|  |  |
| --- | --- |
| وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  جامعة القادسية  كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة |  |

**مقياس قلق الحالة لحكام كرة القدم**

**بحث مسحي**

على حكام الدرجة الثالثة بكرة القدم في محافظة القادسية مقدم إلى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة القادسية

وهي جزء من متطلبات نيل شهادة البكالوريوس في التربية البدنية وعلوم الرياضة

تقدمت به الطالبة

رسل حيدر شخير

بأشراف

م. رؤى عباس

1444ه 2023م

****

**صدق الله العظيم**

**الاهداء**

إلى

* من انعم علي بنععة الوجود..... الله عز وجل.
* من يجري في دمي ويسري في عروقي .... والدي العزيز.
* من لا تستطيع الكلمات أن تفي حقها.... أمي الغالية.
* قدوتي في هذه الحياة....... اخي
* زهور حياتي......... أخوتي

شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على خاتم النبيين محمد واله الطيبين الطاهرين.....

في بداية كلامي لا يسعني إلا أن أتقدم بالشكر الجزيل لمن كان السبب الأول لوصولي إلى هذه المرحلة ( أمي الغالية ) .

كما أحب أن أوجه شكري وتقديري للدكتور ة المشرفة الذي كان الفضل في إتمام هذا البحث .

**الباحثة**

الفهرس

|  |  |
| --- | --- |
| **المحتويات** | **رقم الصفحة** |
| العنوان  الآية القرآنية  الاهداء  الشكر والتقدير  الفهرس | أ  ب  ج  د  هـ |
| **الفصل الأول**  التعريف بالبحث  المقدمة واهمية البحث  مشكلة البحث  اهداف البحث  فروض البحث  مجالات البحث | 1-4 |
| **الفصل الثاني**  الدراسات النظرية  القلق كحالة  القلق كسمة  مقياس القلق  الدراسات السابقة | 5-13 |
| **الفصل الثالث**  اجراءات البحث  منهج البحث  عينة البحث  ادوات البحث  استمارة الاستبيان  ثبات الاستبيان  صدق الاستبيان  موضوعية استمارة الاستبيان  الوسائل الاحصائية | 14-17 |
| **الفصل الرابع**  تحليل ومناقشة النتائج | 18-22 |
| **الفصل الخامس**  الاستنتاجات  التوصيات | 23-24 |
| **المصادر** | 25 |
| **الملاحق** | 26-30 |

الفصل الأول

١- التعريف بالبحث

١- ١- المقدمة وأهمية البحث

١-٢ - مشكلة البحث

١-٣ - أهداف البحث

١-٤- فروض البحث

١ - ٥- مجالات البحث

1-التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة وأهمية البحث:

أن العصر الحديث اخذ يهتم بعدة مجالات مختلفة وأبرزها المجال الرياضي حيث أخذ هذا المجال الاهتمام الكبير على المستوى الحكومي فقد اشتهرت دول عديدة من خلال انجازاتها الرياضية، وأصبح واضحا أن التطور الرياضي دليل على تقدم ورقي هذه الدولة وتحضرها. ويعد علم النفس الرياضي واحداً من العلوم التي حظيت بالدراسة والبحث للوصول إلى الحقائق العلمية التي تسهم في تطوير المستويات الرياضية إذ يحاول أن يدرس بصورة علمية سلوك وخبرة الفرد وعملياته العقلية المرتبطة بالنشاط الرياضي على مختلف مجالاتها ومستوياتها ومحاولة الوصف والتفسير والتنبؤ بها للإفادة من المعارف والمعلومات المكتسبة في التطبيق العملي.

ولعبة كرة القدم إحدى الألعاب الرياضية الأكثر شعبية في العالم وذلك لما تحمله من تشويق وإثارة ومتعة كبيرة سواء للاعب الممارس أو المتفرج (المشاهد).

تعتمد لعبة كرة القدم على عدة اركان الحكم، المدرب اللاعب...الخ) وأن من أهم هذه الاركان هي قواعد وقوانين اللعبة وتطبيقها بواسطة الطاقم التحكيمي المؤلف من أربعة حكام (حكم ساحة، حكمان مساعدان، الحكم الرابع)، من هنا تتضح أهمية الحكام بكرة القدم في المباراة لما لهم الأثر الكبير في سير المباراة.

وأن الحكام معرضين إلى ضغوط وانفعالات نفسية تحول دون حدوث استجابات عقلية وبدنية سريعة، فالقلق النفسي احد مظاهر الانفعالات النفسية الذي قد تؤثر وبدرجة واضحة على أداء الحكم المساعد أثناء المباراة ويحدث القلق أثناء وقبل المباراة لأسباب عديدة منها (الجمهور، اللاعبين المنطقة الفنية، طبيعة وظروف المباراة... الخ).

ومن هنا يترتب علينا معرفة أهم المعوقات التي يواجهها الحكام وأعدادهم إعداداً بدنياً وتربوياً ونفسياً، من أجل التقليل من تأثير هذه المعوقات لتكون قرارات الطاقم التحكيمي بشكل سليم وجعل اللعب نظيفا والتنافس بين اللاعبين بأسلوب رياضي شريف.

