

التحمل النفسي وعلاقته بتركيز الانتباه واتخاذ القرار لدى حكام رياضة الكاراتيه

أ.م.د/ دعاء فاروق محمد حسن

مقدمة ومشكلة البحث :

أن علم النفس الرياضى يعد من العلوم المهمة لعمليتي التدريب الرياضى والمنافسات الرياضية حيث يهتم ببحث الموضوعات النفسية المرتبطة بالنشاط الرياضى فى مختلف مجالاته ومستوياته، كما يبحث فى الخصائص والسمات النفسية للشخصية التى تشكل الأساس الذاتى للنشاط الرياضى بهدف تطوير هذا النوع من النشاط البشرى ومحاولة إيجاد الحلول العلمية لمختلف مشكلاته التطبيقية. (٢: ١)

كما أن المنافسة الرياضية تمثل مصدر خصب للعديد من المواقف الإنفعاليه وهى بمثابة موقف اختبارى تقويمى لقدرات الرياضى تحمل فى طياتها العديد من مصادر الضغوط التى تؤثر سلبياً على الأداء الرياضى. (٥: ١٧٩)

وأن مصادر الضغط على الحكام متعددة وبعضها نسبى يؤثر على حكم ولا يؤثر على اخر ومن هذه المصادر الموقف التحكىمى، اللاعبين، الجهاز الفنى والإدارى ، الجمهور ، لجنة الحكام (٣١: ١٩-٢٩)

كما أن سبب انسحاب الكثير من الرياضيين يرجع إلى الضغوط الكثيره التى يتعرضون لها وعدم القدرة علي تحملها ،وأنهم لا يحصلون على المتعه،وأنهم يستجيبون لهذه الضغوط بشكل سلبى مثل الشعور بالخوف من الفشل،القلق، الاحباط، والاكنتاب.(٤: ١٨٤)

كما أن المجال الرياضى من المهن الضاغطة على الفرد وتودى إلى انخفاض مستوى إنجازاته وعدم رضاه عن عمله مما قد يؤدى فى النهاية إلى تركه للمهنه سواء بإرادته أو بدون إرادته نتيجة عدم قدرته علي تحمل هذه الضغوط ومحاولة التكيف الإيجابى معها. (٢٣: ٣)

ويوضح أن العامل النفسى يلعب دورا لا يقل شأنًا عن العوامل الأخرى كونه يرتبط بكثير من المواقف التى تواجه الحكام خلال المباراة وأن العديد من الدراسات التى تم التوصل إليها تثبت أن

الحكم الناجح يتميز عن غيره بالعديد من السمات ومنها الثبات الانفعالي والقدرة على اتخاذ القرار والثقة بالنفس وتحمل النفسي والطموح والقيادة.(١٤ : ٢٤) .

*استاذ مساعد بقسم العلوم التربوية والاجتماعية بكلية التربية الرياضية بنات - جامعة الزقازيق .

وتشير إلي أن مفهوم التحمل النفسي يعتبر من المفاهيم الاساسية في شخصية الانسان إذ يعمل علي مقاومة الاحداث الضاغطة فهو اعتقاد عام لدي الفرد في فاعليته وقدرته علي استعمال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويحلل ويواجه بفاعلية تلك الاحداث . (٣٦ : ١٧٠)

ويوضح أن التحمل النفسي يعتبر مظهرا من مظاهر الشخصية السوية وعنصرا هاما في عملية التوافق الفعال، وان الفرد الذي لديه تحمل عال لديه مستوى عال من القدرة على التوافق والتعامل مع ضغوط الحياة، فالتحمل النفسي الرياضي هو مدي استعدادأوقدرة الحكم على تحمل ما لايرغب فيه من المواقف والأحداث، أو أبداء الآراء، أو قيامه بمواقف لا يكون في أتم التعاطف معها.(١٠ : ٢)

وكمايشير إن آلية التحمل النفسي لدى البشر تلك هي الضمانة الفعلية لمعايشتهم الظروف والأزمات، وتمكنهم من استجماع قواهم للعودة والتفاعل مع الحياة من جديد، وهكذا فإن خبراء الصحة النفسية يحددون الميادين الدراسية والمهنية والعاطفية والاجتماعية كمحكات لقياس مدى الضرر عند تقييمهم وتشخيصهم للأعراض اللاحقة للأحداث.(٣ : ٥٩)

وتذكر أن التحمل النفسي هو مدي قدرة الفرد على تحمّل ومواجهة قدرٍ عالٍ من الضغوط دون أن يُصاب بأعراضٍ نفسيةٍ أو بدنيةٍ سلبيةٍ، كما تختلف قوّة التحمّل النفسيّ من فرد إلى آخر وفقاً لعدة عوامل تتبع من شخصية الفرد، وتتمثّل تلك العوامل في قوّة السيطرة على اختيار البدائل المناسبة لحلّ المشكلات المختلفة مع الثقة الذاتيّة في القدرة على امتلاك مهارات التعامل اللّازمة لمواجهة الضغوط وعدم الاستسلام، كذلك وجود صفتي الالتزام والتحدّي لدى الفرد وتمسّكه بمواجهة المُشكلات والوصول إلى الغايات التي ينشدها، وتحمّل الإحباطات المُختلفة التي تنتج عن الفشل مفهوم التحمّل النفسي.(٣٤ : ٧)

ويرى أن التركيز أو توجيه الإنتباه هو أحد المظاهر والسمات النفسية الهامة للحكام ، ولاغرور في ذلك فهو الأساس لنجاح عملية التعلم أو التدريب أو المنافسة، فتشتت الإنتباه أو عدم

التركيز يؤثر سلباً على الأداء ، فكثير من الرياضيين يرجعون سبب انخفاض مستواهم الى فقدان تركيزهم . (٤ : ٣٦١)

وترى أن فئة الحكام تقع عليها ضغوط من عدة نواحي فضلا على الجهد المبذول توجد مواقف متنوعة في المباريات وقد يختار الحكم حيالها قرار يعتقد من وجهة نظره أنه صائب وصحيح في حين أن الفريق المهزوم مثلاً وجمهوره يعتبرونه من أكبر الأخطاء ووبالاً عليهم ، وقد يتغاضى عنه الفريق الفائز وجمهوره وتظهر هذه المواقف غضب الجماهير واعتراض المدربين واللاعبين وقد يصل الأمر من الجماهير إلى التجاوز بالالفاظ والهتافات التي تؤدي إلى زيادة الضغوط النفسية على الحكام وتستمر مع الحكام تبعاً للفروق الفردية وخبرات الحكام في إداره المباريات . (١١ : ٣٧)

أوضحت العديد من البحوث والدراسات العلمية أن الحالتين النفسية والعقلية لها تأثير مباشر على الحالات البدنية والفسولوجية للفرد الرياضي وعلى قدرته على الأداء بأفضل ما عنده . (٢٥ : ٢٥٧)

كما أن المزيد من الضغوط الخارجية الواقعه على كاهل القائد الرياضي نتيجته مثيرات خارجية قد تؤدي إلى عدم قدرته على التركيز والانتباه واتخاذ القرار ويتضح ذلك من خلال ضوضاء الجماهير أو تعليقات المدربين أو اللاعبين أثناء المنافسه . (٥ : ١٩٦) ، (٢٩ : ٢٧٢) ، (٢٢ : ٣٢٠)

ويعرف اتخاذ القرار بأنها : "العملية التي يتم من خلالها اختيار بديل واحد من بين مجموعة من البدائل أو خلق وابتكار بدائل جديدة وذلك لتحقيق هدف أو مجموعة من أهداف المنظمة في ضوء معطيات البيئة الداخلية أو الخارجية والموارد المتاحة للمنظمة خلال فترة زمنية معينة " . (١٩ : ١٣٣)

كما أن عملية اتخاذ القرار من أهم الانشطة التي تمارسها القيادات علي مختلف أنواعها ، ويمكن للقائد بواسطة هذه العملية أن يحدد المشكلات التنظيمية داخل مؤسسته ويضع الحلول والمعالجات لها .

(٣٥ : ٢٣٤)

ويضيف أن عملية صنع القرار هي عملية تتم من خلال آلية معينة ضمن مراحل تتمثل في تحديد المشكلة ، وتطوير بدائل ، وتقييم لهذه البدائل ، ثم اختيار المناسب منها . (٣٢ : ٩٧)

كما أن عملية اتخاذ القرار هي عملية صعبة ومعقدة بالنسبة للحكم وكذلك للمدرب الرياضي فهي تبني وتتم من مراحل مختلفة استنادا إلى مجموعة من المعلومات المتشابكة النابعة من مصادر مختلفة ومتعددة، ويكون لهذه العملية أي اتخاذ القرار هي عبارة عن استمرار لقرارات تابعة لخبرة الفرد في الميدان. (٧: ١٠٤)

ومن خلال ماسبق تري الباحثة انه في مجال التحكيم نسبة تشاور الحكام فيما بينهم في اتخاذ القرار الحاسم ضعيفة، أثناء أدائهم للمباريات فاتخاذ القرار هو امكانية الحكم على ادراك المواقف السريعة والاختيار اللحظي بين بدائل القرارات التي ترد على ذهنه في ضوء مواد القانون، بالاضافه الى سرعه تنفيذ هذه القرارات اثناء سير المنافسة دون التأثر بأراء الآخرين واحكامهم.

وتعد رياضة الكاراتية واحده من الالعاب التي شملت بهذا التطور اذ اصبحت من الالعاب الشعبية المتميزه التي تمارس بشكل كبير في اليوم فهي بحاجة الي البحث والدراسه للوقوف علي اهم المعوقات التي تحول دون تقدمها ويعتبر الحكم من مقومات نجاح اللعبه حيث انه دائم التفاعل مع احداث المباراه ويتطلب ذلك من معرفة بطبيعة المباراه لكي يستطيع ان يتكيف معها وان يستثمرها في تحقيق العداله من خلال اعطائه القرارات السليمه للمواقف التي تجري داخل الملعب ولكي يكون رد فعل الحكم علي الاحداث التي تحدث في اثناء المباراه سريعا وسليما ،لذلك تتطلب مواصفات دقيقة في اختيار حكامها وان معرفه الحكم الجيد لقانون اللعبه لاتكفي اذا لم تمتزج بها الشخصية والشجاعه والحيادية التامه والتركيز والقدرة على مواجهة وتحمل الضغوط المختلفه التي يتعرض لها سواء قبل أو أثناء المباراه أو بعدها ،أيضا فعند مواجهة الحكم لهذه الضغوط يحدث التكيف الايجابي، والذي ينتج عنه عدم حدوث هبوط في مستوى كفاءته، ولكي يصل الحكم لمرتبة الكفاءه الممتازه لابد وأن يكون لائقاً بدنياً ونفسياً وفنياً ، وأن يكون مستعداً لإداره المباراه التي تسند إليه مما يجعله قادرا علي اتخاذ القرارات الصحيحة .

ومن خلال ماسبق يعتبر التحمل النفسي حسب المهتمين بالمجال الرياضي وخبراء تحكيم رياضة الكاراتية واحدا من العناصر الفعالة في تكوين شخصية متوازنة للحكم، ومحورا هاما ومتميزا في الحفاظ على التوافق الفعال لديه في علاقته التفاعلية مع المحيط الرياضي ، والحياة اليومية...فكلما كانت لدى الحكم قدرات تحمل عالية ، كلما كان مستوى القدرات الذهنية على التوفيق بين القانون و اللعب والتعامل مع الأحداث عنده و التصرف مع ضغوطات المباريات جيدا و ايجابيا ، يستطيع بالتالي من خلاله تحمل حجم الانتقادات و الاعتراضات على قراراته و تتكون عنده قدرة التحدي في المنافسات ، و الالتزام بالقانون ، و السيطرة على المستجدات ، و منها

قراءة سلوكيات الجمهور و اللاعبين ، وامتصاص غضب المنتقدين للتحكيم في مجريات المباراة ، و معرفة نوع المشاكل التي تعترض طريقه حتى يسهل عليه إدراك المشكلات وتحويلها من طاقة سلبية الي طاقة ايجابية التي تؤدي إلى زيادة مستوى التحمل النفسي.

