اليقظة العقلية وعلاقتها باتخاذ القرار لدى حكام كرة اليد

ا.م.د/ضياء الدين احمد علي ابو ضياء

المقدمة ومشكلة البحث:

تطورت رياضة كرة اليد بجمهورية مصر العربية في السنوات الأخيرة تطوراً كبيراً مما جعلها محط أنظار العالم بأسره من خلال نتائج البطولات للناشئين والشباب والرجال ، حيث أصبحت الرياضة وخاصة المستويات العليا مرآه الشعوب ودليل حضارتها وتطورها وذلك لا يتحقق إلا بتضافر جهود المسئولين والعاملية في المجال الرياضي من إدرايين ومدربين ولاعبين وحكام للوصول بمختلف الرياضات إلى المستويات العليا .

ويعتبر التحكيم ركيزة من الركائز الأساسية في المنافسات الرياضية فهو أحيانا ما يكون عاملاً في فوز فريق وضياع مجهود فريق آخر فتدريب اللاعب موسماً كاملاً قد يضيعه الحكم بسبب خطأ بسيط، وربما يكون التحكيم سبباً من أسباب حدوث الشغب داخل الملاعب ولذلك فمن الأهمية الاهتمام بالحكم للارتقاء بمجال التحكيم، حيث إنه يقع على عاتق الحكم مسئولية كبيرة لذا يجب عليه التأني والدقة والتركيز في اتخاذ القرار فهو الشخص الوحيد الذي لديه سلطة اتخاذ القرار وتطبيق مواد القانون أثناء المنافسات.

ويشير" **صبحي نصير** " (**١٩٩٧**) إلى أن الحكم هو الرجل الرياضي الذي يدير المباراة ويعمل على حماية اللاعبين كما أنه يمنح السلطة التامة للاعب وأحكامه نهائية ، ولذلك يجب أن تتوافر لديه المهارات العقلية والنفسية والقدرة على اتخاذ القرارات في أكثر الحالات التي يكون هو قاضيها. (١١: ١٠٣)

ويعد مصطلح اليقظة العقلية Mindfulness أحد المصطلحات الجديدة في مجال علم النفس ويشير "**مجدي يوسف**" (**٢٠١٤**) الى أن الاهتمام بعملية تدريب وتطوير المهارات العقلية والنفسية لدى حكام الالعاب الرياضية المختلفة يزيد من فاعلية الاداء ويساعد على تحقيق الإنجاز

المطلوب، حيث أشارت نتائج العديد من الدراسات العربية والأجنبية إلى مدى أهمية توافر المهارات العقلية والنفسية لدى الحكام من أجل الوصول إلى التميز في الأداء الكمي والكيفي في النشاط الممارس، فالمهارات العقلية والنفسية هي تلك القدرات والخبرات الانفعالية التي تؤدي إلى حالة نفسية مثلي يؤدي الحكم من خلالها بصورة جيدة. (١٦: ٢٢)

وقد حظى مفهوم اليقظة العقلية باهتمام الكثير من الباحثين، حيث أشارت العديد من النتائج إلى النواتج الإيجابية التي تعود على الفرد نتيجة امتلاكه مستوى جيد من اليقظة العقلية، فهي عملية حيوية تكمن أهميتها في كونها إحدى المتطلبات الرئيسة للعديد من العمليات العقلية كالتذكر، الإدراك، والتفكير والتعميق، وبدون هذه العملية ربما لا يحدث إدراك جيد، أو قد يواجه الفرد صعوبة في تذكر الأشياء، مما يعرضه للوقوع في العديد من الأخطاء، سواء على صعيد عملية التفكير أو على صعيد اتخاذ القرار وتنفيذه، وتعمل اليقظة العقلية على زيادة الإدراك من خلال تعزيز الوعي بملاحظة الذات فتعزز تدفق الأفكار. (٣٠: ٢٢٠)

ويتفق كلاً من " **مروة صادق الزبيدي (٢٠١٢) وسيلجمانSeligman, A (2002)** على أنه عندما يتصرف الأفراد بطريقة تفتقد إلى اليقظة العقلية فإنهم غالباً ما يكونون غير قادرين على الانفتاح على الخبرات الجديدة التي تمكنهم من التفكير الإيجابي واتخاذ القرار في المواضيع الجديدة بدلا من البقاء عالقين بالتفكير في خبرات قديمة عند مواجهة المواقف الجديدة، والافراد الذين يمتلكون مستويات مرتفعة من اليقظة العقلية تزيد قدراتهم الإدراكية مما يجعلهم يفكرون بشكل أفضل وتتحسن تصرفاتهم وقراراتهم بشكل ملحوظ. (١٩ : ١١) (٣٥: ٢٢٩)

ويرى "**Brausch** "(٢٠١١)(٢٣) أن اليقظة العقلية هي عملية ينظر من خلالها الفرد الى المشكلة التي يواجهها من عدة زوايا، فهي تساعد الفرد على الوعي بما يدور حوله، و تمنعه من التفكير بأساليب نمطية وتقليدية، كما تسمح له بالابتعاد عن التعلق بأنماط التفكير العشوائية والأفكار المشوهة في العقل والتنقية الانفعالية وتكوين مخططات معرفية منطقية ومنظمة وإعطاء دلالات معرفية تستند على منطق وأدلة واقعية، كما أنها ترتبط بالطموح والانجاز وفاعلية الذات.

ولقد أشارت العديد من الدراسات مثل دراسة "**Ivtzan, Young et al** " (٢٠١٦) (٢٧)، "**Chen,**" (٢٠١٥) (٢٤)، "**Keye" & Pidgeon,**(٢٠١٣) (٢٩)،" **إلهـــام حســـن محمـد** " (٢٠١٨) (٨)، "**هالـة خيـر إسماعيل**" (٢٠١٧) (٢٠) إلى أن اليقظة العقلية تخفض القلق والضغوط، وتحسن الانتباه، وتحسن من استراتيجيات إدارة وتنظيم الانفعالات، وتنمي الوعي، وتزيد من التركيز اثناء أداء المهام، وتساعد على الصمود والمرونة وزيادة التوجه نحو الخبرات الراهنة.

وتعتبر عملية اتخاذ القرار من العمليات الأساسية التي يقوم بها الفرد القيادي، فهي تعبر عن مجموعة الخطوات المتدرجة المدروسة القائمة على الخبرة والمعرفة للاختيار بين بديلين أو أكثر بهدف الوصول الى القرار السليم. (٧٦:٢٨)

والأساس في اتخاذ القرار هو اختيار سلوك أو تصرف معين بعد تفكير ودراسة لأنها عملية عقلانية وليست عملية عاطفية أو انفعالية، فهي تتم على مراحل مختلفة من البحث والتحليل والمفاضلة مستندة إلى قيم ومعايير محددة لإيجاد حل لمشكلة ما أو لمواجهة موقف أو محاولة تغيير حالة. (١٠٥:١٢)، (٢٢ :١٢)

ويذكر "**محمد حسن علاوى** "(١٩٩٨) أن متخذ القرار يجب أن يتصف بالقدرة والكفاءة في التعرف على المشكلة والتفهم الكامل للتحليلات وبدائل الحلول لاتخاذ القرار المناسب، والنجاح في اتخاذ القرار يعتمد على متغيرات شخصية ذاتية ترتبط بالحالة المزاجية والقدرة على حسن التوقع وإدراك العلاقات. (٥٢:١٨)

ويشير" **السيد عبد المنعم محمد**" (٢٠٠١) إلى أهمية القرارات التي يصدرها الحكم حيث تشكل في مجموعها الدور الفعال للحكام أثناء المباريات لأنهم يحملون على عاتقهم مجهودات كل من المدرب واللاعب والإداري في ساحة التنافس لأن نتيجة المباراة لا تتوقف إلى حد كبير على تفسير القوانين فقط ولكن على دقة تنفيذها أيضاً. (٧: ٢٠)

كما يري " **كمال درويش ، محمد الحماحمي (١٩٩٦)** أن اتخاذ القرار هو المحك الرئيسي لقياس مهارة الحكم لأن جوهر قيادته هى حكمته في اتخاذ القرارات التي يصدرها ، كما أنها تساعد في تقرير مستقبل المباراة لذلك فهي من أدق وأصعب العمليات الادارية على الاطلاق . (١٤: ٣١٧)

ويرى الباحث أن عملية اتخاذ القرار لدى حكام كرة اليد ليس بالمهمة السهلة حيث أنها تبنى على العديد من الأسس الموضوعية النفسية والعقلية، التي تسهم في صناعة واتخاذ القرار في المواقف التي يمر بها الحكام اثناء إدارة المنافسات، كما يعتمد إلى حد كبير على خبراته السابقة والاستفادة منها في المواقف المشابهة.

