أسباب الضغط النفسي على حكام كرة القدم في الدوري الممتاز السوداني لعام 2010م

Causes of psychological stress on football referees in Sudanese super league 2010

السر محمد علي

د . احمد آدم احمد

د . عوض يس احمد محمود

– أستاذ مشارك بجامعه السودان كلية التربية البدنية والرياضة

– جامعة النيلين – أستاذ مشارك كلية التربية – قسم التربية الرياضية

الملخص:

هدفت الدراسة إلي التعرف على أسباب الضغط النفسي على حكام كرة القدم في الدوري الممتاز السوداني لعام 2010 ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (70) حكماً موزعين كالآتي: (12) حكماً دولياً، (58) حكماً قومياً ، استخدم الباحثون المنهج الوصفي وتم إعداد استبانة مكونة من خمس محاور هي (اللاعب – الإدارة – الإعلام الرياضي– الحكم– المشجعين).

أهم النتائج:

- عدم إلمام بعض الإعلاميين الإلمام التام بالقوانين المنظمة للعبة.
- جهل بعض الإعلاميين بروح القانون التى تخول للحكم التصرف فى بعض الحالات.
- جهل اللاعبين بالقوانين المنظمة للعبة.
- رفض الإدارة الاستجابة لبعض مطالب الحكام.

أهم التوصيات:

- توعية اللاعبين والاعلاميين والجمهور بقانون لعبة كرة القدم .
- تعديل القوانين واللوائح الرياضية لتكون رادعة لايقاف الاعتداء اللفظي والجسدي على الحكام.
- تكثيف دورات التأهيل الفني والبدني والنفسي للحكام.
- عقد دورات تدريبية للاعلاميين الرياضيين والإداريين واللاعبين لاكتساب الثقافة الرياضية المطلوبة.

الكلمات المفتاحية :– الحكم ، الدورى الممتاز ، القوانين واللوائح ، الضغط النفسى

Abstract

The study aimed to identify the causes of stress on the football referees in the super League Sudan in 2010, to achieve this study the sample consist of (70) referees as follows: (12) internationally referee, (58) a provision nationally, the researchers used descriptive approach was prepare a questionnaire composed of five axes (the player - Management - sport media – referee ,spectators).

The most important results:

- Lack of familiarity with some of the media full knowledge of the organization and the laws of the game,
- Ignorance of some of the media in the spirit of the law authorizing the disposition of the rule in some cases.
- Ignorance of the players organized the laws of the game
- Administration's refusal to respond some of the demands of the referees

Recommendations :

- Educate players and the media and the public for the football game law.
- Amend the laws and regulations of sports to be a deterrent to stop the verbal and physical abuse at the referees.
- Intensify the technical, physical and psychological rehabilitation of the rulers of the sessions.
- Holding training courses for members of the media athletes, administrators and players to gain the required sports culture.

Key words: - governance, the Premier League, laws and regulations, psychological pressure

مقدمة:

تعتبر رياضة كرة القدم اللعبة الشعبية الأولي في العالم وهي كذلك في جذب انتباه معظم الجمهور الرياضي، لما فيها من متعة في الأداء ومتعة في المتابعة. ويسعي المختصون دائماً إلي تطوير اساليبها وفي سبيل ذلك كانت القوانين المنظمة للعبة هي كذلك تتعرض للتطوير، وكان هدف قوانين اللعبة هو متعة الجمهور فضلاً عن سلامة اللاعبين والمساواة بين الجميع اثناء اللعب وكان وجود الحكم لتلافي الأخطاء ولمحافظة على سلامة اللاعبين وصولاً للمتعة. (رمزي رسمي جابر 2009، ص 161-186)

للحكم دور في مجالات الرياضة المختلفة. بما في ذلك مجال كرة القدم وما يلازم هذا الدور من صعوبات قد تجعل الحكم في وضع لا يمكنه من أداء دوره المطلوب حسب القوانين المنظمة للعبة وبالتالي يقود هذا إلي أخفاق في أداء المهمة، وما يترتب على هذه الاخفاقات من قرارات أثناء اللعب تؤثر أحياناً بدرجة كبيرة في نتائج المباريات وتكون هذه الصعوبات الضغط النفسي الذي يقع على الحكم قبل، أثناء وبعد المباراة. أن كثرة هذه الضغوط التي تقع على الحكام قد لا تجد من يقاومها من الحكام وبالتالي قد تؤثر على الأداء أو قد تجعل الحكم يفكر في الابتعاد عن مجال التحكيم لفترة أو قد يبتعد نهائياً، ولذلك تفقد البلاد كثيراً من الكوادر في مثل هذه الحالات.

مشكلة البحث:

الباحثون عملا لفترة طويلة فى مجال كرة القدم عامة ومجال تحكيم كرة القدم بصفة خاصة، ومن خلال العمل الفني والادارى ، سواءا فى الاتحاد العام او المحلي او اللجان الخاصه بالحكام، لاحظا ان كل الحكام دون استثناء يتعرضون لضغوط نفسية قبل ، اثناء وبعد المباريات وان هذه الضغوط قد تجد المقاومة من بعضهم حسب الفروق الفردية للسمات الشخصية لكل حكم ، ولكن فى النهاية فان هذة الضغوط قد تضطر بعض الحكام للوقوع فريسة لها وقد يضطر الحكم لترك مجال التحكيم والذين يواصلون التحكيم لا يمكنهم ان يؤدوا دورهم المطلوب حسب القوانين المنظمه للعبة ، وبالتالي يؤدى ذلك الا اخفاقهم في اداء مهمتم وهذه الاخفاقات قد تؤثر سلبا على قراراتهم اثناء اللعب وكثيرا ما تؤثر لدرجة كبيرة فى نتائج المباريات ، هذا الامر دفع الباحثان لتناول موضوع الضغط النفسي علي حكام كرة القدم فى الدورى الممتاز السودانى لعام 2010 ميلادي

اسئلة البحث: ما هى اسباب الضغوط النفسية على حكام الدوري الممتاز لكرة القدم السودانى لعام 2010 ؟

الإطار النظري:

تمهيد:

عاش الإنسان منذ بداية الكون باحثاً عن الاستقرار والأمان، جارياً وراء الراحة التي تعطيه الاتزان فمنذ تلك الأزمنه وهو ينشد الطمأنينة له ولابنائه فهو يسعي لتخفيف عبء الحياة عن كاهله، ولما ازدادت الحياة تعقيداً وقوة وتوسعت وازدادت مطالبها وحاجاتها، ازدادت الضغوط الواقعة عليه لتلبية تلك المطالب، فلا يستطيع التوقف عن مجاراة ذلك لأنه سيتخلف عن اللحاق بها مما اضطره إلي مواكبة التسارع لتحقيق الرغبات والمطالب. هذا الإسراع زاد مرة أخرى في الضغط على النفس وتحميلها أكثر من طاقتها بغية اللحاق بموكب التحضر بكل ما تحمله من قسوة وشقاء.. فالحضارة تحمل معها رياح التغيير والتغيير يحمل معه التبديل في السلوك، وينتج عنه بعض الانحرافات، وهي بالتالي نتاج الحضارة.

