

الملمح الجنسي و مفهوم الذات البدني لرياضي المستوى العالي.

دراسة ميدانية لرياضي المستوى العالي لولاية الشلف.

د. فريد مويسي

أستاذ محاضر، جامعة حسيبة بن بوعلي، معهد التربية البدنية و الرياضية.

الشلف.

mouissif@yahoo.fr,

07 73 70 67 96.

1- مقدمة:

أصبح مفهوم الذات من بين المتغيرات التي تكتسي أهمية بالغة في مجال علم النفس، كون هذا المتغير من بين المفاهيم الأساسية التي نستطيع من خلالها الحكم على شخصية الفرد وسلوكه والتنبؤ بما يمكن أن يسلكه، فلقد اعتبره كارل روجر بأنه حجر الزاوية في فهم الشخصية الإنسانية، هذا ما أدى بالعديد من الدراسات إلى تناول مفهوم الذات بالدراسة و التحليل حتى وإن كان وفق مصطلحات مختلفة كتقدير الذات، إدراك الذات و تحقيق الذات و غيرها من المصطلحات التي تدور في السياق نفسه، إلى درجة أننا لا نستطيع أن نجد متغيرا نفسيا حظي بنفس الاهتمام الذي حظي به هذا المفهوم.

(Florence Guérin et Jean Pierre Famose, 2005.)

فمن خلال هذا المفهوم نستطيع أن نقوم بشرح سلوكيات الأفراد و التنبؤ بما سيقومون به، فهو يعكس مختلف التمثلات التي يحملها الفرد عن نفسه حيث أضحى هذا المفهوم يعرف بترياق الحياة، (Marinat Fortes, 2003,p13) ليوظف في مواجهة العنف و الأمراض النفسية و الإدمان و الفشل المدرسي و الرياضي. (Gregory Ninot, 2003.) فهو يعكس سلوك الفرد و خصائصه و انفعالاته خلال التقديرات التي يضعها الفرد لذاته في جوانبها المختلفة و التي يكتسبها نتيجة التفاعل بالبيئة التي يتواجد فيها.

(Patrick w. c. Lan, et all, 2008).

و هو كما أشار روزنبرغ (Rosenberg) 1979) ذلك الجانب التقييمي للذات أو الشعور بالرضا أو السخط اتجاه ما نتمنى أن نكون عليه. ونظرا للأهمية التي اكتسبها هذا المفهوم كان من الضروري أن يقوم الباحثون في مجال علم النفس الرياضي بإدراج هذا المفهوم في دراسة الحياة النفسية للرياضيين، لما له من علاقة مع الدافعية، الإنجاز، التحكم و القلق وغيرها من الخصائص النفسية، (Fox,2004,Anne Torhild Klomsten et all, 2004) حيث تم دراسة هذا المفهوم مع العديد من المصطلحات الرياضية، و توصلت الدراسات إلى أن مفهوم الذات الإيجابي للفرد يؤدي إلى كفاءة بدنية عالية و بالتالي مردود رياضي جيد..(Susan. S. Levy, Vicki Ebbeck, 2005)

