بناء وتطبيق مقياس الاتزان الانفعالي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في محافظة القادسية

م .د حسين رشيد غياض مديرية تربية القادسية

استلام البحث : ٢٠١٦/١٢/١٣

قبول البحث : ٢٠١٧/١/٢٩

مستخلص البحث

تطرق البحث الى مفهوم الاتزان الانفعالي حيث يعد احد الموضوعات التي لها فاعلية وأثر كبير وأساسي في ديمومة الحياة واستمرارها بالشكل الذي يضمن تحقيق تطورها نحو الأفضل ولازال الاهتمام واضحاً ومستمراً لمعرفة ماهية مفهوم الاتزان الانفعالي وخصائصه والعوامل المؤثرة فيه سلباً أو إيجاباً وما ينتج عنها من آثار على شخصية الفرد. وتكمن أهمية البحث هذا في بناء وتطبيق أداة لقياس الاتزان الانفعالي تساعد في التعرف على تحديد وتقييم نسبة الاتزان الانفعالي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية وما يزيد من أهمية هذا البحث هو محاولة الباحث في التعرف على الفروق الإحصائية للاتزان الانفعالي وفق متغير(الجنس) ، وتكمن مشكلة البحث في عدم وجود أداة لقياس الاتزان الانفعالي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في محافظة القادسية لذا أرتأى الباحث بناء وتطبيق مقياس الاتزان الانفعالي يساهم في التعرف على كل من المستوى والفروق في الاتزان الانفعالي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في محافظة القادسية .

الكلمات المفتاحية : الاتزان ، الانفعال ، معلم التربية الرياضية

Build and apply the balance to the emotional scale teachers of Physical Education in Al-Qadisiyah province

Dr. Hussein Rashid Ghayad

Abstract

Turning research into the concept of the balance of emotional where he is one of the topics that have the effectiveness of a large and fundamental impact on the sustainability of life and continuity that will ensure the achievement of development for the better and is still interest in a clear and continuing to learn what the concept of equilibrium and emotional characteristics and factors affecting it negatively or positively and the resulting effects on personal Alferd.otkmen importance of this research in the construction and application of a tool to measure the balance of emotional help in identifying the identification and evaluation of the proportion of poise emotional among teachers of physical education and increases the importance of this research is to try researcher to identify statistical differences of poise emotional according to a variable (sex), and lies the research problem in the lack of a tool to measure the balance of emotional among teachers of physical education in Al-Qadisiyah province therefore felt researcher build and apply equilibrium emotional scale contributes to the identification of both the level and the differences in the balance of emotional among teachers of physical education in Al-Qadisiyah province.

١- المقدمة:

مفهوم الاتزان الانفعالي احد الموضوعات التي لها فاعلية وأثر كبير وأساسي في ديمومة الحياة واستمرارها بالشكل الذي يضمن تحقيق تطورها نحو الأفضل ولازال الاهتمام واضحاً ومستمراً لمعرفة ماهية مفهوم الاتزان الانفعالي وخصائصه والعوامل المؤثرة فيه سلباً أو إيجاباً وما ينتج عنها من آثار على شخصية الفرد، وأن المتتبع لمفهوم الاتزان الانفعالي في نظريات علم النفس يجد أن جميع النظريات قديمها وحديثها اهتمت اهتماماً كبيراً بهذا المفهوم سواء كان على مستوى السمة أو على مستوى البعد والنظرية الوجودية تعتقد أن دراسة الانفعال هو الطريق الوحيد الذي يمكن من خلاله الوصول إلى حقيقة الإنسان وترى ان الشخص الأصيل (الشخص المتزن) متكامل بشكل جيد وهو قادر على اختيار سلوكه في أي وقت وقادر على تحمل مسؤولية أفعاله والقرارات التي يتخذها وقادر على إيجاد معنى للحياة كما أن توجهه الأساسي نحو المستقبل وبكل ما يرتبط به من مجهول أو عدم يقين وهذا المجهول يقوده إلى فكرة القلق لكنه يتقبل هذا القلق كضرورة لاستمرار الحياة وهذا القبول يأتي من خلال الشجاعة التي يبديها الفرد في مواجهة مستقبله كما أن الشخص الأصيل (المتزن) يبدي قدره على إقامة علاقات حميمية وصادقة قائمة على الحب المتبادل والتعبير الأصيل عنها . (سيدني ، ١٩٨٨ :٣٦)

ولأن الكثير من نظريات علم النفس أجمعت على ان الاتزان الانفعالي يتأثر بالعوامل البيئية فأن الأحداث والظروف الصعبة التي يمر بها معلم التربية الرياضية ومنها الاهمال الواضح لدروس التربية الرياضية من المؤسسة التربوية، وتنوع مصادر المعرفة التي ترفد المعلمين بالتطور الحاصل في حركة الفعاليات والانشطة الرياضية مما يولد حالة من التذمر لدى المتعلم وعبئ على المعلم في كيفية الاقناع بما موجود وما يرى ، وكذلك الضغوط الحياتية المتنوعة وانعكاساتها السلبية ، وكذلك الخصائص الشخصية وتوقعات الكفاءة الذاتية للمعلم والمتعلم ، وكذلك عملية التعليم التي تتعامل مع اطياف بشرية غير متجانسة وذات فروق فردية واتجاهات وميول ونفسيات متباينة يجعل من ضبطها والسيطرة عليها امرا لا يخلو من الصعوبة ، هذا ينبئ ان هناك عددا من المشاكل سواء كانت ادارية او تعليمية او اجتماعية، التي تشكل تأثيراً سلبياً على صحة الفرد النفسية واتزانه الانفعالي ، ومما لاشك فيه ان للانفعالات تأثيراً كبيراً على عملية التعليم والتي ارتبطت بشخصية المعلم باعتباره احد اركان العملية التعليمية ، اذ يتطلب بناء شخصيته وفق أسس علمية وصحية وذو شخصية تتسم بالاتزان الانفعالي ، مما دفع الباحث الى التفكير في قياس سمة الاتزان الانفعالي لمعلمي ومعلمات التربية الرياضية .

وتكمن مشكلة البحث في عدم وجود أداة لقياس الاتزان الانفعالي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في محافظة القادسية لذا أرتأى الباحث بناء وتطبيق مقياس الاتزان الانفعالي يساهم في التعرف على كل من المستوى والفروق في الاتزان الانفعالي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في محافظة القادسية .

