مجلة دامو لعلوم الرياضة
DAMU JOUNRAL OF SPORT SCIENCE (DJSS)
ISSN-L: 3005-8244, ISSN-P: 3005-8236
DOI Prefix: 10.64002

مقياس قلق الحالة النفسية وعلاقته بسرعة أتخاد القرار لحكام كرة القدم

م.د خلود جمعه قاسم

[1] كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بغداد، العراق.

*الايميل: kholoud.j@cope.uobaghdad.edu.iq

تاريخ استلام: 2026/07/18 تاريخ القبول: 2026/08/25 تاريخ نشر:2026/10/25

الملخص

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى قلق الحالة النفسية لدى حكام كرة القدم، وتحديد طبيعة العلاقة الارتباطية بين هذا القلق وسرعة اتخاذ القرار لديهم أثناء إدارة المباريات. بالإضافة إلى الكشف عن الفروق ذات الدلالة الإحصائية في هذه المتغيرات تِبعاً لمتغير الخبرة أو الدرجة التحكيمية.

استخدم الباحث المنهج المسحي لملائمته لطبيعة الدراسة البحث.وتم تحديد المجتمع وهم حكام الدرجة الثانية بكرة القدم في محافظة بغداد وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية من حكام الدرجة الثانية بكرة القدم في محافظة حيث بلغ عددها (١٠) حكام من أصل (١٣) حكم درجة ثانية, توصل الباحث الى عدة استنتاجات منها وجود علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين مستوى قلق الحالة النفسية وسرعة اتخاذ القرار؛ حيث إن ارتفاع حدة القلق والتوتر لدى الحكم يؤدي إلى بطء أو تشتت في اتخاذ القرارات التحكيمية المناسبة.ومن التوصيات التي خرج بها البحث ضرورة الاهتمام بالإعداد النفسي لحكام كرة القدم وتدريبهم على برامج الاسترخاء ومواجهة ضغوط المباريات، لإبقاء قلق الحالة في مستوياته الإيجابية والمحفزة التي لا تؤثر سلباً على سرعة وجودة قراراتهم داخل الملعب.

الكلمات المفتاحية:

قلق الحاله النفسية، سرعة أتخاد قرار ، الحكام، كرة القدم.

This is an open access article under the CC BY license:

https://doi.org/10.64002/0ha21106

مجلة دامو لعلوم الرياضة
DAMU JOUNRAL OF SPORT SCIENCE (DJSS)
ISSN-L: 3005-8244, ISSN-P: 3005-8236
DOI Prefix: 10.64002

Psychological Anxiety Scale and its Relationship to Decision-Making Speed among Football Referees

Asst. Dr. Kholoud Jumaa Qasim

[1] **College of Physical Education and Sports Sciences, University of Baghdad, Iraq**.

***Corresponding author**: kholoud.j@cope.uobaghdad.edu.iq

Received date:18/07/2026 **Accepted date: 25/08/2026** **Published date: 25/10/2026**

Abstract

This study aimed to identify the level of psychological anxiety among football referees and determine the nature of the correlation between this anxiety and their decision-making speed during matches. It also aimed to reveal statistically significant differences in these variables according to the experience or refereeing level variable.

The researcher used the survey method as it was suitable for the nature of the research study. The population was defined as second-division football referees in Baghdad Governorate, and the sample was selected purposively from (10) referees out of (13) second-division referees in the governorate. The researcher reached several conclusions, including the existence of a statistically significant inverse correlation between the level of psychological anxiety and decision-making speed. High levels of anxiety and tension among referees can lead to slower or more inconsistent decision-making. One of the recommendations of this research is the need to focus on the psychological preparation of football referees and train them in relaxation techniques and coping mechanisms for match pressures. This will help maintain a positive and motivating level of anxiety that does not negatively impact on the speed and quality of their decisions in the field.

Keywords:

Anxiety, Decision-Making Speed, Referees, Football.

This is an open access article under the CC BY license:

https://doi.org/10.64002/0ha21106

1-التعريف بالبحث:

1-1 المقدمة البحث واهميته:

أن العصر الحديث اخذ يهتم بعدة مجالات مختلفة وأبرزها المجال الرياضي حيث أخذ هذا المجال الاهتمام الكبير على المستوى الحكومي فقد اشتهرت دول عديدة من خلال انجازاتها الرياضية، وأصبح واضحا أن التطور الرياضي دليل على تقدم ورقي هذه الدولة وتحضرها. ويعد علم النفس الرياضي واحداً من العلوم التي حظيت بالدراسة والبحث للوصول إلى الحقائق العلمية التي تسهم في تطوير المستويات الرياضية إذ يحاول أن يدرس بصورة علمية سلوك وخبرة الفرد وعملياته العقلية المرتبطة بالنشاط الرياضي على مختلف مجالاتها ومستوياتها ومحاولة الوصف والتفسير والتنبؤ بها للإفادة من المعارف والمعلومات المكتسبة في التطبيق العملي (عثمان 2001).

