Journal of Studies and Researches of Sport Education
spo.uobasrah.edu.iq

Self-management and its relationship to the level of achievement among handball players in Basra clubs

Author: Diaa Ahmed Askar
University of Basrah / Student Activities Department

Article information

Article history:
Received 14/02/2026
Accepted 19/06/2026
Available online 15, July ,2026

Keywords:

management, achievement , handball .

DOI:

https://doi.org/10.55998/jsrse.v36i5.1514

Journal of Studies and Researches of Sport Education
https://jsrse.edu.iq/index.php/home/index

Online ISSN: 2789-6560
Volume 36, Issue 5, 2026
Pages:217-229

Abstract

This research comprises five chapters. The first chapter addresses the introduction and the significance of the study, highlighting that management has become a fundamental pillar for sports and educational institutions, serving as a basis for the progress and development of nations. To enhance and develop the skills and activities involved, leadership empowerment practices serve to empower individuals and prepare them to assume leadership responsibilities; this is achieved through the delegation of authority and the provision of access to relevant information, enabling them to make rapid decisions during matches. Self-management is a key factor contributing to success; it is a capacity—manifested through a set of skills—that enables an athlete to formulate personal goals based on an awareness of their own potential. This distinct self-perception facilitates the achievement of those goals. To achieve the research objectives, a self-management scale and an appropriate measure of achievement levels were adopted. After verifying the scientific validity of the instruments, they were administered to the study sample, and the data were subsequently analyzed using appropriate statistical methods. The study concluded that handball players in Basra clubs possess a level of self-management that helps them organize their behavior, time, thoughts, and emotions to meet the demands of training and competition. The results also showed a suitable level of achievement among the participants, as well as a significant correlation between self-management and achievement. This indicates that a player's ability to manage themselves, regulate their behavior, control their emotions, and adhere to training requirements can contribute to improving their ability to utilize their potential and achieve a higher level of athletic performance.

©Authors, 2026. College of Physical Education and sport sciences, University of Basrah.
This is an open-access article under the CC By 4.0 license (creative commons licenses by 4.0)

مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية
spo.uobasrah.edu.iq



إدارة الذات وعلاقته بمستوى الانجاز للاعبي اندية البصرة لكرة اليد

ضياء احمد عسكر [1]
علي عبدالله عيسى [2]
جامعة البصرة / قسم النشاطات الطلابية [1]
جامعة البصرة / كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة [2]

معلومات البحث
تاريخ البحث:
الاستلام: 2026/02/14
القبول: 2026/06/19
التوفر على الانترنت: 15,تموز,2026

الكلمات المفتاحية:
ادارة، الانجاز، كرة اليد.

مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية
https://jsrse.edu.iq/index.php/home

Online ISSN: 2789-6560

مجلد 36 – العدد 5 2026

الصفحات: 217-229

الملخص

اشتمل البحث على خمسة فصول وتم التطرق في الفصل الاول الى المقدمة و أهمية البحث، اصبحت الادارة احدى الركائز المهمة والاساسية للمؤسسة الرياضية والتربوية أذ أصبحت الاساس لتقدم الشعوب والدول و تطورها، وفي سبيل تقوية وتطوير مهاراتها وفعالياتها فان سلوكيات التمكين القيادي تعمل على تمكينهم وتجعلهم مستعدين فيتحمل المسؤوليات القيادية عن طريق تفويض السلطة اليهم مع أمكانية حصولهم على المعلومات المناسبة من أجل اتخاذ القرارات السريعة في المباريات ، كما ان إدارة الذات تعد عاملاً مهماً يساعد على النجاح ،وتعتبر قدرة تعبر عنها بمجموعة من المهارات تدفع اللاعب لصياغة أهدافه الخاصة في ضوء أدراكه لإمكانياته ويدرك ذاته بشكل مختلف يسهل له تحقيق أهدافة، ومن هنا تأتي لتحقيق أهداف البحث تم اعتماد مقياس إدارة الذات ومؤشر مناسب لقياس مستوى الإنجاز، وبعد التحقق من الأسس العلمية للأدوات المستخدمة، جرى تطبيقها على أفراد العينة، ثم معالجة البيانات إحصائياً باستخدام الوسائل الإحصائية المناسبة.

