



التوازن النفسي وعلاقته ببعض القدرات العقلية لدى حكام الدرجة الاولى بكرة القدم

[Sportteacher05@qu.edu.iq](mailto:Sportteacher05@qu.edu.iq)

م. م. مهند فاضل عبد السادة

[Sportteacher07@qu.edu.iq](mailto:Sportteacher07@qu.edu.iq)

م. د. بسام صاحب عبد الامير

[ali.raad.ismael@qu.edu.iq](mailto:ali.raad.ismael@qu.edu.iq)

م. م. علي رعد اسماعيل

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة القادسية

تاريخ استلام البحث: ٢٠٢٥/١١/٢٨

تاريخ قبول البحث: ٢٠٢٥/١٢/٢٨

الكلمات المفتاحية: التوازن العقلي - الانتباه المنقسم / المسح البصري

ملخص البحث :

المجال المكاني : ملاعب تمارين الحكام في محافظاتهم.

كما تضمن منهجية البحث وإجراءاته الميدانية أذ استخدم الباحثون المنهج الوصفي وتطرق الى عينة البحث وهم حكام الفرات الاوسط في الدوري العراقي الممتاز وتطرق الى الادوات المستخدمة في البحث والمقياس المستخدم والوسائل الاحصائية. ومن ثم تم عرض ومناقشة نتائج البحث إذ تم عرض النتائج على شكل جداول ومن ثم مناقشتها . كما أحتوى البحث على الاستنتاجات والتوصيات وكانت أهمها :

١- يتمتع حكام كرة القدم أفراد العينة بمستوى جيد من التوازن النفسي، مما يعكس قدرتهم على ضبط الانفعالات والتعامل مع الضغوط النفسية المصاحبة لإدارة المباريات.

تضمن البحث المقدمة وأهمية البحث : وتم التطرق فيها الى أهمية التوازن العقلي في مجال أداء الحكام بكرة القدم . أما مشكلة البحث فكانت التعرف على مدى مستوى التوازن العقلي وكيفية تأثيره في بعض القدرات العقلية . أما اهداف البحث فكانت هي :

١- التوازن النفسي وعلاقته في مستوى الانتباه المنقسم لدى حكام كرة القدم.

٢- التوازن النفسي وعلاقته في مستوى المسح البصري لدى حكام كرة القدم.

٣- بناء وتقنين مقياس التوازن النفسي لحكام كرة القدم في الفرات الاوسط.

أما مجالات البحث فتضمنت المجال البشري : حكام الدرجة الاولى في الفرات الاوسط أما المجال الزماني فكان من ٢٠٢٤/٨/١ الى ٢٠٢٥/١/١٠ أما

## Psychological balance and its relationship to some mental abilities among first-division football referees

### Abstract

The research included the introduction and the importance of the study, where it addressed the significance of mental balance in the performance of football referees. The research problem was to identify the level of mental balance and how it affects certain mental abilities. The objectives of the research were:

- 1- Psychological balance and its relationship with attention levels in the performance of football referees.
- 2- Psychological balance and its relationship with the visual field in the performance of football referees.
- 3- Developing and standardizing a measure of psychological balance for football referees in the Middle Euphrates region.

The research areas included the human scope: first-grade referees in the Middle Euphrates; the time frame: from 1/10/2025 to 1/2/2026; and the spatial scope: referees' training fields in their governorates.

The research methodology and field procedures were also included, as the researcher used the descriptive method and addressed the research sample, which comprised referees of the Middle Euphrates in the Iraqi Premier League, and covered the tools used in the research, the applied scale, and the statistical methods.

٢- أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباط موجبة ودالة إحصائية بين التوازن النفسي والانتباه المنقسم بنوعيه السمعي والبصري، مما يدل على أن الاستقرار النفسي يسهم في تحسين قدرة الحكام على توزيع انتباههم بين المثيرات المختلفة أثناء المباراة.

٣- تبين أن علاقة التوازن النفسي بالانتباه المنقسم البصري كانت أقوى مقارنة بالانتباه المنقسم السمعي، وهو ما يؤكد أهمية الكفاءة البصرية في عملية اتخاذ القرار التحكيمي.

٤- كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباط موجبة ذات دلالة إحصائية بين التوازن النفسي ومتغير المسح البصري لكل من العين اليسرى واليمنى، مما يشير إلى أن التوازن النفسي يسهم بدرجة محدودة ولكن مؤثرة في تحسين كفاءة المسح البصري لدى الحكام التوصيات

١- ضرورة إدماج الإعداد النفسي ضمن برامج تأهيل وتدريب حكام كرة القدم، لما له من دور فاعل في تعزيز التوازن النفسي وتحسين كفاءة الانتباه المنقسم والمسح البصري.

٢- الاهتمام بتنفيذ برامج تدريبية متخصصة لتنمية مهارات الانتباه المنقسم (السمعي والبصري) لدى حكام كرة القدم، بما يسهم في تحسين القدرة على متابعة المواقع التحكيمية المتعددة أثناء المباريات.