أن الضغوط بكل انواعها هي نتاج التقدم الحضاري المتسارع الذي يؤدي إلي افراز انحرافات تشكل عبئاً على قدرة ومقاومة الناس في التحمل- فرياح الحضارة تحمل في طياتها آفات تستهدف النفس الإنسانية وزيادة التطور تحمل النفس اعباء فوق الطاقة، وينتج عنها زيادة في الضغوط على اجسامنا، مما ينعكس على الحالة الصحية (الجسدية - البدنية) والنفسية ويؤدي ذلك إلي الانهيار ثم الموت ، اصبحت الضغوط النفسية سمة من سمات الحياة المعاصرة، تساير تغيرات المجتمعات الإنسانية وتحولاتها بابعادها المختلفة، وهي تصيب الكبار والصغار على حد سواء، ويري علماء النفس أن الأطفال يعانون من الضغوط النفسية اكثر من

الكبار، وذلك بسبب قلة خبرتهم في مواجهة هذه الضغوط والتغلب عليها ، والضغوط النفسية أمر طبيعي في حياة الإنسان، ويمكن لأي عرض يستمر لفترة قصيرة أن يكون مؤشراً لضغوط نفسية طبيعية تزول من تلقاء نفسها وتعود من جديد للظهور كلما تطلب الموقف ذلك، فمن الطبيعي أن يكون الاطفال قلقين ومضطربين أمام الحوادث المهمة التي تصادفهم بين الحين والأخر، ولا يزال هذا القلق شئ طبيعي لديهم، أما عندما نلاحظ استمرار هذه الاعراض لفترة زمنية طويلة فأنها تصبح انذاك دلائل على ضغط نفسي مزمن وضار. (ماجده بهاء الدين السيد، 2008، ص 19-20).

تعريف الضغط النفسي: تعرف الضغوط إجمالاً بأنها العلاقة بين الفرد والبيئة التي يري فيها الفرد أنها تفوق أو تقل عن قدراته وإمكانات وتهدد رفاهيته النفسية، وذكر جميل أن الضغط (stress) فهو الحالة التي يظهر فيها تبائن ملحوظ بين المتطلبات التي ينبغي أن يؤديها الكائن الحي وقدرته على الاستجابة لها .

واشار (سيلي selye نقلاً ماجده بهاء الدين السيد، 2008، ص 11) إلي أن الضغط عبارة عن مجموعة من الأعراض تتزامن مع التعرض لموقف ضاغط، وهو استجابة غير محددة في الجسم نحو متطلبات البيئة مثل التغير في الاسرة أو فقدان العمل أو الرحيل والتي تضع الفرد تحت الضغط النفسي.

وعرف الضغط النفسي بانه استجابة تكيفية تحدثها الفروق الفردية بين الأفراد أو تسهم العمليات النفسية فيها، لهذا فهي تنتج عن أي حدث بيئي أو موقف أو حادثة وتحتاج إلي مزيد من الجهد النفسي والجسدي الفيزيائي للفرد، أن هذا التعريف يركز على دور الظروف البيئية كسبب في احداث الضغط، وهذه الظروف هي ما يطلق عليه الضغوط (ابو حميدا، والغزاوي، 2001، ص20).

ايضاً عرفها (طنجور، 2001، ص21) بأنها حالة من الشعور بالضيق وعدم الارتياح يشترك في تكوينها عدة عوامل نفسية واجتماعية وبيولوجية متضافرة كتزايد افراز الادرينالين، والشعور بالإحباط امام موقف محرج لا مخرج منه أو نقص التفهم من قبل الأهل والاصدقاء أو المعلمين.

كما أن الضغوط النفسية عبارة عن حالة في التوتر عن المتطلبات أو المتغيرات التي تستلزم نوعاً في اعادة التوافق عند الفرد وما ينتج عن ذلك من اشارة جسمية ونفسية (الرواشدة، 2006، ص136).

وذكر دافيدون أن الضغوط النفسية هي مجموعة من المؤثرات غير سارة والتي يقيمها الفرد على أنها تفوق مصادر التكيف لديه وتؤدي إلي اختلال في الوظائف النفسية والفسيولوجية والجسمية لدي الفرد (دافيدون، 1983،ص78). والضغط النفسي هو محاولة الجسم الدفاع عن نفسه بصورة طبيعية هذه القدرة الطبيعية مفيدة في حالات الطوارئ، مثل الابتعاد عن طريق سيارة مسرعة، لكنه يمكن أن يسبب اعراض جسمية إذا استمر لمدة طويلة مثل الاستجابة لتحديات وتغيرات الحياة اليومية. وعندما يحدث هذا فهو كما لو ان جسمك يستعد للقفز بعيداً عن طريق السيارة، لكنك ما زلت جالساً في مكانك، في هذه الحالة جسمك يقوم بعمل اضافي، بدون أن يجد مكاناً لوضع الطاقة الإضافية يمكن أن يجعلك هذا تبدو وكأنك متوتراً وقلقاً وخائفاً ومتلهفاً. لا يقف الفرد موقفاً سلبياً تجاه المواقف التي تعرضه للضغط النفسي، بل يحاول في العادة العمل على حلها، ويتوقف ذلك على قدراته، واطاره المرجعي للسلوك، ومهارته في تحمل التأزم، والضغط النفسي وكثيراً ما تجمع استجاباته التكيفية لمواجهة مثل هذه المواقف التي تسلبها اخطاء الحياة اليومية حتي لا يقع فريسة للاضطرابات النفسية ويصل إلي أعلى مستويات التوافق النفسي والاجتماعي ويحقق الرضا في حياته.(اسامة كامل راتب، 2004، ص 209).

تعرف الضغوط اجمالاً بأنها العلاقة بين الفرد والبيئة التي يري الفرد انها تفوق أو تقل في قدراته وامكاناته وتهدد رفاهيته النفسية.(ماجده بهاء الدين السيد، 2008، ص 20).

ووفقاً للنموذج البسيط الذي اقترحه مك جراث فإن الضغط النفسي يتكون من مراحل اربعة متداخلة هي على النحو التالي: متطلبات البيئة ، إدراك المتطلبات، الاستجابة للضغط، ونتائج السلوك، والشكل ادناه يبين ذلك:

القلق Anxiety:

يُعرف حالة القلق state anxiety بأنها "حالة انفعالية ذاتية يشعر فيها الفرد بالخوف والتوتر ويمكن أن تتغير هذه الحالة في شدتها في وقت لأخر، بينما يعرف سمة القلق Traite anxiety بأنها " استعداد شخصي دائم نسبياً لإدراك مواقف معينة بيئية معينة كمهدد أو ضاغط، والميل للاستجابة لهذه المواقف بمستويات مختلفة لحالات القلق".

والقلق بشكل عام ينظر إليه كخاصة سلبية، سواء اظهر الشخص حالة القلق لفترة قصيرة أو يكون لديه استعداد عام للاستجابة لهذه المواقف (سمة القلق).

هذا ويميز الباحثون كذلك بين اعراض القلق الجسمي somatic anxiety والقلق المعرفي cognitive ويعني القلق الجسمي الأعراض البدنية المتعددة مثل العرق، زيادة معدل نبضات القلب، بينما القلق المعرفي يتضمن أعراضاً نفسية، مثل الازعاج، تشتت الانتباه، عمليات الافكار السلبية.(اسامة كامل راتب، 2004، ص212)

الإثارة arousal:

عرفها مارتنز martens 1990 بأنها حالة التنشيط (الإيقاظ) التي تتباين على متصل بين النوم العميق واليقظة الشديدة.

