تأثير فترة المنافسات على الثقة بالنفس لدى لاعبات المنتخب الوطني الأردني لكرة القدم للشابات تحت (17) عام

The Impact of Competition on the Self-confidence of the Jordanian National Football Team for Young Women under (17) Years

عبد الله المخادمة*، و حمزة سلام

Abdullah Almkhademh & Hamzh Sallam

كلية التربية الرياضية، الجامعة الأردنية، الأردن

*الباحث المراسل: aammjo27@hotmail.com

تاريخ التسليم: (2017/1/21)، تاريخ القبول: (2017/5/3)

ملخص

هدف البحث التعرف إلى تأثير فترة المنافسات على الثقة بالنفس لدى لاعبات المنتخب الوطني الأردني لكرة القدم للشابات تحت (17) عاماً، وكذلك مستوى الثقة بالنفس تبعاً للمتغيرات الآتية: (الخبرة، صفة اللعب، مركز اللعب)، تكونت عينة البحث من (22) لاعبة، تم استخدام المنهج الوصفي بصورته المسحية لجمع المعلومات والبيانات، قام الباحثان بتصميم إستبيان لقياس سمة الثقة بالنفس، والتي تتكون من ثلاثة محاور (محور الأداء، محور الخسارة، محور الفوز) بمجموع (40) عبارة، تم معالجة النتائج إحصائياً باستخدام المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري، إختبار (ت) وإختبار التباين الأحادي. وقد أشارت نتائج البحث إلى أن مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبات المنتخب الوطني الأردني لكرة القدم للشابات تحت (17) عام، جاءت مرتفعة في كلا القياسين القبلي والبعدي، وجاءت مرتفعة أيضاً على جميع محاور الإستبيان في القياس القبلي، وكذلك كانت مرتفعة على محوري الأداء والفوز، ومتوسطة على محور الخسارة في القياس البعدي. كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مستوى الثقة بالنفس تبعاً لمتغيرات (الخبرة، مركز اللعب، صفة اللعب)، وقد أوصى الباحثان بأهمية تعزيز الثقة بالنفس لدى اللاعبات من خلال تخصيص جزء من الحصص التدريبية للجانب النفسي.

الكلمات المفتاحية: فترة المنافسات، الثقة بالنفس، كرة القدم، المنتخب الأردني.

Abstract

The study aimed to identify the impact of the competition on the self-confidence of the Jordanian national football team for young women under (17) years, as well as the level of self-confidence depending on the variables (experience, place of residence, state of play, play center), the study sample consisted of (22) player of the women's football team, it has been used descriptive approach his image survey to collect information and data, the researchers designed a questionnaire to measure the characteristic self-confidence, which is three-pronged: (performance, loss, win), where the number of ferries (40), results were treated statistically using the arithmetic mean, standard deviation, t-Test and test of variance, the study results indicated that the level of self-confidence for the players Jordanian national football team for young women under (17) years came High in both measurements pre and post, the results also pointed to a lack of statistically significant at the level of self-confidence differences depending on variables (experience, place of residence, play center, state of play), the study recommended the importance of enhancing the players' self-confidence through the allocation of part of the training sessions for the psychological aspect.

Keywords: Competitions Period, Self-confidence, Football, Jordanian National Team.

المقدمة

يعد علم النفس الرياضي من الميادين التي أخذت حيزاً واسعاً وهاماً في عمليات إعداد الرياضيين لمختلف المنافسات الرياضية وأصبح دوره رائداً في تهيئة اللاعبين لمواجهة الضغوطات التي قد تواجههم خلال المنافسات، فهو متمم لباقي عمليات الإعداد البدني والخطي والمهاري بهدف الوصول باللاعبين الى أعلى المستويات من الأداء. (رفعت، 2010).

وأشار (الخيكاني، 2011) الى إن دور علم النفس يأتي كمتعم لعمليات الإعداد البدني والمهاري والخطي في التغلب على حالات كالقلق والخوف وكذلك تفعيل الثقة بالنفس عند الرياضيين وإيجاد الحلول للمشاكل التي قد تنتج عن التدريب والمنافسات. فعلم النفس يلعب دوراً رئيسياً في تنمية المهارات النفسية لدى اللاعبين الرياضيين وهو يسهم أيضاً في زيادة إنتاج اللاعب الرياضي وكذلك تحقيق أفضل النتائج (الغامدي، 2009).

تعتبر لعبة كرة القدم محط أنظار العالم بأسره وذات شعبية جارفة تفوقت على باقي الألعاب الرياضية، وأصبح ممارسوها من كافة طبقات المجتمع ومن كلا الجنسين ومختلف الأعمار وتلعب بأكثر من شكل وعلى أرضيات مختلفة مما زادها متعة وجمالاً وحدة في المنافسة. ونتيجة الزيادة والتطور المستمر في التطبيقات الخطئية ومتطلبات الأداء البدنية والمهارية خلال المنافسات الرياضية وما يصاحبها من إستنفاد قدر كبير من الطاقة النفسية والذهنية والبدنية، أصبح الإعداد النفسي أحد الضرورات اللازمة لإعداد اللاعب نفسياً بجانب إعداده بدنياً ومهارياً وخطئياً للوصول الى المستوى المثالي للأداء (أبو عبده، 2011).

تشكل الثقة بالنفس سبباً رئيساً في الإبداع والنجاح، والفرد عندما يكون واثقاً بنفسه يستطيع أن يعبر عما يشعر به وبشكل أفضل وخاصة في المواقف الانفعالية الصعبة، وحيث تتميز كرة القدم بالتنافس الشديد والذي يتعرض فيه اللاعب الى مواقف مختلفة قد تنال من ثقته بنفسه الأمر الذي ينعكس على أدائه خلال المنافسة (الغامدي، 2009).

تعتبر سمة الثقة بالنفس إحدى الخصائص الانفعالية الهامة التي تلعب دوراً أساسياً في حياة الأفراد، وفي تحقيق توافقهم النفسي، وتعتبر أيضاً على أنها إحدى عوامل الشخصية الأساسية التي ترتبط بالتكيف العام (سليم، 2003).

وتؤثر الثقة بالنفس في إثارة العديد من الانفعالات الإيجابية لدى الرياضي فهي تبعث فيه الشعور بالحماس والحيوية والاستمتاع في الأداء، وهو الأمر الذي ينعكس على أداء اللاعب من خلال بذله المزيد من الجهد والقوة والسرعة، كما تساعد على الاحتفاظ بالهدوء ورباطة الجأش في حال التعرض للمواقف الضاغطة (رفعت، 2010).

أهمية البحث

1. أصبح الأردن من أبرز الدول التي تهتم بكرة القدم ذات الشعبية الجارفة، وبكرة القدم النسوية التي فرضت واقعاً جديداً على المجتمع الأردني بشكل عام والمجتمع الرياضي بشكل خاص مما زاد مسؤولية القائمين عليه والمتابعين له، وقد أشار (الخيكانى، 2011) الى أن لعبة كرة القدم أصبحت لعبة الملايين من الرجال والنساء وقد داعبتها أقدام الرجال كما داعبتها حديثاً أقدام الجنس اللطيف لما لها من جاذبية وحماسة مثيرة، حيث أصبح للتنافس طعم عزيز المذاق حيث لم يعد يقتصر على الرجال فقط بل تعداه الى عالم تعانق فيه الانوثة عالم الكرة لتضفي بظلالها الراقية على الدول المعنية بها.

