

أثر برنامج تدريبي إرشادي في تطوير الصلابة النفسية ودقة اتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم العراقيين

علاء عبد القادر نعمة

أ.م.د. عميد كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة مدينة العلم، العراق
alaa.abedalkader@mauc.edu.iq

ملخص البحث

الإعداد النفسي لحكام كرة القدم عاملاً حاسماً في إدارة المباريات ومواجهة الضغوط المتزايدة. وتبرز "الصلابة النفسية" كسمة سيكولوجية وقائية تمكن الحكم من النظر إلى الصعوبات كتحديات تستوجب المواجهة. يهدف البحث الحالي إلى قياس فاعلية برنامج تدريبي إرشادي في تطوير مستوى الصلابة النفسية بأبعادها (الالتزام، التحكم، التحدي) وتحسين دقة القرارات الميدانية والمعرفية لدىحكام كرة القدم العراقيين. واستخدم الباحث المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين (تجريبية وضابطة) مع قياسين قبلي وبعدي. تكونت العينة من (50) حكماً من حكام الدرجة الأولى في بغداد. تم جمع البيانات باستخدام مقياس الصلابة النفسية (مخير، 2006)، واختبار معرفي للمواقف التحكيمية، واستمارة تقييم دقة القرارات الدولية. وأظهرت النتائج تفوقاً معنوياً للمجموعة التجريبية في القياس البعدي، حيث ارتفع المستوى الكلي للصلابة النفسية وتحسنت دقة اتخاذ القرار بشكل ملحوظ مقارنة بالمجموعة الضابطة. وأثبتت النتائج وجود ارتباط طردي دال إحصائياً بين تطور بُعدي الالتزام والتحدي وبين زيادة دقة القرار. واستنتج الباحث في ان البرنامج التدريبي الإرشادي المقترح يساهم بفاعلية في بناء الاستقرار النفسي للحكام، مما ينعكس إيجاباً على دقة الأداء الميداني وقدرتهم على معالجة المعلومات بسرعة ودون تردد.

الكلمات المفتاحية: الصلابة النفسية، دقة القرار، حكام كرة القدم، برنامج إرشادي، المواقف التحكيمية.

The Impact of a Counseling Training Program on Developing Psychological Hardiness and Decision-Making Accuracy among Iraqi Football Referees

Alaa Abdelkader Neama

Dean of the College of Physical Education and Sports Sciences, City of Science University, Iraq
alaa.abedalkader@mauc.edu.iq

Abstract

The Impact of a Counseling Training Program on Developing Psychological Hardiness and Decision-Making Accuracy among Iraqi Football Referees. Psychological preparation is a decisive factor for football referees in managing matches and coping with increasing pressures. Psychological hardiness acts as a protective shield, enabling referees to view difficulties as challenges rather than threats. This study aims to evaluate the effectiveness of a proposed counseling training program in developing psychological hardiness dimensions (Commitment, Control, and Challenge) and enhancing decision-making accuracy among Iraqi football referees. An experimental approach was employed using an equal-groups design (experimental and control) with pre- and post-tests. The sample consisted of (50) first-class referees in Baghdad. Data were collected using the Psychological Hardiness Scale (Mukhaimer, 2006), a cognitive

test for officiating situations, and an international decision-making accuracy form. Findings revealed significant post-test improvements in the experimental group, with overall psychological hardiness and decision-making accuracy levels increasing substantially compared to the control group. A statistically significant positive correlation was found between the development of commitment/challenge dimensions and enhanced decision accuracy. Conclusion: The proposed counseling program effectively contributes to building referees' psychological stability, leading to higher field performance quality and faster information processing without hesitation.

Keywords: Psychological Hardiness, Decision Accuracy, Football Referees, Counseling Program, Officiating Situations.

1. المقدمة

تعد لعبة كرة القدم في العصر الحديث ظاهرة سوسولوجية ورياضية معقدة، لم تعد تقتصر على الجوانب البدنية والمهارية فحسب، بل أصبحت الجوانب النفسية والذهنية هي الفصيل في حسم النتائج وتحديد مسارات التنافس. ويتفق مع ذلك (Gould, 2015 & Weinberg) حيث أشارا إلى أهمية المتغيرات النفسية في الحسم الرياضي، وأن الأداء المتميز يتطلب توازناً انفعالياً عالياً. وفي قلب هذا المعترك، يقف "حكم كرة القدم" كعنصر محوري وقاضٍ ميداني مطالب بالنزاهة والسرعة والدقة تحت وطأة ضغوط هائلة مصدرها الجمهور، اللاعبين، والإعلام. ويؤكد (MacMahon et al., 2015) على أن أداء الحكام يتأثر بشدة بالبيئة النفسية المحيطة، وأن جودة قراراتهم ترتبط بشكل وثيق بمدى تحملهم لهذه الضغوط.

