

العنوان:	تقدير الذات لدى طلاب قسم التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس وعلاقته بمستوى التحصيل الأكاديمي
المصدر:	مؤتمر التربية الرياضية - الرياضة نموذج للحياة المعاصرة
الناشر:	الجامعة الاردنية
المؤلف الرئيسي:	زايد، كاشف نايف
المجلد/العدد:	ج1
محكمة:	نعم
التاريخ الميلادي:	2004
مكان انعقاد المؤتمر:	عمان
الهيئة المسؤولة:	الجامعة الأردنية
الصفحات:	321 - 329
رقم MD:	46292
نوع المحتوى:	بحوث المؤتمرات
قواعد المعلومات:	EduSearch
مواضيع:	تقدير الذات، سلطنة عمان، الجامعات والكليات، جامعة السلطان قابوس، كلية التربية الرياضية، طلاب الجامعات، التحصيل الدراسي، اللياقة البدنية، الذكور، الإناث ، الفروق الفردية، التقييم التربوي
رابط:	http://search.mandumah.com/Record/46292

تقدير الذات لدى طلاب قسم التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس وعلاقته بمستوى التحصيل الأكاديمي

كاشف زايد*

ملخص

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن تقدير الذات لدى طلاب تخصص التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس من ناحية، ثم تفحص علاقته مع مستوى التحصيل الأكاديمي من ناحية أخرى، وهدفت أيضا إلى الكشف عن العلاقة بين تقدير الذات و مستوى اللياقة البدنية والمهارية التي يعكسها مستوى تحصيل الطالب في المقررات العملية التي يدرسها طلبة قسم التربية الرياضية على مدار سنوات الإعداد للمهنة.

وللحصول على البيانات المطلوبة تم تطبيق مقياس روزنبرغ على أفراد عينة الدراسة (ن = ١٠٢) لقياس مستوى تقدير الذات، واعتمدت المعدلات التراكمية لتحديد مستوى التحصيل الأكاديمي العام في حين تم احتساب مستوى التحصيل الأكاديمي في المقررات العملية على حدة وذلك لتحديد مدى كفاءة الطالب بنيا ومهاريا. وقد تم استخدام الإحصاء الوصفي واختبار (ت) وكذلك معاملات الارتباط وتحليل التباين كأساليب معالجة إحصائية لتحديد مدى الارتباط بين متغيرات الدراسة.

أسفرت نتائج الدراسة عن أن مستوى تقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة فوق المستوى المتوسط وأنه يرتبط بمستوى التحصيل الأكاديمي ويرتفع مع تواصل تقدم الطالب خلال سنوات الدراسة الأربع، ولم يتبين وجود فروق في مستوى تقدير الذات بين الذكور والإناث. وأظهرت نتائج الدراسة أيضا وجود علاقة ارتباطية هامشية بين تقدير الذات ومستوى التحصيل الدراسي في المقررات ذات الطبيعة التطبيقية التي تتطلب مستويات معينة من القدرات البدنية والمستويات المهارية.

وأوصت الدراسة بضرورة طرح مقرر متصل بالتربية البدنية والرياضة لكل طلبة الجامعة، بحيث يصمم بطريقة تسهم في زيادة الوعي بأهمية الرياضة والتمارين البدنية بالإضافة إلى مساعدة الطالب على اختيار الرياضة التي تناسبه مع ميوله وشخصيته وقدراته ومهاراته. كما توصي الدراسة أيضا بضرورة إجراء المزيد من الدراسات حول هذا الموضوع في البيئة المدرسية العمانية.

مقدمة الدراسة وأهميتها

حيث استنتج الباحثون أن النشاط الرياضي يعطي الفرص الكبيرة للارتقاء بتقدير الذات (Boyd and Hrycaiko, 1997; Marsh and Sonstroem, 1995; Harris, 1992; Corsini, 1984; Gross, 1992). وأشارت الدراسة التي قام بها كل من ركتور وروجرز (Rector and Rogers, 1997) إلى أن ارتفاع مستوى تقدير الذات يسهم في خفض معدلات ضربات القلب في مواقف التوتر، وبالتالي فإنه يمكن الأفراد من القيام باستجابات مناسبة وأمنة عند التعرض للضغوط النفسية. وتوصلت دراسات أخرى إلى أن الأفراد الذين يمارسون الرياضة لديهم معدلات قلق منخفضة وهم أكثر ثباتا من الناحية الانفعالية وأقل عرضة للاكتئاب وأكثر تقديرا لذواتهم (Weinberg and Gould, 1995). كما أشارت دراسة ماكولي ورفاقه (McAuley et al., 1997) إلى أن تقدير الذات المرتفع يترافق مع الصحة البدنية والسعادة في الحياة.