ولعبة كرة القدم إحدى الألعاب الرياضية الأكثر شعبية في العالم وذلك لما تحمله من تشويق وإثارة ومتعة كبيرة سواء للاعب الممارس أو المتفرج (المشاهد).

تعتمد لعبة كرة القدم على عدة اركان الحكم، المدرب اللاعب...الخ) وأن من أهم هذه الاركان هي قواعد وقوانين اللعبة وتطبيقها بواسطة الطاقم التحكيمي المؤلف من أربعة حكام (حكم ساحة، حكمان مساعدان، الحكم الرابع)، من هنا تتضح أهمية الحكام بكرة القدم في المباراة لما لهم الأثر الكبير في سير المباراة (ابو ندى 2007).

وأن الحكام معرضين إلى ضغوط وانفعالات نفسية تحول دون حدوث استجابات عقلية وبدنية سريعة، فالقلق النفسي احد مظاهر الانفعالات النفسية الذي قد تؤثر وبدرجة واضحة على أداء الحكم المساعد أثناء المباراة ويحدث القلق أثناء وقبل المباراة لأسباب عديدة منها (الجمهور، اللاعبين المنطقة الفنية، طبيعة وظروف المباراة... الخ).

ومن هنا يترتب علينا معرفة أهم المعوقات التي يواجهها الحكام وأعدادهم إعداداً بدنياً وتربوياً ونفسياً، من أجل التقليل من تأثير هذه المعوقات لتكون قرارات الطاقم التحكيمي بشكل سليم وجعل اللعب نظيفا والتنافس بين اللاعبين بأسلوب رياضي شريف.**من هنا جاءت أهمية البحث** في معرفة العلاقة بين قلق الحالة ومستوى أداء الحكام بكرة القدم، والوقوف على النقاط المهمة التي ترتقي بأداء الحكام (العزاوي1988).

1-2 مشكلة البحث :

أن تبدأ مباراة كرة القدم بدون وجود جمهور أو بعدد أقل من المقرر من اللاعبين (بشرط أن لا يقل عن سبعة لاعبين) لكن لا يمكن أن تبدأ المباراة بدون تكامل الطاقم التحكيمي (الحكم الحكمان المساعدان، الحكم الرابع) وان نجاح أي مباراة ينظر إليها من خلال نجاح الطاقم التحكيمي وتعاونهم في قيادتها.

This is an open access article under the CC BY license:
https://doi.org/10.64002/0ha21106

فالحكام هم احد الأعضاء الأساسيين في لعبة كرة القدم بسبب السلطة المطلقة لهم والجهود العالية التي يبذلها فواصلت كافة المجالات الرياضية في جميع أنحاء العالم على ضرورة الاهتمام بهم .

ومن خلال اطلاع الباحث ومشاهدته لعدة مباريات وجد أن الحكام يرتكبون أخطاء تؤثر في نتائج المباريات، وأن هذه الأخطاء جاءت نتيجة تباين مستوى القلق قبل وخلال المباراة إضافة إلى ذلك الخلفية التي يمتلكها الحكم المساعد بالإضافة الى ذلك لاحظ الباحث قلة وجود الدراسات التي تهتم بالجانب النفسي لدى الحكام وكذلك قلة وجود البرامج التدريبية النفسية والعلمية لغرض التحضير النفسي لدى الحكام لتقليل الضغوطات النفسية المتعددة والاستفادة من قلق الحالة ليكون ميسرا لهم، أن جميع هذه المتغيرات تساهم في تردي أداء الحكام وزيادة نسبة الخطأ في المباريات، وسيتناول الباحث جزء من هذه المشاكل وهي قلق الحالة لدى الحكام في كرة القدم.

1-3 أهداف البحث: يهدف البحث التعرف على:

1. معرفة مستوى قلق الحالة لدى حكام كرة القدم.
2. ايجاد العلاقة بين القلق الميسر والقلق المعوق.

1-4 فروض البحث

1. وجود علاقة بين القلق كحالة وسرعة اتخاذ القرار من قبل الحكام .
2. وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين القلق الميسر والقلق المعوق لدى الحكام.

