



# Journal of Studies and Researches of Sport Education

[spo.uobasrah.edu.iq](http://spo.uobasrah.edu.iq)



## Psychological needs and their relationship to the skill of scoring in indoor football for female students

Israa Jassim Muhanna <sup>1</sup>  

Basra University of Oil and Gas <sup>1</sup>

University of Basra/ College of Physical Education and Sports Sciences <sup>2</sup>

Huthaifah Najem khazaal <sup>2</sup>  

### Article information

#### Article history:

Received 13/8/2024

Accepted 9/9/2024

Available online 15, Nov,2024

#### Keywords:

psychological needs, indoor soccer,

scoring skill, psychology

### Abstract

The aim of the research was to: identify the psychological needs of fourth-year female students, so the researchers used the descriptive approach using the survey and correlation methods as it is the most appropriate approach for the research objectives and the nature of the problem, as the research community was identified, which is represented by female students in the College of Physical Education and Sports Sciences / University of Baghdad, numbering (180) female students in the College of Physical Education and Sports Sciences for Girls / University of Baghdad, and the researchers concluded: Female students have positive psychological satisfaction due to their daily practice of sports in the college, and the recommendations were: Work on motivating female students to practice sports and provide them with the appropriate supplies and infrastructure.



website



## مجلة دراسات وبحوث التربية الرياضية

sps.uobasrah.edu.iq



### الحاجات النفسية وعلاقتها بمهارة التهديف كرة القدم للطلبات

حنيفة نجم خزعل<sup>2</sup>    
جامعة البصرة/ كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة<sup>2</sup>

أسراء جاسم مهنا<sup>1</sup>    
جامعة البصرة للنفط والغاز<sup>1</sup>

#### المخلص

هدف البحث الى : التعرف على الحاجات النفسية لدى طالبات المرحلة الرابعة ، لذا استعملت الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية كونه أكثر منهج مناسب لأهداف البحث وطبيعة المشكلة اذ تم تحديد مجتمع البحث والمتمثل طالبات في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة / جامعة بغداد والبالغ عددهن (180) طالبة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنات / جامعة بغداد ، واستنتج الباحثان: تمتلك الطالبات الاشباع النفسي بشكل إيجابي وذلك لممارستن الرياضة بشكل يومي في الكلية، وكانت التوصيات :العمل على تخفيز الطالبات على ممارسة الرياضة وتوفير المستلزمات والبنى التحتية المناسبة لهن .

#### معلومات البحث

تاريخ البحث :  
الاستلام : 2024/8/13  
القبول : 2024/9/9  
التوفر على الانترنت: 15,نوفمبر, 2024

#### الكلمات المفتاحية :

الحاجات النفسية، كرة القدم للصالات، مهارة التهديف، علم النفس

## 1. التعريف بالبحث:

### 1-1 المقدمة وأهمية البحث

يعد علم النفس من العلوم المهمة في المسار العلمي اذ انتجت العلوم الأخرى الكثير من المفاهيم والمعارف وعلم النفس لم يقل اثراً في اثناء المعرفة العلمية فيعد الان أساس متين تعتمد عليه حياة الانسان لكونه جزء أساسي من حياته الخاصة والعامه ولذلك تطورت الدراسات والأبحاث في هذا الجانب وحاولت تغطية كافة مفاصل العناوين والمحاور النفسية التي تصيب الانسان بغية تحقيق التوازن النفسي لديه. (Masoud & Shabib, 2024)

الحاجات النفسية من الأساسيات التي يجب ان يتمتع بها الفرد كونه انسان ذو مشاعر ومتطلبات متنوعة ومتعددة فالحاجات النفسية " حالة من التوتر وعدم الاتزان النفسي يشعر بها الفرد بسبب فقدان شيء معين يعتبر في نظره ضروريا لاتزانته النفسي وهذه الحالة تدفعوا الى النشاط والاستمرار فيه حتى يحصل على ما ينقصه سيعود اليه توازن وهدهه النفسي " (El-Gohary, 2006) وان الحاجة تتنوع لدى الافراد فالحاجة هي الشعور بالنقص ومحاولة اكمال هذا النقص فمنها الحاجة الى الاثارة والشبع والمرح وغيرها من الحاجات، وان الاعداد الرياضي بكافة تفاصيله يتطلب عدة مبادئ منها التدريب و التخطيط والمهارة والحالة النفسية ومنها الحاجات النفسية التي يجب ان تكون ذات استقرار لدى الافراد ومهمة المربين والدرسين هي اكتشاف هذه الحاجات ومحاولة اشباعها رياضيا ونفسياً من خلال دعمهم وتوفير المستلزمات اللازمة لهم .

