مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم في المملكة العربية السعودية

أ. د. عبد العزيز عبد الكريم المصطفى ●

ملخص:

هدفت الدراسة إلي التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى عينة من حكام كرة القدم السعوديين، ولتحقيق ذلك استخدم البحث المسحي الوصفي على عينة من (132 حكما) اختيروا بطريقة طبقية من حكام اتحاد القدم السعودي. وقد طبق عليهم مقياس مقتبس ومعدل من قائمة ما سلاش للاحتراق النفسي (Weinberg & Richardson، 1977) وترجمه علاوي (1998) ، بعد قياس كل من الصدق والثبات.

وقد أشارت النتائج إلى أن الحكام يعانون من بعض الضغوط النفسية، والتي تتراوح ما بين (درجة منخفضة جدا إلى درجة متوسطة). كما أكدت النتائج من أن هناك فروقاً دالة إحصائيا بين الحكام عند مستوى (0.5) في مستوى الضغط النفسي؛ يعزى ذلك إلى الدرجة التحكيمية وذلك لصالح الدرجة الدولية، تليها الدرجة الأولى ثم الثانية. أما بالنسبة لسنوات الخبرة، والعمر فلم يكن لهما تأثير يذكر على مستوى الضغط النفسي للحكام. وأخيراً يوصي الباحث بمزيد من الدراسات والاختبارات بصورة دورية من أجل إعداد وصقل الحكام لياقيا ونفسيا من أجل التمكن من إدارة المباريات بشكل جيد.

الكلمات المفتاحية: الاحتراق النفسي، الحكم، كرة القدم

● قسم التربية وعلم النفس – كلية التربية – جامعة الإمام عبد الرحمن بن فيصل (الدمام سابقا)

مقدمة :

تعتبر الضغوط النفسية أحد الظواهر التي يتعرض لها الإنسان في مجمل حياته ، وتؤدي شدتها وتكرارها إلى تأثيرات سلبية على صحته العامة، والتي قد تصل إلى درجة الانهاك البدني ، والعقلي. مما قد يؤثر على حياته وعمله واستقراره الاجتماعي. ومع زيادة الاهتمام بالرياضة التي أصبحت من الروافد الاقتصادية للكثير من الدول ، كما أن الممارسة والإنجاز الرياضي البطولي أصبح مطلبا حضاريا يقاس به تقدم الأمم دون استثناء. لذا فقد أصبحت الضغوط النفسية أحد مظاهر الممارسة الرياضية التنافسية باختلاف مستوياتها وممارسيها، والتي غالبا ما يتعرض لها الرياضيون، والحكام، والمدربون، والإداريون، وجميع العاملين كنتيجة طبيعية للبحث عن التميز والتفوق، أو الخوف من الفشل، أو التقييم غير المنصف، أو عدم اتخاذ القرار السليم، أو عدم التحكم في الانفعالات، أو فقدان الثقة بالنفس، أو عدم الثبات في الأداء أو النظرة السلبية من الآخرين وغيرها (المصطفى، 2017).

وقد أوضحت نتائج بعض الدراسات أهمية المهارات النفسية للاعب الرياضي ، والحكم على السواء ، باعتبارهما بشراً يتشابهون في كل الصفات الإنسانية وإن اختلف دور كل منهما، فالحكم باعتباره إنساناً يعمل كقاض لتطبيق القواعد وقوانين اللعبة، واتخاذ القرارات المناسبة، وكذلك العمل كمفاوض لمناقشة وحل التوتر الذي ينشأ خلال المنافسات بين اللاعبين، كما يعمل كضابط عدل لجميع المشاركين في المنافسات الرياضية ، وبالتالي فان جميع المهام السابق ذكرها تقع تحت إشرافه ومسؤوليته ، لذا فإن اتخاذ القرار السليم والعادل في أي من تلك المواقف مطلبا أساسيا من أجل تعميم ثقافة الموضوعية في إحقاق العدل بين الجميع دون تمييز، وبالتالي فإن ذلك قد يعرض الحكام لكثير من القضايا النفسية كالقلق والضغط والتوتر ومن ثم إلى الاحتراق النفسي (جابر ، 2008؛ وعرابي وآخرون ، 2007؛ Maslach، 1998).

مصطلح الاحتراق النفسي Burnout Psychological من المصطلحات النفسية المعاصرة التي ظهرت خلال دراسات مجال ضغوط العمل المتمثلة بالإنهاك البدني والعقلي والانفعالي، حيث يذكر فرندنبرج (1980) من أن الاحتراق حالة إنهاك للنواحي البدنية والذهنية التي تؤدي إلى مفهوم سلبي لذات الإنسان، إضافة إلى تكوين اتجاهات سلبية نحو العمل ، والأسرة ، بل والناس الآخرين في البيئة المحيطة به ، فضلا عن الشعور بالغضب، وعدم التحكم في الانفعالات في كثير من المواقف الاجتماعية أو خلال المنافسات الرياضية. لذا فإن ظاهرة الاحتراق النفسي

ناتجة من حالة الإنهاك والضغط البدني والانفعالي الذي يتعرض له الحكم في عمله أو خلال مشاركته في تحكيم المنافسات الرياضية نتيجة لتراكم متطلبات أعباء الطموح التي قد تصبح مصدراً للخوف من الفشل والإحباط الذاتي . ويضيف ماسلاش وجونسون أن الاحتراق النفسي في معظم الأحيان يصاحبه ثلاثة أعراض وهي: الإنهاك الانفعالي، وفقدان الإحساس بالشخصية؛ أي عدم التفاعل مع الآخرين، وكذلك افتقاده للإنجاز الشخصي (Dirceu، et al.، 2018; Maslach & Leiter، 2008; Maslach، et al.، 2001; Maslach، 1998)

يؤكد المصطفى (2017 ; 2013 ; 2005) على الرغم من استمتاع الرياضيين بالتحدي لقدراتهم وإمكاناتهم البدنية والعقلية والنفسية، والإنجاز والشعور بالرضا ، وكذلك الأجور المالية والمكافآت التي يحصلون عليها ، والشهرة إلا أنه في المقابل يمكن أن يتعرضوا للكثير من المشاكل والصعوبات كالإحباط والفشل، والإرهاق النفسي والعاطفي. لذا ضرورة إجراء الاختبارات النفسية لقياس الإرهاق البدني، والضغط النفسي، والصلابة الذهنية، والاحتراق النفسي الذي قد يتعرض له الرياضيون عامة نتيجة وجودهم مع بعض لفترات زمنية طويلة، والتواصل المستمر بين اللاعبين، والحكام ، والمدربين ، والجماهير، والذي قد يعرضهم لبعض المشاعر السلبية سواء من قبل الجماهير الرياضية، أو الاعلام الرياضي، أو الإداريين نتيجة التوقعات والانتقادات المتكررة ، ومن ثم إلى الإجهاد ، والقلق ، والاحتراق النفسي (Ruotsalainen، et al.، 2015; Kruger، et al.، 2012).

