

Psychological Stability and Its Relationship with Students' Motivation to Learn in the Subject of Wrestling

Asst. Lect. Ali Kazim Ali Khan¹

^{1,2} College of Physical Education and Sports Sciences, University of Babylon, Iraq

* **Corresponding author, Email: phy183.ali.kadhim@uobabylon.edu.iq**

Research submission date: 14/11/2024

Publication date: 15/01/2025

Abstract

The research aims to identify the degree of psychological stability and motivation of students to learn in wrestling, and to identify the correlation between psychological stability and motivation of students to learn in wrestling. The researcher adopted the descriptive approach using the survey method and correlational relationships. The research sample was determined by the third-stage students in the College of Physical Education, University of Babylon, numbering (102) students for the academic year (2024-2025). The researcher chose the research sample randomly, which numbered (50) students. He applied the stability scale with its paragraphs amounting to (25) paragraphs, and the learning motivation scale in wrestling with its paragraphs amounting to (36) paragraphs. The alternatives for answering the paragraphs of the two scales are (never, often, sometimes, rarely, always) and the weights for answering those alternatives are (5, 4, 3, 2, 1). Among the conclusions that the research came out with is that students who enjoy high psychological stability tend to think positively, which It enhances their motivation towards learning, and there is a direct moral correlation between psychological stability and students' learning motivation in wrestling. Among the recommendations recommended by the researcher is enhancing psychological stability among students as part of educational strategies, and encouraging students to develop psychological stability and determination to achieve their goals.

Keywords:

Psychological stability, learning motivation, wrestling.



الثبات النفسي وعلاقته بدافعية تعلم الطلاب في مادة المصارعة

م.م علي كاظم علي خان¹

^{1,2} كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة، جامعة بابل، العراق

*البريد الإلكتروني للمؤلف المراسل: phy183.ali.kadhim@uobabylon.edu.iq

تاريخ النشر/2025/01/15

تاريخ تسليم البحث/2024/11/14

الملخص

يهدف البحث الى التعرف على درجة الثبات النفسي ودافعية تعلم الطلاب في مادة المصارعة ، والتعرف على العلاقة الارتباطية ما بين الثبات النفسي ودافعية تعلم الطلاب في مادة المصارعة . وانتهج الباحث المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي والعلاقات الارتباطية ، وتحدد عينة البحث بطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية الرياضية جامعة بابل وألبالغ عددهم (102) طالب للسنة الدراسية (2024 - 2025) ، واختار الباحث عينة البحث بطريقة عشوائية والتي بلغ عددها (50) طالب ، وطبق مقياس الثبات بفقراته البالغة (25) فقرة ، ومقياس دافعية التعلم في المصارعة بفقراته البالغة (36) فقرة ، وبدائل الاجابة على فقرات المقياسين هي (أبدأ ، غالباً ، أحياناً ، نادراً ، دائماً) وأوزان الاجابة على تلك البدائل (5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) ، ومن الاستنتاجات التي خرج بها البحث ، ان الطلاب الذين يتمتعون بثبات نفسي عالٍ يميلون إلى التفكير الإيجابي مما يعزز دافعتهم نحو التعلم ، ووجود علاقة الارتباط المعنوية الطردية بين الثبات النفسي ودافعية تعلم الطلاب في مادة المصارعة ، ومن التوصيات التي يوصي بها الباحث تعزيز الثبات النفسي لدى الطلاب كجزء من الاستراتيجيات التعليمية ، وتشجيع الطلاب على تطوير الثبات النفسي والتصميم على تحقيق أهدافهم .

الكلمات المفتاحية:

الثبات النفسي ، دافعية التعلم ، المصارعة .

1 تعريف البحث :**1-1 مقدمة البحث وأهميته :**

إن نظرية التعلم هي من النظريات الضرورية في مراحل الحياة للطلاب هي في الحقيقة لا تقتصر على المواد العلمية فحسب وإنما تشمل الجانب التربوي والثقافي لكل جوانب الحياة كل هذه الجوانب تصب في خدمة تقويم شخصية التلاميذ وتقييم مستوى دافعية التعلم، وخصوصاً مرحلة المراهقة إذ تعد مرحلة حرجة من عمر الإنسان إذ تتسم بالصراع والقلق والمخاوف التي تنتاب المراهق تعزى إلى غموض المجال السلوكي ويتبع ذلك تردد وعدم ثبات وعدم المعرفة بقواعد المجال السلوكي وأصوله .

