

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة بابل

كلية التربية الرياضية

مقارنة في الاغتراب النفسي بين طلاب وطالبات المرحلة الأولى لكلية التربية
الرياضية

اعداد الباحثان

أ.م.د.علياء حسين دحام

أ.م.د.شيماء علي خميس

٢٠١٢ م

١٤٣٣ هـ

١- التعريف بالبحث :-

١-١ المقدمة وأهمية البحث :-

ان علمية الاعداد النفسي جانب مهم وضروري في توجيه الطالب أو الطالبة وتحديد السلوك خلال اليوم وان عملية التعرض للظروف المختلفة ايجابية أو سلبية لها دور كبير في تغيير هذا السلوك وتوجيهه . والاعتراب النفسي من المراحل النفسية التي يتم التعرض لها فنلاحظ ذلك في انفعالات الطالب والطالبة خلال الدرس وما ترافقه من شعور بالقلق من صعوبه تعلم المهارات المختلفة وهذا بالتالي يؤثر على مستوى الاداء المهاري مما يجعل عملية التعلم والاداء في غاية الصعوبة حيث نجد ان الاحساس بالعجز والشعور بالغربة وضعف الصلة بذات المتعلم الحقيقية وعدم قدرته عن الكشف عن أفكاره الحقيقية وكما قد يختلف الاعتراب النفسي بين الطالب والطالبة وكذلك بين الاشخاص من نفس الجنس متأثرا بعوامل شخصية مختلفة كما ان الظروف البيئية والعائلية التي يعيشها الفرد لها دور في ذلك .

كما ان الاعتراب النفسي يحدث نتيجة أفكار خاطئة تتولد لديه نتيجة الاداء الخاطيء للمتعلم أي الخوف من الفشل في تحقيق الاداء المهاري الجيد لذا فالتعزيزات الايجابية لها دور رئيسي في تقليل حصول هذه الظاهرة النفسية .

ومن هنا تتجلى أهمية البحث في مقارنة الاعتراب النفسي بين طلاب وطالبات كلية التربية الرياضية في جامعة بابل .

١-٢ مشكلة البحث :-

ان الاعتراب النفسي من المشاكل النفسية والاجتماعية التي تواجه الطالب والطالبة نتيجة لعدم الشعور بالامن النفسي والطمأنينة اضافة الى الشعور بالوحدة والعزلة مما يؤدي الى قلة التوجه نحو التعلم وقلة الاتصال بالطلبة الآخرين وهذا يؤدي الى الأخطاء في تحقيق النتائج الرياضية الجيدة . لذا فمن خلال ملاحظة الباحثان لاداء الطالبات والطلاب أثناء الدروس العملية ان هناك نوع من الاعتراب النفسي لديهم اثناء عملية التعلم للفعاليات المختلفة والذي أثر في ضعف الاداء المهاري لذا ستحاول الباحثة من خلال هذا المقياس المقارنة في ظاهرة الاعتراب النفسي بين الطلاب والطالبات وهل هذا الاعتراب نتيجة ضعف الانتماء الى المجموعة ام ضعف العلاقات الاجتماعية هو الذي أدى الى ضعف الاداء المهاري .

١-٣ أهداف البحث :-

- ١- اعداد مقياس الاعتراب النفسي لدى طلبة المرحلة الأولى في كلية التربية الرياضية في جامعة بابل
- ٢- التعرف على مستوى الاعتراب النفسي لدى طلاب وطالبات المرحلة الأولى في كلية التربية الرياضية / جامعة بابل .
- ٣- المقارنة في ظاهرة الاعتراب النفسي بين الجنسين .

١-٤ فرض البحث :-

- هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الطلبة في ظاهرة الاعتراب النفسي وتبعاً لمتغير الجنس .

١-٤ مجالات البحث :-

- ١-٤-١ المجال البشري : طلاب وطالبات المرحلة الأولى في كلية التربية الرياضية بجامعة بابل للعام الدراسي ٢٠١١-٢٠١٢ .

١-٤-٢ المجال الزمني : الفترة من ٢٠١١/١٢/١٥ ولغاية ٢٠١٢/٣/٢٥ .

١-٤-٣ المجال المكاني : الملعب الخارجي للساحة والميدان بكلية التربية الرياضية بجامعة بابل .

