

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة بابل

كلية التربية الرياضية

الاغتراب النفسي وعلاقته بتعلم فعالية القفز العالي في

الساحة والميدان

اعداد الباحثان

أ.م.د.علياء حسين دحام

أ.م.د.شيماء علي خميس

م ٢٠١٢

هـ ١٤٣٣

١- التعريف بالبحث :-

١-١ المقدمة وأهمية البحث :-

ان لعبة الساحة والميدان تعد من الألعاب التي تحتاج من الطالب والطالبة الى التركيز والرغبة في الاداء لكون فعاليتها ترتبط بمجاميع عضلية مختلفة لذا فيحاول المربين والمدرسين اتباع أفضل الطرق الكفيلة لتعلم كافة المهارات في الساحة والميدان.

ونجد ان الاغتراب النفسي من المراحل النفسية التي يتعرض لها المتعلم على حد سواء فنلاحظ ذلك في انفعالات الطالب والطالبة خلال مرحلة تعلم فعالية القفز العالي وما ترافقه من شعور بالقلق من صعوبه تعلم المهارة وهذا بالتالي يؤثر على مستوى الاداء المهاري مما يجعل عملية التعلم والاداء في غاية الصعوبة حيث نجد ان الاحساس بالعجز والشعور بالغرابة وضعف الصلة بذات المتعلم الحقيقية وعدم قدرته عن الكشف عن أفكاره الحقيقية وكما قد يختلف الاغتراب النفسي بين الطالب والطالبة وكذلك بين الاشخاص من نفس الجنس متأثرا بعوامل شخصية مختلفة .

كما ان الاغتراب 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 التعرف على مستوى الاغتراب النفسي لدى طلاب وطالبات كلية التربية الرياضية في جامعة بابل وعلاقة ذلك في تعلم فعالية القفز العالي في الساحة والميدان وهل توجد فروق بين الجنسين في هذه الظاهرة .

٢-١ مشكلة البحث :-

ان الاغتراب 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 الأحباط في تحقيق النتائج الرياضية الجيدة .

لذا فمن خلال ملاحظة الباحثين لاداء الطلبة أثناء الدروس العملية ان هناك نوع من الاغتراب النفسي لديهم اثناء عملية التعلم لفعالية القفز العالي والذي أثر في ضعف الاداء المهاري لذا ستحاول الباحثان من خلال هذا المقياس معرفة مدى امتلاك الطلاب والطالبات لظاهرة الأغرأاب النفسي وهل هذا الاغتراب نتيجة ضعف الانتماء الى المجموعة ام ضعف العلاقات الاجتماعية هو الذي أدى الى ضعف الاداء المهاري وهل توجد فروق بين الجنسين في ظاهرة الاغتراب النفسي .

٣-١ أهداف البحث :-

- ١- اعداد مقياس الاغتراب النفسي لدى طلبة المرحلة الأولى في كلية التربية الرياضية في جامعة بابل
- ٢- التعرف على مستوى الاغتراب النفسي لدى عينة البحث .
- ٣- التعرف على الفروق في ظاهرة الاغتراب النفسي بين الجنسين .

٤-١ فرض البحث :-

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

٤-١ 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) .

٢- نظرية الاشتراط الاجرائي لـ (سكرنر) .

• **نظرية التحليل النفسي لفرويد :-**

^١ كامل عبود حسين . بناء وتقنين مقياس الاغتراب للرياضيين ، اطروحة دكتوراة ، 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 غزة ، كلية التربية دونت ، ٢٠٠٥ ، ص ٢٣ .

تعد نظرية التحليل النفسي من أشهر النظريات التي تناولت الاغتراب ويقول فرويد ان داخل الكائن الحي تتبع 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 ادائها 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 .¹

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 .²

٢-٣ 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 .³ 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

¹ السيد علي الشتا . نظرية الاغتراب ، الرياض ، دار عالم الكتب للنشر والتوزيع ، ١٩٨٤ ، ص ٣٦ .

² محمد محمود عبد الجبار . الاغتراب عند تدريسي الجامعات العراقية وعلاقتها بجنس التدريسي ، جامعة بغداد ، كلية الاداب ، اطروحة دكتوراه ، ١٩٩٦ ، ص ٤٠ .

³ جواد محمد الشيخ . مصدر سبق ذكره ، ص ٣٦ .