ويذكر " **تيري Terry** " **(2014)** أنه يجب تحديد أي الوسائل والطرق والآليات المرتبطة بالمعلومات المحيطة بالموقف أو المشكلة وهذا يعتمد على نشاط الذاكرة من حيث إدراك وتفسير الموقف أو الوضع أو الحالة التي يراد اتخاذ القرار بشأنها، وكذلك التفاعل والمعالجة التي تحدث في ذاكرة الفرد للمعلومات المرتبطة بالموقف التنافسي، لأن اتخاذ القرار يتأسس على ما نريد أن نقوم به مسبقًا من قرارات بشأن الأداء داخل الملعب من حيث تحديد نوع الاستجابة للحدث أو الموقف الذي يتوقع حدوثه.(٣٧: ٦٨)

ومن الملاحظ أن الاتحادات الدولية والمحلية تسعي دائماً للنهوض والارتقاء بالرياضة، وذلك بربط مختلف العلوم وإجراء البحوث والدراسات العلمية فضلاً عن إعطاء أهمية خاصة في إعداد المكونات الرئيسية لرياضة كرة اليد. وتتمثل في (اللاعب، المدرب، الحكم) ويعتبر الحكم من أهم هذه المكونات لما له من تأثير هام وكبير بقراراته الحاسمة والتي تلعب دوراً رئيسياً وهاماً في نجاح المباريات والوصول بها لأعلي مستوي، والتي لا يمكن تحقيقها إلا من خلال الارتقاء بمستوي التحكيم الذي يجب أن يكون ملازماً لتطوير رياضة كرة اليد.

وبما أن الحكام هم أحد المكونات الرئيسية لرياضة كرة اليد وعمودها الفقري وأهم أضلاعها، لما يمثلونه من أهمية فهم بمثابة الرياضي الذي يحرص على إدارة المباراة في نطاق احترام القانون نصاً وروحاً، ويعدوا بهذا الاعتبار مهيؤون أكثر من غيرهم للقيام بهذا الدور بدنياً وفنياً وذهنياً ونفسياً لكونهم يفصلون بين الفرق المتنافسة داخل الملعب فقد أصبحوا محط أنظار الجميع من لاعبين، ومدربين، وإداريين، وجمهور.

ويذكر " **شميدت وآخرون Schmidt et all(2019)(٣٤)** أن أكثر من ٣٥ % من الحكام الذين اعتبروا قادرين بدنياً على إدارة المباريات قد لا يكونون مستعدين عقلياً لمتطلبات تحكيم المباريات ، على الرغم من أن المسؤولية الرئيسية التي تقع عليهم لتطبيق قوانين اللعبة والتي تعتمد إلى حد كبير على القدرات النفسية والعقلية الهامة لاتخاذ القرار .

مما دعى الباحث إلى محاولة التعرف على ما يمتلكه الحكام من يقظة عقلية تمكنهم من التكيف مع الظروف والمواقف المختلفة للمباريات ، ومواجهة التحديات والثبات الانفعالي والإصرار على تحقيق أفضل النتائج واتخاذ القرار الصائب، ولعل من أهم تلك القوى ما يمتلكه الحكام من يقظة عقلية، فقد أشارت بعض الدراسات إلى أن الأفراد اللذين يمتلكون يقظة عقلية عالية هم الأكثر قدرة على توجيه سلوكياتهم وقدراتهم الفنية لتحقيق الأداء الجيد والمحافظة على أكبر قدر من الدافعية والفاعلية التي تمكنهم من تحقيق الأهداف المرجوة منهم، لذلك فإن قدرة الحكم على إدارة المنافسات مع الاحتفاظ بدرجة عالية من اليقظة العقلية له دور كبير للنجاح في إدارة المباراة واتخاذ القرار الصحيح، ومواجه ردود أفعال اللاعبين والمدربين والإداريين والجمهور باختلاف ثقافتهم وبيئتهم الاجتماعية، والتي تفرز سلوكيات انفعالية متباينة قد تنعكس علي قدرات الحكم وتؤثر علي قراراته من خلال السيطرة علي أفكاره والتحكم في انفعالاته عند إدارة المباراة .

ومن خلال خبرة الباحث في مجال كرة اليد و متابعته للبطولات التي ينظمها الاتحاد المصري لكرة اليد لاحظ أن المحاولات التي تسعي لتطوير رياضة كرة اليد تناولت عناصر كثيرة ومنها (اللاعبين والمدربين والبنية التحتية)، وعلى حد علم الباحث أن هناك نقص كبير في عدد

الأبحاث العلمية التي أجريت على حكام كرة اليد ، وبالتالي تم إغفال عنصر مؤثر يؤثر ويتأثر بمستوي كرة اليد ألا وهو الحكم.

وفي ضوء ما سبق يرى الباحث أهمية تناول هذا الموضوع تناولاً علمياً بالبحث والدراسة، لإيجاد الحل الأمثل لهذه المشكلة من خلال مُتابعة حكام كرة اليد بكافة درجاتهم (دولي – قاري - أولي – ثانية – ثالثة) أثناء قيادتهم للمباريات وذلك من خلال دراسة علمية لدراسة اليقظة العقلية وعلاقتها باتخاذ القرار لدى حكام كرة اليد.

هدف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف على العلاقة بين اليقظة العقلية واتخاذ القرار لدى حكام كرة اليد.

فروض البحث:

١- وجود فروق دالة إحصائياً في اليقظة العقلية لدي حكام كرة اليد وفقاً لمستوى درجاتهم (الدولي – القاري – الدرجة الاولى – الدرجة الثانية – الدرجة الثالثة).

٢- وجود فروق دالة إحصائياً في اتخاذ القرار لدى حكام كرة اليد وفقاً لمستوى درجاتهم (الدولي – القاري – الدرجة الاولى – الدرجة الثانية – الدرجة الثالثة).

٣- وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين اليقظة العقلية واتخاذ القرار لدى حكام كرة اليد.

مصطلحات البحث:

اليقظة العقلية: Mindfulness

" هي الحالة النفسية التي تتحقق من خلال التركيز على الوعي في الوقت الحاضر، في حيت الاعتراف بهدوء وقبول المشاعر والأفكار والاحاسيس الجسدية. (٣٣)

اتخاذ القرار: Decision Making

" هو إصدار الحكم السليم على المشكلة أو الموقف في التوقيت المناسب ". (٥٢:١٨)

الدراســات المرجعية:

أولاً : الدراسات العربية

١- قام " **أحمد عبدالرحمن إسماعيل** "(٢٠٢٢)(٣) بدراسة تهدف إلى التعرف على العلاقة بين بعض المتغيرات النفسية واتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم في مصر، واستخدم الباحث المنهج الوصفي المسحي، وقد اشتملت عينة البحث على ١٠٤ حكم كرة قدم ، وكانت أهم النتائج وجود ارتباط طردي بين الانتباة واتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم في مصر.

٢- قام **وائل السيد إبراهيم وآخرون (٢٠٢٢) (٢١)** بدراسة تهدف إلى التعرف على القدرات العقلية المؤثرة في اتخاذ القرار لدى حكام الكرة الطائرة ، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي المسحي، وقد اشتملت عينة البحث على ٥١ حكماً ، وكانت أهم النتائج وجود علاقة ارتباط طردية بين القدرات العقلية واتخاذ القرار لدى حكام الكرة الطائرة.

٣- قام **عروسي عبدالرازق ، سعود الجنيدي (٢٠٢٢) (١٣)** بدراسة تهدف إلى تحديد مستوى تركيز الانتباه واتخاذ القرار وتحديد العلاقة بينهما لدى حكام كرة القدم ، وأستخدم الباحث المنهج المسحي التحليلي، وقد اشتملت عينة البحث على ٣٠ حكم ، وكانت أهم النتائج يوجد مستوى إيجابي لكل من تركيز الانتباه واتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم ، وتوجد علاقة طردية بين مستوى تركيز الانتباه واتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم.

٤- قامت **إلهام حسن محمد (٢٠١٨) (٨)** بدراسة تهدف إلى بناء بطارية اختبار لقياس بعض القدرات البدنية والتعرف على مستوى اليقظة البعقلية لدى حكام كرة السلة وكرة اليد في الاردن، واستخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وقد اشتملت عينة البحث على ٣٢ حكماً، وكانت أهم النتائج ارتفاع درجة اليقظة العقلية لدى حكام كرة السلة وكرة اليد في الاردن.

إجراءات البحث:

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي حيث أنه المنهج المناسب لطبيعة البحث.