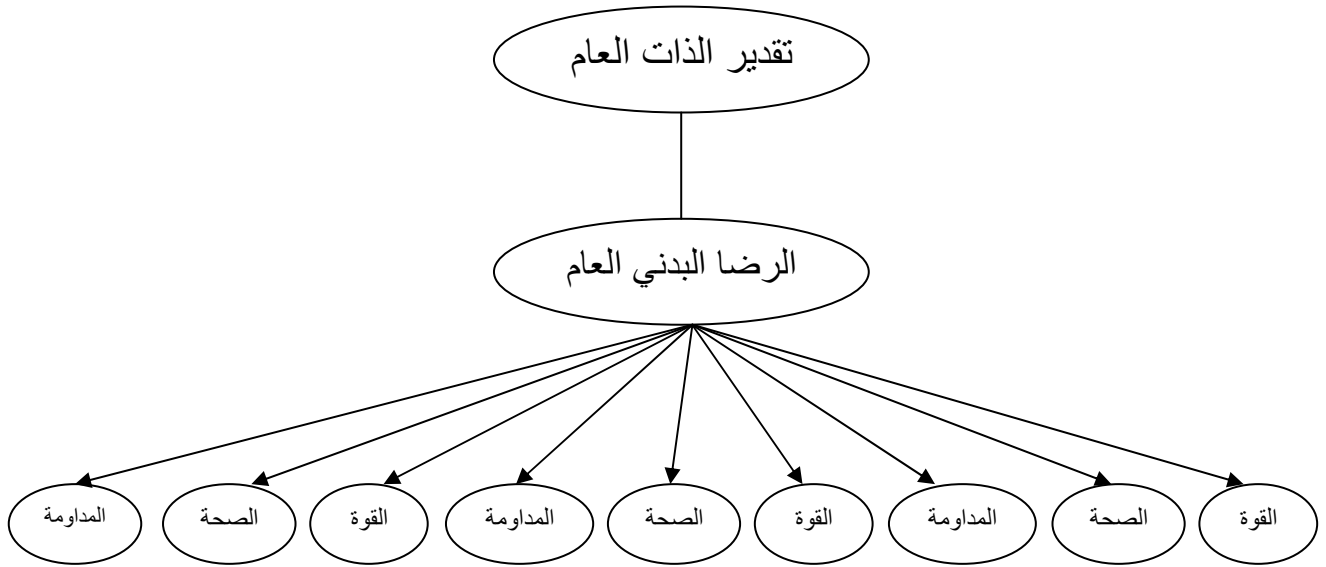
كما أشارت النتائج أيضا إلى العلاقة الموجودة بين مفهوم الذات و المشاركة في الأنشطة البدنية و الرياضية، حيث أن الأفراد الذين يتميزون بمفهوم ذات إيجابي يتجهون أكثر إلى ممارسة الأنشطة البدنية و الرياضية (Marsh et Jackson, 1986)

إضافة إلى ارتباط هذا المفهوم بالقدرة البدنية من خلال وسائل القياس الخاصة بهذا المفهوم، حيث أشارت دراسة (Marsh, Richards et Bern, 1986) إلى أن مشاركة الفرد في برنامج تدريبي معين يرفع من مستوى تقدير الذات لديه.

إضافة إلى هذا أثبتت الدراسات المقارنة بين الرياضيين و غير الرياضيين بأن تقدير الذات البدني إضافة إلى بعد الكفاءة البدنية يكونان أعلى عند الرياضيين. (Marsh, Perry, Horselyat Roche (1995)

ومر مفهوم الذات البدني بالمراحل نفسها التي مر بها مفهوم الذات العام، حيث اعتبر في البداية كوحدة كلية ترتبط بما يسمى بالمظهر البدني أو صورة الجسم إلى أن ظهر نموذج فوكس ومارش، 1997 في تفسير بناء مفهوم الذات البدني.

(Anne Torhild Klomsten et all, 2004) و الذي قام بتقسيمه على مجموعة من الصفات البدنية التي تميز الرياضيين.



الشكل 01: النموذج المتعددة الأبعاد العاملي لمفهوم الذات الجسمي وفق مارش (1997)

1-1 مفهوم الذات الجسمي و علاقته بمتغير الجنس:

لقد أشارت العديد من الدراسات. (, Block and Robins, 1993; Alsaker and Olwens, 1993; Bolognini et al: 1996; Kling et all, 1999; Marsh, 1998; Maino et all, 2006)، إلى علاقة مفهوم الذات الجسمي بمتغير الجنس، حيث توصلت النتائج إلى وجود فروق في مفهوم الذات الجسمي بين الذكور والإناث، و هذا لصالح الذكور في مختلف الأبعاد، فقد أشارت دراسة (Christophe Main et all, 2006) التي أجراها على فئة من الشباب الفرنسي باستخدام مقياس وصف الذات البدنية PSPP بأن نتائج الذكور كانت متباينة على نتائج الإناث في مختلف الأبعاد و خاصة بعد الكفاءة الرياضية.

كما ألمح مارش إلى أن الدراسات المقارنة في مفهوم الذات بين الجنسين أتت لتركز في مجملها على الدرجة و لم تركز على تركيب المفهوم بذاته، و هذا ما نلاحظه على الأدوات المستعملة في قياس مفهوم الذات و مفهوم الذات الجسمي بصفة خاصة، حيث لا نجد أدوات قياس خاصة بالذكور و الإناث، فالفرق الموجودة بين النتائج في مفهوم الذات تقتضي إيجاد نموذج يفسر بنية مفهوم الذات عند كل من الذكور و الإناث. (Famose, 2002, P: 38).

