

المصادر والمراجع

أولاً : القراءن الكريم

ثانياً : المراجع العربية .

1 - راجح ، أحمد عزت راجح: أصول علم النفس ، الإسكندرية ، المكتبة المصرية للطباعة والنشر (1976).

2 - عبدالخالق ، أحمد محمد عبدالخالق : المرجع في علم النفس ، الطبعة السابعة ، دار الفكر العربي ، 1985م .

3- راتب ، أسامة كامل راتب : علم نفس الرياضة (المفاهيم والتطبيقات) دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1995م 4- _____ : علم النفس الرياضي ، ط2 ، دار الفكر العربي ، القاهرة (2000).

5 - _____ : علم نفس الرياضة (المفاهيم - التطبيقات) دار الفكر العربي ، الطبعة الثالثة ، 2000م .

6- جابر ، جابر عبدالحميد جابر . علاء الدين كفاي : معجم علم النفس و الطب النفسي ، الجزء الثاني ، الطبعة الخامسة ، دار النهضة العربية ، القاهرة ، 1989م .

7- جابر، كاظم ، جابر عبد الحميد جابر وكاظم أحمد خيرى : مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، دار النهضة العربية ، 1990م .

8- فايد ، حسين فايد : العدوان والاكتئاب، نظرة تكاملية ، المكتب العلمي للكمبيوتر والنشر والتوزيع ، الإسكندرية (2001).

- 9- عويس ،خير الدين علي عويس : علم النفس الاجتماعي والنشاط الرياضي ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة ، 1984م .
- 10- المغربي ، سعد المغربي : سيكولوجية العدوان والعنف ، مجلة علم النفس ، العدد (1) ، الهيئة العامة للكتاب القاهرة 1987م .
- 11- جلال ، سعد جلال : المرجع في علم النفس ، دار الفكر العربي ، الطبعة الاولى ، 1985م .
- 12- الاشول ،عادل عزالدين الاشول : سيكولوجية الشخصية الشخصية ، مكتبة الأنجلو المصرية ، 1988م .
- 13- عامر سعالخيكاني ، يد الخيكاني : سيكولوجية كرة القدم ، دار الضياء للطباعة والتصميم ، النجف ، العراق (2008).
- 14- الجسماني ، عبد العلي الجسماني : سيكولوجية الطفولة والمراهقة وخصائصها الأساسية ، بيروت ، الدار العربية للعلوم ، 1994م .
- 15- العقاد ، عصام الدين عبداللطيف العقاد : سيكولوجية العدوانية وترويضها - منحنى معرفي جديد ، دار غريب ، القاهرة ، 2001م .
- 16- الحوري ، عكلة سليمان الحوري : مبادئ علم نفس التدريب الرياضي ، دار ابن الأثير للطباعة والنشر ، جامعة الموصل (2008).
- 17- الحوري ، العزاوي ،عكلة سليمان الحوري والعزاوي ، كامل عبود : الإعداد النفسي للرياضي ، دار الكتاب الثقافي للطباعة والنشر والتوزيع ، ارد ، الأردن (2011).

- 18- محمد ، عليّات محمد : تطوير مقياس الاتجاهات نحو مهنة التدريس ، المجلة العربية للتربية ، المجلد الرابع عشر ، العدد الاول 1992م .
- 19- دفيديوف ، ليندا دافيديوف: السلوك الاجتماعي ، الوراثة ، البيئة ، والروابط الاجتماعية ، ترجمة نجيب الفونسي خزام ، سيد طواب ، القاهرة (2000) .
- 20- بسيوني ، فاضل ، محمد بسيوني وباسم فاضل : الإعداد النفسي للاعبين في كرة القدم ، دار الفكر العربي ، الطبعة الاولى ، 1994م .
- 21- علاوي ، محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي ، دار المعارف ، الطبعة السابعة ، 1987م .
- 22- علاوي ، رضوان ، محمد حسن علاوي ونصر الدين رضوان : الأختيارات المهارية والنفسية في المجال الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1987م .
- 23- علاوي ، رضوان ، محمد حسن علاوي ورضوان ، محمد نصر الدين : القياس في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي ، القاهرة (1988) .
- 24- علاوي ، محمد حسن علاوي : سيكولوجية التدريب والمنافسات ، الطبعة السابعة ، دار المعارف ، القاهرة ، 1992م .
- 25- _____ : مدخل في علم النفس الرياضي ، مركز الكتاب والنشر ، القاهرة ، 1998م
- 26- _____ : سيكولوجية العدوان والعنف في الرياضة ، مركز الكتاب والنشر ، القاهرة ، 1998م .
- 27- علاوي ، راتب ، محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999م .

28- علاوي ، محمد حسن علاوي: سيكولوجية العدوان والعنف في الرياضة ، ط2 ، دار الكتاب للنشر ، القاهرة (2004).

29- _____ : القياس في علم النفس الرياضي ، دار الفكر العربي ، 2007م .

30- بركات ، محمد خليفة بركات : علم النفس التعليمي ، الجزء الثاني القياس النفسي والتقويم التربوي ، الكويت دار القلم ، 1981م .