أن طبيعة حياة الإنسان ان يعيش في مجتمع يتكون من أفكار مختلفة الثقافات وعادات وتقاليد متنوعة من خلال ما يقوم به من تصرفات سلوكية يومية متنوعة ومتغيرة نظراً لحاجاته الضرورية ، وعادة ما يقوم الشخص بتباعد طرق متعدد لأصهار سلوكياته المختلفة صحيحة كانت أم خاطئة من أجل الوصول إلى مبتغاه وذلك بتباعد الهوا ولأمل . بهدف تحقيق قدر عالي من الثبات النفسي ، وعندما يتخطى الأمر الجوانب الذاتية ، ويسعى للتعايش مع البيئة والمحيطين به ، فهو يكون في محاولة لتحقيق الثبات النفسي ، وهذا لا يعني ان الشخص بعيد عن المشكلات ولا يواجه اي عقبات تحول بينه وبين اشباع حاجاته والوصول الى اهدافه ، فليس هناك فرد من دون مشكلات ، وغالباً ما يتعرض الفرد عموماً والطلاب خصوصاً الى ازمت نفسية نتيجة مواجهة مطالب متلاحقة تتجاوز او تفوق بعض الاحيان امكانياتهم وقدراتهم .

إن الثبات النفسي له من دور كبير في تحديد طبيعة المستوى العلمي للطلاب وإنما تعتمد أيضاً على طبيعة حرص الطالب وجوانب كثيرة مهمة لذا فهذا الاختلاف سيولد أيضاً اختلاف مستوى التحصيل الدراسي ، إذ ان الصعوبات الدراسية تشكل ضغطاً شديداً على الطلاب ؛ وذلك بسبب المطالبة بتحقيق النجاح في الدراسة ، وتحقيق طموحهم الشخصي ورد الجميل لأسرهم التي خصصت من دخلها المادي للإنفاق على الدراسة ، ويمكن الثبات النفسي من التعلم الجيد ، فان التعلم يتطلب قدرة من التركيز والثبات الانفعالي والهدوء النفسي وخالي من الاضطرابات النفسية والشخصية والثبات النفسي يختلف عند الطلاب ، اي ان الطلاب اللذين يواجهون صعوبات دراسية كانوا اقل ثباتاً من الناحية النفسية من الطلاب اللذين لا يواجهون اي صعوبة في الدراسة ، يرى (الاعسر 2010) " قدرة الشخص على التوقع والتعافي والصبر وتحمل المشاكل والصعاب والمحن والصدمات سواء اكانت جسدية او نفسية او عاطفية او اقتصادية " (الاعسر :2010 ، 69) .

وتكمن اهمية البحث في معرفة درجة الثبات النفسي وكذلك دافعية تعلم الطلاب في مادة المصارعة والعلاقة بينهما ، وذلك لأن الانجاز في رياضة المصارعة لا يتحقق بدون التغلب على عوامل عديدة منها الخوف والتردد والقلق ، كل هذه المتغيرات ترتبط بلجانب النفسي .

2-1 مشكلة البحث :

خلال ملاحظة ومتابعة الباحث للمحاضرات العملية للطلاب في مادة المصارعة وجد انه هناك تلكؤ في تعلم مسكات المصارعة ، ومن أسباب ذلك يعود الى الجانب النفسي الذي يلعب دوراً رئيسياً في دافعية التعلم والاستجابة للأداء العلمي والعملية ، من ما تقدم فان الدراسة تقودنا الى التساؤل الاتي : هل هناك علاقة ترابط ما بين عمل الثبات النفسي ودافعية تعلم الطلاب في مادة المصارعة ؟

3-1 : اهداف البحث :

1. اعداد مقياسي الثبات النفسي ودافعية تعلم الطلاب في مادة المصارعة .
2. التعرف على درجة الثبات النفسي ودافعية تعلم الطلاب في مادة المصارعة .
3. التعرف على العلاقة الارتباطية ما بين الثبات النفسي ودافعية تعلم الطلاب في مادة المصارعة.

4-1 فرض البحث :

- يوجد علاقة ارتباط ما بين الثبات النفسي ودافعية تعلم الطلاب في مادة المصارعة.

