

جامعة المرقب

المجلة العلمية

مجلة علمية محكمة تحت مسمى (مجلة علوم التربية الرياضية والعلوم
الأخرى)

منشورات كلية التربية البدنية – جامعة المرقب

العدد الخامس

(فبراير) 2020 م

هيئة التحرير

م دكتور / ميلود عمار النفر عميد الكلية رئيس التحرير

اللجنة العلمية المحلية

الوظيفة	الجامعة	الاسم	م
رئيساً	المرقب	د. مفتاح محمد ابوجناح	1
عضوا	المرقب	د. خالد محمد الكموثي	2
عضوا	الجبل الغربي	د. عبد الحكيم سالم تنتوش	3
عضوا	الزاوية	د. زياد سويدان	4
عضوا	المرقب	د. عمران جمعة تنتوش	5
عضوا	المرقب	أ. هشام رجب عباد	6
عضوا	المرقب	أ. محمد علي زائد	7

اللجنة العلمية الدولية

عضوا	الجزائر	د. جمال بكباي	1
عضوا	باتنة1/ الجزائر	د. سامية شينار	2
عضوا	العربي بن مهدي ام البواقي / الجزائر	د. سامية ابريغم	3
عضوا	الدكتور يعي فارس المدية / الجزائر	د. يزيد شويعل	4
عضوا	العربي التبسي تبسة / الجزائر	د. رضوان بلخيري	5
عضوا	زيان عاشور جلفة / الجزائر	د. مسعودي ظاهر	6
عضوا	اليمن	د. عبد السلام مقبل الريمي	7

اللجنة الاستشارية

الوظيفة	الجامعة	الاسم	م
رئيساً	طرابلس	د. سعيد سليمان معيوف	1
عضوا	المرقب	د. سليمان الصادق الامين	2
عضوا	الزقازيق / مصر	د. صبري عمران	3
عضوا	روسيا	د. فتحي البشيني	4
عضوا	المرقب	د. محمد جابر	5

ملاحظة

كافة البحوث تعبر عن وجهة نظر أصحابها، ولا تعبر بالضرورة عن رأي المجلة أو الكلية

جميع الحقوق محفوظة

2020م

التعليمات الخاصة بنظم النشر مجلة التربية الرياضية والعلوم الأخرى

طبيعة المواد المنشورة

تهدف المجلة إلى إتاحة الفرصة لكافة المتخصصين لنشر إنتاجهم العلمي في مجال علوم الرياضة والتربية البدنية والعلوم الأخرى، الذي تتوافر فيه الأصالة والجدية والمنهجية العلمية.

وتقوم المجلة بنشر المواد التي لم يسبق نشرها باللغة العربية أو الانجليزية وتقبل

المواد في الفئات التالية:

- البحوث الأصيلة.
- المراجعات العلمية.
- تقارير البحوث.
- المراسلات العلمية القصيرة.
- تقارير المؤتمرات والندوات.

اللائحة التنظيمية:

- 1- أن تكون الدراسات أصلية ولم يسبق نشرها أو قبولها للنشر.
- 2- تصدر كلية التربية البدنية جامعة المرقب مجلة علمية تسمى (مجلة التربية الرياضية والعلوم الأخرى).
- 3- تصدر المجلة بصفة دورية كل-6 أشهر من كل عام.

أهداف المجلة:

- 1- المشاركة في تشجيع حركة البحث العلمي.
- 2- تحقيق إضافة جديدة على الساحة العلمية في المجالات الرياضية.
- 3- نشر وتعزيز الدراسات والأبحاث العلمية الرياضية.

سياسة النشر:

- 1- تختص المجلة بنشر الأبحاث والمقالات العلمية في المجالات الرياضية والتربية البدنية والعلاج الطبيعي والتأهيل الرياضي والأبحاث التربوية والعلوم الأخرى المرتبطة بها.
- 2- يسمح بالاشتراك في المجلة بالأبحاث أو المقالات التي يجربها أو يشترك فيها أعضاء هيئة التدريس أو الباحثين في الجامعة والمعاهد العلمية ومراكز وهيئات البحث العلمي في ليبيا وخارجها.
- 3- تنشر الأبحاث في المجلة وفق الأسبقية دورها بعد تحكيمها وإعدادها في شكلها النهائي وفق شروط النشر والقواعد التي تقرها المجلة.
- 4- جميع الأبحاث المقدمة للنشر لا ترد لأصحابها سواء نشرت أو لم تنشر وإذا تمت الموافقة على نشرها فإن لهيئة التحرير الحق في نشرها في الوقت الذي تراه مناسباً.
- 5- يخضع ترتيب الموضوعات في المجلة لاعتبارات فنية.

شروط ومعايير النشر:

- 1- تكون الدراسات أصلية ولم يسبق نشرها أو قبولها للنشر.
- 2- يقدم الباحث أصل + نسخة على CD + ثلاثة نسخ مطبوعة وعلى وجه واحد فقط وعلى ورق كوارتر مقياس 4A مع ضرورة ترك الصفحات بدون ترقيم.
- 3- تتضمن الصفحة الأولى عنوان البحث، اسم الباحث أو الباحثين ووظائفهم.
- 4- يجب ألا يزيد عدد الصفحات عن 20 صفحة وفي حالة الزيادة عن 20 صفحة يتم دفع مبلغ خمسة دنانير عن كل صفحة.
- 5- يمنح الباحث أو الباحثين نسخة من المجلة مجاناً وفي حالة رغبة الباحث في الحصول على نسخة إضافية يسدد مبلغ خمس وعشرون ديناراً عن النسخة الواحدة.

إجراءات التحكيم:

- 1- تلتزم لجنة المجلة بإشعار الباحث بوصول بحثه وإحالتة إلى هيئة التحرير.
- 2- تتم مراجعة البحوث المقدمة بصورة مبدئية من هيئة التحرير لتقرير مدى صلاحيتها وتمشيها مع سياسة المجلة ويمكن تبعاً لذلك استبعاد بعض البحوث وعدم إرسالها للتحكيم مع ضرورة إبلاغ صاحب البحث بذلك.

- 3- يحال البحث للتقييم من قبل ثلاثة من الأساتذة المحكمين أعضاء اللجنة العلمية الدائمة للتربية البدنية في ليبيا.
- 4- تحال البحوث المقدمة للنشر إلى المحكمين في آن واحد وترفق مع البحث استمارة التحكيم ليقيم كل محكم بملء هذه الاستمارة خلال فترة محددة.
- 5- تعتمد قرارات المحكمين بالأغلبية من حيث القبول أو الرفض من قبل هيئة التحرير.
- 6- تقوم لجنة المجلة بإبلاغ أصحاب البحوث بإجازة بحثهم، ولهيئة التحرير أن تطلب إجراء تعديلات شكلية أو موضوعية بناءً على توصية المحكمين قبل إجازة البحث للنشر.
- 7- تلتزم المجلة بالسرية التامة بالنسبة لعملية التحكيم وأسماء المحكمين.

قواعد عامة:

- تقبل البحوث من خارج ليبيا.
- تسديد الرسوم تحدد من قبل هيئة التحرير أو مجلس الكلية أو مجلس الجامعة.

شروط كتابة البحوث:

- 1- تكتب البحوث المقدمة للمجلة على ورق حجم 4A.
- 2- بالنسبة للهوامش تراعى الشروط التالية:
 - من أعلى 3.5 سم ومن باقي الجوانب 3 سم.
 - خط العنوان الرئيسي للبحث SakkalMajalla حجم 20 Bold.
 - خط الكتابة العربي SakkalMajalla حجم 14 عادي وتأخذ أسماء الباحثين

والعلماء.. Bold

- خط الكتابة الأجنبي Times New Roman حجم 12 Bold.
- خط العناوين Simplified Arabic حجم 16 Bold والعناوين الصغيرة 14 Bold.
- خط العناوين الأجنبي Times New Roman حجم 16 Bold.
- 3- بالنسبة للجداول تكون مفتوحة من الجانبين ومسطرة تحديداً مفرداً أما بداية ونهاية الجدول فيكون التحديد مزدوجاً.

كلمة العدد

الحمد لله رب العالمين وأصلي وأسلم على خير الخلق أجمعين محمداً النبي الأمين وعلى آله وصحبه أجمعين..... وبعد.

إنه ليسعدني نيابة عن مجلس الكلية أن أقدم العدد الخامس (فبراير 2020م) من المجلد الأول العدد الخامس من مجلة التربية الرياضية والعلوم الأخرى الصادرة من كلية التربية البدنية - جامعة المرقب في صورتها الجديدة لتسهم بجهده وافر في النشر العلمي في مختلف أنشطة التربية الرياضية والبدنية والصحية والفنية والترويحية وبعض العلوم الأخرى المرتبطة باعتبارها رائدة المجالات العلمية المتخصصة على مستوى كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بدولة الليبية إيماناً برسالة الجامعة في هذا الصدد مراعية اتسام محتوى المجلة بالتجريب والتطوير والتطبيق في ظل أهداف الجامعات الإقليمية الأمر الذي أصبح ضرورة ملحة في عالم سريع التغيير بابتكارية التكنولوجيا والتقدم العلمي المذهل، حيث حقق العلم وثبة كبيرة في كل المجالات وكان للتربية البدنية نصيباً من هذا التقدم حيث لعب طموح علماءها دوراً أساسياً في الاعتماد على علوم حديثة ليكون منها المنطلق للتقدم.

وقد آلت كلية التربية البدنية بالجامعة على تطوير هذه المجلة حتى تصل إلى المستوى اللائق بالجهود الذي تبذله للنهوض بها بين الجامعات الليبية والعربية والعالمية.

ولا يسعنا إلا أن نتقدم بالشكر لجميع من أسهموا في ظهور المجلة سواء بالنقد البناء أو تقديم المقالات والبحوث والتراجم العلمية ونتوجه إليهم جميعاً لطلب المزيد من التعاون حتى نصل بهذه المجلة إلى المستوى العلمي والفني المتكامل في مجالات أنشطة التربية الرياضية والصحية والتربوية.

عميد الكلية

ورئيس هيئة التحرير

د: ميلود عمار النفر



مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

د. فتح الله لأمين عبد العزيز

د. عبد الودود احمد خطاب

أ. أمجد علي فليح

هدفت الدراسة على التعرف على مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك ودراسة اثر كل من الجنس، والمستوى الدراسة، والمعدل التراكمي على مستوى تقدير الذات من وجهة نظرهم من اجل تحقيق اهداف الدراسة. لقياس اداة مستوى تقدير الذات تكونت من 35 فقرة موزعة على مجالات اربعة هي: المظهر الجسدي، التقبل، وقوة الشخصية، وضبط الذات وتم التحقق من صدق اداة الدراسة بطريقة صدق المحتوى من خلال عرضها على مجموعة من المحكمين ذوو الاختصاص كما تم التحقق من الثبات الاداة بطريقة الاختبار وعادة الاختبار (T.Test) وطريقة الاتساق الداخلي للفقرات الداخلي للفقرات كرونباخ(الفا) وقد بلغ معامل الثبات للاداة (86%) و(82%) على التوالي.

