**(( تأثير منهج إرشادي معرفي في الشخصية الرياضية لدى حكام كرة القدم))**

 **في محافظة كركوك**

**الباحثان**

**احمد جلال إبراهيم أ.م.د. ئالان قادر رسول**

**كلية التربية الرياضية / جامعة صلاح الدين / اربيل**

**1- التعريف بالبحث**

**1-1 المقدمة وأهمية البحث**

 إن التقدم العلمي والتكنولوجي الذي شهدته مجالات الحياة المختلفة وضع الكائن البشري أمام تحديات كثيرة وكبيرة لتلبية متطلبات الحياة العصرية والتي نجمت عنها زيادة الضغوط النفسية للإنسان والتي أصبحت احد مميزات عصرنا الحالي . وبما أن الرياضيين من احد شرائح المجتمع فهم يعانون من عوامل نفسية في أثناء التدريب والمنافسات لتحقيق الانجاز. مما دفع وازداد من اهتمام وعناية العلماء والباحثين إلى دراسة هذه الظاهرة بعد اعتمادهم على بعض نظريات التوجيه والإرشاد النفسي ومن بينها نظرية العلاج النفسي العقلي الانفعالي التي قدمها ألبرت أليس (Albert Ellis 1955) إذ يعد دولار وميللر من أوائل من عني بهذا الجانب من السلوك ، إذ اعتقدا أن سبب الاضطراب السلوكي لدى الأفراد هو الصراع بين الدوافع النفسية والموقف البيئي. **(القاضي ،1981 ،200).**وتظهر أهمية برنامج المعرفي في الإرشاد النفسي للرياضيين كونه علاجا مباشرا تستخدم فيه آليات وأدوات معينة وفنيات معرفية لمساعدة الرياضي في تصحيح أفكاره السلبية ومعتقداته اللاعقلانية التي يصاحبها خلل انفعالي وتحويلها إلى معتقدات تتميز بتصحيح أو تعديل أو تغير مكونات المعرفية الخاطئة أو السلبية بأخرى ايجابية**(النمر,249. 1995)**. لذا فأن عملية إدارة الضغوط النفسية فيها هي مسألة ضرورية وملحة تتجلى بوضوح من خلال إعادة البنية المعرفية باستخدام التدخل السلوكي المعرفي لإدارة الضغوط النفسية ودوره في خلق فرص جديدة لتعديل السلوك ووضع الحلول المناسبة للنهوض بواقع التحكيم وتطويرها .

 وعلم نفس الرياضة هو علم دراسة سلوك الإنسان من خلال ممارسة مختلف الأنشطة الرياضية من اللاعب والمدرب والإداري والحكم والجماهير التي تشارك في مشاهدة المباريات واللقاءات الرياضية وكل مجالات التنافس الرياضي. ويهتم علم النفس الرياضي بدراسة الانسان كوحدة واحدة لاتتجزأ , "حيث إن السلوك الإنساني متعدد الإبعاد ولا يمكن الفصل فيه بين الناحية البدنية والعقلية والاجتماعية والنفسية فالحكم إثناء ممارسة النشاط الرياضي سواء إثناء التدريب أو التحكيم لا يمارسها من الناحية البدنية أو المهارية فقط دون إن يعتمد على الجوانب الأخرى العقلية والاجتماعية والنفسية فهو يفكر ويبتكر ويبدع و يتصور ويتذكر ويتعاون ويستفيد من خبرته الحركية والمهارية السابقة. والهدف من وراء دراسة سلوك الفرد إثناء ممارسة النشاط الرياضي هو محاولة فهم هذا السلوك ووصفه والتنبؤ به مستقبلا ومحاولة اكتشاف أهم الأسباب أو العوامل النفسية المؤثرة في سلوك الرياضي للفرد".**(الخليفة وآخرون ,2008,47,48).** تعتبر الشخصية من المواضيع الأساسية التي تعرض لها علم النفس بالبحث والدراسة وهي تمثل البنية الأكثر تعقيدا وتداخلا في البناء الإنساني باعتبارها . "أي الشخصية نتاج إشباع الحاجات بيولوجية ونفسية فطرية ومكتسبة خاضعة لسيرورة التنشئة الاجتماعية في كل مراحلها بدأ من الطفولة , ثم المراهقة والرشد وأخيرا الشيخوخة. ان الفروق الفردية التي تتميز شخصا عن الأخر ماهية إلا مؤشرا نفسيا وعقليا ووجدانيا واجتماعيا يدل على التباين والاختلاف في الشخصية بين الإفراد والتي تترجم على أساس جملة الصفات أو الإبعاد او السمات التي تطبع الشخصية وتحدد استجاباتها ونمط سلوكه"ا. **(ليندة دافيدوف,188, 2000)**

 "تعد لعبة كرة القدم من الألعاب التي لاقت اهتمام عالمي متزايد لكونها من أكثر الألعاب شعبية في العالم , وان تطور الذي حصل في المستويات العالمية لفرق كرة القدم والذي شاهدناه بشكل مثير خلال بطولة كاس العالم الأخيرة التي جرت في البرازيل جاءت نتيجة الانسجام والتكامل البدني والمهاري والخططي والجسمي والوظيفي , ولم يظهر هذا الانسجام والتكامل بشكل عفوي وعشوائي بل جاءت نتيجة الاعتماد على التخطيط السليم وبذل جهود علمية كبيرة. لذا فان الاهتمام بحكم كرة القدم من أهميته الأساسية في التأثير في هذه اللعبة لذا أخذ المهتمين والمعنيين بكرة القدم إعداد وتأهيل الحكم بجدية واهتمام كبير وقد تم استخدام أفضل الطرق والوسائل لغرض أعداد الحكم أعداداً يتناسب واهميته في تمشية أحداث كرة القدم بالشكل السليم والخالي من العنف والعدائية والتعامل مع اللعب والتنافس بأسلوب نظيف وبتنافس رياضي صحيح".**(خلف, عناد,11 , 2014 )** كان التحكيم وسيبقى واحدا من اهم الركائز نجاح وتطوير مباريات كرة القدم بحيث أصبحت مقولة (( اعطني لاعبين جيدين أعطيك مستوى جيدا ) ترادفها تماما مقولة اخرى تقول ( أعطني حكاما جيدين اعطلك مباريات ناجحة ) بل تعدى الامر لذلك بكثير بحيث أصبح مستوى التحكيم العالي والمتطور يؤثر تأثيراً مباشرا في مستوى اللاعبين داخل الملعب أي بمعنى اخر ان التحكيم المتطور والعادل يساعد على الابداع وارتفاع المستوى وبناء على ذلك ومنذ بداية ممارسة كرة القدم عمد المختصون الى الاهتمام بالتحكيم وتطوير قوانيه وتطوير اداء الحكم عن طريق المعسكرات والدورات التحكيمة الداخلية والخارجية بما ينسجم مع تطور مستوى كرة القدم من النواحي كافة ( الفنية والطبية والاداء .**...**الخ)**(قانون كرة القدم. 2014)**

 تبرز اهمية هذا البحث في كونه يحاول ان يقترب من اهم السمات البارزة في شخصية الحكم المتمرس في تحكيم كرة القدم , والتي تميز طبعه و سلوكه وتثير استجاباته , اضافة الى التعرف على اهم السمات التي تساعده على الشعور بالتوافق النفسي وتستحثه على مقاومة الصراعات والمشاكل , اذ ان هذه السمات من خلال ابعاده الثانوية تعمل على استثارة الميكانزمات الدافعية الاساسية لخفض التوتر و القلق والشعور بالامن والثقة والراحة, كما تظهر اهمية هذه الدراسة في التعرف على اهم السمات التي تتدخل بصورة مباشرة في التأثير على قرارات الحكم في المباريات وكذا دافعيته نحو العمل والانجاز .

**1-2 مشكلة البحث:**

 لقد اصبح الاهتمام من قبل العلماء والخبراء بالجانب النفسي لا يقل أهمية عن الاهتمام بالجانب البدني والمهاري لدى العديد من العاملين في المجال الرياضي , وحسب ما اشارت اليه العديد من المصادر العلمية ان عملية تطوير وتعزيز وإرشاد بالجوانب النفسية بشكل عام والشخصية بشكل خاص يجب ان تستمر لفترات طويلة حتى يستطيع الرياضي خلق شكل من إشكال التوازن بين ما يملكه من معلومات نظرية وعملية على حد سواء .