2. تمتاز لعبة كرة القدم بإعتمادها على القدرات العقلية والنفسية والمهارية والبدنية، وتعتبر الثقة بالنفس هي إحدى أهم المهارات النفسية، وهو ما أكده (المفرجي، 2008) أن الثقة بالنفس تظهر في إحساس الفرد بالثقة بدنياً وشخصياً وبقدراته ومهاراته وبالتالي القدرة على إنجاز العمل، وبناءً على القدرات التي تحتاجها كرة القدم جاءت أهمية هذا البحث في التعرف الى مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبات المنتخب الوطني الأردني للشابات تحت (17) عام وتأثير فترة المنافسات على مستوى هذه الثقة.

3. الإهتمام بالجانب النفسي وخصوصاً الثقة بالنفس لدى اللاعبين في مرحلة المنافسات الرياضية لها انعكاسات إيجابية على أداء اللاعبين خلالها، خصوصاً في نتائج المباريات ذات المستويات المتقاربة والتي يشهد فيها التنافس بين الفريقين، حيث تكون المستويات متقاربة فنياً الى حد كبير ولكن في نهاية المطاف تكون الغلبة للفريق الأكثر إعداداً وحضوراً من الناحية النفسية.

مشكلة البحث

مع إزدياد حدة المنافسة في مجال لعبة كرة القدم سواء في إستضافة البطولات أو المشاركة بها والحصول على مراكز متقدمة زادت أهمية البحث في علم النفس الرياضي ودراسة مختلف المهارات النفسية التي من شأنها تحسين مستوى الأداء والإنجاز للرياضي، وكغيره من دول العالم، إهتمت الأردن بلعبة كرة القدم سواء على مستوى الرجال أو النساء وإعدادهم إعداداً مناسباً يتناسب وحجم المنافسات التي سيشاركون بها ومتابعتهم خلال فترة المنافسات من جميع النواحي بما فيها الناحية النفسية. ولعبة كرة القدم النسوية تعتبر حديثة على مجتمع كالمجتمع الأردني، فإن اللاعبين يتعرضون الى أنواع مختلفة من الضغوط، وتزيد هذه الضغوط خلال المنافسات الرياضية، مما قد يؤثر على أداء اللاعبين خلال المنافسة نتيجة تأثير هذه الضغوطات على مكونات هذه اللعبة سواء الفنية أو المهارية أو البدنية أو الخطئية، وكذلك النفسية مما يحول دون تحقيق النتائج المرجوة لتدني مستوى الأداء العام. حيث إن الكثير من اللاعبين يتمتعون بمستوى جيد من الأداء ولكن هذا الأداء يكون أقل مما هو متوقع أو مأمول خلال المنافسات الرياضية، وعدم ثبات المستوى ناتج عن تذبذب الأداء الفني لبعض اللاعبين في كثير من تلك المنافسات فديكون بسبب إفتقاد اللاعبين لبعض المهارات النفسية كمهارة الثقة بالنفس، التي تؤثر إيجاباً على أداء اللاعبين وتدفعهم لبذل المزيد من الجهد بينما إفتقادها يؤثر سلباً و يعيق أداء اللاعبين خلال المنافسات الرياضية وبالتالي عدم تحقيق النجاح والمستوى الجيد من الأداء.

ومن خلال ممارسة الباحثان للعبة كرة القدم وعملهما في مجال التدريب ومشاهدتهما ومتابعتهما لكرة القدم النسوية في الأردن، تمت ملاحظة أن عملية الإعداد النفسي لا تصل الى المستوى المطلوب الذي يؤهل اللاعبين المشاركات في بطولة عالمية كبطولة العالم للشابات تحت (17) عام للوصول الى أدوار متقدمة في البطولة العالمية، التي يشارك فيها منتخبات ذات سمعة طيبة في لعبة كرة القدم، مما قد يزيد من الضغوط والأعباء النفسية على عاتق اللاعبين وبالتالي النيل من مهارة نفسية مهمة في تعزيز الأداء ألا وهي الثقة بالنفس، من هنا جاء توجه الباحثان لإجراء هذا البحث للكشف عن مستوى الثقة بالنفس الذي تتمتع به اللاعبين وكذلك مدى تأثير فترة المنافسات على مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبات المنتخب الاردني لكرة القدم للشابات تحت (17) عام.

أهداف البحث

1. معرفة مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبات المنتخب الوطني أثناء فترة المنافسات.

2. معرفة الإختلاف في مستوى الثقة بالنفس تبعاً لمتغيرات (الخبرة، مركز اللعب، صفة اللعب).

3. معرفة الإختلاف في مستوى الثقة بالنفس قبل بداية البطولة وبعد إنتهاء البطولة.

تساؤلات البحث

1. ما مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبات المنتخب الوطني أثناء فترة المنافسات؟
2. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في مستوى الثقة بالنفس تبعاً لمتغيرات (الخبرة، مركز اللعب، صفة اللعب)؟
3. هل هناك إختلاف في مستوى الثقة بالنفس قبل بداية البطولة بعد إنتهاء البطولة؟

الدراسات السابقة

قام (الجبوري، 2016) بدراسة هدفت للتعرف الى مستوى سمة الثقة بالنفس وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة مسابقات السباحة في كلية العلوم الرياضية في جامعة مؤتة وتكونت عينة الدراسة من (142) طالب وطالبة، وأختيرت العينة بالطريقة القصدية، وإستخدم الباحث المنهج الوصفي لإجراء دراسته مستخدماً الإستبيان كأداة لجمع البيانات، وأظهرت نتائج الدراسة أن سمة الثقة بالنفس لدى طلبة مسابقات السباحة جاءت بدرجة مرتفعة وجاء مستوى تقدير الذات بدرجة مرتفعة، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على سمة الثقة بالنفس وكذلك تقدير الذات لدى الطلبة تبعاً لمتغيرات (النوع الإجتماعي، مستوى المساق، مكان السكن، المعدل التراكمي)، كما أظهرت النتائج عدم وجود علاقة إرتباطية بين سمة الثقة بالنفس وتقدير الذات، وأوصت الدراسة واضعي البرامج التعليمية بإيلاء دور فاعل للجانب النفسي عند تدريس مواد السباحة.

وقامت (Comeig, Grau & Jaramillo, 2016, p. 1418) بإجراء دراسة هدفت الى التعرف الى تأثير الجنس وعلاقته بالثقة بالنفس والرياضة والأفضلية للمنافسة، وقد إستخدم الباحث تحليل المقارنة النوعية لإيجاد النتائج، وشملت عينة الدراسة مجموعة من السيدات العاملات واللواتي يشغلن مناصب عليا في العمل والعلم والسياسة، وأشارت النتائج الى وجود عوامل أخرى غير الجنس تؤثر على الجوانب الإقتصادية في مجال المنافسة، أما فيما يتعلق بجانب الرياضة فقد أشارت النتائج الى أن الرياضة التنافسية تقود الى ثقة أعلى بالنفس وبالتالي زيادة الإستعداد لدخول المنافسات وهو نتيجة لحب المرأة لخوض المنافسات التي تتميز بالمجازفة والمخاطرة.

أجرت (نجمة، 2014) دراسة هدفت التعرف الى العلاقة بين الذكاء الوجداني والثقة بالنفس لدى الطلبة الجامعيين وإذا كان هناك فروق بين الذكاء الوجداني والثقة بالنفس تبعاً لمتغيرات الجنس والتخصص، وقد تكونت العينة من (450) طالباً وطالبة (225 ذكور، 225 إناث)، واستخدمت الباحثة مقياس الذكاء الوجداني، ومقياس الثقة بالنفس، وتمت معالجة البيانات إحصائياً من خلال برنامج (SPSS)، وقد أشارت النتائج الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في متغير

الثقة بالنفس ولصالح الذكور وكذلك وجود فروق دالة إحصائية في متغير الثقة بالنفس ولصالح التخصص العلمي.