وقد ترجع الباحثة أنه أحد الاسباب لتناقص الحكام كثرة الضغوط الواقعة على كاهلهم وعدم القدرة على أمتلاك القدرة علي التحمل النفسي، حيث أن الحكام يتعرضوا للضغوط ولكن هناك فروقاً بين الحكام في استجاباتهم للضغوط فالبعض الضغوط تجعله أكثر كفاءة للتعامل مع الموقف والآخر الضغوط تجعله يشعر بالاحباط والاضطراب و يرتبك ويفقد تركيزه، وعدم القدرة علي اتخاذ القرار الصحيح ، بينما يستجيب أخر للضغوط مما يجعله ينسحب من مواجهه الضغوط لانه ليس لديه القدرة علي التحمل النفسي وتعتقد الباحثة أن سبب هذا القصور في الأداء يرجع الي كثرة عدد المباريات والتي تعتبر حمل وعبء بدني ونفسي وذهني على كاهل الحكم وبالتالي تؤثر على التركيز والقرارات .

ومن خلال الاطلاع والمسح المرجعي للمراجع والأبحاث العلمية ومن خلال عرض سؤال استكشافي مفتوح موجه للحكام ملحق (١) ، لاحظت الباحثة قلة الدراسات التي تناولت التحمل النفسي ، كما أن معظم الدراسات التي تناولت دراسة التحمل النفسي ، ولم تتطرق هذه الدراسات لمقياس يقيس (التحمل النفسي للحكم الرياضي)، والذي يعد أحد المقومات الأساسية للنهوض بالرياضة، مما دفع الباحثة لعمل دراسته للتعرف على العلاقة بين التحمل النفسي وتركيز الانتباه واتخاذ القرار لدى حكام رياضة الكاراتية ولبناء مقياس للتحمل النفسي لحكام رياضة الكاراتية ، مما قد يسهم في تحسين مستوى أدائهم التحكيمي ، ومن هنا برزت أهمية البحث .

ثالثاً: هدف البحث: يهدف البحث إلى التعرف على العلاقة بين التحمل النفسي وتركيز الانتباه واتخاذ القرار لدى حكام رياضة الكاراتية وذلك من خلال :

- تصميم مقياس للتحمل النفسي لدي حكام رياضة الكاراتية بإختلاف درجاتهم (دولي - قاري - اولي - ثانية - ثالثة).
- التعرف علي العلاقة بين التحمل النفسي وتركيز الانتباه لدي حكام رياضة الكاراتية بإختلاف درجاتهم (دولي - قاري - اولي - ثانية - ثالثة).
- التعرف علي العلاقة بين التحمل النفسي واتخاذ القرار لدي حكام رياضة الكاراتية بإختلاف درجاتهم (دولي - قاري - اولي - ثانية - ثالثة).

- التعرف علي العلاقة بين المتغيرات الثلاثة (التحمل النفسي - تركيز الانتباه - اتخاذ القرار) لدي حكام رياضة الكاراتية.
- التعرف علي الفروق بين فئات الحكام بإختلاف درجاتهم (دولي - قاري - اولي - ثانية - ثالثة) في المتغيرات قيد البحث (التحمل النفسي - تركيز الانتباه - اتخاذ القرار) لدي حكام رياضة الكاراتية.

رابعاً: تساؤلات البحث :

- هل توجد علاقة داله احصائية بين التحمل النفسي وتركيز الانتباه لدى حكام رياضة الكاراتية بإختلاف درجاتهم (دولي - قاري - اولي - ثانية - ثالثة)؟
- هل توجد علاقة داله احصائية بين التحمل النفسي اتخاذ القرار لدى حكام رياضة الكاراتية بإختلاف درجاتهم (دولي - قاري - اولي - ثانية - ثالثة)؟
- هل توجد علاقة داله احصائية بين التحمل النفسي وتركيز الانتباه واتخاذ القرار لدى حكام رياضة الكاراتية بإختلاف درجاتهم (دولي - قاري - اولي - ثانية - ثالثة)؟
- هل توجد فروق داله احصائية بين فئات الحكام بإختلاف درجاتهم (دولي - قاري - اولي - ثانية - ثالثة) في المتغيرات قيد البحث (التحمل النفسي - تركيز الانتباه - اتخاذ القرار) لدي حكام رياضة الكاراتية ؟

خامساً: مصطلحات البحث:

التحمل النفسي للحكم : Psychological Tolerance *

هو قدرة الحكم على مواجهة الضغوط الناتجة عن المواقف المختلفة خلال المباراة و التعامل معها مما يحسن من مستوي أداءه التحكيمي بصورة إيجابية. (* تعريف اجرائي)

تركيز الانتباه: Attention Concentration of:

بانه القدره علي التركيز علي الرموز المختلفه في البيئه والاحتفاظ بهذا التركيز طوال فترة المنافسه (٢٠:٢٥٥).

اتخاذ القرار Decision Making

هو عملية عقلية تتطلب قدرا كبيرا من الانتباه والادراك لتشخيص المشكلة وتحليلها ودراستها وهي عملية اختيار بديل للسلوك من بين عدة بدائل متاحة لمواجهه موقف معين أو مشكلة أو مسألة تنتظر الحل المناسب . (١: ٢٢)

ثانياً: الدراسات المرجعية:

- ١- قاما " محمد جواد الصائغ ، محسن محمد حسن " (٢٠١٣م) (٢٨) دراسه تهدف إلى التعرف على العلاقة بين المهارات الذهنية والتحمل النفسي لدى اللاعبين المتقدمين بكرة القدم ، واشتملت العينة على (٨٠) لاعبا من أندية دوري التأهيل لدوري النخبة العراقي للموسم الرياضي (٢٠١٢_٢٠١٣) وكانت أهم النتائج وجود علاقة ارتباط معنوية عكسية بين مقياس المهارات الذهنية ومقياس التحمل النفسي للاعبين عينة البحث لا توجد فروق معنوية بين لاعبي فرق عينة البحث في جميع المهارات الذهنية .
- ٢- قاما " عبدالرحمن بن ساعد الزهراني " (٢٠٠٣م) (١٦) دراسه تهدف للتعرف إلى تأثير حالة القلق والثقة على تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل لدى حكام الكرة الطائرة السعوديين واشتملت العينة على (٥١) حكم من حكام الكرة الطائرة السعوديين وكانت أهم النتائج عدم وجود علاقة بين حالة القلق والثقة بالنفس على تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل الاختياري لدى حكام الكرة الطائرة السعوديين .
- ٣- قاما " السيد عبد المنعم محمد " (٢٠٠١م) (٨) دراسه تهدف للتعرف على عوامل الضغط النفسي وعلاقتها باتخاذ القرار لدى الحكام أثناء المنافسات، واشتملت العينة على (٢٩٢) حكما من الحكام المسجلين في الاتحادات الرياضية المصرية ، وكانت أهم النتائج وجود فروق في عوامل اتخاذ القرار لدى حكام الأنشطة الرياضية المختارة ويوجد ارتباط دالة احصائيا بين الضغوط النفسية واتخاذ القرار، كما يوجد ارتباط سالب غير دال احصائيا بين الضغوط واتخاذ القرار وفقا للسن والمؤهل.

إجراءات البحث Research procedures

منهج البحث: Research curriculum

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بالاسلوب المسحي وذلك لملائمته لطبيعة هذه الدراسة.

مجتمع وعينة البحث: Research Sample

مجتمع البحث هم حكام رياضة الكاراتية المسجلين بالاتحاد المصري للكاراتية البالغ عددهم (١٦٥) حكم بجميع درجاتهم (دولي - قاري - اولى - ثانية - ثالثة)، تم اختيار عينة عشوائية منهم ليلعب إجمالي عينة البحث الاساسيه (٦٠) حكماً من مختلف الفئات ومن المجتمع الكلي، كما تم اختيار عينة عشوائية لإجراء دراسته الاستطلاعية على عينة قوامها (٢٠) حكماً من مختلف الفئات ومن

خارج العينة الاساسيه ، كما تم استبعاد(٨٥) حكماً (لعدم استكمال الاستبيان - لعدم القدرة علي التواصل معهم)، والجدول رقم (١) يوضح مجتمع البحث وتقسيمه على عينات البحث.

جدول (١)

التوصيف الإحصائي لعينة البحث

م	تصنيف أفراد مجتمع البحث	العينة الأساسية		العينة الاستطلاعية		المجتمع %١٠٠
		العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	
١	حكام دوليين	٨	%١٣	٣	%١٥	١٢
٢	حكام قاريين	١٤	%٢٣	٤	%١٨	١٧
٣	حكام درجة اولى	٨	%١٣	٣	%١٥	٢٠
٤	حكم درجة ثانية	١٥	%٢٥	٤	%١٨	٣٠
٥	حكم درجة ثالثة	١٥	%٢٥	٦	%٢٧	٨٦
	الاجمالي	٦٠	%٣٦.٣٦	٢٠	%١٢.١٢	١٦٥

يوضح جدول (١) مجتمع البحث وتقسيمه على عينات البحث

توصيف عينة البحث: Homogeneity of the sample

جدول (٢)

اعتدالية عينة البحث في المتغيرات المختارة قيد البحث

ن = ٨٠ حكماً

م	المتغيرات	المتوسط	الانحراف المعياري	الوسيط	معامل الالتواء
١	العمر الزمني	٣١,٤٩	٧,٠٦	٣٢,٠٠	٠.٢١ -
٢	عدد سنوات الخبرة	٨,٩٨	٥,٣٨	٩,٠٠	٠.٠١ -

ويتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الالتواء لهذه المتغيرات انحصرت بين (± ٣) مما

يدل على أن العينة تدرج تحت المنحنى الاعتدالي في المتغيرات المختارة قيد البحث .

أدوات ووسائل جمع البيانات: Tools and methods of collection data:

١- المسح المرجعي .

٢- المقابلات الشخصية:- ملحق (٢)

٣- مقياس التحمل النفسي لدى حكام رياضة الكاراتية اعداد "الباحثه "

خطوات بناء المقياس :

في ضوء أهداف البحث وطبيعة الدراسة ونظرا لقلّة وجود مقياس خاص بقياس التحمل النفسي للحكام بصفه عامه ولحكام رياضة الكاراتية بصفه خاصه فقد قامت الباحثة ببناء هذا المقياس واتبعت الخطوات التالية في بناءه .

- **تحديد الأبعاد الأساسية للمقياس :** وتم ذلك بالاطلاع على المراجع العلمية والأطر النظرية والبحوث السابقة بالتحمل النفسي في مجال علم النفس وعلم النفس الرياضي ، كما قامت الباحثة بمقابلة بعض حكام رياضة الكاراتية من مجتمع البحث وذلك للاستفادة من خبراتهم في وضع تصور مبدئي لبعض جوانب البحث وأبعاد المقياس، ومن خلال ما سبق تمكنت الباحثة من وضع الأبعاد في صورتها المبدئية في استمارة وتحديد ميزان التقدير الخاص بالمقياس **ملحق (٣)** ثم تم عرضها على السادة الخبراء المتخصصين **ملحق (٢)** والجدول (٣) يوضح آراء السادة الخبراء حول أبعاد المقياس . **وقد طلب من السادة الخبراء ابدء رأيهم في الآتي ١-مدي انتماء الابعاد للمقياس. ٢- الاضافة أو الحذف أو التعديل للأبعاد المقترحة.**

جدول (٣)

النسبة المئوية لاتفاق السادة الخبراء على أبعاد مقياس التحمل النفسي

ن=١٠

الأبعاد	عدد الموافقين	النسبة المئوية
١ التوافق النفسي	١٠	٪١٠٠
٢ القدرة على مواجهة الضغوط	١٠	٪١٠٠
٣ الصمود النفسي	١٠	٪١٠٠
٤ تحمل الإحباط	١٠	٪١٠٠
٥ المواجهة	١٠	٪١٠٠
٦ الثقة بالنفس	٩	٪٩٠
٧ الثبات الانفعالي	٩	٪٩٠
٨ التجنب	٩	٪٩٠
٩ القدرة على حل المشكلة	٨	٪٨٠

يتضح من جدول (٣) اتفاق الخبراء على أبعاد مقياس التحمل النفسي، حيث تم الاتفاق على نسبة (٪٨٠) لقبول أبعاد المقياس.