وتوصلت الدراسة إلى أن لاعبي أندية البصرة بكرة اليد يمتلكون مستوى من إدارة الذات يساعدهم على تنظيم سلوكهم ووقتهم وأفكارهم وانفعالاتهم بما يتلاءم مع متطلبات التدريب والمنافسة، كما أظهرت النتائج وجود مستوى مناسب من الإنجاز لدى أفراد العينة، فضلاً عن وجود علاقة ارتباط ذات دلالة بين إدارة الذات ومستوى الإنجاز. ويشير ذلك إلى أن امتلاك اللاعب القدرة على إدارة ذاته وتنظيم سلوكه والتحكم بانفعالاته والالتزام بمتطلبات التدريب يمكن أن يسهم في تحسين قدرته على توظيف إمكاناته وتحقيق مستوى أفضل من الإنجاز الرياضي.

وأوصى الباحث بضرورة الاهتمام بتنمية إدارة الذات لدى لاعبي كرة اليد من خلال برامج الإعداد النفسي والتدريبية، وإدماج الجوانب النفسية ضمن برامج الإعداد الشامل للاعبين، فضلاً عن توجيه المدربين إلى تعزيز مهارات تنظيم الوقت، وضبط الانفعالات، وتحمل المسؤولية، وتحديد الأهداف لدى اللاعبين بما يسهم في الارتقاء بمستوى الإنجاز الرياضي اهمية البحث بتشجيع لاعبي كرة اليد على المشاركة في صنع القرار ومشاركة المعلومات وبإمكانه ان يعرف ذاته وان يستطيع تقيم ذاته.

©Authors, 2026. College of Physical Education and sport sciences, University of Basrah.
This is an open-access article under the CC By 4.0 license (creative commons licenses by 4.0)

التعريف بالبحث:

1-1 مقدمة البحث وأهميته:

لقد اصبحت الإدارة احدى الركائز المهمة والاساسية للمؤسسات الرياضية والتربوية أذ أصبحت الاساس لتقدم الشعوب والدول وتطورها، وتعد الشريان النابض في الحياة لتلك المؤسسات من خلال الاستخدام الأمثل والسليم للمكانيات المتوفرة للموارد والقدرات ان كانت مادية او بشرية أذ ان إحدى مهام الأدارة توظيف تلك القدرات بشكل ايجابي وأعداد أفراد قادرين في أداء واجباتهم الادارية على أتم وجه مما يساعد ويسهم في تحقيق أهداف المؤسسة التي يعملون فيها.(Abdullah et al., 2025; Hussein, 2021) تُعد لعبة كرة اليد من الألعاب الرياضية الجماعية التي تتطلب من اللاعب التكامل بين الجوانب البدنية والمهارية والخططية والنفسية، إذ لا يتوقف تحقيق الإنجاز الرياضي على امتلاك اللاعب للقدرات البدنية والمهارات الأساسية فحسب، وإنما يتأثر كذلك بقدرته على تنظيم سلوكه وأفكاره وانفعالاته والتعامل مع متطلبات التدريب والمنافسة بصورة إيجابية. وقد أصبحت العوامل النفسية في المجال الرياضي من الموضوعات المهمة التي تحظى باهتمام الباحثين والمدربين لما لها من دور في الارتقاء بمستوى الأداء وتحقيق النتائج الرياضية الأفضل.(Abdul-Mahdi et al., 2024; Soares et al., 2010) وتشير دراسات في كرة اليد إلى وجود تأثير واضح للعوامل النفسية في نوعية أداء اللاعب، ومن بين هذه الجوانب النفسية تبرز إدارة الذات بوصفها قدرة اللاعب على تنظيم سلوكه ووقته وأفكاره وانفعالاته، والالتزام بمتطلبات التدريب والحياة الرياضية، ومراقبة مستوى أدائه والعمل على تطويره بما يتناسب مع أهدافه الرياضية. فاللاعب الذي يمتلك مستوى جيداً من إدارة الذات يكون أكثر قدرة على الالتزام بالتدريب، وتنظيم حياته اليومية، والتحكم في انفعالاته، والتعامل مع الضغوط والمواقف المختلفة التي ترافق المنافسات الرياضية.(ahmed et al., 2025; Merten et al., 2024)