أجرى (Rabaz, Claver & Arias, 2014, p. 682) دراسة هدفت الى التمييز في الفروق بين الثقة بالنفس، وإدراك القدرة وإدراك إحتياجات المنافسة بين الفرق الفائزة والخاسرة لدى لاعبي الكرة الطائرة الشباب، وقد تكونت عينة الدراسة من (173) لاعباً ولاعبة تحت سن (16) عام، منهم (74) ذكور (99) من الإناث، وتم إستخدام (t-Test) كوسيلة إحصائية لإيجاد الفروق بين متغيرات الدراسة، وقد دلت نتائج الدراسة الى وجود علاقة إيجابية وقيم عالية بين الثقة بالنفس والقدرة على الإدراك وإدراك إحتياجات المنافسة ولصالح الفرق الفائزة.

قامت (الغريبي، 2012) بإجراء دراسة هدفت التعرف الى الفروق في سمة الثقة الرياضية بين طالبات كلية التربية الرياضية وطالبات قسم التربية الرياضية في جامعة الكوفة، وقد فرضت الباحثة أن هناك فروق في سمة الثقة الرياضية بين طالبات كلية التربية الرياضية وقسم التربية الرياضية في جامعة الكوفة، تم إستخدام المنهج الوصفي بأسلوب المقارنة وكانت عينة الباحثة طالبات من كلية التربية الرياضية وطالبات من قسم التربية الرياضية والبالغ عددهن (60) طالبة، وقد إستخدمت الباحثة بعض الوسائل ومنها إستبيان سمة الثقة الرياضية، وتوصلت الباحثة إلى أن للقابلية البدنية والمهارية دور كبير في زيادة الثقة الرياضية وقد كانت التوصيات بث روح التعاون والإيثار والعمل الجماعي بين الطالبات.

قام (Hosseini, Parivash & Afson, 2012, p. 11) بإجراء دراسة هدفت الى تحليل العلاقات بين مختلف الألعاب الرياضية والثقة بالنفس، وتكونت عينة الدراسة من (100) شخص، (60) ذكور و(40) إناث، وتم إستخدام مقياس لقياس الألعاب الرياضية ومقياس لقياس الثقة بالنفس ومقياس لقياس النجاح الرياضي، وتم إستخدام مؤشر كتلة الجسم في هذه الدراسة، وتم تطبيق معادلة الإنحدار المتعدد كمؤشر لإختبار المتغيرات (التصور في الرياضة، الثقة بالنفس، مؤشر كتلة الجسم)، وقد أظهرت نتائج الدراسة الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث ولصالح الذكور في متغير الثقة بالنفس، وأوصت الدراسة بضرورة الإهتمام بتطوير مستوى الثقة بالنفس لدى الإناث.

أجرى (Coudeville, Gernigon & Martin, 2011, p. 670) دراسة هدفت الى فحص الدور الوسيط للثقة بالنفس من جهة والقلق في العلاقات وتقدير الذات والعائق النفسي من جهة أخرى، وقد صمم الباحث فحص الدور الوسيط، وقد تكونت عينة الدراسة من (68) متنافس أكملوا معايير تقدير الذات والقلق الإدراكي والحسي، الثقة بالنفس وأخيراً العائق النفسي ومن ثم إختبار كرة السلة، وقد أظهرت نتائج الدراسة الى وجود علاقة سلبية بين القلق وتقدير الذات ووجود علاقة إيجابية ما بين القلق والثقة بالنفس.

أجرت (الطائي، 2007) دراسة هدفت التعرف الى مستوى الثقة بالنفس لدى طلبة كلية التربية في جامعة الموصل وعلاقتها بدافعية الإنجاز الدراسي والتعرف على العلاقة في الثقة بالنفس وفقاً لمتغيرات (الجنس، الصف، التخصص)، تكونت العينة من (200) طالباً وطالبة أختيروا بالطريقة

الطبقية العشوائية، وللتعرف على الثقة بالنفس فقد أعدت الباحثة إثنين لقياس مستوى الثقة بالنفس لدى طلبة كلية التربية وإستخدمت الباحثة مقياس (لطيف، 2002) لقياس دافعية الإنجاز الدراسي، تم إيجاد الصدق والثبات للإختبارين وتمت معالجة البيانات إحصائياً بإستخدام معامل ارتباط بيرسون والإختبار التائي لعينة واحدة وعينتين مستقلتين، أظهرت النتائج أن الطلبة يتمتعون بمستوى جيد من الثقة بالنفس وكذلك وجود علاقة بين الثقة بالنفس ودافعية الإنجاز الدراسي ولم تظهر فروق معنوية في الثقة بالنفس وفقاً لمتغيرات (الجنس، الصف، التخصص)، حيث أوصت الباحثة بضرورة تدعيم وتعزيز مستوى الثقة بالنفس لدى طلبة الكلية من خلال المحاضرات التي يلقيها الأساتذة.

قامت (الوشلي، 2007) بدراسة هدفت الى الكشف عن العلاقة بين الثقة بالنفس وبعض سمات الشخصية والكشف عن الفروق في الثقة بالنفس وبعض سمات الشخصية لدى الطالبات المتفوقات دراسياً والعاديات تبعاً لمتغيرات (الصف الدراسي، التخصص الدراسي) وتكونت عينة الدراسة من (400) طالبة منهن (200) متفوقات دراسياً و(200) عاديات في منطقة مكة المكرمة وقد تراوحت أعمارهن ما بين (17-20) عاماً، وقد إستخدمت الباحثة مقياس الثقة بالنفس، ومقياس قائمة العوامل الكبرى للشخصية وفقاً لمتغيرات الدراسة وقد أشارت النتائج الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الطالبات المتفوقات دراسياً في الثقة بالنفس على الطالبات العاديات وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية لطالبات التخصص العلمي على طالبات الصف الأدبي في الثقة بالنفس وكذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الطالبات المتفوقات دراسياً تبعاً للصف الدراسي وللصف الأعلى.

وأجرى (Lirgg, 1992, p. 158) دراسة هدفت الى إيجاد العلاقة بين الرياضة النسوية بالثقة في النفس والنشاطات البدنية، وقد تم تطبيق ثلاثة نماذج لتحقيق أهداف الدراسة وهي نظرية باندورا (Bandura Theory)، نظرية هارتير (Harter Theory)، نظرية بارسون (Parsons Theory)، وقام الباحث بعمل دراسات ومقابلات لفحص تأثير النظريات على الثقة بالنفس عند الإناث ومدى ثقة الأنثى بنفسها، وفي نهاية الدراسة تم تقديم إستراتيجيات مدعمة للبحث بحيث تعتبر كمرجعية للبحوث المستقبلية وقد أوصت الدراسة بفحص تأثير العوامل الإجتماعية عند دراسة الثقة بالنفس عند الإناث بطرق ممنهجة بدل الطرق العشوائية في البحث.

الطريقة والإجراءات

منهجية البحث

إستخدم الباحثان المنهج الوصفي بالإسلوب المسحي نظراً لملائمته لطبيعة البحث.

مجتمع وعينة البحث

يتكون مجتمع وعينة البحث من جميع لاعبات المنتخب الوطني الأردني للشابات تحت (17) عام، حيث يبلغ عدد اللاعبات (22) لاعبة، والجدول رقم (1) يوضح وصف مجتمع وعينة البحث.

جدول (1): توزيع أفراد العينة تبعاً للمتغيرات الشخصية (ن=22).

