

## بناء مقياس الوعي الذاتي لدى لاعبي كرة القدم الشباب

أ.د. ناظم شاكر يوسف الوتار  
Nadhimyousif@yahoo.com

م. محمد خالد محمد داود  
mohmedkhaled@uomosul.com

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة - جامعة الموصل

الكلمات المفتاحية: مقياس الوعي الذاتي .

### مستخلص البحث

هدفت الدراسة البناء مقياس الوعي الذاتي لدى لاعبي كرة القدم الشباب، التعرف على مستوى الوعي الذاتي لدى لاعبي كرة القدم الشباب. استخدم الباحثان المنهج الوصفي لملاءمته لطبيعة البحث، أما مجتمع البحث فقد تكون من لاعبي بعض أندية محافظات المنطقة الغربية (الموصل، الانبار، تكريت) حسب تصنيف الاتحاد العراقي المركزي ولأجل التحقق من اهداف البحث قام الباحثون ببناء مقياس الوعي الذاتي للاعبي كرة القدم الشباب وفق الاسس العلمية المتبعة ببناء المقياس، وتم معالجة البيانات التي حصل عليها الباحثون باستخدام (الوسط الحسابي. الانحراف المعياري، معامل الارتباط البسيط، اختبار (ت) لعينة واحدة، اختبار (ت) للعينات المستقلة، معادلة سييرمان-براون) وتم استخراج هذه الوسائل بالاعتماد على نظامي (SPSS وMicrosoft Office Excel) فيضوء المعالجة الاحصائية استنتج الباحثان الآتي: يتميز مقياس الوعي الذاتي الذي قام الباحثان ببنائه على لاعبي كرة القدم الشباب بالأسس العلمية الصحيحة، يمتلك لاعبو كرة القدم الشباب وعي ذاتي وذلك من خلال اجاباتهم على فقرات المقياس.

## Construction a self-awareness scale for young Soccer players

Mohamed Khalid M. Dawod

Prof. Dr. NadhimShakir Al-Wattar

### Abstract

The study aimed to: Construction a self-awareness scale for young Soccer players, Recognition the of the level of self-awareness among young soccer players. The researchers used the descriptive approach due to Its relevance to the nature of the research, while the research popultion may be included players of some clubs of western region governorates (Mosul, Anbar and Tikrit), according to the classification of the Central Iraqi Federation, and in order to verify the goals of the research, the researchers built a measure of self-awareness for young football players according to the scientific foundations Approved by building scales, and data obtained by researchers were processed using (arithmetic mean, standard deviation, simple correlation coefficient, t-test for one sample, t-test for independent samples, Spearman-Brown equation). These methods were extracted by relying on the two available systems (SPSS and Microsoft Office Excel) On the basis of statistical treatment, the researchers concluded the following: The self-awareness scale that the researcher built on young Soccer players is characterized by the correct scientific foundations, Young Soccer players have self-awareness through their answers to the paragraphs of the scale.

**Key words:** self-awareness measure.

## الفصل الأول

### 1- التعريف بالبحث:

#### 1-1 مقدمة البحث وأهميته :

تعد ظاهرة الوعي الذاتي من المكتسبات التي يكتسبها الفرد في مراحل حياته والتي تتكون له خلال مراحل تنشئته فهي مهمة لكل أنشطة الحياة البشرية، ومنها الرياضية كونها أحد الجوانب النفسية التي لها من تأثير مباشر على مستوى أداء اللاعبين اذ يمثل النواة الاساسية التي تبنى عليها شخصيتهم فهو احد مكونات الذكاء الشخصي و اساس الشخصية القوية، فالاستقرار النفسي والصحي والفكري يرتبط بدرجة وجود الوعي الذاتي الذي يعد الدعامة الاساسية للشخصية السوية القادرة على التأثير إيجابا مع المواقف التي يتعامل معها الفرد، وان الافراد الذين لديهم وعي ذاتي لحالاتهم المزاجية والانفعالية تتسم شخصيتهم بالاستقلال وتتشكل لديهم القدرة على اتخاذ القرار وهم ايجابي ونفي تفكيرهم وسلوكهم ولايستسلمون عند التعرض لمواقف محبطة ، وفي عصرنا الحالي الذي يتسم بالتسارع المستمر يواجه لاعبي كرة القدم الكثير من الضغوطات سواء كان في التدريب او المنافسة او حتى في حياته اليومية الامر الذي يتطلب ان يكون اللاعب اكثر وعياً وقدرةً على اتخاذ القرار عند مواجهة هذه الظروف، فالوعي بالذات يمثل اتجاها يعكس فكر اللاعب عن نفسه وخبراته واتجاهاته وتساعد على تملك أساليب مثالية في التعامل مع العضلات والمواقف ويستجيب لها على نحو انفعالي إيجابيا لتحقيق اهدافه والوصول إلى غاياته.

