جامعة المسيلة

معهد علوم و تقنيات النشاطات البدنية و الرياضية

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر في علوم و تقنيات

النشاطات البدنية و الرياضية.

شعبة: تدريب رياضي

تخصص: تحضير بدني وذهني

العلاقة بين الرضا الرياضي و الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

"دراسة ميدانية لنادي أمال وفاق سطيف"

إعداد الطالب:

زيوش هشام

لجنة المناقشة :

مشرفا : د امان الله رشيد

رئيسا : د عمارة نور الدين

مناقشا : د لزرق أحمد

السنة الجامعية: 2015/2014

بسم الله الرحمن الرحيم

محتويات البحث

الموضوع الصفحة

كلمة شكر

المقدمة .....أ,ب

الفصل الأول: الخلفية النظرية والدراسات السابقة والمشابهة

- تمهيد.....04

1-1 بعض التعاريف للعلماء للرضا الرياضي.....05

2-1 نظريات الرضا الرياضي.....06

3-1 نظرية التسلسل الهرمي..... 06

4-1نظرية الإنجاز.....07

5-1نظرية التوقع.....06

6-1 نظرية العدالة.....08

7-1مجالات الرضا الرياضي..... 09

8-1تعريف بعض العلماء لمصادر الثقة بالنفس.....12

9-1 مظاهر الثقة بالنفس.....13

10- 1 خصائص الثقة بالنفس.....15

11-1أنماط الثقة بالنفس.....16

12-1الإفتقار للثقة بالنفس.....17

13-1 العوامل المؤثرة في الثقة بالنفس.....18

الفصل الثاني: الاطار العام للدراسة

1-2الكلمات الدالة في الدراسة.....30

2-2 الرضا الرياضي.....30

3-2الثقة بالنفس.... 30

4-2 كرة القدم.....31

5-2الاشكالية.....32

6-2 فرضيات البحث.....33

7-2 اهداف البحث..... 34

2-8 اهمية البحث.....34

الفصل الثالث : الإجراءات الميدانية للدراسة

-تمهيد
3-1 الدراسة الاستطلاعية.....37
3-3 المنهجية المستخدمة في البحث.....37
3-4 عينة البحث وكيفية
اختيارها.....38
3-5 مجالات البحث.....38
3-6الأدوات المستخدمة في البحث 39
3-7 الخصائص السيكو مترية لأداة القياس.....40
3-9 الاساليب الإحصائية.....42

الفصل الرابع : عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

4-1 عرض ومناقشة نتائج الاستبيان الخاص باللاعبين.....44

الفصل الخامس: استنتاجات واقتراحات

5-1 استنتاجات عامة.....60
5-2 الاقتراحات.....61
5-3 المصادر المعتمدة في الدراسة.
5-4 الملاحق.
5-5 ملخص الدراسة.

مقدمة

مقدمة

ان التطور في مختلف الميادين ناجم عن التطور في مجال البحث العلمي في مختلف المجالات, سواءا أكانت إجتماعية أم طبيعية, حيث أصبحت التربية الرياضية تحتل مكانة مرفوعة في التقدم الحضاري لمختلف المجتمعات وأصبحت معيارا بمدلولها على مدى رقي وتقدم المستوى الفكري والعلمي بل والاقتصادي لأي مجتمع وتعد لعبة كرة القدم أحد أهم الألعاب الشعبية في العالم إن لم تكن اللعبة الأولى على الإطلاق والمتتبع للتطور الكبير الذي صاحب الفرق العالمية حيث أن هذا التطور لم يعد يستمد عناصره من منطلق التدريب الرياضي كعلم ذو صلة مباشرة بالإنجاز فحسب, بل أخذ يهتم بدراسة العلوم الأخرى المساعدة التي تدعم وتعزز هذا الإنجاز.

وأشار **محمد حسن علاوى** إلى اعتماد التدريب الرياضي على دعم العلوم الطبيعية و الإنسانية ويعد علم النفس الرياضي من أهم العلوم الإنسانية التي يعتمد عليها التدريب الرياضي, حيث يأتي في مقدمة العلوم المساعدة في نجاح المدرب وتطوير الأداء الرياضي, ونتيجة لذلك أخذ خبراء التدريب الرياضي يوجهون عناية فائقة لمختلف النواحي النفسية المرتبطة بالتدريب الرياضي والمنافسات الرياضية.[1]

وفي ذات السياق يؤكد خبراء التربية الرياضية على أن معظم الفرق على المستوى الدولي تتقارب الى درجة كبيرة من حيث المستوى البدني والمهارى والخططي وعليه فإن هناك عاملا هاما أخذ يحدد نتيجة كفاحهم أثناء المنافسات الرياضية, أنه العامل النفسي الذي يلعب دورا هاما لتحقيق الانتصار والتفوق في البطولات الرياضية العليا في كرة القدم على التكامل والشمولية في الإعداد الفسيولوجي والبدني والمهارى والخططي والنفسي وكذلك أشار علاوي إلى أن الأبعاد النفسية هي أحد المتطلبات الهامة للوصول للمستويات العليا في الأنشطة المختلفة حيث أن معظم الابطال الرياضيين على المستوى المتقدم يتقاربون لدرجة كبيرة من حيث المستوي البدني والمهارى ولخططي ونتيجة لذلك فإن هناك عاملا هاما يحدد كفاحهم أثناء المنافسات الرياضية في سبيل الفوز ألا وهو العامل النفسي.

ويعد علم النفس الرياضي من العلوم الحيوية والمهمة في المجال الرياضي حيث يهتم بدراسة العوامل النفسية والاجتماعية الإنجاز الرياضي ويهدف علم و النفس الرياضي والتربوية المؤثرة في السلوك الرياضي نحو تحقيق مستوي عالي من الأداء الي فهم السلوك الرياضي وتفسيره, ومعرفة أسباب حدوثه , والعوامل التي تؤثر فيه, والتنبؤ بما سيكون عليه السلوك الرياضي ومحاولة ضبطه والتحكم فيه من خلال تعديله وتوجيهه وتحسينه, حيث يعمل على تطوير وتعديل بعض السمات الشخصية لدى الرياضي مثل: الثقة بالنفس, التعاون, احترام القوانين, تكوين الميول و الرغبات , من الموضوعات الحيوية والمهمة في مجال علم النفس الرياضي: الرضا الرياضي, الثقة بالنفس.

و قد اشتملت هذه الدراسة على ما يلي :

[1] محمد علوي , مدخل في علم النفس الرياضي , مركز الكتب للنشر, القاهرة , مصر, 1998, ص28

خصصنا الفصل الأول للخلفية النظرية و الدراسات السابقة.

أما الفصل الثاني فقد خصصناه للإطار العام للدراسة و يشتمل على الكلمات الدالة، الإشكالية، الفرضيات، أهمية الدراسة، أهدافها.

أما الفصل الثالث إقتصر على الإجراءات الميدانية للدراسة التي اشتملت على الدراسة الاستطلاعية، المنهج المتبع في الدراسة ، مجتمع و عينة الدراسة ، أدوات جمع البيانات و المعلومات ، و الأساليب الإحصائية, الخصائص السيكو مترية للأداة

و تم تخصيص الفصل الرابع لعرض النتائج و تفسيرها و مناقشتها، و أكملنا هذا البحث بفصل خامس يشتمل على استنتاجات و اقتراحات و قائمة المصادر و المراجع و الملاحق المعتمدة في الدراسة.

الفصل الأول

الخلفية النظرية و الدراسات السابقة

تمهيد:

يعتبر علم النفس الرياضي من العلوم المهمة حيث يهتم بدراسة العوامل النفسية والاجتماعية ومن بينها وقع اختيارنا علي دراسة والتي تشمل العلاقة بين الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس لما لها من أهمية كبيرة في المجال الرياضي, حيث أن الرضا يعتبر ممارسة الأنشطة الرياضية أو أي شيء يقوم به الفرد يأتي نتيجة للاتجاهات التي لدى الفرد نحو هذا الشيء وفيما يخص بمصادر الثقة بالنفس فهي تعتبر علي أنها عامل يمثل اتجاه الفرد نحو ذاته ونحو البيئة الاجتماعية.

الخلفية النظرية

وفيما يتعلق بالرضا الرياضي فإنه يحتل مكانة هامة في علم النفس الرياضي لما له من اهمية كبيرة في المساعدة في تحديد نوع السلوك المتوقع في المواقف المستقبلية , إذ يشير محمود الي انه من بين أهم العوامل التي تسهم في تحقيق الإنجاز الرياضي الشعور بالرضا عن مستوي الأداء كما يعتمد نجاح العمل أيا كان نوعه علي تحقيق درجة عالية من الارتياح والاقتناع والرضا بهذا العمل وتؤكد ذلك بعض الدراسات التي توصلت أن الأفراد الأكثر رضا واقتناعا بما يؤدونه يميلون لتحقيق مستويات مرتفعة من النتائج ويتوقع منهم الأداء بفاعلية أكثر.[1]

و أشار رايموشلادوريا أنه من المتوقع أن الرياضي الأكثر طمأنينة أكثر بذلا المزيد من الجهد والمثابرة خلال المنافسة, حيث أن الرضا عن ممارسة الأنشطة الرياضية أو أي شيء يقوم به الفرد يأتي نتيجة للاتجاهات التي لدى الفرد نحو هذا الشيء وتأثيراتها العديدة والعوامل المتعلقة بالفرد نفسه مثل مستوى طموحه وخصائص شخصيته وميوله التي تظهر في صورة الرضا, كما أشار راتب في هذا الصدد إلي ان الخبرات السابقة الايجابية التي يحقق فيها اللاعب النجاح والرضا في أي نشاط تؤدي إليزيادة الاستعداد والرغبة في الاستمرار لممارسة النشاط مما يتيح فرصة أفضل لتحسين المهارات الرياضية والشعور بالسعادة والرضا نتيجة تحقيق الأهداف.[2]

ولقد اتخذت تعريفات الرضا اتجاهات مختلفة مما جعل الإجماع علي تعريف موحد للرضا صعبا نظرا لاختلاف النظرة للرضا التي ترجع إلي منطلقات كل باحث حين تعرض لهذا الموضوع إضافة إلي اختلاف الظروف والبيئة والقيم المعتقدات وطبيعة الاتجاه الذي يرتكز أحيانا علي المشاعر والأحاسيس الشخصية. حيث يمكن تعريف الرضا علي أنه شعور عام يحمله الفرد نحو ما يقوم به , ورضا الفرد يتوقف علي المدى الذي يجد فيه منفذا مناسبا لقدرته وميوله وسمات شخصيته وقيمه, كما يتوقف أيضا علي موقعه وعلي طريقة الحياة التي يستطيع بها أن يلعب الدور الذي يتمشى مع نموه وخبراته و نستطيع ان نقدم تعريفا للرضا علي أنه: درجة إشباع حاجات الفرد ويتحقق هذا الإشباع من عوامل متعددة منه من يتصل بالعمل ذاته, ومنها ما يتصل بالبيئة, وما يتصل بالفرد ذاته وتلك العوامل من شأنها أن تجعل الفرد راضيا محققا لطموحاته ورغباته وتطلعاته وميوله وقد قام رايموشلادوريا بتعريف الرضا الرياضي بوصفه علي أنه : حالة عاطفية ايجابية ناتجة عن تقييم معقد من الهياكل والعمليات والنتائج المرتبطة بالأداء الرياضي وبتالي فإن أي نجاح أو تحقيق أي تقدم في أداء النشاط الرياضي مرتبط بالرضا والمتعة وهما من الحوافز الدافعة للاهتمام بالنشاط الرياضي, حيث يمكن اعتبار الرضا الرياضي عاملا اكتسب أهمية من تفهم دوافع الفريق.[3]

ويشير ريمرشلادوريا الي تكوين الرضا الرياضي نتيجة تقييم الرياضي لذاته بمعني اخر يمكن اعتبار الرضا الرياضي تعبيرا عن مدى نجاح المسعي الرياضي الذي يحقق الرياضي فيه شخصيته وعليه فهم الرضا الرياضي بناء علي العمليات المرتبطة بالنتائج والخبرات السابقة.[4]

---

[1] محمود سمير, بناء مقياس الرضا الحركي لمتسابقي الميدان والمضمار, مجلة علوم وفنون الرياضة, المجلد الأول, العدد الثاني,1989,ص14

[2] أسامة راتب, تدريب المهارات النفسية, تطبيقات في المجال الرياضي, ط3, دار الفكر العربي, القاهرة, مصر,2001, ص125

[3] أسامة راتب, مرجع سابق, ص42.

[4] Riemer. H, A, and chelladurai, Devélopment of the Athlete satisfaction Questionnaire, ASQ, journal of sport and Exercise psychology,1998,p20

ولو نظرا الي النظريات التي تخص الرضا الرياضي وتشتمل علي المدخل العام وهي كالاتي:
نظرية التسلسل الهرمي للحاجات(ما سلو), ونظرية الانجاز لماكليلاند, ونظرية التوقع, ونظرية العدالة, وجميع هذه النظريات محدودة لأنها توفر طرقا لقياس الرضا وليست نظريات بحد ذاتها.
ويعد قياس الرضا الرياضي من المواضيع الحيوية لفهم مستوي الرضا لدى الرياضيين حيث تم تطوير مجموعة من المقاييس لقياس الرضا الرياضي ومن هذه المقاييس: المقياس الذي صممه رايمر و شلادوريا, مقياس لرضا الرياضي ويتضمن 56فقرة و13 مجالا, وهذه المجالات تشتمل علي ما يلي: الأداء الفردي, أداء الفريق, استراتيجيات اللعب , المعاملة الشخصية, التدريب والتعليمات, مهمة الفريق, المساهمة الاجتماعية للفريق, الأخلاق, تكامل الفريق, الاخلاقيات , خدمة الدعم الأكاديمي, العوامل الخارجية ونظرا لشمولية المقياس وانتشاره عالميا اعتمد المقياس في الدراسة الحالية.

نظريات الرضا الرياضي:

نظرية التسلسل الهرمي للحاجات (ما سلو) سنة 1954

صنف ما سلو حاجات الفرد علي شكل هرمي مكون من خمس حاجات ضرورية مرتبة تدريجيا وإذا ما أشبعت هذه الحاجات فإنه يتحقق الرضا لدى الفرد , وبالتالي يزداد عطائه وولاءه وإخلاصه وهذه الحاجات هي:

-الحاجات الفيزيولوجية أو البيولوجية الأساسية: الجوع والعطش والجنس وتقع أسفل التصنيف الهرمي ولها أولوية في الإشباع.

-حاجات الأمن: كالحماية من الخطر والتهديد والحرمان.

-الحاجات الاجتماعية والعاطفية: كالانتماء والصداقة والحب.

-حاجات تقدير الذات: كالثقة بالنفس والاستقلالية والتحصيل والتفوق والتقدير والاحترام.

-حاجات تحقيق الذات: وتشمل ما يتطلع إليه الفرد وما يمكن أن يحققه في هذه الحياة, وهو ما قد يختلف بشكل كبير من شخص لأخر.

اعتبر ما سلو الحاجات الثلاثة الأولي حاجات المستوي الأدنى, أما الرابعة والخامسة فهي بمثابة الحاجات الأعلى, وقد بني تمييزه هذا علي أن حاجات المستوي الأعلى يتم إشباعها داخليا في إطار ذاتية الفرد, أما حاجات المستوي السفلي فيغلب عليها الإشباع الخارجي.

يتضح من هذه النظرية أنه اذا كانت ممارسة النشاط الرياضي لها دور في إشباع الحاجات فإن هذا سوف يؤدي إلي تحقيق الرضا عند اللاعبين, أما اذا كانت بعض الحاجات غير مشبعة فإن هذا سوف يؤدي إلي قلة الرضا عند الرياضيين.[1]

نظرية الانجاز لماكليلاند سنة (1967):

ظهرت هذه النظرية سنة 1967 علي يد ماكليلاند وسماها نظرية الانجاز لأنه يعتقد العمل في منظمة يوفر فرصة لإشباع ثلاثة حاجات هي:

-الحاجة إلي الانجاز وتعني هذه الحاجة أن الأفراد الذي تتوفر لديهم حاجة قوية للإنجاز يكون لديهم رغبة قوية للنجاح, وخوف من الفشل, وهم يحبون التحدي ويضعون لأنفسهم أهدافا كبيرة ليس من المستحيل الوصول إليها.

-الحاجة إلي الانتماء حيث أن الأفراد الذين لديهم حاجة قوية للانتماء يتولد لديهم شعور بالبهجة والسرور عندما يكونون محبوبين من قبل أشخاص أخرين, ويشعرون بالألم إذا تم رفضهم من قبل الجماعة الذين ينتمون إليهم, ويميل هؤلاء الأشخاص إلي بناء علاقات مع أشخاص أخرين.

-الحاجة إلي القوة أو السلطة حيث أن الأفراد الذين لديهم حاجة قوية للسلطة يميلون دائما لممارسة التأثير والرقابة القوية, وعادة يسعي هؤلاء الأشخاص للحصول علي مناصب قيادية.

وتعد مثل هذه الحاجات الثلاث محفزة وإن شدة هذه الحاجات تختلف عند اللاعبين.[2]

نظرية التوقع سنة(1964)

تعد من النظريات المهمة صاغها فكتور فروم عام 1964 وتناولت معالجة الدوافع عند الانسان, وجوهر النظرية أن الرغبة للميل والعمل يعتمدان علي درجة التوقع بأن ذلك العمل سوف يؤدي إلي نتائج معينة, كما يعتمد علي رغبة الفرد في تلك النتائج وتعتبر هذه النظرية أن سلوك الفرد مدفوع وموجه لتحقيق هدف, أو أكثر, وأن لكل فرد أهداف عديدة تختلف أهميتها من فرد لأخر وتلعب دورا في تحديد سلوك الفرد الذي يعتمد علي إدراكه الحسي, وتقديره للنتيجة المتوقعة من هذا السلوك, وهي تحقيق الأهداف.

ويري فروم أن الرضا لا يتحقق لدى الفرد نتيجة الوصول لتحقيق هدف ما بقدر ما هو نتيجة إدراك الفرد للجهد الذي بذله في سبيل تحقيق هذا الهدف والفرد بذألك يتحقق لديه إحساس إيجابي بالثقة, والشعور بالرضا عندما يستشعر تقلبه للنتيجة المتوقعة مقابل ما بذله من أداء, وقد أطلق علي هذا المدخل الأداء مقابل التوقعات.

[1]Lan, W, An Investigation of the Relationship among Basketball coaches Behavior, Team Cohesion and Athlete Satisfaction in selected Universities in Northern Taiwan, Unpublished PH,D, thesis, Faculty of Graduate Studies, united states sports Academy, United States,1998,p200

[2] Weiss, M,R, and Friedrichs, W, D, the Infuence of Leader Behaviors, coach Attributes and Institutional Teams an Performance and satisfaction of collegiate Basketball Teams, journal of sport psychology, 1986,p8.