تكونت عينة الدراسة من (180) طالب وطالبة من مجتمع الدراسة البالغ (345) من طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك.

ولتحليل البيانات استخدم الباحث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للتعرف على مستوى تقدير الذات واستخدام اختبار "ت" الاحصائي لمعرفة اثر الجنس على مستوى تقدير الذات واستخدام تحليل التباين الاحادي للتعرف على اثر كل من المستوى الدراسي والمعدل التراكمي على مستوى تقدير الذات واختبار توكي لمعرفة دلالة الفروق.

أظهرت نتائج الدراسة ان مستوى تقدير الذات على جميع المجالات كان عاليا وان هناك فروق ذات دلالة احصائية في مستوى تقدير الذات على مجالي التقبل والمظهر الجسدي والاداة ككل وفقا لتغيرات الجنس والمستوى الدراسي والمعدل التراكمي.

وفي ضوء نتائج الدراسة اوصى الباحث مجموعة من التوصيات اهمها زيادة الاهتمام بالارشاد الاكاديمي والنفسي للطلبة واندماجهم في مجموعة متباينة تلافيا لظهور الفروق التطبيقية.

1-التعريف بالبحث:

1 – 1 المقدمة وأهمية البحث: -

إن من نعم الله على العبد إن يهبه المقدره على معرفة ذاته، والقدرة على وضعها في الموضوع الأثق بها، إذ إن عدم معرفة الإنسان نفسه وعدم معرفته بقدرته يجعله يقيم ذاته تقييما خاطئا فيما ان يعطيها أكثر مما تستحق فيقلل كاهلها، وإما إن يزدري ذاته ويقلل من قيمتها فيسقط نفسه. فالشعور السيئ عن النفس له تأثير كبير في تدمير ايجابيات التي يمتلكها الشخص، فالمشاعر والأحاسيس التي نملكها تجاه أنفسنا هي التي تكسبنا الشخصية القوية أو تجعلنا سلبين، إن إعطائنا وإنتاجنا يتأثر سلبا وإيجابا بتقديرنا لذواتنا. من هنا يحضى تقدير الذات باهتمام كبير لدى الباحثين لما له من اثر في حياة الفرد في مراحل الحياة المختلفة، أذا يبدأ تقدير الذات بالتطور منذ فترة الرضاعة، ولممارسة الوالدين والإخوة المحيطين بالطفل دورا هاما بهذا التطور كما إن شعور الطفل بالاهتمام والرعاية من خلال حصوله على الطعام وإحساسه بالدفء،

والحب، والحنان، يعطيه شعورا بقيمته وأهميته مما يساعد في أن يكون تقديرا ايجابيا لذاته (Cripe.2001). ولدى دخول الأطفال المدرسة تكون قد تشكلت لديهم مفاهيم عن ذواتهم خلال مرحلة الطفولة المبكرة وما يوجب على العاملين في المدرسة عمل كل ما يلزم الطفل لاستمراره في تطوير تقديره لذاته (Felker.1997).

ولتوضيح أهمية تقدير الذات في انفعال، سلوك، شخصية الفرد، لابد من الإشارة إلى السمات، والمميزات التي يمتلكها الأفراد ذوو تقدير الذات المرتفع، والأفراد ذوو تقدير الذات المنخفض، حيث يميل الأفراد ذوو تقدير الذات المنخفض إلى عدم محاولتهم المشاركة في النشاطات الجديدة، كما يميلون إلى تحدث بسلبية عن أنفسهم ويظهر عليهم الشعور بالإحباط والشكوى الدائمة من الظروف ويغلب عليهم التشاؤم. كما إن الأفراد ذوي تقدير الذات المنخفض يعانون من عدم اتساق ووضوح في فهمهم لذواتهم مما يجعلهم يقعون تحت رحمة الأحداث، والمواقف المتغيرة ويجدون صعوبة في إدارة شؤونهم، والسيطرة على أمورهم، يمتلكون هؤلاء معتقدات ايجابية قليلة تجاه أنفسهم تجعلهم يشعرون بالضيق، والضغط ولديهم صعوبة في مواجهة المشكلات (الخطيب 2004).

تنبع أهمية الدراسة من أهمية تقدير الذات بحيث يحتل تقدير الذات مركزا هاما في النظريات الشخصية، كما يعتبر من العوامل الهامة التي تؤثر تأثيرا كبيرا في حياة الأفراد وفي حياة الطلبة بشكل خاص، وتتمثل أهمية تقدير الذات على الفرد في تأثيره على مقدرته على التكيف مع بيئته التي يعيش فيها، ومع ما يحيط به من ظروف وخبرات مختلفة.

وأشار (Yarnel.2000) ولتقدير الذات أهمية كذلك في حياة الفرد الاجتماعية، فالأفراد الذين لديهم تقدير مرتفع لذواتهم يميلون إلى الاستمتاع في التفاعلات الاجتماعية، والمشاركة في النشاطات المختلفة وبناء الصداقات وتخفيف الفوارق النفسية والاجتماعية، ولتقدير الذات أهمية في قدرة الفرد على تكوين معتقدات ثابتة وخاصة، وفي قدرته على السيطرة وانجاز المهمات التي يقوم بها ومواجهة الصعوبات التي تعترضه وتجاوزها، كما تنبع أهمية هذه الدراسة كذلك من إسهامها في اطلاع أساتذة الجامعة والمشرفين الأكاديميين بمستويات تقدير الذات لدى الطلبة، وعن سلوكهم، في تصميم البرامج اللازمة والإجراءات الملائمة في رفع تقديرهم لذواتهم.

1 - 2 مشكلة البحث:

تكمن مشكلة الدراسة في أن هناك كثير من طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية يتمتع بمستوى معرفي جيد ولكن أثناء المشاركة في الحديث أو المنافسة حول إي مشاركة يكون مستوى الأداء اقل مما هو متوقع، وبالتالي يتعرض الطلبة إلى الكثير من الإخفاقات، ولذلك فإن الإعداد النفسي يلعب دورا هاما وأساسيا في المحافظة على مستوى الأداء المهاري لهؤلاء الطلبة وخاصة في المنافسات الرياضية التي تعرض على اللاعب أعباء نفسية كثيرة قد تؤثر على مستوى أداء الطلبة.

ويرى الباحث أن أكثر الطلبة تأثرا بهذه العوامل الطلبة اللذين لا يملكون تقدير الذات الجيد، حيث أشارت العديد من الدراسات إلى أهمية تقدير الذات بالنسبة للطلبة، وان الطلبة اللذين يمتلكون تقدير ذات جيد يظهرن مستوى أفضل من غيرهم، وعلى حد علم الباحث فإنه لا توجد دراسة تناولت تقدير الذات بالنسبة لطلبة كليات واقسام التربية الرياضية في محافظة كركوك، بشكل عام وطلبة كلية التربية البدنية وعلوم

الرياضية في جامعة كركوك بشكل خاص، وبناء على ما تقدم وإيماننا من البحوث بأهمية تقدير الذات تواجه البحوث لإجراء هذه الدراسة، ليتمكن من الإجابة على هذه التساؤلات.

1 - 3 هدف البحث: -

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك من وجهة نظرهم وذلك من خلال الإجابة عن الأسئلة التالية:

1- ما مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك من وجهة نظرهم

2. هاهناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($0.05=\alpha$) في مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك من وجهة نظرهم تعزى لمتغير الجنس؟

3. ها هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($0.05=\alpha$) في مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك من وجهة نظرهم تعزى لمتغير المستوى الدراسي؟

4. ها هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($0.05=\alpha$) في مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك من وجهة نظرهم تعزى لمتغير المعدل التراكمي؟

1 - 4 مجالات البحث: -

1 - 4 - 1 المجال البشري:

طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة كركوك

1 - 4 - 2 المجال الزمني:

للفترة من 21 / 11 / 2018 والغاية 2 / 4 / 2019

1 - 4 - 3 المجال المكاني:

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك

1 - 5 تحديد المصطلحات: -

تقدير الذات إجرائيا فهي الدرجة الكلية لاستجابات أفراد عينه الدراسة على أداة الدراسة.

طلبة كلية التربية الرياضية: هم الطلبة المسجلون للسنة الدراسية 2018 / 2019 كلية التربية الرياضية ذكورا وإناثا للمستويات الأربعة: (أولى ، ثانية ، ثالثة ، رابعة).

القوة الشخصية: تعني شعور بأنه يمتلك نقاط قوة تمكنه من التأثير بالآخرين وبيئته المحيطة والأحداث التي يعيشها.

ضبط الذات: ويشير إلى كيفية إدراك الفرد واستيعابه للعلاقة بين أفعاله ونتائج هذه الأفعال ، (ناجحة أو فاشلة)

التقبل : شعور الفرد بأنه يستحق الحب ومتقبل من الآخرين.

المظهر الجسدي: شعور الفرد تجاه مظهره الجسدي وشكله الخارجي وتصوراته حول هذا الشكل والمظهر.

إجرائيا فهي الدرجة الكلية لاستجابات أفراد عينه الدراسات على فقرات أداة الدراسات للمجالات (قوة الشخصية، ضبط الذات، التقبل، المظهر الجسدي).

2-1 الدراسات النظرية:

1-1 الذات وتقدير الذات:

لقد احتلت الذات مكانة بارزة في النظريات الشخصية، وتعددت الآراء واختلفت التيارات التي تناولت فكرة الذات. وقد اهتم علماء النفس بالبحث في مدلولها وما أهميتها، وكانت لهم في تحديد مفهومها ومدلولها أبحاث متعددة أدت إلى وجود مدارس متعددة حاولت كل منها ان تصبغ هذا المفهوم في إطار الفلسفة التي تتبناها ونوع البحوث التي أجرتها (قطب 1998).

ويختلف تقدير الفرد لذاته في المواقف المختلفة تبعاً لتغير مفهومه عن ذاته من خلال علاقاته الشخصية بالآخرين. والفرد يميل إلى مقارنة نفسه بمن حوله إذا احتاج تقديراً لذاته، فقد يقدر ذاته بدرجة عالية إذا كانت هذه العلاقة ايجابية، فقد ويقدر ذاته بشكل سالب إذا كان تقدير الآخرين له سالباً في هذا الموقف (رمضان 2000).

ويعد مفهوم الذات محورياً في نظرية روجرز الشخصية ويعرفها (زهران 2002) بأنها جوهر الشخصية. أما بكر فيعرف الذات على إنها خصائص الفرد وصفاته الشخصية الايجابية والسلبية كما يدركها هو في الجوانب الاجتماعية والمزاجية والانفعالات والعقلية والجسمية (الالومي 1990).

ومما سبق يمكن استخلاص التعريف التالي للذات: هي بناء معرفي يتكون من أفكار الشخص المختلفة، البدنية والحسية والاجتماعية.

2-1 مفهوم تقدير الذات:

يعد تقدير الذات من أهم مفاهيم المتعلقة بشخصية الإنسان ، فمفهوم تقدير الذات يعد احد الإبعاد الهامة للشخصية، بل ويعده العلماء ، من أكثر تلك الإبعاد أهمية وتأثير في السلوك.