٢- الدراسات النظرية :-

٢-١ مفهوم الاغتراب النفسي :-

لقد عرف البعض الاغتراب النفسي على انه " ظاهرة نفسية يشعر الرياضي من خلالها بالوحدة والضياع وعدم الاحساس بالمجتمع الذي يعيش فيه وانفصاله عن الآخرين واحساسه بالقلق والعدوان والسخط والاحباط والتشاؤم ورفض القيم والمعايير الاجتماعية والمعاناة من الضغوط النفسية وعدم القدرة على التحكم أو التأثير في مجريات الامور خاصة به وبالمجتمع " ^١ .
وقد استخدم مصطلح الاغتراب استخدامات واسعة ومتنوعة المعاني ، وفي اكثر من مجال من مجالات البحث والدراسة ، ولكن هناك واحدة تكمن وراء هذه المعاني المختلفة وهي فكرة الانفصال أو افتقاد الرابطة أو العلاقة التي تصل الفرد بذاته وبالآخرين والتي تصله بالمجتمع والمستحدثات التكنولوجية والاجتماعية المبتكرة . ^٢

لذا يفهم من الاغتراب النفسي على انه ابتعاد اللاعب أو اللاعب عن العالم الرياضي نتيجة لردود فعل نفسية ازاء ما يمتلكه من شعور بالغرابة والوحدة وانعدام العلاقات الاجتماعية وانعدام المساواة والخوف مما يؤدي الى عدم توافق اللاعب أو اللاعب وعدم الاتقان للمهارة وبالتالي يؤدي الى ضعف المستوى الرياضي وعدم تحقيق المستويات الرياضية الجيدة .

٢-٢ نظريات الاغتراب النفسي :-

هناك عدة نظريات فسرت الاغتراب النفسي ومنها الاتي :-

١- نظرية التحليل النفسي لـ (فرويد) .

• نظرية التحليل النفسي لفرويد :-

تعد نظرية التحليل النفسي من أشهر النظريات التي تناولت الاغتراب ويقول فرويد ان داخل الكائن الحي تنبع طاقة تسعى لتحقيق الرغبة واشباع لذة وهي غير محكومة بقوانين العقل او المنطق وهي ليست ذا قيم أو أخلاق ولا يدفعها الا هدف واحد وهو اشباع الحاجة على وفق مبدأ اللذة ولكن الرغبات لا تؤدي اذائها لوحدها في الساحة بل لها ما ينظم عملها وهو الأنا والأنا الأعلى هو الذي ينظم عملية التفاعل مع العالم الخارجي فاذا قامت الانا بدورها في هذه المهمة بحكمة واتزان يسود الانسجام والاستقرار النفسي ويتحقق التوافق . ^٣

كما نجد ان ضعف الأنا قد يجعلها خاضعة لسيطرة الأنا الأعلى فتنشأ صعوبة في اشباع الحاجات الاساسية وهذا ايضا يولد خلل في توازن الشخصية وتكون نتيجة سلوك منحرف ايضا . ^٤

^١ كامل عبود حسين . بناء وتقنين مقياس الاغتراب للرياضيين ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٨ ، ص ٢٤

^٢ جواد محمود الشيخ . الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب كلية الجامعات الفلسطينية ، رسالة ماجستير ، جامعة السيد علي الشتا . نظرية الاغتراب ، الرياض ، دار عالم الكتب للنشر والتوزيع ، ١٩٨٤ ، ص ٣٦ .

^٤ محمد محمود عبد الجبار . الاغتراب عند تدريسي الجامعات العراقية وعلاقتها بجنس التدريسي ، جامعة بغداد ، كلية الاداب ، اطروحة دكتوراه ، ١٩٩٦ ، ص ٤٠ .

٣-٢ الاغتراب في المجال الرياضي :-

تميز المجال الرياضي في السنوات الاخيرة بالعديد من التغيرات السريعة والمتلاحقة ، اهمها الانفجار المعرفي والتكنولوجي الذي ادى الى تغير في الكثير من النظريات المستخدمة في هذا المجال ما دعا الى التغير في الكثير من المناهج التدريبية والخططية التي تدرب الرياضيين على مستوى العالم المتقدم^١ . كما ان الظروف التي يمر بها الرياضي وكذلك التفكير المستمر بالمادة وما تعود عليه المشاركات الرياضية من مردود مادي أو معنوي جعلته يدور في دائرة الاغتراب النفسي والابتعاد عن الاهتمام بالرياضة كهدف أساسي يسعى الى تحقيقه .