تعد الصلابة النفسية بمثابة الدرع الواقي للحكم ضد الاحتراق النفسي، حيث تتكون من ثلاثة أبعاد: الالتزام، التحكم، والتحدي. تشير الأدبيات إلى أن الشخصية المتكاملة تمكن الحكم من تجاوز الإحباطات الميدانية. إن النجاح في إدارة المباراة لا يتوقف على المعرفة النظرية بالقانون، بل يعتمد بشكل جوهري على ما يمتلكه الحكم من خصائص سيكولوجية تمكنه من الصمود أمام المواقف الحرجة. وهنا تبرز الصلابة النفسية كأحد أهم المتغيرات النفسية التي تفسر الفروق الفردية في مواجهة الأحداث الضاغطة.

وتُعرف الصلابة النفسية، وفقاً لنموذج "كوبازا" (Kobasa, 1979)، بأنها تشكيل من السمات الشخصية التي تعمل كمصدر للمقاومة والنمو عند مواجهة الضغوط، وتتألف من ثلاثة أبعاد متداخلة: الالتزام، وهو إيمان الحكم بقيمة ما يقوم به واستغراقه الكلي في نشاطه التحكيمي، مما يمنحه معنى وهدفاً يمنعه من الاستسلام للعزلة عند الخطأ. والتحكم، ويعني اعتقاد الحكم بقدرته على التأثير في الأحداث المحيطة به وتوجيه مجريات المباراة بقراراته، بدلاً من الشعور بالعجز أمام المؤثرات الخارجية. والتحدي، وهو النظر إلى المواقف الصعبة والمفاجئة في الملعب كفرص للتعلم والنمو وليس كتهديدات للمكانة المهنية.

ومن جانب آخر، يمثل اتخاذ القرار المحصلة النهائية للأداء التحكيمي. فالحكم يتخذ مئات القرارات في زمن قياسي لا يتجاوز أجزاء من الثانية، وهو ما يضطره تحت "ضغط الوقت" و"ضغط النتيجة". وكما يوضح (Feltz, 2011 & Guillén)، فإن فاعلية الحكم ونجاحه بينان على ثقته في كفاءة قراراته. إن دقة القرار ليست عملية ميكانيكية، بل هي عملية ذهنية تتأثر مباشرة بمستوى الاستقرار النفسي؛ فالحكام الذين يفقدون للصلابة النفسية غالباً ما يقعون في فخ "التردد" أو "التحيز اللاواعي" لتقليل حجم الضغوط المسلطة عليهم.

وتشير دراسة (علاء عبد القادر، 2012) إلى أن المناهج التقليدية التي تركز على الجانب البدني والقانوني فقط لم تعد كافية لضمان جودة الأداء في البطولات الكبرى. لذا، أصبح من الضروري الانتقال من التوصيف النظري للحالة النفسية إلى المنهج التجريبي عبر تصميم برامج إرشادية وتدريبية تهدف إلى "بناء" هذه الصلابة وتنميتها، فالتدريب على المواقف الضاغطة من خلال برامج المحاكاة السيكلوجية يساهم في تقليل الفجوة بين الإدراك الحسي والتنفيذ الحركي للقرار، مما يرفع من مستوى الكفاءة التحكيمي.

إن هذه الدراسة تنطلق من فرضية مفادها أن الصلابة النفسية ليست سمة جامدة، بل هي مهارة قابلة للتطوير والتحسين. ومن خلال هذا البحث التجريبي، نسعى لتقديم إطار عملي يساهم في تطوير المنظومة التحكيمية العراقية بما ينسجم مع المعايير

الدولية، من خلال قياس أثر برنامج تدريبي متخصص في تعزيز الصلابة النفسية وانعكاس ذلك على جودة ودقة القرارات المتخذة في الميدان.