31- اسماعيل ، محمد عماد الدين اسماعيل : الشخصية والعلاج النفسي مكتبة النهضة المصرية ، 1995م .

32- حجاج ، محمد يوسف حجاج : التعصب والعدوان في الرياضة (رؤية نفسية - اجتماعية) ، مكتبة الانجلو المصرية ، 2002م .

33- السيد ، فواد البهي السيد : علم النفس وقياس العقل البشري ، القاهرة ، دار الفكر العربي 1992م .

34- شلش ، نجاح مهدي شلش : التعلم والتطور الحركي للمهارات الرياضية ، الأيك للتصميم والطباعة ، بغداد (2011) .

35- الطالب ، ولويس نزار الطالب و كامل لويس: علم النفس الرياضي ، ط2 ، المكتبة الوطنية ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بغداد (2000).

ثانياً : الرسائل و الدوريات .

1- الضيدان ، أحمد يدي محمد الضيدان : تقدير الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة

المرحلة المتوسطة بمدينة الرياض ، رسالة ماجستير غير منشورة ، أكاديمية نايف العربية

للعلوم الأمنية ، قسم العلوم الاجتماعية ، الرياض (2003) .

2- راتب ، أسامة كامل راتب : مستوى الاداء الحركي وعلاقته بمفهوم الذات والاتجاهات لتلاميذ

المرحلة الثانوية ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين القاهرة ، 1983م .

3- معمريه ، بشير محمد معمريه : بحوث ودراسات متخصصة في علم النفس ، الجزء الاول ، المكتبة العصرية ، 2008م .

4- عبدالله ، بوجردة عبدالله : الأبعاد النفسية للسلوك العدواني عند لاعبي كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة قاصدي مرباح ورقلة ، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية ، العدد السابع 2012م .

5- أحمد ، راغب ، تيمور أحمد وواصف راغب : الفروق في مفهوم الذات لدى لاعبي الكرة الطائرة طبقاً لمتغير الجنس والمستوى الرياضي وبعض السمات الشخصية ، رسالة دكتوراة منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، 1982م .

6- الحديدي ، حسن خضر محمد الحديدي : أثر التعليم التعاوني في خفض السلوك العدواني وتنمية بعض المهارات الأساسية لدى تلاميذ وتلميذات الصف الخامس الابتدائي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الأساسية ، جامعة الموصل (2006).

7- عطا ، حسين محمود عطا : العلاقة بين القيم والتصلب في السلوك الاجتماعي ، المجلة العربية للعلوم الانسانية ، 1985م.

8- حلمي ، عيد ، رشيد حلمي وحسين عيد : دراسة بعنوان الذات لدى لاعبي كرة الماء للناشئين بدول مجلس التعاون الخليجي ، 1993م .

9- سالم ، سالم حسن سالم : مركز التحكم وعلاقتة بمفهوم الذات لدى متسابقى الميدان

والمضمار ، دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين ، القاهرة ، 1986م .

10- العدوي ، صبري أحمد العدوي : قياس السلوك العدوانى لدى لاعبي كرة القدم ، رسالة

دكتوراة غير منشورة ، كلية التربية الرياضية للبنين بالهرم ، جامعة حلوان ، 1984م .

11- العدوي ، مفتي ، صبري أحمد العدوي . أبراهيم مفتي: دراسة مقارنة لسمات الشخصية

لدى لاعبي كرة القدم ، المؤتمر الدولي للشباب والرياضة ، المجلد الثاني ، القاهرة 1985م .

12- عبود ، صلاح الدين عبد الغني عبود : مدى فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف السلوك

العدواني لدى طلاب الحلقة الثانية من التعليم الأساسي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية

التربية ، جامعة أسيوط بمصر (1991).

13- المطرودي ، ضيف الله إبراهيم المطرودي : فاعلية التعزيز الإيجابي والإقصاء في

خفض السلوك العدوانى لدى الأطفال المتخلفين عقلياً ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية

التربية ، قسم علم النفس ، جامعة الملك سعود ، الرياض (1997).

14- عبود ، صلاح الدين عبد الغني عبود : مدى فاعلية برنامج إرشادي في تخفيف السلوك

العدواني لدى طلاب الحلقة الثانية من التعليم الأساسي ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية

التربية ، جامعة أسيوط بمصر (1991).

15- زينل ، عبد القادر زينل وآخرون: أسباب السلوك العدوانى بكرة القدم من وجهة نظر مدربي

وحكام الدرجة الأولى في العراق ، مجلة التربية الرياضية ، العدد 2 ، كلية التربية الرياضية ،

جامعة بعداد (1996).