أنواع الضغوط:

اوضح ماجد بهاء الدين السيد أن الضغوط النفسية الاساس الرئيسي الذي تبني عليه الضغوط الأخري ويعد العامل المشترك في جميع أنواع الضغوط الأخري مثل الضغوط الاجتماعية،وضغوط العمل (المهنية) والضغوط الاقتصادية، والضغوط الاسرية، والضغوط الدراسية، والضغوط العاطفية.

إن القاسم المشترك الذي يجمع كل الضغوط هو الجانب النفسي ففي الضغوط الناجمة عن ارهاق العمل ومتاعبه في الصناعة، أولي نتائجه والجوانب النفسية المتمثلة في حالات التعب والملل اللذين يؤديان إلي القلق النفسي شدة أو ضعف الضغط الواقع على الفرد، واثار تلك النتائج على التكيف في العمل والإنتاج، فإذا استفحل هذا الاحساس لدي العامل في عمله فسوف تكون النتائج التأثير على كمية الإنتاج أو نوعيته، او ساعات العمل مما يؤدي إلي تدهور صحة العامل الجسدية والنفسية الخاصة.(ماجد بهاء الدين السيد، 2008، ص24).

ويذكر ماجد بهاء الدين امثلة على انواع الضغوط وهي كما يلي:

1. الضغوط الانفعالية والنفسية (القلق، الاكتئاب، المخاوف المرضية).
2. الضغوط الاسرية بما فيها الصراعات الاسرية والانفصال، والطلاق، وتربية الاطفال.
3. الضغوط الاجتماعية كالتفاعل مع الاخرين، وكثرة اللقاءات أو قلتها، والاسراف في التزاور مع الحفلات.
4. ضغوط العمل كالصراعات مع الرؤساء، وضغوط الانتقال كالسفر والهجرة والاساءة في استخدام العقاقير والكحول.

تأثير الضغط النفسي:

ذكر حسن أن الضغوط لها تأثير على الرفاهية النفسية والصحية والعقلية للأفراد، حيث أن الضغوط يمكن أن تزيد في التوتر وتخفيف الرفاهية الشخصية، فهي ترتبط ارتباطاً إيجابياً بكل من الاكتئاب وضغط الدم وأمراض القلب، حيث تبين أن حوالي نصف الوفيات المبكرة في بريطانيا تعود إلي نمط الحياة التي يعيشها الأفراد وإلي الأمراض ذات العلاقة بالضغوط. (حسن، 2000،ص123).

يتصل الضغط النفسي بتأثيرات جسدية ونفسية تختلف من شخص لأخر ومن التأثيرات ما يلي:

1. تأثيرات على الجسد. 2- التأثيرات على الأفكار والاحاسيس. 3- تأثيرات في طريقة التصرف 4- ألم في الرأس 5- ألم في العضل 6- ألم في الصدر 7- عسر الهضم 8- انقباض في الحنك- نشفان في الحلق. 9- إسهال – امساك 10- اكتئاب 11- تقلب المزاج 12- استياء في العمل 13- تدني الإنتاج 14- عرق كثير في الجسم 15- زيادة في الوزن أو نقصان 16-مشاكل جلدية – فقدان الشعر والصلع

17- قلق التركيز/ كثرة النسيان/ التشويش 18- الانعزال والانسحاب10-فقدان السيطرة على الغضب 20-البكاء بكثرة (**www.alhiwah.info**).

تأثيرات معرفية لزيادة الضغوط:

- عدم القدرة على التركيز- تقل الاستجابة السريعة الحقيقية وقد تؤدي محاولات التعويض إلي قرارات متسرعة وخاطئة- يزداد معدل الخطأ- تدهور في القدرة على التنظيم والتخطيط بعيد المدي- عدم تحري الدقة والحقيقة، وتصبح الأفكار متداخلة وغير معقولة.

تأثيرات انفعالية لزيادة الضغوط:

- زيادة التوترات الطبيعية والنفسية حيث تقل القدرة على الاسترخاء- حدوث تغيرات في صفات الشخصية- تزيد مشاكل الشخصية حيث تتفاقم المشاكل المتواجدة مثل القلق- ظهور الاكتئاب وعدم المساعدة وشعور بعدم القدرة على التأثير.

تأثيرات سلوكية عامة لزيادة الضغوط:

- زيادة النسيان- انخفاض مستوي الطاقة وانحدارها من يوم لأخر بدون سبب واضح- الميل لالقاء اللوم على الغير- نقل المسئوليات على الآخرين- حل المشاكل لمستوي سطحي.

(ماجده بها الدين السيد عبيد، 2008، ص35)

نتائج ضغوط العمل:أن هنالك اعراض ونتائج لضغوط العمل بعض هذه النتائج يتعلق بالفرد نفسه وبعضها يتعلق بالمنظمة ومن أهم نتائج الضغوط المتعلقة بالفرد: ارتفاع ضغط الدم والعصبية والتوتر والارهاق الحاد المزمن، عدم القدرة على الاسترخاء، الافراط في تناول الكحول والدخان، مشاكل النوم والأرق والمواقف غير التعاونية، مشاعر ضعف التحمل، عدم الاستقرار العاطفي، مشاكل الهضم.

أما أهم النتائج التي تتركها ضغوط العمل على المنظمة فقد حددها:

1. عدم الثقة في القرارات 2-ازدياد التكاليف المالية 3-تدني مستوي الإنتاج 4-الغياب والتسيب الوظيفي 5-ارتفاع معدل الشكاوي وحوادث العمل.(دراسة سلطان ناصر سعود العريفي2007/2008م، ص28).

العلاقة بين الضغط والأداء:أن هنالك علاقة بين الضغط والأداء، فعندما يكون مستوي الضغط منخفضاً فإن إنتاج الأفراد يكون منخفضاً وعندما يكون مستوي الضغط معتدلاً فإن مستوي أداء الأفراد يكون أفضل ما يمكن، أما عندما يعاني الأفراد من مستوي ضغط مرتفع فإن مستوي الأداء يبدأ في الانخفاض وهذا يعني أن المستوي المتوسط في الضغط مطلوب أما المستوي المرتفع أو المتدني في الضغط فهو ما يجب علينا التصدي له ومحاولة السيطرة عليه.

ومع ذلك فإن هذه العلاقة قد تكون صادقة في بعض المواقف وغير صادقة في مواقف أخري، لأن العلاقة بين الضغط والأداء تعتبر أكثر تعقيداً ويرجع ذلك إلي أن هذه العلاقة تتأثر بمستوي صعوبة المهمة التي يقوم بها الفرد وكذلك بالفروق الفردية بين الأفراد، وطبيعة الموقف الذي يتعرض له الفرد ومستوي تدريب هؤلاء الأفراد على مواجهة الضغوط. (سلطان ناصر سعود العريفي، 2007-2008،ص 29).