تحتاج مهارة التهديد الى انتباه وتركيز كونها تتم خلال أجزاء من الثانية وهذا يحتاج الى ان يكون الفرد ذو حالة ذهنية ونفسية مستقرة ومشبعة وغير قلقة قد تؤثر سلباً على الفرد الذي يؤدي هذه المهارة فهي مهارة معقدة ومركبة الى حد ما فتستلزم العديد من المتغيرات المهارية والبدنية والنفسية لتنفيذها بشكل صحيح. (Khazal et al., 2024) ومما سبق تكمن أهمية البحث بيان أهمية الحاجات النفسية لدى الطالبات في المرحلة الرابعة الحاجات النفسية وعلاقتها بمهارة التهديد كرة القدم للصالات للطالبات وهذا لمعرفة اثره على التهديد وكذلك سيعطي للتدريسيين صورة واضحة عن الحاجات النفسية ودورها في دقة أداء المهارة.

### 1-1 مشكلة البحث :

تتمحور مشكلة البحث في مستوى اشباع الحاجات الذي قد يكون مشكلة تعرقل مهارة التهديد بشكلها الصحيح والسليم ولذلك ارتأى الباحثان الى دراسة هذا المتغير لفهم مدى ارتباطه بمهارة كرة القدم لدى الطالبات المرحلة الرابعة في التربية الرياضية للبنات / جامعة بغداد، فمعرفة ان السلوك الصحيح والاختيار الصحيح يتم من عندما يكون هناك توازن واشباع صحيح لحاجات لدى الافراد فهناك حالات تحدث بسبب اخفاق لدى الافراد في تحقيق المهام الرياضية الموكلة اليهم وحتى وان كانت سهلة وبسيطة، ولذلك صبا الباحثان اهتمامهما في دراسة هذا المتغير لبيان أهمية هذا المتغير للباحثين الاخرين.

### 4-1 اهداف البحث :

- 1- التعرف على الحاجات النفسية لدى طالبات المرحلة الرابعة -جامعة بغداد - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضية للبنات .
- 2- التعرف على مهارة التهديد بخماسي كرة القدم لدى عينة البحث .
- 3- التعرف على العلاقة بين الحاجات النفسية ومهارة التهديد بخماسي كرة القدم لدى طالبات المرحلة الرابعة .

### 4-1 مجالات البحث :

- 1-4-1 المجال البشري : طالبات كلية التربية الرياضية للبنات / جامعة بغداد للعام 2023- 2024 .

1-4-2 المجال المكاني :- القاعات والملاعب الدراسية كلية التربية الرياضية للبنات / جامعة بغداد.

1-4-3 المجال الزمني : من المدة 2023/12/15 ولغاية 2024/2/15.

3- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية

1-3 منهجية البحث:

ويقصد بالمنهج البحثي هو الطريق الذي يسلكه الباحث في حل مشكلة بحثه، لذا استعملت الباحثان المنهج الوصفي بأسلوب المسح والعلاقات الارتباطية كونه أكثر منهج مناسب لأهداف البحث وطبيعة المشكلة "فالغرض الرئيسي للمنهج الوصفي هو توصيف المتغيرات كما هي موجودة في الوقت الحاضر دون تدخل من الباحث" (Adnan, 2008)

2-2 مجتمع البحث وعينته:

2-2-1 مجتمع البحث:

تم تحديد مجتمع البحث والمتمثل طالبات كلية التربية الرياضية للبنات / جامعة بغداد والبالغ عددهن (180) طالبة المرحلة الرابعة في كلية التربية الرياضية للبنات / جامعة بغداد وتم تطبيق التجربة على عينة البحث البالغة (100) طالبة وبلغت النسبة المئوية (55.55%) من النسبة المئوية لمجتمع البحث.