من هنا جاءت أهمية البحث في معرفة العلاقة بين قلق الحالة ومستوى أداء الحكام بكرة القدم، والوقوف على النقاط المهمة التي ترتقي بأداء الحكام.

**1-2 مشكلة البحث**

من الممكن أن تبدأ مباراة كرة القدم بدون وجود جمهور أو بعدد أقل من المقرر من اللاعبين (بشرط أن لا يقل عن سبعة لاعبين) لكن لا يمكن أن تبدأ المباراة بدون تكامل الطاقم التحكيمي (الحكم الحكمان المساعدان، الحكم الرابع) وان نجاح أي مباراة ينظر إليها من خلال نجاح الطاقم التحكيمي وتعاونهم في قيادتها.

فالحكام هم احد الأعضاء الأساسيين في لعبة كرة القدم بسبب السلطة المطلقة لهم والجهود العالية التي يبذلها فواصلت كافة المجالات الرياضية في جميع أنحاء العالم على ضرورة الاهتمام بهم .

ومن خلال اطلاع الباحث ومشاهدته لعدة مباريات وجد أن الحكام يرتكبون أخطاء تؤثر في نتائج المباريات، وأن هذه الأخطاء جاءت نتيجة تباين مستوى القلق قبل وخلال المباراة إضافة إلى ذلك الخلفية التي يمتلكها الحكم المساعد بالإضافة الى ذلك لاحظ الباحث قلة وجود الدراسات التي تهتم بالجانب النفسي لدى الحكام وكذلك قلة وجود البرامج التدريبية النفسية والعلمية لغرض التحضير النفسي لدى الحكام لتقليل الضغوطات النفسية المتعددة والاستفادة من قلق الحالة ليكون ميسرا لهم، أن جميع هذه المتغيرات تساهم في تردي أداء الحكام وزيادة نسبة الخطأ في المباريات، وسيتناول الباحث جزء من هذه المشاكل وهي قلق الحالة لدى الحكام في كرة القدم.

**1-3 أهداف البحث:** يهدف البحث التعرف على:

1. معرفة مستوى قلق الحالة لدى حكام كرة القدم.
2. ايجاد العلاقة بين القلق الميسر والقلق المعوق.

**1-4 فروض البحث**

تفترض الباحثة:

1. وجود علاقة بين القلق كحالة وسرعة اتخاذ القرار من قبل الحكام .
2. وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين القلق الميسر والقلق المعوق لدى الحكام.

**1-5 مجالات البحث**

1-5-1 المجال البشري// 16 حكما من حكام الدرجة الثالثة في محافظة الديوانية

1-5-2 المجال المكاني// جامعة القادسية\_ كلية التربية الرياضية

1-5-3 المجال الزماني 11/ 12/ 2022- 30/ 4/ 2023.

الفصل الثاني

2- الدراسات النظرية.

2- 1 القلق كحالة.

2- ٢ القلق كسمه.

2- ٣ مقياس القلق.

الفصل الثاني

**الدراسة النظرية**

**٢-١- تعريف القلق**

القلق هو استجابة انفعالية غير سارة تتسم بمشاعر ذاتية تتضمن التوتر والخشية والعصبية والانزعاج، كما تتصف بتنشيط الجهاز العصبي الذاتي وزيادة تنبيهه وتحدث حالة القلق عندما يدرك الشخص أن منبها معينا أو موقفا ما قد يؤدي إلى إيذائه أو تهديده أو إحاطته بخطر من الأخطار وتختلف حالة القلق من حيث شدتها كما تتغير عبر الزمن تبعا لتكرار المواقف العصبية التي يصادفها الفرد بحيث تعاود الفرد عندما تثيرها منبهات ملائمة، وقد تبقى كذلك زمنا إضافيا إذا ما استمرت الظروف المثيرة لها([[1]](#footnote-2))، ومن الأعراض النفس - جسمية للقلق سرعة النبض وخفقان القلب وارتفاع ضغط الدم وشحوب الوجه وبرودة الأطراف ورعشة اليدين . التنفس وعلاوة على ذلك الإحساس بالهم والغم واضطراب النوم والكوابيس وتغير الشهية والنظرة السوداوية للحياة عامة. ولكن هذه الأعراض والعلاقات جميعا تصيب الإنسان عندما يشعر بالتهديد في بعض مواقف الحياة وهي على ذلك تعد أعراضا مألوفة لا شذوذ فيها وهي تزول حين تزول أسبابها المعروفة وقلما ينجو منها أحد([[2]](#footnote-3)).

حسب " كامل راتب " القلق هو " أحد الانفعالات التي تؤثر على أداء الرياضيين، وأن هذا التأثير قد يكون إيجابيا يدفعهم لبذل المزيد من الجهد ، أو سلبا يعوق الأداء([[3]](#footnote-4)).

