

## الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية

رشاد الصادق عبد الله الميساوي

زياد صالح سويدان

عبد الحميد الهمالى منصور

تاريخ نشر البحث 2025/8/25

تاريخ استلام البحث 2025/4/18

### الملخص

ظهر مصطلح الاحتراق النفسي في المراجع العلمية بارتباطه (بضغط 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.

فالاحتراق النفسي أحد الضغوط النفسية التي من شأنها التأثير على سلوك الرياضيين بصورة عامة وحكم المباراة بصورة خاصة كون الحكم المسئول الأول عن تطبيق القانون واتخاذ القرارات التي تحكم سير المنافسة الرياضية، اشتملت عينة الدراسة على حكام الدرجة الأولى والثانية لكرة القدم بالمنطقة الغربية للموسم الرياضي 2024/2025م، والبالغ عددهم (25) حكماً، استخدم الباحثون مقياس الاحتراق النفسي للحكم الرياضي صمم كل من (روبرت واينبرج ويجي وريتشاردسون) لقياس شعور الحكم الرياضي بالاحتراق تحت عنوان الاحتراق في التحكيم، وهو مقياس مقبوس ومعدل من قائمة (ماسلاش للاحتراق) ويتضمن المقياس (15) عبارة، وقد استنتج الباحثون يتضح من نتائج الدراسة إن المتوسطات الحسابية لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المقياس قد تتراوح ما بين (2.16 – 3.44) كما أن درجة الاحتراق النفسي كانت عالية لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية.

**الكلمات المفتاحية : الاحتراق النفسي , حكام , كرة القدم**



## **Burnout among Football Referees in the Western Region**

**Rashad Al-Sadig Abdullah Al-Maisawe**

**Ziad Saleh Suwaidan**

**Abdul Hamid Al-Hamali Mansour**

*Research received: April 18, 2025 , Research published: August 25, 2025*

### **Abstract**

The term "burnout" appeared in scientific literature in association with work pressure. It was defined as a state of mental, emotional, and physical exhaustion resulting from intense love, dedication, and continuous devotion to the job, but without achieving the desired benefit or any significant return. Burnout is one of the psychological pressures that can affect the behavior of athletes in general and match referees in particular, as the referee is primarily responsible for applying the law and making decisions that govern the course of sports competitions. The study sample included (25) first- and second-division football referees in the Western Region for the 2024/2025 sports season. The researchers used the Sports Referee Burnout Scale, designed by Robert Weinberg, Wege, and Richardson, to measure the sports referee's feelings of burnout under the heading "Burning in Refereeing." This scale was adapted and modified from the Maslach Burnout Inventory and includes (15) statements. The researchers concluded that the arithmetic means of the study sample's responses to each item on the scale ranged between (2.16 - 3.44). Furthermore, the degree of burnout was high among football referees in the Western Region.

**Keywords: Burnout, Referees, Football**

## المقدمة

تعد كرة القدم اللعبة الشعبية الأولى في معظم دول العالم والتي تحظى بكثير من الاهتمامات والرعاية من رؤساء الدول والهيئات ووسائل الإعلام المختلفة، ومع انتشار هذه اللعبة تسابق الباحثون إلى إجراء الأبحاث العلمية التي تتناول اللعبة بالدراسة والتحليل. (عويضة ، 2023)

وانعكس التطور الحالي في جميع المجالات على الحياة الإنسانية في حد ذاتها، فأصبحنا نعيش عصرا مليئا بالضغوطات الكبيرة، وهو الأمر الذي صاحب جملة من التغيرات التي أدت إلى العديد من الضغوطات في الحياة.

وزاد في السنوات الأخيرة اهتمام كثيرا من الباحثين في علم النفس بدراسة تلك الظاهرة في مختلف مجالات الحياة، والتي ينظر إليها على إنها ظاهرة ضاغطة على الفرد في حياته، تؤدي إلى انخفاض مستوى انجازاته وعدم الرضا عن عمله أو مهنته أو نشاطه، وتؤدي في النهاية إلى تقاعده أو تركه لمهنته. (بن هلال، 1017م)

وفي الآونة الأخيرة ظهر الكثير من المصطلحات والمفاهيم التي تشير أو تدل على ظواهر نفسية واجتماعية مختلفة تحتاج في أغلبها إلى بعض التفسير والتوضيح لكي نحقق الفائدة العلمية المرجوة، وقد حظيت ظاهرة الاحتراق النفسي باهتمام العديد من الباحثين في المجال الرياضي. (علاوي، 1998م)

وظهر مصطلح الاحتراق النفسي في المراجع العلمية بارتباطه (بضغط 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.