ومن خلال ما تقدم فان أهمية البحث الحالي تظهر حول دراسة الوعي الذاتي فاللاعب يحتاج ان يملأ نفسه بعواطف النجاح التي تحرره من البقاء عالقا في الفشل الذي قد يتعرض له ويمكنه من ان يصبح مليئاً بالحماس والطاقة لتقديم الاداء والمستوى الافضل والوعي بالذات يسهم بلا شك في خلق الشخصية المتزنة التي تساعد اللاعبين على تحقيق ذاتهم.

#### 2-1 مشكلة البحث:

ان الاهتمام بالوعي الذاتي يعد بمثابة مفتاح النجاح للاعبين لما له من تأثير مباشر على أدائهم وسلوكهم، من خلال خلق صورة عقلية صافية تنعكس على تحقيق اهدافهم وغاياتهم اذ ان مستوى وقدرات اللاعب تتأثر سلبا وايجابيا بتقدير اللاعب لذاته فاللاعب اذا كان لديه ادراك واعى عن ذاته وإمكاناته وقدراته البدنية والمهارية وفرق بين ما يستطيع إنجازه وبين ما يريد، فإن له أن يقيم تلك الذات إما بطريقة إيجابية أو سلبية، وبالنظر للدور الذي يلعبه الوعي الذاتي ومن خلال الاطلاع على العديد من الدراسات العلمية وعلى حد علم الباحثان وجدوا ان هذه الظاهرة لم تلقى الاهتمام الذي

تستحقه في المجال الرياضي لذا ارتأى الباحثان في هذه الدراسة الى بناء مقياس الوعي الذاتي للاعبين كرة القدم والذي يمكن من خلاله التعرف على مستوى الوعي لدى اللاعبين و عليه فان مشكلة البحث الحالي يمكن أن تنبثق من الحاجة لمثل هذا المقياس وتتحدد بعدم وجود مقياس مصمم على البيئة العراقية يمكن استخدامه في قياس الوعي الذاتي للاعبين كرة القدم الشباب.

### 3-1 هدف البحث:

1. بناء مقياس الوعي الذاتي لدى لاعبي كرة القدم الشباب.

2. التعرف على الوعي الذاتي لدى لاعبي كرة القدم الشباب.

### 4-1 مجالات البحث:

1-4-1 المجال البشري: لاعبو شباب نادي المستقبل المشرق الرياضي بكرة القدم

2-4-1 المجال الزمني: للمدة من 20 / 6 / 2019 الى 15 / 9 / 2020.

3-4-1 المجال المكاني: الملاعب الخاصة بالأندية الرياضية، فضلاً عن القاعة الخاصة بنادي المستقبل المشرق الرياضي (ادارة النادي) والتي تم فيها تنفيذ التجربة الرئيسية .

### 5-1 تحديد المصطلحات:

**الوعي الذاتي:** تعرف بأنها "قدرة الفرد على قراءة انفعالاته وادراكه لتأثير تلك الانفعالات في سلوكه ومعرفته بنقاط القوة لديه وجوانب الضعف". (عبدالهادي والبساطي، 2015، 621)<sup>(1)</sup>

## الفصل الثاني

### 2- منهجية البحث واجراءاته الميدانية :

2-1 منهج البحث: استخدم الباحث المنهج التجريبي لملاءمته وطبيعة البحث

2-2 مجتمع البحث وعينته: تكون مجتمع البحث من بعض اندية محافظات (الموصل والانبار وصلاح الدين) المنطقة الغربية حسب تصنيف اتحاد كرة القدم والذين لديهم فئات عمرية مختلفة منها (فئة الشباب)، اذ بلغ عدد اندية الموصل (7) أندية وهم كل من أندية (الموصل، حكنة، ربيعة، نينوى، المستقبل المشرق، القيارة) في حين بلغ عدد أندية محافظة صلاح الدين (6) أندية وهم كل من أندية (السعد، الدور، العلم، صلاح الدين، سامراء، الشرقاط، الاسمدة) أما محافظة الانبار بلغ عدد الاندية (7) أندية وهم كل من أندية (الرمادي، الانبار، الفهد، الصوفية، البو ريشة، حبانية الصمود، الجزيرة)

(1)عبدالهادي، سامر عدنان والبساطي، غانم جاسر(2015): " الوعي بالذات لدى اعضاء هيئة التدريس من جامعة ابو ظبي في ضوء متغيرات النوع (ذكر/أنثى) والمؤهل العلمي والتخصص والخبرة "، بحث منشور في مجلة العلوم التربوية والنفسية، كلية الاداب والعلوم، جامعة ابو ظبي، المجلد (16)، العدد (2)، ص621 .

