

الاغتراب الرياضي النفسي لدى لاعبي كرة الصالات في بعض الاندية العراقية

استلام البحث : ٢٠٢٣/١٢/١١

م احمد عريبي سبع

م. د عثمان محجوب خلف

جامعة ديالى - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

كلية الامام الأعظم

قبول البحث : ٢٠٢٤/١/١٠

Ahmedoreibi100@gmail.comothman79iraq@gmail.com

ملخص البحث

هدف البحث : التعرف على مستوى الاغتراب الرياضي النفسي لدى لاعبي كرة الصالات في بعض الاندية العراقية، والتعرف على العلاقة بين الاغتراب الرياضي واداء مباريات كرة الصالات، واستخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب الارتباطية الملائمة لطبيعة البحث، وان اختيار عينة البحث يعتمد على طبيعة الظاهرة المراد دراستها والإمكانات المادية والتقنية المتاحة والمواد الازم للدراسة، حين يجمع الباحثان بياناته ومعلوماته " فإنه يلجأ إلى جمعها أما من المجتمع الاصلي كله أو عينة مماثلة لهذا المجتمع، ومن ثم يمكن تعميم اداء العينة على المجتمع في ما اذا كانت العينة ممثلة تمثيلاً جيداً وبناءً على ذلك اختار الباحثان لاعبي كرة الصالات في بعض الاندية العراقية البالغ عدد (٤٥) لاعباً مثلوا عينة البحث تمثلاً كاملاً، واستنتج الباحثان ان مستوى الاغتراب الرياضي لدى افراد عينة البحث قد تجاوز متوسط درجة المقياس اذ وجد ان الاغتراب الرياضي عالي، فضلاً عن هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الأربعة التي اجري عليها البحث، ويوصي الباحثان إلى تطبيق المقياس الحالي من قبل المدربين على رياضي الدرجة الأولى والممتازة والمنتخبات الوطنية للألعاب الفردية والفرقية لغرض تشخيص وتحديد الرياضيين الذين يعانون من ظاهرة الاغتراب النفسي وبالتالي من هذه النتائج لمساعدة الرياضيين من خلال وضع البرامج العلاجية لتحسين أوضاع الرياضيين المغتربين نفسياً.

الكلمات المفتاحية : الاغتراب الرياضي - كرة الصالات - الاندية العراقية.

A comparative study of psychological sports alienation among futsal players in some Iraqi governorates

*M. Ahmed Oreibi Saba
University of Diyala*

*Dr. Othman Mahjoub Khalaf
College of the Great Imam*

Abstract

The aim of the research is to identify the differences in the level of sports alienation among futsal players in Babil Governorate, and to identify the relationship between sports alienation and the performance of futsal matches. The researcher used the descriptive approach in a correlational style appropriate to the nature of the research, and the selection of the research sample depends on the nature of the phenomenon to be studied. And the material and technical capabilities available and the materials necessary for the study. When the researcher collects his data and information, he resorts to collecting it either from the entire original community or a sample similar to this community, and then the sample's performance can be generalized to the community in terms of whether the sample is well represented, and based on that, the researcher chose Futsal players in Babil Governorate, numbering (45) players, fully represented the research sample. The researcher concluded that the level of sports alienation among the members of the research sample exceeded the average score on the scale, as it was found that sports alienation was high, in addition to there being statistically significant differences between the groups. The four studies on which the research was conducted, the researcher recommends applying the current scale by coaches to first-class and excellent athletes and national teams for individual and team games for the purpose of diagnosing and identifying athletes who suffer from the phenomenon of psychological alienation and thus from these results to help athletes by developing remedial programs to improve the conditions of expatriate athletes. Psychologically.