مجتمع البحث:

اشتمل مجتمع البحث على حكام رياضة كرة اليدالمسجلين والمعتمدين بالاتحاد المصري لكرة اليد للموسم الرياضي ٢٠٢٣م البالغ عددهم (١٦٥) حكم بجميع درجاتهم (دولي – قاري– أولى– ثانية

– ثالثة)، تم اختيار عينة عشوائية يبلغ عددها (٢٠) حكماً من مختلف الفئات ومن خارج العينة الأساسية لإجراء الدراسة الاستطلاعية، كما تم استبعاد (٨٥) حكماً لعدم القدرة على التواصل معهم ولعدم استكمال المقياسين، وبذلك أصبحت عينة البحث الأساسية (٦٠) حكماً من مختلف الفئات، وجدول (١) يوضح التوصيف الاحصائي لمجتمع وعينة البحث من الحكام على فئات التحكيم المختلفة.

جدول (١)

التوصيف الاحصائي لمجتمع وعينة البحث

تصنيف العينة	العينة الأساسية		العينة الاستطلاعية		المجتمع
	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	%١٠٠
حكام دوليين	٨	%١٣.٣٣	٣	%١٥	١٢
حكام قاريين	١٤	%٢٣.٣٤	٤	%٢٠	١٧
حكام درجة أولى	٨	%١٣.٣٣	٣	%١٥	٢٠
حكم درجة ثانية	١٥	%٢٥	٤	%٢٠	٣٠
حكم درجة ثالثة	١٥	%٢٥	٦	%٣٠	٨٦
الإجمالي	٦٠		٢٠		١٦٥

أسباب اختيار عينة البحث:

- جميع الحكام المسجلين بالاتحاد المصري لكرة اليد.
- تمثيل جميع فئات الحكام (دولي – قاري – أولي – ثانية – ثالثة).
- الاشتراك في تحكيم البطولات في وقت تطبيق البحث.

جدول (٢)

اعتدالية عينة البحث في العمر الزمنى وعدد سنوات الخبرة ن = ٨٠

المتغيـــــرات	المتوسط	الوسيط	الانحراف المعياري	معامل الالتواء
العمر الزمنى	٣٠.٥٠	٣١.٠٠	٠.٩٠	-١.٦٧
عدد سنوات الخبرة	١٢.١٤	١٢.٠٠	١.٨٦	٠.٢٣

يتضح من جدول (٢) أن قيم معاملات الالتواء للعمر الزمنى وعدد سنوات الخبرة لعينة البحث قد تراوحت ما بين (٠.٢٣ ، -١.٦٧) أي انحصرت ما بين (± ٣) مما يدل على أن اعتدالية عينة البحث في هذه المتغيرات.

وسائل وأدوات جمع البيانات:

تتمثل فيما يلي :

لجمع البيانات الخاصة بالبحث استخدم الباحث ما يلي:

- المسح المرجعي للأبحاث والدراسات العلمية العربية والأجنبية.
- استمارة استطلاع رأي الخبراء لتحديد محاور وعبارات مقياس اليقظة العقلية لحكام كرة اليد.
- مقياس اليقظة العقلية لدى حكام كرة اليد . **إعداد / الباحث.**
- مقياس اتخاذ القرار لدى حكام كرة اليد .

أولاً: مقياس اليقظة العقلية لدى حكام كرة اليد: إعداد الباحث

خطوات بناء مقياس اليقظة العقلية لدى حكام كرة اليد:

- تحديد المحاور الأساسية للمقياس:

تم ذلك من خلال الاطلاع على الكتب والمراجع العلمية والدراسات والبحوث التي تناولت موضوع اليقظة العقلية في مجال علم النفس كدراسة ميلر وأخرون **Maynard,et all** (٢٠١٧) (٤٤) ، **سولير وأخرون Soler et al** (٢٠١٦) (٥٠)، **زكى السقا وأخرون** (٢٠١٦) (١١)، **لورى Lori** (٢٠١٣) (٤٣)، **جيبتر وكرستفير Christopher & Gilbert** (٢٠١٠) (٣٢) وذلك لوضع محاور المقياس ومن ثم تم توصل الباحث لمحاور اليقظة العقلية وعددهم (٧) محاور وهي (التقبل، درجة الوعي، وصف الخبرات، الانفتاح والتجنب، الملاحظة الهادفة، التصرف بوعى، التحكم في الخبرات الداخلية) ، ثم قاما بعرضها على السادة الخبراء مرفق (١)، وجدول (٣) يوضح ذلك.

جدول (٣)

آراء الخبراء حول محاور مقياس اليقظة العقلية لدى حكام كرة اليد ن=٧

المحاور	التكرارات	النسبة المئوية
التقبل	٤	%٥٧
درجة الوعي	٧	%١٠٠
وصف الخبرات	٦	%٨٦
الانفتاح والتجنب	٣	%٤٣
الملاحظة الهادفة	٧	%١٠٠
التصرف بوعي	٦	%٨٦
التحكم في الخبرات الداخلية	٧	%١٠٠

يتضح من جدول (٣) أن النسبة المئوية لأراء السادة الخبراء حول محاور مقياس اليقظة العقلية لدى حكام كرة اليد قد تراوحت ما بين (٤٣% – ١٠٠%) وقد أرتضى الباحث نسبة (٨٦%) فيما أعلى لقبول المحور، ليصبح عدد المحاور المقبولة (٥) محاور.

– تحديد عبارات المقياس:

بعد تحديد المحاور الخاصة بالمقياس قام الباحث بصياغة مجموعة من العبارات تحت كل محور من محاور المقياس ،وقد راعى الباحث في صياغة العبارات ما يلي:

١. أن تكون العبارات واضحة ومفهومه.
٢. ألا توحي العبارة بنوع الاستجابة، الابتعاد عن الألفاظ صعبة الفهم.
٣. ألا تشتمل العبارة على أكثر من معنى (الازدواجية).
٤. أن تكون العبارات مناسبة لعينة الدراسة.
٥. أن تقيس العبارة جانب من جوانب المحور الذي تنتمي إليه.

وكان مجموع العبارات (٧٥) عبارة موزعة على (٥) محاور كما يوضحها جدول (٤) وذلك للتحقق من مدى انتماء العبارات للمحور، مدى سلامة الصياغة اللغوية للعبارات، حذف أو تعديل أو إضافة عبارات، تحديد ميزان التقدير الخاص بالمقياس وجدول (٤) يوضح محاور المقياس وعدد العبارات بكل محور.

جدول (٤)

محاور مقياس اليقظة العقلية لدي حكام كرة اليد وعدد عبارات كل محور

م	المحاور	عدد عبارات كل بُعد
١	درجة الوعي	١٣
٢	وصف الخبرات	١١
٣	الملاحظة الهادفة	١٦
٤	التصرف بوعي	١٦
٥	التحكم في الخبرات الداخلية	١٩

يتضح من جدول (٤) محاور مقياس اليقظة العقلية وعدد عبارات كل محور.

- المعالجة الإحصائية لآراء الخبراء على العبارات الخاصة بكل محور:

قام الباحث بعرض محتوي المقياس في صورته الأولية علي عدد (٧) من أساتذة علم النفس الرياضي وكرة اليد بكليات التربية الرياضية مرفق (١) ، وذلك بغرض تحديد مدي مناسبة العبارات لكل محور، وكذلك حذف أو تعديل أو إضافة العبارات إذا لزم الأمر **مرفق (٢)**، وجدول (٥) يوضح التعديلات التي أجريت على عبارات المقياس.

جدول (٥)

تعديلات السادة الخبراء على عبارات مقياس اليقظة العقلية لدي حكام كرة اليد

م	المحور	العدد المبدئي	عدد العبارات			العدد النهائي
			حذف	تعديل	اضافة	
١	درجة الوعي	13	٢-٧-١٣	٥-٦-١٠	–	١٠
٢	وصف الخبرات	11	١-٤-٩	٢-٦	–	٨
٣	الملاحظة الهادفة	16	١-٥-٧-٨-١٠-١٢-١٣-١٤-١٦	٢	–	٧
٤	التصرف بوعي	16	٢-٣-٦-١٠-١١-١٣-١٤	٥-٩-١٢-١٦	–	٩
٥	التحكم في الخبرات الداخلية	19	٣-٥-٨-١٣-١٤-١٥-١٨-١٩	٧-١٧	–	١١
مجموع العبارات		75	٣٠	١٢	–	٤٥

يوضح جدول (٥) محاور المقياس وأرقام العبارات المستبعدة والعبارات التي تم صياغتها وتعديلها والشكل النهائي للمقياس بعد تعديل الخبراء حيث أرتضى الباحث نسبة مئوية قدرها ٨٠% كحد أدنى لقبول العبارة، وبعد أجراء التعديلات على الصورة المبدئية للمقياس مرفق (٢) أمكن الحصول على الصورة التجريبية للمقياس، للتطبيق على العينة الاستطلاعية لإجراء المعاملات العلمية له قبل إعداد الصورة النهائية للتطبيق على العينة الاساسية، وقد اشتملت الصورة الثانية للمقياس على (٤٥) عبارة موزعة على (٥) محاور **مرفق (٣)**.