2-2-2 عينة البحث:

عينة البحث "هي الجزء الاساسي المأخوذ من المجتمع الأصلي والتي تمثله بنسبة معينة عن طريقها تؤخذ البيانات المتعلقة بالبحث ذلك لغرض تعميم النتائج على المجتمع الأصلي" (Muhammad, 2003) لذا اختيرت العينة بطريقة عشوائية تمثل المجتمع تمثيلاً حقيقياً، وهم من طالبات المرحلة الرابعة ، واشتملت ( 100 ) طالبة وبنسبة (55.55% ) من مجتمع البحث البالغ (100).

2-3-3 الأدوات والوسائل والأجهزة المستعملة في البحث:

"يستند نجاح البحث في انجاز أهدافه يتوقف على عدة عوامل من أهمها الاختيار الصحيح والمناسب للأدوات والوصول على معلومات ، ولهذا فان اختيار الأدوات الملائمة يعد عملاً مهماً بالبحث العلمي" (9:ص13)، وقد استعانت الباحثان في جمعها للمعلومات بالوسائل والأدوات الأتية :

2-3-3-1 الأدوات والوسائل المستعملة في البحث:

▪ استبانة مقياس الحاجات النفسية (Hala, 2023) ، المقابلات التي قامت بها الباحثان مع ذوي الخبرة والاختصاص، المراجع والمصادر العربية والأجنبية، قرطاسية وأدوات مكتبية (أوراق وأقلام ..... الخ)، استمارات جمع البيانات وتفرغها، الحقيبة الإحصائية (SPSS)، حاسبة نوع (Cassio) يدوية، لاب توب من نوع (Acer).

2-4-4 إجراءات البحث الميدانية:

2-4-4-1 الاختبارات المستخدمة في البحث :

2-4-4-1-1 اختبار التهيف بالقمم على مستطيلات متداخلة (H. A. Muhammad & Radwan, 1982)

- الغرض من الاختبار : قياس دقة التهيف .

- الأدوات : كرات عدد (3) ، جدار أملس يرسم عليه ثلاثة مستطيلات متداخلة أبعادها : ( المستطيل الكبير 2×3 م ،

المستطيل الوسط 1,50×2.20 م المستطيل الصغير 1,40 × 1 م ، إذ تمثل الارض الجهة السفلى لكل

المستطيلات ، ويرسم أمام الجدار خط على بعد ( 10 م ) .

- وصف الأداء : يقف المختبر خلف خط البداية ( 10 م ) ثم يقوم بالتهديف بصورة متتالية نحو الجدار بالكرات الثلاث محاولاً إصابة المستطيل الكبير.

شروط الأداء : تتم بداية الاختبار من الكرة (1) وينتهي بالكرة ( 3 ) والمسافة بين كل كرة واخرى ( 30 ) سم وموضوعة بجانب بعضها كما موضح بالشكل (2) .

- طريقة التسجيل :

- تحتسب للفرد ( درجة واحدة ) إذا الكرة أصابت المستطيل الصغير.
- تحتسب للفرد ( درجتان ) إذا تمت أصابه الكرة المستطيل المتوسط.
- تحتسب للفرد ( ثلاث درجات ) إذا أصابت الكرة المستطيل الكبير.
- تحتسب للفرد ( صفر ) من الدرجات إذا تمت إصابة المحاولة خارج المستطيلات الثلاث.

2-4-2 مقياس الحاجات النفسية (Hala, 2023)

استخدمت الباحثان مقياس ( هلا كاظم ) الذي يتكون من ( 62 ) عبارة ذو سلم إجابات ثلاثية ( ينطبق، غير متأكد ، لا ينطبق) وهو من المقاييس المعتمدة على البيئية العراقية وصالح للاستخدام على عينة البحث المبحوثة .

3-4-3 التجربة الاستطلاعية:

قامت الباحثة بإجراء التجربة الاستطلاعية بتاريخ 2023/12/17 المصادف يوم الاحد وكانت الغاية من إجراء هذه التجربة هي الآتي :

- التعرف على إمكانية إجراء الاختبار والمقياس.
- التعرف على مدى ملاءمة الاختبارات مع عينة البحث .
- التعرف على الزمن المستغرق لكل اختبار.
- التعرف على قدرة وكفاية الفريق المساعد.