(علاوي، 1997م)

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 الآخرين، فضلا عن افتقاد المثالية والشعور بالغضب. (راتب، 2001م)



فالاحتراق النفسي أحد الضغوط النفسية التي من شأنها التأثير على سلوك الرياضيين بصورة عامة وحكم المباراة بصورة خاصة كون الحكم المسئول الأول عن تطبيق القانون واتخاذ القرارات التي تحكم سير المنافسة الرياضية. (عوفي، 2016م)

وتعد عملية التحكيم مهنة صعبة يتحمل فيها الحكم أعباء ثقيلة ومتاعب كبيرة، ونظرا لما يعكسه مستوى التحكيم على كل المنافسات هذا ما يأخذ برعاية واهتمام كبيرين ليس على الصعيد الاتحادات المحلية فقط بل من الاتحادات الدولية. (محمود و محمد، 1999م)

### مشكلة الدراسة

مع التطور السريع في كرة القدم على المستوى العالمي حيث أصبحت اللعبة الأولى في العالم، استوجب ذلك تطور هام في القوانين والنظم في جميع الأمور المرتبطة باللعبة من ناحية التدريب والإعلام والجمهور والتحكيم وأمور أخرى، الأمر الذي أدى إلى زيادة الضغوط على الحكام لإدارة هذه المباريات بالشكل المطلوب، وصاحب هذا التطور اهتمام ملفت من وزارة الشباب والرياضة في ليبيا بكرة القدم بصفة عامة والحكام بصفة خاصة.

ونظر لتعدد البطولات وتطور مستوى المنافسات الرياضية والدور الذي يلعبه الحكم في إنجاحها باعتبار أن 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 والإداريون وقيامه بواجبه بكفاءة واقتدار، فلم تعد لعبة فيها فائز وخاسر بل أصبحت ذات صدى سياسي واجتماعي واقتصادي وإعلامي، هذا التطور استوجب ثورة كبيرة في مجال تطوير اللعبة بصفة عامة ومن ناحية التحكيم بصفة خاصة. (محمود و محمد، 1999م)

كما يعتبر الدور الذي يقوم به حكام المباريات سواء في الرياضات الجماعية أو الفردية ركن أساسي من أركان المنافسة الرياضية، فلا توجد منافسة رياضية كاملة دون حكم يديرها ويقوم بتطبيق القواعد الدولية للعبة، لذا فإن ارتفاع مستوى التحكيم من شأنه أن يترك أثر إيجابيا لدى اللاعبين والمدربين والإداريين والجمهور، الأمر الذي يبحث في كل عنصر من هؤلاء الطمأنينة وبالتالي يرتفع مستوى اللعبة باعتبار إن الحكم المباراة يجب أن يأخذ قراره بشكل سريع دون تفكير طويل، فالحكم الممتاز هو الذي يصدر قراره في نفس وقت الخطأ وهذا لن يحدث إلا إذا كانت لدى الحكام القدرة على التركيز ورد الفعل السريع للمثيرات المختلفة أثناء أحداث المباراة



، لذا فان الافتقاد للتركيز يعتبر من المشكلات الهامة في الرياضة سواء التنافسية لأنه يؤدي إلى أخطاء عقلية أثناء الأداء وهذا ما يؤثر بدرجة كبيرة على اتخاذ القرارات الصحيحة ودقتها وتوقيتها بالسرعة والزمان المناسبين(عوفي، 2016م)

فالحكم تقع على عاتقه تسيير المقابلة والقدرة إلى التواصل الايجابي مع كل أطراف اللعبة، فالممارسات التي يفرضها الحكم من أجل التحكم في المباراة، يقابلها رفض أحد الأطراف أو كل الأطراف مما ينتج عنها ضغوطات كبيرة على الحكم، ينتج عنها عدم التحكم في المباراة وارتكاب بعض الأخطاء، وقد لا تنتهي هذه الضغوطات بسرعة.(محمود و محمد، 1999م)