- إعداد المقياس وتطبيقه على العينة الاستطلاعية:

بعد أن تم إعداد المقياس في صورته الثانية تم توزيع العبارات عشوائيا مرفق (٣) وأصبح المقياس جاهز للتطبيق على العينة الاستطلاعية لإجراء المعاملات العلمية من صدق وثبات.

مقياس اتخاذ القرار:

من خلال الاطلاع على المراجع العلمية والدراسات المرجعية كدراسة (٣) ، (١٣) قام الباحث باستخدام مقياس اتخاذ القرار مرفق (٥) وقد قام الباحث بتعديل بعض العبارات وهي العبارات رقم (٣ ، ٥ ،٨، ٩، ١٠) وقد راعي الباحث في صياغة العبارات أن تكون العبارات واضحة ومفهومة ، وألا توحي بنوع الاستجابة ، الابتعاد عن الألفاظ صعبة الفهم ، وألا تشتمل العبارة على أكثر من معني ، وتتناسب مع الهدف من القياس

- قام الباحث بإعداد المقياس في صورته النهائية بطريقة الكترونية مرفق (٦) ويتكون المقياس من (١٥) عبارة حيث تمثل العبارات الايجابية الأرقام التالية (١، ٢، ٤، ٧، ٨، ٩، ١١، ١٢، ١٣، ١٤) بينما تمثل العبارات السلبية الأرقام التالية (٣، ٥، ٦، ١٠، ١٥) ويتم منح العبارات الايجابية الدرجات كما يلي (دائماً=٥ ، غالباً=٤ ، أحياناً=٣ ، نادراً=٢ ، وأبداً=١) اما بالنسبة للعبارات السلبية تكون الدرجات كالتالي (دائماً=١ ، غالباً=٢ ، أحياناً=٣ ، نادراً=٤ ، وأبداً=٥) ، وكلما حصل الحكم على الدرجة القصوي (٧٥) كلما تميز بالقدرة على اتخاذ القرار أثناء التحكيم.

خطوات تنفيذ البحث:

- الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية (للمقاييس المستخدمة في البحث) حيث قام بتطبيقها على العينة الاستطلاعية وعددها (٢٠) حكماً من مختلف الفئات والمسحوبة عشوائياً من مجتمع البحث ومن خارج العينة الأساسية في الفترة من يوم الخميس الموافق ١ / ١ / ٢٠٢٣م إلى يوم الخميس الموافق ٨ /١ / ٢٠٢٣م استهدفت ما يلي:

١. إيجاد المعاملات العلمية (الصدق – الثبات)

٢. التعرف على مدى مناسبة المقاييس النفسية المستخدمة لعينة البحث.

٣. التعرف على المعوقات التي تقابل العينة أثناء تطبيق المقاييس.

وقد أسفرت نتائج الدراسة الاستطلاعية عن:

١. مناسبة المقاييس للتطبيق على العينة قيد البحث.

٢. تم التحقق من مدى صدق وثبات أدوات المقاييس المستخدمة ومدي مناسبتها كـأدوات لجمع البيانات صالحة للتطبيق على عينة البحث.

المعاملات العلمية للمقاييس المستخدمة في البحث:

أولاً: مقياس اليقظة العقلية لدى حكام كرة اليد:

- **الصدق:** تم التأكد بطريقتين وهما :

صدق المضمون (المحتوى) :

حيث تم عرض الاستبيان على مجموعة من الخبراء وعددهم (٧) خبراء مرفق (١) وتم موافقتهم عليها مما يثبت صدق المحتوى .

- صدق الاتساق الداخلي لعبارات ومحاور المقياس:

تم حساب صدق الاتساق الداخلي للمقياس من خلال التعرف على العلاقة بين كل عبارة والمحور الذي تنتمي إليه، حيث تم حساب معاملات الارتباط بين العبارة والمجموع الكلي للمحور الذي تنتمي إليه ، وكذلك حساب معامل الارتباط بين المجموع الكلي لكل محور والدرجة الكلية للأستبيان وجدولي (٦) ، (٧) يوضحان ذلك .

جدول (٦)

معامل الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه (ن=٢٠)

المحور الأول		المحور الثاني		المحور الثالث		المحور الرابع		المحور الخامس	
رقم العبارة	قيمة " ر "	رقم العبارة	قيمة " ر "	رقم العبارة	قيمة " ر "	رقم العبارة	قيمة " ر "	رقم العبارة	قيمة " ر "
١	*٠.٥٧٨	٣	*٠.٥٧٨	٥	*٠.٥٧٤	٦	*٠.٦١٩	٨	*٠.٥٨٣
٢	*٠.٦٥١	٤	*٠.٦٥١	١٥	*٠.٥٨٤	٧	*٠.٤٨٨	٩	*٠.٥٦٥
١٠	*٠.٥٣٤	١١	*٠.٧٣٥	١٦	*٠.٥٦٦	١٧	*٠.٥٤٧	١٣	*٠.٧٣٩
٢١	*٠.٦٤٤	١٢	*٠.٥٤٤	٢٢	*٠.٦٦٧	١٨	*٠.٦٣٦	١٤	*٠.٦٠٦
٢٣	*٠.٥٣٦	٢٤	*٠.٦٣٥	٢٨	*٠.٥٧٩	٢٦	*٠.٧٣٨	١٩	*٠.٦٣١
٢٩	*٠.٦٤٩	٣٥	*٠.٥٤٨	٣٤	*٠.٥٨٨	٢٧	*٠.٦٠٣	٢٠	*٠.٥٥٧
٣٠	*٠.٦٧٢	٣٦	*٠.٧٧١	٤١	*٠.٥٦٦	٣١	*٠.٧٤٨	٢٥	*٠.٦١٢
٤٠	*٠.٥٤٥	٤٤	*٠.٦٧٧			٣٢	*٠.٦١٧	٣٣	*٠.٦٨٩
٤٢	*٠.٦٥٩					٣٩	*٠.٤٩٢	٣٧	*٠.٧٨٩
٤٣	*٠.٥٧٨							٣٨	*٠.٧٨٠
								٤٥	*٠.٦٦٢

قيمة ر الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ٠.٤٤٤

يتضح من جدول (٦) أن معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والمحور الذي تنتمي إليه دالة إحصائيا، حيث قيمة " ر" المحسوبة أكبر من قيمة " ر" الجدولية عند مستوي معنوية (٠.٠٥) ، مما يدل على صدق المقياس في قياس ما وضع من أجله .

جدول (٧)

قيم معاملات الارتباط بين درجات كل محور والدرجة الكلية لمقياس اليقظة العقلية (ن = ٢٠)

م	المحاور	عدد العبارات	معامل الارتباط
١	درجة الوعي	١٠	*٠.٦٤٥
٢	وصف الخبرات	٨	*٠.٦٢٢
٣	الملاحظة الهادفة	٧	*٠.٥٣٤
٤	التصرف بوعي	٩	*٠.٦٤٠
٥	التحكم في الخبرات الداخلية	١١	*٠.٥٧٧

قيمة ر الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ٠.٤٤٤

يتضح من جدول (٧) أن قيم معاملات الارتباط بين درجات كل محور والدرجة الكلية للمقياس تراوحت قيمتها بين (*٠.٥٣٤، *٠.٦٤٥) مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

- الثبات:

قام الباحث بإيجاد معامل الثبات لمقياس اليقظة العقلية قيد البحث وذلك عن طريق "معامل ألفاكرونباخ" ، وذلك علي العينة السابق ذكرها.وجدول (٨) يوضح ذلك.

جدول (٨)

معامل الثبات (معامل ألفاكرونباخ") لمحاور مقياس اليقظة العقلية (ن=٢٠)

م	المحاور	عدد العبارات	معامل ألفاكرونباخ
١	درجة الوعي	١٠	٠.٦٧٨
٢	وصف الخبرات	٨	٠.٦٥٧
٣	الملاحظة الهادفة	٧	٠.٥٧٧
٤	التصرف بوعي	٩	٠.٦٩٨
٥	التحكم في الخبرات الداخلية	١١	٠.٥٣٩
	الدرجة الكلية للمقياس	٤٥	٠.٦٧٩

قيمة ر الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ٠.٤٤٤

يتضح من جدول (٨) أن معاملات الارتباط عن طريق ألفا كرونباخ تراوحت ما بين (٠.٥٣٩، ٠.٦٩٨) مما يدل على أن المقياس ذو معامل ثبات عالي.