و تعود نتائج هذه الفروق بين الذكور و الإناث إلى عدة نقاط أهمها: طبيعة النشاط البدني الممارس في مختلف البلدان و حتى الأوروبية منها، حيث أن مجمل النشاطات الممارسة هي ذات طبيعة ذكرية، أي أنها نشاطات تتسم بمواصفات القوة و الشدة و هو ما لا يتماشى مع الطبيعة الأنثوية. (Christophe Maiano, 2004, P:64)

كما أن مفهوم الذي يكونه الفرد نتيجة للبيئة التي يعيش فيها عن نوع الجسم و كذلك خصائصه الإناث تحمل تقديرا سلبيا لمفهوم الذات الجسمي فالثقافة الصناعية العالمية فرضت نموذجا جديدا لصورة الجسم الذي ينبغي أن تكون عليه الأنثى، و نتيجة لعملية المقارنة الاجتماعية يكون تقدير الذات الجسمي سلبيا، و هذا ما أشار إليه مارش بقوله بأن السبب في تقدير الذات السليبي عند الإناث يعود إلى الفارق الموجود بين المفهوم الذي يحمله الإناث و الثقافة التي تفرض نمطا آخر.

(Marsh, 1999; P: 46-75).

و لهذا كان بحثنا الحالي منصبا حول دراسة الملمح الجنسي و علاقته بمفهوم الذات البدني عند لاعبي المستوى العالي. و تمحور اشكالنا حول التساؤل التالي:

هل لمتغير الجنس عند الرياضيين تأثير على مفهوم الذات البدني؟

هل تؤثر الأنشطة البدنية الممارسة على مفهوم الذات البدني؟

و كانت فرضيات البحث على النحو التالي:

لمتغير الجنس تأثير على تكوين مفهوم الذات البدني.

لطبيعة النشاط البدني الممارس تأثير على مفهوم الذات العام و كذلك الأبعاد التحتية.

2-مصطلحات البحث:

1-2 مفهوم الذات:

بما أننا استعملنا في بحثنا هذا مقياس وصف الذات البدنية لمارش الذي اعتمد النموذج المتعدد الأبعاد في بناء هذا المقياس، فإن

التعريف الذي تتبناه لمفهوم الذات يكون كالآتي:

مفهوم الذات هو ذلك الوصف الذي يحمله الفرد عن ذاته، و الذي يتكون نتيجة للخبرة الاجتماعية التي يكتسبها من البيئة التي يتواجد فيها و تأثير الآخرين المحيطين به خاصة ذوي الأهمية. كما أنه ذو تركيب متعدد الأبعاد يتأثر بالأهمية التي يعطيها الفرد لكل بعد و التي ترتبط بالبيئة التي يتواجد فيها.

2-2 مفهوم الذات البدني:

هي تلك الصورة التي يحملها الفرد عن ذاته البدنية باعتبارها بعدا أساسيا في تكوين مفهوم الذات الكلي، و التي تتكون نتيجة للخبرة الاجتماعية التي يعيشها الفرد من خلال النشاط الذي يمارسه و أفكار الآخرين المحيطين به. وهو ذو تركيب هرمي يشمل مختلف الخصائص البدنية .

3-2 النموذج:

شكل تخطيطي تمثل عليه الأحداث أو الوقائع و العلاقات فيما بينها، و ذلك بصورة محكمة بغرض المساعدة في تفسير الأحداث أو الظواهر غير المفهومة.(يوسف محمود قطامي، 2005، ص:32).

3-3 إجراءات الدراسة:

1-3 منهج البحث:

تبعنا لإشكال البحث الذي نحن بصدد التقصي حوله، خاصة وأنا نريد إثبات هرمية هذا النموذج، وكذلك ارتباطه مع بعض المتغيرات التي تخص الرياضيين، فإن المنهج الملائم لدراستنا هو المنهج الإرتباطي المقارن، او ما يعرف بالمنهج الوصفي التفسيري الذي لا يقف عند حدود وصف العلاقة و الفروق الموجودة بين المتغيرات و إنما يفسر هذه الإرتباطات و الفروق إضافة إلى قياس درجة الارتباطات و الفروق الموجودة بين متغيرات البحث.