فلا يمكن ان نحقق فهماً واضحاً للشخصية دون أن نشمل ضمن متغيراتنا الوسيطة مفهوم تقدير الذات. حيث يرى البورت (Alport) ويدخل تقدير الذات في كل السمات والجوانب الوجدانية للفرد. ويقرر بيوشر (Becher) إن دافع السيطرة على الفرد ما هو إلا تعبير عن الحاجة إلى تقدير الذات. كما يرى هايكاوا (Hayakawa) أن الغرض الأساسي لكل أنواع النشاط هو محاولة لرفع تقديرات الذات (عكاشة 1991). كما أكد عكاشة (1991) أن علماء النفس قد استخدموا مصطلح تقدير الذات. كما انه مجموعة من الإحكام الشخصية التي يراها الفرد عن نفسه كمحصلة خصائص الانفعالية والعقلية والجسمية.

وعرف سميث (Smith) تقدير الذات على انه الحكم الشخصي للفرد عن قيمته الذاتية ويوضح عبد الرحيم (1991) إلى إن تقدير الذات هو مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به. تعريف بردن (Bradon.1969) أحساس الفرد بكفاءته وشعوره بفعاليته وقيمه الذاتيين، أي اعتقاده بانته ذو كفاءة، وقيمة في الحياة. ويرى بردن بان تقدير الذات حاجة أساسية متأصلة في الإنسان تدفعه للإحساس، والشعور بقيمته، وكفائته وهو في سلوكه يسعى لإشباع هذه الحاجة (Murk).

بدا مصطلح تقدير الذات في الظهور أواخر الخمسينات ، واخذ مكانه بسرعة في كتابات الباحثين والعلماء بجانب المصطلحات الأخرى في نظرية الذات، والتي زودت بها النظرية الأدب السيكولوجي وقت ذاك مثل "الذات الواقعية (Real Self) الذي يشير إلى إدراك الفرد لذاته وكما هي في الواقع، ومفهوم "الذات المثالية (Ideal Self) أو النموذجية التي كان يتمنى المرء أن يرى نفسه على منوالها، ومفهوم تقبل الذات المثالية (Acceptance) وهو

المفهوم الذي يشير إلى الفرق بين المفهومين السابقين ، أو بين ذات الفرد الواقعية وذاته المثالية ثم ظهر مفهوم "تقدير الذات" (Self Esteem) وهو يشير بدرجة أساسية إلى حسن تقدير الفرد لذاته وشعوره بجدارته وكفايته (الكفاية 1989).

وأصبح تقدير الذات منذ أواخر الستينات وأوائل السبعينات وكأنه أكثر جوانب مفهوم الذات انتشارا بين الكتاب والباحثين، وتوفر عدد كبير منهم لبحث علاقته بالمتغيرات الأخرى، بل اهتم بعضهم بوضع نظريات حول تقدير الذات، كيف ينمو وأثره في سلوك الفرد بصفة عامة.

أشارت أدبيات علم النفس إلى بعض النظريات التي تتحدث عن تقدير الذات منها نظرية مدرج الحاجات التي قدمها ماسلو (Maslow 1970) والتي تحدد فيها سلسلة متدرجة مرتبة من أدنى إلى أعلى بشكل هرمي فعندما يتم إشباع حاجة معينة في أسفل الهرم، فإن الحاجة الأخرى التي تظهر، وتحتاج إلى إشباع (ألقذافي 2001) كما في الشكل رقم (1)



شكل رقم (1)هرم ماسلو

وطبقا لهذا الهرم فإن الحاجات ذات المستوى الأدنى فيه (البقاء، السلامة، الانتماء، تقدير الذات) يجب أن يتم إشباعها بشكل كبير قبل أن تتمكن الحاجات الواقعة في المستويات الأعلى (المعرفة، الجمال، وتحقيق الذات) من العمل. وفي شكله الأصلي، فإن الهرم يحتوي على خمسة مستويات، ولكن ماسلو (Maslow 1970)

راجعة أخيراً وواصله إلى سبع مستويات (عدس، 1999). وعند تحقيق الحاجات الثلاثة (البقاء، السلامة، الانتماء) فإن الطلبة يصبحون مدفوعين برغبة لتأمين ذواتهم، احترام الرفاق أهم، والاعتراف بمواهبهم وصفاتهم. وهذه الحاجة التقدير الذات يمكن إشباعها من خلال الإعلان عن انجازهم الهامة أو الاعتراف بها. وأشار (علاوي، 1998) أن الاشتراك في المنافسات الرياضية والتي تقابلها الحاجة لتقدير الذات وفعالية الذات والتي يمكن من اعتبارها من بين أهم العوامل في الحالات الدفاعية الرياضية. وفي دراسات مكثفة لتقدير الذات، استنتج سميث (Smith) إن الأشخاص الذين يتمتعون بتقدير مرتفعة الذات، يختلفون بطرق عديدة عن الأشخاص ذوي المستوى المنخفض في تقدير الذات (أنهم يضعون أهدافاً بعيدة ويعانون بشكل أقل من القلق ومشاعر متزايدة متعلقة بالضبط، وبيئتهم ومن ثم يفترض إن تقدير الذات يتوسط. جزئياً. أو يبدو متغيراً معدلاً بالنسبة للميل للإنجاز (حسن، 1998).

3-1 نظريات تقدير الذات:

النظرية المعرفية. التجريبية لابستين (Epstein) فيعتمد تفسيرها لتقدير الذات على مبادئ وأفكار في النظرية المعرفية ومنها الخبرة، والتنظيم، والتمثيل وعملية التطور حيث تتخلص وجهة النظر المعرفية في أن الأفراد ينضمون الخبرات، والمعلومات المتعلقة بالعالم الخارجي، والذات، والآخرين اعتماداً على افتراض أساسي في النظرية يفيد بان الدماغ الإنساني له القدرة على التشكيل، أو التصوير ويميل إلى تنظيم الخبرات في نظام مفاهيمي، حيث تقوم بعمل روابط بين الأحداث، وعمل روابط بين هذه الروابط حتى يتوصلوا إلى تنظيم وتطوير أبنية مميزة ومتكاملة (Murk، 1995).

4-1 الفرق بين مفهوم الذات وتقدير الذات:

مفهوم الذات عبارة عن معلومات تتمثل صفات الذات، بينما تقدير الذات تقييم لهذه الصفات. فمفهوم الذات يتضمن فهماً موضوعياً أو معرفياً للذات، بينما تقدير الذات فهم انفعالي للذات يعكس الثقة بالنفس (عبد الحافظ، 1982). وقدم سميث (Smith) تعريفاً يوضح بين مفهوم الذات وتقدير الذات ثم إيجازه فيما يلي: مفهوم الذات يشمل مفهوم الشخص وآراءه عن نفسه بينما تقدير الذات يتضمن التقييم الذي يصفه وما يتمسك به من عادات ما لوفه لديه مع اعتباره لذاته ولهذا فإن تقدير الذات يعبر عن اتجاه القبول أو الرفض، ويشير إلى معتقدات الفرد بواسطة الاتجاه الذي يحمله نحو ذاته، فهو خبره ذاتيه ينقلها للآخرين عن طريق التقارير اللفظية، ويعبر عنها بالسلوك الظاهر (عبد الحافظ، 1982).

أما تقدير الذات فهم بالعنصر التقييمي لمفهوم الذات حيث إن الأفراد يقومون بصياغة وإصدار الأحكام الخاصة بقيمتها الشخصية كما يرونها. وببساطه فإن مفهوم الذات يسمح للفرد بان يصيف نفسه في إطار تجربته مثيرة، أما تقدير الذات فيهتم بالقيمة والكفاءة التي يربطها الفرد بأدائه خلال هذه التجربة (الدوسري، 2001م).

ونسنتج مما سبق، ومفهوم الذات هو الفكرة التي يكونها الفرد عن ذاته، تقدير الذات هو التقييم الذي يضعه الفرد لذاته بما فيها من صفات.

2 - 2 الدراسات المشابهة:

وفي دراسة دويدار (1992) حول سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات، استخدم الباحث اختبار مفهوم الذات ومقياس الاتجاه نحو الدراسة ومقياس الاتجاه نحو العلاقات بين الجنسين، وتكونت عينه الدراسة من (422) طالبا وطالبة من خريجي المدارس الثانوية الرسمية والأجنبية بالقاهرة، وإشارة النتائج إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في درجة تقبل الذات ودرجة تقبل الآخرين.

وفي دراسة لهوب (Hoppe 1995) هدفه إلى معرفة مستوى العلاقة بين تقدير الذات، والمستوى الثقافي لدى عينه من الرجال والنساء بلغ عددهم (53) (21 ذكور، 32 إناث) تراوحت أعمارهم ما بين (18 - 46) سنة، وكان حوالي 40% تقريبا من أفراد العينة ممن لم يتلقوا إي دراسة رسمية، وحوالي 60% منهم حاصلين على درجة الماجستير، أو أعلى وإشارة نتائج الدراسة إلى وجود ارتباط بين المستوى العمري وتقدير الذات يرتفع بزيادة العمر لدى عينة الدراسة، كما أشارت النتائج أيضا إلى وجود فروق داله إحصائيا في مستوى تقدير الذات بين المتعلمين، وغير المتعلمين ولصالح المتعلمين.

التعليق على الدراسات السابقة:

تشير الدراسات التي أجريت في مجال تقدير الذات، على أن هناك عوامل متعددة تؤثر في نوعية وقوة تقدير الذات من ايجابياتها وسلبياتها، ومن هذه العوامل العمر، الجنس، والتحصيل الدراسي، والمستوى الثقافي والاقتصادي والاجتماعي، ومكان السكن والبيئة، والأشخاص المقربون، الموقع الوظيفي، الخصائص الجسمية، الأمن والاستقرار، والنشاط البدني، والرياضة الممارسة ونوعها وطبيعتها.

قامت هذه الدراسة على محاولة إيجاد فروق تقدير الذات بحصر العوامل المؤثرة فيه، لمعرفة الآثار الفعالة في تنمية تقدير الذات لدى الأفراد، وذلك لإثراء هذا المجال بالعوامل التي يمكن إن تحسينها في محاولة تحسين وتنمية تقدير الذات وبذلك تحسين مجالات عديدة من نواحي الحياة الأفراد في شتى المجالات حيث أشار الباحثون والمتصلون في علة تقدير الذات من أهمية البالغة في تحقيق النجاح في أمور كثيرة.