٢- الغرض من الدراسة : ان الغرض من البحث هذا هو بناء وتطبيق أداة لقياس الاتزان الانفعالي تساعد في التعرف على تحديد وتقييم نسبة الاتزان الانفعالي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية وما يزيد من أهمية هذا البحث هو محاولة الباحث في التعرف على الفروق الإحصائية للاتزان الانفعالي وفق متغير(الجنس) وللبحث الحالي أهمية لكونه يبحث في موضوع قياس الاتزان الانفعالي وفق مفاهيم النظرية الوجودية في الشخصية تحاول قياس سمة الاتزان الانفعالي لشريحة مهمة من شرائح المجتمع وهي(شريحة معلمي التربية الرياضية) على حد علم الباحث كما أن هذا البحث يعكس الاهتمام بمفهوم القياس النفسي الذي يهتم بالجوانب الانفعالية من السلوك والذي مهمته تشخيص متغيرات السلوك لأفراد مجتمع البحث لاكتشاف ما تحقق من الاهداف التربوية لديهم نتيجة تعرضهم للعوامل البيئية والأحداث والظروف الصعبة التي يمر بها معلم التربية الرياضية خلال ممارسته لمهنته وهذا ما دفع الباحث بالشروع ببناء مقياس الاتزان الانفعالي مستنداً على النظرية

الوجودية كإطار نظري للبحث مساهمة منه في رفد المكتبة العراقية في هذا الموضوع والذي يمكن الانطلاق منه إلى ابحاث اخرى للكشف عن المشكلات التي يعاني منها معلمي التربية الرياضية في بيئتهم المدرسية والتي قد تكون لها علاقة وثيقة بالاتزان الانفعالي لهم .

النظريـــة المعتمـــدة (النظرية الوجودية): فتعني ذلك الاسلوب او الطريقة في التفلسف وهي تختلف عن غيرها من حيث انها تبدأ بالانسان فهي فلسفة عن الذات اكثر من كونها فلسفة عن الموضوع والذات عند الوجودية هي الموجود البشري في نطاق تواجده الكامل والموجود البشري هو الذات المفكرة والفاعلة او المبادرة والتي هي مركز للشعور والوجدان والوجودية بهذا المعنى تعد متعارضة مع الفلسفات الاخرى التي اتبعت الاسلوب العقلي المجرد ويصرح ميجل (Miguel) بأن الفلسفة هي نتاج كل فيلسوف ولو تركناه يفعل ما يريد لتفلسف لا بعقله فقط وانما بمشاعره . (ماكوري ، ١٩٨٢ : ١٢)

بعض مفاهيم النظرية الوجودية: القلق : والقلق يرتبط بشعور الفرد بحريته ومسؤوليته اتجاه الوجود ومن ثم خطيئته كما أن قلق الفرد تصاحبه حالة التعلق اثناء اختياراته وهي التعلق بين امكاناته المختلفة ويدرك الفرد انه قدرة قادرة على الفعل نتيجة نمو مستقبل مجهول او مستقبل يتسم بالعدم ليحيله الى وجود (مصطفى ، ١٩٨٠ : ٢٤) والقلق ليس شعوراً غير مرغوب فيه بل هو حالة تحفيز وإثارة للفرد لجعله قادر على توقع الاحداث والمخاطر مما يجعله قادراً على النمو والتطور السليم ويرى مي (May) أن القلق ما هو الا استجابة اساسية للوجود البشري اتجاه الخطر الذي يهدد وجوده ويظهر ذلك كلما حاول الفرد أن يختار قراراً او يحاول ادراك نفسه وامكاناته من اجل توظيفها في عملية تطوره ورقيه الى مستوى جديد. (الشمري ، ٢٠٠١ : ٣٢)

التعبير عن الانفعالات : يميز الوجوديون بين الانفعالات السلبية والانفعالات الايجابية كما انهم اشاروا إلى الاسلوب الذي يجب أن يتبعه الفرد في التعامل أو التعبير عن كل منهما والانفعالات السلبية التي يدخل ضمنها الخوف ، الغضب ، الكراهية والاشمئزاز وما شابه فأنها تكشف من مواقف لا يكون الفرد راضياً أو منتمياً لها اما الانفعالات الايجابية مثل الحب ، الفرح وما شابه ذلك تكشف عن انتماء الفرد لها وقبوله لها.(ماكوري ، ١٩٨٢ :٢٣٧)

الوجود مع الآخرين : هناك إهتماماً اخراً له في الجانب الجمعي في وجود الانسان والجماعة تمثل عنصراً مهماً وجوهرياً في تكوين الموجود البشري فمن الممكن اثباته مثلاً أن هناك خاصيتين اساسيتين من خصائص الوجود البشري يمكن من خلالها اثبات دور الجماعة في حياة الفرد وهما :

أولاً : الخاصية الجنسية : التي تؤكد أهمية وحتمية وجود الآخرين فبالرغم من أن الجسم يحتوي على عدة أجهزة مثل الجهاز الهضمي والتنفسي والعصبي ... الخ فأن لديه نصف جهاز للتناسل لا يكتمل بدون جهاز تناسلي في جسم شخص من الجنس الآخر .

ثانياً : الخاصية اللغوية : فمن الوظائف الاساسية لها هو الاتصـــال بيـــن الناس(ماكوري ، ١٩٨٢ : ١٤٩–١٥١) .

معلم التربية الرياضية : "تحتل التربية الرياضية مكاناً بارزاً ومتميزاً في البرامج المدرسية فهي حركية في مظهرها ووجدانية واجتماعية ونفسية وخلقية في اهدافها وعلاقاتها وعملية تدريس التربية الرياضية رغم سهولتها الظاهرية الا انها تحتوي على كم هائل من التعقيدات حيث ان التدريس يتعامل مع اطياف بشرية غير متجانسة وذات فروق فردية واتجاهات وميول ونفسيات متباينة يجعل من ضبطها والسيطرة عليها امراً لا يخلو من الصعوبة " (عبد الكريم ، ٢٠٠٦ : ٥) .

٣– الطريقة والإجراءات :

استخدم الباحث المنهج الوصفي بأسلوب الدراسات المسحية حيث أن جميع البحوث العلمية تلجأ إلى اختيار المنهج الملائم لحل مشكلة ما "فالبحث الوصفي بطبيعته يتلائم بدرجة كبيرة لمواجهة المشاكل بشكل واسع ، وانه

غالبا ما يستعمل كأجراء أولي من اجل فتح مجالات جديدة للدراسة" . (سلامة ، ١٩٨٠ :٤٩) .

٣-١مجتمع البحث: تكَّون مجتمع البحث من جميع معلمي ومعلمات التربية الرياضية في محافظة القادسية المنتظمين بالدوام الرسمي للعام الدراسي (٢٠١٦-٢٠١٧) والبالغ عددهم (٧٨٣) معلم ومعلمة للتربية الرياضية وبواقع(٥١٠) معلماً و(٢٧٣) معلمةً حسب احصائية مديرية الاشراف التربوي في المديرية العامة لتربية القادسية

٣-٢ عينات البحث :

عينة التجربة الاستطلاعية : تم اختيار عينة التجربة الاستطلاعية لعدد من معلمي ومعلمات التربية الرياضية قوامها (٤٠) معلم ومعلمة من مجتمع البحث من غير عينة البحث وبالطريقة العشوائية.