لظاهرة الاغتراب دلالات تعبر عن أزمة الرياضي المعاصر ومعاناته وصراعاته الناتجة عن تلك الفجوة الكبيرة بين تقدم مادي يسير بمعدل هائل وتقدم قيمي ومعنوي يسير بمعدل بطيء الامر الذي أدى بالرياضي الى النظر الى هذه الحياة وكأنها غريبة عنه أو الشعور بعدم الانتماء الى هذه الحياة^٢ .

٢- منهج البحث واجراءاته الميدانية :-

١-٣ منهج البحث :-

استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة مشكلة البحث واهدافه .

٢-٣ مجتمع وعينة البحث :-

اشتمل مجتمع البحث على (٢٠٠) طالب وطالبة يمثلون طلبة المرحلة الأولى بكلية التربية الرياضية بجامعة بابل للعام الدراسي ٢٠١١-٢٠١٢ لذا فعينة البحث تضمنت جميع طلاب وطالبات المرحلة الأولى والجدول (١) يوضح ذلك .

جدول (١)

يبين طلاب وطالبات المرحلة الأولى عينة البحث

ت	الجنس	عدد العينة	النسبة المئوية
١	ذكور	١٧٤	%٨٧
٢	اناث	٢٦	%١٣
المجموع		٢٠٠	%١٠٠

^١ جواد محمد الشيخ . مصدر سبق ذكره ، ص ٣٦ .

^٢ السيد علي الشتا . مصدر سبق ذكره ، ص ٥٠ .

٣-٣ أدوات البحث والاجهزة المستخدمة :-

حيث تضمنت الاتي :-

- ١- مقياس الاغتراب النفسي .
- ٢- جهاز لابتوب نوع (Dell) .
- ٣- المصادر العربية .
- ٤- الملاحظة .

٣-٤ اجراءات البحث الميدانية :-

٣-٤-١ اجراءات اعداد مقياس الاغتراب النفسي :-

تم الاعتماد على المصادر العلمية ومقياس الاغتراب النفسي لـ (كامل عبود حسين)^١ والذي يتألف من (٤٨) فقرة حيث يجيب عنها المختبر أو المختبرة وقد عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين^٢ وقد ابدوا رأيهم في ملائمته مع اجراء بعض التغيرات الطفيفة وظهر بصورته النهائية كما في الملحق (١) .

٣-٤-٢ التجربة الاستطلاعية :-

تم اجراء التجربة بتاريخ ٢٠١٢/١/٣ على (٥) طلاب من طلاب المرحلة الثانية في كلية التربية الرياضية / جامعة بابل وتم خلالها التعرف على مدى تفهم العينة لعبارات المقياس وهل يوجد غموض يذكر في الاجابة لتلافي كل مشكلة ممكن حدوثها في عملية التطبيق الرئيسية للمقياس .

٣-٤-٣ اسلوب تصحيح المقياس :-

يتكون مقياس الاغتراب النفسي من (٤٨) فقرة والاجابة عنها تكون وفق (٥-١) درجة لكل فقرة وحسب البدائل الخماسية وهي (موافق بشدة ، موافق ، موافق احيانا ، غير موافق غير موافق بشدة) وبقيم حسب التتابع (١،٢،٣،٤،٥) للفرات السلبية والعكس للايجابية .

٣-٤-٤ حساب الدرجة الكلية :-

بما ان مقياس الاغتراب النفسي يتكون من (٤٨) فقرة فأن أعلى درجة للاجابة ستكون (٢٤٠) وأدنى درجة هي (٤٨) والوسط الحسابي بلغ (١٥٧.٥٦) والانحراف المعياري بلغ (٩.٣٠) .

٣-٤-٥ الخصائص العلمية للمقياس :-

٣-٤-٥-١ الصدق :-

يعد الصدق من الشروط والصفات العلمية للاختبار الجيد اذ ان الصدق ينقص به "ان الاختبار يقيس ما و وضع لقياسه ولا يقيس شيئاً آخر"^٣ وقد تحقق الصدق من خلال عرض المقياس على الخبراء .