ويمكن صياغة ذلك في العروض الاتي المبسط الذي أشار إليه عاشور وهو:

الدافعية لأداء عمل معين= قوة الجذب في التوقع

والرضا الرياضي حسب هذه النظرية هي حصيلة التفاعل بين حاجات الفرد وتوقعاته, الأمر الذي سوف يؤدي بالرضا وعدم الرضا.[1]

نظرية العدالة سنة(1963)

تفترض نظرية العدالة العائدة في تفسيرها للرضا, أن الفرد يحاول الحصول علي العائد أثناء قيامه بعمل ما ويتوقف رضاه علي مدى اتفاق العائد الذي يحصل عليه من ذلك العمل ومع ما يعتقد أنه يستحقه, لذا فإن هناك ارتباط عكسي بين الفارق والعائد الفعلي من وجهة أدمس حيث قدم تفسيرا للرضا عن العمل من وجهة أخرى ومن أشهر الذين بحثوا في نظرية العدالة آدمز حيث اعتبر العلاقة بين الفرد والمنظمة علاقة متبادلة يقدم الفرد جهوده وخبرته مقابل حصوله علي عوائد فيجري الفرد عملية موازنة بين (معد عوائده إلي ما يقدمه للمؤسسة) مع(عوائد الاخرين إلي ما يقدمونه للمؤسسة) فإذا ما تساوي المعادلان شعر الفرد عندها بالرضا عن العمل وإذا حصل أي اختلال بينهما من وجهة نظره فإنه يشعر بالغبن مما يؤثر علي أدائه.[2] فعندما يدرك الشخص بأن الوضع يتسم بالعدالة فإنه يستجيب بشكل ايجابي علي العكس من ذلك إذا شعر بأن الوضع غير عادل فإنه يستجيب سلبا وبالتالي يقلل من جهده بالأداء, ويوضح آدمز أنه إذا تحقق التوازن فإن ذلك يؤدي إلي حالة من الشعور بالرضا لدى الفرد أما إذا لم يتحقق التساوي بين المعادلين فإن الفرد يشعر بأنه ثمة اختلالا في التوازن العادل قد حدث وتتولد لديه مشاعر توتر واستياء.

وأشار تيبري 1998 فيما يتعلق بنظريات الرضا أنها محدودة بعض الشيء لأنها ببساطة توفر طرق لقياس الرضا وليس نظريات في حد ذاتها, واستند لذلك إلي عدم وجود نظرية مستقلة للرضا.[3]

مجالات الرضا الرياضي

يعد قياس الرضا الرياضي من المواضيع الحيوية لفهم مستوي الرضا لدى الرياضيين حيث تم تطوير مجموعة من المقاييس مثل المقياس الذي صممه رايموشلادوريا في عام 1998 مقياس لرضا الرياضي ومن خلال هذا المقياس فإن مجالات الرضا الرياضي تشتمل علي ما يلي: الأداء الفردي, وأداء الفريق والقدرة لتحويل لغرض نافع , استراتيجيات اللعب, والمعاملة الشخصية, والتدريب والتعليمات, ومهمة الفريق, والمساهمة الاجتماعية للفريق, والأخلاق وتكامل الفريق, والأخلاقيات, وخدمات الدعم الأكاديمي والعوامل الخارجية.

[1] Guilford, j ,p, personalitye, new york ; mcgrw_ hill,1959,p15.
[2] Steve Dunn, Dale jasinski, Gary Burns and Duncan Fletcher, the relationship of Athlete Identity, Athlete satisfac
[3] Thierry, H, organizational psychology, Hove, East sussex, UK ; psychology press Ltd,1998,p04.

وبناء عليه تم استخدام رايمروشلادوريا نظرا لشموليته واستخدام في دراسات عالمية وفي بيئات مختلفة. [1]

وفيما يتعلق بالثقة بالنفس فقد عرفها جيل فورد علي أنها عامل يمثل اتجاه الفرد نحو ذاته ونحو البيئة الاجتماعية, فإما يميل الفرد نحو إلي الإقدام علي هذه البيئة أو يتراجع عنها, ومن مظاهرها الشعور بالكفاية وتقبل الاخرين, والإيمان بالنفس , والاتزان الاجتماعي. وفي المجال الرياضي يعتبر البحث في مجال الثقة بالنفس حديثا نسبيا حيث اعتمدت دراساته علي النظريات العامة في مجال علم النفس مثل نظرية بأندورا لفاعلية الذات, ونظرية هارتر لدافعية الكفاية, ونظرية نيكولز لدافعية الانجاز, ومن خلال النظر لمختلف النظريات يلاحظ أن مفهوم الذات يشكل جوهر هذه النظريات, ويري فيلي واخرون أن دراسة مصادر الثقة بالنفس في المجال الرياضي تحتاج إلي نظرية خاصة في المجال الرياضي واختراع اطار عاما لمفهوم الثقة بالنفس في المجال الرياضي حيث يتم من خلال هذا الإطار التنبؤ بالثقافة السائدة في المؤسسة الرياضية وخصائص الرياضي, التي يتم من خلالها التأثير علي مصادر ومستوي الثقة بالنفس عند الرياضيين, ويظهر ذلك من خلال التأثير علي السلوك والخبرات المعرفية.

وأشار راتب الي وجود علاقة ايجابية بين الثقة بالنفس المثلى, والتفوق بالأداء وزيادة الدافعية والانجاز والنجاح في المجال الرياضي, حيث أن الأداء يتحسن إذا زادة الثقة إلي نقطة مثلى, وعندما تزداد الثقة فوق المطلوب تؤثر علي الأداء سلبا, وذلك أن الثقة الزائدة قد تخدع الرياضي وتجعلهم انهم يعتقدون أنهم موهوبين جدا, ومن ثم لا يبذلون الجهد والمثابرة المطلوبة لتحقيق أفضل أداء, ويضيف عنان نقلا من كوكس عام 1993 ان دافع النجاز يقارب مصطلحات الثقة بالنفس وفعالية الذات والكفاءة الشخصية, وذلك لا نها داخلية لدى اللاعب' وأن الدافع لإنجاز النجاح في المنافسة الرياضية إنما يمثل دافع الدافعية الداخلية لدى اللاعب ويجعله يقترب من الموقف التنافسي ويجتازه.

وفيما يتعلق بقياس مصادر الثقة بالنفس فقد قام فيالي واخرون بتطوير اداة لقياس الثقة بالنفس في المجال الرياضي لتشتمل علي 40 فقرة موزعة علي 09 مصادر للثقة بالنفس في المجال الرياضي, وهذه المجالات تشتمل علي ما يلي:

1- مصدر التمكن الرياضي

2- مصدر استعراض القدرة

3- مصدر الإعداد البدني والمعرفي

4- مصدر الذات البدنية

5- مصدر الدعم الاجتماعي

6- مصدر النمط القيادي للمدرب

[1] مرجع سابق, ص35.محمود سمير.

7- مصدر الخبرات الغير مباشرة

8- مصدر مكان اللعب

9- مصدر التفضيل الموقفي

في ضوء ما سبق وفي ظل نقص الدراسات التي تساعد علي تقديم المعلومات الموضوعية عن مستوي الرضا الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم والتي تساعد علي تقدير مستوي رضا اللاعبين عن أدائهم في الأنشطة الرياضية ليكون حافزا لهم من أجل بذل أقصي الجهد واستثمار أقصي قدراتهم وامكاناتهم وعلاقته بمصادر الثقة بالنفس وتأثيرالثقة بالنفس علي الرضا الرياضي ومدى بذل أقصي جهد من أجل تحقيق الأهداف المنشودة وتحقيق النجاح للنشاط وللمجتمع بأكمله, من هنا ظهرت الحاجة لدراسة علاقة الرضا الرياضي بمصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

الثقة بالنفس (Self Confidence) :

مفهوم الثقة بالنفس :

إن للثقة بالنفس علامات تدل عليها ، تتمثل بما للفرد من طاقات كامنة فيه ، وحكمة سليمة وتقدير صائب ، لما يتمتع به الفرد من قوة وكفاية ذاتية مقارنة بغيره من الافراد .

وبالمقابل فان هناك من الناس ممن لا يظهرون على حقيقتهم يتم الحكم عليها من قبل الاخرين بانهم واثقون من انفسهم اكثر من واقعهم الحقيقي ، فنجدهم يسلكون في حياتهم ، وكأنهم يعرفون الحل لكل مشكلة والاجابة على كل سؤال مع انهم في الواقع لا يعرفون .

إن هذه الطريقة في الخداع والادعاء بالثقة بالنفس تعمل على إعاقة أصحابها على أن يتقدموا وما هي إلا أن يختفي وراءها ضعف حقيقي بالثقة بالنفس ونقص في المعرفة المتوفرة لدى هذا الفرد وقدراته ، وما هي إلا قشرة ظاهرية لا يوجد تحتها ما يدعمها أو يقويها .

وبالرغم من اتحدث كل من الرياضيين والمدربين على الثقة بالنفس إلا انه ليس هناك تعريف دقيق لهذا المصطلح ، ويعرف علماء النفس الرياضي الثقة بالنفس على انها " الاعتقاد في امكانية النجاح في اداء سلوك مرغوب ".

يعرفها قواسمة والفرج (1993) سمة شخصية يشعر معها الفرد بالكفاءة والقدرة على مواجهة العقاب والظروف المختلفة مستخدما أقصى ما تتيح له امكاناته وقدراته لتحقيق اهدافه المرجوة مما يشجع على النمو النفسي السوي وتحقيق التكيف النفسي و الاجتماعي.[1]

[1] أحمد قواسمة, الفرج عدنان, تطوير مقياس الثقة بالنفس, المجلة العربية للتربية, العدد2, 1993, ص36-49.

يعرفها العنزي (2001) قدرة الفرد أن يستجيب استجابات توافقية اتجاه المثيرات التي تواجهه وادراكه وتقبله الاخرين وتقبله لذاته بدرجة مرتفعة وله قدرة على التوافق النفسي والاجتماعي.[1]

يعرفها الدفاعي (2004) إيمان الفرد بقدراته في تسيير أموره دون خوف وبلوغ اهدافه وتقبله لذاته كما هي واعتقاده بانه جدير بتقدير الاخرين.[2]

وترى فيالي (Vealy, 1986)أن الثقة بالنفس كل من حالة وسمة :

وتعرف الثقة بالنفس كسمة بأنها " الاعتقاد أو درجة التيقن الفردي التي تمتلك لحظة معينة مع قدرة الفرد ليكون ناجحا في الرياضة ".[3]

ويعرف عويس (1984) نقلا عن جيلفوردGuilford) ، الثقة بالنفس من خلال العوامل التي تدل عليها، فيقول: أنها عامل عام يمثل اتجاه الفرد نحو ذاته ، ونحو بيئته الاجتماعية ، فأماأن يميل الفرد إلى الاقدام إلى هذه البيئة أو التراجع عنها ، ولقد لخص مظاهرها بالشعور بالكفاية أو الشعور بتقبل الاخرين ، والايمان بالنفس، والاتزان الاجتماعي، والشعور بعدم الرضا على الاحوال والخصائص الشخصية ، والشعور بالحاجة الى التحسن والشعور بالذنب ونوبات من البكاء .[4]

ويضيف أبو علام (1978) ، ان مجموعة من العلماء قامت بتعريف الثقة بالنفس من خلال مقاييس التي تقيس تقيسهذه السمة ، فيصف فلنجان مقاييس الثقة بالنفس بأنها تميز بين الشخص الواثق من نفسه ، الحسن التكيف، الجريء اجتماعيا ، والفرد الحساس، الخجول، غير المتزن انفعاليا.[5]

ويضيف أبو علام (1978) أنه استدل من التعريف السابق أن الثقة بالنفس جاءت متمركزة حول اتجاه الفرد نحو كفايته النفسية والاجتماعية ، مؤكدة على شعوره واعتقاده المبني على الخبرة بأنه قادر على تحقيق حاجاته ومتطلبات الحياة وحل مشكلاته وبلوغ أهدافه، ويؤدي الاحساس بالكفاية النفسية والاجتماعية إلى شعور الفرد بالأمنأثناء التفاعل الاجتماعي في مواقف الحياة العادية ، ويجعله ميالا إلى أن يأخذ دورا ايجابيا في هذه المواقف مما يدفعه للمبادرة والاقدام على المواقف والتحديات الجديدة .

ويرى الباحث أنه ورد العديد من التحديات التي تحدد مفهوم الثقة بالنفس من خلال ارتباطها بالسمات النفسية الاخرى، ويستدل من خلال هذه التعريفات على مدى ارتباطٍ الثقة بالنفس بالسمات النفسية الاخرى.

وترتبط الثقة بالنفس عادة بمفهوم الذات الايجابي، الذي يحمله الفرد على نفسه، ويتحدد مفهوم الذات لدى كافة الافراد من خلال عدة مفاهيم أهمها : الاتجاه نحو النفس، واحترام الذات، والادراك البدني.[6]

---

[1] فريح العنزي, المكونات الفرعية للثقة بالنفس والخجل دراسة ارتباطية عاملية, مجلة العلوم الاجتماعية, العدد3 مجلد29, 2001, ص47-77.

[2] انتصار الرفاعي, أثر برنامج إرشادي نفسي مقترح في تنمية الثقة بالنفس وعلاقته بمستوى الإنجاز الرياضي, رسالة ماجستير العليا, جامعة بغداد.

[3] Vealy, R, conceptualization of sport-confidence and competitive orientation : preliminary investigation and instrument development, journal of sport psychology, 1986, p246.

[4] عويس خيرالدين, علم النفس الاجتماعي والنشاط الرياضي, مكتبة الأنجلو المصرية, القاهرة, 1984,ص105.

[5] أبو علام محمد, مقياس الثقة بالنفس عند الطالبات في مراحل الثانوية والجامعات, مؤسسة علي الصباح للطباعة والنشر, الكويت,1978,ص28

[6] عبد الناصر القدومي, دراسة مصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي الأندية العربية للكرة الطائرة, دراسات العلوم التربوية, 2006, ص349-367.

وفي المجال الرياضي فإن تقدير الذات لذاته يكون من خلال تحقق النجاح الفوز في المنافسات أو الفشل وهذا غير صحيح حيث لا يكون تقدير الفرد لذاته ايجابيا في كل مواقف الفوز في كل المنافسات الرياضية كما في حالات الفوز مع تعاطي المنشطات والغاء نتيجة المنافسة حيث يكون تقدير الذات لدى الرياضي حينئذ غير ايجابي ولا يكون واثقا من نفسه جديرا بالاحترام.

مظاهر الثقة بالنفس:

تعدالثقة بالنفس سمة افتراضية، لا يمكن الاستدلال عليها مباشرة، بل يمكن التعرف عليها من خلال مجموعة من العلاقات أو المؤشرات أو المظاهر أو السلوكيات التي تظهر على الفرد فتدل عليها، وتحدد مدى امتلاك الفرد لهذه السمة. إن من أهم المؤشرات على ظهور الثقة بالنفس لدى الفرد هو القدرة على الاعتماد على نفسه وحكمه السليم على المواقف والاشياء، ومواجهة المشكلات التي تعترضه والتوصل إلى حلول مناسبة لها، وأن اختبارات الثقة بالنفس هي التي تميز بين الوثق من نفسه من غير الواثق فالواثق حسن التكيف، جريء اجتماعيا، مبادر للعمل، متقبل جسور، يتزايد شعوره بقيمته الشخصية وكفايته.[1]

وترى فيالي (Vealy, 1986)ويضيف الغوصي (1975) أن ضعف الثقة بالنفس كل من حالة وسمة :

وتعرف الثقة بالنفس كسمة بأنها " الاعتقاد أو درجة التيقن الفردي التي تمتلك لحظة معينة مع قدرة الفرد ليكون ناجحا في الرياضة ".

ويعرف عويس (1984) نقلا عن جيلفورد (Guilford) ، الثقة بالنفس من خلال العوامل التي تدل عليها، فيقول: أنها عامل عام يمثل اتجاه الفرد نحو ذاته ، ونحو بيئته الاجتماعية ، فأماأن يميل الفرد إلى الاقدام إلى هذه البيئة أو التراجع عنها ، ولقد لخص مظاهرها بالشعور بالكفاية أو الشعور بتقبل الاخرين ، والايمان بالنفس، والاتزان الاجتماعي، والشعور بعدم الرضا على الاحوال والخصائص الشخصية ، والشعور بالحاجة إلى التحسن والشعور بالذنب ونوبات من البكاء .

ويضيف أبو علام (1978) ، أن مجموعة من العلماء قامت بتعريف الثقة بالنفس من خلال مقاييس التي تقيس هذه السمة ، فيصف فلنجان مقاييس الثقة بالنفس بأنها تميز بين الشخص الواثق من نفسه ، الحسن التكيف، الجريء اجتماعيا ، والفرد الحساس، الخجول، غير المتزن انفعاليا.

ويضيف أبو علام (1978) انه استدل من التعريف السابق ان الثقة بالنفس جاءت متمركزة حول اتجاه الفرد نحو كفايته النفسية والاجتماعية ، مؤكدة على شعوره واعتقاده المبني على الخبرة بانه قادر على تحقيق حاجاته ومتطلبات الحياة وحل مشكلاته وبلوغ اهدافه، ويؤدي الاحساس بالكفاية النفسية والاجتماعية الى شعور الفرد بالأمن اثناء التفاعل الاجتماعي في مواقف الحياة العادية ، ويجعله ميالا الى ان يأخذ دورا ايجابيا في هذه المواقف مما يدفعه للمبادرة والاقدام على المواقف والتحديات الجديدة.[2]

[1] محمد الغانم, تنمية الثقة بالنفس, مكتبة النهضة المصرية, القاهرة, مصر, 1963,ص145.
[2] أبو بوعلام محمد, مرجع سابق,ص128.

ويرى الباحث انه ورد العديد من التحديات التي تحدد مفهوم الثقة بالنفس من خلال ارتباطها بالسمات النفسية الاخرى، ويستدل من خلال هذه التعريفات على مدى ارتباطٍ الثقة بالنفس بالسمات النفسية الاخرى.
وترتبط الثقة بالنفس عادة بمفهوم الذات الايجابي، الذي يحمله الفرد على نفسه، ويتحدد مفهوم الذات لدى كافة الافراد من خلال عدة مفاهيم اهمها : الاتجاه نحو النفس، واحترام الذات، والادراك البدني.
وفي المجال الرياضي فأن تقدير الذات لذاته يكون من خلال تحقق النجاح الفوز في المنافسات او الفشل وهذا غير صحيح حيث لا يكون تقدير الفرد لذاته ايجابيا في كل مواقف الفوز في كل المنافسات الرياضية كما في حالات الفوز مع تعاطي المنشطات والغاء نتيجة المنافسة حيث يكون تقدير الذات لدى الرياضي حينئذ غير ايجابي ولا يكون واثقا من نفسه جديرا بالاحترام.

واستنتج ابو علام (1978) المظاهر الآتية المميزة للثقة بالنفس :

- الإحساس بالقدرة على مواجهة مشكلات الحياة في الحاضر والمستقبل، والقدرة على البت في الأمور، واتخاذ القرارات، وتنفيذ الحلول مقابل الإحساس بالعجز عن مواجهة المشكلات والاعتماد عل الغير في الأمور العادية، والإحساس بالحاجة إلى تأييد الآخرين ومساندتهم، والميل الى التردد والتراجع والمغالاة في الحرص.
- شعر الذات بتقبل الاخرين واحترامهم، مقابل القلق حول التصرفات والصفات الشخصية، والحساسية للقد الاجتماعي، والشك في أقوال أخرين وأفعالهم، والخوف من المنافسة، والاستياء من الهزيمة، والترحيب بإطراء الاخرين ومدحهم والمبالغة في الحرص، والرغبة في الاتقان، والشعور بنقص الجدارة، والمسايرة خوفا من النقد.

