



تاريخ الاستقبال: 2020/02/04

تاريخ القبول: 2020/02/28

تاريخ النشر: 2020/03/05

## دور الاعلام في الضغط النفسي على حكام كرة القدم بالسودان The role of the media in the psychological pressure on Sudanese football referees

<sup>1</sup> جامعة النيلين (السودان)، awadyasien@gmail.com

عوض يس احمد محمود<sup>1</sup>

عثمان اسماعيل اندلي<sup>2</sup>

عبد الرحمن محمد احمد<sup>3</sup>

### الملخص

هدفت الدراسة إلى التعرف على الضغط النفسي الاعلامي على حكام كرة القدم في الدوري الممتاز السوداني ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها (70) حكماً موزعين كالاتي: (12) حكماً دولياً، (58) حكماً قومياً ، استخدم الباحث المنهج الوصفي ، واداة جمع البيانات كانت استبانة. توصلت الدراسة إلى أن: .  
عدم إلمام بعض الإعلاميين بالإمام التام بالقوانين المنظمة للعبة .  
جهل بعض الإعلاميين بروح القانون التي تخول للحكم التصرف في بعض الحالات .  
الاعلام يعمل علي توتر الحكام.  
الكلمات المفتاحية: الحكم ، الدوري الممتاز ، القوانين واللوائح ، الضغط النفسي.

### Abstract

*The study aimed to identify the causes of stress on the football referees in the super League Sudan , 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 sport media  
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

**Keywords :** arbitrator, the Premier League, laws and regulations, psychological pressure.

\* عوض يس احمد محمود awadyasien@gmail.com

## مقدمة

ولكن في النهاية فان هذه الضغوط قد تضطر بعض الحكام للوقوع فريسة لها وقد يضطر الحكم لتترك مجال التحكيم والذين يواصلون التحكيم لا يمكنهم ان يؤدوا دورهم المطلوب حسب القوانين المنظمه للعبة , وبالتالي يؤدي ذلك الا اخفاقهم في اداء مهمتهم وهذه الاخفاقات قد تؤثر سلبا على قراراتهم اثناء اللعب وكثيرا ما تؤثر لدرجة كبيرة في نتائج المباريات , هذا الامر دفع الباحثان لتناول موضوع الضغط النفسي علي حكام كرة القدم في الدوري الممتاز السوداني خاصة الضغط الاعلامي الذي يؤثر علي الحكام والاداريين واللاعبين والجمهور مما يمثل ذلك ضغطا نفسيا كبيرا علي الحكام .

**هدف البحث :** التعرف علي دور الاعلام في الضغوط النفسية على حكام الدوري الممتاز لكرة القدم السوداني

**اسئلة البحث :** ما الضغوط النفسية الاعلامية على حكام الدوري الممتاز لكرة القدم السوداني؟

## الإطار النظري

عاش الإنسان منذ بداية الكون باحثاً عن الاستقرار والأمان، جارباً وراء الراحة التي تعطيه الانزان، فمنذ تلك الأزمنة وهو ينشد الطمأنينة له ولابنائه فهو يسعى 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.

تعتبر رياضة كرة القدم اللعبة الشعبية الأولى في العالم وهي كذلك في جذب انتباه معظم الجمهور الرياضي، لما فيها من متعة في الأداء ومتعة في المتابعة. ويسعى 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 ولحفاظة 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 يلزم 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 يتعد نهائياً، ولذلك تفقد البلاد كثيراً من الكوادر في مثل هذه الحالات.

## مشكلة البحث

الباحث عمل لفترة طويلة في مجال كرة القدم عامة ومجال تحكيم كرة القدم بصفة خاصة , ومن خلال العمل الفني والاداري , سواء في الاتحاد العام او المحلي او اللجان الخاصه بالحكام , لاحظنا ان كل الحكام دون استثناء يتعرضون لضغوط نفسية قبل , اثناء وبعد المباريات وان هذه الضغوط قد تجد المقاومة من بعضهم حسب الفروق الفردية للسّمات الشخصية لكل حكم ,

الأعراض تتزامن مع التعرض لموقف ضاغط، وهو استجابة غير محددة في الجسم نحو متطلبات البيئة مثل التغيير في الأسرة أو فقدان العمل أو الرحيل والتي تضع الفرد تحت الضغط النفسي.