لقد حظيت ظاهرة الاحتراق النفسي باهتمام العديد من الباحثين في مجال علوم الحركة والتربية البدنية والرياضة سواء على مستوى الممارسة كاللاعبين ، أوفي مجال التدريب كالمدربين، ومعلمي التربية البدنية، حيث تركزت اهتماماتهم على دراسة أسباب الظاهرة ، ووصف تأثيراتها السلبية من خلال التعامل مع المحيطين ، والإحساس بالملل والتعب والإرهاق البدني، مؤمنين بان أعراض الاحتراق النفسي تتمثل في الإنهاك البدني أو الجسدي كالشعور بالتعب، والإنهاك الانفعالي كالشعور بالإحباط والاكتئاب، والإنهاك العقلي كالشعور بعدم الرضا عن أنفسهم. كما يضيف عثمان (2001) من أن مراحل حدوث الاحتراق النفسي يمر بثلاث مراحل وهي: مرحلة الإنذار كسرعة التنفس، ومرحلة المقاومة وذلك من خلال شعوره من أن الأعراض الجسدية السابقة قد اختفت، وأخيرا مرحلة الإنهاك ويكون أكثر عرضة للضعف وعدم القدرة على اتخاذ القرار المناسب أو التفاعل مع الآخرين في محيطه.

كما أن مفهوم الاحتراق النفسي لم يدرس بشكل محدد وواضح في النظريات النفسية ، وإنما بدأ بصورة استكشافية ، وتم ربطه بضغوط العمل كتفسير عام. وللعلم هناك عدة نماذج ونظريات فسرت ظاهرة الاحتراق النفسي ، ويعتبر نموذج تشرينس (Cherniss 1985) من الأوائل الذين فسروا ظاهرة الاحتراق النفسي من خلال أربعة مجالات شملت: الصحة، والقانون، والتمريض، والتدريس (Richardsen & Buke، 1985).

وعلى مستوى النظريات ، يرى أصحاب نظرية التحليل النفسي من أن الاحتراق النفسي ناتج عن ضغط العمل والاهتمام الزائد بمتطلباته، وأنه ناتج عن فقدان الأنا المثل الأعلى، وحدوث فجوة بين الأنا والآخر، وفقدانه جانب المساندة التي كان ينتظرها، ويمكن استخدام فنيات التحليل النفسي لعلاج الاحتراق النفسي كالتنفس الانفعالي (فريحات والربضي، 2010).

بينما يؤكد أصحاب النظرية السلوكية من أن السلوك هو ناتج عن العوامل البيئية ، كما أنهم لم يتجاهلوا أحاسيس ومشاعر الإنسان مثل رغباته، أي أن الاحتراق النفسي حالة داخلية شأنها شأن الغضب والقلق ، إذا ما تم ضبط تلك العوامل فإنه من السهولة التحكم في الاحتراق النفسي الذي يتعرض له كتعديل السلوك (عودة، 1998).

أما أصحاب النظرية الجشطالية (المضمون الإدراكي) ، فيؤكد الشرقاوي (1998) أهمية إدراك المثيرات التي تجعل الباحث يستفيد من النظرية وتوظيفها في إدراك الضغوط النفسية. انطلاقا من الإدراك العام والتعرف على الأجزاء أي كيف يدرك الفرد الموقف ويستجيب له في إطار معرفي، الذي من شأنه أن يؤدي بالفرد إلى إعادة تنظيم الموقف في صورة جديدة ، الذي ينشأ عملية الاستبصار التي يمكن توظيفها في إدراك الضغوط النفسية. فالمشكلات في نظر الجشطالية هي مشكلات إدراكية تظهر على الفرد عندما يحدث التوتر والإجهاد نتيجة للتساوي بين الإدراك وعوامل التذكر بهدف حل المشكلة أو فحصها، والوصول إلى الحل المقترح وفقا لمبدأ الاستبصار.

أما أصحاب النظرية الوجودية فيركزون في تفسيرهم للاحتراق النفسي على وجود المعنى في حياة الفرد، فالفراغ الوجودي الذي يجعله يشعر بعدم أهميته وتقديره لذاته، ومن ثم عدم السعي لتحقيق أهدافه ، الذي قد يعرضه للاحتراق النفسي، فالعلاقة بينهما وجودية (فريحات والربضي، 2010).

وللعلم هناك العديد من الدراسات التي استخدمت مقياس الاحتراق النفسي من خلال

تطبيقه على عينات مختلفة (الحجايا والزغيلات; المختار، 2005)،(Andrew، 2013)؛ وغيرهما، إلا هناك ندرة في الدراسات التي طبقت مقياس الاحتراق النفسي على حكام الألعاب الرياضية الجماعية والفردية. لقد أصبحت ظاهرة الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم قضية من قضايا المجتمعات الرياضية المعاصرة ، باعتبارها الرياضة الشعبية الأولى ، وكذلك أصبحت رياضة وصناعة احترافية واستثمارية. وهناك بعض الدراسات العربية كدراسة الناهي (2007) على حكام كرة السلة، ودراسة منصور (2007) على المدرب الرياضي، ودراسة عباس (1998) على الرياضيين. كما أن هناك بعض الدراسات العربية التي طبقت على حكام كرة القدم، كدراسة الدوسري (2008)، وجابر (2008)، وعرابي وآخرون (2007) ، ويونس وعلي (2004) . كما أن هناك دراسات طبقت على حكام كرة القدم في المجتمعات الغربية كدراسة (Ferreira Brandão ، et.، 2014) ، ودراسة (Kruger، et al.، 2012) ، ودراسة (Wolfson & Neave (2007) .

وتضيف عمار (2007) من أن الاحتراق النفسي والضغط النفسي كلاهما يعبر عن حالة من الإجهاد والإنهاك البدني والنفسي ، لكن الاختلاف يتلخص في أن الضغط النفسي الذي قد يزول في حالة التعامل مع مصدر الضغط (داخليا أو خارجيا)، وقد يكون سببا في الاحتراق النفسي. بينما الاحتراق النفسي حالة نفسية تتميز بمجموعة من الأعراض كالتعب البدني والانفعالي والتوتر والقلق الذي قد يدوم لفترة أطول. كما يضيف آخرون أهمية العلاقة بين القلق والاحتراق النفسي، حيث إن القلق قد يكون سببا من أسباب الاحتراق النفسي حيث يؤكد ديرسيو وآخرون (Dirceu، et al.، 2018) من أن الأفراد الذين يعانون من القلق يكونون أكثر حساسية في بيئات العمل ، وتظهر بصورة واضحة عند الانتقادات حيث ينظرون إليها على أنها مصدر تهديد لوضعهم الوظيفي أو التحكيمي مما يضاعف درجة القلق لديهم.