2. مشكلة البحث

تتجلى مشكلة البحث في التناقض الصارخ بين المتطلبات الذهنية العالية لمهنة التحكيم وبين واقع الإعداد النفسي الذي يتلقاه الحكام في البيئة الرياضية العراقية. فبينما يمتلك حكام الدرجة الأولى في العراق معرفة قانونية معمقة ولياقة بدنية مقبولة، إلا أنهم يواجهون تحديات سيكولوجية جسيمة تؤدي إلى تذبذب مستويات أدائهم في المواقف ذات الشدة العالية. ويمكن بلورة المشكلة من خلال النقاط الجوهرية الآتية:

- أظهرت المؤشرات الأولية أن الحكام يعانون من انخفاض في المستوى الكلي للصلابة النفسية، وتحديدًا في بُعدي "التحكم" و"التحدي". هذا الانخفاض يجعل الحكم عرضة للتأثر بالضغوط الجماهيرية والإعلامية، مما يحول الموقف التحكيمي من فرصة لإثبات الذات إلى تهديد مباشر لمكانته المهنية.
- على الرغم من تمتع الحكام بمستوى عالٍ من الالتزام والمسؤولية تجاه واجباتهم، إلا أن هذا الالتزام وحده لا يكفي لاتخاذ قرارات دقيقة إذا لم يقترن بقدرة عالية على التحكم في الانفعالات وإدارة الضغوط. إن هذا التباين يخلق حالة من "الاحتراق النفسي" أو "التردد" في اللحظات الحاسمة من المباراة.
- تبين وجود علاقة ارتباطية دالة بين أبعاد الصلابة ودقة القرار، مما يعني أن أي قصور في البناء النفسي سيؤدي بالضرورة إلى قصور في توظيف المعرفة القانونية والحالات التحكيمية في الميدان.
- تفتقر مناهج إعداد الحكام الحالية إلى برامج "تجريبية" مقننة تعنى بتطوير السمات الشخصية. فالممارسات السائدة تعتمد على المحاضرات النظرية دون إخضاع الحكام لتدريبات محاكاة تهدف إلى رفع سقف الصلابة النفسية لديهم.

بناءً على ما تقدم، تبرز الحاجة الماسة للإجابة على التساؤل الآتي: "هل يمكن لبرنامج تدريبي إرشادي مقترح، يعتمد على تنمية أبعاد الصلابة النفسية (الالتزام، التحكم، التحدي)، أن يؤدي إلى تحسن حقيقي وملحوس في دقة اتخاذ القرارات التحكيمية لدى حكام النخبة في العراق؟". إن التصدي لهذه المشكلة عبر المنهج التجريبي يعد خطوة نوعية للانتقال من مرحلة "توصيف القصور" إلى مرحلة "وضع الحلول" العلمية التي تضمن رفع كفاءة الحكم العراقي في المحافل المحلية والدولية.

وتناولت العديد من الدراسات السابقة المتغيرات النفسية لدى حكام كرة القدم، حيث أشارت دراسة (Haugen, & Johansen, 2013) إلى أن ضغوط المباريات الحاسمة تؤدي إلى زيادة الأخطاء التحكيمية بنسبة ملحوظة إذا لم يكن الحكم مؤهلاً نفسياً للتعامل مع الإجهاد المعرفي. كما أكد (محمد، 2018) في دراسته على الحكام العرب أن التدخلات الإرشادية المنتظمة تخفف من مستويات قلق السمة والحالة. وفي سياق متصل، بينت دراسة (عبد الله، 2020) أن غياب مهارات المواجهة الإيجابية (التي تعد جزءاً من الصلابة النفسية) يسهم بشكل مباشر في ظاهرة التردد واتخاذ قرارات تعويضية خاطئة. كما أوصى (Anshel, 1999 & Weinberg) بضرورة إخضاع الحكام لتدريبات تحاكي مصادر الضغط الحادة في الملعب.

الفجوة البحثية: على الرغم من هذه الجهود، يلاحظ أن أغلب الدراسات السابقة، خاصة في البيئة المحلية العراقية، ركزت على الجوانب الوصفية (قياس مستوى القلق أو الضغوط)، وافتقرت إلى الجانب التدخل والتطبيقي. وتتحدد الفجوة البحثية في ندرة الدراسات التجريبية التي تصمم "برنامجاً إرشادياً تدريبياً متكاملًا" يجمع بين البناء النفسي (الصلابة) والمحاكاة الميدانية (دقة القرار)، وهو ما يعمل هذا البحث على معالجته لتقديم نموذج تطبيقي متكامل للاتحاد العراقي لكرة القدم.