 من خلال ملاحظة الباحث الميدانية باعتباره حكما على مستوى الدرجة الاولى تبين له إن الحكام العاملين يحصلون على المعلومات النظرية والنفسية من خلال اوقات محددة في الدورات التحكيمية والاختبارات الخاصة بهم حيث ان هذه الفترات لا يفي بالغرض لذا تكمن مشكله بحثه في ايجاد طرق أخرى من خلال استمرار وادامة المعلومات النظرية والنفسية بالأخص مايتعلق بشخصية الحكام ومدى تأثيرها على مستواهم وادائهم التحكيمي اثناء قيادتهم للمباريات والمتمثلة بأعداد بعض مناهج التدخل المعرفي والنظري بالإضافة إلى الاهتمام بالجوانب البدنية والمهارية لذا يحاول الباحث التصدي لهذه المشاكل.

**1-3 أهداف البحث:**

1- إعداد برنامج إرشادي معرفي للشخصية الرياضية لدى حكام كرة القدم في محافظة كركوك.

2-التعرف على الفروق في أبعاد الشخصية الرياضية لدى المجموعتين الضابطة والتجريبية بين الاختبارين القبلي والبعدي لدى حكام الكرة القدم في محافظة كركوك.

3-التعرف على الفروق في ابعاد لشخصية الرياضية لدى المجموعتين الضابطة والتجريبية بين الاختبارين البعديين لدى حكام كرة القدم في محافظة كركوك.

**1-4 فروض البحث:**

**1-**هناك فروق ذات دلالة معنوية في إبعاد الشخصية الرياضية بين الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعتين الضابطة والتجريبية لدى حكام كرة القدم في محافظة كركوك.

2-هناك فروق ذات دلالة معنوية في إبعاد الشخصية الرياضية بين الاختبارين البعديين للمجموعتين الضابطة والتجريبية ولصالح المجموعة التجريبية.

**1-5 مجالات البحث:**

**1-5-1 المجال البشري:-** حكام كرة القدم ( الدرجة الأولى المعتمدين للموسم 2015\_ 20116 في محافظة كركوك).

**1-5-2 المجال الزماني** :- من 19 / 1 / 2016 الى 16 / 4 / 2016

**1-5-3 المجال المكاني** :- قاعة ممثلية اللجنة الاولمبية في كركوك/ قاعة اجتماعات نادي اربيل في اربيل و جميع ملاعب كرة القدم في اقليم كوردستان التي جرت عليها المباريات الرسمية .

**3- منهج البحث واجراءاته الميدانية**

**3-1 منهج البحث:** استخدم الباحث المنهج التجريبي , وذلك لملائمته وطبيعة المشكلة .

**3-2 مجتمع البحث وعينته:** اشتمل مجتمع البحث على حكام كرة القدم الدرجة الأولى في كركوك والبالغ عددهم ( 17 ) حكما . و بما ان العينة تعرف بأنها "جزء من المجتمع الذي تجرى عليه الدراسة فقد تم اختيارها على وفق قواعد خاصة كي تمثل المجتمع تمثيلا صحيحا" (**عزيز حنا, 1990, 67).** قام الباحث بتطبيق مقياس الشخصية على الحكام البالغ عددهم (17) حكما , وبعد تطبيق الاستبانات وتفريغها تم اختيار ( 14 ) حكما. تم تقسيمهم الى مجموعتين ( 7 ) حكام للمجموعة الضابطة و ( 7 ) حكام للمجموعة التجريبية , وتم اختيار المجموعة التجريبية على اساس حصولهم على درجات أقل من درجة الحياد (216) ودرجات منخفضة في الأداء التحكيمي.وعليه مثلت عينة البحث نسبة ( 82,3% ) من مجتمع البحث كما في الجدول.

الجدول ( 1 ) يبين مجتمع البحث وعينته

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **عينات البحث** | **العدد** | **مجتمع البحث** |
| **تجربة الاستطلاعية** | **3** | **17** |
| **المجموعة الضابطة** | **7** |
| **المجموعة التجريبية** | **7** |
| **المجموع** | **17** |

**3-3 الأجهزة والوسائل والأدوات المستخدمة في البحث:**

استخدم الباحث الأجهزة والأدوات اللازمة والضرورية التي تساعد على الوصول الى البيانات المطلوبة لحل المشكلة وتحقيق أهداف البحث:

**3-3-1 الأجهزة المستخدمة في البحث:** جهاز لابتوب نوع HP.

**3-3-2 الوسائل والادوات المستخدمة في البحث:**

-المراجع والمصادر العربية والاجنبية.

- اراء الخبراء والمختصين.

- شبكة المعلومات الدولية ( الانترنيت).

- مقياس الشخصية الشخصية.

- الاستبانات.

**3-3-3 ادوات البحث:**

 استخدم الباحث الادوات الاتية في البحث:

**3-3-4 مقياس الشخصية :**

"تم صياغة فقرات المقياس من قبل د. صدقي نورالدين و د.اسامة كامل راتب".**(صدقي,اسامة, 2004, 388)** والذي يحتوي على ( 6 ) ابعاد للشخصية, يهدف الى بناء مقياس للشخصية. والمقياس يتكون من ( 72 ) فقرة ذات خمسة بدائل للاجابة تتعلق بأبعاد الشخصية , واعلى درجة ممكن ان يحصل عليها الحكم هي ( 360 ), واقل درجة هي ( 72 ) , لذا فان درجة الحياد هي ( 216 ) , ولكي يتناسب المقياس مع عينة البحث قام الباحث بتعديل بعض الفقرات مع الاحتفاظ بالمعنى والاتجاه الحقيقي لها لتتناسب مع عينة البحث كما في جدول رقم ( 2 ), وترتب نتائج المقياس على الحكام الذين يحصلون على درجة اقل من درجة الحياد , فالحكام , الذين تكون درجاتهم اعلى من الحياد فهم يمتلكون التوجه الايجابي المرغوب فيه للشخصية الرياضية , اما الحكام الذين تكون درجاتهم ادنى من الحياد فهم يمتلكون التوجه السلبي الغير المرغوب فيه للشخصية الرياضية , وبدائل الاجابات هي عبارات ( دائما ) تاخذ الوزن ( 5 ) و ( غالبا ) تاخذ الوزن ( 4 ) و ( احيانا ) تاخذ الوزن ( 3 ) و ( قليلا ) تاخذ الوزن ( 2 ) و ( نادرا ) تأخذ الوزن ( 1) . كما في ملحق رقم (1) .

**3-3-4-1 صدق مقياس الشخصية الرياضية:**

"يقصد بالصدق ان يقيس الاختبار ما وضع من اجله , اي ان الاختبار الصادق يقيس الوظيفة التي يزعم انه يقيسها ولا يقيس شيئا اخر بدلا منها او بالإضافة اليها " **( اخلاص محمد و مصطفى حسين,2003, 173).** لذلك فقد عرض الباحث فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين في علم النفس وكرة القدم كما في الملحق رقم ( 2) لإصدار احكامهم على مدى صلاحيات الفقرات وسلامة صياغتها . وبعد الاطلاع على الاجابات عن مدى صلاحية المقياس لتطبيقها على العينة تبين انه كان هناك نسبة أتفاق ( 100%) على جميع الفقرات وبذلك تتحقق الصدق الظاهري للمقياس كما في الملحق رقم (1).