الشعور بالأمن عند مواجهته للكبار، والتعامل معهم والثقة بهم، مقابل الشعور بالخجل والارتباك والميل الى الاحجام عن التعامل مع الكبار.
الشعور بالأمن مع الاقران والمشاركة الايجابية مقابل الشعور بالقلق والارتباك في المواقف الاجتماعية، التي تضم الاقران والاحجام عن المشاركة الايجابية.
الترحيب بالخبرات والعلاقات الجديدة مقابل الشعور بالخوف والارتباك والخجل في المواقف الجديدة.

خصائص الثقة بالنفس:

يشير العمر (2000)ان من خصائص الثقة بالنفس انها تثير الانفعالات الايجابية وتبعث على الشعور بالحماس والبهجة وتساعد على تركيز الانتباه وتزيد المثابرة والجهد في سبيل تحقيق الاهداف والنجاح مما يسهم في مفهوم بناء ذات ايجابي فتجعل الفرد مرتاحا خاليا من المخاوف قادر على تنظيم البيئة وافكاره بسرعة ودقة واقل معونة من الاخرين مما يمكنه من تخطي الصعاب والوصول الى مستوى عال من الانجاز ويناقش العمر (2000) اهمها على النحو التالي :
الثقة تثير الانفعالات الايجابية:

تؤثر الثقة في اثارة العديد من الانفعالات الايجابية لدى الرياضيين، فهي تبعث فيهم الشعور بالحيوية والحماسة والبهجة والانتعاش، والمتعة والرضا، ويؤدي ذلك الى ان حركات الرياضي تتميز بالانسيابية والمزيد من القوة والسرعة، بالإضافة الى ما سبق فان الثقة تساعد الرياضي على الاحتفاظ بالهدوء، والاسترخاء، ورباطة الجأش وخاصة في المنافسة الضاغطة.[1]

-الثقة تساعد على تركيز الانتباه :

تساعد الثقة الرياضي على تركيز الانتباه في المباراة وهذا يعكس ان الرياضي لا يحاول تجنب الفشل (الذي يأتينتيجة ضعف الثقة)، بل يصبح اهتمامه موجها نحو الاداء فالرضا الدي يتسم بضعف الثقة يتملكه الشعور بالقلق ويستحوذ عليها التفكير السلبي وينشغل بنتائج الاداء اكثر ما يهتم بالأداء ذاته.

-الثقة تؤثر في بناء الاهداف:

يستطيع الرياضي الذي يتمتع بالثقة ان يضع اهدافا ذات صعوبة ملائمة، وتستثير التحد، ثم يبذل الجهد لتحقيقها، فالثقة تستثير القدرات الكامنة لدى الرياضي، بينما الرياضي الذي يفقد الثقة يميل الى تبني اهداف سهلة، لا تتطلب ان يبذل اقصى جهده، ولا تستثير اقصى طاقاته .

-الثقة تزيد المثابرة وبذل الجهد :

تعرف الثقة بالنفس لدى بعض المهتمين بالدراسات النفسية للرياضيين بانها " درجة التأكد او الاعتقاد التي يمتلكها الرياضي عن مدى قدرته عن تحقيق النجاح في الرياضة "، ولا شك ان توقع الرياضي لنتائج ادائه يعتبر عامل هام من حيث التأثير على نتائج الاداء، بمعنى اخر يمكن اعتبار الثقة بمثابة الزيادة في درجة التوقع لنتائج الاداء بمعنى اخر ان الثقة تعني مدى ت اكد اللاعب من قدرته على تحقيق انجاز معين . وتجدر الاشارة الى ان الثقة في توقع النتائج تجعل الرياضي اكثر استعدادا للبذل والعطاء، وكلما زادت درجة التوقفو اصبح الرياضي اكثر ثقة ضاعف ذلك من مقدرته على التحمل والمثابرة والتصميم في مواجهة العقبات التي تقابه، او المشكلات التي تعترضه، وتحد الصعب وعدم الاستسلام للهزيمة، ا وان يفقد الامل بيد ان الرياضي الذي يعتقد ان المكسب او الفوز امر بعيد المنال، وصعب التحقيق، فان دافعيته تقل، وحماسته تفتر، وعزيمته تضعف لبذل الجهد او مقاومة التعب، وربما اعرض على الاشتراك في المسابقة، وقد يلازمه الشعور السلبي ع ن قيمة بذل الجهد ما دام يتوقع ان الفشل حدوثه قريب، وان المكسب امر عسير، اي يفتقد وجود الباعث او الحافز الذي يبرر له المثابرة في بذل الجهد.[2]

أنماط الثقة بالنفس :

يوضع راتب (1995) ان هناك انماط للثقة بالنفس هي :

الثقة بالنفس المثلى

إن الرياضيين الذين يتمتعون بثقة النفس المثلى ، يضعون لأنفسهم اهداف واقعية، تتفق مع قدراتهم، بل ان فهمهم لقدراتهم بشكل جيد يجعلهم يشعرون بالنجاح عندما يصلون لحدودهم العليا لقدراتهم، ولا يحاولون انجاز اهداف غير

[1] العمر بدر, علاقة الدافعية نحو بعض المتغيرات الشخصية والوظيفية لدى الموظفين في دولة الكويت, مركز البحوث العلمية,2004,ص14.
[2] محمد حسن علاوي, علم النفس الرياضي, ط2, دار النهض, القاهرة, مصر,1978,ص107-147.

واقعية بالنسبة لهم، هذا ويعتبر امتلاك الرياضيين بثقة النفس المثلى صفة شخصية ضرورية وهامة، ولكن امتلاك الرياضيين لهذه الصفة لا يضمن وحده تفوقهم في الاداء، وانما يجب ان يمتلك الرياضيون المهارات البدينة لتحقيق الاداء الجيد. ومن الاهمية بمكان تطور كل من الثقة بالنفس والكفاية البدنية والمهارية يعني ان لديه الثقة الزائفة.[1]

وعندما نتحدث عن الثقة بالنفس المثلى فان هناك اعتقادا شائعا لدى بعض الرياضيين مفاده ان الثقة بالنفس ت كسبهم مناعة ضد حدوث الاخطاء، والحقيقة ليست كذلك ولكن الثقة بالنفس تمنح الرياضي كفاءة في التعامل مع الاخطاء.

فعندما يمتلك الرياضي ال ثقة بالنفس، ويشعر بقيمة ذاته فانه يكون اكثر فاعلية في تصحيح اخطائه، انه لا يخشى المحاولة، لذلك فان المدربين الذين يعاقبون او يسخرون من الرياضيين الذين يرتكبون الاخطاء يحرمون الرياضيين من استخدام هذه الميزة الكامنة في الثقة بالنفس.

الافتقار للثقة بالنفس:

يعتبر النجاح والفشل جزءا من الرياضة، والرياضيون ذوي الثقة في النفس يعرفون هذه الحقيقة ويتعاملون معها بقدر كبير من الواقعية، ولكن الرياضيين الذين تعوزهم الثقة في النفس يخافون من الفشل بدرجة كبيرة، لدرجة انهم يسهل خوفهم ومن ثم ينعكس ذلك على سلوكهم وادائهم، ونتيجة ذلك فان الرياضيين الذين تعوزهم الثقة او لديهم قدر ضئيل من الثقة يصبحون من الناحية النفسية اسرى لتصوراتهم السلبية ويسلكون من منطلق الهزيمة والفشل وليس النجاح وتحقيق الفوز على المنافس.

ان مكمن الخطورة لضعف الثقة في النفس لدى الرياضيين يقود الى المزيد من الفشل، انهم يتوقعون الفشل الذي يقودهم الفشل الحقيقي، الذي يؤكد بدوره تصورهم السلبي لأنفسهم، والذي يزيد من توقعهم للفشل.

ان ضعف الثقة والتوقعات السلبية، يضعف كفاءة الاداء، ويؤدي الى حدوث القلق وضعف التركيز، وعدم التأكد من الهدف، كذلك فان الرياضيين الذين تعوزهم الثقة يكون تركيزهم اكثر نحو نقاط الضعف مما يصرف انتباههم عن الاشياء الضرورية للأداء الجيد، اضافة الى ما سبق فان هؤلاء الرياضيين قد يراودهم الشعور بعدم الكفاية حتى مع استمرار المنافسة، انه ليس في وسعهم ان يفضلوا الافضل، لذلك فانهم يتوقعون المزيد من المحاولة، ويعرضون عن الممارسة وبذل المزيد من الجهد، واذا ما استمرت الممارسة فإنها تفتقر الى المتعة والشعور بالرضى.

وتعتبر التوقعات الايجابية الوقود النفسي الذي يمد الرياضيين بالطاقة، فالتوقعات الايجابية بمثابة الدفعة ا لتي توجه الرياضيين نحو اهدافهم وتكون هذه التوقعات الايجابية اكثر فاعلية كلما كانت واقعية.

ويشير راتب (1995) الى ان مفهوم الثقة الزائدة لا يعبر عن مدلوله، اذ ان الرياضيين لا يتميزون بالثقة الزائدة اذا ما اسست الثقة على فهم لقدراتهم، والحقيقة عندما نصف شخصا بانه ي تميز بالثقة الزائدة، فاننا نعني انه يتميز بالثقة الزائفة ويعني ان الثقة تزيد عن القدرات المتاحة للرياضي.

وتتضح ان الثقة الزائفة لدى الرياضيين في نمطين شائعين:

[1] أسامة كمال راتب, علم نفس الرياضة, دار الفكر العربي, القاهرة, مصر, 1995, ص12-21.

-بعض الرياضيين يعتقدون بصدق انهم افضل من مستوى امكاناتهم الحقيقية، ويتولد هذا النوع من الثقة الزائدة نتيجة التدليل الزائدة والتشجيع المبالغ فيه من قبل الاباء والمدربين، ولكن بصرف النظر عن السبب فان هذا النوع من الثقة الزائفة يقود صاحبه الى الفضل والاحباط عندما يواجه الواقع العملي، ويتأكد ان قدراته وامكاناته اقل واضعف مما يعتقد. بعض الرياضيين يتظاهرون بالثقة ولكنهم داخليا تستحوذ عليهم ا فكار ومشاعر عدم الثقة فهم قلقون وخائفون من الفشل في الرياضة. والرياضيون الذين يتميزون بهذا النمط من الثقة تجدهم يعوضون قلقهم الداخلي ببعض مظاهر السلوك الخاصة مثل: الغرور، الغطرسة، والخيلاء، والتكبر، والتهور،. ويظن بعض الرياضيون خطأ ان هذا هو الاسلوب الملائم للتأكيدللأخرين انهم يتمتعون بالثقة، ولكن سرعان ما تظهر الحقيقة ان مستوى قدراتهم ومهاراتهم يؤكد زيف هذا الادعاء من الثقة الزائدة وتزداد المشكلة تعقيدا.[1]

العوامل المؤثرة في الثقة بالنفس:

وضح ميخائيل (1977) ان هناك عدة عوامل تؤثر في الثقة بالنفس لعل ابرزها:

العوامل الجسمية:

حيث اشار الى ان الشخص السليم المولود بابويين واجداد اصحاء والحائز على العناية الصحيحة الكاملة التي تضمن له النشاط والحيوية انه شخص يشعر بقدرته على مقاومة الصعاب وتحديها وتبديد ما من شانه ان يقف عائقا امامه دون تحقيق اهدافه.

ويضيف ميخائيل (1977) ان الشخص الخالي من الامراض، التي تحول بينه وبين اداء العمل او عن بذل الجهد، فمن المحتمل ان يؤدي الى ارتفاع مستوى الثقة بالنفس كما ان الاتساق الحركي الملائمة الحركية للوظائف الاجتماعية المطلوبة من الشخص تكون من العوامل الاساسية التي قد تزيد من مستوى الثقة بالنفس، اذا ان انعدام التكيف الحكري او نقصه لدى الشخص ينتهي به الى الاحساس بالإخفاق، وبالتالي الى عدم القدرة على التحرك في الاتجاهات المطلوبة.[2]

كذلك يضيف ميخائيل ان جمال الطلعة، وبهاء المنظر، وجاذبية الشخصية بوجه عام، تساعد على غرس الثقة بالنفس في الشخصية المتمتعة بهذه الميزات المتعلقة بالشكل الخارجي للجسم، ويتصف به جذب الانتباه من وقع حسن في قلوب المشاهدين، بيد ان الثقة بالنفس هي ايضا بدورها تجعل من هذه الصفات عاملا ذا اثر فعال. ف الثقة بالنفس تعد في حد ذاتها من علامات جمال الشخصية وهي من اروع ما يختص به الشخص من جمال وبهاء.

العواملالاجتماعية :

م المرجح ان الوضع الاجتماعي للشخص يرتبط بمدى ثقته بنفسه، وذلك ان الكيان الاجتماعي لأي شخص يحدد كيانه النفسي وفكرته عن نفسه، فالفرد منا يولد وهو مزود بعدد كبير من المورثات المتعلقة بالنوع البشري، التي تحكم سلوكه بعض الشيء، ولكنه سرعان ما يتأثر بجو المجتمع الذي يعيش فيه وبالتالي يخضع سلوكه للتأثيرات الاتية من ذلك المجتمع،

[1] محمد علاوي, علم النفس التدريب والمنافسة, دار الفكر العربي, القاهرة, مصر, 2002, ص14.
[2] ميخائيل يوسف, الثقة بالنفس, دار النهضة المصرية للطباعة والنشر, القاهرة, مصر, 1977, ص49.

ومعنى هذا ان الرابطة بين النوع البشري من جهة وبين المجتمع الذي يحيا في ظله الفرد من وجهة اخرى هي رابطة عضوية، غير قابلة للانفصام.

العوامل الاقتصادية:

من المؤكد ان هناك صلة وثيقة بين دخل الفرد وثقته بنفسيه، ولكن يجب ان لا يأخذنا الحماس فنقول: ان العامل الوحيد الذي يقرر ثقة الشخص بنفسه هو مستواه الاقتصادي، وما يستطيع ان يحظى به من ارباح نتيجة ما يبذله من جهد في عمله، ذلك ان هناك جوانب اخرى من الحياة لا تقل اهميتها وفاعليتها عن الجانب الاقتصادي.

مصادر الثقة بالنفس في الجانب الرياضي :

يعد فيالي من اوائل المهتمين بدراسة مصادر الثقة بالنفس في المجال الرياضي وكان ذلك من خلال رسالة الدكتورة التي قام بإعدادها عام 1984 بهدف تحديد مفهوم مصادر الثقة بالنفس في المجال الرياضي وتطوير اداة لقياسها في جامعة الينوي وبعد ذلك حدث تطوير للمجال من قبل فيالي واخرون وذلك من خلال تطوير مقياس الثقة بالنفس في المجال الرياضي وبناء عليه يمكن ايجاز هذه المصادر فيما يلي :

1 مصدر التمكن الرياضي : ويقصد به زيادة عدد المهارات المتعلمة والتميز في اللعبة الممارسة.

2 مصدر استعراض القدوة : وهو شعور الفرد بتميزه عن الاخرين وذلك من خلال القدرة على مواجهة المنافس وتكرار الفوز والحصول على مراكز متقدمة وزيادة خبرة النجاح.[1]

3 مصدر الاعداد البدني والمعرفي: ويقصد به التميز وحسن الاعداد في الصفات المعرفية والبدنية عند اللاعب مقارنة بالأخرين قبل المنافسة.

4 مصدر الذات البدنية: ويقصد به رضى الرياضي عن وزنه ومظهره الخارجي والظهور بمظهر حسن امام نفسه وامام الاخرين.

5 مصدر الدعم الاجتماعي: ويقصد به التشجيع المناسب من المدرب الأهل والجمهور إضافة الى التغذية الراجعة من المدربين للاعبين.

6 مصدر النمط القيادي للمدرب: ويقصد به ثقة اللاعب بقدرات مدربه وبالقرارات التي يتخذها وقدرته على القيادة ومدى انعكاس ذلك على تطور السلوك القيادي عند اللاعبين.

7 مصدر الخبرات الغير مباشرة: يقصد به مجموعة الخبرات التي يكتسبها الفرد من خلال المشاهدة للأخرين سواء كانوا مميزين او اصدقاء يؤدون المهارات بنجاح او مشاهدة فلم فيديو للاعب مميز.

8 مصدر مكان اللعب: ويقصد به ممارسة اللعب في المكان الذي يحبه اللاعب والشعور بالراحة في المكان الذي يلعب فيه اللاعب.

[1]Vealy, R, Hayashi, Holman, and peter, sources of sport- confidence; conceptualion and instrument development, journal of sport and exercise psychology, 1998, p221-246.

9 مصدر التفضيل الموقفي : ويقصد به مجموعة الاشياء التي يحبها ويفضلها اللاعب في التدريب مثل الراحة المناسبة وسير امور التدريب كما يرغب اللاعب.

الدراسات السابقة

أولا : الدراسات التي تناولت موضوع الرضا الرياضي.

قام **لورمير وآخرون** بدراسة هدفت إلى التعرف إلى تأثير الدعم الاجتماعي على الرضا الرياضي في الرياضات الفردية وقد اشتملت العينة على 127 رياضي من المملكة المتحدة الذين يتنافسون في الرياضات الفردية، وقد تم تطبيق استبانة الدعم الاجتماعي واستبانة الرضا الرياضي وأشارت النتائج الى ارتياحهم لهذا الدعم الاجتماعي على مستوى رضاهم عن أدائهم الفردي.

وقام **جونيور وآخرون** (2011) بدراسة هدفت للتعرف إلى مستوى الرضا الرياضي والتماسك الجماعي لكبار فرق كرة القدم في الأماكن المغلقة وتكونت العينة من 58 من الرياضيين الذكور لكرة القدم وقد تم استخدام مقياس الرضا الرياضي وقياس التماسك الاجتماعي، وأظهرت النتائج أن الفرق ذات المستويات العليا كان الرضا الرياضي لديهم أعلى من تماسك المجموعة والفرق ذات المستويات المنخفضة كان الرضا أدنى من تماسك المجموعة وأظهرت مقارنة بين فرق الاختلافات في ثلاثة أبعاد للرضا (التدريب والتعليم، أداء الفريق ، والاستراتيجية) وأكثر ما اطمئن الرياضيون له تعليمات المدرب والمعاملة الشخصية والاستراتيجية ، والفرق الأكثر تماسكا هي التي تقوم بهذه المهمة وخلصت النتائج إلى أن الرضا الرياضي يلعب دورا رئيسيا في تصور التماسك في الفرق الرياضية.

قام **لان (2011)** بدراسة هدفت الى تحديد العلاقة بين مدربي كرة السلة وسلوك القائد وتماسك الفريق ورضا الرياضي في الجامعات المختارة في شمالة تايوان وزعت استبيانات على 537 لاعب كرة سلة وتم جمع البيانات من خلال استخدام مقياس القيادة الرياضية ومقياس الرضا الرياضي واظهرت النتائج ارتباط قوي بين مقاييس القيادة الخمس واظهرت تحليل وجود ارتباط بين التدريب والتعليمات والسلوك الديمقراطي والدعم الاجتماعي وساهمت ردود الفعل الايجابية في مستوى اعلى بتماسك الفريق وارتياح الفريق، واوجد السلوك الدكتاتوري علاقة سلبية بين الفرق الرياضية والتحامها وارتياحها، وكان تماسك الفريق ورضى اللاعبين اعلى ارتباط لبعضهم البعض، واشارت النتائج التي تم التوصل اليها الى الاختلاف بين الجنسين في السلوك القيادي والرضا الرياضي وان هناك فروق ذات دلالة واضحة في ايام التدريب بين السلوك القيادي وتماسك الفريق، ورضا اللاعبين. كانت هناك فروق ذات دلالة احصائية في ساعت التدريب على نواحي التدريب والتعليمات وكذلك الدعم الاجتماعي من سلوك القائد حيث يظهر المدربين الرياضيين من الذكور سلوكا اكثر دكتاتورية من الاناث، وفي المقابل كان ينظر الى المدربات الرياضيات من الاناث بانهن اكثر انخراط في التدريب والتعليمات والدعم الاجتماعي والتغذية الراجعة الايجابية من المدربين الذكور.