المتغيرات	الفئات	العدد	النسبة
الخبرة	من (3) إلى (6) سنوات	5	22.7
	أكثر من (6) سنوات	17	77.3
	المجموع	22	100.0
مكان السكن	مدينة	20	90.9
	بادية	2	9.1
	المجموع	22	100.0
مركز اللعب	حارس مرمى	3	13.6
	دفاع	8	36.4
	وسط	7	31.8
	هجوم	4	18.2
	المجموع	22	100.0
صفة اللاعب	أساسي	10	45.5
	إحتياط	12	54.5
	المجموع	22	100.0

أداة البحث

قام الباحثان بإتباع الخطوات الآتية لتحديد أدوات البحث وعلى النحو التالي:

1. تمت مراجعة الكتب والمراجع العلمية المرتبطة بموضوع الثقة بالنفس.
2. تمت مراجعة الأدوات المستخدمة في جمع البيانات في الدراسات والبحوث العلمية السابقة.
3. بناءً على الكتب والمراجع التي تمت مراجعتها والأدوات التي تم إستخدامها في الدراسات والبحوث قام الباحثان بتصميم إستبيان لقياس سمة الثقة بالنفس وتكونت من ثلاثة محاور: (محور الأداء، محور الخسارة، محور الفوز).

وتكون سلم الإستجابة للأداة من خمس إستجابات:

1. بدرجة كبيرة جداً (5 درجات)
2. بدرجة كبيرة (4 درجات)
3. بدرجة متوسطة (3 درجات)
4. بدرجة قليلة (درجتان)

5. بدرجة قليلة جداً (درجة واحدة)

تم قلب نتائج العبارات السلبية التي إشتملت عليها أداة البحث وهي: محور الخسارة: (17، 18، 19، 20، 21، 22، 23، 24، 25، 26، 27). وتم وضع درجات تقدير للأداة للحكم على المتوسط الحسابي وهي كالآتي:

1. (أقل من 2.33) ثقة منخفضة

2. (2.33 - أقل من 3.67) ثقة بدرجة متوسطة

3. (3.67 - 5.00) ثقة بدرجة مرتفعة

محددات الدراسة

- المحددات الجغرافية: المملكة الأردنية الهاشمية
- المحددات المكانية: أماكن معسكرات المنتخب الأردني للشابات تحت (17) عام
- المحددات الزمنية: تم تطبيق الدراسة خلال بطولة العالم للشابات تحت (17) عام لكرة القدم في الفترة 2016/9/30 – 2016/10/21
- تم توزيع الإستهيبان للمرة الأولى في 2016/9/23 قبل إنطلاق البطولة (القياس القبلي).
- تم توزيع الإستهيبان للمرة الثانية في 2016/10/9 بعد خروج المنتخب الأردني من البطولة (القياس البعدي).

صدق الأداة

قام الباحثان بإستخدام صدق المحتوى للتحقق من صدق الأداة وذلك من خلال عرضه على هيئة من المحكمين من ذوي الإختصاص وتألفت من (8) محكمين من أعضاء هيئة التدريس في كليات التربية الرياضية في الجامعات الأردنية من حملة درجة الدكتوراه، وذلك من أجل إبداء الرأي في عبارات الإستهيبان وتحديد موقفهم من حيث:

1. مدى إنسجام العبارات ومدى تناسبها
2. الصياغة اللغوية وشمولها (واضحة وغير واضحة)
3. ملاحظاتهم وإقتراحاتهم

ثبات الأداة

للتحقق من ثبات أداة البحث، تم التطبيق على عينة إستطلاعية مكونة من (5) لاعبات من المجتمع الأصلي، ولم يتم استبعاد هؤلاء اللاعبات من عينة الدراسة، وقام الباحثان بحساب معامل

الثبات، بواسطة طريقة الإتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، حيث بلغت قيمة الثبات على الأداة (0.92) وتعتبر هذه قيمة مرتفعة ومقبولة، والجدول رقم (2) يبين ذلك.

جدول (2): نتائج ثبات مجالات الثقة بالنفس للاعبين كرة القدم تحت سن (17) عام بإسلوب (كرونباخ ألفا).

الرقم	المجالات	عدد الفقرات	قيمة كرونباخ ألفا
1	الاداء	16	0.807
2	الخسارة	12	0.910
3	الفوز	12	0.911
	الدرجة الكلية للثقة بالنفس	40	0.926

يبين الجدول رقم (2) أن مجالات الثقة بالنفس لدى لاعبي كرة القدم تحت سن (17) عام تتمتع بقيم إتساق داخلي بدرجة عالية حيث بلغت لجميع عبارات الإستبيان (0.926) وبلغت (0.807) لعبارات مجال الأداء وبلغت (0.910) لعبارات مجال الخسارة وبلغت (0.911) لعبارات مجال الفوز وتعد جميع هذه القيم مناسبة وكافية لأغراض مثل هذا البحث وتشير الى قيم ثبات مناسبة بحيث أن القيمة القصوى التي يمكن أن يصلها الثبات هي الواحد الصحيح.

متغيرات البحث

أولاً: متغيرات مستقلة

- الخبرة: ثلاثة مستويات (أقل من 3 سنوات)، (من 3-6 سنوات) (أكثر من 6 سنوات)
- مركز اللعب: أربعة مستويات (حارس مرمى، مدافع، لاعب وسط، مهاجم)
- صفة اللعب: مستويين (أساسي، احتياطي)

ثانياً: المتغيرات التابعة

- وهي الدرجة المعبرة عن إستجابة اللاعبين لمستوى الثقة بالنفس.

المعالجة الإحصائية

قام الباحثان بتفريغ البيانات ومعالجتها إحصائياً بالحاسوب باستخدام الرزم الإحصائية (SPSS)، وتم استخدام كل من الآتي:

1. المتوسط الحسابي والنسب المئوية.
2. الانحراف المعياري.
3. إختبار (t-Test).
4. إختبار التباين الأحادي.

عرض النتائج ومناقشتها

التساؤل الأول

ما مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبات المنتخب الوطني أثناء فترة المنافسات؟ للإجابة على هذا التساؤل فقد إستخدمت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمحاور الثقة بالنفس لدى لاعبات منتخب كرة القدم تحت سن (17) عام في القياس القبلي والبعدى.

جدول (3): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمحاور الثقة بالنفس لدى لاعبات منتخب كرة القدم تحت سن (17) عام.

المجالات	القياس القبلي		القياس البعدى	
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الأداء	4.25	0.36	4.04	0.45
الخسارة	3.90	0.80	3.47	0.72
الفوز	4.27	0.56	4.28	0.46
الدرجة الكلية للثقة بالنفس	4.14	0.46	3.93	0.39