- 16- جودت ، عبد السلام جودت : أثر العقوبة في إحداث السلوك العدواني وعلاقته بالمعاملة الوالدية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الآداب ، الجامعة المستنصرية ، بغداد(1989) .
- 17- عثمان ، عثمان الطيب عثمان : الفروق في مفهوم الذات لدى لاعبي كرة القدم طبقاً للمستوى الرياضي والتعليمي ومركز اللعب بمدينة ود مدني ، ماجستير غير منشور ، جامعة الجزيرة ، كلية التربية ، 1998.
- 18- غلاب ، عزيز غلاب : ظاهرة العدوان عند لاعبي كرة القدم الجزائرية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد التربية البدنية والرياضة ، جامعة الجزائر ، 2002م .
- 19- السديري ، عفراء بنت نايف بن عبد العزيز السديري: أثر ممارسة الأنشطة الفنية والحركية على درجة السلوك العدواني لدى عينة من المتخلفين عقلياً تخلفاً بسيطاً ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الملك سعود ، كلية التربية ، قسم علم النفس (2000).
- 20- الصايغ ، فالنتينا وديع سلامة الصايغ : فاعلية الأنشطة الفنية في تخفيض حدة السلوك العدواني لدى الأطفال في مرحلة الطفولة المتأخرة ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية الفنية ، جامعة حلوان (2001).
- 21- مرسي ، كمال ابراهيم مرسي : سيكولوجيا العدوان ، مجلة العلوم الاجتماعية ، مجلد (13) ، العدد 2 ، الكويت(1985) .
- 22- أبوعبود ، مجاهد حسن أبوعيد : أشكال السلوك العدواني لدى طلبة الصف السادس الأساسي في محافظة نابلس ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، جامعة النجاح الوطنية في نابلس ، فلسطين (2004) .

- 23- عبد الرؤف ، محمد صالح عبد الرؤف محمد : دعم التكيف النفسي للمكفوفين ، رسالة دكتوراة غير منشورة ، جامعة ام درمان الاسلامية ، 1994م .
- 24- شمعون ، محمد العربي شمعون : السمات الانفعالية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الرياضيين ، رسالة دكتوراة غير منشورة كلية التربية الرياضية القاهرة ، جامعة حلوان ، 1985م
- 25- سالم ، محمود محمود سالم : دراسة مقارنة لمدى العلاقة بين الدافعية الانجاز وعدوانية المصارع الموجهة نحو السلوك الجازم ، المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة ، العدد (35) ، جامعة حلوان ، 2000م .
- 26- خلفوني ، محمد عدلان خلفوني : انعكاسات حالة الإعداد النفسي للاعبين في ظهور السلوك العدواني أثناء المنافسات الرياضية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد التربية البدنية والرياضة ، جامعة الجزائر ، 2005م .
- 27- الشريف ، مسعود الشريف : دراسة تحليلية حول التحكم وعلاقته بالعنف في رياضة كرة القدم ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد التربية البدنية والرياضة ، جامعة الجزائر ، 2005م
- 28- التميمي ، مسلم حسب الله ابراهيم التميمي : السلوك العدواني لدى فرق أندية النخبة بكرة القدم وعلاقته بنتائج الدوري للموسم 2001 - 2002 ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية الرياضية ، جامعة بابل (2002).
- 29- الغصون ، منيرة صالح الغصون : السلوك العدواني لدى أطفال ما قبل المدرسة وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية والذكاء في منطقة الرياض ، رسالة ماجستير منشورة ، كلية التربية للبنات بالرياض ، قسم علم النفس (1991).

30- المتوكل ، مهيد محمد المتوكل : اتجاهات طلاب وطالبات المرحلة الثانوية نحو مادة

الرياضيات وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية والتربوية (دراسة ميدانية ولاية الخرطوم) ،

دكتورة غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة ام درمان الإسلامية ، 1996م .

31- المخلفي ، نبيل احمد عبده المخلفي : العلاقة بين السلوك العدواني والقيم ومدى تأثرها

بعدد من المتغيرات الديمغرافية ، ماجستير غير منشور ، جامعة اليرموك ، 1995.

32- حجة ، نسرين جميل عبد اللطيف حجة : السلوك العدواني لدى طلاب المرحلة الأساسية

في مدارس عتيل من وجهة نظر المعلم ، تقرير تكميلي لمساق حل المشاكل التربوية ، كلية

التربية والتكنولوجيا ، جامعة فلسطين التقنية (خضوري) ، فلسطين (2010) .

ثالثاً : المراجع الاجنبية .

1. Chamblin , j , p: **Dictionary of psychology** , Dell Publisher, New York , N, Y

. , (1973)

2. Edward , P . S . & James , W . A .) : **Development** , second edition , west publishing company , st , Paul new York , losangeles san Francisco (1986

3. Harkverg, M.C: "**The New Webster's International Encylop Edia**", Florida:

Trident Press International(1994)

4. Hur Lock, Elizabeth D.: "**Child Development**" Hed. McGraw – Hill, Inc (1984

).

