

## The relationship between self-assessment and self-confidence and the skills of serving and smashing in youth volleyball

RANA HUSHAM ABDULSATTAR

### Abstract

The problem can be summarized in two questions:

Does the relationship between psychological variables (self-assessment, self-confidence) and performance (serving, smashing) contribute to the design of psychological programs alongside skill-based ones?

Does the research support a comprehensive vision for development in physical education by enhancing psychological variables, thereby enhancing performance in tournaments and competitions? The research also aims to: Identify the skills of serving and smashing among junior players. Identify the relationship between the research criteria and the skills of serving and smashing among junior players. To achieve the objectives, the researcher chose the descriptive approach using the survey method. It also selected a sample of (80) players from the Iraqi Junior League for the season (2024-2025) and divided it into a survey, preparation and main sample. Then it prepared a self-assessment scale for volleyball juniors and used a self-confidence scale and two tests for the skills of smash and serve. Then the researcher identified the variables and extracted the results and correlation, and she reached several conclusions and recommendations, including that there is a clear weakness in self-assessment and self-confidence among junior volleyball players. There is an acceptable level of skill performance, but the psychological aspect is weak. It is necessary to pay attention to psychological aspects, such as self-evaluation and self-confidence. It is necessary to activate psychological guidance units and include them in training sessions. It is necessary to adopt a training program for the smash and serve skills, as they are offensive skills that score points and win for the team.

Keywords: self-assessment, self-confidence, youth, volleyball

رقم الابداع في المكتبة الوطنية 2439

علاقة تقييم الذات والثقة بالنفس بمهارتي الإرسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة للناشئين

م.م رنا هشام عبد الستار

[Rhusham0@gmail.com](mailto:Rhusham0@gmail.com)

وزارة التربية / مديرية تربية الكرخ الأولى

[https://orcid.org/my-orcid?orcid=0009-0002-7011-](https://orcid.org/my-orcid?orcid=0009-0002-7011-2545&justRegistered=true)

[2545&justRegistered=true](https://orcid.org/my-orcid?orcid=0009-0002-7011-2545&justRegistered=true)

مستخلص البحث:

ويمكن تلخيص المشكلة بسؤالين

❖ هل للعلاقة بين متغيرات نفسية (تقييم الذات - الثقة بالنفس) وأداء (الإرسال - الضرب الساحق)

يساهم في تصميم برامج نفسية بجانب المهارية

❖ هل البحث يدعم الرؤية الشاملة للتطوير في التربية الرياضية من خلال تعزيز المتغيرات النفسية،

ما يعزز الأداء في البطولات والمسابقات.

كما يهدف البحث الى: التعرف على مهارتي الإرسال والضرب الساحق للاعبين الناشئين). التعرف على

العلاقة بين مقياسي البحث ومهارتي الإرسال والضرب الساحق للاعبين الناشئين). ولتحقيق الأهداف

قامت الباحثة باختيار المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي كما قامت باختيار عينة قوامها (80) لاعباً من

لاعبي الدوري العراقي للناشئين للموسم (2024-2025) وقسمت الى استطلاعية واعداد ورئيسة ومن ثم

قامت بأعداد مقياس تقييم الذات لناشئي الكرة الطائرة واستخدام مقياس الثقة بالنفس واختبارين لمهارتي

الضرب الساحق والإرسال وبعدها قامت الباحثة بالتعرف على المتغيرات واستخراج النتائج والعلاقة

الارتباطية إذ توصلت الى عدة استنتاجات وتوصيات منها هنالك ضعف واضح في تقييم الذات والثقة

بالنفس لدى لاعبي الكرة الطائرة الناشئين. ضعف في دور تقييم الذات والثقة بالنفس في مهارتي الضرب

الساحق والإرسال بالكرة الطائرة للناشئين. هنالك مستوى مقبول من الأداء المهاري لكنه الجانب النفسي

ضعيف. ضرورة الاهتمام بالجوانب النفسية المتمثلة بتقييم الذات والثقة بالنفس. ضرورة تفعيل الوحدات

الارشادية النفسية وتضمينها بالوحدات التدريبية. ضرورة اعتماد برنامج تدريبي لمهارتي الضرب الساحق

والإرسال كونها من المهارات الهجومية التي تحقق النقاط والفوز للفريق.

الكلمات المفتاحية: تقييم الذات، الثقة بالنفس، الناشئين، الكرة الطائرة





## 1- التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث:

يعد التقدم العلمي من مميزات عصرنا الحاضر إذ شمل جوانب الحياة المختلفة بما فيها الجانب الرياضي الذي تفاعل مع العلوم الطبيعية والإنسانية بغية إعداد الفرد إعداداً شاملاً متزناً تمهيداً للوصول إلى المستويات العليا في الفعالية الرياضية المختارة وبما إن إعداد الفرد لا يتحقق من غير هذه العلوم فلا بد من وضع طرائق وأساليب حديثة تسهم في تطوير الألعاب الرياضية.

"إن الجانب النفسي مكمل للجانب المهاري وهي المحور الأساس في بناء الفريق لذا لا بد من الدقة في الأداء وتنفيذ هذه المهارات بما ينسجم مع التغيرات في الخطط وتغير قانون اللعبة الذي جعل إيقاع اللعبة أسرع من السابق حيث يتطلب ذلك تدريب دقيق يتناسب ومتغيرات اللعبة التي تحدث بسرعة فائقة تتناسب وصغر ملعب كرة الطائرة نسبياً" (Mohammed, K. S. 2019,163)

"في مجال الرياضة، على سبيل المثال، أظهرت الأبحاث وجود علاقة وثيقة بين المهارات النفسية والأداء المهاري. فالتوافق النفسي والانفعالي يؤثران بشكل مباشر على دقة الأداء في المهارات الأساسية، مثلما هو الحال في لعبة الكرة الطائرة" (هزير، 2017، 161)

الكرة الطائرة واحدة من تلك الرياضات التي تحتوي على مزيج رائع من الأداء فضلاً عن انها حظيت بتطور في قانونها وجوانبها الخططية وارتفاع مستويات انجاز اللاعبين مهارياً ونفسياً. تُعد الثقة بالنفس وتقييم الذات من العوامل النفسية الأساسية التي تؤثر بشكل كبير على أداء الرياضيين، خاصة في رياضات تتطلب مهارات دقيقة مثل الكرة الطائرة التي تؤدي تحت الضغط النفسي كون مهارات الكرة الطائرة تحتاج الى سرعة واستجابة سريعة كما إن اللاعبين الشباب يتميزون بقدرات لكنهم أقل خبرة تحت الضغط، مما يجعلهم بحاجة إلى برامج نفسية متخصصة لتعزيز الثقة، لا سيما لمهارات تتطلب جرأة مثل الإرسال والضرب الساحق وتأتي أهمية هذين المتغيرين الذين تناولتهما الباحثة في تعزيز هذه الفئة من اللاعبين الذين ربما يفتقرون للجوانب النفسية المختارة أو العكس لذلك الولوج في هذا البحث له أهميته للمدربين للوقوف على نقاط الضعف وتلافيها ونقاط القوة وتعزيزها.