جدول رقم ( 2 ) يبين التعديلات التي قام بها الخبراء على فقرات مقياس الشخصية الرياضية

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| ت | البعد | رقمالفقرة | الفقرات قبل التعديل | الفقرات بعد التعديل |
| 1 | الدينامية | 7 | لدي توقع نحو الفوز | لدي توقع نحو فوز احد الفريقين |
| 13 | يمكنني التعرض للمخاطرمن اجل الفوز على المنافس | يمكنني التعرض للمخاطرعند خسارة احد الفريقين |
| 25 | اريد ان اكون موضعاهتمام عند الفوز | لا اريد ان اكون موضعاهتمام عند فوز احد الفريقين |
| 2 | الدوافع و القيم | 14 | ادائي في المنافسة جيدة | ادائي في المباراة جيدة |
| 50 | يمكنني ان اترك اللعبلمساعدة لاعب تعرض للإصابة | يمكنني مساعدة او نقل اللاعب المصاب الى خارج ميدان اللعب |
| 3 | الانفتاح | 39 | اتوقع خطة المباراة قبل حدوثها | اتوقع خطة المبلراة الفريقين قبل بدئها |
| 4 | الاجتماعية | 10 | اتعامل مع المنافسينبروح رياضية | اتعامل مع لاعبي الفريقين بروح رياضية |
| 28 | استشير مدربي قبلاتخاذ القرارات الهامة | استشير مشرف او مقيم المباراة قبل المباراة |
| 52 | يسهل علية تكوين علاقاتجيدة مع المنافسين | يسهل علية تكوين علاقات اللاعبين |
| 5 | الضغط | 18 | افشل في تحقيق قدراتي | افشل في تحقيق قدراتي البدنية |
| 6 | التدريب الذاتي | 36 | اقوم بأداء المهارات فيعقلي قبل تنفيذها | اقوم بأداء حركات او مهارات قبل المباراة |

 بعد هذه التعديلات اصبح المقياس المعدل كما في الملحق رقم (2)

**3-3-4-2 ثبات المقياس الشخصية الرياضية:**

يقصد بالثبات " الاستقرار بمعنى انه لو تكررت عمليات قياس الفرد بينت درجته من الاستقرار ومعامل الثبات , هو معامل الارتباط بين درجات الافراد في الاختبارات عندما تجرى في مرات مختلفة, حيث تم اجراء الثبات لمقياس الشخصية على عينة من الحكام الذين كانوا ضمن مجتمع البحث وبعد مرور اسبوعين تم تطبيق المقياس عليهم مرة ثانية ( اذ انه في اختبارات الورقة والقلم يجب ان لا تقل الفترة الزمنية بين الاختبارين عن اسبوعين **"( مصطفى حسين باهي,1999,8)**. وباستخدام معامل ارتباط البسيط بيرسون بين الاختبارين الاول والثاني تم ايجاد معامل الثبات كما جدول رقم (3)

الجدول رقم ( 3 )

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (( r المحسوبة والجدولية

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| ت | الاختبارات | الانحراف المعياري | معامل الثبات |
| 1 | الاختبار الاول | 0.11 | 0.87 |
| 2 | الاختبار الثاني | 2.31 |

يتبين من الجدول رقم (3) ان قيمة r من مقياس الشخصية الرياضية كانت (0.87 ) مما يدل على ان المقياس يتمتع بمعامل ثبات عال وبهذا الاجراء اصبح المقياس جاهز للتطبيق على افراد العينة .

**3-4 التكافؤ بين مجموعتي عينة البحث لابعاد الشخصية و تقييم الاداء:**

 قام الباحث باجراء مقارنة بين المجموعتين في المتغيرات المدروسة والمتمثلة بالابعاد الشخصية وتقييم الاداء ( وقد تم اختيار العينة على اساس هذين المتغيرين ) وتم ايجاد التكافؤ بين مجموعتي البحث باستخدام اختبار t. test كما في الجدول ( 5 )

الجدول رقم (5 )

يبين التكافؤ بين المجموعتين الضابطة و التجريبية لعينة البحث

|  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| المتغيرات | الابعاد | وحدةالقياس | الضابطة | التجريبية | قيمة t | قيمةsig | الدلالة المعنوية |
| س− | ع± | س− | ع± |
| ابعاد الشخصية الرياضية | الدينامية | درجة | 33.86 | 2.340 | 35.14 | 3.185 | -0.861 | 0.406 | غير معنوي |
| الدوافع والقيم | درجة | 42.14 | 2.116 | 44.57 | 2.573 | -1.929 | 0.078 | غير معنوي |
| الانفتاح | درجة | 38.14 | 4.375 | 40.57 | 2.370 | -1.291 | 0.221 | غير معنوي |
| الاجتماعية | درجة | 32.00 | 1.915 | 34.14 | 3.185 | -1.526 | 0.153 | غير معنوي |
| الضغط | درجة | 22.00 | 4.082 | 17.86 | 5.367 | 1.625 | 0.130 | غير معنوي |
| التدريب الذاتي | درجة | 33.29 | 3.094 | 32.00 | 2.887 | 0.804 | 0.437 | غير معنوي |

يتبين من الجدول (5) ان الفروق كانت غير معنوية بين افراد مجموعتي البحث في( ابعاد الشخصية الرياضية) ((للدينامية ) اذ كانت قيمة t للمتغير هي (-.861) واحتمالية نسبة الخطأ (0.406 ) .(الدوافع والقيم ) اذ كانت قيمة t للمتغير هي ( (-1.929 واحتمالية نسبة الخطأ (0.078) (الانفتاح) اذ كانت قيمة t للمتغير هي

(-1.291) واحتمالية نسبة الخطأ (.0.221) , (الاجتماعية) اذ كانت قيمة t للمتغير ه(-1.526) واحتمالية نسبة الخطأ (0.153), (الضغط) اذ كانت قيمة t للمتغير هي (1.625) واحتمالية نسبة الخطأ (0.130),( التدريب الذاتي) اذ كانت قيمة t للمتغير هي ( 0.804) واحتمالية نسبة الخطأ (.0.437), وبما ان قيمة الاحتمالية هي اكبر من مستوى الدلالة 0,05 لهذا المتغير مما يدل على عدم وجود فروق بين المجموعتين , وهذا يدل على ان المجموعتين الضابطة والتجريبية متكافئتين في ابعاد الشخصية الرياضية , وان الفروق كانت غير معنوية بين افراد مجموعتي البحث في مستويات التقييم اذ كانت قيمة t هي (1.575) واحتمالية نسبة الخطأ هي (0.141) وبما ان قيمة الاحتمالية هي اكبر من مستوى الدلالة ( 0,05) مما يدل على عدم وجود فروق بين المجموعتين وهذا يدل على ان المجموعتين الضابطة والتجريبية متكافئتين في ابعاد الشخصية الرياضية وتقييم الأداء .

**3-5 متغيرات البحث وكيفية ضبطها:**"إن من مميزات العمل التجريبي كما يشير "**(فراس ,2005)** نقلا عن (فان دالين) يقوم الباحث "بفحص خططه التجريبية فحصا دقيقا , لكي يتأكد فيما اذا كان هناك مؤثرات خارجية , ومتغيرات ترجع الى الإجراءات التجريبية , ومتغيرات ترجع الى العينة تؤثر في المتغير التابع , وعليه ان يبذل كل الجهد المستطاع لضبط المتغيرات التي يتبناها **"(فراس محمود علي الخوخي,2005,52).**

1-المتغير المستقل للمجموعة التجريبية وهو البرنامج للتدخل المعرفي المعد من قبل الباحث.

2-المتغيرات التابعة هي ( نتائج مقياس الشخصية الرياضية واستمارة تقييم الاداء) ولكلا المجموعتين التجريبية والضابطة.

3-المتغيرات الدخيلة التي قد تؤثر في سلامة التصميم التجريبي للبحث ( السلامة الداخلية والسلامة الخارجية). نوضحهها كالاتي:

**3-6-1السلامة الداخلية للتصميم:** تتحق السلامة الداخلية عندما يتأكد الباحث من انه يتمكن من السيطرة على المتغيرات , التي يمكن ان تؤثر في المتغير التابع لكي يعزو الفرق بين المجموعتين التجريبية والضابطة الى المتغير المستقل وليس الى المتغيرات او عوامل دخيلة كانت قد اثرت قبل ادخال المتغير المستقل او في اثنائه . لذا قام الباحث بضبط المتغيرات الاتية:

**العمليات المتعلقة بالنضج:**

"المقصود بالنضج هو العوامل الفسيولوجية والتشريحية التي تحدث للانسان في مدة زمنية معينة **" ( عثمان,2000,129).** وضبط هذا العامل من خلال تنفيذ البرنامج للمدة الزمنية نفسها لافراد عينة البحث كافة.