وبذلك بلغ عدد أندية المحافظات الثلاث (20) نادي، والجدول (1) يبين عدد الأندية التي تم اعتمادها في البحث وعدد الأندية المستبعدة ونسبهم المئوية.

### جدول (1)

يبين عدد الأندية المعتمدة في البحث والمستبعدة ونسبهم المئوية

النسبة المئوية	الأندية		عدد الأندية	المحافظات	ت
	المستبعدة	المعتمدة			
%30	1	6	7	الموصل	1
%20	2	4	6	صلاح الدين	2
%20	3	4	7	الأنبار	3
%70	6	14	20	المجموع	
—————	%30	%70	%100	النسبة المئوية	

يتبين من الجدول اعلاه أن عدد الأندية التي تم اعتمادها في عينة البناء والتطبيق (14) نادي وهم كل من (الموصل، حكنة، ربيعة، نينوى، المستقبل المشرق، القيارة، السعد، الدور، العلم، صلاح الدين، سامراء، الرمادي، البو ريشة، حبانية الصمود، الجزيرة) لفئة الشباب يمثلون نسبة (70%)، اذ بلغ مجتمع هذه الأندية (357) لاعباً، في حين تكونت عينة البناء من (228) لاعباً، يشكلون نسبة (63.86%) من مجتمع البحث تم اختيارهم بالطريقة العشوائية اما عينة التحليل الاحصائي فقد بلغت (208) لاعباً بعد ان تم استبعاد (12) لاعب لمشاركتهم بالتجربة الاستطلاعية فضلا عن استبعاد استمارات لـ (8) لاعبين لعدم اكمالهم الاجابة على فقرات المقاييس والجدول (2) يبين تفاصيل ذلك.

### جدول (2)

يبين مجتمع البحث وعينة البناء للمقياس واللاعبين المستبعدين

عينة البناء	اللاعبين المستبعدين		العينة	الأندية	ت
	التجربة الاستطلاعية	لم يكملوا الاستبيانات			
16	4	—————	33	الموصل	1
2	2	—————	23	نينوى	2
—————	4	—————	28	المستقبل المشرق	3
15	2	—————	22	حكنة	4
15	—————	1	20	ربيعة	5
18	—————	—————	28	القيارة	6

18	—————	2	20	صلاح الدين	7
15	—————	—————	25	العلم	8
15	—————	—————	25	الدور	9
17	—————	—————	20	سامراء	10
17	—————	2	25	البوريشة	11
20	—————	—————	25	حبانية الصمود	12
20	—————	—————	30	الرمادي	13
20	—————	3	33	الجزيرة	14
208	12	8	357	المجموع الكلي	
228					
63.86			%100	النسبة المئوية	

اما عينة التطبيق فقد تكونت من (90) لاعبا يمثلون نسبة (25.21) من مجتمع البحث الاصلي فضلا عن استبعاد (30) تم اجراء الثبات عليهم، والجدول يبين توزيع افراد عينة البحث.

### جدول (3)

يبين مجتمع البحث وحجم عينات (البناء والتطبيق والثبات والتجارب الاستطلاعية) ونسبهم المئوية

النسبة المئوية	العدد	التفاصيل	
%58.26	208	عينة البناء	
%25.21	90	عينة التطبيق	
%8.41	30	عينة الثبات	
%8.12	29	12	التجربة الاستطلاعية للبناء
		9	عينة التطبيق
		8	لعدم اكمالهم الاستجابة
%100	357	المجموع الكلي لمجتمع البحث	

2-3 بناء مقياس الوعي الذاتي: ان الهدف الاساسي للبحث هو بناء مقياس الوعي الذاتي، واستند الباحثان بذلك الى مجموعة من الخطوات في عملية البناء هي:

2-3-1 تحديد محاور مقياس الوعي الذاتي: من خلال مراجعة الكثير من الأدبيات والبحوث والأطر النظرية والدراسات السابقة الخاصة بالموضوع قيد البحث فضلا على الاطلاع على المصادر العلمية

والنظريات التي تناولت الوعي الذاتي في مجالات (علم النفس العام, علم النفس الرياضي) فقد تم تحديد محاور مقياس الوعي الذاتي من خلال الاعتماد على نظرية (كولمان) والتي اشتملت على (التقييم الدقيق للذات، الشعور بالثقة بالنفس، الوعي بالانفعالات).

