

ملخص البحث باللغة العربية

بناء مقياس الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم

الباحث / أحمد وحيد خلوي

يهدف البحث إلى التعرف على الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم من خلال بناء استمارة الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم , استخدم الباحث استخدام الباحث المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته باستخدام الأسلوب المسحي، نظراً لملائمته لطبيعة عينة البحث , يتحدد مجتمع البحث الحالي من حكام كرة القدم والمسجلين بالاتحاد المصري لكرة القدم للموسم ٢٠٢١/٢٠٢٢م. قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وقوامها (٣٥٠) حكم , تم إجراء الدراسة الأساسية علي عينة قوامها (٣٠٠) حكم ، كما تم إجراء الدراسة الاستطلاعية علي عينة قوامها (٥٠) حكم من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الأساسية.

وبعد جمع البيانات والمعالجات الإحصائية والنتائج التي توصل إليها الباحث أمكن التوصل إلى

الاستخلاصات والتوصيات الآتية :

- بناء مقياس للاحتراق النفسي تكون من سته محاور و(٥٨) عبارة.
- توجد فروق دالة إحصائية بين الاحتراق النفسي للحكام قيد البحث وفقاً لدرجة التحكيم (الدرجة الاولى، الدرجة الثانية، الدرجة الثالثة) لصالح الدرجة الاولى.

الكلمات المفتاحية:

" مقياس - الاحتراق النفسي - حكام كرة القدم "

Summarize the research in English

Building a burnout scale for football referees

Researcher / Ahmed Waheed Khalawy

The research aims to identify the psychological combustion of football referees by building a form for the psychological combustion of football referees. Egyptian Football Association for the 2021/22 season. The researcher chose the research sample in a deliberate way and its strength is (350) judgments, the basic study was conducted on a sample of (300) judgments, and the exploratory study was conducted on a sample consisting of (50) judgments from the same research community and outside the main sample.

And the data collection, statistical treatments, and the researcher's findings made it possible to reach the following conclusions and recommendations::

-Building a burnout scale consisting of six axes and (58) phrases.
There are statistically significant differences between the psychological combustion of the referees in question according to the degree of arbitration (first degree, second degree, third degree) in favor of the first degree..

key words : "Scale - Psychological Burnout - Football Referees"

بناء مقياس الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم

الباحث / أحمد وحيد خلوي

- مقدمة ومشكلة البحث :

يعتبر الاحتراق **burnout** من المصطلحات النفسية التي ظهرت في بداية السبعينات و خاصة في مجال ضغوط العمل **job stress**، ثم أصبح الآن من المصطلحات الأكثر انتشارا في مجالات عديدة منها الرياضة (15: 3)، (4: 166) ويتضمن الاحتراق النفسي عدداً من الأعراض المعرفية والسلوكية الدافعية، والتي تختلف من فرد لآخر، وعلي الفرد أن يؤدي مهامه في ظل هذه الأعراض. وأيا كانت هذه الأعراض فيرى المتخصصون أن العوامل المسببة لتلك الأعراض أكثر أهمية من الأعراض ذاتها.. (37: 9) ويعتبر التحكيم الرياضي من الركائز الأساسية في المنافسات الرياضية بصفه عامه وفي كره القدم بصفه خاصة حيث أنها الرياضة الشعبية في العالم ومن ثم فان حكم كره القدم يقع على عاتقه عبء كبير ويرجع ذلك إلى عامل كثيره منها الشعبية الكبيرة والمسافة الكبيرة لملاعب كره القدم وزمن المباراة الذي قد يمتد إلى أكثر من تسعين دقيقة في بعض المباريات بالإضافة إلى وجود عدد كبير من اللاعبين الذي يصل عددهم إلى اثنين وعشرين لاعبا مما يتطلب أن يكون الحكم في فورمه متكاملة من جميع النواحي سواء بدنيا أو عقليا أو انفعاليا أو معرفيا فان توافر هذه العوامل في شخصيه الحكم تمكنه من إدارة جميع المباريات بنجاح دون أن يقع في مشكلات قد يتعرض لها الحكم مما يؤثر ذلك على مستواهم التحكيمي في المباريات. (7: 1) ويجب على الحكم أن يكون عادلا في قراراته وغير مستفز للاعبين أو المدربين أو الإداريين أو الجمهور وان تكون توجهاته بأسلوب لائق في حال تدخل أحد هذه العناصر في صميم عمله، والقرارات التي يصدرها الحكم تشكل في مجموعها تحديا لمكانه الفرق في قائمه الهيئات المتبارية في نفس المنافسة وهذا يبرز الدور الفعال لحكام المباريات وذلك لقيامهم بالتقييم الفردي لمجهودات كل من المدرب واللاعب والإداري في ساحة التنافس طبقا للدور الذي يؤديه كل منهم في حدود القانون الذي أقره الاتحاد الدولي، حيث أن الحكم هو صاحب القرار في أي وقت من أوقات المباراة وفقا للقانون، وان الحكم كلما استطاع السيطرة على المباراة واللاعبين بعدالته واحترامه لشخصيته وسيطرته على سلوكه كلما كان أقرب للنجاح في إدارته للمباريات. (2: 4)

ومن خلال عمل الباحث كحكم كرة القدم وجد أن حكم المباراة قد يتعرض للعديد من الضغوط أثناء إدارته للمباراة تحكيميا والتي قد تنجم عن اللاعبين أو الأجهزة الفنية والإدارية أو المشجعين مما قد يؤثر في قدرة الحكم على المهارات القيادية ، ولما كان الحكم أحد أهم أضلاع مربع النشاط الرياضي والمتمثل في (اللاعب- المدرب- الإداري- الحكم) لذا يرى الباحث أن إجراء دراسة في الاحتراق النفسي لحكام الكرة القدم يعد من الموضوعات المهمة في مجال تحكيم الكرة القدم ، وذلك للتعرف على أسباب وأعراض الاحتراق النفسي لدى حكام الكرة القدم وفقا لدرجاتهم وكذلك التعرف على طبيعة الاحتراق النفسي للحكام.

- هدف البحث :

- يهدف البحث إلى التعرف على الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم من خلال :-
- بناء استمارة الاحتراق النفسي لدى حكام كرة القدم.