3. أهداف البحث

يسعى البحث الحالي إلى تحقيق الأهداف الآتية:

- إعداد برنامج تدريبي إرشادي مقنن يستهدف تنمية أبعاد الصلابة النفسية (الالتزام، التحكم، التحدي) لدى حكام كرة القدم العراقيين.
- التعرف على أثر البرنامج التدريبي الإرشادي في تطوير مستوى الصلابة النفسية لدى أفراد المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

- الكشف عن فاعلية البرنامج في تحسين دقة اتخاذ القرارات التحكيمية (المعرفية والميدانية) لدى عينة البحث.
- التعرف على الفروق في القياسات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في متغيري الصلابة النفسية ودقة القرار.

4. فرضيات البحث

في ضوء الأهداف، وضع الباحث الفروض الآتية:

1. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في مستوى الصلابة النفسية ولصالح القياس البعدي.
2. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في دقة اتخاذ القرارات التحكيمية ولصالح القياس البعدي.
3. توجد فروق ذات دلالة إحصائية في القياسات البعدية بين المجموعتين التجريبية والضابطة في الصلابة النفسية ودقة القرار ولصالح المجموعة التجريبية.
4. البرنامج التدريبي الإرشادي المقترح يساهم بنسبة تأثير معنوية في تحويل مستوى الصلابة النفسية من المستويات المتدنية إلى المستويات المرتفعة، مما يعزز جودة الأداء التحكيمي.

5. منهجية البحث

تم اختيار المنهج التجريبي بتصميم المجموعتين المتكافئتين (التجريبية والضابطة). وهذا يتفق مع تأكيدات (Thomas, Nelson, & Silverman, 2015) بأن التصميم التجريبي هو الأقدر على ضبط المتغيرات الدخيلة والوصول إلى استنتاجات دقيقة حول الأسباب والنتائج. خضعت المجموعة التجريبية للبرنامج الإرشادي المقترح، بينما استمرت المجموعة الضابطة في منهجها التقليدي، مع إجراء قياسات قبلية وبعديّة لكلا المجموعتين لضمان دقة المقارنة. واشتملت العينة على (50) حكماً من حكام الدرجة الأولى المعتمدين لدى الاتحاد العراقي لكرة القدم في بغداد. تم تقسيمهم عشوائياً إلى:

- مجموعة تجريبية (25 حكماً): تلقت التدريب النفسي الإرشادي.

- مجموعة ضابطة (25 حكماً): لم تتلق أي تدخل خارجي.

واعتمد البحث على ثلاث أدوات علمية أساسية لجمع البيانات:

1. مقياس الصلابة النفسية (مخير، 2006). الوصف: يتألف من (47) فقرة تقيس ثلاثة أبعاد: (الالتزام، التحكم، التحدي). آلية التنفيذ: يُطلب من الحكم الإجابة وفق تدرج ثلاثي (تنطبق دائماً، تنطبق أحياناً، لا تنطبق أبداً). التصحيح: تُمنح الدرجات (1-2-3) لل فقرات الإيجابية، وتُعكس لل فقرات السلبية البالغ عددها (15) فقرة لضمان صدق الاستجابة. تشير الدرجة الكلية المرتفعة (110-141) إلى صلابة نفسية عالية.
2. الاختبار المعرفي للمواقف التحكيمية (علاء عبد القادر، 2012). الوصف: يتكون من (30) شكلاً توضيحياً تغطي حالات (حارس المرمى، رمية التماس، الكرة في اللعب، الركلة الحرة). آلية التنفيذ: يتم العرض عبر جهاز (Data-Show) لمحاكاة الواقع. زمن العرض: 25 ثانية لكل حالة. زمن الإجابة: 15 ثانية. الدرجات: تمنح الدرجات من (1-4) حسب دقة اختيار الموقف الصحيح، بمدى إجمالي (30-120) درجة.
3. استمارة تقييم دقة القرارات (الاستمارة الدولية المعتمدة لتقويم أداء الحكام). الوصف: تركز على محور "دقة القرارات" الذي يمثل (60) درجة من الدرجة الكلية للأداء. المعايير: تشمل صحة وثبات تطبيق القانون، مبدأ إتاحة الفرصة، وصحة العقوبات الإدارية.

التسلسل الزمني: تم تنفيذ البحث وفق التسلسل الزمني الآتي:

- الاختبارات القبلية: أجريت بتاريخ 5-6 شباط 2025 لقياس مستوى الصلابة والدقة قبل التدخل.
- تطبيق البرنامج (التدخل التجريبي): استمر لمدة 8 أسابيع (بواقع جلستين أسبوعياً)، تضمن: تدريبات ذهنية لرفع مستوى "التحكم" و"التحدي"، وجلسات محاكاة لعرض مواقف معقدة تحت ضغط زمني.
- أعيدت القياسات بنفس الأدوات والظروف لملاحظة الفروق الناتجة عن البرنامج بتاريخ 2025/3/28.