عينة البناء والتطبيق: ان اختيار العينة يجب ان تكون ممثلة للمجتمع الاصلي ويجب "ان يتوافر في هذه العينة شرط رئيسي هو امكانية تعميم نتائجها على المجموعة التي اخذت منها" (النجيحي ، مرسي ، ١٩٨٣ :١٠٢) وقد تم اختيار عينة البحث بنسبة (٥١%) من مجتمع البحث البالغ (٧٨٣) معلم ومعلمة ، وتبعاً لذلك فقد بلغ عدد العينة (٤٠٠) معلم ومعلمة للتربية الرياضية وبواقع (٢٦٠) معلماً وهو ما يشكل نسبة (٦٥%) من عينة البحث في مقابل (١٤٠) معلمة وهو ما يشكل نسبة مقدارها (٣٥%) من عينة البحث تم اختيارهم بالطريقة الطبقية العشوائية و بالاسلوب المتناسب ، علماً ان عينة البناء تم اعتمادها كعينة للتطبيق .

٣-٣ إجراءات البحث الرئيسية : لتحقيق اهداف البحث اتبع الباحث الخطوات الآتية:

١- الغرض من بناء المقياس: والغرض من البحث الحالي هو بناء وتطبيق مقياس للاتزان الانفعالي ليسهم في تحديد وتقييم الاتزان الانفعالي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في محافظة القادسية.

٢- تحديد الظاهرة المطلوب قياسها: أن الظاهرة التي يهدف البحث إلى قياسها هي الاتزان الانفعالي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية في محافظة القادسية .

٣- تحديد الأطار النظري للظاهرة المراد قياسها : لغرض تحديد الاطار النظري للاتزان الانفعالي، قام الباحث بالاطلاع على مجموعة من الادبيات والدراسات السابقة التي تناولت هذا المفهوم والنظريات المفسرة له وقد اعتمد الباحث على النظرية الوجودية في تحديد مجالات الاتزان الانفعالي لكونها اكثر واقعية وشمول ووضوح وقد وضحت النظرية ثلاثة مجالات هي: التعبير الأصيل عن الإنفعالات ، الوجود الأصيل مع الآخرين ، الشجاعة في مواجهة المستقبل .

٤- تحديد الصلاحية لمجالات الاتزان الانفعالي : من اجل التعرف على صلاحية مجالات الاتزان الانفعالي ، لجا الباحث الى عرض المجالات في استمارة استبيان مع التعريف الاجرائي لكل مجال على مجموعة من الخبراء في علم النفس التربوي والرياضي لبيان صلاحياتها.

٥- أعداد الصيغة الاولية لمقياس الاتزان الانفعالي : بعد الاطلاع على المقاييس النفسية التي تم بناؤها فيهذا المجال تمكن الباحث من جمع عدد من الفقرات وبعد استبعاد الفقرات المتشابهة وغير الواضحة فقد بلغ عدد الفقرات(٦٠) فقرة(الملحق ١) ، وتم عرضها على الخبراء في علم النفس التربوي والرياضي والاختبار والقياس، وباسترجاع

الباحث لاستمارات الاستبانة من السادة الخبراء قام بجمع البيانات وتفريغها حيث تم استخدام اختبار (كا^{2}) للتعرف على الفقرات الصالحة وقد أظهرت النتائج صلاحية جميع الفقرات والجدول(١) يبين ذلك.

الجدول (١) يبين صلاحية فقرات مقياس الاتزان الانفعالي

ت	ارقام الفقرات في المقياس	عدد الفقرات	عدد الخبراء				قيمة كا٢		الدلالة
			موافقون	النسبة المئوية	غير موافقون	النسبة المئوية	المحسوبة	الجدولية	
١	١-٨-١٤-١٦-١٨-٢٢-٢٥-٢٧-٣١-٣٦-٤١-٤٨-٥٢-٥٧	١٤	١٦	%١٠٠	٠	%٠	١٦	٣,٨٤	دالة
٢	٣-٩-١٠-١٧-٢١-٢٤-٣٠-٣٥-٤٠-٤٢-٤٧-٥٣-٥٨	١٣	١٥	%٩٣,٧٥	١	%٦,٢٥	١٢,٢٥		دالة
٣	٥-١٣-١٩-٢٣-٢٦-٢٩-٣٤-٣٩-٤٣-٤٦-٤٩-٥٤-٥٩	١٣	١٤	%٨٧,٥	٢	%١٢,٥	٩		دالة
٤	٤-٧-١٢-٢٨-٣٢-٣٧-٤٤-٥٠-٥٥-٦٠	١٠	١٣	%٨١,٢٥	٣	%١٨,٧٥	٦,٢٥		دالة
٥	٢-٦-١١-١٥-٢٠-٣٣-٣٨-٤٥-٥١-٥٦	١٠	١٢	%٧٥	٤	%٢٥	٤		دالة

قيمة (كا^{٢}) الجدولية ٣،٨٤ عند درجة حرية (ن-١) = ٢-١ = ١ ومستوى دلالة (٠,٠٥)

٦- **اعداد مقياس الاتزان الانفعالي:** بعد ان اظهرت النتائج صلاحية جميع الفقرات من قبل السادة الخبراء والمختصين اعيد توزيع الفقرات على استمارة المقياس بصورة عشوائية في استمارة جديدة ، اذ ان المقياس تكون من(٦٠) فقرة موزعة على مجالات الاتزان الانفعالي الثلاثة والجدول (٢) يبين ذلك .

الجدول (٢) يبين نوع المجالات وعدد فقراتها وترتيبها واتجاهها

ت	المجال	عدد الفقرات	ارقام الفقرات	
			الايجابية	السلبية
١	التعبير الأصيل عن الإنفعالات	١٦	١،٤،٧،١٩،٢٢، ٣٧، ٢٥، ٣١، ٣٤، ٤٠،٤٦	١٠، ١٣،١٦، ٤٣، ٢٨

٢	الوجود الأصيل مع الآخرين	١٩	٢، ٥، ٨، ١٧،٢٠، ٢٣، ٢٦، ٢٩، ٣٥، ٣٨، ٤١، ٤٧،٤٩،٥١	١١، ١٤، ٣٢، ٥٣، ٤٤
٣	الشجاعة في مواجهة المستقبل	٢٥	٣، ٦، ٩ ، ١٨، ٢١، ٢٤، ٣٣، ٣٦، ٤٥، ٣٠،٥٩،٥٨،٥٧،٥٦،٥٤،٥٢،٥٠، ٣٩، ٤٢، ٤٨	١٢،١٥، ٢٧، ٦٠، ٥٥

٧- **إعداد تعليمات مقياس الاتزان الانفعالي :** توضح تعليمات المقياس قبل البدء بتطبيقه على عينة البحث مع ملاحظة أن تتسم هذه التعليمات وشروط تنفيذ الاختبار بالوضوح والسهولة والموضوعية حتى يمكن الالتزام بها من دون حدوث أي اختلافات يمكن أن تؤثر على نتائج الاختبار .