**2-3-2 صياغة فقرات المقياس:** تم صياغة مجموعة من الفقرات لكل محور من المحاور الثلاثة من خلال تحليل محتوى المصادر العلمية ذات العلاقة وبما يتلائم مع مجتمع البحث وعينته، اذ تم وضع عدد من الفقرات والتي تكونت من (53) فقرة، توزعت الفقرات على محاور المقياس الثلاثة (الوعي بالانفعالات، الشعور بالثقة بالنفس، التقييم الدقيق للذات) اذ بلغت فقرات كل محور (14)، (23)، (16) على التوالي، وقد تم مراعاة جوانب اساسية في صياغة الفقرات منها: ان تكون الفقرة مفهومة لدى المستجيب، ان تكون الفقرة قصيرة ومختصرة وتدل على معنى واحد، تجنب التكرار في الفقرات.

**2-3-3 صدق المقياس:** يمثل الصدق من الخصائص السيكومترية الاساسية للمقاييس والاختبارات النفسية، ولأجل التحقق من ذلك استخدم الباحث في هذه الدراسة الانواع التالية للتأكد من صحة استخدام المقياس.

**2-3-3-1 الصدق الظاهري:** بعد ان تم تحديد ابعاد المقياس واعداد الصيغة الاولية لفقرات المقياس تم عرضه على مجموعة من السادة الخبراء والمتخصصين في مجال علم النفس الرياضي وعلم النفس التربوي بتاريخ 2019/4/29 وعلى مدار اسبوعين للحكم على مدى ملائمة الفقرات للمحور الذي وضعت فيه ومدى ملائمتها لقياس الوعي الذاتي للاعبين كرة القدم فضلا عن اتخاذ ما يرونه مناسباً من خلال تعديل او دمج او حذف او اضافة على الفقرات، وهذا الاجراء يعد مناسباً للتأكد من صدق المقياس وبهذا الاجراء تماعتماد الفقرات التي حصلت على نسبة اتفاق أكثر من 75% من آراء السادة الخبراء.

**2-3-4 التجربة الاستطلاعية:** قام الباحثان بتطبيق المقياس بصيغته الاولية والذي يتكون من (41) فقرة بتاريخ 21 - 23 / 6 / 2019 على عينة مكونة من (12) لاعباً والذين تم استبعادهم من عينة البناء المفترضة وكان الهدف من التجربة الاستطلاعية لغرض التحقق من:مدى وضوح وملاءمة فقرات المقياس بالنسبة للاعبين، الاجابة عن التساؤلات ان وجدت، احتساب الزمن الذي يستغرقه اللاعب في الاستجابة على فقرات المقياس.

وقد أسفرت نتيجة تطبيق التجربة الاستطلاعية عن ما يأتي: وضوح وملاءمة فقرات المقياس بالنسبة للمستجيب، احتساب الزمن الذي يستغرقه اللاعب عند الاجابة على فقرات المقياس اذ تراوحت ما بين (6-11) دقيقة، اعداد الصيغة الاولية لمقياس الوعي الذاتي للاعبين كرة القدم وتوزيعه على افراد عينة البناء.

### 2-3-5 إجراء تحليل لفقرات المقياس:

2-3-5-1 أسلوب المجموعتين الطرفيتين: بعد اكمال أعداد التعليمات الخاصة بالمقياس تم تطبيقه على عينة التمييز البالغة (208) لاعباً، وبعد جمع الاستمارات من العينة تم استخراج درجة لكل فقرة من فقرات المقياس وبعدها تم ترتيب درجات اللاعبين تنازلياً (من الاكبر الى الاصغر) على اساس الدرجة الكلية، وإستناداً إلى ما اشارت اليه المصادر العلمية حول تحديد حجم المجموعتين العليا والدنيا والتي تعتمد في الاساس على حجم العينة تم اختيار نسبة (27%) من الدرجات العليا و(27%) من الدرجات الدنيا وواقع (56) لاعباً لكل مجموعة لتمثالا المجموعتين المتطرفتين وتم إجراء الاختبار التائي على المجموعتين المتطرفتين بهدف معرفة الفرق بينهما والجدول (4) يبين ذلك.

#### جدول (4)

يبين القدرة التمييزية بأسلوب المجموعتين الطرفيتين لفقرات المقياس

القدرة التمييزية لفقرة	قيمة (sig)	قيمة (ت) المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		رقم الفقرة
			ع	س	ع	س	
مميزة	0.000	6.239	0.700	3.982	0.529	4.714	1
مميزة	0.000	10.421	0.602	3.232	0.630	4.446	2
مميزة	0.000	6.287	0.626	3.589	0.606	4.321	3
غير مميزة	0.170	1.381	0.446	4.732	0.370	4.839	4
مميزة	0.003	3.026	0.869	3.589	0.879	4.089	5
مميزة	0.000	2.541	1.001	4.375	1.079	3.875	6
مميزة	0.000	7.310	0.615	3.857	0.488	4.625	7
مميزة	0.000	4.475	0.894	3.517	0.698	4.196	8
غير مميزة	0.116	1.584	1.410	3.892	0.762	4.232	9
مميزة	0.000	11.833	0.644	3.053	0.600	4.446	10
مميزة	0.000	4.188	0.640	3.910	0.711	4.446	11
مميزة	0.000	3.628	0.646	3.732	0.755	4.214	12
غير مميزة	0.850	0.190	0.499	4.428	0.496	4.410	13
مميزة	0.000	7.568	0.683	3.428	0.786	4.482	14
مميزة	0.000	15.717	0.809	2.500	0.593	4.607	15

