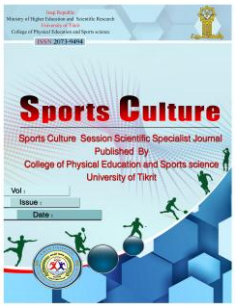
Sports Culture
IRAQI Academic Scientific Journals
العراقية المجلات الاكاديمية العلمية
http://jsc.tu.edu.iq/index.php/sport
ISSN: 2073 – 9494
E-ISSN: 2664 - 0988



Building standard optimal self-confidence for Junior high school team players

Mageed Hameed Aziz [1*]
Saad Abas Abd [2]
1- Kirkuk Education Directorate
2- College of Physical Education and Sports / Tikrit University .

A r t i c l e i n f o.
Article history:
-Received: 16/2/2020
-Accepted: 11/3/2020
-Available online: 31/12/2020
Keywords:
- optimal self-confidence
- Preparatory schools
- volley ball
- Excess self-confidence
- Weak self-confidence .

Abstract

Abstract the study to Building standard optimal self-confidence for Junior high school team players of Kirkuk cit,andIdentify the degree of optimal self-confidence in the sample members .
The researcher used descriptive and experimental approaches, the sample of the study consisted of(168) players and sample application included (20) players who have weak self-confidence , A questionnaire was used as a tool to collect data .
The researcher used the statiscal means that exist in the statiscal bag(spss) program arithmetical medium , standard deviation ,T-test for two linked samples, person coefficient correlation ,Hypotheticalmean ,andpercentag
The results of the study :
- At the research sample individuals self-confidence but it is a low and simple rate .
The researcher recommendation :
- The need to enhance self-confidence for players and physical education teachers urged its importance as one of the important psychologicalvari- ables and affecting the behavior and performance of volley ball players .

* **Corresponding Author:** Abor5880@gmail.com , **Kirkuk Education Directorate**

بناء مقياس الثقة بالنفس المثلى لدى لاعبي فرق المدارس الإعدادية في الكرة الطائرة

تاريخ البحث
- متوفر على الانترنت:2020/12/31

الكلمات المفتاحية
- الثقة بالنفس المثلى
- المدارس الاعدادية
- الكرة الطائرة
- الثقة بالنفس الزائدة
- ضعف الثقة بالنفس .

مجيد حميد عزيز
مديرية تربية كركوك

سعد عباس عبد
جامعة تكريت –كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الخلاصة: هدفت الدراسة إلى بناء مقياس الثقة بالنفس المثلى لدى لاعبي فرق المدارس الإعدادية في الكرة الطائرة في محافظة كركوك والتعرف على درجة الثقة بالنفس لدى أفراد العينة تم استخدام المنهج الوصفي والمنهج التجريبي ذو المجموعة التجريبية الواحدة لملائمته طبيعة الدراسة ، وتكونت عينة الدراسة من (168) لاعبا عينة بناء المقياس واشتملت عينة التطبيق على(20) لاعبا ممن لديهم ضعف في الثقة بالنفس ،وتم استخدام الاستبيان كأداة لجمع البيانات كما تم استخدام الوسائل الإحصائية باستخدام الحقيبة الإحصائية (Spss) ، الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل الالتواء ، معامل ارتباط بيرسون ، الاختبار التائي ، معادلة سبيرمان براون ، المتوسط الفرضي، النسبة المئوية،وأظهرت نتائج الدراسة :

– هناك ضعف في درجة الثقة بالنفس المثلى لدى لاعبي فرق المدارس الإعدادية بالكرة الطائرة.

وأوصى الباحث :

– ضرورة تعزيز الثقة بالنفس المثلى للاعبين وحث مدرسي التربية الرياضية والمدربين بأهميتها باعتبارها من المتغيرات النفسية المهمة والمؤثرة في سلوك وأداء لاعبي الكرة الطائرة .

1- التعريف بالبحث

1-1 مقدمة البحث واهميته

تعتبر دراسة الثقة بالنفس المثلى أحد المتغيرات النفسية المهمة وذلك لأهميتها في تعديل سلوك اللاعبين وإعدادهم من الناحية النفسية عند ممارسة النشاط الرياضي لاسيما في البطولات الرياضية التي يتعرض فيها اللاعبين لمثيرات تؤثر في درجة الثقة بالنفس لديهموتبرز هذه السمة من خلال ارتباطها بعملية التعلم والانجاز لما لها من دور حاسم في زيادة الدعم النفسي والتي تساعد في مواجهة المواقف المختلفة بنجاح حيث إن الرياضيين الأكثر ثقة بالنفس اقل تعرضا للضغوط وإنهم أكثر انجازا كما يتميزون بالنشاط والواقعية والمرونة ، وانالثقة بالنفس من السمات النفسية الإرادية التي يحتاجها لاعب الكرة الطائرة وخصوصا عند تعلمواتقان

المهارات الأساسية للعبة لان لاعب الكرة الطائرة عندما يمتلك قدر كبير من الثقة بالنفس سيساعده في إتمام الواجبات المكلف بها الذي يجعله يشعر بالتفاؤل والارتياح والاطمئنان وعدمالقلق والتركيز نحو التعلم

ومواصلة بذل الجهد وسرعة اتخاذ القرارات معتمدا على نفسه والقدرة على تحقيق الأهداف فهو عنصر هام في التكيف الفعال وفي كثير من الأحيان يكون عاملاهاما للنتائج ، وان إتقان المهارات الأساسية يعتبر من أهم متطلبات الكرة الطائرة الذي يحقق التقدم والفوز للفريق ، لذا يجب الاهتمام بهذا المتغير وتنميته في كافة الألعاب الرياضية وخاصة الكرة الطائرة من اجل الارتقاء بمستوى اللاعبين [1] .

مما سبق ندرك أهمية البحث تكمن في ضرورة الاهتمام بالمشكلات النفسية التي تواجه اللاعبين والسبل الكفيلة بمعالجتها ، لذا ارتأى الباحث بناء مقياس الثقة بالنفس المثلى لدى لاعبي فرق المدارس الإعدادية ومعرفة أثرها في تنمية بعض المهارات الأساسية بالكرة الطائرة.