٣- اعتماد تدريبات عملية تهدف إلى تطوير المسح البصري وسرعة انتقال النظر، باستخدام وسائل حديثة مثل تقنيات تتبع العين أو المواقع التحكيمية المصورة



- 1- It is necessary to integrate psychological preparation into the training and rehabilitation programs for football referees, due to its effective role in enhancing psychological balance and improving the efficiency of divided attention and visual scanning.
- 2- Focus on implementing specialized training programs to develop divided attention skills (auditory and visual) for football referees, which contributes to improving the ability to follow multiple refereeing situations during matches.
- 3- Adopt practical exercises aimed at developing visual scanning and rapid eye Movement, using modern tools such as eye-tracking technology or recorded refereeing scenarios

**Keywords: Mental balance - Divided attention / Visual scanning**

#### ١- المقدمة :

تُعدّ مهمة حكم كرة القدم من أكثر المهام الرياضية تعقيدًا وحساسية، حيث تتطلب قدرات بدنية وذهنية عالية، إضافة إلى التوازن النفسي الذي يُعدّ حجر الزاوية في اتخاذ القرارات السليمة تحت الضغط. ففي لحظات حاسمة، يواجه الحكم مواقف تتطلب منه سرعة البديهة والهدوء لإدارة المباراة بنجاح، بعيدًا عن التأثير بالانفعالات السلبية كالغضب، أو القلق، أو الضغط الجماهيري وهذا يأتي من مستوى التوازن النفسي وقدرته على مواجهة هذه الضغوط، ومن هنا

The research results were then presented and discussed, with the results displayed in tables followed by discussion. The study also included conclusions and recommendations, the most important of which were

Conclusions:

1- The football referees in the sample have a good level of psychological balance, reflecting their ability to control emotions and handle the psychological pressures associated with managing matches.

2- The study results showed a statistically significant positive correlation between psychological balance and divided attention in both its auditory and visual forms, indicating that psychological stability contributes to improving referees' ability to distribute their attention among different stimuli during the match.

3- It was found that the relationship between psychological balance and visual divided attention was stronger compared to auditory divided attention, which confirms the importance of visual efficiency in the refereeing decision-making process.

4- The results revealed a statistically significant positive correlation between psychological balance and the variable of visual scanning for both the left and right eyes, indicating that psychological balance contributes to a limited but significant extent in improving efficiency Recommendations



بابل / النجف / ديوانية ) وقد بلغت العينة (٨٢) حكم وقد تم أستبعاد ( ١٠ ) حكام لغرض إجراء التجربة الاستطلاعية و(٧٢) حكماً لعينة التجربة الرئيسية وفق الجدول رقم (١) يبين كل محافظة وعدد حكامها .

### جدول (١)

يبين عدد الحكام لكل محافظة

عدد الحكام	المحافظة
١٩	كربلاء
٢٠	النجف
٢١	بابل
٢٢	الديوانية

### ٣-٣ المتغيرات المدروسة :

#### ٣-٣-١ التوازن النفسي :

يعرف على أنه حالة من الاستقرار العاطفي والذهني تسمح للفرد بالتعامل بفعالية مع ضغوط الحياة والمواقف الصعبة دون فقدان السيطرة على مشاعره وسلوكياته (٣:٧٨)

#### ٣-٣-٢ الانتباه (١٤٢ : ٣)

هو العملية العقلية أو المعرفية التي توجه وعي الفرد نحو الموضوعات المدركة. أو هو العملية التي يتم بها توجيه أدراننا للمعلومات كي تصبح في متناول الحواس.

تكمّن أهمية البحث في معرفة العلاقة بين التوازن النفسي وبين بعض المتغيرات النفسية لغرض معرفة نوعية العلاقة بينها.

### ٢- الغرض من الدراسة :

معرفة العلاقة بين التوازن النفسي وبعض المتغيرات النفسية ( الانتباه المنقسم ، المسح البصري ) لدى حكام كرة القدم.

### ٣- إجراءات البحث الميدانية :

#### ٣-١ منهج البحث :

ترتبط عملية اختيار العينة ارتباطاً وثيقاً بطبيعة البحث ومجتمع البحث التي تؤخذ العينة منه كونها (العينة): "ذلك الجزء من المجتمع الذي يجري اختياره على وفق قواعد واصل علمية بحيث تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً" (١ : ص ٦٤) . فطبيعة المشكلة هي التي تحدد المنهج المستخدم ، لذا فإن اختيار الباحثون لمنهج البحث المستخدم يعد من الخطوات المهمة التي يترتب عليها نجاح البحث ولهذا فرضت المشكلة على الباحثون استخدام المنهج الوصفي بالإسلوب المسحي لبناء المقياس، إذ " يعد المسح واحداً من الاساليب الأساسية في البحوث الوصفية " (٢ : ص ٢٠٣) . و اسلوب العلاقات الارتباطية لاستخراج نتائج البحث

### ٣-٢ مجتمع البحث وعينته :

تكون مجتمع البحث من حكام الدرجة الاولى العاملين في الدوري العراقي الممتاز بكرة القدم للموسم ٢٠٢٤ - ٢٠٢٥ من الفرات الاوسط وهم حكام (كربلاء /

نغمة تتكرر مرتين متتاليتين ويوضح الشكل (٧) الاختبار المنقسم



٣-٤-١-٢ التطبيق ومدة الاختبار :

يبدأ الفحص بتمرين ومن اجل اجتيازه بنجاح على المفحوص ان يتفاعل مع المنبهات السمعية والبصرية ذات الصلة ، بعدها يبدأ الاختبار الفعلي ، كما على المفحوص ملاحظة الشكل المعروض على الشاشة والذي يتكون من خمس دوائر مع فتحات في المواقف المتغيرة عندما تكون الدائرة مغلقة ، والضغط على زر موافق بشكل متزامن وتعرض الإشارات الصوتية عالية ومنخفضة بالتناوب ، وعندما تصدر نفس النغمة مرتين على التوالي عندها فقط الاستجابة برد فعل بالنقر على (موافق).

٣-٤-١-٣ مدة الاختبار :

يستغرق الاختبار مدة ( ٣ ) دقائق عدا مرحلة التمرين.