مميّزة	0.000	7.122	0.990	3.500	0.534	4.571	16
مميّزة	0.000	10.099	0.998	2.857	0.598	4.428	17
غير مميّزة	0.162	1.406	0.492	4.607	0.446	4.732	18
مميّزة	0.000	9.910	0.942	2.803	0.698	4.357	19
مميّزة	0.000	7.925	1.292	2.446	1.056	4.214	20
غير مميّزة	0.454	0.752	0.504	4.517	0.501	4.446	21
مميّزة	0.000	7.637	0.757	3.839	0.504	4.767	22
مميّزة	0.000	8.773	0.995	2.910	0.778	4.392	23
مميّزة	0.000	7.798	0.778	3.607	0.589	4.625	24
مميّزة	0.036	2.128	0.920	4.089	0.759	4.428	25
مميّزة	0.000	9.279	0.998	3.053	0.603	4.5	26
غير مميّزة	0.192	1.302	0.574	4.125	0.587	4.267	27
مميّزة	0.000	10.029	0.922	3.053	0.656	4.571	28
مميّزة	0.000	6.534	0.869	3.410	0.807	4.446	29
غير مميّزة	0.088	1.723	0.561	4.392	0.534	4.571	30
مميّزة	0.000	7.616	0.733	3.410	0.654	4.410	31
مميّزة	0.000	4.698	0.852	3.535	0.916	4.321	32
مميّزة	0.000	6.636	0.707	3.589	0.658	4.446	33
مميّزة	0.000	6.617	0.679	3.714	0.572	4.5	34
مميّزة	0.000	11.530	0.662	3.125	0.681	4.589	35
مميّزة	0.000	11.072	0.700	3.267	0.534	4.571	36
مميّزة	0.000	5.925	0.779	3.714	0.538	4.464	37
مميّزة	0.000	4.997	0.852	3.964	0.553	4.642	38
غير مميّزة	0.416	0.816	0.673	3.982	0.715	3.875	39
مميّزة	0.000	6.022	0.776	3.625	0.628	4.428	40
مميّزة	0.000	8.273	0.585	3.357	0.668	4.339	41

من خلال ملاحظتنا للجدول (4) يتبين لنا أن القيم التائية لفقرات المقياس اقتربت بين (2.541 – 15.717)، وعند مقارنتها بقيمة (ت) الجدولية البالغة (1.98) أمام درجة حرية (110) ومستوى معنوية (0.05) يتبين لنا أن هناك (8) فقرات غير مميّزة والتي تحمل التسلسل (4، 9، 13، 18، 21،

27، 30، 39)، لأن قيم (ت) المحسوبة لها أصغر من قيمة (ت) الجدولية وبذلك تم استبعاد هذه الفقرات من المقياس، والجدول (5) يبين الفقرات المحذوفة والمحور الذي تنتمي اليه.

#### جدول (5)

يبين الفقرات التي سقطت بالتمييز والمحاور التي تنتمي اليها

ت	محاور المقياس	الفقرات المستبعدة	الدلالة
1	الوعي الانفعالي	9 ، 4	غير مميزة
2	الثقة بالنفس	27 ، 21 ، 18 ، 13	غير مميزة
3	التقييم الدقيق للذات	39 ، 30	غير مميزة

#### 2-5-3-2 معامل الاتساق الداخلي :

لقد تم استخراج معامل الاتساق الداخلي للوصول إلى القوة التمييزية للفقرات إذ إن هذه الطريقة تقدم لنا مقياساً متجانساً في فقراته، بحيث تقيس كل فقرة البعد السلوكي نفسه الذي يقيسه المقياس ككل، ولإستخراج معامل الاتساق تم استخدام معامل الارتباط لبيرسون لقياس درجة ارتباط كل فقرة مع الدرجة الكلية للمقياس ولكل لاعب، فضلاً عن استخراج معامل الارتباط كل فقرة مع البعد الذي تنتمي إليه والجدولين (6) و (7) يبين ذلك.