وقام **ستيف دان (2010)** بدراسة هدفت التعرف الى العلاقة بين الهوية الرياضية ورضا الرياضي والاداء وقد تم تطوير أداة مسح لقياس العلاقة بين الهوية الرياضية ورضى الرياضي والاداء وقد اشتملت العينة على 229 من الذكور والاناث في أربع رياضات وهي: هوكي الجليد وكرة السلة والتنس واختراق الضاحية وقد اظهرت النتائج على الارتباط الكبير بين الرضا الرياضي والاداء والارتباط الكبير بين الهوية الرياضية والاداء، ووجود علاقة بين الهوية الرياضية ودرجة القيمة وفقا لتقديم المدرب للفريق وهذه النتائج لديها القدرة على التأثير على حد سواء في الادارة والمدربين على مستوى الكليات من

وجهة نظر المدرب، في حين انه من المهم ان يكون رضا الرياضي مع البرامج التي تهدف الى تحسن الاداء الرياضي فمن المهم ايضا ان نفهم على وجه الخصوص العوامل المؤدية الى ارتياح الفرد الرياضي.

وقام **نزاردن واخرون (2009)** بدراسة هدفت التعرف الى العلاقة بين نمط القيادة والتدريب الرياضي لدى المدربين والرضا الرياضي لدى اللاعبين واشتملت عينة الدراسة على لاعبي كرة السلة في ماليزيا والبالغ عددها 101 ضمن الدوري لكرة السلة، اشتملت اداة الدراسة على مقياس القيادة ومقياس الرضا الرياضي لرايمر وشلا دوريا 1998 وأظهرت النتائج وجود فروق عند مستوى 0.05 في ان اكثر السلوكيات القيادية تفضيلا التدريب والتعليمات التدريب وردود الفعل الايجابية يليها السلوك الاجتماعي، والسلوك الديمقراطي التدريبي، والسلوك الدكتاتوري التدريبي، ومن ثم تكامل الفريق، وفيما يتعلق بالرضا الرياضي كان استراتيجيات اللاعب اعلى مستوى تؤثرا بالرضا لرياضي لدى لاعبي كرة السلة، وكان التدريب والتعليمات ثاني اعلى متوسط سجل الرضا الرياضي ، والعوامل الخارجية كانت ادنى تصنيف ل الرضا الرياضي وكان الارتباط معتدلا وايجابيا وكان اعلى في السلوك الديمقراطي ويليه ردود الفعل الايجابية ثم التدريب والتعليمات ثم الدعم الاجتماعي وادناه السلوك الدكتاتوري.

ومن الدراسات العربية في الموضوعات قام **طحاينة واخرون (2008)** بدراسة هدفت التعرف إلى أنماط السلوك القيادي لدى مدربي كرة السلة في الاردن من وجهة نظر اللاعبين، وأثر هذه الأنماط على مستويات الرضا لديهم. شارك في هذه الدراسة 101 لاعب أجابوا على نسخة معدلة من مقياس القيادة في الرياضة تحتوي 43 فقرة، ومقياس الرضا عند اللاعبين والمكون من 14 فقرة. اشارت النتائج الى وجود علاقة ايجابية بين السلوك القيادي للمدرب ومستويات الرضا عند اللاعبين، حيث أوضحت نتائج الانحدار أن الأسلوب الديمقراطي للمدرب كان أهم العوامل التي ساهمت في تفسير تباين الرضا عند اللاعبين، تليه الاسلوب الذي يركز على التدريب والتعليمات. كذلك أشارت النتائج إلى أن أسلوب الدعم الاجتماعي، وأسلوب التغذية الراجعة كان لهما علاقة ببعض ابعاد الرضا عند الرياضيين. ووجد ان هناك علاقة سلبية بين السلوك الدكتاتوري والرضا عند التدريب.

وقام **أونر وآخرون (2005)** بدراسة أجريت على عينة قوامها 325 من لاعبي ولاعبات المنتخبات الجامعية والتي هدفت الى التعرف الى العلاقة بين رضا اللاعبين والخدمات التي يقدمها المدربون الرياضيون. واشارت النتائج الى ان اللاعبات كن اكثر رضا من اللاعبين عن الخدمات التي يقدمها المدربون كما ن اللاعبين في رياضات الصف الثاني كانوا اقل رضا من لاعبي الصف الاول، كما اوضحت نتائج الدراسة ان مستوى المنافسة لم يكن له اي علاقة برضا اللاعبين عن الخدمات التي يقدمها المدربون.

وقام **سراي بون (2001)** بدراسة هدفت التعرف إلى العلاقة بين انجاز الفرق الرياضة والسلوك القيادي، وتماسك الفريق، والرضا عند اللاعبين في تايلاند، فقد أشارت نتائجها إلى أن سلوك المدرب المرتكز على التدريب والتعليمات كان الاكثر فاعلية وتأثيرا على اداء الفرق الرياضة وتحسين الانجاز، كما بينت أن الرضا عن توظيف القدرات والإمكانات كان مرتبطا بأداء الفرق وانجازاتها. واوضحت النتائج كذلك ان السلوك الدكتاتوري كان هو السلوك السائد لدى مدربي الفرق الرياضية في تايلاند ولكنه لم يؤثر على اداء الفرق وانجازها.

ثانيا الدراسات التي تناولت موضوع الثقة بالنفس:

دراسة جابر (2012) هدفت الدراسة التعرف إلى مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة الطاولة في فلسطين تبعا الى متغيرات درجة اللاعب، طول اللاعب، واليد المستخدمة في اللعب، والخبرة في اللعب وتصنيف اللاعب، ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها 96 لاعب من مجتمع الدراسة الأصلي البالغ عددهم 150 لاعبا ولجمع البيانات تم استخدام المنهج الوصفي ومقياس الثقة بالنفس للاعبي الملاكمة من إعداد زينة (2008) وأظهرت نتائج الدراسة مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة الطاولة في فلسطين جاءت (ثقة ملائمة) او (ثقة مثلى بالنفس) حيث وصلت النسبة المئوية للاستجابة 83 وكذلك أظهرت النتائج بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة الطاولة في فلسطين تعزى الى متغيرات درجة اللاعب، اليد المستخدمة في اللعب، وكذلك أظهرت النتائج بأنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة الطاولة في فلسطين تعزى الى متغير الخبرة في اللعب واللاعب المصنف الدولي.

دراسة بيتي واخرون(2011) قام بدراسة هدفت إلي تطوير واعتماد مقياس لقياس قوة الثقة بالنفس, وقد تم تسليط الضوء علي الثقة بالنفس وقدرة الحفاظ علي الثقة بالنفس في مواجهة الشدائد, وقد تم التركيز علي السمات المهمة حيث كان الغرض من الدراسة تطوير مثل هذه السمات, وتفيد تقارير ثلاث دراسات وضعت مقياس لقياس مدى قوة الثقة بالنفس (اي القدرة علي الحفاظ علي الثقة بالنفس في مواجهة الشدائد) وضعت الدراسة الأولي قائمة (12) عنصر مؤكدة تحليلها بالطريقة الاستكشافية, وكانت نتائجها(08) عناصر تناسب الرياضيين كل من الذكور والاناث, وأكدة الدراسة الثانية بصلاحية البنود الثمانية, وأظهرت الدراسة الثالثة صحة التنبؤية ومدى الارتباط بين الرياضيين و الثقة بالنفس حيث كانت أكثر استقرار قبل المنافسة, وكذألك تمكن اللاعبين ذو المستوى العالي من الحفاظ علي أعلي حالة من مستويات الثقة بالنفس, ومن أهم التوصيات تسليط الضوء علي العوامل الاخرى التي قد تلعب دورا معتدلا.

دراسة القدومي (2006) التي هدفت إلى التعرف إلى مصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي الأندية العربية لكرة الطائرة كما يقدرونها بأنفسهم، أضافت إلى تحديد متغير الخبرة في اللعب، ومهمة اللاعب الرئيسية في الفريق وعدد المشاركات الدولية للاعب في هذه المصادر. ولتحقيق ذلك أجريت الدراسة على عينة قوامها 90 لاعبا لكرة الطائرة من المشاركين في بطولة الأندية العربية ال22 التي أقيمت في الأردن، وطبق عليهم مقياس الثقة بالنفس في المجال الرياضي الذي طوره فيالي وآخرون (1998) ويشتمل على 40 فقرة موزعة على 9 مصادر. وقد أظهرت النتائج أن مصادر الثقة بالنفس كانت عالية عند أفراد عينة الدراسة، حيث كان متوسط الاستجابة عليها اكبر من 6.5 من أصل 9 درجات وكان مصدر استعراض التفوق الرياضي بالمرتبة الأولى بواقع 7.67 درجة ومصدر التفضيل الوقفي في المرتبة الأخيرة بواقع 6.74°. وفيما يتعلق بأثر التغيرات الخبرة في اللعب، ومهمة اللاعب الرئيسية في الفريق، وعدد المشاركات الدولية للاعب على مصادر الثقة بالنفس، أظهرت نتائج تحليل التباين الأحادي انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.05 في مصادر الثقة بالنفس تعزى إلى متغير الخبرة في اللعب، ومهمة الرئيسية للاعب بين ما كانت الفروق دالة إحصائيا تبعا إلى متغير عدد المشاركات الدولية لصالح أصحاب المشاركات الأكثر عددا.

دراسة فيالي واخرون(1998) قام بدراسة هدفت إلي ايجاد إطار نظري للثقة بالنفس في المجال الرياضي, انطلاقا من الدراسات التي تم اجراؤها اعتمدت علي نظريات عامة في علم النفس كان لابد من ايجاد اطار نظري خاص بالواقع الرياضي, ولتحقيق قام بدراسة علي 04 مراحل من اجل تحديد مصادر الثقة بالنفس في المجال الرياضي وذلك من خلال تطوير اداة قياس خاصة بذلك استنادا الي اطار نظري خاص بالواقع الرياضي, وقد تم استخراج معامل الصدق والثبات علي عينة مكونة من(335) رياضيينا للمستوي الجامعي, و(208) لاعبي كرة السلة للمدارس الثانوية, واستخدم التحليل العاملي لتحديد صدق المقياس حيث كانت تشبع الفقرات علي مصادرها أكثر من(0.30) ومعادلة كرونباخ ألفا لتحديد الثبات حيث وصل الثبات الكلي إلي(0.93) وقد كانت نتائج التحليل الوصول إلي مقياس مكون من(40) فقرة موزعة علي تسعة مصادر.

التعليق علي الدراسات السابقة

من خلال عرض الباحث للدراسات السابقة في مجالي الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس في المجال الرياضي تبين له الأتي:

1-اجريت هذه الدراسات علي عينات من فئات عمرية مختلفة سواء ممارسين للعبة كرة القدم أو غير ممارسين واشتملت علي ألعاب جماعية مختلفة ومتنوعة وألعاب فردية ومن حيث السن تنوعت الفئات العمرية, ولاعبي طلاب كليات التربية الرياضية ولاعبي الدرجة الأولي والممتازة.

2-استخدمت معظم الدراسات المنهج الوصفي مما جعل الباحث يستخدم المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة الدراسة الحالية.

3-أسفرت بعض نتائج الدراسات عن ترجمة لمقياس لقياس مصادر الثقة بالنفس مما جعل الباحث يستخدم المقياس لملائمته لطبيعة الدراسة الحالية.

4-تناولت الدراسات معالجات احصائية متعددة مما أفادت الباحث في استخدام الأسلوب الإحصائي المناسب.

5-اشارت بعض الدراسات ان الرضا الرياضي أعلي من تماسك الفريق وبخاصة لدى الفرق ذو المستويات العليا.

6-اشارت نتائج بعض الدراسات أن أعلي مجال تأثرا بالرضا الرياضي لدى لاعبي كرة السلة كان مجال التدريب والتعليمات الرضا الرياضي, والعوامل الخارجية كانت ادني مجال لرضا الرياضي.

7-اشارت نتائج بعض الدراسات أن الثقة بالنفس كانت عالية وكان مصدر استعراض التفوق الرياضي في المرتبة الأولي ومصدر التفضيل الموقفي في المرتبة الأخيرة, واظهرت النتائج أيضا عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مصادر الثقة بالنفس.

8-أشارت نتائج بعض الدراسات أن الرضا الرياضي :ان مرتبطا بأداء الفرق وانجازاتها.

9-أشارت نتائج بعض الدراسات أن الثقة بالنفس كانت عالية وكان مصدر الاعداد البدني والمعرفي في المرتبة الأولي والتفضيل الموقفي في المرتبة الاخيرة واظهرت النتائج أيضا عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في مصادر الثقة بالنفس.

وعليه فقد استفاد الباحث من الدراسات السابقة فيما يلي:

1-كيفية تناول المشكلة وموضوع الدراسة والخطوات الواجب إتباعها في الدراسة.

2-كيفية اختيار العينة وتحديدها.

3-الوسائل والأدوات المستخدمة في الدراسة

4-تحديد المنهج العلمي المناسب.

5-الأسلوب الإحصائي المستخدم في هذه الدراسة وتحديد ما يناسب هذه الدراسة.

6-طريقة عرض الجداول الإحصائية وتفسيرها ومناقشتها.

وامتازت الدراسة الحالية من حيث دراسة العلاقة بين الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس في المجال الرياضي, حيث لم يتوصل الباحث لأية دراسة تناولت الموضوع, عوضا علي أن الدراسة الحالية تتناول موضوعان حيويان في مجال الإعداد النفسي والاجتماعي في المجال الرياضي معا ولا تقتصر علي موضوع واحد, اضافة إلي قلة الدراسات العربية حول هذه المواضيع في البيئة العربية, وتناولت الدراسة مختلف الدراجات لكرة القدم

الفصل الثاني

الإطار العام للدراسة

تمهيد :

في مختلف البحوث التي يتناوله الباحث يجد نفسه أمام صعوبات تتمثل في عموميات اللغة وتداخل المصطلحات ، وتعتبر المفاهيم مفتاح الدخول للبحث وتحديدها كما تعتبر الخطوة الأولية و الأساسية لتمهيد الطريقة لفهم الموضوع المراد دراسته ، للتداخل الموجود بين مختلف المفاهيم المستعملة إي الواردة في بحثنا هذا سنحاول تحديد مصطلحات بحثنا.

01- الكلمات الدالة في الدراسة :

الرضا الرياضي:

التعريف اللغوي

رضا مصدر رضي هو راض مرضي طلب رضاه موافقته استحسانه[1]

التعريف الاصطلاحي

حالة عاطفية ايجابية ناتجة عن التقييم المعقد للهياكل والعماليات والنتائج المرتبطة بالأداء الرياضي.[2]

التعريف الاجرائي

يقصد به الدرجة التي يحصل عليها لاعبي كرة القدم(فريق امل وفاق سطيف). علي مقياس الرضا الرياضي.

الثقة بالنفس:

التعريف اللغوي

تأتي الثقة بالنفس على معاني عدة أهمها الثقة الائتمان اليقين يقال لست على ثقة من نجاح هذه التجربة[3]

التعريف الاصطلاحي

هي الأفكار والمعتقدات التي يكونها الشخص عن نفسه من خلال معرفته بقدراته, وميوله, وحاجاته لتحقيق درجة من التوافق والنجاح.[4]

مصادر الثقة بالنفس

التعريف الاصطلاحي

هي مجموعة العوامل التي تؤثر علي مفهوم الفرد نحو ذاته وبيئته الاجتماعية التي تتمثل في المجالات التي يشتمل عليها مقياس فليبي واخرون لقياس مصادر الثقة بالنفس وهمي: مصدر التمكن الرياضي مصدر استعراض القدرة مصدر الاعداد البدني والمعرفي مصدر الذات البدنية مصدر الدعم الاجتماعي مصدر النمط القيادي للمدرب مصدر الخبرات الغير مباشرة

مصدر مكان اللعب مصدر التفضيل الموقفي.[5]

---

[1] - معجم المعاني الجامع –معجم عربي عربي

[2] محمد الحياني, أثر أسلوب المنافسات والتغذية الراجعة, المقارنة في الرضا الحركي والتحصيل بكرة القدم, رسالة ماجستير غير منشورة, كلية الدراسات العليا, جامعة بغداد, بغداد,العراق.

[3] - معجم المعاني اللغوي الجامع عربي عربي

[4] عبد العزيز القوصي, أسس الصحة النفسية, ط01, مكتبة النهضة المصرية, القاهرة, مصر, 1975, ص89.

5 - حافظ معين, العلاقة بين مصادر الثقة بالنفس والقيم التربوية لدى لاعبي الألعاب الرياضية في الجامعات الفلسطينية, رسالة دكتورة, الخرطوم,2003

التعريف الاجرائي:

يقصد به الدرجة التي يحصل عليها لاعبي كرة القدم(فريق امل وفاق سطيف). علي مقياس مصادر الثقة بالنفس .

تعريف كرة القدم:

" هي كلمة لاتينية وتعني ركل الكرة بالقدم،فالأمريكيون يعتبرونها بما Foot.ball**التعريف اللغوي:** كرة القدم " " أو كرة القدم الأمريكية أما كرة القدم المعروفة والتي سنتحدث عنها تسمى Regbyيسمى عندهم بال"

التعريف الاصطلاحيSoccer

:تمارس من طرف جميع الناس كما أشار إليها رومي جميل :" كرة القدم قبل كل شيء رياضة جماعية يتكيف معها كل أصناف المجتمع.[1]

التعريف الإجرائي:

كرة القدم هي رياضة جماعية تمارس من طرف جميع الأصناف، كما تلعب بين فريقين يتألف كل منهما من 11 لاعبا، تلعب بواسطة كرة منفوخة فوق أرضية مستطيلة ، في نهاية كل طرف من طرفيها مرمى ويتم تحريك الكرة بواسطة الأقدام ولا يسمح إلا لحارس المرمى بلمسها باليدين ويشرف على تحكيم المباراة حكم وسط ، وحكمان دقيقة، وإذا انتهت 15 دقيقة ، وفترة راحة مدتها 90للتماس وحكم رابع لمراقبة الوقت بحيث توقيت المباراة هو دقيقة ، وفي 15المباراة بالتعادل " في حالة مقابلات الكأس " فيكون هناك شوطين إضافيين وقت كل منهما حالة التعادل في الشوطين الإضافيين يضطر الحكم إلى إجراء ضربات الجزاء لفصل بين الفريقين.

الاشكالية:

تعد المنافسة الرياضية هي محصلة كل الجهود التي تبذل في أي لعبة أو فعالية رياضية, والتي يحاول فيها اللاعب الوصول إلي أعلي مستوي ممكن وتحقيق الانجازات الرياضية, ولتحقيق ذلك لابد أن يستخدم اللاعب أقصى قدراته وقواه النفسية والبدنية والمهارية والخطيطة لتحقيق مثل هذه الانجازات.