وفي حدود إطلاع الباحث هناك ندره في الدراسات التي تناولت مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم في الدول العربية عامة والسعودية خاصة، لذا جاءت فكرة هذه الدراسة كمحاولة جادة للتعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى لحكم السعودي خصوصا بعد التغيرات الإدارية في هيئة الرياضة والاتحاد السعودي لكرة القدم خلال العاميين الماضيين والتي أثرت كثيرا على مستوى إدارة الاحتراف الكروي، وأساليب تطوير الحكام. لذا يتلخص هدف الدراسة في التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم السعوديين.

مشكلة الدراسة :

لقد أصبحت مشكلة التحكيم في كرة القدم تحتل مكانة كبيرة لدى هيئة الرياضة ، والأندية الرياضية ، واتحاد الكرة ، والإعلام الرياضي، والمستثمرين ، والجماهير والمتابعين مما يعرض الحكام إلى الكثير من المشاكل والقلق والتوتر والإحباطات النفسية. حيث يرتبط أداء حكام كرة القدم بالعديد من العوامل المختلفة والتي تتفاوت شدتها وقوتها، مما يؤثر على مستوى استعدادهم النفسي والبدني العام ، وقدرتهم على التحكم في انفعالاتهم ، والذي قد يؤثر على اتخاذ القرار السليم خلال مواقف اللعب المختلفة (Oliverira & Pires، 2017; Pedrosa & Garcia-Cuet0، 2015).

ويشير ديرسيو وآخرون (Dirceu، et al.، 2018) وروتسلنين وآخرون Ruotsalainen، et al.، 2015)) من أن حكام كرة القدم يقع عليهم عبء كبير يتعدى متطلبات بذل الجهد البدني والنفسي والعقلي ، وذلك من خلال حركة اللاعبين المستمرة على مستوى زمن المباراة، وخلال مدار الموسم الرياضي، وتحت الظروف التنافسية العالية بين اللاعبين، ونقد الجماهير والإعلام الرياضي. ونتيجة لهذه الأعباء والضغوط النفسية، قد يتعرض الحكم إلى ما يسمى بالاحتراق النفسي. لذا يتعين على الحكام التعايش مع انتقاد اللاعبين والمدربين والإعلامين وإداريي الأندية، فهم دائما ما يتعرضون للهجوم الجسدي أو اللفظي، كما قد ينشئ بيئة يسيطر عليها الخوف من ارتكاب الأخطاء أثناء التحكيم. وقد يسبب التحكيم لدى بعض الحكام المشاكل الأسرية، والمهنية والاجتماعية ، لذلك ليس من المستغرب أن كثيراً من حكام الكرة يعيشون تحت مستويات عالية من الإجهاد البدني والنفسي.

ونظرا لندره الدراسات التي تناولت قضايا التحكيم الرياضي في المملكة العربية السعودية بصفة عامة وكرة القدم بصفة خاصة، جاءت فكرة الدراسة الحالية للفت انتباه اتحاد الكرة إلى أهمية الدراسات النفسية لفهم شخصية الحكم، وأساليب التعامل الإيجابي مع مصادر الضغط النفسي التي يتعرض لها والتي قد تعرضه للاحتراق النفسي في مراحل متقدمة من عمر التحكيم.

أهداف الدراسة : التعرف على:

1. مستوى الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم السعوديين.
2. درجة الفروق بين مستوى الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم السعوديين تبعا للدرجة

التحكيمية ، وسنوات الخبرة في التحكيم.

3. درجة الفروق بين مستوى الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم السعوديين تبعا للعمر الزمني للحكم.

تساؤلات الدراسة :

1. ما مستوى درجة الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم السعوديين من وجهة نظرهم؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة مستوى الاحتراق النفسي للحكام السعوديين تعزى إلى الدرجة التحكيمية (دولي/أولى/ثانية)؟
3. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة مستوى الاحتراق النفسي للحكام السعوديين تعزى إلى سنوات الخبرة في التحكيم (5/10/15 سنة فما فوق) ؟
4. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة مستوى الاحتراق النفسي للحكام السعوديين تعزى إلي العمر (24 إلى أقل من 30 سنة، و 30سنة فما فوق) ؟

الدراسات السابقة :

أجرى الحجايا والزغيلات (2016) دراسة بهدف التعرف على مستوى الاحتراق النفسي للاعبي التانجستو بجنوب الأردن وعلاقته بالإصابات الرياضية، ولتحقيق ذلك تم استخدام مقياس ماسلاش للاحتراق النفسي . وأظهرت النتائج من أن مستوى الاحتراق النفسي بين اللاعبين بدرجة متوسطة. كما أكدت النتائج أيضا على أهمية درجة الحزام والعمر التنافسي، بينما لم يكن هناك فروق تذكر للعمر.

أجرى منصوري (2011) دراسة بهدف التعرف على مفهوم الذات وعلاقته بظاهرة الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم بالجزائر، وذلك من خلال استخدام مقياس الاحتراق النفسي للحكم الرياضي. وقد أوضحت النتائج من أن مستوى الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم كان بدرجة متوسطة . وأوصى بضرورة الممارسة الكثيرة للتحكيم وذلك من أجل خفض درجة الاحتراق النفسي للحكام.

كما أجرى جابر (2008) دراسة بهدف معرفة مدى شيوع ظاهرة الاحتراق النفسي بالنسبة للحكام الرياضيين في الألعاب الجماعية والتي تشمل كرة السلة والطائرة واليد والقدم، وذلك من خلال تطبيق مقياس ما سلاش للاحتراق النفسي للحكم الرياضي. وأظهرت النتائج من أن مستوى الاحتراق النفسي عالٍ بين حكام الألعاب الجماعية. وقد أوعز ذلك إلى الفوضى وعدم

النظام مما يترتب عليه حدوث ضغط نفسي وتوتر عصبي الذي يؤدي بدوره إلى تدني مستوى الدافعية والشعور بعدم الرضا بالنسبة للحكم.