كان هناك دراسات عديدة لكشف اثر العمر في تقدير الذات فأشار كل من (Gegede, 1980) (Twenge) (etal, 2002) (انيال وكافي 1995) (عروق 1992) الى ان هناك فروق في تقدير الذات بين الأعمار المختلفة، وكانت دراسة (Gehede, 1980) ذات هدف واضح لإيجاد الفروق بين الأعمار وقد توصل إلى فروق، ولكن (Twenge) (etal, 2002) أشار إلى ارتباط العمر بالمستوى الاجتماعي والاقتصادي حيث زاد ارتباطهم في سن المراهقة وقل في سن الرشد وما بعده إذ إن ذلك يشير إلى أن العمر له دور هام في تقدير الذات ، وكذلك اثر العمر على التفاعل مع العوامل الأخرى المؤثرة في تقدير الذات إذ إن لكل مرحلة عمرية دوافعها وخصائصها. فمثلا قد يتأثر المراهق بالتوبيخ أكثر من الأطفال والراشد لما يرى في نفسه من ظهور على الحياة واثبات ذاته في هذه المرحلة. وفي دراسة النيال وكفافي التي أظهرت فروق ذات داله إحصائية بين فئات العمرية المختلفة.

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :

3 - 1 : منهج البحث :

استخدم الباحث في دراستهم المنهج الوصفي التحليلي نظرا لملائمته لموضوع البحث وأهدافه.

3 - 2 عينة البحث :

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة كركوك لمرحلة البكالوريوس والمسجلين للفصل الدراسي الثاني (2018/2019) والبالغ عددهم (345) طالبا وطالبة حسب الإحصائيات الصادرة من سجل الديوان في كلية التربية الرياضية في جامعة كركوك وبين الجدول رقم(1) توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب الجنس والمستوى .

الجدول رقم(1)

توزيع أفراد مجتمع الدراسة حسب الجنس والمستوى.

المستوى	الجنس	ذكر	انثى	المجموع	النسبة
الثاني		86	55	141	41%
الثالث		78	30	108	31%
الرابع		68	28	96	28%
المجموع		232	113	345	100%

تكونت عينة الدراسة من (180) طالبا وطالبة. موزعين حسب الجنس والمستوى الدراسي والمعدل التراكمي وتشكل (52%) من مجتمع الدراسة وقد تم اختيارها بطريقة عشوائية طبقية، من بين طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة المسجلين للفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي (2018-2019) وبين الجدول رقم (2) توزيع افراد عينة الدراسة الجنس، والمستوى الاكاديمي، المعدل التراكمي.

جدول رقم(2)

التكرارات والنسب المئوية لعينة الدراسة حسب المتغيرات المستقلة

المتغير	الفئات	التكرار	النسبة
الجنس	ذكر	70	38.88
	انثى	110	61,11
	الثاني	60	33.33
	الثالث	60	33.33
	الرابع	60	33.33
التقدير	مقبول	85	47.22
	جيد	56	31.11
	جيد جدا	39	21,66
	المجموع	331	100,0

3 - 3 الأجهزة والأدوات والوسائل المساعدة:

- استخدم الباحث الوسائل الآتية للوصول إلى البيانات :
- استمارة الاستبانة كما في الملحق رقم (1) 0
 - المصادر والمراجع 0
 - فريق العمل المساعد*0
 - الخبراء**0

4-3 خطوات إعداد الأداة:

أداة الدراسة:

قام الباحث باستخدام الاستبيان للتعرف على مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك، إذا تم إعداد استبيان تكون من قسمين وهما: القسم الأول: ويشتمل على البيانات الشخصية على الطالب الذي قام بتعبئة الاستبيان وتشمل هذه البيانات على الجنس، المستوى الأكاديمي، المعدل التراكمي.

القسم الثاني: ويشتمل على الاستبانة للتعرف على مستوى تقدير الذات لدى كلية التربية الرياضية في جامعة كركوك، وتظم (35) فقرة موزعة على مجالات الدراسة وهي:

- المجال الأول المظهر الجسدي، ويتضمن 6 فقرات (6.1).
- المجال الثاني التقبل، ويتضمن 10 فقرات من (16.7).
- المجال الثالث وقوة الشخصية، ويتضمن (9) فقرات من (25.17).
- المجال الرابع ضبط الذات ويتضمن (10) فقرات من (35.26).

قام الباحثين بإعداد هذا الاستبيان وفق الخطوات الآتية:

اطلع الباحث على الأدب النظري الذي يتناول موضوع تقدير الذات وكذلك الدراسات السابقة ذات الصلة وهي (Midgett.2002)، (أبو سعد1999) (Scott,1996) (عبد الحق2000)، ومن خلاله تم تحديد أهم المجالات التي يمكن أن تتكون منها مجالات تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك وهي مجال المظهر الجسدي، ومجال التقبل، ومجال قوة الشخصية، ومجال ضبط الذات، وتكون الاستبيان بصورة الأولية من (40) فقرة موزعة على المجالات الأربعة، وكانت الإجابة عن كل فقرة تتكون من أربعة مستويات تقيس مستوى تقدير الذات ومتدرجة من (4.1) وهذه المستويات هي

موافق بشدة	وتحصل على 4 درجات.
موافق	وتحصل على 3 درجات.
غير موافق	وتحصل على درجتين.
غير موافق بشدة	وتحصل على درجة واحدة

5- صدق الأداة:

للتحقق من صدق أداة الدراسة، فقد اعتمد الباحث طريقة صدق المحتوى (Content Validity) فقد تم عرض الاستبيان على (5) محكمين يحملون درجة الدكتوراه في التربية الرياضية، وعلم النفس، والقياس والتقويم، من أعضاء هيئة التدريس في الجامعات العراقية ملحق رقم (2)، وقد طلب الباحث من المحكمين أبداء ملاحظاتهم وأرائهم حول مدى صحة هذه الفقرات ومناسبتها لقياس مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة كركوك ومدى مناسبة كل فقرة للمجال الذي وضعت فيه، وإضافة أي فقرات يرونها مناسبة (وتم تفرغ استبيان التحكيم، إذ تم اخذ الفقرة التي حصلت على إجماع ثمانية من المحكمين كحد أدنى أي بنسبة (80%) فأكثر وتم حذف الفقرات التي لم يوافق عليها المحكمين فاقل أي بنسبة (20%) فاقل وتم الأخذ بالتعديلات والملاحظات التي أوردها المحكمون، وتم حذف (5) فقرات من فقرات الأداة وهي ذات الأرقام (3,5,6,9,10)، أصبحت الأداة بصورتها النهائية مكونة من قوس (35) فقرة موزعة على المجالات الآتية:

المظهر الجسدي	(6) فقرات.
التقبل	(10) فقرات.
قوة الشخصية	(9) فقرات.
الضبط الذاتي	(10) فقرات.

6-3 ثبات الأداة:

للتأكد من ثبات أداة الدراسة استخدم الباحث طريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test_Retest) إذا تم توزيع استبيان على عينة جزئية من الطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، من خارج عينة الدراسة بلغ عددهم (30) طالبا وطالبة (12 ذكور ، 18 إناث)، وقد تم تطبيق الأداة على نفس الأفراد مرتين متتاليتين، ثم تم أجاد معامل الارتباط بين التطبيقين وصلنا على معامل الارتباط (93%) ، وهو معامل ارتباط مرتفع يفي بإغراض الدراسة، كما تم حساب الثبات بطريقة الاتساق الداخلي للفقرات حيث بلغ معامل كرونباخ ألفا (%88).

جدول رقم (3)

معامل الثبات الأداة

الرقم	المجال	عدد الفقرات	الاتساق الداخلي
1	المظهر الجسدي	6	0.79
2	التقبل	9	0,73
3	قوة الشخصية	10	0,66
4	ضبط الذات	10	0,71
5	الأداة الكلية	35	0.83

7-3 تصميم الدراسة:

اشتملت الدراسة على عدد من المتغيرات المستقلة ومتغير تابع واحد يحوي أربع مجالات:
أولاً: المتغيرات المستقلة

. الجنس وله مستويان (ذكر ، أنثى)

. المستوى الدراسي وله أربعة مستويات (سنة أولى، سنة ثانية، سنة ثالثة، سنة رابعة)

. المعدل التراكمي وله ثلاثة مستويات (مقبول ، جيد، جيد جدا فما فوق)

المتغير التابع:

مستوى تقدير الذات وفق المجالات التالية: المظهر الجسدي، التقبل، قوة الشخصية، ضبط الذات.

8-3 المعالجة الإحصائية:

بعد جمع المعلومات وتفرغ البيانات تم الإجابة عن أسئلة الدراسة باستخدام التحليل الإحصائي التالي:

1- للإجابة عن السؤال الأول تم حساب المتوسطات الحسابية لفقرات كل مجال والانحراف المعياري بشكل عام لجميع الطلبة.

2. للإجابة عن سؤال الثاني والثالث والرابع، تم حساب متوسطات الحسابية والانحراف المعياري لفقرات كل مجال واستخدام اختبار (ت) الإحصائي، وتحليل التباين الأحادي (On_way Anova، واختبار (توكي) للوقوف على دلالات الفروق.

1-4 عرض ومناقشة النتائج

السؤال الأول: ما مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك من وجهة نظرهم.

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمجالات الدراسة، والجدول التالية توضح ذلك.

جدول (4)

المتوسطات الحسابية المعيارية ومستوى التقدير للمجالات الدراسية مرتبة تنازليا
حساب متوسطات من وجهة نظر طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية

الرتبة	رقم	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التقدير
1	2	التقبل	3,34	0,39	عالي
2	1	المظهر الجسمي	3,23	0,42	عالي
3	3	قوة الشخصية	3,09	0,39	عالي
4	4	ضبط الذات	3,03	0,35	عالي
		الأداة ككل	3,16	0,29	عالي

يبين الجدول أعلاه المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى التقدير في المجالات وجاءت جميعها بمستوى التقدير عالي، حيث جاء مجال التقبل بأعلى مستوى حسابي (3.34) وانحراف معياري (0,39) وحصلت مجالات المظهر الجسمي، وقوة الشخصية، على متوسطات بلغت (3,23)، (3,09) على التوالي، وانحرافات معيارية (0,39) و (0,35) على التوالي، بينما جاء مجال ضبط الذات بأدنى مستوى حسابي بلغت (3,03) وانحراف معياري (0,35) وبلغ المتوسط الحسابي للأداة ككل (3,16) وانحراف معياري (0,29).

اولا: المظهر الجسمي.

جدول (5)

المتوسطات الحسابية وانحرافات المعيارية ومستوى التقدير لفقرات مجال المظهر الجسمي مرتبة تنازليا
حسب المتوسطات الحسابية.

الرتبة	رقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التقدير
1	.1	أحب مظهري وشكلي الذي ابد وفيه	3,68	0,55	عالي
2	.2	أتمتع بمظهر جميل	3,42	0,60	عالي
3	.3	وجهي يبعث السرور على الآخرين.	3,28	0,68	عالي
4	.6	اشعر بان جسمي قويا.	2,99	0,72	عالي
5	.5	اشعر أن ضعف قدرتي الجسمية تحد من ممارسة الأنشطة الرياضية.	2,07	0,90	علي
6	.4	اشعر أن جسمي ومظهري غير رياضي.	1,91	0,87	منخفض

يبين الجدول أعلاه المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى التقدير لفقرات مجال المظهر

الشخصي، وجاء مستوى التقدير عالي في جميع الفقرات، باستثناء فقرة واحدة كان منخفض، وبلغ أعلى متوسط حسابي (3,78) بانحراف معياري (0,55) في فقرة رقم (5) التي تنص على "أحب مظهري وشكلي الذي أبدو فيه" بينما جاءت الفقرة رقم (10) التي تنص على "اشعر أن جسسي ومظهري غير رياضي" بأدنى متوسط حسابي (1,91) وانحراف معياري (0,87).
ثانياً: التقبل.