1-5 مجالات البحث

1-5-1 المجال البشري// 13 حكما من حكام الدرجة الثانية في محافظة بغداد

1-5-2 المجال المكاني// الاتحاد كرة القدم

1-5-3 المجال الزماني 12/ 12/ 2025- 28/ 2/ 2026.

2- إجراءات البحث

2-1 منهج البحث :استخدم الباحث المنهج المسحي لملائمته لطبيعة الدراسة البحث.

2-2 عينة البحث : تم تحديد المجتمع وهم حكام الدرجة الثانية بكرة القدم في محافظة بغداد وتم اختيار العينة بالطريقة العمدية من حكام الدرجة الثالثة بكرة القدم في محافظة حيث بلغ عددها (١٠) حكام من أصل (١٣) حكم درجة ثانية وكنت نسبة مئوية مقدارها 9, 76 من المجتمع الأصلي.

2-3 أدوات البحث :

اعتمد الباحث الأدوات التالية :

أ. المصادر والمراجع العربية والأجنبية.

ب. المقابلات الشخصية.

ت. الاستبيان.

2-4 التجربة الاستطلاعية:

ان الغرض منا جراء التجربة الاستطلاعية وإن الغرض من إجراء التجربة الاستطلاعية بهدف تحديد الإطار العام لمحاور وفقرات ورقة الاستبيان

This is an open access article under the CC BY license:
https://doi.org/10.64002/0ha21106

التي سيعتمدها الباحث وإيجاد الأسلوب الواضح والأقرب إلى مدارك الحكام مما يجعل النتائج أكثر موضوعية ودقة. وقام الباحث بتاريخ 7/ 2/ 2026 بتوزيع الاستبيان.

2-5 استمارة الاستبيان:

تألفت استمارة الاستبيان من (٢٦) سؤالا كان كل سؤال يقيس ناحية معينة ومناسبة لقياس صفة القلق وكان الغرض من هذه الأسئلة هو الكشف على مستوى القلق الذي يتميز به الحكم وهو مقياس معدل عن قياس القلق لدى الرياضيين.

2-6 الأسس العلمية للاختبار :

2-6-1 ثبات الاستبيان :

وزع الباحث استمارة الاستبيان على مجموعة من الأفراد الذين تم استبعادهم من عينة البحث مكونة من (٣) حكام من الدرجة الثانية لإيجاد معامل ثبات أسئلة الاستبيان حيث تم توزيعها بتاريخ 7/ 2/ 2026 وأعيد توزيع الاستمارة على نفس المجموعة بتاريخ 11/ 2/ 2026 وبعد إيجاد معامل الارتباط بين الإجابتين ظهر إن معامل الثبات كان ٠/٩١ وهذا يدل على أن فقرات الأسئلة كانت ثابتة وتقيس الهدف الموضوع من اجله.

2-6-2 صدق الاستبيان:

قام الباحث بفحص استمارة الاستبيان ومفرداتها فقد تبين صلاحية صياغة الأسئلة وملائمتها لعينة البحث ووضوح عباراتها كما إنها كانت شاملة لكافة النواحي التي استخدمها الباحث, إضافة إلى ذلك تم استخراج صدق المعامل الصدق الذاتي وهو الجذر التربيعي لمعامل الثبات وكان ٠.٩٥ أي أن الأسئلة كانت صادقة في قياس القلق للمختبرين.2

2-6-3 موضوعية استمارة الاستبيان:

تم عرض الاستبيان على عدد من المختصين في علم النفس وكرة القدم في جامعة بغداد, حيث اجمع المختصون على أن استمارة الاستبيان تقيس القلق للحكام ولم تختلف آرائهم حول معنى الأسئلة التي عرضت عليهم وهذا محقق شروط الموضوعية بالإضافة إلى استخدام الميزان الخماسي.

2-7 الوسائل الإحصائية :

الوسط الحسابي / الانحراف المعياري/ معامل الارتباط./اختبارات لقياس معنوية الاختبار./ اختبار t_test/ معادلة تحديد مستوى التوزيع.

This is an open access article under the CC BY license:
https://doi.org/10.64002/0ha21106

3- عرض وتحليل ومناقشة النتائج

❖ لقد تم تلخيص نتائج الاختبارات وفق استمارة الاستبيان لقياس مستوى القلق الميسر والقلق المعوق وقلق الحالة لعينة البحث في الجدول رقم (١) بشكل يسهل تحليلها ومناقشتها.