وتزداد أهمية إدارة الذات في لعبة كرة اليد لما تتصف به المنافسة من سرعة في الأداء وتغير مستمر في مواقف اللعب، الأمر الذي يتطلب من اللاعب التركيز والانضباط وسرعة اتخاذ القرار والسيطرة على الانفعالات. وقد أظهرت دراسة تناولت إدارة الذات لدى لاعبي كرة اليد أن الإدارة المستمرة للجوانب الشخصية والنفسية والبدنية والحياتية والتدريبية كان لها تأثير في مستوى الأداء لدى اللاعبين، مما يؤكد أهمية هذا المتغير في المجال الرياضي

كما ان مفهوم إدارة الذات من المفاهيم العصرية التي تؤدي دوراً حيوياً في تنظيم حياة الفرد بشكل سليم وتعينه على التعامل مع المباريات والخصوم والخطط ،وهذا المفهوم اكثر انتاجية في قدرة الفرد على تقوية وتعزيز ذاته وهذا يعني ان مهارة إدارة الذات تعد عاملاً مهماً يساعد على تحقيق الفوز وزيادة من خلال ثقتهم بأنفسهم وتحملهم للمسؤولية والتخطيط للمستقبل، ومن خلال مفهوم كل من (سلوكيات التمكين القيادي وإدارة الذات) الذي سبق ذكره ، ومن خلال مطالعة الباحثون في هذا المجال وجدو أن هناك تأثيراً متبادل ما بين وإدارة الذات وتحقيق الانجاز وهنا تتجلى أهمية البحث في دراسة إدارة الذات ومستوى الانجاز للاعبي كرة اليد لأندية البصرة

2-1 مشكلة البحث:

تعد إدارة الذات اداة ناجحة وفعاله وهي واحدة من هذه القدرات والإمكانات والمقومات المهمة والاساسية والتي تعتبر هي الاساس في نجاح عمله هي عملية إدارة ذاته بشكل كفوء وفعال حتى يستطيع قيادة أعضاء الفريق الأخرين بكفاءة و فعالية، حيث أن إدارة الذات هي وسيلة المدرب واللاعب لإدارة يوم هو قيادة حياته نحو النجاح ومن هنا تجلت مشكلة البحث في الاجابة عن المتسائل هل إدارة الذات للاعبي كرة اليد لأندية البصرة تسهم في رفع الإنجاز.

3-1 أهداف البحث:

1- التعرف على العلاقة بين إدارة الذات وتحقيق مستوى الانجاز للاعبي رياضة كرة اليد.

4-1 فرض البحث:

5-1 وجود علاقة ارتباط معنوية بين إدارة الذات وتحقيق مستوى الانجاز للاعبي رياضة كرة اليد.

6-1 مجالات البحث:

1-5-1 المجال البشري: لاعبي اندية البصرة لكرة اليد

2-5-1 المجال الزماني: من2026/1/2ولغاية 22 /2 /2026

3-5-1 المجال المكاني: نادي بلدية البصرة الرياضي

7-1 مصطلحات البحث:

إدارة الذات: قدرة الانسان على تنظيم ارتباطاته وكل ماله علاقة بعمله كأوراقه ومواعيده، وعمل اللازم للتحكم بالنفس وأمساك زمامها وذلك من خلال الاستفادة من قدراته وإمكانياته وتحديدها بدقة والتركيز والمتابعة من أجل تحقيقها (Rajwa, 2010)

2-منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

2-1 منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية لكونه أكثر ملاءمة وطبيعة الدراسة الحالية.