2-4-4 التجربة الرئيسية:

، تم تطبيق مقياس الحاجات النفسية (Hala, 2023) على عينة بحثنا وعددهن (100) طالبة خلال المدة من 2024/1/2 الى 2024/2/2 ، وبعد استرجاع (100) استمارة تمثل كل مقياس دقت الاستمارات المسترجعة للتأكد من إتباع التعليمات والتأكد أن فقرات المقاييس جميعها قد أجب عنها ، فكانت نتائج التدقيق هي عدم استبعاد أي استمارة من مجموع الاستمارات الكلية المسترجعة وذلك لاكتمال الإجابة بدقة على جميع فقرات المقاييس وبعد الانتهاء من تنفيذ التجربة الرئيسية ، قامت الباحثة بجدولة البيانات الخاصة بأفراد عينة التطبيق بعد جمعها وترتيبها تمهيدا لأجراء العمليات الإحصائية.

2-5 وسائل الإحصاء :

اعتمدت الباحثة الوسائل الإحصائية بالحقيبة ( SPSS ) الإصدار (v23) ، وبرنامج (Excel) لمعالجة البيانات الواردة في بحثها:

3- عرض النتائج البحث ومناقشتها :

3-1 عرض نتائج البحث :

## جدول (1)

الأوساط الحسابية والانحراف المعياري ومعامل الارتباك البسيط لمقياس الحاجات النفسية ومهارة التهديد

المتغيرات	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	قيمة الدلالة sig	الدلالة
المقياس	130.33	17.236	0.754	0.001	معنوي
والتهديد	4.46	1.060			

• معنوي عند درجة حرية ن-1 = (99)

## 3-1-1 مناقشة نتائج البحث :

من خلال ملاحظتنا للجدول (1) نلاحظ معنوية الارتباط بين متغيرات البحث لمقياس اشباع الحاجات النفسية ومهارة التهديد بكرة القدم لدى طالبات المرحلة الرابعة ، ويعزو الباحثان ذلك الى ان عملية الاشباع للحاجات هي عملية متعددة الجوانب فمنها اشباع الحاجات الوظيفية كالنوم والشبع من الجوع الكافي والراحة من التعب... الخ ( Mahmoud et al., 2015) وبعضها حاجات نفسية ومهنية وهذه الحاجات قد توضع لها اهداف واذا ما حققها الفرد اصبح مشبع نفسياً فالنظر الى المستقبل ووضع الأهداف والخطط المناسبة لتحقيقها تجعل صاحبها يعيش حالة من اشباع الذات الذي يجعله يشعر بشعور الاكتمال الداخلي والرضا عن نفسه وينكر (Hamed, 2012) " من أن الأهداف التي يضعها الفرد للمستقبل ومنها الاهداف الشخصية تمثل عنصراً مهماً لزيادة دافعية الإنجاز ، إذ تعد الأهداف مصادر طاقة لا تنضب تشجع للإنجاز والممارسة للأنشطة التي تحقق هذه الأهداف"

ان الانسان بطبيعته ذو نزعة اندفاعية وذو رغبة قوية في تحقيق الاثارة التي تولد في داخله كأن يحقق انجاز معين يذكر فيه ويخلد اسمه بمحل معين وتحقيق هذه الاثارة تعني تحقيق الاشباع النفسي للفرد إذ يذكر ( Osama, 2000) " يولد الإنسان ولديه كمية معينة من الحاجة إلى الإثارة ، والتي يمكن أن نعبر عنها ببساطة بالمتعة عندما يكون مستوى الإثارة منخفضاً جداً يصبح متضيقاً ويبحث عن الإثارة ... والأنشطة الرياضية تعتبر نموذجاً فريداً وخاصة بالنسبة للناشئ الرياضي لأنها تزيد من درجة الإثارة إلى المستوى الأمثل وذلك مصدر المتعة" ( Abdulrahman et al., 2020)

ان الطالبات بحكم المجتمع هن من الاناث وممارسة الرياضة تعد محصورة للذكور على نطاق واسع ولكن ممارسة الرياضة في الكلية تعد متنفس كبير لهن وفتحت الأبواب لهن لأخراج الابداع الذي يمتلكهن في الرياضة وهذا يعود الى البيئة التي وفرتها الكلية في تحقيق الاشباع النفسي للطالبات اذ كانت لهن خيارات فاشلة في تحقيق ممارستهن لرياضة كرة القدم خارج الكلية ولكن في داخل الكلية قد تحقق لهن ذلك الامر إذ يذكر (Tawfik & Suleiman, 1995) تعمل المواقف النفسية داخل بيئة الفرد وخارجها على تحفيز الفرد لبناء خبراته، لأجل أن يتعلم كيف يستخلص أفضل طريق الإشباع في أنسب مجموعة من الظروف (Rasoul & Muslim, 2019)