جدول رقم (١)

يبين قلق الحالة (الميسر والمعون) لعينة البحث

تسلسل الحكم	القلق الميسر	القلق المعوق	قلق الحالة
1	36	22	58
2	42	28	70
3	31	18	49
4	45	24	69
5	39	26	65
6	47	32	79
7	35	20	55
8	40	25	65
9	44	29	73
10	38	21	59

يوضح هذا الجدول القلق الميسر والمعوق وقلق الحالة لحكام الدرجة الثانية بكرة القدم في محافظة بغداد ومن خلال الجدول رقم (1) يمكننا التعرف على مستوى القلق الميسر والمعوق وقلق الحالة لدى أفراد عينة البحث, فقد سجل الاختبار أعلى مستوى للقلق الميسر قيمة مقدارها 47 في حين كانت اقل قيمة هي 31 بينما كانت أعلى قيمة للقلق المعوق هي 32 واقل قيمة هي 18 وتؤكد النتائج على أن أعلى قيمة لقياس قاق الحالة لدى عينة البحث كانت 79 واقل قيمة هي 49.

جدول رقم (٢)

يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة والمحتسبة والجدولية ودلالة الارتباط للقلق الميسر والمعوق لعينة البحث.

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ر		الدلالة
			المحتسبة	الجدولية	
ميسر	39.70	4.97	0.672	0.632	معنوي
معوق	24.50	4.50			

❖ من خلال الجدول رقم (2) يمكننا الاستدلال على وجود علاقة ارتباط بين القلق الميسر والقلق المعوق حيث كانت قيمة المحتسبة 0.672 ومن خلال المقارنة بين قيمة (ر) الجدولية تحت مستوى دلالة ٠.٠٥ لدرجة حرية ٨ يتضح بأن قيمة (ر) المحتسبة أكبر من قيمة (ر) الجدولية وهي 0.632.

❖ ولاختبار معنوية الارتباط بشكل أدق استخدم الباحث اختبارات المعرفة معنوية الارتباط حيث كانت قيمة (ت) المحتسبة هي 2,566 وعليه يعزز استدلالنا على وجود فروق ذات دلالة معنوية لعلاقة الارتباط لمستوى القلق الميسر والمعوق حيث كانت قيمة (ت) المحتسبة 2,566اكبر من قيمة ت الجدولية 2,306

This is an open access article under the CC BY license:
https://doi.org/10.64002/0ha21106

جدول رقم (٣)
يوضح الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة ت المحتسبة والجدولية والدلالة للقلق الميسر والمعوق لعينة البحث

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت		الدلالة
			المحتسبة	الجدولية	
ميسر	39.70	4.97	6.372	2.262	معنوي
معوق	24.50	4.50			

- ❖ من خلال جدول رقم (3) يظهر لنا ما يؤد فرضيتنا وجود فروق ذات دلالة معنوية بين مستوى القلق الميسر والمعوق حيث كانت قيمة ت المحتسبة 6.372 في حين كانت قيمة ت الجدولية 2.262 تحت مستوى درجة ثقة 0.05 ودرجة حرية 9.
- ❖ من الأوساط الحسابية يمكننا التعرف على إن الفرق كان لصالح القلق الميسر الذي مقداره 39.70 وبانحراف معياري مقداره 4.97 في حين كان مقدار الوسط الحسابي للقلق المعوق هو 24.50 وبانحراف معياري مقداره 4.50 وهذا يعني كلما ارتفعت درجة القلق الميسر لدى حكام الدرجة الثانية بكرة القدم في محافظة بغداد كلما انخفض مستوى القلق المعوق
- ❖ ويشر لحالة القلق موانتر إلا إن ظاهرة القلق أصبحت محور اهتمام كثير من علماء النفس الرياضيين لنا لها من أثر على الأداء في المنافسات الرياضية).

3-1مناقشة النتائج:

من خلال استعراض النتائج الإحصائية الواردة في الجداول (1، 2، 3)، والتي تناولت مستويات قلق الحالة (الميسر والمعوق) والعلاقة الارتباطية والفروق بينهما لدى حكام الدرجة الثانية بكرة القدم في محافظةبغداد.