٣-٤-١-٤ تحليل البيانات: DATA ANALYSIS

يتم احتساب نوعين من القيم الزائفة :

١-القيمة الزائفة للانتباه السمعي المنقسم :وتحتسب بالقيمة القياسية لعدد ردود الأفعال ، الاغفال (OMISSIONS) والمقصود بها عدد الإجابات المفقودة للمنبهات السمعية والزوجية المتطابقة ،

٣-٣-٣ المسح البصري (٤ : ١٢٥)

هو قدرة الفرد على فحص المجال البصري بصورة منظمة وسريعة من خلال الانتقال المستمر لحركات العين بغرض هو قدرة الفرد على فحص المجال البصري بصورة منظمة وسريعة من خلال الانتقال المستمر لحركات العين بغرض إدراك اكبر عدد ممكن من المثيرات ذات الصلة بالأداء الرياضي.

٣-٤-١ الاختبارات المستخدمة :

٣-٤-١-٣ اختبار الانتباه المنقسم : GEAT

DIVIDED ATTENTION (٥ : ٢٩)

٣-٤-١-١ وصف الاختبار :

يمثل هذا الاختبار عملية الانتباه المنقسم بدقة حيث تم تصميمه بدرجة عالية من الصدق وفيه يتوجب على المفحوص الاستجابة لمنبهات سمعية وبصرية بطريقة موازية متمثلة بمهام وهي :

- المهمة البصرية VISUAL TASK : في

هذا الجزء من المهام يظهر على الشاشة مربع يحوي

٥ دوائر جميعها بفتحة من احد الجوانب المحيطة

وقد تتغير مواقع الفتحات الا ان الدوائر لا تتغير

وعلى المفحوص النقر والقيام برد فعل في لوحة

المفاتيح عندما تعرض ضمن المربع احد الدوائر

الخمسة بشكل مغلق ،المهمة السمعية AUDITIVE

TASK : يسمع المفحوص صوتين متزامنة عالية

ومنخفضة مع ظهور الدوائر وعليه القيام برد فعل

بأسرع وقت ممكن مجرد سماع الصوت على شكل

في احد العناصر، كما تقل سهولة التمييز بين المنبهات المستهدفة وغير المستهدفة وتقل سهولة تمييز المنبهات المستهدفة عن غير المستهدفة، من الوضع المتوازي الى وضع البحث التسلسلي، يتكون كل وضع للمنبهات من خمس مهام وبكثافة متزايدة حسب المهام.

٣-٤-٢-٣ مدة الاختبار

يستغرق القياس ١٢ دقيقة .

عرض القيم القياسية الشاملة Overall view  
standard values

في وحدة المسح البصري، يتم حساب قيم نوعين من الاداء ويتم تقديمها على اساس الرتب المئوية وعلى اساس العينة المعيارية وهما:

- ◆ البحث الموازي parallel search: معدل قيمة متوسط وقت رد الفعل للمهام (2-5)، فقط على رد الفعل الصحيح في المحاولات المستهدفة،
- ◆ البحث الرقمي serial search: معدل قيمة متوسط وقت رد الفعل للمهام (7-10)، فقط على رد الفعل الصحيح في المحاولات المستهدفة، حيث تشير القيمة التائية في الشكل (٢٣)، بان الدرجة (٦٠) واكثر تعد اعلى من المتوسط في معدل الاداء بينما تكون درجة (٤٠) فما دون هي دون المعدل في الاداء.

٣-٤-٢-٤ مراحل تنفيذ الاختبار

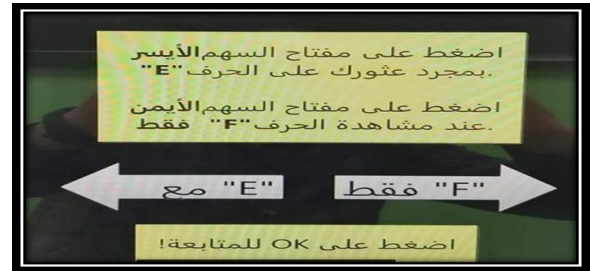
١- يتكون هذا الاختبار من (١٠) مهام واجب المفحوص فيها هو البحث عن الحرف ( E )

-القيمة الزائفة للانتباه البصري المنقسم : هي عدد مرات الاغفال البصري ، أي عدد التفاعلات المفقودة لمنبه بصري ذي صلة.

٣-٤-٢-٣ اختبار المسح البصري: ( ٥ : ٦٨ )

٣-٤-٢-١ تعليمات الاختبار Instruction

"يسبق التنفيذ الفعلي مهمة تمرين تتكون من(10) عناصر، ويعرض كل عنصر منبه اما "E" او "F" تتلخص مهمة المفحوص في البحث عن الحرف "E"



على الشاشة والاستجابة بشكل مناسب بالضغط على مفتاح السهم الايسر والايمن لممارسة وقت رد فعل المفحوص غير ذات صلة اما اذا ضغط المفحوص على مفتاح السهم غير الصحيح تظهر كلمة غير صحيح على الشاشة ،

وفي حالة ارتكاب اخطاء اثناء التمرين، بالإمكان تكرار التمرين، وفي حالة عدم تكرار التمرين، يبدأ الاختبار ولا يتلقى أي رسائل تنبيه لعنصر غير صحيح.

٣-٤-٢-٢- التنفيذ ومدة الاختبار

بعد اكمال التمرين بنجاح، يبدأ الاختبار بمجموعة المهام التي تتطلب وضع البحث الموازي فقط، وتزداد صعوبة المهام مع زيادة كثافة المنبهات المستخدمة

٣-٥ إجراءات بناء المقياس  
٣-٥-١ تحديد الظاهرة المدروسة :  
يهدف البحث الحالي الى بناء وتقنين مقياس التوازن النفسي لحكام الدرجة الاولى لكرة القدم في الفرات الاوسط.