ملحق رقم (1)

اسماء الاساتذة الذين قاموا بتحكيم المقاييس

الجامعة	الدرجة الوظيفية	الاسم	الرقم
جامعة ودمدني الاهلية	بروفسيور	ا.د محمد صالح عبد الرؤوف	1
جامعة ودمدني الاهلية	بروفسيور	ا.د. أبراهيم محمد نور الهادي	2
جامعة الجزيرة	بروفسيور	أ.د أحمد محمد الحسن شنان	3
جامعة الجزيرة	أستاذ مشارك	د. محمد التجاني أبراهيم	4
جامعة الجزيرة	أستاذ مشارك	د. معتصم الرشيد غالب	5
جامعة الجزيرة	أستاذ مساعد	أ. زهير أحمد عبد القيوم	6
جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا	أستاذ مساعد	د. عبد الناصر عابدين محمد عثمان	7
جامعة النيلين	أستاذ مساعد	د. عوض ياسين	8

ملحق رقم (3)
المقاييس في شكلها الاولي
بسم الله الرحمن الرحيم

عزيزي اللاعب : السلام عليك

يقوم الباحث بأجراء دراسة علمية على لاعبي الدوري السوداني الممتاز، ارجو منك التكرم بقراءة الفقرات الواردة في هذه الاستبانة بدقة والاجابة عليها بكل صدق وأمانة ، علماً أنه لا توجد اجابات صحيحة واخرى خاطئة ولا تترك فقرة دون اجابة ،وتستخدم هذه الاستجابات بغرض البحث العلمي فقط ، لا تكتب أسمك على الورقة .

ولك الشكر اجزله ،،،،،،،،،،،،

معلومات اساسية :

1/ مركز اللعب في الفريق : مدافع مهاجم وسط مدافع وسط مهاجم

2/ ترتيب الفريق في المنافسة :

14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
----	----	----	----	----	---	---	---	---	---	---	---	---	---

3/ المؤهل الاكاديمي : اساس ثانوي جامعي

4/ مستوى اللياقة البدنية ليك : عالية متوسطة منخفضة

أولاً : مقياس السلوك العدواني

غير موافق بشدة	غير موافق	موافق	موافق بشدة	العبارة	
				إذا لم يجادل المدرب في قرار خاطئ فأنني أقوم بالجدال بدلاً عنه .	1
				لا أهتم عادة بمشاعر الغضب عندما اتنافس .	2
				أحياناً بعد اشتراكي في منافسة أدرك أن استجاباتي لثورة الجمهور لم يكن لها ما يبررها .	3
				ثناء الأداء الرياضي أكون غالباً أكثر اضطراباً مما قد يظنه الناس .	4
				لم أعد حساساً لانتقادات مدربي لي أكثر من الزملاء الآخرين .	5
				حينما أحاصر في اللعب أتخذ قرارات كثيرة نابعة من الانفعال فقط .	6
				لم أشعر أبداً بأي رغبة في إيذاء منافسي .	7
				أفقد أعصابي بسهولة في مواقف المنافسة ولكن أهدأ بسرعة .	8
				نادراً ما أفقد أعصابي إلى الدرجة التي ألقى فيها بالأشياء .	9
				عندما أستطيع إيقاع منافسي على الأرض فأنني أستمتع بذلك .	10
				عندما يتفوق على منافسي فأنني أفقد أعصابي إلى الدرجة التي أقوم فيها بالقاء الأشياء .	11
				ليس من الضروري أن أكره منافسي في حالة أدائي بأفضل مستوى لي .	12
				أحياناً لا أستطيع التحكم في اندفاعي نحو إيذاء منافسي .	13
				عندما يتخذ الحكم قراراً خاطئاً فأنني أستطيع في العادة أن أتقبله دون ثورة انفعالية .	14
				إذا لم تؤذ منافسك فإنه سوف يؤذيك .	15
				المنافسة الرياضية نادراً ما تكون موقفاً من مواقف القتال من أجل البقاء .	16
				عندما يحدث ما لا أتوقعه في منافسة فأنني أكره نفسي دائماً دون أن أصاب بالاضطراب .	17
				أكون عادة هادئاً وسلساً قبل الاشتراك في منافسة رياضية .	18
				تسهل آثارتي في المنافسة الرياضية .	19
				ينبغي أن تؤذي الآخرين إذا أردت أن تفوز .	20
				أظهر الترحيب بمنافسي في أي منافسة أشارك فيها .	21
				ليس من عادتي أن ابتعد عن زملائي في الفريق بعد هزيمتنا في منافسة رياضية .	22
				الحاق الأذى البدني أو النفسي بمنافسي ضروري لتحقيق الفوز .	23
				حدث أحياناً أثناء شدة المنافسة أن أشعر بانني أصبحت شخصاً آخر أكثر عنفاً مما أكون عليه عادة .	24
				عندما يصيب منافسي أحد زملائي في الفريق أبذل جهدي لأجعل هذا المنافس يلتقي جزاء ما ارتكبه .	25