وعرف الضغط النفسي بأنه 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 والفسيوولوجية والجسمية لذي 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

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، ويرى 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 والآخر، 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، ص20-19).

### 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 ( سيلبي selye نقلاً ماجده بهاء الدين السيد، 2008، ص 11) إلي أن الضغط عبارة عن مجموعة من

هذا ويميز الباحثون كذلك بين اعراض القلق الجسدي somatic anxiety والقلق المعرفي cognitive ويعني القلق الجسدي 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 1990 martens 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 الأخرى، ويعد العامل المشترك في جميع أنواع الضغوط الأخرى مثل الضغوط الاجتماعية، وضغوط العمل (المهنية)، والضغوط الاقتصادية، والضغوط الاسرية، والضغوط الدراسية، والضغوط العاطفية.

أن القاسم المشترك الذي يجمع كل الضغوط هو الجانب النفسي ففي الضغوط الناجمة عن ارهاق العمل ومتاعبه في الصناعة، أولي نتائجها 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:  
الضغوط الانفعالية والنفسية (القلق، الاكتئاب، المخاوف المرضية).

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 ومتهللاً. 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 وامكانياته 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.

### 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).

على التنظيم والتخطيط بعيد المدى- عدم تحري الدقة والحقيقة، وتصبح الأفكار متداخلة وغير معقولة.

تأثيرات انفعالية لزيادة الضغوط:

زيادة التوترات الطبيعية والنفسية حيث تقل القدرة على الاسترخاء- حدوث تغييرات 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 مستوى الطاقة وانحدارها من يوم لأخر بدون سبب واضح- الميل للقاء 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:

عدم الثقة في القرارات-ازدياد التكاليف المالية-تدني مستوى الإنتاج-الغياب والتسبب الوظيفي-ارتفاع معدل الشكاوي وحوادث العمل.(دراسة سلطان ناصر سعود العريفي2007/2008م، ص28).

العلاقة بين الضغط والأداء

أن هنالك علاقة بين الضغط والأداء، فعندما يكون مستوى الضغط منخفضاً فإن إنتاج الأفراد يكون منخفضاً وعندما يكون مستوى الضغط معتدلاً فإن

الضغوط الاسرية بما فيها الصراعات الاسرية والانفصال، والطلاق، وتربية الاطفال.

الضغوط الاجتماعية كالتفاعل مع الآخرين، وكثرة اللقاءات أو قلقتها، والاسراف في التزاور مع الحفلات. 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:

تأثيرات على الجسد. - التأثيرات على الأفكار والاحاسيس. - تأثيرات في طريقة التصرف - ألم في الرأس - ألم في العضل - ألم في الصدر- عسر الهضم - انقباض في الحنك- نشفان في الحلق- إسهال - امسك - اكتئاب - تقلب المزاج - استياء في العمل - تدني الإنتاج - عرق كثير في الجسم - زيادة في الوزن أو نقصان -مشاكل جلدية - فقدان الشعر والصلع - قلق التركيز- كثرة النسيان- التشويش - الانعزال والانسحاب-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

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 كفاء- التعزيز.

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 آراء حكام كرة القدم السعوديين فيما يلي: مصادر 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.

دراسة (ريجينا 2006 ، Regina 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 للإيذاء الجسدي واللفظي من اللاعبين والجمهور. دراسة (ديفيد وديني 1999 "مصادر الضغط والإجهاد والرغبة في اعتزال التحكيم" المجلة العلمية ، كلية التربية، جامعة حلوان، العدد 54 ، 2008، ص 289) هدفت

مستوي أداء الأفراد يكون أفضل ما يمكن، أما عندما يعاني الأفراد من مستوى ضغط مرتفع فإن مستوى الأداء يبدأ في الانخفاض وهذا يعني أن المستوى المتوسط في الضغط مطلوب أما المستوى 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 أخرى، 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).

دراسة : زيادة الطحانية، "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، ص 166.