2-2 مجتمع البحث وعينته:

أشتمل مجتمع البحث على لاعبي اندية حافظة البصرة والبالغ عددهم (15) لاعبا يشكلون نسبة (100%) من المجتمع الاصلي وعليه تكونت عينة البحث من (15) لاعبا، اختيروا بالطريقة العشوائية البسيطة ايضاً من مجتمع

2-3 الوسائل والأدوات والأجهزة في البحث:

لقد استخدم الباحث الأدوات والأجهزة الاتية:

1- وسائل جمع المعلومات: وتتضمن

- المقابلة الشخصية.
- الاستبانة.
- المصادر العربية والاجنبية.
- فريق العمل المساعد.
- استمارات تفريق البيانات.
- شبكة المعلومات الالكترونية (الانترنيت).

2- الأدوات والأجهزة المستخدمة في البحث:

- جهاز حاسوب نوع (acer) عدد (1).
- حاسبة الكترونية للعمليات البسيطة.

3- وسائل جمع المعلومات والبيانات والأجهزة المستخدمة

3-3-1 وسائل جمع المعلومات

- المصادر والمراجع العربية. - شبكة المعلومات الدولية (الانترنيت) - المقابلات الشخصية.
- أسماء الخبراء والمختصين حول مجالات المقياسين. - أسماء الخبراء والمختصين حول فقرات المقياسين.
- فريق العمل المساعد. - المقياس.

3-3-2 الأدوات والاجهزة المستعملة في البحث

- جهاز حاسوب نوع (DELL) عدد (1). - حاسبة الكترونية يدوية نوع (COSIO) عدد (1).
- - أدوات مكتبية (أوراق، أقلام).

3-4 خطوات التصميم والبناء والإجراءات الميدانية

3-4-1-1 إعداد الصيغة الأولية لفقرات المقياس

بعد إجراء المقابلات الشخصية مع الخبراء والمختصين والاطلاع والوقوف على الكيفية التي تمت بها طريقة صياغة الفقرات في بعض المقياس المشابهة ذات العلاقة بموضوع البحث في حقل الإدارة والتنظيم ولاسيما في المجال الرياضي. قام الباحث بصياغة فقرات المقياس الخاص بموضوع الدراسة، محاولون فيها مراعاة السهولة والوضوح والاختصار في صياغة الجمل وتركيبها، مع المحاولة قدر الإمكان تلافي اختلاف أفراد العينة في تفسيرها وفهم معناها، وبذلك فقد بلغ عدد فقرات مقياس الأداة الذات بصيغة الأولية (13) فقرة

3-4-1-2 عرض فقرات المقياس على الخبراء والمختصين

بعد أن تم إعداد المقياس بصورة الأولية، والذي احتوى على (13) فقرة قام الباحث بعرض المقياس بصيغته الأولية مجموعة من الخبراء والمختصين من ذوي الخبرة والاختصاص في مجال العلوم الإدارية والنفسية وذلك للحكم على صلاحيتها وإجراء ما يرونه مناسباً، فضلاً عن أخذ رأيهم في استعمال السلم الخماسي لتقدير الدرجات.

ثم قام الباحث بتحليل النتائج التي استحصلوا عليها من آراء الخبراء وتوجيهاتهم، واستعملوا النسبة المئوية كمعيار لقبول فقرات المقياس أو رفضها، وبذلك فقد قبلت الفقرات المُتفق عليها بنسبة (75 %) فأكثر من المحكمين على أنها صالحة ومناسبة. وقد تم التعامل مع الفقرات إحصائياً بتطبيق النسبة المئوية بدلالة (كا2) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1) وبقيمة جدولية تساوي (84,3)، مما يدل على معنوية هذه النسبة وهي تمثل (15) خبيراً من أصل (20) خبير.

وكذلك قام الباحث بإعادة صياغة بعض الفقرات التي أبدى الخبراء والمختصين ملاحظاتهم وآرائهم حولها، وبذلك فقد استبعدت (5) فقرات من أصل (13) فقرة بالنسبة لمقياس الأداة الذات.