الحكام والتحكيم في كرة القدم بالسودان :- قبل قيام الاتحاد السوداني (1936م) كان يتولي التحكيم في مباريات الفرق السودانية بعض مشجعي الكرة ممن لديهم فكرة ودارية لهذه المهمة نذكر منهم على سبيل المثال السيد/ عبد الماجد ابو بلل، وعند افتتاح دار الرياضة بأم درمان لم يكن هناك حكام مسجلون بالاتحاد، الأمر الذي دفع الاتحاد إلي الاستعانة ببعض الإنجليز ممن لهم خبرة عملية في هذا المجال ونذكر منهم أيضاً على سبيل المثال مستر لين (فهو مدرس بمصلحة المعارف) والذي تولي إدارة أول مباراة في دار الرياضة بأم درمان، وقد تطوع بعض السودانين للعمل كرجال خطوط للحكام الإنجليز نذكر منهم السادة/ محمد حاج الأمين ، شوقي الأسد، محمد حسن ابو كفه، وفي عام 1937م قامت أول مؤسسة للتحكيم (هيئة التحكيم) برئاسة المستر قرت (موظف أنجليزي بمصلحة المخازن والمهمات) وعضوية بعض المتطوعين السودانين، نذكر

منهم خضر زائد، جاد الله جبارة، وغيرهم، وكان التحكيم بمقتضي قانون الاتحاد آنذاك يأخذ شكلين:(الفاضل دراج، 2004م).

الشكل الأول: حكام اتحاد كرة القدم المسجلون وهؤلاء يتم تسجيلهم مركزياً في الخرطوم بعد اجتيازهم اختبار أو امتحان أو بالاتفاق مع اللجان التنفيذية المتخصصة، ويكون لهذه الفئة حق إدارة المباريات في اي جزء من أجزاء السودان.

الشكل الثاني: فأنهم (حسب التعريف) اشخاص مناسبون بخلاف الحكام المسجلين وتقوم اللجان التنفيذية المحلية بالمصادقة لهم للقيام بمهمة التحكيم في منطقتها في حالة تغيَّب أو عدم وجود الحكام المسجلين وبناءاً على الاختبارات التي أجريت للمتقدمين للتسجيل كحكام مركز بين الاتحاد.

ثم توالت الدفعات خلال الفترة التي اعقبت الاستقلال واستمرت حتي يومنا هذا وبتوسع كبير حيث تساهم الاقاليم باعداد كبيرة من الحكام حيث يصل عدد الجالسين كل عام إلي 425 حكم جديد .

جهاز الحكام

هيئة التحكيم:

بدأت هيئة شئون الحكام كما اسلفنا عام 1937م برئاسة المستر قرت لتتولي رعاية شئون الحكام بتعينهم لإدارة المباريات الخاصة بالاتحاد ومحاسبة الحكام، لم تكن صلة الاتحاد بهيئة الحكام في ذلك الوقت صلة اشرافية بقدر ما كانت صلة تعاون بين الجهازين ورغم أن الحكام كانوا يديرون مباريات الاتحاد دون مقابل، إلا أن الاتحاد كان يدفع منحه كبدل ترحيل في حالة المباريات البعيدة والتي لم تكن تتعدي في حقيقتها قيمة إيجار (عجلة بسكليت) لمدة ساعتين وقتها لم تكن تلك القيمة تتعدي العشرون مليماً.

لجنة التحكيم:

في عام 1951م تسلم السيد/ محمد ابو العلا رئاسة (لجنة التحكيم) بعد أن تم تغيير اسمها تبعاً للقانون الجديد وهذا تحت إشراف الاتحاد، ولقد جاء في المادة (13) من القوانين العامة لسنة 1951م مايلي:

(اللجنة التنفيذية في اي منطقة مسئولة عن إدارة شئون الحكام في مناطقها ويجوز للجنة التنفيذية أن تقيم لجنة فرعية خاصة لهذا الغرض).

إلا أن الحكام قابلوا هذا التعديل (بالإضراب) والذي انتقل من الخرطوم إلي الأقاليم وكان ذلك أول اضراب للحكام بالسودان، حاول الاتحاد الاستعانة بحكام متطوعين من غير المسجلين أو من غير الذين سبق أن جلسوا لامتحان التأهيل. إلا أن ذلك المسعي من جانب الاتحاد لم يكتب له النجاح ، مما اضطر معه الاتحاد للتراجع وتجميد مواد القانون الجديد الخاصة بالحكام.

حاول الاتحاد من جانبه أن يلتف حول مواد القانون التي جمدها، حيث بدأ سكرتير الاتحاد الإنجليزي يحضر اجتماعات لجنة التحكيم بصحبة بعض اعضاء المجلس.. وفي احياناً أخري كان يحضر تلك الاجتماعات اشخاص ليسوا اعضاء بمجلس إدارة الاتحاد إلا أنهم غالباً ما يكونون مبعوثين من قبل مدير المديرية والذين هو في ذات الوقت رئيس الاتحاد.

وكان المغزي من وراء ذلك أن يثبت الاتحاد للجنة التحكيم أنه لا زال يحتفظ بحقه في حضور اجتماعات لجنة التحكيم رغم أن القانون الذي يكفل للاتحاد ذلك الحق كان مجمداً، فطن الحكام لمرامي الاتحاد التي تهدف إلي ضرب الحكام مما صعد المواجهة بين الطرفين. ورغم تدخل بعض الأندية كوسيط لحل الخلاف القائم بين الجهازين، إلا أن الحكام وقد لاحت لهم بوادر السودنة فاستبشروا خيراً واصروا على موقفهم في مواجهة الاتحاد.

من جانبه انتهج الاتحاد سياسة المناورة والنفس الطويل والتحرك غير مباشر نحو الهدف فكان أن استجلب الاتحاد المستر (رأي) عام 1955م لعقد دورة تدريبية لتأهيل حكام جدد. وكان أن اوصي المستر (راي) بقيام جمعية عامة للحكام، غير أن الاتحاد رفض اقتراح المستر (راي). وجاء عام 1955م ليشهد

الاضراب الثاني للحكام والذي حدث نتيجة لمشادة كلامية بين سكرتير الاتحاد (السوداني) وسكرتير لجنة التحكيم نجم عنه في النهاية محاكمة الحكام المضربين.

اتحاد الحكام: في عام (1960) تعدل اسم لجنة التحكيم إلي (اتحاد الحكام) إلا أنه لم يحالفه التوفيق فقام الاتحاد بحله وتكونت بدلاً عنه (هيئة التحكيم المركزية) ولقد ضمِّن في النظام الأساسي للاتحاد العام لكرة القدم طريقة تكوينها، اختصاصاتها، اجتماعاتها، كما خول النظام الأساسي لمجلس إدارة الاتحاد العام لكرة القدم سلطة تعيين الضباط الثلاثة (الرئيس، السكرتير، وامين المال). وفي تلك المرحلة سعي الاتحاد العام لكرة القدم لرفع كفاءة الحكام والارتقاء بمستوي التحكيم وزيادة عدد الحكام العاملين فاستجلب مدربين لتأهيل الحكام، كما اوفد عدد من الحكام إلي الخارج على فترات، وكان من نتائج تلك السياسة أن اتيح للحكام السودانين المشاركة في سمنار الاتحاد الدولي لكرة القدم الذي أقيم بالخرطوم في اغسطس 1970م. جاء تعيين الحكم الدولي المتقاعد منولي ستراس في اكتوبر 1967م متفرغ للحكام تعبيراً عن الاصرار المتزايد للارتقاء بجهاز التحكيم والعاملين به، وفي خلال الفترة (اكتوبر 67- يوليو1969م) تمكن (منولي) من الطواف على معظم مناطق الاقاليم السودانية بما فيها الأقاليم الجنوبية (وكان ذلك لأول مرة) وكان برنامج الطوف يشتمل على القاء محاضرات نظرية وعملية في قانون اللعبة واساليب إدارة المباريات بجانب امتحان الحكام المستحقين، وقد اضاف لانجازاته في مجال التحكيم بقيامه بإجراء تنظيم دقيق في سجلات الحكام ورصد نشاطهم. في يوليو 1969م استقال منولي ستراس وتسلم مهمته السيد/ يوسف محمد، وفي عام 1977م تقدم السيد عبيد ابراهيم (اول حكم سوداني ينال الشارة الدولية) بمشروع سمي (الخطة الستينية) لتدريب وتأهيل الحكام لكل القطر والذي طبق جانباً منه بالإقاليم الجنوبية لبعض الوقت.