1ـ2 مشكلة البحث :

تواجه الألعاب الرياضية الكثير من المعوقات التي تؤدي إلى عرقلة مجريات اللعبة إذ يتضح ذلك من خلال عمل الباحث مدرسا للتربية الرياضية ومتابعا للمهرجانات والبطولات الرياضية التي تقام في كل سنة فقد لاحظ إن أداء اللاعبين ونتائج الفرق المدرسية بالكرة الطائرة لم تكن بالمستوى المطلوب، ومن خلال الحديث مع اللاعبين ومدرسي التربية الرياضية بالدرجة الأساس وعلى الرغم من قيام المدرسين بواجباتهم التدريبية من حيث الإعداد من الجوانب البدنية والمهاريةوالخططية إلا إن الجانب النفسي لم يؤخذ بنظر الاعتبار حيث ظهر ذلك من خلال ضعف أداء اللاعبين وظهور حالة الخوف والقلق لديهم وبما إن اللاعبين يتباينون في درجة امتلاكهم للثقة بالنفس المثلى وهذا يؤدي إلى ظهور تفاوت في تحقيق ما هو مطلوب من أداء مما يؤدي إلى تدني مستوى البطولات في هذه اللعبةمما ينعكس سلبا على إتقان المهارات الأساسية بالكرة الطائرة مما يشكل خللا في تحقيق الأهداف المرجوة .

إذ يتوقف تفوق اللاعبين في المنافسات على مدى استثمارهم لسماتهم النفسية ومنها الثقة بالنفس المثلى إضافة لقدراتهم البدنية التي تسهم في دعم اللاعبين وتهيؤهم نفسيا لمواجهة مجريات البطولات وفي ضوء هذه المؤشرات تكمن مشكلة البحث من خلال الإجابة عن التساؤل

ما درجة الثقة بالنفس المثلى لدى لاعبي فرق المدارس الإعدادية في الكرة الطائرة في محافظة كركوك ؟.

1ـ3 أهداف البحث:

يهدف البحث إلى:

1. بناء مقياس الثقة بالنفس المثلى لدى لاعبي فرق المدارس الإعدادية في الكرة الطائرة في محافظة كركوك .

[1] محمد حسين العبيد ؛ الثقة بالنفس لدى طلبة المدارس الحكومية في منطقة اربد التعليمية وعلاقتها ببعض المتغيرات ، الجامعة الأردنية (1995) .

2.التعرف على درجة الثقة بالنفس المثلى لدى لاعبي فرق المدارس الإعدادية في الكرة الطائرة في محافظة كركوك .

1ـ4 فروض البحث:

افترض الباحث ما يلي:

1- هناك عدد من لاعبي فرق المدارس الإعدادية في الكرة الطائرة في محافظة كركوك لديهم ضعف في درجة الثقة بالنفس المثلى .

1- 5 مجالات البحث:

- المجال البشري : لاعبي فرق المدارس الإعدادية في الكرة الطائرة في محافظة كركوك.
- المجال ألزماني : من 1 / 8 /2019 ولغاية 20 /2/ 2020
- المجال المكاني : القاعات والساحات الرياضية التابعة لمدارس ومديرية النشاط الرياضي في محافظة كركوك .

1ـ6 تحديد المصطلحات :

الثقة بالنفس المثلى :هي قدرة الرياضي على تحقيق أفضل الإمكانات فالرياضيون الذين يتصفون بها يضعون لأنفسهم أهداف واقعية تتناسب مع قدراتهم وبالتالي تكون ثقتهم بأنفسهم عالية ويجعلهم يشعرون بالنجاح والتصور بفاعلية وتصحيح القرارات الخاطئة وصولا إلى الأهداف المطلوب تحقيقها [1].

المهارات الأساسية بالكرة الطائرة :هي الحركات التي يقوم اللاعب بأدائها من أوضاع جسمية مختلفة بغية منع سقوط الكرة على ارض ملعبه ومحاولة إسقاطها في ملعب الفريق المنافس عن طريق صدها أو ضربها .[2]

2- الدراسات النظرية والسابقة :

2-1 الدراسات النظرية :

2-1-1 مفهوم الثقة بالنفس في المجال الرياضي :

" تعد الثقة بالنفس احد الأركان المهمة في تكوين شخصية الرياضي يشعر معها الرياضي بكفاءته وقدرته على مواجهة الكثير من العقبات والظروف المختلفة من خلال توظيف إمكانياته وقدراته العقلية والجسمية

[1] عكلة سليمان ألحوري ؛ رؤية معاصرة في علم النفس الرياضي ، ط1، القاهرة ،مركز الكتاب الحديث ، 2016، ص87 .

[2] مروان عبد المجيد إبراهيم ؛. الموسوعة العلمية لكرة الطائرة،عمان،مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ،2001، ص47-48 .

لتحقيق أهدافه المطلوبة"[1]،فالرياضي الذي يتمتع بثقة عالية يكون عنده دافعية اكبر من اجل بذل الجهد والتفوق بينما الرياضي الذي ثقته بنفسه تكون ضعيفة يكون شعوره بدرجة اقل نحو قيمته لذاته ، إذ تأتي أهمية الثقة بالنفس وذلك من خلال ارتباطها بقيمة الذات وتقدير الرياضي لنفسه [2]، وأشار Hays, Thomas , Maynard & Bowden) إلى أهمية تحسين الثقة بالنفس لدى الرياضيين للوصول إلى أفضل انجاز رياضي [3]، وهناك ثلاثة أنواع من الثقة بالنفس وهي (الثقة بالنفس المثلى ،الثقة بالنفس الزائدة ،الافتقاد إلى الثقة بالنفس)

2-1-2 طرق تطوير الثقة بالنفس :

1- زيادة الوعي في الثقة بالنفس .4- التفكير الايجابي .

2- الأداء بثقة .5- الحالة البدنية الجيدة .

3- خبرات النجاح .6- التصور الذهني لأداء ناجح .

7- قيمة الذات[4] .

2-2 دراسة ثابت شتوي ، 2017 :[5]

(مستوى الثقة بالنفس وعلاقتها بدافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية)

هدفت الدراسة التعرف إلى مستوى الثقة بالنفس ودافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي الألعاب الجماعية في الجامعات الفلسطينية وتحديد العلاقة بينهما ، وتحديد الفروق في مستوى الثقة بالنفس ودافعية الانجاز وفقا لمتغيري (الجامعة ، نوع اللعبة) .

استخدم الباحث المنهج الوصفي وتكونت عينة البحث من (90) لاعبا من لاعبي منتخبات الألعاب الجماعية ، واستخدم الباحث الاستبيان كأداة لجمع البيانات .