٣-٥-٢ تحديد الغرض من الدراسة  
أن الغرض من البحث الحالي هو بناء وتقنين مقياس التوازن النفسي لحكام الدرجة الاولى في الفرات الاوسط.

٣ - ٥ - ٣ تحديد الجانب النظري للمقياس  
٣-٥-٣-١ نظرية ريتشاردسون وآخرين (٦) :  
( ١٢٢

حيث أن الفكرة الاساسية لهذه النظرية هي فكرة التوازن النفسي ، وتسمح بأن يتكيف الجسم والعقل والروح مع الحياة التي يعيشها الفرد ، كما يمكن أن يتأثر أو يقل هذا التوازن عن طريق الضغوط والاحداث السلبية وظروف الحياة المختلفة ، كما تتأثر قدرة الفرد على التكيف والمواجهة بقدرته على الصمود أمام تلك الاحداث .

٣-٥-٣-٢ التعريف الاجرائي :  
هو قدرة الحكم على تكيف وإنسجام الجوانب النفسية لديه مع أحداث المباراة وكيفية التعامل معها بما يضمن المسير بالمباراة الى بر الامان .

٣-٥-٤ تحديد فقرات المقياس  
حددت فقرات مقياس التوازن النفسي ب (١٩) فقرة وفقاً للنظرية المتبناة والتعريف الاجرائي واتبعت

والحرف ( F ) وتكون هذه المهام متدرجة الصعوبة ،

٢- في المهام الأولى لاختبار المسح البصري يكون الحرف ( E ) باللون الأحمر اما الحرف ( F ) فيكون باللون الأخضر ،

٣- بمجرد عثورك على الحرف ( E ) اضغط على مفتاح السهم الايسر واضغط على مفتاح السهم الأيمن عند مشاهدة الحرف ( F ) فقط حيث سيتحقق الفحص من مدى سرعتك في مسح الشاشة لذلك ينبغي عليك التركيز على التقاطع الأزرق الموجود في منتصف الشاشة ،

٤- لحظة اختفاء التقاطع الأزرق ينبغي مسح الشاشة في اسرع ما يمكن للبحث عن الحرف ( E )

٥- مع التقدم بالمهام تتدرج الصعوبة وتزداد العملية تعقيد لمتلى الشاشة بالمنبهات وتتشابه الألوان وعلى المفحوص التركيز والبحث بأسرع ما يمكن عن الهدف المطلوب ،

في حال شعور اللاعب المفحوص بإجهاد نتيجة التركيز فيمكن إعطائه فترة راحة بين المهام لمدة دقيقتين.

٣-٤-٣ مقياس التوازن النفسي : لعدم وجود مقياس مناسب لمشكلة البحث وضمن النظرية التي يتبناها الباحثون قام ببناء مقياس للتوازن النفسي (ملحق رقم ١)

## جدول رقم (٢)

قيمة مربع كاي لفقرات مقياس التوازن النفسي

الفقرة	رأي الخبراء		قيمة كا المحسوبة	الدلالة
	تصلح	لا تصلح		
١	١٣	٢	٨	معنوي
٢	١٥	٠	١٥	معنوي
٣	١٣	٢	٨	معنوي
٤	١٥	٠	١٥	معنوي
٥	١٥	٠	١٥	معنوي
٦	١٥	٠	١٥	معنوي
٧	١٤	١	١١	معنوي
٨	١٥	٠	١٥	معنوي
٩	١٥	٠	١٥	معنوي
١٠	١٣	٢	٨	معنوي
١١	١٣	٢	٨	معنوي
١٢	١٥	٠	١٥	معنوي
١٣	١٥	٠	١٥	معنوي
١٤	١٥	٠	١٥	معنوي
١٥	١٣	٢	٨	معنوي
١٦	١٥	٠	١٥	معنوي
١٧	١٤	١	١١	معنوي
١٨	١٥	٠	١٥	معنوي
١٩	١٣	٢	٨	معنوي

من خلال الجدول (٢) يتبين لنا قيمة مربع (كا) كانت في جميع الفقرات معنوية وجميعها أكبر من القيمة الجدولية البالغة (٣,٨٤) ، وهذا يدل على ان

الفقرات سلم البدائل الخماسي(تنطبق علي دائماً / تنطبق علي غالباً / تنطبق علي أحياناً / تنطبق علي نادراً / لا تنطبق علي أبداً ) ، اتبعت بميزان (١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ ، ٥ ) على التوالي على إن تكون الدرجة العظمى للمقياس (٩٥) درجة .

### ٢-٦ التجربة الاستطلاعية

من اجل ضمان وضوح فقرات المقياس للحكام بكرة القدم وللتعرف على الوقت الذي تستغرقه اجاباتهم فضلا عن التعرف على ظروف تطبيق المقياس ، تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مؤلفة من (١٠) حكام اختيروا بالطريقة العشوائية للمدة من ٢٠٢٤/١٠/٥ - ٢٠٢٥/١/٢ ، اتضح نتيجة التجربة إن فقرات المقياس واضحة ولم يواجه الباحثون صعوبات مع العينة الاستطلاعية ، وتبين ايضا إن الوقت الذي استغرق في الاجابة تراوح بين (٥ - ١٥ ) دقيقة أي بوسط حسابي (٥ ، ٧) دقيقة .

