



الثقة بالنفس لدى لاعبي أندية القسم الثالث بكرة القدم بمحافظة الوادي الجديد

- أ. د/ عبدالحكيم رزق عبدالحكيم^١
- أ.م.د/ أحمد عبده حسن^٢
- أ.م.د/ طارق عبدالمنعم علي^٣
- الباحث/ علاء حسن صالح^٤

المقدمة ومشكلة البحث:

تتطلب طبيعة الالعاب الجماعية الرياضية من الفرد الرياضي ضرورة استخدام قدراته البدنية والمهارية والخطية والنفسية بصورة متكاملة وذلك لمحاولة إحراز أفضل مستوى ممكن. ويعد الجانب النفسي الضلع الثالث للعملية التدريبية والتعليمية حيث يتصل اتصالا وثيقا بجودة الاداء ويعكس الجانب السلبي والايجابي اثناء المنافسة وأن طرق الإعداد البدني والمهارى والخطي ومبادئه قد تباينت إلى درجة كبيرة خلال السنوات الأخيرة ولذا فقد ظهرت الحاجة إلى المزيد من الاهتمام بالناحية النفسية والذهنية للاعب الرياضي. (٩: ١٢٦)

وأن تطوير الأداء الرياضي لا يقتصر على التدريب البدني، فهناك مهارات نفسية يجب ان يتدرب عليها اللاعب لتطوير الأداء بدءا بالنشء الذي يجب ان يكون له القدرة على التصور الذهني والسيطرة على افكاره، وهذا هو المدخل لتطوير الأداء. وازافت ان الاعداد النفسي يهدف إلى اكساب اللاعب مهارات التعامل مع الضغوط النفسية والمواقف الصعبة، وكذلك في حالات الاصابة والخسارة بهدف المحافظة على التركيز، وقالت إن المهارات النفسية ضرورة لتطوير الأداء. (١٨: ١٥٤)

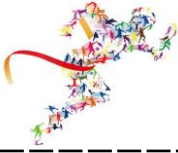
فالتفوق الرياضي يتوقف على مدى استفادة اللاعبين من قدراتهم النفسية والذهنية على نحو يمكنهم من الاستفادة من قدراتهم البدنية. فالقدرات الذهنية تساعد الرياضيين على تعبئة

^١ أ. د/ عبدالحكيم رزق عبدالحكيم- أستاذ علم النفس الرياضي ورئيس ووكيل كلية التربية الرياضية لشئون الدراسات العليا والبحوث، قسم العلوم التربوية والنفسية الرياضية، كلية التربية الرياضية للبنين، جامعة أسيوط.

^٢ أ.م.د/ أحمد عبده حسن- أستاذ علم النفس الرياضي المساعد، ورئيس قسم العلوم التربوية والنفسية الرياضية - كلية التربية الرياضية، جامعة الوادي الجديد.

^٣ أ.م.د/ طارق عبدالمنعم علي- أستاذ مساعد دكتور بقسم التدريب الرياضي بكلية التربية الرياضية بجامعة الوادي الجديد.

^٤ الباحث/ علاء حسن صالح-



قدراتهم وطاقاتهم البدنية لتحقيق أفضل أداء رياضي ويمكن تطويرها من خلال تدريبات وبرامج خاصة بهذا الغرض. (٢٣: ١٠٤)

ويعتقد علماء النفس الرياضي بأن المميزين يملكون توجه قوي نحو الفوز بحيث أنهم يستمتعون بالنصر وكذلك يبغضون الهزيمة، ويحبون المنافسة والفوز أنهم يبذلون الجهد الكافي من أجل تحقيق هدفهم، إذ نجد أن الرياضيين الذين يملكون التوجه نحو الفوز يريدون الفوز كل الوقت وكذا الابتعاد عن خسارة اللعبة فهم يقيسون نجاحهم بخسارة منافسيهم وبالتالي فإن هذا النوع من الرياضيين يمتلكون استعداد ثابتا نسبيا في الشخصية يحدد مدى سعيهم ومثابرتهم في سبيل تحقيق نجاح أو بلوغ هدف يترتب عليه درجة معينة من الإشباع وذلك في المواقف التي تتضمن تقييم الأداء في ضوء مستوى معين من الامتياز وهذا ما يعرف بدافع الإنجاز. (٨: ٩٧)

ومنذ فترات طويلة توجه الجهود الى صياغة طريقة صالحة على درجة عالية من الثبات يمكن استخدامها في التعرف ما اذا كان النشئ سيصبح قادرا على انجاز تدريب الناشئين بنجاح بحيث يصبح في مقدوره بعد ذلك ان يصل الى المستوى العالي، ولا شك انه من الفوائد الكبرى لرياضة المستويات عموما لتطوير مستوى الانجاز تدريب بنجاح بحيث يصبح في مقدورا بعد ذلك ان يصل الى المستوى العالمي. (٣: ٧)

وباعتبار إن العوامل والاستعدادات النفسية هي من أرقى مراتب النشاط الإنساني وأصبح قياسها وتحديد مستوياتها هدفا رئيسا وضرورة ملحة لا بد منها وأيمانا من الباحث بأنه مهما قدمت الدول الدعم إلى الرياضة وأنفقت عليها وجعلتها جزءا من حياة المواطن اليومية ومهما كان مستوى الإعداد والتخطيط فانه تبقى أرادة اللاعب وإصراره على الانجاز وحرصه على الفوز والنجاح نقطة الفصل في التفوق من حيث إن دافعية الانجاز الرياضي هي "القوة المحركة لسلوك الرياضي نحو الممارسة والمشاركة والتفوق. (١٤: ٢١١)