وأظهرت نتائج الدراسة :

---

[1] غازي صالح محمود واحمد عربي عودة ؛ اتجاهات معاصرة في علم النفس الرياضي . ط1، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع،الأردن ، عمان ، 2013 ، ص 69 .

[2] علي جاسم عكلة ؛ الثقة بالنفس عند الأطفال والمراهقين : جامعة بغداد، كلية التربية ، 1989، ص3 .

2. Hays, k, Thomaas, O, Maynard, I. & Bowden, M, The role of confidence in world-class sport performance. Journal of Sports Science,2009, 27(11), 1185-1199 .

[4] عكلة سليمان ألحوري ؛ مصدر سبق ذكره،2016، ص93-94 .

[5] ثابت شتيوي ؛ مستوى الثقة بالنفس وعلاقتها بدافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية ، جامعة فلسطين التقنية ، مجلة الدراسات التربوية والنفسية ، مجلد (11) العدد (3) ،2017، ص483-499 .

1. مستوى الثقة بالنفسودافعية الانجاز الرياضي لدى اللاعبين في الجامعات كان مرتفعا جدا .
2. وجود علاقة ايجابية دالة بين الثقة بالنفس ودافعية الانجاز الرياضي .
3. وجود فروق في مستوى الثقة بالنفس تبعا إلى متغير الجامعة ونوع اللعبة .
4. وجود فروق في مستوى دافعية الانجاز تبعا لمتغير الجامعة .

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :

3-1 منهج البحث :

تم استخدام المنهج الوصفي والمنهج التجريبيذو المجموعة التجريبية الواحدة وذلك لملائمته متطلبات البحث .

3-2 مجتمع البحث وعينته :

تم تحديد مجتمع البحث بلاعبي فرق المدارس الإعدادية بالكرة الطائرة التابعة لمركز محافظة كركوك للعام الدراسي (2018- 2019) والبالغ عددها (22) مدرسة حسب قسم الإحصاء في المديرية العامة لتربية محافظة كركوك إذ بلغ مجتمع البحث (190) لاعبا ، وقد قسمت العينة إلى :

1. العينة الاستطلاعية : بلغ عددهم (22) لاعبا بنسبة 11.5% وقد تم اختيارهم عشوائيا من لاعبي فرق المدارس الإعدادية في محافظة كركوك من خارج عينة البناء .
2. عينة البناء: المتكونة من (168) لاعبا بنسبة 88% تم اختيارهم عشوائيا من مجتمع البحث.
3. عينة التطبيق: اشتملت عينة التطبيق على (20) لاعبا بنسبة 10.5% تم اختيارهم عشوائيا من ضمن عينة البناء من لاعبي فرق المدارس الإعدادية في الكرة الطائرة في محافظة كركوك من الحاصلين على درجة قليلة في الثقة بالنفس حسب المقياس المعد .

3-3 الوسائل والأدوات والأجهزة المستعملة :

من اجل تحقيق أهداف البحث استعمل الباحث الوسائل البحثية وتضمنت :

- الاستبيان
- المقابلات الشخصية
- المصادر والمراجع العلمية

أما الأدوات والأجهزة المستعملة في البحث فهي :

- حاسبة شخصية نوع (ASUS) عدد (1)
- جهاز عرض (داتا شو) عدد (1)

3-4 إجراءات البحث الميدانية :

لتحقيق أهداف البحث الحالي وبما يتفق ومنهجية البحث تطلب بناء مقياس الثقة بالنفس المثلى لغرض قياس الثقة بالنفس المثلى لدى لاعبي فرق المدارس الإعدادية في محافظة كركوك ، ولذلك فان هناك مجموعة من الإجراءات يمكن تحديدها بما يأتي :

3-4-1 إجراءات بناء مقياس الثقة بالنفس المثلى :

3-4-1-1 تحديد الهدف من المقياس

تم تحديد الهدف من بناء المقياس وهو التعرف على درجة الثقة بالنفس المثلى لدى لاعبي فرق المدارس الإعدادية في محافظة كركوك .

3-4-1-2 تحديد الإطار النظري للمقياس

بعد الاطلاع على الإطار النظري لموضوع الثقة بالنفس والمفاهيم التي تخص الثقة بالنفس وإجراء بعض المقابلات الشخصية مع السادة الخبراء وذلك لتحديد مجالات الثقة بالنفس المثلى وصياغة فقراته، ومن ثم تطبيق الفقرات على عينة من مجتمع البحث ومن ثم إجراء التحليل الإحصائي للفقرات .

3-4-2 تحديد مجالات المقياس :

بعد الاطلاع على الدراسات والبحوث السابقة والمصادر العلمية في بناء مقاييس الثقة بالنفس والنظريات المفسرة ذات العلاقة بمفهوم الثقة بالنفس وخصائصها للاستفادة منها في تحديد مجالات المقياس قام الباحث بإجراء مقابلات مع عدد من الخبراء والمختصين في علم النفس الرياضي والإرشاد التربوي النفسي ملحق (2) لأخذ رأيهم في المجالات ، فقد توصل الباحث إلى مجموعة من المجالات لمقياس الثقة بالنفس المثلى بصورته الأولية وهي (التركيز ، الاسترخاء، الطلاقة النفسية،التفكير الايجابي، التصور الذهني ، الحالة البدنية الجيدة ، خبرات النجاح ، الطموح والإصرار، الأهداف الواقعية، الاتزان الانفعالي) ومن اجل التأكد من صلاحية المجالات ومدى تمثيلها للثقة بالنفس المثلى تم إعداد استبيان تضمن تعريف الثقة بالنفس المثلى فضلا عن وضع تعريف لكل مجال من المجالات ،وقام الباحث بعرضها على مجموعة من الخبراء والمتخصصين إذ بلغ مجموعهم (14) خبيرا ومتخصصا والمشار إليهم في الملحق (2) وبعد جمع الاستمارات وتفريغ البيانات ومعالجتها إحصائيا تم قبول خمس مجالات وهي(الطلاقة النفسية ، الاتزان الانفعالي ، الأهداف الواقعية ، التفكير الايجابي ، الحالة البدنية الجيدة) من أصل عشر مجالات والجدول (1) يبين ذلك .