Keywords: Comparative study - sports alienation - futsal

١- المقدمة:

شهدت السنوات الاخيرة تطورا كبيرا في المجال التدريب الرياضي وذلك بسبب مساهمة العلوم الاخرى في نجاح العملية التدريبية وهذا مما ادى الى حدوث تطورا كبيرا في معظم الفعاليات الرياضية وفي مختلف النواحي (البدني والمهارية والخطية والنفسية) وان لعبة كرة القدم واحدة من هذه الفعاليات التي شهدت تطورا واضحا وكبير في السنوات الاخيرة وهذا مما ادى الى جذب العديد من المشاهدين على المستوى الدولي نتيجة التغيرات التي طرأت على اللعبة والتي زادت من التنافس بين الفرق الشعبية فضلاً عن تطور مستوى اللاعبين ان يتعاونوا في الدفاع والهجوم على الملعب.

ان لعبة كرة الصالات واحدة من التطورات كرة القدم الحديثة فهي اسلوب لعب جديد وتعد ركيزة اساسية لتطوير كرة القدم فضلاً عن انها تملك عنصر اثاره وتشويق اكثر للجمهور، وان لاعب كرة الصالات يحتاج الى متطلبات بدنية عالية جدا تفيد وتساعده على تنفيذ المهارات الاساسية لم كملة قوة اللعبة من سرعة عالية في الاداء داخل مساحة صغيرة فضلاً عن عدد اللاعبين القليل يجعل المباراة دائمة الحركة وخالية من التوقف لان واجبات كل لاعب هي هجومية ودفاعية في نفس الوقت وذلك للوصول الى اعلى مستوى بكرة القدم وتحقيق افضل الانجاز وجب اعداد الفريق اعداداً بدنياً وخطياً ونفسياً (بدران: ٢٠٠٧: ٢).

إذ أكدت العديد من البحوث والدراسات النفسية الحديثة أن كثيراً من الإخفاقات الرياضية وعدم الحصول على نتائج رياضية جيدة يرجع إلى عوامل وأسباب نفسية كثيرة إذ يختلف الرياضيون من حيث قدراتهم الجسمية والعقلية والنفسية وإمكانياتهم الشخصية في شتى المجالات وطبقاً لمبدأ الفروق الفردية بين الرياضيين في الألعاب الفردية والفرقية (الجوري: ٢٠٠٨: ١٥٢).

وفي المجال الرياضي يعد الاغتراب الرياضي من المفاهيم النفسية المهمة المتصلة بشخصية الرياضيين في جميع الألعاب الفردية والفرقية ويؤثر في مدى استمرار الرياضي في التدريب والمنافسة وعلماء النفس والاجتماع وباحثين بهذا المفهوم دللوا على وجود كمفهوم نفسي واجتماعي له تأثيرات سلبية على الرياضيين في بعض الألعاب الفردية والفرقية سواء في التدريب او المنافسة كثير من الرياضيين ما يعبرون صراحة بأنهم يواجهون عدداً من المواقف والمشكلات الضاغطة عند حدوث اي تغيير في منهج التدريب والمنافسة والتي تسبب لهم توتراً وقلقاً يؤثر على حالتهم النفسية والصحية ويعد الاغتراب احد العوامل المهمة في الشعور الرياضي بالضغط النفسية إذ أنه مشغل بأعباء التدريب والحياة والاسرة والمجتمع. (المؤمن: ٢٠٠١: ٢٠).

يشمل مفهوم الاغتراب ظاهرة انسانية امتداد وجودها ليشمل مختلف انماط الحياة الاجتماعية والاقتصادية والرياضية والسياسية والفكرية لذي تزايدت مشاعر لدى الرياضيين نتيجة لطبيعة العصر الذي قد يظهر في صور من التوتر والقلق والتمرد والتعجز والصراعات الداخلية فضلاً عن الضغوطات التدريبية الكبيرة التي يتعرض لها الرياضيين جراء طوال فترة الاعداد والتدريب وزيادة الحمل ولممارسة الباحثان كرة الصالات ومعرفة لتأثير الاغتراب النفسي على للاعبين وتأثيرها على المباريات وكون الباحثان لاعبين سابقين ويعملون في مجال التدريب والتدريب حالياً" وقد شارك في فرق خارج المحافظة ادت دراسة هذه المشكلة لذا فأن المشكلة البحث تمكن في التعرف على مقارنة بين اللاعب للاغتراب الرياضي النفسي واداء المباريات كمحاولة من الباحثان في بيان أهمية العوامل النفسية في تحقيق الفوز.