- **تحديد العبارات المكونة لكل بعد من أبعاد المقياس :**

ويتضح من الجدول (٣) موافقة السادة الخبراء على جميع أبعاد المقياس المقترحة من قبل الباحثة، ثم قامت الباحثة بصياغة مجموعه من العبارات تحت كل بعد من أبعاد مقياس التحمل النفسي وذلك في ضوء الفهم والتحليل النظري الخاص بكل بعد .وقد بلغ مجموع العبارات(١٣٤) عبارة موزعة على (٩) أبعاد وقد تم عرض الابعاد بعباراتها على المحكمين للتحقق من الصدق

المنطقي وللتحقق من مدى انتماء العبارات للبعد الخاص بها ملحق (٤) والجدول (٤) يوضح أبعاد المقياس وعدد عبارات كل بعد.

جدول (٤)

أبعاد المقياس وعدد عبارات كل بعد

م	الأبعاد	عدد العبارات	م	الأبعاد	عدد العبارات
١	التوافق النفسي	١١	٦	الثقة بالنفس	١٣
٢	القدرة على مواجهة الضغوط	١٢	٧	الثبات الانفعالي	١٨
٣	الصمود النفسي	٢١	٨	التجنب	١٤
٤	تحمل الإحباط	١٤	٩	القدرة على حل المشكلة	١٥
٥	المواجهة	١٦		المجموع	١٣٤

يتضح من جدول (٤) أبعاد وعدد عبارات كل بُعد والعدد الكلي لعبارات المقياس. المعالجات الإحصائية لآراء الخبراء على العبارات الخاصة بكل بعد: قامت الباحثة بتفريغ آراء الخبراء وإجراء المعالجات الإحصائية الآتية: التقدير الكمي والكيفي لعبارات المقياس وذلك بتعديل صياغة أو حذف بعض العبارات ملحق (٥) ، ويوضح جدول (٥) نتائج تعديل المحكمين على المقياس.

جدول (٥)

تعديلات السادة الخبراء على أبعاد المقياس المقترح

م	الأبعاد	عدد عبارات البعد	أرقام العبارات التي تم استبعادها	أرقام العبارات التي تم اضافتها	أرقام العبارات التي تم تعديل صياغتها	العدد النهائي للعبارات
١	التوافق النفسي	١١			٤	١١
٢	القدرة على مواجهة الضغوط	١٢		١٥، ١٤، ١٣		١٥
٣	الصمود النفسي	٢١	١٨، ١٠، ٤		٢١، ٧	١٩
٤	تحمل الإحباط	١٤				١٤
٥	المواجهة	١٦	١٥، ١٢، ١٣			١٣
٦	الثقة بالنفس	١٣	١٠	١٣ ١٤		١٤
٧	الثبات الانفعالي	١٨	٩، ١٨، ٦، ١٤، ٣	١٦، ١٥، ١٤	١١	١٦
٨	التجنب	١٤	١٢، ٨			١٢
٩	القدرة على حل المشكلة	١٥	١٠، ٧، ٥			١٢
	المجموع	١٣٤	١٣ عبارة	٧ عبارات تم	٤ عبارات	١٢٦

يوضح جدول (٥) أبعاد المقياس وعدد العبارات المستبعدة والعبارات التي تم صياغتها و اضافتها بعد تعديل الخبراء .

إعداد المقياس لتطبيقه على العينة الاستطلاعية:

بعد أن تم إعداد المقياس في صورته الثانية ملحق(٦) قامت الباحثة بتوزيع عباراته عشوائيا لكي يتم عرضه على أفراد العينة الاستطلاعية ملحق(٧) والجدول (٦) يوضح التوزيع العشوائي لعبارات كل بعد من أبعاد مقياس التحمل النفسي.

جدول (٦)

التوزيع العشوائي لعبارات المقياس بعد تعديلات الخبراء

م	الابعاد	أرقام العبارات موزعة عشوائيا	المجموع
١	التوافق النفسي	٩١، ٨٢، ٧٣، ٦٤، ٥٥، ٤٦، ٣٧، ٢٨، ١٩، ١٠، ١	١١
٢	القدرة على مواجهة الضغوط	٩٢، ٨٣، ٧٤، ٦٥، ٥٦، ٤٧، ٣٨، ٢٩، ٢٠، ١١، ٢ ١١٩، ١١٤، ١٠٨، ١٠٠	١٥
٣	الصمود النفسي	٨٤، ٧٥، ٦٦، ٥٧، ٤٨، ٣٩، ٣٠، ٢١، ١٢، ٣ ١٢٤، ١٢٣، ١٢٢، ١٢٠، ١١٥، ١٠٩، ٩٣، ١٠١ ١٢٦، ١٢٥،	١٩
٤	تحمل الإحباط	٧٦، ٦٧، ٥٨، ٤٩، ٤٠، ٣١، ٢٢، ١٣، ٤٨٥، ٩٤، ١١٦، ١١٠، ١٠٢	١٤
٥	المواجهة	٨٦، ٧٧، ٦٨، ٥٩، ٥٠، ٤١، ٣٢، ٢٣، ١٤، ٥ ١١١، ١٠٣، ٩٥	١٣
٦	الثقة بالنفس	٩٦، ٨٧، ٧٨، ٦٩، ٦٠، ٥١، ٤٢، ٣٣، ٢٤، ١٥، ٦ ١١٧، ١١٢، ١٠٤، ٩٧	١٤
٧	الثبات الانفعالي	٩٧، ٨٨، ٧٩، ٧٠، ٦١، ٥٢، ٤٣، ٣٤، ٢٥، ١٦، ٧ ١٢٣، ١٢١، ١١٨، ١١٣، ١٠٥	١٦
٨	التجنب	٩٨، ٨٩، ٨٠، ٧١، ٦٢، ٥٣، ٤٤، ٣٥، ٢٦، ١٧، ٨ ١٠٦،	١٢
٩	القدرة على حل المشكلة	٩٩، ٩٠، ٨١، ٧٢، ٦٣، ٥٤، ٤٥، ٣٦، ٢٧، ١٨، ٩ ١٠٧	١٢
١٢٦	المجموع الكلي لعبارات المقياس		

الدراسة الاستطلاعية : Exploratory Study

اجريت الدراسة الاستطلاعية على عينة قوامها (٢٠) حكم من الحكام المسجلين بالاتحاد المصري لرياضة الكاراتيه من مختلف الدرجات ومن خارج العينة الاساسيه وذلك للتعرف علي (مدى فهم الحكام للمقياس - حساب الوقت الزمني للاجابة علي المقياس - إجراء المعاملات العلمية للمقياس (الصدق - الثبات)) .

المعاملات العلمية لمقياس التحمل النفسي لدى حكام رياضة الكاراتية .

أولاً : صدق المقياس

١- صدق المنطقي : قامت الباحثة بعرض أبعاد المقياس وعبارات كل بعد على السادة الخبراء في مجال علم النفس الرياضي ورياضة الكاراتية وعددهم (١٠) خبراء ملحق (٢) واعتبرت الباحثة نسبة اتفاق السادة الخبراء على أبعاد وعبارات المقياس معياراً لصدقه .

٢ - صدق الاتساق الداخلي لعبارات وأبعاد المقياس :

قامت الباحثة بحساب الصدق وذلك بحساب قيمة معامل الارتباط بين درجة كل عبارة على حده والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه وكذلك الدرجة الكلية لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية والجداول (٧) ، (٨) يوضحان ذلك .

جدول (٧)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد

ن = ٢٠

مقياس التحمل النفسي (صدق الاتساق الداخلي)

معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م	معامل الارتباط	م
البعد الأول: التوافق النفسي											
*.٠٦٦٠	١١	*.٠٦١٢	٩	*.٠٥٩٧	٧	*.٠٦١٩	٥	*.٠٦٤٥	٣	*.٠٥٨١	١
		*.٠٥٢٣	١٠	*.٠٦٣٤	٨	*.٠٥٤٧	٦	*.٠٥٨٢	٤	*.٠٥٧٣	٢
البعد الثاني: القدرة على مواجهة الضغوط											
		*.٠٦٥٥	١٣	*.٠٥٦٢	١٠	*.٠٦٧١	٧	*.٠٥٨٣	٤	*.٠٦٢٥	١
		*.٠٥٢٦	١٤	*.٠٦٣٠	١١	*.٠٦٤١	٨	*.٠٦٤٥	٥	*.٠٦٧٤	٢
		*.٠٦١٨	١٥	*.٠٥٩٣	١٢	*.٠٦٥٠	٩	*.٠٥٧٢	٦	*.٠٥٩٩	٣
البعد الثالث: الصمود النفسي											
		*.٠٦٤٣	١٧	*.٠٥٦٧	١٣	*.٠٦١١	٩	*.٠٥٢١	٥	*.٠٥٠٣	١
		*.٠٥٦٣	١٨	*.٠٥٦٩	١٤	*.٠٥٩١	١٠	*.٠٥٤٨	٦	*.٠٥٨٦	٢
		*.٠٥٢٩	١٩	*.٠٦١٥	١٥	*.٠٦٢٠	١١	*.٠٦٢١	٧	*.٠٥٧٨	٣
				*.٠٦٤٧	١٦	*.٠٥٤٢	١٢	*.٠٥٧٧	٨	*.٠٦٢٤	٤
البعد الرابع: تحمل الإحباط											
		*.٠٦١٧	١٣	*.٠٦١٢	١٠	*.٠٦٢٣	٧	*.٠٤٨٨	٤	*.٠٦٠٣	١
		*.٠٥٠٥	١٤	*.٠٥٢٩	١١	*.٠٥٧٨	٨	*.٠٤٩٤	٥	*.٠٥٤٩	٢
				*.٠٥٣٨	١٢	*.٠٦٣٢	٩	*.٠٥٠٨	٦	*.٠٥٢٨	٣
البعد الخامس: المواجهة											
		*.٠٦٣٢	١٣	*.٠٥٦٧	١٠	*.٠٦٣٦	٧	*.٠٥٨٨	٤	*.٠٦٢٢	١

				*.٠.٦١٤	١١	*.٠.٦٥٤	٨	*.٠.٦٢٧	٥	*.٠.٥٦٣	٢
				*.٠.٦٢٥	١٢	*.٠.٥٢٨	٩	*.٠.٦٨٧	٦	*.٠.٥١٩	٣

البعد السادس: الثقة بالنفس

		*.٠.٥٢٩	١٣	*.٠.٦٤٨	١٠	*.٠.٦٠٧	٧	*.٠.٦٣٥	٤	*.٠.٥٠٩	١
		*.٠.٥٨١	١٤	*.٠.٥١٤	١١	*.٠.٥٤٩	٨	*.٠.٥٣١	٥	*.٠.٦١٧	٢
				*.٠.٥٧١	١٢	*.٠.٥٩٤	٩	*.٠.٧١٣	٦	*.٠.٦٤٨	٣