الجدول (1)

يبين النسبة المئوية وقبول ترشيح مجالات الثقة بالنفس المثلى

ت	المجال	رأي الخبراء		النسبة المئوية
		الموافقون	غير الموافقون	
1	التركيز	8	5	% 61.538
2	الاسترخاء	7	6	% 53.846

3	الطلاقة النفسية	13	0	% 100
4	التفكير الايجابي	11	2	% 84.615
5	التصور الذهني	6	7	% 46.153
6	الحالة البدنية الجيدة	12	1	% 92.307
7	خبرات النجاح	8	5	% 61.538
8	الطموح والإصرار	4	9	% 30.769
9	الأهداف الواقعية	10	3	% 76.923
10	الاتزان الانفعالي	11	2	% 92.307

ونلاحظ من الجدول (1) إن المجالات التي تم رفضها (التركيز، الاسترخاء، التصور الذهني ، خبرات النجاح ، الطموح والإصرار) وذلك لعدم حصولها على نسبة 75% فأكثر وقد تم تحديد المجالات (الطلاقة النفسية ، التفكير الايجابي ، الحالة البدنية الجيدة ، الأهداف الواقعية ، الاتزان الانفعالي) لأنها حصلت على نسبة اتفاق أكثر من 75% إذ يشير بلوم« يمكن الاعتماد على نسبة اتفاق السادة الخبراء 75% فأكثر »[1].

3-4-3 إعداد فقرات المقياس وصياغتها :

لغرض إعداد فقرات المقياس الملائمة لقياس الثقة بالنفس المثلى قام الباحث بمراجعة المقاييس ذات العلاقة بموضوع البحث للاستفادة منها في صياغة الفقرات واشتقاق بعض الفقراتمن الإطار النظري والتعاريف التي تناولت مفهوم الثقة بالنفس فضلا عن إعداد بعض الفقرات من الباحث اعتمادا على المقاييس في الدراسات التالية :

1. دراسة العادل أبو العلام (1978)[2]
2. دراسة جمال البدراني (1986)[3]
3. دراسة سمية مصطفى رجب (2010)[4]

في ضوء الدراسات والمقاييس السابقة تم صياغة (82) فقرة بصيغتها الأولية ملحق (1) وتوزعت الفقرات على مجالات المقياس وتضمنت خمسة بدائل للإجابة (دائما، غالبا، أحيانا، نادرا، أبدا) وأعطيت لها الدرجات (5،4،3،2،1) هذا للفقرات الايجابية وبالعكس تعطى للفقراتالسلبية وقد تم مراعاة الآتي في إعداد

---

[1] بنيامين بلوم ؛ تقييم الطالب ألتجمعي والتكويني : ترجمة محمد امين المفتي ، دار ماكجروهيل ، القاهرة ، 1983، ص123 .

[2] العادل محمد أبو العلام : قياس الثقة بالنفس عند الطالبات في مراحل الدراسة الثانوية والجامعية ، مؤسسة علي الجراح الصباح، الكويت ، 1978.

[3] جمال سالم احمد البدراني : بناء مقياس الثقة بالنفس لدى طلاب المرحلة المتوسطة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية ، 1986 ، ص 102.

[4] سمية مصطفى رجب ؛ فعالية برنامج إرشادي مقترح لتنمية الثقة بالنفس لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة ، رسالة ماجستير، كلية التربية،الجامعة الإسلامية ، غزة، 2010 .

الفقرات وصياغتها أن تكون للفقرة معنى واحد وبلغة بسيطة وواضحة يفهمها اللاعب وأن تكون الفقرة قصيرة مرتبطة بالمعنى مما يساعد على الاستجابة وأن تكون الفقرة بصيغة المتكلم وتضمن المقياس فقرات ايجابية وسلبية .

3-4-4 تحديد صلاحية الفقرات :

بعد الانتهاء من صياغة الفقرات قام الباحث بعرضها على الخبير اللغوي* لتكون خالية من الأخطاء اللغوية وبهذا تكون قد تحققت السلامة اللغوية للمقياس.

و للتأكد من صلاحية فقرات مقياس الثقة بالنفس المثلى وملائمتها لعينة البحث تم عرض الفقرات المكونة من (82) فقرة بصيغته الأولية والتي توزعت على مجالات الثقة بالنفس المثلى الخمسة على شكل فقرات ايجابية وأخرى سلبية على مجموعة من الخبراء في علم النفس الرياضي والتربوي الملحق (2) الذين حددوا مجالات المقياس لبيان رأيهم ومقترحاتهم في مدى صلاحية فقرات المقياس ، وبعد الأخذ بآراء الخبراء تم إجراء التعديلات المناسبة من خلال حذف بعض الفقرات وتصحيح صياغة بعضها وجعلها مختصرة كما واقترح بعض الخبراء تحويل بعض الفقرات من مجال إلى مجال آخر لتكون أكثر ملائمة وبذلك تكون عدد فقرات المقياس (64) فقرة ملحق (3) والتي سيتم تحليلها إحصائيا .

3-4-5 التجربة الاستطلاعية :

أجريت التجربة الاستطلاعية لمقياس الثقة بالنفس على عينة مؤلفة من (22) لاعبا بواقع (12) لاعبا من إعدادية روشنبيري و(10) لاعبا من إعدادية كردستان تم اختيارهم بشكل عشوائي من مجتمع البحث الكلي يوم الأربعاء المصادف10/ 2/ 2019،وكان الغرض من إجراء التجربة الاستطلاعية معرفة مدى وضوح التعليمات والفقرات من حيث المعنى وبدائل الإجابة ومعرفة المعوقات والسلبيات التي قد تواجه الباحث عند تنفيذ التجربة الرئيسية وتحديد الوقت المستغرق للإجابة على المقياس وإيجاد الأسس العلمية للمقياس .

وقد تبين من التجربة الاستطلاعية وضوح التعليمات وفقرات المقياس والوقت المستغرق للإجابة تراوح بين(25-30) دقيقة وعدم وجود سلبيات تعوق العمل .