يبين الجدول أن مستوى الثقة بالنفس كان مرتفعاً وكان متقارباً بين القياسين القبلي والبعدى، حيث دلت النتائج الى أن المستوى الكلي للثقة بالنفس للقياس القبلي كان (4.14) وكان المستوى للثقة بالنفس للقياس البعدى (3.93) ويلاحظ الإنخفاض البسيط في المستوى الكلي للثقة في النفس بين القياسين القبلي والبعدى، حيث يعزو الباحثان السبب في ذلك الى إيمان اللاعبات بما يمكن من قدرات وإمكانيات تؤهلهن الى القيام بأداء جيد خلال المنافسات، حيث إتفقت مع دراسة (الطائي، 2007). وبالنسبة الى الإنخفاض البسيط في القياس البعدى، يعزو الباحثان السبب في ذلك الى النتائج التي حصل عليها المنتخب خلال مشاركته في هذه البطولة العالمية، حيث لم تقدم اللاعبات الأداء المأمول خلال البطولة، وفيما يتعلق بمجال الأداء فقد جاءت نتائج البحث بدرجة مرتفعة قبل بدء البطولة (القياس القبلي) وبعده، إذ بلغت قيمة المتوسط الحسابي قبل بدء البطولة (4.25) للقياس القبلي، وبعد خروج المنتخب من البطولة بلغت قيمة المتوسط الحسابي (4.04) للقياس البعدى، حيث يلاحظ الإنخفاض البسيط في قيمة المتوسط بعد خروج المنتخب من البطولة (القياس البعدى)، على محور الأداء ويعزو الباحثان السبب في هذا الإنخفاض الى الفارق الكبير في المستوى بين لاعبات المنتخب ولاعبات المنتخبات الأخرى القوية، حيث يتفوقن عليهن بالمستوى والأداء نتيجة ما تتمتع به دول هذه المنتخبات من سمعة طيبة في كرة القدم، حيث إتفقت مع دراسة (الغريبي، 2012)، وفيما يتعلق بمجال الخسارة فقد أشارت نتائج القياس القبلي الى أن مستوى الثقة بالنفس على محور الخسارة كانت مرتفعة قبل إنطلاق البطولة حيث بلغت قيمة المتوسط الحسابي (3.90) أي أن تعرض اللاعبات الى الخسارة لا يؤثر على مستوى الثقة بالنفس

لدى لاعبات المنتخب الوطني الأردني، أما فيما يتعلق بالقياس البعدي فقد إنخفضت هذه القيمة بعد خروج المنتخب من البطولة، إذ تحققت بدرجة متوسطة بمتوسط حسابي (3.47)، ويعزو الباحثان السبب في تراجع مستوى الثقة بالنفس لدى لاعبات المنتخب الوطني على محور الخسارة قد جاء نتيجة تعرض المنتخب الى ثلاثة خسائر متتالية خلال البطولة أدت الى إنخفاض مستوى الثقة بالنفس لدى اللاعبات، وفيما يتعلق بمجال الفوز فقد جاءت نتائجه بدرجة مرتفعة إذ بلغت قيمة المتوسط الحسابي قبل إنطلاق البطولة (4.27)، وبقيت القيمة تقريباً نفسها بعد الموسم إذ تحققت بمتوسط (4.28)، ويعزو الباحثان السبب في ذلك الى أهمية الفوز في لعبة كرة القدم وما له من تأثير كبير على الثقة بالنفس، حيث أن الرغبة بالفوز يحتاجها اللاعب في أي منافسة من المنافسات الرياضية.

التساؤل الثاني:

هل هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) في مستوى الثقة بالنفس تبعاً لمتغيرات (الخبرة، مركز اللعب، صفة اللعب)؟

أولاً: الفروق في مستوى الثقة بالنفس تبعاً لمتغير الخبرة

تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لإستجابات أفراد عينة البحث على مستوى الثقة بالنفس تبعاً لمتغير الخبرة، والجدول (4) يبين النتائج.

جدول (4): نتائج إختبار (ت) للفروق بين متوسطات مجالات الثقة بالنفس لدى لاعبات منتخب كرة القدم تحت سن (17) تبعاً لمتغير الخبرة.

المجالات	الخبرة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الاداء	من 3 إلى 6 سنوات	5	3.79	0.47	1.47	0.156
	أكثر من 6 سنوات	17	4.11	0.43		
الخسارة	من 3 إلى 6 سنوات	5	3.27	0.22	0.69	0.496
	أكثر من 6 سنوات	17	3.52	0.81		
الفوز	من 3 إلى 6 سنوات	5	4.27	0.38	0.054	0.958
	أكثر من 6 سنوات	17	4.28	0.49		
الدرجة الكلية للثقة بالنفس	من 3 إلى 6 سنوات	5	3.77	0.21	1.00	0.329
	أكثر من 6 سنوات	17	3.97	0.43		

تشير النتائج في الجدول (4) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين متوسطات محاور الثقة بالنفس لدى لاعبات منتخب كرة القدم تحت سن (17) تبعاً لمتغير الخبرة، وذلك إستناداً إلى قيمة (ت) المحسوبة إذ بلغت (1.00)، وبمستوى دلالة (0.329) للدرجة الكلية للثقة بالنفس، حيث تعد هذه القيمة غير دالة إحصائياً لأن قيمة مستوى

الدلالة كانت أكبر من (0.05)، كما بلغت قيمة (ت) المحسوبة (1.47) وبمستوى دلالة (0.156) لمجال الأداء، وبلغت (0.690) وبمستوى دلالة (0.496) لمجال الخسارة، وبلغت (0.054) وبمستوى دلالة (0.958) لمجال الفوز وتعد هذه القيم غير دالة إحصائياً لأن قيمة مستوى الدلالة كانت أكبر من (0.05)، ويعزو الباحثان السبب في ذلك إلى تمتع أغلب لاعبات المنتخب بنفس عدد سنوات الخبرة، بالإضافة إلى أن جميع اللاعبات من نفس الفئة العمرية، ولهن نفس الخلفية الرياضية حيث تم إستحداث هذه الفئة من المنتخبات للمشاركة في البطولة العالمية التي تمت إستضافتها في الأردن.

ثانياً: الفروق في مجالات الثقة بالنفس تبعاً لمتغير مركز اللعب

جدول (5): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتوسطات مجالات الثقة بالنفس لدى لاعبات منتخب كرة القدم تحت سن (17) تبعاً لمتغير مركز اللعب.

الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	المركز	المجالات
0.63	3.71	3	حارس مرمى	الأداء
0.26	4.16	8	دفاع	
0.57	4.03	7	وسط	
0.43	4.08	4	هجوم	
0.43	3.64	3	حارس مرمى	الخسارة
0.96	3.58	8	دفاع	
0.57	3.10	7	وسط	
0.45	3.75	4	هجوم	
0.87	4.50	3	حارس مرمى	الفوز
0.24	4.34	8	دفاع	
0.38	4.12	7	وسط	
0.65	4.25	4	هجوم	
0.54	3.95	3	حارس مرمى	الدرجة الكلية للثقة بالنفس
0.43	4.03	8	دفاع	
0.31	3.75	7	وسط	
0.37	4.03	4	هجوم	

يلاحظ من الجدول (5) وجود فروق ظاهرية بين متوسطات مجالات الثقة بالنفس لدى لاعبات منتخب كرة القدم تحت سن (17) تبعاً لمتغير مركز اللعب لتحديد فيما إذا كانت الفروق بين

المتوسطات ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($0.05 \geq \alpha$) تم تطبيق تحليل التباين الأحادي (One-way ANOVA)، والجدول (6) يبين ذلك:

جدول (6): نتائج تحليل التباين الأحادي لمتوسطات مجالات الثقة بالنفس لدى لاعبات منتخب كرة القدم تحت سن (17) عام تبعاً لمتغير مركز اللعب.