#### جدول (6)

يبين معاملات الارتباط بين فقرات المقياس والبعد الذي تنتمي إليه بالنسبة للأبعاد

المحور الاول			المحور الثاني			المحور الثالث		
ت	الفقرة	قيمة (sig)	ت	الفقرة	قيمة (sig)	ت	الفقرة	قيمة (sig)
1	0.348	0.000	13	تمييز		29	0.548	0.000
2	0.446	0.000	14	0.585	0.000	30	تمييز	
3	0.475	0.000	15	0.718	0.000	31	0.587	0.000
4	تمييز		16	0.442	0.000	32	0.503	0.000
5	0.464	0.000	17	0.656	0.000	33	0.514	0.000
6	0.211	0.002	18	تمييز		34	0.483	0.000
7	0.523	0.000	19	0.601	0.000	35	0.654	0.000
8	0.541	0.000	20	0.620	0.000	36	0.603	0.000
9	تمييز		21	تمييز		37	0.507	0.000
10	0.505	0.000	22	0.575	0.000	38	0.519	0.000

تميز	39	0.000	0.664	23	0.000	0.432	11
0.000	0.528	40	0.000	0.492	24	0.000	0.414
0.000	0.512	41	0.004	0.198	25		
			0.000	0.638	26		
			تميز		27		
			0.000	0.682	28		

يتبين من الجدول (6) أن قيم معامل الارتباط قد تراوحت ما بين (198 - 718) وعند الرجوع إلى جدول دلالة معامل الارتباط عند درجة حرية (110) وأمام مستوى معنوية (0.05) نجد إن قيمة (ر) الجدولية تساوي (0.138) وفي ضوء ذلك فأنا جميع الفقرات كانت مميزة وذلك لان قيم معامل الارتباط الخاص بها أعلى من قيمة (ر) الجدولية.

#### جدول (7)

يبين قيم معاملات الارتباط لعبارات مقياس الوعي الذاتي بالدرجة الكلية

قيمة (sig)	الفقرة	ت	قيمة (sig)	الفقرة	ت	قيمة (sig)	الفقرة	ت
0.000	0.475	29	0.000	0.669	15	0.000	0.442	1
0.070	تميز	30	0.000	0.513	16	0.000	0.592	2
0.000	0.454	31	0.000	0.563	17	0.000	0.437	3
0.000	0.341	32	0.018	تميز	18	0.029	تميز	4
0.000	0.436	33	0.000	0.555	19	0.00	0.269	5
0.000	0.430	34	0.000	0.511	20	0.206	-0.088	6
0.000	0.595	35	0.928	تميز	21	0.000	0.471	7
0.000	0.593	36	0.000	0.518	22	0.000	0.387	8
0.000	0.472	37	0.000	0.530	23	0.020	تميز	9
0.000	0.378	38	0.000	0.510	24	0.000	0.554	10
0.632	تميز	39	0.000	0.250	25	0.000	0.331	11
0.000	0.438	40	0.000	0.535	26	0.000	0.300	12
0.000	0.476	41	0.013	تميز	27	0.710	تميز	13
			0.000	0.613	28	0.000	0.460	14

يتبين من الجدول (7) إن قيم معامل الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس قد تراوحت بين (0.250 – 0.696) وعند الرجوع إلى جداول دلالة معامل الارتباط عند درجة حرية (206) وأمام مستوى معنوية (0.05) نجد أن قيمة (ر) الجدولية تساوي (0.138) وعند مقارنتها مع قيمة (ر) المحسوبة لمعاملات الارتباط للفقرات نجد إن جميع فقرات المقياس كانت مميزة بإستثناء الفقرة التي تحمل التسلسل (6) فهي غير مميزة وبذلك تم حذفها من بين الفقرات.

**2-3-6 ثبات المقياس:** بعد حذف الفقرات التي سقطت ضمن اجراءات التمييز والاتساق تم اجراء الثبات على عينة مكونة من (30) لاعب تم اختيارهم بصورة عشوائية بطريقتين الاولى التجزئة النصفية اذ تم تجزئة فقرات المقياس الى قسمين ضم القسم الاول الفقرات الفردية والقسم الثاني الفقرات الزوجية وباستخدام الحاسب الالى وفق نظام الـ Spss تم حساب الارتباط بين القسمين بطريقة بيرسون وفي ضوء ذلك ظهرت درجة الارتباط بين النصفين (0.807) وان هذا الارتباط يمثل الاتساق الداخلي لنصف الاختبار وليس الاختبار كله ولتصحيح ذلك يتطلب استخدام معادلة (سبيرمان-براون) وعند استخدام هذه المعادلة بلغ معامل الثبات للمقياس كله (0.893) وهذا يعتبر معامل ثبات عالٍ. اما الطريقة الثانية فهي طريقة الفا كرونباخ: فظهرت قيمة معامل الارتباط (0.911) وهذا يعتبر مؤسر عالٍ للثبات.