يمثل مفهوم تقدير الذات Self-Esteem أهمية كبيرة لدى كافة المربين وأولياء الأمور، على اعتبار أن العمل على جعل الطلاب يرون أنفسهم بصورة إيجابية يسهم في استنهاض قدراتهم واستعداداتهم في كافة الميادين (Weiten and Lloyd, 1997)، ولقد أضحى أمرا جليا أن تقدير الذات المرتفع يقود إلى مزيد من الكفاءة والفعالية في التعامل مع الكثير من الضغوط الحياتية (Abel, 1996).

وقد خلصت العديد من الدراسات إلى وجود آثار متبادلة بين كل من تقدير الذات وبعض النواحي البدنية و المهارية،

* كلية التربية الرياضية، جامعة السلطان قابوس، عُمان. تاريخ استلام البحث ٢٠٠٣/٤/١٧، وتاريخ قبوله ٢٠٠٤/٦/١.

اللياقة البدنية والمهارية لطلبة تخصص التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس؟

الدراسات السابقة

تعرض الكثير من الدراسات إلى العلاقة بين كل من تقدير الذات ومستوى التحصيل الدراسي من ناحية وتقدير الذات وممارسة الرياضة والتمرينات البدنية من ناحية ثانية، فقد قام كل من أوكن وفورنت (Oken and Fourent, 1993) بإجراء دراسة على عينة مكونة من ٢٨١ طالبا جامعيًا، وبعد أن استخدمنا تحليل الانحدار المتعدد للبيانات التي قاما بجمعها توصلنا إلى أن المعدل التراكمي (GPA) وتقدير الذات مرتبطان ببعضهما إلى درجة كبيرة.

وتوصلت دراسة أخرى إلى أن ارتفاع مستوى اللياقة البدنية يؤثر بصورة إيجابية على مستوى التحصيل الدراسي للطلبة وعلى مستوى تقدير الذات لديهم (Harris, 1992). وفي دراسة للكشف عن علاقة كل من ممارسة التمرينات البدنية والكفاءة الذاتية المدركة من جهة ومستوى تقدير الذات من جهة ثانية قام جرنولاند (Grundland, 1994) بتطبيق برنامج للتمرينات مدته ١٤ أسبوعًا يحتوي على قائمة بالأهداف المحددة على افتراض أن الإنجازات التي سيتم إحرازها ستعزز من الكفاءة الذاتية المدركة وفقًا لنظرية باندورا (Bandura) المعرفية الاجتماعية. وقد طبق هذا البرنامج على ٥٣ طالبًا من كلية نابا فالي (Napa Valley) تم تقسيمهم إلى ثلاث مجموعات. ولم تتمكن الدراسة من إثبات النموذج النظري المقترح لزيادة مستوى تقدير الذات بواسطة التمرينات البدنية، و لم تظهر الدراسة علاقة بين إنجاز الأهداف و مستوى تقدير الذات ولا بين الكفاءة الذاتية ومستوى تقدير الذات.

وفي دراسة هدفت للكشف عن أثر التنافس الرياضي بين طلبة كليات جامعة لوك هافن (Lock Haven) من خلال المقارنة بين كل من الرياضيين (٢٣٠ طالبًا) وغير الرياضيين (٤٢١) باستخدام مقياس روزنبرج لتقدير الذات، توصل الباحث إلى أن الرياضيين لديهم مستويات مرتفعة من تقدير الذات مقارنة بزملاتهم من غير الرياضيين ولكن تلك الاختلافات لم تصل إلى مستوى الدلالة إلا لدى المقارنة بين كل من الرياضيين القدماء والرياضيين المبتدئين (Taylor, 1992).

وخلص كل من بويد وهريكيكو (Boyd and Hrycaiko, 1997) إلى وجود علاقة إيجابية ذات دلالة بين ممارسة

وتقدير الذات مفهوم متعدد الأبعاد موجود بدرجات متفاوتة لدى الأفراد وهو عنصر مهم يندرج ضمن مفهوم الذات ويعكس مدى إحساس الفرد بقيمته وكفاءته (Corsini, 1984) فعندما يكون للأشخاص اتجاهات إيجابية نحو أنفسهم يكون لديهم تقدير ذات مرتفع، وعندما يكون لديهم اتجاهات سلبية نحو أنفسهم يكون تقدير الذات لديهم منخفضًا، وبعبارة أخرى فإن تقدير الذات هو التقييم العام لقيمة الفرد كما يدركها بنفسه (Weiten and Lioyd, 1997).

وتسعى الدراسة الحالية للتعرف على مستوى تقدير الذات لدى طلبة تخصص التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس كما تتطرق الدراسة للكشف عن العلاقة بين مستوى تقدير الذات لدى طلبة قسم التربية الرياضية ومستوى تحصيلهم الأكاديمي الذي تعكسه معدلاتهم التراكمية العامة (GPA) وكذلك مستوى لياقتهم البدنية والمهارية الذي تعبر عنه معدلاتهم التراكمية في المقررات العملية.