المجالات	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	مستوى الدلالة
الأداء	بين المجموعات	.445	3	.148	.71	.559
	داخل المجموعات	3.762	18	.209		
	الكلية	4.207	21			
الخسارة	بين المجموعات	1.485	3	.495	.94	.440
	داخل المجموعات	9.441	18	.525		
	الكلية	10.926	21			
الفوز	بين المجموعات	.362	3	.121	.54	.659
	داخل المجموعات	4.004	18	.222		
	الكلية	4.366	21			
الدرجة الكلية للثقة بالنفس	بين المجموعات	.349	3	.116	.73	.547
	داخل المجموعات	2.865	18	.159		
	الكلية	3.214	21			

تشير النتائج في الجدول (6) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين متوسطات مجالات الثقة بالنفس لدى لاعبات منتخب كرة القدم تحت سن (17) تبعاً لمتغير مركز اللعب، وذلك إستناداً إلى قيمة (ف) المحسوبة إذ بلغت (0.73)، وبمستوى دلالة (0.547) للدرجة الكلية للثقة بالنفس حيث تعد هذه القيمة غير دالة إحصائياً لأن قيمة مستوى الدلالة كانت أكبر من (0.05)، كما بلغت قيمة (ف) المحسوبة (0.71) وبمستوى دلالة (0.559) لمجال الأداء، وبلغت (0.94) وبمستوى دلالة (0.440) لمجال الخسارة وبلغت (0.54) وبمستوى دلالة (0.659) لمجال الفوز وتعد هذه القيم غير دالة إحصائياً لأن قيمة مستوى الدلالة كانت أكبر من (0.05)، ويعزو الباحثان السبب في ذلك لأن لعبة كرة القدم لعبة جماعية وهي تعتمد بشكل كبير على تماسك أعضاء الفريق وبالتالي أهمية جميع مراكز اللعب وبالتالي إدراك اللاعبات إلى أهمية المركز الذي تلعب به كل لاعبة، حيث إتقت مع دراسة (نجمة، 2014).

ثالثاً: الفروق في مجالات الثقة بالنفس تبعاً لمتغير الصفة

تم حساب المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، لإستجابات أفراد عينة البحث على مستوى الثقة بالنفس تبعاً لمتغير الصفة، والجدول (7) يبين النتائج.

جدول (7): نتائج إختبار (ت) للفروق بين متوسطات مجالات الثقة بالنفس لدى لاعبات منتخب كرة القدم تحت سن (17) تبعاً لمتغير الصفة.

المجالات	الصفة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الأداء	أساسي	10	4.14	0.49	0.99	0.332
	إحتياط	12	3.95	0.41		
الخسارة	أساسي	10	3.33	0.97	0.78	0.454
	إحتياط	12	3.58	0.44		
الفوز	أساسي	10	4.18	0.44	0.87	0.395
	إحتياط	12	4.35	0.47		
الدرجة الكلية للثقة بالنفس	أساسي	10	3.89	0.48	0.43	0.668
	إحتياط	12	3.96	0.32		

تشير النتائج في الجدول (7) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين متوسطات مجالات الثقة بالنفس لدى لاعبات منتخب كرة القدم تحت سن (17) تبعاً لمتغير الصفة، وذلك إستناداً إلى قيمة (ت) المحسوبة إذ بلغت (0.43)، وبمستوى دلالة (0.668) للدرجة الكلية للثقة بالنفس حيث تعد هذه القيمة غير دالة إحصائياً لأن قيمة مستوى الدلالة كانت أكبر من (0.05)، كما بلغت قيمة (ت) المحسوبة (0.99) وبمستوى دلالة (0.332) لمجال الأداء وبلغت (0.78) وبمستوى دلالة (0.445) لمجال الخسارة وبلغت (0.87) وبمستوى دلالة (0.395) لمجال الفوز، وتعد هذه القيم غير دالة إحصائياً لأن قيمة مستوى الدلالة كانت أكبر من (0.05)، ويعزو الباحثان السبب في ذلك إلى أن لعبة كرة القدم تخضع لعملية المداورة في اللعب وبالتالي فإن اللاعب قد تعرض لمواقف اللعب كلاعب أساسيات أو لاعبات إحتياط وبالتالي عدم وضوح الرؤية أمام اللاعب بصفة اللعب سواء كلاعب أساسية أو لاعبة إحتياطية، حيث إتفقت مع دراسة (Coudeville, Gernigon & Martin, 2011).

التساؤل الثالث

هل هناك إختلاف في مستوى الثقة بالنفس قبل بداية البطولة ونهايتها؟

جدول (8): نتائج إختبار (ت) للفروق بين متوسطات مجالات الثقة بالنفس قبل بداية البطولة وبعد الخروج من البطولة.

المجالات	القياس	العدد	المتوسط الحسابي	الإحتراف المعياري	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
الأداء	قبلي	22	4.25	0.36	1.85	0.078
	بعدي	22	4.04	0.45		
الخسارة	قبلي	22	3.90	0.80	1.72	0.100
	بعدي	22	3.47	0.72		
الفوز	قبلي	22	4.27	0.56	0.022	0.983
	بعدي	22	4.28	0.46		
الدرجة الكلية للثقة بالنفس	قبلي	22	4.14	0.46	1.59	0.125
	بعدي	22	3.93	0.39		

تشير النتائج في الجدول (8) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \geq 0.05$) بين متوسطات مجالات الثقة بالنفس لدى لاعبات منتخب كرة القدم تحت سن (17) قبل بداية البطولة وبعد خروج المنتخب من البطولة، وذلك إستناداً إلى قيمة (ت) المحسوبة إذ بلغت (1.59)، وبمستوى دلالة (0.125) للدرجة الكلية للثقة بالنفس حيث تعد هذه القيمة غير دالة إحصائياً لأن قيمة مستوى الدلالة كانت أكبر من (0.05)، كما بلغت قيمة (ت) المحسوبة (1.85) وبمستوى دلالة (0.078) لمجال الأداء وبلغت (1.72) وبمستوى دلالة (0.100) لمجال الخسارة وبلغت (0.022) وبمستوى دلالة (0.983) لمجال الفوز وتعد هذه القيم غير دالة إحصائياً لأن قيمة مستوى الدلالة كانت أكبر من (0.05)، ويعزو الباحثان السبب إلى أن لاعبات المنتخب الوطني الأردني لكرة القدم تحت (17) عام ليس لديهن الخبرة الكافية من أجل الوصول إلى مراكز متقدمة في مثل هذه البطولات، بالإضافة إلى تواضع حجم الإعداد لبطولة بهذا الحجم مقارنة بالمنتخبات الأخرى المشاركة في البطولة وبالتالي عدم مطالبة اللاعبات بأي شيء يفوق قدراتهن مما ولد نوع من عدم الإكتراث ببطولة من هذا الحجم، حيث كانت مشاركة الأردن في البطولة بسبب إستضافتها لهذا الحدث ولم تشارك في التصفيات المؤهلة للبطولة.

جدول (9): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لعبارات الإستهيبان في القياس القبلي والبعدي.

الرقم	العبارات	القياس القبلي		القياس البعدي	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
محور الأداء					
1	لدي القدرة على اداء المهارات الحركية المناسبة بكفاءة لإحراز التفوق خلال المنافسة.	4.05	0.79	3.91	0.75
2	امتلك القدرة على إتخاذ قرارات أداية حاسمة خلال المنافسة.	4.00	0.62	4.00	0.69
3	امتلك القدرة على الاداء بكفاءة تحت الضغوط في المنافسة.	4.27	0.70	3.95	0.90
4	امتلك القدرة على تنفيذ خطط ناجحة في المنافسة.	4.18	0.80	3.95	0.58
5	اتمتع بصورة جيدة اثناء المنافسة لكي أحقق النجاح.	4.64	0.58	4.05	0.79
6	امتلك القدرة على التكيف مع مواقف اللعب المختلفة للفوز في المنافسة.	4.41	0.59	3.95	0.72
7	امتلك القدرة على إنجاز اهدافي المرتبطة بالمنافسة.	4.27	0.55	4.09	0.68
8	أثق بقدراتي للنجاح في المنافسة.	4.59	0.50	4.45	0.80
9	امتلك القدرة على الإستمرار في النجاح في المنافسة.	4.36	0.66	4.09	0.81
10	امتلك القدرة على التفكير والإستجابة بنجاح اثناء المنافسة.	4.18	0.66	4.00	0.82
11	امتلك القدرة على مواجهة التحدي اثناء المنافسة.	4.64	0.49	4.14	0.83
12	امتلك القدرة على محاولة النجاح ولو كان المنافس أقوى مني.	4.68	0.48	4.18	0.85
13	لدي القدرة على القيام باداء ناجح بعد قيامي بأداء فاشل.	4.45	0.67	4.05	0.65
14	أحتاج لبعض الوقت لتجاوز خطأ في الأداء إرتكبتها اثناء المنافسة.	2.73	1.28	3.64	0.95
15	أثق بقدرتي على الاداء الجيد في المنافسات الصعبة.	4.36	0.79	4.09	0.68
16	احتفظ بثقتي العالية وانا في اسوأ حالاتي في المنافسة.	4.18	0.85	4.09	0.75