3-2 المقياس المستعمل في الدراسة:

تعريف بالمقياس:

مقياس وصف الذات البدنية (PSDQ) هو مقياس صممه هيربرت مارش و آخرون 1994، لقياس مفهوم الذات البدني وفق النموذج المتعددة الأبعاد، و تم استعمال لأول مرة بأستراليا على التلاميذ الذين تتراوح أعمارهم بين 12 – 18 سنة و أكثر. (Marsh et all, 1994)، و يعتبر هذا المقياس امتدادا لمجموعة من المقاييس التي صممت لقياس مفهوم الذات العام: (SDQP) مقياس وصف الذات البدنية قبل المدرسة.

SDQI, II, III، الأول، الثاني، الثالث.

و مفهوم الذات الخاص: (ASDQ, I, II)

(EASDQ) مقياس و صف الذات لرياضيين المستوى العالي.

و قد تم ترجمة المقياس و تعديله على البيئة الجزائرية من خلال بحث سابق اجراه الباحث. (موسى فريد، 2009)
3-3 عينة البحث:

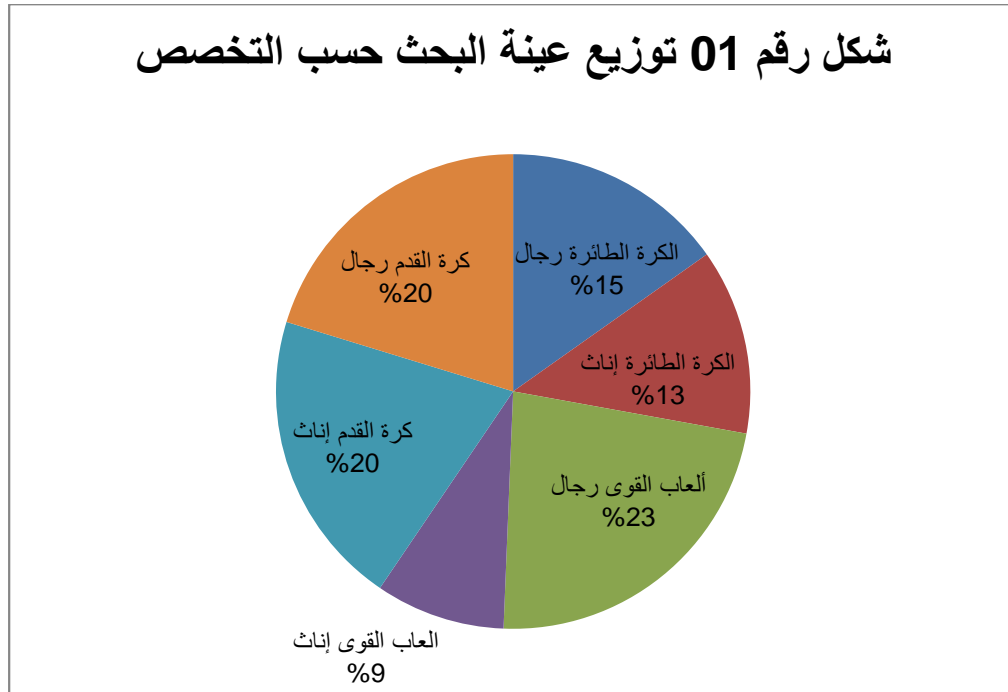
1-3-3 كيفية اختيار عينة البحث:

بعد تحديدنا لمجتمع البحث و المتمثل في الرياضيين الجزائريين، عمدنا إلى اختيار عينة ممثلة لمجتمع البحث، و قمنا باختيار عينة البحث بطريقة عمدية، حيث رأينا أن هذه الطريقة هي التي يمكن أن توصلنا إلى عينة ممثلة لمجتمع بحثنا، و هذا نظرا لتوسع مجتمع البحث من جهة، و صعوبة الاتصال و تحديده من جهة أخرى، بهذا قمنا باختيار ولاية الشلف لاختيار عينة بحثنا، ففي البداية قمنا بإحصاء لمجموع الرياضيين المتواجدين في هذه الولاية و ذلك بالاتصال بالرابطات الرياضية المتواجدة في أرض الولاية و بالأندية بطريقة مباشرة في حالات أخرى.

2-3-3 خصائص عينة البحث:

تكونت عينة البحث من 158 رياضي بمعدل عمر يساوي: يساوي: 21,3 سنة \pm 2,4. من مختلف الرياضات

(كرة القدم، الكرة الطائرة، ألعاب القوى)، و كانت موزعة على الشكل التالي:



4- نتائج الدراسة:

للتحقق من الفرضية الأولى التي تنص على:

هناك فروق في مفهوم الذات البدني بين الرياضيين باختلاف نوع الرياضة الممارسة.