ولعبة كرة القدم تمتاز بكثرة مهاراتها وتنوعها، فضلا عن ارتباطها بالمكونات البدنية. وقد اضافت هذا الصفة على اللعبة أهمية خاصة في إقبال اللاعبين لممارستها وتعلم فنونها والمتفرجين والمهتمين بمشاهدتها، ذلك أنها احتلت المكانة الاولى بين الألعاب الاخرى، وبسبب هذه الأهمية الكبيرة للمهارات الحركية للاعب كرة القدم زاد الاهتمام في تدريبها (٢٢: ٧٢)

بالنظر إلى محافظة الوادي الجديد برغم من أن مساحتها تعتبر كبيرة نسبياً وتمتاز بمناخ جاف صيفاً ودافئ شتاءً والأمطار نادرة وتتميز بأعلى نسبة سطوع للشمس على مدار السنة. كما تضم المحافظة على العديد من المنشآت الرياضية على مستوى المحافظة حيث تضم (١١)



مركز شباب و(١٠) نادي رياضي بها العديد من الملاعب مما يجعلها من المحافظات الواعدة في طريق التقدم والرقى في شتى المجالات بصفة عامة وفي المجال الرياضي بصفة خاصة. إلا أن مكانتها في البطولات والدورات التي تقام داخل مصر وخارجها في معظم الأنشطة الرياضية بصفة عامة والأنشطة الرياضية الفردية بصفة خاصة ضئيلة جداً وهذا وقد يرجع إلى قلة وندرة الأبحاث العلمية في مجالات التربية الرياضية بصفة عامه وعلم النفس الرياضي بصفة خاصة. حيث من خلال مشاركة محافظة الوادي الجديد في العديد من البطولات التي تقدمها وزارة الشباب والرياضة لاحظنا غياب الأسس والطرق العلمية في الجانب المورفولوجي لعملية الانتقاء والتوجيه الرياضي بالنسبة لمدرسين الألعاب الجماعية الذين يعتبروا أساس علمي لعملية الانتقاء والتوجيه والوصول بالفرد الرياضي إلى مستوى البطولة وهذا بجانب غياب اسس وطرق الاعداد النفسي السليم.

وقد لاحظ الباحث من خلال عمله عدم تقدم فرق كرة القدم والوصول للدوري الممتاز وذلك من سنة (٢٠٠٠) حتى الان منذ إشهار منطقة كرة القدم بالمحافظة.

فعندما يتمكن المدرب من التعرف على المهارات والسمات النفسية المهمة في دقة اداء المهارات بواسطة الاختبارات المقننة والمعتمدة وقياس الحالة النفسية للاعب كرة القدم ومحركات سلوكه الرياضي في تحقيق النتائج وقياس الثقة بالنفس للرياضي وكيفية تعزيزها وعلاقتها بالإنجاز الرياضي وتقديم حقائق علمية للمدرسين والمختصين في كرة القدم عن نوع بعض القدرات العقلية والبدنية التي تؤثر في الانجاز الرياضي, ونظرا لأهمية العوامل النفسية أن أداء اللاعبين في المباراة ترجمة حقيقية لما وصلوا إليه من مستوى لحالتهم البدنية من خلال الإعداد البدني العام والخاص واستيعاب لما تم التدريب عليه من الناحية التكتيكية والتكتيكية للاعبين كجماعة الفريق وأفراد بالإضافة إلى تكوين الشخصية الرياضية وتطوير القدرة على المنافسة وضبط الحالة الانفعالية والنفسية أثناء المباراة (١٠ : ٢٩٣)

أهداف البحث:

يهدف البحث إلى التعرف علي مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبي اندية القسم الثالث لكرة القدم بأندية محافظة الوادي الجديد.

فروض البحث :

توجد فروق ذات دلالة احصائية بين أندية القسم الثالث بكرة القدم قيد البحث في مستوى الثقة بالنفس.



مصطلحات البحث:

الثقة بالنفس

- قدرة اللاعب الايمانية نحو تحقيق الفوز في ضوء معرفته بنواحي قوته وضعفه، واستفادته منها للوصول لأفضل النتائج. (١٧ : ٦٨)
- ادراك الرياضي لكفاءته ومهارته وقدرته على ان يتعامل بفاعلية مع المواقف المختلفة. (١٣ : ١٠)

الدراسات السابقة المرتبطة:

أولا الدراسات العربية :