### ٣-٧ صلاحية فقرات المقياس

عرض الباحثون المقياس بشكله الاولي على الخبراء والمختصين في مجال علم النفس وعددهم (١٥) خبير للتعرف على صلاحية فقرات المقياس باستخدام استبيان يحتوي على اثنين من الاختيارات (تصلح ) ، (لا تصلح ) ، وبعد جمع الاستمارات استخرج الباحثون قيمة مربع كاي لكل فقرة للتعرف على الفقرات التي تصلح لاستخدامها في مقياس التوازن النفسي

### جدول رقم (٣)

#### يبين القدرة التمييزية لل فقرات

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة السفلى		القيمة المحسوبة	الدلالة
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
1	4.94	0.24	4.39	0.64	-4.70	0.00
2	2.97	0.86	2.69	0.99	-1.22	0.11
3	3.82	0.51	2.97	0.90	-4.77	0.00
4	3.82	0.57	3.25	0.95	-2.99	0.00
5	3.76	0.60	2.89	0.87	-4.79	0.00
6	4.94	0.24	4.17	0.83	-5.15	0.00
7	4.03	0.57	3.58	0.92	-2.38	0.01
8	4.03	0.57	3.53	0.96	-2.61	0.01
9	4.94	0.24	4.19	0.91	-4.59	0.00
10	4.94	0.24	4.19	0.74	-5.55	0.00
11	3.76	0.60	2.89	0.87	-4.79	0.00
12	3.12	0.90	2.69	0.94	-1.90	0.03
13	3.21	0.90	2.72	1.02	-2.07	0.02
14	3.26	0.88	2.53	0.99	-3.24	0.00
15	3.15	0.84	2.44	0.83	-3.46	0.00
16	2.91	0.95	2.58	1.01	-1.38	0.09
17	3.29	0.82	2.58	0.98	-3.22	0.00
18	3.09	0.89	2.69	0.97	-1.75	0.04
19	3.15	0.88	2.72	0.96	-1.90	0.03

### ٣-٩ الاتساق الداخلي :

إذ تم إيجاد علاقة كل فقرة بالمقياس من خلال إيجاد معامل الارتباط لكل فقرة بالمجال والغرض من ذلك هو معرفة هل هذه الفقرات معبرة عن هذا المجال أي أنها تمثل جانباً من جوانب هذا المجال وكما يتبين في الجدول (٤).

### جدول ( ٤ )

جميع فقرات المقياس تصلح لقياس ما وضعت لاجله ، اي لقياس التوازن النفسي لحكام الدرجة الاولى بكرة القدم.

### ٣-٨ القدرة التمييزية :

لتحديد إمكانية قبول أو رفض الفقرة في ضوء معامل تمييزها وضع ( إيبيل ) كما ذكر محمد السيد علي(٦: ص٢٩٧) مجموعة قواعد بعد إجراء العديد من الدراسات وهي :

٨- إذا كان معامل التمييز اكبر من ٠,٤٠ ، فان الفقرة تعتبر ذات تمييز عالي وممتاز .

٢- إذا كان معامل التمييز بين ( ٠,٣٠ - ٠,٣٩ ) فان الفقرة تعتبر ذات تمييز جيد .

٣- إذا كان معامل التمييز بين ( ٠,٢٠ - ٠,٢٩ ) فان الفقرة تعتبر ذات تمييز جيد إلى حد ما ( فقرات حدية تحتاج إلى تحسين) .

٤- إذا كان معامل التمييز اقل من ٠,١٩ فان الفقرة ضعيفة وينصح بحذفها .

لذلك قام الباحثون بتطبيق مقياس التوازن النفسي على عينة البناء من حكام كرة القدم في الفترات الاوسط البالغ عددهم (٧٢) حكماً و ذلك بتاريخ ٢٥ / ١ / ٢٠٢٥ و ذلك لتحقيق القوة التمييزية لعبارات المقياس و قد توصل الباحثون للنتائج كما يتضح في الجدول رقم (٣) .

### يبين علاقة الفقرات بالمقياس

أستخدم الباحثون طريقة ألفا لقياس مدى ثبات المقياس حيث كانت قيمة الفا كرونباخ في البحث الحالي هي = 0.75 .

٣- ١٢ تقنين المقياس :

٣- ١٢- ١ استخراج المستويات للمجالات المدروسة :

بعد إستخراج الوزن النسبي لكل فقرة من فقرات المقياس تم إيجاد المستويات من خلال إيجاد طول الفئة وذلك بطرح أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها الحكم من اقل درجة يمكن أن يحصل عليها الحكم مقسومة على عدد المستويات ، وبعد ذلك جمع اقل درجة يمكن أن يحصل عليها الحكم في المجال بطول الفئة يمكن استخراج الفئة الأقل .

### جدول ( ٥ )

#### المستويات

المستوى	الفئة		لعدد	نسبة
	من	الى		
ضعيف	9.00	1.20		.63 %
متوسط	1.21	3.41	6	2.54
جيد	3.42	5.62	6	6.62
جيد جداً	5.63	7.83	8	5.35
ممتاز	7.83	0.03		.86

٣- ١٣ إجراء التجربة الرئيسية

رقم الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	رقم الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة
1	0.62	معنوي	11	0.67	معنوي
2	0.27	معنوي	12	0.41	معنوي
3	0.62	معنوي	13	0.26	معنوي
4	0.46	معنوي	14	0.48	معنوي
5	0.67	معنوي	15	0.38	معنوي
6	0.57	معنوي	16	0.29	معنوي
7	0.46	معنوي	17	0.38	معنوي
8	0.49	معنوي	18	0.40	معنوي
9	0.50	معنوي	19	0.32	معنوي
10	0.60	معنوي	19	0.32	معنوي