- فروض البحث :

١- توجد فروق دالة إحصائياً بين الاحتراق النفسي للحكام قيد البحث وفقاً لدرجة التحكيم (الدرجة الاولى، الدرجة الثانية، الدرجة الثالثة) لصالح الدرجة الاولى.

- مصطلحات البحث :

- الاحتراق النفسي:

هو تفاعل السلوك والإنجاز، إنه مجموع السلوك والنتائج معا، وهو اتحاد السلوك ونتائجه، فهو ليس السلوك لوحده أو الإنجاز لوحده إنه تكاملهما معا ،إنه ما تسعى المنظمة للوصول إليه.(٦:٩٦)

- الدراسات المرجعية :

١- دراسة احمد السيد عبدالسلام عامر بحيري(٢٠١٥)(١) الاحتراق النفسي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى حكام رياضة الكاراتيه، استخدم الباحث المنهج الوصفي، العينة البالغ عددهم (١٦٥) حكم، وكان من أهم النتائج أن أهم العوامل المسببة للاحتراق النفسي لحكم الكاراتيه تأثره (بالناحية الاجتماعية، وطبيعة المنافسة ، ووسائل الاعلام ، واللجنة العليا للحكام) ومن أهم اعراض الاحتراق النفسي التي تظهر على حكم الكاراتيه (الانهك العقلي والبدني ،الانهك الانفعالي ، تغير الحكم نحو الاسوء ، نقص انجاز الحكم) ، وتظهر طبيعة الاحتراق النفسي للحكم في(الاحباط ، وعدم قدرته على مواجهة الضغوط ، وضعف الثقة بالنفس) وكلها مرتبة تبعا للأهمية النسبية .

٢- دراسة مروة مصطفى صدقي نادى (٢٠٠٥م) (٨) تهدف إلى التعرف على الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض الضغوط النفسية لدى حكام السباحة وفقا لمستوى تحكيمهم، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، على عينة قوامها (١٦٥) حكم سباحة تعتبر ضغوط المنافسة من اكثر مصادر الضغوط المسببة الى الاحتراق النفسي ثم بعد ذلك ضغوط مرتبطة بالحوافز والمكافآت ثم ضغوط مرتبطة بالمكانة الاجتماعية .

- إجراءات البحث :

- منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بخطواته وإجراءاته باستخدام الأسلوب المسحي، نظراً لملائمته لطبيعة عينة البحث.

- مجتمع وعينة البحث :

- مجتمع البحث:

يتحدد مجتمع البحث الحالي من حكام كرة القدم والمسجلين بالاتحاد المصري لكرة القدم للموسم ٢٠٢١/٢٠٢٢م.

- عينة البحث:

قام الباحث باختيار عينة البحث بالطريقة العمدية وقوامها (٣٥٠) حكم ، تم إجراء الدراسة الاساسية علي عينة قوامها(٣٠٠) حكم ، كما تم إجراء الدراسة الاستطلاعية علي عينة قوامها(٥٠) حكم من نفس مجتمع البحث وخارج العينة الاساسية.

جدول (١)

توصيف العينة

العينة الكلية	العينة الاساسية	العينة الاستطلاعية
350	300	50

- أسباب اختيار العينة:

راعي الباحث في اختيار العينة ما يلي :

- أن تكون ممثلة لمجتمع البحث من حيث التوزيع الجغرافي حيث قام باختيار من مختلف حكام كرة القدم.

- أن تكون العينة ممثلة لجميع حكام كرة القدم.

- أدوات جمع البيانات :

- استخدم الباحث في جمع البيانات :-
- مقياس الاحتراق النفسي لدي حكام كرة القدم "اعداد الباحث".
- خطوات بناء مقياس الاحتراق النفسي لدي حكام كرة القدم "اعداد الباحث":
 - ١- مراجعة الأطر النظرية والدراسات السابقة المرتبطة بالاحتراق النفسي ومراجعة قوائم ومقاييس الاحتراق النفسي.
 - ٢- تم تحديد المحاور المقترحة لمقياس الاحتراق النفسي من خلال الاطلاع على الدراسات المرجعية، وقد بلغ عددها سبعة محاور وهى:-
 - طبيعة المنافسة.
 - الناحية الاجتماعية.
 - طبيعة الاحتراق النفسي لحكم (الثقة بالنفس).
 - طبيعة الاحتراق النفسي لحكم(عدم القدرة على مواجهة الضغوط).
 - الاجهاد الانفعالى .
 - تدنى الشعور بالانجاز .
- تحديد المفهوم النظري الإجرائي لمحاور المقياس المقترحة:

قام الباحث بوضع تعريفات إجرائية للمحاور المقترحة لمقياس الاحتراق النفسي لحكام كرة القدم ، تمهيداً لعرضها على السادة الخبراء والذين بلغ عددهم (١٠) من الأساتذة المتخصصين في علم النفس، والقياس والتقييم ، وكرة القدم. مرفق (١)
- عرض المحاور المقترحة على السادة الخبراء :

قام الباحث بإعداد استمارة استطلاع رأى تضم ستة محاور ومفهومهم الإجرائي وذلك لعرضها على الخبراء. مرفق (٢)

جدول (٢)

رأى السادة الخبراء فى مدى مناسبة المحاور المقترحة لمقياس
الاحترق النفسى لحكام كرة القدم

(ن = ١٠)

م	المحاور	التكرار	النسبة المئوية للموافق
1	طبيعة المنافسة.	8	80%
2	الناحية الاجتماعية.	10	100%
3	طبيعة الاحتراق النفسى لحكم (الثقة بالنفس).	10	100%
4	طبيعة الاحتراق النفسى لحكم (عدم القدرة على مواجهة الضغوط).	7	70%
5	الاجهاد الانفعالى .	10	100%
6	تدنى الشعور بالانجاز .	10	100%

يتضح من جدول (٢) أن نسبة موافقة الخبراء على محاور مقياس الاحتراق النفسى لحكام كرة القدم تراوحت (٧٠٪، ١٠٠٪) للمحاور وقد ارتضى الباحث بنسبة ٧٠٪ ، وذلك ارتضى ٦ محاور .