**ظروف التجربة والعوامل المصاحبة:**

ويقصد بها كل الحوادث التي يمكن حدوثها في اثناء مدة التجربة , من تاريخ بدء تنفيذ التجربة ولغاية انتهائها , لها اثر في المتغيرات , الى جانب المتغيرات المستقلة , اذ لم يتعرض البحث خلال مدة التجربة لحادث مؤثر سلبي.وفيما يتعلق بهذا البحث, لم تتعرض عينة البحث خلال مدة التجربة من تاريخ 24/ 1/2016 ولغاية 16/4/2016لحادث يؤثر سلبا في التجربة.

**ادوات القياس:**

تمت السيطرة على هذا المتغير باستخدام ادوات قياس موحدة لجميع الافراد من خلال تكرار ظروف التجربة نفسها واسلوب القياس الموحد لجميع الافراد.

**الفرق في اختيار الافراد:**

تمت السيطرة على هذا المتغير بتحقيق التكافؤ بين المجموعتين , وفضلا عن ذلك اختار الباحث الطريقة العشوائية في اختيار المجموعتين الضابطة والتجريبية.

**الاندثار التجريبي ( التاركون للتجربة ):**

يقصد به الاثر الناتج عن انقطاع بعض الحكام وتركهم ضمن احدى مجموعات البحث , مما يؤثر على نتائج الاختبار وقد سيطر الباحث على هذا المتغير , ولم يحدث عرضا يؤثر في سير تجربة البحث.

**3-6-2 السلامة الخارجية للتصميم:**يمكن للباحث تعميم نتائج بحثه خارج نطاق عينة البحث وفي مواقف تجريبية مماثلة اذا ما تحقق من السلامة الخارجية للتصميم. وللتأكد من تحقيق السلامة الخارجية ينبغي ضبط العوامل الاتية:

1-**تفاعل تاثير المتغير التجريبي ( المستقل ) مع اختيار العينة :** ليس لهذا المتغير اي تأثير في التجربة وذلك لاختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية , وتحقيق التكافؤ بين مجاميع البحث.

**2-اثر الاختبار القبلي:** تم ازالة تأثير هذا المتغير , وذلك بأطالة المدة مابين الاختبارين القبلي والبعدي.

**3-اثر التفاعل بين عاملين او اكثر او تداخل المواقف التجريبية:** لم يتعرض افراد العينة لاي تجربة اخرى خلال مدة تنفيذ التجربة , اذ ينبغي ان لا يتعرض افراد عينة البحث ( التجريبية والضابطة ) الى اجراءات تجارب اخرىخلال الفترة الزمنية نفسها, وبالتالي انعدام تأثير هذا العامل **.**

**4-اثر الاجراءات التجريبية :** لم تُشعر الباحث الحكام بأهداف البحث, فضلا عن ذلك سوف يتطلب العمل التجريبي في البحث ضبط عوامل اخرى تتعلق بأجراءات تجريبية حفاظا على سلامة التصميم التجريبي من اثارها ومن هذه العوامل.

**أ-البرنامج الارشادي:** بعد الاطلاع على الأدبيات والمراجع العلمية المتعلقة بالمناهج الارشادية , تم اعداد برنامج ارشادي معرفي في تطوير الشخصية والاداء لدى حكام كرة القدم في كركوك ( الجلسات ) وقد عرض على مجموعة من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال علم النفس الرياضي ( ملحق رقم 2 ) للتحقق من مدى صلاحية محتوى المنهج الارشادي , الذي يضم ( 13 ) جلسة ارشادية جماعية بمعدل جلسة واحدة في الاسبوع , وزمن كل جلسة (45) دقيقة ولمدة (13) اسبوعا.

القاء المادة الارشادية : القيت المحاضرات الارشادية المعرفية من قبل السادة المختصين في علم النفس الرياضي كما مبين في الملحق (( 5 ))

**ب- الفترة الزمنية للتجربة:**

تمت السيطرة على هذا المتغير بأخضاع عينة البحث في المجموعة التجريبية لمدة زمنية واحدة , اذ بدأت بتاريخ 24/1/2016 بواقع 13 جلسة ارشادية معرفية , جلسة واحدة في الاسبوع في يوم السبت .

**ج- مكان الجلسات الارشادية:**

طبقت جلسات تأثير برنامج التدخل المعرفي على المجموعة التجريبية في قاعة ممثلية اللجنة الاولمبية العراقية في كركوك وقاعة نادي اربيل الرياضي . اذ قام الباحث بالتنسيق مع السادة المختصين بتطبيق جلسات المنهاج الارشادي المعرفي وفي وفق جدول اسبوعي منتظم .

**3-7 البرنامج الارشادي:**لغرض تحقيق اهداف البحث الحالي في اعداد برنامج أرشادي معرفي , الذي يهدف الى معرفة هذا المنهج الارشادي المعرفي وبما ان هدف البحث هو معرفة تأثير برنامج التدخل المعرفي في تطوير بعض السمات الشخصية , والاداء لدى حكام كرة القدم في محافظة كركوك, لذلك ينبغي توظيف منهج يتلائم مع طبيعة البحث , واهدافه, وتحديد الاسلوب التدخل المعرفي المناسب , لذا استخدم الاساليب الفعالة في التخطيط ويسعى البحث للوصول الى اقصى حد من الفعالية وبأقل التكاليف

**3-7-1 خطوات اعداد برنامج الارشادي المعرفي:**تم الاعتماد على نظام التخطيط في اعداد برنامج الارشادي المعرفي, اذ قام الباحث بوضع منهج للتدخل المعرفي, واعداده في ضوء مشكلة البحث مستند الى الخطواط الاتية

**1-تحديد الاحتياجات:**"وهي مجموعة من الخطوات التي ينبغي ان يقوم بها معد البرنامج لمعرفة الحاجات الاساسية التي يستند اليها في صياغة اهداف البرنامج "**(الخيال,1994, 32).** وفي هذه الخطوة تتضمن عناوين الجلسات التدخل المعرفي ملحق (الجلسة الاولى التعريفية) معتمدة على الادبيات والدراسات السابقة وقد تم عرضها على مجموعة من الخبراء والمختصين في مجال التربية وعلم النفس وعلم النفس الرياضي كما في ملحق2) ) والاخذ بأرائهم حول عناوين بعض الجلسات ومحاورها , وقد كان هناك اتفاق على تسلسل الجلسات والاتفاق على زمن الجلسات ,والاتفاق على زمن الجلسة الواحدة ب(45- 50) دقيقة.

**2-اختيار الاولويات:**قام الباحث بتصميم البرنامج الارشادي المعرفي في تطوير الشخصية بصيغته الاولية ملحق ( 6 ) وترتيب عناوين الجلسات الارشادية ترتيبا يعتمد على التسلسل المنطقي للجلسات الارشادية وحسب الاسبقيات اعتمادا على اراء الخبراء في ترتيبها , وقد تم الاخذ بنظر الاعتبار ملاحظاتهم حول بعض الجلسات من حيث المحتوى والفنيات وتسلسل المحاور.

**3-تحديد الاهداف:**الهدف من المنهج للبحث الحالي هو تطوير الشخصية والاداء التحكيمي لدى حكام كرة القدم في محافظة كركوك.

**4-ايجاد نشاطات وبرامج لتحقيق الاهداف:**تم تحديد كيفية تقديم هذه النشاطات والافراد الذين سيقومون بادارتها وتنفيذها بالاساليب المحددة والجدول الزمني المطلوب لتنفيذ تلك النشاطات وبعد الاطلاع على الادبيات والدراسات السابقة ومناقشة عدد من المختصين للافادة من خبراتهم. **3-8 التجربة الاستطلاعية:**قام الباحث بالتجربة الاستطلاعية بتاريخ 16/1/2016 على العينة المؤلفة من 3 حكام اذ تم فيها اجراء اختبار مقياسي ( الابعاد الشخصية استمارة تقييم الاداء) وتم اختيارهم من مجتمع البحث, وقد تم استبعادهم من التجربة الرئيسية وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية هو التعرف علة مايأتي:

1-مدى وضوح التعليمات وعبارات المقياس للحكام ودرجة استيعابهم لها.

2-معرفة الصعوبات والمشاكل التي قد يواجه الباحث في اثناء التطبيق.