### ٣- ١٠ الصدق :

أستخدم الباحثون صدق المحتوى ، إذ يعتمد هذا النوع من الصدق على فحص جوهر المقياس فحصاً دقيقاً ، و يعني ذلك مدى جودة تمثيل جوهر المقياس لفئة من المواقف التي يقيسها ، فيعد المقياس صادقاً إذا مثلت تقسيماته تمثيلاً سليماً ، وقد قام الباحثون بعرض المقياس المستخدم في البحث على مجموعة من الخبراء عن طريق إستبيان تضمن اختياريين (يصلح) و (لايصلح) ، وبعد جمع الاستمارات أستخرج الباحثون قيمة مربع كاي لكل فقرة ، وكما يتضح في الجدول (٢) .

٣- ١١ الثبات : الفا

القيمة الجدولية البالغة (0.232) مما يعني أن هناك ارتباطاً معنوياً بينهما.

#### ٤-١-٢ مناقشة نتائج الارتباط بين التوازن النفسي والانتباه السمعي البصري :

أظهرت نتائج جدول (٦) وجود علاقة ارتباط موجبة ذات دلالة إحصائية بين التوازن النفسي وكل من الانتباه المنقسم السمعي والانتباه المنقسم البصري لدى حكام كرة القدم، إذ بلغت قيم معاملات الارتباط المحسوبة (٠,٦١) و(٠,٦٥) على التوالي، وهي أعلى من القيمة الجدولية البالغة (٠,٢٣٢)، مما يدل على وجود ارتباط معنوي بين المتغيرات المدروسة.

"وتعكس هذه النتائج أن الحكام الذين يتمتعون بمستوى عالٍ من التوازن النفسي تكون لديهم قدرة أفضل على توزيع انتباههم بين المثيرات المتعددة أثناء إدارة المباراة، سواء كانت مثيرات بصرية كحركات اللاعبين وتمركزهم، أو مثيرات سمعية كأصوات اللاعبين والجمهور وصفارة الحكم المساعد. ويؤكد Weinberg & Gould (2019) أن الاستقرار النفسي يُعد من أهم المتطلبات النفسية للحكم الرياضي، لما له من دور في الحفاظ على التركيز والانتباه في المواقف الضاغطة." (٧ : ١٢٢)

" كما تشير المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية إلى أن أفراد العينة يتمتعون بمستوى مناسب من التوازن النفسي، وهو ما ينسجم مع ما أشار إليه أسامة كامل راتب (٢٠٠٠) من أن التوازن النفسي

تم إجراء التجربة الرئيسية من المدة ٢٦ الى ٢٩ /١٢/٢٠٢٤ في الملاعب الخاصة لتدريب الحكام في محافظات الفرات الاوسط وهي (٤) محافظات (نجف / كربلاء / بابل / ديوانية ) وقد تم شرح طبيعة عمل البحث للحكام وطريقة الاجابة على المقياس وتم توزيع المقياس على عينة البحث بالتعاون مع لجان الحكام الفرعية في تلك المحافظات .

#### ٤-١ عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

#### ٤-١-١ عرض وتحليل علاقة الارتباط التوازن النفسي مع الانتباه المنقسم ( السمعي / البصري )

#### جدول ( ٦ )

#### يبين نتائج علاقة الارتباط بين التوازن

#### النفسي والانتباه السمعي البصري

المتغيرات	التوازن النفسي		قيمة ر المحسوبة	القيمة الجدولية	الدلالة
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي			
الانتباه المنقسم	السمعي	الوسط الحسابي	0.61	0.232	معنوي
		الانحراف المعياري			
البصري	السمعي	الوسط الحسابي	0.65	0.232	معنوي
		الانحراف المعياري			

يتضح من خلال الجدول (٦) قيمة الارتباط لمتغير الانتباه السمعي قد بلغت ( 0.61 ) وهي اكبر من القيمة الجدولية والبالغة (0.232) مما يعني أن هناك ارتباطاً معنوياً بينهما، أما قيمة الارتباط لمتغير الانتباه البصري قد بلغت ( 0.6 ) وهي أكبر من

التعامل مع الضغوط الجماهيرية والإعلامية دون أن يؤثر ذلك سلباً على مستوى تركيزه". (١٠ : ٧٨)

وبناءً على ما سبق، يمكن القول إن التوازن النفسي يُعد من المتغيرات النفسية الأساسية المؤثرة في كفاءة الانتباه المنقسم السمعي والبصري لدى حكام كرة القدم، وأن تدميته تسهم في تحسين مستوى الأداء التحكيمي ودقة اتخاذ القرار أثناء المباريات.

٤-٢-١ عرض وتحليل علاقة ارتباط التوازن النفسي مع متغير المسح البصري

### جدول (٧)

يبين نتائج علاقة الارتباط بين التوازن

### النفسي والمسح البصري

الدالة	القيمة الجدولية	قيمة ر المحسوبة	التوازن النفسي		المتغيرات			
			الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الوسط الحسابي	معدل العين اليسار	معدل العين اليمنى	محيط الرويا
معذ وي	0.232	0.25	6.11	64.66	393.92	الوسط الحسابي	معدل العين اليسار	محيط الرويا
معذ وي					49.42	الانحراف المعياري		
معذ وي	0.28	0.28	6.11	64.66	386.97	الوسط الحسابي	معدل العين اليمنى	محيط الرويا
معذ وي					48.57	الانحراف المعياري		

تُظهر نتائج جدول (٧) وجود علاقة ارتباط موجبة ودالة إحصائية بين التوازن النفسي ومتغير المسح البصري (معدل العين اليسرى واليمنى) لدى حكام كرة القدم، حيث بلغت قيم معامل الارتباط (٠,٢٥) للعين اليسرى و(٠,٢٨) للعين اليمنى، وهي قيم تفوق القيمة الجدولية البالغة (٠,٢٣٢)، مما يشير إلى تحقق الدلالة الإحصائية عند مستوى (٠,٠٥).