أظهرت النتائج وجود تباين إيجابي بين مظهري القلق؛ إذ بلغ المتوسط الحسابي للقلق الميسر وهو أعلى بكثير من المتوسط الحسابي للقلق المعوق وتدعم هذه النتيجة القيمة المستخرجة باختبار (ت) للفروق بين العينات المترابطة ، مما يثبت وجود فروق جوهرية وذات دلالة إحصائية واضحة ولصالح القلق الميسر.(راتب1995)

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى طبيعة الفئة التحكيمية المستهدفة (حكام الدرجة الثانية)، حيث يمثل القلق في هذه المرحلة دافعاً ومحفزاً إيجابياً (Facilitating Anxiety) يدفع الحكم إلى زيادة التركيز، ورفع درجة اليقظة والانتباه اللحظي لمجريات المباراة، ومحاولة إثبات الذات للارتقاء إلى درجات تحكيمية أعلى. إن هذا النوع من القلق لا يشل حركة الحكم أو يشتت ذهنه، بل يعمل كطاقة تعبير داخلية تساعده على اتخاذ القرارات السريعة وتطبيق قانون اللعبة بدقة تحت الضغط الرياضي. وتشير هذه العلاقة الارتباطية علمياً إلى أنه على الرغم من ارتفاع طاقة القلق العام (قلق الحالة) لدى الحكام في مواجهة المواقف التحكيمية الحرجة (فوزي2003)، إلا أن العينة تمتلك قدرة على توجيه وتوظيف هذا القلق وضبطه لصالح الجانب الميسر؛ فالارتفاع في قلق الحالة ترافقه زيادة مطردة في دافعية الأداء (القلق الميسر) للسيطرة على الآثار السلبية المحتملة للقلق المعوق .(Debilitating Anxiety) وهذا يعكس مرونة نفسية جيدة لدى حكام محافظة بغداد في تحويل الضغوط النفسية الخارجية إلى طاقة إيجابية موجهة تخدم إدارة المباراة بكفاءة وتنظيم دافعي عالٍ.

وبذلك تتحقق فرضية البحث التي انطلق منها الباحث، مؤكدةً أن السمة الغالبة على حكام كرة القدم

This is an open access article under the CC BY license:
https://doi.org/10.64002/0ha21106

للدرجة الثانية هي سيادة القلق الميسر للأداء على القلق المعوق له، وهو مؤشر إيجابي يدعو إلى الاهتمام بالبرامج الإرشادية والنفسية للحفاظ على هذا التوازن وتطويره مستقبلاً.

4- الاستنتاجات والتوصيات :

4-1الاستنتاجات :

1- وجود علاقة ارتباط عالية بين القلق الميسر والقلق المعوق

2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين القلق الميسر والمعوق ولصالح القلق الميسر.

3- وجود علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين مستوى قلق الحالة النفسية وسرعة اتخاذ القرار؛ حيث إن ارتفاع حدة القلق والتوتر لدى الحكم يؤدي إلى بطء أو تشتت في اتخاذ القرارات التحكيمية المناسبة.

4-2 التوصيات :

1. ضرورة اقامة دورات ومحاضرات توعوية وبصورة مستمرة حول اهمية القلق والاثار السلبية للقلق.
2. ضرورة الاهتمام بالإعداد النفسي لحكام كرة القدم وتدريبهم على برامج الاسترخاء ومواجهة ضغوط المباريات، لإبقاء قلق الحالة في مستوياته الإيجابية والمحفزة التي لا تؤثر سلباً على سرعة وجودة قراراتهم داخل الملعب,
3. ضرورة تطوير الصفات النفسية لحكام كرة القدم وذلك من خلال الزيادة بعدد المباريات الخارجية والداخلية.
4. الاهتمام بدراسة علم النفس وإعداد البحوث في هذا المجال من اجل مواكبة الحركة الرياضية العالمية.

المصادر

1. العزاوي أياد عبد الكريم وآخرون : **علاقة القلق النفسي بمستوى الانجاز في ظروف المسابقات المحلية والدولية للمنتخب الوطني لرفع الأثقال**, بحوث المؤتمر العلمي الرياضي الرابع لكليات التربية الرياضية في العراق, بغداد ١٩٨٨.
2. ابو ندى عبد الرحمن : **الصلابة النفسية وعلاقتها بضغوطات الحياة لدى طلاب جامعه الازهر,** رسالة ماجستير, جامعه الازهر. 2007,
3. عثمان فاروق السيد : **القلق وادارة الضغوطات** , ط1 القاهرة , دار الفكر العربي, 2001
4. راتب أسامة كامل :**علم النفس الرياضي**، الطبعة الأولى، دار الفكر العربي، بمصر، 1995.
5. فوزي أحمد أمين : **مبادئ علم النفس الرياضي المفاهيم** - التطبيقات، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة 2003.

This is an open access article under the CC BY license:

https://doi.org/10.64002/0ha21106