...تابع جدول رقم (9)

الرقم	العبارات	القياس القبلي		القياس البعدي	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
محور الخسارة					
17	تهنئ ثقتي بنفسي عند الخسارة.	3.59	1.30	3.23	1.27
18	أجد صعوبة في إستعادة ثقتي بنفسي عقب هزيمة فريقي في المنافسة.	4.05	1.17	3.36	1.33
19	أشعر بضيق لعدة أيام عند الهزيمة في المنافسة.	3.91	0.97	2.50	1.14
20	يتراجع مستوى أدائي في المنافسة عند خسارة الفريق.	4.09	1.11	3.50	1.22
21	أفقد الرغبة في الإستمرار في اللعب عند الخسارة.	4.50	0.91	3.95	1.33
22	أشعر بزيادة الضغوط عند الخسارة.	3.36	1.09	2.73	1.12
23	أخشى الهزيمة في المنافسة.	3.00	1.31	2.73	1.16
24	أفقد الرغبة في المثابرة عند التأخر بحسم النتيجة.	3.45	1.60	3.59	1.22
25	تقل ثقتي بنفسي عند توالي إرتكاب الأخطاء أثناء المنافسة.	3.64	0.95	3.36	1.14
26	تقلل الخسائر المتكررة من ثقتي بنفسي.	3.91	1.23	3.77	1.15
27	أشعر برغبة كبيرة بترك الفريق بعد الخسارة.	4.55	0.96	4.55	0.80
28	أشعر بعدم الرغبة باللعب بعد الخسارة.	4.77	0.75	4.32	0.95
محور الفوز					
29	يمنحني الفوز الثقة بالنفس.	4.86	0.35	4.77	0.53
30	أرغب دائما ان اكون ناجحا.	4.82	0.39	4.86	0.35
31	أشعر بالثقة فقط عندما أفوز.	3.86	1.13	3.45	1.37
32	أتق بقدرتي على مواجهة التحديات والتفوق أثناء المنافسة.	4.50	0.67	4.41	0.73
33	لدى رغبة عالية جدا لكي اكون ناجحا في المنافسة.	4.59	0.67	4.55	0.67
34	أتحلى بثقة عالية بنفسي.	4.55	0.67	4.45	0.91
35	ثقتي بنفسي لا تنخفض ولو كان أدائي غير موفق.	3.64	1.26	4.18	1.05

...تابع جدول رقم (9)

الرقم	العبارات	القياس القبلي		القياس البعدي	
		المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
36	تمنحني رغبتي في الفوز دائماً زيادة بالثقة بالنفس.	4.41	0.80	4.32	0.84
37	تزداد ثقتي بنفسي من الفوز بالمنافسة حتى لو كان أدائي منخفضاً.	3.91	0.87	4.00	0.87
38	تزداد لدي الرغبة باللعب دائماً عند الفوز بالمنافسة.	4.73	0.63	4.59	0.67
39	أشعر بالرضا فقط عند الفوز.	2.95	0.72	3.73	1.35
40	أشعر بإستقرار نسبي بالثقة بالنفس عند التقدم بالنتيجة في المنافسة.	4.45	0.80	4.00	0.82

الإستنتاجات والتوصيات

الإستنتاجات

1. تتميز لاعبات المنتخب الوطني الأردني لكرة القدم للشابات تحت (17) عام بمستوى مرتفع من الثقة بالنفس على الدرجة الكلية للثقة بالنفس.
2. تميزت لاعبات المنتخب الوطني الأردني لكرة القدم للشابات تحت (17) عام بمستوى تراوح بين المتوسط و المرتفع من الثقة بالنفس على محاور المقياس.
3. عدم وجود فروق لإستجابات أفراد عينة البحث تعزى لمتغيرات (الخبرة، مركز اللعب، صفة اللعب).

التوصيات

1. ضرورة تعزيز وتثبيت مستويات الثقة بالنفس لدى لاعبات المنتخب الوطني الأردني لكرة القدم للشابات تحت (17) عام.
2. ضرورة أن تتضمن خطط الإتحاد الأردني لكرة القدم دورات وحصص تدريبية في الإعداد النفسي وخصوصاً فيما يتعلق بالثقة بالنفس في حالات التعرض للخسارة أثناء المنافسات الرياضية.
3. ضرورة الإعداد الجيد في جميع النواحي البدنية، المهارية، الخططية والنفسية في حال الإشتراك في بطولات على مستوى عالمي وبيان أهمية الإشتراك في مثل هذه البطولات العالمية.

Sources and References (Arabic & English)

- Abu Abdo, H. (2001). *Recent trends in planning and training for football*. Cairo, Egypt.
- Adel, M. (2000). *Studies in mental health*. Dar Rashad Publishing and Distribution, Cairo, Egypt.
- Al-Ghamdi, S. (2009). *Speech disorders and their relationship with self-confidence and self-esteem among middle school students*. PhD Thesis, Umm Al Qura University, Saudi Arabia
- Allawi, M. (1998). *Encyclopedia of psychological tests for athletes*. The Book Center for Publishing and Distribution, Cairo, Egypt.
- Allawi, M. (2002). *Entrance in sports psychology*. Book House for publishing and Distribution, Cairo, Egypt.
- Alomar, B. (2000). Motivation relationship work toward some personal variables and job among the staff in Kuwait. *Journal of Educational Research Center*, Kuwait, Kuwait.
- Alwashle, W. (2007). *Self-esteem and some personality traits of confidence among a sample of students excelling academically, naturalist at the secondary level in Makkah*. Umm Al Qura University, Makkah, Saudi Arabia.
- Amira, N. & Riadh, B. (2015). *The psychological profile of youth male soccer players in different playing positions*. *Advanced in Physical Education*, 161-169.
- Comeig, I. Grau, A. & Jaramillo, A. (2016). *Gender, self-confidence, sports, and preferences for competition*. 69: 1418-1422.
- Coudevylle, G. Gernigon, C. & Martin, C. (2011). *Self-esteem, self-confidence, anxiety and claimed self-handicapping: a mediational analysis*. 12: 670-675.
- Desouki, M. (2008). *Studies in mental health*. Cairo, Egypt.

- Ghazi, S. (2011). *Sports psychology, the psychology of training and competitions in football*. Arab Community Library for Publishing and Distribution, Beirut, Lebanon.
- Ghurairy, W. (2012). Sports confidence feature among students in the faculty of physical education and the department of physical education at the University of Kufa. *Journal of Sports Science Education*, Iraq.
- Hatamleh, R. (2012). *The impact of incentives on the motivation of female football players in Jordan*. Master Thesis, Yarmouk University, Jordan.
- Hossein, S. Parivash, N. & Afson, A. (2012). *The relationships between sporting imagery, self-confidence, and body mass index with sporting success in elite futsal athletes*. *Annals of Biological Research*, 3 (11).
- Jibouri, O. (2016). *Self-confidence trait and its relationship with self-esteem among swimming courses students at the faculty of sports sciences at the University of Mutah*. Master Thesis, Mutah University, Jordan.
- Judeh, A. (2007). *Emotional intelligence and its relationship to happiness and self-confidence among al-Aqsa university students*. Master Thesis, An-Najah National University, Nablus, Palestine.
- Kikhany, A. (2011). *The psychology of football*. Babil University, Iraq
- Lirgg, D. (1992). *Girls and Women, Sport, and Self-Confidence*. Vol. 44, Issue 2, P 158-178.
- Mafraji, S. (2008). *Self-confidence, curiosity and motivation of innovation among a sample of students in high school in Makkah*. PhD Thesis, Umm Al Qura University, Makkah, Saudi Arabia.
- Najma, B. (2014). *Emotional intelligence and its relationship with self-confidence among university students*. University Mouloud Mammeri, Algeria.