وتدل هذه النتائج على أن تحسن مستوى التوازن النفسي لدى الحكام يرتبط بارتفاع كفاءة المسح

يساعد الحكم على التحكم في الانفعالات والضغوط النفسية المصاحبة للمنافسات الرياضية، الأمر الذي ينعكس إيجاباً على كفاءة العمليات العقلية، ولاسيما الانتباه واتخاذ القرار". (٨ : ٩٠) وفيما يتعلق بالانتباه المنقسم، فقد أظهرت النتائج أن قوة العلاقة مع الانتباه البصري كانت أعلى من الانتباه السمعي، وهو ما يمكن تفسيره بطبيعة مهام التحكيم في كرة القدم، التي تعتمد بدرجة كبيرة على المتابعة البصرية المستمرة للأحداث داخل الملعب، مثل مراقبة الأخطاء، وتحديد التسلل، وتقييم الاحتكاكات البدنية. ويتفق ذلك مع ما توصل إليه (Abernethy 1993) من أن كفاءة الانتباه البصري تُعد عنصراً أساسياً في الأنشطة الرياضية المفتوحة التي تتسم بسرعة التغير وتعدد المثيرات". (٩ : ١٦٥) " كما يدعم هذا التفسير ما ذكره محمد حسن علاوي (١٩٩٨) من أن القلق والانفعال الزائد لدى الحكم يؤديان إلى تضيق مجال الانتباه وضعف القدرة على توزيعه، في حين يسهم التوازن النفسي في توسيع مجال الانتباه وتحسين دقته، مما يساعد الحكم على اتخاذ قرارات صحيحة في الوقت المناسب". (٤ : ٨٥) " وتتفق نتائج هذه الدراسة مع ما أشار إليه (Nideffer 1976) من أن التحكم في الحالة النفسية يساعد الأفراد على اختيار نمط الانتباه المناسب لمتطلبات الموقف، وهو ما يُعد ضرورياً لحكام كرة القدم الذين يواجهون مواقف متغيرة وسريعة تتطلب انتقالاً مرناً بين أنماط الانتباه المختلفة. كما يؤكد وجيه محجوب (٢٠٠٢) أن الاستقرار النفسي يسهم في تعزيز قدرة الحكم على

أبو العلا (٢٠٠٣) عند حديثه عن تكامل الوظائف النفسية-العصبية في الأداء الرياضي". (١٢ : ٦٥) ومن جانب آخر، فإن طبيعة مهام كرة القدم، التي تتطلب التحرك المستمر، وتغيير زوايا الرؤية، والمتابعة الدقيقة للأحداث، تجعل من التوازن النفسي عاملاً مساعداً في تنظيم الانتباه البصري وتوجيهه نحو المثيرات الأكثر أهمية، وهو ما يفسر وجود علاقة ارتباط دالة - وإن كانت متوسطة - بين المتغيرين محل الدراسة.

وبذلك تؤكد نتائج هذه الدراسة أن التوازن النفسي لا يقل أهمية عن الإعداد البدني والمهاري لحكام كرة القدم، بل يمثل قاعدة أساسية لتحسين كفاءة المسح البصري، ودقة القرارات التحكيمية داخل الملعب.

#### ٥- الاستنتاجات والتوصيات

##### ٥-١ الاستنتاجات

١- يتمتع حكام كرة القدم أفراد العينة بمستوى جيد من التوازن النفسي، مما يعكس قدرتهم على ضبط الانفعالات والتعامل مع الضغوط النفسية المصاحبة لإدارة المباريات.

٢- أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباط موجبة ودالة إحصائية بين التوازن النفسي والانتباه المنقسم بنوعيه السمعي والبصري، مما يدل على أن الاستقرار النفسي يسهم في تحسين قدرة الحكام على توزيع انتباههم بين المثيرات المختلفة أثناء المباراة.

٣- تبين أن علاقة التوازن النفسي بالانتباه المنقسم البصري كانت أقوى مقارنة بالانتباه المنقسم السمعي،

البصري، وهو ما يُعد عنصراً حاسماً في الأداء التحكيمي، إذ يتطلب التحكيم في كرة القدم قدرة عالية على توزيع الانتباه البصري، ومتابعة تحركات اللاعبين، والكرة، ومجريات اللعب في وقت واحد، فضلاً عن اتخاذ قرارات فورية ودقيقة تحت ضغط المنافسة والجمهور.

