

## الاغتراب النفسي وعلاقته بتعلم فعالية القفز العالي في الساحة والميدان

أ.م.د. شيماء علي خميس  
أ.م.د. علياء حسين دحام  
جامعة بابل / كلية التربية الرياضية

### الملخص

يتكون البحث من خمسة أبواب حيث الباب الاول يمثل التعريف بالبحث ومنه تناولت الباحثتان مقدمة البحث وأهميته التي تضمنت الاهمية النظرية وما ينتجة البحث من الاضافة المعرفية النظرية حول مفهوم الاغتراب النفسي وتأثير ذلك في عملية تعلم فعالية القفز العالي في الساحة والميدان اما الاهمية التطبيقية فستتوضح من خلال اعداد مقياس الاغتراب النفسي لدى طلاب المرحلة الأولى في كلية التربية الرياضية اما مشكلة البحث فكانت في التعرف على مدى امتلاك العينة للاغتراب النفسي وتأثير ذلك في عملية تعلم فعالية القفز العالي أما هدف البحث فقد تضمن أولاً اعداد مقياس الاغتراب النفسي لدى طلاب المرحلة الاولى بكلية التربية الرياضية /جامعة بابل وثانيا التعرف على مستوى الاغتراب النفسي لدى عينة البحث وثالثا التعرف على الفروق في ظاهرة الاغتراب النفسي بين الذكور والاناث وبعد ذلك تم تحديد فرض البحث في وجود فروق ذات دلالة احصائية في ظاهرة الاغتراب النفسي لعينة البحث وتبعاً لمتغير الجنس وبعد ذلك حددت الباحثتان المجالات الخاصة بالبحث .

اما الباب الثاني فقد تضمن الدراسات النظرية الخاصة بمتغيرات البحث والنظريات ذات العلاقة بذلك . ثم استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي في المقارنات لمجتمع البحث وعينته وتم خلال هذه المرحلة اعداد المقياس واجراء العمليات الاحصائية ثم بعد ذلك في الباب الرابع تم التعرف على مدى امتلاك العينة لمستوى الاغتراب النفسي ومعرفة مدى تأثير ذلك على تعلم فعالية القفز العالي وايجاد الفروق بين الجنسين اما في الباب الخامس فقد استنتجت الباحثتان امتلاك العينة لظاهرة الاغتراب النفسي بدرجة مرتفعة كما وجد ان هناك فروق بين الجنسين ولصالح الاناث لذا فقد اوصت الباحثتان بضرورة الاهتمام بتوجيه الطلبة بأداء تمارين الاحماء بصورة جيدة قبل البدء باداء أي مهارة حيث يهيء هذا الامر مفاصل الجسم للعمل بدون حدوث اصابات وابعاد التردد والخوف لديهم لاجل الاداء بثقة تامة .

### 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 متأثراً 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 تواجهه الطالب والطالبة نتيجة لعدم الشعور بالامن النفسي والطمأنينة اضافة الى الشعور بالوحدة والعزلة مما يؤدي الى قلة التوجه نحو التعلم وقلة الاتصال بالطالبة الأخرين وهذا يؤدي الى الأعباط 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 الاغتراب 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 ١٥/١٢/٢٠١١ ولغاية ٢٥/٣/٢٠١٢ .

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

## ١- 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 الاخرين 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 " <sup>١</sup> .

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 وبالاخرين والتي تصله بالمجتمع والمستحدثات التكنولوجية والاجتماعية المبتكرة . <sup>٢</sup> 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 ( سكرن ) .

• نظرية التحليل النفسي لفرويد :-

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 . <sup>٣</sup> 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 . <sup>٤</sup>

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

<sup>٢</sup> جواد محمود الشيخ . الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب كلية الجامعات الفلسطينية ، رسالة ماجستير ، جامعة

<sup>٣</sup> السيد علي الشتا . نظرية الاغتراب ، الرياض ، دار عالم الكتب للنشر والتوزيع ، ١٩٨٤ ، ص ٣٦ .