3-4-1-3 أسلوب تصحيح فقرات المقياس

للحصول على الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال إجابته على فقرات المقياس، فقد وضعت الدرجات المناسبة لكل الفقرات ووزعت على البدائل الخمسة التي تم تحديدها في ضوء الاطلاع على الدراسات السابقة.

وبما أن الفقرات قد صيغت بالاتجاه الإيجابي فقد أعطي الوزن للفقرات كما هو مبين في الجدول (1)، وبعدها تم جمع الأوزان لكل الفقرات على وفق الوزن المحدد مسبقاً لكل فقرة من فقرات المقياس، ويكون الناتج هو الدرجة التي تعبر عن مقياس الأداة الذات اللاعبين في النادي الرياضية.

جدول (1)

يبين أسلوب تصحيح فقرات المقياس

اتجاه الفقرة	أتفق دائما	أتفق غالبا	أتفق أحيانا	أتفق نادرا	لا أتفق
إيجابي	5	4	3	2	1

3-6 التحليل الإحصائي للفقرات

من أجل تحسين نوعية الاختبار أجرى الباحث تحليلاً إحصائياً للفقرات، لذا فقد اعتمد الباحث أسلوب المجموعتين الطرفيتين لتحليل فقرات المقياس، وبلغ قوام كل منهما (27) عضواً، وليكون عدد الاستمارات المأخوذة (34) استمارة

من المقياس، وحتى يتم حســـاب القوة التمييزية لكل فقرة فقد اســـتخدم الباحثون اختبار (T)، وبعد تطبيق المعالجات الإحصائية لاستخراج القوة التمييزية للفقرات ظهرت النتائج الآتية

أولاً: أن القيمة التائية لمقياس الإدارة الذات تراوحت بين (9،870 _ 1،145) وإن حدود الأوسـاط الحسـابية لدرجات فقرات المجموعة العليا تراوحت بين (4،370– 3،518)، في حين تراوحت الأوســـاط الحســـابية لدرجات المجموعة الدنيا بين (591,3– 333,2)، وبمقارنة مستوى الدلالة (Sig–2–tailed)

ثانياً: ولحساب معامل الاتساق الداخلي للفقرات استعمل الباحثون معامل الارتباط (بيرسون) لإيجاد علاقة الارتباط بين درجات أفراد العينة على كل فقرة وبين درجاتهم على المقياس (درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس)، فقد استبعدت (2) فقرات لعدم وجود دلالة إحصائية في ارتباطها مقارنة بمستوى الدلالة (0.05)، وبهذا فقد أصبح عدد فقرات المقياس (14) فقرة.

3–7 مؤشرات الصدق والثبات والموضوعية

3–7–1 الصدق: اعتمد الباحث على الانواع الاتية من الصدق

1– الصدق الظاهري

يعد الصدق الظاهري أحد انواع الصدق الذي يتضح من خلال محتويات المقياس ومن خلال الفقرات في قياس السمة او الظاهرة المراد قياســـها، لذلك قام الباحث بعرض الفقرات على مجموعة من الخبراء والمختصـــين في مجال التربية الرياضية، وذلك للتعرف على مدى صلاحية هذه الفقرات ودرجة وضوحها وطرائق صياغتها اذ اجمع الخبراء على ان فقرات المقياس واضحة وسهلة الصياغة من حيث المضمون وغير مطولة.

2– صدق البناء

أ– أسلوب المجموعتين الطرفين

اسـتخرجت القوة التمييزية للفقرات في مبحث تحليل الفقرات إحصـائياً وفي ضـوئها تعرف الباحث على الفقرات القادرة على التميز بين الافراد الحاصلين على درجات مرتفعة والحاصلين على درجات منخفضة.

ب– معامل الاتساق الداخلي

للتأكد من ان محتويات المقياس تمثل الهدف الذي وضـــع من اجلهُ، فقد قام الباحث بأجراء هذه العملية الاحصـــائية عند التعرف على الاتساق الداخلي للمقياس، وتم ذلك من خلال حساب معامل الارتباط بين درجات المحاور والدرجة الكلية للمقياس مما يدل هذا المعامل على الاتساق الداخلي للمقياس.

