مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الجماعية في فلسطين

إعداد
الدكتور رمزي رسمي جابر

مقدمة ومشكلة الدراسة :

يعتبر الاحتراق من المصطلحات النفسية التي ظهرت في بداية السبعينات وخاصة في مجال ضغوط العمل ، ثم أصبح الآن 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 .

ونشا ظهور مصطلح الاحتراق النفسي في المراجع العلمية كان 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 ، 1997 : 120) .

ويرى " أسمة 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 .

ويشير " محمد عبد العاطي" (1998) نقلا عن "سميث" تعريفا للاحتراق النفسي بأنه استجابة تتميز بالإنهاك الذهني والانفعالي يظهر نتيجة تكرار جهد كبير غير فعال لمواجهة متطلبات التدريب والمنافسة ، كما يضيف "سميث" أن السمة الأساسية للاحتراق هي انسحاب نفسي وعاطفي وبدني من نشاط ممتعا في الماضي .

ويؤكد "محمد علاوي" (1998) إلى ظهور الكثير من المصطلحات والمفاهيم في الاونه 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 . ومما سبق تتحدد مشكلة الدراسة في التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الجماعية في فلسطين .

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

أهمية الدراسة :

تكمن أهمية البحث في كونه الأول – في حدود علم الباحث – الذي يتناول موضوع ظاهرة الاحتراق لدى حكام الألعاب الجماعية في فلسطين . وكذلك تكمن أهمية الدراسة في كونها تتعرض لموضوع ظاهرة الاحتراق لدى حكام الألعاب الجماعية بفلسطين ، بما قد يعمل على توفير بعض المعلومات ، لتكون في متناول المسئولين القائمين على الاتحادات الرياضية الجماعية الفلسطينية ، وربما يساهم في التعرف على أهم المشكلات التي يعاني منها حكام الألعاب الجماعية بفلسطين ، وأيضا التعرف على أسباب الاحتراق لدى حكام الألعاب الجماعية مما يؤدي إلى زيادة وعي الحكام بأنفسهم وبحالتهم ليحاولوا أن يعرفوا مدى إحساسهم بالاحتراق في الوقت الحالي.

هدف الدراسة :

- التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الجماعية في فلسطين .

تساؤل الدراسة :

س / ما مستوى الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الجماعية في فلسطين .

مصطلحات الدراسة :

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

2- الحكم :- 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 .(تعريف إجرائي)

حدود الدراسة :

1- المجال الجغرافي :- أجريت الدراسة على الملاعب الرياضية الفلسطينية .

2- المجال البشري :- أجريت الدراسة على حكام كرة القدم،والسلة،واليد، والطائرة في فلسطين

3- المجال الزماني :- أجريت الدراسة في الفترة الزمنية الواقعة ما بين 2008/1/9 إلى 3/9/ 2008 م0

الدراسات السابقة المرتبطة :

دراسة رمزي جابر (2008) بعنوان " دراسة تقويمية لظاهرة الاحتراق النفسي للمدرب " هدفت الدراسة إلى التعرف على ما مدى شيوع ظاهرة الاحتراق النفسي للمدرب . ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة عشوائية قوامها (60) مدربا في كرة السلة وكرة اليد وكرة الطائرة ما نسبته (60 %) من مجتمع الدراسة ، وطبق عليهم مقياس الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي من إعداد محمد حسن علاوي (1998) . وأظهرت نتائج الدراسة بأن فقرة المتعلقة بـ " تشعر بزيادة الضغوط عليك لكي تفوز في المنافسات " قد احتلت المرتبة الأولى ، بينما جاءت الفقرة " لديك إحباط متزايد يرتبط بمسئوليات " في المرتبة الثانية ، بينما جاءت الفقرة المتعلقة بـ " تدور في ذهنك أفكار عما إذا كانت مهنة التدريب مناسبة لك " في المرتبة الثالثة والأخيرة .

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

دراسة سميرة عرابي وآخرون عام (2007) بعنوان " الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأردن" هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوي الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأردن وكذلك التعرف على الفروق في مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأردن تبعا لمتغير الدرجة . ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (81) مدربا ، وطبق عليهم مقياس ماسلاش المعرب والخاص بالاحتراق النفسي ، وتم تعدياه من قبل الباحثين . وأظهرت نتائج الدراسة إلى أن مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأردن كان ضمن المستوى المتوسط كما خلصت الدراسة إلى أن درجة المدرب (دولي ا ، ب ، س) لها تأثير على مستوى الاحتراق فقد دلت نتائج الدراسة أنه كلما ارتفعت درجة المدرب انخفضت درجة الاحتراق النفسي لديه

دراسة رمزي جابر عام (2007) بعنوان "أعراض الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة السلة بفلسطين" هدفت الدراسة إلى التعرف على أعراض الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة

السلة بفلسطين .ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (50) مدربا ، وطبق عليهم مقياس أعراض الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي إعداد محمد حسن علاوي (1998) . وأظهرت نتائج الدراسة وجود عدة مستويات لأعراض الاحتراق النفسي للمدربين بفلسطين على النحو التالي : بعد الإنهاك العقلي (1) بعد الإنهاك الانفعالي (2) بعد نقص الإنجاز الرياضي (3) بعد الإنهاك البدني(4) بعد التغير الشخصي نحو الأسوأ (5) وقد أوصى الباحث المدرب الرياضي استخدام العديد من الوسائل والطرق لأداء بعض المهارات النفسية التي تساعد على التخلص من بعض الضغوط والقلق والاستثارة كمهارات الاسترخاء واستخدام الأساليب المناسبة للتحكم الذاتي.

دراسة منصور ذياب عام (2007) بعنوان " دراسة الضغوط المهنية وبعض السمات الشخصية وعلاقتها بأعراض الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي" استهدفت هذه الدراسة للتعرف على الضغوط المهنية ودرجة الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي ، وقد طبقت الدراسة على (20) مدربا ، وقد طبق عليهم مقياس الضغوط على المدرب الرياضي ومقياس الرضا عن مهنة التدريب الرياضي . وقد أظهرت نتائج الدراسة أن هناك نقص في الانجاز الرياضي والإنهاك الانفعالي والتذمر الشخصي ، تم أكثر البدائل التي تؤدي إلى عدم الرضا عن العمل في مهنة التدريب لدى المدرب الأقل خبرة والمدرب الأكثر إحساسا بدرجة الضغوط المهنية وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين درجة الضغوط المهنية بكل من المتغيرات المستقلة كل على حدة .

دراسة زياد الطحاينة عام (2006) بعنوان " مصادر الضغوط التي يتعرض لها حكام الألعاب الرياضية في الأردن ونيتهن لترك التحكيم" هدفت هذه الدراسة إلى تعرف مصادر الضغوط التي يتعرض لها حكام الألعاب الرياضية في الأردن ونيتهم لترك التحكيم. شارك في هذه الدراسة مائة وسبعة عشر حكما رياضيا أجابوا على نسخة معدلة من مقياس الضغوط لدى حكام كرة القدم تحتوى على 34 مفردة . أشارت نتائج التحليل العاملي إلى وجود خمسة مصادر للضغوط (مخاوف الأداء، ضغوط الوقت، قلة التقدير والاحترام، الاهانة اللفظية، والخوف من الاعتداء البدني) وقد فسرت 61,80% من التباين. وحسب اعتقاد الحكام فإن المصادر الأربعة الأولى تسبب لهم الضغوط بدرجة معتدلة. كذلك بين تحليل الانحدار أن الخوف من الاعتداء البدني كان المصدر الوحيد للضغوط المرتبطة بنية الحكام لترك التحكيم .واعتمادا على النتائج التي توصلت إليها الدراسة، تم تقديم عدد من الاقتراحات للبحث المستقبلي.

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 .

دراسة احمد معارك (1997) بعنوان " الاحتراق النفسي لدى مدربي رياضة المصارعة بـ ج م ع " هدفت الدراسة إلى التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى مدربي المصارعة المصرية ، والتعرف على مستويات الأعراض المتزامنة للاحتراق النفسي ، كما هدفت التعرف على العلاقة بين عوامل الاحتراق النفسي لمدربي المصارعة وعدد سنوات الخبرة والعلاقة بين الأعراض المتزامن للاحتراق النفسي وعدد سنوات الخبرة 0 ولتحقيق هذه الأهداف أجريت الدراسة على عينة قوامها (55) مدربا ، مسجلين بالاتحاد المصري للمصارعة تزيد خبرتهم في مجال التدريب عن 3 سنوات 0 وطبق عليهم مقياسين لقياس وأعراض الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي إعداد محمد حسن علاوي 0وأظهرت نتائج الدراسة عن وجود فروق دالة إحصائيا بين المدربين الأقل خبرة والمدربين الأكثر خبرة في قياس أعراض و عوامل الاحتراق النفسي لصالح المدربين الأكثر خبرة 0 وقد أوصت الدراسة بعدم التدخل في صميم العمل الفني لمدرب المصارعة ، والتقنين من الاستعانة بالمدربين الأجانب في عملية التدريب .

© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية 2008
www.iraqacad.org

دراسة دانيال و لايث و تايلور و بروك (1990) Taylor , A., Daniel , Leith, Burke - 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 .

دراسة سليفا (1990) Silva 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) .

التعليق على الدراسات السابقة :-

في ضوء استعراض الدراسات السابقة يمكن الإشارة إلى النقاط التالية .