◀ اقتراح عبارات لكل محور من محاور المقياس فى ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص لكل محور:

قام الباحث بصياغة عبارات المقياس فى ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص لكل محور، وقد استعان الباحث ببعض مقاييس الاحتراق النفسى للبحوث السابقة حيث تم الحصول على بعض العبارات منها وتم تعديل صياغتها بما يتناسب مع حكام كرة القدم ، وتم إعداد المقياس فى ضوء الخطوات السابقة، حيث تم إعداد وصياغة العبارات تحت كل محور كلاً حسب طبيعته، وتكونت الصورة الأولية للمقياس من (٥٨) عبارة. مرفق رقم (٣)

وقد راعى الباحث فى صياغة العبارات ما يلى:

- أن تكون العبارات واضحة ومفهومة.
- ألا توهي العبارة بنوع الاستجابة.
- أن تكون العبارة ايجابية تؤيد موضوع الاحتراق النفسى لحكام كرة القدم.
- ألا تشمل العبارة على أكثر من معنى.



◀ عرض العبارات الخاصة لكل محور على السادة الخبراء للتحقق من الصدق المنطقي لملائمة العبارات المقترحة لكل محور:

قام الباحث بعرض المقياس في صورته الأولية على نفس عينة الخبراء التي سبق ذكرها، وذلك بهدف التعرف على:

- مدى سلامة صياغة العبارات المقترحة.
- مدى مناسبة العبارات بكل محور "انتماء العبارة للمحور".
- حذف أو تعديل أو إضافة عبارات أخرى.
- وقد توصل الباحث من خلال استطلاع رأى السادة الخبراء إلى ما يلي:
- حذف بعض العبارات من المقياس.
- تعديل الصياغة اللفظية لبعض العبارات.

◀ إعداد شروط وتعليمات تطبيق المقياس، وتحديد فئات الاستجابة على العبارات، ثم توزيع العبارات عشوائياً داخل المقياس، مع استبعاد العناوين الدالة على المحاور:

قام الباحث بوضع المقياس في صورته النهائية والتي تكونت من (٥٨) عبارة حيث قام الباحث باستبعاد العناوين الدالة على المحاور. مرفق رقم (٤)

◀ حساب المعاملات العلمية للمقياس وهي :

- صدق المقياس :
- صدق المحكمين:

جدول (٣)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الاول طبيعة المنافسة

(ن=١٠)

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
1	يضايقني كثير التعدي الذي يقوم به المشجعين	8	80%
2	اشعر بان المدربيين يعتبرونني السبب الرئيسي في هزيمة فريقهم	10	100%
3	السلوك السلبي للمشجعين يقلل من قدرتي على ادارة المباراة	9	90%
4	المدربين يعترضون بشكل مستمر على القرارات التي اصدرها	10	100%
5	الاعتداء اللفظي او الجسمي من خلال الجمهور يسبب لي ضغط نفسي لا استطيع تحمله	9	90%
6	التعامل مع المدربيين واللاعبيين الذين لا يحترمون الحكم يسبب لي قدرا من التوتر	7	70%
7	اشعر بالتوتر عند تحكيم المباريات النهائية وخصوصا مع الفرق ذات الشعبية الأكبر	10	100%
8	اثناء قيامي بالتحكيم اجد ان التعامل مع اللاعبين والمدربين يسبب لي مزيدا من التوتر	8	80%

يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات المحور الاول (طبيعة المنافسة) قد تراوحت بين (٧٠%، ١٠٠%) وقد ارتضى الباحث بنسبة ٧٠%، ليكون المحور من ٨ عبارات.

جدول (٤)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الثاني الناحية الاجتماعية

(ن=١٠)

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
1	اشعر بانني أتعامل مع المدربيين واللاعبيين بطريقة غير لائقة	7	70%
2	اشعر بانني اصبحت اتعامل بقسوة مع الناس منذ ان بدأت عملي كحكم في رياضة كرة القدم	9	90%
3	اتابع واشاهد المباراة جيدا لاصدار الحكم السليم	9	90%
4	اضع في اعتباراتي من هم المتنافسون في المباريات التي اقوم بتحكيمها	10	100%

تابع جدول (٤)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الثاني الناحية الاجتماعية

(ن=١٠)

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
5	اشعر باننى اتعامل مع زملائي بلامبالاة	8	80%
6	اشعر بعدم الأمان وضعف الاستقرار من خلال عملى كحكم فى رياضة كرة القدم	7	70%
7	علاقاتي ببعض المدربين تؤثر فى اتخاذى لبعض القرارات خلال المباريات	7	70%
8	يضايقني كثيرا توجيه النقد لى من زملائي	9	90%
9	اختلاف قراراتي مع زملائي فى مباريات يصيبني بالتوتر وضعف الثقة	8	80%
10	اشعر بالإحباط نتيجة تراكم بعض المشكلات وعدم قدرتي على معالجتها	10	100%

يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات المحور الثاني (الناحية الاجتماعية) قد تراوحت بين (٧٠٪ ، ١٠٠٪) وقد ارتضى الباحث بنسبة ٧٠٪ ، ليكون المحور من ١٠ عبارات.

جدول (٥)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الثالث

طبيعة الاحتراق النفسى لحكم (الثقة بالنفس)

(ن=١٠)

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
1	تهنئ ثقتى فى نفسى عند اعتراض احد اللاعبين او المدرب على بعض قراراتي	8	80%
2	لثقتى بنفسى أقوم باتخاذ القرار دون الرجوع للاخرين	10	100%
3	اشعر دائما بضعف ثقتى بنفسى والاخرين	8	80%
4	استرد توازن سريعا عند اى خطأ	7	70%
5	اشعر بالثقة والاطمئنان عند تواجد زملائي	8	80%
6	اتردد كثيرا عند اتخاذ القرار فى مباريات	10	100%
7	تزيد ثقتى فى نفسى بعد قراءة القانون وفهمه	7	70%
8	لا اسمح للاخرين بالتدخل فى قراراتي	9	90%
9	احب ان يقوم شخص اخر بالمهام الوكله الى	9	90%
10	أندفع كثيرا فى إصدار الحكم أثناء المباراة	7	70%

يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات المحور الرابع (طبيعة الاحتراق النفسى لحكم (الثقة بالنفس)) قد تراوحت بين (٧٠٪ ، ١٠٠٪) وقد ارتضى الباحث بنسبة ٧٠٪ ، ليكون المحور من ١٠ عبارات.