وتكمن أهمية الدراسة في أنها ستلقي الضوء على مستوى تقدير الذات لدى طلبة قسم التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس كما انها ستكشف عن العلاقة بين مستوى تقدير الذات ومستوى التحصيل الأكاديمي وكذلك مستوى اللياقة البدنية والمهارية الذي يتحدد في ضوء درجات الطالب في المقررات التخصصية ذات الطبيعة التطبيقية، الأمر الذي سيقدم إضافة جديدة لم يتم التطرق إليها مسبقًا في البيئة العمانية.

أهداف الدراسة وتساؤلاتها

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستوى تقدير الذات لدى طلبة قسم التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس، وكذلك عن العلاقة بين مستوى تقدير الذات ومستوى الأداء الأكاديمي من جهة وبين مستوى تقدير الذات ومستوى اللياقة البدنية والمهارية من جهة أخرى. ولتحديد ذلك فإن الدراسة تطرح التساؤلات التالية:

الأول: ما مستوى تقدير الذات لدى طلبة تخصص التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس؟

الثاني: هل هناك فروق في مستوى تقدير الذات تبعًا لمتغيرات الجنس والسنة الدراسية؟

الثالث: ما العلاقة بين مستوى تقدير الذات ومستوى التحصيل الأكاديمي لطلبة تخصص التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس؟

الرابع: ما العلاقة بين مستوى تقدير الذات ومستوى

٨ - ١٠). وفيما يتعلق باحتساب الدرجات فإنها تمنح وفقا لسلم تنازلي رباعي التدرج (٣ - ٢ - ١ - ٠) بالنسبة للعبارات الإيجابية في حين تحتسب درجات العبارات السلبية وفقا لسلم تصاعدي رباعي التدرج (٠ - ١ - ٢ - ٣) وبالتالي فإن النهاية العظمى للمقياس تبلغ ٣٠ درجة أما الدنيا فتبلغ صفراً.

وقد أعد المقياس عام ١٩٧٥ بواسطة موريس روزنبرج الأستاذ بجامعة ماريلاند ومنذ وفاته في العام ١٩٩٢ تتولى فلورانس روزنبرج بالتعاون مع جامعة ماريلاند إعطاء الأذن للراغبين باستخدام المقياس للأغراض التربوية والبحثية، وقام الباحث بترجمة المقياس بعد استصدار إذن مباشر من جامعة ماريلاند بالولايات المتحدة الأمريكية، وتم عرض الصورة المترجمة للمقياس على مجموعة من المحكمين المتخصصين بعلم النفس حيث وافقوا عليها، كما احتسبت درجة ثبات المقياس باستخدام طريقة الاختبار - إعادة الاختبار بفاصل زمني مدته ١٧ يوماً على عينة تألفت من ١٥ طالبا وطالبة ينتمون إلى مجتمع الدراسة وقد بلغ معامل الارتباط ٠,٨٤.

ثانياً: مجتمع الدراسة وعينتها

شمل مجتمع الدراسة الحالية جميع طلبة تخصص التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس ممن أكملوا السنة الدراسية الأولى خلال العام الدراسي الجامعي ٢٠٠١/٢٠٠٢ ويبلغ عددهم (١٢١) منهم (٥٥) طالبا و (٦٦) طالبة. ولقد أراد الباحث أن تشمل العينة جميع أفراد مجتمع الدراسة، بيد أن تغيب بعض الطلبة أو تعذر الحصول على بيانات خاصة ببعض الآخر حال دون ذلك وجعل عينة الدراسة مقصورة على (١٠٢) منهم (٤٨) طالبا و (٥٤) طالبة، من بينهم (٢٦) ممن يدرسون في السنة الثانية و (٢٧) في السنة الثالثة و (٤٩) في السنة الرابعة. ويوضح الجدول رقم (١) طبيعة هذه العينة.

الجدول رقم (١)

توزيع أفراد عينة الدراسة وفقاً لمتغيرات الجنس والفصل الدراسي.

السنة الدراسية	إجمالي عدد الطلبة	ذكور	إناث
الثانية	٢٦	٩	١٧
الثالثة	٢٧	١٤	١٣
الرابعة	٤٩	٢٥	٢٤
المجموع	١٠٢	٤٨	٥٤

الأنشطة الرياضية وتقدير الذات في حين أن شيلي (Shelly, 1995) كان قد توصل إلى وجود مثل تلك العلاقة، بيد أنها لم ترتق إلى مستوى الدلالة، وكان مارش وسونسترويم (Marsh and Sonstroem, 1995) قد توصلوا إلى وجود علاقة إيجابية بين ممارسة التمرينات ومفهوم الذات الجسمية.