### 1-2 مشكلة البحث:

ان تقييم الذات غالباً ما يكون متوسطاً لدى لاعبي الكرة الطائرة، ويتفاوت تأثيره على أداء مهارات الإرسال والضرب الساحق، ففي عدد من الدراسات لم يلاحظ أثر دال بالمقابل ان الثقة بالنفس ترتبط ارتباطاً طردياً

بأداء الضرب الساحق ودقة الإرسال، خاصة عند اللاعبين الناشئين تحت الضغط النفسي والانفعالي لذلك يجب ان يكون هنالك صفات وخصائص نفسية لا بد ان يمتلكها لاعبو الكرة الطائرة لمواجهة المواقف التنافسية خلال أدائهم المهارات في التدريب او المنافسات وان للأعداد النفسية الدور المهم في تهيئة اللاعب لمثل هكذا مواقف مما ينعكس ايجاب بأبعاد الخوف والقلق والضعف لدى اللاعب وبالتالي سيولد شعور بالثقة بالنفس.

ويمكن تلخيص المشكلة بسؤالين

- ❖ هل للعلاقة بين متغيرات نفسية (تقييم الذات - الثقة بالنفس) وأداء (الإرسال - الضرب الساحق) يساهم في تصميم برامج نفسية بجانب المهارية
- ❖ هل البحث يدعم الرؤية الشاملة للتطوير في التربية الرياضية من خلال تعزيز المتغيرات النفسية، ما يعزز الأداء في البطولات والمسابقات.

### 3-1 اهداف البحث:

1. التعرف على مقياسي البحث (تقييم الذات، الثقة بالنفس للاعبين الناشئين).
2. التعرف على مهارتي الارسال والضرب الساحق للاعبين الناشئين).
3. التعرف على العلاقة بين مقياسي البحث ومهارتي الارسال والضرب الساحق للاعبين الناشئين).

### 4-1 فرض البحث:

- وجود علاقة ذات دلالة احصائية بين مقياسي البحث ومهارتي الارسال والضرب الساحق للاعبين الناشئين).

### 5-1 مجالات البحث:

المجال البشري: اللاعبين الناشئين للموسم الرياضي 2023-2024.

المجال الزمني: المدة من 2024/12/25 - 2025/5/14

المجال المكاني: القاعة المغلقة (المعهد الفني) في محافظة كربلاء.

2 منهجية البحث وإجراءاته الميدانية:

### 1-2 منهج البحث:

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية لملاءمته طبيعة مشكلة البحث.

رقم الایجاد فی المكتبة الوطنية 2439





## 2-2 مجتمع البحث وعينته:

تم تحديد مجتمع البحث بناء على اخر بطولة للناشئين والتي اجراها الاتحاد العراقي المركز للكرة الطائرة في محافظة كربلاء للموسم (2024-2025) والبالغ عدد الأندية (10) اندية وهما: (الموهبة الرياضية، أربيل، الدغارة، نفط ميسان، بسطاملي، السنية، الشهيد سعد، سولاف، امام المتقين، الشطرة) إذ اختارت الباحثة عينتها مجموعة من اللاعبين والبالغ عددهم (80) لاعب من كل نادي (8) لاعبين جميعهم يجيدون مهارة الضرب الساحق والارسال يمثلون نسبة (66.66%) من المجتمع الاصلي أي تم استبعاد اللاعب الليبرو والمعد والبالغ عددهم (40) لاعب يمثلون نسبة (33.33%) من المجتمع الأصلي وبعدها قسمت الباحثة العينة الى استطلاعية (12) لاعب يمثلون نسبة (15%) من العينة الكلية للبحث وعينة تجربة اعداد مقياس تقييم الذات (35) لاعب تشكل نسبة (43.75%) من عينة البحث وعينة التجربة الرئيسية (35) لاعب تشكل نسبة (41.25%) من عينة البحث

## 2-3 الاجهزة والادوات المستخدمة ووسائل جمع المعلومات:

### استخدم الباحث الاجهزة والادوات الاتية:

- المصادر العربية والاجنبية.
- الخبراء والمختصون.
- استبانة مقياس تقييم الذات للاعبي الكرة الطائرة.
- مقياسي الدراسة (الثقة بالنفس).
- حاسبة الكترونية.
- الوسائل الاحصائية.

P-ISSN:2707-7845 الاختبارات المهارية

E-ISSN:2707-7853

## 2-4 اجراءات البحث الميدانية:

### 2-4-1 تحديد متغيرات البحث:

### 2-4-1-1 اعداد مقياس تقييم الذات

اعتمدت الباحثة على المصادر والدراسات السابقة في تحديد ابعاد وعبارات المقياس إذ اعتمدت الباحثة على (6) مجالات تمثل مقياس تقييم الذات (الوعي الذاتي، احترام الذات، قبول الذات، إدارة الذات، الكفاءة الذاتية، الرضا الذاتي) وإعطاء تعريف نظري لكل مجال وأهتمت الباحثة بأن تعطي المجالات معنى للظاهرة المدروسة او المفهوم الذي يراد قياسه من خلال الاستبانة ، وتم عرضها على عدد من الخبراء والمختصين في مجال علم النفس الرياضي والكرة الطائرة والبالغ عددهم (17) خبير اذ طلب منهم ابداء

آرائهم بصلاحيات المجالات وتعريفاتها وإمكانية إضافة أو دمج أي مجال يروونه مناسباً وحذف أو تعديل المجالات الغير مناسبة ، فقد اعتمدت الباحثة النسبة المئوية في تحديد مجالات البحث ، وتحت نسبة قبول (75%) وكما مبين في الجدول (1) لمقياس تقييم الذات.