وتعتبر الضغوط إحدى الظواهر النفسية التي يتعرض لها الحكم، وتؤدي شدتها وتكرارها إلى تأثيرات سلبية على الصحة وبعض المشكلات والمشاعر النفسية السلبية التي لا يستطيع الحكم تجاهلها أو التكيف معها بسهولة، وتعد الضغوط النفسية أحد المظاهر الملازمة للأداء الرياضي أثناء المشاركة في المنافسات، والتي غالبا ما يتعرض لها الحكام، كنتيجة طبيعية للتركيز على النجاح أو الخوف من الفشل أو التقييم السيئ أو عدم القدرة على السيطرة والتحكم في الانفعالات أو فقدان الثقة بالنفس بسبب ارتكاب نفس الخطأ أو عدم ثبات الأداء.

(شمعون، 2002م)

ويرتبط أداء الحكم الرياضي بالعديد من عوامل الضغط النفسي تتفاوت من حيث شدتها وأنواعها، والتي 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 المباريات.(محمود و محمد، 1999م)

ومن هنا تمثل ظاهرة احتراق الحكم الرياضي انتشارا واسعا في السنوات الحديثة ويتوقع زيادة حدوثها في السنوات القادمة نظرا لارتفاع مستوى البطولات، مما أدى إلى زيادة الضغوط المرتبطة بعملية التحكيم.(بن هلال، 1017م)

هذا ما دفع الباحثون إلى إجراء دراسة للتعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية.

## أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة في كونها تعرض موضوع الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية، ويمكن تلخيص أهميتها في النقاط التالية:

1 - توفير بعض المعلومات لتكون في متناول المسؤولين القائمين على الاتحادات الرياضية في كرة القدم بالمنطقة الغربية، بليبيا.

2 - تساهم في التعرف على أهم المشكلات التي يعاني منها حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية بليبيا.

3 - معرفة أسباب الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية بليبيا.

4 - زيادة وعي الحكام بأنفسهم وبحالتهم ليحاولوا أن يعرفوا مدى إحساسهم بالاحتراق النفسي في الوقت الحالي.

## أهداف الدراسة:

### تهدف الدراسة إلى:

1. التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية.

### تساؤل الدراسة:

2. س/ ما مستوى الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية؟

### المصطلحات المستخدمة في الدراسة:

#### 1. الاحتراق النفسي:

يعريف الاحتراق النفسي: بأنه استجابة تتميز بالإرهاك الذهني والانفعالي يظهر نتيجة تكرار جهد كبير غير فعال لمواجهة متطلبات التدريب والمنافسة. (جابر ، 2008م)

### الدراسات السابقة:



**دراسة الشارف عثمان الكوم، وليد العربي شويوب، خالد جموم الجالي (2020م) بعنوان** الاحتراق النفسي لدى حكام كرة السلة بالدوري الليبي، هدفت للتعرف على الفروق الفردية في ظاهرة الاحتراق النفسي وفق متغير الدرجة التحكيمية والتحصيل العلمي لدى حكام كرة السلة بالدوري الليبي، وتكونت عينة البحث من (14) حكم، وقام الباحثون بتصميم مقياس الاحتراق النفسي للحكم الرياضي، وأظهرت نتائج الدراسة إن لدى حكام كرة السلة الدرجة الأولى مستوى جيد من الإعداد النفسي مما يساهم في مواجهة الضغوط النفسية أثناء المنافسة ومنها الاحتراق النفسي. (الكوم، شويوب، و علي، 2020م)

**دراسة بخوش بن هلال (2017م) بعنوان:** الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم، هدفت الدراسة التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم للرابطة الجهوية بالبلدية، وتكونت عينة الدراسة من (28) حكما، وقام الدارس باستخدام المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الدارس مقياس الاحتراق النفسي للحكم الرياضي، وأظهرت نتائج الدراسة إن درجة الاحتراق النفسي كانت عالية لدى حكام كرة القدم للرابطة الجهوية بالبلدية.