كما أجرى الطحاينة (2006) دراسة بهدف إلى الكشف عن مستوي الاحتراق النفسي لدى حكام الألعاب الرياضية في الأردن وعلاقتها ببعض المتغيرات ، وذلك من خلال استخدم مقياس الاحتراق النفسي للحكم الرياضي . وأوضحت النتائج من أن الحكام يعانون من الاحتراق النفسي بدرجة متوسطة . كما أظهرت فروقاً ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي لدى الحكام تعزى لمتغير العمر والخبرة . في حين لم توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي بين حكام الألعاب الفردية وحكام الألعاب الجماعية .

كما أجرى عرابي وآخرون (2007) دراسة بهدف التعرف على مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأردن، وكذلك الفروق في مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأردن تبعا لمتغير الدرجة . وقد أظهرت النتائج من أن مستوى الاحتراق النفسي لدى مدربي الكرة كان ضمن المستوى المتوسط ، كما أن درجة المدرب (دولي ا ، ب ، س) لها تأثير على مستوى الاحتراق أي أنه كلما ارتفعت درجة المدرب انخفضت درجة الاحتراق النفسي لديه.

أجرى جابر (2007) دراسة بهدف معرفة مدى شيوع ظاهرة الاحتراق النفسي للمدربين الرياضيين في الألعاب الجماعية وذلك من خلال تطبيق مقياس الاحتراق النفسي للمدرب. وأظهرت النتائج من أن الضغوط النفسية تزداد مع الرغبة بالفوز بالبطولات الرياضية. وأن الإحباطات تزداد مع زيادة المسؤوليات التي تقع على عاتق المدرب.

كما أجرى ذياب (2007) دراسة بهدف التعرف على الضغوط المهنية ودرجة الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي ، من خلال مقياس الضغوط على المدرب الرياضي ومقياس الرضا عن مهنة التدريب الرياضي . وقد أظهرت نتائج الدراسة أن هناك نقصاً في الإنجاز الرياضي والإنهاك الانفعالي والتذمر الشخصي لدى المدرب الأقل خبرة والأكثر إحساسا بدرجة الضغوط المهنية .

كما أجرى يونس وعلي(2004) دراسة بهدف التعرف على مستويات الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم في الدوري العراقي ، وذلك من خلال تطبيق مقياس الاحتراق النفسي للحكم الرياضي. وقد أشارت النتائج من أنه لا توجد دلالة إحصائية في ظاهرة الاحتراق النفسي تعزى للدرجة التحكمية ، وكذلك التحصيل الدراسي.

كما قام زينه (2002م) بدراسة تهدف إلى المقارنة بين الاحتراق النفسي وسمات الشخصية بين حكام بعض الالعاب الفردية والجماعية والتعرف على أهم أسباب وأعراض الاحتراق النفسي بينهما. وقد أشارت النتائج إلى وجود فروق داله إحصائيا بين حكام الملاكمة وحكام كره القدم لصالح حكام كرة القدم. وكذلك فروق بين حكام الطائرة وحكام القدم لصالح حكام الطائرة، كما أظهرت النتائج عدم وجود علاقه ارتباطيه بين الاحتراق النفسي وبعض سمات الشخصية الأخرى ، وكذلك وجود علاقه ارتباطيه دالة إحصائيا بين الاحتراق النفسي وبعض سمات الشخصية الأخرى وهي(العصبية – العدوانية – الاكتئاب – القابلية للاستثارة – السيطرة – الضبط او الكف)

أجرى الشهاوي (2001) دراسة بهدف التعرف على الفروق في درجات الاحتراق النفسي لحكام كرة القدم والعلاقة بين بعض مقومات الشخصية ، وقد خلصت النتائج إلى أن الحكام يعانون من الاحتراق النفسي ، كما أشارت بعدم وجود فروق دالة إحصائياً في درجه الاحتراق النفسي تعزى لمتغيرات القلق كحالة وكسمة – تركيز الانتباه – عدد سنوات الخبرة – الدخل للاستثارة– الاجتماعية – الهدوء الكف –الضبط) .

مصطلحات الدراسة :

الاحتراق النفسي: استجابة للتوتر النفسي الناتج عن التعامل مع الآخرين ممن يعانون توتراً نفسياً ناتجاً من الشعور بالتعب والإجهاد النفسي وفقدان الطاقة الجسمية والعقلية للرغبة في الإنجاز (Kelley & Gill، 1993)

التعريف الإجرائي: حالة من التوتر والانفعالات السلبية والانهاك البدني والانفعالي التي يتعرض لها حكام كرة القدم نتيجة عدم التكيف أو التحمل للضغوط التي تواجههم سواء داخل الملعب أم خارجه.

منهج الدراسة :

استخدم البحث المسحي الوصفي وذلك لملاءمته للدراسة.

العينة :

تم تطبيق الدراسة على عينة طبقية من حكام كرة القدم المسجلين في الاتحاد السعودي لكرة القدم (132 حكما) أي ما نسبته (30 %) من مجتمع الدراسة البالغ (428 حكما منهم 17 دوليا ، 210 أولى، و 201 ثانية) مسجلين لدى الاتحاد السعودي لكرة القدم ، وبمتوسط أعمارهم

(المتوسط الحسابي = 27.23 ، وانحراف معياري = 4.98)، موزعين على المناطق الجغرافية على النحو الآتي، أنظر جدول رقم (1).

جدول (1)

وصف أفراد العينة وفقا للمنطقة ، وسنوات الخبرة، والصفة التحكيمية والحالة الاجتماعية، والدرجة التحكيمية ، والعمر والنسب المئوية

المنطقة/ المحافظة	العدد	النسبة المئوية
الشرقية (الدمام – الإحساء –القطيف- الجبيل – رأس تنورة)	22	16.66
الشمالية (تبوك – حائل)	3	2.27
الوسطى (الرياض – القصيم وما حولها)	40	30.30
الغربية (جدة – مكة المكرمة – المدينة المنورة وما حولها)	42	31.82
الجنوبية (أبها – عسير – جيزان – نجران وما حولها)	25	18.94
المجموع	132	100%
سنوات الخبرة		
8-4	40	30.30
12-9	65	49.24
13 فأكثر	27	20.45
صفة التحكيم		
دولي	17	12.88
أولى	60	45.45
ثانية	55	41.67
الحالة الاجتماعية		
المتزوج	100	75.76
الأعزب	32	24.24
العمر		
24 سنة إلي أقل من 30 سنة	67	50.76
من 30سنة فما فوق	65	49.24

أداة الدراسة :

تم استخدام مقياس الاحتراق النفسي للحكم الرياضي الذي صممه كل من واينبرج

وريتشاردسون (Weinberg & Richardson، 1977) وترجمه علاوي (1998) لقياس شعور الحكم الرياضي بالاحتراق تحت عنوان الاحتراق في التحكيم وهو مقياس مقتبس ومعدل من قائمة ما سلاش للاحتراق . ويتضمن المقياس (15 عبارة) يطلب من الحكم بالإجابة على عبارات المقياس من خلال مقياس سباعي (لا تنطبق علي تماما، ينطبق علي بدرجة قليلة جدا، ، ينطبق علي بدرجة قليلة، ينطبق علي بدرجة متوسطة، ينطبق علي بدرجة كبيرة، ينطبق علي بدرجة كبيرة جدا، ينطبق علي تماما).