- ١- دراسة "أسامة سيد عبدالظاهر" (٢٠٠٤) دراسة بعنوان "ضغوط المنافسة والثقة بالنفس والتوجه التنافسي لدى لاعبي الجودو" وتهدف إلى التعرف على ضغوط المنافسة والثقة بالنفس والتوجه التنافسي لدى لاعبي الجودو عمومي رجال، التعرف على العلاقة بين كل من ضغوط المنافسة، الثقة بالنفس والتوجه التنافسي لدى لاعبي الجودو، استخدام المنهج الوصفي، بلغ حجم العينة (٢٤٩) لاعب جودو ومن أهم النتائج، يتميز لاعبي الجودو ذوي المراكز الأفضل بزيادة مستوى الثقة بالنفس، يتميز لاعبي الجودو ذوي المراكز الأقل بزيادة الدافعية نحو الإنجاز (التوجه التنافسي) مقارنة بلاعبي الجودو ذوي المراكز الأقل (٤).
- ٢- دراسة "صفاء صالح حسين" (٢٠٠١) دراسة بعنوان "علاقة التوجه التنافسي بالثقة الرياضية وحالة قلق المنافسة ومستوى الأداء لدى لاعبات الكاراتيه" ويهدف إلى التعرف على العلاقة بين التوجه الرياضي التنافسي بنوعية وكلا من حالة الثقة الرياضية وحالة قلق المنافسة ومستوى الأداء لدى لاعبي الكاراتيه درجة أولى، العلاقة بين حالة الثقة الرياضية وكلا من حالة قلق المنافسة ومستوى الأداء لدى لاعبات الكاراتيه، واستخدام المنهج الوصفي وبلغ حجم العينة (٣٨) لاعبة كاراتيه درجة أولى ومن أهم النتائج وجود ارتباط دال إحصائيا بين الثقة بالنفس ومستوى الأداء وبين توجه الهدف ومستوى الأداء، وأيضا وجود ارتباط دال إحصائيا بين توجه التنافسية وبين كلا من توجه الهدف وتوجه الفوز (١٢).

ثانيا الدراسات الاجنبية :

- ٣- دراسة (Ibrahim, et.al ٢٠١٦) بعنوان: المناخ التحفيزي والثقة بالنفس والنجاح المتصور لدى عينة من الطلبة الرياضيين في ماليزيا.



- The motivational climate and the self-confidence and perceived success of a sample of Malaysian sports students

هدفت الدراسة معرفة العلاقة بين المناخ التحفيزي والنجاح المتصور والثقة بالنفس لدى عينة من الطلبة الرياضيين في جامعة سينز في ماليزيا، بلغت العينة (٨٠) من الطلبة الرياضيين في الجامعة، وتم الاعتماد على استبيان لقياس متغيرات الدراسة وتم الاعتماد على بنود من (مقياس روبنسون، ١٩٨٩) لقياس الثقة بالنفس، وأظهرت النتائج أنّ الثقة بالنفس تلعب دوراً كبيراً بين المناخ التحفيزي والنجاح المتصور لدى الطالب الرياضي. ومن خلال استعراض الدراسات السابقة نلاحظ أنها تطرقت إلى دراسة الثقة بالنفس وعلاقتها بمتغيرات أخرى وكما أنّ أغلب الدراسات استخدمت مقياس شروجر وهذا ما يتفق مع هذه الدراسة كما اتفقت بالمنهج المستخدم، وبالعينة التي كانت طلبة جامعة، كما أنّ أغلب الدراسات اهتمت بدراسة الفروق بين الذكور والإناث والتخصصات وبدراسة وجود الثقة بالنفس، والبحث الحالي أتم بالفروق بين الذكور والإناث، واهتم أيضاً بالفروق تبعاً لمنوع والتخصص ولكن أيضاً اهتم بالفروق وفق مكان سكن الطلبة (ريف- مدينة). (٢٤).

٤ دراسة (Sar, et.al ٢٠١٠): بعنوان: تحليل مستويات الثقة بالنفس في ضوء دراسة بعض المتغيرات لدى الطلبة الجامعيين.

Analysis of levels of self-confidence in the light of some variables in university students

هدفت الدراسة تحليل مستويات الثقة بالنفس في ضوء بعض المتغيرات لدى الطلبة الجامعيين ومعرفة الفروق بين الذكور والإناث والتخصصات في الثقة بالنفس، وتألفت العينة من (١٦٨) طالب وطالبة من جامعة اكساري، وتم استخدام مقياس لقياس الثقة بالنفس من إعداد الباحثين بالاعتماد على مقياس ألبيرتي وامونس ١٩٧٤ (لقياس الثقة بالنفس، ومن النتائج وجود فروق ذات دلالة بين الذكور والإناث لصالح الإناث، وكذلك (التخصصات المدروسة). (٢٥)

منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي (اسلوب الدراسات المسحية) نظراً لملائمته طبيعة البحث.

مجتمع البحث:

يشتمل مجتمع البحث على الاندية المسجلة بقسم الثالث لكرة القدم التابعين لفرع منطقة الوادي الجديد لكرة القدم الموسم الرياضي ٢٠٢٠/٢٠٢١م والبالغ عددهم (١٠٩) لاعب.



عينة البحث:

تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من لاعبي بعض اندية القسم الثالث لكرة القدم من اندية (مركز شباب الخارجة - نادي الهنداوي - نادي الوادي الجديد - نادي بني مزار الرياضي) وبلغ عددهم (٦٤) بواقع (٣٩) اساسية و (٢٥) عينة استطلاعية، للموسم ٢٠٢٠/٢٠٢١م، كما بلغ حجم العينة المستخدمة في البحث (٥٨.٧١%) من المجتمع الاصلي للبحث ويتضح ذلك من الجدول (١).