### الجدول (1)

يبين اتفاق الخبراء والمختصين على مجالات تقييم الذات

ت	المجالات المرشحة	الموافقون	الغير موافقون	النسبة المئوية	النتيجة
1	الوعي الذاتي	17	0	100%	مقبول
2	احترام الذات	15	0	88.23%	مقبول
3	قبول الذات	14	3	82.35%	مقبول
4	إدارة الذات	15	0	88.23%	مقبول
5	الكفاءة الذاتية	15	0	88.23%	مقبول
6	الرضا الذاتي	17	0	100%	مقبول

بعد ان تم تحديد مجالات مقياس تقييم الذات للاعبين الكرة الطائرة الناشئين ، قامت الباحثة بأعداد أستاذة تحتوي على عبارات مختارة للمجالات على ان تكون هذه العبارات موزعة ضمن المحاور (المجالات) ، وتعتبر كل عبارة عن المجال الذي وضعت فيه وعلى اساس التعريف النظري للمجال الذي وضعت فيه العبارة مع تحديد بدائل الاجابة المقترحة في مقياس (تقييم الذات للاعبين الكرة الطائرة الناشئين والذي بلغ عدد فقراته (48) عبارة، إذ تكون كل مجال من (8) عبارات وقامت الباحثة باستخدام أسلوب الاختيار من ثلاث بدائل (Likert) اذ تم وضع مقياس ثلاثي متدرج (غالباً ، احياناً ، نادراً) وتم ترتيب سلم الدرجات ابتداء من (3) غالباً (2) احياناً (1) نادراً والعكس صحيح للعبارات السلبية وعليه قامت الباحثة بالتأكد من صلاحية العبارات من خلال اراء الخبراء وكما مبين بالجدول (2)

### الجدول (2)

يبين اتفاق الخبراء والمختصين على مجالات تقييم الذات

ت	المجالات المرشحة	الفقرات	الموافقون	الغير موافقون	النسبة المئوية	النتيجة
1	الوعي الذاتي	8-1	15	0	88.23%	مقبول
2	احترام الذات	16-9	15	0	88.23%	مقبول
3	قبول الذات	24-17	14	3	82.35%	مقبول
4	إدارة الذات	32-25	15	0	88.23%	مقبول
5	الكفاءة الذاتية	40-33	15	0	88.23%	مقبول
6	الرضا الذاتي	48-41	14	3	82.35%	مقبول

رقم الايداع في المكتبة الوطنية 2439

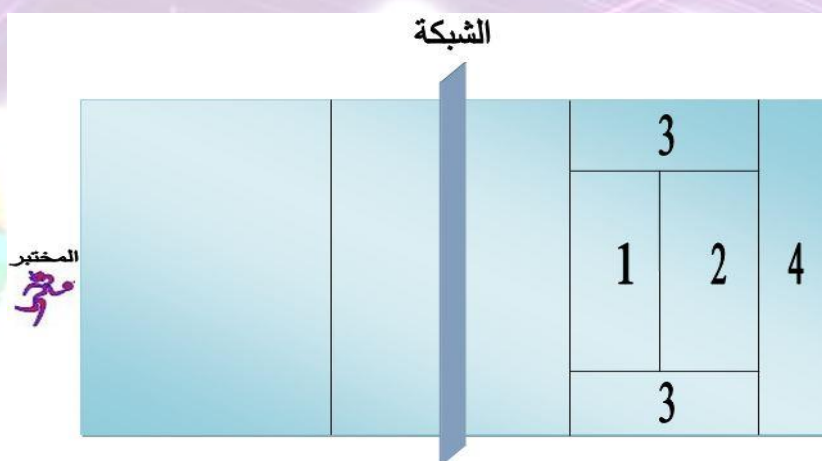
## 2-1-4-2 مقياس الثقة بالنفس للاعبين الكرة الطائرة:

مقياس مقنن تم تعريبه من قبل محمد حسن علاوي 1998 حيث تم جمع الدرجات من جميع العبارات وكلما اقترب المجموع من (117) تميز اللاعب بدرجة أكبر من الثقة الرياضية وهي أعلى درجة إما أقل درجة (13) والوسط الفرضي (65) وقد تم اخذه من الباحث خليل (Mohammed 2019) إذ تم تطبيقه على لاعبي الكرة الطائرة يتكون المقياس من (13) عبارة الإجابة عن كل عبارة (9) مستويات (1-9).

## 3-1-4-2 اختيار اختبارات البحث:

أولاً: اختبار مهارة الإرسال من الأعلى (هادي، خزعل، 2015، 142-143):

الغرض من الاختبار: قياس مهارة الإرسال لدى المختبر في موقف مشابه للمباراة بالكرة الطائرة. الأدوات: ملعب الكرة الطائرة قانوني، كرات طائرة قانونية، شريط لاصق (تقسيم الملعب كما في الشكل رقم 1)



شكل رقم (1)

يوضح كيفية تقسيم الملعب في اختبار مهارة الإرسال

7-7845

E-ISSN:2707-7853 مواصفات الأداء:

يقف المختبر في منطقة الإرسال في منتصف خط النهاية للملعب (النصف المواجهة لنصف الملعب المقسم على بعد 9 متر من الشبكة) ومن هذا المكان والمختبر ممسك بالكرة يقوم بأداء مهارة الإرسال لتعبير الكرة الشبكة إلى نصف الملعب المقسم.

الشروط: لكل مختبر عشر محاولات في حالة لمس الكرة الشبكة ووصولها إلى نصف الملعب المقسم أو خروجها للخارج تحسب محاولة للمختبر (ضمن العشر محاولات) ولا تحسب له نقط.

التسجيل:

رقم الإبداع في المكتبة الوطنية 2439



يحسب لكل مرة إرسال صحيحة رقم المنطقة التي تهبط فيها الكرة في نصف الملعب المقسم ولما كان للمختبر عشر محاولات على هذا الاختبار ولكون الدرجات موزعة على المناطق (1-4) درجات فان الدرجة العظمى لهذا الاختبار (40) درجة على ان يلاحظ سقوط الكرة على خط يتصل بين منطقتين بحسب درجة المنطقة الأعلى.

ثانياً: اختبار دقة الضرب الساحق المواجه (القطري) (الدليمي، 2002، 58).

**الهدف من الاختبار :-** قياس الدقة لمهارة الضرب الساحق القطري في المثلث الداخلي من ملعب المنافس.

الأدوات المستعملة: - ملعب كرة طائرة قانوني، كرات طائرة قانونية عدد (5)، وشريط لاصق ملون لتقسيم الملعب المقابل إلى مثلثين متساويين ثم يقسم المثلث الداخلي القريب للشبكة إلى ثلاث مناطق قياس كل منها ( 3 أمتار).

مواصفات الأداء :- يقوم اللاعب المختبر بأداء الضرب الساحق من مركز (4) بحيث يقوم المعد بإعداد الكرات له من مركز (3)، ويقوم اللاعب بأداء المهارة محاولاً إسقاط الكرة في المثلث الداخلي (للملعب المقابل) أي المثلث المقسم إلى ثلاث مناطق.