^١ كامل عبود حسين . مصدر سبق ذكره .

^٢ السادة الخبراء هم :

١- أ.د. محمد جاسم الياسري كلية التربية الرياضية / جامعة بابل (اختصاص) اختبار ومقياس .
 ٢- أ.د. فاهم الطريحي كلية التربية للعلوم النفسية / جامعة بابل (اختصاص) اختبار ومقياس .
 ٣- أ.د. ياسين علوان كلية التربية الرياضية / جامعة بابل (اختصاص) علم النفس الرياضي .
 ٤- أ.م.د. حسين ربيع كلية التربية للعلوم النفسية / جامعة بابل (اختصاص) علم النفس التربوي .
 ٥- أ.م.د. حيدر عبد الرضا كلية التربية الرياضية / جامعة بابل (اختصاص) اختبار ومقياس .
^٣ مصطفى باهي . المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، ط١ ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٩ ، ص٢٧ .

٣-٤-٥-٢ الثبات :-

تم استخدام معادلة ألفا كرونباخ لاستخراج معامل الثبات وبلغت لمقياس الاغتراب النفسي (٠.٨٦) وهذا مؤشر عالي على ثبات المقياس .

٣-٤-٦ التجربة الرئيسية :-

وقد تم ذلك خلال فترة الدروس العملية لمادة الساحة والميدان وكان فترة تعلم مهارة القفز العالي حيث كانت في ٢٠١١/٣/٢٣ ولغاية ٢٠١١/٤/٥ حيث تم توزيع استمارات مقياس الاغتراب النفسي على عينة البحث والبالغة (٢٠٠) وبعد تأشيرها من قبل العينة تم جمع الاستمارات للحصول على نتائج البحث .

٣-٥ الوسائل الاحصائية :-

تم استخدام نظام spss لايجاد الوسائل الاحصائية التالية :-

(الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، قانون T لعينة واحدة ، قانون T لعينتين مستقلتين) .

٣- عرض النتائج ومناقشتها :-

٤-١ التعرف على مستوى الاغتراب النفسي لدى عينة البحث :-

بعد ان جمعت البيانات كان لابد لنا من التعرف على الاغتراب النفسي لدى العينة لذا تطلب ذلك استخراج قيمة (t) بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لدى عينة البحث والجدول (٢) يبين ذلك .

جدول (٢)

يبين العلاقة بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لمتغير الاغتراب النفسي

الجنس	عدد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	قيمة T	
						المحسوبة	الجدولية
ذكور	١٧٤	١٥١.١٢	٧.٤٥	١٤٤	١٧٣	٢.٥٦	١.٩٨
اناث	٢٦	١٥٦.٥٦	٨.١٤	١٤٤	٢٥	٢.٦١	٢.٠٦
المجموع	٢٠٠						

حيث يتضح لنا من خلال الجدول (٢) ان قيمة الوسط الحسابي للذكور أعلى من الوسط الفرضي مما يدل ذلك على امتلاكهم لصفة الاغتراب النفسي بدرجة مرتفعة والسبب في ذلك يعود الى التردد الذي يسود الطلاب في صعوبة هذه المهارة أما الاناث فنجد ان قيمة الوسط الحسابي قد كانت أعلى من الذكور وأيضاً أعلى من الوسط الفرضي لديهن مما يدل على امتلاكهن لصفة الاغتراب النفسي بدرجة أعلى من الذكور والسبب في ذلك يعود الى امتلاكهن خوف من اداء فعالية القفز العالي والاعتقاد ان أي ارتفاع سيجد صعوبة في اداؤه ولكن من الاداء والاستمرارية ستتولد لدى الطالبة القدرة على سهولة الاداء .

٤-٢ المقارنة في ظاهرة الاغتراب النفسي بين الجنسين :-

ولاجل تحقيق عملية المقارنة بين الجنسين كان لابد لنا من ايجاد اختبار (T) لعينتين مستقلتين والجدول (٣) يبين ذلك .