				الناس الذين يسبون أو يقذفون الأشياء أو تتملكهم ثورة الغضب عندما تسوء الأمور أثناء المنافسة ، أعتبرهم مثل الأطفال .	26
				لا أستخدم أبدا عدوانيتي لايزاء منافسي	27
				لا اشستطيع دائما أن تعزى الهزيمة الى التحكم السيئ .	28
				أدائي أو اتجاهي العقلي يوصفان بالتقلب وعدم الاستقرار .	29
				إذا قام الحكم باتخاذ قرار خاطئ فأنني لا أستطيع أن أمنع نفسي من أن أجعله يعرف حقيقة شعوري .	30
				لا تتملكني أبدا نوبة غضب من موقف رياضي تنافسي .	31
				أحب أن أكون قويا لأطيح بمنافسي خارج المباراة .	32
				الجدال بين المتنافسين يساعد على اشعال حرارة المنافسة الرياضية .	33
				بضايقتي أحيانا أن الآخرين قد لا يقبلون سلوكي الرياضي العدواني .	34
				ليس من المحتم أن أغضب لكي ألعب بأقصي ما أستطيع .	35
				الحكم في أغلب الأحيان يكون خصما مثل المنافس تماما.	36
				لم أوجه أبدا اهانة لفظية لمنافسي رغبة في مس شعوره .	37
				أحب ان أتنافس لأنني بذلك أستطيع أثناء اللعب أن أسقط متاعبي على منافسي .	38
				غضبي على الحكام نادراً ما يستمر دون أن أتحكم فيه .	39
				عندما أفقد أعصابي بسبب زملائي في الفريق فأنني أحيانا أتلفظ بكلمات نابية .	40
				ان كلمات مثل (اهجم عليه) أو (اقتله) لا تساعد أبدا على اثاره حماسي للمنافسة الرياضية .	41
				أحيانا أحاول ألا أصفح عن منافسي بدلا من ان أسامح وأنسى .	42
				منافسي لا يرغب في ايدائي .	43
				من السهل أن تتملكني الكراهية بمجرد دخولي في موقف تنافسي .	44
				أنا عادة لا أعير انتباهها لصياح المتفرحين وهياجهم .	45
				نادراً ما أسمح باظهار انفعالي لمنافسي .	46
				رغم أنه يبدو على الهدوء أحيانا فأنني أغلي من الداخل كالبركان .	47
				عند اشتراكي في مباراة أفضل التركيز على المنافسة الرياضية بدلاً من الجدل مع المنافسين .	48
				من العبث هزيمة المنافس نفسياً عن طريق السخرية منه .	49
				أحاول أحيانا أن أتجنب لقاء منافسي بعد انتهاء المنافسة الرياضية .	50
				في المنافسة الخارجية يبدو غالباً أن الحكم يتحيز للمنافسين الضيوف .	51

				لا أستطيع دائماً السيطرة على أفعالي العقلية والجسمية في الموقف الرياضي .	52
				ما شعرت مطلقاً بالكره الشديد لمنافسي .	53

ثانياً : مقياس مفهوم الذات

الفقرة	لا تنطبق علي تماماً	لا تنطبق علي غالباً	تنطبق علي احياناً ولا تنطبق احياناً أخرى	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي تماماً
1					امتلك جسماً سليماً
2					انا شخص جذاب
3					عتبر نفسي شخصاً عاطفياً
4					انا شخص مهذب
5					أنا شخص أمين
6					أنا شخص سيئ
7					أنا شخص مرح
8					أنا شخص هادئ وسلس
9					أنا لا شيء
10					لدي أسرة تساعدني دائماً في أي نوع من المشاكل
11					أنا عضو في اسرة سعيدة
12					أصدقائي لا يتقوا بي
13					أنا شخص ودود
14					أنا مشهور بين الرجال
15					لا أهتم بما يفعله الآخرون
16					لا أقول الصدق دائماً
17					يعتريني الغضب أحياناً
18					حب أن ابدو وسيماً و أنيقاً في كل الاوقات
19					أنا مثقل بالاجوع والالام
20					أن شخص مريض
21					أنا شخص متدين
22					أنا فاشل أخلاقياً
23					أنا شخص ضعيف من الناحية الاخلاقية
24					لدي قدر من ضبط النفس
25					أنا شخص حقود
26					أفقد اعصابي

					أنا شخص مهم بالنسبة لأصدقائي وأسرتي	27
					أنا غير محبوب من أسرتي	28
					أشعر أن أسرتي لا تثق بي	29
					أنا مشهور بين النساء	30
					أنا غاضب من العالم كله	31
					من الصعب مصادقتي	32
					في بعض الاحيان افكر في أشياء سيئة جداً لا يصلح الحديث عنها	33
					أحياناً عندما أكون على غير ما يرام ينتابني الضيق	34
					مت بديناً جداً أو نحيفاً جداً	35
					أحب مظهري أن يكون بنفس الطريقة التي هو عليها	36
					بودي أن أغير بعض الأجزاء من جسمي	37
					أنا راض عن سلوكي الأخلاقي	38
					أنا راض عن صلتي بالله	39
					ينبغي أن أذهب الى الجامع أكثر من ذلك	40
					أنا راضي بأن أكون كما أنا تماماً	41
					أنا لطيف تماماً كما يجب على أن أكون	42
					أحتقر نفسي	43
					أنا راضي نع علاقتي الاسرية	44
					أفهم أسرتي تماماً كما يجب علي أن أكون	45
					يجب علي أن أتقي في أسرتي أكثر من ذلك	46
					أنا اجتماعي كما أود أن أكون	47
					أحاول أن أرضي الاخرين ولكني لا أبالغ في ذلك	48
					ست صالحاً اطلاقاً من وجهة النظر الاجتماعية	49
					لا أحب كل من أعرفهم	50
					أضحك أحياناً من النكت التي قد تخرج عن حدود اللياقة	51
					مت طويلاً جداً أو قصيراً جداً	52
					لا أشعر أنني على ما يرام كما يجب	53