شروط الأداء:-

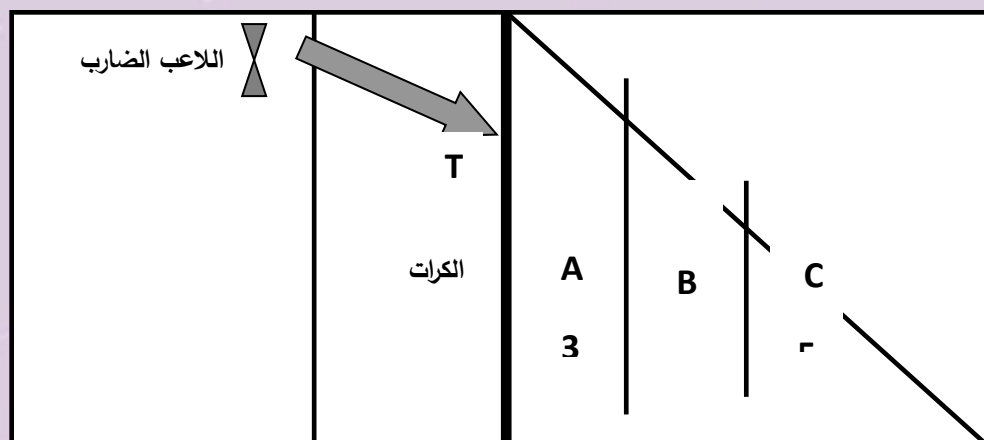
- لكل للاعب (3) محاولات متتالية.
- يجب أن يكون الإعداد جيداً في كل محاوله.
- تحتسب الدرجات على وفق مكان سقوط الكرة في المثلث الداخلي المقسم إلى ثلاث مناطق وكما يأتي:
- في المنطق (A) ثلاث درجات .
- في المنطق (B) درجة واحدة.
- في المنطق (C) خمس درجات.

- خارج حدود هذه المناطق الثلاث ( صفر ) من الدرجات.

التسجيل :- تحتسب للاعب الدرجات التي يحصل عليها في المحاولات الثلاثة، علماً إن الدرجة الكلية للاختبار هي (15) درجة مع ملاحظة انه في حالة سقوط الكرة على خط يفصل بين منطقتين تحتسب للاعب درجة المنطقة الأعلى . وكما موضح في الشكل (2)

رقم الابداع في المكتبة الوطنية 2439





الشكل (2) يوضح اختبار قياس الدقة لمهارة الضرب الساحق (القطري) بالكرة الطائرة

## 2-5 التجربة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بأجراء التجربة الاستطلاعية على (12) من اللاعبين الناشئين يمثلون مركز الموهبة في بغداد من المجتمع الاصلي وقد تم اختيارهم بطريقة عشوائية وكان الهدف من التجربة ما يأتي

- ❖ التعرف على الصعوبات والمشاكل التي تواجه الباحثة عند تطبيق المقياسين والاختباري الضرب الساحق والارسال.
- ❖ فهم واستيعاب العينية لمقياسي الدراسة.
- ❖ كفاءة فريق العمل المساعد.

## 2-6 تطبيق مقياس (تقييم الذات) على عينة الاعداد:

بعد ان تم اختيار المجالات والفقرات من قبل الخبراء أصبح معدا للتطبيق أذ طبقا بمساعدة فريق العمل المساعد على عينة الاعداد والبالغ عددهم (35) لاعب وبعد الانتهاء من تنفيذ التجربة قامت الباحثة بترتيب الاستثمارات التي حصلت عليها إلكترونياً وحضورياً على امل تحليلها احصائياً والجدول (3) يبين ذلك.

الجدول (3)

يبين الخصائص الوصفية لمقياس تقييم الذات

المعالم الاحصائية	الاستقامة التنظيمية
الوسط الحسابي	104.9714
الوسيط	106.0000
الانحراف المعياري	6.10923
الالتواء	-.096
الخطأ المعياري	.398



## 2-6-1 الخصائص السيكومترية لمقياس البحث (تقييم الذات):

بعد ان تم توزيع المقياس واستخراج الخصائص الوصفية الذي اثبت توزيع العينة توزيعاً طبيعياً حرصت الباحثة على الاستدلال على خواص إحصائية عديدة وهي الصدق والثبات والموضوعية.

### 2-6-1-1 صدق المقياس (تقييم الذات):

الصدق هو مدى قدرة أداة القياس (كالاستبيان، الاختبار، المقياس النفسي... إلخ) على قياس ما صُممت لقياسه فعلاً، أي التحقق من تحقيق الهدف العلمي المرجو منها، دون تضليل أو انحراف (Anon 2024) لذلك استخدمت الباحثة عدة أنواع من الصدق كون كل واحد له غرضه من الفحص. وهو يشير إلى "الصلاحية أو الصحة للاختبار أي هل يقيس بالفعل الوظيفة المخصص لها من دون أن يقيس وظيفة أخرى إلى جانبها" (مصطفى وآخرون، 2006، 111)

### 2-6-1-1-1 صدق المحتوى

تحققت الباحثة من هذا النوع بواسطة التحليل العقلاني لمحتوى المقياس وتحديده استناداً إلى أحكام ذاتية، وهناك نوعان من أنواع الصدق هما الصدق الظاهري والصدق العيني.

### 2-6-1-1-2 القدرة التمييزية للفقرات:

لغرض استخراجها تم الاستعانة باختبار ت للعينات الغير مرتبطة المستقلة إذ تم ترتيب درجات كل فقرة ترتيباً تصاعدياً من أقل درجة إلى أعلى درجة وتم اختيار (33%) من الدرجات الدنيا ومثلها من الدرجات العليا، وبعد معالجة النتائج احصائياً تبين أن العبارات صادقة كون قيم (Sig) أصغر من مستوى الدلالة البالغة (0,05) وكما في الجدولين (4).