"ويعزى هذا الارتباط إلى أن الحكم الذي يتمتع بتوازن نفسي جيد يكون أكثر قدرة على التحكم بالانفعالات، والحفاظ على التركيز الذهني، وتقليل التشتت، مما ينعكس إيجاباً على حركات العين وسرعة الانتقال البصري بين المثيرات المختلفة داخل الملعب. وهذا ما أكده علاوي (١٩٩٨) الذي أشار إلى أن الاستقرار النفسي يُعد من أهم محددات كفاءة العمليات الإدراكية والانتباه في المجال الرياضي". (٤ : ٨٨)

"كما تتفق هذه النتائج مع ما ذكره أسامة كامل راتب (٢٠٠١) بأن الضغوط النفسية والانفعالات السلبية تؤثر سلباً في دقة الإدراك البصري واتخاذ القرار لدى الحكام، في حين أن التوازن النفسي يسهم في تحسين الانتباه الانتقائي والمسح البصري، خصوصاً في الألعاب الجماعية ذات الإيقاع السريع مثل كرة القدم". (١١ : ٧٠)

"وتشير الفروق البسيطة في قيم معامل الارتباط بين العين اليمنى واليسرى إلى أن عملية المسح البصري لدى الحكام تتم بصورة تكاملية، ولا تعتمد على عين واحدة، وإنما على التنسيق بين الجهاز البصري والجهاز العصبي المركزي، وهو ما أكده عبد الفتاح

٢- الاهتمام بتنفيذ برامج تدريبية متخصصة لتنمية مهارات الانتباه المنقسم (السمعي والبصري) لدى حكام كرة القدم، بما يسهم في تحسين القدرة على متابعة المواقف التحكيمية المتعددة أثناء المباريات.

٣- اعتماد تدريبات عملية تهدف إلى تطوير المسح البصري وسرعة انتقال النظر، باستخدام وسائل حديثة مثل تقنيات تتبع العين أو المواقف التحكيمية المصورة.

٤- تنظيم دورات وورش عمل نفسية تهدف إلى مساعدة الحكام على إدارة الضغوط النفسية والانفعالية المصاحبة للمباريات، مما ينعكس إيجاباً على دقة اتخاذ القرار التحكيمي.

٥- مراعاة الفروق الفردية بين الحكام في مستوى التوازن النفسي والانتباه والمسح البصري عند تصميم البرامج التدريبية، والعمل على إعداد برامج تدريبية تتناسب مع مستوياتهم المختلفة.

٦- الاستفادة من نتائج هذه الدراسة في تقييم الحكام ووضع معايير علمية تساعد في اختيار الحكام الأكفأ نفسياً وإدراكياً لإدارة المباريات المهمة.

٦- إجراء دراسات مستقبلية تتناول متغيرات أخرى مرتبطة بالأداء التحكيمي، مثل سرعة اتخاذ القرار، والخبرة التحكيمية، واللياقة البدنية، وربطها بالتوازن النفسي.

٧- التوسع في إجراء بحوث مشابهة على فئات مختلفة من الحكام (حكام الساحة، الحكام المساعدون، حكام تقنية الفيديو VAR) وفي مسابقات ومستويات مختلفة

وهو ما يؤكد أهمية الكفاءة البصرية في عملية اتخاذ القرار التحكيمي.

٤- كشفت النتائج عن وجود علاقة ارتباط موجبة ذات دلالة إحصائية بين التوازن النفسي ومتغير المسح البصري لكل من العين اليسرى واليمنى، مما يشير إلى أن التوازن النفسي يسهم بدرجة محدودة ولكن مؤثرة في تحسين كفاءة المسح البصري لدى الحكام.

٥- أوضحت النتائج وجود تباين فردي بين الحكام في مستويات الانتباه المنقسم والمسح البصري، وهو ما يعكس تأثير الفروق الفردية والخبرات التحكيمية المختلفة.

٦- تؤكد نتائج الدراسة أن التوازن النفسي يُعد عاملاً مهماً في دعم الأداء التحكيمي لحكام كرة القدم، لاسيما في المواقف التي تتطلب تركيزاً عالياً، متابعة بصرية مستمرة، واتخاذ قرارات سريعة ودقيقة.

٦- تشير نتائج الدراسة إلى ضرورة عدم الاكتفاء بالإعداد البدني والمهاري للحكام، بل التأكيد على أهمية الإعداد النفسي بوصفه عنصراً أساسياً في برامج تأهيل وتطوير حكام كرة

## ٢-٥ التوصيات

١- ضرورة إدماج الإعداد النفسي ضمن برامج تأهيل وتدريب حكام كرة القدم، لما له من دور فاعل في تعزيز التوازن النفسي وتحسين كفاءة الانتباه المنقسم والمسح البصري.



- 3- Nideffer, R. M. (1976). Test of attentional and interpersonal style. *Journal of Personality and Social Psychology*, 34(3), 394–404.

### المصادر والمراجع العربية والاجنبية

- ١- محمد زاهر السماك وآخرون : أصول البحث العلمي ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، ١٩٨٦،
- ٢- أحمد بدر : أصول البحث العلمي ومناهجه ، ط١ ، الكويت ، ١٩٧٧ .
- ٣- علي يوسف حسين البياتي : دراسات متقدمة في علم النفس ، ط١ ، النجف الاشرف ، الضياء للطباعة والنشر ، ٢٠١٥ .
- ٤- محمد حسن علاوي : علم نفس التدريب ، والمنافسة الرياضية ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، ١٩٩٨،
- ٥- هدى جميل عبد الغني: منظومة الريهاكوم المعرفية ، ط١ ، بغداد ، مؤسسة دار الصادق الثقافية ، ٢٠١٩ .
- ٦- عامر سعيد الخيكاني وآخرون : علم النفس الرياضي ، دار الضياء ، ٢٠١٥ .
- ٧- أسامة كامل راتب : علم النفس الرياضي ، دار الضياء ، ٢٠١٥ .
- ٨- أسامة كامل راتب : علم النفس الرياضي (المفاهيم والتطبيقات ) القاهرة ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠١ .

- 1- Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundations of sport and exercise psychology* (7<sup>th</sup> ed.). Human Kinetics.
- 2- Abernethy, B. (1993). Attention in sport: A review. *International Journal of Sport Psychology*, 24, 1–16.