جدول (١)

حجم العينة وتوزيع عينة الدراسة (الاساسية والاستطلاعية) ن=٤٠

العينة	الاساسية	الاستطلاعية	النسبة المئوية
٦٤	٣٩	٢٥	%٥٨.٧١

جدول (١) يوضح أن النسبة المئوية لعينة الدراسة تبلغ نسبتها ٥٧.٧٠% بالنسبة للمجتمع ككل

أدوات جمع البيانات:

استخدمت الباحث أدوات جمع البيانات التالية:

أولاً: مقياس الثقة بالنفس إعداد (الباحث).

بناء مقياس الثقة بالنفس:

- ١- تحديد الهدف من المقياس.
- ٢- تحديد المحاور المرتبطة بالهدف من المقياس.
- ٣- صياغة عبارات المقياس وتحديدتها.
- ٤- اعداد المقياس في صورته المبدئية.
 - أ- اعداد تعليمات المقياس.
 - ب- اعداد مفتاح التصحيح وطريقة التصحيح المبدئية.
 - ج- عينة الدراسة الاستطلاعية.
 - د- تجربة المقياس.
 - ٥- حساب المعاملات العلمية للمقياس
 - أ- الصدق.
 - ب- الثبات.



٦- اعداد المقياس في صورته النهائية.

أ- اعداد تعليمات المقياس.

ب- اعداد مفتاح التصحيح وطريقة التصحيح.

- **الهدف الأساسي** هو الوصول إلى أداة على درجة عالية من الصدق والثبات تستخدم للتعرف على درجة ومستويات الثقة بالنفس لدى لاعبي اندية القسم الثالث بمحافظة الوادي الجديد.

- **تحديد المحاور المرتبطة بالهدف من المقياس :**

لقد قام الباحث بتحديد المحاور المرتبطة بالهدف من المقياس من خلال عدة خطوات:

أ- تحليل العديد من المراجع التي تناولت مقاييس الثقة بالنفس في مجال علم النفس الرياضي مثل: عمرو حسن احمد بدران (٢٠٠٣), أحمد رأفت فريد أبو السعود (٢٠٠٧), اسامة كامل راتب (٢٠٠٤), ومصطفى سامى مصطفى عميرة (٢٠٠٣), ومحمد حسن علاوى (٢٠١٢), وعبدالعزیز عبدالمجيد محمد (٢٠٠٨), وأحمد صلاح (٢٠١٢), وحسن مصطفى عبدالمعطي (٢٠٠٩), وليسون رودنى وكارلتون **Wilson Rodney and Carlton**, ويتنى برنارد وجوسيف **Whitney Bernard and Joseph**. (١٦), (١), (٦), (٢١), (٢٠), (١٥), (٢), (١١), (٢٧), (٢٦).

- قام الباحث بعمل دراسة مسحية للمقاييس التي تناولت الثقة بالنفس لحصر المحاور الخاصة وتوصل الباحث لوجود محور واحد للثقة بالنفس.

- صياغة عبارات المقياس وتحديد لها:

أ- في ضوء الفهم والتحليل النظري لكل محور من محاور المقياس واستعانة الباحث بالعبارات التي حصل عليها من الدراسات والبحوث المرجعية صاغ الباحث عبارات المقياس بما يتناسب مع عينة البحث.

ب- تم تحديد عبارات المقياس وتحديد العبارات الخاصة بكل محور تبعاً للنسبة المئوية لكل محور من المحاور.

ج- تم عرض المحاور والعبارات الخاصة بها على الخبراء مرفق (٢) وعددها (٣٨) عبارة وذلك لمعرفة.

• مدى حسن الصياغة اللغوية لكل عبارة.

• مدى مناسبة كل عبارة للمحور الذى تنتمى إليه

ومن خلال النسبة المئوية لآراء الخبراء مرفق (١) أمكن حذف (٥) عبارته لانخفاض نسبتها

المئوية عن (٧٠%) مرفق (٣) وهذا ما يوضحه.



جدول (٢)

عبارات المقياس في صورتها الأولية والأهمية النسبية لعبارات كل محور (ن = ٢٥)

م	المحور	العبارات المستبعدة	عدد العبارات	الأهمية النسبية
	الثقة بالنفس	٥	٣٣	%١٠٠
	المجموع	٥	٣٣	

- اعداد المقياس في صورته المبدئية

أ- تم إعداد المقياس في صورته المبدئية بعد حذف العبارات وتحديدتها وتم إعداد تعليمات المقياس. مرفق (٢)

ويجب مراعاة أن تكون تعليمات المقياس:

- ١- مناسبة المستوى الثقافي يتناسب مع كافة الفئات.
- ٢- إلا تكون طويلة تبعث على الملل.
- ٣- ان تتضمن توضيح للهدف من المقياس باحتوائها على عبارات تطمئن المعلم أن هدف من عملية القياس هو البحث العلمي.
- ٤- يجب الإشارة أنه لا يوجد عبارات صحيحة وأخرى خاطئة وعدم ترك أي عبارة بدون إجابة، مرفق (٢).

ب- إعداد مفتاح التصحيح وطريقة التصحيح المبدئية:

تحسب درجات المقياس من خلال إسناد قيمة عددية (١,٢,٣,٤) لكل عبارة من عبارات المقياس تحسب بالدرجة كما يلي:

جدول (٣)

مفتاح التصحيح وطريقة التصحيح للمقياس

نوع العبارة	موافق	إلى حد ما	غير موافق
عبارات إيجابية	٣	٢	١
عبارات سلبية	١	٢	٣

ويمكن تحديد الدرجة العظمى والصغرى للمقياس كالتالي:

- الدرجة العظمى = ٩٩

- الدرجة الصغرى = ٣٣

بالتالي تكون أعلى درجة للمقياس هي (٩٩) درجة وأدنى درجة (٣٣) درجة.