					يجب أن يكون لدي جاذبية أكثر	54
					أنا متدين كما أريد أن أكون	55
					بودي أن أكون جدير بالثقة أكثر من ذلك	56
					لا يجب أن أقول مثل هذه الاكاذيب الكثيرة	57
					أنا أنيق كما أود أن أكون	58
					أنا لست الشخص الذي أود أن أكونه	59
					أرغب في ألا استسلم بسهولة كما افعل	60
					أعامل والدي كما يجب علي معاملتهما	61
					أنا حساس جداً لما تقوله أسرتي	62
					يجب أحب أسرتي أكثر من ذلك	63
					أنا راضي عن الطريقة التي أعامل بها الآخرين	64
					يجب أن أكون أكثر أدباً بالنسبة للآخرين	65
					ينبغي أن أتعامل بصورة أفضل مع الآخرين	66
					أرجع الشائعات قليلاً في بعض الأحيان	67
					أشعر أحياناً برغبة في السب	68
					اعتني بنفسي جيداً من الناحية البدنية	69
					أحاول ان اهتم بمظهري	70
					غالباً ما اتصرف كما لو كنت غير ماهر	71
					انا مخلص نحو ديني بكل يوم من حياتي	72
					أحاول ان اغير عند ما اعرف انني اقوم بأشياء خاطئة	73
					أفعل أحياناً أشياء سيئة جداً	74
					أستطيع دائماً العناية بنفسني في اي وقت	75
					أتحمل التأنيب عن أشياء دون ان أفقد اعصابي	76
					أفعل أشياء بدون تفكير مسبق فيها	77
					أحاول ان اكون عادلاً مع اصدقائي وأسرتي	78
					أشعر باهتمام حقيقي نحو أسرتي	79
					أستسلم لوالدي	80
					أحاول ان افهم وجهة نظر الزملاء الآخرين	81
					أتعامل ببسر مع الآخرين	82
					لا أسامح الآخرين بسهولة	83

					افضل الفوز على الهزيمة في اللعب	84
					اشعر انني على ما يرام معظم الوقت	85
					مستوى ادائي الرياضي ضعيف	86
					نومي قليل	87
					افعل ما هو صواب معظم الوقت	88
					استخدم احياناً طرقاً غير مشروعة لشق طريقي	89
					اجد صعوبة في ان افعل ما هو صحيح	90
					احل مشاكلي بسهولة تامة	91
					اغبر رأي كثيراً	92
					احاول ان اهرب من مشاكلي	93
					اقوم بأداء نصيبي من العمل في المنزل	94
					اتشاجر مع اسرتي	95
					لا اتصرف بالطريقة التي ترى اسرتي انه يجب عليا ان اتصرف بها	96
					ارى جوانب حسنه في كل من التقيت بهم من الناس	97
					لا اشعر بالراحة مع بقية الناس	98
					اجد صعوبة في التحدث مع الغرباء	99
					احياناً أجل عمل اليوم الى الغد	100

معلومات اساسية :

ضع علامة (/) امام العبارة الصحيحة :

1/ المركزالذي تلعب فيه الملعب : () مدافع () مهاجم () وسط مدافع () وسط مهاجم

2/ ترتيب فريقك في المنافسة :