مع العلم أن القياسات النفسية تساعد علي تقديم معلومات موضوعية عن اللاعبين في شتى المجالات وتساعد علي تطوير مستواهم , فضلا أن الاحساس بالرضا نتيجة الاشتراك بالأنشطة الرياضية يؤدي إلى شعور اللاعبين بالارتياح والسعادة لممارسة تلك الألعاب وهذا يؤدي إلى التغلب على الكثير من الصعوبات التي تواجه اللاعبين عند عملية التدريب وكذلك المنافسة الرياضية ويساهم في إثارة الدافعية لديهم نحو تقديم أفضل ما لديهم والاستمرار في مزاولة الأنشطة الرياضية, إذ أن الحالة الانفعالية الايجابية التي تستند عليها خبرات النجاح تعد من أهم الأسس للنهوض بمستوى الأداء.

[1] رومي جميل، كرة القدم, دار النقائض, بيروت, لبنان, ط1, 1986,ص56.

وفيما يتعلق بالبحث في موضوع الثقة بالنفس في المجال الرياضي فلم يتعرض له الكثير من الباحثين , إذ يشير فيلي و أخرون إلي أن عدم وجود أساس نظري خاص بدراسة الثقة بالنفس في المجال الرياضي يقف عائقا أمام الباحثين في المجال الرياضي, خاصة أن معظم الدراسات في المجال الرياضي اعتمدت على نظرية بندورا الكفؤ في المواقف التنافسية, فكلما ارتفع مستوي كفاءة الذات ارتفع إنجاز الأداء وانخفضت الاستثارة الانفعالية وتؤكد بندورا في نموذج كفاية الذات علي عدة عوامل هي: الأداء, والخبرة الغير مباشرة, والاعتقاد اللفظي, والحالة الفسيولوجية والتي تمثل الاستثارة الانفعالية, حيث تزداد كفاية الذات مع توفير العوامل السابقة.[1]

وبما أن الرضا الرياضي لدى اللاعبين وثقتهم بأنفسهم تؤثر سلبا أو إيجابا في عطائهم وانجازهم وتعكس أثارها على سلوكهم وإخلاصهم وتفانيهم في خدمة الفريق, فظهور علامات الشعور بعدم الرضا بين اللاعبين يدل على وجود حاجات التي يفتقد اليها اللاعب ويسعى الى إشباعها, حيث أن رضا اللاعب عن عمله وعن الظروف المحيطة به يجعله أكثر عطاء وحماسة.[2]

وبناءا على ما سبق ومن خلال اطلاع الباحث علي العديد من الدراسات والبحوث العلمية العربية والأجنبية التي اجريت في مجال علم النفس الرياضي , فقد لاحظ أن أغلب الأبحاث والدراسات في هذا المجال قد تناول الجوانب النفسية كل على حدا وبشكل منفصل, كما وجد انه لا توجد دراسات تبحث في العلاقة بين الرضا الرياضي والثقة بالنفس, برغم من وجود العديد من الدراسات التي تبحث في الرضا الرياضي وعلاقتها بمتغيرات اخرى, وكذلك فإن موضوع الرضا الرياضي لم تتناوله إلا دراسات قليلة جدا.

وفي ضوء ما سبق, ظهرت مشكلة الدراسة لدى الباحث وبالتحديد يمكن ايجازها في التساؤلات التالية:

التساؤل العام

هل توجد علاقة بين الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم؟

التساؤلات الجزئية

هل توجد علاقة بين مجال الأداء الفردي و مصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم؟

هل توجد علاقة بين أداء الفريق ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم؟

هل توجد علاقة بين مجال القدرة للتحول لغرض نافع ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم؟

هل توجد علاقة بين مجال استراتيجية اللعبومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم ؟

[1] محمود عنان, سيكولوجية التربية البدنية والرياضية, النظرية والتطبيق والتجربة, دار الفكر العربي, القاهرة,مصر,1995, ص17.
[2] سمير محمود, بناء مقياس الرضا الحركي لمتسابقي الميدان والمضمار, مجلة علوم وفنون الرياضة, 1989, ص175.

هل توجد علاقة بين مجال المعاملة الشخصية ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم ؟

الفرضية العامة

-توجد علاقة بين الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

الفرضيات الجزئية

- توجد علاقة بين مجال الأداء الفردي و مصادر الثقة بالنفسلدى لاعبي كرة القدم.

-توجد علاقة بين أداء الفريق ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

-توجد علاقة بين مجال القدرة للتحول لغرض نافع ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

-توجد علاقة بين مجال استراتيجية اللعبومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

-توجد علاقة بين مجال المعاملة الشخصية ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلي:

1-معرفة هل توجد علاقة بين مجال الأداء الفردي و مصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم (فريق أمل وفاق سطيف).

2-معرفة هل توجد علاقة بين أداء الفريق ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

(فريق أمل وفاق سطيف).

3-معرفة هل توجد علاقة بين مجال القدرة للتحول لغرض نافع ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم. (فريق أمل وفاق سطيف).

4-معرفة هل توجد علاقة بين مجال استراتيجية اللعب ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

5-معرفة هل توجد علاقة بين مجال المعاملة الشخصية ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

أهمية الدراسة

يمكن ايجاز أهمية هذه الدراسة كالآتي:

تعد هذه الدراسة في حدود الباحث والتي تهتم بدراسة العلاقة بين الرضا الرياضي و مصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم (فريق امل وفاق سطيف).

يتوقع من خلال نتائج الدراسة التوصل إلي أكثر مجالات الرضا وأهميته لدى اللاعبين والعمل علي تعزيزها والمصادر الأقل أهمية من أجل العمل علي بناء البرامج العلاجية لها وتحسينه.

يتوقع من خلال نتائج الدراسة التوصل إلي أكثر مصادر الثقة بالنفس وأهميته لدى اللاعبين والعمل علي تعزيزها والمصادر الأقل أهمية من أجل العمل علي بناء البرامج العلاجية لها وتحسينه.

تساهم هذه الدراسة الحالية في ايجاد أداة لقياس الرضا الرياضي وذلك من خلال ترجمة المقاييس وتطبيقه في البيئة الحالية.

الفصل الثالث

الإجراءات الميدانية للدراسة

تمهيد :

يمكن وصف البحث العلمي ، على أنه مغامرة شاقة مليئة بالنشاط والمجازفات ، التي تجري وقائعها بين أحضان العلم ، هذه المغامرة تستدعي الصبر ، الموضوعية ، الجهد المتواصل ، التنظيم الدقيق ، التخيل الخصب ، الفطنة الجادة ، قابلية التحكم الجيد في الظروف الجيدة .... إلي غير ذلك من هذه العناصر الضرورية للنجاح.

في هذا الفصل سيحاول الباحث أن يوضح أهم الإجراءات الميدانية التي اتبعها في هذه الدراسة من اجل الحصول على نتائج علمية يمكن الوثوق بها واعتبارها نتائج موضوعية قابلة للتجريب مرة أخرى ، وبالتالي الحصول على نفس النتائج الأولى ، فكما هو معروف ، فإن الذي يميز أي بحث علمي هو مدى موضعيته العلمية ، وهذا لا يمكن أن يتحقق إلا إذا اتبع صاحب البحث منهجية علمية دقيقة وموضوعية.

1-الدراسة الاستطلاعية:

هي عملية يقوم بها الباحث قصد تجربة وسائل البحث لمعرفة صلاحيتها وكذا صدقها لضمان الدقة وموضوعية النتائج المتحصل عليها في النهاية، وهذه الدراسة تسبق العمل الميداني، حيث توجهنا إلى نادي امل وفاق سطيف واتصلنا بأعضاء الفريق من أجل الوقوف على موضوع الدراسة المتمثل علاقة الرضا الرياضي بمصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

وقد حددنا موعد مع مسيري الفريق لتقديم مقياسين للاعبين ، وهذا من أجل التوصل إلى تأكيد صحة الفرضيات أو نفيها بعد تحليل النتائج ومناقشتها، حيث قمنا باستخدام مقياس الرضا الرياضي ومقياس الثقة بالنفس.

2- المنهج المتبع في البحث:

2-1تعريف المنهج العلمي:

يعتبر المنهج العلمي الوسيلة والسند الذي لا يمكن الاستغناء عنه في أي بحث علمي ، أو عمل ميداني في مختلف العلوم والمجالات فهو عبارة عن" مجموعة القواعد والعمليات الخاصة التي تتيح الحصول على المعرفة السليمة في طريق البحث عن الحقيقة لعلم من العلوم.[1]

2.2- تعريف المنهج المتبع في الدراسة:

نظرًا لطبيعة موضوع البحث وسعيًا من الباحث إلى إيجاد حل علمي لمشكلة البحث المطروحة في الدراسة ، حيث تختار المشكلة المراد دراستها من منهج علمي معين يكون موافقًا لطبيعتها وتحليل أبعادها لذا فقد اعتمد الباحث في هذه الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي كمنهج مناسب وملائم لموضوع الدراسة ، الذي يعرف على أّنه " استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر التعليمية ، قصد تشخيصها وكشف جوانبها وتصويرها كميًا عن طريق جمع معلومات مقّننة عن مشكلة البحث وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها لدراسة الدقيقة[2]."

وهو المنهج الذي يسعى إلى" تحديد العلاقة بين متغيرين أو أكثر قابلين للقياس ، والغرض منه هو معرفة وجود علاقة أو عدمها بغرض التنبؤ والتعميم ، حيث تخضع للدراسة السببية المقارنة للمتغيرات التي لها ارتباط بالمتغير الرئيسي

ويهدف الباحث في هذه الدراسة لمعرفة مدى:

- وجود علاقة بين متغيرات البحث· .
- اتجاه هذه العلاقة· .
- مقدار أو حجم هذه العلاقة

[1] رشيد زرواتي ، مناهج البحث العلمي في العلوم الإجتماعية،ط1، دار الهدى،2007., ص17.

[2] رشيد وحيد دويدي، البحث العلمي أساسياته النظرية وممارساته العلمية، دار الفكر المعاصر، دمشق، سوريا، بدون تاريخ, ص218.

3- مجتمع العينة:

إن العينة هي النموذج الأولي الذي يعتمد عليه الباحث لإنجاز العمل الميداني فهي جزء من مجتمع الدراسة الذي تجمع منه البيانات الميدانية، فهي تعتبر جزء من الكل بمعنى أنه تؤخذ مجموعة من أفراد المجتمع على أن تكون ممثلة لمجتمع البحث.

فالعينة إذا هي "جزء معين أو نسبة معينة من أفراد المجتمع الأصلي، ثم تعمم نتائج الدراسة على المجتمع كله، ووحدات العينة تكون أشخاصا كما تكون أحياء أو شوارع أو مدن أو غير ذلك[1].

ينظر إلى العينة على أنها جزء من كل أو بعض من جميع وتتلخص فكرة دراسة العينات في انه إذا كان هدفنا الوصول إلى تعميمات حول ظاهرة معينة.[2]

قام الباحث بإختيار عينة الدراسة (عينة قصدية) لدي لاعبي كرة القدم. حيث كان حجم العينة يقدر 19 لاعبا من أمل وفاق سطيف.

4- مجالات البحث

1.4 – المجال المكاني:

قام الباحث بإجراء الدراسة الميدانية في ولاية سطيف على أفراد العينة المختارة من19 لاعبا من أمل وفاق سطيف.

2.4 – المجال الزماني:

استغرق الباحث فيما يخص الجانب النّظري من هذه الدراسة فترة زمنية امتدت من منتصف شهر سبتمبر إلى نهاية شهر ديسمبر خلال الموسم الجاري 2015/2014

أما الجانب التطبيقي من الدراسة فقد استغرق معظم فترة إنجاز البحث امتدت من بداية شهر جانفي 2015 إلى غاية نهاية شهر أفريل من نفس السنة ، وذلك كما يلي:

- الدراسة الاستطلاعية : حيث استغرقت مدة النّصف الثاني شهر جانفي 2015
- تحضير استمارة مقياس الرضا الرياضي : استغرقت معظم شهر فيفري تقريبًا.
- تحضير مقياس الثقة بالنفس:

حيث استغرقت حوالي شهرًا وذلك من نهاية شهر فيفري إلى شهر مارس من سنة 2015

توزيع المقياسين على عينة الدراسة وتحليل النتائج :وذلك في الفترة الممتدة من نهاية شهر مارس إلي غاية نهاية شهر افريل من نفس السنة (2015)

[1] رشيد زرواتي, مرجع سابق, ص334.

[2] حسين أحمد الشافعي ورضوان أحمد مرسلي، مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية،2001., ص305.

5-الأدوات المستعملة في البحث:

اشتملت أدوات البحث والدراسة على مقياسين موضحة كما يلي :

5-1مقياس الرضا الرياضي لقياس درجة الرضا الرياضي

من أجل قياس الرضا الرياضي لدى لاعبي كرة القدم (أمل وفاق سطيف) استخدم الباحث مقياس الرضا الرياضي لدى لاعبي كرة القدم والذي طوره رايمر وشلادوريا 1998 حيث يتكون من 49 فقرة موزعة علي 13 مجال, حيث قام الباحث بأخذ 22 فقرة من أصل 05 مجالات وتم تطبيقها علي الدراسة الحالية, حيث يتكون سلم الاستجابة للمقياس من 07 درجات بطريقة ليكرت يمتد من (1-7) حيث تمثل الاستجابة (01) درجة رضا منخفضة و (04) درجة متوسطة و (07) درجة عالية.

جدول رقم (01) يمثل فقرات استبانة مقياس الرضا الرياضي علي مجالات الدراسة

الرقم	اسم الاستجابة	أرقام الفقرات	عدد فقرات المجال
01	الأداء الفردي	3-1	03
02	أداء الفريق	6-4	03
03	القدرة للتحول لغرض نافع	11-7	05
04	استراتيجيات اللعب	17-12	06
05	المعاملة الشخصية	22-18	05

مقياس الثقة بالنفس : حيث يتكون سلم الاستجابة من (09) درجات بطريقة ليكرت من (1-9) حيث تمثل الاستجابة (01) درجة ثقة بالنفس منخفضة و (05) درجة متوسطة و (09) درجة عالية, ويكون تفسير النتائج كما فسره فيالي واخرون 1998 وهو موضح كما يلي:

- اقل من3.5 مصدر الثقة بالنفس منخفضة
- مصدر الثقة بالنفس متوسطة 3.5 إلي 6.5
- مصدر الثقة بالنفس عالية أكثر من 6.5

جدول رقم (02) يمثل فقرات استبانة مقياس مصادر الثقة بالنفس علي مجالات الدراسة

الرقم	اسم الاستجابة	أرقام الفقرات	عدد فقرات المجال
01	مصدر التمكن الرياضي	5-1	05
02	مصدر استعراض القدرة	11-6	06
03	مصدر الإعداد البدني والمعرفي	17-12	06
04	مصدر الذات البدنية	20-18	03
05	مصدر الدعم الاجتماعي	23-21	03

6- الخصائص السي ومترية لأداة القياس(الصدق والثبات)

6-1صدق المقياسين:

عندما يريد الباحث استخدام أداة ما فإن السؤال الذي يمكن أن يتبادر إلى ذهنه هو أن الأداة التي بصدد استعمالها كوسيلة للبحث تقيس فعلا الظاهر المراد دراستها أو أنها غير ذلك ؟ حيث يجد الباحث نفسه ملزم بإثبات صدق الأداة التي يريد استعمالها ، وهناك عدة طرق يمكن له الاستعانة بها من اجل تحقيق ذلك نذكر أهمها على النحو التالي :

6-2صدق الاتساق الداخلي

لحساب المقياسين (الرضا الرياضي, مصادر الثقة بالنفس) الحالية تم الاعتماد على صدق الاتساق الداخلي كما يلي:

صدق الاتساق الداخلي : وهو معرفة مدى ارتباط كل عبارة مع الدرجة الكلية لكل بعد من أبعاد المقياس ، وتستخدم هذه الوسيلة الإحصائية كمحك داخلي لقياس مدى صلاحية العبارات ومعرفة ما يقيسه الاختبار أو بمعنى آخر صدق المضمون.[1]

وقد تم حساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس الرضا الرياضي في الدراسة الحالية باستخدام معامل الارتباط بيرسون. كما يظهر في الجدول التالي رقم (**03**) :

المقياس	معامل الارتباط	مستوي الدلالة	الدلالة
الرضا الرياضي	0.661	0.01	دال

نلاحظ من الجدول أن مقياس الرضا الرياضي يتمتع بعلاقة ارتباطيه دالة إحصائيا حيث تراوح معامل الارتباط ذات الدلالة (0.611) وهي دالة عند مستوى (0,01).

جدول رقم (04) يمثل حساب صدق الاتساق الداخلي لمقياس مصادر الثقة بالنفس

المقياس	معامل الارتباط	مستوي الدلالة	الدلالة
مصادر الثقة بالنفس	0.766	0.01	دال

نلاحظ من الجدول أن مقياس مصادر الثقة بالنفس يتمتع بعلاقة ارتباطيه دالة إحصائيا حيث تراوح معامل الارتباط ذات الدلالة (0.766) وهي دالة عند مستوى (0,01).

[1] سمارة عزيز ، مبادئ القياس والتقويم في التربية ، ط2 ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن ، 1989, ص145.

6-3- ثبات الاستبيان :

بعد التأكد من صدق الأداتين السابقتين واعتمادهما بشكلهما النهائي يفترض أن يكونان ثابتان.

والثبات : هو لو أعيد تطبيق الاختبار على الأفراد أنفسهم فانه يعطي النتائج نفسها أو نتائج متقاربة وهكذا يشير إلى الثبات يعني اتساق نتائج الاختبار مع نفسها لو كررت مرة أو عدة مرات أخرى ويمكن أن يقصد به الاستقراء أي انه لو أعيد تطبيق الاختبار نفسه على الفرد الواحد فانه يعطي شيئا من الاستقرار في النتائج ، ومعامل ثبات الاختبار هو معامل ارتباط بين نتائج المرات المختلفة لإجرائه أي بين الاختبار نفسه.[1]

يقصد بالثبات دقة المقياس أو اتساقه.[2]

الجدول رقم 05 : يبين الثبات بطريقة ألفا كرو نباخ لمقياس الرضا الرياضي .

اسم المجال	معامل الثبات
الأداء الفردي	0.70
أداء الفريق	0.69
القدرة للتحول لغرض نافع	0.70
استراتيجيات اللعب	0.70
المعاملة الشخصية	0.70

نلاحظ من خلال الجدول رقم (05) أن معامل الثبات بالنسبة لمقياس الرضا الرياضي وصل إلي 0.698 وهو معامل ثبات مقبول.

الجدول رقم 06 : يبين الثبات بطريقة ألفا كرو نباخ لمقياس مصادر الثقة بالنفس

اسم المجال	معامل الثبات
مصدر التمكن الرياضي	0.69
مصدر استعراض القدرة	0.70
مصدر الإعداد البدني والمعرفي	0.69
مصدر الذات البدنية	0.69
مصدر الدعم الاجتماعي	0.70

[1] إبراهيم مروان عبد المجيد ، الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان ،الأردن ، 1999.، ص132.

[2] لبن منظور، معجم لسان العرب إعادة بناء علي الاحرف الاولي من الكلمة الاولي، يوسف خياط المجلد في القاف الي الياء ،دار النشر، عمان،2005.، ص429.

نلاحظ من خلال الجدول رقم (06) أن معامل الثبات بالنسبة لمقياس مصادر الثقة بالنفس وصل إلي 0.694 وهو معامل ثبات مقبول

7- أساليب التحاليل والمعاينة الإحصائية:

تم تفريغ جميع البيانات المحصل عليها من خلال تطبيق أدوات البحث ، تمهيد لإدخالها إلى الحاسوب الآلي لإجراء المعالجة الإحصائية المناسبة بتوظيف الحزمة الإحصائية SPSS.