وفي دراسة أجريت على عينة من المصابات بسرطان الثدي (٦٤ مصابة) تبين أن أفراد العينة اللاتي يمارسن التمرينات البدنية لديهن تقدير ذات مرتفع مقارنة مع من يمارسن التمرينات البدنية بدرجة أقل أو مع من لا يمارسن التمرينات البدنية على الإطلاق (Baldwin and Courneya, 1997).

ويتضح من خلال استعراض الدراسات السابقة أن غالبيتها أشارت إلى وجود علاقة إيجابية بين ممارسة التمرينات البدنية أو مستوى اللياقة البدنية من جهة وتقدير الذات من جهة ثانية، في حين لم يتمكن بعضها من إثبات تلك العلاقة مما يشير إلى أن هذا الأمر يبقى غير واضح ويحتاج إلى المزيد من الدراسة والبحث. وتشير الدراسات السابقة أيضاً إلى علاقة إيجابية بين تقدير الذات ومستوى التحصيل الدراسي.

إجراءات الدراسة

أولاً: أدوات الدراسة

لتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام البيانات والأدوات الآتية: المعدلات التراكمية (GPA) لأفراد عينة الدراسة حتى نهاية فصل الربيع من العام الجامعي ٢٠٠٢/٢٠٠١ وقد تم الحصول عليها من عمادة القبول والتسجيل.

المعدلات التراكمية في المقررات العملية* حتى نهاية فصل الربيع من العام الجامعي ٢٠٠١/٢٠٠٢.

مقياس روزنبرج لتقدير الذات** (يعتبر هذا المقياس من أكثر مقاييس تقدير الذات استخداماً من قبل الباحثين على المستوى العالمي ويتألف من عشرة أسئلة ذات مقياس متدرج وفق طريقة ليكرت: موافق بشدة - موافق - غير موافق - غير موافق بشدة، ويتألف المقياس من عشر عبارات خمس منها إيجابية وهي العبارات ذات الأرقام (١ - ٣ - ٤ - ٦ - ٩) وخمس سلبية وهي العبارات ذات الأرقام (٢ - ٥ - ٧ -

* وهي مقررات عملية يدرسها طلبة قسم التربية الرياضية ويعتمد أسلوب التقويم المتبع فيها على مدى توفر مستويات معينة من الكفاءة البدنية والمهارية.

** <http://www.bsos.umd.edu/soc/rosenberg.html>

- العمليات الإحصائية التالية:
- الإحصاء الوصفي Descriptive Statistics
 - معاملات الارتباط Correlation Coefficients
 - تحليل التباين الأحادي One-way ANOVA
 - اختبار شيفيه Scheffe للمقارنات البعدية.
- ورغم ذلك فقد تناولت المعالجات الإحصائية بيانات ٩٢ فردا فقط من بينهم ٤٥ من الذكور و٤٧ من الإناث حيث تم استبعاد بيانات ١٠ من أفراد العينة لوجود خلل فيها أو لعدم توفرها أصلا نتيجة عوامل وظروف خارجة عن إرادة الباحث، وبذلك فإن العينة الفعلية التي عولجت بياناتها بلغت ٧٢% من مجتمع الدراسة.

عرض النتائج

الإجابة عن السؤال الأول للدراسة
ما مستوى تقدير الذات لدى طلبة تخصص التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس؟
من أجل الإجابة عن هذا السؤال استخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة الدراسة على مقياس روزنبرج لتقدير الذات كما يوضح الجدول رقم (٢).

ثالثا: محددات الدراسة
اقتصرت هذه الدراسة على طلبة تخصص التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس ممن أكملوا دراسة السنة الأولى خلال العام الدراسي ٢٠٠١/٢٠٠٢، كما اقتصرت أيضا على الأدوات والبيانات المستخدمة في الدراسة وما يتوافر لها من دلالات صدق وثبات.

رابعا: التحليل الإحصائي المستخدم في الدراسة
لتحقيق أهداف الدراسة والإجابة من تساؤلاتها استخدمت

الجدول رقم (٢)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات كل أفراد عينة الدراسة على مقياس روزنبرج لتقدير الذات.