(بن هلال، 1017م)

**دراسة رمزي رسمي جابر (2008م) بعنوان:** مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الجماعية في فلسطين، وكان هدف الدراسة التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الجماعية في فلسطين، وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية من الحكام المسجلين بالاتحادات الرياضية الفلسطينية، والبالغ عددهم (68) حكما، وأظهرت النتائج أن درجة الاحتراق النفسي كانت عالية لدى حكام الألعاب الجماعية في فلسطين، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة لديهم إلى (69.3%). (جابر، 2008م)

**دراسة زياد الطحaine (2007م) بعنوان :** مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الرياضية في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات، هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الرياضية بالأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات، وتكونت عينة الدراسة من (120) حكما، وقام الدارس باستخدام المنهج الوصفي، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الدارس 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 . (الطحينة، 2007)

**التعليق على الدراسات السابقة ومدى الاستفادة منها:**

من خلال العرض للدراسات السابقة يمكن الإشارة إلى النقاط التالية:

**أولا - من حيث الأهداف:**

يتضح أن معظم هذه الدراسات قد حاولت التعرف على مستوى الاحتراق النفسي للحكام في كرة القدم، وبعض الرياضات الأخرى حيث إن هذه دراسة تهدف إلى التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية.

**ثانيا - من حيث المنهج:**

اتفقت معظم هذه الدراسات على استخدام المنهج الوصفي بالطريقة المسحية وهو نفس المنهج الذي استخدمه الدارس لملائمته لطبيعة هذه الدراسة.

**ثالثا: من حيث العينة:**

لم تتفق الدراسات على اختيار حجم العينة فكل دراسة من الدراسات لها طبيعتها الخاصة، حيث اختلف حجم العينات في هذه الدراسات حيث تراوحت بين (14 - 120) حكما.

**رابعا: من حيث الأداة:**

استخدمت بعض الدراسات السابقة أدوات مختلفة من المقاييس، فمنها من استخدم المقاييس من تصميم الباحث نفسه، ومنها من استخدم مقياس الاحتراق النفسي، حيث استخدم الدارس مقياس الاحتراق النفسي للحكم الرياضي.

**رابعا - من حيث النتائج:**

اتفقت نتائج معظم الدراسات السابقة على مواجهة ظاهرة الاحتراق النفسي لدى الحكام واللاعبين والمدربين.

**منهج الدراسة:**

استخدم الباحثون المنهج الوصفي وذلك لملائمته لطبيعة هذه الدراسة.



## مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من حكام الدرجة الأولى والثانية لكرة القدم بالمنطقة الغربية للموسم الرياضي 2025/2024م، والبالغ عددهم (45) حكماً.

## عينة الدراسة:

اشتملت عينة الدراسة على حكام الدرجة الأولى والثانية لكرة القدم بالمنطقة الغربية للموسم الرياضي 2025/2024م، والبالغ عددهم (25) حكماً، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من حكام المنطقة الغربية موزعين كآلاتي:

## الجدول رقم (1)

| ت | المعلومات العامة       | حكم               | العدد | النسبة المئوية |
|---|------------------------|-------------------|-------|----------------|
| 1 | الاختصاص               | حكم ساحة (رئيسي)  | 10    | 40             |
|   |                        | حكم مساعد         | 15    | 60             |
| 2 | العمر                  | 17 إلى 30 سنة     | 17    | 68             |
|   |                        | 30 إلى 40 سنة     | 8     | 32             |
|   |                        | أكثر من 40 سنة    | 0     | 0              |
|   |                        | ثانوي             | 0     | 0              |
| 3 | المؤهل العلمي          | متوسط             | 5     | 20             |
|   |                        | جامعي             | 20    | 80             |
|   |                        | ماجستير           | 0     | 0              |
|   |                        | دكتوراه           | 0     | 0              |
|   |                        | دولي              | 0     | 0              |
| 4 | مستوى الحكم            | ممتاز             | 0     | 0              |
|   |                        | درجة أولى         | 15    | 60             |
|   |                        | درجة ثانية        | 10    | 40             |
|   |                        | درجة ثالثة        | 0     | 0              |
| 5 | الخبرة في مجال التحكيم | من 5 إلى 10 سنوات | 25    | 100            |
|   |                        | من 10 إلى 15 سنة  | 0     | 0              |
|   |                        | أكثر من 15 سنة    | 0     | 0              |