14	13	12	11	10	9	8	7	6	5	4	3	2	1

3/ مستوى اللياقة البدنية لديك : () عالية () متوسطة () منخفضة

4/ مستوى التأهيل العلمي : () اساس () ثانوي () جامعي () فوق الجامعي

الباحث : أ. ابو عبيدة محمد العبيد

أولاً : مقياس السلوك العدواني : بعد اجراء التعديلات حسب اشارات المحكمين

غير موافق بشدة	غير موافق	موافق	موافق بشدة	العبارة	
				1 اذا لم يجادل المدرب في قرار خاطئ للحكم فأنني أقوم بالجدال بدلا عنه	
				2 لا أهتم عادة بمشاعر الغضب عندما اتنافس	
				3 أحيانا بعد اشتراكي في مباراة أدرك أن استجاباتي لثورة الجمهور لم يكن لها ما يبررها	
				4 أثناء المباراة أكون غالبا أكثر اضطرابا مما قد يظنه الناس	
				5 لم أعد حساسا لانتقادات مدربي لي أكثر من الزملاء الآخرين	
				6 حينما أحاصر في اللعب أتخذ قرارات كثيرة نابعة من الانفعال فقط	
				7 لم أشعر أبدا باي رغبة في ايداء منافسي	
				8 أفقد أعصابي بسهولة في المارة ولكن أهدأ بسرعة .	
				9 نادرا ما أفقد أعصابي الى الدرجة التي ألقى فيها بالأشياء .	
				10 عندما أستطيع ايقاع منافسي على الأرض فأنني أستمتع بذلك .	
				11 عندما يتفوق على منافسي فأنني أفقد أعصابي الى الدرجة التي أقوم فيها بالقاء الأشياء	
				12 ليس من الضروري ان أكره منافسي في حالة أدائي بأفضل مستوى لي.	
				13 أحيانا لا أستطيع التحكم في اندفاعي نحو ايداء منافسي .	
				14 عندما يتخذ الحكم قرارا خاطئا فأنني أستطيع في العادة أن أتقبله دون ثورة انفعالية .	
				15 اذا لم تؤذي منافسي فانه سوف يؤذيني .	
				16 المباراة كالحرب تحتاج الى الهجوم العنيف الذي يتميز بالخشونة والعنف .	
				17 عندما يحدث ما لا اتوقعه في مباراة فاني أكيف نفسي دائما دون أن أصاب بالاضطراب .	
				18 أكون عادة هادئا وسلسا قبل الاشتراك في المباريات التنافسية .	
				19 تسهل اثارتي في المباريات التنافسية.	
				20 ينبغي ان تؤذي الآخرين اذا أردت أن تفوز .	
				21 أظهر الترحيب بمنافسي في أي مباراة أشارك فيها .	
				22 ليس من عادتي أن ابتعد عن زملائي في الفريق بعد هزيمتنا في مباراة تنافسية .	
				23 الحاق الأذى البدني أو النفسي بمنافسي ضروري لتحقيق الفوز .	

24	حدث أحيانا اثناء شدة المباراة أن أشعر بانني أصبحت شخصاً آخر أكثر عنفاً مما أكون عليه عادة .
25	عندما يصيب منافسي أحد زملائي في الفريق فانني انتقم له بان احاول اصابة هذا المنافس اثناء اللعب .
26	الناس الذين يسبون أو يقذفون الأشياء أو تتملكهم ثورة الغضب عندما تسوء الأمور اثناء المباراة ، أعتبرهم مثل الأطفال .
27	لا أستخدم أبدا عدوانيتي لايذاء منافسي
28	لا أستطيع دائماً أن اعزو الهزيمة الى التحكم السيئ .
29	أدائي أو اتجاهي العقلي يوصفان بالتقلب وعدم الاستقرار .
30	إذا قام الحكم باتخاذ قرار خاطئ فانني لا أستطيع أن أمنع نفسي من أن أجعله يعرف حقيقة شعوري .
31	لا تتمكنني أبدا نوبة غضب من موقف رياضي تنافسي .
32	أحب أن أكون قوياً لأطيح بمنافسي خارج المباراة .
33	من وجهة نظري ان الجدل بين المتنافسين يساعد على اشعال حرارة المباراة .
34	بضايقتي أحياناً أن الآخرين قد لا يقبلون سلوكي الرياضي العدواني .
35	ليس من المحتم أن أغضب لكي ألعب بأقصي ما أستطيع .
36	الحكم في أغلب الأحيان يكون خصماً مثل المنافس تماماً .
37	لم أوجه أبدا اهانة لفظية لمنافسي رغبة في مس شعوره .
38	أحب ان أتافس لأنني بذلك أستطيع اثناء اللعب أن أسقط متاعبي على منافسي .
39	غضبي على الحكام نادراً ما يستمر دون أن أتحكم فيه .
40	عندما أفقد أعصابي بسبب زملائي في الفريق فانني أحياناً أتلفظ بكلمات نابية .
41	ان كلمات مثل (اهجم عليه) أو (اقلته) لا تساعد أبدا على اثاره حماسي للمنافسة الرياضية .
42	أحيانا أحاول ألا أصفح عن منافسي بدلاً من ان أسامح وأنسى .
43	منافسي لا يرغب في ايذائي .
44	من السهل أن تتمكنني الكراهية بمجرد دخولي في مباراة تنافسية .
45	أنا عادة لا أعير انتباها لصياح المتفرجين وهياجم .
46	نادراً ما أسمح باظهار انفعالي لمنافسي .
47	رغم أنه يبدو على الهدوء أحيانا فانني أغلي من الداخل كالبركان .
48	عند اشتراكي في مباراة أفضل التركيز على المباراة بدلاً من الجدل مع المنافسين .

				من العبث هزيمة المنافس نفسياً عن طريق سخريتي منه .	49
				أحاول أحيانا أن أتجنب لقاء منافسي بعد انتهاء المباراة .	50
				في المباريات الخارجية يبدو غالباً أن الحكم يتحيز لأصحاب الارض والجمهور .	51
				لا أستطيع دائماً السيطرة على أفعالي العقلية والجسمية في الموقف الرياضي .	52
				ما شعرت مطلقاً بالكره الشديد لمنافسي .	53

ثانياً : مقياس مفهوم الذات : بعد اجراء التعديلات حسب اشارات المحكمين .