5-1 مجالات البحث :

1-5-1 المجال البشري : طلاب المرحلة الثالثة – كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بابل العام الدراسي 2024-2025 .

2-5-1 : المجال الزمني : المدة م2024/12/15 لغاية 2025/1/20

3-5-1 : المجال المكاني : قاعة المصارعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة – جامعة بابل .

2- منهجية البحث وإجراءاته الميدانية :**1-2 منهج البحث :**

أن طبيعة المشكلة التي أراد الباحث دراستها هي من خلالها حدد الباحث كيفية المنهج وانتهج الباحث المنهج الوصفي وبأسلوب الدراسة المسحية والعلاقات الارتباطية .

2-2 مجتمع وعينة البحث :

تحدد مجتمع البحث بطلاب المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بابل وبالغ عددهم (102) طالب ، واختار الباحث عينة أبحاث بالطريقة العشوائية وبالبالغ عددهم (50) طالب .

الجدول (1)

يبين عينة الدراسة

النسبة المئوية	عدد أفراد التجربة الرئيسية	النسبة المئوية	عدد أفراد التجربة الاستطلاعية
%49.02	50	%98.80	10

3-2 الأجهزة الأدوات والوسائل المستخدمة في البحث :

- ساعة توقيت العدد (1) .
- حاسبة محمولة نوع (Dell) - عدد (1) .
- ادوات مكتبية (اوراق – أقلام) .
- المصادر العربية والأجنبية .
- الاختبارات والمقاييس .
- مقياسي الثبات النفسي ودافعية التعلم .

4-2 إجراءات البحث الميدانية :**1-4-2 إجراءات أعداد مقياس الثبات النفسي ودافعية التعلم**

اعتمد ألباحث مقياس الثبات النفسي المعتمد من قبل (واكنيلد ويانك 1993) والمعرب من قبل (الركابي وعلي 2022) ، والذي يتكون من (25) فقرة .
أما مقياس دافعية التعلم تم اعتماد المقياس المعد من قبل (ده مير 2004) والمعدل من قبل (الحديثي وحمدون 2019) ، وقد احتوى المقياس على (36) فقرة .
وبدائل الاجابة على فقرات المقياس وهي (أبدأ، غالباً، أحياناً، نادراً، دائماً) وأوزان الاجابة على تلك البدائل (5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) .

ومن أجل تطبيق المقياسان قام الباحث بعرضهما على مجموعة من السادة الخبراء والمختصين في مجال علم النفس الرياضي والاختبار والقياس ، للأستفادة من خبراتهم في تقييم مدى صلاحية المقاييس ودقتها . بعد الاطلاع على آراء الخبراء، تم اجراء التعديلات الازمة بما يتناسب مع الأهداف المحددة للدراسة. بعد التعديلات ، تم التأكد من صلاحية الفقرات وأسلوب صياغتها بما ينسجم مع طبيعة المادة الدراسية وأهدافها . ولضمان الدقة في الأجابات ، تم توضيح تعليمات الإجابة وتحديد الخيارات بوضوح وشفافية. كانت الإجابات الصحيحة مستندة الى الأسس العلمية الصحيحة للمادة الدراسية ، مع التركيز على وضوح المعاني ودقة الإجابة ، مع أخفاء الغرض الحقيقي من الدراسة لمنع تأثير التحيز على المشاركين.

قام الباحث بوضع تعليمات للإجابة عن فقرات المقياسان ، اذ ان الاجابة الصحيحة هي بوضع تعليمات تسهل على المجيب الجواب الصحيح

2-4-2 التجربة الاستطلاعية لمقياسي الثبات النفسي ودافعية التعلم

أجريت التجربة الاستطلاعية للتحقق من وضوح التعليمات وسهولة فهم فقرات المقاييس ومدى ملامتها للمستوى العلمي للمشاركين . تم تنفيذ التجربة بتاريخ 2024/12/25 على عينة مكونة من (10) طلاب من المرحلة الثالثة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة . بهدف :

- التأكد من وضوح التعليمات وصياغة الفقرات .
 - قياس الوقت اللازم للأجابة على المقاييس .
 - تحديد أي صعوبات قد تواجه المشاركين .
- خلال التجربة ، تواجد الباحث للإجابة على أستفسارات المشاركين ومساعدتهم في فهم الأسئلة دون التأثير على أجاباتهم . وقد كشفت التجربة الاستطلاعية على :
- أن الوقت المستغرق للتطبيق ما بين (15 - 20) دقيقة .
 - بدائل الإجابة كانت مناسبة لمستوى أفراد العينة .
 - ألمقياسان كانا مناسبين للعينة .
 - ألفقرات كانت واضحة وغير غامضة .
 - أن التعليمات كانت واضحة من قبل أفراد العينة .
- وبذلك أصبح المقياسان جاهزاً للتطبيق على العينة الرئيسية .