البعد السابع: الثبات الانفعالي

		*.٠.٥٣٢	١٦	*.٠.٦٣٣	١٣	*.٠.٥٦٨	١٠	*.٠.٦١١	٧	*.٠.٥٨٠	٤	*.٠.٧٢٢	١
				*.٠.٥٤٢	١٤	*.٠.٦٢٤	١١	*.٠.٥٩٢	٨	*.٠.٥٢٥	٥	*.٠.٥٣٦	٢
				*.٠.٦٠٠	١٥	*.٠.٦٣٧	١٢	*.٠.٥٦٤	٩	*.٠.٥٢٩	٦	*.٠.٦٢٣	٣

البعد الثامن: التجنب

		*.٠.٥٩٠	١١	*.٠.٥٦٨	٩	*.٠.٥٣٨	٧	*.٠.٥٧٩	٥	*.٠.٥٢٥	٣	*.٠.٦٠٧	١
		*.٠.٥٥٢	١٢	*.٠.٦١٠	١٠	*.٠.٥٧٢	٨	*.٠.٥٧٩	٦	*.٠.٦١٦	٤	*.٠.٧٢٥	٢

البعد التاسع: القدرة على حل المشكلة

		*.٠.٥٨٥	١١	*.٠.٥٤٦	٩	*.٠.٦٠١	٧	*.٠.٦٩٩	٥	*.٠.٥٦٥	٣	*.٠.٦٣٢	١
		*.٠.٥٣٠	١٢	*.٠.٦٢٤	١٠	*.٠.٥٣٨	٨	*.٠.٥٢٩	٦	*.٠.٥١٣	٤	*.٠.٥٢٨	٢

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ ودرجات حرية ١٨ = ٠.٤٤٤ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (٧) أن قيم معاملات الارتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية للبعد دالة

إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥، مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

جدول (٨)

معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس

ن = ٣٢

والدرجة الكلية للمقياس التحمل النفسي

معامل الارتباط	وحدة القياس	الأبعاد	
*.٠.٦٦٢	درجة	التوافق النفسي	١
*.٠.٦٨٧	درجة	القدرة على مواجهة الضغوط	٢
*.٠.٦٩٣	درجة	الصمود النفسي	٣
*.٠.٧٥٥	درجة	تحمل الإحباط	٤
*.٠.٦٤٨	درجة	المواجهة	٥
*.٠.٦٨٢	درجة	الثقة بالنفس	٦
*.٠.٧٢٦	درجة	الثبات الانفعالي	٧
*.٠.٦٥٩	درجة	التجنب	٨
*.٠.٦٨٠	درجة	القدرة على حل المشكلة	٩
*.٠.٦٩٤	درجة	المقياس ككل	

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية $0.005 = 0.00044$ * دال عند مستوى 0.005

يتضح من جدول (٨) أن معاملات الارتباط بين كل بعد والدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً عند مستوى 0.005 ، وهذا يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

حساب ثبات مقياس التحمل النفسي لحكام رياضة الكاراتية :

١- طريق التطبيق وإعادة التطبيق Test re-test

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس عن طريق التطبيق وإعادة التطبيق Test re-test بفاصل زمني قدرة ٧ أيام بين التطبيقين، على عينة قوامها (٢٠) حكم (العينة الاستطلاعية) وجدول (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩)

معامل الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لحساب ثبات المقياس (التحمل النفسي)

ن = ٢٠

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	الأبعاد
	س _٢	ع _٢ ±	س _١	ع _١ ±		
* ٠.٦٤٥	٠.٨٦١	٣٤.٦٠	٠.٩٢٧	٣٤.٥٠	درجة	التوافق النفسي
* ٠.٧١٤	٠.٧٣٩	٢٣.٣٠	٠.٧٦٤	٢٣.٢٥	درجة	القدرة على مواجهة الضغوط
* ٠.٦٥٨	٠.٥٨٧	١٨.٨٢	٠.٦٥٨	١٨.٧٥	درجة	الصمود النفسي
* ٠.٧٣٢	٠.٦٩٣	٢٠.١٥	٠.٧٢١	٢٠.١٢	درجة	تحمل الإحباط
* ٠.٦٨٨	٠.٦٤٨	٢٢.٢٠	٠.٦٥٢	٢٢.١٨	درجة	المواجهة
* ٠.٦٩١	١.٢٧٠	٣٦.٢٩	١.٣٢٤	٣٦.٢٣	درجة	الثقة بالنفس
* ٠.٥٧٦	١.١٩٦	٤١.٤٥	١.٢٥٧	٤١.٣٨	درجة	الثبات الانفعالي
* ٠.٧٤٥	٠.٣٣٤	١٤.٦٠	٠.٣٢٧	١٤.٥٢	درجة	التجنب
* ٠.٧٣٦	٠.٢٢٨	١٥.١٤	٠.٢٣٥	١٥.١٠	درجة	القدرة على حل المشكلة
* ٠.٧٦٩	٣.٢١٣	١٤٩.٨٣	٣.٤٠٨	١٤٩.٥٣	درجة	المقياس ككل

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية $0.005 = 0.00044$ * دال عند مستوى 0.005

يتضح من جدول (٩) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً عند مستوى 0.005 بين التطبيقين في أبعاد مقياس التحمل النفسي، مما يدل على ثبات الاختبار في قياس ما وضع من أجله.

٢- معامل ألفا كرونباخ Coefficient Alpha Cronbach's

كما تم حساب معامل ثبات الاستبيان على أفراد العينة الاستطلاعية السابقة وذلك بتطبيق معامل ألفا كرونباخ Coefficient Alpha Cronbach's ، والجدول (١٠) يوضح ذلك.

جدول (١٠)
ثبات المقياس بتطبيق معامل ألفا كرونباخ

ن = ٢٠

الأبعاد	وحدة القياس	معامل الثبات
١	التوافق النفسي	درجة *٠.٦٢١
٢	القدرة على مواجهة الضغوط	درجة *٠.٦٠٣
٣	الصمود النفسي	درجة *٠.٥٤٢
٤	تحمل الإحباط	درجة *٠.٥٨٠
٥	المواجهة	درجة *٠.٥٢٦
٦	الثقة بالنفس	درجة *٠.٦٣١
٧	الثبات الانفعالي	درجة *٠.٦٠٥
٨	التجنب	درجة *٠.٥٦٣
٩	القدرة على حل المشكلة	درجة *٠.٦٤٦
	المقياس ككل	درجة *٠.٦٩٢

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية $0.05 = 0.444$ * دال عند مستوى 0.05

يتضح من جدول (١٠) أن معامل الثبات بتطبيق معامل ألفا كرونباخ قد حقق قيمة المقياس ككل 0.692 ، وهذه يدل على أن أبعاد مقياس التحمل النفسي على قدر من الثبات مما يدل على أن المقياس ذو معامل ثبات عالي .

٣- معامل الثبات باستخدام التجزئة النصفية: Half Split

ثم قامت الباحثة بحساب ثبات مقياس التحمل النفسي باستخدام التجزئة النصفية لاجابات عينة الدراسة الاستطلاعية عن طريق تجزئة عبارات كل بعد وعبارات المقياس ككل إلي(العبارات الفردية - العبارات الزوجية) وإيجاد معامل الارتباط بين الجزئين. جدول (١١) يوضح ذلك .

جدول (١١)

ثبات أبعاد مقياس التحمل النفسي باستخدام التجزئة النصفية ن = ٢٠

الأبعاد	وحدة القياس	العبارات الزوجية		العبارات الفردية	
		س _٢	ع _٢	س _١	ع _١
١	التوافق النفسي	١٧.٣٤	٠.٤٥٦	١٧.٢١	٠.٤٤٩
٢	القدرة على مواجهة الضغوط	١١.٢٣	٠.٣٦٨	١١.٥٥	٠.٣٨٢
٣	الصمود النفسي	٩.٤٥	٠.٣٣٢	٩.٣٤	٠.٢٩١
٤	تحمل الإحباط	١٠.٠٩	٠.٣٥٩	١٠.٠٥	٠.٣٤٨
٥	المواجهة	١٠.٩٨	٠.٣٢٠	١١.١٨	٠.٣٣١
٦	الثقة بالنفس	١٧.٩٥	٠.٦٣١	١٨.٣١	٠.٦٦٢
٧	الثبات الانفعالي	٢١.٠٠	٠.٦٣٥	٢٠.٤٢	٠.٥٨٦

٨	التجنب	درجة	٧.٣٥	٠.١٧٢	٧.٢١	٠.١٥٣	*٠.٧٤٢
٩	القدرة على حل المشكلة	درجة	٧.٢٨	٠.١٠٤	٧.٨٤	٠.١٢٨	*٠.٦٨٥
	المقياس ككل	درجة	٧٤.٥٩	١.٧٢٤	٧٥.٠٧	١.٨٠٣	*٠.٧٥٨

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية $0.05 = 0.0444$ * دال عند مستوى 0.05

يتضح من جدول (١١) أن قيمة معامل الارتباط بين العبارات الفردية والزوجية لأبعاد المقياس دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 حيث تراوحت ما بين (٠.٥٨٧، ٠.٧٥١)، مما يدل على أن مقياس التحمل النفسى يتميز بدرجة كبيرة من الاستقرار والثبات.

وبعد أن قامت الباحثة بحساب المعاملات العلمية (الصدق - الثبات) للمقياس التحمل النفسى وتم توزيعه عباراته عشوائياً وأصبح فى صورته النهائية جاهز للتطبيق على عينة البحث الأساسية والتي قوامها (٦٠) حكماً ، حيث اشتملت عباراته على عدد (١٢٦) عبارة موزعة على تسعة أبعاد، ويتم الإجابة على عبارات المقياس من خلال ميزان ثلاثى (غالبا - أحيانا - نادرا)، حيث أن العبارات الإيجابية تأخذ على التوالي (٣-٢-١) أما العبارات السلبية تأخذ على التوالي (١-٢-٣) وبذلك تكون الدرجة الكلية للمقياس $(378 = 126 \times 3)$ وهي تعبر عن أعلى معدل تحمل لحكم الكارثية ، أما أقل درجة تعبر عن أقل معدل تحمل تكون $(126 = 126 \times 1)$ (ملحق ٨).

٤- مقياس تركيز الانتباه :- (ملحق ٩)

قام بإعداد هذا المقياس كل من "واينبرجوريتشادسون" (١٩٩٠م)، وقد قام "محمد حسن علاوي" (١٩٩٨م) بتعريب المقياس. (٣٩: ٥٣٩-٥٤٢)
 أولاً: حساب صدق مقياس تركيز الانتباه:

تم حساب صدق التمايز لمقياس تركيز الانتباه حيث قامت الباحثة بترتيب نتائج المقياس تصاعدياً والذي تم تطبيقه على حكام العينة الاستطلاعية والبالغ عددهم (٢٠) حكم ، ثم قامت بحساب صدق التمايز وذلك من خلال حساب دلالة الفروق بين درجات (الارباع الاعلى والارباع الادنى) لنتائج المقياس بعد ترتيبها ، كما يوضحه جدول (١٢)

جدول (١٢)

دلالة الفروق بين متوسط الربيعين الادني والاعلي (صدق التمايز)

لمقياس تركيز الانتباه للحكام

$$n_1 = n_2 = 5$$

المتغير	وحدة القياس	الربيع الاعلي		الربيع الادني		قيمة "ت"
		س _١	ع _١ ±	س _٢	ع _٢ ±	
تركيز الانتباه	درجة	١٥.٩٠	١.٦٩٢	١٤.٢٧	٢.٤٣١	*٢.٣٣٥

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٢.٣٠٦ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين متوسطي (الربيع الاعلي والربيع الادني) في مقياس تركيز الانتباه ولصالح متوسط الربيع الاعلي مما يشير إلى تمتع هذا المقياس بدرجة عالية من الصدق .