هدف البحث:

١. التعرف على مستوى الاغتراب الرياضي النفسي لدى لاعبي كرة الصالات في بعض الاندية العراقية.
٢. التعرف على علاقة الاغتراب الرياضي النفسي واداء مباريات كرة الصالات.

فرض البحث:

- ١- هناك فروق ذات دلالة احصائية في مستوى اغتراب الرياضي النفسي بين لاعبي كرة الصالات في بعض الاندية العراقية.
 - ٢- توجد علاقة ارتباطية دالة احصائية بين الاغراب الرياضي النفسي واداءمباريات كرة الصالات.
 - ٢ - منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :
 - ٢ - ١ منهجية البحث :
- استخدم الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب العلاقات الارتباطية الملائمة لطبيعة البحث ، كما انه يعطي صور للواقع الحالي ووضع مؤشرات وبناء تنبؤات مستقبلية. (الكندي وعبدالدايم: ١٩٩٠: ١٤٣)

٢ - ٢ عينة البحث:

ان اختيار عينة البحث يعتمد على طبيعة الظاهرة المراد دراستها والإمكانيات المادية والتقنية المتاحة والمواد الازم للدراسة، حين يجمع الباحثان بياناته ومعلوماته " فإنه يلجأ إلى جمعها أما من المجتمع الاصلي كله أو عينة مماثلة لهذا المجتمع، ومن ثم يمك تعميم اداء العينة على المجتمع في ما اذا كانت العينة ممثلة تمثيلاً جيداً وبناءً على ذلك اختار الباحثان لاعبي كرة الصالات في بعض الاندية العراقية والمتمثلة (امانة بغداد- المرور- مصافي الوسط- الجيش -نقط الوسط -ليات الشرطة) المشاركة في بطولة كرة الصالات اختيروا بالطريقة العمدية أما عينة البحث فقد اختيرت بالطريقة العشوائية وهم (٤) اندية المتمثلة بفرق (امانة بغداد- المرور- المصافي الوسط- الجيش) البالغ عدد (٤٥) لاعباً متلوا عينة البحث تمثلاً كاملاً.

٢ - ٣ وسائل جمع المعلومات والأجهزة والادوات:

٢ - ٣ - ١ وسائل جمع المعلومات:

- المصادر العربية والاجنبية .
- المقابلات الشخصية .
- الاختبار والقياس.
- شبكة المعلومات الدولية.

٢ - ٣ - ٢ الأجهزة والادوات المستخدمة في البحث:

- حاسبة (Laptop) نوع (Dellinspiron15).
- كامرة تصوير نوع (Nikone, D5000).
- أقلام جاف.
- أقلام رصاص.
- ساعة توقيت.
- صافرة.

٢ - ٤ اجراءات البحث الميدانية:

٢ - ٤ - ١ مقياس الاغتراب النفسي الرياضي:

استخدم الباحثان مقياس الاغتراب الرياضي النفسي المعد من قبل (كامل عيود حسين، ٢٠٠٨) الذي يتألف من خمسة بدائل (موافق بشدة، موافق، موافق أحياناً، غير موافق، غير موافق بشدة) أما عدد العبارات فقد تضمن (٣٥) عبارة بعد إجراء بعض التعديلات من قبل السادة المختصين وبهذا تكون الدرجة الكلية للمقياس (١٧٥) وأقل درجة للمقياس (٣٥).

٢ - ٤ - ٢ التجربة الاستطلاعية :

قام الباحثان بأجراء تجربة استطلاعية بتاريخ (٢٠٢٣/٩/١٧) على مجموعة من اللاعبين من خارج عينة البحث البالغ عددهم (٧) لاعبين، إذ أجري الاختبار في قاعة الألعاب الرياضية في ملعب الشعب الدولي لغرض التحقق من:

١. صلاحية الاستجابات المستخدمة.
٢. ملائمة فقرات الاستمارة للعينة.
٣. الوقت المستغرق من الاختبار.