3-8 معامل الالتواء

وللتعرف على مدى قرب أو بعد اجابات العينة من التوزيع الطبيعي قام الباحث بحســـاب معامل الالتواء باســـتخدام البرنامج الاحصائي اذ بلغ (0,43) لمقياس الأداة الذات.

شكل (2)

يبين معامل الالتواء المقياس

المقياس	س~	ع	منوال	معامل الالتواء
الأداة الذات	150,4	33,2	165	0,43-

3-9 الدرجات المعيارية للمقياس

قام الباحث بمعالجة نتائج المقياس احصائياً من خلال استعمال الوسط الحسابي والانحراف المعياري والدرجة الزائية والدرجة التائية وملحق (1) يوضح ذلك، اذ يبين الدرجات المعيارية للمقياس.

3-10 المستويات المعيارية للمقياس

اســـتعمل الباحثون منحنى التوزيع الطبيعي (كاوس)، لغرض الحصـــول على منحنى التوزيع الاعتدالي للبيانات على طبيعة العينة وعددها ومدى مناســـبة الاختبارات لهذه العينة، فكلما زاد حجم العينة وكانت الاختبارات مناســـبة اقتربنا عند توزيع البيانات من شـكل المنحنى الاعتدالي، وقد اختار الباحث أن تكون هناك (5) مسـتويات للمقياس، وتقسـم الدرجات المعيارية إلى (5) مستويات والدرجات المعيارية المعدلة تتكون من (12 درجة)، فان المستوى الواحد = 2,1 وحدة معيارية، وكما موضح في الشكلين (1) ومبين في الجدول (4).

جدول (3)

يبين الدرجات والمستويات المعيارية والدرجات الخام لمقياس الأداة الذات

الدرجة في المنحنى	المستويات	الدرجة المعيارية	الدرجة الخام لمقياس الأداة الذات
4,86	جيد جدا	68 . 80	59 – 70
24,52	جيد	56 . 68	48 – 58
40,96	متوسط	44 .56	37 – 47
24,52	مقبول	32 . 44	26 – 36
4,86	ضعيف	20 . 32	14 – 25

3-11التطبيق النهائي المقياس

بعد استكمال كل متطلبات تصميم مقياس الأداة الذات، أصبح جاهزاً للتطبيق ومكوناً من (13) فقرة وقد قام الباحث بتطبيق المقياس بصورته النهائية على عينة التطبيق البالغ عددها (10) عضواً، والذين يتدربون في نادي –

2-4 المقياس المجالات لمقياس أدارة الذات:

بعد اطلاع لباحث على مجالات أدارة الذات مستعينين بالمصادر التي تناولت هذا الموضوع، اذ اختار الباحث سبع مجالات لمقياس أدارة الذات المعد من قبل (جلال عباس رمضان) وتم تطبيقه على لاعبي اندية البصرة لكرة اليد بتاريخ 2/ 2026/1 توزيع استمارة المقياسين على العينة، بطريقة إ إلكترونية وباستخدام (نماذج كوكل) وكذلك تم استلام الردود الكترونياً اذ بلغ عدد الردود (15) رداً من إفراد عينة البناء، علماً إن الاستمارة الالكترونية مبرمجة على عدم استلام الردود المتكررة.

جدول (4) يبين بدائل الاجابة على فقرات مقياسي البحث

دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
5	4	3	2	1

(نماذج كوكل) واستمر تعميم الاستمارة لغاية 20/ 3 /2026 وتم توزيعها على عينة البحث

2-5 الوسائل الاحصائية:

استعمل الباحث نظام (Excel Microsoft) وكذلك الحقيبة الاحصائية (Spss) في تحليل نتائج البحث الاحصائية.