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

## 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 .<sup>٥</sup> 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 .<sup>٦</sup>

## ٢-٤ فعالية القفز العالي :-

أدى التقدم التكنولوجي في هذا العصر الى معرفة أسباب الخطأ والصواب في الاداء الفني ويطرائق 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 بدل على نوع خاص من الاساليب والحلول والاجراءات والأسس والخبرات الحركية التي تؤدي بأقل جهد من جانب الحركة الاقتصادية وزيادة التكامل .<sup>٧</sup>

## ٣ -منهج البحث واجراءاته الميدانية :-

## ٣-١ منهج البحث :-

استخدمت الباحثتان المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة مشكلة البحث واهدافه .

## ٣-٢ مجتمع وعينة البحث :-

<sup>٥</sup> جواد محمد الشيخ . مصدر سبق ذكره ، ص ٣٦ .

<sup>٦</sup> السيد علي الشتا . مصدر سبق ذكره ، ص ٥٠ .

<sup>٧</sup> قاسم حسن حسين ، ايمان شاكر محمود : الأسس الميكانيكية والتحليلية والفنية في فعاليات الميدان والمضمار ، ط ١ ، عمان ، دار الفكر العربي ، ٢٠٠٠ ، ص ٢٦٠ .

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 ( Del ) .

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 )<sup>٨</sup> والذي يتألف من (

٤٨ ) فقرة حيث يجب عنها المختبر أو المختبرة وقد عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين<sup>٩</sup>

وقد ابدوا رأيهم في ملائمته مع اجراء بعض التغيرات الطفيفة وظهر بصورته النهائية كما في الملحق ( ١ ) .

٣-٤-٢ التجربة الاستطلاعية :-

<sup>٨</sup> كامل عبود حسين . مصدر سبق ذكره .

<sup>٩</sup> السادة الخبراء هم :

١- أ.د.محمد جاسم الياسري

٢- أ.د. فاهم الطريحي

٣- أ.د. ياسين علوان

٤- أ.م.د. حسين ربيع

٥- أ.م.د.حيدر عبد الرضا

كلية التربية الرياضية / جامعة بابل ( اختصاص ) اختبار وقياس .

كلية التربية للعلوم النفسية / جامعة بابل ( اختصاص ) اختبار وقياس .

كلية التربية الرياضية/ جامعة بابل ( اختصاص ) علم النفس الرياضي .

كلية التربية للعلوم النفسية / جامعة بابل ( اختصاص ) علم النفس التربوي .

كلية التربية الرياضية / جامعة بابل ( اختصاص ) اختبار وقياس .

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 ) ويقيم حسب التتابع ( ٥،٤،٣،٢،١) لل فقرات السلبية والعكس للايجابية .

٣-٤-٤ حساب الدرجة الكلية :-

بما ان مقياس الاغتراب النفسي يتكون من ( ٤٨ ) فقرة فإن أعلى درجة للاجابة ستكون ( ٢٤٠ ) وأدنى درجة هي ( ٤٨ ) والوسط الحسابي بلغ ( ١٣٧,٥٦ ) 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 وضع لقياسه ولا يقيس شيئاً آخر" <sup>١٠</sup> .

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 وبالغاة ( 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 ) .

٤ عرض النتائج ومناقشتها :-

١-٤ 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 .

<sup>١٠</sup> مصطفى باهي . المعاملات العلمية بين النظرية والتطبيق ، ط١ ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر ، ١٩٩٩ ، ص٢٧ .

جدول ( ٢ )

يبين العلاقة بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لمتغير الاغتراب النفسي

الدلالة	قيمة T		درجة الحرية	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	عدد العينة	الجنس
	المحسوبة	الجدولية						
معنوي	١,٩٨	٢,٥٦	١٧٣	١٤٤	٧,٤٥	١٤٦,١٢	١٧٤	ذكور
معنوي	٢,٠٦	٢,٦١	٢٥	١٤٤	٨,١٤	١٥١,٥٦	٢٦	اناث
							٢٠٠	المجموع

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 .