جدول (6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى التقدير للفقرات مجال التقبل مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	رقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التقدير
1	.12	أحب مساعدة الآخرين.	3,63	0.51	عالي
2	.13	أنا مخلص لزملائي .	3.59	0.58	عالي
3	.11	الطريقة التي أتعامل بها مع الآخرين تجعلهم يحبونني.	3.44	0.65	عالي
4	.8	معظم الناس الذين اعرفهم يحبونني.	3.37	0.69	عالي
5	.15	اشعر أن جميع من أتعامل معهم يحبونني.	3.22	0.74	عالي
6	.7	أتمتع بشهرة زملائي في الكلية.	3.12	0.75	عالي
7	.14	يصفني الناس باني حاد الطباع.	2,25	0.93	عالي
8	.9	اشعر أنني مستبعد من الآخرين	1.60	0.77	منخفض
9	.10	يسخر مني زملائي في الجامعة.	1.43	0.71	منخفض

يبين الجدول أعلاه المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى التقدير لفقرات مجال التقبل، وجاء مستوى تقدير عالي في جميع الفقرات، باستثناء فقرتين كان منخفض، وبلغ أعلى متوسط حسابي (3,63) بانحراف معياري (0,51) في فقرات رقم (12) التي تنص على "أحب مساعدة الآخرين" بينما جاءت الفقرة رقم (10) التي تنص على "يسخر مني زملائي في الجامعة" بأدنى متوسط حسابي (1.43) وانحراف معياري (0.71).

ثالثاً: قوة الشخصية.

جدول (7)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى التقدير لل فقرات مجال القوة الشخصية مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	الرقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التقدير
1	.16	اشعر إن لدي طموح دائماً نحو الأفضل.	3,43	0,75	عالي
2	.18	لدى التصميم والعزيمة لأداء أعمالي.	3,32	0,74	عالي
3	.19	لدى القدرة على انجاز الأعمال الهامة.	3,27	0,66	عالي
4	.24	يحترمني زملائي لقوة شخصيتي.	3,19	0,73	عالي
5	.17	استطيع التحكم بالاتجاه الذي تسير فيه حياتي	3,19	0,77	عالي
6	.20	استجيب وأتكيف بسرعة في المواقف الغير المألوفة	2,95	0,75	عالي
7	.25	اشعر بان الآخرين يستحقون التفكير بهم.	2,88	0,86	عالي
8	.22	يتبنى زملائي أفكارى عندما أتحدث معهم.	2,85	0,78	عالي
9	.21	انصاع للآخرين حسب مكانتهم وثروتهم.	2,07	1,00	عالي
10	.23	افشل في تكوين انطباعات جيدة لدى الآخرين	1,99	1,82	منخفض

يبين الجدول أعلاه المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى التقدير لفقرات المجال قوة الشخصية، وجاء مستوى التقدير العالي في جميع الفقرات، باستثناء فقرة كان منخفض. وبلغ أعلى متوسط حسابي (3,43) بانحراف معياري (0,75) في الفقرة رقم (16) التي تنص على "اشعر ان لدي طوحاً دائماً نحو الأفضل" بينما جاءت الفقرة رقم (23) التي تنص على "افشل في تكوين انطباعات جيدة لدى الآخرين" بأدنى متوسط حسابي (1,99) وانحراف معياري (0,82).

رابعاً: ضبط الذات.

جدول رقم (8)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى التقدير للفقرات مجال ضبط الذات

مرتبة تنازلياً حسب المتوسطات الحسابية

الرتبة	رقم	الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	مستوى التقدير
1	.29	استطيع التحدث عن رأي دون حرج.	3,35	0,71	عالي
2	.28	أفضل طريقي الخاصة في التفكير عند القيام بأي عمل.	3,29	0,73	عالي
3	.34	أجد الامتحان صعباً إذا لم استعد له.	3,26	0,87	عالي
4	.30	يظهر زملائي رغبة في صداقتي.	3,21	0,70	عالي
5	.27	اشعر أنني افعل الأشياء الصحيحة.	3,19	0,62	عالي
6	.32	أثق في قدرتي في التخطيط.	2,16	0,69	عالي
7	.33	كثير من الأشياء التي تحدث معي يحكمها الحظ.	2,64	0,92	عالي
8	.35	يلعب الحظ دوراً هاماً في حياتي	2,64	0,00	عالي
9	.26	اشعر بالغضب إذا لم يوافق الآخرين على رأيي.	2,38	0,89	عالي
10	.31	لا يقدر احد قيمتي مهما بذلت من جهد.	2,05	0,97	عالي

يبين الجدول أعلاه المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ومستوى التقدير لفقرات المجال ضبط الذات، وجاء مستوى التقدير العالي في جميع الفقرات، وبلغ أعلى متوسط حسابي (3,35) بانحراف معياري (0,71) في الفقرة رقم (29) التي تنص على "استطيع التحدث عن رأيي بدون حرج" بينما جاءت الفقرة رقم (31) التي تنص على "لا يقدر احد قيمتي مهما بذلت من جهد" بأدنى متوسط حسابي (2,05) وانحراف معياري (0,97).

السؤال الثاني: هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $(\alpha=0,05)$ في مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك من وجهة نظرهم تعزى لمتغير الجنس؟ للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاجابة افراد عينة الدراسة على مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة كركوك، من وجهة نظرهم في المجالات

والأداة ككل، ولبیان دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابي تم استخدام المتغير "ت" وفقاً لأثر متغير الجنس، والجدول التالي يوضح ذلك.

الجدول (9)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار "ت" في المجالات والأداة ككل على مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك من وجهة نظرهم حسب متغير الجنس.

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	العدد	الجنس	
0,526	0,635.	0,356	2,88	134	ذكر	المظهر الجسدي
		0,275	2,90	197	أنثى	
*0,015	2,451	0,313	2,90	134	ذكر	التقبل
		0,270	2,82	197	أنثى	
*0,004	2,927	0,402	2,98	134	ذكر	قوة الشخصية
		0,338	2,86	197	أنثى	
0,765	0,299	0,366	2,92	134	ذكر	ضبط الذات
		0,351	2,91	197	أنثى	
*0,042	2,039	0,270	2,92	134	ذكر	الأداة ككل
		0,212	2,87	197	أنثى	

مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$)

يبين الجدول أعلاه الآتي:

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر الجنس، إذا بلغت قيمة "ت" (0,635) عند مستوى دلالة (0,526) في مجال المظهر الجسدي.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر الجنس، إذ بلغت قيمة "ت" (2,451) عند مستوى دلالة (0,015)، وجاءت الفروق لصالح الذكور، في مجال التقبل.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر الجنس، إذ بلغت قيمة "ت" (2,927) عند مستوى الدلالة (0,004)، وجاءت الفروق لصالح الذكور، في مجال قوة الشخصية.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر الجنس، إذ بلغت قيمة "ت" (0,299) عند مستوى الدلالة (0,765) في مجال ضبط الذات.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر الجنس، إذ بلغت قيمة "ت" (2,039) عند مستوى الدلالة

(0,042). وجاءت الفروق لصالح الذكور، في الأداة ككل.

السؤال الثالث: هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha=0,05$) في مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك من وجهة نظرهم تعزى لمتغير المستوى الدراسي؟

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابة أفراد عينة الدراسة على مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك، من وجهة نظرهم في المجالات والأداة ككل، وليبيان دلالة الفروق بين المتوسطات الحسابية تم استخدام تحليل التباين الأحادي وفقا لأثر متغير المستوى الدراسي، الجدول (10)، (11) يوضح ذلك.

جدول (10)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية في المجالات والأداة ككل على مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك من وجهة نظرهم حسب متغير المستوى الدراسي.

	الأول		الثاني		الثالثة		الرابعة	
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المظهر الجسدي	2,87	0,26	2,92	0,35	2,86	0,31	2,89	0,296
التقبل	2,85	0,29	2,93	0,28	2,75	0,28	2,79	0,288
قوة الشخصية	2,93	0,35	2,95	0,38	2,80	0,37	2,86	0,372
ضبط الذات	2,89	0,31	2,95	0,37	2,90	0,41	2,91	0,323
الأداة ككل	2,89	0,21	2,94	0,25	2,83	0,24	2,86	0,233

بين الجدول أعلاه تباينا ظاهريا في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، بسبب اختلاف فئات المستوى الدراسي (الأول، الثاني، الثالثة، الرابعة).

الجدول (11)

تحليل التباين الأحادي لآثار المستوى الدراسي في المجالات والاداة ككل على مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك من وجهة نظرهم

مستوى الدلالة	قيمة "ف"	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	المصدر	
0,564	0,681	0,066	3	0,197	بين المجموعات	المظهر الجسمي
		0,096	327	31,499	داخل المجموعات	
			330	31,696	الكلية	
0,001	5,872	0,474	3	1,422	بين المجموعات	التقبل
		0,081	327	26,404	داخل المجموعات	
			330	27,826	الكلية	
0,039	2,822	0,378	3	1,133	بين المجموعات	قوة الشخصية
		0,134	327	43,781	داخل المجموعات	
			330	44,914	الكلية	
0,606	0,615	0,078	3	0,235	بين المجموعات	ضبط الذات
		0,128	327	41,703	داخل المجموعات	
			330	41,938	الكلية	
0,015	3,528	0,196	3	0,587	بين المجموعات	الأداة ككل
		0,055	327	18,127	داخل المجموعات	
			330	18,714	الكلية	

مستوى الدلالة ($0,05=\alpha$)

يبين الجدول أعلاه الآتي:

○ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لآثار المستوى الدراسي، إذ بلغت قيمة ف (0,681) عند

مستوى دلالة (0,564) في مجال المظهر الجسمي.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر المستوى الدراسي، إذ بلغت قيمة "ف" (5,872) عند مستوى الدلالة (0,001) في مجال التقبل.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر المستوى الدراسي، إذ بلغت قيمة "ف" (2,822) عند مستوى الدلالة (0,039) في مجال قوة الشخصية.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر المستوى الدراسي، إذ بلغت قيمة "ف" (0,615) عند مستوى الدلالة (0,606) في مجال ضبط الذات.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر المستوى الدراسي، إذ بلغت قيمة "ف" (3,528) عند مستوى الدلالة (0,015) في الأداة ككل.

معرفة اتجاه الفروق الزوجية الدلالة الإحصائية بين المتوسطات الحسابية تم استخدام اختبار المقارنة البعدية بطريقة توكي وفقاً لأثر المستوى الدراسي في مجال التقبل وقوة الشخصية والأداة ككل، والجدول التالي يوضح ذلك.