بمعدل بطيء الامر الذي أدى بالرياضي الى النظر الى هذه الحياة وكأنها غريبة عنه أو الشعور بعدم الانتماء الى هذه الحياة .^١

٢-٤ فعالية القفز العالي :-

أدى التقدم التكنولوجي في هذا العصر الى معرفة أسباب الخطأ والصواب في الاداء الفني وبطرائق علمية ووضع البرامج اللازمة لتحقيق الانجاز العالي المطلوب فظهر الاجهزة والمستلزمات التقنية التي استخدمت التحليل الحركي في القفز العالي سواء بالطريقة السرجية أو الفسبوري أدى ذلك الى سهولة توضيح المراحل الفنية للقفز . لقد تطور فن الاداء الحركي للقفز العالي من القفز فوق الحواجز الى القفزة السرجية والفسبوري وارتبطت فعالية القفز العالي في عصرنا هذا باحتمالات تطوير ودراسة المتغيرات التي تؤثر على مستوى الانجاز ومحاولات تحسينها حيث أكد شنايل بأن هناك فن علاقة بين زمن ظهور فن الاداء وتقدمه عبر المراحل الزمنية المختلفة كما اعتبر فن الاداء مصطلحا يدل على نوع خاص من الاساليب والحلول والاجراءات والأسس والخبرات الحركية التي تؤدي بأقل جهد من جانب الحركة الاقتصادية وزيادة التكامل .^٢

٣- منهج البحث واجراءاته الميدانية :-

٣-١ منهج البحث :-

استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة مشكلة البحث واهدافه .

^١ السيد علي الشتا . مصدر سبق ذكره ، ص ٥٠ .

^٢ قاسم حسن حسين ، ايمان شاكر محمود : الأسس الميكانيكية والتحليلية والفنية في فعاليات الميدان والمضمار ، ط١ ، عمان ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٠ ، ص ٢٦٠ .

٣-٢ 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 طلبة 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 |

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 إجراءات البحث الميدانية :-

٣-٤-١ إجراءات 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 ملائمة 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 (١-٥) درجة لكل فقرة وحسب البدائل الخماسية وهي (موافق بشدة ، موافق ، موافق احيانا ، غير موافق غير موافق بشدة) وقيم حسب التتابع (١،٢،٣،٤،٥) لل فقرات السلبية والعكس للايجابية .

^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 . |

٣-٤-٤ 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 (١٥٤.٥٦) 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 يقصد به "ان الاختبار يقيس ما وضع لقياسه ولا يقيس شيئاً آخر" ^١ وقد تحقق الصدق عندما عرض المقياس على الخبراء وابدوا ملائمة للعمل البحثي .

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 ٢٣/٣/٢٠١٢ ولغاية ٥/٤/٢٠١٢ 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) .

^١ مصطفى باهي .المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، ط١ ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٩ ، ص٢٧ .

٤- عرض النتائج ومناقشتها :-

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

بعد ان جمعت البيانات كان لا بد 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 | | الدلالة |
|---------|------------|---------------|-------------------|--------------|-------------|----------|----------|---------|
| | | | | | | المحسوبة | الجدولية | |
| ذكور | ١٧٤ | ١٥٠.١٢ | ٧.٤٥ | ١٤٤ | ١٧٣ | ٢.٥٦ | ١.٩٨ | معنوي |
| اناث | ٢٦ | ١٥٥.٥٦ | ٨.١٤ | ١٤٤ | ٢٥ | ٢.٦١ | ٢.٠٦ | معنوي |
| 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 لسمة الاغتراب النفسي بدرجة أعلى من الذكور والسبب في ذلك يعود الى امتلاكهن خوف من اداء فعالية القفز العالي والاعتقاد ان أي ارتفاع سيجدن صعوبة في اداة ولكن من الاداء والاستمرارية ستتولد لدى الطالبة القدرة على سهولة الاداء .

٢-٤ التعرف على الفروق في ظاهرة الاغتراب النفسي بين الجنسين :-

ولاجل التعرف على الفروق بين الجنسين كان لابد لنا من ايجاد اختبار (T) لعينتين مستقلتين والجدول (٣) يبين ذلك .

