

## الشعور بالذنب وعلاقته بالقلق لدى حكام كرة القدم بالمملكة العربية السعودية

السيد / خالد عبد العزيز الوهيبى وزارة التربية والتعليم العالي المملكة العربية السعودية	دكتور/ محمد يوسف حجاج اسماعيل أستاذ مشارك علم النفس الرياضي كلية التربية الرياضية للبنين جامعة حلوان والمملك سعود
----------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

### مقدمة ومشكلة البحث:

يشعر الإنسان عادة بضرورة مراجعة نفسه ومحاسبتها عما قام به من سلوكيات أو عن أحاسيس ومشاعر ومعتقدات، وقد يصاحب هذه العملية ألم ومعاناة أو رضا وارتياح كل حسب ما سبقه من عمل أو شعور. ومهما كان الإنسان على قدر من الاتزان الانفعالي والسواء فلا بد من ارتكابه بعض السلوكيات الخاطئة مما يشعره بالخطأ ولوم الذات ومحاسبتها.

(زهران، 1984: 154)

كما أن السلوك البشري تحكمه مجموعة اعتبارات على المستوى الشخصي في مشاعره وأحاسيسه وأفكاره وميوله وحاجاته وقيمه وطريقة إدراكه لما يحيط به، مما يجعل استجابة الإنسان أو سلوكه الذي يقدم عليه محكوماً بهذه الاعتبارات

(الطريري، 1996: 253)

وتعد حالة الشعور بالذنب " Feeling of guilt " من الحالات النفسية القوية التي توجه السلوك الإنساني، وهذا الشعور ينتاب الفرد عندما يخالف المعايير الأخلاقية السائدة في المجتمع.

(محمد، لطفي، 2010: 2)

فالشعور بالذنب خبرة إنسانية معاشه وهو شعور داخلي وغير سار لأنه سلبي وناقذ للذات وهو ليس شعوراً وقتياً أو منقطعاً ولكنه شعور متدفق، يرتبط في الغالب بخبرة الماضي ويتبعه الخوف من الحاضر والقلق من المستقبل، وفي حالات معينة يكون الشعور بالذنب مرتبطاً بخطأ واقعي نحو أنفسنا، وفي حالات أخرى يكون شعوراً وهمياً ويكون المكون الرئيسي له هو لوم الذات وتأنيب الضمير ونقص تقدير الذات ومحاولة معاقبتها أحياناً. وهو ظاهرة شخصية لأنه يحدث داخل الشخص ويشمل كل الجوانب الشخصية، ويعتبر أيضاً ظاهرة اجتماعية لأنه يحدث بين الأشخاص.

(سعفان، 2003: 293)

ويشير كلاً من محمد، ولطفي نقلاً عن هري ولامب (Harre & gamb) أن الذنب حالة تنسب إلى شخص ما بسبب انتهاك أخلاقي أو قانوني، بينما الاستياء يحصل لوجود شيء يهدد بالتعرض إلى اختلاف أو تباين بين الشخص وما يتمنى أن يكون على نحو مثالي، ومن هنا فإن الشخص قد يكون مذنباً ولكن قد يخجل من نفسه وتكون درجة الذنب متناسبة مع الخطأ، حيث حاول هكن وآخرون (Higgin & et. al) مقارنة المشاعر المرتبطة بالاختلافات بين ما يتصوره الفرد عن ذاته والشخص المثالي، وقد وجدوا إن الفشل في تعايش المرء مع مثاليته يكون مرتبطاً بالاستياء والشعور بعدم القوة، وأن الفشل في القيام بما يعتقد به الآخرون مهم ويكون مرتبطاً بحالات الخوف والقلق؛ وأن الشعور بالذنب يعد مكون أساسى من مكونات الاستعداد للقلق.

(محمد، ولطفي، 2010: 3)

وحيث يعد القلق قاسم مشترك في معظم المشكلات النفسية وذلك عن طريق الكشف عن مكوناته الجسمية والمعرفية حيث أن هناك افتراضاً بوجود مكونين مختلفين لكن يرتبطان ببعضهما وكأنهما وجهان لعملة واحدة للقلق هما (المكون المعرفي والمكون الجسمي)، وتكمن أهمية الكشف عن هذين المكونين وتمييزهما عن بعضهما في أن الوسائل العلاجية التي تستخدم في خفض القلق قد تختلف في ارتباطها بهذين المكونين، ومن ثم فإننا بحاجة للتزود بالمعلومات عن كل مكون من مكونات القلق، لأن ذلك يسمح للمتخصصين بأن يكونوا أكثر دقة في اختيار وسائل التدخل العلاجي الملائم لعلاج هذه المشكلة.

(الفخراني، 2002: 56)

ويتصف المجال الرياضي عن مجالات الحياة العامة بأن نتائجه سريعة الظهور وتأثيره على السلوك واضح كما أن الممارسة فيه مرتبطة بكثير من العوامل الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية والانفعالية حيث يتميز بدرجات متفاوتة في الشدة والقوة كما أن هناك عوامل خارجية خاصة بالبيئة المحيطة بالفرد كالملاعب والجمهور والطقس والنتيجة وأهمية المنافسة وغيرها، كما يوجد أيضاً عوامل داخلية كسمات الرياضي وأفكاره وخبرته الإيجابية والسلبية ودوافعه ومستوى القلق وغيرها وكلها تتداخل وتؤثر في الممارسة والسلوك.