**2-2- أنواع القلق**

1- القلق الميسر: هو " ذلك النوع من القلق الذي يتميز بالشدة المناسبة ومن ثم الاستثارة المناسبة التي تساعد على مواجهة التهديد الذي يتعرض له الرياضي"([[4]](#footnote-5)).

2- القلق المعوق: هو " ذلك النوع من القلق الذي يتميز بالشدة العالية في مواجهة.

**2-3-القلق كحاله**

* يحتل موضوع القلق مركزا رئيسيا في علم النفس عامه وعلم النفس الرياضي خاصه لما له من أثار واضحة ومباشره على اختلاف الوظائف النفسيه أو الجسمية أو كلاهما.

وقد أشار العديد من الباحثين إلى أن القلق يعتبر بمثابة إنذار أو اشاره لتعبئة كل قوى الفرد النفسية والجسمية لمحاولة الدفاع عن الذات والحفاظ عليها.

كما قد يؤدي القلق إذا زادت حدته إلى فقد التوازن النفسي)) الأمر الذي يثير الفرد لمحاولة إعادة التحكم في هذا التوازن واستعادة مقوماته باستخدام العديد من الأساليب السلوكية المختلفة.

والقلق انفعال مركب من التوتر الداخلي والشعور بالخوف وتوقع الخطر, وهو ضرورة انفعاليه غير سارة يدركها الفرد كشئم ينبعث من داخله.

ويحدث القلق عادة عندما يشعر الرياضي بالضعف أو عدم الأمان أو عدم القدرة عندما يواجه بإعمال ومسئوليات يشعر إنها تفوق قدراته واستطاعاته, أو في حالة انزعاجه من بعض المخاوف السلبية التي ترتبط بتوقع مستواه في الأداء المطلوب منه انجازه.

وهناك جانب للقلق يشعر به الفرد في مواقف التهديد المختلفة وهو ما يعرف بقلق الحالة وهو صفة وقتيه تشير إلى الانفعال الحالي الذي يتميز بالخوف والتوتر ويتغير من وقت لآخر.

لذا يعرف القلق كحاله بأنه ((حالة انفعالية ذاتيه, يشعر فيها الفرد بالخوف والتوتر, ويمكن أن تتغير هذه الحالة في شدتها من وقت لآخر )).

وهناك أعراض متعددة للقلق لعل من بين أهمها التوتر عدم الاستقرار عدم الارتياح, التهيج, النرفزة, ضعف القدرة على التركيز والانتباه, شرود الذهن, سرعة النبض وخفقان القلب....الخ.

ويمكن القول إن القلق قد يكون له قوه دافعة ايجابية تساعد الفرد على بذل أقصى ما يمكن من جهد, وقد يكون له قوه دافعة سلبية ويسهم في إعاقة الأداء وتقليل الثقة بالنفس.([[5]](#footnote-6))

**٢-4 القلق كسمه**

* لقد بحث عن القلق منذ أكثر من ثلاثمائة وسبعون عاما وتعود أثار الدراسة من القلق إلى العالم بافلوف عام ۱۹۲۷ ومن بعده فرويد الذي طور أفكار مغايره حول القلق فقال (( إن موطن القلق الذي شخصه الفرد وتذكره وتوقعه في حالات متعددة دونما مساعدة, فالقلق في الأصل هو ردود فعل كحالة العجز التام لموطن الصدمات التي أعيد إنتاجها كاستدعاء للعون من اجل التخلص م موقع الخطر وإن الذات التي جربت الصدمة باستكانة وخضوع فهي الآن تعيد بصورة فعالة إنتاجا مخفضا الأسلوب))

وهناك آخرون فسروا القلق في وجهين مختلفين الوجه الأول منه إن القلق له علامات سلوكية خاصة يمكن ملاحظتها مباشرة كردود فعل ظاهرة مثل :

1- عدم الراحة ٢- التوتر. 3- تصبب العرق بشدة.

وهذه العلامات افترض على إنها موافقة ومطابقة للاستجوابات الانفعالية التي يسيطر عليها الجهاز العصبي بالدرجة الأولى.

أما الوجه الآخر فهو إن القلق حالة نظرية لحوادث تقع تحت الجلد بالنسبة للكائن الحي وان هذا التركيب يقدم على أساس الارتباط بالسلوك المضطر في حالات مثل :

١\_ الهستيريا. ٢ جنون العظمة الكاذبة. ٣\_ السلوك القهري.