#### الجدول (4)

يبين القدرة التمييزية لكل فقرة من فقرات مقياس تقييم الذات

رقم العبارة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		قيمة (t) المحسوبة	قيمة الدلالة	النتيجة
	ع	س	ع	س			
1	0.48765	1.3659	0.0000	3	-23.732	0.000	معنوي
2	0.50243	1.439	0.0000	3	-27.205	0.000	معنوي
3	0.47112	1.3171	0.0000	3	-36.298	0.000	معنوي
4	0.43477	1.2439	0.0000	3	-57.289	0.000	معنوي
5	0.47112	1.3171	0.0000	3	-36.298	0.000	معنوي
6	0.47112	1.3171	0.0000	3	-30.747	0.000	معنوي





معنوي	0.000	-57.289	0.0000	3	0.50606	1.5122	7
معنوي	0.000	-19.893	0.0000	3	0.38095	1.1707	8
معنوي	0.000	-28.804	0.0000	3	0.49878	1.4146	9
معنوي	0.000	-20.871	0.0000	3	0.46065	1.2927	10
معنوي	0.000	-22.12	0.0000	3	0.46065	1.2927	11
معنوي	0.000	-21.457	0.0000	3	0.41906	1.2195	12
معنوي	0.000	-22.476	0.0000	3	0.0000	1	13
معنوي	0.000	-22.476	0.0000	3	0.0000	1	14
معنوي	0.000	-22.476	0.0000	3	0.0000	1	15
معنوي	0.000	-22.476	0.0000	3	0.0000	1	16
معنوي	0.000	-22.476	0.0000	3	0.0000	1	17
معنوي	0.000	-22.873	0.0000	3	0.0000	1	18
معنوي	0.000	-22.873	0.0000	3	0.0000	1	19
معنوي	0.000	-18.825	0.0000	3	0.0000	1	20
معنوي	0.000	-30.747	0.0000	3	0.0000	1	21
معنوي	0.000	-20.352	0.0000	3	0.0000	1	22
معنوي	0.000	-23.732	0.0000	3	0.0000	1	23
معنوي	0.000	-23.732	0.0000	3	0.0000	1	24
معنوي	0.000	-27.205	0.0000	3	0.0000	1	25
معنوي	0.000	-36.298	0.0000	3	0.21808	1.0488	26
معنوي	0.000	-57.289	0.0000	3	0.0000	1	27
معنوي	0.000	-36.298	0.0000	3	0.0000	1	28
معنوي	0.000	-30.747	0.0000	3	0.0000	1	29
معنوي	0.000	-57.289	0.0000	3	0.0000	1	30
معنوي	0.000	-19.893	0.0000	3	0.0000	1	31
معنوي	0.000	-28.804	0.0000	3	0.33129	1.122	32
معنوي	0.000	-20.871	0.0000	3	0.0000	1	33
معنوي	0.000	-22.12	0.0000	3	0.38095	1.1707	34
معنوي	0.000	-21.457	0.0000	3	0.0000	1	35
معنوي	0.000	-25.863	0.0000	3	0.21808	1.0488	36
معنوي	0.000	-23.732	0.0000	3	0.0000	1	37
معنوي	0.000	-20.871	0.0000	3	0.0000	1	38

معنوي	0.000	-21.457	0.0000	3	0.0000	1	39
معنوي	0.000	-19.893	0.0000	3	0.0000	1	40
معنوي	0.000	-22.873	0.0000	3	0.50243	1.439	41
معنوي	0.000	-22.476	0.0000	3	0.40122	1.1951	42
معنوي	0.000	-22.873	0.0000	3	0.49386	1.3902	43
معنوي	0.000	-22.873	0.0000	3	0.48009	1.3415	44
معنوي	0.000	-18.825	0.0000	3	0.48765	1.3659	45
معنوي	0.000	-30.747	0.0000	3	0.43477	1.2439	46
معنوي	0.000	-20.352	0.0000	3	0.46065	1.2927	47
معنوي	0.000	-23.732	0.0000	3	0.49386	1.3902	48

معنوي عن مستوى دلالة 0.05 ودرجة حرية (22)  
3-1-1-6-2 الاتساق الداخلي لمقياس (تقييم الذات):

قامت الباحثة بحساب الاتساق الداخلي للمقياس وذلك باستخراج معامل الارتباط بيرسون بين درجة كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية للمقياس فضلاً عن درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس على عينة الاعداد إذ اكتفت الباحثة بهذا النوع فقط كون المقياس معد مسبقاً والجدول (5) يبين الاتساق الداخلي للمقياس.

الجدول (5)  
يبين قيمة معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس تقييم الذات

رقم العبارة	معامل الارتباط البسيط	قيمة الدلالة	النتيجة	رقم العبارة	معامل الارتباط البسيط	قيمة الدلالة	النتيجة
1	.237**	0.000	معنوي	25	.312**	0.000	معنوي
2	.213**	0.000	معنوي	26	.342**	0.000	معنوي
3	.630**	0.000	معنوي	27	.127*	0.018	معنوي
4	.654**	0.000	معنوي	28	.105*	0.049	معنوي
5	.676**	0.000	معنوي	29	.127*	0.018	معنوي
6	.623**	0.000	معنوي	30	.512**	0.000	معنوي
7	.619**	0.000	معنوي	31	.473**	0.000	معنوي
8	.174**	0.001	معنوي	32	.337**	0.002	معنوي
9	.218**	0.000	معنوي	33	.192*	0.019	معنوي
10	.269**	0.002	معنوي	34	.302**	0.006	معنوي
11	.253**	0.004	معنوي	35	.490**	0.000	معنوي
12	.265**	0.000	معنوي	36	.483**	0.000	معنوي
13	.485**	0.000	معنوي	37	.387**	0.000	معنوي
14	.289**	0.000	معنوي	38	.522**	0.000	معنوي
15	.295**	0.000	معنوي	39	.508**	0.000	معنوي
16	.477**	0.000	معنوي	40	.483**	0.000	معنوي
17	.500**	0.000	معنوي	41	.343**	0.000	معنوي
18	.288**	0.000	معنوي	42	.284**	0.000	معنوي
19	.307**	0.000	معنوي	43	.284**	0.000	معنوي



معنوي	0.000	.425**	44	معنوي	0.000	.214**	20
معنوي	0.000	.443**	45	معنوي	0.000	.345**	21
معنوي	0.000	.444**	46	معنوي	0.000	.243**	22
معنوي	0.000	.387**	47	معنوي	0.000	.214**	23
معنوي	0.002	.178**	48	معنوي	0.000	.298**	24

يتبين من الجدول (5) ان جميع فقرات مقياس تقييم الذات للاعبين الكرة الطائرة معنوية لان قيم الدلالة أصغر  $0.05 >$  عند درجة حرية (34).

#### الجدول (6)

يبين معامل الارتباط بين المجال والدرجة الكلية لمقياس تقييم الذات

رقم المجال	المجال	معامل الارتباط البسيط	قيمة الدلالة	النتيجة
1	الوعي الذاتي	.766**	0.000	معنوي
2	احترام الذات	.520**	0.000	معنوي
3	قبول الذات	.678**	0.000	معنوي
4	إدارة الذات	.412**	0.000	معنوي
5	الكفاءة الذاتية	.558**	0.000	معنوي
6	الرضا الذاتي	.778**	0.000	معنوي

#### 2-1-6-2 ثبات المقياس:

طريقة التجزئة النصفية والفا كرونباخ: تقيس هذين الطريقتين تجانس العينة في الإجابة عن عبارات المقياس إذ استخدمت الباحثة طريقة التجزئة النصفية وهي إحدى طرق الثبات كون المقياس يتم الإجابة عليه ورقياً وليس عملياً إذ تقوم هذه الطريقة على أساس احتساب معامل الارتباط بين درجات الافراد على نصفي الاختبار وقد اعتمدت الباحثة على بيانات عينة الاعداد والبالغ عددهم (35) لاعباً في احتساب الثبات بهذه الطريقة تم استخراج معامل الارتباط لمقياس للمقياس فضلاً عن استخراج الفا كرونباخ والجدول (7) يبين ذلك.