الفقرة	لا تنطبق علي تماماً	لا تنطبق علي غالباً	تنطبق علي احياناً ولا تنطبق احياناً أخرى	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي تماماً
1					
2					
3					
4					
5					
6					
7					
8					
9					
10					
11					
12					
13					
14					
15					
16					
17					
18					
19					
20					

					أنا شخص متدين	21
					أنا فاشل أخلاقياً	22
					أنا شخص ضعيف من الناحية الاخلاقية	23
					لدي قدر من ضبط النفس	24
					أنا شخص حقود	25
					أفقد اعصابي	26
					أنا شخص مهم بالنسبة لاصدقائي وأسرتي	27
					أنا غير محبوب من أسرتي	28
					أشعر أن أسرتي لا تثق بي	29
					أنا مشهور بين النساء	30
					أنا غاضب من العالم كله	31
					من الصعب مصادقتي	32
					في بعض الاحيان افكر في أشياء سيئة جداً لا يصلح الحديث عنها	33
					أحياناً عندما أكون على غير ما يرام ينتابني الضيق	34
					مت بديناً جداً أو نحيفاً جداً	35
					أحب مظهري أن يكون بنفس الطريقة التي هو عليها	36
					بودي أن أغير بعض الأجزاء من جسمي	37
					أنا راض عن سلوكي الأخلاقي	38
					أنا راض عن صلتي بالله	39
					ينبغي أن أذهب الى الجامع أكثر من ذلك	40
					أنا راضي بأن أكون كما أنا تماماً	41
					أنا لطيف تماماً كما يجب على أن أكون	42
					أحتقر نفسي	43
					أنا راضي عن علاقتي الاسرية	44
					أفهم أسرتي تماماً كما يجب علي أن أكون	45
					يجب علي أن أتقي في أسرتي أكثر من ذلك	46
					أنا اجتماعي كما أود أن أكون	47
					أحاول أن أرضي الاخرين ولكني لا أبالغ في ذلك	48
					ست صالحاً اطلاقاً من وجهة النظر الاجتماعية	49

					لا أحب كل من أعرفهم	50
					أضحك أحياناً من النكت التي قد تخرج عن حدود اللياقة	51
					مت طويلاً جداً أو قصيراً جداً	52
					لا أشعر أنني على ما يرام كما يجب	53
					يجب أن يكون لدي جاذبية أكثر	54
					أنا متدين كما أريد أن أكون	55
					بودي أن أكون جدير بالثقة أكثر من ذلك	56
					لا يجب أن أقول مثل هذه الاكاذيب الكثيرة	57
					أنا أنيق كما أود أن أكون	58
					أنا لست الشخص الذي أود أن أكونه	59
					أرغب في ألا استسلام بسهولة كما افعل	60
					أعامل والدي كما يجب علي معاملتهما	61
					أنا حساس جداً لما تقوله أسرتي	62
					يجب أنت أحب أسرتي أكثر من ذلك	63
					أنا راضي عن الطريقة التي أعامل بها الآخرين	64
					يجب أن أكون أكثر أدباً بالنسبة للآخرين	65
					ينبغي أن أتعامل بصورة أفضل مع الآخرين	66
					أروح الشائعات قليلاً في بعض الأحيان	67
					أشعر أحياناً برغبة في السب	68
					عتني بنفسي جيداً من الناحية البدنية	69
					احاول ان اهتم بمظهري	70
					غالباً ما اتصرف كما لو كنت غير ماهر	71
					انا مخلص نحو ديني بكل يوم من حياتي	72
					احاول ان اتغير عند ما اعرف انني اقوم باشياء خاطئة	73
					فعل احياناً اشياء سيئة جداً	74
					استطيع دائماً العناية بنفسني في اي وقت	75
					اتحمل التأنيب عن اشياء دقن ان افقد اعصابي	76
					افعل اشياء بدون تفكير مسبق فيها	77
					حاول ان اكون عادلاً مع اصدقائي واسرتي	78

					اشعر باهتمام حقيق نحو اسرتي	79
					استسلم لوالدي	80
					احاول ان افهم وجهة نظر الزملاء الاخرين	81
					اتعامل ببسر مع الاخرين	82
					لا اسامح الاخرين بسهولة	83
					افضل الفوز على الهزيمة في اللعب	84
					اشعر انني على ما يرام معظم الوقت	85
					مستوى ادائي الرياضي ضعيف	86
					نومي قليل	87
					افعل ما هو صواب معظم الوقت	88
					استخدم احيانا غير مشروعة لشق طريقي	89
					اجد صعوبة في ان افعل ما هو صحيح	90
					احل مشاكلي بسهولة تامة	91
					اغبر رأي كثيراً	92
					احاول ان اهرب من مشاكلي	93
					اقوم بأداء نصيبي من العمل في المنزل	94
					اتشاجر مع اسرتي	95
					لا اتصرف بالطريقة التي ترى اسرتي انه يجب عليا ان اتصرف بها	96
					ارى جوانب حسنه في كل من التقيت بهم من الناس	97
					لا اشعر بالراحة مع بقية الناس	98
					اجد صعوبة في التحدث مع الغرباء	99
					احيانا أجل عمل اليوم الى الغد	100