3-4-2 التجربة الرئيسية لمقياس الثبات النفسي ودافعية التعلم :

اجرى الباحث تطبيق مقياسي الثبات النفسي ودافعية التعلم على طلاب المرحلة الثالثة ألبالغ عددهم (50) طالب في يوم الأربعاء الموافق (2025/1/8) في قاعة المصارعة في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة بابل .

4-4-2 تصحيح مقياسي الثبات النفسي ودافعية التعلم

جمعت استمارات الاجابة لعينة البحث واستخراج الدرجات الكلية لها باستعمال مفتاح التصحيح المعد لهذا الغرض والذي يقضي بالآتي :

- مقياس الثبات النفسي : الدرجة القصوية النظرية (125) درجة و اقل درجة نظرية (25) درجة والوسط الفرضي (75) درجة .
- مقياس دافعية التعلم : الدرجة القصوية النظرية (180) درجة و اقل درجة نظرية (36) درجة والوسط الفرضي (108) درجة .

2-4-5 الأسس العلمية لمقياسي الثبات النفسي ودافعية التعلم :

يعكس الصدق مدى دقة المقياس في قياس الظاهرة المستهدفة. لتحقيق ذلك، يجب أن تكون الفقرات مرتبطة بشكل وثيق بالبعد المراد قياسها من أنواعه:

الصدق الظاهري : يتم التحقق منه بعرض المقياس على مجموعة من الخبراء للحكم على ملاءمته ووضوح فقراته .

صدق المحتوى : يركز على شمول المقياس لكافة الجوانب المتعلقة بالظاهرة ، بحيث لا يتجاهل أي بعد هام .

الثبات : يشير إلى مدى اتساق واستقرار نتائج المقياس عند إعادة تطبيقه في ظروف متشابهة . من أهم طرق قياسه :

إعادة الاختبار : ا يتم ذلك بتطبيق المقياس على نفس العينة في فترتين زمنيتين مختلفتين ، ومقارنة النتائج للتحقق من الاستقرار .

الثبات الداخلي : يعتمد على مدى تجانس الفقرات ورتباطها ببعضها البعض ، باستخدام معاملات مثل معامل كرونباخ ألفا .

لصدق والثبات يعدان من أهم الخصائص السيكومترية التي يجب توفرها في المقياس النفسي ومهما كان الغرض من استخدامه وعليه يجب التحقق من هذه الخصائص من أجل ضمان جودة وصلاحيته المقياس المستخدم بالقياس والتقويم .

ثبات المقياسين

تم إيجاد معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية على العينة البالغة (50) طالب ، إذ جُرأت فقرات المقياسين إلى فقرات فردية وأخرى زوجية ، وتبين عدم دلالتها الإحصائية ، وهذا يعني تجانس تباين الفقرات الفردية والزوجية ، وبعدها حساب معامل ثبات نصف المقياس بين درجات الافراد على قسمي المقياس باستخدام معامل ارتباط (بيرسون) ، في مقياس الثبات النفسي بلغت العلاقة الارتباطية بين النصفين (0.654) ، وبعدها خضع معامل الارتباط للتصحيح باستخدام معادلة (سيبرمان – براون) فبلغ معامل الثبات (0.791) وهو معامل ثبات عال ، وفي مقياس دافعية التعلم بلغت العلاقة الارتباطية بين النصفين (0.764) ، وبعدها خضع معامل الارتباط للتصحيح باستخدام معادلة (سيبرمان – براون) فبلغ معامل الثبات (0.866) وهو معامل ثبات عال.

2-5 الوسائل الإحصائية :

قام الباحث باستخراج النتائج عن طريق الوسائل الإحصائية الآتية :

1. الوسط الحسابي .
2. الانحراف المعياري .
3. معامل الارتباط البسيط (بيرسون) .
4. الوسط الفرضي .