أداة الدراسة: استخدم الباحثون مقياس الاحتراق النفسي للحكم الرياضي صممه كل من (روبرت واينبرج ويجي 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 الخماسي التدرج. (علاوي، 1998 م)

### الجدول رقم (2) يوضح درجات مستويات مقياس ليكرت الخماسي

| أوافق بدرجة قليلة جدا | أوافق بدرجة قليلة | أوافق بدرجة متوسطة | أوافق بدرجة كبيرة | أوافق بدرجة كبيرة جدا | مستوى القياس |
|-----------------------|-------------------|--------------------|-------------------|-----------------------|--------------|
| 1                     | 2                 | 3                  | 4                 | 5                     | الدرجة       |

ولتفسير قيمة الوسط الحسابي بكل إجابة من إجابات الاستبيان والتي سيتم الحصول عليها تم تحديد المتوسط المرجح (الوزن المرجح) لكل إجابة من إجابات المشاركين على النحو التالي:

### الجدول رقم (3) يوضح المتوسطات الحسابية المرجحة بمقياس ليكرت الخماسي

| ت | المتوسط المرجح | مستوى الموافقة        |
|---|----------------|-----------------------|
| 1 | 1.00 إلى 1.79  | أوافق بدرجة قليلة جدا |
| 2 | 1.80 إلى 2.59  | أوافق بدرجة قليلة     |
| 3 | 2.60 إلى 3.39  | أوافق بدرجة متوسطة    |
| 4 | 3.40 إلى 4.19  | أوافق بدرجة كبيرة     |
| 5 | 4.20 إلى 5.00  | أوافق بدرجة كبيرة جدا |

وفي الدراسة الحالية تم حساب صدق المقياس على النحو التالي:

**صدق المحكمين:** عرض المقياس على مجموعة من أعضاء هيئة التدريس بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، (ومراقبين حكاهم في كرة القدم) واتفق على صلاحية المقياس للبيئة الليبية.

**المجال الزمني:** تم إجراء الدراسة الأساسية يوم الثلاثاء، الموافق: 15 / 4 / 2025 م.

**المجال المكاني:** تم إجراء الدراسة الأساسية في مقر الاتحاد الفرعي لكرة القدم بالمنطقة الغربية

**المعالجات الإحصائية المستخدمة في الدراسة:**

تم استخدام المعالجات الإحصائية باستخدام الحقيبة الإحصائية SPSS وهي:

(المتوسط الحسابي، النسبة المئوية)