جدول (٦)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الرابع طبيعة الاحتراق النفسى لحكم (عدم القدرة على مواجهة الضغوط)

(ن=١٠)

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
1	كثرة الاعتراضات سواء من اللاعبين او المدربين او الجمهور يؤثر سلبيا على قراراتي	9	90%
2	كثرة المباريات التي أقوم بتحكيماها فى البطولات فى الموسم تسبب لي ضغط نفسى يصعب علىّ مواجهته	9	90%
3	احافظ على المشاركة فى دورات ترقى الحكام التابعة للاتحاد المصرى والدولى لكرة القدم	10	100%
4	لا أستطيع مواجهة المواقف الرياضية الصعبة أثناء سير المباراه	8	80%
5	لا اعتذر عن تحكيم اى بطوله مهما حدث	7	70%
6	اشعر بالضغط النفسى وعدم قدرتي على ادارة جميع المباريات	8	80%
7	أشعر بالضغط النفسى عند تحكيم مباريات الأدوار النهائية	10	100%
8	كثرة الضغوط علىّ كحكم فى رياضة كرة القدم يصيبني بالشعور بالعزوف عن ممارسة التحكيم	9	90%

يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات المحور الخامس (طبيعة الاحتراق النفسى لحكم (عدم القدرة على مواجهة الضغوط)) قد تراوحت بين (٧٠٪ ، ١٠٠٪) وقد ارتضى الباحث بنسبة ٧٠٪ ، ليكون المحور من ٨ عبارات.

جدول (٧)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الخامس الاجهاد الانفعالى

(ن=١٠)

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
1	اشعر باننى اكاد احترق نتيجة عملي كحكم	7	70%
2	افقد تركيزي فى نهاية المباراة	10	100%
3	اشعر بالتعب والإنهالك عندما اقوم بتحكيم مباريات كثيرة فى البطولة الواحدة	9	90%

تابع جدول (٧)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور الخامس الاجهاد الانفعالى

(ن=١٠)

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
4	تشجيع الجمهور للاعبين يسبب لى الضغط النفسى	8	80%
5	ينشغل تفكيرى بامور كثيرة اثناء التحكيم	7	70%
6	عملى كحكم فى رياضة كرة القدم يسبب لى الضغط الذهنى والنفسى	8	80%
7	اشعر باننى اصبحت أكثر عصبية نتيجة عملى كحكم	10	100%
8	اصبحت لا استطيع التحكم فى انفعالاتى تجاه الاخرين	8	80%
9	اشعر بدرجة عالية من النشاط والحيوية أثناء قيامى بتحكيم مباريات كرة القدم	7	70%
10	اشعر بالتعب عندما استيقظ من النوم فى الايام التى أقوم فيها بالتحكيم	10	100%
11	عندما اشعر بالانهاك الذهنى يجعلنى اصدر كثيرا من القرارات الخاطئة	9	90%
12	اصبح اكثر عصبية وانفعالا خلال ايام البطولات	10	100%

يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات المحور السادس (الاجهاد الانفعالى) قد تراوحت بين (٧٠٪ ، ١٠٠٪) وقد ارتضى الباحث بنسبة ٧٠٪ ، ليكون المحور من ١٢ عبارة.

جدول (٨)

النسبة المئوية لآراء السادة الخبراء حول عبارات المحور السادس تدنى الشعور بالانجاز

(ن=١٠)

م	العبارة	التكرار	النسبة المئوية
1	لا استطيع تحمل الصدمات والمواقف التحكيمية الصعبة ويصنبي اليأس والإحباط	8	80%
2	اشعر باننى لا استطيع تحمل المسؤولية والأعباء	10	100%
3	أحبط عندما اسمع كلمات نم وهجوم أثناء تحكيم المباريات	9	90%
4	اشعر باننى لدى قدرات ومواهب ولا أحسن استغلالها	8	80%
5	الاتحاد لا يمنحني الدعم المادى المناسب	10	100%
6	يضايقنى التمييز بين الحكام من قبل اللجنة العليا للحكام	8	80%
7	اشعر بان الأيام تمر دون ان أحقق احلامى فى مجال تحكيم كرة القدم	7	70%
8	هل تنظر دائما الى المستقبل الافضل فى مجال التحكيم	10	100%
9	كثيرا ما يقف بعض الأشخاص عقبة أمام تحقيق طموحاتي	9	90%
10	عدم قدرتي على إدارة المباراة بشكل جيد يصيبني بالإحباط والرغبة فى عدم إكمال مسيرة التحكيم	9	90%

يوضح الجدول السابق نسب الموافقة على كل عبارة من عبارات المحور السابع (تدنى الشعور بالانجاز) قد تراوحت بين (٧٠٪ ، ١٠٠٪) وقد ارتضى الباحث بنسبة ٧٠٪ ، ليكون المحور من ١٠ عبارات.

◀ صدق الاتساق الداخلي:

قام الباحث بتطبيق الاستبيان على عينة قوامها (٥٠) حكم من افراد من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث الاساسية لها نفس مواصفات ثم قام الباحث بحساب معاملات الارتباط لبيرسون بين:

١- كل عبارة من عبارات الاستبيان ودرجة المحور التى تنتمى اليه.

٢- الابعاد والدرجة الكلية للمقياس .

جدول (٩)

معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور الاول والدرجة الكلية طبيعة المنافسة

ن=٥٠

م	العبرة	معامل الارتباط
1	يضايقني كثير التعدي الذي يقوم به المشجعين	0.691 *
2	اشعر بان المدربين يعتبرونني السبب الرئيسي فى هزيمة فريقهم	0.770 *
3	السلوك السلبي للمشجعين يقلل من قدرتي على ادارة المباراة	0.546 *
4	المدربين يعترضون بشكل مستمر على القرارات التي اصدرها	0.713 *
5	الاعتداء اللفظي او الجسمي من خلال الجمهور يسبب لى ضغط نفسى لا استطيع تحمله	0.708 *
6	التعامل مع المدربين واللاعبين الذين لا يحترمون الحكم يسبب لى قدرا من التوتر	0.522 *
7	اشعر بالتوتر عند تحكيم المباريات النهائية وخصوصا مع الفرق ذات الشعبية الأكبر	0.736 *
8	اثناء قيامي بالتحكيم اجد ان التعامل مع اللاعبين والمدربين يسبب لى مزيدا من التوتر	0.516 *

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠.٤٤٤

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الاول (طبيعة المنافسة) والمحور التي تنتمي اليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لعبارات المحور الاول (طبيعة المنافسة).