(مطاوع، 2003: 1)

ويضيف الدوسري نقلاً عن (Constbal, 1996) أن الحكم غالباً ما يكون عرضة للتشكيك في نزاهته أو تعرض أمانته للمسائلة من قبل الرياضيين والإعلام بشكل عام. ففي الوسط الرياضي غالباً ما تكون النظرة للحكم سلبية، حيث يعزو أفراد الفريق الخاسر أخطائهم على الحكم، ونادراً ما يذكر الحكم من قبل الفريق الفائز، ناهيك عن النقد والهجوم غير المبرر أحياناً الذي يتعرض له الحكم في وسائل الإعلام المختلفة ومن قبل الرياضيين أيضاً.

(الدوسري، 2009: 3).

بشكل عام قد يقع حكم كرة القدم في بعض الأخطاء المؤثرة على المنافسة أحياناً، مما يؤدي إلى شعوره بالذنب من خلال لوم الذات ومحاسبتها، خاصة وأن الدراسات تشير إلى ارتكاب الإنسان بعض السلوكيات الخاطئة بصرف النظر عن كونه متزن انفعالياً أو لا، والذي قد يشعره بالخطأ ولوم الذات (زهرا، 1984). ويؤكد كل من (محمد، ولطفي، 2010: 3) على أن الشعور بالذنب يعد مكون أساسى من مكونات الاستعداد للقلق.

لذا قد يقع الحكم في كثير من الأخطاء الفنية و السلوكية أو عندما يخالف المعايير المهنية أو الشعور بالتقصير في أداء مهامه أو هبوط مستواه أو أنه تعجل في إصدار الأحكام، فإنه يفقد القدرة على مواجهة وإدارة الأحداث والضغوط وقد يتخذ قرارات خاطئة، وعندها قد يؤدي ذلك إلى شعوره بالذنب مما يؤثر سلباً على توافقه النفسي، فيشعره ذلك بضرورة مراجعة نفسه ومحاسبتها عن هذا الخطأ أو ذلك السلوك، ويصاحب عملية المراجعة تأثيراً سلبياً على الحالة النفسية والشعورية لحكم كرة القدم، فهناك الكثير من المواقف والصراعات قد تسهم في زيادة الشعور بالذنب لدى الحكام مما قد يسبب ذلك زيادة في مستوى القلق المعرفي والجسمي مما يهدد حالته النفسية.

فالشعور بالذنب يعد من المشاكل النفسية التي يمكن أن يعاني منها حكم كرة القدم، كما أن الذنب يعتبر من أحد المكونات الأساسية لبعض المشاكل والاضطرابات النفسية كالقلق والضغط النفسي والغضب والعداية والإحباط، وقد يكون هذا واضحاً لدى بعض حكم كرة القدم وخاصة أثناء إدارة المباريات وبعدها، لأن القلق قد يؤدي بالحكم إلى انفعالات شديدة في كثير من المواقف وقد تسوء علاقة الحكم باللاعبين داخل الملعب أو بعد نهاية المباراة فيميل إلى العداية والتخبط في اتخاذ القرارات وتقييم المواقف. (الشبؤون، 2012: 210)

ونظراً لخطورة الشعور بالذنب لدى حكام كرة القدم، وتأثيره السلبي على حالتهم النفسية مما قد ينتج عن ذلك قلق يؤثر في اتخاذ القرارات المناسبة، وعلى الرغم من تأكيد الباحثين في علم النفس الرياضي بأهمية ذلك، إلا أن الأبحاث والدراسات النفسية لم تول اهتماماً كافياً بدراسة الشعور بالذنب لدى الرياضيين بشكل عام وحكام كرة القدم بشكل خاص وارتباطه بمتغير القلق المعرفي والجسمي. ويعد البحث الحالي محاولة للكشف عن الشعور بالذنب وعلاقته بالقلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم بالمملكة العربية السعودية.

### أهمية البحث:

#### تحدد أهمية البحث في النقاط التالية:

- 1- حيث يعد الشعور بالذنب من أخطر المشاعر النفسية التي يمكن أن تهدد التوافق النفسي للحكام، ويؤدي ذلك إلى معاناة الحكام من مشكلات نفسية عديدة يأتي في مقدمتها القلق.
- 2- وجود دراسات عربية قليلة التي تصدت لدراسة الشعور بالذنب لدى حكام كرة القدم، مع عدم وجود دراسات سابقة تناولت دراسة الشعور بالذنب وعلاقته بالقلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم في المملكة العربية السعودية.
- 3- أهمية إجراء دراسة ميدانية حول الشعور بالذنب وعلاقته بالقلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم في المملكة العربية السعودية، ومعرفة مدى الفروق في الشعور بالذنب والقلق ونسب انتشارها لدى حكام كرة القدم السعوديين للاستفادة من نتائج هذه الدراسة في تقديم الخدمات والاستشارات لهم في مجال الإعداد النفسي الرياضي لتخفيض مستوى الشعور بالذنب والقلق.
- 4- تعتبر هذه الدراسة الأولى في المملكة العربية السعودية التي تتناول موضوع الشعور بالذنب وعلاقته بالقلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم.

### أهداف البحث:

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على:

- 1- درجة الشعور بالذنب لدى حكام كرة القدم السعوديين.
- 2- درجة القلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم السعوديين.
- 3- العلاقة بين الشعور بالذنب والقلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم السعوديين.

### تساؤلات الدراسة:

- 1- ماهي درجة الشعور بالذنب لدى حكام كرة القدم السعوديين؟
- 2- ماهي درجة القلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم السعوديين؟
- 3- هل توجد علاقة ارتباطية بين الشعور بالذنب والقلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم السعوديين؟

### مصطلحات البحث:

#### الشعور بالذنب: **Feeling of guilt**

هو ألم نفسي داخلي أي حوار بين الفرد وذاته، وقد يكون شعوراً وهمياً مبالغاً فيه وغير مرتبط بالواقع، وفي أحياناً أخرى يقل الشعور بالذنب لدرجة عدم المبالاة وعدم تحمل المسؤولية، ويرتبط بخطأ يتعلق بالفرد ذاته أو المحيطين به (باطه، 2002: 4).