٢ - ٤ - ٣ التجربة الرئيسية :

قام الباحثان بتوزيع استمارة مقياس الاغتراب الرياضي النفسي على لاعبي الفرق المشاركة في بطولة كرة الصالات في قاعة الألعاب الرياضية لكل نادي وذلك يومي الاحد والاثنين الموافق ٢٤ و ٢٥/٩/٢٠٢٣ وبعد ذلك قبل كل مباراة للفرق، قام الباحثان بأخذ اداء مباريات الفرق جميعها وتسلسلهم في البطولة واجراء المعالجات الاحصائية على اداء مباريات كرة الصالات.

٢ - ٥ الوسائل الاحصائية:

استخدمت الحقيبة الاحصائية (SPSS) للاستخراج النتائج ومعالجة البيانات.

٣ - عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها:

٣ - ١ عرض وتحليل النتائج الفرض الاول: هناك فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الاغتراب الرياضي النفسي بين لاعبي كرة الصالات في بعض الاندية العراقية.

الجدول (١)

من الجدول ادناه الفروق بين اقسام الاربعة في مقياس الاغتراب الرياضي النفسي

الدلالة	الفروق F	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	
معنوي	٣,٥٨٣	٧٧٨,٤٣٣	٣	٢٣٣٥,٣٠٠	بين المجموعات
		٢١٧,٢٤٣	٧٦	١٦٥١٠,٥٠٠	داخل المجموعات
			٦٩	١٨٨٤٥,٨٠٠	المجموع

ان قيمة (F) الجدولية عند درجة حرية (٧٦ - ٣) ومستوى دلالة (٠,٠٥) = ٢,٧٥ .

من الجدول اعلاه نجد ان مجموع المربعات بين المجموعات قد بلغ (٢٣٣٥,٣) وان مجموع المربعات داخل المجموعات قد بلغ (١٦٥١٠,٥) اما متوسط المربعات داخل المجموعات قد بلغ (٢١٧,٢٤٣) وان قيمة الفروق بين المجموعات الاربعة قد بلغ (٣,٥٨٣) .

الجدول (٢)

يبين المقارنة بين الاوساط الحسابية لمجموعات الاربعة وفرق الاوساط ومستوى دلالة في الاختبار الاغتراب الرياضي النفسي

الدلالة	فرق الاوساط	الاوساط	المجموعات
معنوي	١٣,٣	١٢٩,٦٥	امانة بغداد (١)
		١١٦,٤	المرور (٢)
معنوي	١٢,٦	١٢٩,٦٥	امانة بغداد (١)
		١١٧,٨٥	مصافي الوسط (٣)
معنوي	١١,٠٥	١٢٩,٦٥	امانة بغداد (١)
		١١٩,٤	الجيش (٤)
غير معنوي	٦٥,٠	١١٦,٤	المرور (٢)
		١١٧,٨٥	مصافي الوسط (٣)
غير معنوي	٢,٢٥	١١٦,٤	المرور (٢)
		١١٩,٤	الجيش (٤)
غير معنوي	١,٦	١١٧,٨٥	مصافي الوسط (٣)
		١١٩,٤	الجيش (٤)

٣-٢ عرض ومناقشة الفرض الثاني: توجد علاقة ارتباطية دالة احصائية بين الاغتراب الرياضي النفسي واداء مباريات كرة الصالات.

وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل الى النتيجة التالية:

الجدول رقم (٣) يوضح العلاقة بين الاغتراب الرياضي النفسي واداء مباريات كرة الصالات

اداء المباريات	معامل الارتباط	الاغتراب الرياضي النفسي
*-٠.٢٥٢	مستوى الدلالة	
٠.١٨	حجم العينة	
٤٥	*الارتباط دال عند ($\alpha = ٠,٠٥$)	

من خلال الجدول اعلاه رقم (٣) اعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بريسون بلغ (-٠.٢٥٢) بين الاغتراب الرياضي النفسي واداء المباريات بكرة الصالات وهي قيمة سالبة، وهذا يعني أن الارتباط بينهما ارتباط عكسي، أي أنه كلما ارتفعت درجات الاغتراب الرياضي النفسي اخفضت درجات اداء المباريات بكرة الصالات والعكس صحيح، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت دالة احصائية عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha = ٠,٠٥$) نستطيع

القول لا يمكن قبول الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، واذ نتوصل الى قبول فرضية الجزئية الرابعة القائلة بـ" توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الاغتراب الرياضي النفسي واداء المباريات لدى لاعبي كرة الصالات، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو ٩٥% مع احتمال الوقوع في خطأ بنسبة ٥%.