ثانياً: حساب الثبات لمقياس تركيز الانتباه :

- طريق التطبيق وإعادة التطبيق Test re-test

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس عن طريق التطبيق وإعادة التطبيق Test re-test بفواصل زمني قدرة ٧ أيام بين التطبيقين، على عينة قوامها (٢٠) حكم (العينة الاستطلاعية) و جدول (١٣) يوضح ذلك.

جدول (١٣)

معامل الثبات لمقياس تركيز الانتباه قيد البحث

$$n = 20$$

المتغير	وحدة القياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني		معامل الارتباط
		س _١	ع _١ ±	س _٢	ع _٢ ±	
تركيز الانتباه	درجة	١٤.٦٥	٣.١٠٣	١٤.٧٥	٢.٧٠٢	٠.٧٦٤

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٤٤٤ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٣) وجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً عند مستوى ٠.٠٥ بين التطبيقين في مقياس تركيز الانتباه، مما يدل على ثبات الاختبار في قياس ما وضع من أجله.

٥- مقياس اتخاذ القرار إعداد :- محمد رحيم فصيل (٢٠١٣م) (ملحق ١٠)

هدف المقياس التعرف على مستوي القدرة علي اتخاذ القرار ، ويتكون من خمسة أبعاد وهي (شخصية المدرب- القيادة - الرقابة - التخطيط - التنظيم) ويتكون المقياس من (٢٣) عبارة، وميزان تقدير خماسي (دائماً- غالباً- أحياناً- نادراً- أبداً) .

- المعاملات العلمية لمقياس اتخاذ القرار :

أولاً: حساب الصدق:

تم حساب صدق التمايز لمقياس اتخاذ القرار باستخدام أسلوب المقارنة الطرفية بين درجات

الحكام المميزين فى هذا الاختبار وغير المميزين من عينة الدراسة الاستطلاعية، كما يوضحه

جدول (١٢)

جدول (١٢)

المتوسط الحسابى والانحراف المعياري وقيمة "ت" بين درجات الحكام المرتفعة ودرجات الحكام المنخفضة لمقياس اتخاذ القرار $n_1 = n_2 = 10$

قيمة "ت"	غير المميزة		المجموعة المميزة		وحدة القياس	المتغير	
	$\pm 2ع$	س _٢	$\pm 1ع$	س _١			
*٥.١٨٧	١.٠٥٨	١٩.٥٠	٠.٩٦٤	٢١.٢٥	درجة	شخصية المدرب	محاور اتخاذ القرار
*٥.٣٨٥	٠.٥٧١	١٦.٠٠	٠.٦٥٢	١٧.١٠	درجة	القيادة	
*٦.٠٥٧	٠.٧٨٣	١٨.٦٥	٠.٨٩٧	٢٠.٣٥	درجة	الرقابة	
*٤.٨٤٩	٠.٦٨٩	١٥.٢٥	٠.٤٦٥	١٦.٢٠	درجة	التخطيط	
*٥.٢٢٥	٠.٧٨٢	٢٠.٧٥	٠.٦٤٧	٢٢.٠٠	درجة	التنظيم	
*١٠.٩٥٢	٢.٢٣٤	٩٠.١٥	١.٣٥٩	٩٦.٩٠	درجة	المقياس ككل	

قيمة "ت" الجدولية عند مستوى $0.05 = 2.306$ * دال عند مستوى 0.05

يتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى 0.05 بين المجموعتين

المميزة وغير المميزة فى مقياس اتخاذ القرار ولصالح المجموعة المميزة، مما يشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

ثانياً: حساب الثبات لمقياس اتخاذ القرار :

- طريق التطبيق وإعادة التطبيق Test re-test

قامت الباحثة بحساب ثبات المقياس عن طريق التطبيق وإعادة التطبيق Test re-test بفاصل زمني قدره ٧ أيام بين التطبيقين، على عينة قوامها (٢٠) حكم (العينة الاستطلاعية) وجدول (١٤) يوضح ذلك.

جدول (١٣)

معامل الثبات لمقياس اتخاذ القرار قيد البحث ن = ٢٠

معامل الارتباط	التطبيق الثاني		التطبيق الأول		وحدة القياس	المتغير	
	± ع ^٢	س ^٢	± ع ^١	س ^١			
*٠.٥٦٤	١.٠٢٢	١٩.٨٩	١.١٠٣	١٩.٣٧	درجة	شخصية المدرب	محاو ر اتخاذ القرار
*٠.٧٢٦	٠.٥٥٦	١٦.٢٥	٠.٥٦٧	١٦.١٧	درجة	القيادة	
*٠.٧٥٩	٠.٧٦٤	١٩.١٠	٠.٧٩٥	١٨.٩٦	درجة	الرقابة	
*٠.٦٤٨	٠.٦٤٨	١٥.٥٠	٠.٦٥٩	١٥.٣٨	درجة	التخطيط	
*٠.٥٣٤	٠.٨١٨	٢١.١٥	٠.٨٢٤	٢١.٠٠	درجة	التنظيم	
*٠.٧٧٥	٢.١٦٨	٩٠.٨٩	٢.١٣٦	٩٠.٨٨	درجة	المقياس ككل	

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ = ٠.٤٤٤ * دال عند مستوى ٠.٠٥ *

يتضح من جدول (١٣) وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية عند مستوى ٠.٠٥ بين التطبيقين في مقياس اتخاذ القرار، مما يدل على ثبات الاختبار في قياس ما وضع من أجله. الدراسة الأساسية :-

قامت الباحثة بتطبيق المقاييس (التحمل النفسي - وتركيز الانتباه - اتخاذ القرار) على عينة البحث الأساسية والبالغ عددهم (٦٠) حكم، وذلك في الفترة الزمنية (٧/١٠ إلى ٥/٨/٢٠١٩م) المعالجات الإحصائية:

استخدمت الباحثة حزمة البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS)

عرض النتائج ومناقشتها: **The Results Offer & Discussion**

١ - عرض النتائج Offer of The Results

من خلال أهداف البحث وفروضه والبيانات الخاصة بعينة البحث وتبويبها ومعالجتها إحصائياً ظهرت نتائج البحث كالتالي:

جدول (١٤)

معاملات الارتباط بين مقياس التحمل النفسي وتركيز الانتباه

لدى حكام رياضة الكاراتية قيد البحث ن = ٦٠

المتغيرات	تركيز الانتباه
التوافق النفسي	*.٠٤٧٣
القدرة على مواجهة الضغوط	*.٠٤٨٥
الصمود النفسي	*.٠٥١٢
تحمل الإحباط	*.٠٥٣٦
المواجهة	*.٠٥٢٨
الثقة بالنفس	*.٠٦٧٤
الثبات الانفعالي	*.٠٧١٣
التجنب	*.٠٤٣٨
القدرة على حل المشكلة	*.٠٦٣٧
مقياس التحمل النفسي ككل	*.٠٦٥٩

قيمة " ر " الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٢٥٠ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٤) أن هناك علاقة ارتباطية بين أبعاد مقياس التحمل النفسي وتركيز الانتباه لدى حكام رياضة الكاراتية .

جدول (١٥)

معاملات الارتباط بين مقياس التحمل النفسي واتخاذ القرار

لدى حكام رياضة الكاراتية قيد البحث ن = ٦٠

المتغيرات	اتخاذ القرار
التوافق النفسي	*.٠٥٦٧
القدرة على مواجهة الضغوط	*.٠٦٤٨
الصمود النفسي	*.٠٦٣٩
تحمل الإحباط	*.٠٥٧٢
المواجهة	*.٠٥٨٨
الثقة بالنفس	*.٠٦٤٥
الثبات الانفعالي	*.٠٦٩٧
التجنب	*.٠٥٤٦
القدرة على حل المشكلة	*.٠٧٤٨
مقياس التحمل النفسي ككل	*.٠٧٦٨

قيمة " ر " الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.٢٥٠ * دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من جدول (١٥) أن هناك علاقة ارتباطيه بين أبعاد مقياس التحمل النفسي ومقياس اتخاذ القرار قيد البحث.

جدول (١٦)

مصفوف الارتباط بين أبعاد التحمل النفسي وتركيز الانتباه واتخاذ القرار

لدى فئات حكام الكاراتية قيدالبحث ن=٦٠

المتغيرات	تركيز الانتباه				اتخاذ القرار			
	حكم دولي	حكم قاري	درجة أولى	درجة ثالثة	حكم دولي	حكم قاري	درجة أولى	درجة ثالثة
التوافق النفسي	*٠,٨٧٦	*٠,٧٦٨	*٠,٦٢٣	٠,٥٤٤	*٠,٨٢٣	*٠,٧١٦	*٠,٦٢٩	*٠,٤١٨
القدرة على مواجهة الضغوط	*٠,٨٢٦	*٠,٧١٥	*٠,٦١١	٠,٥٩٢	*٠,٧٤٨	*٠,٧٠٢	*٠,٥٤٦	*٠,٤٦٠
الصمود النفسي	*٠,٨٤٢	*٠,٧٣٩	*٠,٦٠٦	٠,٥٩١	*٠,٧٩٣	*٠,٧٢٢	*٠,٥٧٢	*٠,٤٢١
تحمل الاحباط	*٠,٨١٧	*٠,٧٢٧	*٠,٦٢٤	٠,٥٦٤	*٠,٧٤٢	*٠,٧٤٩	*٠,٥٤٤	*٠,٤٦٧
المواجهة	*٠,٨٣٢	*٠,٧١٢	*٠,٦١٥	٠,٥٥١	*٠,٨١٩	*٠,٧٥١	*٠,٥٦٧	*٠,٤١٠
الثقة بالنفس	*٠,٨٥٠	*٠,٧٦٥	*٠,٦٤٢	٠,٥٠٠	*٠,٧٣٦	*٠,٧٠٠	*٠,٥٣٦	*٠,٤٥٢
الثبات الانفعالي	*٠,٨٢١	*٠,٧٥٥	*٠,٦٣٦	٠,٥٧١	*٠,٧٣٩	*٠,٧١١	*٠,٥٨٨	*٠,٤٠٦
التجنب	*٠,٧٩٩	*٠,٦٦٦	*٠,٦٨٧	٠,٥٩٨	*٠,٧٨٠	*٠,٦٩٦	*٠,٦٨٦	*٠,٥٠٦
القدرة على حل المشكلة	*٠,٨٦٤	*٠,٧١١	*٠,٦٦٣	٠,٥٢٨	*٠,٧٣٠	*٠,٧٧٦	*٠,٦٥٥	*٠,٤٢٩
مقياس التحمل النفسي ككل	*٠,٨٨٥	*٠,٧٣٢	*٠,٦٥٢	٠,٥٩٩	*٠,٨٥٠	*٠,٧٢٨	*٠,٦٤١	*٠,٥٣٥

قيمة "ر" الجدولية عند مستوى ٠,٠٥ = ٠,٢٥٠ * دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من جدول (١٦) أن هناك علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين أبعاد مقياس التحمل النفسي وتركيز الانتباه واتخاذ القرار لدى فئات حكام الكاراتية (الدوليين - القاريين - الدرجة الأولى - الدرجة الثانية - الدرجة الثالثة) ، ولصالح الحكام الدوليين ، يليه القاريين ثم الدرجة الأولى ثم الدرجة الثانية ثم الثالثة.