#### الشعور بالذنب في الأداء الرياضي: **Guilt in sporting performance**

هو حالة انفعالية قد تسبب نوعاً من الألم الداخلي نتيجة لشعور الرياضي بلوم الذات وتأييب الضمير بسبب خطأ ما في سلوكه بالمواقف الرياضية أو خطأ ذاتي أو

خطأ لإساءته للآخرين أو لمخالفته القواعد والقوانين والأخلاق الرياضية، مما يؤدي لإخفاقه، وتؤثر خصائص الشخصية في مستوى الشعور بالذنب مما يجعله بناء أو هداماً وقد ينتهي أثره بانتهاء الموقف أو يستمر ليؤثر في سلوك الرياضي مستقبلاً. (مطاوع، 2003: 8)

#### القلق: Anxiety

هو انفعال مركب من التوتر الداخلي والشعور بالخوف وتوقع الخطر وهو خبرة انفعالية غير سارة يدركها الفرد كشيء ينبعث من داخله (علاوي، 1998: 379).

#### القلق المعرفي: Cognitive anxiety

هو التقييم السيئ للأداء، ويظهر ذلك خلال ضعف القدرة على التفكير والتركيز وتصور الفشل في المباراة (مصطفى، 2004: 26). فالشخص الذي تغلب عليه أعراض القلق المعرفي فيتميز بالانشغال بالأفكار والتوقعات السلبية المرتبطة بهذا المثير، كالانزعاج أو الصمت وعدم القدرة على التركيز وتشتيب الانتباه (راتب، 1997: 177).

#### القلق الجسدي: Somatic anxiety

هو القلق المرتبط بالاستثارة الفسيولوجية للجسم الناتجة عن التقييم السلبي للتغيرات البدنية الحاصلة للجسم الذي قد يؤدي إلى التعب البدني (مصطفى، 2004: 28). فالشخص الذي تغلب عليه أعراض القلق الجسدي يتميز بزيادة نسبة العرق وزيادة معدل ضربات القلب وزيادة التنفس وارتعاش الأطراف (راتب، 1997: 177).

#### الثقة بالنفس: Self – confidence

هو البعد الإيجابي في مواجهة القلق (علاوي، 1998: 250).

#### حكم كرة القدم:

هو من تسند إليه مهمة تطبيق قانون لعبة كرة القدم، والإشراف على حل الصراعات المختلفة أثناء المنافسات (الدوسري، 2009: 7).

#### الدراسات السابقة:

- 1- قام مطاوع (2003) بدراسة هدفت إلى بناء مقياس الشعور بالذنب للرياضيين (الذكور – الإناث) لتحديد مستوى ظاهرة الشعور بالذنب لديهم. وقد قام الباحث بتطبيق المقياس للتعرف على الفروق في الشعور بالذنب بين الرياضيين في بعض المتغيرات بالمجال الجماعية والفردية، وبين لاعبي الألعاب ذات الاحتكاك والألعاب بدون احتكاك، وبين اللاعبين واللاعبات، وبين لاعبي المراكز المختلفة في لعبة كرة القدم وكرة اليد في مستوى الشعور بالذنب.
- 2- وأجرت باظه (1998) دراسة على (550) طالب و(350) طالبة من طلاب وطالبات السنة الأولى بكلية التربية بكفر الشيخ بجمهورية مصر العربية اختبار يقيس الشعور بالذنب لدى الفرد تجاه الآخرين وتجاه الذات وأثاره على العلاقة بين الفرد والمجتمع من حوله وأثاره أيضاً على دافعيته للعمل وأمله في الحياة. ويتضمن وصفاً للآثار النفسية والألم الناجم عن الشعور بالخطأ. وقد تصل مشاعر الذنب إلى درجة وهمية لا ترتبط بخطأ واقعي حقيقي ارتكبه الفرد. ويشمل أيضاً مشاعر الذنب حول التقصير في العبادات والنواحي الدينية والخوف من العقاب في الآخرة ورغبة الفرد التخلص من هذه المشاعر بتصحيح أخطائه.
- 3- وقد أشار كلاً من روزالسكا – كلوديك، ج ( Klodecka & Rozalska, 1990) في دراسة عن النمو الاجتماعي النفسي لعينة من التلاميذ كان قوامها 218 تلميذ وانحصرت أعمارهم بين 10-15 سنة واستخدام