الجدول (12)

المقارنات البعدية بطريقة توكيل اثر المستوى الدراسي في مجالي التقبل وقوة الشخصية والاداة ككل.

الرابعة	الثالثة	الثاني	الأول	المتوسط الحسابي	الفئات	
				2,85	الأول	التقبل
			0,08 .	2,93	الثاني	
		*0,17	0,09	2,75	الثالثة	
	0,03 .	*0,14	0,06	2,79	الرابعة	
				2,93	الأول	القوة الشخصية
			0,01 .	2,95	الثاني	
		*0,15	0,14	2,80	الثالثة	
	0,07 .	0,09	0,07	2,86	الرابعة	
				2,89	الأول	الأداة ككل
			0,05 .	2,94	الثاني	
		*0,11	0,06	2,83	الثالثة	
	0,03 .	0,08	0,03	2,86	الرابع	

يبين الجدول أعلاه الآتي:

- وجود فروق بين مستوى الثاني ومستوى الثالثة والرابعة وجاءت الفروق لصالح مستوى الثاني في مجال

التقبل.

. وجود فروق بين مستوى الثاني ومستوى الثالثة والرابعة وجاءت الفروق لصالح مستوى الثاني في مجال قوة الشخصية.

. وجود فروق بين مستوى الثاني ومستوى الثالثة وجاءت الفروق لصالح مستوى الثاني في الأداة ككل.

السؤال الرابع: هل هناك فروق ذات دالة إحصائية عند مستوى الدالة ($\alpha=0,05$) في مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك من وجهة نظرهم تعزى لمتغير المعدل التراكمي؟.

للإجابة عن هذا السؤال تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لإجابات أفراد عينة الدراسة على مستوى تقدير الذات لدى كلية التربية البدنية وعلوم لرياضية في جامعة كركوك من وجهة نظرهم في المجالات والأداة ككل، وليبيان دلالة الفروق بين متوسطات الحسابي تم استخراج تحليل التباين الأحادي وفقا لأثر متغير التقدير، والجدول (12) و(13) وضح ذلك.

جدول (13)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية في مجالات والأداة ككل على مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية في جامعة كركوك من وجهة نظرهم حسب متغير المعدل التراكمي

مقبول		جيد		جيد جدا		
المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
2,91	0,35	2,88	0,32	2,90	0,28	المظهر الجسدي
2,74	0,36	2,84	0,28	2,90	0,26	التقبل
2,78	0,32	2,90	0,38	2,96	0,36	قوة الشخصية
2,85	0,36	2,94	0,36	2,92	0,35	ضبط الذات
2,81	0,24	2,89	0,25	2,92	0,22	الأداة ككل

يبين جدول أعلاه تباينا ظاهريا في المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية على مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية في جامعة كركوك، بسبب اختلاف فئات التقدير (مقبول ، جيد ، جيد جدا).

جدول (14)

تحليل التباين الأحادي لأثر المعدل التراكمي في المجالات والأداة ككل على مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك من وجهة نظرهم

مستوى الدلالة	قيمة "ف"	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	المصدر	
0,830	0,187	0,018	2	0,036	بين المجموعات	المظهر الجسدي
		0,097	328	31,660	داخل المجموعات	
			330	31,696	الكلية	
0,009	4,752	0,392	2	0,784	بين المجموعات	التقبل
		0,082	328	27,043	داخل المجموعات	
			330	27,826	الكلية	
0,036	3,370	0,452	2	0,904	بين المجموعات	قوة الشخصية
		0,134	328	44,010	داخل المجموعات	
			330	44,914	الكلية	
0,358	1,029	0,131	2	0,262	بين المجموعات	ضبط الذات
		0,127	328	41,677	داخل المجموعات	
			330	41,938	الكلية	
0,046	3,102	0,174	2	0,347	بين المجموعات	الأداة ككل
		0,056	328	18,367	داخل المجموعات	
			330	18,714	الكلية	

بين الجدول أعلاه الآتي:

. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر المعدل التراكمي، إذ بلغت قيمة "ف" (0,187) عند مستوى

دلالة (0,830) في مجال المظهر الجسدي.

. وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر المعدل التراكمي، إذ بلغت قيمة "ف" (4,752) عند مستوى دلالة

(0,009) في مجال التقبل.

. وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر المعدل التراكمي، إذ بلغت قيمة "ف" (3,370) عند مستوى دلالة (0,036) في مجال قوة الشخصية.

. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر المعدل التراكمي، إذ بلغت قيمة "ف" (1,029) عند مستوى دلالة (0,358) في مجال ضبط الذات.

. وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لأثر المعدل التراكمي، إذ بلغت قيمة "ف" (3,102) عند مستوى دلالة (0,046) في الأداة ككل.

لمعرفة اتجاهات الفروق الزوجية للدلالة الإحصائية بين متوسطات الحسابية تم استخدام اختبار المقارنات البعدية بطريقة توكي وفقا لأثر التقدير في مجالي التقبل وقوة الشخصية والأداة ككل، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (15)

المقارنة البعدية بطريقة توكي لأثر المعدل التراكمي في مجالي التقبل وقوة الشخصية والأداة ككل

الفئات	المتوسط الحسابي	مقبول	جيد	جيد جدا
التقبل	2,74			
	2,84	0,10.		
	2,90	*0,16.	0,16.	
قوة الشخصية	2,78			
	2,90	0,12.		
	2,96	*0,17.	0,05.	
الاداة ككل	2,81			
	2,89	0,08.		
	2,92	*0,11.	0,03.	

يبين الجدول أعلاه الأتي:

. وجود فروق بين تقدير المقبول وتقدير جيد جدا وجاءت الفروق لصالح التقدير جيد جدا في مجال التقبل.

. وجود فروق بين تقدير المقبول جيد جدا وجاءت الفروق لصالح التقدير جيد جدا في مجال قوة الشخصية.

. وجود فروق بين تقدير المقبول جيد جدا وجاءت الفروق لصالح التقدير جيد جدا والأداة ككل.

2-4 مناقشة النتائج

هدفت الدراسة التعرف على مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك واثركل من الجنس، المستوى الدراسي، والمعدل التراكمي على مستوى تقدير الذات. أسفرت الدراسة عن نتائج متعددة، وتسهلاً لعرضها يحاول الباحث مناقشة كل سؤال على حدة.

أولاً: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

نص السؤال الأول على: ما مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك من وجهة نظرهم.

دلت نتائج هذا السؤال إلى إن مجالات تقدير الذات جاءت بدرجة عالية إلا إن ترتيب المجالات كان بالمرتبة الأولى مجال التقبل في حين جاءت مجالي المظهر الجسدي وقوة الشخصية جاءت بالمرتبة الثانية وجاء مجال ضبط الذات في بأدنى متوسط حسابي متوسط الحسابي.

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن مجال التقبل بالنسبة للطلبة يشكل أهمية بالغة، وذلك لأن المرحلة العمرية التي يمر بها الطلاب الجامعي، وهي مرحلة بداية تكوين علاقات اجتماعية ومن خلال هذه المرحلة التي بإمكان الطالب تنميتها من خلال الجامعة، كي يحظى باحترام وتقدير من قبل الزملاء، في الكلية كما أن طبيعة الدراسة التربوية الرياضية والتي يغلب عليها الطابع العلمي وتشكل من خلالها جماعات رياضية ينتمون إلى فرق للأنشطة المختلفة، وفيما يتعلق بالمجالات الأخرى المتعلقة بالمظهر الجسدي، يعيد الطلبة دائماً المظهر الذي يبدو فيه ملامح الشخصية القوية من حيث مستوى اللياقة البدنية كي يصبح مصدر جذب للآخرين، ويهتمون أيضاً بقوة الشخصية لما لها من سمات قيادية خاصة أن هناك لدى الطلبة نزعة تجاه السلطة والتي تظهرها القيادة بالسمات وهي نظرية قيادية تؤكد على أن السمات الشخصية هي التي تؤكد القيادة.

ثانياً: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني :

نص السؤال الثاني على هل هناك فروق ذات دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha=0,05$) في مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك من وجهة نظرهم تعزى لمتغير الجنس؟.

أظهر نتائج اختبار "ت" الإحصائي ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ($\alpha=0,05$) في مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك من وجهة نظرهم تعزى لمتغير الجنس، وكانت لصالح الطلبة الذكور على مجالات التقبل، وقوة الشخصية وعلى الأداء ككل، ولم يكن هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى تقدير الذات وفقاً لمتغير الجنس على مجالي المظهر الجسدي وضبط الذات.

ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن الطلبة يتمتعون بسقف حرية أعلى من الإناث وذلك لوجود ضوابط اجتماعية من خلال التنشئة الأسرية التي تساهم في تحديد دور الجنس لكل من الذكور والإناث حيث تجد

الدعم والتعزيز الاجتماعي لتصرفات الذكور التي تتفق مع دوره الجنسي من تحمل المسؤولية والاعتماد على النفس والثقة والتصرف بحرية، في حين يقدم الدعم والتعزيز الاجتماعي للأنثى لسلوك الامتثال والطاعة والتقبل من تحملهن المسؤولية وهذا يؤدي إلى تكون تكوين مفهوم تقدير الذات عند الذكور أعلى مما هو عند الإناث.

واتفقت نتائج الدراسة مع دراسة كل من (Gegede,1980)(panda,1997) وسيف (1993) وكلهم يشيرون إلى أن الذكور لديهم درجة أعلى في تقدير الذات من الإناث. واختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل من أبو سعد 1999، وهبي 1999، عروق 1992، دويدار 1992، عبدالحق 2000، والمطوع 1996، سرحان 1996، (Chapman2002)، (Varwing,1990) إلى عدم وجود فروق في تقدير الذات تبعاً لعامل الجنس. ويفسر الاختلاف في النتائج بسبب اختلاف أدوات الدراسة الحالية وعينتها عن أدوات وعينات الدراسات السابقة.

ثالثاً: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث:

نص السؤال الثالث على: على أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $(0,05=\alpha)$ في مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك من وجهة نظرهم تعزى لمتغير المستوى الدراسي؟

أشارت نتائج هذا السؤال إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مجالي التقبل وقوة الشخصية والأداة ككل وفقاً لمتغير المستوى الدراسي وكان لصالح المستوى السن الثاني، في حين دلت نتائج الدراسة على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مجالي المظهر الجسدي. وضبط الذات، وفقاً لمتغير المستوى الدراسي. ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أن طلبة المستوى الثاني يبدأ الطالب بالتكيف مع الوسط الاجتماعي الجديد على اختلاف الطالب في مستوى الأول، وفي المستوى الثالث والرابع يبدأ الطالب الاهتمام بالجانب الدراسي على حساب الجوانب الأخرى نظراً لاهتمامه بالتخرج. وتوقفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة كل من (النيل وكفاي 1995)، (عروف 1992) (Gegede,1982) شاروا إلى أن هناك فروق في تقدير الذات بين الأعمار المختلفة. ولكن هناك تعارض في دراسة عبد الحق (2000) التي أشارت إلى عدم وجود فروق في تقدير الذات تبعاً للعمر.