## 4 الاستنتاجات والتوصيات:

## 4-1 الاستنتاجات

- 1- تمتلك الطالبات الاشباع الحاجات النفسية بشكل إيجابي وذلك لممارستهن الرياضة بشكل يومي في كليتهن .
- 2- تحققت الاشباع النفسية لدى الطالبات بما تحقق لهن من فسخ المجال لممارسة الرياضة في الكلية.

3- ان اشباع الطالبات كان يدل على وجود حافز الاثارة والتشويق في ممارسة الرياضة وهذا يعني اشباع حاجة الاثارة لديهن .

#### 4-2 التوصيات:

- 1- العمل على تحقيق رغبات وحاجات الطالبات الرياضية من توفير دعم معنوي ومادي لممارسة الرياضة.
- 2- العمل على دعم الرياضة النسوية في العراق وتوفير الدعم المالي واللوجستي لهن .
- 3- نشر الوعي الثقافي المجتمعي بضرورة دعم الرياضيات من النساء من اجل النهوض بالرياضة النسوية في العراق .
- 4- العمل على انتاج برامج تثقيفية تدعم الجانب الرياضي للنساء داخل وخارج الكلية.
- 5- العمل على نشر بحوث جديدة تختص بجوانب مختلفة من اشباع الذات ومهارات اخرى.

#### شكر وتقدير

الحمد لله على اتمام نعمته وصل الله على محمد وال محمد الطيبين الطاهرين، اتقدم بالشكر الجزيل لكل شخص ساعدنا على اتمام هذا البحث من عينة البحث والفريق المساعد تمنياتنا لهم بالتوفيق.

#### تضارب المصالح

يعلن المؤلفان انه ليس هناك تضارب في المصالح

اسراء جاسم مهنا <https://orcid.org/0009-0002-1237-9508>

## References

- Abdulrahman, M. A., Ali, B. A., & Hammad, S. H. (2020). The Impact of the Use of Stairs and Hoops Exercises in the Compatibility and Speed of the Skill Performance of the Players of Ramadi Football Club for Youth. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(05).
- Adnan, A. (2008). *Scientific Research Methods, Arab Company for Marketing and Supplies* (p. 18).
- El-Gohary, A. F. M. S. (2006). *Psychological needs and their relationship to stress in deaf adolescents* [Published master's thesis]. Zagazig University.
- Hala, K. M. (2023). *Psychological needs and their relationship to social adaptation and life satisfaction among swimming practitioners in Dhi Qar Governorate* [Unpublished doctoral thesis]. Dhi Qar University.
- Hamed, S. H. (2012). *Sports Psychology* (1st ed, p. 294). no publisher.
- Khazal, H. N., Rasoul, T. H. A., & Mohammed, L. H. (2024). The effect of the self-scheduling strategy (KWL) in developing tactical knowledge and some football skill abilities for students. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(1).
- Mahmoud, M. A., FadousNamrawi, A. O., & al-Dulaimi, S. H. H. (2015). Impact exercises compromise vehicle (physical skill) in different shapes and spaces on some of the physical variables and speed performance skills of football players for applicants. *Sport Culture*, 6(2).
- Masoud, A. R., & Shabib, S. S. (2024). Evaluating the level of some psychological traits among women practicing sports activities. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 34(2). DOI: <https://doi.org/10.55998/jsrse.v34i2.512>
- Muhammad, H. A., & Radwan, M. N. al-D. (1982). *Motor performance tests* (p. 45). Dar Al-Fikr Al-Arabi.
- Muhammad, N. al-D. (2003). *Inferential Statistics in Physical Education and Sports Sciences* (1st ed, p. 17). Dar al-Fikr al-Arabi.
- Osama, K. R. (2000). *ports Psychology, Concepts – Applications* (pp. 83–84). Dar Al Fikr Al Arabi.
- Rasoul, T. H. A., & Muslim, A. (2019). Effect of Daniel's model in teaching basic skills of football halls. *Journal of Studies and Researches of Sport Education*, 58.
- Tawfik, S. K., & Suleiman, A. R. S. (1995). The relationship between the source of control and the ability to make decisions. *Journal of the Center for Educational Research at Qatar University*, 4(8).