- كلما ارتفعت الدرجة دل ذلك على ارتفاع مستوي حافز الاداء الرياضي.
- كلما انخفضت الدرجة دل ذلك على انخفاض مستوي حافز الاداء الرياضي.

ج- عينة الدراسة الاستطلاعية:

تم تحديد عينة الدراسة الاستطلاعية والتي اشتملت على مجموعة من لاعبي بعض اندية القسم الثالث لكرة القدم ، وبلغت (٢٥) لاعب من مجتمع البحث من خارج العينة الأساسية.

د- المعاملات العلمية لمقياس الثقة بالنفس:

قامت الباحثة بتطبيق المقياس في صورته النهائية علي عينة النقيين وقوامها (٢٥) لاعب من مجتمع البحث من خارج العينة الاساسية للدراسة بهدف التأكد من وضوح وصياغة العبارات ومناسبتها لعينه الدراسة وتم حساب المعاملات العلمية للمقياس (الصدق - الثبات) وقد اسفر هذا الاجراء عن النتائج التالية.

أ-الصدق المحتوي:

للتأكد من صدق المحتوى قام الباحث بعرضه على مجموعة من الخبراء في علم النفس وعلم النفس الرياضي قوامها (١٠) خبراء، بحيث لا تقل مدة خبرتهم عن (١٠) سنوات مرفق (١). وقد أسفرت النتائج عن اتفاق هؤلاء الخبراء على عبارات المقياس بنسبة (٧٠% - ١٠٠%) والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٤)

النسبة المئوية للأراء الخبراء على عبارات المقياس (ن=١٠)

م	العبارات										
رقم العبارة	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١
التكرار	١٠	٩	١٠	٩	١٠	٨	٩	١٠	١٠	٨	١٠
النسبة	١٠٠%	٩٠%	١٠٠%	٩٠%	١٠٠%	٨٠%	٩٠%	١٠٠%	١٠٠%	٨٠%	١٠٠%
رقم العبارة	١٢	١٣	١٤	١٥	١٦	١٧	١٨	١٩	٢٠	٢١	٢٢
التكرار	١٠	٩	٨	١٠	١٠	١٠	٩	١٠	٨	٩	١٠



العبارات											م	
١٠٠ %	%٩٠	%٨٠	١٠٠ %	٩٠ %	١٠٠ %	١٠٠ %	١٠٠ %	١٠٠ %	%٨٠	%٩٠	١٠٠ %	النسبة
٣٣	٣٢	٣١	٣٠	٢٩	٢٨	٢٧	٢٦	٢٥	٢٤	٢٣	رقم العبارة	
٩	٨	١٠	١٠	١٠	٩	٩	١٠	٩	٨	١٠	التكرار	
%٩٠		١٠٠ %	١٠٠ %	١٠٠ %	%٩٠	%٩٠	١٠٠ %	%٩٠	%٨٠	١٠٠ %	النسبة	

ب - صدق الاتساق الداخلي:

لحساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس الثقة بالنفس قام الباحث بتطبيق المقياس علي عينة التقين وقوامها (٢٥) لاعب من مجتمع البحث من خارج العينة الاساسية للدراسة بهدف التأكد من وضوح وصياغة العبارات ومناسبتها لعينه الدراسة، وقد تم حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، الجدول (٥)، توضح النتيجة على التوالي:

جدول (٥)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية له (ن = ٢٥)

معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
٠.٨٥	٣١	٠.٨٥	٢١	٠.٧٤	١١	٠.٧٠	١
٠.٧٤	٣٢	٠.٧٥	٢٢	٠.٨٠	١٢	٠.٧١	٢
٠.٦٥	٣٣	٠.٧٧	٣٢	٠.٦٦	١٣	٠.٧٥	٣
		٠.٨٥	٢٤	٠.٧٥	١٤	٠.٦٨	٤
		٠.٩٨	٢٥	٠.٧١	١٥	٠.٧١	٥
		٠.٨٨	٢٦	٠.٦١	١٦	٠.٦٤	٦
		٠.٨٧	٢٧	٠.٨٧	١٧	٠.٧٦	٧
		٠.٧٤	٢٨	٠.٨٨	١٨	٠.٧٤	٨



معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
		٠.٧٧	٢٩	٠.٧٩	١٩	٠.٦٨	٩
		٠.٧٨	٣٠	٠.٨٥	٢٠	٠.٧٣	١٠

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

يتضح من جدول (٥) ما يلي:

تراوحت معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة عن عبارات المقياس والدرجة الكلية له ما بين (٠.٨٧ : ٠.٦٤) وهي معاملات ارتباط دالة إحصائياً مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس.

ب. الثبات:

أ- حساب الثبات بطريقة إعادة الاختبار **Test - retest**:

إعادة تطبيق الاختبار Test Re Test

لاختبار ثبات مقياس الثقة بالنفس قام الباحث بتطبيقه على عينة قوامها (٢٥) لاعب من مجتمع البحث من خارج العينة الأساسية وتحت نفس ظروف التطبيق الأول بفاصل زمني أسبوعين ثم تم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس الثقة بالنفس وجدول رقم (٦) يوضح ذلك.