#### الجدول (7)

يبين معاملات الثبات لمقياس تقييم الذات

ت	المقياس	التجزئة النصفية		الفا كرونباخ
		ثبات نصف الاختبار	معامل الثبات	
1	تقييم الذات	0.839	0.906	0.921

#### 2-7 التجربة الرئيسية (تقييم الذات والثقة بالنفس ومهاري الارسال والضرب الساحق):

طبقت الباحثة المقياسين تقييم الذات والثقة بالنفس ومهاري الارسال والضرب الساحق على العينة الرئيسية والبالغ عددهم (33) لاعباً إذ تم توزيع المقياسين على العينة ومن ثم اختبارهم بالمهارتين في القاعة المغلقة في محافظة كربلاء إذ استمرت الباحثة يومين مدة التجربة الرئيسية.

#### 2-8 الوسائل الاحصائية:

استخدم الباحث الحقيبة الإحصائية Spss: وطنية 2439

الوسط الحسابي، الانحراف المعياري، معامل الالتواء، الوسيط، الخطأ المعياري، اختبار (T)، الفا كرونباخ معامل الارتباط البسيط بيرسون، الوسط الفرضي.

### 3- عرض النتائج وتحليل النتائج ومناقشتها:

#### 1-3 عرض النتائج:

#### 3-1-1 عرض نتائج وتحليل الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس تقييم الذات ومناقشتها:

##### الجدول (8)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء وقيمة (ت) المحتسبة وقيمة الدلالة لمقياس تقييم الذات

المتغيرات	الوسط الفرضي	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة T	قيمة الدلالة	نوع الفرق
تقييم الذات	96	98.0000	6.36396	1.805	.080	غير معنوي

قيمة الدلالة تكون معنوية إذا كانت  $> 0.05$

#### 3-1-2 مناقشة نتائج مقياس تقييم الذات:

يتبين من خلال الجدول (8) يتبين ان الوسط الحسابي أصغر أكبر من الوسط الفرضي كما ان قيمة الدلالة البالغة (0.080) بعد اجراء اختبار (T) أصغر من مستوى الدلالة البالغ (0.05) في مقياس تقييم الذات وهذا يعني ان التجربة التي مر بها لاعبي الكرة الطائرة هي غير كافية لاكتشاف قدرات اللاعبين خصوصاً نحن نتعامل مع فئة عمرية تحتاج الى عمر تدريبي والتي أدت بصورة او بأخرة الى تقييم ذاتي قائم على النجاحات فضلاً عن الإخفاقات والمواقف والحوادث والمفاجأة ومما لاشك ان لا احد يولد معه مفهوم للذات فهو يتشكل من التجارب وتكرارها وتعد مكتسبات التنشئة التي تطورها الخبرة والتجارب وسيله للتنمية والادراك وهذا يتضح من خلال اختلاف الافراد في طرق تعبيرهم عن انفسهم ,ونجد (ابراهيم يعقوب, 1992) يبين ذلك المفهوم "بمدى ادراك الفرد لذاته وكذلك يعد اوسع واشمل اذ يظم الافكار والمشاعر عند الفرد والتي تعبر عن خصائص جسمه وعقله ومعتقداته وخبراته السابقة وطموحاته"(يعقوب، 1992،

(1880) P-ISSN:2707-7845

كما ترى الباحثة ان اللاعبين لديهم خلل في جميع التقديرات او التقييمات التي حوله ويفتقرون الى الشخصية المستقلة لذلك على اللاعب ان يكون مصلحاً لحالته النفسية بالاعتماد على مدربه او معلمه في استغلال النصائح التي تؤدي بالمستقبل الى تصحيح المسار.

يعتقدون دائماً انهم متميزون في المجتمع لما يملكونه من شخصية مستقلة ومختلفة عن بقية شرائح "اما بالنسبة لاحترام او تقدير الرياضيين لذاتهم، فانه يعد من الخصائص المميزة لهم، لأنه يعتمد بشكل كبير على الرضى الشخصي من خبراتهم في مجال الرياضة وعلى مستوى ادائهم بتدريب والمنافسات، وعلى اساس ربحهم وخسارتهم في المنافسات"(Martens, Rainer, 1987,p7)

رقم الابداع في المكتبة الوطنية 2439



ان العملية التدريبية لازالت تحتاج الى جرعات ارشادية نفسية توجيهية خصوصاً لأعمار الفئة المتناولة كون اللاعب في مرحلة بناء وسوف يتعود مستقبلاً على المتغيرات اذا ما تم بناءه نفسياً كما ان تدريب اللاعب يحتاج الى فكر ابداعي وذلك لكونه ما بين مرحلة الهواية والاحتراف لذلك لابد من تعزيزات ايجابية وتقييمه لذات اللاعب ومنعه من العزوف عن استغلال المواقف لصالحه. ان للمدرب دورا بالغ الاهمية وذو فاعلية كبيرة في تعزيز تقدير الذات لدى اللاعبين اذ ان عبرات المديح من المدرب للاعب بخصوص الاداء الجيد يشبع الحاجة للتقدير ويعزز الايجابيات كونه الانموذج الذي يسعى اللاعب للوصول اليه، بينما يدفع اللون والتعزيزات السلبية بإمكانيات اللاعبين عند الاداء الجيد او المتكرر فيسبب حاله من الاحباط واطفاء جذوة المعنويات وهذا يؤدي الى تعزيز الشعور السلبي بعدم التطور وقلة فائدة التدريب فلا بد من التفكير بالوسائل التي تساعد على الوقاية من الفشل وخلق الدافع والتعزيزات الايجابية ضمن القدرات للوصول الى الهدف من التدريب.