3-4-6 التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الثقة بالنفس المثلى :

قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة البناء والبالغ عددهم (168) لاعبا للمدة من 24-2019/2/27 لغرض إجراء التحليل الإحصائي اعتمادا على القوة التمييزية ومعامل الاتساق الداخلي لاستخراج صدق المقياس وثباته ، وبعد أن اكتملت إعادة الاستمارات تم استبعاد(8) استمارات لعدم اكتمال الإجابة عليها وأصبح عدد الاستمارات الجاهزة للتحليل الإحصائي (160) استمارة وقام الباحث بتحديد(20)

* الخبير اللغوي : ا د احمد سعيد عامر ،قسم اللغة العربية ، كلية التربية الإنسانية ، جامعة كركوك

استمارة من الذين حصلوا على اقل الدرجات في مقياس الثقة بالنفس المثلى وتم ذلك من خلال ترقيم الاستمارات طبقا لتسلسل أسماء اللاعبين ليجيبوا بصدق وأمانة وموضوعية ،وقد قام الباحث بالتحقق من قوة الفقرات على التمييز باستخدام التحليل الإحصائي الأتي :

أولا :القوة التميزية :

من اجل إيجاد القوة التميزية لفقرات المقياس اتبع الباحث أسلوب المجموعتين الطرفيتين حيثتشير القوة التميزية إلى التمييز أو التفريق بين الأفراد الذين يحصلون على درجات عالية والأفرادالذين يحصلون على درجات منخفضة في المقياس نفسه، فقد رتب الباحث الدرجات الكلية التي حصلت عليها عينة البناء والبالغة(160) لاعبا ترتيبا تنازليا، ثم قام الباحث بحساب القوة التميزية لكل فقرة من فقرات المقياس باستعمال الاختبار التائي (T-Test) لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا وبنسبة (27%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا و(27%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا من حجم العينة إذ بلغت العينة عند كل مجموعة (43) لاعبا، وبعد معالجة النتائج إحصائيا باستخدام (Spss) وبذلك تم استبعاد (9) فقرة لعدم دلالتها إحصائيا وذلك لكون مستوى الدلالة كان اكبر من (0,05) والجدول (2) يبين ذلك .

جدول (2)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري للمجموعتين ونتائج الاختبار التائي لحساب التمييز

رقم الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		قيمة (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة	القدرة التميزية للفقرة
	س	ع	س	ع			
1	2.277	1.209	1.398	0.837	3.625	0.001	مميزة
2	3.944	1.372	2.388	1.419	4.727	0.000	مميزة
3	3.684	1.191	2.500	1.160	4.311	0.000	مميزة
4	2.583	1.480	1.433	0.676	4.607	0.000	مميزة
5	3.972	1.108	2.363	1.287	5.789	0.000	مميزة
6	3.861	1.046	2.388	1.128	5.741	0.000	مميزة
7	2.680	1.585	1.680	1.445	*1.870	0.080	غير مميزة
8	3.640	1.046	2.220	0.927	6,073	0.000	مميزة
9	4.138	1.268	2.000	1.352	6.922	0.000	مميزة
10	2.083	1.227	1.055	0.232	4.936	0.000	مميزة
11	2.305	1.390	1.444	0.876	3.144	0.002	مميزة
12	3.555	1.443	2.527	1.403	3.063	0.003	مميزة
13	2.861	1.150	1.472	0.654	6.298	0.000	مميزة
14	2.832	1.198	1.445	1.012	5.016	0.000	مميزة
15	3.944	1.119	2.305	1.166	6.081	0.000	مميزة
16	2.250	1.441	1.500	0.878	2.666	0.010	مميزة
17	3.527	1.133	2.083	1.204	5.241	0.000	مميزة

مميزة	0.000	5.635	0.837	1.611	1.218	3.000	18
مميزة	0.000	4.859	0.603	1.250	1.383	2.472	19
مميزة	0.000	3.680	0.903	1.388	1.190	2.305	20
مميزة	0.000	5.216	1.242	2.333	1.222	4.138	21
مميزة	0.000	4.584	1.043	2.776	1.146	2.896	22
مميزة	0.000	3.885	1.158	2.698	1.971	3.254	23
غير مميزة	0.068	*0.810	1.171	1.480	1.506	1.710	24
مميزة	0.000	4.030	1.122	2.470	1.148	3.560	25
مميزة	0.000	4.313	1.158	2.500	1.190	3.694	26
مميزة	0.011	2.619	1.469	2.888	1.116	3.694	27
مميزة	0.000	6.487	0.734	1.555	1.237	3.111	28
مميزة	0.000	6.075	0.929	2.222	1.046	3.638	29
غير مميزة	0.066	*1.360	1.258	1.033	1.244	2.029	30
مميزة	0.011	2.600	1.461	3.416	1.149	4.222	31
مميزة	0.000	6.050	1.173	2.222	1.240	3.944	32
مميزة	0.001	3.537	1.582	3.305	0.934	4.388	33
مميزة	0.000	8.088	1.058	1.722	1.263	3.944	34
مميزة	0.000	5.956	0.542	1.361	1.105	2.583	35
غير مميزة	0.069	*0.811	1.174	1.488	1.509	1.718	36
مميزة	0.000	5.740	1.129	2.389	1.047	3.860	37
مميزة	0.000	4.958	1.273	2.416	1.045	3.714	38
مميزة	0.003	3.033	1.518	2.250	1.588	3.361	39
مميزة	0.000	3.172	0.894	1.476	0.956	3.655	40
مميزة	0.000	6.133	0.676	1.339	1.115	3.111	41
مميزة	0.000	4.012	1.132	2.384	1.158	3.527	42
مميزة	0.002	3.203	1.177	2.654	1.226	4.602	43
مميزة	0.000	4.165	0.894	1.756	0.956	3.623	44
مميزة	0.000	5.177	0.676	1.333	1.115	3.167	45
مميزة	0.000	6.177	0.684	1.362	1.187	3.642	46
مميزة	0.000	3.133	1.508	2.253	1.688	3.541	47
غير مميزة	0.182	*0.165	0.494	1.026	0.256	1.578	48
مميزة	0.000	8.177	0.676	1.393	1.115	3.235	49
مميزة	0.000	4.012	1.132	2.464	1.158	3.527	50
مميزة	0.000	3.293	1.452	1.587	1.146	2.684	51
مميزة	0.002	3.460	1.658	1.233	1.301	3.649	52
مميزة	0.011	2.600	1.461	3.416	1.149	4.222	53
غير مميزة	0.081	*1.870	1.445	1.678	1.582	2.679	54
مميزة	0.00	1.371	1.338	1.750	1.410	2.194	55
غير مميزة	0.175	*1.371	1.338	1.750	1.410	2.194	56
مميزة	0.000	6.216	1.242	2.333	1.222	4.138	57