- الصورة النهائية الالكترونية لمقياس اليقظة العقلية للتطبيق على العينة الأساسية:

بعد إجراء المعاملات العلمية للمقياس (الصدق – الثبات) أصبح المقياس في صورته النهائية، يتكون من (٤٥) عبارة موزعة على (٥) محاور(مرفق ٤). وقام الباحث بإنشاء المقياس الكترونياً باستخدام تطبيق (Google Drive)على الرابط التالي :

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSfFEenRShxoggM0GJGXHkMln_7g-h4TXNMfXiRuzvpkhU-Sww/viewform?usp=sf_link

- طريقة تصحيح مقياس اليقظة العقلية:

أسفرت نتائج استطلاع رأى الخبراء عن ميزان تقدير ثلاثي (نعم، أحيانا، لا) وتحسب درجة استجابة المفحوص في المقياس وفق ميزان التقدير على النحو التالي تأخذ العبارات الايجابية

الدرجات (٣-٢-١) على التوالي والعكس بالنسبة للعبارات السلبية، وبذلك يكون الحد الأدنى والحد الأقصى لاستجابات العينة على المقياس كالتالي (٤٥ إلى ١٣٥) درجة.

ثانياً: مقياس اتخاذ القرار لدى حكام كرة اليد :

- **الصدق:** تم التأكد بطريقتين وهما :

صدق المضمون (المحتوى) :

حيث تم عرض الاستبيان على مجموعة من الخبراء وعددهم (٧) خبراء مرفق (١) وتم موافقتهم عليها مما يثبت صدق المحتوى .

- صدق الاتساق الداخلي لعبارات ومحاور المقياس:

قام الباحث بحساب صدق الاتساق الداخلي من خلال التعرف على العلاقة بين كل عبارة والمحور التابع له ، حيث تم حساب معاملات الارتباط بين العبارة والمجموع الكلي للمقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية وجدول (٩) يوضح ذلك.

جدول (٩)

معامل الارتباط بين العبارات والدرجة الكلية للمقياس (ن=٢٠)

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١	٠.٦٤٨	٩	٠.٧٧٩
٢	٠.٦٩٥	١٠	٠.٨٧٧
٣	٠.٨١١	١١	٠.٨٠٦
٤	٠.٦٨٩	١٢	٠.٧٨٧
٥	٠.٨١٥	١٣	٠.٨٥٥
٦	٠.٧٦٥	١٤	٠.٧٠٥
٧	٠.٨٤٣	١٥	٠.٨٦٧
٨	٠.٧٨٦		

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٤٤٤

يتضح من جدول (٩) أن معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والمجموع الكلي لمقياس اتخاذ القرار قيد البحث دالة إحصائيا، حيث تراوحت قيمة " ر" المحسوبة ما بين (٠.٧٠٥ ، ٠.٨٧٧)، وهى أكبر من قيمة " ر" الجدولية عند مستوي معنوية (٠.٠٥) = ٠.٤٤٤، مما يدل على صدق المقياس فيما وضع من أجله.

- الثبات:

قام الباحث بحساب ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ لمقياس اتخاذ القرار وذلك على عينة الدراسة الاستطلاعية وجدول (١٠) يوضح ذلك.

جدول (١٠)

معامل الثبات "(معامل ألفاكرونباخ") لمقياس اتخاذ القرار (ن=٢٠)

م	المحاور	عدد العبارات	معامل ألفاكرونباخ
١	مقياس اتخاذ القرار	١٥	٠.٧٩٥

قيمة ر الجدولية عند مستوي ٠.٠٥ = ٠.٤٤٤

يتضح من جدول (١٠) أن مقياس اتخاذ القرار حصل على معامل ثبات كلي بلغ (٠.٧٩٥) مما يدل على أن المقياس ذو معامل ثبات عالي.

- الصورة النهائية الالكترونية لمقياس اتخاذ القرار للتطبيق على العينة الأساسية:

بعد إجراء المعاملات العلمية للمقياس (الصدق – الثبات) أصبح المقياس في صورته النهائية، يتكون من (١٥) عبارة (مرفق ٦). وقام الباحث بإنشاء المقياس الكترونياً باستخدام تطبيق (Google Drive)على الرابط التالي :

https://docs.google.com/forms/d/e/1FAIpQLSd1jFVYt4Xy18qciIG3-LjOrN_xtvaB0XxEH6eMafKPQGJPEA/viewform?usp=sf_link

خطوات تطبيق البحث:

قام الباحث بتطبيق مقياسي اليقظة العقلية واتخاذ القرار(قيد البحث) لدى حكام كرة اليد في الفترة من ٢٠٢٣/١/١٤م وحتي ٢٠٢٣/٢/١٨م وذلك بعد التأكد من صلاحيتهما ووضعهما في صورتهما النهائية ، وقد تم ارسال الرابط الالكتروني الخاص بمقياسي اليقظة العقلية واتخاذ القرار إلي حكام كرة اليد والبالغ عددهم (٦٠) حكماً ، وبعد الانتهاء من التطبيق قام الباحث بتصحيح المقاييس طبقا للتعليمات الخاصة بكل مقياس، ثم قام الباحث برصد الدرجات تمهيدا لمعالجتها إحصائيا.

المعالجات الإحصائية:

قام الباحث بتجميع النتائج بدقة بعد الانتهاء من التطبيق ومعالجتها إحصائياً باستخدام برنامج الحزم الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) حيث تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- المتوسط الحسابي.
- الوسيط
- معامل الارتباط
- LSD.
- اختبار f- T TEST
- معامل الالتواء.
- الانحراف المعياري.

عرض النتائج ومناقشتها:

أولاً: عرض النتائج:

جدول (١١)

التوصيف الإحصائي لحكام كرة اليد على مقياس اليقظة العقلية ومقياس اتخاذ القرار (ن= ٦٠)

المقاييس	فئة الحكام	ن	م	ع
مقياس اليقظة العقلية	حكم دولي	٨	١٢٧.٥	١.١١
	حكم قاري	١٤	١١٨.١٧	٣.٣٥
	الدرجة الاولى	٨	١١٠.٤٢	٢.٤٠
	الدرجة الثانية	١٥	١٠٧.١٨	٣.١٥
	الدرجة الثالثة	١٥	٩٩.٩٤	٣.٩٣
	المجموع	٦٠	١٠٩.٢٤	٩.٣٩
مقياس اتخاذ القرار	حكم دولي	٨	١٢٠.٧	١.٢٥
	حكم قاري	١٤	١١٥.٣٨	١.٦٣
	الدرجة الاولى	٨	١٠٧.٥٦	١.٨٩
	الدرجة الثانية	١٥	١٠٢.٨٤	٢.٦٥
	الدرجة الثالثة	١٥	٩٧.٨٢	٢.٤
	المجموع	٦٠	١٠٦.٠٦	٧.٣٥

جدول (١٢)

تحليل التباين بين فئات حكام كرة اليد في مقياس اليقظة العقلية ومقياس اتخاذ القرار (ن= ٦٠)

المقاييس	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	الدلالة
مقياس اليقظة العقلية	داخل المجموعات	٤٣٩٨.٢٥	٤	١١١٢.٣١	١١.٨٧	دال
	بين المجموعات	٤١١.٢٤	٥٥	١٠.٠٨		
	المجموع الكلي	٤٨٠٩.٤٩	٥٩			
مقياس اتخاذ القرار	داخل المجموعات	٢٦١.٨٥٩	٤	٧٥٤.٠٩	٦.٦٦	دال
	بين المجموعات	٧٥٣.٧٧٤	٥٥	٦.٢٢		
	المجموع الكلى	١٠١٥.٦٣٣	٥٩			

قيمة " ف " الجدولية عند مستوى معنوية ٠,٠٥ = ٣.٤٧

يتضح من جدول (١٢) أن هناك فروق ذات دلاله إحصائية بين درجات حكام كرة اليد في مقياس اليقظة العقلية ومقياس اتخاذ القرار.

جدول (١٣)

الفروق بين فئات حكام كرة اليد في مقياس اليقظة العقلية (ن=٦٠)

المقياس	درجة الحكام	ن	م	ع	دولي	قاري	درجة اولى	درجة ثانية	درجة ثالثة
مقياس اليقظة العقلية	حكم دولي	٨	١٢٧.٥	١.١١		٨.٤٩	١٦.٢٤	٢٠.٤٩	٢٧.٧٤
	حكم قاري	١٤	١١٨.١٧	٣.٣٥			٧.٧٦	١٣	١٩.٢٥
	الدرجة الاولى	٨	١١٠.٤٢	٢.٤٠				٤.٢٥	١١.٥٠
	الدرجة الثانية	١٥	١٠٧.١٨	٣.١٥					٧.٢٥
	الدرجة الثالثة	١٥	٩٩.٩٤	٣.٩٣					
	المجموع	٦٠	١٠٩.٢٤	٩.٣٩					

يتضح من جدول (١٣) وجود فروق بين فئات حكام كرة اليد في مقياس اليقظة العقلية وأن هناك فروق ذات دلاله إحصائية بين الحكام الدوليين والقاريين مع كلا من حكام الدرجة الأولى والثانية والثالثة في إتجاه الحكام الدوليين والقاريين.