## الجدول رقم (4)

| الوسيط الحسابي | أوافق بدرجة قليلة جدا |   | أوافق بدرجة قليلة |    | أوافق بدرجة متوسطة |    | أوافق بدرجة كبيرة |    | أوافق بدرجة كبيرة جدا |   | العبارة                                                                                       | ت |
|----------------|-----------------------|---|-------------------|----|--------------------|----|-------------------|----|-----------------------|---|-----------------------------------------------------------------------------------------------|---|
|                | %                     | ت | %                 | ت  | %                  | ت  | %                 | ت  | %                     | ت |                                                                                               |   |
| 3.44           | 0                     | 0 | 0                 | 0  | 72                 | 18 | 12                | 3  | 16                    | 4 | 1- أشعر بأنني أعاني بضغوط انفعالية كنتيجة للتحكيم                                             |   |
| 2.84           | 0                     | 0 | 64                | 16 | 0                  | 1  | 24                | 6  | 12                    | 3 | 2- أكاد أشعر بتعب عندما أستيقظ من النوم صباحا في الأيام التي سوف أقوم فيها بالتحكيم           |   |
| 2.2            | 0                     | 0 | 80                | 20 | 20                 | 5  | 0                 | 0  | 0                     | 0 | 3- أشعر بأنني أعامل المدربين واللاعبين بطريقة قاسية                                           |   |
| 3.44           | 0                     | 0 | 8                 | 2  | 60                 | 15 | 12                | 3  | 20                    | 5 | 4- أشعر بأنني أبذل المزيد من الجهد في بعض الأمور التي تحتاج إلى جهد بسيط أثناء قياسي بالتحكيم |   |
| 3.44           | 0                     | 0 | 20                | 5  | 68                 | 17 | 8                 | 2  | 4                     | 1 | 5- أشعر بأنني قد حققت نتائج طيبة أثناء عملي في التحكيم                                        |   |
| 3.12           | 0                     | 0 | 20                | 5  | 60                 | 15 | 8                 | 2  | 12                    | 3 | 6- أثناء قياسي بالتحكيم أجد أن التعامل مع اللاعبين والمدربين يسبب لي المزيد من التوتر         |   |
| 2.88           | 20                    | 5 | 8                 | 2  | 12                 | 3  | 60                | 15 | 0                     | 0 | 7- أشعر بدرجة عالية من النشاط والحيوية أثناء قياسي بالتحكيم                                   |   |
| 2.56           | 4                     | 1 | 68                | 17 | 8                  | 2  | 8                 | 2  | 12                    | 3 | 8- يزعجني بأن التحكيم يسبب لي المزيد من الضغط العصبي                                          |   |
| 3.44           | 0                     | 0 | 8                 | 2  | 60                 | 15 | 12                | 3  | 20                    | 5 | 9- التعامل مع المدربين واللاعبين الذين لا يحترمون الحكم يسبب لي قدرا كبيرا من التوتر          |   |
| 2.16           | 8                     | 2 | 76                | 19 | 8                  | 2  | 8                 | 2  | 0                     | 0 | 10- أشعر بالإحباط كنتيجة لعملي في التحكيم الرياضي                                             |   |
| 3.08           | 4                     | 1 | 20                | 5  | 56                 | 14 | 20                | 5  | 0                     | 0 | 11- أشعر بأنني أساهم في الارتقاء بمستوى اللاعبين من خلال قياسي بالتحكيم                       |   |
| 2.32           | 16                    | 4 | 48                | 12 | 24                 | 6  | 12                | 3  | 0                     | 0 | 12- أشعر بأنني أكاد أحترق كنتيجة لعملي في مجال التحكيم الرياضي                                |   |
| 2.24           | 12                    | 3 | 60                | 15 | 20                 | 5  | 8                 | 2  | 0                     | 0 | 13- أشعر بأنني قد أصبحت أكثر قسوة من الناس منذ بدأت في العمل في كحكم رياضي                    |   |
| 3.2            | 0                     | 0 | 8                 | 2  | 64                 | 16 | 28                | 7  | 0                     | 0 | 14- أشعر بالإجهاد التام عقب انتهائي من تحكيم مباراة رياضية                                    |   |
| 3.4            | 0                     | 0 | 16                | 4  | 28                 | 7  | 56                | 14 | 0                     | 0 | 15- أشعر بأن المدربين يعتبرونني السبب الرئيسي في هزيمتهم في المباراة                          |   |
| 2.29           |                       |   |                   |    |                    |    |                   |    |                       |   | الدرجة الكلية                                                                                 |   |

يتضح من الجدول (4) إن الدرجة الكلية للمقياس لمتوسطات الحسابية لاستجابات عينة

الدراسة على كل فقرة من فقرات المقياس قد تراوحت ما بين (2.16 – 3.44).



## مناقشة النتائج:

يتضح من نتائج الجدول رقم (4) أن درجة الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية كانت عالية، حيث وصل المتوسط الحسابي للاستجابة عينة الدراسة للمقياس ككل إلى (2.29) ويرى الباحثون إن من أهم أسباب الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم هو المعاناة والفوضى التي يعيشها الحكم الليبي ، وكذلك لعدم وجود نظام لحماية الحكام وهذا ما أكدته دراسة (جابر ، 2008م) بعنوان العنف الرياضي في الملاعب ، 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 الدارسون من خلال متابعتهم للدوري الليبي في كرة القدم الدوري (الممتاز ، الدرجة الأولى، الثانية)، أن الحكم الليبي يعاني من ضغوط كثيرة في مجال التحكيم ومواجهة الحكم الرياضي للعديد من المعوقات والضغوط النفسية بالعمل كمخاوف الأداء وضغوط الوقت، وقلة التقدير والاحترام، والخوف من الاعتداء البدني هي التي ساهمت في ظهور هذه الدرجة من الاحتراق النفسي.