الرقم	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	أنا شخص ذو قيمة مثلي مثل بقية الناس.	٢,٧١	٠,٤٨
٢	كثيرا ما يراودني الشعور بأنني إنسان فاشل.	١,٨٧	٠,٧٣
٣	لدي الكثير من الصفات التي تجعلني أفخر بنفسي.	٢,٣٥	٠,٥٤
٤	لدي القدرة على إنجاز الأعمال بجودة عالية.	٢,٠٥	٠,٥٦
٥	ليس لدي ما يستحق أن أفخر به.	٢,٣٤	٠,٦٧
٦	فكرتي عن نفسي إيجابية بشكل عام.	٢,٣٠	٠,٥٨
٧	أشعر بأنني شخص غير نافع على الإطلاق.	٢,٥٨	٠,٦٢
٨	أتمنى أن يكون لدي احترام أكبر لذاتي.	٠,٧٢	٠,٧٣
٩	أنا راض تماما عن نفسي.	٢,٠٣	٠,٦٧
١٠	أشعر بأنني أقل قدرا من غيري.	٢,٢٦	٠,٧٤
	المقياس الكلي	٢١,٢٥	٣,٤٧

هل هناك فروق في مستوى تقدير الذات تبعاً لمتغيرات الجنس والسنة الدراسية؟
من أجل الإجابة على هذا السؤال تم استخدام اختبار(ت) للعينات المستقلة وفقاً لمتغير الجنس(ذكور- إناث) للتحقق من دلالة الفروق بين درجاتهم على مقياس تقدير الذات. ويبين الجدول (٣) النتائج التي تم التوصل إليها.

يظهر الجدول رقم (٢) أن أفراد عينة الدراسة سجلوا أعلى الدرجات على العبارة الأولى " أنا شخص ذو قيمة مثل غيري من الناس" في حين سجلوا أدنى الدرجات على العبارة الثامنة "أتمنى أن يكون لدي احترام أكبر لذاتي". ويبين الجدول أيضاً أن أفراد عينة الدراسة سجلوا درجات فوق المتوسطة على المقياس الكلي لتقدير الذات.
الإجابة عن السؤال الثاني للدراسة

الجدول رقم (٣)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات كل من الذكور والإناث على مقياس تقدير الذات واختبار ت بينهما.

المتغير	ذكور		إناث		قيمة ت	درجات الحرية	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري			
قائمة روزنبرج لتقدير الذات	٢١,٠٩	٣,٣٥	٢١,٤٠	٣,٦١	- ٠,٤٣٤	٩٠	٠,٧٨٩

إحصائية بين درجات كل من الذكور والإناث على مقياس روزنبرج لتقدير الذات.

أما فيما يتعلق بالفروق بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس تقدير الذات تبعاً للسنة الدراسية (ثانية - ثالثة - رابعة) فقد تم إجراء تحليل التباين الأحادي، ويظهر الجدول رقم (٤) النتائج التي تم رصدها بهذا الخصوص.

يظهر الجدول رقم (٣) أن أفراد عينة الدراسة من الجنسين سجلوا مستويات فوق المتوسطة على مقياس روزنبرج لتقدير الذات الذي يبلغ حده الأعلى ٣٠ درجة حيث بلغ المتوسط الحسابي لأفراد عينة الدراسة من الذكور ٢١,٠٩ درجة بانحراف معياري قدره ٣,٣٥ درجة في حين سجلت الإناث ٢١,٤٠ درجة بانحراف معياري قدره ٣,٦١ درجة. ويبين الجدول رقم (٣) أيضاً أنه لا توجد فروق ذات دلالة

الجدول رقم (٤)

تحليل التباين الأحادي لدرجات أفراد عينة الدراسة على مقياس تقدير الذات تبعاً للسنة الدراسية.

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
بين المجموعات	٩٧,٤٨٩	٢	٤٨,٧٤٥	٤,٣٤٨	*٠,٠١٦
داخل المجموعات	٩٩٧,٧٦١	٨٩	١١,٢١١		
المجموع	١٠٩٥,٢٥٠	٩١			

* دالة عند مستوى أقل من ٠,٠٥

الذات. ولتبيان مصدر هذه الفروق تم إجراء اختبار شيفيه Scheffe كما يشير الجدول رقم (٥).

يتضح من الجدول رقم (٤) أن هناك فروقا ذات دلالة بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس روزنبرج لتقدير

الجدول رقم (٥)

اختبار شيفيه للمقارنة بين درجات أفراد عينة الدراسة تبعا لمتغير السنة الدراسية.

مستوى دلالة الفروق بين المجموعات			الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	مجموعات المقارنة
السنة الرابعة	السنة الثالثة	السنة الثانية			
٠,٠٦٦	١,٠٠٠	-	٣,٧٧	٢٠,٢٧	السنة الثانية
*٠,٠٤٩	-	-	٣,٤٥	٢٠,٣٠	السنة الثالثة
-	-	-	٣,٠٥	٢٢,٣٥	السنة الرابعة

* دالة عند مستوى أقل من ٠,٠٥

الإجابة عن السؤال الثالث للدراسة

ما العلاقة بين مستوى تقدير الذات ومستوى التحصيل الأكاديمي لطلبة تخصص التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس؟

من أجل الإجابة عن هذا السؤال تم استخراج معاملات الارتباط بين كل من درجات الطلبة على مقياس تقدير الذات ومعدلاتهم التراكمية بشكل عام ومعدلاتهم التراكمية في المقررات العملية على وجه الخصوص، ويبين الجدول رقم (٦) النتائج التي تم التوصل إليها.