جدول (١٤)

الفروق بين فئات حكام كرة اليد في مقياس اتخاذ القرار (ن = ٦٠)

المقياس	درجة الحكام	ن	م	ع	دولي	قاري	درجة اولى	درجة ثانية	درجة ثالثة
مقياس اتخاذ القرار	حكم دولي	٨	120.7	1.25		٧.١٤	١٣.٩٣	١٧.٦٩	٢٢.١٠
	حكم قاري	١٤	115.38	1.63			٦.٨٠	١٠.٥٥	١٥.٥٧
	الدرجة الاولى	٨	107.56	1.89				٣.٧٧	٨.٧٩
	الدرجة الثانية	١٥	102.84	2.65					٥.٠٣
	الدرجة الثالثة	١٥	97.82	2.4					
	المجموع	٦٠	106.06	7.35					

يتضح من جدول (١٤) وجود فروق بين فئات الحكام في مقياس اتخاذ القرار وأن هناك فروق ذات دلاله إحصائية بين الحكام الدوليين والقاريين مع كلا من حكام الدرجة الأولى والثانية والثالثة في إتجاه الحكام الدوليين والقاريين.

جدول (١٥)

معاملات الارتباط بين اليقظة العقلية واتخاذ القرار لدى حكام كرة اليد (ن = ٦٠)

المتغيرات / مقياس اتخاذ القرار	قيمة (ر)
مقياس اليقظة العقلية	٠.٨٢٢

قيمة ر الجدولية عند مستوى (٠.٠٥) = ٠.٢٥٠

يتضح من جدول (١٥) وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة إحصائياً بين مقياس اليقظة العقلية وبين اتخاذ القرار لدى حكام كرة اليد.

ثانياً: مناقشة النتائج:

تشير نتائج جدول (١١) إلى أن المتوسط الحسابي والانحراف المعياري في مقياس اليقظة العقلية لدى افراد العينة جاء كالتالي " **الحكام الدوليين**" – المتوسط الحسابي (١٢٧.٥)، الانحراف المعياري (١.١١)، " **الحكام القاريين**" – المتوسط الحسابي(١١٨.١٧)، الانحراف

المعياري (٣.٣٥)، " **حكام الدرجة الاولى**" – المتوسط الحسابي (١١٠.٤٢)، الانحراف المعياري (٢.٤٠)، " **حكام الدرجة الثانية**" – المتوسط الحسابي (١٠٧.١٨)، الانحراف المعياري (٣.١٥) " **حكام الدرجة الثالثة**" – المتوسط الحسابي (٩٩.٩٤)، الانحراف المعياري (٣.٩٣)، بينما المتوسط الحسابي لجميع فئات الحكام كان (١٠٩.٢٤)، والانحراف المعياري (٩.٣٩).

كما تشير نتائج جدول (١٢) إلى أن هناك فروق بين متوسطات اليقظة العقلية لدى مستوى فئات التحكيم، ولذا قام الباحث باستخدام طريقة اقل فرق معنوي (L.S.D) لعمل المقارنات بين متوسط محاور مقياس اليقظة العقلية للمستويات الخمسة (الدولي – القاري – الدرجة الأولى – الدرجة الثانية – الدرجة الثالثة) للتعرف على الفروق المعنوية بين كل منهم.

وتشير نتائج جدول (١٣) إلى وجود فروق بين فئات حكام كرة اليد في مقياس اليقظة العقلية **و**أن هناك فروق ذات دلاله إحصائية بين الحكام الدوليين والقاريين مع كلاً من حكام الدرجة الأولى والثانية والثالثة في اتجاه الحكام الدوليين والقاريين.

وبالرجوع إلى مفتاح التصحيح لمقياس اليقظة العقلية يتضح أنه كلما زادت درجات الحكم على المقياس كان ذلك مؤشراً على زيادة اليقظة العقلية لديه، ومن ذلك نستطيع ترتيب درجات الحكام الأقل يقظة عقلية كالآتي حكام الدرجة الثالثة ويليهم حكام الدرجة الثانية ثم حكام الدرجة الأولى ثم الحكام القاريين ثم الحكام الدوليين، وبذلك يكون حكام الدرجة الثالثة هم أقل الدرجات التحكيمية يقظة عقلية عن باقي الدرجات من الحكام.

ويري **الباحث** أن حكام الدرجة الثالثة هم أقل خبرة ومن ثم فهم أكثر تأثراً بالأعباء المختلفة للمباريات وأقل قدرة على مواجهتها وعدم التأثر بها والتركيز على الهدف الرئيسي، ويرجع ذلك إلى افتقاد الحكام ذو الدرجات التحكيمية الأقل إلى الإعداد الكافي والحاجة إلى مزيد من دورات الصقل قبل نزولهم إلى تحكيم البطولات الرسمية، وكذلك قلة عدد البطولات التي يقوم بتحكيمها، بالإضافة إلى

العمل ساعات طويلة، واختلاف قرارات الحكام بينهم في المباراة نتيجة قلة الخبرة الأمر الذى يصيبهم بالتوتر وضعف الثقة بالنفس.

ويتفق هذه النتائج مع نتائج دراسة "**أماني الهاشمي (٢٠١٧) (٦٧)** ، " **كريس ويل وآخرون Creswell et all "(٢٠٠٧) (٢٦)** "**زكى السقا وآخرون**" **(٢٠٠٦) (٩)** ، والتي أكدت نتائجهم على أن اليقظة العقلية ذات أهمية خاصة في الالتزام بالسلوك القويم والقدرة على اتخاذ القرارات الصائبة وتقليل حدة الغضب والعنف وضبط النفس وتؤثر بشكل دال على ردود الفرد الانفعالية وكلما تمتع الفرد باليقظة العقلية كلما كانت ردود أفعاله محسوبة ومتزنة، بالاضافة إلى أن ذوي اليقظة العقلية المرتفعة يتميزون بالقدرة على ادارة المواقف والتصرف بطريقة مثلى كما ان اليقظة العقلية ذات أهمية خاصة في تقليل حدة الغضب والعنف وضبط النفس.

أما بالنسبة لحكام الدرجة الأولى فدائما ينتابهم شعور بالضيق العام لعدم تقدير بعض الأجهزة المعنية للجهد المبذول في عملية التحكيم، وكذلك قد يرجع إلى تحيز اللجنة العليا للحكام عند اختيار الحكام لإدارة المنافسات والبطولات الرسمية تجاه الحكام الدوليين والقاريين، علاوة على تجاهل اللجنة العليا للحكام وجهة نظر حكام الدرجة الأولى في مقترحاتهم لتطوير مهنة التحكيم مما يوثر على أدائهم التحكيمى ويقلل من يقظتهم العقلية.

ويتفق ذلك مع ما أشار اليه نتائج دراسة " **سولير وآخرون Soler et al" (٢٠١٦) (٣٦)** ، " **كرستفير وجيبتر Christopher &Gilbert**" **(٢٠١٠) (٢٥)** على أن التدريب على اليقظة العقلية قلل من أعراض الاندفاعية وساعد على تحمل الضغوط والأعباء ، وأنها ترتبط ارتباطا إيجابيا بالرضا عن الحياة وتقبل الذات.

ومن خلال العرض السابق يكون الباحث قد قام بتحقيق صحة الفرض الأول والذي ينص على:

" وجود فروق دالة إحصائياً في اليقظة العقلية لدي حكام كرة اليد وفقاً لمستوى درجاتهم (الدولي – القاري – الدرجة الأولى – الدرجة الثانية – الدرجة الثالثة)

تشير نتائج جدول (١١) إلى أن المتوسط الحسابي والانحراف المعياري في مقياس اتخاذ القرار لدى افراد العينة جاء كالتالي " **الحكام الدوليين**" – المتوسط الحسابي (١٢٠.٧)، الانحراف المعياري (١.٢٥)، " **الحكام القاريين**" – المتوسط الحسابي(١١٥.٣٨)، الانحراف المعياري (١.٦٣)، " **حكام الدرجة الاولى**" – المتوسط الحسابي (١٠٧.٥٦)، الانحراف المعياري (١.٨٩)، " **حكام الدرجة الثانية**" – المتوسط الحسابي (١٠٢.٨٤)، الانحراف المعياري (٢.٦٥) " **حكام الدرجة الثالثة**" – المتوسط الحسابي (٩٧.٨٢)، الانحراف المعياري (٢.٤)، بينما المتوسط الحسابي لجميع فئات الحكام كان (١٠٦.٠٦)، والانحراف المعياري (٧.٣٥).

كما تشر نتائج جدول (١٢) إلى أن هناك فروق بين متوسطات اتخاذ القرار لدى مستوى فئات التحكيم، ولذا قام الباحث باستخدام طريقة اقل فرق معنوي (L.S.D) لعمل المقارنات بين متوسط محاور مقياس اتخاذ القرار للمستويات الخمسة (الدولي – القاري – الدرجة الأولى – الدرجة الثانية – الدرجة الثالثة) للتعرف على الفروق المعنوية بين كل منهم.