٣ - مناقشة النتائج:

يبين الجدول (١) ان الفرق الاوساط بين مجموعات الاربعة قد بلغ (٣,٨٥) وعند مقارنة مع قيمة (f) الجدولية والبالغة (٢,٧٥) ظهر ان (f) المحتسبة اكبر من (f) الجدولية لذلك نجد ان هناك فرق وان الدلالة والاحصائية بين مجموعات الاربعة وكان لازم على الباحثان استخراج فرق الاوساط من خلال تطبيق طريقة اقل فرق معنوي (L.S.D) من اجل التعرف على اكبر فرق بين مجموعات الاربعة ولصالح اي مجموعة من خلال الجدول (٢) نجد ان اكبر فرق في الاوساط الحسابية قد كان بين نادي (امانة بغداد ١) و (المرور ٢) ولصالح المجموعة التي متوسط معيارها اقل وهي نادي (المرور ٢) قد بلغ الوسط الحسابي للقسم (١١٦,٤) وان الفرق الاوساط الحسابية قد بلغ (١٣,٣) وعند مقارنة مع قيمة اقل فرق معنوي والبالغ (٩,٣٢) اما الفرق بين نادي (امانة بغداد ١) و(مصافي الوسط ٣) فقد كان فرق الاوساط الحسابية بين المجموعتين (١٢,٦٥) وهو معنوي ايضاً ولصالح المجموعة التي متوسط الحسابي اقل وهو نادي (مصافي الوسط ٣) اما الفرق بين نادي (امانة بغداد ١) (الجيش ٤) قد بلغ (١١,٠٥) وهو معنوي أيضاً اما الفرق بين نادي (المرور ٢) و(مصافي الوسط ٣) فقد بلغ (٠,٦٥) وهو غير معنوي اما نادي (المرور ٢) و (الجيش ٤) فقد بلغ (٢,٢٥) وجد انه اقل من قيمة فرق معنوي وهو غير معنوي ايضاً عند مقارنة مع قيمة اقل فرق معنوي ومن خلال ما تقدم نجد ان نادي (المرور ٢) فقد تفوق على باقي الفرق في مستوى الاغتراب الرياضي النفسي لكون متوسط الحسابي اقل من باقي الفرق ويعزو الباحثان ذلك لكونهم يتمتعون بتحصيل علمي متفوق فضلاً عن كون اغلبهم في مستوى عالٍ من النضج في الاغتراب الرياضي النفسي مما أسهم في ضعف مستوى الاغتراب الرياضي مع ذلك فان الاغتراب الرياضي لدى جميع الفرق قد تجاوز المتوسط الحسابي لقيمة العليا لمقياس مما يؤكد ان اغلبهم يتعرف الاغتراب وخصوصاً كون اكثرهم يسكن في اماكن بعيدة عن مكان التجمعات الرياضية والألعاب، فضلاً عن ضعف البنى الرياضية قرب سكنهم والتراجع واهمال المشكلة او قد يفكر الرياضي في ترك ممارسة الرياضة فهو نشاط يستخدم حيلة للمراوغة والتملص ويقلل من الشعور باستحقاق الذات واضعاف قدرة الرياضي على مواجهة المشكلات الصعبة التالية في التدريب والمنافسة (محمد:١٩٩٧: ٢١٤)، إذ يعرف (حسين:٢٠٠٨: ١٨٩) الاغتراب الرياضي النفسي بالوحدة والغربة وعدم الاحساس بالمجتمع الذي يعيش فيه وشعور بالانفصال عن نفسه وعن زملائه الرياضيين حتى وان وجد بينهم سواء كان في التدريب او المنافسة.

