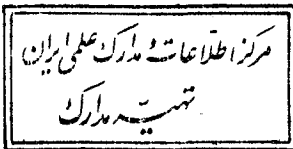


Portrait of a man



دانشگاه تربیت مدرس

دانشکده علوم انسانی

رساله کارشناسی ارشد مدرسی

در رشته تربیت بدنی و علوم ورزشی

موضوع:

"بررسی و مقایسه سطح عزت نفس معلولین

ورزشکار و غیرورزشکار"

استاد راهنما:

جناب آقای دکتر محمد خبیری

استاد مشاور:

سرکار خانم دکتر پروین کدیور

نگارش:

بهروز گل محمدی

مرداد ۱۳۷۲

۱۶۸۹۷

به نام آنکه هستی نام از او یافت

فلک جنبش ، زمین آرام از او یافت

خدائی کا فرینش در سجودش

گواهی مطلق آموخت در وجودش

تعالی الله بی مثل و مانند

که خوانندش خداوندان خداوند

فلک برپای داروانجم افروز

خردرایی میانجی حکمت آموز

---

تقديم بـه :

پدروما درم که همواره مشوق من در امر تحصیل بودند، و به  
همسر مهربان و فداکارم که در طی تحصیل رنج دوری و مشکلات  
را با صبر و بردباری فراوان تحمل نمودند.

---

=====

### تشکر و قدردانی :

– از اساتید معظمه جناب آقای دکتر خبیری و سرکار خانم دکتر کدیور  
که در طی مراحل تحقیق به کرات مورد سؤال واقع شدند و همواره  
راهنمای ما در این تحقیق بودند، کمال تشکر و سپاسگزاری را دارم.

– از آقایان اعلیٰ صادق زاده و مجید رضایی دانشجویان کارشناسی  
ارشد رشته آمار، بخاطر تقبل زحمات عملیات آماری در این تحقیق  
قدردانی می‌نمایم.

– از آقای محمد تقی اقدسی دانشجوی کارشناسی ارشد تربیت بدنی  
که مرا در انتخاب موضوع یاری نموده‌اند، تشکر می‌نمایم.

از همسر، سرکار خانم نسرين فقيه مجیدی، لیسانس زبان انگلیسی  
در ترجمه تعدادی از مقالات و کتب صمیمانه تشکر می‌نمایم.

=====

## "چگونه تحقیق"

آیا پرداختن به ورزش و برنام‌های تربیت بدنی و شرکت در فعالیت‌های بدنی می‌تواند شرایطی را برای معلولین بوجود بیاورد که به خویشتن‌شناسی آنها کمک کرده و در راه ارزیابی ویژگی‌های خود آنها را یاری دهند؟ جهت پاسخگویی به این سؤال عزت نفس دوگروه از معلولین ورزشکار و غیر ورزشکار مورد مقایسه و بررسی قرار گرفته است.

روش تحقیق زمینه‌ای است که بر روی ۳۰۰ نفر (۱۵۰ نفر ورزشکار و ۱۵۰ نفر غیر ورزشکار) از جامعه معلولین سازمان بهزیستی استان تهران انجام پذیرفت و ابزار جمع‌آوری اطلاعات و سنجش عزت نفس، سیاه‌عزت نفس کوپراسمیت که در ۳۵ عنوان تنظیم شده می‌باشد.

پس از جمع‌آوری اطلاعات و تجزیه و تحلیل آنها با استفاده از برنام‌های کامپیوتری SPSS و PE2 و Hg و پس از آزمون فرضیه‌ها بر طبق فرمول  $t$ -student نتایج ذیل حاصل گردید:

- ۱- اختلاف معنی‌داری بین عزت نفس معلولین ورزشکار و معلولین غیر ورزشکار با اطمینان ۹۵٪ مشاهده گردید.
- ۲- اختلاف معنی‌داری بین عزت نفس معلولین ورزشکار رشته‌های انفرادی و اجتماعی با سطح اطمینان ۹۵٪ مشاهده نگردید.
- ۳- اختلاف معنی‌داری بین عزت نفس معلولین ورزشکار رشته‌های تماشایی و غیر تماشایی با سطح اطمینان ۹۵٪ مشاهده نگردید.