تشير نتائج جدول (١٤) إلى وجود فروق بين فئات الحكام في مقياس اتخاذ القرار وأن هناك فروق ذات دلاله إحصائية بين الحكام الدوليين والقاريين مع كلاً من حكام الدرجة الأولى والثانية والثالثة في اتجاه الحكام الدوليين والقاريين.

وبالرجوع إلى مفتاح التصحيح لمقياس اتخاذ القرار يتضح أنه كلما زادت درجات الحكام على المقياس كان ذلك مؤشراً على زيادة قدرته على اتخاذ القرار، وكلما قلت درجة الحكام على المقياس كان ذلك مؤشراً على قلة قدرته على اتخاذ القرار، ومن ذلك نستطيع ترتيب درجات الحكام الأقل قدرة على اتخاذ القرار كالاتي حكام الدرجة الثالثة ويليهم حكام الدرجة الثانية ثم الأولى ثم الحكام الدوليين ثم الحكام القاريين، وبذلك يكون حكام الدرجة الثالثة هم أقل الدرجات التحكيمية في القدرة على اتخاذ القرار.

ويعزو **الباحث** هذه النتيجة إلى أن حكام الدرجة الثانية والدرجة الثالثة هم أقل درجات الحكام في القدرة على اتخاذ القرار لأنهم أقل مهنية وحرفية مما يعرضهم للوقوع في أخطاء كثيرة تمثل عبئاً وضغطاً عليهم، كما أنهم يتعاملون مع مستوي لاعبين وأجهزة فنية وإدارية أقل من حكام الدرجة الأولي وحتى فئة الجمهور نفسها قد تكون مختلفة، مع عدم قناعة اللجنة العليا للحكام بقدراتهم مما يقلل من قدرتهم على اتخاذ القرار.

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه " **مجدي حسن يوسف** " **(٢٠١٤) (١٦)** أن الاهتمام بتدريب المهارات النفسية للحكام في الأنشطة الرياضية المختلفة يزيد من فاعلية الأداء ويؤدي إلى تحقيق الإنجاز المنشود والوصول إلى حالة نفسية مثلي يؤدي الحكم من خلالها بصورة جيدة.

وبمقارنة نتيجة حكام الدرجة الأولى في مقياس اتخاذ القرار مع حكام الدرجة الثانية والثالثة أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية ويرجع الباحث هذه النتيجة إلى وجود فروق في عامل الخبرة التحكيمية والسمات النفسية لدى حكام الدرجة الأولى عن حكام الدرجة الثانية والثالثة.

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه ""**أحمد أمين فوزي ، طارق حمد بدر الدين (٢٠٠١) (٢)** أن الإعداد النفسي هو تلك الإجراءات التربوية التي تعمل على منع عمليات الاستثارة أو الكف الزائدة أو المنخفضة التي تؤثر سلباً على مستوى الإنجاز الرياضي كما تساعد مع مواقف وظروف المنافسة الرياضية وما يرتبط بها من أعباء نفسيه مما يؤدى إلى الإقلال من الإحساس بالخوف والتوتر والقلق النفسي وعدم الثقة، تلك العوامل التي تؤدى إلى انخفاض مستوى الإنجاز الرياضي.

ويذكر " **محمد حسن علاوى**" **(٢٠٠٢) (١٧)** أن الإعداد النفسي يهدف إلى تعليم وإكساب الرياضي مختلف القدرات والسمات والخصائص والمهارات النفسية وتنميته وإتقانها وكذلك توجيهه وإرشاده ورعايته بصوره تسهم في إظهار كل طاقاته وقدراته واستعداداته في المنافسات الرياضية.

ومن خلال العرض السابق يكون الباحث قد قام بتحقيق صحة الفرض الثاني والذي ينص على:

" وجود فروق دالة إحصائياً في اتخاذ القرار لدي حكام كرة اليد وفقاً لمستوى درجاتهم (الدولي – القاري – الدرجة الاولى – الدرجة الثانية – الدرجة الثالثة)".

تشير نتائج جدول (١٥) إلى وجود علاقة ارتباطية موجبه ودالة إحصائياً بين جميع أبعاد مقياس اليقظة العقلية (درجة الوعي، وصف الخبرات، الملاحظة الهادفة، التصرف بوعي، التحكم في الخبرات الداخلية، عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية، المقياس ككل) وبين مقياس اتخاذ القرار لدى حكام كرة اليد.

هذه العلاقة تعنى أنه كلما ارتفعت الدرجة على مقياس اليقظة العقلية بأبعاده كلما ارتفعت الدرجة على مقياس اتخاذ القرار، ويعزو الباحث ذلك إلى أن اليقظة تؤثر بشكل فعال في زيادة قدرة الحكم من التكيف مع أعباء ومجريات المباريات وتمكنه من اتخاذ القرار الصائب.

ويرى **الباحث** أن اتخاذ القرار من وظائف الحكم الأساسية، من حيث مدى قدرته على تحمل مسئولية قراراته وتحمله لطبيعة عمل التحكيم، ويساعده الالتزام بما جاء في القانون الخاص برياضة كرة اليد والسلوك الرياضي السليم، مع تركيز الانتباه أثناء التحكيم، وضبط النفس والانفعالات أثناء المواقف التحكيمية الصعبة والحاسمة على اتخاذ القرار الصائب، كما أن تمتع الحكم باليقظة العقلية يساعده أيضاً على اتخاذ القرار الصائب.

ويتفق ذلك مع ما أشار إليه **أحمد محمد زينة** (٢٠٠٦) (٤) أن متطلبات التحكيم في الأنشطة الفردية تختلف عن متطلبات التحكيم في الأنشطة الجماعية وخاصةً في كرة اليد ، حيث تتفاوت المتغيرات النفسية من حكم إلى آخر وفقاً لطبيعة المباراة وشدتها والجمهور وعدد اللاعبين داخل الملعب وطبيعة احتساب النقاط والاحتكاك المباشر بين اللاعبين الذي يزيد من درجة الصعوبة وذلك يظهر بوضوح في كرة اليد .

ويتفق كلاً من " **صباح قاسم خلف وسمير مهنا عناد "(٢٠٠٩) (١٠)** على أن العامل النفسي يلعب دوراً لا يقل شأناً عن العوامل الأخرى كونه يرتبط بكثير من المواقف التي تواجه الحكام خلال المباراة وأن العديد من الدراسات التي تم التوصل إليها تثبت أن الحكم الناجح يتميز عن غيره بالعديد من السمات ومنها الثبات الانفعالي والقدرة على اتخاذ القرار والثقة بالنفس وتحمل المسئولية والإبداع والطموح والقيادة.

وفي هذا الصدد ويشير كلاً من **أسامة كامل راتب (٢٠٠٦)(٥)، إبراهيم عبدربه خليفة (٢٠٠٦)(١)، محمد حسن علاوي (٢٠٠٢) (١٧)** أن الاهتمام بتدعيم وتنمية المهارات النفسية يؤدي إلى الإعداد المتكامل للحكام لتحقيق أفضل المستويات الرياضية، كما أن اكتساب تلك المهارات يزيد من قدرة الحكم علي التكيف مع ظروف المنافسة للوصول إلى اتخاذ القرار الصائب.

ومن خلال العرض السابق يكون الباحث قد قام بتحقيق صحة الفرض الثالث والذي ينص على:

" وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين اليقظة العقلية واتخاذ القرار لدى حكام كرة اليد."

الاستنتاجات:

في ضوء أهداف البحث وفروضه ونتائجه ، ومن خلال عرض ومناقشة النتائج يمكن إستخلاص الإستنتاجات التالية:-

١- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الحكام في اليقظة العقلية تبعا لدرجة الحكم، حيث جاء ترتيب درجات الحكام الأقل يقظة عقلية كالآتي حكام الدرجة الثالثة ويليهم حكام الدرجة الثانية ثم حكام الدرجة الأولى ثم الحكام القاريين ثم الحكام الدوليين.

٢- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الحكام في اتخاذ القرار تبعا لدرجة الحكم، حيث جاء ترتيب درجات الحكام الأقل قدرة على اتخاذ القرار كالاتي حكام الدرجة الثالثة ويليهم حكام الدرجة الثانية ثم الأولى ثم الحكام الدوليين ثم الحكام القاريين.

٣- وجود علاقة ارتباطية موجبه بين اليقظة العقلية واتخاذ القرار لدى حكام كرة اليد.

التوصيات:

في ضوء هدف البحث وفروضه وفي حدود طبيعة عينة البحث وما توصل إلية من نتائج يوصي الباحث بما يلي:

١- الاهتمام بالإعداد النفسي لحكام كرة اليد بجانب الإعداد البدني في كافة المستويات.

٢- إعداد الأخصائي النفسي الرياضى لمقابلة الاحتياجات النفسية للحكام.