جدول (١٠)

معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور الثاني والدرجة الكلية للمحور الناحية الاجتماعية

ن=٥٠

م	العبرة	معامل الارتباط
1	اشعر باننى أتعامل مع المدربين واللاعبين بطريقة غير لائقة	0.676
2	اشعر باننى اصبحت اتعامل بقسوة مع الناس منذ ان بدأت عملى كحكيم فى رياضة كرة القدم	0.494
3	اتابع واشاهد المباراة جيدا لاصدار الحكم السليم	0.547
4	اضع فى اعتباراتى من هم المتنافسون فى المباريات التى اقوم بتحكيمها	0.486
5	اشعر باننى اتعامل مع زملائي بلامبالاة	0.680
6	اشعر بعدم الأمان وضعف الاستقرار من خلال عملى كحكيم فى رياضة كرة القدم	0.477
7	علاقاتى ببعض المدربين تؤثر فى اتخاذى لبعض القرارات خلال المباريات	0.554
8	يضايقني كثيرا توجيه النقد لى من زملائي	0.748
9	اختلاف قراراتى مع زملائي فى مباريات يصيبني بالتوتر وضعف الثقة	0.542
10	اشعر بالإحباط نتيجة تراكم بعض المشكلات وعدم قدرتي على معالجتها	0.723

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الثاني (الناحية الاجتماعية) والمحور التي تنتمى اليه ، وبمقارنة قيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لعبارات المحور الثاني (الناحية الاجتماعية).

جدول (١١)

معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور الرابع والدرجة الكلية للمحور طبيعة
الاحترق النفسى لحكم (الثقة بالنفس)

ن=٥٠

م	العبارة	معامل الارتباط
1	تهنئ ثقتى فى نفسى عند اعتراض احد اللاعبين او المدرب على بعض قراراتى	0.670*
2	لثقتى بنفسى أقوم باتخاذ القرار دون الرجوع للاخرين	0.619 *
3	اشعر دائما بضعف ثقتى بنفسى والاخرين	0.556 *
4	استرد توازن سريعا عند اى خطأ	0.920 *
5	اشعر بالثقة والاطمئنان عند تواجد زملاى	0.537*
6	اتردد كثيرا عند اتخاذ القرار فى مباريات	0.711*
7	تزيد ثقتى فى نفسى بعد قراءة القانون وفهمه	0.595*
8	لا اسمح للاخرين بالتدخل فى قراراتى	0.500 *
9	احب ان يقوم شخص اخر بالمهام الوكله الى	0.562 *
10	أندفع كثيرا فى إصدار الحكم أثناء المباراة	0.867 *

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الرابع (طبيعة الاحترق النفسى لحكم (الثقة بالنفس)) والمحور التى تنتمى اليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لعبارات المحور الرابع (طبيعة الاحترق النفسى لحكم (الثقة بالنفس).

جدول (١٢)

معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور الخامس والدرجة الكلية للمحور طبيعة الاحتراق
النفسي لحكم(عدم القدرة على مواجهة الضغوط)

ن=٥٠

م	العبرة	معامل الارتباط
1	كثرة الاعتراضات سواء من اللاعبين او المدربين او الجمهور يؤثر سلبيا على قراراتي	0.594 *
2	كثرة المباريات التي أقوم بتحكيماها في البطولات في الموسم تسبب لي ضغط نفسي يصعب عليّ مواجهته	0.748*
3	احافظ على المشاركة في دورات ترقى الحكام التابعة للاتحاد المصرى والدولى لكرة القدم	0.643 *
4	لا أستطيع مواجهة المواقف الرياضية الصعبة أثناء سير المباراه	0.888 *
5	لا اعتذر عن تحكيم اى بطوله مهما حدث	0.530 *
6	اشعر بالضغط النفسى وعدم قدرتى على ادارة جميع المباريات	0.714 *
7	أشعر بالضغط النفسى عند تحكيم مباريات الأدوار النهائية	0.537 *
8	كثرة الضغوط علىّ كحكم فى رياضة كرة القدم يصيبني بالشعور بالعزوف عن ممارسة التحكيم	0.784 *

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور الخامس (طبيعة الاحتراق النفسى لحكم(عدم القدرة على مواجهة الضغوط)) والمحور التى تنتمى اليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لعبارات المحور الخامس (طبيعة الاحتراق النفسى لحكم(عدم القدرة على مواجهة الضغوط).

جدول (١٣)

معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور السادس والدرجة الكلية للمحور الاجهاد الانفعالى

ن=٥٠

م	العبارة	معامل الارتباط
1	اشعر باننى اكاد احترق نتيجة عملى كحكم	0.536 *
2	افقد تركيزي فى نهاية المباراة	0.790 *
3	اشعر بالتعب والإرهاك عندما اقوم بتحكيم مباريات كثيرة فى البطولة الواحدة	0.638 *
4	تشجيع الجمهور للاعبين يسبب لى الضغط النفسى	0.762 *

تابع جدول (١٣)

معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور السادس والدرجة الكلية للمحور الاجهاد الانفعالى

ن=٥٠

م	العبارة	معامل الارتباط
5	ينشغل تفكيرى بامور كثيرة اثناء التحكيم	0.654 *
6	عملى كحكم فى رياضة كرة القدم يسبب لى الضغط ذهنى والنفسى	0.713 *
7	اشعر باننى اصبحت أكثر عصبية نتيجة عملى كحكم	0.641 *
8	اصبحت لا استطيع التحكم فى انفعالاتى تجاه الاخرين	0.569 *
9	اشعر بدرجة عالية من النشاط والحيوية أثناء قيامي بتحكيم مباريات كرة القدم	0.863 *
10	اشعر بالتعب عندما استيقظ من النوم فى الايام التى أقوم فيها بالتحكيم	0.470 *
11	عندما اشعر بالإنهاك ذهنى يجعلنى اصدر كثيرا من القرارات الخاطئة	0.647 *
12	اصبح اكثر عصبية وانفعالا خلال ايام البطولات	0.594 *