- Qaddoumi, A. (2006). Study sources of self-confidence among the players clubs Arab volleyball such as appreciate themselves. *Journal of Educational Science Studies*, Jericho, Palestine.
- Rabaz, F. Claver, C. & Arias, A. (2014). *Self-confidence, perception of Ability and satisfaction of the basic psychological need of competence in training stages*. *Social and Behavioral Sciences*, 132: 682-685.
- Ratib, O. (2000). *Psychological skills training*. Dar Arab Thought for Publishing and Distribution, Cairo, Egypt.
- Rifat, M. (2010). *The problem in the contribution of some psychological skills in a game of volleyball*. Helwan University, Cairo, Egypt.
- Saleem, M. (2003). *Self-esteem and self-confidence*. Dar Arab Renaissance for Publication and Distribution, Beirut, Lebanon.
- Taie, A. (2007). *Self-confidence and its relationship with some variables among students of the faculty of education at the University of Mosul*. University of Mosul, Iraq.
- Yassin, R. (2008). *Sports Psychology*. Dar Osama for Publishing and Distribution, Amman, Jordan.

ملحق رقم (1)

إستبيان

أختي اللاعبة

تحية طيبة وبعد،

يقوم الباحثان بإجراء بحث بعنوان "تأثير فترة المنافسات على الثقة بالنفس لدى لاعبات المنتخب الوطني الاردني للشابات تحت (17) عام"، ومن أجل ذلك قام الباحثان بتصميم إستبيان لقياس الثقة بالنفس بين أوساط لاعبات المنتخب الوطني المشارك ببطولة العالم تحت (17) عام، الرجاء قراءة العبارات بدقة وتمعن وتحديد إختيارك بوضع إشارة (x) تحت الإختيار الذي تعتقد أنك تستحقينه فعلاً في ثقتك بنفسك في المواقف التنافسية المختلفة، علماً بأن صدقك في تعبئة الإستبيان سيساعد في الحصول على نتائج أكثر موضوعية وفائدة، حيث أن هذا البحث سيستخدم لأغراض البحث العلمي فقط.

الباحثان

الخبرة:

أقل من 3 سنوات 3-6 سنوات أكثر من 6 سنوات

مركز اللعب:

حارس مرمى مهاجم مدافع وسط

العبارة	درجة كبيرة جداً	درجة كبيرة	درجة متوسطة	درجة قليلة	درجة قليلة جداً
محور الأداء					
1					لدي القدرة على أداء المهارات الحركية المناسبة بكفاءة لإحراز التفوق خلال المنافسة
2					أمتلك القدرة على اتخاذ قرارات ادائية حاسمة خلال المنافسة
3					أمتلك القدرة على الأداء بكفاءة تحت الضغوط في المنافسة
4					أمتلك القدرة على تنفيذ خطط ناجحة في المنافسة
5					أركز بصورة جيدة اثناء المنافسة لكي أحقق النجاح
6					أمتلك القدرة على التكيف مع مواقف اللعب المختلفة للفوز في المنافسة

درجة قليلة جداً	درجة قليلة	درجة متوسطة	درجة كبيرة	درجة كبيرة جداً	العبارات	
					أمتلك القدرة على انجاز أهدافي المرتبطة بالمنافسة	7
					أثق بقدراتي للنجاح في المنافسة	8
					أمتلك القدرة على الاستمرار في النجاح في المنافسة	9
					أمتلك القدرة على التفكير والاستجابة بنجاح إثناء المنافسة	10
					أمتلك القدرة على مواجهة التحدي إثناء المنافسة	11
					أمتلك القدرة على محاولة النجاح ولو كان المنافس أقوى مني	12
					لدي القدرة على القيام بأداء ناجح بعد قيامي بأداء فاشل	13
					أحتاج لبعض الوقت لتجاوز خطأ في الاداء ارتكبه اثناء المنافسة	14
					أثق بقدرتي على الاداء الجيد في المنافسات الصعبة	15
					أحتفظ بثقتي العالية وانا في اسوأ حالاتي في المنافسة	16
محور الخسارة						
					تهتز ثقتي بنفسي عند الخسارة	1
					أجد صعوبة في استعادة ثقتي بنفسي عقب هزيمة فريقي في منافسة	2
					أشعر بضيق لعدة ايام عند الهزيمة في المنافسة	3
					يتراجع مستوى ادائي في المنافسة عند خسارة الفريق	4
					أفقد الرغبة في الاستمرار في اللعب عند الخسارة	5
					أشعر بزيادة الضغوط عند الخسارة	6
					أخشى الهزيمة في المنافسة	7

درجة قليلة جداً	درجة قليلة	درجة متوسطة	درجة كبيرة	درجة كبيرة جداً	العبارات	
					أفقد الرغبة في المثابرة عند التأخر بحسم النتيجة	8
					تقل ثقتي بنفسي عند توالي ارتكاب الاطّاء أثناء المنافسة	9
					تقلل الخسائر المتكررة من ثقتي بنفسي	10
					أشعر برغبة كبيرة بترك الفريق بعد الخسارة	11
					أشعر بعدم الرغبة باللعب بعد الخسارة	12
محور الفوز						
					يمنحني الفوز الثقة بالنفس	1
					أرغب دائماً ان أكون ناجحاً	2
					أشعر بالثقة فقط عندما أفوز	3
					أثق بقدرتي على مواجهة التحديات والتفوق أثناء المنافسة	4
					لدي رغبة عالية جداً لكي أكون ناجحاً في المنافسة	5
					أتحلى بثقة عالية بنفسني	6
					ثقتي بنفسني لا تنخفض ولو كان ادائي غير موفق	7
					تمنحني رغبتي في الفوز دائماً زيادة بالثقة بالنفس	8
					تزداد ثقتي بنفسني من الفوز بالمنافسة حتى لو كان ادائي منخفضاً	9
					تزداد لدي الرغبة باللعب دائماً عند الفوز بالمنافسة	10
					أشعر بالرضا فقط عند الفوز	11
					أشعر باستقرار نسبي بالثقة بالنفس عند التقدم بالنتيجة في المنافسة	12

ملحق رقم (2)
قائمة بأسماء المحكمين

الجامعة	الرتبة والإسم	الرقم
الجامعة الأردنية	الأستاذ الدكتور نهاد البطيحي	1
جامعة اليرموك	الأستاذ الدكتور فايز سعيد أبو عريضة	2
جامعة مؤتة	الأستاذ الدكتور عبد السلام النذاف	3
الجامعة الأردنية	أستاذ مشارك زياد رميلي	4
جامعة اليرموك	الأستاذ الدكتور محمد علي أبو الكشك	5
الجامعة الأردنية	الأستاذ الدكتور سهى أديب نقش	6
الجامعة الأردنية	الأستاذ الدكتور عربي حمودة	7
جامعة اليرموك	الأستاذ الدكتور مازن رزق حناملة	8