تكوين لجان تحكيم كرة القدم السودانية : وفقاً لما نصت عليه النظام الأساسي حول تكوين لجان التحكيم اصبحت هنالك لجنة تحكيم مركزية للحكام حسب نص المادة (69):

1. تكون للاتحاد العام لجنة مركزية للحكام تسمي (اللجنة المركزية للحكام).
2. يتم تكوين اللجنة المركزية للحكام كالآتي:
    1. رئيس وسكرتير أمين مال يختارهم مجلس الإدارة من بين الحكام الدوليين المتقاعدين.
    2. عضوان يختارهم مجلس الإدارة من بين أعضائه.
    3. رئيس وسكرتير اللجنة المحلية بالخرطوم.
    4. اربعة اعضاء يختارهم مجلس الإدارة من الحكام المتقاعدين الدوليين أو الأولي.

وتقع مهمة هذه اللجنة حسب المادة (70) في الإشراف العام على تأهيل الحكام وتدريبهم وترقيتهم وتساعد المركزية في ذلك لجان تحكيم محلية بالاتحادات المحلية (52 اتحاد) حسب نص المادة (121). (الاتحاد السوداني لكرة القدم، النظام الأساسي لسنة 2004م المعدل لسنة 2007م، ص21)

حسب نص المادة (133) من القواعد العامة فدرجات التحكيم تكون كما يلي:

- حكم تحت الاختبار وهو الشخص الذي اجتاز الامتحان التحريري للدرجة الثالثة وتم تسجيله كحكم تحت الاختبار.
- حكم الدرجة الثالثة وهو الحكم الذي مكث مدة لا تزيد عن ستة أشهر تحت الاختيار واعتمده الاتحاد العام حكماً بالدرجة الثالثة واستخرجت له شهادة بذلك.
- حكم الدرجة الثانية وهو حكم الدرجة الثالثة الذي ادار بكفاءة وجدارة المباريات وقضي مدة لا تقل عن عام كحكم عامل بالدرجة الثانية واعتمد الاتحاد نجاحه في امتحان الدرجة الأولي نظري وعملي.
- الحكم القومي هو حكم الدرجة الأولي الذي اعتمدته اللجنة المركزية كحكم قومي بناء على توصية اتحاد المحلي.
- الحكم الدولي هو الحكم القومي أو حكم الدرجة الأولي الذي استوفي الشروط المعتمدة في الاتحاد الدولي وملم قراءة وكتابة بلغة اجنبية واحدة على الأقل واي شروط اضافية يضعها مجلس الإدارة. (الاتحاد السوداني لكرة القدم، القواعد العامة ، تعديل 2007م).

الدراسات السابقة:

قام الدارس بإجراء مسح شامل للتعرف على الدراسات التي أجريت في مجال الضغط النفسي في المجال الرياضي، وسوف يستعرض الدارس الدراسات العربية التالية وفقاً لاهميتها وارتباطها بموضوع البحث.

الدراسات العربية:

1/ دراسة/ رمزي، رسمي جابر (السمات الانفعالية لحكام كرة القدم في فلسطين) مجلة العلوم والتقانة جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا مجلد 10، العدد5، نوفمبر 2009م ، ص161-164 ، هدفت الدراسة إلي التعرف على السمات الانفعالية لحكام كرة القدم في فلسطين. **تكونت عينة الدراسة:** حكام الساحة والحكام المساعدين المسجلين في الاتحاد الفلسطيني لكرة القدم.**أهم النتائج:**

أن السمات الانفعالية هي :

- الثقة في المرتبة الأولي- الضبط الذاتي في المرتبة الثانية- التحكم في التوتر المرتبة الثالثة- الإصرار في المرتبة الرابعة- المسئولية الشخصية المرتبة الخامسة- الرغبة في المرتبة السادسة- الحساسية في المرتبة السابعة.

2/ دراسة : زيادة الطحاينة، "مصادر الضغوط التي يتعرض لها حكام الألعاب الرياضية في الأردن وتجعلهم يتركون التحكيم" مجلة العلوم والتقانة، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، مجلد 10، العدد 5، نوفمبر 2009، ص166.

هدفت الدراسة إلي التعرف على مصادر الضغوط التي يتعرض لها حكام الألعاب الرياضية في الأردن والتي تجعلهم يتركون التحكيم ، إستخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي. نكونت عينة الدراسة: 117 حكم من الحكام عشوائياً.

أهم النتائج: أظهرت النتائج إلي وجود خمسة مصادر للضغوط وهي:

1. مخاوف الأداء 2- ضغوط الوقت 3- قلة التقدير والاحترام 4- الإهانة اللفظية 5- الخوف من الاعتداء البدني.

3/ صبري ابراهيم عمران، "مصادر الضغوط لدي حكام كرة اليد اليونانية" المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، جامعة حلوان، العدد 45 ،2008، ص 288، هدفت الدراسة الى: تحديد مصادر الضغط النفسي لحكام كرة اليد في اليونان ، المنهج المستخدم: المنهج الوصفي ، عينة الدراسة: حكام كرة اليد في اليونان.

أهم النتائج: اسفرت النتائج عن وجود أربع مصادر للضغط لدي حكام كرة اليد في اليونان وهي:

- الخوف من الإيذاء الجسدي- الصراع بين الأفراد - الخوف من الأداء الغير كفء- التعزيز.

4/ دراسة محمد بن سعد الدوسري (1427هـ-1428هـ) لنيل درجة الماجستير في التربية البدنية، جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا، "مصادر الضغوط النفسية وشدتها على حكام كرة القدم في وجهة نظرهم في المملكة العربية السعودية" ، تهدف الدراسة إلي التعرف على أراء حكام كرة القدم السعوديين فيما يلي: مصادرو درجة شدة الضغوط النفسية من وجهة نظر حكام كرة القدم السعوديين. استخدم المنهج الوصفي المسحي لملائمته طبيعة موضوع الدراسة ،

عينة الدراسة: اختيار 26 حكماً في كل درجة تحكيمية (دولي، اولي، ثانية، ثالثة) وسيكون مجموعة عينة البحث (104) حكماً.