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور السادس (الاجهاد الانفعالى) والمحور التى تنتمى اليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لعبارات المحور السادس (الاجهاد الانفعالى)

جدول (١٤)

معامل الارتباط بين درجة عبارات المحور السابع والدرجة الكلية للمحور تدنى الشعور بالانجاز

ن=٥٠

م	العبارة	معامل الارتباط
1	لا استطيع تحمل الصدمات والمواقف التحكيمية الصعبة ويصبني اليأس والإحباط	0.617 *
2	اشعر باننى لا استطيع تحمل المسؤولية والأعباء	0.815 *
3	أحبط عندما اسمع كلمات نم وهجوم أثناء تحكيم المباريات	0.476 *
4	اشعر باننى لدى قدرات ومواهب ولا أحسن استغلالها	0.767 *
5	الاتحاد لا يمنحني الدعم المادى المناسب	0.593 *
6	يضايقنى التمييز بين الحكام من قبل اللجنة العليا للحكام	0.868 *
7	اشعر بان الأيام تمر دون ان أحقق احلامى فى مجال تحكيم كرة القدم	0.644 *
8	هل تنظر دائما الى المستقبل الافضل فى مجال التحكيم	0.748 *
9	كثيرا ما يقف بعض الأشخاص عقبة أمام تحقيق طموحاتي	0.499 *
10	عدم قدرتي على إدارة المباراة بشكل جيد يصيبني بالإحباط والرغبة فى عدم إكمال مسيرة التحكيم	0.566 *

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٠,٤٤٤

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل عبارة من عبارات المحور السابع (تدنى الشعور بالانجاز) والمحور التى تنتمى اليه ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلى لعبارات المحور السابع (تدنى الشعور بالانجاز).

جدول (١٥)

معامل الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس

ن=٥٠

م	المحاور	معامل الارتباط
1	طبيعة المنافسة.	0.708 *
2	الناحية الاجتماعية.	0.837 *
4	طبيعة الاحتراق النفسى لحكم (الثقة بالنفس).	0.767 *
5	طبيعة الاحتراق النفسى لحكم(عدم القدرة على مواجهة الضغوط).	0.868 *



0.842 *	الاجهاد الانفعالي .	6
0.831 *	تدنى الشعور بالانجاز .	7

قيمة ر الجدولية عند مستوى معنوية 0,05 = 0,444

يوضح الجدول السابق أن معاملات الارتباط بين كل محور والدرجة الكلية للمقياس ، وبمقارنة بقيمة ر المحسوبة بقيمة ر الجدولية يتضح وجود ارتباط دال احصائياً مما يؤكد على صدق الاتساق الداخلي لمحاور المقياس.

- ثبات المقياس :

قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة التقنين (العينة الاستطلاعية) وقوامها (٥٠) حكم من خارج عينة البحث الأساسية ، وتم حساب معامل الفاكورنباخ بطريقة التجزئة لحساب الثبات:-

جدول (١٦)

معامل الفاكورنباخ لمحاور المقياس

ن=٥٠

م	المحاور	معامل الفاكورنباخ
1	طبيعة المنافسة.	0.871*
2	الناحية الاجتماعية.	0.836*
4	طبيعة الاحترق النفسى لحكم (الثقة بالنفس).	0.796*
5	طبيعة الاحترق النفسى لحكم(عدم القدرة على مواجهة الضغوط).	0.854*
6	الاجهاد الانفعالي .	0.778*
7	تدنى الشعور بالانجاز .	0.875*

يوضح الجدول السابق أن معامل الفاكورنباخ قد تراوح ما بين (٠.٧٩٦، ٠.٨٧٥) وهى معاملات دال احصائياً مما يؤكد على ثبات محاور المقياس.

جدول (١٧)

قيم الفا كرونباخ لحساب ثبات المقياس

البيان	القيمة
معامل الارتباط بين الجزئين	0.819*
معامل جتمان	0.875*



0.825*	معامل الفا للجزء الاول
0.798*	معامل الفا للجزء الثانى

معامل الارتباط بين الجزئين (0.819) ومعامل الفا للجزئين الأول (0.825) ومعامل الفا للجزء الثانى (0.798) وهى قيم مرضية لقبول ثبات المقياس.

◀ الدراسة الاستطلاعية :

قام الباحث بتطبيق الدراسة الاستطلاعية الأولى من خلال الفترة (2021/8/1م) الي الفترة (2021/8/12م) على عينة عشوائية من حكام كرة القدم وقوامها (50) حكم خارج عينة البحث الأساسية بهدف:

- التأكد من وضوح وفهم العينة لعبارات المقياس.
- توضيح طريقة الإجابة على عبارات المقياس.

◀ الدراسة الأساسية :

قام الباحث بتطبيق الدراسة الأساسية بعد حساب المعاملات العلمية لمقاييس البحث من خلال الفترة (2021/8/17م) الي الفترة (2021/10/28م) على عينة اساسية وقوامها (300) حكم.

◀ أسلوب المعالجة الإحصائية للبيانات :

تم تحليل البيانات المستخلصة من هذا البحث وفقاً للأساليب الإحصائية التالية :

- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- معامل الارتباط.
- النسبة المئوية.
- الأهمية النسبية.
- كا²

← عرض وتفسير ومناقشة النتائج:

← عرض النتائج :

عرض ومناقشة نتائج الفرض الاول:

عرض نتائج الفرض الاول : والذي ينص على أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين الاحتراق النفسي للحكام قيد البحث وفقاً لدرجة التحكيم (الدرجة الاولى، الدرجة الثانية، الدرجة الثالثة) لصالح الدرجة الاولى.