**2-3-7 وصف المقياس بصيغته النهائية وتصحيحه:** بعد الانتهاء من المتطلبات اللازمة لبناء مقياس الوعي الذاتي للاعبين كرة القدم، استقر المقياس بصيغته النهائية على (32) فقرة تم صياغة جميع فقرات المقياس بشكل ايجابي موزعة على ثلاثة محاور وهي: الوعي بالانفعالات ويتكون من (9) فقرة، وتشمل الفقرات التي تحمل التسلسل من (1-9) الثقة بالنفس ويتكون من (12) فقرة، وتشمل الفقرات التي تحمل التسلسل من (10-21) تقييم الذات ويتكون من (11) فقرة، وتشمل الفقرات التي تحمل التسلسل من (22-32)، وتم تحديد بدائل الاجابة وفق مقياس ليكرت الخماسي اذ تم وضع امام كل فقرة البدائل (موافق بشدة، موافق، محايد، لا اوافق، لا اوافق بشدة) واعطيت الدرجات (5، 4، 3، 2، 1) على التوالي وبذلك بلغت الدرجة الكلية للمقياس (160) والدرجة الدنيا (32) وبمتوسط فرضي بلغ (96)، وبذلك اصبح المقياس جاهزاً للتطبيق على افراد عينة البحث، ومن الجدير بالذكر ان درجة المستجيب كلما ارتفعت دلت على وجود وعي ذاتي للاعبين وكلما انخفضت درجة المستجيب دلت على انخفاض الوعي الذاتي لدى اللاعبين، وبذلك اصبح المقياس جاهزاً للتطبيق على أفراد عينة البحث.

**2-4 الوسائل الإحصائية:** استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الآتية: النسبة المئوية، الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، الاختبار التائي للعينات المستقلة غير المرتبطة، معادلة الفا كرونباخ، معامل

ارتباط لبيرسون، معادلة سبيرمان – براون، الاختبار التائي لعينة واحدة. والتي تم حسابها باستخدام البرنامج الاحصائي الـ (SPSS) فضلاً عن استخدام برنامج (Excel).

### الفصل الثالث

#### 1-3 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

#### 1-1-3 التعرف على الوعي الذاتي لدى لاعبي كرة القدم الشباب:

#### جدول (8)

يبين المعالم الاحصائية لأفراد عينة البحث لمقياس الوعي الذاتي

الدلالة	قيمة ت		الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	العينة	المتغيرات
	الجدولية	المحتسبة					
معنوي	1.99	17.169	96	10.191	114.44	90	الوعي الذاتي

معنوي عند نسبة خطأ  $\geq (0.05)$  وأمام درجة حرية (89)، قيمة (ت) الجدولية = 1.99 من خلال ملاحظتنا للجدول (8) يتبين لنا ان قيمة الوسط الحسابي لافراد عينة البحث في الاجابة على مقياس الوعي الذاتي بلغت (114.44) بانحراف معياري بلغ (10.191) وعند مقارنة قيمة الوسط الحسابي مع قيمة الوسط الفرضي البالغة (96) باستخدام اختبار (ت) لعينة واحدة تبين لنا وجود فروق معنوية لصالح الوسط الحسابي اذ بلغت قيمة ت المحتسبة (17.169) بمستوى دلالة (0.00) وهي اصغر من مستوى الدلالة المعتمدة (0.05) هذا وان دل على ان افراد عينة البحث يمتلكون مستويات جيدة من الوعي الذاتي، يعزو الباحثان النتائج الحالية الى ان الوعي الذاتي يمثل الدعامة الاساسية للشخصية السوية والذي يساعد اللاعبين على التعامل والتفكير بطريقة اكثر ايجابية وتعديل سلوكه وانفعالاته واتجاهاته والتغلب على المعوقات التي تواجههم والتكيف مع الجوانب المحيطة به لتحقيق اهدافهم المنشودة، اذ يشير (Rankin et al, 2004) نقلا (بخش والكاكي، 2016، ص86) (1) بان "الشخص الذي يمتلك وعي ذاتي يكون لديه القدرة العالية في التعرف على مشاعره الحقيقية ويعبر عنها بطريقة تنسجم مع ميوله وأفكاره وأنه يمتاز بوعيها لانه الانفعالية والمزاجية، فضلا عن كونه ايجابي في اسلوب تفكيره وسلوكه ولا يستسلم عند تعرضه لمواقف محبطة، وشخصيته مستقلة فتتشكل لديه القدرة على اتخاذ القرار بصورة ايجابية مما يضيف عليه مقدار عالي من التوافق الشخصي

(1) بخش، مجيد خدا والكاكي، فاتن علي (2016): "بناء مقياس الوعي الذاتي لدى تدريسي التربية الرياضية في جامعات كوردستان"، بحث منشور في مجلة الفتح، كلية التربية الرياضية، جامعة كرميان، العدد (67)، ص86.