الدراسات الاجنبية:

5/ دراسة(ريجينا Regina، 2006 الضغط السائد لدي حكام الألعاب الجماعية في المنشورات الصحفية المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، جامعة حلوان ، العدد54، 2006، ص288)

هدف الدراسة: هدفت الدراسة للتعرف على أسباب الضغوط التي يتعرض لها الحكام والتي تتناولها الصحف المنهج المستخدم المنهج الوصفي ، عينة الدراسة: حكام الهوكي في كندا.**أهم النتائج:** اسفرت اهم النتائج عن أن أهم عوامل الضغط لدي حكام الهوكي في كندا هي:

- التعرض للأيذاء الجسدي واللفظي من اللاعبين والجمهور.

6/ دراسة (ديفيد وديني 1999 "مصادر الضغط والإجهاد والرغبة في اعتزال التحكيم" المجلة العلمية، كلية التربية، جامعة حلوان، العدد 54 ، 2008، ص 289) هدفت الدراسة: التعرف على مصادر الإجهاد والضغط لدي حكام كرة اليد السلة باستراليا.المنهج المستخدم: المنهج الوصفي.عينة الدراسة: حكام كرة السلة باستراليا.

أهم النتائج: اسفرت أهم النتائج عن أن مصادر الإجهاد لدي حكام كرة السلة تتمثل في:

- مخاوف الأداء- نقص التقدير- الصراع بين الأفراد- ضغط الوقت- اصدار قرار تحكيمي خاطئ المواجهات العدوانية مع اللاعبين.

إجراءات البحث:

منهج البحث: إستخدم الباحثون المنهج الوصفي التحليلي.

مجتمع البحث: يشمل حكام الدوري الممتاز السوداني لموسم 2010م عددهم (89) حكماً.

عينة البحث: عينة مختارة بطريقة عشوائية من حكام الدوري الممتاز لكرة القدم، جدول رقم (1) و (2) و(3) يوضح تصنيف العين . **أدوات جمع البيانات:** الاستبانة ،

عرض النتائج ومناقشتها وتحليلها وتفسيرها :

عرض النتائج الخاصة بتساؤل البحث والذي ينص على:

- ما هي الضغوط النفسية على حكام الدورى الممتاز لكرة القدم بالسودان 2010م.
- استخدم الباحثان الميزان الثلاثي المكون من (اوافق- متردد – ارفض)

جدول رقم (1)

يوضح تقييم العينة لأسباب المصادر فى محور اللاعب كما تشير اليه التكرارات والنسبة المئوية

الرقم	العبارات	أوافق		متردد		أرفض	
		التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات	النسبة المئوية	ألتكرارت	النسبة المئوي
1.	يميل بعض الاعبين الى عدم إحترامى كحكم داخل الملعب	21	30%	2	2,9%	47	67,1%
2.	أشعر بعدم تقدير بعض اللاعبين للجهد الذى أبذلة كحكم فى المباراة	34	%48.6	5	7.1%	31	44,3%
3.	أشعر بعدم التزام بعض الاعبين بتعليماتى أثناء اللعب	30	42.9%	4	5.7%	36	51,4%
4.	يؤثر جهل بعض اللاعبين بالقوانين المنظمة للعبة فى تقبل تقديراتى	60	%85.7	-	-	10	14,3%
5.	أشعر بمحاولة بعض اللاعبين لكسب ودى حتى أنحاز اليهم	24	%34.3	6	8.6%	40	57,1%
6.	أشعر بأن بعض اللاعبين يتعمدون إثارتى وغضبى أثناء اللعب	28	40%	3	4.3%	39	55,7%
7.	أشعر بنظرة عدائية فى بعض الاعبين ضد بعض الحكام	50	71.4%	1	1.4%	19	27,1%
8.	أشعر بتشاؤم بعض اللاعبين من تحكيمى لهم	18	25.7%	5	7.1%	47	67,1%
9.	الاحظ أن قلة من اللاعبين هم الذين يهنئوننى بعد اداء المباراة	52	74.3%	5	7.1%	13	18,6%
10.	الاحظ إعتراض بعض اللعبين على قراراتى أثناء اللعب دون مبرر	47	67.3%	4	5.7%	19	27,1%

يلاحظ من الجدول جدول رقم (4) أن اعلى النسب باوافق تحصلت عليها العبارات (4 ، 9 ، 7 ، 10) وبنسب (85.7%، 85.7% ، 74.3% ، 71.4% ، 67.3%) عليه اشارت النتائج إلي أن أهم مصادر الضغوط النفسية على الحكام فى محور اللاعب هي كما يلي:

- جهل اللاعبين بالقوانين المنظمة للعبة وكانت النسبة المئوية 85.7%.
- عدم تهنئة اللاعبين للحكام عقب المباراة وكانت النسبة المئوية 74.3%.
- النظرة العدائية من بعض اللاعبين ضد بعض الحكام وكانت النسبة المئوية 71.4%.
- اعتراض بعض اللاعبين علي قرارات الحكام اثناء اللعب دون مبرر وكانت النسبة المئوية 67.3% .

جدول رقم (2)

يوضح تقييم العينة لأسباب المصادر فى المحور الإدارى كما تشير اليه التكرارات والنسبة المئوية

الرقم	العبارات	أوافق		متردد		أرفض	
		التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات	النسبة المئوية		النسبة المئوية
.1	أشعر بعدم التقدير المادى فى إدارة الإتحاد العام	53	75,7%	2	2,9%	15	21,4%
.2	أشعر بتدخل بعض الإداريين فى صميم عملى الفنى	18	25,7%	1	1,4%	51	72,9%
.3	أتعرض لإغراءات مختلفة من وقت لاخر	8	11,4%	2	2,9%	60	85,7%
.4	أشعر بان إدارة الإتحاد ترفض الإستجابة لبعض مطالب الحكام	59	84.3%	2	2.9%	9	12,8%
.5	أشعر كحكم بعدم وجود الحماية الكافية أثناء وبعد إدارتى للمباراة	40	57.1%	11	15,7%	19	27,1%
.6	اللجان المسئولة لاتمنح الحكم الثقة الكافية ليقوم بدوره	33	47.1%	6	8,6%	31	44,3%
.7	صداقة بعض الإداريين لبعض الحكام تؤثر على أدائهم كحكام	44	62.9%	2	2.9%	24	34.2%
.8	أتعرض أحيانا للتهديد والوعيد من بعض إدارى الأندية	13	18.6%	3	4,3%	54	77,1%
.9	ميول بعض الحكام لبعض الفرق يؤثر سلباً على أدائهم	37	52.9%	6	8,6%	27	38,5%
.10	أشعر بان بعض الإداريين يعتبرون حيدتى كحكم تجاملاً على فرقهم	35	50%	4	5,7%	31	44,3%

يلاحظ من الجدول جدول رقم (5) أن اعلى النسب باوافق تحصلت عليها العبارات (4 ، 1 ، 7 ، 5) وبنسب (84.3%.75.7%، 74.3% ، 62.9%، 57.1%.) عليه اشارت النتائج إلي أن أهم مصادر الضغوط النفسية على الحكام فى **المحور الإدارى** هي كما يلي:

- رفض الإدارة الاستجابة لبعض مطالب الحكام وكانت النسبة المئوية 84.3%.
- عدم التقدير المادي في الإدارة وكانت النسبة المئوية 75.7%.
- صداقة بعض الإداريين لبعض الحكام تؤثر على أدائهم كحكام وكانت النسبة المئوية 62.9%.
- عدم وجود الحماية الكافية اثناء وبعد إدارة المباراة وكانت النسبة المئوية 57.1%. جدول رقم (5).