3 عرض النتائج وتحليلها ومناقشتها :

1-3 عرض نتائج مقياسي الثبات النفسي ودافعية التعلم وتحليلها ومناقشتها :

لتحقيق هدف التعرف على الثبات النفسي ودافعية التعلم لدى طلاب المرحلة الثالثة , تم استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري والوسط الفرضي وقيمة (t) المحسوبة , والجدول (2) بين ذلك .

الجدول (2)
الوسط الحسابي والانحراف المعياري وقيمة (T) المحسوبة ودلالاتها لمقياسي الثبات النفسي ودافعية التعلم

المقياس	الوسط الحسابي	الوسط الفرضي	الانحراف المعياري	قيمة (t) المحسوبة	مستوى الدلالة	النتيجة
الثبات النفسي	103.800	75	4.845	42.037	0.000	معنوي
دافعية التعلم	144.080	108	6.243	40.867	0.000	معنوي

يتبين لنا من الجدول (2) أن قيمة الوسط الحسابي في الثبات النفسي قد بلغت (103.800) وهي اعلى من الوسط الفرضي والبالغ (75) مما يدل على تمتع العينة بدرجة ثبات نفسي ، وفي دافعية التعلم ظهر ان قيمة الوسط الحسابي بلغت (144.080) وهي اعلى من درجة الوسط الفرضي البالغ (108) مما يدل على تمتع العينة بدافعية تعلم مادة المصارعة ، والسبب في ذلك يعود الى مداومة الطلاب في الحضور الى محاضرة المصارعة واستخدام عامل التشويق والاثارة للطلاب من قبل المدرس مما يؤدي الى ارتفاع دافعية التعلم لديهم .

3-3 عرض وتحليل ومناقشة العلاقة الارتباطية بين الثبات النفسي ودافعية التعلم :

لأجل تحقيق هذا الهدف كان لابد لنا من ايجاد معامل ارتباط بيرسون لمتغيري البحث وكما مبين في الجدول (3) .

الجدول (3)

معامل الارتباط بين الثبات النفسي ودافعية التعلم

المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	النتيجة
الثبات النفسي × دافعية التعلم	0.855	0.000	معنوي

يتبين لنا من الجدول (3) انه هناك علاقة ارتباط معنوية طردية بين الثبات النفسي ودافعية تعلم الطلاب في مادة المصارعة ، ويعني ذلك زيادة قيمة الثبات النفسي يزداد معه دافعية التعلم ، وهذا يعود الى طبيعة الطلاب وكيفية التأقلم مع المادة الدراسية وتفهمها لتلك المادة من خلال التكرار والتركيز على الاداء العملي لمادة المصارعة ، وبالخصوص ان الثبات النفسي للطلاب جانب مهم في تحفيزهم على التحمل والحفاظ على الهدوء والتوافق والمواجهة الإيجابية للمشكلات والسعي في حلها ، كما يؤدي دور جيد في القدرة على التعلم . ويرى (حامد 2011) " يعد الثبات النفسي بناء قائم على العديد من المواد في مختلف التخصصات العلمية والإنسانية " (حامد : 2011 ، 62) ، ان ارتفاع درجة الثبات النفسي عند الطلاب يعود بالفائدة عليهم في عدم التأثر بالضغوطات الدراسية والقدرة على الخوض في الامتحانات والواجبات التي تكلف اليهم ، فهي بمثابة طاقة إيجابية تبعث الحيوية والنشاط وتحمل الصعاب ، إذ يساعد الطلاب على

تحمل الضغوط والتحديات التي قد يواجهونها والابتعاد عن التوتر والخوف والفشل أثناء تعلم مسكات المصارعة ، إذ يؤكد ذلك (فخري 2010) "ان الشخص الذي يحمل ملكة الثبات النفسي هو شخص لا يتأثر بتقلب الأحوال والصمود والقوة والقدرة على خوض المحن والشدائد ، والتصدي والمقاومة وحمل الالام والصعاب ، إذ لا تعتريه الهزيمة والانكسار امام كل الشدائد والصعوبات التي يتعرض لها خلال حياته ، فهو يشعر دائماً بالهمة والنشاط والقوة . (فخري : 2010، 12) .