جدول (٦)

معاملات الارتباط بين التطبيق الأول والثاني لمقياس الثقة بالنفس (ن=٢٥)

م	المقياس	التطبيق الأول		التطبيق الثاني	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
	الثقة بالنفس	٥٤.٦٣	٨.١٤٥	٨٥.٣٥	٨.١٤٥
	قيمة "ر"				٠.٨٩

- قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) = (٠.٥١)

- يتضح من جدول رقم (٦) ما يلي:

وجود ارتباط دال إحصائياً بين التطبيقين الأول والثاني لمقياس مفهوم الذات حيث أن قيمة (ر) المحسوبة أكبر من قيمتها الجدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥) مما يشير إلي ثبات المقياس.



ب - حساب الثبات باستخدام معامل الفالكروتياخ:

لحساب ثبات مقياس الثقة بالنفس استخدم الباحث معامل الفالكرونباخ على عينة قوامها (٢٥) من لاعبي اندية القسم الثالث لكرة القدم مجتمع البحث من خارج العينة الاساسية.

جدول (٧)

معاملات الفا للمقياس (ن = ٢٥)

م	المقياس	معامل الارتباط
١	الثقة بالنفس	٠.٨٩

يتضح من جدول (٧) ما يلي:

ان قيم معاملات الفا للمحاور للمقياس بين (٠.٨٩) (كما بلغ معامل الفا للدرجة الكلية للمقياس (٠.٨٩) وهي معاملات دالة إحصائية مما يشير إلى أن المقياس على درجة مقبولة من الثبات.

خطوات البحث:

أ- الدراسة الاستطلاعية:

قام الباحث بإجراء دراسة استطلاعية للمقياس المستخدم في جمع البيانات حيث تم تطبيقه على عينة قوامها (٢٥) لاعب من لاعبي اندية القسم الثالث لكرة القدم مجتمع البحث من خارج العينة الاساسية وذلك في الفترة من ٢٠٢١/١١/١م حتى ٢٠٢١/١٢/١٥م، وذلك بغرض التعرف على مدى مناسبة المقياس لما وضع من أجله.

ب- الدراسة الأساسية:

بعد تحديد العينة واختيار أدوات جمع البيانات والتأكد من صدق ثباتها قام الباحث بتطبيقها على جميع أفراد العينة البحث وكانت فترة التطبيق من ٢٠٢٢/٢/١م حتى ٢٠٢٢/٣/١م.

المعالجات الإحصائية للبحث:

تم تفرغ البيانات التي تم الحصول عليها من تطبيق مقاييس (الثقة بالنفس مقياس) على العينة الدراسة لإجراء المعالجات الإحصائية والتي يمكن للباحث من خلالها الوصول إلي نتائج ترتبط بأهداف الدراسة وتحقق فروضة، وهي تتمثل في الاتي:

- المتوسط الحسابي.



- الوسيط.
- الانحراف المعياري.
- معامل الالتواء.
- الوزن النسبي.
- النسبة المئوية.
- معامل الارتباط.
- نسبة التحسن.
- اختبار T- Test لدلالة الفروق.

وقد قام الباحث باستخدام برنامج **spss** لمعالجة البيانات إحصائياً هذا وقد تم تقريب الدرجات إلى أقرب رقمين عشريين.

وقد ارتضى الباحث بقيمة معنوية جدولية عند مستوي دلالة (٠.٠٥).

عرض ومناقشة وتفسير النتائج:

بعد أن استعرض الباحث خطة وإجراءات الدراسة، يحاول الباحث الإجابة عن فروض الدراسة وتحقيق أهدافها، وسيتم عرض نتائجها في عدد من الجداول والأشكال التي تم التوصل إليها من خلال معالجتها إحصائياً وفقاً للقوانين الإحصائية المناسبة في محاولة الإجابة علي الفروض المطروحة في المقدمات النظرية لهذه الدراسة والذي يتجه هدفه نحو: التعرف علي الفروق بين لاعبي بعض أندية القسم الثالث لكرة القدم في كل من الثقة بالنفس ونتائج المباريات. والتعرف علي العلاقة بينهم.

عرض نتائج الفرض الأول:

والذي ينص علي " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات لاعبي بعض أندية القسم الثالث لكرة القدم (مركز شباب الخارجة - نادي الهنداو) في الثقة بالنفس.

جدول (٨)

دلالة الفروق بين متوسطي درجات لاعبي بعض أندية القسم الثالث لكرة القدم

(مركز شباب الخارجة - نادي الهنداو) في الثقة بالنفس. (ن = ٣٩)

المتغير	وحدة القياس	مركز شباب الخارجة (ن = ٢٠)		نادي الهنداو (ن = ١٩)		الفرق بين المتوسطات	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
		ع	م	ع	م			