ومن خلال الأحداث الأخيرة التي حدثت من الاعتداءات البدنية على الحكم الرياضي والاهانة اللفظية، من قبل الجمهور واللاعبين والمدربين وكل من هو موجود في الملعب، أدى إلى حدوث ظاهرة الاحتراق النفسي.

وفي هذا الصدد أيضا يشير (عسكر ، 2000م) إن سمات الشخصية وخاصة لدى أولئك الأكثر إخلاصا والتزاما في عملهم والأكثر تماسكا بالقيم والمثاليات تؤدي إلى تعرضهم للكثير من الضغوط التي تؤدي بدورها إلى الاحتراق النفسي.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كلا (الطحاينة، 2007) (جابر ، 2008م) (الكوم، شيبوب، و علي، 2020م)



## الاستنتاجات والتوصيات:

### الاستنتاجات:

يتضح من نتائج الدراسة إن المتوسطات الحسابية لاستجابات عينة الدراسة على كل فقرة من فقرات المقياس قد تتراوح ما بين (2.16 – 3.44) كما أن درجة الاحتراق النفسي كانت عالية لدى حكام كرة القدم بالمنطقة الغربية.

### التوصيات:

1. توفير الحماية الكاملة للحكام داخل الملاعب.
2. التأكيد على إعداد الحكام نفسيا وبدنيا من أجل التمكن من إدارة المباريات بشكل جيد.
3. يوصي الدارسون بتعزيز العلاقات الاجتماعية بين الحكام وبين محيطهم الرياضي من مدربين ولاعبين وجمهور والإعلام المقروء والمسموع.

### المراجع:

- 1- (عويبة ، 2023). تأثير تدريبات المقاومة بالأسلحة على تحسين بعض الوظائف الفسيولوجية وتطوير الصفات البدنية الخاصة باختبار (FIFA) لحكام كرة القدم، المؤتمر العلمي الدولي السابع بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة الزاوية.
- 2- اسامة كامل راتب. (2001م). الاعداد النفسي للناشئين دليل الارشاد والتوجيه للمدربين والاداريين وأولياء الامور. القاهرة: دار الفكر العربي.
- 3- الشارف عثمان الكوم، وليد العربي شويوب، و خالد جموم علي. (2020م). الاحتراق النفسي لدى حكام كرة السلة بالدوري الليبي. الزاوية: مجلة عالم الرياضة والعلوم التربوية، العدد الرابع والعشرون، المجلد السادس، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الزاوية.
- 4- بخوش بن هلال. (1017م). الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم - دراسة ميدانية لحكام رابطة الجهوية لكرة القدم- البلدية. الجزائر: رسالة ماجستير غير منشورة، معهد وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية، جامعة زيان عاشور، الجلفة.
- 5- رمزي رسمي جابر. (2008م). مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الالعاب الجماعية . فلسطين: مجلة علوم التربية الرياضية.



- 6- زياد الطحاينة. (2007). مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الالعاب الرياضية في الاردن وعلاقتها ببعض المتغيرات. الاردن: وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني، جامعة اليرموك.
- 7- علي عسكر. (2000). ضغوط الحياة و أساليب مواجهتها، الصحة النفسية والبدنية في عصر التوتر والقلق. الكويت: دار الكتاب الحديث .
- 8- محمد العربي شمعون. (2002م). علم النفس الرياضي والقياس النفسي. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- 9- محمد حسن علاوي. (1997م). علم نفس المدرب والتدريب الرياضي. القاهرة: دار المعارف.
- 10- محمد حسن علاوي. (1998م). مدخل الى علم النفس الرياضي. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- 11- محمد حسن علاوي. (1998 م). موسوعة الاختبارات النفسية. القاهرة: مكتبة الناشر للتوزيع والاعلان.
- 12- مصطفى كامل محمود، و حسام محمد. (1999م). الحكم العربي في قوانين كرة القدم. القاهرة: مركز الكتاب للنشر.
- 13- معاذ عارف عوفي. (2016م). العلاقة بين مستوى القلق ومستوى تركيز الانتباه لدى حكام الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم في الضفة الغربية. فلسطين: كلية الدراسات العليا، جامعة نابلس .