عرض النتائج المرتبطة بتحليل التباين بين فئات الحكام في ابعاد ومجموع مقياس التحمل النفسي

جدول (١٧)

تحليل التباين بين فئات الحكام في أبعاد ومجموع مقياس التحمل النفسي

ن = ٦٠

الدلالة	قيمة "ف"	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين	ابعاد مقياس التحمل النفسي
دال	*٧,٠٣٣	٢٣,٦١٣	٤	٩٤,٤٥٤	داخل المجموعات	التوافق النفسي
		٣,٣٥٧	٥٥	١٨٤,٠٦٤	بين المجموعات	
			٥٩	٢٧٨,٤٨٠	المجموع الكلي	
دال	*١٥,٢٥٦	٢٤,٦٥٤	٤	٩٨,٦١٦	داخل المجموعات	القدرة علي مواجهه الضغوط
		١,٦١٦	٥٥	٨٨,٩٠٦	بين المجموعات	
			٥٩	١٨٧,٢٢٠	المجموع الكلي	
دال	*٢٩,٥٨	٥٤,٤٤	٤	٢١٧,٧٩	داخل المجموعات	الصمود النفسي
		١,٨٤	٥٥	١٠١,٥٨	بين المجموعات	
			٥٩	٣٧٣,٣٨	المجموع الكلي	
دال	*٩,٠٦١	١٤,٢٥٤	٤	٥٧,٠١٤	داخل المجموعات	تحمل الاحباط
		١,٥٧٣	٥٥	٧٠,٧٦٦	بين المجموعات	
			٥٩	١٢٧,٧٨٠	المجموع الكلي	
دال	*١٢,٠٢٠	٢٠,٧٣٦	٤	٨٢,٩٤٥	داخل المجموعات	المواجهه
		١,٧٢٥	٥٥	٧٧,٦٣٥	بين المجموعات	
			٥٩	١٦٠,٥٨٠	المجموع الكلي	
دال	*٢٨,٥٣٢	٤٠,٦٣	٤	١٦١,٤٦١	داخل المجموعات	الثقة بالنفس
		١,٤٢٤	٥٥	٦٤,٠٥٩	بين المجموعات	
			٥٩	٢٢٥,٥٢٠	المجموع الكلي	
دال	*٢٧,٩٥٢	٥٨,٩٨	٤	٢٣٥,٩٢	داخل المجموعات	الثبات الانفعالي
		٢,١١	٥٥	٩٥,٠٧١	بين المجموعات	
			٥٩	٣٢٨,٠٠	المجموع الكلي	
دال	*٢٧,٢٢٠	٥٧,٩٨	٤	٢٣١,٩٢	داخل المجموعات	التجنب
		٢,١٣	٥٥	٩٦,٠٧١	بين المجموعات	
			٥٩	٣٢٨,٠٠	المجموع الكلي	
دال	*٢٥,٦٨٧	٢٥,٩٧٠	٤	١٠٣,٨٨٠	داخل المجموعات	القدرة علي حل المشكله
		١,٠١١	٥٥	٤٥,٥٠٠	بين المجموعات	
			٥٩	١٤٩,٣٨٠	المجموع الكلي	
دال	*٦٤,١٧٢	٣٩٣,٧٠٠	٤	١٥٧٤,٨٠٠	داخل المجموعات	المجموع الكلي لمقياس التحمل النفسي للحكام
		٦,١٣٥	٥٥	٢٧٦,٠٨٠	بين المجموعات	
			٥٩	١٨٥٠,٨٨٠	المجموع الكلي	

قيمة "ف" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ٤ ، =٥٥ = ٣.٤٧

يتضح من الجدول (١٧) ان هناك فروق ذات دلالة احصائية بين درجات الحكام في جميع

أبعاد ومجموع مقياس التحمل النفسي .

عرض النتائج بتحليل التباين بين فئات الحكام تركيز الانتباه واتخاذ القرار :

جدول رقم (١٨)

تحليل التباين بين فئات الحكام في تركيز الانتباه واتخاذ القرار ن = ٦٠

المقياس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدلالة
تركيز الانتباه	بين المجموعات	٥٧٤,٧٨	٤	١٤٣,٦٩	*١١,٧٧٧	دال
	داخل المجموعات	٦٧١,٢٧	٥٥	١٢,٢٠		
	المجموع الكلي	١٢٤٦,٠٥	٥٩			
اتخاذ القرار	بين المجموعات	٣٢٨,٥٥	٤	٨٢,١٣	*٦,٧٦	دال
	داخل المجموعات	٦٦٦,٩٦	٥٥	١٢,١٢		
	المجموع الكلي	١٥٤٠,٥٠	٥٩			

قيمة "ف" الجدولية عند مستوى معنوية ٠.٠٥ ودرجة حرية ٤ ، $٣.٤٧ = ٥٥$

يتضح من الجدول (١٩) ان هناك فروق ذات دلالة احصائية بين درجات الحكام في

تركيز الانتباه واتخاذ القرار

ثانياً: مناقشة النتائج:

مناقشة التساؤل الاول الذي ينص على أن"هل توجد علاقة داله احصائية بين التحمل النفسي وتركيز الانتباه لدى حكام رياضة الكاراتية ؟

يتضح من جدول(١٤) أن هناك علاقة ارتباطيه طردية بين أبعاد مقياس التحمل النفسي

وتركيز الانتباه قيد البحث ."

وتعزوا الباحثة أن التحكيم ركيزة من الركائز الأساسية في المنافسات الرياضيه فهو أحيانا ما يكون عاملا في فوز فريق وضياع مجهود فريق آخر ،وربما يكون التحكيم سبباً من أسباب حدوث الشغب داخل الملاعب ولذلك فمن الأهمية الاهتمام بالتحمل النفسي للحكم للارتقاء بمجال التحكيم وحيث أن الحكم يقع على عاتقه مسئوليه كبيره فيجب عليه التأني والدقة والتركيز في اتخاذ القرار فهو الفرد الوحيد الذي لديه سلطة اتخاذ القرار وتطبيق مواد القانون أثناء المباراة.

ويعتبر التحمل النفسي واحداً من العناصر الفعالة في تكوين شخصية متوازنة للحكم، ومحوراً هاماً ومتميزاً في الحفاظ على التوافق الفعال لديه في علاقته التفاعلية مع المحيط الرياضي ، فكلما كانت لدى الحكم قدرات تحمل عالية ، كلما كان مستوى القدرات الذهنية على التوفيق بين القانون و اللعب والتعامل مع الأحداث عنده و التصرف مع ضغوطات المباريات جيداً و إيجابياً ، يستطيع بالتالي من خلاله تحمل حجم الانتقادات و الاعتراضات على قراراته و تتكون عنده قدرة التحدي في المنافسات ، و الالتزام بالقانون ، و السيطرة على المستجدات ، و منها قراءة سلوكيات الجمهور و اللاعبين ، و امتصاص غضب المنتقدين للتحكيم في مجريات المباراة ، و معرفة نوع المشاكل التي تعترض طريقه حتى يسهل عليه إدراك المشكلات و تحويلها من طاقة سلبية الي طاقة ايجابية التي تؤدي إلى زيادة مستوى التحمل النفسي.

ويتفق ذلك مع كلاً من محمد علاوى وأحمد صلاح الدين (٢٠٠٨م) (٢٥)، أسامة كامل راتب" (٢٠٠٠م) (٥)، "محمود عبد الفتاح عنان" (١٩٩٥م) (٢٩) أن الحالتين النفسية والعقلية لها تأثير مباشر على الحالة البدنية وعلى قدرته على الأداء بأفضل ما عنده. فالمزيد من الضغوط الخارجية الواقعه على كاهله نتيجة مثيرات خارجيه قد تؤدي إلى عدم قدرته على تركيز الانتباه واتخاذ القرار. ويتفق ذلك مع "محمد علاوى ومحمد نصر" (١٩٨٢م) (٢٧) من أن التأثير الانفعالي الزائد أثناء الأداء ينتج عنه بعض النتائج السلبية التي تؤثر على مستوى الفرد الرياضى وسلوكه. ويشير "أسامة كامل راتب" (٢٠٠٠م) أن المنافسة الرياضية تمثل مصدر خصب للعديد من المواقف الإنفعاليه وهى بمثابة موقف اختبارى تقويمى لقدرات الرياضى تحمل فى طياتها العديد من مصادر الضغوط التي تؤثر سلبياً على الأداء الرياضى. (٥: ١٧٩)

ومن خلال عرض الدراسات السابقة فاختلفت هذه الدراسات عن الدراسة قيد البحث ،حيث قاما "تبهان حميد أحمد ، أمينة كريم حسين ، زياد مشعل فرحان" (٢٠١٦م) (٣٠) دراسته تهدف إلى التعرف على مستوى التحمل النفسي وبعض المهارات الأساسية بخماسي كرة القدم لطالبات المرحلة الأولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بين جامعتي (ديالى_كركوك) وكما قامت "شيماء علي خميس" (٢٠١٤م) (١٣) دراسته تهدف الى التعرف على مستوى التحمل النفسي ومستوى قلق المنافسة والعلاقة بين المتغيرين لدى لاعبات الكرة الطائرة المشاركات في بطولة الجامعات العراقية للمنطقة الوسطى والجنوبية ، كما قاما "محمد جواد الصائغ، محسن محمد حسن" (٢٠١٣م) (٢٨) دراسته تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين المهارات الذهنية والتحمل النفسي لدى اللاعبين المتقدمين بكرة القدم ، وقاما "سراب أكرم لطف الله

"(٢٠١٣م) (١٢) دراسته تهدف إلى إعداد مقياس للتحمل النفسي وإعداد تمرينات خاصة لتطوير بعض مدركات المحيط والتحمل النفسي ودقة الإرسال الساحق والضرب الساحق للاعبين الشباب بالكرة الطائرة والتعرف على تأثيرها . وقاما "عبدالرحمن بن ساعد الزهراني" (٢٠٠٣م) (١٦) دراسته تهدف للتعرف إلى تأثير حالة القلق والثقة على تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل لدى حكام الكرة الطائرة السعوديين

ويرى أسامة كامل راتب (١٩٩٧م) (٤) أن التركيز هو أحد السمات النفسية الهامة للحكام ، ولاغورور في ذلك فهو الأساس لنجاح المنافسة ، فتشتت الانتباه أو عدم التركيز يؤثر سلبا على نتيجة المباراة .

وهذا يرجع إلى أن تركيز الانتباه يعتبر أحد العمليات الذهنية التي تؤثر وتتأثر بمستوى الأداء حيث أنها تتطلب أن يكون الحكم قادراً على الاحتفاظ بتركيز انتباهه طوال فترة المباراة وخاصة في بعض المباريات التي تتطلب دقة وإتقان ، فكلما زاد تركيز الحكم كلما استطاع أداء هذه تحكيم المباريات بدرجة عالية من الإتقان، وهذا ما يؤكد كل من "محمد علاوى وكمال درويش وعماد عباس" (٢٠٠٣م) إلى أن الاحتفاظ بمستوى مرتفع من الدقة والتوافق الحركى تحت ظروف التعب والتوتر الانفعالى العالى يحتاج إلى درجة عالية من الانتباه ، كل ذلك يتطلب قوة إرادية وتحمل نفسي عالي وبدون توقف على مدار المباراة. (٢٦ : ٣٣١)

وتعزو الباحثة ذلك لأن رياضة الكاراتية تبرز فيها أهمية تركيز الانتباه نظراً لطبيعتها فهي تتميز بالعديد من المواقف المفاجئة والسريعة خلال مواقف اللعب سواء في الهجوم أو الدفاع، فهونشاط يتميز بالديناميكية والتفاعل المستمر نتيجة إيقاع اللعب وتعدد مهاراتها.