الصدق :

اعتمد الباحث على صدق المحتوى أو المضمون Content Validity وصدق التجانس الداخلي Internal Consistency. بالنسبة لصدق المحتوى تم عرض الاستبانة على محكمين من أعضاء هيئة التدريس وبعض الحكام المقيمين ، وقد اتفق الجميع على جودة العبارات بما يتفق وأهداف الدراسة ، وكذلك واقعية الموقف وتمثيله للصفة التي يقيسها..

أما فيما يتعلق بالتجانس الداخلي للاستبانة Internal Consistency فقد تم حساب معامل ارتباط الاتساق Consistency Coefficient of Correlation بين فقرات الاستبانة والدرجة الكلية للاستبانة من ناحية. والجدول رقم (2) يوضح قيم ارتباط الاتساق بين درجة كل فقرة ودرجات جميع فقرات الاستبانة، حيث إن جميع العبارات دالة عند مستوى (0.05) وهي نتائج صدق جيدة.

جدول رقم (2)

معامل ارتباط بيرسون لكل عبارة من عبارات الاستبانة والدرجة الكلية للاستبانه

رقم	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	رقم	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
1	*0.614	0.05	9	*0.725	0.05
2	*0.515	0.05	10	*0.516	0.05
3	*0.549	0.05	11	*0.655	0.05
4	*0.494	0.05	12	*0.518	0.05
5	*0.629	0.05	13	* 0.519	0.05
6	*0.541	0.05	14	*0.560	0.05
7	*0.695	0.05	15	*0.639	0.05
8	*0.594	0.05			

ثبات الاستبانة :-

تم تقدير ثبات المقياس باستخدام إعادة الاختبار Test-Retest حيث تم توزيع الاستبانة على عينة (10) من الحكام الذين يقومون بالتحكيم في دوري كرة القدم ، كاختبار أول ثم أعيد لهم الاختبار نفسه بعد أسبوع من موعد تاريخ الاختبار الأول. وبعد جمع البيانات تمت معالجتها إحصائيا باستخدام معامل الارتباط حيث بلغت قيمة (ر) = 0،088 وهذا يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة جيدة من الثبات .

النتائج والمناقشة :

لتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام بعض الأساليب الإحصائية ، بعد تحديد طول خلايا المقياس السباعي المستخدم في عبارات المقياس وذلك من خلال حساب المدى (7-1=6) ثم تقسيمه على عدد خلايا المقياس للحصول على طول الخلية الصحيح أي (6|7= 0.86). بعد ذلك تمت إضافة القيمة إلى أقل قيمة في المقياس ، وهكذا أصبح طول الخلايا كما يأتي:

- من 1 – 1.86 (لا ينطبق علي تماما) نحو كل فقرة من فقرات المقياس
- من 1.87 – 2.73 (ينطبق علي بدرجة قليلة جدا) نحو كل فقرة من فقرات المقياس
- من 2.74 – 3.60 (ينطبق علي بدرجة قليلة) نحو كل فقرة من فقرات المقياس
- من 3.61-4.47 (ينطبق علي بدرجة متوسطة) نحو كل فقرة من فقرات المقياس
- من 4.48 – 5.34 (ينطبق علي بدرجة كبيرة) نحو كل فقرة من فقرات المقياس
- من 5.35 – 6.21 (ينطبق علي بدرجة كبيرة جدا) نحو كل فقرة من فقرات المقياس
- من 6.22 – 7.00 (ينطبق علي تماما) نحو كل فقرة من فقرات المقياس

للإجابة عن التساؤل الأول ما مستوى درجة الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم السعوديين؟ تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والوزن المئوي لإجاباتهم على عبارات المقياس والدرجة الكلية لمستوى الاحتراق النفسي ، والجدول رقم (3) يبين ذلك:

يبين الجدول رقم (3) ترتيب درجات تطبيق مقياس الاحتراق النفسي على الحكام السعوديين؛ وفقا لاستجابات أفراد العينة ، إذ جاء متوسط الدرجة الكلية للمقياس هو (3.49: 1.99) وهو متوسط بتقدير (ينطبق علي بدرجة قليلة) ، وبوزن مئوي (49.86 %) وهي الفئة التي تشير إلى أن الحكم السعودي يعيش بعض الضغوط النفسية ولكن بدرجة قليلة. وقد يكون ذلك أمرا طبيعيا ومنطقيا في ظل التشنج الكروي وكذلك النظرة السلبية للحكم السعودي من

قبل اتحاد الكرة ، والأندية الرياضية ، والجماهير والأعلام الرياضي. وعلى مستوى عبارات المقياس يتضح من الجدول رقم (3) أن المتوسطات الحسابية لجميع عبارات المقياس تتراوح ما بين (4.44: 2.65) بوزن مئوي (63.43 %- 37.86 %) والتي تقع تحت درجة تقدير (ينطبق علي بدرجة متوسطة ، ودرجة قليلة ، ودرجة قليلة جدا). أي أن الحكم السعودي يعاني بعض الضغوط النفسية التي تتراوح بين قليلة جدا حتى متوسطة.

وبالنظر للجدول رقم (3) فإن العبارات رقم (5 و7 و 11) قد حققت درجة (ينطبق علي بدرجة متوسطة)، إذ جاء متوسط العبارات ما بين (4،44:4،39) ، وبوزن مئوي ما بين (63.43%-62.71%) ، وهي على التوالي " أشعر بأنني قد حققت نتائج طيبة أثناء عملي في التحكيم الرياضي» و « أشعر بدرجة عالية من النشاط والحيوية أثناء قيامي بالتحكيم» و « أشعر بأنني أساهم في الارتقاء بمستوى اللاعبين من خلال قيامي بالتحكيم» ، وهي العبارات الوحيدة التي حققت درجة متوسطة، أي أن الحكم السعودي يشعر بأنه حقق بعض النتائج الإيجابية من وجهة نظرة، وكذلك الشعور بالنشاط والحيوية أثناء التحكيم، والذي بلا شك يسهم في الارتقاء بمستوى أداء اللاعبين.