58	2.280	3.620	1.190	1.388	0.903	3.680	0.000	مميزة
59	3.005	3.620	1.095	2.781	1.377	*1.635	0.075	غير مميزة
60	3.620	3.620	0.950	1.753	0.890	4.160	0.00	مميزة
61	2.305	3.620	1.190	1.388	0.903	3.680	0.000	مميزة
62	2.684	3.620	1.587	1.684	1.447	* 1.871	0.080	غير مميزة
63	4.321	3.620	1.276	3.305	1.060	3.254	0.000	مميزة
64	2.472	3.620	1.383	1.250	0.603	4.859	0.000	مميزة

*فقرة غير مميزة

يتبين من الجدول (2) إن قيمة (t) تراوحت بين (0،121- 8،177) وبذلك تكون الفقرات المحذوفة (9) فقرات بطريقة المجموعتين الطرفيتين والفقرات هي (7 ،24 ،30، 36، 48، 54، 56، 59، 62) .

ثانيا :الاتساق الداخلي :

استخدم الباحث معامل الاتساق الداخلي لتحديد مدى تجانس الفقرات في قياسها للصفة ، حيث تم استخدام معامل الارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الأرتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس لجميع أفراد عينة البحث ، والجدول (3) يبين ذلك .

جدول(3)

يبين معامل الارتباط لفقرات مقياس الثقة بالنفس المثلى

الفقرة	معامل الارتباط	Sig.	الفقرة	معامل الارتباط	Sig.	الفقرة	معامل الارتباط	Sig.	الفقرة	معامل الارتباط	Sig.
.1	0.242	0.000	17	0.365	0.000	33	0.311	0.000	49	0.214	0.000
.2	0.321	0.000	18	0.441	0.000	34	0.225	0.000	50	0.048	0.142
.3	0.645	0.000	19	0.541	0.000	35	0.371	0.000	51	0.251	0.000
.4	0.333	0.000	20	0.215	0.000	36			52	0.115	0.064
.5	0.221	0.000	21	0.224	0.000	37	0.297	0.000	53	0.545	0.001
.6	0.156	0.000	22	0.224	0.000	38	0.323	0.000	54		
.7			23	0.336	0.000	39	0.312	0.000	55	0.669	0.000
.8	0.333	0.000	24			40	0.500	0.000	56		
.9	0.231	0.000	25	0.231	0.000	41	0.514	0.000	57	0.441	0.000
.10	0.411	0.000	26	0.099	0.102	42	0286	0.000	58	0.501	0.000
.11	0.006	0.071	27	0.455	0.000	43	0.496	0.001	59		
.12	0.441	0.000	28	0.222	0.000	44	0.422	0.000	60	0.354	0.002
.13	0.322	0.000	29	0.212	0.000	45	0.226	0.000	61	0.446	0.000
.14	0.255	0.000	30			46	0.364	0.000	62		
.15	0.314	0.000	31	0.109	0.051	47	0.254	0.002	63	0.323	0.000
.16	0.544	0.000	32	0.285	0.000	48			64	0.452	0.000

حيث يتضح من الجدول إن قيم معامل الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية قد تراوحت بين (0،006–0،669) وفي ضوء ذلك تم استبعاد (5) فقرات لعدم دلالتها إحصائيا ، وبذلك تكون الفقرات التي حذفت هي (11 ، 26 ، 31، 52 ، 52) وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس (50) فقرة بصيغته النهائية ملحق رقم (4) .

3–4–6 الخصائص السيكومترية للمقياس :

3–4–6–1 صدق المقياس :

يعد الصدق من الخصائص المهمة للاختبارات والمقاييس التربوية والنفسية ، إذ إن المقياس الصادق هو المقياس الذي تقيس عباراته السمة المراد قياسها ولا يقيس سمة أخرى بغض النظر عن إن المستجيب تنطبق أو لا تنطبق عليه ،وقد تحقق الباحث من صدق المقياس من خلال نوعان من الصدق هما

أولا : صدق المحتوى (الظاهري) :

تأكد الباحث من الصدق الظاهري من خلال عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين المشار إليهم مسبقا في الملحق (2) لغرض الحكم على صلاحيتها وقد اجمع الخبراء في آرائهم على صلاحية المقياس للغرض الذي وضع من اجله وبذلك تم التحقق من الصدق الظاهري .

ثانيا : صدق التكوين الفرضي (صدق البناء) :

تأكد الباحث من هذا النوع من الصدق من خلال مؤشرين هما القوة التميزية باستخدام المجموعتين الطرفيتين حيث تم اعتمادا عليه الإبقاء على الفقرات ذات التميز الجيد والمقبولة واستبعاد الفقرات غير المميزة والاتساق الداخلي من خلال إيجاد قوة الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس .

3–4–6–2 ثبات المقياس :

يعد الثبات من العوامل المهمة في بناء وتقنين الاختبارات والمقاييس النفسية ويكون ثابتا عندما يكون على درجة عالية من الإتقان والدقة والموضوعية فيما وضع لقياسه ،وقد اعتمد الباحث لحساب الثبات على :

طريقة التجزئة النصفية :

تعتبر هذه الطريقة من أكثر الطرائق المستخدمة في البحوث التربوية والنفسية كونها تتطلب الاختبار لمرة واحدة وتعتمد على تجزئة فقرات المقياس إلى جزأين هما الفقرات الزوجية والفقرات الفردية ، ثم تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الفقرات الزوجية والفردية والبالغ (0.678) وتمثل هذه القيمة معامل ثبات نصف الاختبار وبعد تصحيح قيمة معامل الثبات لكي يقيس الاختبار ككل من خلال استخدام معادلة

سبيرمان براون* وبذلك أصبح معامل الثبات (0.808) وهو مؤشر جيد يمكن الاعتماد عليه للثبات على المقياس .

3-4-7 تصحيح المقياس :

بعد إكمال عملية البناء أصبح المقياس مكونا من (50) فقرة أعتمد الباحث أسلوب ليكرت ذات التدرج الخماسي وتكون الإجابة باختيار بديل واحد من خمسة بدائل وهي (دائما ، غالبا ، أحيانا ، نادرا ، أبدا) وتعطى الدرجات (5،4،3،2،1) للفقرات الايجابية وبالعكس للفقرات السلبية أما الدرجة الكلية للمقياس تستخرج بجمع درجات الإجابة عن جميع فقرات المقياس وبذلك تكون درجة المقياس بين (50- 250) درجة ، وتكون درجة المتوسط الفرضي* للمقياس هي (150) .