- مقياس العدوانية (A,H,Buss) واستبانة تاريخ الشعور بالذنب والعدوان لدوركي (Durke) و استبانة العصائية إعداد سكرزيك (Skrzypek) وأسلوب المقابلة و أظهرت النتائج انخفاض دال على مستوى العصائية والعدوانية لدى عينة التلاميذ الممارسين للرياضة وانخفاض مؤشر الشعور بالذنب مما يدل على أن الرياضة تؤثر إيجابياً في عملية نموهم الاجتماعي.
- 4- وأجرى جونز وكوجلر (Jones & Kugler,1992) دراسة عن الشعور بالذنب مفهومه وقياسه، وقد استهدفت الدراسة تحديد مكونات واستجابات ومظاهر الشعور بالذنب كخاصية مميزة للشعور والسلوك، وإعداد مقياس جديد للشعور بالذنب يحدد أبعاده السيكومترية، وتكونت العينة من 832 فرداً من مختلف الوظائف الاجتماعية بمتوسط سن 21 عاماً، وقد استخدم الباحثان:
- قائمة الشعور بالذنب إعداد: جونز وكوجلر Jones & Kugler 1990، قائمة مؤشر الشعور بالذنب 1966، مقياس باس ودوركي للشعور بالذنب Buss & Durkee 1957، مقياس اوترباتشر ومونز للشعور بالذنب والشعور بالخزي Otterbacher – Munz 1983، مقياسا هوجان وتشيك للشعور بالذنب والشعور بالخزي Hogan & Cheek 1983، قائمة هوجان للشعور بالذنب Hogan 1985. وتوصلت الدراسة إلى:
  - الشعور بالذنب قد يكون حالة انفعالية طارئة، وقد يكون استعداداً شخصياً مرتبطاً بالمبادئ والمعايير الأخلاقية، كما أيدت الدراسات التي تناولت الشعور بالذنب باعتباره مكوناً انفعالياً ينطوي على إحساس بالأسى والندم والحاجة إلى العقوبات، أي أنه انتقاء ذاتي، وشعور بالمسئولية الشخصية والميل للتسامح وتعديل الأوضاع، أما الشعور بالخزي فهو خبرة أليمة من انتقاص الذات وتقليل شأنها وتحقير خصائصها، وبحيث تبدو لصاحبها سبب كل خطيئة، وعندما تشدد وطأته، يولد في نفس الفرد رغبة في الانكماش والتضائل إلى حد الاختفاء، كما أكدت نتائج الدراسة صدق قائمة الشعور بالذنب، التي تم إعدادها في إطار تلك الدراسة.
  - 5- دراسة الجمعية الدولية لعلم النفس الرياضي (International Society of Sport Psychology,1993) عن الآثار الضارة لعقار "A.A.S" وأيدت الجمعية منع الرياضيين من تناوله لما له من آثار سلبية على: زيادة العدوانية، قابلية الاستثارة، الاكتئاب، اضطرابات النوم، الأفكار المتلاحقة، فقدان الشهية، الشعور بالذنب، الهلوسة السمعية والبصرية، القلق المزمن.
  - 6- دراسة جونسون، ر (Johnson,R,1995) التي أظهرت أن التدريب الرياضي المنتظم يؤدي لتعود وتكيف الرياضي على ممارسة الرياضة وما يصاحبها من مستويات القلق والتوتر باستمرار مما يستوجب عند ترك الرياضي للتدريب (الاعتزال) أداء التدريب بأسلوب علمي متدرج الانخفاض حتى لا يؤدي ذلك لشعور الرياضي بالذنب والقلق.
  - 7- قام مصطفى (2001) بإجراء دراسة هدفت إلى التعرف على عوامل الضغط النفسي وعلاقته باتخاذ القرار لدى حكام الأنشطة الرياضية حيث تمت المقارنة بين حكام أنواع مختلفة من الأنشطة الرياضية وفقاً لمتغيرات (نوع النشاط، العمر، سنوات الخبرة، المستوى التحكيمي، الحالة الاجتماعية، المؤهل العلمي) وكذلك دراسة العلاقة بين عوامل الضغط النفسي والعوامل المؤثرة على اتخاذ القرار لدى حكام الأنشطة الرياضية المختارة. وأجريت الدراسة على عينة قوامها (292) حكماً من عدة أنشطة جماعية وفردية، وقام الباحث بتصميم مقياس لعوامل الضغط النفسي على حكام الألعاب الرياضية يحتوي على ثلاثة محاور (ضغوط قبل وأثناء وبعد المباراة، ضغوط مرتبطة بالحوافز والمكافآت، ضغوط مرتبطة بالمكانة الاجتماعية لمهنة التحكيم) وأشتمل المقياس على 20 عبارة في هذه المحاور، وأظهرت النتائج وجود فروق في عوامل اتخاذ القرار بين حكام الأنشطة الرياضية المختارة في عدد من المتغيرات قيد الدراسة، وكذلك وجود ارتباط بين عوامل الضغط النفسي وعوامل اتخاذ القرار كعلاقة طردية.
  - 8- أجرى الزهراني (2003) دراسة هدفت إلى التعرف على تأثير حالة القلق (الجسمي، المعرفي) والثقة بالنفس على تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل الاختياري لدى حكام كرة الطائرة السعوديين. حيث تكونت عينة الدراسة من 51 حكماً لكرة الطائرة من بعض المناطق والمحافظات السعودية من

درجات التحكيم (أولى، ثانية، ثالثة، مستجد). وقد قام الباحث بقياس حالة القلق (المعرفي، الجسمي) والثقة بالنفس بواسطة " قائمة قياس حالة قلق المنافسة الرياضية (CSA2) لمارتنز Martens وآخرون (1990). وقد أسفرت النتائج عن عدم وجود علاقة دالة إحصائياً بين كل من حالة القلق الجسمي والمعرفي وحالة القلق وبين سرعة رد الفعل الاختياري لدى عينة الدراسة، وأن هناك فروق دالة إحصائياً بين حكام الدرجة الأولى، والثانية، والثالثة وبين الحكام المستجدين لصالح المستجدين في متغير حالة القلق المعرفي والجسمي.

#### منهج البحث:

اقتضت طبيعة هذه الدراسة الحالية الاعتماد على المنهج الوصفي.