اما قلق السمة فيعرف بأنه دافع أو استعداد سلوكي شخصي يجعل الفرد ميالا إلى إدراك عدد كبير من المواقف غير الخطرة على أنها مهددة له والاستجابة لهذه المواقف بمستويات مختلفة الشدة من قلق الحالة.([[6]](#footnote-7))

**٢-5 مقياس القلق**

* يلعب القلق دورا مهما لدى الرياضيين فقد يكون القلق ((قوة دافعه ايجابيه)) ويطلق عليه في هذه المرحلة (القلق الميسر) إذ يؤثر بصورة ايجابية على أداء الفرد الرياضي ويدفع لبذل المزيد من الجهد وتعينة كل قواه ويؤدي إلى زيادة ثقة اللاعب في قدراته.
* ومن ناحية أخرى قد يكون القلق ((قوة دافعة سلبيه)) ويطلق عليه في هذه الحالة (قلق معوق) إذ يسهم في إعاقة أداء اللاعب ويقلل من التقنية في قدرته ومستواه. ([[7]](#footnote-8))

وهناك بعض المقاييس الشائعة لقياس القلق من أهمها ([[8]](#footnote-9)):

1. مقياس تيلور للقلق الظاهر.
2. مقياس اختبار كامل للقلق.
3. مقياس اختبارات القلق الذي وضعه تشار از مشيبلرجر.
4. مقياس اختبار القلق الذي وضعه البرت وهاربر.

**2-6- الدراسات السابقة:**

1. (مقياس قلق الحالة لحكام كرة القدم بحث مسحي على الحكام الدوليين العراقيين للموسم الكروي العرقي 1997- 1998) د. سعيد منعم الشيخلي ود. طارق عبد الرحمن.

ويهدف البحث الى قياس قلق الحالة لحكام كرة القدم أن دراسة قلق الحالة بوجهيه الميسر والمعوق لدى الحكام الدوليين بكرة القدم، ولقد استنتج الباحث وجود علاقة ارتباط عالية بين القلق الميسر والقلق المعوق، وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القلق الميسر والقلق المعوق ولصالح القلق الميسر، فيما كان مستوى قلق الحالة لدى الحكام العراقيين الدوليين بكرة القدم كانت بمستوى متوسط وفق المقياس المعد لهذا الغرض . ولقد أوصى الباحث بضرورة اعتماد بطارية الاختبار من قبل الباحثان وان يتم تقويم الحكام وفق هذه الاستمارة بصورة دورية، بالإضافة إلى ضرورة وضع برامج شاملة لحكام كرة القدم لعراقيين تشمل تطوير الصفات النفسية والبدنية، وكذلك ضرورة تطوير الصفات النفسية للحكام العراقيين وذلك من خلال الزيادة بعدد المباريات الدولية التي يقودها الحكم العراقي خارج وداخل القطر، فيما أوجب الباحث معالجة شغب الملاعب من قبل الاتحاد بما يتلاءم والخلق الرياضي من اجل تحقيق المبادئ الحقيقية وأهداف النشاط الرياضي.

أوجه التشابه والاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسة السابقة

1. العينة المستهدفة هم حكام درجة الثالثة.

أما أوجه التشابه:

1. دراسة وصفية بطريقة مسحية
2. دراسة القلق والميسر والمعوق.
3. (علاقة قلق الحالة بمستوى اداء الحكام لمحافظة بغداد بكرة القدم) د. أحمد ذاري هاني.

إذ تناول الباحث جزء من هذه المشاكل وهي قلق الحالة لدى الحكام في كرة القدم. اهداف البحث يهدف الباحث إلى :

1. التعرف على مستوى قلق الحالة عند الحكام بكرة القدم.
2. التعرف على مستوى أداء الحكام بكرة القدم.
3. التعرف على العلاق بين قلق الحالة عند الحكام ومستوى ادائهم في المباريات.

من خلال مناقشة النتائج توصل الباحث إلى عدة استنتاجات حيث وجد ان هناك علاقة بين قلق الحالة ومستوى اداء الحكام بكرة القدم ومن خلال دراسته تم التعرف على مستوى قلق الحالة ومستوى الاداء لهم، وقد تم التوصل الى مجموعة من التوصيات منها ضرورة وضع برامج للحكام تختص في تطوير الصفات النفسية لهم.

أوجه التشابه والاختلاف:

1. الدراسات السابقة استهدفت الحكام
2. الدراسة الحالية تهدف التعرف على العلاقة بين القلق الميسر والمعوق.

الفصل الثالث

3- إجراءات البحث

۳-۱ منهج البحث.

3-2 عينة البحث.

3-3 أدوات البحث.

٣-٤ استمارة الاستبيان.

3-٤-1 ثبات الاستبيان.

3-٤-2 صدق الاستبيان.

٣-٤-٣ موضوعية استمارة الاستبيان.

3-5 الوسائل الإحصائية.

**3- إجراءات البحث**

**3-1 منهج البحث :**

استخدم الباحث المنهج المسحي لملائمته لطبيعة الدراسة الثالثة بكرة القدم.

**3-2 عينة البحث :** تم تحديد المجتمع وهم حكام الدرجة الثالثة بكرة القدم في محافظة الديوانية وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية من حكام الدرجة الثالثة بكرة القدم في محافظة حيث بلغ عددها (۱۰) حكام من أصل (۱۳) حكم درجة ثالثة في المحافظة أي شكلت العينة نسبة مئوية مقدارها 9, 76 من المجتمع الأصلي.