جدول (١٨)

دلالة الفروق في استجابات عينة البحث لمتوسطات المحاور السادسة والدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي وفقاً لدرجة التحكيم (درجة اول ، درجة ثانية ، درجة ثالثة)

ن=١=٢=٣=١٠٠

قيمة ف	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	المتغيرات المهارية
23.423	84.070	2	168.140	بين المجموعات	طبيعة المنافسة.
	3.589	297	1065.980	داخل المجموعات	
		299	1234.120	المجموع الكلي	
25.600	207.413	2	414.827	بين المجموعات	الناحية الاجتماعية.
	8.102	297	2406.360	داخل المجموعات	
		299	2821.187	المجموع الكلي	
31.212	312.343	2	624.687	بين المجموعات	طبيعة الاحتراق النفسي لحكم (الثقة بالنفس).
	10.007	297	2972.100	داخل المجموعات	
		299	3596.787	المجموع الكلي	
13.130	63.210	2	126.420	بين المجموعات	طبيعة الاحتراق النفسي لحكم (عدم القدرة على مواجهة الضغوط).
	4.814	297	1429.830	داخل المجموعات	
		299	1556.250	المجموع الكلي	
35.646	358.003	2	716.007	بين المجموعات	الاجهاد الانفعالي .
	10.043	297	2982.830	داخل المجموعات	
		299	3698.837	المجموع الكلي	

تابع جدول (١٨)

دلالة الفروق في استجابات عينة البحث لمتوسطات المحاور السادسة والدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي وفقا لدرجة التحكيم (درجة اول ، درجة ثانية ، درجة ثالثة)

$$n=1 \quad n=2 \quad n=3=100$$

المتغيرات المهارية	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف
تدنى الشعور بالانجاز .	بين المجموعات	623.360	2	311.680	28.655
	داخل المجموعات	3230.410	297	10.877	
	المجموع الكلى	3853.770	299		
الدرجة الكلية	بين المجموعات	14536.167	2	7268.083	72.180
	داخل المجموعات	29906.030	297	100.694	
	المجموع الكلى	44442.197	299		

قيمة "ف" الجدولية عند مستوى معنوية 0.05 = 3.230

يتضح من الجدول رقم (١٨) وجود فروق دالة إحصائية بين كل من درجات المحاور المقياس والدرجة الكلية لمقياس الاحتراق النفسي وفقا لدرجة التحكيم (درجة اول ، درجة ثانية ، درجة ثالثة) ، حيث أن قيم "ف" المحسوبة قد فاقت قيمتها الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ مما يعنى أن هناك اختلاف بين درجات التحكيم الثلاثة و جدول (٢٧) يوضح اتجاه الفروق بين المجموعات ، ولمعرفة الفروق بين الدرجات الثلاثة للتحكيم (درجة اول ، درجة ثانية ، درجة ثالثة) والتحديد الفروق قام الباحث باستخدام L.S.D

جدول (١٩)

اختبار اقل فرق معنوي L.S.D لمتوسطات المحاور الاربعة والدرجة الكلية للمقياس وفقا لدرجة التحكيم (درجة اول ، درجة ثانية ، درجة ثالثة)

ن=١ ن=٢ ن=٣ =١٠٠

الدرجة الثالثة	الدرجة الثانية	الدرجة الاولى	المتوسط	المجموعة	المتغيرات المهارية
1.81*	0.65*		22.68	الدرجة الاولى	طبيعة المنافسة.
1.61*			22.03	الدرجة الثانية	
			20.87	الدرجة الثالثة	
2.88*	1.48*		27.58	الدرجة الاولى	الناحيه الاجتماعية.
1.40*			26.10	الدرجة الثانية	
			24.70	الدرجة الثالثة	
3.49*	2.23*		27.10	الدرجة الاولى	طبيعة الاحتراق النفسى لحكم (الثقة بالنفس).
1.26*			24.87	الدرجة الثانية	
			23.61	الدرجة الثالثة	
1.59*	0.78*		21.94	الدرجة الاولى	طبيعة الاحتراق النفسى لحكم(عدم القدرة على مواجهة الضغوط).
0.81*			21.16	الدرجة الثانية	
			20.35	الدرجة الثالثة	
3.76*	1.51*		34.40	الدرجة الاولى	الاجهاد الانفعالى .
2.25*			32.89	الدرجة الثانية	
			30.64	الدرجة الثالثة	
3.52*	2.00*		26.63	الدرجة الاولى	تدنى الشعور بالانجاز .
1.52*			24.63	الدرجة الثانية	
			23.11	الدرجة الثالثة	
17.05*	8.65*		160.33	الدرجة الاولى	الدرجة الكلية
8.40*			151.68	الدرجة الثانية	
			143.28	الدرجة الثالثة	

يتضح من جدول (١٩) توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات حكام الدرجة الاولى والثانية لصالح حكام الدرجة الاولى لمحاور مقياس الاحتراق النفسى والدرجة الكلية للمقياس.

كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات حكام الدرجة الاولى والثالثة لصالح حكام الدرجة الاولى لمحاور مقياس الاحتراق النفسى والدرجة الكلية للمقياس.

كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين استجابات حكام الدرجة الثانية والثالثة لصالح حكام الدرجة الثانية لمحاور مقياس الاحتراق النفسي والدرجة الكلية للمقياس.

← ثانياً : مناقشة النتائج :

← مناقشة الفرض الاول:

يتضح من الجدول (١٨) ان مجموع المتوسط الحسابي للحكام الدرجة الاولى فى المقياس كان ١٦٠.٣٣ وكان للحكم الدرجة الثانية ١٥١.٦٨ درجة وكان لحكام الدرجة الثالثة ١٤٣.٢٨. كما يتضح من جدول (١٩) وجود فروق درجات الحكام الثلاثة في مقياس أسباب الاحتراق النفسي للحكام، حيث توجد فروق دالة إحصائية بين الحكام الدرجة الاولى وحكام الدرجة الثانية لصالح الحكام الدرجة الاولى ويعزي الباحث هذه الفروق إلى المستوى المرتفع للمنافسات أو البطولات التي يتم إسنادها تحكيميا إلى الحكام الدرجة الاولى ، وكذلك المباريات الفاصلة التي يمكن أن يتحدد في ضوءها مصير بعض الفرق مما قد يجعل من هذا سببا في زيادة الضغوط علي هذه الفئة من الحكام، وكذلك توجد فروق دالة إحصائية بين حكام الدرجة الأولى وحكام الدرجة الثالثة لصالح حكام الدرجة الاولى وبين حكام الدرجة الثانية والدرجة الثالثة لصالح حكام الدرجة الثانية والسبب في ذلك من وجهة نظر الباحث يرجع في المقام الأول إلى قلة الخبرة التحكيمية في التعامل مع التصرفات الغير مقبولة التي قد تصدر من بعض اللاعبين تجاه الحكام، هذا بالإضافة إلى أن هذه الدرجة من الحكام يسند إليها مراقبة الخطوط في كثير من المباريات والتي تتطلب قدرا كبير من تركيز الانتباه حيث السرعات الكبيرة جدا للكرات المضروبة وهذا ما يجعله دائما عرضة لبعض التصرفات الغير مقبولة من قبل اللاعبين أو المدربين أو إداريي الفرق في حالة تعارض قراره مع مصلحة الفريق.