أولا :- من حيث الأهداف :

يتضح أن معظم هذه الدراسات قد حاولت التعرف على الاحتراق النفسي . ومن الملاحظ أن جميع هذه الدراسات اختارت دراسة هدفها من خلال عينة من بيئتها ولهذا يحاول الباحث دراسة مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الجماعية ولكن في بيئته (فلسطين) .

ثانيا :- من حيث المنهج :

اتفقت معظم هذه الدراسات على استخدام المنهج الوصفي بالطريقة المسحية . وحيث أن الدراسة الحالية تهدف إلى التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الجماعية في فلسطين فسوف يستخدم الباحث المنهج الوصفي بالطريقة المسحية لملاءمته لطبيعة هذه الدراسة .

ثالثا :- من حيث الأداة :

استخدمت أغلب الدراسات السابقة أدوات مختلفة من المقاييس من تصميم الباحث نفسه ، وهذا ما لا يتفق مع الدراسة الحالية الذي استخدم فيها الباحث مقياس الاحتراق للحكم الرياضي .

رابعا :- من حيث النتائج :

اتفقت نتائج معظم الدراسات السابقة على مواجهة ظاهرة الاحتراق النفسي لدى اللاعبين والمدربين 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 0

مجتمع الدراسة :

يتكون مجتمع الدراسة من مجموعة من حكام الدرجة الممتازة للألعاب الرياضية الجماعية في فلسطين المسجلين باتحاداتهم الرياضية .

عينة الدراسة :

اشتملت عينة الدراسة على (68) حكما ، وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية من الحكام المسجلين بالاتحادات الرياضية الفلسطينية ، موزعة كالأتي :

© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية 2008
www.iraqacad.org

جدول رقم (1)

جدول يوضح توصيف أفراد عينة البحث

كرة قدم	كرة سلة	كرة طائرة	كرة يد
17	17	17	17

لقد وصلت حصيلة الجمع إلى (72) حكما، أستبعد منها (4) حكام بسبب عدم استكمال شروط الاستجابة وبهذا تم إجراء التحليل الإحصائي إلى (68) حكما .

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 خمسة من أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية الرياضية في جامعة الأقصى ، واتفق على صلاحية المقياس للبيئة الفلسطينية

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)

تم حسابه من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين الفقرات والمقياس ككل

م	الفقرة	الارتباط مع الدرجة الكلية	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
1	أشعر بأنني أعاني من ضغوط انفعالية كنتيجة للتحكيم	0.743	0.000	دالة عند0.01
2	أكاد أشعر بتعب عندما أستيقظ من النوم صباحا في الأيام التي سوف أقوم فيها بالتحكيم	0.863	0.000	دالة عند0.01
3	أشعر بأنني أعامل المدربين واللاعبين بطريقة قاسية	0.730	0.000	دالة عند0.01
4	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
5	أشعر بأنني قد حققت نتائج طيبة أثناء عملي في التحكيم الرياضي	0.876	0.000	دالة عند0.01
6	أثناء قيامي بالتحكيم أجد أن التعامل مع اللاعبين والمدربين يسبب لي المزيد من التوتر	0.862	0.000	دالة عند0.01
7	أشعر بدرجة عالية من النشاط أثناء قيامي بالتحكيم	0.867	0.000	دالة عند0.01
8	يزعجني بأن التحكيم يسبب لي المزيد من الضغط العصبي	0.929	0.000	دالة عند0.01
9	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)

م	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 .

ثبات الاستبانة :-

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

1- 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 0

2- 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 0

الدراسة الاستطلاعية :

تم اختيار عينة استطلاعية من الحكام و قوامها (30) 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

الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة :

قام الباحث باستخدام الأساليب الإحصائية التالية :

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 0

نتائج الدراسة ومناقشتها :

تهدف الدراسة الحالية لمعرفة ما مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الجماعية في فلسطين ، وفيما يلي عرض لنتائج الدراسة.

ينص السؤال الرئيسي على:

- ما مستوى الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الجماعية في فلسطين .

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 تراوح بين (1.50 – 2.82) .

مناقشة نتائج الدراسة :

يتضح من نتائج الدراسة أن درجة الاحتراق النفسي كانت عالية لدى حكام الألعاب الجماعية في فلسطين ، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة لديهم إلى (69.3%) . ويعزو ذلك الباحث إلى المعاناة والفوضى التي يعيشها الحكم الفلسطيني ، ولعدم وجود نظام لحماية الحكام في فلسطين وهذا ما أكدته دراسة جابر (2007) بعنوان العنف الرياضي في الملاعب الفلسطينية . 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 في فلسطيني يعاني من ضغوط كثيرة في مجال التحكيم منها لا الحصر ضعف أجرة التحكيم ، عدم وجود نظام لحماية الحكام من قبل الاتحادات الرياضية ، 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 الفلسطينية بسبب الفوضى وعدم النظام التي تعيشها الشعب الفلسطيني. وهذا ما يؤكده (Altahayneh, 2006) أن مواجهة 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 .

