

## الاحترق النفسي لدى حكام كرة السلة بالدوري الليبي

\*د. الشارف عثمان الكوم \*\* د. وليد العربي شيوب \*\*\*د. خالد جموم علي

**مقدمة البحث وأهميته:** يعد الاحتراق النفسي من الظواهر النفسية التي تصاحب العمل الرياضي خاصة ومجالات الحياة المختلفة عامة، وسبب الإصابة بالاحتراق النفسي يعود إلى الرغبة الشديدة والملحة عند الرياضيين لتحقيق أهداف مثالية وواقعية، وقد نسمع أو نقرا عن لاعب أو حكم أو مدرب قد أصابه الاحتراق النفسي أي أن مستواه قد انخفض إلى أدنى درجة وفي طريقة إلى الانسحاب الكلي من الممارسة الرياضية، ولذا فإنه يمكن القول بأن ظاهرة الاحتراق تلك ناتجة عن حالة من الانهك البدني والنفسي التي قد تصيب الرياضي نتيجة تراكم أعباء الطموح ومصدراً للقلق والخوف من الفشل بدلاً من أن تصبح رغبة في التفوق والفوز.

ويذكر محمد علاوي (1998) إلى أن الكثير من المصطلحات والمفاهيم ظهرت في الآونة الأخيرة التي تشير أو تدل على ظواهر نفسية واجتماعية مختلفة تحتاج في أغلبها إلى بعض التفسير والتوضيح لكي يتمكن من أن نحقق الفائدة العلمية المرجوة من هذه الدراسة، وقد حظيت ظاهرة الاحتراق النفسي باهتمام الباحثين في مجال الرياضي. (4: 46-47)

ويرى أسامة راتب (2001) أن الاحتراق النفسي بمثابة حالة انهك للنواحي البدنية والدهنية التي تؤدي إلى مفهوم سلبي للشخص نحو نفسه أو ذاته إضافة إلى تكوين اتجاهات سلبية نحو العمل والحياة فضلاً عن افتقاد المثالية والشعور بالغضب. (1: 12)

وتشير ناهد سكر (2002) إلى ان الاحتراق النفسي استجابة تتميز بالإنهك الذهني والانفعالي يظهر نتيجة تكرار جهد كبير غير فعال لمواجهة متطلبات التدريب والمنافسة. (6: 53)

وتعد مهنة التحكيم عمل صعب يخضع إلى المسؤولية والقدرة على اتخاذ القرارات الصحيحة، وأن إدارة المباريات وإخراجها بشكل ناجح وتحديداً في لعبة كرة السلة والتي هي من بين أحد الألعاب الجماعية التي تتميز بإيقاع سريع ومناورات مستمرة بين الهجوم والدفاع طيلة شوطي المباراة فيظهر الدور الكبير للحكام وما يقع عليهم من أعباء متمثلة في الملاحظة والتقييم



- الفروق في ظاهرة الاحتراق النفسي وفق متغير التحصيل العلمي لدى حكام كرة السلة بالدوري الليبي.

4-1 فروض البحث:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في ظاهرة الاحتراق النفسي وفق متغير الدرجة التحكيمية (الدرجة الأولى - الدرجة الثانية) ولصالح حكام الدرجة الأولى.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في ظاهرة الاحتراق النفسي وفق متغير التحصيل العلمي.

5-1 المصطلحات المستخدمة في البحث:

**الاحتراق النفسي الرياضي** هو حالة من الإجهاد البدني والدهني والعصبي والانفعالي نتيجة للعمل مع الرياضيين والتفاعل معهم لفترة طويلة. (9: 271)

1-2 الدراسات العربية:

1-1-2 دراسة عصام محمد الباهي (2007) (3) وعنوانها: "الاحتراق النفسي لدى حكام كرة

السلة" حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على الفروق في ظاهرة الاحتراق النفسي لدى حكام كرة السلة وفق متغير الدرجة التحكيمية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي "مقياس الاحتراق النفسي" كأداة لجمع بيانات البحث، أما عينة البحث فكانت (12) حكماً تم اختيارهم بالطريقة العمدية وبواقع (6) حكام دوليين و(6) حكام درجة أولى واستنتج الباحث بأن كلاً من الحكام الدوليين وحكام الدرجة الأولى يتمتعون بمستوى جيد من الإعداد البدني والنفسي بشكل ساهم في مواجهة ضغوط المنافسة ومنها ظاهرة الاحتراق النفسي.

2-1-2 دراسة يونس وليد دنون ويحيي محمد علي (2004) (8) وعنوانها: "دراسة مقارنة

في الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم"

حيث هدفت الدراسة إلى التعرف على ظاهرة الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم من حيث الدرجة التحكيمية وكذلك التحصيل العلمي وقد استخدم الباحثان المنهج الوصفي (مقياس الاحتراق النفسي) كأداة لجمع بيانات البحث، أما عينة البحث فكانت (7) حكام من الدرجة

الأولى و(7) حكام من الدرجة الثانية تم اختيارهم بالطريقة العمدية وكانت أهم نتائج هذه الدراسة أنه لا توجد فروق في ظاهرة الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم في محافظة نينوى في كل من الدرجة التحكيمية والتحصيل الدراسي.