٤-٢ 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	١٣٣,٦٧	٦,٥٦	١٣٤,٢٣	٧,١٢	١,٦٦	معنوي
-٢	التمرد	١٤٢,٨٩	٦,٩٠	١٤٤,١٢	٧,٨١	٢,٨٩	غير معنوي
-٣	العجز	١٤١,٧٧	٦,١٠	١٤٨,٨٦	٨,٣٣	٢,٧١	غير معنوي
-٤	اللاهدف	١٣٩,٨٠	٦,١٢	١٤١,٣٤	٧,٤٥	٢,٦٠	غير معنوي
-٥	اللامعيارية	١٤٢	٦,٢٣	١٤٧,٢٣	٦,٧٨	٢,٨٣	غير معنوي
-٦	الاغتراب الثقافي	١٣٤	٦,١٨	١٣٩	٦,٨٩	٢,٣١	غير 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 والسبب في ذلك لوجود تردد مسبق من الفشل في اداء الفعالية .

٥-٢ 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 واتفان 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 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	
					التزم بتوجيهات مدرسي والمسؤولين الرياضيين	١٣
					لا أصادق من يخالف قوانين وأنظمة اللعب	١٤
					أروج للشائعات الرياضية في بعض الأحيان	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
					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 الأهمية 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 أشترك فيها	٣٤
				لا توجد معايير اجتماعية واضحة يمكن الاعتماد عليها في الرياضة	٣٥
				أصبحت الحياة الرياضية التي تسودها الماديات هي التي توجه اللاعبين	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 اداء المهارة الصعبة	٤٢
				أفضل المنافسات التي تظهر تفوقي	٤٣
				لدي القدرة على حسم المنافسة لصالحني	٤٤
				الثقافة الرياضية التي يكتسبها الطلبة تعمل على حل المشاكل الاجتماعية	٤٥
				الثقافة والرياضة ليس كل شيء في الحياة	٤٦
				بعض المسؤولين الرياضيين والمدربين يجبروني على الكذب لارضائهم	٤٧

					استمتع بالعلاقات الجيدة مع الطلبة الواضحين في أفكارهم	٤٨
--	--	--	--	--	--	----

### Summary of research

#### Psychological alienation RELATION skill learning the high jump arena and the field

The research consists of five sections where the door first is a definition of research and it took researchers provided the research and its importance, which included important theoretical and produced by the research added cognitive theory on the concept of alienation and psychological impact on the learning process, the effectiveness of the high jump in track and field The importance of applied Vsttodh through the preparation of measure of alienation psychological undergraduates in the Faculty of Physical Education The research problem was to identify the extent to which the sample of alienation and psychological impact on the learning process, the effectiveness of the high jump The objective of this research has included first the preparation of a measure of alienation psychological among students in the first phase of the Faculty of Physical Education / University of Babylon and secondly to identify the level of alienation psychological research sample and thirdly to identify differences in the phenomenon of alienation psychological between males and females and then were selected hypothesizes the existence of statistically significant differences in the phenomenon of alienation psychological research sample and depending on the variable sex and then identified the researchers areas of research. The second section has included theoretical studies of the compression of the research and theories related to it. Then used a much more descriptive approach in comparison to the research community and appointed During this stage the preparation of standard and conduct statistical operations and then in Part IV have been identified over the possession of the sample to the level of alienation and psychological knowledge of its impact on learning effectiveness of the high jump and find the differences between the sexes either in the door V has concluded researchers acquire the sample of the phenomenon of alienation psychological highly also found that there are differences between the sexes in favor of females has therefore recommended that researchers need to take care under the guidance of students to perform exercises to warm up well before starting the performance of any skill where prepares it joints of the body to work without the occurrence of injuries and the dimensions of frequency and the fear they have to order performance with complete confidence.