من النتيجة المتحصل عليها من اجدول رقم (٣) تم التأكد من صحة الفرضية الثانية وذلك بواسطة حساب معامل الارتباط بريسون بين درجات مقياس الاغتراب الرياضي النفسي واداء مباريات كرة الصالات، حيث بلغ معامل الارتباط بريسون (-٠.٢٥٢) وهي قيمة سالبة وهذا يعين ان الارتباط بينهم عكسي، أي أنه كلما ارتفعت اداء اللاعبين في المباريات اخفضت الاغتراب الرياضي النفسي والعكس صحيح، حسب رأي الباحثان الى كون اللاعبين يتحصلون على دعم معنوي من قبل المدربين وإدارة، كما يتم تحفيزهم كذلك مادياً له الأثر في وتشجيعهم، حيث كلما زاد التحفيز يتغلب اللاعبون على الاغتراب الرياضي النفسي ويكون هناك اداء للمباريات افضل، و كلما كان التحفيز منخفض كلما انخفض اداء اللاعبين يكون هناك ضعف في الاداء لمباريات كرة الصالات، وبالتالي يجب عدم شعور اللاعبين بالاغتراب الرياضي النفسي لكي يكون هناك اداء متزن وتمتيز وهذا يوصل الى الانجاز وتحقيق الفوز.

٤ – الاستنتاجات والتوصيات:

الاستنتاجات :

الاستنتاجات بعد عرض المقارنة توصل الباحثان الى الاستنتاجات التالية :

١. ان مستوى الاغتراب الرياضي النفسي لدى افراد عينة البحث قد تجاوز متوسط درجة المقياس اذ وجد ان الاغتراب الرياضي النفسي عالي.
٢. هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعات الأربعة التي اجري عليها البحث.
٣. وجد ان اكبر فرق في الاغتراب الرياضي النفسي ما بين نادي (امانة بغداد ١) و(المرور ٢) ولصالح نادي (المرور ٢).
٤. هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الاغتراب الرياضي النفسي واداء مباريات كرة الصالات.

التوصيات:

١. تطبيق المقياس الحالي من قبل المدربين على رياضي الدرجة الأولى والممتازة والمنتخبات الوطنية للألعاب الفردية والفرقية لغرض تشخيص وتحديد الرياضيين الذين يعانون من ظاهرة الاغتراب النفسي وبالتالي من هذه النتائج لمساعدة الرياضيين من خلال وضع البرامج العلاجية لتحسين أوضاع الرياضيين المغترابين نفسياً.
٢. يعامل الرياضيون من خلال علاقة يتعود من خلالها الرياضي الثقة بالنفس ، وتحمل المسؤولية والالتزام ، كما يتعود على الطاعة القائمة على الحس والإقناع حتى تصل إلى إحساسه بالمعنى الحقيقي لوجوده ويصبح رياضياً متميزاً لا مجرد شيء موضوع .

المصادر:

- حسام سعيد المؤمن: منهج مقترح لتطوير القدرات البدنية والمهارات الأساسية للاعبين خماسي كرة القدم: (رسالة ماجستير، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠١).
- عبد الرحمن الكندي ومحمد عبد الدايم: مناهج البحث العلمي في التدريب والعلوم الانسانية: ط١ (الكويت، مكتبة الفلاح لنشر والتوزيع، ١٩٩٠).
- عكلة سليمان الحوري؛ مبادئ علم نفس التدريب الرياضي، ط١: (الموصل، دار ابن الأثير للطباعة والنشر، ٢٠٠٨).
- عمرو بدران: الاغتراب النفسي لدى طلاب التربية الرياضية بالمنصور: (بحث غير منشور، جامعة المنصور، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٧).
- كامل عبود حسين: بناء وتقييم قياس الاغتراب لدى بعض رياضي الالعاب الفردية والفرقية: (اطروحة دكتوراه، جامعة بغداد، كلية التربية الرياضية، ٢٠٠٨).
- م. اياد كامل شعلان، مدرب ألعاب سامر سعدون عبدالرضا الربيعي & ،مدرب ألعاب نور ماجد خليل. (٢٠٢٣). دافعية الإنجاز والثقة بالنفس وعلاقتها بمهارة التهديف للاعبين منتخب جامعة ديالى بكرة قدم صالات. مجلة علوم الرياضة. 279-288, (55)15 ,
- محمد ابراهيم محمد : فعالية برنامج نفسي - بدني على خفض مستوى الاغتراب الرياضي لدى طلاب كلية التربية الرياضية : (اطروحة دكتوراه ، جامعة حلوان ، كلية التربية الرياضية ، ١٩٩٧).