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:

مخاوف الأداء - ضغوط الوقت - قلة التقدير والاحترام - الإهانة اللفظية - الخوف من الاعتداء البدني.

صبري ابراهيم عمران، "مصادر الضغوط لدي حكام كرة اليد اليونانية" المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، جامعة حلوان، العدد 45، 2008، ص 288، هدفت الدراسة الي: تحديد مصادر الضغط النفسي لحكام كرة

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 الدوري الممتاز لكرة القدم بالسودان 2010م. استخدم الباحثان الميزان الثلاثي المكون من (وافق- متردد -أرفض).

جدول رقم ( 1 ) يوضح تقييم العينة لأسباب المصادر في محور وسائل الإعلام كما تشير اليه التكرارات والنسب المئوية

الرقم	العبارات	أوافق		متردد		أرفض	
		تكرارات	نسبة مئوية	تكرارات	نسبة مئوية	تكرارات	نسبة مئوية
1.	إنتماء 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 مميّزاً	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 يصفون الحكم 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 بالإمام التام بالقوانين المنظمة للعبة	67	95,7%	1	1,4%	2	2,9%

عدم إلمام بعض الإعلاميين بالإمام 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%.

الدراسة: التعرف على مصادر الإجهاد والضغط لدى حكام كرة اليد السلة باستراليا. المنهج المستخدم: المنهج الوصفي. عينة الدراسة: حكام كرة السلة باستراليا. أهم النتائج: اسفرت أهم النتائج عن أن مصادر الإجهاد لدى 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.

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:

(الاتحاد السوداني لكرة القدم، القواعد العامة ، تعديل  
2007م)..

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

(طنجور، محمد اسماعيل (2001) الضغوط النفسية عند الأطفال ،  
<http://arabpsynet.com/Journals/jac/jac.7.htm#CONTENTS>

#### TS

(الرواشدة، 2006، ص136).

دافيدون، 1983، ص78).

مارتنز 1990 martens

أثر برنامج إرشادي نفسي لإدارة الضغوط النفسية معرفياً لدى لاعبي كرة  
القدم

[=https://www.google.com/?gws\\_rd](https://www.google.com/?gws_rd)

فيجلي وماكوبين (figley and mccubir, 1983)

<http://www.iasj.net/iasj?func=fulltext&aId=62008>

جميل، 1988،

<http://www.ahewar.org/debat/show.art.asp?aid=296299>

Federation inter national de football association fifa  
statutes august 2010 edition.

federation international de foot ball association,  
regulations on the organisation of refereeing in fifa  
membres associations

(www. Toubibconline.com).

(www. Alhiwan.into.com).

عدم إهتمام وسائل الإعلام بوجهة النظر القانونية في  
بعض الحالات بنسبة مئوية 82.9%.

بعض وسائل الإعلام تعمل على تضخيم أخطأى بنسبة  
مئوية 75.7%.

تحيز بعض الإعلاميين ضدى حتى إن كان أدائى مميزاً  
بنسبة مئوية 61.4%.

نتائج التي توصلت إليها بعض الدراسات السابقة مثل  
دراسة زيادة الطمئانية (2009) ودراسة رجبينا (2006)  
ودراسة صبري ابراهيم عمران (2008) والتي اكدت على  
أن الجمهور، اللاعبين والإعلام يساعد في الضغوط  
النفسية لدي الحكام. ويرى 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 تبقى الحقيقة، وهي أن  
الحكم يواجه ضغوط غير مقبولة. يرى 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

- الفاضل دراج (2004 م) الحركة الرياضية في السودان،  
شخصيات وأحداث، دار الاصاله، الخرطوم، ط1 .  
اسامة كامل راتب (2004 م) تدريب المهارات النفسية في  
المجال الرياضي، دار الفكر العربي، القاهرة، ط2،  
ماجده بهاء الدين السيوعي (2008) الضغط النفسي  
ومشكلاته وأثره على الصحة النفسية، ط1.  
(رمزي رسمي جابر (2009) السمات الانفعالية لحكام كرة  
القدم في فلسطين، مجلة العلوم والتقانة، جامعة  
السودان، المجلد 10.