يتضح من الجدول رقم (٥) أنه لا توجد فروق ذات دلالة بين درجات طلبة السنة الثانية ودرجات أقرانهم طلبة السنة الثالثة على مقياس روزنبرج لتقدير الذات، في حين يمكن القول انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية هامشية بين درجات طلبة السنة الثانية وطلبة السنة الرابعة لصالح طلبة السنة الرابعة على مقياس تقدير الذات. كما توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين درجات طلبة السنة الرابعة ودرجات طلبة السنة الثالثة على مقياس تقدير الذات لصالح طلبة السنة الرابعة أيضا.

الجدول رقم (٦)

معاملات الارتباط بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس تقدير الذات ومستوى التحصيل الدراسي العام ومستوى التحصيل الدراسي في المقررات العملية.

المعدل التراكمي	المتغيرات	
* ٠,٢٥٣	معامل ارتباط بيرسون	تقدير الذات
٠,٠١٥	مستوى الدلالة	
٩٢	العدد	

* دالة عند مستوى أقل من ٠,٠٥

والمهارية لطلبة تخصص التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس؟

من أجل الإجابة عن هذا السؤال تم استخراج معاملات الارتباط بين كل من درجات الطلبة على مقياس تقدير الذات ومعدلاتهم التراكمية في المقررات العملية، ويبين الجدول رقم (٧) النتائج التي تم التوصل إليها.

يتضح من الجدول رقم (٦) أن هناك علاقة ذات دلالة بين تقدير الذات كما يقاسه اختبار روزنبرغ والمعدل التراكمي عند مستوى أقل من ٠,٠٥

الإجابة عن السؤال الرابع للدراسة

ما العلاقة بين مستوى تقدير الذات ومستوى اللياقة البدنية

ويشير الجدول رقم (٧) إلى وجود علاقة هامشية لم تصل لمستوى الدلالة الإحصائية بين كل من مستوى تقدير الذات والمعدل التراكمي في المقررات العملية.

الجدول رقم (٧)

معاملات الارتباط بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس تقدير الذات ومستوى التحصيل الدراسي في المقررات العملية.

المعدل التراكمي في المقررات العملية	المتغيرات	
٠,١٩٢	معامل ارتباط بيرسون	تقدير الذات
٠,٠٦٧	مستوى الدلالة	
٩٢	العدد	

مناقشة النتائج

وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مستوى التحصيل الأكاديمي العام ومستوى تقدير الذات، وقد أيدت هذه النتيجة الأدبيات النفسية والتربوية والعديد من الدراسات التي أجريت في البيئات الأجنبية (Fourent and Okun, 1993) وفي البيئات العربية (الهوري والشناوي، ١٩٨٩). فالنتيجة المرتفع للذات يتأسس على مدى الكفاءة والإنجاز الذي يحققه الأفراد في ميادين الحياة.

وأظهرت النتائج أيضا وجود علاقة هامشية بين مستوى أداء الطلاب في المقررات العملية ومستوى تقدير الذات لديهم، وهذه النتيجة تتفق مع ما توصلت إليه غالبية الدراسات التي نظرت للموضوع وخلصت إلى أن الأفراد الذين يمارسون الأنشطة الرياضية أو الذين يتمتعون بمستويات من اللياقة البدنية ينظرون إلى أنفسهم بطريقة أكثر إيجابية ولديهم تقدير ذات مرتفع (Harris, 1992; Marsh and Sonstroem, 1995; Boyd and Hrycaiko, 1997; Shelly, 1997). وعلى ما يبدو فإن عدم وصول العلاقة إلى مستوى الدلالة القاطعة قد يعود إلى طبيعة العينة وحجمها وربما إلى الأدوات المستخدمة فيها، ولكن رغم ذلك فإن هذه النتيجة تدعم ما أكدته الدراسات السابقة من أن ممارسة الأنشطة الرياضية ومستوى اللياقة البدنية يؤثران بصورة إيجابية على تقدير الذات. كما أنه قد يعزى في نفس الوقت إلى أن طبيعة المقررات العملية تركز بصورة أكبر على إكساب الطالب مهارات التدريس أكثر من تركيزها على إكساب الطالب مستويات مرتفعة من اللياقة البدنية والكفاءة المهارية.