ان الثبات النفسي يُعد من العوامل المهمة التي تؤثر في دافعية الطلاب نحو التعلم ، خاصة في الالعب التي تتطلب جهداً بدنياً وعقلياً كبيراً مثل المصارعة ، ويساعد الطلاب على التركيز على أهدافهم وتحسين أدائهم بشكل مستمر مما يؤدي الى ارتفاع دافعية التعلم والمواصلة عليه .

4- الاستنتاجات والتوصيات :

1-4 الاستنتاجات :

1. تمتع العينة في الثبات النفسي ودافعية تعلم الطلاب في مادة المصارعة .
2. ان الطلاب الذين يتمتعون بثبات نفسي عالٍ يميلون إلى التفكير الإيجابي مما يعزز دافعتهم نحو التعلم.
3. ان الثبات النفسي يلعب دوراً مهماً في تعزيز دافعية الطلاب نحو التعلم في مادة المصارعة .
4. وجود علاقة ارتباط معنوية طردية بين الثبات النفسي ودافعية تعلم الطلاب في مادة المصارعة .

2-4 التوصيات :

1. الاستمرار في التعلم حتى في ظل الظروف الصعبة من خلال تعزيز الثبات النفسي .
2. تعزيز الثبات النفسي لدى الطلاب كجزء من الاستراتيجيات التعليمية.
3. شجيع الطلاب على تطوير الثبات النفسي والتصميم على تحقيق أهدافهم .
4. اجراء الدراسات العلمية لمتغيرات نفسية اخرى للطلاب لما لها علاقة بطبيعة الاداء في مادة المصارعة.

المصادر :

- الاعسر ، صفاء : أضمود من منضور من منظور علم النفس الإيجابي ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، الجمعية المصرية للدراسات النفسية ، المجلد (20) ، العدد (66) ، 2010 ، ص 25-29.
- جواد ، حسين حمزة ، عبد الرضا ، سعيد سليم : نمذجة العلاقة السببية بين المناعة النفسية والتمايز الذاتي وكفاءة المواجهة لدى لاعبي كرة القدم ، مجلة البحوث في العلوم الإنسانية والاجتماعية ، مؤتمر جامعة بابل وجامعة لبنان ، المجلد (1) ، العدد (1) ، 2023 ، ص 1 – 21 .
- الحديثي ، خليل ابراهيم ، حمدون ، فواز جاسم : أثر دمج أسلوب المتسلسل والمكثف في تعلم بعض مسكات المصارعة الحرة وعلاقتها بدافعية التعلم ، مجلة كربلاء لعلوم التربية الرياضية ، المجلد (5) ، العدد (2) ، 2019 ، ص 61-77 .
- الركابي ، حيدر حبيب عذيب ، علي ، اسراء عبد الحسين : الثبات النفسي لدى طلبة جامعة سومر ، مجلة كلية التربية للعلوم الإنسانية جامعة ذي قار ، المجلد (12) ، العدد (1) ، 2022 ، ص 138 – 159 .
- فخري ، محمد حميد : الثبات النفسي ، ط2 ، القاهرة ، الجمعية المصرية للدراسات التربوية ، 2010 .
- ألكبيسي ، وهيب مجيد : القياس النفسي بين النظرية والتطبيق، ط1 ، بيروت ، العالمية المتحدة ، 2010 .

الملحق (1)
مقياس الثبات النفسي

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1.	اقوم بالأشياء خطوة بخطوة					
2.	عندما أضع خطط لتحقيق هدف معين استمر بمتابعته حتى النهاية					
3.	أتدبر اموري بطريقة ما أو بأخرى					
4.	استطيع النظر الى الموقف بعدة طرق					
	إذا اعتمد على نفسي أكثر من أي شخص آخر					
5.	أؤجل عمل الأشياء					
6.	لا بأس بالنسبة لي إذا كان هناك أناس لا يحبونني					
7.	أمتلك طاقة كافية لفعل ما يريد فعله					
8.	المحافظة والاهتمام بالأشياء مهم بالنسبة لي					
9.	عندما أكون في موقف صعبه استطيع الخروج منها					
10.	أشعر اني استطيع تدبر عدة اشياء في وقت واحد					
11.	يمكنني أن أكون لوحدي إذا توجب على ذلك					
12.	أشعر بالفخر بآتي قد انجزت اشياء في حياتي					
13.	أتسال ما الهدف مما أنا فيه					
14.	أنا عاقد العزم (مصمم) على تجاوز ما اعترضني في حياتي					
15.	في الأوقات الطارئة الكون شخصاً يستطيع الناس الاعتماد عليه					
16.	أعتني بالأشياء باستمرار					
17.	أستطيع عادة أن أجد شيء ما يسليني الضحك منها					
18.	حياتي لها معنى					
19.	لدي انضباط نفس عالي					