وفي هذا الصدد أيضا يشير عسكر والعربان (1982) إن سمات الشخصية وخاصة لدى أولئك الأكثر إخلاصا والتزامنا في عملهم والأكثر تماسكا بالقيم والمثاليات تودي إلى تعرضهم للكثير من الضغوط التي تؤدي بدورها إلى الاحتراق النفسي .وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسة كلا من جابر (2008) ، ودراسة جابر(2007) ، ودراسة ذياب (2007) ، ودراسة الطحاينة (2007) ، ودراسة الطحاينة (2006) ، ودراسة عرابي وآخرون (2007) .

نتائج الدراسة :-

في ضوء النتائج التي أسفرت عنها الدراسة يمكن استنتاج التالي :-

يتضح من نتائج الدراسة أن درجة الاحتراق النفسي كانت عالية لدى حكام الألعاب الجماعية في فلسطين ، حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة لديهم إلى (69.3%) .

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 .

المراجع العربية :

1- الطحاينة ، زياد ،(2007) ، مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الرياضية في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات ، وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني ، جامعة اليرموك ، الأردن .

2- الطحاينة ، زياد ، (2006) ، مصادر الضغوط التي يتعرض لها حكام الألعاب الرياضية في الأردن ونيتهن لترك التحكيم ، المجلة التربوية ، جامعة الكويت ، الكويت .

3- جابر ، رمزي ، (2007) ، أعراض الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة السلة بفلسطين ، وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني ، جامعة اليرموك ، الأردن .

4- جابر ، رمزي ، (2008) ، دراسة تقويمية لظاهرة الاحتراق النفسي للمدرب ، بحث مجاز للنشر في المجلة العلمية للعلوم الإنسانية ، جامعة الأقصى ، فلسطين .
5- جابر ، رمزي ، (2007) ، العنف الرياضي في الملاعب الفلسطينية ، مجلة الجامعة الإسلامية (سلسلة الدراسات الإنسانية) ، المجلد الخامس عشر ، العدد الثاني ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، فلسطين.
6- ذياب ، منصور ، (2007) ، دراسة الضغوط المهنية وبعض السمات الشخصية وعلاقتها بأعراض الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي ، وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني ، جامعة اليرموك ، الأردن .
7- رضوان ، محمد ، (2002) ، الإحصاء الوصفي في علوم التربية البدنية والرياضية ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر 0
8- راتب ، أسامة ، (2001) ، الإعداد النفسي للناشئين "دليل الإرشاد والتوجيه للمدربين والإداريين ، وأولياء الأمور " ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر .
9- راتب ، أسامة ، (1997) ، احتراق الرياضي بين ضغوط التدريب والإجهاد الانفعالي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر .
10- راتب ، أسامة ، (1997) ، قلق المنافسة (ضغوط التدريب – احتراق الرياضي) الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، مصر
11- علاوي ، محمد ، راتب ، أسامة ،(1999) ، البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر 0
12- علاوي ، حسن ، (1998) ، موسوعة الاختبارات النفسية ، مركز الكتاب للنشر ، الطبعة الأولى ، القاهرة ، مصر .
13- عباس ، محمد ،(1998) ، الضغوط النفسية والاحتراق النفسي للرياضيين ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة ، جامعة حلوان .
14- علاوي ، محمد ، (1998) ، سيكولوجية الاحتراق للاعب والمدرب الرياضي ، الطبعة الأولى ، مركز الكتاب للنشر ، مصر 0
15- علاوي ، محمد ، (2002) ، سيكولوجية المدرب الرياضي ، الطبعة الأولى ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
16- عثمان ، فاروق ، (2001) ، القلق وإدارة الضغوط النفسية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، مصر .
17 -علاوي ، محمد ، (1997) ، علم نفس المدرب والتدريب الرياضي **، الطبعة الأولى ، دار المعارف** ، القاهرة ، مصر .
18- عرابي ، سميرة ، وآخرون ، (2007) ،الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأردن ، وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني ، جامعة اليرموك ، الأردن .
19- عسكر،علي ، العربان ،(1982) السلوك البري في مجلات العمل ذات السلاسل ، الكويت
20- معارك ، أحمد ، (1997) ، الاحتراق النفسي لدى مدربي رياضة المصارعة بجمهورية مصر العربية ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، كلية التربية جامعة حلوان ، العدد (31)

© الحقوق محفوظة للاكاديمية الرياضية العراقية 2008
www.iraqacad.org