أما العبارات التي حققت تقديراً (ينطبق علي بدرجة قليلة) ، تتمثل في العبارات رقم (1 و 2 و 3 و 4 و 6 و 8 و 9 و 10 و 12 و 14) ، إذ جاء متوسط العبارات ما بين (3،58: 3،05) وبوزن مئوي يتراوح ما بين (51,14%-43,67%) ، وتعبر معظم العبارات عن مرور الحكم السعودي بالكثير من أعراض الاحتراق النفسي المتمثلة في الضغط والقلق والاجهاد والمشاكل الانفعالية، والشعور بالتعب أثناء الاستيقاظ صباحا، وكذلك الشعور بالتوتر والإحباط خلال التحكيم، وبذل الكثير من الجهد في المواقف التي تحتاج إلى جهد بسيط خلال التحكيم وغيرها.

وأخيرا عبارات المقياس التي حققت درجة تقدير (ينطبق علي بدرجة قليلة جدا) ، تتمثل في العبارات (13 و 15) ، إذ جاء متوسط العبارتين ما بين (2،70:2،65)، وبوزن مئوي ما بين (38.27% - 37.86%) ، أي أن الحكم السعودي يعيش بعض أعراض مستوى الاحتراق النفسي المتمثلة في شعوره بأنه أصبح أكثر شدة منذ بدأ العمل في التحكيم، وكذلك احساسه بشعور بعض المدربين بأنه أحد أسباب خسارتهم لبعض المباريات التي يقوم بتحكيمها.

الجدول رقم(3)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسبة المئوية والدرجة الكلية لمستوى الاحتراق النفسي للحكام السعوديين (ن = 132)

م	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	درجة التقويم
1	أشعر بأنني أعاني من ضغوط انفعالية كنتيجة للتحكيم	3.55	1.92	50.71	قليلة
2	أكاد أشعر بتعب عندما استيقظ من النوم صباحا في الأيام التي سوف أقوم فيها بالتحكيم	3.58	2.77	51.14	قليلة
3	أشعر بأنني أعامل اللاعبين والمدربين بطريقة قاسية	3.40	2.34	48.57	قليلة
4	أشعر بأنني أبذل المزيد من الجهد في بعض الأمور التي تحتاج إلي جهد بسيط أثناء قيامي بالتحكيم	3.53	1.74	50.43	قليلة
5	أشعر بأنني قد حققت نتائج طيبة أثناء عملي في التحكيم الرياضي	4.44	1.60	63.43	متوسطة
6	أثناء قيامي بالتحكيم أجد أن التعامل مع اللاعبين والمدربين يسبب لي المزيد من التوتر	3.05	2.02	43.57	قليلة
7	أشعر بدرجة عالية من النشاط والحيوية أثناء قيامي بالتحكيم	4.42	1.87	63.14	متوسطة
8	يزعجني أن التحكيم يسبب لي المزيد من الضغط العصبي	3.36	1.39	51.86	قليلة
9	التعامل مع المدربين واللاعبين الذين لا يحترمون الحكم يسبب لي قدرا كبيرا من التوتر	3.14	2.21	44.86	قليلة
10	أشعر بالإحباط كنتيجة لعملي في التحكيم الرياضي	3.52	1.34	50.28	قليلة
11	أشعر بأنني أساهم في الارتقاء بمستوى اللاعبين من خلال قيامي بالتحكيم	4.39	1.97	62.71	متوسطة
12	أشعر بأنني أكاد أحترق كنتيجة لعملي في مجال التحكيم الرياضي	3.50	2.76	50.00	قليلة
13	أشعر بأنني قد أصبحت أكثر قسوة مع الناس منذ بدأت في العمل كحكم رياضي	2.65	1.93	37.86	قليلة جدا
14	أشعر بالإجهاد التام عقب انتهائي من تحكيم المباراة	3.11	1.21	44.43	قليلة
15	أشعر بأن المدربين يعتبرونني السبب الرئيسي في هزيمتهم في المباراة التي أقوم بتحكيمها	2.70	2.74	38.57	قليلة جدا
الدرجة الكلية لمستوى الاحتراق النفسي		3.49	1.99	49.86	قليلة

وجاءت نتيجة هذه الدراسة متفقة مع دراسة الطحاينة (2006)، ومنصوري (2001)، وجابر (2008)، والشهاوي (2001) من أن الحكام يعانون من الاحتراق النفسي باختلاف درجاتهم وخبراتهم، حيث تتشابه ظروف حكام كرة القدم كثيرا مع ظروف وواقع دوريات كرة القدم العربية. كما تتفق أيضا مع نتائج بعض ظروف الحكام في الدوريات الأجنبية على الرغم من أن الحكم الأجنبي يعتبر محترفاً وممتهناً التحكيم، (Ferreira et al، 2014; Wolfson & Neave ;2007 .Taylor et al.، 1990) بينما اختلفت نتائج الدراسة الحالية عن نتائج دراسة يونس ويحيى (2004) التي أشارت إلى عدم ظهور فروق في درجة مستوى الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم تبعا للدرجة التحكيمية والمستوى التعليمي.

وللإجابة على السؤال الثاني : هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي للحكام السعوديين تعزى للدرجة التحكيمية (دولي/أولى/ثانية) ، فقد استخدم تحليل التباين الثنائي بأحد صوره العاملي (3 X 3) لمتغير الدرجة التحكيمية والخبرة في عدد سنوات التحكيم ، وذلك من خلال الجدول رقم (4)

الجدول رقم (4)

نتائج تحليل التباين الثنائي تبعاً لمتغيرات الدرجة التحكيمية وسنوات التحكيم والتفاعل بينهما

المتغيرات	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الدرجة التحكيمية	3810.05	2	2365.2	623.32	دالة
سنوات الخبرة	430.11	2	95.17	0.14	غير دالة
التحكيم X الخبرة	40.19	5	121.98	0.94	غير دالة
الخطأ	3440.36	114	101.23		
المجموع		**132**			

يبين الجدول رقم (4) أن هناك فروقاً دالة إحصائيا في مستوى الاحتراق النفسي بين حكام كرة القدم السعوديين عند مستوى (0.5) يعزى ذلك إلى الدرجة التحكيمية (دولي، أولى، ثانية). ولتحديد مصادر هذه الفروق بين الحكم الحاصل على الدرجة الدولية، والدرجة الأولى، والدرجة الثانية ، فقد تم استخدام المقارنات البعدية بطريقة شيفيه ، والجدول رقم (5) يبين ذلك.