7-1 تعريف برنامج ال SPSS

يعتبر الSPSS من أفضل برامج الإحصاء اللازمة لتحليل بيانات الأبحاث العلمية ، " وكلمة SPSS هي اختصار للعبارة Statistical Package for Social Science أي بمعني حزمة البرامج الإحصائية للعلوم الاجتماعية ، ويعمل هذا البرنامج من خلال برنامج ويندوز Windows حيث يعمل ويندوز كبيئة تشغيل لكثير من البرامج عموما والبرامج الإحصائية خاصة ، ولا يختلف المحتوى الإحصائي لبرنامج (SPSS) باختلاف إصداراته ولكن يختلف شكله مع اختلاف بيئات التشغيل " . [1]

ويتم إدخال البيانات المراد عمل التحليل الإحصائي لها في جدول يفتح مع فتح البرنامج نفسه ، ويتم إدخال البيانات مباشرة بكتابة الرقم ثم مفتاح التنفيذ Entre دون الحاجة إلى تحديد حقول البيانات

كما يسهل البرنامج أيضا إمكانية إجراء الرسومات البيانية بكفاءة عالية و بأكثر من طريقة مع إمكانية تعديلها ، وبهذا يوفر على الباحثين جهدا كبيرا ووقتا مهما في معالجة البيانات وتحليلها .

7-2 استخدام نموذج SPSS في البحث الحالي:

اعتمد الباحث في هذا البحث بنسبة كبيرة جدا في التحليل البيانات المجموعة على برنامج SPSS سواء بالنسبة لمقايس الرضا الحركي أو بالنسبة للاستبيانين ، حيث تم إجراء الحسابات اللازمة كالتكرارات والمتوسطات الحسابية ، والانحرافات المعيارية .

وكذا اختيار الارتباط (r) بيرسون (pearson) ، لحساب درجة الارتباط بين مستوى محاور الاستبيان و الاستبيان

ومستوى مقياس الرضا الحركي وبعدها تم نقل النتائج المحصل عليها من برنامج ال SPSS إلى جداول منظمة على حسب متغيرات البحث كما سيأتي في عرض ومناقشة هذه النتائج .

كما اعتمد الباحث على : Microsoft Office Excel 2007 لمعالجة بعض المعادلات ، كحساب الاتفاق لكوبير (1974) لحساب صدق وثبات أدوات البحث.

[1] احمد الرفاعي غنيم ، نصر محمود صبري ، تعلم بنفسك التحليل للبيانات باستخدامSPSS ، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة ، 2000.، ص59.

الفصل الرابع

عرض النتائج و تفسيرها و مناقشتها

1- عرض وتفسير النتائج في ضوء الفرضيات

أولا عرض وتفسير نتائج الرضا الرياضي لدي لاعبي كرة القدم

جدول رقم (07) : يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ، الرضا الرياضي لدي لاعبي كرة القدم

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
01	درجة تحقيق أهداف أدائك في الموسم الحالي	2.15	0.501	متوسطة
02	التحسن في أدائك خلال الموسم السابق	2.26	0.561	متوسطة
03	التحسن في المستوى المهارى لديك	2.47	0.512	عالية
04	فوز وخسارة الفريق حلال الموسم الحالي	2.00	0.577	متوسطة
05	الأداء الكلي للفريق هذا الموسم	2.31	0.582	متوسطة
06	درجة تحقيق الفريق أهدافه خلال الموسم الحالي	2.42	0.507	عالية
07	مدى استخدمك لقدراتك	2.52	0.512	متوسطة
08	مستوى توظيفك لمواهبك في الأداء	2.36	0.597	متوسطة
09	ملائمة الدوري لإمكاناتك	2.36	0.683	عالية
10	الوقت الذي تلعبه خلال المنافسات	2.52	0.512	عالية
11	ملائمة دورك للدور الذي تفضله في اللص	2.21	0.713	عالية
12	تبديلات المدرب خلال المنافسات	2.15	0.688	عالية
13	التكتيكات المستخدمة خلال اللعب	2.57	0.507	عالية
14	استراتيجيات توزيع المدرب للاعبين خلال المنافسات	2.68	0.477	عالية
15	قيام المدرب بالتعديلات خلال المنافسات	2.31	0.582	عالية
16	خطط اللعب التي يضعها المدرب	2.26	0.561	متوسطة
17	طريقة المدرب في توحيد المواهب المتاحة للاعبين	2.42	0.692	عالية
18	التقدير الذي تتلقاه من المدرب	2.52	0.512	متوسطة
19	حسن معاملة المدرب للاعبين	2.68	0.477	عالية
20	تقدير المدرب للاعبين عند القيام بأداء جيد	2.52	0.611	متوسطة
21	موقف المدرب تجاهي	2.47	0.512	عالية
22	الدعم النفسي للاعبين من قبل المدرب	2.89	0.315	متوسطة

نلاحظ من الجدول رقم (07) أنه توجد من12 العبارات كانت ضمن درجة عالية و10 من العبارات كانت ضمن درجة متوسطة ، حيث حلت الفقرة رقم 22 في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي2.89 وانحراف معياري 0.315 تليها مباشرة الفقرة رقم 14و19 بمتوسط حسابي قدره (2.68وانحراف معياري 0.477

أما باقي العبارات كانت ضمن درجة المتوسط والعالي، حيث حلت الفقرة رقم 04" فوز وخسارة الفريق خلال الموسم الحالي " المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي 2.00 وبانحراف معياري 0.577

في العموم الرضا الرياضي لدى لاعبي كرة القدم ضمن مستوى درجة عالي فوق 70 درجة باتجاه 154 درجة

أي هناك نوع من الرضا الرياضي لدي لاعبي كرة القدم.

ثانيا عرض وتفسير نتائج مصادر الثقة بالنفس لدي لاعبي كرة القدم

جدول رقم (08) : يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ، الثقة بالنفس لدي لاعبي كرة القدم

الرقم	العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
01	تعلم مهارات جديدة في اللعبة التي أمارسها.	2.63	0.597	عالية
02	تطور مستوى الأداء المهارى لدي.	2.73	0.561	عالية
03	تطور مهاراتي في اللعبة التي أمارسها.	2.73	0.452	عالية
04	زيادة عدد المهارات التي أؤديها بكفاءة	2.78	0.418	عالية
05	تطوير مهارة جديدة وتحسينها	2.78	0.535	عالية
06	الفوز في اللعبة التي أمارسها.	2.63	0.495	عالية
07	إثبات أنني أفضل من الآخرين.	2.63	0.597	عالية
08	إظهار القدرة من خلال الفوز والحصول على مراكز متقدمة.	2.63	0.597	عالية
09	معرفة أن لدي القدرة على مواجهة الفريق المنافس.	2.84	0.374	عالية
10	تفوق فريقي عن الفريق المنافس.	2.68	0.582	متوسطة
11	إظهار أنني واحد من النخبة.	2.68	0.582	عالية
12	التركيز على المهام الموكلة إلي والنجاح في تنفيذها.	2.57	0.692	عالية
13	الشعور أتني معد نفسيا.	2.78	0.418	عالية
14	معرفة أنى معدْ ن الناحية العقلية.	2.57	0.507	عالية
15	التركيز على تحقيق الأهداف المطلوبة منى.	2.52	0.512	متوسطة
16	الشعور أنى معد بدنيا.	2.68	0.582	عالية
17	الثقة يقدرني عند القيام بأقصى مجهود	2.68	0.582	متوسطة
18	الشعور بالرضا عن وزني.	2.52	0.772	متوسطة
19	الشعور بالرضا عن مظهري الخارجي.	2.73	0.561	عالية
20	الشعور بأن جسمي يبدو حسيا	2.42	0.692	عالية
21	التشجيع المناسب من المدرب والعائلة.	2.84	0.374	عالية
22	تلقي التغذية الراجعة إيجابية من المدرب. والعائلة	3.00	0.00	عالية
23	تلقي الدعم المعنوي من قيل المشجعين	2.73	0.653	عالية

نلاحظ من الجدول رقم (08) أنه توجد19 من العبارات كانت ضمن درجة عالية و04 من العبارات كانت ضمن درجة متوسطة ، حيث حلت الفقرة رقم 22 في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي3.00 وانحراف معياري 0.00تليها مباشرة الفقرة رقم 09و21 بمتوسط حسابي قدره 2.84وانحراف معياري 0.374

أما باقي العبارات كانت ضمن درجة العالية، حيث حلت الفقرة رقم 20" الشعور بأن جسمي يبدو حسيا " المرتبة الأخيرة بمتوسط حسابي 2.42 وبانحراف معياري 0.692

في العموم مصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم ضمن مستوى درجة عالية فوق 149درجة باتجاه 207 درجة

أي هناك نوع من الثقة بالنفس لدي لاعبي كرة القدم.

1- عرض وتفسير نتائج علاقة بين مجال الأداء الفردي و مصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

جدول رقم (09) يبين متوسط الحسابي والانحراف المعياري و معامل الارتباط " بيرسون "بين مجال الأداء الفردي و مصادر الثقة بالنفس

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	الدلالة
مجال الأداء الفردي	**2.89**	**0.525**	**0.323**	**0.177**	**غير دالة**
الثقة بالنفس	**2.69**	0.547			

نلاحظ من الجدول رقم (09) إن معامل الارتباط بيرسون بلغ (0.323) وبمستوى دلالة (0.177) وهي غير دالة

أي انه لا توجد علاقة دالة إحصائيا بين مجال الأداء الفردي و مصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم أي عدم تحقق الفرضية الاولي

لا توجد علاقة بين مجال الأداء الفردي و مصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

عرض وتفسير نتائج الفرضية الأولي : لا توجد علاقة بين مجال الأداء الفردي و مصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

لتفسير ومناقشة الفرضية الاولي ، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ،ومجموع الدرجات كمؤشر على درجة تقويم كل فقرة من مجال الأداء الفردي:

2- عرض نتائج محور مجال الأداء الفردي لدى لاعبي كرة القدم

جدول رقم (10) : يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية مجال الأداء الفردي

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
01	**التحسن في المستوي المهارى لديك**	2.47	0.501	03	عالية
02	**التحسن في أدائك خلال الموسم السابق**	2.26	0.561	02	متوسطة
03	**درجة تحقيق أهداف أدائك في الموسم الحالي**	2.15	0.512	02	متوسطة

بعد ترتيب عبارات مجال الأداء الفردي تنازليا وفق معدل المتوسطات الحسابية لفقرات و يظهر أن المتوسطات الحسابية تتراوح بين (2.15 و 2.47) وبانحراف معياري بين 0.501 و0.561 وكان متوسط الحسابي مجال الأداء الفردي 2.47 . وانحراف معياري 0.501 ضمن مستوى درجة عالية

من الجدول رقم (10) أغلبية الفقرات ضمن مستوى درجة متوسطة وحلت الفقرة رقم 3 التحسن في المستوي المهارى لديك في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي 2.47 وانحراف معياري 0.501 أما في المرتبة الثانية فكانت الفقرة رقم 2 " التحسن في أدائك خلال الموسم السابق " بمتوسط حسابي2.26 و بانحراف معياري قدره 0.561 وفي المرتبة الثالثة كانت العبارة رقم 01 " درجة تحقيق أهداف أدائك في الموسم الحالي " بمتوسط حسابي 2.15 وانحراف معياري 0.512 .

عرض وتفسير نتائج علاقة بين أداء الفريق ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

جدول رقم (11) يبين متوسط الحسابي والانحراف المعياري و معامل الارتباط " بيرسون "بين أداء الفريق ومصادر الثقة بالنفس

	المتوسط الحسابي	**الانحراف المعياري**	**معامل الارتباط بيرسون**	**مستوى الدلالة**	**الدلالة**
أداء الفريق	**2.24**	**0.555**	**0.526**	**0.021**	**دالة**
الثقة بالنفس	**2.69**	0.547			

نلاحظ من الجدول رقم (11) إن معامل الارتباط بيرسون حيث بلغ (0.526) وبمستوى دلالة (0.021) وهي دالة

أي انه توجد علاقة ذات دالة إحصائيا بين أداء الفريق ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

أي تحقق الفرضية الثانية

توجد علاقة بين أداء الفريق ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

خامسا : عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية : توجد علاقة بين أداء الفريق ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

لتفسير ومناقشة الفرضية الثانية ، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ،ومجموع الدرجات كمؤشر على درجة تقويم كل فقرة من أداء الفريق:

– عرض نتائج فقرات أداء الفريق

جدول رقم (12) : يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ، ورتب درجات فقرات أداء الفريق

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
06	درجة تحقيق الفريق أهدافه خلال الموسم الحالي	2.42	0.507	03	عالية
05	الأداء الكلي للفريق هذا الموسم	2.31	0.582	02	متوسطة
04	فوز وخسارة الفريق خلال الموسم الحالي	2.00	0.577	02	متوسطة

بعد ترتيب عبارات فقرات أداء الفريق تنازليا وفق معدل المتوسطات الحسابية لفقرات و يظهر أن المتوسطات الحسابية تتراوح بين (2.00 و 2.42) وبانحراف معياري بين 0.507 و0.582 وكان متوسط الحسابي أداء الفريق 2.24. وانحراف معياري 0.555ضمن مستوى درجة عالية

من الجدول رقم (12) حيث أن الفقرة 06 ضمن مستوى درجة عالية وحلت الفقرتين رقم 5 و 4 ضمن مستوى درجة متوسطة وحلت الفقرة رقم 06 " درجة تحقيق الفريق أهدافه خلال الموسم الحالي " في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي 2.42 وانحراف معياري 0.507 أما في المرتبة الثانية فكانت الفقرة رقم 5 " الأداء الكلي للفريق هذا الموسم " بمتوسط حسابي2.31 و بانحراف معياري قدره 0.582 وفي المرتبة الأخيرة كانت العباراة رقم 04 " فوز وخسارة الفريق خلال الموسم الحالي " بمتوسط حسابي 2.00 وانحراف معياري 0.577.

عرض وتفسير نتائج علاقة بين مجال القدرة للتحول لغرض نافع ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

جدول رقم (13) يبين متوسط الحسابي والانحراف المعياري و معامل الارتباط " بيرسون " مجال القدرة للتحول لغرض نافع ومصدر الثقة بالنفس.

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	الدلالة
مجال القدرة للتحول لغرض نافع	**2.99**	**0.605**	**0.666**	**0.002**	**دالة**
الثقة بالنفس	**2.69**	0.547			

نلاحظ من الجدول رقم (13) إن معامل الارتباط بيرسون حيث بلغ (0.666) وبمستوى دلالة (0.002) وهي دالة

أي انه توجد علاقة ذات دالة إحصائيا بين مجال القدرة للتحول لغرض نافع ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

أي تحقق الفرضية الثالثة

توجد علاقة بين مجال القدرة للتحول لغرض نافع ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

خامسا : عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية : توجد علاقة بين مجال القدرة للتحول لغرض نافع ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

لتفسير ومناقشة الفرضية الثانية ، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ،ومجموع الدرجات كمؤشر على درجة تقويم كل فقرة من مجال القدرة للتحول لغرض نافع

– عرض نتائج فقرات مجال القدرة للتحول لغرض نافع

جدول رقم (14) : يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ، ورتب درجات فقرات مجال القدرة للتحول لغرض نافع

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
10	الوقت الذي تلعبه خلال المنافسات	2.52	0.512	03	عالية
09	ملائمة الدوري لإمكاناتك	2.36	0.683	03	عالية
11	ملائمة دورك للدور الذي تفضله في اللص	2.21	0.713	03	عالية
07	مدى استخدمك لقدراتك	2.52	0.512	02	متوسطة

08	مستوى توظيفك لمواهبك في الأداء	2.36	0.597	02	متوسطة

بعد ترتيب عبارات فقرات أداء الفريق تنازليا وفق معدل المتوسطات الحسابية لفقرات و يظهر أن المتوسطات الحسابية تتراوح بين (2.21 و 2.52) وبانحراف معياري بين 0.512و0.713 وكان متوسط الحسابي مجال القدرة للتحول لغرض نافع 2.99. وانحراف معياري 0.605ضمن مستوى درجة عالية

من الجدول رقم (14) حيث أن الفقرات 10, 09, 11 ضمن مستوى درجة عالية وحلت الفقرتين رقم 07 و 08 ضمن مستوى درجة متوسطة وحلت الفقرة رقم 10 " الوقت الذي تلعبه خلال المنافسات " في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي 2.52 وانحراف معياري 0.512 أما في المرتبة الثانية فكانت الفقرة رقم 09 " ملائمة الدوري لإمكاناتك " بمتوسط حسابي2.36 و بانحراف معياري قدره 0.683 وفي المرتبة الثالثة كانت العبارة رقم 11 " ملائمة دورك للدور الذي تفضله في اللص " بمتوسط حسابي 2.210 وانحراف معياري 0.713, أما في المرتبة الرابعة والخامسة حلت الفقرتين 07, 08 بمتوسط حسابي(2.52, 2.36) وانحراف معياري (0.512, 0.597)

عرض وتفسير نتائج علاقة بين مجال استراتيجية اللعب ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

جدول رقم (15) يبين متوسط الحسابي والانحراف المعياري و معامل الارتباط " بيرسون " مجال استراتيجية اللعب ومصدر الثقة بالنفس.

	المتوسط الحسابي	**الانحراف المعياري**	**معامل الارتباط بيرسون**	**مستوى الدلالة**	**الدلالة**
مجال استراتيجية اللعب	**2.40**	**0.584**	**0.703**	**0.001**	**دالة**
الثقة بالنفس	**2.69**	0.547			

نلاحظ من الجدول رقم (15) إن معامل الارتباط بيرسون حيث بلغ (0.703) وبمستوى دلالة (0.001) وهي دالة

أي انه توجد علاقة ذات دالة إحصائيا بين مجال استراتيجية اللعب ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم أي تحقق الفرضية الرابعة

توجد علاقة بين مجال استراتيجية اللعب ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

خامسا : عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية : توجد علاقة بين مجال استراتيجية اللعب ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

لتفسير ومناقشة الفرضية الثانية ، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ،ومجموع الدرجات كمؤشر على درجة تقويم كل فقرة من مجال استراتيجية اللعب:

1- عرض نتائج فقرات مجال استراتيجية اللعب

جدول رقم (16) : يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ، ورتب درجات فقرات مجال استراتيجية اللعب

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
14	استراتيجيات توزيع المدرب للاعبين خلال المنافسات	2.68	0.477	03	عالية
13	التكتيكات المستخدمة خلال اللعب	2.57	0.507	03	عالية
17	طريقة المدرب في توحيد المواهب المتاحة للاعبين	2.42	0.692	03	عالية
15	قيام المدرب بالتعديلات خلال المنافسات	2.31	0.582	03	عالية
12	تبديلات المدرب خلال المنافسات	2.15	0.688	02	متوسطة
16	خطط اللعب التي يضعها المدرب	2.26	0.561	03	عالية

بعد ترتيب عبارات فقرات أداء الفريق تنازليا وفق معدل المتوسطات الحسابية لفقرات و يظهر أن المتوسطات الحسابية تتراوح بين (2.15و 2.68) وبانحراف معياري بين 0.477و0.692 وكان متوسط الحسابي مجال استراتيجية اللعب 2.40. وانحراف معياري 0.584ضمن مستوى درجة عالية

من الجدول رقم (16) حيث أن الفقرات 14, 13, 17, 15,12 ضمن مستوى درجة عالية وحلت الفقرة رقم 16 ضمن مستوى درجة متوسطة وحلت الفقرة رقم 14 " استراتيجيات توزيع المدرب للاعبين خلال المنافسات " في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي 2.68 وانحراف معياري 0.477 أما في المرتبة الثانية فكانت الفقرة رقم 13 " التكتيكات المستخدمة خلال اللعب " بمتوسط حسابي2.57و بانحراف معياري قدره 0.507 وفي المرتبة الثالثة كانت العبارة رقم 17 " طريقة المدرب في توحيد المواهب المتاحة للاعبين " بمتوسط حسابي 2.42 وانحراف معياري 0.692, أما في المرتبة الرابعة والخامسة حلت الفقرتين 15, 12 بمتوسط حسابي(2.31, 2.15) وانحراف معياري (0.582, 0.688) أما في المرتبة الأخيرة فحلت العبارة رقم 16 بمتوسط حسابي 2.26 وانحراف معياري 0.561.