ويذكر "عبد الستار جبار الصمد" (٢٠٠٠م) أن خاصية الإنتباه دائمة التغير لأنها مرتبطة بالمواقف المتغيرة والعوامل الداخلة فيها، وفي أحيان كثيرة يتم تحويل الانتباه وتشتيت الانتباه على الأهداف المختلفة في كافة الاتجاهات والذي يمكن إن يؤدي إلى أخطاء فنية وتكتيكية سهلة للغاية. (١٧ : ٦٦، ٦٧)

وبذلك يتحقق التساؤل الاول الذي ينص على أن "هل توجد علاقة داله احصائية بين التحمل النفسي وتركيز الانتباه لدى حكام رياضة الكاراتية ؟

مناقشة نتائج التساؤل الثانى: "هل توجد علاقة دالة احصائية بين التحمل النفسي (أبعاده هي: التوافق النفسي-القدرة على مواجهة الضغوط - الصمودالنفسي- تحمل الإحباط- المواجهة

- الثقة بالنفس - الثبات الانفعالي - التجنب - القدرة على حل المشكلة) واتخاذ القرار لدى حكام رياضة الكاراتية؟"

يتضح من جدول (١٥) أن هناك علاقة ارتباطية دالة احصائية طردية عند مستوى معنوية (٠,٥٠) بين أبعاد مقياس التحمل النفسي واتخاذ القرار قيد البحث .

وترى "رشيد حنين" (١٩٩٨م) أن فئة الحكام تقع عليها ضغوط من عدة نواحي فضلا على الجهد المبذول توجد مواقف متنوعه في المباريات وقد يختار الحكم حيالها قرار يعتقد من وجهة نظره أنه صائب وصحيح في حين أن الفريق المهزوم مثلاً وجمهوره يعتبرونه من أكبر الأخطاء ووبالا عليهم ، وقد يتغاضى عنه الفريق الفائز وجمهوره وتظهر هذه المواقف غضب الجماهير واعتراض المدربين واللاعبين وقد يصل الأمر من الجماهير إلى التجاوز بالالفاظ والهتافات التي تؤدي إلى زيادة الضغوط النفسيه على الحكام وتكون سبباً في ارتفاع ضغط الدم وغيره من المظاهر الفسيولوجيه وقد تزيد أو تقل وتنقطع وتستمر مع الحكام

تبعاً للفروق الفرديه وخبرات الحكام في إداره المباريات . (١١ : ٣٧)

يرى هاني أحمد ذراي (٢٠١٣م) (٣٣) أن تدريب النفس على الصبر والثقة في الذات، وذلك بالترفع عن الأمور الصغيرة وتجاوزها بصدق، ويتطلب ذلك الأمر قدراً كبيراً من الشجاعة والتحكم في الذات، ومع النجاحات المتكررة في هذا الإطار تزداد قوة التحمل النفسي لدى الفرد تلقائياً ويصبح غير عابئ بالتصرفات التي قد تصدر من الآخرين وتسبب الغضب في الحالات العادية.

يرى إبراهيم الفقي (٢٠٠٩م) (١) أن اتخاذ القرار هو عملية ذهنية تتطلب قدراً كبيراً من الانتباه والادراك لتشخيص المشكلة وتحليلها ودراستها وهي عملية اختيار بديل للسلوك من بين عدة بدائل متاحة لمواجهة موقف معين أو مشكلة أو مسألة تنتظر الحل المناسب.

وتوصلت دراسة كلاً من حاتم محمد مجدي ومحمد مصباح البنا (٢٠١٣م) (٩) الى وجود علاقة ارتباطية دالة احصائية بين السرعة الادراكية واتخاذ القرار لدى حكام.

واتفقت دراسة السيد عبدالمنعم محمد (٢٠٠١م) (٨) مع نتائج البحث، والتي أسفرت نتائجها عن وجود فروق في عوامل اتخاذ القرار لدى حكام الأنشطة الرياضية، ويوجد ارتباط دالة احصائية بين الضغوط النفسية واتخاذ القرار.

وترى الباحثة أن عملية اتخاذ القرار في المنافسات الرياضية هي نتاج للحالة المعرفية للحكم والقراءة الجيدة للحدث أو الواقعة وإلى مجموعة من العوامل الانفعالية والاجتماعية التي تتفاعل أثناء موقف معين، وتعتبر رياضة الكاراتية بصورتها الحالية إحدى الألعاب الراقية التي

تمارس فى اللقاءات الدولية ، كما أن عملية اتخاذ القرار هي عملية جوهرية وخاصة عند حكم رياضة الكاراتية تهدف إلى تغليب قرار معين من بين اثنين أو أكثر من البدائل الممكنة و ذلك لتحقيق العدالة ، فالتحكيم مصدر خصب للعديد من المواقف الإنفعالية وهي بمثابة موقف اختبارى تقويمى لقدرات الحكم تحمل فى طياتها العديد من مصادر الضغوط التى تؤثر على قرارته.

وبذلك يتحقق التساؤل الثانى الذى ينص على أن: "هل توجد علاقة دالة احصائية بين أبعاد التحمل النفسى واتخاذ القرار لدى حكام رياضة الكاراتية؟"

مناقشة نتائج التساؤل الثالث:

"هل توجد علاقة دالة احصائية بين المتغيرات الثلاثة (التحمل النفسى - تركيز الانتباه - اتخاذ القرار) لدى فئات الحكام لدى فئات حكام الكاراتية (الدوليين - القاريين - الدرجة الأولى- الدرجة الثانية - الدرجة الثالثة)

يتضح من جدول (١٦) أن هناك علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا عند مستوى معنوية (٠,٠٥) بين أبعاد مقياس التحمل النفسى وتركيز الانتباه واتخاذ القرار لدى فئات حكام الكاراتية (الدوليين - القاريين - الدرجة الأولى- الدرجة الثانية - الدرجة الثالثة) ، ولصالح الحكام الدوليين ، يليه القاريين ثم الدرجة الأولى ثم الدرجة الثانية ثم الثالثة.

يعتبر التحمل النفسى حسب المهتمين بالمجال الرياضى وخبراء تحكيم الكاراتية واحدا من العناصر الفعالة فى تكوين شخصية متوازنة للحكم، ومحورا هاما ومتميزا فى الحفاظ على التوافق الفعال لديه فى علاقته التفاعلية مع المحيط الرياضى، والحياة اليومية... فكلما كانت لدى الحكم قدرات تحمل عالية، كلما كان مستوى القدرات الذهنية على التوفيق بين القانون واللعب والتعامل مع الأحداث عنده والتصرف مع ضغوطات المباريات جيدا و إيجابيا، يستطيع بالتالى من خلاله تحمل حجم الانتقادات والاعتراضات على قراراته وتتكون عنده قدرة التحدي فى المنافسات، والالتزام بالقانون، والسيطرة على المستجدات، ومنها قراءة سلوكيات الجمهور واللاعبين، وامتصاص غضب المنتقدين للتحكيم فى مجريات المباراة، ومعرفة نوع المشاكل التى تعترض طريقه حتى يسهل عليه إدراك المشكلات وتحويلها من طاقة سلبية الي طاقة ايجابية التى تؤدي إلى زيادة مستوى التحمل النفسى إن التحمل النفسى لدى البشر هو تلك الضمان الفعلي لمعايشتهم للظروف والضغوط التى تحيط بهم وتمكنهم من استجماع قواهم للتفاعل مع الحياة بشكل سليم .

ويشير محمود عبدالفتاح عنان (١٩٩٥م) يعتبر التركيز والتحكم فى الإنتباه من السمات النفسية المرتبطة بإنجاز ونجاح الأداء فى المهارات الرياضية ويبدو ذلك واضحا فى المستويات

الرياضية العالية، حيث يتطلب تركيز الرياضي في أدائه للمهارات دون المثيرات الأخرى المحيطة ببيئه اللعب ومن جهة أخرى فإن عدم التحكم في الانتباه يأتي بنتائج سلبية على الأداء. (٢٩) : (٦٣)

ويرى أسامة كامل راتب (١٩٩٧م) (٤) أن التركيز أو توجيه الانتباه هو أحد السمات النفسية الهامة للحكام، ولاغور في ذلك فهو الأساس لنجاح عملية التعلم أو التدريب أو المنافسة، فتشتت الانتباه أو عدم التركيز يؤثر سلباً على الأداء، فكثير من الرياضيين يرجعون سبب انخفاض مستواهم الى فقدان تركيزهم.

ويؤكد محمد حسن علاوى (١٩٩٨م) (٢٣) ويعتبر التركيز والتحكم في الانتباه من المتغيرات النفسية المرتبطة بإنجاز ونجاح الأداء في المهارات الرياضية ويبدو ذلك واضحاً في المستويات الرياضية العالية، حيث يتطلب تركيز الرياضي في أدائه للمهارات دون المثيرات الأخرى المحيطة ببيئه اللعب ومن جهة أخرى فإن عدم التحكم في الانتباه يأتي بنتائج سلبية على الأداء.

وتعد رياضة الكاراتية واحده من الالعاب التي شملت بهذا التطور اذ اصبحت من الالعاب المتميزه التي تمارس بشكل كبير في اليوم فهي بحاجة الي البحث والدراسه للوقوف علي أهم المعوقات التي تحول دون تقدمها ويعتبر الحكم من مقومات نجاح اللعبة حيث انه دائم التفاعل مع احداث المباراه ويتطلب ذلك من معرفة بطبيعة المباراه لكي يستطيع ان يتكيف معها وان يستثمرها في تحقيق العدالة من خلال اعطائه القرارات السليمه للمواقف التي تجري داخل الملعب ولكي يكون رد فعل الحكم علي الاحداث التي تحدث في اثناء المباراه سريعاً وسليماً، لذلك تتطلب مواصفات دقيقة فى اختيار حكامها وإن معرفه الحكم الجيد لقانون اللعبة لا تكفى اذا لم تمتزج بها الشخصية والشجاعه والحيادية التامه والتركيز والقدره على مواجهه وتحمل الضغوط المختلفه التي يتعرض لها سواء قبل أو أثناء المباراه أو بعدها، أيضاً فعند مواجهه الحكم لهذه الضغوط يحدث التكيف الايجابى، والذي ينتج عنه عدم حدوث هبوط فى مستوى كفاءته، ولكي يصل الحكم لمرتبة الكفاءه الممتازه لابد وأن يكون لائقاً بدنياً ونفسياً وفنياً، وأن يكون مستعداً لإداره أى مباراه تسند إليهما يجعله قادراً علي اتخاذ القرارات الصحيحة.

وبذلك يتحقق التساؤل الثالث الذي ينص على أن: "هل توجد علاقة دالة احصائية

بين المتغيرات الثلاثة (التحمل النفسي - تركيز الانتباه - اتخاذ القرار) لدى فئات الحكام لدى فئات حكام الكاراتية (الدوليين - القاريين - الدرجة الأولى - الدرجة الثانية - الدرجة الثالثة).

مناقشة نتائج التساؤل الرابع:

"هل توجد فروق دالة احصائية بين فئات الحكام لدى فئات حكام الكاراتية (الدوليين - القاريين - الدرجة الأولى- الدرجة الثانية - الدرجة الثالثة) ومتغيرات قيد البحث (التحمل النفسي وتركيز الانتباه واتخاذ القرار)؟"

يتضح من الجدول (١٧) والخاص بتحليل التباين بين أبعاد مقياس التحمل النفسي لدى حكام رياضة الكاراتية ان هناك فروق ذات دلالة احصائية بين فئات (الدوليين - القاريين - الدرجة الأولى- الدرجة الثانية - الدرجة الثالثة) في جميع أبعاد ومجموع مقياس التحمل النفسي ولصالح الحكام الدوليين

كما يتضح من الجدولين (١٩)، (٢٠) ان هناك فروق ذات دلالة احصائية بين درجات الحكام في تركيز الانتباه و في مقياس اتخاذ القرار

كما تشير مريم رجاء (٢٠٠٦م) أن بعض الأفراد في أثناء مواجهتهم ببعض الأحداث الضاغطة والاستجابة لها بأساليب متنوعة، ترتبط بمدى قدرتهم على التحمل النفسي فمنهم من يتعامل مع الحدث على نحو متصلب وسلبى، ويدركه على انه تهديد لحياته، مما يؤدي الى زيادة حدة شعورهم بالضغط النفسي، بينما نجد آخرين يتعاملون مع الحدث بمرونة وروية ويتحملون الضغط ويتكيفون معه ويحسنون إدارته إلى حد ما. (٦٤: ٤)

وتشير كوباسا Kobasa (١٩٨٢م) (٨٥) إلى أن مفهوم التحمل النفسي يعتبر من المفاهيم الاساسية في شخصية الانسان إذ يعمل علي مقاومة الاحداث الضاغطة فهو اعتقاد عام لدي الفرد في فاعليته وقدرته علي استعمال كل المصادر النفسية والبيئية المتاحة كي يدرك ويحلل ويواجه بفاعلية تلك الاحداث.