٣- الاهتمام بإقامة دورات إرشادية ونفسية لصقل الحكام وإعداد البرامج المناسبة لهم.

٤- الاهتمام بتنمية اليقظة العقلية لدى الحكام لما لها من تأثير كبير على قدرتهم على اتخاذ القرار.

٥- ضرورة إجراء دراسات أخرى لإعداد برامج لتنمية اليقظة العقلية للحكام بصفة عامة ولحكام كرة اليد بصفة خاصة.

المراجع:

أولاً: المراجع العربية:

١. **إبراهيم عبد ربه خليفة (٢٠٠٦)**: التأهيل النفسي للاعب المصاب (المدخل النظري – أساليب التطيب)، مجلة الجمعية المصرية لعلم النفس الرياضي، الإعداد النفسي للبطل الرياضي، الإصدار الثالث، دار الفكر العربي، القاهرة.

٢. **أحمد امين فوزي، طارق حمد بدر الدين (٢٠٠١م)**: سيكولوجية الفريق الرياضى، دار الفكر العربي، القاهرة.

٣. **أحمد عبدالرحمن إسماعيل (٢٠٠٦)**: بعض المتغيرات النفسية وعلاقتها باتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم في مصر، مجلة أسيوط لعلوم وفنون الرياضة ، المجلد (١) ، العدد (٦٢) ، كلية التربية الرياضية ، جامعة أسيوط .

٤. **أحمد محمد زينة (٢٠٠٦):** مفهوم الذات والقدرة على القيادة لدي حكام الدوليين في الأنشطة الرياضية في جمهورية مصر العربية، رسالة دكتوراة، غير منشورة، جامعة بنها.

٥. **أسامة كامل راتب (٢٠٠٦):** الرعاية النفسية للبطل، مجلة الجمعية المصرية لعلم النفس الرياضي، الإعداد النفسي للبطل الرياضي، الإصدار الثالث، القاهرة.

٦. **أماني عبد الله الهاشمي (٢٠١٧):** درجة توافر اليقظة الذهنية لدى مديري المدارس الثانوية الحكومية في محافظة عمان وعلاقتها بدرجة ممارسة سلوك المواطنة التنظيمية للمعلمين من وجهة نظرهم، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم التربوية، جامعة الشرق الأوسط، الأردن.

٧. **السيد عبد المنعم محمد (٢٠٠١):** عوامل الضغط النفسي وعلاقتها باتخاذ القرار لدى حكام الأنشطة الرياضية (دراسة تحليلية مقارنة)، رسالة دكتوراه، غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة حلوان.

٨. **إلهام حسن محمد (٢٠١٨) :** بناء بطارية لقياس بعض القدرات البدنية والتعرف على مستوى اليقظة العقلية لدى حكام كرة السلة واليد في الاردن ، رسالة ماجستير ، الجامعة الاردنية ، الاردن .

٩. **زكى السقا، وردة عثمان، حنان محمود ويوسف، ماجي حنا (٢٠١٦):** العلاقة بين اليقظة الذهنية وكل من الغضب وإدارته. مجلة البحث العلمي في التربية، مصر.

١٠. **صباح قاسم خلف وسمير مهنا عناد (٢٠٠٩م):** حكام كرة القدم (تدريب، تغذية، مناهج)، مطبعة الأخوين، بغداد.

١١. **صبحي نصير (١٩٩٧) :** الحكم والكرة ، ط٢ ، مطبعة النهضة ، القاهرة .

١٢. **طلحة حسام الدين (١٩٩٧):** مقدمة في الإدارة الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

١٣. **عروسي عبدالرازق، سعود الجنيدي (٢٠٢٢):** مستوى تركيز الانتباة واتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم الرابطة الولائية المسيلة، مجلة التحدي، المجلد (١٤) ، العدد (١) ، معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، الجزائر.

١٤. **كمال درويش ، محمد الحماحمي ، سهير المهندس (١٩٩٦):** الادارة الرياضية (الأسس والتطبيقات) ، ط٢ ، دار الفكر العربي ، القاهرة.

١٥. **لمياء رضوان لبيب (٢٠٠٥)**: العوامل المؤثرة في اتخاذ القرار لدي حكام كرة اليد، المؤتمر العلمي الثالث والعشرون، العدد الثاني، يوليو، كلية التربية الرياضية للبنات، القاهرة.

١٦. **مجدي حسن يوسف (٢٠١٤)**: فينومينولوجيا التدفق النفسي في المجال الرياضي، دار الوفاء لدنيا الطباعة/مؤسسة عالم الرياضة، الإسكندرية.

١٧. **محمد حسن علاوي(٢٠٠٢)**: علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية، دار الفكر العربي، القاهرة.

١٨. **محمد حسن علاوي (١٩٩٨)**: سيكولوجية القيادة الرياضية، مركز الكتاب للنشر، القاهرة.

١٩. **مروة صادق الزبيدي (٢٠١٢)**: الاستقرار النفسي وعلاقته باليقظة الذهنية لدى طلبة المرحلة الاعدادية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الأساسية، جامعة ديالى.

٢٠. **هالة خير إسماعيل (٢٠١٧)**: المرونة النفسية وعلاقتها باليقظة العقلية لدى طلاب كلية التربية (دراسة تنبؤية)، مجلة الارشاد النفسي، العدد (٥٠)، الجزء (١)، القاهرة.

٢١. **وائل السيد إبراهيم (٢٠٢٢)**: دراسة تحليلية للقدرات العقلية المؤثرة في اتخاذ القرار لدى حكام الكرة الطائرة ، المجلة العلمية للتربية البدنية وعلوم الرياضة ، العدد (١)، المجلد (٢٥)، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة بنها.

٢٢. **وائل رفاعي إبراهيم (٢٠٠٣)**: بروفيل سمات الشخصية للمدرب وتأثيره على مهارات الاتصال واتخاذ القرار في المواقف الرياضية، رسالة دكتوراه غير منشورة– كلية التربية الرياضية للبنين– جامعة حلوان.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

23. **Brausch, B. (2011):** The role of mind fulness in academic stress, self-efficacy, and achievement in college students. Thesis submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of Master of Counseling in the graduate school, Eastern Illinois University Charleston, Il.
24. **Chen, L. (2015):** An exploration of mindfulness and its experiential benefits: Taiwanese Backpackers in Australia. A thesis submitted for the degree of Doctor of Philosophy at the University of Queensland.

25. **Christopher, M. & Gilbert, A . (2010) :**Measuring the ability of mind fullness components to predict life satisfaction and self-esteem in middle school students Unpublished ph. D. Dissertation , Wayne state university.
26. **Creswell , J., Way , B. , Eisenberger , N. & Lieberman , M. (2007):** Neural correlates of dispositional mind fulness during affect lobeling psy chosomatic Medicine , 69 (6) , 560-565
27. **Ivtzan. I., Young, T., Martman, J., Jeffrey, A., Lemas. T., Hart, K., & Eramosa, F. (2016):** Integrating mindfulness into positive Psychology: A randomized controlled trial of an online positive mindfulness program. Mindfulness. DOIO. 1007/512671-016-6581-1.
28. **Kessler, Lara (2005):** Investing teachers' Decision – Making Abilities, in class Behavior, and pupils' Academic achievement. Un published dissertation, university of Virginia, U.S.A.
29. **Keye, M., & Pidgeon, A. (2013):** An investigation of the relationship between **resilience**, mindfulness, and academic self-efficacy. Open Journal of Social Sciences, 1(6),1-4.
30. **Langer E.J & Moldorean (2000):** mind full learning, current directions in .psychological science , vol : 9 pp.220-223
31. **Lori, B. (2013)** : Integrating mindfulness practices into the elementary curriculum to improve attention task behaviors and social relations . Journal of Transper sonal Psychology.
32. **Maynard, B., Solis, M, Miller, l. & Brendel, K. (2017):** Mindfulness: Based interventions for improving cognition , academic achievement , behavior, and socioemotional functioning of primary and secondary school students . Experimental Psychology.
33. **Oxford dictionaries online**. **(2014)**: Retrieved from http://**www**.oxforddictionaries.com.
34. **Schmidt, R.& Lee, T., (2011):** Motor Control and Learning Behavioral Emphasis -5th Edition .Human Kinetics.
35. **Seligman, A. (2002):** Positive psychology, Positive Prevention & Positive therapy in C. R. Snyder & S. J. Lopez (Eds). The handbook of Positive psychology , New .York. Oxford University Press.
36. **Soler, A .,passcual, C.,Tiana,T,Cerbia, A., Brarraching, J., Campins, M. Perez,V.(2016):** behavior therapy skills training compared to standard group therapy in border line personality disorder month randomized controlled clinical trial. Behavior Research and therapy.
37. **Terry. M, Morris (2004):** Acquisition and performance of sports skills. Wiley Sport texts, London, United Kingdom.