جدول رقم: 01 نتائج تحليل التباين احادي البعد ANOVA

التخصص	قيمة F
الصحة	7,94**
التنسيق	5.99**
النشاط البدني	1.65
السمنة	15,75**
المنافسة	3.91**
المظهر	3.65**
القوة	1.32
المرونة	6.44**
المداومة	6.90**
الرضا البدني العام	8.42**
تقدير الذات	6,23**

** دالة عند مستوى 0,01

للتحقق من الفرضية الثانية التي تنص على:

يؤثر عامل الجنس على مفهوم الذات البدني للرياضيين.

جدول رقم: 02 نتائج قيمة T

التخصص	قيمة F
الصحة	-0.21
التنسيق	0.029
النشاط البدني	0.16
السمنة	3.75**
المنافسة	1.69

د. فريد مويسي، الملمح الجنسي و مفهوم الذات البدني لرياضي المستوى العاليملتقى الدولي الرابع لعلوم الرياضة في الجزائر ، 10،11 ماي 2010. مخبر علوم و تقنيات النشاط البدني و الرياضي، دالي ابراهيم.

-1.01	المظهر
0.55	القوة
0.76	المرونة
-3.79**	المداومة
3.47**	الرضا البدني العام
2.09*	تقدير الذات

** دالة عند 0,01 ، * 0,05

5- مناقشة النتائج:

نتائج الدراسة أشارت الى ان نوع التخصص الرياضي الممارس من طرف لاعبي المستوى العالي يؤثر على مفهومهم لذواتهم البدنية، حيث أن المنطق الداخلي لكل رياضة يؤثر على مدى إدراكهم لذواتهم البدنية، و بالتالي فإن الأبعاد التحتية لهذا المفهوم تتغير مما يؤثر على مفهوم الذات العام لأنه ذو طبيعة هرمية. من خلال نتائج الفرضية الأولى التي تشير الى تأثير نوع التخصص وطبيعة الرياضة على تقدير الذات و مختلف أبعاده نجد أنها تحققت، حيث أشارت النتائج الى وجود فروق بين النتائج على حسب التخصص الممارس ما عدا بعدين : بعد القوة و النشاط البدني.

فلقد أشارت الدراسات المتمحورة حول هذا البعد إلى دراسة الفروق بين المجموعات (ذكور ، إناث) ، (ممارسين ، غير

ممارسين) (Crooker, Eklund and Kowalski,2001 Daley and Buchan, 1999, Lindwall)

(and Lindgren, 2005, Margaret Schneider et all, 2008).

لكنها لم تدرس الفروق الموجودة بين المجموعات الرياضية ذاتها ، و بالرجوع إلى التعاريف التي أشرنا إليها سابقا نجد أن مفهوم الذات بصفة عامة يتكون من خلال آراء وأحكام الآخرين و خاصة الأفراد المهمين بالنسبة للفرد، أو بتعريف آخر هو ذلك المفهوم الذي يتكون نتيجة الأحكام التي يصدرها الآخرون، وكما نعلم أن في الأنشطة الرياضية هناك خصوصيات لكل نوع من الرياضة أو هناك منطق داخلي كما أشار بيار بارلويبا يحكم هذا التخصص.

و هذا ما يجعل هؤلاء الرياضيين يقدرون ذواتهم من الناحية البدنية بطريقة مختلفة، فنوع الرياضة الممارس يفرض على الرياضي أن يتميز في جانب بدني معين يعتبر هو الأكثر أهمية بالنسبة لتلك الرياضة. فلاعب الجيدو مثلا الذي يمارس هذه الرياضة في

الوزن الثقيل يتميز بدرجة سمنة كبيرة مقارنة مع باقي الرياضيين، إلا أن تقديره لذات البدنية يكون إيجابيا لأن خصوصيات الرياضة هي التي تدفعه لهذا القبول النفسي.

فمفهوم الفرد لذاته الجسمية يقوم بالارتباط بدرجة كبيرة بالبعد الأكثر أهمية و الذي يكتسبه من أراء الآخرين المحيطين به كالمدرّب و الجمهور إضافة إلى ما يفرضه النشاط البدني نفسه.