3-الاجابة عن الاستفسارات والتساؤلات من قبل الحكام والاخذ بها عند تطبيق على العينة الرئيسية.

**3-9التجربة الرئيسية:**

**3-9-1 الاختبار القبلي:**بعد تحديد عينة البحث الاساسية المتمثلة بالمجموعتين الضابطة و التجريبية , قام الباحث بالاختبار القبلي بتاريخ 19 / 1 / 2016 على المجموعتين التجريبية والضابطة, من خلال توزيع استمارات (الابعاد الشخصية ) على العينة في الاجتماع الدوري الاسبوعي لحكام محافظة كركوك, وتقيم ادائهم التحكيمي في المباريات عن طريق حكام دولين سابقين.

**3-9-2 تطبيق البرنامج الارشادي:**هيأ الباحث الظروف لتنفيذ برنامج الارشادي المعرفي , وباشر بتطبيقه بالتعاون مع السادة المحاضرين كما في ملحق (5 ) على المجموعة التجريبية, واستغرق تطبيق المنهج (85) يوما , وابتداءا من 24/1/2016 ولغاية 16/4/2016 , اذ تم خلال هذه المدة تطبيق برنامج التدخل المعرفي بالاعتماد على الاسلوب الجماعي في طريقة المناقشة , وكانت المحاضرة بأسلوب الارشاد الجماعي , واستغرقت مدة تطبيق المنهج التدخل المعرفي (13) اسبوع وبواقع جلسة واحدة في الاسبوع .ومدة الجلسة ( 45) دقيقة , وكان عدد جلسات التدخل المعرفي (13) جلسة , واقيمت الجلسات ايام السبت في الساعة (11) صباحا. اما المجموعة الضابطة فلم تخضع الى برنامج الارشادي المعرفي وبقيت في ظروفها الاعتيادية.

**3-9-3 الاختبار البعدي:**قام البحث بالاختبار البعدي بتاريخ 30 / 4 / 2016 على المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة وتحت نفس الظروف التي تم فيها الاختبار القبلي في الاجتماع الدوري للحكام في كركوك في اعطاء استمارة ( الابعاد الشخصية ) , وتقييم ادائهم التحكيمي في المباريات عن طريق حكام دولين سابقين البالغ عددهم

( 3 ) واستغرت حوالي اسبوعين بواسطة استمارة تقييم الاداء للمجموعتين.

**3-10الوسائل الإحصائية:**استخدم الباحث الحقيبة الأحصائية للعلوم التربوية SPSS للحصول على : الوسط الحسابي-الانحراف المعياري-قيمةT**-**الارتباط البسيط

**4-عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:**

**4-1عرض نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمتغيري أبعاد الشخصية للمجموعة التجريبية وتحليلها ومناقشتها:**

**الجدول رقم ( 6 )**

**الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) ودرجة الاحتمالية (sig) لمتغيري أبعاد الشخصية والاداء التحكيمي للمجموعة التجريبية في الاختبارين القبلي والبعدي** .

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| المتغير | الابعاد | الاختبار القبلي | الاختبار البعدي | قيمة (t)المحتسبة | الاحتمالية (sig) | الدلالة |
| سَ | ± ع | سَ | ± ع |
| الشخصية | الدينامية | 35.14 | 3.185 | 34.14 | 1.345 | 0.661 | 0.533 | غير معنوي |
| الدوافع | 44.57 | 2.573 | 45.00 | 3.162 | -0.386 | 0.713 | غير معنوي |
| الانفتاح | 40.57 | 2.370 | 37.86 | 2.968 | 1.974 | 0.096 | غير معنوي |
| الاجتماعية | 34.14 | 3.185 | 33.14 | 2.673 | 0.917 | 0.395 | غير معنوي |
| الضغط | 17.86 | 5.367 | 18.89 | 6.842 | -0.676 | 0.524 | غير معنوي |
|  التدريب الذاتي | 32.00 | 2.887 | 31.71 | 1.976 | 0.258 | 0.805 | غير معنوي |

\* معنوي عند مستوى المعنوية (Sig.≤ 0.05)

\*\* معنوي عند مستوى المعنوية (Sig.≤ 0.01)

من خلال ملاحظة الجدول رقم (6) يتبين بان الفروق كانت غير معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة التجريبية في أبعاد الشخصية، إذ كانت قيمة (t) المحتسبة لكل هذه الأبعاد هي (0.661، -0.386، 1.974، 0.917، -0.676، 0.258) لأبعاد الشخصية (الدينامية، الدوافع، الانفتاح، الاجتماعية، الضغط، التدريب الذاتي) على التوالي، وقيمة الاحتمالية (sig) هي (0.533، 0.713، 0.096، 0.395، 0.524، 0.805)، وبما أن قيم الاحتمالية لكل الأبعاد أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، إذاً توجد فروق غير معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية لأبعاد الشخصية، ويعزو الباحث سبب ذلك الى عدم رغبة الحكم في التفاعل والمشاركة مع زملائه الحكام لكي لا يؤدي الى تغيير في العلاقات بينهم . كما يرى كولي أن هذه القوى المؤثرة في العلاقات على شكل تفاعلات تؤدي إلى تغير يحدث تأثيرا في اتجاهات الجماعة. ويمتد هذا التغيير إلى اتجاهات الأفراد وسماتهم الشخصية واهتماماتهم ومهاراتهم وإلى غير ذلك خلال عمليات التفاعل الاجتماعي , ويبحث عن سلوك ناجح لتحقيق التكييف الشخصي والاجتماعي مع ذاته و الاخرين, , فالحكم الذي يمتلك خبرة واسعة يستطيع مواجهة المشاكل النفسية التي يتعرض اليها , وان نقص الخبرة سوف يضيف اعباءا جديدا فضلا عما الى ما يتعرض له من حالات مواجهة اثناء المباريات, "اذ يذكر **( اسامة، 2000، 29)** ان الخبرة الرياضية قد تمثل نوعا من الضغط النفسي والتوتر الشديد الذي يؤثر نفسيا على قدرات بعض الرياضيين الشخصية, حالة القلق والتوتر او الملل الذي يمرون به. كما يذكر المندلاوي أن التدريب الذاتي له تأثيرات ايجابية على الحالة النفسية وجسم الرياضيين حيث يساهم في أحلال الهدوء والتعقل مؤدياً إلى تخفيض أو إزالة حالة التوتر. بعض الرياضيين الذين لديهم الميل المعاكس تجاه مثل هذا النوع من التدريب فأن تأثيرات هذا التدريب منخفضة أو معدومة كلياً وفي بعض الحالات الأخرى من الممكن ظهور عواقب ثانوية لعدم التحمل  **(المندلاوي,1987، 140)** لقلة الواجبات التحكيمية التي يؤدونها و تأخير استئناف دوري اقليم كوردستان بسب الظروف الاقتصادية التي يمر بيها البلد مما يؤدي الى حالة من عدم الاستقرار النفسي والذهني.

**4-2 عرض نتائج الفروق بين الاختبارين القبلي والبعدي لمتغيري أبعاد الشخصية للمجموعة الضابطة وتحليلها ومناقشتها:**

**الجدول (7)**

**يبين الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (t) ودرجة الاحتمالية (sig) لمتغيري أبعاد الشخصية والاداء التحكيمي للمجموعة الضابطة في الاختبارين القبلي والبعدي**

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| المتغير | الابعاد | الاختبار القبلي | الاختبار البعدي | قيمة (t)المحتسبة | الاحتمالية (sig) | الدلالة |
| سَ | ± ع | سَ | ± ع |
| الشخصية | الدينامية | 33.86 | 2.34 | 3314 | 2.610 | 0.600 | 0.570 | غير معنوي |
| الدوافع | 42.14 | 2.11 | 42.86 | 4.059 | -0.484 | 0.645 | غير معنوي |
| الانفتاح | 38.14 | 4.37 | 38.71 | 3.498 | -0.226 | 0.828 | غير معنوي |
| الاجتماعية | 32.00 | 1.91 | 30.71 | 3.729 | 0.686 | 0.518 | غير معنوي |
| الضغط | 22.00 | 4.08 | 26.14 | 11.735 | -0.869 | 0.418 | غير معنوي |
| التدريب الذاتي | 33.29 | 3.09 | 35.29 | 5.219 | -0.783 | 0.463 | غير معنوي |