#### مجتمع البحث:

اشتمل مجتمع الدراسة على حكام لعبة كرة القدم في المملكة العربية السعودية، المسجلين في كشوف الاتحاد العربي السعودي لكرة وكان توزيع الحكام في هذه الكشوفات على أساس التوزيع الجغرافي للمناطق البالغ عددها (14) منطقة تمثل كل منها لجنة فرعية لحكام كرة القدم في كل منطقة وعلى حسب الدرجات التحكيمية (دولي، أولى، ثانية، ثالثة).

#### عينة البحث:

1- اعتمد الباحث في اختياره لعينة الدراسة على الطريقة العشوائية الطبقية، حيث تم اختيار عينة من حكام كرة القدم السعوديين على حسب الدرجات التحكيمية (دولي، أولى، ثانية، ثالثة)، حيث بلغ إجمالي عدد العينة (150) حكماً، والجدول التالي رقم (1) يوضح ذلك.

#### جدول رقم (1)

#### عينة البحث وفقاً للدرجة التحكيمية

النسبة	العدد	الدرجة التحكيمية
14.7	22	دولي
43.3	65	درجة أولى
28.7	43	درجة ثانية
13.3	20	درجة ثالثة
%100	150	المجموع

ينضح من الجدول رقم (1) أن (65) من أفراد الدراسة يمثلون ما نسبته 43.3% من إجمالي أفراد الدراسة حكام بالدرجة الأولى وهم الفئة الأكثر من أفراد الدراسة، بينما (43) منهم يمثلون ما نسبته 28.7% من إجمالي أفراد الدراسة حكام بالدرجة الثانية، و (22) منهم يمثلون ما نسبته 14.7% من إجمالي أفراد الدراسة حكام دوليين، و (20) منهم يمثلون ما نسبته 13.3% من إجمالي أفراد الدراسة حكام بالدرجة الثالثة.

#### أدوات البحث:

قام الباحث بإعداد وبناء وتفتين أدوات البحث التالية:

1- مقياس مقياس الشعور بالذنب مرفق رقم (1).

2- قائمة قياس حالة قلق المنافسة الرياضية (SAI-2) مرفق رقم (2).

وقام الباحثان بإجراء المعاملات العلمية من صدق وثبات للمقاييس المستخدمة وذلك على عينة استطلاعية ممثلة لعينة البحث.

1- المعاملات العلمية لمقياس الشعور بالذنب.

أ- حساب الصدق لمقياس الشعور بالذنب عن طريق كل من:

- صدق الاتساق الداخلي:

يشير جدول (2) إلى صدق الاتساق الداخلي بين عبارات مقياس الشعور بالذنب ومجموع كل بعد من

المقياس: -

## جدول (2)

الاتساق الداخلى بين عبارات مقياس الشعور بالذنب ومجموع كل بعد (ن=30)

أبعاد المقياس العبارات	الشعور بالذنب تجاه مخالفة الأخلاق وقوانين اللعبة	الشعور بالذنب تجاه الذات	الشعور بالذنب تجاه الآخر	الشعور بالذنب تجاه المواقف والأخطاء الفنية
1	**0.499	**0.569	**0.598	**0.550
2	**0.522	**0.608	**0.637	**0.600
3	**0.285	**0.741	**0.475	**0.514
4	**0.391	**0.521	**0.520	**0.658
5	**0.255	**0.639	**0.667	**0.547
6	**0.502	**0.547	**0.631	**0.758
7	**0.386	**0.569	**0.745	**0.851
8	**0.458	**0.757	**0.568	**0.634
9	**0.414	**0.580	**0.508	**0.628
10		**0.698	**0.563	**0.769
11		**0.744	**0.521	**0.639
12		**0.558		**0.607
13		**0.645		**0.633
14		**0.632		**0.524
15		**0.538		**0.653
16		**0.756		**0.499
17		**0.536		**0.527
18		**0.529		**0.630
19		**0.547		**0.632
20		**0.620		**0.529

يتضح من الجدول (2) دلالة معاملات الارتباط بين عبارات كل بعد ومجموع البعد مما يدل على صدق تمثيل العبارات للأبعاد. (\*\* دال عند مستوى الدلالة 0.01)

ب- تم حساب الثبات لمقياس الشعور بالذنب عن طريق كل من :-  
- باستخدام ألفا كرونباخ :

## جدول (3)

معاملات الثبات لأبعاد لمقياس الشعور بالذنب باستخدام معامل ألفا" (ن=30)

معامل "ألفا"	الأبعاد
0.745	الشعور بالذنب تجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة "
0.934	الشعور بالذنب تجاه الذات
0.962	الشعور بالذنب تجاه الآخر
0.894	الشعور بالذنب تجاه المواقف والأخطاء الفنية
0.927	الدرجة الكلية

يتضح من جدول (3) أن معاملات الثبات (ألفا) تتراوح ما بين (0,745، 0,962) وهى معاملات مرتفعة مما يدل على ثبات المقياس.

2- المعاملات العلمية لقائمة قياس حالة قلق المنافسة الرياضية (SAI-2).