اما فيما يخص الفرضية الثانية فإن نتائج هذه الفرضية يمكن أن تؤكد المقاربة العامة التي نحن بصدد التحدث عليها، حيث أن عامل الجنس يؤثر على تقدير الذات عند الأفراد، أما في المجال الرياضي فندرك أن البنات و الذكور متساويين في جميع أبعاد المقياس الأخرى، و هذا نظرا لأنهن بصدد ممارسة أنشطة بدنية لا تختلف عن التي يمارسها الذكور، إلا أننا لاحظنا أن الفروق كانت دالة في بعدين قريبين هما بعد السمنة و بعد المداومة و هذا يعود للأهمية التي يعطيها البنات بالنسبة لبعدها السمنة، حيث أن الثقافة الاجتماعية السائدة حاليا تجعل الفتاة تكون نظرة سلبية عن السمنة، أما البعد الثاني و هو المداومة فيعود إلى عدم اهتمام البنات بمثل هذا النوع من القدرات البدنية لأنه يتسم بالشدة و التعب.

و يعود الاختلاف الموجود بين الذكور و الإناث إلى طبيعة التركيبة النفسية التي يتميز بها كل جنس، فالبنات أكثر اهتماما بمظاهرهن البدنية لأن تكون مفهومهم لذواتهم البدنية يخضع لنظرة المجتمع للمرأة، فالمجتمع يهتم بصورة المرأة أكثر من الرجل و هذا ما يدفعهم إلى تكوين معلومات و مفاهيم عن ذواتهم تختلف عن تلك الموجودة عند الرجل

(F.Bariaud et All 1999,6; 952-7).

و من خلال هذه الدراسة أشارت النتائج أيضا إلى أن مفهوم الذات البدني يرتبط بأبعاده البدنية التحتية حسب طبيعة النشاط البدني الممارس، و هذا ما يعطينا معلومات جديدة حول الحكم حول بناء الذات و كذلك البعد النفسي للرياضيين حسب طبيعة النشاط البدني.

فالتحضير النفسي للرياضيين يتأثر خاصة في بعد مفهوم الذات بطبيعة النشاط البدني الممارس و لا يمكن تعميم مختلف النظريات النفسية في التحضير النفسي على لاعبي المستوى العالي في مختلف التخصصات.

المراجع:

- 1- فريد موسى، سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات و الإتجاهات نحو ابعاده، رسالة دكتوراه، جامعة الجزائر، 2009.
- 2- يوسف محمود قطامي، نظريات التعلم والتعليم، دار الفكر، عمان، 2005.

المراجع باللغة الأجنبية:

1. Alfredo. Goni, Luis. M. Zulaika, (2001), L'EPS à l'école et l'amélioration du concept de soi, STAPS, N°53(3). 75 – 92.
2. Bandura, 1997, self-efficacy: The exercise of control, free man and company, New York.
3. Brown, J.D, S. Man Kowski, T.A. (1993). Self-esteem, mood, and self evaluation, Journal of Personality and social psychology, 64, 421 – 430.
4. Christophe Maiano, and all, (2006), Geographic region effect au adolescent physical self: Au exploratory study, International journal of psychology 41(2), 73 – 84.
5. Delphine. Martinand, (2005). Connaissance de soi at estime de soi, Revue des sciences de l'éducation, Vol. XXVII, n° 3, 483 – 502.
6. Didier Deligniers, la dynamique de l'estime de soi, A EEPS, Journée de L'EPS. Education et estime de soi, 20 Janvier 2006.
7. Florence Guérin, J. P. Famose, le concept de soi physique, Bulletin de psychology n°274, 58(1). 2005.
8. Fox. K. R. (2002) self perceptions and sport behavior in T. Horn (ed), advances in sport psychology (2nd) (pp.83 – 99). Champain, IL: Humain Kinetics.
9. Fox. K. R. Corbin. C.B. (1989). The physical self-perception profile: dvp and preliminary validation, journal of sport and exercise psychology. 46, 404–421.
10. Ivork, Richard, MariKa Tiggeman, Relation among. Exercise type, self objectivation and body image in fitness centre environment: the role of reasons for exercise, psychology of sport and exercise, in press, 2007.
11. Girshon. Tenenbaum, Robert. C. Eklund; Hand Book Of sport psychology, 3^{ed} ed, John Wiley and Son, INC, USA. 2007.
12. Grégory ninot, Note de synthèse en vue de l'obtention de HDR.Du niveau inter individuel à la dynamique interindividuelle de l'estime de soi. Université Montpellier l'UFR. STAPS, 2003.
13. Guérin. F. Marsh. H. W. Famose. J. P. concept de soi physique, validation française du PSDQ de Marsh, Actes des congrès de l'ACAPS, valence, 2001.
14. Jean Pierre Famose, Florence Guérin, la connaissance de soi on psychologie de l'EPS, Armand colin, France, 2002.