 من خلال ملاحظة الجدول رقم (7) يتبين بان الفروق كانت غير معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة في أبعاد الشخصية، إذ كانت قيمة (t) المحتسبة لكل هذه الأبعاد هي (0.600، -0.484، -0.226، 0.686، -0.869، -0.783) لأبعاد الشخصية (الدينامية، الدوافع، الانفتاح، الاجتماعية، الضغط، التدريب الذاتي) على التوالي، وقيم الاحتمالية (sig) هي (0.570، 0.645، 0.828، 0.518، 0.418، 0.463)، وبما أن قيم الاحتمالية لكل هذه الأبعاد أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، إذاً توجد فروق غير معنوية بين الاختبارات القبلية والبعدية للمجموعة الضابطة، ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى عدم تعرض الحكام للمجموعة الضابطة للبرنامج الارشادي المعرفي وفنياته حالها كحال المجموعة التجريبية في الاختبار القبلي, وان نقص خبرة الارشاد والتوجيه ومساعدة الحكم في التخلص من الضغوط والعوامل النفسية مما لم يساعدها لبلوغ حالة المعنوية في الفرق بين الاوساط الحسابية بين الاختبارين القبلي والبعدي . ويضيف الباحث ان عدم وجود خبير نفسي للمجموعة الضابطة الذي يساعد في تخفيف التوتر النفسي التي يتعرض اليه الحكام من جراء عملية التدريب والمنافسة , حيث ان الخبير او المرشد النفسي يضيف خبرات ومعارف نظرية فضلاً عن الخبرة العلمية التي يتعرض اليها الحكم في العملية التدريبية , اذ يرى (براء, 2000): " أهمية ودور النظرية المعرفية باعتباره مدخلا مهما في تفسير وتوضيح العمليات المستخدمة لتخفيف الضغط والتوتر النفسي الذي يتعرض له حكام كرة القدم"**. (براء، 2000، 36)**

**4-3 عرض نتائج الفروق بين الاختبارات البعدية للمجموعتين (التجريبية والضابطة) لمتغيري أبعاد الشخصية والاداء التحكيمي وتحليلها ومناقشتها:**

**الجدول رقم ( 8 )**

 **الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيم (T) ودرجة الاحتمالية (sig) لأبعاد الشخصية للمجموعتين ( التجريبية والضابطة ) في الاختبارات البعدية.**

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| المتغير | الابعاد | المجموعة | العدد | الوسط الحسابي | الانحراف المعياري | قيمة T | درجة الاحتماليةSig | الدلالة |
| الشخصية | الدينامية | الضابطة | 7 | 33.14 | 2.610 | -0.901 | 0.385 | غير معنوي |
| التجريبية | 7 | 34.14 | 1.345 |
| الدوافع | الضابطة | 7 | 42.86 | 4.059 | -0.102 | 0.292 | غير معنوي |
| التجريبية | 7 | 45.00 | 3.162 |
| الانفتاح | الضابطة | 7 | 38.71 | 3.498 | 0.494 | 0.630 | غير معنوي |
| التجريبية | 7 | 37.86 | 2.968 |
| الاجتماعية | الضابطة | 7 | 30.71 | 3.729 | -1.401 | 0.187 | غير معنوي |
| التجريبية | 7 | 33.14 | 2.673 |
| الضغط | الضابطة | 7 | 26.14 | 11.735 | 1.417 | 0.182 | غير معنوي |
| التجريبية | 7 | 18.86 | 6.842 |
| التدريب الذاتي | الضابطة | 7 | 35.29 | 5.219 | 1.693 | 0.116 | غير معنوي |
| التجريبية | 7 | 31.71 | 1.976 |

\* معنوي عند مستوى المعنوية (Sig.≤ 0.05) \*\* معنوي عند مستوى المعنوية (Sig.≤ 0.01)

 ظهر من خلال الجدول رقم (8) ان بعد الدينامية للمجموعتين التجريبية والضابطة كان بوسط حسابي (33,14) للمجموعة الضابطة و (34,14) للمجموعة التجريبية وبانحراف معياري (2,610) للمجموعة الضابطة و(1,345) للمجموعة التجريبية وقيمة ((t كانت (- 0,901) وقيمة الاحتمالية كانت (0.385)، وبما أن قيمة الاحتمالية أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، إذاً لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين المجموتين التجريبية والضابطة في بعد الدينامية ويعزو الباحث سبب ذلك الى عدم رغبة الحكم في التفاعل والمشاركة مع زملائه الحكام لكي لا يؤدي الى تغيير في العلاقات بينهم . كما يرى كولي أن هذه القوى المؤثرة في العلاقات على شكل تفاعلات تؤدي إلى تغير يحدث تأثيرا في اتجاهات الجماعة. ويمتد هذا التغيير إلى اتجاهات الأفراد وسماتهم الشخصية واهتماماتهم ومهاراتهم وإلى غير ذلك خلال عمليات التفاعل الاجتماعي.**(تنشيط الجماعات لمجموعة من الباحثين العدد 1 , 1991,ص60 )**.

 اما الدوافع للمجموعتين التجريبية والضابطة كان بوسط حسابي (42,86) للمجموعة الضابطة و(45,00) للمجموعة التجريبية وبانحراف معياري (4,059) للمجموعة الضابطة و(3,162) للمجموعة التجريبية وقيمة ((t كانت (-1,102) وقيمة الاحتمالية كانت (0.292)، وبما أن قيمة الاحتمالية أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، إذاً لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين المجموتين التجريبية والضابطة في بعد الدافعية ويعزو الباحث سبب ذلك يرى ان الحكم يريد ان يحافظ على مستواه الرياضي الثابت وليس لديه اي دافع او حافز ان يتطور من مستواه في التحكيم.**(الكناني, 1992، 177).**

اما الانفتاح للمجموعتين التجريبية والضابطة كان بوسط حسابي (38,71) للمجموعة الضابطة و(37,86) للمجموعة التجريبية وبانحراف معياري (3,498) للمجموعة الضابطة و (2,968) للمجموعة التجريبية وقيمة ( (tالمحسوبة كانت (0,494) وقيمة الاحتمالية كانت (0.630)، وبما أن قيمة الاحتمالية أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، إذاً لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين المجموتين التجريبية والضابطة في بعد الانفتاح ويعزو الباحث سبب ذلك صعوبة الحكام في "الانفتاح في مجال الرياضة ويملك خبرة بالأفكار والاساليب كما يعرف النقاط الضعف عنده **"(عامود,2001, 443)**

اما الاجتماعية للمجموعتين التجريبية والضابطة كان بوسط حسابي (30,71) للمجموعة الضابطة و(33,14) للمجموعة التجريبية وبانحراف معياري (3,729) للمجموعة الضابطة و(2,673) للمجموعة التجريبية وقيمة (t) كانت (-1,401) وقيمة الاحتمالية كانت (0.187)، وبما أن قيمة الاحتمالية أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، إذاً لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين المجموتين التجريبية والضابطة في بعد الاجتماعية ويعزو الباحث سبب ذلك ان الحكم يتجنب تكوين علاقات اجتماعية مع الرياضيين ويجد صعوبة في المناقشة مع زملائه الحكام و"يبحث عن سلوك ناجح لتحقيق التكييف الشخصي والاجتماعي مع ذاته و الاخرين**."(الحيالي,1991, 15).**

اما الضغط للمجموعتين التجريبية والضابطة كان بوسط حسابي (26,14) للمجموعة الضابطة و(18,86) للمجموعة التجريبية وبأنحراف معياري (11,735) للمجموعة الضابطة و(6,842) للمجموعة التجريبية وقيمة (t) كانت (1,417) وقيمة الاحتمالية كانت (0.182)، وبما أن قيمة الاحتمالية أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، إذاً لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين المجموتين التجريبية والضابطة في بعد الضغط ويعزو الباحث سبب ذلكان الحكام يتعرضون لضغط بدني ونفسي اثناء التدريبات اليومية ولعدم وجود خبير نفسي الى جانب المدرب البدني لكي يعرف ماهية المشاكل والضغوط النفسية الذي يتعرضون اليها الحكام سواء في حياتهم اليومية أم خلال عملية التدريب أم المباريات , أذ ان الخبير النفسي يساعد في زيادة خبرته اليومية , فالحكم الذي يمتلك خبرة واسعة يستطيع مواجهة المشاكل النفسية التي يتعرض اليها, "وان نقص الخبرة سوف يضيف اعباءا جديدا فضلا عما الى ما يتعرض له من حالات مواجهة اثناء المباريات, اذ يذكر**" ( اسامة ,2000, 29)** ان الخبرة الرياضية قد تمثل نوعا من الضغط النفسي والتوتر الشديد الذي يؤثر نفسيا على قدرات بعض الرياضيين الشخصية.