المعالجة الإحصائية:

تم استخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS v. 19.0) لمعالجة البيانات: الوسط الحسابي والانحراف المعياري: لوصف النتائج. اختبار (t-test): لقياس الفروق بين المجموعات (وهي الإضافة الضرورية للمنهج التجريبي). معامل ارتباط بيرسون: لقياس العلاقة بين الصلابة ودقة القرار.

6. النتائج ومناقشتها

بناءً على الفروض الموضوعية، تم استخراج النتائج التي توضح أثر البرنامج التدريبي الإرشادي:

جدول (1) الفروق بين القياسين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في أبعاد الصلابة النفسية (ن=25)

الأبعاد	القياس القبلي	س	ع±	القياس البعدي	قيمة (t)	مستوى الخطأ (p)	الدلالة
الالتزام	40.96	2.55	44.12	1.80	4.85	0.001	دال
التحكم	20.48	1.09	38.55	2.15	32.40	0.000	دال
التحدي	25.34	2.16	41.20	1.95	24.15	0.000	دال
الدرجة الكلية	71.98	4.28	123.87	5.10	38.12	0.000	دال

جدول (2) الفروق في القياس البعدي بين المجموعتين التجريبية والضابطة في دقة القرار والمواقف (ن=50)

المتغير	المجموعة التجريبية	س	ع±	المجموعة الضابطة	قيمة (t)	مستوى الخطأ (p)	الدلالة
الحالات التحكيمية	28.45	1.12	20.95	2.05	14.20	0.001	دال
المواقف التحكيمية	116.30	3.15	105.80	5.20	8.45	0.002	دال
دقة القرار الميداني	55.40	2.10	36.15	4.30	18.60	0.000	دال

المناقشة

كشفت النتائج عن تفوق معنوي ملحوظ للمجموعة التجريبية في جميع أبعاد الصلابة النفسية ودقة اتخاذ القرار، مما يؤكد فاعلية البرنامج التدريبي المقترح.

تفسير تطور أبعاد الصلابة النفسية: نلاحظ من الجدول (1) قفزة نوعية في بعدي "التحكم" و"التحدي". فبعد أن كان الحكام يعانون من مستويات منخفضة (71.98 درجة كلية)، انتقلوا إلى مستوى "مرتفع" جداً. ويعزو الباحث هذا التطور إلى أن البرنامج الإرشادي ركز على تزويد الحكام باستراتيجيات مواجهة (Coping Strategies) مكنتهم من إدراك الضغوط كفرص للتميز (تحدي) بدلاً من كونها تهديدات. إن تحسن بعد "التحكم" يعكس زيادة ثقة الحكم في قدرته على إدارة أحداث المباراة بدلاً من الانفعال السلبي بها. ويتسق هذا مع نموذج (Kobasa, 1979) الذي يؤكد أن الصلابة هي سمة "مكتسبة" يمكن تنميتها من خلال التدريب الموجه، ويدعمه أيضاً طروحات (ربيع، 2016) بأن التدخل الإرشادي يرفع من كفاءة الذات التنظيمية لدى الرياضيين.

تفسير تحسن دقة القرار والربط بالجانب المعرفي: أظهرت النتائج في الجدول (2) وجود فروق دالة إحصائية لصالح المجموعة التجريبية في دقة القرار. إن هذا التحسن لم يأت من فراغ، بل هو نتيجة مباشرة للالتزام الانفعالي الذي حققته الصلابة النفسية، فالحكم الملتزم والواثق بمقدرته على مجابهة التحديات يتميز بسرعة الإدراك وصحة المعالجة الذهنية للمواقف المعقدة. وتتفق هذه النتيجة مع ما ذهب إليه (Siclován, 2001) بأن السيطرة على الانفعالات والهدوء النفسي هما المحرك الأساسي لنجاح المهام الميدانية. كما أن استخدام تقنيات المحاكاة في البرنامج التدريبي ساعد الحكام على توحيد معاييرهم القانونية تحت ضغط زمني مماثل للمباراة، وهو ما أكدته دراسات سابقة (علاء عبد القادر، 2012) بأن المناهج

الإرشادية تعزز من دقة الصافرة. أن الجانب النفسي يمثل القاعدة الصلبة التي يركز عليها الجانب المعرفي والقانوني؛ فبدون صلابة نفسية، تظل المعرفة القانونية حبيسة التردد والارتباك تحت ضغط الجمهور.