عرض وتفسير نتائج علاقة بين مجال المعاملة الشخصية ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

جدول رقم (17) يبين متوسط الحسابي والانحراف المعياري و معامل الارتباط " بيرسون " مجال المعاملة الشخصية ومصادر الثقة بالنفس.

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	الدلالة
مجال المعاملة الشخصية	**2.62**	**0.561**	**0.625**	**0.004**	**دالة**
الثقة بالنفس	**2.69**	0.547			

نلاحظ من الجدول رقم (17) إن معامل الارتباط بيرسون حيث بلغ (0.625) وبمستوى دلالة (0.004) وهي دالة

أي توجد علاقة ذات دالة إحصائيا بين مجال المعاملة الشخصية ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

أي تحقق الفرضية الخامسة

توجد علاقة بين مجال المعاملة الشخصية ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

خامسا : عرض وتفسير نتائج الفرضية الثانية : توجد علاقة بين مجال المعاملة الشخصية ومصدر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

لتفسير ومناقشة الفرضية الخامسة ، تم حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ،ومجموع الدرجات كمؤشر على درجة تقويم كل فقرة من مجال المعاملة الشخصية:

1- عرض نتائج فقرات مجال المعاملة الشخصية

جدول رقم (18) : يبين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ، ورتب درجات فقرات مجال المعاملة الشخصية

الرقم	الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الدرجة
19	حسن معاملة المدرب للاعبين	2.68	0.477	03	عالية
21	موقف المدرب تجاهي	2.47	0.512	03	عالية
22	الدعم النفسي للاعبين من قبل المدرب	2.89	0.315	02	متوسط
18	التقدير الذي تتلقاه من المدرب	2.52	0.512	02	متوسطة
20	تقدير المدرب للاعبين عند القيام بأداء جيد	2.52	0.611	02	متوسطة

بعد ترتيب عبارات فقرات أداء الفريق تنازليا وفق معدل المتوسطات الحسابية لفقرات و يظهر أن المتوسطات الحسابية تتراوح بين (2.47 و 0.89) وبانحراف معياري بين 0.315و0.611 وكان متوسط الحسابي مجال المعاملة الشخصية 2.62. وانحراف معياري 0.561ضمن مستوى درجة عالية

من الجدول رقم (18) حيث أن الفقرات 19, 21 ضمن مستوى درجة عالية وحلت الفقرات رقم 22 و 18 و20 ضمن مستوى درجة متوسطة وحلت الفقرة رقم 19 " حسن معاملة المدرب للاعبين " في المرتبة الأولى بمتوسط حسابي 2.68وانحراف معياري 0.477 أما في المرتبة الثانية فكانت الفقرة رقم 21 " موقف المدرب تجاهي " بمتوسط حسابي2.47 و بانحراف معياري قدره 0.512وفي المرتبة الثالثة كانت العبارة رقم 22 " الدعم النفسي للاعبين من قبل المدرب " بمتوسط حسابي 2.89 وانحراف معياري 0.315, أما في المرتبة الرابعة والخامسة حلت الفقرتين 18, 20 بمتوسط حسابي(2.52, 2.52) وانحراف معياري (0.512, 0.611).

– عرض وتفسير نتائج العلاقة بين الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

جدول رقم (19) يبين متوسط الحسابي والانحراف المعياري معامل الارتباط " بيرسون " بين الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	الدلالة
الرضا الرياضي	2.62	0.566	0.568	0.041	دالة
الثقة بالنفس	2.69	0.547			

نلاحظ من الجدول رقم (19) أن معامل الارتباط بيرسون بلغ (0.568) وبمستوى دلالة (0.041) وهي دالة

أي انه توجد علاقة ارتباطية ذات دالة إحصائيا بين الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

ومنه تحقق الفرضية العامة :

توجد علاقة بين الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

– مناقشة النتائج في ضوء فرضيات الدراسة

– مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الأول :

هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين مجال الأداء الفردي و مصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

أظهرت النتائج في الجدول (09) انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مجال الأداء الفردي و مصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

ومنه عدم تحقق الفرضية الأولى .وقد يعزى هذا إلى مستوى الأداء الفردي لكل لاعب وثقة كل لاعب في نفسه, وهذا ما أكدته دراسة التي قام بها **لورمير وآخرون** بدراسة هدفت إلى التعرف إلى تراثي والدعم الاجتماعي على الرضا الرياضي في الرياضات الفردية و وأشارت النتائج الى ارتياحهم لهذا الدعم الاجتماعي على مستوى رضاهم عن أدائهم الفردي, و دراسة **جونيور وآخرون** (2011) بدراسة هدفت للتعرف إلى مستوى الرضا الرياضي والتماسك الجماعي لكبار فرق كرة القدم في الإمكان المغلقة وأظهرت النتائج أن الفرق ذات المستويات العليا كان الرضا الرياضي لدهم أعلى من تماسك المجموعة.

–مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الثانية :

هل توجد علاقة بين أداء الفريق ومصدر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

أشارت النتائج في الجدول رقم (11) إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين أداء الفريق ومصدر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

يرجع الباحث هذه النتائج الي وضوح الأهداف المسطرة في أداء الفريق الرسمي لدى لاعبي كرة القدم من حيث المفهوم وجودة الصياغة والذي مرده اللقاءات الرسمية مما أدى إلى اكتساب لاعبي المفهوم الكافي لأهداف الفريق. وهذا ما أكدته دراسة التي قام بها **ستيف دان (2010)** بدراسة هدفت التعرف الى العلاقة بين الهوية الرياضية ورضا الرياضي وقد اظهرت النتائج على الارتباط الكبير بين الرضا الرياضي والاداء والارتباط الكبير بين الهوية الرياضية والاداء، ووجود علاقة بين الهوية الرياضية ودرجة القيمة وفقا لتقديم المدرب للفريق.

– مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الثالث :

هل توجد علاقة بين مجال القدرة للتحول لغرض نافع ومصدر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم ؟

أشارت النتائج في الجدول رقم (13) إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين مجال القدرة للتحول لغرض نافع ومصدر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

قد يكون مرد هذه النتائج إلى كون مجال القدرة للتحول لغرض نافع مرتبط بمصدر الثقة بالنفس.

وهذا ما أكدته دراسة التي قام بها **اونر واخرون (2005)** بدراسة اجريت على عينة قوامها 325 من لاعبي ولاعبات المنتخبات الجامعية والتي هدفت الى التعرف الى العلاقة بين رضا اللاعبين والخدمات التي يقدمها المدربون

الرياضيون. واشارت النتائج الى ان اللاعبات كن اكثر رضا من اللاعبين عن الخدمات التي يقدمها المدربون, **دراسة سرايبون (2001)** بدراسة هدفت التعرف الى العلاقة بين انجاز الفرق الرياضة والسلوك القيادي، وتماسك الفريق، والرضا عن د اللاعبين في تايلاند، فقد اشارت نتائجها الى ان سلوك المدرب المرتكز على التدريب والتعليمات كان الاكثر فاعلية وتأثيرا على اداء الفرق الرياضة وتحسين الانجاز.

– مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الرابع :

هل توجد علاقة بين مجال استراتيجية اللعب ومصدر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم ؟

أشارت النتائج في الجدول رقم (15) إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين مجال استراتيجية اللعب ومصدر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

قد يكون مرد هذه النتائج إلى أن معظم اللاعبين يسعون لتنويع أساليب التكتيك المستخدمة في اللعب وكذألك الاستراتيجيات في توزيع اللاعبين خلال المنافسة الرياضية وتوظيف الوسائل المتاحة, وهذا ما توافقت مع دراسة **جابر (2012)** هدفت الدراسة التعرف إلى مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة الطاولة في فلسطين تبعا الى متغيرات درجة اللاعب، طول اللاعب، واليد المستخدمة في اللعب، والخبرة في اللعب وتصنيف اللاعب، وكذلك أظهرت النتائج بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة الطاولة في فلسطين تعزى الى متغيرات درجة اللاعب، **دراسة ألقدومي (2006)** التي هدفت إلى التعرف إلى مصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي الأندية العربية لكرة الطائرة . وقد أظهرت النتائج أن مصادر الثقة بالنفس كانت عالية عند أفراد عينة الدراسة.

مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل الخامسة :

هل توجد علاقة بين مجال المعاملة الشخصية ومصدر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

أشارت النتائج في الجدول رقم (17) إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين مجال المعاملة الشخصية ومصدر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم. أي تحقق الفرضية

قد يكون تفسير هذه النتائج إلى عدة عوامل أهمها التقديرات التي يتلقاها اللاعبين من طرف المدرب وحسن المعاملة من طرف المدرب والدعم النسي والتحفيزات المادية, وهذا ما توافقت مع دراسة **بيتي واخرون(2011)** قام بدراسة هدفت إلي تطوير واعتماد مقياس لقياس قوة الثقة بالنفس, وقد تم تسليط الضوء علي الثقة بالنفس وقدرة الحفاظ علي الثقة بالنفس في مواجهة الشدائد, ودراسة **نزار دن واخرون (2009)** بدراسة هدفت التعرف الى العلاقة بين نمط القيادة والتدريب الرياضي لدى المدربين والرضا الرياضي لدى اللاعبين

مناقشة النتائج المتعلقة بالتساؤل العام للدراسة

هل توجد علاقة بين الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم؟

أشارت النتائج في الجدول رقم (19) إلى وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين بين الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

وما يلاحظ أن متوسط الحسابي الرضا الرياضي ككل 2.62 وبانحراف معياري 0.566 أي ضمن مستوى درجة عالية وهذا معناه هناك نوع من الرضا الرياضي ، أما معامل الارتباط الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس فكان 0.568وهذه النتائج تقودنا إلى أن هناك علاقة ايجابية بين الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

ومنه تحقق الفرضية أي توجد علاقة ايجابية بين الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

لقد أظهرت النتائج في الجداول رقم (21).(24)،(30)،(33) وجود علاقة بين الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم بينما أظهرت نتائج الجدول رقم (27) عدم وجود علاقة بين الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم ومن هذا النتائج تفسر تحقق الفرضية العامة كون اغلب مجالات الرضا الرياضي لها علاقة مع مصادر الثقة بالنفس أي أن مجالات الرضا الرياضي مكملة لبعضا البعض ومترابطة لا يمكن أن نفصل بعضها البعض.

الفصل الخامس

استنتاجات و اقتراحات

1- استنتاجات عامة:

من خلال دراستنا لتحليل ومناقشة النتائج التي يدور محتواها حول العلاقة بين الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم، حيث استطعنا قدر الإمكان أن نحقق ونؤكد الفرضيات التي دونها في بداية دراستنا وكانت عبارة عن فرضية عامة خمس فرضيات جزئية، حيث في ضوء نتائج الدراسة ومناقشتها استنتج الباحث ما يلي:

1- أن العلاقة بين الأداء الفردي ومصادر الثقة بالنفس كان ضعيفا وذلك بمعامل بيرسون 0.323 حيث أنه غير دالا عند مستوي الدلالة 0.05 أي انه لا توجد علاقة بين الأداء الفردي ومصادر الثقة بالنفس ومنه عدم تحقق الفرضية.

2- أن العلاقة بين أداء الفريق ومصادر الثقة بالنفس كانت دالة إحصائيا بمعامل ارتباط أن هناك 0.526عند مستوي الدلالة 0.05 أي أن هناك علاقة إيجابية بين أداء الفريق ومصادر الثقة بالنفس ومنه تحقق الفرضية.

3- أن العلاقة بين مجال القدرة للتحول لغرض نافع ومصادر الثقة بالنفس كانت دالة إحصائيا حيث وصل معامل الارتباط بيرسون إلي 0.666 عند مستوي الدلالة 0.01 أي أن هناك علاقة إيجابية تربط مجال القدرة للتحول لغرض نافع ومصادر الثقة بالنفس ومنه تحقق الفرضية.

4- أن هناك علاقة بين استراتيجية اللعب ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم حيث وصل معامل الارتباط بيرسون 0.703 أي أن هناك ارتباط قوي ذو دلالة احصائية عند مستوي الدلالة 0.01 ومنه تحقق الفرضية

5- أن هناك علاقة بين مجال المعاملة الشخصية ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم حيث وصل معامل الارتباط بيرسون 0.625 وهو دال إحصائيا عند مستوي الدلالة 0.01 ومنه تحقق الفرضية.

2- بعض الاقتراحات والتوصيات:

ارتأى الباحث في نهاية هذه الدراسة أن يقدم بعض الاقتراحات فيما يخص التوسع في موضوع هذا البحث أو القيام بدراسته وفق بعد آخر ، لكون البحث العلمي يكمل بعضه بعضًا

ومن جملة الاقتراحات التي يقدمها الباحث ما يلي:

1- ضرورة الاهتمام من جانب المدربين بتنمية الجوانب النفسية التي من شأنها تطوير لاعبي كرة القدم ولما لهذا من تأثير فعال في الوصول إلي أغلب المستويات الرياضية.

2- الاهتمام بتطوير الإعداد البدني طويل وقصير المدى للاعبي كرة القدم لما له أهمية كبيرة في احراز البطولات الرياضية, وخصوصا عند تقارب الصفات البدنية والمهارية والخططية بين الفرق ويصبح العامل النفسي هو العامل الحاسم لنتيجة المباريات.

3- الاسترشاد بنتائج مقياس الرضا الرياضي لتعزيز الرضا لدى اللاعبين ومقياس مصادر الثقة بالنفس لتعزيز الثقة بالنفس لكل لاعب.

4- الاهتمام بدراسة العلاقة بين الرضا الرياضي بالمتغيرات النفسية والمهارة والخطيطة وغيرها من المتغيرات الاخرى التي تربط بتحقيق الأداء الفردي و أداء الفريق.

5- زيادة اهتمام المدربين والمسؤولين بالأندية بالرضا الرياضي وإعداد برامج تدريبية خاصة ومناسبة لتنميته لدى اللاعبين.

6- إجراء دراسة مقارنة في الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس بين لاعبي الألعاب الجماعية والفردية.

7- إجراء دراسات حول تطوير أدوات بحثية لقياس الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس تناسب المستويات والأعمار المختلفة ابتداء من المدارس وانتهاء بلاعبي المستويات الرياضية العلية.

8- تقديم كل ما يلزم من خدمات وتسهيلات للاعبين سواء كانت علي المستوى المادي أو المعنوي لمحاولة الوصول للرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس.

قائمة المراجع

قائمة المصادر والمراجع

باللغة العربية

أ- القرآن الكريم

1- محمود سمير, بناء مقياس الرضا الحركي لمتسابقي الميدان والمضمار, مجلة علوم وفنون الرياضة, المجلد الأول, العدد الثاني,1989.

2- أسامة راتب, تدريب المهارات النفسية, تطبيقات في المجال الرياضي, ط3, دار الفكر العربي, القاهرة, مصر,2001.

3-أحمد قواسمة, الفرج عدنان, تطوير مقياس الثقة بالنفس, المجلة العربية للتربية, العدد2, 1993.

4- فريح العنزي, المكونات الفرعية للثقة بالنفس والخجل دراسة ارتباطية عاملية, مجلة العلوم الاجتماعية, العدد3 مجلد29, 2001.

5- عويس خيرالدين, علم النفس الاجتماعي والنشاط الرياضي, مكتبة الأنجلو المصرية, القاهرة, 1984.

أبو علام محمد, مقياس الثقة بالنفس عند الطالبات في مراحل الثانوية والجامعات, مؤسسة علي الصباح للطباعة والنشر, الكويت,1978

6-عبد الناصر القدومي, دراسة مصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي الأندية العربية للكرة الطائرة, دراسات العلوم التربوية, 2006.

7-محمد الغانم, تنمية الثقة بالنفس, مكتبة النهضة المصرية, القاهرة, مصر, 1963,

8-العمر بدر, علاقة الدافعية نحو بعض المتغيرات الشخصية والوظيفية لدى الموظفين في دولة الكويت, مركز البحوث العلمية,2004

9-محمد حسن علاوي, علم النفس الرياضي, ط2, دار النهض, القاهرة, مصر,1978

10-أسامة كمال راتب, علم نفس الرياضة, دار الفكر العربي, القاهرة, مصر, 1995

11-محمد علاوي, علم النفس التدريب والمنافسة, دار الفكر العربي, القاهرة, مصر, 2002.

12- ميخائيل يوسف, الثقة بالنفس, دار النهضة المصرية للطباعة والنشر, القاهرة, مصر, 1977

13- عبد العزيز القوصي, أسس الصحة النفسية, ط01, مكتبة النهضة المصرية, القاهرة, مصر, 1975.

حافظ معين, العلاقة بين مصادر الثقة بالنفس والقيم التربوية لدى لاعبي الألعاب الرياضية في الجامعات الفلسطينية, رسالة دكتورة, الخرطوم,2003.

14-رومي جميل، كرة القدم, دار النقائض, بيروت, لبنان, ط1, 1986.

15- محمود عنان, سيكولوجية التربية البدنية والرياضية, النظرية والتطبيق والتجربة, دار الفكر العربي, القاهرة,مصر,1995, ص17.

16- سمير محمود, بناء مقياس الرضا الحركي لمتسابقي الميدان والمضمار, مجلة علوم وفنون الرياضة, 1989,

17-رشيد زرواتي ، مناهج البحث العلمي في العلوم الإجتماعية،ط1، دار الهدى،2007.

18-رشيد وحيد دويدي، البحث العلمي أساسياته النظرية وممارساته العلمية، دار الفكر المعاصر، دمشق، سوريا، بدون تاريخ.

19-حسين أحمد الشافعي ورضوان أحمد مرسلي، مبادئ البحث العلمي في التربية البدنية والرياضية، منشأة المعارف، الإسكندرية،2001.

20-سمارة عزيز ، مبادئ القياس والتقويم في التربية ، ط2 ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن ، 1989.

21-إبراهيم مروان عبد المجيد ، الأسس العلمية والطرق الإحصائية للاختبارات والقياس في التربية الرياضية ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان ،الأردن ، 1999.

22-لبن منظور، معجم لسان العرب إعادة بناء علي الاحرف الاولي من الكلمة الاولي، يوسف خياط المجلد في ..القاف الي الياء ،دار النشر، عمان،2005

23-دار قباء SPSS احمد الرفاعي غنيم ، نصر محمود صبري ، تعلم بنفسك التحليل للبيانات باستخدام للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة ، 2000..

قائمة المراجع باللغات الأجنبية

24-Riemer. H, A, and chelladurai, Devélopment of the Athlete satisfaction Questionnaire, ASQ, journal of sport and Exercise psychology,1998.