بنابراین با توجه به نتایج حاصل از تحقیق، در پاسخ به سؤال که در ابتدا طرح گردید، می‌توان گفت: پرداختن به ورزش و فعالیت‌های بدنی منظم‌انسان بویژه معلولین را در جهت شناسایی خویشتن‌آرزیابی صفات و ویژگی‌های خود توانا تر ساخته و یک نگرش مثبت نسبت به خود کسب می‌کند.

## الف

### فهرست مطالب

صفحه	عنوان
	- تقدیم
	- تشکر و قدردانی
	- چکیده تحقیق
	- فهرست مطالب
	- فهرست جدا اول
	- فهرست اشکال
	- فهرست نمودارها
	فصل اول - طرح تحقیق
۱	- مقدمه
۷	- تعریف مسئله
۷	- اهمیت و ضرورت موضوع تحقیق
۱۰	- اهداف آرمانی تحقیق
۱۱	- اهداف ویژه تحقیق
۱۲	- فرضیه‌های تحقیق
۱۲	- متغیرهای مورد تحقیق
۱۳	- روش تحقیق
۱۵	- محدودیت‌های تحقیق
۱۵	- تعریف اصطلاحات و واژه‌ها



## فهرست مطالب

عنوان ..... صفحه

## فصل دوم - مروری بر ادبیات تحقیق

۱۹	- مقدمه
۱۹	- بررسی دیدگاه‌های مختلف در زمینه عزت نفس
۲۰	- دیدگاه‌های ابراهام مازلو
۲۷	- دیدگاه‌های کارل راجرز
۳۰	- دیدگاه‌های آلفرد آدلر
۳۲	- خود، خودپنداره و عزت نفس
۴۰	- مروری بر تعاریف عزت نفس و جنبه‌های مختلف آن
۴۶	- بررسی آثار عزت نفس در رفتار
۵۱	- مروری بر تاریخچه موضوع تحقیق
۵۳	- مروری بر تحقیقات انجام شده در داخل
۵۷	- مروری بر تحقیقات انجام شده در خارج

## فصل سوم - روش تحقیق

۸۰	- مقدمه
۸۰	- متغیرهای مورد تحقیق
۸۲	- جامعه آماری تحقیق
۸۲	- شیوه‌گزینش آزمودنیها
۸۴	- روش و ابزار جمع آوری داده‌ها و اطلاعات
۸۶	- روش آماری

صفحه	عنوان
	فصل چهارم - تجزیه و تحلیل آماری اطلاعات
۸۸	- مقدمه
۸۸	- مشخصات و ویژگیهای آزمودنیها
۹۹	- آزمون فرضیهها
۱۰۴	- بحث و بررسی پیرامون یافتههای تحقیق
	فصل پنجم - یافتهها و خلاصه تحقیق و پیشنهادات
۱۰۷	- مقدمه
۱۰۷	- خلاصه تحقیق
۱۰۹	- یافتههای تحقیق
۱۱۰	- پیشنهادات
۱۱۲	- پیوست
۱۱۸	- فهرست منابع