وتقع على فئة الحكام ضغوط من عدة نواحي فضلا عن الجهد المبذول توجد مواقف متنوعة في المباريات وقد يختار الحكم حيالها قرار يعتقد من وجهة نظره أنه صائب وصحيح في حين أن الفريق المهزوم مثلا وجمهوره يعتبرونه من اكبر الأخطاء ووبالا عليهم، وقد يتغاضى عنه الفريق الفائز وجمهوره، وتظهر هذه المواقف غضب الجماهير واعتراض المدربين واللاعبين وقد يصل الأمر من الجماهير إلى التجاوز بالألفاظ والهتافات التي تؤدي إلى زيادة الضغوط النفسية على الحكام وتكون سببا في ارتفاع ضغط الدم وغيره من المظاهر الفسيولوجية وقد تزيد أو تقل وتتقطع أو تستمر مع الحكام تبعا للفروق الفردية وخبرات الحكام في إدارة المباريات.

(5: 37)

وبذلك تحقق الاجابة على الفرض الثانى القائل:-

توجد فروق دالة إحصائياً بين الاحتراق النفسى للحكام قيد البحث وفقاً لدرجة التحكيم (الدرجة الاولى، الدرجة الثانية، الدرجة الثالثة) لصالح الدرجة الاولى.

- الإستخلاصات والتوصيات

- الإستخلاصات :

من خلال ما تحقق من فروض البحث ووفقاً لما توصلت اليه نتائج التحليل الاحصائى وفى ضوء عرض ومناقشة النتائج وفى حدود عينه البحث والادوات المستخدمة امكن الباحث التوصل إلى أن:-

- بناء مقياس للاحتراق النفسى تكون من سته محاور و(٥٨) عبارة.
- توجد فروق دالة إحصائياً بين الاحتراق النفسى للحكام قيد البحث وفقاً لدرجة التحكيم (الدرجة الاولى، الدرجة الثانية، الدرجة الثالثة) لصالح الدرجة الاولى.

- التوصيات :

إستناداً إلى النتائج الذى توصل إليها الباحث من خلال إجراء هذا البحث يوصى الباحث بالأتى:-

- وضع الصورة المصغرة لمقياس الاحتراق النفسى كأحد محددات الترقى للدرجة الأعلى لحكام كرة القدم المصريين.
- اهتمام لجان الحكام الرئيسية بالتقويم المستمر للحكام أثناء قيامهم بالتحكيم من خلال تحليل سلوك الحكم، مع إجراء القياسات النفسية المتعددة للحكام حتى يمكن العناية بهم وتوجيههم وإرشادهم ليكونوا متوازنين نفسياً .
- ضرورة اهتمام لجان الحكام الرئيسية بالجانب النفسى للحكام من خلال الاستعانة بالأخصائيين النفسيين لإلقاء محاضرات على الحكام تساعدهم فى تكوين فكرة صحيحة عن أنفسهم .
- يجب على الحكام أن يقيّموا أنفسهم بعد كل مباراة يقومون بتحكيماها وذلك لإدراك مواطن الضعف فى أنفسهم وتقييم أدائهم بصورة صحيحة، والاعتراف بالخطأ والتعلم منه عند تحكيم المباريات التالية .

- إجراء المزيد من الدراسات والبحوث فى مجال التحكيم والأخذ بنتائجها، وذلك لرفع مستوى التحكيم، فكلما ارتفع مستوى التحكيم انعكس ذلك على مستوى الرياضة سواء المستويات المحلية أو العالمية .

- المراجع العربية والاجنبية :

أولاً : المراجع العربية :-

- ١- احمد السيد عبدالسلام بحيرى (٢٠١٥م) : الاحتراق النفسي وعلاقته بالصلاية النفسية لدى حكام رياضة الكاراتيه، رسالة دكتوراة ،كلية التربية الرياضية بنين ، جامعة بنها
- ٢- أحمد فتحي(٢٠٠٦م): السمات الشخصية لحكام كره السلة وعلاقتها بإدارة المباريات، رسالة دكتوراه منشوره، كليه التربية الرياضية للبنين، جامعه أسيوط.
- ٣- أسامة كامل راتب (١٩٩٧م) : "احتراق الرياضي بين ضغوط التدريب والإجهاد الانفعالي دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٤- أسامة كامل راتب(١٩٩٧م): "قلق المنافسة- ضغوط التدريب- احتراق الرياضي"، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٥- رشيد محمد حسين العربي(١٩٩٨م): "دراسة بعض المتغيرات الفسيولوجية لدى حكام كرة السلة أثناء المباريات"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية، جامعة الإسكندرية.
- ٦- فيصل عبد الرؤوف النحلة(٢٠٠١): تكنولوجيا الأداء البشري: المفهوم وأساليب القياس والنماذج، دار المكتبة الوطنية.
- ٧- محمد الشهاوي(٢٠٠١م): العلاقة بين مقومات الشخصية والاحتراق النفسي لحكام كره القدم.

٨- مروة مصطفى صدقي نادى (٢٠٠٥م): الاحتراق النفسي لحكام السباحة وعلاقته ببعض الضغوط النفسية.

ثانياً : المراجع الأجنبية :-

9- Lnandi, Y. (2009): The harriers to career advancement of female teachers in Turkey and their levels of burnout .Social Behavior and Personality, 37(8),1 1434152.