الجدول رقم (5)

المقارنات البعدية باستخدام اختبار شيفية بين متوسطات متغير الدرجة التحكيمية

سنوات التحكيم	1	2	3
الدرجة الدولية	-	*9.7	*5.2
الدرجة الأولى		-	*7.8
الدرجة الثانية			-

يبين جدول رقم (5) وبعد إجراء المقارنات البعدية أن الدرجة التحكيمية بالنسبة لحكام كرة

القدم السعوديين كانت دالة إحصائيا عند مستوى (0.05) وذلك لصالح الدرجة الدولية . أي أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية تعزى إلى متغير الدرجة التحكيمية ولصالح الدرجة الدولية. كما أوضحت النتائج أيضا دلالة إحصائية بين الدرجة التحكيمية الأولى والثانية لصالح الأولى. وقد تعارضت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة يونس ويحي (2004) التي أشارت إلى عدم ظهور فروق في ظاهرة الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم في الدرجة التحكيمية.

وللإجابة على التساؤل الثالث، هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي للحكام السعوديين تعزى للخبرة في التحكيم (15/10/5 سنة فما فوق). يتضح من الجدول رقم (5) أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا في مقياس الاحتراق النفسي لحكام كرة القدم السعوديين في الدوري السعودي كما يراه الحكام تعزى إلى متغير سنوات التحكيم، وكذلك التفاعل بين الدرجة التحكيمية وعدد سنوات التحكيم.

وللإجابة على التساؤل الرابع، هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاحتراق النفسي للحكام السعوديين تعزى للعمر؟ للإجابة على السؤال استخدم اختبار ((ت)) للمجموعتين من الحكام متوسط أعمارهم ما بين (24 إلى أقل من 30 سنة ، و30 سنة فما وفوق). أنظر الجدول رقم (6).

الجدول رقم (6)

نتائج اختبار ((ت)) لدلالة الفروق بين الحكام في مقياس الاحتراق النفسي تبعا لمتغير العمر

العمر	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ((ت))	مستوى الدلالة
24 إلى أقل من 30 سنة	67	3.88	2.34	0.311	0.05
من 30 سنة فما وفوق	65	3.81	1.97		

يتضح من الجدول رقم (6) أنه لا توجد فروق دالة إحصائيا في مقياس الاحتراق النفسي لحكام كرة القدم السعوديين في الدوري السعودي كما يراه الحكام تعزى إلى متغير العمر.

الخلاصة :

يعد التحكيم في كرة القدم أحد الأنشطة ذات الارتباط الدائم بالضغط والاحتراق النفسي، لذا هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى الاحتراق النفسي للحكم السعودي ، ومعرفة

إن كانت هناك فروق دالة إحصائيا في درجة مستوى الاحتراق النفسي تعزى لكل من العمر والدرجة التحكيمية والخبرة.

وقد أجريت الدراسة على عينة من حكام كرة القدم من خلال تطبيق مقياس الاحتراق النفسي ، وقد أوضحت النتائج من أن عبارات المقياس تراوحت ما بين درجة تقدير (ينطبق علي بدرجة متوسطة ، ودرجة قليلة ، ودرجة قليلة جدا). أي أن الحكم السعودي يعيش حالة من الضغط النفسي حتى درجة متوسطة.

كما أجري اختبار آخر لمعرفة أن كان للعمر والدرجة التحكيمية وسنوات الخبرة تأثير على مستوى الفروق في درجة مستوى الاحتراق النفسي للحكام السعوديين ، وقد بينت النتائج أنه ليس هناك أي تأثير أو فروق تذكر لكل من العمر وخبرة سنوات التحكيم في مستوى الاحتراق النفسي للحكم السعودي ، أما الدرجة التحكيمية فكان لها تأثير فعال، حيث بينت أن هناك فروقاً بين أداء كل من الحكام الحاصلين على الدرجة التحكيمية الدولية والدرجة الأولى والثانية وذلك لصالح الدولية، يليه الأولى، ثم الثانية. وأخيرا أوصت الدراسة بضرورة إجراء الاختبارات الدورية على حكام الكرة من أجل التأكيد على أهمية الإعداد البدني والنفسي.

التوصيات:

1. التأكيد على أهمية إعداد الحكام بدنيا ونفسيا من خلال تدريبهم على استخدام استراتيجيات المقاومة للضغوط المهنية لظاهرة الاحتراق النفسي، حيث تشير درجة عبارات مقياس الاحتراق النفسي أن الحكام يعانون قلقا أو ضغطا نفسيا ما بين قليل إلي متوسط.
2. عمل اختبارات بدنية ونفسية بصورة دورية من أجل إعداد وصقل الحكام لياقيا ونفسيا من أجل التمكن من إدارة المباريات بشكل جيد
3. التأكيد على تعزيز دور الحكام الحاصلين على الدرجة التحكيمية الدولية في دعم حكام الدرجة الأولى والثانية نفسيا ومهاريا غيرها .
4. إجراء مزيد من الدراسات للتعرف على ظروف وإمكانات الحكام في حالات نفسية مختلفة.

المراجع:

- أحمد زينه، (2002م). دراسة مقارنه في الاحتراق النفسي وسمات الشخصية بين حكام الألعاب الفردية والجماعية. (رساله ماجستير)، جامعة الزقازيق، كليه التربية الرياضية للبنين. مصر.

- أنور الشرقاوي، (1998). "التعلم نظريات التطبيقات" . مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
- بالمملكة العربية السعودية. (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة الملك سعود، الرياض.
- حسن علاوي، (1998) ، موسوعة الاختبارات النفسية ، مركز الكتاب للنشر ، الطبعة الأولى ، القاهرة ، مصر .
- رسالة دكتورة غير منشورة) . جامعة الإسكندرية، كلية التربية الرياضية بنين، مصر.
- سميرة عرابي ، وآخرون، (2007) ،الاحتراق النفسي لدى مدربي كرة القدم في الأردن ، وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني ، جامعة اليرموك ، الأردن .
- عبد العزيز المصطفى ، (1995م) . علم النفس-الحركي . دار الإبداع الثقافي – الرياض.
- عبد العزيز المصطفى ، (2013م) . النمو والتطور النفس الحركي . جامعة الدمام – الدمام.
- عبد العزيز المصطفى، (2017م) . قياس مهارات تركيز الانتباه للحكام السعوديين في كرة القدم. المجلة
- عجلون ، مجلة النجاح للأبحاث ، مجلد 24 جامعة البلقاء التطبيقية.
- عطية المختار، (2005). ظاهرة الاحتراق النفسي لمتسابقي ألعاب القوى بالجماهيرية الليبية. (أطروحة العلمية لعلوم التكنولوجية للأنشطة البدنية والرياضية. 1112 : ISSN–4032 –2543 eISSN 3776). جامعة عبد الحميد بن باديس ، مستغانم ، الجزائر.
- عمار فريحات ،و وائل الربضي، (2010) . الاحتراق النفسي لدى معلمات رياض الأطفال في محافظة
- فاروق عثمان، (2001). القلق وإدارة الضغوط النفسية. دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- كرم، نشوة (2007). الاحتراق النفسي للمعلمين ذوي النمط (أ و ب) وعلاقته بأساليب مواجهة المشكلات. (رسالة ماجستير)، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض.
- لاعبو التايكوانجتسو في جنوب الأردن. مجلة دراسات العلوم التربوية، 43، (2)، 55-562.
- مجلة الرافدين للعلوم الرياضية- جامعة الموصل، 10(38) ، 117-130.
- محمد الحجايا، ومهند الزغيلات، (2016). مستوى الاحتراق النفسي وعلاقته بالإصابات الرياضية لدى
- محمد الدوسري، (2008). مصادر الضغوط النفسية ودرجة شدتها على حكام كرة القدم من وجهة نظرهم
- محمد الشهاوي، (2001م). العلاقة بين مقومات الشخصية والاحتراق النفسي لحكام كره القدم . (رساله ماجستير) ، جامعه الزقازيق، كليه التربية الرياضية للبنين، مصر.