قيمة "ت" الجدولة عند مستوى دالة $(0.05) = 1.697$

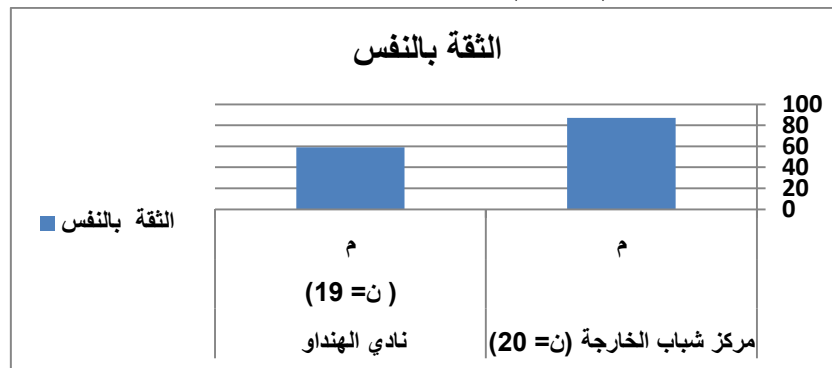
يتضح من جدول (٨) وجود فروق داله إحصائيا بين متوسطي درجات لاعبي بعض أندية القسم الثالث لكرة القدم (مركز شباب الخارجة - نادي نادي الهداؤ) في مستوي الثقة بالنفس "": للعينة قيد الدراسة حيث قيمة "ت" المحسوبة اكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوي دلالة (0.05) ولصالح مركز شباب الخارجة وذلك لعدة اسباب.

- اختيار مدرب ذو كفاءة عالية ملم بالنواحي التدريبية والنفسية للفريق.
- تحفيز ادارة المركز للفريق وتدعيمه معنويا.
- تشجيع الفريق على روح التنافس من ناحية الجهاز الفني للفريق.
- دعم الفريق ببنوات تحثهم على التماسك.

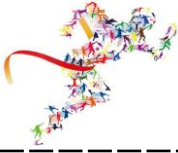
لذا يشير اسامة كامل راتب (2000) الى أن الرياضيين اللذين يتمتعون بالثقة في النفس المثلى يضعون لأنفسهم أهدافا واقعية تتمشى مع قدراتهم, انهم يفهمون قدراتهم بشكل جيد يجعلهم يشعرون بالنجاح عندما يصلون الى حدودهم العليا لقدراتهم, ولا يحاولون أنجاز أهداف غير واقعية بالنسبة لهم $(5: 338)$.

ويذكر محمد حسن علاوى (2002) أن الرياضيين على المستوى الدولى والعالمى يتقاربون لدرجة كبيرة من حيث قدراتهم ومهاراتهم البدنية والحركية والخططية إلا انه يوجد عامل يحدد نتيجة الفروق بينهم أثناء المنافسات الرياضية, والذي يتأسس عليه النجاح والتفوق, وهو عامل قدراتهم ومهاراتهم النفسية $(19: 193)$

ويرى بدير (2011) أن الثقة بالنفس تلعب دورا مهما في تقبل الفرد لذاته والآخرين, وتمكنه من الإعتماد على نفسه وتمنحه القدرة على التحكم في مشاعر الإحساس بالذنب والغضب والخوف والقوة والمشاعر السعيدة $(7: 19)$



شكل (١): يوضح الفرق بين متوسط درجات اللاعبين مركز شباب الخارجة ونادي الهداؤ في مستوي الثقة بالنفس

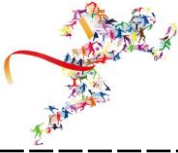


الاستنتاجات:

- في ضوء نتائج الاختبارات ومناقشتها توصل الباحث إلى الاستنتاجات الآتية:
- اتسم اللاعبين بمركز شباب الخارجة بشعور عالي بالثقة بالنفس.
 - قد ساهم متغير الثقة بالنفس بنسبة عالية في نتائج المباريات لدى لاعبي مركز شباب الخارجة.
 - توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الثقة بالنفس وفقا لنتائج المباريات.
 - أظهرت النتائج وجود علاقة حقيقية وواضحة بين كل من الثقة بالنفس ونتائج المباريات لدى لاعبي اندية القسم الثالث.

التوصيات:

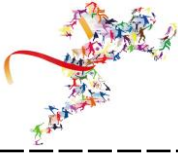
- في ضوء نتائج الدراسة والاستنتاجات يوصى الباحثون بما يلي:
- الاهتمام ببرامج الثقة بالنفس للاعبين أثناء المنافسات الرياضية، وذلك من أجل التعرف على الجوانب الإيجابية والسلبية فيما بين اللاعبين ومن يحيطون بهم أثناء المنافسات الرياضية، الأمر الذي قد يساعد على رفع مستوى الفريق وتحسين نتائجهم.
 - الاهتمام بتنمية المهارات النفسية للاعبين كرة القدم، حيث إنها من العوامل التي تساهم في تطوير فاعلية أداء اللاعبين أثناء التدريب والمنافسات الرياضية.
 - ضرورة اهتمام مدربي كرة القدم بالإعداد النفسي للاعبين بإعتباره أحد أعمدة إعداد اللاعبين ولدوره المهم في الحفاظ على مستوى الثقة الرياضية حتى في ظروف ضغط المنافسة الرياضية.