جدول رقم (3)

يوضح تقييم العينة لأسباب المصادر فى محور وسائل الإعلام كما تشير اليه التكرارات والنسبة المئوية

الرقم	العبارات	أوافق		متردد		أرفض	
		التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات	النسبة المئوية
.1	إتماء الإعلامى يؤثر على انتقاده لأدائى كحكم	51	72,9%	4	5.7%	15	21,4%
.2	اشعر أن بعض وسائل الإعلام تعمل على تضخيم اخطائى	53	75.7%	2	2,9%	15	21,4%
.3	اشعر بتحيز بعض الإعلاميين ضدى حتى إن كان أدائى مميزاً	43	61.4%	3	4,3%	24	34,3%
.4	أشعر بتجاهل بعض وسائل الإعلام ذكر الحكم عند تفوقه	62	88.6%	–	–	8	11,4%
.5	بعض الإعلاميين يحملن كحكم كأفة أسباب الهزيمة	57	81,4%	4	5,7%	9	12,9%
.6	أشعر بعدم إهتمام وسائل الإعلام بوجهة النظر القانونية فى بعض الحالات	58	82.9%	4	5.7%	8	11,4%
.7	جهل بعض الإداريين بروح القانون التى تخول للحكم التصرف فى بعض الحالات	65	92.9%	–	–	5	7.1%
.8	أشعر بعدم مساعدة بعض وسائل الإعلام فى تصرفاتى فى المباريات الحساسة	56	80%	4	5,7%	10	14,3%
.9	أشعر بتوتر اكثر بسبب كثرة الكتابة عنى قبل المباراة	16	22,9%	2	2,9%	52	74,2%
.10	عدم إلمام بعض الإعلاميين الإلمام التام بالقوانين المنظمة للعبة	67	95.7%	1	1.4	2	2,9%

يلاحظ من الجدول جدول رقم (6) أن اعلى النسب باوافق تحصلت عليها العبارات (10 ، 7 ، 4 ، 6 ، 2 ، 3) وبنسب (95.7%.92.9%.88.6%.، 82.9%.75.7%.، 61.4%. عليه اشارت النتائج إلي أن أهم مصادر الضغوط النفسية على الحكام فى محور وسائل الإعلام هي كما يلي:

- عدم إلمام بعض الإعلاميين الإلمام التام بالقوانين المنظمة للعبة وكانت النسبة المئوية 95.7%.
- جهل بعض الإعلاميين بروح القانون التى تخول للحكم التصرف فى بعض الحالات وكانت النسبة المئوية 92.9%.
- تجاهل بعض وسائل الإعلام ذكر الحكم عند تفوقه بنسبة مئوية 88.6%.
- عدم إهتمام وسائل الإعلام بوجهة النظر القانونية فى بعض الحالات بنسبة مئوية 82.9%.
- بعض وسائل الإعلام تعمل على تضخيم اخطائى بنسبة مئوية 75.7%.
- تحيز بعض الإعلاميين ضدى حتى إن كان أدائى مميزاً بنسبة مئوية 61.4%.

جدول رقم (4)

يوضح تقييم العينة لأسباب المصادر فى محور الحكم كما تشير اليه التكرارات والنسبة المئوية

الرقم	العبارات	أوافق		متردد		أرفض	
		التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات	النسبة المئوية
.1	أشعر بحساسية زائدة تجاه النقد الموجه من الاخرين	17	24,3%	1	1,4%	52	74,3%
.2	المشاكل والصراعات وسط الحكام تؤثر سلباً على ادائى	19	27.1%	3	4,3%	48	68,4%
.3	أشعر بعدم قدرتى على تحقيق المزيد من الإنجازات فى مجال التحكيم	5	7.1%	1	1.4	64	91,4%
.4	لا أهتم بالاعداد البدنى والنفسى والمعرفى بشكل سليم	5	7,1%	2	2,9%	63	90%
.5	ميولى الرياضية تؤثر سلباً على أدائى	4	5,7%	3	4,3%	63	90%
.6	فقدان الثقة بينى وبين بعض مساعدى الحكام يشكل عائقاً لى اثناء اللعب	30	42.9%	3	4,3%	37	52,8%
.7	صفات العصبية والدكتاتورية والإنفعالية لدى بعض الحكام تؤثر على اداء بعض الحكام	54	77.1%	8	11,4%	8	11,4%
.8	لا استطيع التخلص من مشاكلى الخاصة داخل الملعب مما يؤثر على ادائى	9	12.9%	2	2,9%	59	84,2%
.9	أشعر بالخوف عند إخطارى لإدارة بعض المباريات	3	4,3%	4	5,7%	63	90%
.10	عدم وضعى فى التخصص الذى أميل اليه (حكم – حكم مساعد) يحول دونى والإبداع	38	54,3%	3	4,3%	29	41,4%

يلاحظ من الجدول جدول رقم (7) أن اعلى النسب باوافق تحصلت عليها العبارات (7 ، 10) وبنسب (77.1% ، 54.3%) عليه اشارت النتائج إلي أن أهم مصادر الضغوط النفسية على الحكام فى **محور الحكم** هي كما يلي:

- صفات العصبية والدكتاتورية والإنفعالية لدى بعض الحكام بنسبة مئوية 77.1%
- عدم وضع الحكم فى التخصص الذى يميل اليه (حكم – حكم مساعد) يحول دون ابداع الحكم بنسبة مئوية 54.3%

جدول رقم (5)

يوضح تقييم العينة لأسباب المصادر فى محور الجمهور كما تشير اليه التكرارات والنسبة المئوية

الرقم	العبارات	أوافق		متردد		أرفض	
		التكرارت	النسبة المئوية	التكرارات	النسبة المئوية	التكرارات	النسبة المئوية
.1	ميل بعض المتعصبين فى الجمهور الإعتداء الحسدى على الحكم	43	61.4%	4	5,7%	23	32,9%
.2	الإعتداء اللفظى من الجمهور يؤثر على ادائى	8	11,4%	4	5,7%	58	82,9%
.3	الهتافات الجماهيرية الجماعية العدائية التى لاتستطيع الشرطة ايقافها تزيد التوتر والإضطراب لى كحكم	11	15.7%	4	5,7%	55	78,6%
.4	ضعف الوعى الثقافى لدى معظم الجمهور	52	74,3%	2	2,9%	16	22,8%
.5	التعصب الاعمى لدى جمهور الاندية الكبيرة يؤثر فى ادائى	8	11.4%	4	5,7%	58	82,9%
.6	دخول بعض الجمهور الملعب بعد إنتهاء بعض المباريات يؤثر على حياة الحكم وادائه	47	67.1%	5	7,1%	18	25,7%
.7	قذف الجمهور الملعب بالحجارة وماشابهها يؤثر على ادائى كحكم	21	30%	7	10%	42	60%
.8	عدم وجود الردع الازم لسلوكيات بعض الجمهور اثناء المباريات يساعد فى التاثير على ادائى كحكم	28	40%	4	5,7%	38	54,3%
.9	عدم استعداد الإستادات لتحمل الاعداد الكبيرة فى بعض المباريات الجماهيرة يساعد فى إنفعال الجمهور على الحكم	36	51.4%	4	5,7%	30	42,9%
.10	عدم خروج الجمهور بعد المباراة يعطل خروج الحكم فى الملعب مما يجعل الحكم غير مطمئن	44	62.9%	9	12.9%	17	24.2%