والانفعالي". ويضيف (العكايشي ، 2019، ص302) <sup>(1)</sup> فضلاً عن " أن الوعي بالذات يحدد أسلوب الفرد في طبيعة الاداء عند تفاعله مع البيئة، ويعد مؤشراً للقدره على مواجهة المشكلات وحلها بطريقة جيدة ". كما ان تحقيق التمييز والتطور في الاداء وتحقيق الاهداف يبدءان من خلال معرفة اللاعب لذاته وهذه تعد أولى خطوات النجاح والتي من خلالها يستطيع اللاعب ادراك ما يمتلكه من امكانيات بدنية او مهارية، وهذا ما اكده (سلطان، 2015) الى أن الوعي الذاتي يمثل "سمة تتضمن تركيز الانتباه نحو الذات تحقيقاً للمصالح الشخصية" (سلطان، 2015، 479)<sup>(2)</sup>. ويرى الباحث ايضا الى ان الوعي الذاتي يعد مطلباً هاماً في حياتنا الرياضية لما له من تأثيرات ايجابية حيث أن ارتفاع هذه السمة لدى اللاعبين يدل على قدرتهم في التعامل مع حالات الانفعالات والضغوطات وتساهم في تعزيز ذاته من خلال تعزيز الجوانب المرغوب فيها والتي تساعد على تحقيق الاداء المتوقع منهم، والحد من الممارسات التي تعيق ادائهم في حين انه في حالة عدم امتلاك اللاعبين الوعي الذاتي وفهم انفسهم بشكل جيد فانهم سوف يلاقون صعوبة في التفاعل مع الاخرين والوعي بمشاعرهم .

## الفصل الرابع

### 4- الاستنتاجات والتوصيات:

#### 1-4 الاستنتاجات:

1. يتميز مقياس الوعي الذاتي الذي قام الباحث ببنائه على لاعبي كرة القدم الشباب بالأسس العلمية الصحيحة.

2. يمتلك لاعبو كرة القدم الشباب وعي ذاتي وذلك من خلال اجاباتهم على فقرات المقياس.

#### 4-2 التوصيات:

1. اعتماد مقياس الوعي الذاتي الذي قام الباحث ببنائه على لاعبي كرة القدم ومحاولة تطبيقه على بقية الفعاليات الرياضية.

<sup>(1)</sup>العكايشي، بشرى احمد (2019): "علاقة الوعي الذاتي بقوة السيطرة المعرفية لدى طلبة جامعة الشارقة"، بحث منشور في مجلة الاداب، كلية الاداب والعلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة الشارقة، العدد(129)، ص302 .

<sup>(2)</sup>سلطان، احمد رشيد عبد (2015): "الشعور بالذنب وعلاقته بوعي الذات لدى طلبة الكلية التربوية المفتوحة بحث منشور في مجلة البحوث التربوية والنفسية"، كلية التربية، العدد (47)، ص479 .

## المصادر

- 1-بخش، مجيد خدا والكاكي، فاتن علي(2016): " بناء مقياس الوعي الذاتي لدى تدريسي التربية الرياضية في جامعات كردستان "، بحث منشور في مجلة الفتح، كلية التربية الرياضية، جامعة كرميان، العدد (67).
- 2-سلطان، احمد رشيد عبد (2015):" الشعور بالذنب وعلاقته بوعي الذات لدى طلبة الكلية التربوية المفتوحة بحث منشور في مجلة البحوث التربوية والنفسية "، كلية التربية، العدد (47).
- 3-عبدالهادي، سامر عدنان والبساطي، غانم جاسر(2015): " الوعي بالذات لدى اعضاء هيئة التدريس من جامعة ابو ظبي في ضوء متغيرات النوع (ذكر/أنثى) والمؤهل العلمي والتخصص والخبرة "، بحث منشور في مجلة العلوم التربوية والنفسية، كلية الاداب والعلوم، جامعة ابو ظبي، المجلد (16)، العدد (2).
- 4-العكايشي، بشرى احمد (2019):" علاقة الوعي الذاتي بقوة السيطرة المعرفية لدى طلبة جامعة الشارقة "، بحث منشور في مجلة الاداب، كلية الاداب والعلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة الشارقة، العدد (129).



الصفحات من ص (41) إلى (56)

مجلة جامعة الانبار للعلوم البدنية والرياضية – المجلد الخامس – العدد الواحد والعشرين (2020/12/30)  
P- ISSN:2074 – 9465 E-ISSN:2706-7718