### 3-1-3 عرض نتائج وتحليل الاوساط الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس الثقة بالنفس وتحليلها: الجدول (9)

يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري ومعامل الالتواء وقيمة (ت) المحتسبة وقيمة الدلالة لمقياس الثقة بالنفس

نوع الفرق	قيمة الدلالة	قيمة T	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	المتغيرات
معنوي	0.060	1.913	6.72300	67.2059	65	الثقة بالنفس

قيمة الدلالة تكون معنوية إذا كانت  $> 0.05$

### 3-1-4 مناقشة نتائج مقياس الثقة بالنفس للاعبين الكرة الطائرة:

من خلال الجدول (9) يتبين لا وجود لفروق معنوية في مقياس الثقة بالنفس وهذا متوافق مع نتائج مقياس تقييم الذات لنفس العينة ربما هنالك أسباب عامة وخاصة كون العينة تمر بمراحل عدة ولعلها في مرحلة اكتساب الثقة وهذا يحتاج من المدربين والقائمين على العملية التدريبية من الاخذ بنظر الاعتبار الجوانب النفسية وكما تحدثنا مسبقاً ان عدم التعرف على كيفية بناء الثقة بالنفس عند الرياضيين يؤدي الى خلق فرص ممارسة مقرونة بالفشل خلال التدريب ان عدم وجود برامج تدريبية مسبقة لبناء الثقة بالنفس تفقد في الأداء خلال التدريب والمنافسات (Turner, 2016)، أن هذه الاختبارات النفسية ذات أهمية واضحة ومؤثرة في بناء واعداد اللاعبين من خلال تأثيرها المباشر على اللاعبين، إن اللاعبين يختلفون في ثقتهم بانفسهم ، وهذا يتأثر بعوامل عديدة تعكس مدى ضروريات العمل التدريبي.

رقم الايداع في المكتبة الوطنية 2439

### 3-1-5 عرض ومناقشة نتائج العلاقة الارتباطية لمقياسي الدراسة تقييم الذات والثقة بالنفس ومهاتري الارسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة

جدول (10)

يبين العلاقة الارتباطية لمقياس لمقياسي البحث تقييم الذات والثقة بالنفس ومهاتري الارسال والضرب الساحق بالكرة الطائرة ومناقشتها:

ت	تقييم الذات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الارتباط	قيمة الدلالة	النتيجة
1	الارسال	27.33	1.12	0.01	0.857	غير معنوي
2	الضرب الساحق	8.91	1.69	.196	0.054	غير معنوي
ت	الثقة بالنفس				قيمة الدلالة	النتيجة
1	الارسال			0.016	0.780	غير معنوي
2	الضرب الساحق			.096	0.074	غير معنوي

### 3-1-6 مناقشة نتائج العلاقة الارتباطية:

ومن خلال الجدول (10)، يتبين لنا ان علاقة الارتباط بين تقييم الذات والثقة بالنفس ومهاتري البحث غير معنوية وهذا يتفق تماماً مع نتائج المقياسين للعينة وتشير هذه النتائج إلى أن إلى خصوصية مهاتري الضرب الساحق والارسال من المهارات الحاسمة في الكرة الطائرة وتعتمدان بشكل كبير على تقييم الذات والثقة بالنفس مما انعكس بالتالي على دقة ادائهم المهاري والنتيجة من امكانيات العينة المهارية لكونهم ناشئين انه تقدير الذات والثقة بالنفس يلعب دوراً مهماً في المجال الرياضي وهو أحد اسباب نجاح اللاعب وتقدمه في اللعبة أن الثقة بالنفس تعد من المقومات الأساسية للأداء فاللاعب الذي يتعرض للمواقف اثناء المباريات والتدريب تضعه تحت ضغوط نفسية عديدة لكونهم لا يمتلكون الخبرة الكافية التي تؤهلهم من مواجهة التحديات ترى الباحثة من خلال متابعتها لمجريات البحث ان هذه النتيجة منطقية كون اللعبة بصورة عامة تحتاج للعمل الكبير على مستوى الفئات العمرية وتوفير لهم العديد من الدورات والبرامج الارشادية لكي يستطيعون من تطوير تقديرهم الذاتي فضلاً عن ثقتهم بأنفسهم

### 4- الاستنتاجات والتوصيات:

#### 4-1 الاستنتاجات:

استنادا الى النتائج التي توصلت اليها الباحثة تم التوصل الى الاستنتاجات الاتية:

1. الرغبة والقبول في الإجابة على عبارات مقياسي البحث تقييم الذات والثقة بالنفس لدى لاعبي الكرة الطائرة الناشئين.

2. هنالك ضعف واضح في تقييم الذات والثقة بالنفس لدى لاعبي الكرة الطائرة الناشئين.

رقم الايداع في المكتبة الوطنية 2439





3. ضعف في دور تقييم الذات والثقة بالنفس في مهارتي الضرب الساحق والارسال بالكرة الطائرة للناشئين.

4. هنالك مستوى مقبول من الأداء المهاري لكنه الجانب النفسي ضعيف.

#### 2-4 التوصيات:

1. ضرورة الاهتمام بالجوانب النفسية المتمثلة بتقييم الذات والثقة بالنفس.
2. ضرورة تفعيل الوحدات الارشادية النفسية وتضمينها بالوحدات التدريبية.
3. ضرورة اعتماد برنامج تدريبي لمهارتي الضرب الساحق والارسال كونها من المهارات الهجومية التي تحقق النقاط والفوز للفريق.
4. اجراء دراسات مشابهة تتناول متغيرات الدراسة وعلى عينات اخرى.

Wasiat Journal of Sports Sciences

#### المصادر العربية والأجنبية:

- ❖ جبار فالح هزبر المديرية العامة لتربية ديالى. (2017). المهارات النفسية وعلاقتها بالأداء المهاري لدى لاعبي نادي ديالى الرياضي بكرة القدم مجلة علوم الرياضة-152, (31), 9
- <https://doi.org/10.26400/sp/31/12>. 161.
- ❖ ناهدة عبد زيد الدليمي : تأثير التداخل في أساليب التمرين على تعلم مهارتي الإرسال الساحق والضرب الساحق بالكرة الطائرة، أطروحة دكتورا ، جامعة بغداد ، كلية التربية الرياضية ، 2002
- ❖ سامي مصطفى وآخرون؛ القياس والتشخيص في التربية. عمان، دار يافا للنشر والتوزيع، 2006،
- ❖ ابراهيم يعقوب، مفهوم الذات في مراحل المراهقة ابعاده وفروق الجنس والمستوى الدراسي (دراسة ميدانية)، (مجلة ابحاث اليرموك، سلسلة العلوم الانسانية والاجتماعية، المجلد 8، العدد 4، 1992،

Anon. 2024. "Jasem Z K, Mohammed K S, Dawood M S, Liayth Abd Alkreem K. The Psychological Well-Being and Its Relationship with the Functional Creativity of Female Gymnastics' Trainers. Ann Appl Sport Sci 2024; 12 (2) URL: Http://Aassjournal.Com/Article-1-1369-." *Annals of Applied Sport Science* 12(2).

doi: <http://dx.doi.org/10.61186/aassjournal.1369>.