رابعاً: مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع:

نص السؤال الثالث على: هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة $(0,05=\alpha)$ في مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك من وجهة نظرهم تعزى لمتغير المعدل التراكمي؟

أشارت نتائج السؤال الرابع إلى وجود ذات دلالة إحصائية في مجالي التقبل وقوة الشخصية والأداة ككل وفقاً لمتغير المعدل التراكمي وكانت لصالح جيد جداً، بينما في مجال المظهر الجسدي وضبط الذات لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية وفقاً لمتغير المعدل التراكمي.

يفسر الباحث هذه النتيجة إلى أن هناك علاقة طردية كلما زاد المعدل التراكمي للطالب زادت ثقته بنفسه، وكذلك تقبله للآخرين وأيضاً تقبل الآخرين له، وهذا المستوى من التقدير التحصيل يجعل لدى الطالب قدره في ضبط الذات، في حين لم يظهر اهتمام بالمظهر الجسدي، لأن اهتمام الطالب يصرف في الجانب الأكاديمي أكثر، علاوة على ذلك يحظى الطلبة من هذا المستوى من

المعدل التراكمي باحترام وتقدير من قبل المدرسين، كذلك يحاول الطلبة التقرب منهم وتكوين صداقات معهم لما يخدم مصالحهم الشخصية. واتفقت نتائج هذه الرسالة مع (Midgett,2002)، (ابوسعبد 1999) (Scott,1996) (عبد الحق 2000)، الذي أشارت نتائج دراستهم إلى وجود فروق في تقدير الذات عند المستويات المختلفة من التحصيل والمستوى الدراسي، إذ أن الأفراد في المستويات الدراسية والتحصيل الدراسي العالي سوف تكون لهم ميزات أكبر مؤثر في تقدير الذات.

الاستنتاجات

في حدود أهداف الدراسة وإسالتها وفي ضوء المعالجات الإحصائية يستنتج الباحث ما يلي :

1. طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية تقديرهم لذاتهم جاء بدرجة عالية.
2. إن أعلى مستوى من بين مجالات تقدير الذات لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية كان مجال التقبل ويله مجال المظهر الجسدي وقوة الشخصية، وأدنى مجال كان ضبط الذات.
3. بينت النتائج الدراسة بأن هناك فقرة من فقرات مجال قوة الشخصية والتي تنص على "افشل في تكوين انطباعات جيدة لدى الآخرين" وجاءت بمستوى منخفض على المقياس المعتمد لدى الباحث مقارنة مع فقرات الأخرى في نفس المجال. وأيضاً جاءت فقرة منخفضة المستوى في مجال المظهر الجسدي والتي تنص على "اشعر أن جسدي ومظهري غير رياضي" اشعر بانني مستبعد من قبل الآخرين"، ويسخر مني زملائي في الجامعة" من مجال التقبل.
4. الطلبة الذكور تقديرهم لذاتهم أعلى من الطلبة الإناث.
5. الطلبة ذوي المعدلات المرتفعة لديهم تقديراً لذاتهم أعلى من التقديرات المنخفضة.
6. طلبة السنة الثانية لديهم تقدير لذاتهم بصورة أعلى من السنوات الدراسية الأخرى.

التوصيات

بناء على ما توصلت إليه الدراسة من نتائج يوصى الباحث بما يلي :

1. زيادة الاهتمام بمجال ضبط الذات لدى الطلبة نظراً للانخفاض مستواه مقارنة مع مستوى مجالات الدراسة الأخرى.
2. زيادة الاهتمام بإرشاد الطلبة أكاديمياً واجتماعياً للارتقاء بمستوى ضبط الذات.
3. العمل على دمج الطلبة في جماعات من مستويات متباينة لكي يصبح هناك اكتساب للسلوكيات الجيدة من أقرانهم.
4. نوعية الطلبة بأهمية المعدل التراكمي، لما له من اثر بالغ الأهمية في قضايا التعيين وكذلك متابعة الدراسة.
5. زيادة الاهتمام بالطالبات وذلك من خلال البرامج الإرشادية للعمل على صقل شخصياتهم واندماجهم مع مجموعات الطلبة للارتقاء بمجالات تقدير الذات التي أظهرت فيها تدنى في المستوى.

6. زيادة الاهتمام بالطلبة من مستوى للثالث والرابع بأهمية تقدير الذات بمجالات المختلفة.
7. يقترح الباحث إجراء مزيد من الدراسات حول مستوى تقدير الذات وعلاقته بمتغيرات أخرى غير المتغيرات التي تناولتها الدراسة، كذلك إجراء دراسات مقارنة بين كلية التربية البنية وعلوم الرياضية وكليات الجامعة الأخرى.
8. أجراء دراسات تتناول من متغيرات تابعة وعلاقتها بتقدير الذات، كخلفية الاقتصادية والاجتماعية للطلاب، ومكان السكن، مستوى تعليم الوالدين،

المراجع

أولاً: المراجع العربية

1. الأشول، عادل عز الدين 1988. سيكولوجية الشخصية، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.
2. الالوسي، جمال حسين. 1990. الصحة النفسية. جامعة بغداد، بغداد، العراق.
3. حسن، على حسن. 1998. سيكولوجي الانجاز، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة. مصر.
4. الخطيب، بلال عادل عبد الله، 2004. واقع تقدير الذات لدى طلبة المرحلة الأساسية العليا في الأردن. رسالة دكتوراه، جامعة عمان. الأردن.
5. الدوسري، سارة ناصر آل جريز 2001. أدراك القبول والتحكم أوالوالدي لدى طالبات الجامعة، علاقتها بتقدير الذات والفعالية الذاتية، رسالة ماجستير الرياض، كلية التربية، جامعة الملك سعود. الرياض.
6. دويرار، عبد الفتاح محمد 1999. العلاقة بين مفهوم الذات والاتجاهات، دار الفكر العربي، القاهرة.
7. رمضان، رشيدة عبد الرؤوف 2000. أفاق معاصرة في الصحة النفسية للأبناء دار الكتب العالمية للنشر والتوزيع. القاهرة.
8. زهران، حامد عبد السلام، 2002. التوجيه والإرشاد النفسي، ط3، عالم الكتب، القاهرة.
9. سرحان، عبير 1996. العلاقة بين مفهوم الذات ومركز الضبط لدى الطلبة الجامعيين في الجامعات الفلسطينية في الضفة الغربية، رسالة ماجستير، جامعة النجاح الوطنية، نابلس. فلسطين.
10. سليمان، عبد الرحمن سيد. 1992. بناء مقياس تقدير الذات لدى عينة من أطفال المرحلة الابتدائية، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد الرابعة وعشرون، السنة السادسة.
11. سيف، فاطمة محمد أمين سعيد. 1993. الشعور بالأمن وعلاقته بتقدير الذات عند المراهقين. رسالة ماجستير، الجامعة الأردنية، عمان. الأردن.

12. الضامن، منذر عبد الحميد 2005. علم النفس النمو. مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع - الكويت.
13. الظاهر، قحطان احمد 2004. مفهوم الذات بين النظرية والتطبيق، دار وائل، عمان - الأردن.
14. عبده عبيد مازن. 1991. فاعلية برنامج إرشاد جمعي في تقدير الذات ومصادر الضبط لدى طالبات المراهقة الوسطى. رسالة ماجستير، الجامعة الأردنية، عمان. الأردن.
15. عبد الرحيم، أنور، الخطيب عبد العزيز. 1991. بناء مقياس المعاملة الوالدية لطلبة المدارس الثانوية والجامعات كما يدركها الأبناء في المجتمع القطري، كلية التربية، جامعة قطر، العدد الثامن، السنة الثامنة.
16. عدس، عبد الرحمن 1999. علم النفس التربوي (نظرة معاصرة). ط2، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، عمان.
17. عروق، إدريس صالح محمد. 1992. تطور مفهوم الذات لدى طلبة المرحلة الرابعة الأساسية، رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، اربد. الأردن
18. عكاشة، محمود فتحي، 1990. تقدير الذات وعلاقته ببعض المتغيرات البيئية والشخصية لدى عينة من أطفال مدينة صنعاء. الجمعية الكويتية لتقديم الطفولة العربي، الكويت.
19. علاوي، محمد حسين 1998. مدخل عالم النفس الرياضي، ط2، مركز كتاب للنشر، القاهرة.
20. ألقذافي، رمضان محمد. 2001. الشخصية نظرياتها، واختباراته، وأساليب قياسها. المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، مصر.
21. قطب، رشيد عبد الرؤوف رمضان. 1998. آفاق المعاصرة في الصحة النفسية للأبناء. دار الكتاب العلمية للنشر والتوزيع، القاهرة .
22. كفاقي، علاء الدين. 1989. تقدير الذات في علاقته بالتنشئة الوالدية والأمن النفسي، دراسة في عملية تقدير الذات. جامعة الكويت، مجلس النشر العلمي، مجلة العلوم الاجتماعية، المجلد التاسع، العدد الخامس والثلاثون.
23. المطوع، محمد حسن. 1996. التوازن النفسي لطلاب وطالبات المرحلتين الإعدادية والثانوية وعلاقته بالدافع للإنجاز والاتجاه نحو الاختبارات وتقدير الذات بدولة البحرين. مجلة جامعة الملك سعود، مجلد الثامن، العلوم التربوية والدراسات الإسلامية، الرياض.
24. النيال، ماسية احمد وكفاقي، علاء. 1995. صورة الجسم وبعض المتغيرات الشخصية لدى عينات من المرهقات. دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية. مصر.



الملاحق

جامعة كركوك

كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الدراسة الصباحية

استبانته خاصة بالخبراء والمحكمين

الأستاذ الدكتور الفاضل المحترم

تحية إجلال وتقدير:

فتنوي الباحثان إجراء دراسة موسومة بـ "مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة كركوك".

وفي ضوء الخبرة الميدانية، ومراجعة الدراسات السابقة والأدبيات العربية والأجنبية،

ونظراً لما تتمتعون به من خبرة علمية في هذا المجال يرجى بيان رأيكم حول صلاحية مقياس تقدير الذات المرفق طياً لاستخدامه في هذه الدراسة، ولأهمية آرائكم بشأن كل فقرة من الفقرات الواردة في الاستبانة، نرجو:

_ وضع علامة (√) تحت حقل صلاحيتها إذا كانت تصلح، وعلامة (x) إذا كانت لا تصلح.

_ وضع علامة (√) تحت حقل "انتمؤها للمجال" إذا كانت تصلح تنتهي للمجال. وعلامة (x) إذا كانت لا تنتهي للمجال.

_ إذا كانت الفقرة لا تناسب المجال الذي وضعته فيه، يذكر رقم المجال، وعلامة (x) إذا كانت لا تنتهي للمجال.

_ إذا رغب المحكم بإضافة أية فقرة فيمكن إضافتها في (خانة التعديل المقترح).