جدول (٣)

يبين الفروق في ظاهرة الاغتراب النفسي بين الجنسين

| ت | المجالات | الذكور | | الاناث | | قيمة ت المحسوبة | معنوية الفروق |
|----|-------------------|--------|--------|--------|--------|-----------------|---------------|
| | | ع | س | ع | س | | |
| -١ | العزلة الاجتماعية | ٦.٥٦ | ١٣٣.٦٧ | ٧.١٢ | ١٣٤.٢٣ | ١.٦٦ | غير معنوي |
| -٢ | التمرد | ٦.٩٠ | ١٤٢.٨٩ | ٧.٨١ | ١٤٤.١٢ | ٢.٨٩ | معنوي |
| -٣ | العجز | ٦.١٠ | ١٤١.٧٧ | ٨.٣٣ | ١٤٨.٨٦ | ٢.٧١ | معنوي |
| -٤ | اللاهدف | ٦.١٢ | ١٣٩.٨٠ | ٧.٤٥ | ١٤١.٣٤ | ٢.٦٠ | معنوي |
| -٥ | اللامعيارية | ٦.٢٣ | ١٤٢ | ٦.٧٨ | ١٤٧.٢٣ | ٢.٨٣ | معنوي |
| -٦ | الاغتراب الثقافي | ٦.١٨ | ١٣٤ | ٦.٨٩ | ١٣٩ | 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 :-

١-٥ الاستنتاجات :-

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

٢-٥ التوصيات :-

- ١- استخدام مقياس الاغتراب النفسي كوسيلة لقياس سمة الاغتراب النفسي في المهارات والفعاليات الرياضية المختلفة .
- ٢- توجيه الطلبة الى ضرورة الاهتمام بالأحماء وابعاد عامل التردد والخوف من الاداء المهاري القوي والجيد واتقان الفعالية من خلال التكرار الصحيح .
- ٣- استخدام تمارين خاصة للرجلين والعمود الفقري من خلال استخدام الموانع أو أي وسيلة أخرى من شأنها ان تطور القوة العضلية للرجلين ومرونة العمود الفقري لجعل عملية اداء الركضات التقريبية تتم بصورة صحيحة .

- 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 عبود حسين . بناء مقياس الاغتراب للرياضيين ، اطروحة دكتوراة ، 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- قاسم حسن حسين ، ايمان شاكر محمود : الأسس الميكانيكية والتحليلية والفنية في فعاليات الميدان والمضمار ، ط١ ، عمان ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٠ .
- ٧- 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 احيانا | غير موافق | غير موافق بشدة |
|---|---|---------------|-------|-----------------|--------------|----------------------|
| ١ | أشعر بأنعدام التواصل بيني وبين اللطبة | | | | | |
| 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 |
| | | | | | ١٤ لا أصادق من يخالف قوانين وأنظمة اللعب |
| | | | | | ١٥ أروج للشائعات الرياضية في بعض الاحيان |
| | | | | | ١٦ كثيرا ما أتأخر عن التدريبات الرياضية |
| | | | | | ١٧ أشعر دائما بالحيوية والنشاط |
| | | | | | ١٨ أومن بمبدأ اللامبالاة في الدرس |
| | | | | | ١٩ أشعر بالعجز في الاعتماد على نفسى في المهارات الصعبة |
| | | | | | ٢٠ يزداد أدائي قوة كلما زادت أهمية المهارة |
| | | | | | ٢١ أشعر بالعجز عند اتخاذ قرار تجاه بعض المواقف في الدرس |
| | | | | | ٢٢ أتدرب بجهد عالي ولفترات طويلة دون الاحساس بالتعب |
| | | | | | ٢٣ ليس لدي الحماس الكافي في الدرس |
| | | | | | ٢٤ الفشل المتكرر في الاداء المهاري |

| | | | | | | |
|--|--|--|--|--|--|----|
| | | | | | يجعلني أشعر بالاحباط | |
| | | | | | تنتابني 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 مستقبلي الرياضي غير واضح | ٤٠ |
| | | | | | ان الطرق الملتوية أسهل لتحقيق النجاح الرياضي | ٤١ |
| | | | | | من الأفضل للطالب أن يكون جريئاً في اداء المهارة الصعبة | ٤٢ |
| | | | | | أفضل المنافسات التي تظهر تفوقى | ٤٣ |
| | | | | | لدي 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 المسؤولين الرياضيين والمدرسين يجبروني على الكذب لارضائهم | ٤٧ |
| | | | | | استمتع بالعلاقات الجيدة مع الطلبة الواضحين في أفكارهم | ٤٨ |