Mohammed, Khalil Starr. 2019. "Self-Confidence and Its Relation to the Performance of Skill and Compare Them to Volleyball Players of Elite Clubs According to Their Specialization." *Karbala Journal of Physical Education Sciences* 5(2):161-72.

Martens, Rainer: Coaches guide to ,sport, Illinois, humankineties publishers, Inc. champaign, 1987

رقم الايداع في المكتبة الوطنية 2439



Turner, A. N. (2016). Physical preparation for fencing: Tailoring exercise prescription and training load to the physiological and biomechanical demands of competition. Middlesex University,  
Mahmood Abdullah, S., Mohamed Abdul\_Razzaq, L., Hisham Ahmed, A., Setar Mohammed, K., & Salman Dawood, M. (2025). Designing and Standardizing a Test to Measure Motor Creativity Abilities of the Arm and Leg with the Assistance of Artificial Intelligence for Specialized School Male Athletes. *Annals of Applied Sport Science*, 13(1), 0-0.

Mohammed, K. S., Shamkhi, D. A., & Mohammed, M. J. (2023). Determining the grades and standard levels of some mental skills as an indicator for the selection of young volleyball players. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 28-28. DOI: <https://doi.org/10.6018/spork.581681>

الملاحق

الملحق

مقياس الثقة بالنفس

الدرجات									العبارات
9	8	7	6	5	4	3	2	1	1- عند أداء المهارات الحركية الضرورية لإحراز التفوق في خلال المنافسة الرياضية
9	8	7	6	5	4	3	2	1	2- لدي القدرة على اتخاذ قرارات حاسمة خلال الضغوط الرياضية
9	8	7	6	5	4	3	2	1	3- لدي القدرة على الأداء في المنافسة تحت الضغوط العصبية
9	8	7	6	5	4	3	2	1	4- لدي القدرة على تنفيذ خطط ناجحة في المنافسة
9	8	7	6	5	4	3	2	1	5- لدي القدرة على التركيز بصورة جيدة لكي أحقق النجاح
9	8	7	6	5	4	3	2	1	6- لدي القدرة على التكيف مع مواقف اللعب المختلفة لكي أحقق الفوز في المنافسة
9	8	7	6	5	4	3	2	1	7- لدي القدرة على إنجاز أهدافي المرتبطة بالمنافسة
9	8	7	6	5	4	3	2	1	8- لدي القدرة على أن أكون ناجحاً في المنافسة
9	8	7	6	5	4	3	2	1	9- لدي القدرة على أن يستمر نجاحي
9	8	7	6	5	4	3	2	1	10- لدي القدرة على التفكير والاستجابة بنجاح أثناء المنافسة
9	8	7	6	5	4	3	2	1	11- لدي القدرة على مواجهة التحدي أثناء المنافسة
9	8	7	6	5	4	3	2	1	12- لدي القدرة على محاولة النجاح ولو كان المنافس أقوى مني
9	8	7	6	5	4	3	2	1	13- لدي القدرة على القيام بأداء ناجح بعد قيامي بأداء فاشل

مقياس تقييم الذات

ت	العبارات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1.	أقوم بأنشطة تعبر عن أفكاري ووجهة نظري					
2.	أستطيع استخدام امكانياتي في أداء المهام التي تحقق أهدافي					
3.	أشعر بالثقة عند أدائي لأي مهمة					
4.	أعي جوانب القوة والضعف في شخصيتي					
5.	أستطيع التحكم في انفعالاتي					
6.	تشتت انتباهي يعوق أدائي					
7.	أشعر بالإحباط عند فشلي بالأداء					
8.	أتجنب المواقف التي تتسم بالتنافس					
9.	أجهل امكانياتي وقدراتي					
10.	امتك القدرة على تطوير أدائي					
11.	أفتخر بنفسي وأقدره					
12.	يمكنني بسهولة التعبير عن آرائي					
13.	أحترم ذاتي					

14.	أتمم بالاستقلالية
15.	افعل ما اراد صحيحاً وان لم يعجب الآخرين
16.	أكثر من اعتذاري
17.	أقبل ذاتي كما هي
18.	أعرض للنقد من الآخرين
19.	أحظي باهتمام ورضا مدربي
20.	أخشي دوماً من مقارنتي بالآخرين
21.	أهتم بمظهري الخارجي
22.	أحتاج للتدعيم والتشجيع من أسرتي
23.	أقول الصدق مهما كلفني ذلك
24.	أشاعري تتسق مع سلوكي
25.	أبذل مجهوداً لفهم الأمور من حولي وكيفية التعامل معها
26.	أثق في نفسي عند أداء المهام المطلوبة مني
27.	أقارن بين جهودي وطموحي مستقبلاً بناءً على خبرتي أو أي موقف
28.	أعزو نجاحي في أداء أية مهمة إلى قدراتي وجهدي المبذول فيها
29.	أحرص على بذل مزيد من الجهد للتفوق على زملائي
30.	أطمح لتحقيق الإنجاز مع فريقي
31.	أهدر وقتي وجهدي بسبب نقدي المستمر لذاتي
32.	أتردد في الاستجابة للمواقف بالمباراة
33.	أقدم حلولاً للمشكلات التي تواجهني بطرق إبداعية
34.	أثق في أدائي المهاري وقدرتي على الأداء
35.	ألدي القدرة على الأداء الناجح وتحقيق الهدف
36.	أبذل كل جهدي وطاقاتي للوصول للنجاح
37.	ألدي القدرة في التأثير في الآخرين
38.	أشعر بالفشل عندما أعجز عن تحقيق هدفي
39.	أتميز بالمثابرة والعمل الجاد
40.	أواجه مشكلاتي ومواقفي الصعبة بالصمت أو بالبكاء
41.	أقدم حلولاً للمشكلات التي تواجهني بطرق إبداعية
42.	أثق في أدائي المهاري وقدرتي على الأداء
43.	أعاني مشاعر الإحباط والسخط
44.	أعجز عن اتخاذ قرار وتحمله تبعاته
45.	أشعر برضا ذاتي مقارنة بقبول الآخرين لي
46.	أنا راض عن ذاتي عندما أفكر فيما حققته من إنجازات
47.	أتألم لعدم قدرتي على إتمام مهامى الدراسية
48.	أنا راض عندما يحمل زملائي عني أفكاراً إيجابية

P-ISSN:2707-7845

E-ISSN:2707-7853

رقم الإيداع في المكتبة الوطنية 2439