أ- حساب الصدق لقائمة قياس حالة قلق المنافسة الرياضية عن طريق كل من:

- صدق الاتساق الداخلي :

يشير جدول (4) إلى صدق الاتساق الداخلي بين عبارات لقائمة قياس حالة قلق المنافسة الرياضية ومجموع كل بعد من المقياس :-

#### جدول (4)

الاتساق الداخلي بين عبارات مقياس الشعور بالذنب ومجموع كل بعد (ن=30)

العبارات	أبعاد المقياس	القلق المعرفي	القلق الجسمي	الثقة بالنفس
1	**0.773	**0.681	**0.525	
2	**0.563	**0.599	**0.631	
3	**0.514	**0.751	**0.528	
4	**0.607	**0.638	**0.554	
5	**0.638	**0.697	**0.654	
6	**0.658	**0.588	**0.569	
7	**0.500	**0.789	**0.577	
8	**0.594	**0.714	**0.596	
9	**0.657	**0.692	**0.526	

يتضح من الجدول (4) دلالة معاملات الارتباط بين عبارات كل بعد ومجموع البعد مما يدل على صدق تمثيل العبارات للأبعاد. (\*\* دال عند مستوى الدلالة 0.01)

ب- تم حساب الثبات لقائمة قياس حالة قلق المنافسة الرياضية عن طريق كل من :-  
- باستخدام ألفا كرونباخ :

#### جدول (5)

معاملات الثبات لأبعاد لقائمة قياس حالة قلق المنافسة الرياضية باستخدام معامل ألفا" (ن=30)

الأبعاد	معامل "ألفا"
القلق المعرفي	0.724
القلق الجسمي	0.802
الثقة بالنفس	0.615
الدرجة الكلية	0.818

يتضح من جدول (5) أن معاملات الثبات (ألفا) تتراوح ما بين (0,615، 0,802) وهى معاملات مرتفعة مما يدل على ثبات المقياس.

عرض النتائج ومناقشتها :

- نتائج التساؤل الأول:

السؤال الاول : ما هي درجة الشعور بالذنب لدى حكام كرة القدم السعوديين ؟

للتعرف على درجة الشعور بالذنب لدى حكام كرة القدم السعوديين تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتب لاستجابات أفراد الدراسة على مقياس الشعور بالذنب والأبعاد التفصيلية له وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:



## جدول رقم (6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتب لاستجابات أفراد الدراسة  
على مقياس الشعور بالذنب والأبعاد التفصيلية له

الانحراف المعياري	متوسط الدرجة	العدد	أبعاد مقياس الشعور بالذنب
5.85	25.52	150	الشعور بالذنب تجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة
9.71	63.26	150	الشعور بالذنب تجاه الذات
6.01	35.03	150	الشعور بالذنب تجاه الآخر
11.24	62.82	150	الشعور بالذنب تجاه المواقف والأخطاء الفنية
29.05	186.64	150	الدرجة الكلية

من خلال النتائج الموضحة اعلاه يتضح أن درجة الشعور بالذنب لدى حكام كرة القدم السعوديين بلغت (186.6 من 300) وهي درجة فوق المتوسط مما يبين أن حكام كرة القدم السعوديين يشعرون بالذنب بدرجة متوسطة وأبرز ملامح شعورهم بالذنب تمثلت في الملامح التالية:

- يشعر حكام كرة القدم السعوديين بالذنب تجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة " بدرجة متوسطة بلغت (25.5 من 45) .
- يشعر حكام كرة القدم السعوديين " بالذنب تجاه الذات " بدرجة متوسطة بلغت (63.3 من 100) .
- يشعر حكام كرة القدم السعوديين " بالذنب تجاه الآخر " بدرجة متوسطة بلغت (35 من 55) .
- يشعر حكام كرة القدم السعوديين " بالذنب تجاه المواقف والأخطاء الفنية " بدرجة متوسطة بلغت (62.8 من 100) .

من خلال النتائج الموضحة أعلاه يتضح أن أبرز ملامح الشعور بالذنب لدى حكام كرة القدم السعوديين تتمثل في شعورهم بالذنب تجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة وتفسر هذه النتيجة بأن حكام كرة القدم السعوديين يدركون بأن ممارسة كرة القدم تهدف إلى التسامح وتعزيز والقيم والإلتزام لدى ممارسيها ولذلك نجدهم يشعرون بالذنب تجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة بدرجة أكبر.

## - نتائج التساؤل الثاني:

## السؤال الثاني: ما هي درجة القلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم السعوديين؟

للتعرف على درجة القلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم السعوديين تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتب لاستجابات أفراد الدراسة على مقياس القلق المعرفي والجسمي والأبعاد التفصيلية له وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

## جدول رقم (7)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والرتب لاستجابات أفراد الدراسة  
على مقياس القلق المعرفي والجسمي

الانحراف المعياري	متوسط الدرجة	العدد	أبعاد مقياس القلق
6.15	18.68	150	القلق المعرفي
6.44	16.65	150	القلق الجسمي
5.64	28.14	150	الثقة بالنفس
10.98	63.48	150	الدرجة الكلية

من خلال النتائج الموضحة اعلاه يتضح أن درجة الشعور بالقلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم السعوديين بلغت (63.5 من 108) وهي درجة متوسطة مما يبين أن حكام كرة القدم السعوديين يشعرون بالقلق المعرفي والجسمي بدرجة متوسطة وأبرز ملامح شعورهم بالقلق المعرفي والجسمي تمثلت في الملامح التالية:

- يشعر حكام كرة القدم السعوديين بالقلق المعرفي بدرجة متوسطة بلغت (18.7 من 36) .

■ يشعر حكام كرة القدم السعوديين بالقلق الجسمي بدرجة منخفضة بلغت ( 16.7 من 36 ).  
 ■ يشعر حكام كرة القدم السعوديين بالقلق المتعلق بالثقة بالنفس بدرجة مرتفعة بلغت ( 28.1 من 36 ).  
 من خلال النتائج الموضحة أعلاه يتضح أن أبرز ملامح الشعور بالقلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم السعوديين تتمثل في شعورهم بالقلق المعرفي وتفسر هذه النتيجة بأن حكام كرة القدم السعوديين يدركون بأن ممارستهم لدورهم يعتمد على إلمامهم بشكل كافي بقوانين ولوائح كرة وما يستجد بها ولذلك نجدهم يشعرون بالقلق المعرفي بدرجة أكبر.