٨- **مفاتيح تصحيح مقياس الاتزان الانفعالي :** تعد خطوة حساب الدرجة التي يتم الحصول عليها من قبل كل فرد من أفراد عينة البحث على المقياس من الخطوات المهمة وتعتمد الدرجة على طريقة بناء الفقرات وعدد بدائل الإجابة ، وبعد موافقة السادة الخبراء على بدائل الإجابة المصاغة أحيانا على وفق أنموذج ليكرت (Likart) وبمدرج خماسي هي (ينطبق علي كثيراً جداً، ينطبق علي كثيراً، ينطبق علي بدرجة متوسطة ، ينطبق علي قليلاً ، لا ينطبق علي إطلاقاً) . وقد أعطيت بدائل الإجابة الدرجات (٥، ٤ ، ٣ ، ٢ ،١) للفقرات الايجابية ، وبالعكس(١، ٢ ، ٣ ، ٤ ،٥) للفقرات السلبية على التوالي

٩- **التجربة الاستطلاعية لمقياس الاتزان الانفعالي :** قام الباحث بإجراء تجربة استطلاعية على عينة قوامها (٤٠) معلماً للتربية الرياضية ، وتم اختيار العينة بشكل عشوائي في٢٠١٦/١٠/٩ إذ تم التوصل إلى أن جميع فقرات المقياس وبدائل الإجابة كانت واضحة ومفهومة لعينة البحث ، وقد اتضح من خلال التجربة الاستطلاعية أن زمن الإجابة على فقرات المقياس قد تراوحت بين (١٥-٢٥) وبمتوسط قدره (٢٠) دقيقة وان جميع الفقرات واضحة ومفهومة لدى عينة البحث.

١٠- **التطبيق الرئيسي لمقياس الاتزان الانفعالي :** بعد أن أصبح مقياس الاتزان الانفعالي بتعليماته وفقراته جاهزاً للتطبيق ، باشر الباحث بتطبيق المقياس على عينة البحث والبالغ عددهم (٤٠٠) معلماً ومعلمةً للتربية الرياضية في محافظة القادسية وكانت نسبة عينة البحث (٥١%) من مجتمع البحث للفترة من ٢٠١٦/١٠/٢٠ ولغاية ٢٠ / ١١ / ٢٠١٦ وبعد عملية فرز استمارات لعينة البناء اتضح أن جميع الاستمارات صالحة للإجابة وعليه استبقى الباحث جميع الاستمارات والبالغة (٤٠٠) استمارة تم الاعتماد عليها في عمليات التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الاتزان الانفعالي المكون من (٦٠) فقرة لغرض استخراج القوة التمييزية والصدق والثبات ، وقد استغرقت عملية تصحيح الاستمارة الواحدة من (٤-٥) دقائق وتراوحت درجات المختبرين على فقرات المقياس بين (٨٦-٢٣٥) .

١١- **التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الاتزان الانفعالي :** "يعد التحليل الإحصائي للفقرات أكثر أهمية من التحليل المنطقي كونه يتحقق من مضمون الفقرة في قياسها ما أعدت لقياسه بالاعتماد على بعض المؤشرات مثل قدرتها

على التمييز بين المجيبين ومعامل صدقها وصعوبتها " (الكبيسي ، ١٩٩٥ :٢٥) ، وكانت عينة التحليل الإحصائي المتكونة من (٤٠٠) معلم ومعلمة وقد قام الباحث بإتباع الإجراءات التالية بعد عملية تصحيح الاستمارات وتفريغ بياناتها.

أ- أسلوب المجموعتين المتطرفتين (الاتساق الخارجي) :

لحساب القوة التمييزية لفقرات مقياس الاتزان الانفعالي رتبت الدرجات ترتيبا تنازليا من أعلى درجة إلى اقل درجة كلية لإفراد عينة التحليل والبالغ عددها (٤٠٠) معلم ومعلمة

للتربية الرياضية ثم حددت المجموعتان المتطرفتان في الدرجة الكلية بنسبة (٢٧%) للدرجات الدنيا وقد بلغ عدد الأفراد في كل مجموعة (١٠٨) معلم ومعلمة ، وقد طبق الاختبار التائي (T- test) لعينتين مستقلتين للتعرف على الدلالة الإحصائية للفرق بين متوسطي المجموعتين العليا والدنيا، وعدت القيمة التائية مؤشرا لمدى صلاحية الفقرة من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية والبالغة (١,٩٧) عند درجة حرية (٢١٤) ومستوى دلالة (٠,٠٥) . واتضح من خلال نتائج التحليل أن جميع الفقرات مميزة باستثناء الفقرتين(١٥،٤٨) كما مبين في الجدول(٣) .

الجدول (٣) يبين قيم الاختبار التائي لمعامل التمييز باسلوب المجموعتين المتطرفتين لمقياس الاتزان الانفعالي

ت	القيمة التائية	ت	القيمة التائية	ت	القيمة التائية	ت	القيمة التائية	ت	القيمة التائية	ت	القيمة التائية
١	٣.٥٢	١١	٤.٧٧	٢١	٥.٥٤	٣١	٣,١٨	٤١	٤.٣٦	٥١	٦.٦٢
٢	٣.٦١	١٢	٣.٧٧	٢٢	٥.٥٤	٣٢	٨.٨٠	٤٢	٤.٠٨	٥٢	٣.٤٤
٣	٤.٠٩	١٣	٢.٦٤	٢٣	٣.٠٥	٣٣	٣,٨٣	٤٣	٥.٨٨	٥٣	٢.٥٢
٤	٣.٤٠	١٤	٤.١٣	٢٤	٤.٦٨	٣٤	٢.٤٩	٤٤	٦.٢٦	٥٤	٢.٥٣
٥	٢.٥٣	١٥	٠.٤٠*	٢٥	٢.٨٧	٣٥	٣.١٣	٤٥	٣.٠٨	٥٥	٢.٩٥
٦	٣.٦٩	١٦	٤.٠٢	٢٦	٣.١٢	٣٦	٣.١٣	٤٦	٧.١٨	٥٦	٣.٣١
٧	٥.١٨	١٧	٣.٤٥	٢٧	٤.٤٥	٣٧	٢.٠٨	٤٧	٣.٩٢	٥٧	٣.٠٩
٨	٣.٨٦	١٨	٣.٤٢	٢٨	٦.٦٧	٣٨	٢.٧٣	٤٨	٠.١٤*	٥٨	٢.٠٢
٩	٤.٩٥	١٩	٧.٣٦	٢٩	٣.٦٩	٣٩	٦.٩٤	٤٩	٢.٨٧	٥٩	٢.٥٣
١٠	٦.١٣	٢٠	٤.٠٨	٣٠	٣.٤١	٤٠	٣.٤١	٥٠	٣.٩٨	٦٠	٣.٧٨