**3-3 أدوات البحث :**

اعتمد الباحث الأدوات التالية :

1. المصادر والمراجع العربية والأجنبية.
2. المقابلات الشخصية.
3. الاستبيان.

**٣-٤ التجربة الاستطلاعية:**

ان الغرض منا جراء التجربة الاستطلاعية وإن الغرض من إجراء التجربة الاستطلاعية بهدف تحديد الإطار العام لمحاور وفقرات ورقة الاستبيان التي سيعتمدها الباحث وإيجاد الأسلوب الواضح والأقرب إلى مدارك الحكام مما يجعل النتائج أكثر موضوعية ودقة. وقام الباحثة بتاريخ 4/ 1/ 2023 بتوزيع الاستبيان.

**٣-٥ استمارة الاستبيان:**

تألفت استمارة الاستبيان من (٢٦) سؤالا كان كل سؤال يقيس ناحية معينة ومناسبة لقياس صفة القلق وكان الغرض من هذه الأسئلة هو الكشف على مستوى القلق الذي يتميز به الحكم وهو مقياس معدل عن قياس القلق لدى الرياضيين.

**3-6 الأسس العلمية للاختبار :**

**3-6-1 ثبات الاستبيان :**

وزع الباحث استمارة الاستبيان على مجموعة من الأفراد الذين تم استبعادهم من عينة البحث مكونة من (۳) حكام من الدرجة الثالثة لإيجاد معامل ثبات أسئلة الاستبيان حيث تم توزيعها بتاريخ 4/ 1/ 2023 وأعيد توزيع الاستمارة على نفس المجموعة بتاريخ 11/ 1/ 2023 وبعد إيجاد معامل الارتباط بين الإجابتين ظهر إن معامل الثبات كان ۰٫۹۱ وهذا يدل على أن فقرات الأسئلة كانت ثابتة وتقيس الهدف الموضوع من اجله.

**3-6-2 صدق الاستبيان:**

قام الباحث بفحص استمارة الاستبيان ومفرداتها فقد تبين صلاحية صياغة الأسئلة وملائمتها لعينة البحث ووضوح عباراتها كما إنها كانت شاملة لكافة النواحي التي استخدمها الباحث, إضافة إلى ذلك تم استخراج صدق المعامل الصدق الذاتي وهو الجذر التربيعي لمعامل الثبات وكان ٠.٩٥ أي أن الأسئلة كانت صادقة في قياس القلق للمختبرين[[9]](#footnote-10)\*.

**3-6-3 موضوعية استمارة الاستبيان:**

تم عرض الاستبيان على عدد من المختصين في علم النفس وكرة القدم في جامعة القادسية, حيث اجمع المختصون على أن استمارة الاستبيان تقيس القلق للحكام ولم تختلف آرائهم حول معنى الأسئلة التي عرضت عليهم وهذا محقق شروط الموضوعية بالإضافة إلى استخدام الميزان الخماسي.

**3-7 الوسائل الإحصائية :**

1. الوسط الحسابي.
2. الانحراف المعياري.
3. معامل الارتباط.
4. اختبارات لقياس معنوية الاختبار.
5. اختبار t\_test
6. معادلة تحديد مستوى التوزيع.

الفصل الرابع

عرض وتحليل ومناقشة النتائج

**4- عرض وتحليل ومناقشة النتائج**

* لقد تم تلخيص نتائج الاختبارات وفق استمارة الاستبيان لقياس مستوى القلق الميسر والقلق المعوق وقلق الحالة لعينة البحث في الجدول رقم (۱) بشكل يسهل تحليلها ومناقشتها.

جدول رقم (۱)

يبين قلق الحالة (الميسر والمعون) لعينة البحث

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **تسلسل الحكم** | **القلق الميسر** | **القلق المعوق** | **قلق الحالة** |
| **1** | **34** | **21** | **55** |
| **2** | **34** | **21** | **55** |
| **3** | **37** | **25** | **62** |
| **4** | **48** | **25** | **73** |
| **5** | **40** | **20** | **60** |
| **6** | **46** | **40** | **86** |
| **7** | **41** | **23** | **64** |
| **8** | **32** | **21** | **53** |
| **9** | **48** | **30** | **78** |
| **10** | **30** | **19** | **49** |

يوضح هذا الجدول القلق الميسر والمعوق وقلق الحالة لحكام الدرجة الثالثة بكرة القدم في محافظة القادسية ومن خلال الجدول رقم (۱) يمكننا التعرف على مستوى القلق الميسر والمعوق وقلق الحالة لدى أفراد عينة البحث, فقد سجل الاختبار أعلى مستوى للقلق الميسر قيمة مقدارها ٤٨ في حين كانت اقل قيمة هي ۳۰ بينما كانت أعلى قيمة للقلق المعوق هي ٤٠ واقل قيمة هي ۱۹ وتؤكد النتائج على أن أعلى قيمة لقياس قاق الحالة لدى عينة البحث كانت ٨٦ واقل قيمة هي ٤٩.