### نتائج التساؤل الثالث:

السؤال الثاني : هل توجد علاقة ارتباطية بين الشعور بالذنب والقلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم السعوديين؟

للتعرف على ما إذا كانت هناك علاقة ارتباطية بين الشعور بالذنب والقلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم السعوديين تم حساب معامل ارتباط بيرسون لتوضيح العلاقة بين أبعاد مقياس الشعور بالذنب وبين مقياس القلق المعرفي والجسمي وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي:

### جدول رقم (8)

معامل ارتباط بيرسون لتوضيح العلاقة بين مقياس الشعور بالذنب وبين مقياس القلق المعرفي والجسمي

الدرجة الكلية	الثقة بالنفس	القلق الجسمي	القلق المعرفي	الأبعاد
**0.629	-0.064	**0.566	**0.589	الشعور بالذنب تجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة
**0.731	-0.011	**0.593	0** .693	الشعور بالذنب تجاه الذات
**0.572	0.097	0.413	0.499	الشعور بالذنب تجاه الآخر
**0.641	-0.089	**0.514	**0.686	الشعور بالذنب تجاه المواقف والأخطاء الفنية
**0.738	0-.031	**0.597	**0.719	الدرجة الكلية

من خلال النتائج الموضحة أعلاه يتضح أن هناك علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 فأقل بين الدرجة الكلية للشعور بالذنب والدرجة الكلية للشعور بالقلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم السعوديين حيث يتضح أنه كلما زاد شعور حكام كرة القدم السعوديين بالذنب كلما زاد شعورهم بالقلق المعرفي والجسمي.

كما يتضح من خلال النتائج الموضحة أعلاه أن هناك علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 فأقل بين أبعاد الشعور بالذنب (الشعور بالذنب تجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة ، الشعور بالذنب تجاه الذات ، الشعور بالذنب تجاه الآخر ، الشعور بالذنب تجاه المواقف والأخطاء الفنية ، الدرجة الكلية للشعور بالذنب ) وأبعاد الشعور بالقلق المعرفي والجسمي (القلق المعرفي ، القلق الجسمي ، الدرجة الكلية للقلق ) لدى حكام كرة القدم السعوديين حيث يتضح أنه كلما زادت أبعاد الشعور بالذنب (الشعور بالذنب تجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة ، الشعور بالذنب تجاه الذات ، الشعور بالذنب تجاه الآخر ، الشعور بالذنب تجاه المواقف والأخطاء الفنية ، الدرجة الكلية للشعور بالذنب ) كلما زادت أبعاد الشعور بالقلق المعرفي والجسمي (القلق المعرفي ، القلق الجسمي ، الدرجة الكلية للقلق ) لدى حكام كرة القدم السعوديين وتفسر هذه النتيجة بأن الشعور بالذنب عادة ما يولد القلق لقلة الشعور بالراحة النفسية نتيجة للشعور بالذنب.

**الاستنتاجات والتوصيات:****أولاً: الاستنتاجات:-****فى ضوء النتائج التي أسفرت عنها الدراسة يمكن استخلاص التالي:**

- درجة الشعور بالذنب لدى حكام كرة القدم السعوديين كانت فوق المتوسط مما يبين أن حكام كرة القدم السعوديين يشعرون بالذنب.
- يشعر حكام كرة القدم السعوديين بالذنب تجاه مخالفة الأخلاق والقواعد وقوانين اللعبة.
- يشعر حكام كرة القدم السعوديين بالقلق المتعلق بالثقة بالنفس بدرجة مرتفعة.
- هناك علاقة ارتباطية طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.01 فأقل بين الدرجة الكلية للشعور بالذنب والدرجة الكلية للشعور بالقلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم السعوديين حيث يتضح أنه كلما زاد شعور حكام كرة القدم السعوديين بالذنب كلما زاد شعورهم بالقلق المعرفي والجسمي.

**ثانياً: التوصيات:-**

- العمل على كل ما يحد من الشعور بالذنب ويحد من القلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم السعوديين.
- البحث في العوامل التي تزيد من الشعور بالذنب ويحد من القلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم السعوديين ووضع الحلول المناسبة لها.
- إقامة ورش العمل والندوات العلمية للبحث في كيفية الحد من الشعور بالذنب ويحد من القلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم السعوديين.
- تهيئة البيئة المناسبة التي تقلل من الشعور بالذنب ويحد من القلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم السعوديين.
- إجراء تقويم دوري لواقع الشعور بالذنب ويحد من القلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم السعوديين.
- القيام بدراسات مستقبلية وافية حول سبل الحد من الشعور بالذنب ويحد من القلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم السعوديين.