					20. لا اركز على الأشياء التي لا أستطيع ان افعل أي شيء حولها
					21. اجبر نفسي على القيام بالأشياء سواء اردتها ام لا
					22. ايماني بنفسي جعلني انجح في الأوقات الصحية
					23. يمكنني تجاوز الأوقات العصبية لأنني عشت صعوبات سابقة
					24. انا صديق مع ذاتي

الملحق (2)
مقياس دافعية التعلم

ت	الفقرات	دائماً	غالباً	أحياناً	نادراً	أبداً
1.	أشعر بالسعادة عندما العلم مسكة جديدة في لعبة المصارعة.					
2.	تهتم عائلتي بممارستي للعبة المصارعة.					
3.	ارغب بتمارين ضمن مجموعة					
4.	أعتقد أن جزء من الأساليب التعليمية المتبعة من قبل المدرس غير فعالة.					
5.	استفاد من الأفكار الجديدة التي اتعلمها من المدرس					
6.	لدى النزعة إلى ترك لعبة المصارعة بسبب صعوبتها					
7.	أرغب الاستمرار بالتمرين في اللعبة بعض النظر عن النتائج.					
8.	أواجه المواقف المختلفة بالتمرين بروح معنوية عالية.					
9.	تصغي إلى عائلتي أثناء حديثي عن النادي.					
10.	أجد صعوبة في التركيز والمتابعة لتوجيهات المدرس .					
11.	أعتقد أحياناً أن المسكات التي يقدمها المدرس غير مدبرة.					
12.	لدي ثقة كبيرة بنفسني في تعلم مسكات لعبة المصارعة.					
13.	أنجب المواقف التي تنسم بالخطورة أثناء التمرين.					
14.	أعارض على النزال العقوبات على اللاعبين بغض النظر عن الأسباب					
15.	أشعر بالسعادة والارتياح عند ممارسة التمرين.					
16.	أحرص على عدم التغيب عن وحدات التمرين.					
17.	أشعر بالضيق والضجر أثناء أداء التمرين مع الزملاء.					
18.	أمارس لعبة المصارعة بالدفاع.					

					19. أشعر بالرضى عندما أقوم بتطوير مهاراتي في لعبة المصارعة.
					20. امتنع عن أداء بعض المسكات الصعبة والتي تحتاج إلى جهد أكبر.
					21. أجد في ممارسة لعبة المصارعة ما يدفعني للجد والمثابرة.
					22. أحرص على أن العيد بالسلوك والقوانين في لعبة المصارعة.
					23. يسعدني أن تعطي المكافآت للاعبين بمقدار الجهد المبذول.
					24. أحرص على تنفيذ ما يطلبه علي المدرس أثناء التمرين.
					25. أتمرن على مسكات المصارعة لغرض التعلم وليس للحصول على الانجاز.
					26. أتابع أفلام فيديو تعليمية عن مسكات لعبة المصارعة.
					27. أرغب أن أصبح مدرب للعبة المصارعة في المستقبل.
					28. لا أشعر بالقلق من الفشل أثناء تطبيق المسكات.
					29. أتمنى زيادة عدد ساعات التمرين الأسبوعية.
					30. لدي رغبة شديدة في معرفة المسكات المضادة في لعبة المصارعة.
					31. أحرص على قيامي بأداء تمرينائي بانتظام.
					32. أشعر بالضجر عندما يكلفني المدرس بأنشطة إضافية أثناء التمرين.
					33. أشعر بملل من التمارين المكررة في الدروس .
					34. التدريب مع زملائي الطلاب يحسن من مستوى أدائي.
					35. مراجعة ما تعلمناه في الدروس السابقة يحسن مستواي .
					36. أقوم بتنفيذ المهارات عند إعطائي الأوامر وبسرعة .