وقد ترجع الباحثة أنه أحد الاسباب لتناقص الحكام كثرة الضغوط الواقعة على كاهلهم وعدم القدرة على أمتلاك القدرة علي التحمل النفسي، حيث أن الحكام يتعرضوا للضغوط ولكن هناك فروقاً بين الحكام في استجاباتهم للضغوط فالبعض الضغوط تجعله أكثر كفاءة للتعامل مع الموقف والآخر الضغوط تجعله يشعر بالاحباط والاضطراب ويرتبك ويفقد تركيزه، وعدم القدرة علي اتخاذ القرار الصحيح، بينما يستجيب آخر للضغوط مما يجعله ينسحب من مواجهه الضغوط لانه ليس لديه القدرة علي التحمل النفسي.

ويشير محمد حسن علاوي (١٩٩٨م) (٥٥) بأن تركيز الانتباه هو "حالة موجودة وجوهرية يدركها كل الرياضيين على أنها شرط أساسي للأناجاز الرياضي الجيد. فالرياضي الذي يمتلك التركيز العميق يكون قادراً على التوافق البدني والانفعالي والذهني وتركيز هذه العوامل لتكون كافة الأمور في متناول اليد لغرض الانجاز الرياضي".

وترى الباحثة أن عملية اتخاذ القرار في المنافسات الرياضية و على غرار التعريفات السابقة هي انه عملية ذهنية نتاج للحالة المعرفية للفرد والقراءة الجيدة للحدث أو الواقعة وإلى مجموعة من العوامل الانفعالية والاجتماعية التي تتفاعل أثناء موقف معين.

وبذلك يتحقق التساؤل الرابع الذي ينص على أن: "هل توجد فروق دالة احصائية بين فئات الحكام حكام الكاراتية (الدوليين - القاريين - الدرجة الأولى - الدرجة الثانية - الدرجة الثالثة) ومتغيرات قيد البحث (التحمل النفسي وتركيز الانتباه واتخاذ القرار)؟

النتائج و التوصيات

أولاً: النتائج

في ضوء ما أسفرت عنه نتائج هذا البحث .

- ١- توجد علاقة إرتباطية طردية دالة إحصائياً عند مستوى معنوية (٠.٠٥) بين أبعاد التحمل النفسي وتركيز الانتباه واتخاذ القرار لدي حكام رياضة الكاراتية .
- ٢- توجد فروق دالة احصائية بين فئات الحكام حكام الكاراتية (الدوليين - القاريين - الدرجة الأولى - الدرجة الثانية - الدرجة الثالثة) في متغيرات قيد البحث (التحمل النفسي وتركيز الانتباه واتخاذ القرار)

ثانياً: التوصيات The recommendations

- ١- الإهتمام بوضع برامج للإعداد النفسي للحكام .
- ٢- التأكد علي تهيئة الحكام نفسياً بشكل مستمر للتمكن من قيادتهم للمباريات بشكل ناجح .
- ٣- إجراء دورات تدريبية وتنقيح للحكام بشكل دوري ومستمر طول العام ولا يقتصر علي دورات الترقى فقط .
- ٤- إقامة إختبارات نفسية بشكل مستمر لصقل وتهيئة حكام علي مستوي عالي .
- ٥- الإستعانة بخبراء في علم النفس الرياضي لمناقشة الحكام في مستوي الحالة النفسية التي تواجههم أثناء المنافسة .
- ٦- إجراء المزيد من الأبحاث الخاصة بمتغيرات هامة مؤثرة علي حكام رياضة الكاراتية .

٢ قائمة المراجع

- ١ إبراهيم الفقي (٢٠٠٩م) : قوة التفكير - وتأثيره على أحاسيسك وسلوكك ونتائج وواقع حياتك ، دار التوفيق ، دمشق
- ٢ أحمد عبد الحميد على عمارة(٢٠٠٦م): بناء مقياس الصلابة النفسية للرياضيين، مجلة العلوم البدنية والرياضية،جامعة المنوفية، كلية التربية الرياضية، العدد (٩).
- ٣ أحمد عكاشة (٢٠٠٨ م) : مقدمة في الطب النفسي،دار الشروق،مصر.
- ٤ أسامة كامل راتب(١٩٩٧م): قلق المنافسة "ضغوط التدريب احتراق الرياضي"، دار الفكر العربي ، القاهرة.
- ٥ أسامة كامل راتب(٢٠٠٠م): تدريب المهارات النفسية (تطبيقات في المجال الرياضي) ،القاهرة، دار الفكر العربي.
- ٦ أسامة كامل راتب (٢٠٠٤م): النشاط البدني والاسترخاء، دار الفكر العربي،القاهرة.
- ٧ أمل أحمد طعمة (٢٠٠٦م):اتخاذ القرار والسلوك القيادي ، دارد بيونيد للنشر والتوزيع ، عمان.
- ٨ السيدعبدالمنعم محمد (٢٠٠١م) : عوامل الضغط النفسي وعلاقتها باتخاذ القرار لدى حكام الأنشطة الرياضية ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية بنين، جامعة حلوان.
- ٩ حاتم محمد مجدي ، محمد مصباح البنا (٢٠١٣م) : السرعة الادراكية وعلاقتها باتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم ، رسالة ماجستير ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بنها.
- ١٠ حازم علوان منصور(٢٠٠٩): قوة التحمل النفسي.محاضرات في علم النفس الرياضي،جامعة بغدا،كلية التربية الرياضية
- ١١ عصام محمد صقر،دعاء فاروق محمد (٢٠١٦م) : بناء مقياس أساليب مواجهة الضغوط لدى حكام الكاراتيه ، مجلة كلية التربية الرياضية ، جامعة الزقازيق ،بحوث ومقالات.
- ١٢ رشيد محمد حسنين (١٩٩٨م): دراسته بعض المتغيرات الفسيولوجية لدى حكام كرة السله أثناء المباريات، رسالة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، الاسكندرية.

تابع المراجع

- ١٣ **سراب أكرم لطف الله** (٢٠١٣م): دراسته تهدف الدراسة إلى إعداد مقياس للتحمل النفسي وإعداد تمارين خاصة لتطوير بعض مدركات المحيط والتحمل النفسي ودقة الإرسال الساحق والضرب الساحق للاعبين الشباب بالكرة الطائرة والتعرف على تأثيرها.
- ١٤ **شيماء علي خميس** (٢٠١٤م): مستوى التحمل النفسي ومستوى قلق المنافسة والعلاقة بين المتغيرين لدى لاعبات الكرة الطائرة المشاركات في بطولة الجامعات العراقية للمنطقة الوسطى والجنوبية.
- ١٥ **صباح قاسم خلف وسمير مهنا عناد** (٢٠٠٩م): حكام كرة القدم (تدريب ، تغذية ، مناهج) ، مطبعة الأخوين ، بغداد.
- ١٦ **عبدالرحمن بن ساعد الزهراني** (٢٠٠٣م) تأثير حالة القلق والثقة على تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل لدى حكام الكرة الطائرة السعوديين.
- ١٧ **عبدالحفيظ اسماعيل أحمد** (٢٠٠١م): الاحتراق النفسي لدى حكام بعض الانشطة الرياضية بحث منشور، مجلة أسبوط، علوم وفنون التربية الرياضية، العدد (١٣) ، الجزء الثاني، نوفمبر.
- ١٨ **عبدالستار جبار الصمد** (٢٠٠٠م): فسيولوجيا العمليات العقلية في الرياضة، دار الفكر العربي، عمان.
- ١٩ **كنعان نواف** (٢٠٠٧م) : القيادة الادارية ، دار الثقافة ، عمان ، الأردن .
- ٢٠ **محمد العربي شمعون** (١٩٩٩م) : علم النفس الرياضي والقياس النفسي ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة.
- ٢١ **محمد العربي شمعون** (٢٠٠١م): التدريب العقلي في المجال الرياضي، ط٢، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢٢ **محمد حسن علاوي** (١٩٩٤م): اختبارات الأداء الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢٣ **محمد حسن علاوي** (١٩٩٨م) : سيكولوجية الاحتراق للاعب والمدرّب الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.
- ٢٤ **محمد حسن علاوي** (١٩٩٨م) : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .

تابع المراجع

- ٢٥ محمد حسن علاوى، أحمد صلاح الدين (٢٠٠٨م): تقنيين مقياس للصلاية العقلية للرياضيين فى البيئة المصرية، بحث منشور، مجلة كلية التربية البدنية والرياضية للبنين، العدد ٥٥، القاهرة.
- ٢٦ محمد حسن علاوى، كمال الدين درويش، عماد عباس أبو زيد (٢٠٠٣م) الإعداد النفسى فى كرة اليد، نظريات - تطبيقات، مركز الكتاب للنشر.
- ٢٧ محمد حسن علاوى، محمد نصر الدين رضوان (١٩٨٢م): اختبارات الأداء الحركي، دار الفكر العربي، القاهرة.
- ٢٨ محمد جواد الصائغ، محسن محمد حسن (٢٠١٣م) العلاقة بين المهارات العقلية والتحمل النفسى لدى اللاعبين المتقدمين بكرة القدم.
- ٢٩ محمود عبدالفتاح عنان (١٩٩٥م) سيكولوجية التربية البدنية والرياضية - النظرية والتطبيق والتجريب، دار الفكر العربي، ط ١، القاهرة.
- ٣٠ نبهان حميد أحمد، أمينة كريم حسين، زياد مشعل فرحان (٢٠١٦م) العلاقة بين مستوى التحمل النفسى وبعض المهارات الأساسية بخماسي كرة القدم لطالبات المرحلة الأولى كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة بين جامعتي (ديالى - كركوك)
- ٣١ نبيل خليل ندا (٢٠٠٩م) : الأعداد النفسى لحكام كرة القدم، دار الكتاب الحديث، القاهرة.
- ٣٢ هاني الطويل (٢٠٠٦م): أبدال في إدارة النظم التربوية وقيادتها، الإدارة بالايمن، دار وائل للنشر، عمان.
- ٣٣ هاني أحمد نراي (٢٠١٣م) : علاقة قلق الحالة بمستوى أداء الحكام المساعدين لمحافظة بغداد لكرة القدم، مجلة كلية التربية الرياضية، المجلد (٢٦)، ع (١)، جامعة بغداد، العراق.
- 34 Amy Morin,(2018): "5 Powerful Exercises To Increase Your forbes, Retrieved 29-6-2018. Edited ،Mental Strength"
- 35 Bartholomew,W (2008): Leadership Values and Roles Unpublished doctoral dissertation . Floride/ University of central Florida

- ³⁶ **Kobasa,S.&Maddi,s(1982)** :Hardiness and health.aprospective study .journal of personality and social psychology ,vol,37, no1 ,pp.1.21.