## فهرست جداول

صفحه

عنوان

- جدول (۱-۲) مقایسه ویژگیهای با رزود دستها زیسران که دارای  
عزت نفس پائین و بالا هستند (کوپرا سمیت) ۵۰
- جدول (۲-۲) مقایسه دو گروه آزمایش و گواه در مورد تاء شیر عزت -  
نفس بر پیشرفت تحصیلی ۵۸
- جدول (۳-۲) مقایسه نتایج حاصل از بهزیستی و بهداشت روانی  
ورزشکاران و غیرورزشکاران (اسنادر ۱۹۷۵) ۶۵
- جدول (۴-۲) تطبیق تصور بدنی دختران و ورزشکار و غیرورزشکار ۶۶
- جدول (۵-۲) مقایسه تصور بدنی ورزشکاران رشته‌های مختلف  
و غیرورزشکاران ۶۷
- جدول (۶-۲) توصیف ویژگیهای شخصیتی خویشان، ورزشکاران و  
غیرورزشکاران، دختران دبیرستان با موقعیت  
شغلی پدر (نیکلسون) ۷۲
- جدول (۷-۲) مقایسه رفتار ریزه‌کاران نه بین افراد ورزشکار و  
غیرورزشکار بر حسب جنسیت ۷۳
- جدول (۱-۴) توزیع تعداد آزمون‌دنیها و ورزشکار به تفکیک رشته ورزشی ۹۰
- جدول (۲-۴) میانگین سنی ورزشکاران و غیرورزشکاران و سوابق  
ورزشی و تمرین ورزشکاران ۹۷
- جدول (۳-۴) مقایسه برخی ویژگیها و مشخصات ورزشی فردی معلولین  
ورزشکار رشته‌های تیمی و انفرادی ۹۸
- جدول (۴-۴) مقایسه برخی ویژگیها و مشخصات ورزشی فردی معلولین  
ورزشکار رشته‌های تماشایی و غیرتماشایی ۹۸

## فهرست جداول

صفحه	عنوان
	جدول (۴-۵) میانگین و انحراف معیار واحد اقل و حداکثر نمره
۹۹	عزت نفس معلولین ورزشکار بر حسب رشته ورزشی
	جدول (۴-۶) نتایج محاسبات آماری داده‌های مربوط به
۱۰۰	عزت نفس معلولین ورزشکار و غیر ورزشکار
	جدول (۴-۷) نتایج محاسبات آماری داده‌های مربوط به
	عزت نفس معلولین ورزشکار رشته‌های تماشایی
۱۰۲	و غیر تماشایی
	جدول (۴-۸) نتایج محاسبات آماری داده‌های مربوط به
	عزت نفس معلولین ورزشکار رشته‌های تیمی
۱۰۳	و انفرادی

و  
فهرست نمودارها

صفحه	عنوان
۷۰	نمودار (۱-۲) ارتباط عزت نفس ومدت تمرینات بدنی
۸۹	نمودار (۱-۴) توزیع تعداد آزمون‌دنیهای ورزشکار برحسب رشته ورزشی
۹۰	نمودار (۲-۴) توزیع تعداد دودرصد آزمون‌دنیهای ورزشکار برحسب رشته‌های ورزشی
۹۱	نمودار (۳-۴) توزیع تعداد آزمون‌دنیهای غیرورزشکار برحسب سطح تحصیلات
۹۲	نمودار (۴-۴) توزیع تعداد دودرصد آزمون‌دنیهای غیرورزشکار برحسب سطح تحصیلات
۹۳	نمودار (۵-۴) توزیع تعداد آزمون‌دنیهای ورزشکار برحسب سطح تحصیلات
۹۳	نمودار (۶-۴) توزیع تعداد دودرصد آزمون‌دنیهای ورزشکار برحسب سطح تحصیلات
۹۴	نمودار (۷-۴) توزیع تعداد آزمون‌دنیهای ورزشکار برحسب نوع معلولیت
۹۵	نمودار (۸-۴) توزیع تعداد دودرصد آزمون‌دنیهای ورزشکار برحسب نوع معلولیت
۹۶	نمودار (۹-۴) توزیع تعداد آزمون‌دنیهای غیرورزشکار برحسب نوع معلولیت
۹۶	نمودار (۱۰-۴) توزیع تعداد دودرصد آزمون‌دنیهای غیرورزشکار برحسب نوع معلولیت

ز  
فهرست اشکال

صفحه	عنوان
۲۶	تصویر (۱-۲) سلسله مراتب نیا زها در نظریه ما زلو
۷۴	تصویر (۲-۲) سیکل عزت نفس

## فصل اول

طرح تحقیق