3-3 عرض نتائج العلاقة الارتباطية بين مقياســـي التمكين القيادي وإدارة الذات لمدرســـي التربية البدنية في مديرية تربية البصرة وتحليلها ومناقشتها:

جدول (5) يبين نتائج الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة (R) المحسوبة ومستوى الدلالة

مستوى الانجاز		إدارة الذات		قيمة (R) المحسوبة	مستوى الدلالة	الدلالة
سَ	ع	سَ	ع			
8,2	0,321	174,332	29,50	0,911	0,000	معنوي

معنوي عند مستوى الدلالة. (0.05)

يلاحظ من الجدول (40) أن الوسط الحسابي لمقياس مستوى الانجاز كان (8,2) والانحراف المعياري (0.321)، أما الوسط الحسابي لمقياس إدارة الذات فقد كان(174,332) والانحراف المعياري (29,50) لدى عينة البحث، وبلغت قيمة معامل الارتباط البسيط (بيرسون) فيما بينهما(0,911)تحت مستوى الدلالة (0.00)وهي أصغر من(0.05) مما يعني وجود علاقة ارتباط معنوية طردية بين مقياسي سلوكيات التمكين القيادي وإدارة الذات لدى عينة البحث ويرى الباحث هذه العلاقة الارتباط المعنوية تدل على تمتع افراد العينة بنسبة متوسطة من مستوى الانجاز ولكونهم يمثلون النشاط الرياضي في الاندية, وكذلك ان إدارة الذات يتطلب مهارات تتوافر في مجالات سلوكيات التمكين القيادي من قدرة على تطوير المهارات والاعتماد الذاتي مع اتخاذ القرار في الظروف المستقبلية وتشخيص أسباب المشكلات ومواجهة الاحتمالات المتعددة وتشخيص السلبيات ومواجهتها قبل تفاقمها من خلال الخبرات والتجارب السابقة التي رافقت الاعمال السابقة. وهذا يبين ان كل ما زاد مستوى الانجاز ارتفع مستوى إدارة الذات وهذا يمثل مفتاح الشخصية والمدخل الرئيسي لخصائصها ومقوماتها في مختلف جوانب تفاعلها مع البيئة وعلاقتها الدينامية معها ، اذ يشكل مفهوم الذات المجال الظاهري الذي يعيش فيه الفرد ،ويعني به ذاته كما انه يتأثر بما يتمتع به من قدرات عقلية ودوافع نفسية .اذ ان إدارة الذات يساعد الفرد على استثمار وقته بالشكل الصحيح من خلال تحديد الأولويات والأهداف ، واستخدام الطرق المناسبة للتنفيذ ، كذلك الاستعداد لكل طارئ ، ويكون ذلك من خلال التخطيط المسبق.

وان تطوير الذات تؤدي دوراً حيوياً في تنظيم حياة الفرد بشكل سليم وتعينه على التعامل مع المجتمع الذي يعيشه وهذا المفهوم اكثر انتاجية في قدرة الفرد على تقوية و تعزيز ذاته ، وهذا يعني ان مهارة الذات تعد عاملاً مهماً يساعد على النجاح (Minzner& K.E, 2008)يمتاز الأفراد الذين طوروا ذاتهم بأنهم أكثر استجابة للتغيرات في بيئتهم وقدرتهم على بناء شبكات وعلاقات اجتماعية داعمة، استعدادهم لتقبل الاوضاع عالم تغيرة والتمكن من التغلب على العقبات التي قد تواجههم في المباريات (Goleman& D, 2000)من خلال زيادة قدرة الفرد على استثمار ما لديه من طاقة كامنة وما حوله من موارد غير مستغلة بشكل جزئي أو كلي في الوصول الى أداء أفضل ، وتنقسم المهارات الى فنية وذهنية وانسانية (Ibrahim, 2013) .

4- الاستنتاجات والتوصيات

4-1 الاستنتاجات

1- تمتع لاعبي كرة اليد في إدارة الذات بمستوى (متوسط).
2- هناك علاقة ارتباط معنوية بين بين الذات وتحقيق مستوى الانجاز للاعبي رياضة كرة اليد.
3- استنتج الباحث ان لاعبي المبارزة يريدون الارتقاء بأنفسهم وبأدائهم وإدارة الذات من اجل الاحساس بوجودهم ودورهم في تحقيق اهدافهم الخاصة وصولاً الى تحقيق الفوز

4-2 التوصيات

1- الاعتماد على مقياس إدارة الذات للاعبي كرة اليد.