جدول (٣)

يبين المقارنة في ظاهرة الاغتراب النفسي بين الجنسين

ت	المجالات	الذكور		الاناث		قيمة ت المحسوبة	معنوية الفروق
		ع	س	ع	س		
١-	العزلة الاجتماعية	٦.٥٦	١٣٤.٢٣	٧.١٢	١.٦٦	غير معنوي	
٢-	التمرد	٦.٩٠	١٤٤.١٢	٧.٨١	٢.٨٩	معنوي	
٣-	العجز	٦.١٠	١٤٨.٨٦	٨.٣٣	٢.٧١	معنوي	
٤-	اللاهدف	٦.١٢	١٤١.٣٤	٧.٤٥	٢.٦٠	معنوي	
٥-	اللامعيارية	٦.٢٣	١٤٧.٢٣	٦.٧٨	٢.٨٣	معنوي	
٦-	الاغتراب الثقافي	٦.١٨	١٣٩	٦.٨٩	٢.٣١	معنوي	

- درجة الحرية = ١٩٨

- قيمة ت الجدولية = ١.٩٦

- مستوى الدلالة = ٠.٠٥

يتبين لنا من الجدول (٣) عدم وجود فروق معنوية في مجال العزلة الاجتماعية بين الجنسين ، اما بقية الابعاد فنجد ان هناك فروق معنوية بين الجنسين ولصالح الاناث في أغلب المجالات والسبب في ذلك يعود الى التردد والخوف الذي يغلب الطلبة عند اداء فعالية القفز العالي وعدم توفر مرونة كافية في الجسم لاداء هذه الفعالية والسبب في ذلك يعود هو عدم اداء الاحماء الجيد المناسب لنوع الفعالية من تمارين مكثفة للرجلين والعمود الفقري مما يسبب مرونة في الاداء وعدم الشعور بأي ألم عضلي عند الاداء المهاري الخاطيء مما يسهل عملية التعلم والتكرار للمهارة فالاستمرارية تسبب تعود الطالب على الاداء وعدم الخوف المسبق من الفشل .

٥-الاستنتاجات والتوصيات :-

٥-١ الاستنتاجات :-

- ١- امتلاك العينة لمستوى مرتفع لسمة الاغتراب النفسي .
- ٢- وجود اختلاف بين الجنسين وبدرجة أعلى لصالح الاناث .

٥-٢ التوصيات :-

- ١- استخدام مقياس الاغتراب النفسي كوسيلة لقياس سمة الاغتراب النفسي في المهارات والفعاليات الرياضية المختلفة .
- ٢- توجيه الطلبة الى ضرورة الاهتمام بالاحماء وابعاد عامل التردد والخوف من الاداء المهاري القوي والجيد واتقان الفعالية من خلال التكرار الصحيح .
- ٣- الاهتمام بالعامل النفسي للطلبة من خلال تطوير الاعداد النفسي خلال الدروس العملية ومحاولة مساعدة الطلبة في حل مشاكلهم الخاصة .

- المصادر العربية :-

- ١- السيد علي الشتا . نظرية الاغتراب ، الرياض ، دار عالم الكتب للنشر والتوزيع ، ١٩٨٤ .
- ٢- جواد محمود الشيخ . الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب كلية الجامعات الفلسطينية ، رسالة ماجستير ، جامعة غزة ، كلية التربية دونت ، ٢٠٠٥ .
- ٣- كامل عيود حسين . بناء مقياس الاغتراب للرياضيين ، اطروحة دكتوراه ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد ، ٢٠٠٨ .
- ٤- محمد محمود عبد الجبار . الاغتراب عند تدريسي الجامعات العراقية وعلاقتها بجنس التدريسي ، جامعة بغداد ، كلية الاداب ، اطروحة دكتوراه ، ١٩٩٦ .
- ٥- نعمان عبد الخالق السيد . الاغتراب وعلاقته بالعصابية والدافعية للانجاز لدى طلاب الجامعة ، مجلة علوم التربية ، اسبوط ، المجلد الاول ، العدد ٨ ، ١٩٩٢ .
- ٦- مصطفى باهي . المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، ط١ ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٩ .