لقيمة التائية الجدولية عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (ن١+ ن٢) -٢ (١٠٨+١٠٨) -٢ = ٢١٦-٢=٢١٤ =١,٩٧

* غير دالة عند مستوى ٠,٠٥

ب- الاتساق الداخلي (علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس) : "يعتمد هذا الأسلوب بالدرجة الأساس للتأكد من أن كل فقرة من فقرات المقياس تسير في المسار نفسه الذي يسير فيه المقياس إذ أن ارتفاع العلاقة الارتباطية بين كل فقرة من فقرات المقياس وكذلك الدرجة الكلية له يشير إلى انتماء هذه الفقرة إلى المقياس ومن ثم الحصول على مقياس متجانس" (عوض ، ١٩٨٤ :١٠٤) ، لذا استعمل الباحث معامل الارتباط (بيرسون) لاستخراج معامل الارتباط بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية للأفراد على المقياس إذ كان عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل (٤٠٠) استمارة وهي الاستمارات ذاتها التي خضعت للتحليل في ضوء أسلوب المجموعتين الطرفيتين وكانت جميع القيم الخاصة بفقرات القائمة دالة ، وقد كان عدد الفقرات (٥٨)

فقرة بعد استبعاد الفقرتين المذكورتين باستخدام المجموعتين الطرفيتين عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨) والجدول (٤) يبين ذلك.

جدول (٤) يوضح إرتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الاتزان الانفعالي

ت	درجة الارتباط	ت	درجة الارتباط	ت	درجة الارتباط	ت	درجة الارتباط	ت	درجة الارتباط	ت	درجة الارتباط
١	٠.٣٩	١١	٠.٤٨	٢١	٠.٤٧	٣١	٠.٣٧	٤١	٠.٣٩	٥١	٠.٥٥
٢	٠.٤٣	١٢	٠.٤٠	٢٢	٠.٥١	٣٢	٠.٧٥	٤٢	٠.٤٧	٥٢	٠.٤١
٣	٠.٤٢	١٣	٠.٣٥	٢٣	٠.٣٨	٣٣	٠.٣٤	٤٣	٠.٥٩	٥٣	٠.٣٩
٤	٠.٤٤	١٤	٠.٤٢	٢٤	٠.٤٤	٣٤	٠.٦٠	٤٤	٠.٤٧	٥٤	٠٣٨
٥	٠.٣٧	١٥	٠.٧٢	٢٥	٠.٤٤	٣٥	٠.٣٥	٤٥	٠.٣٠	٥٥	٠.٤٠
٦	٠.٤١	١٦	٠.٣٣	٢٦	٠.٣٩	٣٦	٠.٣٥	٤٦	٠.٦٢	٥٦	٠.٤٠
٧	٠.٧١	١٧	٠.٣٩	٢٧	٠.٣٨	٣٧	٠.٣٧	٤٧	٠.٣٨	٥٧	٠.٥٣
٨	٠.٤٨	١٨	٠.٧٢	٢٨	٠.٦١	٣٨	٠.٦٤	٤٨	٠.٤٢	٥٨	٠.٣٠
٩	٠.٤٤	١٩	٠.٤٦	٢٩	٠.٣٢	٣٩	٠.٦٤	٤٩	٠.٣٦		
١٠	٠.٦٢	٢٠	٠.٥١	٣٠	٠.٣٢	٤٠	٠.٣٠	٥٠	٠.٣٨		

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية(ن-٢) = ٤٠٠ -٢= ٣٩٨=٠.٠٩٨

ج- معاملات ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه : قام الباحث باحتساب ذلك من خلال العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقاييس الفرعية من المقياس وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط (بيرسون) ، على عينة التحليل (عينة البناء) والمكونة من (٤٠٠) معلم ومعلمة وعليه تحذف الفقرة التي يكون معامل ارتباطها بالدرجة الكلية واطئاً باعتبار ان الفقرة لا تقيس الظاهرة التي يقيسها الاختبار باكمله ولمعرفة الدلالة الاحصائية فقد تم مقارنتها مع قيمة معامل الارتباط الجدولية (٠.٠٩٨) عند درجة حرية (٣٩٨) وبمستوى دلالة (٠.٠٥) وكانت جميع القيم الخاصة بفقرات القائمة دالة ، وقد كان عدد الفقرات (٥٨) فقرة بعد استبعاد الفقرتين المذكورتين باستخدام المجموعتين الطرفيتين وكما تبين في الجدول (٣) ، ومن هذا يمكن ان يستدل الباحث على ان المقياس يحتوي على فقرات يمكن لها ان تميز بين الفقرات التي ترتبط بالمقياس وغيرها والجدول(٥) يبين ذلك .

الجدول (٥) يبين معامل ارتباط درجة كل فقرة من فقرات المقياس بالمجموع الكلي لكل مجال من مجالاته بطريقة الاتساق الداخلي

ت	درجة الارتباط	ت	درجة الارتباط	ت	درجة الارتباط	ت	درجة الارتباط	ت	درجة الارتباط	ت	درجة الارتباط
١	٠.٤٢	١١	٠.٥٥	٢١	٠.٥٣	٣١	٠.٤٠	٤١	٠.٢٧	٥١	٠.٥٠
٢	٠.٤٢	١٢	٠.٣٥	٢٢	٠.٥٣	٣٢	٠.٧٢	٤٢	٠.٤٨	٥٢	٠.٤٨
٣	٠.٤٥	١٣	٠.٣٥	٢٣	٠.٤٩	٣٣	٠.٥٠	٤٣	٠.٧١	٥٣	٠.٣٢
٤	٠.٤٨	١٤	٠.٤٣	٢٤	٠.٤٩	٣٤	٠.٦٢	٤٤	٠.٥٣	٥٤	٠.٣١
٥	٠.٤٠	١٥	٠.٦٥	٢٥	٠.٤٨	٣٥	٠.٤٢	٤٥	٠.٤٣	٥٥	٠.٣٢
٦	٠.٤٣	١٦	٠.٣٠	٢٦	٠.٣١	٣٦	٠.٤٠	٤٦	٠.٦٦	٥٦	٠.٣٥
٧	٠.٤٧	١٧	٠.٣٠	٢٧	٠.٣٩	٣٧	٠.٤٨	٤٧	٠.٣٠	٥٧	٠.٥٠
٨	٠.٥٥	١٨	٠.٥٣	٢٨	٠.٦١	٣٨	٠.٣٠	٤٨	٠,٣٠	٥٨	٠.٣٢
٩	٠.٥٧	١٩	٠.٤٣	٢٩	٠.٤٢	٣٩	٠.٦٤	٤٩	٠.٤٤		
١٠	٠.٣٩	٢٠	٠.٥٣	٣٠	٠.٣٣	٤٠	٠.٣١	٥٠	٠.٤٣		