## المراجع:

## أولاً: المراجع العربية:

- 1- الدوسري، محمد سعد : مصادر الضغوط النفسية ودرجة شدتها على حكام كرة القدم من وجهة نظرهم في المملكة العربية السعودية، رسالة ماجستير، كلية التربية، قسم التربية البدنية وعلوم الحركة، جامعة الملك سعود. (2009م).
- 2- الزهراني، عبد الرحمن : تأثير حالة القلق والثقة على تركيز الانتباه وسرعة رد الفعل لدى حكام كرة الطائرة السعوديين، رسالة ماجستير غير منشورة، قسم التربية البدنية، كلية التربية، جامعة الملك سعود.
- 3- الشبـبـون، دانيا(2012م). : الشعور بالذنب وعلاقته بمتغيري القلق والثقة بالنفس، رسالة دكتوراة، كلية التربية، جامعة دمشق.
- 4- الطريـري، عبد الرحمن سليمان : الميل للمعايير الاجتماعية في ضوء بعض المتغيرات، مجلة دراسات نفسية، 2، 6، 253-273. (1996م).
- 5- الفخراني، خالد : إدراك الذنب كمؤشر لمظاهر القلق المعرفية والجسمية، مجلة علم النفس، 62، 50، 16-80. (2002م).
- 6- القحـيـز، فهد : العناصر البدنية والسمات الشخصية المساهمة في الأداء الفني لحكم كرة القدم السعودي، رسالة ماجستير غير منشورة قسم التربية البدنية، كلية التربية جامعة الملك سعود. (2002م).
- 7- باظـة، أمال عبد السميع(2002م). : اختبار الشعور بالذنب، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- 8- باظـة، أمال عبد السميع(1998م). : مشاعر الذنب، مجلة علم النفس، 12، 46، 136-143.
- 9- راتب، أسامة كامل : علم نفس الرياضة، ط2، دار الفكر العربي، القاهرة. (1997م).
- 10- زهران، حامد عبد السلام (1984م). : علم النفس الاجتماعي، عالم الكتب، القاهرة.
- 11- سعـفـان، محمد أحمد : فعالية برنامج إرشادي انتقائي في خفض الوسواس والأفعال القهرية المرتبطة بالشعور بالذنب، مجلة كلية التربية، 27، 7-449. (2003م).
- 12- علاوي، محمد حسن. : مدخل في علم النفس الرياضي، مركز الكتاب للنشر، القاهرة. (1998م).
- 13- علاوي، محمد حسن. : موسوعة الاختبارات النفسية للرياضيين، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة. (1998م).
- 14- محمـد، ابتسام محمـود، لبنى هاشم(2010م). : الشعور بالذنب وعلاقته بالاتجاه المضاد للمجتمع لدى طلبة جامعة الموصل، جامعة الموصل.
- 15- مصـطـفى، ألاء زهير : سمة القلق المتعدد الأبعاد وعلاقته بدقة أداء مهارتي المناولة والتصويب بكرة اليد، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة ديالى. (2004م).

- 16- مصطفى، السيد عبد : دراسة عوامل الضغط النفسي وعلاقتها باتخاذ القرار لدى حكام الأنشطة الرياضية، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان، القاهرة.  
المنعم (2001م).
- 17- مطاوع، سامي : بناء مقياس الشعور بالذنب للرياضيين، رسالة دكتوراه، كلية التربية الرياضية، جامعة حلوان، القاهرة.  
غنيم(2003م).
- 18- مليجي، أمال عبد : مشاعر الذنب السوي، مجلة النفس المطمئنة، عدد السميع (1996م).  
(51).

## ثانيا: المراجع الأجنبية:

- 19- International Society of Sport Psychology, (1993): the use of Anabolic Androgenic steroids(A.S.S) in Sport and Physical International Journal of Sport Psychology – Mar Vol 24
- 20- Jones, W.H & Kugler, K(1992): on Conceptualizing and Assessing, Guilt; Journal of Personality and Social Psychology, Vol 62.
- 21- Johnson, J.A.(1995): Exercise Dependenc - When Runners don't Know when to quit - Sports Medicine and Arthroscopy review New York
- 22- Klodecka-Rozalska,J(1990): Does Sport activity relieve Aggression in Adolescents?- Biology of sport (warsaw)7(3)

### مخلص البحث

هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة الشعور بالذنب وعلاقتها ودرجة القلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم بالمملكة العربية السعودية، وتكونت عينة الدراسة من (150) حكماً تم اختيارهم من مجتمع الدراسة بالطريقة العشوائية الطبقية، وتم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي. وللتعرف على درجة الشعور بالذنب لدى حكام كرة القدم السعوديين تم استخدام مقياس الشعور بالذنب للرياضيين (مطاوع، 2003) بعد تقنينه ليتناسب مع عينة الحكام، وللتعرف على درجة القلق المعرفي والجسمي استخدم الباحث قائمة قياس حالة قلق المنافسة الرياضية (Marten, et al, 1990)، تعريب علاوي (1998) لقياس حالة القلق المعرفي، وحالة القلق الجسمي، والثقة بالنفس لدى أفراد العينة. وأسفرت نتائج التحليل الإحصائي أن درجة الشعور بالذنب لدى حكام كرة القدم السعوديين بلغت (186،6 من 300) وهي درجة فوق المتوسطة؛ وأن درجة الشعور بالقلق المعرفي والجسمي لدى حكام كرة القدم السعوديين بلغت (63،5) وهي درجة فوق المتوسطة، كما أسفرت النتائج أيضاً عن وجود علاقة ارتباطيه طردية ذات دلالة إحصائية (0،01) فأقل بين الدرجة الكلية للشعور بالذنب والدرجة الكلية للقلق المعرفي والجسمي لدى عينة الدراسة.

### Abstract

The study aimed to identify the degree of guilt, its relationship, and the degree of cognitive and physical anxiety among football referees in the Kingdom of Saudi Arabia. In order to identify the degree of guilt among Saudi football referees, the athlete guilt scale was used (Mutawe, 2003) after it was codified to match the referees' sample., Arabization of Allawi (1998) to measure the state of cognitive anxiety, the state of physical anxiety, and the self-confidence of the sample members. The results of the statistical analysis revealed that the degree of guilt among Saudi football referees was (186.6 out of 300), which is above average; And that the degree of cognitive and physical anxiety among Saudi football referees reached (63.5), which is an above average degree. the study sample.