2- دراسة سلوكيات التمكين وإدارة الذات ولرفع أدائهم الوظيفي الى حالة أفضل للاعبي كرة اليد.

الشكر والتقدير

يسجل الباحث شكره لعينة البحث ولجميع الفريق المساعد الذي ساهم في انجاز هذا البحث

تضارب المصالح

يعلن المؤلف انه ليس هناك تضارب في المصالح

(الدكتور ضياء احمد عسكر)

Thank you for your attention.

The Author gratefully acknowledge to the paper sample and to all assistants helped him to complete this work.

Conflict of Interest Statement:

The authors declare that they have no conflict of interest.

(Responsible Author Dhaya Ahmed Askar)

References

Abdullah, S. M., Farhan, Z. M., Khalaf, Y. A., Yahya, O. F., & Ali, O. A. (2025). Preparing a scale for sports knowledge management and standardizing it for employees in student activities departments in Iraqi universities. Retos: Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte y Recreación, (64), 708–723.

Abdul-Mahdi, F., Al-Hamdani, M., Baqi, Y. A., & Askar, D. A. (2024). Article information Planning and organizing the management of practical experiments for biomechanical tests from a technical point of view according to the point of view of specialists. Journal of Studies and Researches of Sport Education, 34(3). https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i3.621©Authors

Ahmed, Ph. D. student M. G., Farzan, A. P. F., & Dousti, F. P. M. (2025). The Model of Sports Talent Management in the Field of Track and Fields in the Schools of Iraq. Journal of Studies and Researches of Sport Education, 35(1), 127–146. https://doi.org/10.55998/jsrse.v35i1.838

Ahmed, M., et al. (n.d.). Self-management skills and their relationship to teachers' professional adjustment. Journal of Specific Education Research, Mansoura University, (34).

Al-Hudhali, R. S. (2010). Self-management and its relationship to administrative creativity among female principals, assistant principals, and teachers in secondary schools [Master's thesis, Umm Al-Qura University].

Al-Mahasneh, I. M. (2013). Management and evaluation of job performance: Between theory and practice (1st ed.). Dar Jarir for Publishing and Distribution.

Al-Qahtani, S. S. (2001). Administrative leadership: The transition toward a high-performance leadership model (1st ed.). King Fahd National Library.

Al-Sharafat, H., & Al-Qatish, H. (n.d.). The level of self-management practice among secondary school teachers from their perspectives: A field study in Northern Badia schools. Journal of the Academy for Social and Human Studies, (20), 75–85.

Hussein, M. (2021). Analytical study of the level of transparency management in the administrative bodies of football sports clubs in Iraq from the players' point of view. Journal of Studies and Researches of Sport Education, 30(1), 256–268.

Merten, S., Schmidt, S. L., & Winand, M. (2024). Organisational capabilities for successful digital transformation: a global analysis of national football associations in the digital age. Journal of Strategy and Management, 17(3), 408–426. https://doi.org/10.1108/JSMA-02-2022-0039

Soares, J., Correia, A., & Rosado, A. (2010). Political factors in the decision-making process in voluntary sports associations. European Sport Management Quarterly, 10(1), 5–29.

Goleman, D. (2000). Leadership that gets results. Harvard Business Review, 78(2), 78–90.

Minzner, K. E. (2008). Using self-management to improve homework completion and grades of students with learning disabilities [Academic work, University of Cincinnati].

Najajreh, S. (2019). Self-management and its relationship to professional adjustment among educational counselors in public schools in Bethlehem Governorate [Master's thesis, Hebron University].

Rida, A., et al. (2004). Self-management: A significant leap forward [Electronic edition].

Saleh, G., & Matar, S. A. (2010). Self-management (1st ed.). Arab Community Library for Publishing and Distribution.