اما التدريب الذاتي للمجموعتين التجريبية والضابطة كان بوسط حسابي (35,29) للمجموعة الضابطة و(31,71) للمجموعة التجريبية وبأنحراف معياري (5,219) للمجموعة الضابطة و(1,976) للمجموعة التجريبية وقيمة (t) كانت (1,693) وقيمة الإحتمالية كانت (0.116)، وبما أن قيمة الاحتمالية أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، إذاً لا توجد فروق ذات دلالة معنوية بين المجموتين التجريبية والضابطة في بعد التدريب الذاتي ويعزو الباحث سبب الى حالة القلق والتوتر او الملل الذي يمرون به. كما يذكر المندلاوي أن التدريب الذاتي له تأثيرات ايجابية على الحالة النفسية وجسم الرياضيين حيث يساهم في أحلال الهدوء والتعقل مؤدياً إلى تخفيض أو إزالة حالة التوتر . بعض الرياضيين الذين لديهم الميل المعاكس تجاه مثل هذا النوع من التدريب فأن تأثيرات هذا التدريب منخفضة أو معدومة كلياً وفي بعض الحالات الأخرى من الممكن ظهور عواقب ثانوية لعدم التحمل **( المندلاوي,1987, 140)** لقلة الواجبات التحكيمية التي يؤدونها و تأخير استئناف دوري اقليم كوردستان بسب الظروف الاقتصادية التي يمر بيها البلد مما يؤدي الى حالة من عدم الاستقرار النفسي والذهني. وكذلك كانت الوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة الضابطة في الاداء 84,00)) وبانحراف معياري (2,449) اما الوسط الحسابي للاختبار البعدي للمجموعة التجريببية في الاداء (87,86) وبانحراف معياري 1,574)) وقيمة (t) كانت (-3,505) وقيمة الاحتمالية (0.004)، وبما أن قيمة الاحتمالية أصغر من مستوى الدلالة (0.01)، إذاً توجد فروق معنوية بين الاختبارين البعديين للمجموعتين التجريبية والضابطة ولصالح المجموعة التجريبية، ويعزو الباحث سبب ذلك الى تأثير البرنامج الارشادي المعرفي والذي جعل الحكام يحصلون على درجات عالية في الاداء ( تحكيم المباريات), حيث ان فنيات البرنامج الارشادي المعرفي, قد ساعد على تحسين ادائهم وتخفيف الضغوط عنهم وأبعاد العوامل النفسية السلبية عنهم, وكيفية التعامل مع المشاكل بشكل ايجابي , والثقة بالنفس التي تنعكس على عملية ضبطه لنفسه وأفكاره والتحكم بها, "أن اعادة بناء تكوين المفاهيم هذه تؤدي الى اعادة تعريف الفرد لمشكلاته بطريقة تعطيه الثقة والتفهم والقدرة على الضبط, وهذه جميعها من مستلزمات عملية التغيير, لأن إعادة تكوين المفاهيم تساعد على إعطاء معان جديدة للأفكار والمشاعر والسلوكيات". **(العزة, وعبد الهادي, 1999،153).** ويعزو الباحث أيضا سبب ذلك إلى المنهج الإرشادي وما تضمنه من فنيات تهدف على تعديل السلوك , وتسعى إلى جعل الحكم ان يحاول اقامة علاقات إيجابية مع زملائه , المبنية على الحب والاحترام والاستماع إلى توجيهات الزملاء والمدربين والمقيم , وعدم النظر أليهم بنظرة كراهية .**(محمد, 1992،70).** ويعزو الباحث ايضا إلى فاعلية البرنامج المستخدم في التحكم في الضغوط والعوامل النفسية لانفعالات الاشخاص من خلال استخدام الأساليب النفسية في المعالجة وهي تعد بحد ذاتها منهجاً في علاج مشكلات التي تواجههم في هكذا نوع من الظروف , وبذلك يتفق الباحث مع رأي , Borders,1992 في نجاح أسلوب الإرشاد مع العينات الصغيرة إذ " أن إرشاد المجاميع الصغيرة والمنظمة بشكل خاص ولمدة زمنية محددة يعد ممارسة وتطبيقاً أميناً ودقيقاً بالاستناد إلى مبادئ ومفاهيم ديناميكية المجموعة وسير تقدمها و ملائمتها من الناحية التطويرية سوف يؤدي إلى تفاعلات وارتباطات قوية وثابتة مع التمرين تمكنهم من تعلم واكتساب المهارات والقدرات ذات العلاقة بالتخطيط والتنظيم". **Borders,1992,491) (.**

**5-الاستنتاجات والتوصيات**

**5-1 الاستنتاجات**

1-عدم ظهور تأثير واضح للمنهج المعد من قبل الباحث على الشخصية .

2-لم يظهر فروق في الشخصية بين مجموعتي البحث الضابطة والتجريبية .

3-اظهرت الدراسة تفوق المجموعة التجريبية على المجموعة الضابطة في تنمية الأداء التحكيمي

**5-2التوصيات**

1-استخدام المنهج المعد من قبل الباحث في الدورات التحكيمية المعتمدة من قبل الاتحادين العراقي والكوردستاني وذلك لتأثيره الواضح على مستوى الأداء التحكيمي.

2-الاهتمام بضرورة تدريب الحكام على استخدام مهارات وفنيات الارشاد المعرفي في تنمية الشخصية .

3-ضرورة تواجد خبير نفسي للحكام في الدورات والمعسكرات أسوة بالمدرب البدني كضرورة لنجاح العملية التدريبية.

**المصادر:**

* أسامة كامل راتب, صدقي نورالدين , (2004) : تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي , القاهرة , دار الفكر العربي .
* خلف , صباح قاسم , سمير مهنا عناد .( 2014) . **حكام كرة القدم , تغذية , مناهج,** (بغداد وزارة التعليم العالي ).
* الخليفة , ابراهيم واخرون .(2008): علم النفس الرياضي, ط1, دار الفكر العربي , مصر.
* الخيال ، افتخار كنعان .(1994) : اثر الإرشاد التربوي في التحصيل الدراسي في مادة اللغة الإنكليزية لطالبات المرحلة المتوسطة ,(رسالة ماجستير غير منشورة) كلية التربية ، الجامعة المستنصرية .
* عثمان , السيد عثمان والشرقاوي , انور. (1978) : التعلم وتطبيقاته, دار الثقافة , القاهرة .
* العزة ، سعيد حسني وعبد الهادي ، جودت عزت .(1999) : نظريات الإرشاد والعلاج النفسي ، مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع ، عمان-الأردن.
* القاضي ، يوسف وآخرون .(1981) : الإرشاد النفسي والتوجيه التربـوي , ط1، دار المريخ ، السعودية .
* قانون كرة القدم . 2014.
* المندلاوي , قاسم حسين مهدي ومحمود عبد الله الشاطي. (1987 **) : التدريب الرياضي والأرقام القياسية ,** جامعة الموصل / دار الكتب للطباعة والنشر.
* يندال ، دافيدوف . (1983) : **مدخل علم النفس**، ط2،ترجمة سيد الطواب (واخرون)،القاهرة، مطابع المكتب المصري الحديث.
* Borders , L. and SWandram, D (1992) Comprehensible school counseling Programs . A review for policy maks and practitioners, Journal of Counseling and Development .
* MAYNARD, I. W., HEMMINGS. B., & WARWICK – EVANS, L. (1995) . **THE EFFECTS OF COGNITIVE INTERVENTION STRATEGY ON COMPETITIVE STATE ANXIETY IN SMI-PROFESSIONAL SOCCER PLAYERS**. THE SPORT PSYCHOLOGIST,9, 51-64 .