## 2-2- الدراسات الأجنبية:

2-2-1 دراسة رايدك وتوماس (Toms. D., Rardeke, L. 1997) (11) وعنوانها: "الضغوط النفسية وعلاقتها بظاهرة الاحتراق للرياضيين"

وهدفت الدراسة إلى التعرف على الضغوط النفسية وعلاقتها بظاهرة الاحتراق للرياضيين واستخدم الباحثان المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من السباحين والسباحات وعددهم (236) تم اختيارهم بالطريقة العمدية ومن أهم نتائج الدراسة أن الرياضيين الذين يمارسون من منظور الإيجاب هم أكثر عرضه للضغوط النفسية.

2-2-2 دراسة سيلفا (Silva 1990) (10) وعنوانها: "علاقة الاحتراق الرياضي بالضغوط

النفسية والانسحاب من الرياضة" هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الاحتراق والضغوط النفسية كاستجابة انفعالية للانسحاب من الرياضة عند العاملين في مجال كرة القدم، واستخدم الباحث المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (150) رياضي وكانت أهم النتائج وجود علاقة دالة إحصائياً بين الخوف من الفشل كمصدر للاحتراق والانسحاب من الرياضة - وجود علاقة دالة إحصائياً بين الاحتراق والضغوط النفسية.

## 3- إجراءات البحث:

3-1 منهج البحث: استخدم الباحثون المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة وأهداف البحث.

3-2 مجتمع البحث: اشتمل مجتمع البحث على حكام كرة السلة (الدرجة الأولى - الدرجة الثانية) المسجلين بالاتحاد الليبي لكرة السلة والبالغ عددهم (14) حكماً.

3-3 عينة البحث: تم اختيار عينة البحث بالطريقة العمدية من مجتمع البحث وقد بلغ عدد العينة (14) حكماً بواقع (7) حكام درجة أولى و(7) حكام درجة ثانية.

3-4 أداة البحث: مقياس الاحتراق النفسي للحكم الرياضي.

B. تم تصميم المقياس من قبل روبرت وانبيرج R. Weinberg وبيجي ريتشارنسون Richardson لقياس شعور الحكم الرياضي بالاحترق وقد تم ترجمته للعربية وتقنية من قبل محمد حسن علاوى ويتضمن المقياس (15) عبارة يقوم الحكم بالإجابة عنها وفق سبع بدائل (لا تنطبق على تماماً، تنطبق على بدرجة قليلة جداً، ينطبق على بدرجة قليلة، ينطبق بدرجة متوسطة، ينطبق على بدرجة كبيرة، ينطبق على بدرجة كبيرة جداً، ينطبق على تماماً) وتعطى الدرجات من (1-7) على التوالي ما عدا الفقرات (5-7-11) تحسب درجتها عكسياً وكما اقتربت درجة الحكم الكلية من (1.5) تعنى وصوله لحالة الاحتراق (5-503) مرفق رقم (1).  
 3-5 المجال الزمني: تم إجراء التجربة الأساسية يوم الثلاثاء الموافق: 8-9-2020م.  
 3-6 المجال المكاني: تم إجراء التجربة الأساسية في مقر الاتحاد الليبي لكرة السلة بطرابلس.  
 المعاملات الإحصائية المستخدمة في البحث:  
 تم استخدام المعالجات الإحصائية باستخدام الحقيبة.  
 3-7 الإحصائية SPSS وهي: المتوسط الحسابي. - الانحراف المعياري.  
 - عرض ومناقشة النتائج:  
 4-1 عرض النتائج:

الجدول (1) دلالة الفروق بين المحكمين من حيث الدرجة التحكيمية ن = 14

الدرجة التحكيمية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحتسبة	النتيجة
الأولى	2.457	0.427	1.782	2.103 *	توجد فروق دالة إحصائياً
الثانية	2.867	0.289			

من الجدول (1) الخاص بدلالة الفروق بين المحكمين من حيث الدرجة التحكيمية نلاحظ بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى حكام كرة السلة من حيث الدرجة التحكيمية (الأولى - الثانية) فقد بلغت قيمة ت المحتسبة (2.103) عند مستوى دلالة (0.05) وهي أقل من القيمة الجدولية والتي كانت قيمتها (1.782) وهذه تحقق الفرض الأول للبحث والذي ينص على أنه: توجد فروق ذات إحصائية في ظاهرة الاحتراق النفسي وفق متغير الدرجة التحكيمية (الأولى - الثانية) ولصالح حكام الدرجة الأولى.