3-4-8 التطبيق النهائي للمقياس :

بعد الانتهاء من إجراءات إعداد المقياس واستخراج صدقه وثباته أصبح المقياس مكونا من (50) فقرة في صيغته النهائية ، طبق الباحث المقياس على عينة عددها (20) لاعبا من فرق المدارس الإعدادية للمدة من 3- 2019/3/5 من الذين كانت درجاتهم ضعيفة في مقياس الثقة بالنفس المثلى وذلك بعد توزيع استمارة الاستبيان عليهم داخل القاعات الدراسية ، وتم حساب درجات استجابات اللاعبين على عبارات المقياس طبقا لبدائل الإجابة الايجابية والسلبية.

3-4-9 إجراءات التجربة الرئيسية :

3-4-9-1 الاختبارات القبلية :

اعتمد الباحث على نتائج التطبيق النهائي للمقياس لعينة البحث المكونة من (20) لاعبا والذين كانت درجاتهم ضعيفة في مقياس الثقة بالنفس المثلى .

3-4-9-2 الاختبارات البعدية :

تم إجراء الاختبارات البعدية لعينة البحث في يوم الخميس المصادف 2019/5/2 لمقياس الثقة بالنفس المثلى وتم إجرائها في نفس الظروف الزمنية والمكانية المستخدمة في الاختبارات القبلية .

3-4-10 الوسائل الإحصائية :

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية (spss) إذ تم استخدام الوسائل التالية لاستخراج النتائج :

- الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ،اختبار (t) ،معامل ارتباط بيرسون،معادلة سبيرمان براون،المتوسط الفرضي ،النسبة المئوية .

* معادلة سبيرمان براون = 2× معامل الارتباط / 1+ معامل الارتباط

* المتوسط الفرضي = (مجموع البدائل ÷ عدد البدائل) × عدد العبارات

4- عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

بعد أن تم تحقيق أهداف البحث ، وفي ضوء البيانات التي حصل عليها الباحث من عينة البحث سيتم مناقشة نتائج البحث الحالي وكما يأتي :

4-1 عرض نتائج اختبارات المجموعة التجريبية وتحليلها :

4-1-1عرض نتائج الاختبار القبلي والبعدي للثقة بالنفس المثلى للمجموعة التجريبية وتحليلها :

جدول (4)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري لمتغير الثقة بالنفس المثلىفي الاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية

المتغير	الاختبارات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
الثقة بالنفس المثلى	الاختبار القبلي	158.450	6.917	1.547
	الاختبار ألبعدي	202.900	6.851	1.532

يتضح من الجدول (4) إن قيمة الوسط الحسابي للثقة بالنفس المثلى للاختبار القبلي كان (158.450) والانحراف المعياري هو (6.917) أما للاختبار البعدي فكان الوسط الحسابي (202.900) والانحراف المعياري (6.851) إذ يتضح من الجدول أعلاه إن قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري في الاختبار القبلي والبعدي لاختبار الثقة بالنفس كانت مختلفة مما يدل على حدوث تغير في الاختبار البعدي عما كانت عليه في الاختبار القبلي .

جدول (5)

يبين فرق الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (t) بين نتائج الاختبارين القبلي والبعدي في اختبار قيد البحث للمجموعة التجريبية

المتغير	وحدة القياس	س- ف	ع ف	هـــ	اختبار (t)	Sig
الثقة بالنفس المثلى	درجة	44.450	1.317	0.294	150.951	.000

ولمعرفة الفروق بين الوسط الحسابي للاختبارين القبلي والبعدي للمجموعة التجريبية في اختبار الثقة بالنفس المثلى اعتمد الباحث اختبار (t) للعينات المترابطة إذ بلغت قيمة (t) (150.951) وان قيمة الدلالة (Sig) بلغت (0.000) وهي اقل من مستوى الدلالة (0.05) وبما إن قيمة الدلالة اصغر من مستوى الدلالة مما يدل ذلك على وجود فرق معنوي بين الاختبارين القبلي والبعدي ولصالح الاختبار البعدي .

4-1-2 مناقشة نتائج الاختبار القبلي والبعدي للثقة بالنفس المثلى للمجموعة التجريبية :

من خلال ما تم عرضه في الجدولين (4) ،(5) يتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قيم كل من الوسط الحسابي والانحراف المعياري بين الاختبارين القبلي والبعدي في نتائج اختبار الثقة بالنفس المثلى ولصالح الاختبار البعدي .

ويرى الباحث إن عدم امتلاك اللاعبين للثقة بالنفس المثلى بمكن أن يفقدهم الكثير من الفرص في المنافسات بسبب التوتر والخوف من المخاطر التي قد تحدث في المواقف المختلفة ويكون مترددا مما ينعكس سلبا على أدائه "وبما إن متغير الثقة بالنفس المثلى يمكن أن يكتسبها اللاعبين وإنها ليست فطرية فمن الممكن تنميتها من خلال عوامل عدة منها إكساب اللاعبين مهارات التفكير الايجابي كالحديث الذاتي والتخيل والتوقع الايجابي ولما لها من دور في تثبيت الثقة بالنفس لديهم وتزويدهم بخبرات بناءة عن الذات في كيفية مواجهة المنافس"[1] وأن يسهم في تعديل اتجاهاتهم السلبية والتحرر من التوتر كما ويحسن من قدراتهم المعرفية إذ تبرز أهمية هذه الأفكار في إعادة تنظيم مدركاتهم والاستبصار بذاتهم ،فضلا عن ما جاء به (أسامة كامل راتب) "من إن اللاعبين الذين يتصفون بالثقة المثلى يضعون أهدافا واقعية طبقا لمستوى قدراتهم مما ينعكس عليهم بشكل ايجابي وعلى تعزيز ثقتهم بنفسهم مما يساعدهم في التعامل مع الأخطاء بفاعلية والاستمرار في الكفاح من اجل التفوق والنجاح "[2].