ملحق / مقياس الشخصية

- يبين إبعاد وفقرات مقياس الشخصية الرياضية/ البعد الأول -الدينامية

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ت | الفقرات | نادرا | قليلا | احيانا | غالبا | دائما |
| 1 | اثق في النجاح واعترف بأخطائي |  |  |  |  |  |
| 2 | لدي توقع نحو فوز احد الفريقين |  |  |  |  |  |
| 3 | يمكنني التعرض للمخاطر عند خسارة احد الفريقين |  |  |  |  |  |
| 4 | استمتع بالتدريب مع الاخرين |  |  |  |  |  |
| 5 | لا اريد ان اكون موضع اهتمام عند فوز احد الفريقين |  |  |  |  |  |
| 6 | اريد ان اكون رياضيا مشهورا في لعبتي |  |  |  |  |  |
| 7 | اثق في قدراتي الذاتية |  |  |  |  |  |
| 8 | استطيع تصحيح ادائي بسرعة عندما اخطئ |  |  |  |  |  |
| 9 | لدي ثقة في الاداء الجيد واظهار كفاءتي |  |  |  |  |  |
| 10 | استفيد من موهبتي في تحقيق افضل اداء |  |  |  |  |  |
| 11 | يصعب علية الاندماج في الاداء اثناء المباراة |  |  |  |  |  |
| 12 | افشل في تحقيق افضل اداء |  |  |  |  |  |

- البعد الثاني الدوافع والقيم

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ت | الفقرات | نادرا | قليلا | احيانا | غالبا | دائما |
| 1 | لدي خبرة بالأفكار والاساليب الحديثة للتدريب |  |  |  |  |  |
| 2 | اتقبل الافكار والاساليب التي تطور من ادائي |  |  |  |  |  |
| 3 | احتفظ بمستوى ادائي الجيد مع تغيير مواقف المباراة |  |  |  |  |  |
| 4 | اتوقع خطة المباراة للفريقين قبل بدئها |  |  |  |  |  |
| 5 | مستوى ادائي لا يتناسب مع قدراتي الحقيقية |  |  |  |  |  |
| 6 | اعرف مستوى ادائي المطلوب تحقيقه |  |  |  |  |  |
| 7 | اعرف نقاط الضعف في مهاراتي وكيفية تطويرها |  |  |  |  |  |
| 8 | اقاوم الابتكار والتجديد في الرياضة |  |  |  |  |  |
| 9 | اتجنب استخدام اجهزة التدريب الحديثة |  |  |  |  |  |
| 10 | اشعر ان ما انجزته قليلا |  |  |  |  |  |
| 11 | استفادتي قليلة من ادائي السابق |  |  |  |  |  |
| 12 | ليس لدي الرغبة في تصحيح اخطائي |  |  |  |  |  |

البعد الثالث الانفتاح

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ت | الفقرات | نادرا | قليلا | احيانا | غالبا | دائما |
| 1 | اشعر ان نبضات قلبي تكون سريعة قبل المباراة |  |  |  |  |  |
| 2 | اشعر بالعصبية قبل المباراة |  |  |  |  |  |
| 3 | افشل في تحقيق قدراتي البدنية  |  |  |  |  |  |
| 4 | اشعر بالقلق قبل المباريات الهامة |  |  |  |  |  |
| 5 | اشعر بالضعف التهيئة للمباراة |  |  |  |  |  |
| 6 | اتحدث مع نفسي للانسحاب من الرياضة |  |  |  |  |  |
| 7 | اخشى الفشل وفقدان السيطرة على ادائي |  |  |  |  |  |
| 8 | اشعر بالإجهاد البدني والنفسي |  |  |  |  |  |
| 9 | استسلم سريعا لضغوط المباراة |  |  |  |  |  |
| 10 | افتقد الى الرغبة في تحقيق المكسب |  |  |  |  |  |
| 11 | اشعر بعدم الراحة عندما يكون ادائي موضع تقويم من الاخرين |  |  |  |  |  |
| 12 | اشعر بالهدوء قبل المباراة |  |  |  |  |  |

البعد الرابع الاجتماعية

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ت | الفقرات | نادرا | قليلا | احيانا | غالبا | دائما |
| 1 | احرص على التدريب بجدية |  |  |  |  |  |
| 2 | احرص على بذل اقصى ما في استطاعتي |  |  |  |  |  |
| 3 | ادائي في المباراة جيدة |  |  |  |  |  |
| 4 | اسعى للتفوق على جميع زملائي |  |  |  |  |  |
| 5 | انا شغوف في ان اكون الافضل في المباراة |  |  |  |  |  |
| 6 | هدفي ان اكون في افضل مستوى رياضي |  |  |  |  |  |
| 7 | اتدرب جيدا استعدادا للمباراة |  |  |  |  |  |
| 8 | يمكنني الاعتماد على نفسي بسهولة |  |  |  |  |  |
| 9 | يمكنني مساعدة او نقل اللاعب المصاب الى خارج ميدان اللعب |  |  |  |  |  |
| 10 | اظهر الروح الرياضية عند التعامل مع الاخرين |  |  |  |  |  |
| 11 | لا اتناول العقاقير والمنشطات |  |  |  |  |  |
| 12 | ابذل اقصى ما عندي لتنفيذ الاداء الصحيح |  |  |  |  |  |

البعد الخامس الضغط

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ت | الفقرات | نادرا | قليلا | احيانا | غالبا | دائما |
| 1 | اتعامل مع الرياضيين على نحو افضل من معاملتهم لي |  |  |  |  |  |
| 2 | اتعامل مع لاعبي الفريقين بروح رياضية |  |  |  |  |  |
| 3 | استشير مشرف او مقيم المباراة قبل المباراة |  |  |  |  |  |
| 4 | استفيد من الرياضة في تكوين علاقات اجتماعية |  |  |  |  |  |
| 5 | يسهل علية تكوين علاقات اللاعبين |  |  |  |  |  |
| 6 | افشل في السيطرة على انفعالاتي |  |  |  |  |  |
| 7 | استمتع بالعلاقات الجيدة مع الاخرين |  |  |  |  |  |
| 8 | اجد صعوبة في مناقشة زملائي |  |  |  |  |  |
| 9 | اتجنب تكوين علاقات مع الرياضيين |  |  |  |  |  |
| 10 | اكون سعيدا عندما اتدرب بمفردي |  |  |  |  |  |
| 11 | اتجاهل وجهات نظر زملائي |  |  |  |  |  |
| 12 | اجد صعوبة في التعاون مع زملائي |  |  |  |  |  |

البعد السادس التدريب الذاتي

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| ت | الفقرات | نادرا | قليلا | احيانا | غالبا | دائما |
| 1 | اتحدث مع نفسي بضرورة تحقيق اهدافي |  |  |  |  |  |
| 2 | يمكنني ان ابتسم في المواقف الضاغطة |  |  |  |  |  |
| 3 | اخبر نفسي بالهدوء عند مواجهة ضغوط المباراة |  |  |  |  |  |
| 4 | يمكنني تهدئة نفسي قبل المنافسة بأداء التصور العقلي انني العب جيدا |  |  |  |  |  |
| 5 | استخدم التصور العقلي للتدريب على خطة الاداء في المباراة |  |  |  |  |  |
| 6 | افشل في تحقيق الاداء الذي تدربت عليه بالتصور العقلي |  |  |  |  |  |
| 7 | لدي اهداف تدريب واضحة احاول تحقيقها |  |  |  |  |  |
| 8 | اتحدث مع نفسي عن خبرات الفشل قبل المنافسة |  |  |  |  |  |
| 9 | افشل في تحقيق افضا اداء |  |  |  |  |  |
| 10 | اساليب الاسترخاء تؤثر قليلا على مستوى ادائي |  |  |  |  |  |
| 11 | استطيع الاداء الجيد دون استخدام التصور العقلي |  |  |  |  |  |
| 12 | اقوم بأداء حركات او مهارات قبل المباراة |  |  |  |  |  |