## الجدول (2) دلالة الفروق بين المحكمين من حيث التحصيل العلمي ن = 14

الدرجة التحكيمية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت الجدولية	قيمة ت المحتسبة	النتيجة
الأولى	3.143	0.378	1.782	1.739	لا توجد فروق دالة إحصائياً
الثانية	2.571	0.787			

من الجدول (2) الخاص بدلالة الفروق بين المحكمين من حيث التحصيل العلمي نلاحظ بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى حكام كرة السلة من حيث التحصيل العلمي فقد بلغت قيمة ت المحتسبة (1.739) عند مستوى دلالة (0.05) وهي اقل من القيمة الجدولية والتي كانت قيمتها (1.782) وهذه النتيجة تحقق الفرض الثاني للبحث والذي ينص على أنه: لا توجد فروق ذات إحصائية في ظاهرة الاحتراق النفسي وفق متغير التحصيل العلمي.

2-4 مناقشة النتائج: من خلال عرض نتائج الجدول رقم (1) اتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى حكام كرة السلة من حيث الدرجة التحكيمية ولصالح حكام الدرجة الأولى وهذا يتفق ويحقق الفرض الأول للبحث كما أن نتائج الجدول رقم (2) والتي تبين أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية وبالتالي فهي أيضاً تحقق الفرض الثاني للبحث والذي ينص بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في ظاهرة الاحتراق النفسي وفق متغير التحصيل العلمي ويعزو الباحث سبب ذلك أي أن حكام كرة السلة يتمتعون بمستوى جيد من الأعداد البدني والنفسي لمواجهة ضغوط المنافسة والأجواء المحيطة بها لحكام الدرجة الأولى وأن الفرق واضح بين حكام الدرجة الأولى حكام الدرجة الثانية أما فيما يتعلق بالتحصيل الدراسي فإنه عند تكليف مجموعة من الحكام لإدارة المباريات على مستوى البطولات الرسمية للاتحاد الليبي لكرة السلة فإن هؤلاء الحكام يؤدون واجبه بشكل ينسجم مع قدراتهم وخبراتهم بقانون اللعبة ونقاربه مستوى أدائهم في التحكيم فضلاً عن الاحتكاك المستمر وتؤكد ذلك (رشيدة الغربي) أن تنوع الجهد البدني الواقع على حكام كرة السلة أثناء المباريات هو نوع من الضغوط التي يكون لها ردود أفعال متباينة حسب معدلات اللعب وإذا ما امتلك الحكم مستويات مرتفعة من الكفاءة المطلوبة فسوف يؤدي دورة على أحسن ما يكون والعكس صحيح (2: 144)

5-1 الاستنتاجات : لدى حكام كرة السلة الدرجة الأولى مستوى جيد من الإعداد النفسي مما يساهم في مواجهة الضغوط النفسية أثناء المنافسة ومنها ظاهرة الاحتراق النفسي. لدى حكام كرة السلة الخبرة والقدرة على التحكيم والحد أو التقليل من الوصول إلى ظاهرة الاحتراق النفسي.

2-5 التوصيات:

التأكيد على تهيئة الحكام بدنياً ونفسياً بشكل مستمر وخاصة حكام الدرجة الثانية.  
إجراء اختبارات بدنية ونفسية بشكل مستمر لصقل وتهيئة وإعداد حكام جيدين.

قائمة المراجع:

- 1 أسامة كامل راتب: الإعداد النفسي للناشئين دليل الإرشاد والتوجيه للمدربين والإداريين وأولياء الأمور، دار الفكر العربي، ط1، القاهرة، 2001م.
- 2 رشيدة محمد الغربي: المتغيرات الفسيولوجية لحكام كرة السلة أثناء المباريات، دار الوفاء للطباعة والنشر، ط1، الإسكندرية، 2006م.
- 3 عصام محمد الناهي: الاحتراق النفسي لدى حكام كرة السلة، بحث منشور، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية، المجلد 6، العدد الرابع، جامعة الموصل، 2007م.
- 4 محمد حسن علاوى: سيكولوجية الاحتراق للاعب والمدرب الرياضي، مركز الكتاب للنشر، ط1، القاهرة، 1998م.
- 5 محمد حسن علاوى: موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، مركز الشباب للنشر، ط1، القاهرة، 1996م.
- 6 تاهد سكر: علم النفس الرياضي في التدريب والمنافسة الرياضية، الدار العلمية الدولية للنشر والتوزيع، ط1، الاردن، 2002م.
- 7 تضر محمد فضالي: القوانين الرياضية وتطبيقاتها، المطبعة الاميرية، ط1، القاهرة، 1998م.
- 8 يونس وليد دنون: دراسة مقارنة للاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم، بحث منشور، مجلة الرافدين للعلوم الرياضية، مجلد الأول، العدد 38، كلية التربية الرياضية، جامعة الموصل، 2004م.
- 9-Pines A. Qaronson E: Combaling chinkdren and vauth. Servlces revnew. 1983.
- 10-Siva. J. M: An analysis of teacher lo Burneut to lhdivi daal and environment varlabies. Diss inter 1990.
- 11-Toms. D., RARDEKE. L Is athlete Burnout more than just stress sport exercise psychology 1997.