الملحق (١)

مقياس الاغتراب النفسي للرياضي

ت	الفقرات	موافق بشدة	موافق	موافق أحياناً	غير موافق	غير موافق بشدة
١.	اشعر بانعدام التواصل بيني وبين الرياضيين الاخرين.					
٢.	اكره الاختلاط بالرياضيين الاخرين.					
٣.	اشعر بالعزلة والوحدة وانا بين زملائي الرياضيين.					
٤.	لا اشعر بتواجدي مع افراد اسرتي رغم اني اعيش معهم.					
٥.	استفيد من الرياضية في تكوين علاقات اجتماعية.					
٦.	اندمج بسهولة مع زملائي الرياضيين بعد فترة انقطاع طويلة.					
٧.	اعمل على تكوين علاقات جديدة داخل الوسط الرياضي.					
٨.	واشعر بالسعادة عندما اكون مع زملائي الرياضيين.					
٩.	احب المنافسات والمهرجانات الرياضية لانها تقربني من الرياضيين.					
١٠.	اتمالك نفسي عندما يوجه لي النقد من قبل المدربين والرياضيين.					
١١.	من الصعب ان اشعر بالأمن والطمأنينة هذه الايام.					
١٢.	تمتلكني الرغبة في التمرد على القيم والمبادئ الرياضية السائدة الان.					
١٣.	التزم بتوجيهات المدرب والمسؤولين الرياضيين.					
١٤.	لا اصادق من يخالف القوانين وانظمة اللعب.					
١٥.	اروج للشائعات الرياضية في بعض الاحيان.					
١٦.	كثيراً ما تاخر عن التدريبات الرياضية.					
١٧.	أشعر دائماً بالحيوية والنشاط.					
١٨.	أؤمن بمبدأ اللامبالاة في التدريب والمنافسة.					
١٩.	اشعر بالعجز في الاعتماد على النفس في المنافسات الصعبة.					
٢٠.	يزداد ادائي قوة كلما زاده اهمية المنافسة.					
٢١.	اشعر بالعجز عن اتخاذ قرار اتجاه في بعض المواقف في التدريب والمنافسة.					
٢٢.	اتدرب بجهد عالي والفترات طويلة دون الاحساس بالتعب.					
٢٣.	أحياناً تكون تدريباتي بدون هدف.					
٢٤.	من السهل تحديد اهدافي بالتدريب.					
٢٥.	اعيش في عالم عديم الاهمية بالنسبة لي.					
٢٦.	المنافسات الرياضية هواية ممتعة لي.					
٢٧.	الا اهتم بنتيجة المنافسات التي اشارك بها.					
٢٨.	لا توجد معايير اجتماعية واضحة يمكن الاعتماد عليه في الرياضة.					
٢٩.	اشعر ان مستقبلي الرياضي غير واضح.					
٣٠.	ان الطرق الملتوية اسهل لتحقيق النجاح الرياضي.					
٣١.	افضل المنافسات التي تظهر تقوي.					
٣٢.	لدي القدرة على حسم المنافسات لصالحني.					
٣٣.	الثقافة والرياضة ليس كل شيء في الحياة.					
٣٤.	بعض المسؤولين لرياضيين والمدربين يجبرونني على الكذب لإرضائهم.					
٣٥.	استمتع بالعلاقات الجيدة مع الرياضيين الواضحين في افكارهم.					