المراجع

أولاً: المراجع العربية :

- ١- أحمد رأفت فريد أبو السعود: بناء مقياس الثقة بالنفس لدى لاعبي بعض الأنشطة الرياضية، رسالة ماجستير، غير منشورة، جامعة طنطا، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٧م.
- ٢- أحمد صلاح: تطبيقات في بناء الثقة في النفس، القاهرة، المجلس القومي للرياضة، الإدارة العامة لعلم النفس الرياضي، ٢٠١٢م.
- ٣- أحمد عبده حسن: سيكولوجية الموهبة والابداع للناشئ الرياضي. الاسكندرية، مؤسسة عالم الرياضة للنشر ودار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر. ٢٠١٧م.
- ٤- أسامة سيد عبد الظاهر الأصفر: "ضغوط المنافسة والثقة بالنفس والتوجه التنافسي لدى لاعبي الجودو"، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، جامعة حلوان. ٢٠٠٤م.
- ٥- أسامة كامل راتب: علم نفس الرياضة، القاهرة دار الفكر العربي، ٢٠٠٠م.
- ٦- أسامة كامل راتب: تدريب المهارات النفسية في المجال الرياضي، القاهرة، دار الفكر العربي، ٢٠٠٤م.
- ٧- بدير وكريمان: سيكولوجية المشاعر وتنمية الوجدان. القاهرة. عالم الكتب. ٢٠١١م.
- ٨- جلال سعد: مدخل إلى علم النفس الرياضي. القاهرة. دار الفكر العربي للنشر والتوزيع. ٢٠٠٠م.
- ٩- جمال محمد صالح الغريب: الصلابة العقلية وعلاقتها بمستوى الأداء المهارى لطلاب قسم



التربية البدنية في رياضة سلاح الشيش، عدد ٧٧، المجلة العلمية للتربية

البدنية والرياضة - مصر، ٢٠١٦م.

١٠- حسن السيد أبو عبده: الاتجاهات الحديثة في تخطيط وتدريب كرة القدم، ط٧. الاسكندرية.

مكتبة الاشعاع الفنية. ٢٠٠٧م.

١١- حسن مصطفى عبد المعطى: المقاييس النفسية المقننة، القاهرة، زهراء الشرق، ٢٠٠٩م.

١٢- صفاء صالح حسين: علاقة التوجه التنافسي بالثقة الرياضية وحالة قلق المنافسة ومستوى

الأداء لدى لاعبات الكاراتيه. المؤتمر العلمي الدولي. الرياضة والعولمة.

كلية التربية الرياضية للبنين. جامعة حلوان. المجلد الأول. إبريل. ٢٠٠١م.

١٣- عادل عبدالله محمد: الصحة النفسية. القاهرة. دار الفكر العربي. ٢٠٠٢م.

١٤- عامر سعيد جاسم: سيكولوجية كرة القدم النجف، دار الضياء للطباعة والتصميم، ٢٠٠٨م.

١٥- عبدالعزيز عبدالمجيد محمد: الطلاقة النفسية، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ٢٠٠٨م.

١٦- عمرو حسن أحمد بدران: كيف تبني ثقتك بنفسك؟، المنصورة، مكتبة جزيرة الورد، ٢٠٠٣م.

١٧- عمرو حسن أحمد بدران: على نفس التدريب الرياضي. ط٢. المنصورة. دار السلام للطباعة

والنشر. ٢٠٠٧م.

١٨- فاطمة أبو عبدون: تأثير برنامج لتنمية بعض المهارات النفسية على مستوى الأداء المهارى في

كرة اليد لطالبات الصف الثاني بكلية التربية الرياضية بالزقازيق، مجلة

نظريات وتطبيقات، العدد ٥٨، كلية التربية الرياضية للبنين، أبو قير،

الإسكندرية، القاهرة، ٢٠٠٦م.



١٩- محمد حسن علاوى: علم نفس التدريب والمنافسة الرياضية, القاهرة, دار الفكر العربي,

٢٠٠٢م.

٢٠- محمد حسن علاوى: علم النفس الرياضي والممارسة البدنية, القاهرة, مطبعة المدني, ٢٠١٢م.

٢١- مصطفى سامى مصطفى عميرة: فعالية الثقة الرياضية على حالات قلق المنافسة وعلاقتها

بالإنجاز الرقمي لسباحي المسافات القصيرة. رسالة دكتوراه, غير منشورة,

كلية التربية الرياضية للبنين, جامعة الزقازيق, ٢٠٠٣م.

٢٢- موفق أسعد محمود: التعلم والمهارات الاساسية في كرة القدم. ط٢. عمان. دار دجلة للنشر.

٢٠٠٩م.

٢٣- هبة ابراهيم محمد الاشقر: الصلابة العقلية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى لاعبي التجديف،

مجلة أسيوط لعلوم وفنون التربية الرياضية - مجلد ٣, مصر، ٢٠١٦م.

ثانيا: المراجع الأجنبية:

24- **IBRAHIM, HAZRIL; JAAFAR, AMAR; KASSIM, MUHMAD& ISA, AERNI.** Motivational Climate, Self-Confidence and Perceived Success among Student Athletes, Procedia.

25- **SAR, ALI; AVCU, RAMAZAN& ISIKLAR, ABDULLAH.** Analyzing undergraduate students' self confidence levels in terms of some variables. Procedia Social and Behavioral Sciences. 5.(2010). 1205-1209.

26- **Whitney Bernard and Joseph,** Confidence and the Elite Athlete, the University of Tennessee, 2000.



27- **Wilson Rodney and Carlton** Sources of Sport–Confidence of Senior Adult. College and High Seshool Athletes. Michigan State University, 2000.