15. Julien. P. chanal, Marsh, H. W. Philippe Sarrazin, and Julien. E. Bois, (2005) .Big-Fish, Little plowed effect au Gymnastics self concept: social comparison Processes in physical Setting, Journal of sport and Exercise psychology, P: 27, 53 – 70.
16. Harter,S(1985),The self perception profile for children, Denver,CO: University of Denver.
17. Harter, S. (1998). The development of self-representations. In W. Damon (Series Ed.) & Nancy Eisenberg (Vol. Ed.), *Handbook of child psychology*, Vol. 3, Social, emotional, and personality development (5th edition), New York: Wiley
18. Kenneth. R. Fox, The physical self: From motivation to well Being, Humain Kinetics, USA. 1997.
19. Lau. P. W. C. and all. A structural equation model of relationship between body perception and self esteem, psychology of sport and exercise. 2007. in press.
20. L'Ecuyer, le concept de soi. PUF. Paris. 1978.
21. Maiano, C, Ninot, G, & Bilard, J.(2004). Age and gender effect on global self-esteem and physical self-perception in adolescents. *European physical education review*, 10, 53-69.
22. Margaret Schneider and all, (2008), physical activity and physical self-concept among sedentary adolescent females, *Psychology of sport and exercise* (09). 1 – 14.
23. Magnus Lindwall, Exercising the self: on the role of exercise, Gender and culture in physical self-perceptions, doctoral thesis', department of psychology, Stockholm university. 2004.
24. Marsh. (1993) Academic self-concept: Theory measurement and research, In psychological Press perspective on the self, ed. J. Suls and A. Green weld, Vol. 04, 89 – 98.
25. Marsh. H. W. (1990). A multi dimensional, hierarchical self-concept: theoretical and empirical justification *Educational psychology Review*, 2, 77-1972.
26. Marsh. H. W. and all, (1997), Structure of physical self concept: elite athletes and physical education students, *Journal of education psychology*, Vol. 89(2) P: 369 – 380.
27. Marsh. H. W. Jackson. S. A. (1986). Multidimensional self-concepts, masculinity in athletics, sex Roles, 15, 391 – 416.
28. Marsh. H. W. Peart N. (1988). Competitive and cooperative physical fitness training programs for girls effects on physical of sport and exercise psychology, 10, 390 – 407.
29. Marsh. H. W. Richards G. Barnes. J. (1986) Multi dimensional self-concepts: the effect of participation in an outward. Bound program. *Journal of personality and social psychology*, 45, 173 – 187.
30. Marina Fortes, la dynamique de l'estime de soi et de soi physique, un regard nouveau sur la variabilité et le fonctionnement des modèles hiérarchiques. Thèse de doctorat, Université Montpellier I, UFA, STAPS, 2003.
31. Philip Sarrazin, Famose. J. P. et Guérin (2005) ,la croyance sur soi: clarification conceptuelle, formation et relation à la perferman a sportive, *Revue. EPS*. 19 – 82.

32. Rogers. C. R, A Theory of therapy, Personality and inter personal relationships as dvp in client – centred frame works, In S. Kock (ed) psychology: Actually of science. Vol.2, New York. Mc. Graw Hill. 1959.
33. Rosenberg, M. (1979). Conceiving the self. New York: Basics Books.
34. Rosenberg, M. (1986). Society and the adolescents self-image, Princeteen, NJ, Princeton University press.
35. Susan. S. Levy. Vicki Ebbeck. (2005). The exercise and self esteem model in adult women: the inclusion of physical acceptance, psychology of sport and exercise, 06 , 571 – 584.
36. Tesser, A. (1988). Toward a self evaluation maintenance model of social behavior, advanced in experimental social psychology (Vol. 21, 181 – 227).
37. Tish. Knob F. M. Rita. Musanti and Jenifer Dorward, Exercise and Quality of life out comes in patients with cancer, seminars in oncology Nursing, Vol.23. N°(04). 2007. 285 – 296.
38. Trope, 1986.
39. Valasco, B.C. and Muller, D (1982) self-concept dvp in rural and urban students, Rural educator, 3(3), 7 – 15.