اهتمت الدراسة الحالية بالكشف عن مستوى تقدير الذات لدى طلبة قسم التربية الرياضية بجامعة السلطان قابوس، وبحثت في مدى علاقة تقدير الذات بمستوى التحصيل الأكاديمي وبمستوى اللياقة البدنية والمهارية. وبالعودة إلى نتائج الدراسة الحالية، لوحظ وجود مستويات إيجابية فوق متوسطة على مقياس تقدير الذات بصفة عامة لدى طلاب وطالبات قسم التربية الرياضية. ويمكن تفسير ذلك بأن البيئة الجامعية وما تتيحه من فرص للتفاعل الاجتماعي وللخبرات الشخصية تسهم في زيادة مستوى تقدير الذات كما أشار العديد من الدراسات (Fox, 1992; Rector & Roger, 1997; Iso-Ahola and Hatfield, 1992). ويمكن في الوقت ذاته تفسير ذلك في ضوء افتراض أن طلبة القسم يتميزون بمستويات جيدة من اللياقة البدنية، الأمر الذي قد يسهم في تطوير تقدير إيجابي للذات كما أكدت العديد من الدراسات السابقة التي تم الرجوع إليها (Harris, 1992; Shelly, 1997; Taylor, 1992).

وفيما يتعلق بمتغير الجنس لم تسفر نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة بين كل من الطلاب والطالبات وهو أمر ممكن عزوه إلى أن البرامج التي يقدمها القسم وكذلك البيئة الجامعية وما تتيحه من فرص للتفاعل الاجتماعي لهما تأثيرات إيجابية متوازنة ويسهمان في تطوير تقدير ذات مرتفع لدى جميع الطلاب بغض النظر عن اختلاف متغير الجنس.

وشخصيته وقدراته ومهاراته. كما توصي الدراسة أيضا بضرورة إجراء المزيد من الدراسات حول هذا الموضوع وخاصة في البيئة المدرسية، حيث ان إثبات العلاقة بين تقدير الذات وممارسة التمرينات والأنشطة الرياضية يدفع أصحاب القرار في وزارة التربية والتعليم إلى إعطاء مزيد من الاعتبار ومنح المزيد من التسهيلات لدروس التربية البدنية في مختلف المراحل الدراسية.

Fontane, P. E. 1996. Exercise, Fitness, Feeling Well. *American Behavioral Scientist*. 39 (3), 288-305.

Fox, K. 1992. Physical Education and Development of Self-Esteem in Children. Champaign: Human Kinetics, pp. 33-54.

Gross, R. 1992. Psychology: The Science of Mind and Behavior. (2nd Ed.). Hodder and Stoughton. London.

Grundland, Adrienne, A. 1994. Exercise and Self-esteem: The Enhancement of Psychological Functioning Among Non-Clinical Populations from a Social-cognitive Perspective. Doctoral Dissertation. California School of Professional Psychology. *Dissertation Abstracts*. 1992-1996.

Harris, Christine. 1992. The Relationship Between Physical Fitness and Attendance in School, Academic Achievement and Self-esteem. Doctoral Dissertation. United States International University. *Dissertation Abstracts*, 1992-1996.

Iso-Ahola, S. and Hatfield, B. 1992. Psychology of Sport: A Social Psychological Approach. Wm. C. Brown Publishers. Iowa, USA.

Jean M. Williams. 1986. Applied Sport Psychology: Personal Growth to Peak Performance. Mayfield Publishing Company. CA, USA.

Marsh, H. and Sonstroem, R. 1995. Importance Ratings and Specific Components of Physical Self-concept: Relevance to Predicting Global Components of Self-concept and Exercise. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 17(1). 84-104.

McAuley, E., Mihalko, S. L. and Bane, S. M. 1997. Exercise and Self-esteem in Middle-aged Adults: Multidimensional Relationships and Physical Fitness and Self-efficacy Influences. *Journal of Behavioral Medicine*, 20 (1), 799-808.

Okun, M. and Fomet, L. 1993. Academic Self-esteem and Perceived Validity of Grades: a Test of Self-verification Theory. *Contemporary-Educational-Psychology*, Vol. 18. 414 - 426.

التوصيات

في ضوء ما تأكد من أن تقدير الذات يتأثر إيجاباً بممارسة الأنشطة الرياضية وبمستوى اللياقة البدنية، فإن الدراسة الحالية توصي بطرح مقرر متصل بالتربية البدنية والرياضة لكل طلبة الجامعة، بحيث يصمم بطريقة تسهم في زيادة الوعي بأهمية الرياضة والتمرينات البدنية بالإضافة إلى مساعدة الطالب على اختيار الرياضة التي تتناسب مع ميوله

المراجع

جبريل، موسى، ١٩٩٣، تقدير الذات لدى الطلبة المتفوقين وغير المتفوقين دراسياً. مجلة دراسات، العلوم الإنسانية، عمان، الأردن.