## ملحق (1)

## مقياس الحاجات النفسية

ت	الفقرات	ينطبق	غير متأكد	لا ينطبق
1.	أعالمي الآخرين بود واحترام .			
2.	أسعى أن تكون محبوباً من قبل زميلاتي.			
3.	أحب مساعدة الآخرين.			
4.	أتمنى الخير للآخرين .			
5.	أشعر بالسعادة عند الاختلاط مع الآخرين .			
6.	أشارك زميلاتي بأي نشاط .			
7.	أشارك أصدقائي أفراحهم واحزنهم .			
8.	لا أملك علاقات قوية مع الآخرين .			
9.	أقضي وقت فراغي مع اهلي وصديقاتي .			
10.	أشعر بالسرور عندما تفتقني صديقاتي .			
11.	أتواجد مع زميلاتي عند الحاجة .			
12.	لا أرغب أن يشاركني الآخرين بالرأي .			
13.	أساهم في أسعاد الآخرين .			
14.	التقي بزميلاتي عند الشعور بالاكئاب .			
15.	أرغب في كسب حب الآخرين .			
16.	أشعر بالثقة بمن حولي .			
17.	أرغب في السيطرة على تفاعلاتي .			
18.	أسعى الى القضاء على سلوكياتي العدوانية .			
19.	أفضل الهدوء والراحة.			
20.	لا أملك القدرة على مواجهة المخاطر.			
21.	أشعر بالطمأنينة بالتعامل مع الآخرين .			
22.	أحصل على الدعم والمساندة من زميلاتي.			
23.	أشعر ان حياتي في خطر .			
24.	أسعى بان لا اكون عبأ على الآخرين .			
25.	لا أخرج بمفردتي احيانا .			
26.	أشعر بالخوف من المجهول .			
27.	أسعى ان اكون من الاشخاص الذين نومهم مستقر .			
28.	لا اريد ان اكون مظلوما في الحياة.			
29.	أشعر بالاهمال وعدم الاهتمام بي .			
30.	أخوف من فقدان شخص قريب .			

			31. أشعر بالاستقرار في حياتي .
			32. أرغب في تحقيق اهدافي .
			33. أرغب في الحصول على مكانة مرموقة .
			34. أشعر بالرضا على شخصيتي .
			35. أحزن عندما يقلل الاخرين من شأنني .
			36. أومن بامكانياتي وقدراتي.
			37. أشعر بعدم الاحترام من قبل الاخرين.
			38. أحرص على أن اكون شخصية مؤثرة بمن يحيط بي.
			39. أشعر بالسهولة في انجاز اعمالي.
			40. اجد القدرة على الاقتناع .
			41. أشعر بقيمتي ومكانتي وسط الاخرين .
			42. امتلك القدرة على مناقشة الاخرين.
			43. لا اشعر بالنقص ابدا.
			44. دائما يستمع الاخرين لحديثي .
			45. يسعني أن اكون امرأ مفيد في المجتمع .
			46. اقدم اعمال مفيدة للاخرين .
			47. أشعر ان رأيي صائب في كل الامور .
			48. أنجز واجباتي بأسرع وقت.
			49. أستغل وقت فراغي في أنجاز اعمالي .
			50. أمتلك طموح عالي .
			51. أسعى أن اكون شخصا مهما في المستقبل .
			52. اشارك في أي عمل يرفع من مستواي ومكانتي في المجتمع .
			53. أبذل جهدي للحصول على مراكز متقدمة .
			54. اعمل بجد دون ملل .
			55. اكون سعيدة عندما أنجز واجباتي .
			56. أضع أهدافي بدقة وسهولة .
			57. احب التنافس مع الاخرين.
			58. أرغب بالتفوق على الاخرين.
			59. أستطيع أن احقق اعلى المستويات .
			60. امتلك القدرة على انجاز العمل مهما كانت صعوبته .
			61. أرغب في تحقيق ما لا يقدر على تحقيقه الاخرين .
			62. اسعى للحصول على أكثر مما حصلت عليه .