يلاحظ من الجدول جدول رقم (8) أن اعلى النسب باوافق تحصلت عليها العبارات (4 ، 6 ، 10 ، 1 ، 9) وبنسب (74.3%، 67.1%. ، 62.9%. ، 61.4%.، 51.4%) عليه اشارت النتائج إلي أن أهم مصادر الضغوط النفسية على الحكام فى محور الجمهور هي كما يلي:

- ضعف الوعى الثقافى لدى معظم الجمهور بنسبة مئوية 74.3%.
- دخول بعض الجماهير الملعب بعد إنتهاء بعض المباريات يؤثر على حياة الحكم وادائه بنسبة مئوية 67.1%.
- عدم خروج الجمهور بعد المباراة يعطل خروج الحكم فى الملعب مما يجعل الحكم غير مطمئن بنسئة مئوية 62.9%.
- ميل بعض المتعصبين من الجمهور الى الإعتداء الجسدى على الحكم، بنسبة مئوية 61.4%.
- عدم استعداد الإستادات لتحمل الاعداد الكبيرة فى بعض المباريات الجماهيرة يساعد فى إنفعال الجمهور على الحكم بنسبة مئوية 51.4%.

مناقشة النتائج:

بالرجوع إلي النتائج نجد أنها اظهرت نسب متفاوتة من حيث تقييم العينة لها وهي توضح أن هنالك فعلاً ضغوط نفسية تقع على الحكام اثناء وبعد أدارتهم للمباريات الأمر الذي يصعب من مهمتهم ونجد أن محور الجمهور ووسئل الإعلام من أكثر المحاور المسببة لهذه الضغوط ثم تليها بقية المحاور.

ويتضح من خلال ما سبق أن المحارو الخمسة (اللاعب- الإدارة – الإعلام – الحكم – الجمهور) من حيث علاقتهم بالتحكيم تشكل ضغوطاً على الحكام اثناء إدارة المباريات ، ومن أهم مصادر الضغوط النفسية التى تقع على الحكم وفقا لإجابات العينة هى :-.

- عدم إلمام بعض الإعلاميين الإلمام التام بالقوانين المنظمة للعبة وكانت النسبة المئوية 95.7%.
- جهل بعض الإعلاميين بروح القانون التى تخول للحكم التصرف فى بعض الحالات وكانت النسبة المئوية 92.9%.
- جهل اللاعبين بالقوانين المنظمة للعبة وكانت النسبة المئوية 85.7%.
- رفض الإدارة الاستجابة لبعض مطالب الحكام وكانت النسبة المئوية 84.3%.
- صفات العصبية والدكتاتورية والإنفعالية لدى بعض الحكام بنسبة مئوية 77.1%
- ضعف الوعى الثقافى لدى معظم الجمهور بنسبة مئوية 74.3%.
- عدم تهنئة اللاعبين للحكام عقب المباراة وكانت النسبة المئوية 74.3%.
- عدم وضع الحكم فى التخصص الذى يميل اليه (حكم – حكم مساعد) يحول دون ابداع الحكم بنسبة مئوية 54.3% .

ويمكن تفسير هذه النتائج في ضوء الدراسات والبحوث السابقة التي تناولت الضغوط المهنية وضغوط العمل من حيث مستوياتها ومصادرها واساليب مواجهتها، حيث اظهرت نتائج بعض هذه الدراسات وجود مستويات متفاوته بين الضغوط التي يواجهها حكام بعض الألعاب وذلك حسب مصادر واسباب هذه الضغوط أما نتائج هذا البحث فقد وضحت مصادر الضغوط النفسية التي تواجه الحكام ويعزي الباحث هذه النتائج إلي القوانين الرياضية، وقانون الصحافة السارية الآن. وحسب علم الباحث فإن الحكم لا ينال الاهتمام الكافي من قبل المسئولين على اعتبار انه ليس له جسم للدفاع عنه. كما أن الباحث يري أن هذه الدراسة اعطت نتائج معقولة حيث أنها تتم لأول مرة داخل البيئة السودانية.

اتفقت بعض نتائج هذا البحث مع بعض النتائج التي توصلت إليها بعض الدراسات السابقة مثل دراسة زيادة الطمئانية(2009) ودراسة رجيينا (2006) ودراسة صبري ابراهيم عمران (2008) والتي اكدت على أن الجمهور، اللاعبين والإعلام يساعد في الضغوط النفسية لدي الحكام. ويري الباحث أن هنالك بعض الأسباب لم توجد في الدراسات السابقة الأمر الذي جعل الباحث يضعها من اسباب الضغوط النفسية على حكام كرة القدم بالسودان.

ويمكن القول أن الحكم لابد أن يواجه ضغوط من مصادر أو جوانب مختلفة، إلا أن مستويات هذه الضغوط بطبيعتها تكون مختلفة وربما يكون هنالك تباين حول جوانب هذه الضغوط ولكن تبقي الحقيقة، وهي أن الحكم يواجه ضغوط غير مقبولة. يري الباحث أن تحديد اهمية جوانب هذه الضغوط يعتمد على البحث والدراسة، وهذا ما توصلت إليه نتائج الدراسة الحالية من حيث اسباب الضغوط النفسية على حكام كرة القدم بالسودان.

المراجع :

1. الفاضل دراج (2004م) الحركة الرياضية في السودان، شخصيات وأحداث، دار الاصالة، الخرطوم، ط1 .
2. اسامة كامل راتب (2004م) تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، ط2،
3. ماجده بهاء الدين السيوعيي (2008) الضغط النفسي ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية، ط1.

المجلات:

4. (رمزي رسمي جابر (2009) السمات الانفعالية لحكام كرة القدم في فلسطين، مجلة العلوم والتقانة، جامعة السودان، المجلد 10.
5. (الاتحاد السوداني لكرة القدم، القواعد العامة ، تعديل 2007م)..

الرسائل الجامعية:

6. سلطان ناصر سعود العريقي (2007/2008) دراسة لنيل درجة الدكتوراه، الضغوط المهنية التي توجه معلم التربية البدنية في المدارس الحكومية في مدينة الرياض.

الانترنت :

7. (طنجور، محمد اسماعيل (2001) الضغوط النفسية عند الأطفال ،
8. http://arabpsynet.com/Journals/jac/jac.7.htm#CONTENTS
9. (الرواشدة، 2006، ص136).
10. دافيدون، 1983،ص78).
11. مارتنز martens 1990
12. أثر برنامج إرشادي نفسي لإدارة الضغوط النفسية معرفياً لدى لاعبي كرة القدم

https://www.google.com/?gws_rd=

11- فيجلي وماكوبين(figley and mccubir,1983)
http://www.iasj.net/iasj?func=fulltext&aId=62008
12- جميل،1988، http://www.ahewar.org/debat/show.art.asp?aid=296299

المراجع الاجنبية:

1. Federation inter national de football association fifa statutes august 2010 edition.
2. federation international de foot ball association, regulations on the organisation of refereeing in fifa membes associations
3. (www. Toubibconline.com).
4. (www. Alhiwan.into.com).