جدول رقم (۲)

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة والمحتسبة والجدولية ودلالة الارتباط للقلق الميسر والمعوق لعينة البحث.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **المتغيرات** | **الوسط الحسابي** | **الانحراف المعياري** | **قيمة ر** | | **الدلالة** |
| **المحتسبة** | **الجدلية** |
| **ميسر** | **39** | **6.66** | **0.632** | **0.867** | **معنوي** |
| **معوق** | **24.5** | **6.328** |

* من خلال الجدول رقم (۲) يمكننا الاستدلال على وجود علاقة ارتباط بين القلق الميسر والقلق المعوق حيث كانت قيمة المحتسبة ٠,٨٦٧ ومن خلال المقارنة بين قيمة ( ر) الجدولية تحت مستوى دلالة ٠.٠٥ لدرجة حرية ٨ يتضح بأن قيمة (ر) المحتسبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية وهي ٠,٦٣٢
* ولاختبار معنوية الارتباط بشكل أدق استخدم الباحث اختبارات المعرفة معنوية الارتباط حيث كانت قيمة (ت) المحتسبة هي ٤,٩٢٤ وعليه يعزز استدلالنا على وجود فروق ذات دلالة معنوية لعلاقة الارتباط لمستوى القلق الميسر والمعوق حيث كانت قيمة (ت) المحتسبة ٤,٩٢٤ اكبر من قيمة ت الجدولية ٢,٢٦٢.

جدول رقم (۳)

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت المحتسبة والجدولية والدلالة للقلق الميسر والمعوق لعينة البحث

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **المتغيرات** | **الوسط الحسابي** | **الانحراف المعياري** | **قيمة ت** | | **الدلالة** |
| **المحتسبة** | **الجدلية** |
| **ميسر** | **39** | **6.66** | **0.4.735** | **2.262** | **معنوي** |
| **معوق** | **24.5** | **6.328** |

* من خلال جدول رقم (۳) يظهر لنا ما يؤد فرضيتنا وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مستوى القلق الميسر والمعوق حيث كانت قيمة ت المحتسبة ٤,٧٣٥ في حين كانت قيمة ت الجدولية ٢,٢٦٢ تحت مستوى درجة ثقة ٠,٠٥ ودرجة حرية ٩.
* من الأوساط الحسابية يمكننا التعرف على إن الفرق كان لصالح القلق الميسر الذي مقداره ۳۹ وبانحراف معياري مقداره ٦.٦٦ في حين كان مقدار الوسط الحسابي للقلق المعوق هو ٢٤,٥ وبانحراف معياري مقداره ٦,٣٢٨, وهذا يعني كلما ارتفعت درجة القلق الميسر لدى حكام الدرجة الثالثة بكرة القدم في محافظة القادسية كلما انخفض مستوى القلق المعوق
* ويشر لحالة القلق موانتر إلا إن ظاهرة القلق أصبحت محور اهتمام كثير من علماء النفس الرياضيين لنا لها من أثر على الأداء في المنافسات الرياضية).
* وعليه قام الباحث بوضع معيار لقياس قلق الحالة لدى الحكام من المعادلة التالية :

الوسط الحسابي + ٣ \* الانحراف المعياري

ويتم وفق هذه المعادلة تحديد أعلى واقل قيمة للدرجات المقترحة لاختبار قلق الحالة للحكام

* وعليه توصل الباحث إلى الجدول التالي الذي يقيم مستوى القلق للحكام.....

جدول رقم ( ٤ )

يوضح تقييم فلق الحالة لدى الحكام بكرة القدم

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **التقييم** | **الدرجة** | |
| **أعلى قيمة** | **اقل قيمة** |
| **ضعيف** | **اقل من** | **47** |
| **مقبول** | **48** | **57** |
| **متوسط** | **58** | **57** |
| **جيد** | **68** | **77** |
| **جيد جداً** | **78** | **97** |
| **ممتاز** | **98** | **130** |

* يمكننا من الجدول رقم ٤ معرفة مستوى القلق لدى حكام الدرجة الثالثة بكرة القدم في محافظة القادسية والذي كانت قيمة الوسط الحسابي له هي ٦٣,٥ والذي يقع تحت مستوى متوسط , ويعود السبب في هذا الاهتمام في الإعداد النفسي للحكم وعدم توفر شروط الأمن والأمان في بعض الملاعب التي تقام عليها المباريات في المحافظة.

الفصل الخامس

الاستنتاجات والتوصيات

5-1 الاستنتاجات.

5-2 التوصيات.

**5- الاستنتاجات والتوصيات :**

**5-1 الاستنتاجات :**

1. وجود علاقة ارتباط عالية بين القلق الميسر والقلق المعوق
2. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القلق الميسر والمعوق ولصالح القلق الميسر.
3. مستوى قلق الحالة لدى حكام الدرجة الثالثة بكرة القدم في محافظة القادسية كان بمستوى متوسط وفق المقياس المعد لهذا الغرض.