- محمد عباس،(1998) ، الضغوط النفسية والاحتراق النفسي للرياضيين ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنات بالجزيرة ، جامعة حلوان .
- محمد عبد الله ، (1994). مقياس الاحتراق النفسي "كراسة التعليمات". مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة.
- منصور ذياب ، (2007) ، دراسة الضغوط المهنية وبعض السمات الشخصية وعلاقتها بأعراض الاحتراق النفسي للمدرب الرياضي ، وقائع المؤتمر العلمي الدولي الثاني ، جامعة اليرموك ، الأردن
- نبيل منصوري، (2011). مفهوم الذات وعلاقته بظاهرة الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم. (رسالة ماجستير). جامعة الجزائر. الجزائر.
- وليد ذنون يونس ، ومحمد يحي علي، (2004) . دراسة مقارنة للاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم،
- يوسف عودة، (1998). ظاهرة الاحتراق النفسي وعلاقتها بضغوط العمل لدى معلمي المدارس الثانوية الحكومية في الضفة الغربية. (رسالة ماجستير)، جامعة النجاح الوطنية ، فلسطين.
- Altahyneh, Z (2006). Sources of stress and intention to terminate among Jordanian referees. The
- Educational Journal, Kuwait University, 21(81), 11 -35.
- Andrew, H. (2013). Perfectionism and burnout in junior soccer player. A test of 2X2 model
- of disposition perfectionism. Journal of Sport and Exercise Psychology , 35 : 18- 29.
- Ferreira M., Serpa S., Rosado A, & Weinberg R. (2014). Psychometric properties of the Burnout Inventory for Referees. Motriz: rev. educ. fis. vol.20 no.4 Rio Claro Oct./Dec. 2014 http://dx.doi.org/10.1590/S1980657420140004000003- .
- Kruger A., Ekmekci, R., Strydom, G., & Ellis, S. (2012). Stressors among African soccer officials: a profile analysis. South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation, 34(2), 53 -62
- Maslach, C. (1998). A multidimensional theory of burnout. In: C.L. Cooper (Ed.). Theory of organizational stress. Oxford, UK: Oxford University Press. pp. 68 -85.

- Maslach, C., & Jackson, S. (1981). The measurement of experienced burnout. Journal of Occupational Behavior, 2, 99- 113 .
- Maslach, C., & Leiter M. (2008). Early predictors of job burnout and engagement. Journal of Applied Psychology, 93(3), 498-
- Maslach, C., Schaufeli, W., & Leiter, M. (2001). Job burnout. Annual Review of Psychology, 52(1), 397- 422.
- Dirceu, R., Rodolfo, D. , Guilherme, L., Leandro, D., Juliana, B., & Rodrigo, G. (2018). Analysis of the burnout levels of soccer referees working at amateur and professional leagues of Rio de Janeiro, Brazil. Available from: Journal of Physical Education and Sport 18(S2):1168- 1174 · July 2018 with 108 Reads.
- https://www.researchgate.net/publication/326584878Analysis_of_the_burnout_levels_of_soccer referees_working_at_amateur_and_professional_leagues_of_Rio_de_Janeiro_Brazil [accessed Dec 27 2018].
- Oliveira, A., Penna, E., & Pires, D. (2017). Síndrome de burnout em árbitros de futebol. Revista de Psicología del Deporte, 27(Suppl 1), 31 -36.
- Pedrosa, I., & García-Cueto, E. (2015). Aspectos psicológicos em árbitros de elite: afecta
- el salario a su bienestar emocional? Revista de Psicología del Deporte, 24(2), 241248-.
- Richardsen, A. & Burke, R. (1985). Models of burnout: Implications for interventions. International Journal of Stress Management, 2 (1), 31- 43
- Ruotsalainen, J., Verbeek, J., Marine, A., & Serra, C. (2015). Preventing occupational stress in health care workers. Cochrane Database of Systematic Reviews, 4, CD002892
- Taylor , A., Daniel , Leith, Burke (1990) Perceived Stress Psychological Burnout and Paths to Turnout Intentions Among Sports Officials, Journal lf: Sport Psychology , 8, 36 -50 .
- http://dx.doi.org/10.10801041320900840642 2/
- Weinberg, R.& Richardson, P. (1990). Psychology of officiating. Champaign, Illinois: Leisure Press.
- Wolfson, S., & Neave, N. (2007). Coping under pressure: cognitive strategies for maintaining confidence among soccer referees. Journal of Sport Behavior, 30(2), 232- 247.

Levels of Psychological Burnout among Football Referees in Saudi Arabia

PROF. ABDULAZIZ A. ALMUSTAFA •

Abstract

The purpose of the study was to identify the level of psychological burnout of the football referees in Saudi Arabia. A descriptive survey method was used on a stratified sample of (132) referees from the Saudi Football Federation. It has been applied a measured scale the "Slash list of psychological burnout" after measuring validity and reliability (Weinberg & Richardson, 1977) ; translated by Allawi (1998) .

The results indicated that the referees suffer from psychological stress, the level of stress ranged from (a very low, low and to medium degree). The results also indicated that there are statistically significant differences between the referees at (0.5) level of psychological stress due to the referees level in favor of the international class, followed by the first level and then the second. Experience and age variables have indicated no significant differences in psychological stress among the referees. Finally, the researcher recommends more studies and tests on a regular basis in order to prepare and enhance the referees mentally and psychologically in order to be able to manage the matches well.

Keywords: Psychological burnout Referee Football

• Education & Psychology Dep. Education College –Imam Abdulrahman Bin Faisal Un.