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية(ن-٢) = ٤٠٠ - ٢ = ٣٩٨=٠.٠٩٨

١٢- حساب الدرجة الكلية لمقياس الاتزان الانفعالي :

يتكون المقياس بصورته النهائية من (٥٨) فقرة وقد تم الاعتماد على المدرج الخماسي للتقدير إزاء كل فقرة وهي (ينطبق علي كثيراً جداً، ينطبق علي كثيراً، ينطبق علي بدرجة متوسطة ، ينطبق علي قليلاً ، لا ينطبق علي إطلاقاً) وكانت درجات التصحيح من (٥-١) على التوالي لذا فان أعلى درجة محتملة للمستجيب هي (٢٩٠) وأدنى درجة له وهي (٥٨) درجة علما أن المتوسط الفرضي للمقياس هو (١٧٤) درجة .

١٣- الخصائص القياسية (السايكومترية) للمقياس:

١- الصدق: ويتوفر في المقياس الحالي مؤشرات الصدق التالية :-

أ- صدق المحتوى: لقد تحقق هذا النوع من الصدق عندما قام الباحث بتعريف الاتزان الانفعالي وكتابة عدد من الفقرات تتلاءم مع ما يحتويه التعريف ومع هدف وعينة البحث وعرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين في علم النفس التربوي والرياضي والاختبار وبعد تحليل آرائهم إحصائيا باستخدام (كا^{٢}) حصلت جميع الفقرات على النسبة المقبولة من التوافق .

ب- صدق البناء: تحقق هذا النوع من الصدق من خلال الإبقاء على فقرات المقياس المميزة عن طريق إجراءات تحليل الفقرات (القوة التمييزية) بطرق المجموعتين الطرفيتين وارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس وارتباط الفقرة بالدرجة الكلية للمجال التي تنتمي اليه واستبعاد الفقرات التي

ليس لها القدرة على التمييز كما ورد سابقا في الجداول (٣، ٤ ،٥) وقد ظهر من خلال هذا الصدق أن جميع فقرات المقياس لها القدرة على التمييز بين معلمي ومعلمات التربية الرياضية على مقياس الاتزان الانفعالي باستثناء الفقرات(١٥،٤٨) .

٢- الثبات: يعد الثبات من المقومات الأساسية للاختبار وهو من أهم صفات الاختبار الجيد ولأجل استخراج ثبات مقياس الاتزان الانفعالي اعتمد الباحث طريقة الاتساق الداخلي – الفاكرونباخ لإيجاد الثبات بهذه الطريقة إذ تم استخدام معادلة (الفاكرونباخ) على إجابات عينة البحث البالغ عددهم (٤٠٠) معلم ومعلمة وقد بلغت درجة ثبات المقياس بهذه الطريقة (٩٤.٧٠) وبالتقريب كانت (٩٥) وهي درجة ثبات عالية والجدول (٦) يبين ذلك .

الجدول(٦) يبين معامل الثبات بمعادلة الفا كرونباخ للمجالات الثلاثة ولمقياس الاتزان الانفعالي

ت	المجال	عدد الفقرات	قيمة معامل الثبات
١-	التعبير الأصيل عن الإنفعالات	١٦	٠.٧٠
٢-	الوجود الأصيل مع الآخرين	١٩	٠.٦٣
٣-	الشجاعة في مواجهة المستقبل	٢٣	٠.٧١
٤-	المقياس ككل	٥٨	٩٤.٧٠

قيمة (ر) الجدولية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (ن-٢=٤٠٠-٢=٣٩٨)=(٠.٠٩٨)

٤- النتائج والمناقشة: يتضمن هذا المحور عرضاً للنتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية وتفسير تلك النتائج على ضوء الأهداف المرسومة لها وهي :-

١- بناء مقياس الاتزان الانفعالي : وقد تحقق هذا الهدف من خلال الاجراءات المتبعة في بناء المقاييس النفسية والتي تم عرضها بشان هذه الاداة في المحور الثالث .

٢- التعرف على مستوى الاتزان الانفعالي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية :

لقد تم تحقيق هذا الهدف من خلال بناء مقياس الاتزان الانفعالي وتطبيقه على عينة البحث التطبيقية البالغة(٤٠٠) معلم ومعلمة، وبعد معالجة البيانات احصائياً فقد اظهرت نتائج البحث ان معلمي ومعلمات التربية الرياضية يعانون من ضعف في الاتزان الانفعالي والجدول (٧) يبين ذلك .

الجدول (٧) يبين نتائج الاختبار التائي لكشف دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لدرجات عينة البحث في مقياس الاتزان الانفعالي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية

عدد العينة	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة	الدلالة
				المحسوبة	الجدولية		
٤٠٠	١٦٤.٤٤	١٦.٩٨	١٧٤	١٦.٨٦	١.٩٦	٠.٠٥	دالة