**5-2 التوصيات :**

1. ضرورة اقامة دورات ومحاضرات توعوية وبصورة مستمرة حول اهمية القلق والاثار السلبية للقلق.
2. ضرورة وضع برامج شاملة لحكام كرة القدم تشمل تطوير الصفات النفسية والبدنية
3. ضرورة تطوير الصفات النفسية لحكام كرة القدم وذلك من خلال الزيادة بعدد المباريات الخارجية والداخلية.
4. الاهتمام بدراسة علم النفس وإعداد البحوث في هذا المجال من اجل مواكبة الحركة الرياضية العالمية.

المصادر

1. احمد حسين عبد الكريم وآخرون : اثر القلق على بعض المتغيرات الفسيولوجية ومستوى الأداء الرقمية في سباق ٤٠٠ م عدو، المجلة الطبية المصرية، المجلد ٦٨، العدد ٥ - ٨.
2. أياد عبد الكريم العزاوي وآخرون : علاقة القلق النفسي بمستوى الانجاز في ظروف المسابقات المحلية والدولية للمنتخب الوطني لرفع الأثقال, بحوث المؤتمر العلمي الرياضي الرابع لكليات التربية الرياضية في العراق, بغداد ۱۹۸۸.
3. راجح احمد عزت : أصول علم النفس، ط ٦، القاهرة، ١٩٦٦.
4. ریسان خربط مجيد : موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية، ج٢، مطابع التعليم العالي، ١٩٦٦.
5. دافيد ف شبهان مرض القلق، ترجمة، عزت شعلان، مطابع الرسالة، الكويت 1988.
6. أسامة كامل راتب علم النفس الرياضي، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، بمصر، 1995.
7. أحمد أمين فوزي مبادئ علم النفس الرياضي المفاهيم - التطبيقات، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة 2003.

**ملحق ( ١ )**

**يوضح مقياس القلق لدى حكام كرة القدم**

في ما يلي بعض الحالات والمواقف التي تصادفك اثناء قيامك بتحكيم المباريات والمطلوب منك ان تقرأ كل عبارة بعناية ، ثم تضع علامة () امام حالة واحدة من الحالات الخمس المذكورة اسفل كل عبارة والتي تعتقد انها تدل بوضوح على مشاعرك وسلوكك.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ت | الفقرات | دائماً | كثيراً | أحياناً | نادراً | لا يوثر |
|  | | عندما تزداد دقات قلبي وأشعر ان تنفسي اسرع من المعتاد فأن ذلك يساعدني ببذل اقصى جهدي في قيادة المباراة |  |  |  |  |  |
|  | | ان التوتر الذي اشعر به قبل بدء المباريات يساعدني على اجادة لتحكيم تلك المباراة . |  |  |  |  |  |
|  | | ان التغير في بعض فترات القانون او قرارات الاتحاد الدولي بقانون اللعبة أجد سهولة في تنفيذه أثناء المباراة. |  |  |  |  |  |
|  | | قبل المباراة عندما تزداد دقات قلبي أو احس ان تنفسي أسرع من المعتاد فأن ذلك يساعدني على تهيئي لبذل اقصى جهد في المباراة . |  |  |  |  |  |
|  | | ان التوتر الذي اشعر به قبل بدء المباراة يعوقني عن الاجادة في قيادة المباراة |  |  |  |  |  |
|  | | ان حالات الاستهجان من قبل الجمهور يؤدي الى ارتباكي اثناء قيادة المباراة |  |  |  |  |  |
|  | | قبل المباراة عندما اشعر بأنني خائف ومضطرب فأني أنجح في السيطرة على اعصابي اثناء المباراة |  |  |  |  |  |
|  | | كلما ازدادت أهمية المباراة أشعر بأنني سوف اخفق في إدارة المباراة ولن اصل الى المستوى الحقيقي في إدارة المباراة |  |  |  |  |  |
|  | | قبل المباراة يبدو على التوتر والخوف واحتاج اثناء المباراة إلى فترة من الوقت لكي أعود لحالتي الطبيعية. |  |  |  |  |  |
|  | | حالات الاستهجان من قبل الجمهور يساعدني على زيادة حماسي القيادة المباراة. |  |  |  |  |  |
|  | | قد اكون عصبيا وقلقا قبل المباراة ولكن متى بدأت المباراة فأنني سرعان ما انسى حالتي واركز كل انتباهي للمباراة |  |  |  |  |  |
|  | | عندما يقدم لي شخصا ما النصيحة في اخر لحضه قبل المباراة لتعديل بعض الأخطاء الشخصية والعامة في التحكيم فاني أجد صعوبة في تنفيذ نصائحه أثناء المباراة. |  |  |  |  |  |
|  | | قبل المباريات الهامة أشعر بأنني غير واثق من نفسي ولكني متى بدأت المباراة فأن ثقتي بنفسي تزداد القيادة المباراة. |  |  |  |  |  |
|  | | قبل المباراة الهامة أشعر بأنني خائف من عدم امتلاكي اللياقة البدنية الكافية او الارتباك في قيادتي للمباراة ويؤدي ذلك إلى اضطرابي وعدم اجادتي في تحكيم تلك المباراة. |  |  |  |  |  |
|  | | عندما اكون عصبيا او قلقا قبل بدأ المباراة فأنني لا استطيع تركيز كل انتباهي لقيادة المباراة |  |  |  |  |  |
|  | | عندما اخطاء في بداية المباراة في أمور تحكيمية فأن ذلك يدفعني الى بذل اقصى جهدي لتعويض الخطأ التحكيمي. |  |  |  |  |  |
|  | | تظهر اجادتي في قيادة المباراة الهامة او المباريات الحاسمة أكثر من المباراة غير الحاسمة |  |  |  |  |  |
|  | | اثناء المباراة لا استطيع اداء بعض الحركات السريعة التي اجيدها اثناء التدريب خوفا من الاصابة |  |  |  |  |  |
|  | | عندما اخطأ في بداية المباراة في أمور تحكيمية فأن ذلك يعوقني على بذل اقصى جهدي لتعويض اخطأ التحكيمي. |  |  |  |  |  |
|  | | ان الواقع النفسي لأخر مباراة قمت بتحكيمها يكون غير واضح لدي في قيادتي للمباراة القادمة |  |  |  |  |  |
|  | | اثناء قيادتك لأحدى المباريات قد يكون احد اعضاء الاتحاد عضوا فعالا في نادي من الناديين المتبارين فهل يكون لك ميول وتعاطف باتجاه النادي الذي يعمل به عضو الاتحاد |  |  |  |  |  |
|  | | ان وجود تقيم سنوي لحكام كرة القدم من قبل لجنة الحكام واتحاد الكرة يدفعني لأظهار افضل ما لدي. |  |  |  |  |  |
|  | | في المباراة الهامة وخصوصا عند وجود جمهور كبير اجد صعوبة في ايجاد القرارات الصحيحة |  |  |  |  |  |
|  | | ان اثر اخر مباراة قمت بتحكيمها يكون لدي الأثر الواضح في قيادتي للمباريات القادمة |  |  |  |  |  |
|  | | اثناء قيادتي الأحد المباريات قد يكون أحد اعضاء الاتحاد عضوا فعالا في نادي من الناديين المتباريين فهل قيادتك للمباراة سوف يتحسن نحو الافضل على اجادتي في قيادتي للمباراة القادمة. |  |  |  |  |  |
|  | | ان وجود تقيم سنوي لحكام كرة القدم من قبل لجنة الحكام واتحاد الكرة يعوقني لأظهر افضل ما لدي. |  |  |  |  |  |