*ملاحظة: *الإجابة على فقرات الاستبانة هي:

دائماً غالباً نادراً أبداً

1 2 3 4

مع الشكر والتقدير لجهودكم والله ولى التوفيق

المرفقات:-

استمارة مقياس تقدير الذات

	الجامعة والكلية		الاسم الثلاثي
	تاريخ الحصول على اخر لقب علمي		الاختصاص
	التوقيع		الشهادة
	التاريخ		اللقب العلمي

يرجى وضع علامة () مقابل التقدير الذي يعبر عن رأيك أزاء كل عبارة من العبارات التالية

الرقم	الفقرات	موافق بدرجة كبيرة جدا	موافق بدرجة كبيرة	موافق بدرجة متوسطة	موافق بدرجة قليلة
-------	---------	--------------------------	----------------------	--------------------------	-------------------------

المجال الأول: المظهر الجسدي

1.	أحب مظهري الجسدي وشكلي الذي أبدو عليه				
2.	أتمتع بمظهر جسدي وشكلي جميلين				
3.	مظهري أنيق وجذاب				
4.	وجهي يبعث السرور لدى الآخرين				
5.	اشعر أن جسدي جميل ومتناسق				
6.	اشعر إن جسدي نحيف ولا يلائم جميع النشاطات				
7.	اشعر أن ضعف قدرتي الجسمية تعيقني من الانضمام إلى الفرق الرياضية				
8.	اشعر بأنني قوي جسميا				
9.	أفكر بالعمل في وظيفة مريحة لا تحتاج الى جهد جسدي				
10.	أثق بالآخرين				

المجال الثاني: التقبل

11.	أتمتع بشهرة وشعبية بين زملائي				
12.	معظم الناس الذين اعرفهم يحبونني				
13.	اشعر إن لدي صفات تجعل الناس يحبونني				
14.	اشعر إنني مستبعد ومستثنى من الآخرين				
15.	يسخر مني زملائي في الجامعة				
16.	أحب التعامل مع جميع زملائي				
17.	أحب مساعدة الآخرين				
18.	أنني مخلص لزملائي وأحبهم				
19.	يصفني الناس بأنني حاد الانطباع				
20.	اشعر إن جميع من أتعامل معهم يحبونني				
الرقم	الفقرات	صلاحيتها	انتمائها للمجال	التعديل المقترح	

المجال الثالث قوة الشخصية

21.	اشعر إن لدي طموح دائم نحو الأفضل		
22.	اشعر إنني لا استطيع التحكم بالاتجاه الذي تسير فيه حياتي		
23.	اشعر إن لدي التصميم والعزيمة لأداء أعمالي		
24.	لدي القدرة على انجاز الأعمال الهامة		
25.	استجيب وأتكيف بسرعة في المواقف الغير المألوفة		
26.	انصاع للآخرين حسب مكانتهم وثورتهم		
27.	يتبنى زملائي أفكارني عندي أتحدث عنها		
28.	افشل في تكوين انطباعات جيدة لدى الآخرين		
29.	اشعر إنني أؤثر بالآخرين		
30.	اشعر بان الآخرين يستحقون التفكر بهم		

المجال الرابع: ضبط الذات

31.	اشعر بالإحباط إذا لم يوافق الآخرين على آرائني وأفعالي		
32.	اشعر إنني افعل الأشياء الصحيحة		
33.	أفضل طريقي الخاصة في التفكير عند القيام بأي عمل		
34.	استطيع التحدث عن آرائني دون حرج		
35.	يظهر زملائي رغبة في صداقتي		
36.	غالبا ما تمضي حياة الفرد دون إن يقدر قيمته احد مهما بذل من جهد		
37.	عندما أضع خططا فأنتي أكون واثقا من قدرتي على تنفيذها		
38.	كثير من الأشياء التي تحدث يحكمها الحظ		
39.	نادرا ما يجد الطالب الامتحان صعبا إذا كان استعداداه له جيدا		
40.	يستحيل إن اقتنع أن الحظ أو الصدفة يلعبان دورا هاما في حياتي		



جامعة كركوك
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة
الدراسة الصباحية
مقياس تقدير الذات

عزيزي الطالبعزيزتي الطالبة

امامك مجموعة من الفقرات لمقياس تقدير الذات ، يرجى وضع علامة () مقابل التقدير الذي يعبر عن رأيك أزاء كل عبارة من العبارات التالية، مع مراعاة ما يأتي :

- 1- قراءة كل فقرة بشكل جيد قبل اختيار الاجابة الصحيحة .
- 2- عدم ترك اية فقرة بدون اجابة .

شاكرين تعاونكم معنا خدمة للبحث العلمي .

	المرحلة
	الجنس
	العمر
	الوزن
	الطول
	نوع الدراسة

الباحثين

يرجى وضع علامة () مقابل التقدير الذي يعبر عن رأيك أزاء كل عبارة من العبارات التالية

الرقم	الفقرات	موافق بدرجة كبيرة جدا	موافق بدرجة كبيرة	موافق بدرجة متوسطة	موافق بدرجة قليلة
-------	---------	-----------------------------	-------------------------	--------------------------	-------------------------

المجال الأول: المظهر الجسمي

1.	أحب مظهري الجسمي وشكلي الذي أبدو عليه				
2.	أتمتع بمظهر جسمي وشكلي جميلين				
3.	مظهري أنيق وجذاب				
4.	وجهي يبعث السرور لدى الآخرين				
5.	اشعر أن جسمي جميل ومتناسق				
6.	اشعر أن ضعف قدرتي الجسمية تعيقني من الانضمام إلى الفرق الرياضية				

المجال الثاني: التقبل

1	أتمتع بشهرة وشعبية بين زملائي				
2	معظم الناس الذين اعرفهم يحبوني				
3	اشعر إن لدي صفات تجعل الناس يحبوني				
4	اشعر إنني مستبعد ومستثنى من الآخرين				
5	يسخر مني زملائي في الجامعة				
6	أحب التعامل مع جميع زملائي				
7	أحب مساعدة الآخرين				
8	أنني مخلص لزملائي وأحيمهم				
9	اشعر إن جميع من أتعامل معهم يحبوني				

المجال الثالث قوة الشخصية

الرقم	الفقرات
1	اشعر إنني لا استطيع التحكم بالاتجاه الذي تسير فيه حياتي
2	اشعر إن لدي طموح دائم نحو الأفضل
3	اشعر إن لدي التصميم والعزيمة لأداء أعمالي
4	لدي القدرة على انجاز الأعمال الهامة
5	استجيب وأتكيف بسرعة في المواقف الغير المألوفة
6	انصاع للآخرين حسب مكانتهم وثورتهم
7	يتبنى زملائي أفكارني عندي أتحدث عنها
8	افشل في تكوين انطباعات جيدة لدى الآخرين
9	اشعر إنني أؤثر بالآخرين
10	اشعر بان الآخرين يستحقون التفكير بهم

المجال الرابع: ضبط الذات

1	اشعر بالإحباط إذا لم يوافق الآخرين على آرائني وأفعالي
2	اشعر إنني افعل الأشياء الصحيحة
3	أفضل طريقي الخاصة في التفكير عند القيام بأي عمل
4	استطيع التحدث عن آرائني دون حرج
5	يظهر زملائي رغبة في صداقتي
6	غالبا ما تمضي حياة الفرد دون إن يقدر قيمته احد مهما بذل من جهد
7	عندما أضع خططا فأني أكون واثقا من قدرتي على تنفيذها
8	كثير من الأشياء التي تحدث يحكمها الحظ
9	نادرا ما يجد الطالب الامتحان صعبا إذا كان استعداداه له جيدا
10	يستحيل إن اقتنع أن الحظ أو الصدفة يلعبان دورا هاما في حياتي

قائمة المحتويات

رقم الصفحة	عنوان البحث	اسم الباحث	ت
18 - 1	دراسة تحليلية لأنواع الإصابات الرياضية الأكثر شيوعاً لدى لاعبي ولاعبات الجودو العرب	جلال محمد عبد الفتاح أنور عبد العظيم هنيدي نبيل صالح دراويل	1
51 - 19	مستوى تقدير الذات لدى طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	. فتح الله لأمين عبد العزيز . عبد الودود احمد خطاب . أمجد علي فليح	2
66 - 52	الكفايات التدريسية لدي معلمي ومعلمات التربية البدنية بمدينة بنغازي	يحي محمود ملموم . ايمان فرج بشير عطية صالح عبد الرسول	3
82 - 67	بعض مشكلات التدريب الميداني التي طلاب كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة الخمس	أحمد علي إبراهيم إبراهيم أبو زيد الدويبي أنور عبد العظيم هنيدي	4
92 - 83	نسبة مساهمة القدرات الحركية والروح الرياضية في دقة أداء المهارات الدفاعية لدى لاعبات الكرة الطائرة	. ميلود عمار النفر . مصطفى محمد العويمري	5
110 - 93	الذات المهارية وعلاقتها بالسلوك العدواني للاعبين الدرجة الممتازة بكرة القدم	عباس مهدي صالح د. ميلود عمار النفر م.م. محسن محمد حسن	6
131 - 111	الاغتراب عن الذات وعلاقته بمركز الضبط لدى طلبة الثانوية العامة بمدينة الخمس	فتحية إمحمد علي أحليبي	7
159 - 132	برنامج مقترح للتمرينات العلاجية وأثرها في إعادة تأهيل مفصل الكاحل بعد إصابته بالالتواء	هشام رجب عباد	8
170 - 160	برنامج رياضي ترويجي لطلاب كلية التربية الرياضية جامعة المرقب للعام الدراسي 2019-2020	ميلود عمار محمد عبد القادر الشاذلي الكراتي	9
186 - 171	تأثير برنامج للألعاب الصغيرة في تطوير أهم القدرات البدنية والحركية لتلاميذ بعمر (8-9) سنوات	محمد عبدالعزيز سلامة	10
195 - 187	"دور مصر في دعم الثورة الجزائرية 1956-1962" العجليات نحو ممارسة الأنشطة الرياضية في وقت الفراغ	عادل الزوام سالم عبيد . محمود عبد المجيد مجبر	11

196 – 211	تأثير استخدام التدريب المتقاطع في تطوير الكفاية البدنية الخاصة بالسباحة عند النبض	تجديدة ابوسيف ليلى العارف	12
212 - 225	أثر اللغة العربية في لهجات شرق إفريقيا وتأثيرها بها اللغة الحبشية إنموذجا	عبد السلام عبد الحميد أبو القاسم	13
226 - 245	الصعوبات التي تواجه لاعبي الكرة الطائرة في الأندية الليبية	خالد الهادي الكموشي فتحي رجب همل	14
246 - 261	الميول نحو أنشطة درس التربية البدنية لدى تلاميذ وتلميذات الصف الثامن (الخمس)	ميلود عمار النفر أحمد علي محمد بن إبراهيم محمد عبد الحفيظ النجار	15
262 - 273	الزخرفة الإسلامية ومكانتها في التربية الفنية والتذوق الفني	حسين ميلاد ابوشعالة	16