القيمة التائية الجدولية ، ولدرجة حرية (٣٩٨) وعند مستوى دلالة (٠.٠٥) =١.٩٦

اظهرت نتائج البحث ان الوسط الحسابي للمقياس بلغ(١٦٤.٤٤) وبانحراف معياري(١٦.٩٨) وقيمة ت المحسوبة (١٦.٨٦) والمتوسط الفرضي للمقياس بلغ (١٧٤) ولغرض إيجاد دلالة الفرق إحصائياً فقد تم مقارنة المتوسط الحسابي لدرجات العينة مع المتوسط الفرضي للمقياس باستخدام الاختبار التائي (T.Test) لعينة واحدة تبين ان الفرق بين المتوسطين دال احصائياً اذ ان المتوسط الحسابي لدرجات العينة أقل من المتوسط الفرضي وهذا يدل على ان عينة البحث تعاني من ضعف في الاتزان الانفعالي ويعزو الباحث هذه النتيجة التي توصلت إليها الدراسة الحالية وعلى الرغم من أنها تدعو الى التشاؤم لكنها تكشف وبجلاء عن الحالة النفسية المضطربة والمتمثلة بضعف الاتزان الانفعالي الذي يعانيه معلمي ومعلمات التربية الرياضية وهي نتيجة متوقعة لهم لكونهم الشريحة الواعية لمخاطر تلك الظروف البيئية الصعبة والمشكلات التربوية التي يواجهونها في البيئة المدرسية المتمثلة بالاهمال الواضح لدروس التربية الرياضية من المؤسسة التربوية، وتنوع مصادر المعرفة التي ترفد المعلمين بالتطور الحاصل في حركة الفعاليات والانشطة الرياضية مما يولد حالة من التذمر لدى المتعلم وعبئ على المعلم في كيفية الاقناع بما موجود وما يرى ، وكذلك الضغوط الحياتية المتنوعة وانعكاساتها السلبية ، وكذلك الخصائص الشخصية وتوقعات الكفاءة الذاتية للمعلم والمتعلم ، وكذلك عملية التعليم التي تتعامل مع اطياف بشرية غير متجانسة وذات فروق فردية واتجاهات وميول ونفسيات متباينة يجعل من ضبطها والسيطرة عليها امرا لا يخلو من الصعوبة ، هذا ينبئ ان هناك عددا من المشاكل سواء كانت ادارية اوتعليمية او اجتماعية، التي تشكل تأثيراً سلبياً على صحة الفرد النفسية واتزانه الانفعالي ، وقد ياتي هذا التفسير متسقاً مع ما تطرق اليه آيزنك (EeySenk) فقد عدَّ الاتزان الانفعالي بعدا من الأبعاد الأساسية في الشخصية حيث يقول (يشكل بعد الاتزان الانفعالي خطاً متصلاً مستمراً يمتد بين نقطتين من القطب الموجب الذي يمثله الاتزان الانفعالي إلى القطب السالب الذي تمثله العصابية ، وأن أي شخص يمكن أن يكون في أي مكان على هذا المتصل ويمكننا أن نضعه طبقاً لمكانه ، وأن جميع المواقع محتملة ، ويمثل الاتزان الانفعالي الشخص الهادئ ، الرزين ، الثابت ، المنضبط ، المسالم ، المتفائل ، الدقيق، أما الشخص الغير متزن (العصابي) فهو سريع الغضب ، غير المستقر ، العدواني ، المنثار ، المتقلب ، المندفع.(آيزنك ، ١٩٦٠ :٥٧ –٦١)

٣- الكشف عن دلالة الفروق في مستوى اساليب التفكير لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية تبعاً لمتغير الجنس

. لقد اشارت النتائج عدم وجود فروقاً دالة إحصائيا بين معلمي ومعلمات التربية الرياضية في الاتزان الانفعالي والجدول(٨) يبين ذلك .

جدول(٨) يبين القيمة التائية لدلالة الفرق في مستوى الاتزان الانفعالي تبعاً لمتغير الجنس

ت	نوع العينة	العدد	الوسط الحسابي	التباين	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
١	الّذكور	٢٦٠	٥٦.٨٧٠	١١.٠٦٣	٣٩٨	٠.٩١٥	١.٩٦	٠.٠٥
٢	الاناث	١٤٠	٥٦.٥٦٥	١١.٢٣٥				

القيمة التائية الجدولية ، ولدرجة حرية (٣٩٨) وعند مستوى دلالة (٠.٠٥) =١.٩٦

تبين ان الوسط الحسابي لدرجات العينة من الذكور البالغ عددهم (٢٦٠) معلم تربية رياضية على مقياس الاتزان الانفعالي (٥٦.٨٧٠) وبتباين (١١.٠٦٣) ، بينما كان الوسط الحسابي لدرجات العينة من الاناث والبالغ عددهن (١٤٠) معلمة تربية رياضية على المقياس نفسه (٥٦.٥٦٥) وبتباين (١١.٢٣٥) ، وبعد استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ، تبين بأن القيمة التائية المحسوبة (٠.٩١٥) وهي غير ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ، مما يشير إلى أن معلمي التربية الرياضية لا يختلفون عن معلمات التربية الرياضية في الاتزان الانفعالي والجدول (٨) بين ذلك .

ويعزو الباحث هذه النتيجة التي تؤكد عدم وجود فروق إحصائية دالة وفقاً لمتغير الجنس الى أن المشكلات والأزمات والعوامل البيئية التي سببت ضعف الاتزان الانفعالي لدى معلمي ومعلمات التربية الرياضية انعكست بشكل متساوي على الجنسين ، اذ أن معلمو التربية الرياضية ذكوراً وإناثا يتعرضون لظروف متشابهة في بيئة العمل التعليمية وأن معلمة التربية الرياضية لا تختلف كثيراً عن معلم التربية الرياضية في التحسس لمشكلات العمل التربوي في بيئتهم المدرسية سواء كانت تلك المشكلات ادارية او تعليمية او اجتماعية وفي تحملها جانباً من المسؤولية في مواجهتها مما جعلها تتقاسم المشكلات والضغوط النفسية مع زميلها معلم التربية الرياضية في حين اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (العبيدي ، ١٩٩١ :٢١٨).

٥- الاستنتاجات :

١- أن معلمي ومعلمات التربية الرياضية يعانون من ضعف في الاتزان الانفعالي .

٢- أن معلمي التربية الرياضية لا يختلفون عن معلمات التربية الرياضية في الاتزان الانفعالي

المصـــــادر

١- الكبيسي، كامل ثامر(١٩٩٥):أثر اختلاف حجم العينة والمجتمع في القوة التمييزية لفقرات المقاييس النفسية، دراسة تجريبية ،كلية التربية(أبن رشد)،جامعة بغداد .

٢- العبيدي ، محمد إبراهيم ، (١٩٩١) : قياس الاتزان الانفعالي عند إبناء الشهداء وأقرانهم الذين يعيشون مع والديهم كلية التربية ابن رشد ، جامعة بغداد ، (رسالة ماجستير غير منشورة) .

٣- النجيحي ، محمد لبيب . مرسي ، محمد منير (١٩٨٣) : البحث التربوي – أصوله – مناهجه ، عالم الكتب ، القاهرة.

٤- الشمري ، محمد سعود ، (٢٠٠١) : الخصائص الشخصية لذوي قوة التحمل النفسي العالي والواطئ وعلاقتها بأساليب المعاملة الوالدية لدى طلبة الجامعة ، كلية التربية ، جامعة المستنصرية ، (إطروحة دكتوراه

٥- سلامة ،أبراهيم أحمد(١٩٨٠):مناهج البحث في التربية البدنية، القاهرة، دار المعارف.

٦- سيدني .م. جواردر ، لنرزمن ، (١٩٨٨) : الشخصية السليمة ، ترجمة حمد الكربولي ، موفق الحمداني ، ، مطبعة التعليم العالي ، جامعة بغداد .

٧- عوض، عباس محمود(١٩٨٤):علم النفس الإحصائي، بيروت ،الدار الجامعية للطباعة والنشر.

٨- عبد الكريم ،محمود عبد الحليم (٢٠٠٦) : ديناميكية تدريس التربية الرياضية ، ط١ ، القاهرة ، مركز الكتاب للنشر

٩- مصطفى ،غالب (١٩٨٠): في سبيل موسوعة نفسية ، دار مكتبة الهلال .

١٠- ماكوري جون (١٩٨٢) : الوجودية ، ترجمة إمام عبد الفتاح إمام لسلسلة عالم المعرفة ، الكويت

Senk H.J (1960) : the structure of Human

11- Eey personality.