7. الاستنتاجات والتوصيات

أولاً: الاستنتاجات:

- من خلال المعطيات التجريبية والتحليلات الإحصائية، يمكن الاستنتاج بشكل جلي
- أن جودة الأداء التحكيمي لا تكتمل إلا بتحقيق التوازن بين الإعداد البدني، والفهم القانوني، والبناء النفسي الرصين.
 - أثبت البحث أن "الصلابة النفسية" ليست موهبة فطرية فحسب، بل يمكن تعزيزها وتطويرها منهجياً.
 - نجح البرنامج الإرشادي في تحصين الحكام ضد الضغوط وتحسين كفاءتهم في اتخاذ القرارات تحت ضغط الوقت والمواجهة الميدانية، مما يساهم في تقليل الأخطاء المؤثرة في المباريات.

ثانياً: التوصيات:

1. توجيه لجان الحكام في الاتحاد العراقي لكرة القدم نحو تبني هذا البرنامج الإرشادي كجزء من المعسكرات التدريبية الدورية.
2. إدراج اختبارات مقياس "الصلابة النفسية" كأحد معايير الانتقاء والترقية لحكام النخبة.
3. التوسع في استخدام أجهزة المحاكاة البصرية والذهنية (Data-Show Simulation) لتدريب الحكام على المواقف المعقدة زمنياً.
4. إجراء دراسات طولية لتتبع مدى احتفاظ الحكام بمكتسبات الصلابة النفسية على مدار الموسم الرياضي الكامل.
5. توفير أخصائيين نفسيين رياضيين ملمين بقوانين اللعبة لتقديم الدعم المستمر للحكام قبل وعقب المباريات الجماهيرية.

قائمة المصادر والمراجع

1. الشرييني، هانم (2005). الصلابة النفسية وعلاقتها بالمتغيرات السلوكية. مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة.
2. مخيمر، عماد (2006). مقياس الصلابة النفسية لطلاب الجامعة. مجلة الدراسات النفسية.
3. علاء عبد القادر نعمة (2012). تأثير منهج تدريبي إرشادي في تطوير دقة قرارات الحكام. أطروحة دكتوراه، جامعة بغداد.
4. وجيه محبوب (2001). التعلم وجدولة التدريب الرياضي. دار وائل للنشر، عمان.
5. محمد، حسن علي (2018). الإعداد النفسي لحكام النخبة في كرة القدم. دار الفكر العربي، القاهرة.
6. عبد الله، طارق (2020). الضغوط النفسية وعلاقتها باتخاذ القرار لدى حكام كرة القدم. مجلة علوم الرياضة، جامعة بغداد.
7. ربيع، محمد (2016). الصلابة النفسية كمنبئ بجودة الأداء الميداني لدى الحكام. مجلة علم النفس الرياضي التطبيقي.
8. خليل، أحمد (2019). سيكولوجية التحكيم الرياضي: بين النظرية والتطبيق. دار المعارف، الإسكندرية.
9. جلال، إبراهيم (2017). اتخاذ القرار تحت الضغط في المجال الرياضي. دار النشر العلمي، عمان.
10. Kobasa, S. C. (1979). Personality and health: An inquiry into hardiness. Journal of Personality and Social Psychology .
11. Siclovan, I. (2001). Conculul National De – edicatia Fiziccal sport. Bucuresti .

12. Covington, S. R. (2002). The story of hardiness: research and practice. Consulting Psychology Journal .
13. Weinberg, R. S & ,Gould, D. (2015). Foundations of Sport and Exercise Psychology (6th ed.). Human Kinetics.
14. Guillén, F & ,Feltz, D. L. (2011). A conceptual model of referee efficacy. Frontiers in Psychology.
15. Johansen, B. T & ,Haugen, T. (2013). Stress and decision making in soccer refereeing. Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports.
16. Thomas, J. R., Nelson, J. K & ,Silverman, S. J. (2015). Research Methods in Physical Activity (7th ed.). Human Kinetics.
17. MacMahon, C., Mascarenhas, D., Plessner, H., Pizzera, A., Oudejans, R & ,Raab, M. (2015). Sports Officials and Officiating: Science and Practice. Routledge.
18. Anshel, M. H & ,Weinberg, R. S. (1999). Sources of acute stress in American and Australian basketball referees. Journal of Applied Sport Psychology.