ويعزو الباحث ظهور الفروق المعنوية للمجموعة التجريبية في الاختبار البعدي لمتغير الثقة بالنفس المثلى إلى إن العمل وفق البرنامج النفسي المعد لهذه المجموعة من خلال المناقشة والحوار وتزويد اللاعبين بالتغذية الراجعة أدى إلى تفاعل اللاعبين تفاعلا نشطا خلال الجلسات إضافة إلى ما تضمنه البرنامج من فنيات ومعلومات وأفكار جديدة وأنشطة متنوعة تزيد من دافعية اللاعبين للتعلم وتحثهم على الأداء الصحيح برغبة واندفاع وتحمل المسؤولية لكافة المتطلبات وزيادة استقلاليتهم في الاعتماد على ذاتهم مما ساهم في الرفع من درجة الثقة بالنفس لديهم وهذا يؤكد ما ذكره (أسامة كامل راتب) "ان الثقة بالنفس تعد بمثابة التعبير عن قيمة اللاعب لذاته وفي بذل المزيد من اجل حماية ذاته "[3].

5- الاستنتاجات والتوصيات :

5-1 الاستنتاجات :

بناء على ماسبق توصلت الدراسة إلى الاستنتاجات التالية :

- لدى لاعبي فرق المدارس الإعدادية بالكرة الطائرة ثقة بالنفس ولكنها ضئيلة .

1.Emmons, S, & Thomas, A . power performance for singers : Transcending the Barriers. Oxford Univ. Press, Briton.2007,p,44 .

[2] أسامة كامل راتب ؛ علم النفس الرياضي ،القاهرة ،دار الفكر العربي للطباعة ، 1997 .

[3] أسامة كامل راتب ؛ مصدر سبق ذكره ، 1997،ص351 .

5-2 التوصيات :

في ضوء استنتاجات الدراسة الحالية يوصي الباحث بما يأتي :

1- ضرورة تعزيز الثقة بالنفس المثلى للاعبين وحث مدرسي التربية الرياضية والمدربين بأهميتها باعتبارها من المتغيرات النفسية المهمة والمؤثرة في سلوك وأداء لاعبي الكرة الطائرة .

2- تشجيع المدرسين على استخدام الوسائل الإيضاحية الحديثة كالأفلام في المدارس وذلك لما لها من اثر بالغ في نفوس اللاعبين .

المصادر :

- أسامة كامل راتب ؛ علم النفس الرياضي ،القاهرة ،دار الفكر العربي للطباعة ، 1997 .

-العادل محمد أبو العلام : قياس الثقة بالنفس عند الطالبات في مراحل الدراسة الثانوية والجامعية ، مؤسسة علي الجراح الصباح ، الكويت ،1978.

- بنيامين بلوم ؛ تقييم الطالب ألتجمعي والتكويني : ترجمة محمد أمين المفتي ، دار ماكجروهيل ، القاهرة ، 1983.

- ثابت شتيوي ؛ مستوى الثقة بالنفس وعلاقتها بدافعية الانجاز الرياضي لدى لاعبي منتخبات الألعاب الرياضية الجماعية في الجامعات الفلسطينية ، جامعة فلسطين التقنية ، مجلة الدراسات التربوية والنفسية ، مجلد (11) العدد (3) ،2017، ص483-499 .

- جمال سالم احمد البدراني : بناء مقياس الثقة بالنفس لدى طلاب المرحلة المتوسطة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية ، 1986 .

- سمية مصطفى رجب ؛ فعالية برنامج إرشادي مقترح لتنمية الثقة بالنفس لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة ، رسالة ماجستير، كلية التربية،الجامعة الإسلامية ، غزة ،2010 .

- عكلة سليمان ألحوري ؛ رؤية معاصرة في علم النفس الرياضي :ط1، القاهرة ،مركز الكتاب الحديث ، 2016.

- علي جاسم عكلة ؛ الثقة بالنفس عند الأطفال والمراهقين : جامعة بغداد، كلية التربية ، 1989.

- غازي صالح محمود واحمد عربي عودة ؛ اتجاهات معاصرة في علم النفس الرياضي، ط1، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع،الأردن ، عمان ، 2013.

- محمد حسين العبيد ؛ الثقة بالنفس لدى طلبة المدارس الحكومية في منطقة اربد التعليمية وعلاقتها ببعض المتغيرات ، الجامعة الأردنية.

- مروان عبد المجيد ابراهيم ؛ الموسوعة العلمية للكرة الطائرة ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، عمان ، 2001 .

-Al-Adil Mohammad Abu Al-Alam. Measuring the self-confidence of Female in secondary and University education, Ali Al-Jarrah Al-Sabah Foundation, Kuwait, 1978 .

-Ali JassimIkoula, Self-confidence in children and adolescents , Baghdad University, faculty of education, 1989 .

-Benjamin Bloom. Collective and formative student evaluatio , Translated By Muhammad Amin Al-Mufti, McGraw hill House, Cairo, 1983 .

- Emmons, S, & Thomas, A . power performance for singer Transcending the Barriers, Oxford Univ, Press, Briton, 2007 .

-Ghazi Saleh Mahmoud and Ahmed ArabiOdeh. Contemporary trends in Sports Psychology, First edition, Arab Society Library for publishing and Distribution, Jordan ,Oman, 2013 .
-Hays, k, Thomaas, O, Maynard, I. & Bowden, M,The role of confidencein world-class sport performance. Journal of Sports Science,2009, 27(11), 1185-1199.
-Ikoula Suleiman Al-Houry, Contemporary Vision in Sports Psychology, First edition, Cairo, Modern Book Center, 2016 .
-Jamal Salem Ahmed Al-Badran iBuilding a measure of self-confidence Among middle school students , Amagister message that is not published, Baghdad University, Faculty of Education, 1986 .
-Mohammed Hussein AL-Obaid . Self-confidence among government School students in the Irbid educational district and its relationship to some variables, University of Jordan, 1995 .
-MarwrnAbd Al-mageed Ibrahim . The Scientific Encyclopedia of Volleyball,Al-warraq Institution for publishing and Distribution,Oman,2001 .
-Osama KamelRatib. Sports psychology, Cairo, Arab, Thought House for printing, 1997 .
-Somaya MustafaRagab , The Effectiveness of a proposed extension program to develop self-confidence among students of the Islamic University of Gaza, Master thesis, Faculty of Education, Islamic Univeraity ,Gaza, 2010 .
-ThabatShtewee. The level Self-confidence and its relationship with the motivation of sports for my players have team sports teams in Palestinian Universities, Journal of Educational and Psychological Studies, folder (11) the number (3), 2017 .