المـلحق (١) يبين مقياس الاتزان الانفعالي بصيغته الأولية

ت	الفقرات	تصلح	لا تصلح	تحتاج الى تعديل
.١	أسيطر على غضبي إذا ما جرح شعوري			
.٢	استعيد هدوئي مباشرة بعد زوال أسباب الاستثارة			
.٣	اقبل اعتذار زميلي بعد اعتذاره لي مباشرة			
.٤	أتحمل النقاش والجدال المطول دون كلل			
.٥	لا أجيب على أسئلة الآخرين إلا إذا طلب مني ذلك			
.٦	يصفني المعلمين باني قادر على ضبط انفعالاتي في كافة المواقف			
.٧	أصبر على مصائبي ولا اشتكي لأحد من زملائي			
.٨	أستطيع القيام بعمل يتطلب كثيراً من الدقة والتأني اثناء درس التربية الرياضية			
.٩	اكظم غيظي حين يؤنبني مدير المدرسة على خطأ ارتكبته			
-١٠	افقد أعصابي إذا ما قاطعني أحد أثناء المناقشة			
-١١	انزعج عندما أسير خلف شخص يمشي ببطئ			
-١٢	ارتبك حين يطلب مني مشرف التربية الرياضية اقامة درس تدريبي			
-١٣	اشعر بالضيق عندما انتظر أحد لم يأت في الوقت المحدد			
-١٤	امتلك عادات لا أستطيع تركها مثل تحريك يداي او مسح وجهي			
-١٥	اشعر بالضيق عندما اجلس في مكان هادئ كالمكتبة مثلاً			
-١٦	يتهمني زملائي المعلمين باني ثرثار			

١- مجال(التعبير الأصيل عن الانفعالات) :- هو قدرة الموجود البشري الأصيل في التحكم والسيطرة على انفعالاته وتوجيهها بالشكل الذي يجعل السلوك يتناسب مع أحداث الموقف الذي أثار الانفعال .

٢- مجال(الوجود الأصيل مع الآخرين):-هو الوجود القائم على الحب والتفاعل المتبادل بين الموجود البشري الأصيل وبين الآخرين والذي يتيح له إبراز خصوصيته وتفرده داخل الجماعة .

ت	الفقرات	تصلح	لا تصلح	تحتاج الى تعديل
١٧-	اشعر أني محبوباً من قبل زملائي في المدرسة			
١٨-	استمتع بالمعسكرات الكشفية التي تقيمها مديرية النشاط الرياضي والكشفي			
١٩-	افضل ان تكون علاقتي مع الآخرين قائمة على الحب المتبادل			
٢٠-	اصنع الفرص والمناسبات التي من شأنها تقوية علاقتي بالآخرين			
٢١-	اقدم المساعدة لمن يحتاجها من التلاميذ اثناء درس التربية الرياضية			
٢٢-	احرص على عدم قول أشياء تجرح مشاعر الآخرين			
٢٣-	اشعر بعدم جدوى الحياة من دون حب واحترام			
٢٤-	تختلف آرائي مع الآخرين احياناً ولكن لا تلغي علاقتي بهم			
٢٥-	ارفض العلاقات القائمة على مصلحة شخصية			
٢٦-	ارفض ان أكون تابعاً لأحد رغم قوة علاقتي بالآخرين			
٢٧-	اشعر بالغربة والعزلة حتى لو كنت مع الآخرين			
٢٨-	يتهمني البعض بان علاقتي بهم غير واضحة			
٢٩-	تأكد لي بان للناس وجهان			
٣٠-	اكتفي بالسلام على الآخرين عن طريق الإشارة او الإيماء فقط			
٣١-	اشعر ان اغلب العلاقات غير ثابتة			
٣٢-	ليس لي علاقات حميمة مع الآخرين			

٣٣-	يبدو انه لا يوجد من يفهمني من زملائي المعلمين			
٣٤-	لا أحد يهتم بما يحدث لي اثناء درس التربية الرياضية			
٣٥-	أغير رأي لينسجم مع آراء الآخرين حتى لو كانوا على خطأ			

٣- مجال(الشجاعة في مواجهة المستقبل):- هو شعور الموجود البشري الأصيل بالقدرة والكفاءة العالية على مواجهة تحديات المستقبل ومشكلاته وخلو مشاعره من الإحساس بالذنب .

ت	الفقرات	تصلح	لا تصلح	تحتاج الى تعديل
٣٦-	أستطيع ان أدافع عن حقي أمام أي مسؤول			
٣٧-	اعتقد ان الحياة سعيدة ولا يوجد ما يدعو للألم			
٣٨-	اشعر بان معظم الناس مسالمون ولا حاجة للحذر منهم			
٣٩-	اعمل بالقول (ان مع العسر يسرا)			
٤٠-	لا اشعر بالذنب لأني لم اقصر في واجبي كمعلم للتربية الرياضية			
٤١-	لا اشعر بالسأم حينما تواجهني مشكلة تدعوني للتحدي اثناء درس التربية الرياضية			
٤٢-	لا اشعر بالخوف او التردد عندما أراجع مدير المدرسة			
٤٣-	أكون متوجساً عند القيام بتحكيم مباراة للعبة رياضية			
٤٤-	اشعر بالخوف من تهامس المعلمين فيما بينهم			
٤٥-	اشعر ان الحياة مقبلة على كوارث مختلفة			
٤٦-	أستطيع ان انفذ كل اهداف درس التربية الرياضية التي وضعتها			
٤٧-	النجاح هو قراري الأخير ولا أتخلى عنه			
٤٨-	أهداف التربية الرياضية واضحة وأنا سائر نحو تحقيقها			

٤٩-	اطمح كي أكون أحد المبدعين في هذا الوجود			
٥٠-	اشعر بجدوى وجودي حين أحقق فوزاً في احد السباقات المدرسية			
٥١-	يتوقف مستقبلي على قراراتي وليس على قرارات الآخرين			
٥٢-	يعتمد عليّ الآخرون في اتخاذ قراراتهم الهامة			
٥٣-	اعتمد على الآخرين في حل مشكلاتي			
٥٤-	اشعر أني لا أستطيع ان أرقى لمستوى قرارات الآخرين			
٥٥-	ليس في الحياة شيء يستحق التضحية من اجله			
٥٦-	لا ارغب بالقيام بعمل جديد او مثير داخل المدرسة			
٥٧-	لا ارغب بزيارة الأماكن التي لم تسبق لي رؤيتها			
٥٨-	أضيع الكثير من الفرص لأنني لم اتخذ قراراً مناسباً فيها			
٥٩-	ابتعد عن قراءة المواضيع التي لم تكن لي معرفة سابقة بها			
٦٠-	اشعر ان أفكاري متناقضة ولا أستطيع ان افهم أيها افضل لي			