**ملحق ( 2 )**

**اسماء السادة الخبراء**

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| **ت** | **الاسم واللقب العلمي** | **الاختصاص** | **مكان العمل** |
| **1** | **أ.د.علي حسين هاشم** | **علم النفس/ كرة القدم** | **جامعة القادسية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة** |
| **2** | **أ.م.د. رافت عبد الهادي كاظم** | **علم النفس/ كرة القدم** | **جامعة القادسية / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة** |

1. () أحمد محمد عبد الخالق، قلق الموت، مطابع الرسالة، الكويت، 1987، ص 29. [↑](#footnote-ref-2)
2. () دافيد ف شبهان مرض القلق، ترجمة، عزت شعلان، مطابع الرسالة، الكويت 1988، ص.6 [↑](#footnote-ref-3)
3. () أسامة كامل راتب علم النفس الرياضي، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، بمصر، 1995، ص157. [↑](#footnote-ref-4)
4. () أحمد أمين فوزي مبادئ علم النفس الرياضي المفاهيم - التطبيقات، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة 2003، ص246. [↑](#footnote-ref-5)
5. () أحمد حسين عبد الكريم وآخرون : أثر الفلق على بعض المتغيرات الفسيولوجية ومستوى الأداء الرقمية في سباق ٤٠٠ متر عدو المجلة الطبية المصرية، المجلد ٦٨، العدد ٥-٨. [↑](#footnote-ref-6)
6. () أحمد حس القلق: الكريم وأخرون : أثر القلق على بعض المتغيرات الفسيولوجية ومستوى الأداء الرقمية في سباق ٤٠٠ متر عدو المجلة الطبية المصرية المجلد ٦٨ العدد ٨.٥ [↑](#footnote-ref-7)
7. () أياد عبد الكريم العزاوي وآخرون: علاقة القلق النفسي بمستوى الانجاز في ظروف المسابقات المحلية والدولية للمنتخب الوطني لرفع الأثقال بحوث المؤتمر العلمي الرياضي الرابع لكليات التربية الرياضية في العراق, بغداد، ۱۹۸۸ [↑](#footnote-ref-8)
8. () ريسان خربيط مجيد : موسوعة القياسات والاختبارات في التربية البدنية والرياضية ، ج ۲، مطابع التعليم العالي، ۱۹۸۸ [↑](#footnote-ref-9)
9. \* ينظر إلى الملحق رقم (1) في ص25. [↑](#footnote-ref-10)