راتب، أسامة كامل، ١٩٩٧، علم نفس الرياضة، المفاهيم والتطبيقات، دار الفكر العربي، القاهرة.

عبد القادر، فتحي، ١٩٩٣، أثر مستوى التحصيل والصف الدراسي والجنس على تقدير الذات لدى تلاميذ الحلقة الثانية من التعليم الأساسي، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، الزقازيق، مصر.

علاوي، محمد حسن، ١٩٩٧، المدخل إلى علم النفس الرياضي، دار المعارف، القاهرة.

الهوراري، ماهر ومحمد الشناوي، ١٩٨٩، تقدير الذات لدى الطلاب السعوديين: معايير ودراسات، دراسات تربوية، المجلد الخامس، الجزء (٢٢)، عمان، الأردن.

Abel, M. 1996. Self-Esteem: Moderator of Mediator Between Perceived Stress and Expectancy. *Psychological Reports*. 79, 635-64

Baldwin, M. and Courneya, K. 1997. Exercise and Self-Esteem in Breast Cancer Survivors: An Application of the Exercise and Self-Esteem Model. *Journal of Sport and Exercise Psychology*. 9 (4), 347-358.

Boyd, K. and Hrycaiko, D. 1997. The Effect of Physical Activity Intervention Package on the Self-Esteem of Pre-Adolescence and Adolescent Females. *Education Abstracts*. 1/95-11/98.

Butt, Dorcas, S. 1987. Psychology of Sport: The Behavior, Motivation, Personality, and Performance of Athletes. (2nd ed.). Van Nostrand Reinhold Company. New York, USA.

Corsini, R. L. 1984. Self-Esteem. *The Encyclopedia of Psychology*, Volume 1, 289-290.

Diamant, Louis. 1991. Psychology of Sports. Exercise, and Fitness: Social and Personal Issues. Hemisphere Publishing Corporation. USA.

- Pennsylvania State University. *Dissertation Abstracts*. 1992-1996.
- Van Vugt, M., Howard, C., and Moss, S. 1998. Being Better than Some But Not Better than Average: Self-enhancing Comparisons in Aerobics. *British Journal of Social Psychology*. 37(2), 185-201.
- Weinberg, R. and Gould, D. 1995. *Foundation of Sport Psychology*. United States. Author.
- Weinberg, R. and Gould, D. 1995. *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. USA: Author. Brooks/Cole.
- Weiten, W. and Lloyd, M. 1997. *Psychology Applied to Modern Life* (5th ed.). Pacific Grove, Ca: Brooks/Cole.
- Perkins, S. W. 1995. The Effect of an Exercise Program on Self-esteem, Physical Self-efficiency, and Locus of Control in an American Male Sample. Doctoral Dissertation. Howard University. *Dissertation Abstracts*. 1992-1996.
- Rector, N. A. and Roger, D. 1997. The Stress Buffering Effects of Self-esteem. *Personality and Individual Differences*, 23 (2), 185-201.
- Richard H. Cox. 1985. *Sport Psychology: Concepts and Applications*. Wm. C. Brown Publishers. Iowa, USA.
- Shelly, T. 1995. The Effect of Physical Activity on Children's Self-esteem. Master Thesis. *Dissertation Abstracts*. 1992-1996.
- Taylor, Donald L. 1992. The Effect of Intercollegiate Athletic Participation on Self-esteem. Doctoral Dissertation. The

The Relationship Between Self-esteem of Sultan Qaboos University Physical Education Students and Their Academic Performance

*Kashef N. Zayed**

ABSTRACT

The current study aimed to explore self-esteem of Sultan Qaboos University's PE students. The study also aimed to determine the relationship between student's self-esteem and their academic performance and their physical fitness levels.

To collect the data of the study, Rosenberg Self-Esteem Inventory has been administered to assess the levels of self-esteem among the subjects (N=102). General GPA as criteria of academic performance and practical courses GPA as a physical fitness pointer have been calculated.

In order to achieve the objectives of the study, Descriptive Statistics, T-tests, Correlation Coefficients, and One-Way ANOVA have been used.

The results of the study indicated that self-esteem levels of SQU's students was above average and improved gradually during the years of study in the university. The study also explored that there is a positive significant correlation between self-esteem and the academic performance. Marginal correlation between self-esteem and physical fitness has appeared. No significant differences were found between females and males on their scores on Rosenberg Self-Esteem Inventory.

The study recommended that a physical education and sport related course is to be offered to all students in the university, and further studies should be conducted on Omani schools environment to explore the effects of physical education programs on the students' self-esteem.

* Faculty of Physical Education, Sultan Qaboos University, Oman. Received on 17/4/2003 and Accepted for Publication on 1/6/2004.