ملحق (١)

يبين مقياس الاغتراب النفسي بصيغته النهائية

ت	الفقرات	موافق بشدة	موافق	موافق احياناً	غير موافق	غير موافق بشدة
١	أشعر بأنعدام التواصل بيني وبين الطلبة					
٢	أكرة الاختلاط بالطلبة الاخرين					
٣	أشعر بالوحدة والعزلة وأنا بين زملائي الطلبة					
٤	لا أشعر بتواجدي مع أفراد أسرتي رغم اني أعيش معهم					
٥	أستفيد من الرياضة في تكوين علاقات اجتماعية					
٦	أندمج بسهولة مع زملائي الطلبة بعد فترة انقطاع طويلة					
٧	أعمل على تكوين علاقات جديدة داخل الوسط الرياضي					
٨	أشعر بالسعادة عندما أكون مع زملائي الطلبة					
٩	أحب المنافسات والمهرجانات الرياضية لانها تقربني من الاخرين					
١٠	اتمالك نفسي عندما يوجه لي النقد من قبل المدرس والطلبة					
١١	من الصعب أن أشعر بالأمن والطمأنينة هذه الايام					
١٢	تمتلكني الرغبة في التمرد على القيم والمبادئ الرياضية السائدة الآن					
١٣	التزم بتوجيهات مدرسي والمسؤولين الرياضيين					

				لا أصادق من يخالف قوانين وأنظمة اللعب	١٤
				أروج للشائعات الرياضية في بعض الاحيان	١٥
				كثيرا ما أتأخر عن التدريبات الرياضية	١٦
				أشعر دائما بالحيوية والنشاط	١٧
				أؤمن بمبدأ اللامبالاة في الدرس	١٨
				أشعر بالعجز في الاعتماد على نفسي في المهارات الصعبة	١٩
				يزداد أدائي قوة كلما زادت أهمية المهارة	٢٠
				أشعر بالعجز عند اتخاذ قرار تجاه بعض المواقف في الدرس	٢١
				أتدرب بجهد عالي ولفترات طويلة دون الاحساس بالتعب	٢٢
				ليس لدي الحماس الكافي في الدرس	٢٣
				الفشل المتكرر في الاداء المهاري يجعلني أشعر بالاحباط	٢٤
				تتناوبني نوبات من الضجر والملل عند الاشتراك في المنافسات	٢٥
				أحيانا يكون ادائي المهاري بدون هدف	٢٦
				هدفي ان أكون متميزا في لعبتي وفي أفضل مستوى رياضي	٢٧
				من السهل علي تحديد أهدافي في التدريب	٢٨
				أعيش في عالم عديم الاهمية بالنسبة لي	٢٩
				يجب على الطلبة التمسك دائما بالقيم الرياضية	٣٠
				أضع نفسي أهدافا في التدريب لاحاول الوصول اليها	٣١
				المنافسات الرياضية هواية ممتعة لي	٣٢
				أشعر بأن كل شيء له قيمة في هذا الزمان الا الانسان	٣٣
				لا أهتم بنتيجة المنافسات التي أشارك فيها	٣٤
				لا توجد معايير اجتماعية واضحة يمكن الاعتماد عليها في الرياضة	٣٥
				أصبحت الحياة الرياضية التي تسودها الماديات هي التي توجه اللاعبات	٣٦
				لا أشعر بقيمتي الرياضية في الدرس وبين زملائي الطلبة	٣٧
				أشعر ان حياتي الرياضية متجددة دائما ومستعدة للمنافسات	٣٨
				أني متهييء نفسيا وبدنيا للمنافسة الرياضية	٣٩
				أشعر ان مستقبلتي الرياضي غير واضح	٤٠
				ان الطرق الملتوية أسهل لتحقيق النجاح الرياضي	٤١
				من الأفضل للطالب أن يكون جريئا في	٤٢

					اداء المهارة الصعبة	
					أفضل المنافسات التي تظهر تفوقى	٤٣
					لدى القدرة على حسم المنافسة لصالحى	٤٤
					الثقافة الرياضية التي يكتسبها الطلبة تعمل على حل المشاكل الاجتماعية	٤٥
					الثقافة والرياضة ليس كل شيء في الحياة	٤٦
					بعض المسئولين الرياضيين والمدربين يجبرونى على الكذب لارضائهم	٤٧
					استمتع بالعلاقات الجيدة مع الطلبة الواضحين في أفكارهم	٤٨