25-Lan, W, An Investigation of the Relationship among Basketball coaches Behavior, Team Cohesion and Athlete Satisfaction in selected

Universities in Northern Taiwan, Unpublished PH,D, thesis, Faculty of Graduate Studies, united states sports Academy, United States,1998.

26-Weiss, M,R, and Friedrichs, W, D, the Infuence of Leader Behaviors, coach Attributes and Institutional Teams an Performance and satisfaction of collegiate Basketball Teams, journal of sport psychology, 1986.

27-Guilford, j ,p, personalitye, new york ; mcgrw_ hill,1959,p15.

28-Steve Dunn, Dale jasinski, Gary Burns and Duncan Fletcher, the relationship of Athlete Identity, Athlete satisfac

29-Thierry, H, organizational psychology, Hove, East sussex, UK ; psychology press Ltd,1998..

30-Vealy, R, conceptualization of sport-confidence and competitive orientation : preliminary investigation and instrument development, journal of sport psychology, 1986.

31-Vealy, R, Hayashi, Holman, and peter, sources of sport-confidence; conceptualion and instrument development, journal of sport and exercise psychology, 1998.

قائمة الأطروحات والرسائل العلمية

32-انتصار الرفاعي، أثر برنامج إرشادي نفسي مقترح في تنمية الثقة بالنفس وعلاقته بمستوى الإنجاز الرياضي، رسالة ماجستير غير منشورة, كلية الدراسات العليا، جامعة بغداد, العراق

33-محمد الحياني، أثر أسلوب المنافسات والتغذية الراجعة, المقارنة في الرضا الحركي والتحصيل بكرة القدم، رسالة ماجستير غير منشورة, كلية الدراسات العليا, جامعة بغداد, بغداد ،العراق.

الملاحق

بسم الله الرحمن الرحيم

تهدف الدراسة الحالية إلى دراسة العلاقة بين الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم وذلك بهدف الحصول على شهادة الماستر في التحضير الذهني والنفسي ويشتمل المقياس على قسمين هما :

القسم الأول: مقياس الرضا الرياضي

القسم الثاني : مقياس مصادر الثقة بالنفس

يرجى الاستجابة على جميع الأقسام بما ينطبق عليك علما أنه لا توجد استجابات صحيحة و أخرى خاطئة والمعلومات لغاية البحث العلمي فقط لذا يرجى تعاونكم في تعبئة الأقسام الثلاثة بما ينطبق عليك

شكرا لكم حسن تعاونكم

الباحث: هشام زيوش

مقياس الرضا الرياضي :

يوجد أمامك (7) درجات حيث تمثل الدرجة (1) أقل درجة و درجة (7) أعلى درجة،

يرجى وضع دائرة حول الرقم الذي ينطبق عليك، للتعبير عن درجة الرضا لديك؛

الرقم		درجة الرضا						
		منخفضة			متوسطة			عالية
	مجال الأداء الفردي :							
1	درجة تحقيق أهداف أدائك في الموسم الحالي	1	2	3	4	5	6	7
2	التحسن في أدائك خلال الموسم السابق	1	2	3	4	5	6	7
3	التحسن في المستوى المهارى لديك	1	2	3	4	5	6	7
	أداء الفريق :							
4	فوز وخسارة الفريق حلال الموسم الحالي	1	2	3	4	5	6	7
5	الأداء الكلي للفريق هذا الموسم	1	2	3	4	5	6	7
6	درجة تحقيق الفريق أهدافه خلال الموسم الحالي	1	2	3	4	5	6	7
	مجال القدرة للتحول لغرض نافع :							
7	مدى استخدمك لقدراتك	1	2	3	4	5	6	7
8	مستوى توظيفك لمواهبك في الأداء	1	2	3	4	5	6	7
9	ملائمة الدوري لإمكاناتك	1	2	3	4	5	6	7
10	الوقت الذي تلعبه خلال المنافسات	1	2	3	4	5	6	7
11	ملائمة دورك للدور الذي تفضله في اللص	1	2	3	4	5	6	7
	مجال استراتيجية اللعب :							
12	تبديلات المدرب خلال المنافسات	1	2	3	4	5	6	7
13	التكتيكات المستخدمة خلال اللعب	1	2	3	4	5	6	7
14	استراتيجيات توزيع المدرب للاعبين خلال المنافسات	1	2	3	4	5	6	7
15	قيام المدرب بالتعديلات خلال المنافسات	1	2	3	4	5	6	7
16	خطط اللعب التي يضعها المدرب	1	2	3	4	5	6	7
17	طريقة المدرب في توحيد المواهب المتاحة للاعبين	1	2	3	4	5	6	7
	مجال المعاملة الشخصية :							
18	التقدير الذي تتلقاه من المدرب	1	2	3	4	5	6	7

19	حسن معاملة المدرب للاعبين	1	2	3	4	5	6	7
20	تقدير المدرب للاعبين عند القيام بأداء جيد	1	2	3	4	5	6	7
21	موقف المدرب تجاهي	1	2	3	4	5	6	7
22	الدعم النفسي للاعبين من قبل المدرب	1	2	3	4	5	6	7

مقياس مصادر الثقة بالنفس:

يوجد أمامك (9) درجات حيث تمثل الدرجة (1) أقل درجة ودرجة (9) أعلى درجة، يرجى وضع دائرة حول الرقم الذي تراه مناسبا.

ملاحظة: علما أن كل فقرة تعكس مدى مساهمتها في زيادة الثقة بالنفس لديك.

الرقم	الفقرات	منخفضة			متوسطة				عالية	
مصدر التمكن الرياضي (1-5) :										
1	تعلم مهارات جديدة في اللعبة التي أمارسها.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
2	تطور مستوى الأداء المهارى لدي.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
3	تطور مهاراتي في اللعبة التي أمارسها.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
4	زيادة عدد المهارات التي أؤديها بكفاءة	1	2	3	4	5	6	7	8	9
5	تطوير مهارة جديدة وتحسينها	1	2	3	4	5	6	7	8	9
مصدر استعراض القدرة (6- 11):										
6	الفوز في اللعبة التي أمارسها.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
7	إثبات أنني أفضل من الآخرين.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
8	إظهار القدرة من خلال الفوز والحصول على مراكز متقدمة.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
9	معرفة أن لدي القدرة على مواجهة الفريق المنافس.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
10	تفوق فريقي عن الفريق المنافس.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
11	إظهار أنني واحد من النخبة.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
مصدر الإعداد البدني والمعرفي (12- 17) :										
12	التركيز على المهام الموكلة إلي والنجاح في تنفيذها.	1	2	3	4	5	6	7	8	
13	الشعور أتني معد نفسيا.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
14	معرفة أنى معدْ ن الناحية العقلية.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
15	التركيز على تحقيق الأهداف المطلوبة منى.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
16	الشعور أنى معد بدنيا.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
17	الثقة يقدرني عند القيام بأقصى مجهود	1	2	3	4	5	6	7	8	9
مصدر الذات البدنية (18-20) :										

18	الشعور بالرضا عن وزني.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
19	الشعور بالرضا عن مظهري الخارجي.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
20	الشعور بأن جسمي يبدو حسيا	1	2	3	4	5	6	7	8	9
مصدر الدعم الاجتماعي (21 – 23) :										
21	التشجيع المناسب من المدرب والعائلة.	1	2	3	4	5	6	7	8	9
22	تلقي التغذية الراجعة إيجابية من المدرب. والعائلة	1	2	3	4	5	6	7	8	9
23	تلقي الدعم المعنوي من قيل المشجعين	1	2	3	4	5	6	7	8	9

ملخص البحث

عنوان البحث : هل توجد علاقة بين الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

أهداف الدراسة:

1- معرفة هل توجد علاقة بين مجال الأداء الفردي و مصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة

2- معرفة هل توجد علاقة بين أداء الفريق ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

3- معرفة هل توجد علاقة بين مجال القدرة للتحول لغرض نافع ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم

4- معرفة هل توجد علاقة بين مجال استراتيجية اللعب ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

5- معرفة هل توجد علاقة بين مجال المعاملة الشخصية ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

الفرضية العامة

-توجد علاقة بين الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

الفرضيات الجزئية

- توجد علاقة بين مجال الأداء الفردي و مصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

-توجد علاقة بين أداء الفريق ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

-توجد علاقة بين مجال القدرة للتحول لغرض نافع ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

-توجد علاقة بين مجال استراتيجية اللعبومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

-توجد علاقة بين مجال المعاملة الشخصية ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم.

إجراءات الدراسة :

العينة : عينة مقصودة تتكون من19 لاعبا

المجال المكاني : قام الباحث بإجراء الدراسة الميدانية في ولاية سطيف على أفراد العينة المختارة من19 لاعبا من أمل وفاق سطيف.

المجال الزماني: البحث امتدت من بداية شهر جانفي 2015 إلى غاية نهاية شهر أفريل من نفس السنة

المنهج المتبع :المنهج الوصفي لملائمته لعنوان البحث

الأدوات المستعملة : اشتملت أدوات البحث على مقياس الرضا الرياضي لقياس درجة الرضا الرياضي

استنتاجات عامة:

1- أن العلاقة بين الأداء الفردي ومصادر الثقة بالنفس كان ضعيفا وذلك بمعامل بيرسون 0.323 حيث أنه غير دالا عند مستوي الدلالة 0.05 أي انه لا توجد علاقة بين الأداء الفردي ومصادر الثقة بالنفس ومنه عدم تحقق الفرضية.

2- أن العلاقة بين أداء الفريق ومصادر الثقة بالنفس كانت دالة إحصائيا بمعامل ارتباط أن هناك 0.526 عند مستوي الدلالة 0.05 أي أن هناك علاقة إيجابية بين أداء الفريق ومصادر الثقة بالنفس ومنه تحقق الفرضية.

3- أن العلاقة بين مجال القدرة للتحول لغرض نافع ومصادر الثقة بالنفس كانت دالة إحصائيا حيث وصل معامل الارتباط بيرسون إلي 0.666 عند مستوي الدلالة 0.01 أي أن هناك علاقة إيجابية تربط مجال القدرة للتحول لغرض نافع ومصادر الثقة بالنفس ومنه تحقق الفرضية

4- أن هناك علاقة بين استراتيجية اللعب ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم حيث وصل معامل الارتباط بيرسون 0.703 أي أن هناك ارتباط قوي ذو دلالة احصائية عند مستوي الدلالة 0.01 و منه تحقق الفرضية

5- أن هناك علاقة بين مجال المعاملة الشخصية ومصادر الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم حيث وصل معامل الارتباط بيرسون 0.625 وهو دال إحصائيا عند مستوي الدلالة 0.01 و منه تحقق الفرضية.

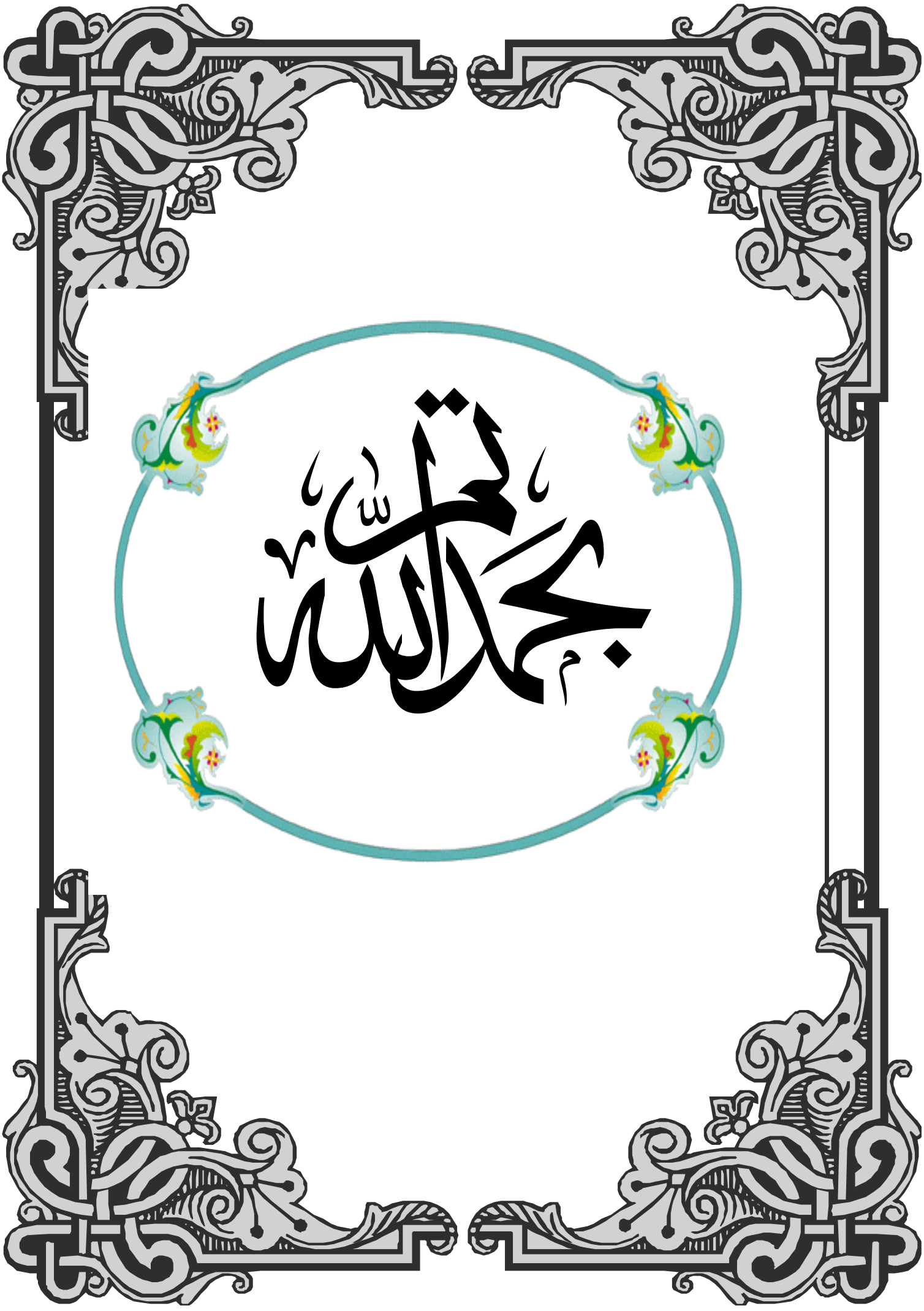
الاقتراحات

1- ضرورة الاهتمام المدربين بتنمية الجوانب النفسية التي من شأنها تطوير لاعبي كرة القدم ولما لهذا من تأثير فعال في الوصول إلي أغلب المستويات

2- الاهتمام بدراسة العلاقة بين الرضا الرياضي بالمتغيرات النفسية والمهارة والخطيطة وغيرها من المتغيرات الاخرى التي تربط بتحقيق الأداء الفردي

3- زيادة اهتمام المدربين والمسؤولين بالأندية بالرضا الرياضي وإعداد برامج تدريبية خاصة ومناسبة لتنميته لدى اللاعبين.

4- إجراء دراسة مقارنة في الرضا الرياضي ومصادر الثقة بالنفس بين لاعبي الألعاب الجماعية والفردية.


تم بحمد الله

résumé

Titre: Y a-t-il une relation entre le sport et les sources de satisfaction avec les joueurs de football auto-confiance
Objectifs de l'étude:
1. Savez-vous qu'il existe une relation entre la zone de la performance individuelle et des sources de la confiance en soi chez les joueurs de football
2. Savez-vous qu'il existe une relation entre la performance de l'équipe et les sources de la confiance des joueurs de football de soi.
3. Savez-vous qu'il existe une relation entre la capacité de transformer la région en vue de l'auto-bénéfique et sources de la confiance des joueurs de football
4. Savez-vous qu'il existe une relation entre le domaine de la stratégie de jeu et les sources de la confiance des joueurs de football de soi.
5. Savez-vous qu'il existe une relation entre le domaine de l'auto-traitement personnel et des sources de la confiance des joueurs de football.
Hypothèse générale
- il y a relation entre le sport et les sources de satisfaction de la confiance en soi chez les joueurs de football.
Hypothèses partielles
- Il existe une relation entre la zone de la performance individuelle et des sources de la confiance en soi chez les joueurs de football.
-il y a Relation entre la performance de l'équipe et les sources de la confiance en soi chez les joueurs de football.
-il y a Relation entre la capacité de transformer la région dans le but de sources sains et de la confiance en soi chez les joueurs de football.
il y a relation entre le domaine de la stratégie de jeu et les sources de la confiance des joueurs de football de soi.
-il y a Relation entre le domaine de l'auto-traitement personnel et des sources de la confiance des joueurs de football.
Les procédures de l'étude:
Échantillon: L'échantillon se compose de 19 joueurs involontaires
Domaine spatial: le chercheur réalisation de l'étude sur le terrain dans l'état de Sétif sur l'échantillon sélectionné de 19 joueurs de l'espoir et ESS.
Sphère temporelle: Recherche avancée depuis le début de Janvier 2015 au la fin du mois d'Avril de la même année
Méthodologie: approche descriptive à la pertinence de la recherche Titre
Instruments utilisés: outils de recherche inclus à la satisfaction athlète de mesurer le degré de sports d'échelle de satisfaction
Conclusions générales:

1. La relation entre la performance individuelle et les sources de la confiance en soi était faible et que par un facteur de 0,323 Pearson comme il est révélateur du niveau de signification de 0,05, qui n'y a pas de relation entre la performance individuelle et les sources de confiance en soi et lui de ne pas vérifier l'hypothèse.

2. La relation entre la performance de l'équipe et les sources de la confiance en soi était coefficient de corrélation statistiquement significative de 0,526 qu'il ya au niveau de 0,05, ce qui signifie qu'il existe une relation positive entre la performance de l'équipe et les sources de la confiance en soi et de vérifier l'hypothèse de celui-ci.

3. La relation entre la capacité de transformer le terrain à des fins de saine et des sources de la confiance en soi était statistiquement significative, atteignant Pearson coefficient de corrélation de 0,666 au niveau de 0,01, ce qui signifie qu'il existe une relation positive reliant le domaine de la capacité à se déplacer dans le but de saine et des sources de la confiance en soi et de vérifier l'hypothèse de celui-ci

4. qu'il existe une relation entre la stratégie de jeu et les sources de la confiance en soi chez les joueurs de football atteignant Pearson coefficient de corrélation de 0,703, ce qui signifie qu'il existe une forte corrélation statistiquement significative au niveau de signification de 0,01 et il vérifier l'hypothèse

5. qu'il ya une relation entre le domaine de l'auto-traitement personnel et des sources de la confiance des joueurs de football atteindre Pearson coefficient de corrélation de 0,625 ce qui est statistiquement significatif au niveau de signification de 0,01 et il vérifier l'hypothèse.

Suggestions

1. entraîneurs doivent faire attention au développement des aspects psychologiques qui vont se développer les joueurs de football et à cet effet de l'accès effectif à la plupart des niveaux

2. L'intérêt dans l'étude de la relation entre la satisfaction arbore variables psychologiques, compétences et tactiquement et d'autres variables qui pointent la réalisation de la performance individuelle

3. accroître l'intérêt des entraîneurs, des officiels et des clubs sportifs satisfaits de la préparation d'un programme de formation privés et appropriées pour le développement des joueurs.

4. Une étude comparative de satisfaction dans les sports et les sources de l'auto entre les acteurs collectifs et la confiance de jeux individuels.