

بناء مقياس الاحراج الاجتماعي الرياضي
لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل

بحث تقدم به

أ.م. د. علي حسين محمد
dr.tobelali9@uomosul.edu.iq

أ.م. د. احمد حازم احمد الطائي
dr_ahmad@uomosul.edu.iq

م. د. احمد اسماعيل عبد الله
ahmed.as@uomosul.edu.iq

جامعة الموصل - كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة

الكلمات المفتاحية: مقياس الاحراج الاجتماعي الرياضي .

مستخلص البحث

هدف البحث إلى بناء مقياس الاحراج الاجتماعي الرياضي لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل ، مع وضع مستويات معيارية لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل بمقياس الاحراج الاجتماعي الرياضي ، وتستخدم الباحثون المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي ، وتكون مجتمع البحث من طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل للعام الدراسي (٢٠١٩_ ٢٠٢٠) والبالغ عددهم (٧٤٠) طالب وطالبة ، واستنتج الباحثون بأن مقياس الاحراج الاجتماعي الرياضي الذي تم بناءه بمواصفات علمية دقيقة أثبتت فاعلية عالية ، و تمتع طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل بإحراج اجتماعي طبيعي ومقبول، و تم وضع مستويات معيارية لعينة البحث بمقياس الاحراج الاجتماعي الرياضي ، وأوصوا ببناء برامج ارشادية لمساعدة الطلبة الذين يعانون من الاحراج في المواقف الرياضية ، مع ايجاد علاقة بين الاحراج الرياضي وعلاقته بمراقبة الذات .



Constructing the Social - sports embarrassment scale for students of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Mosul

Abstract

The aim of the research is to build a scale of social and sports embarrassment for students of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Mosul, with setting standard levels for students of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Mosul with a scale of social and sports embarrassment. The students of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Mosul have concluded that the Social and Sports Embarrassment Scale, which was built with accurate scientific specifications, proved highly effective, and the students of the College of Physical Education and Sports Sciences at the University of Mosul enjoyed social embarrassment. It is normal and acceptable, and standard levels were set for the research sample with the socio-sports embarrassment scale, and they recommended building counseling programs to help students who suffer from embarrassment in sports situations, with finding a relationship between sports embarrassment and its relationship to self-monitoring.

Keywords: socio-sports embarrassment scale.

الفصل الاول

١ - التعريف بالبحث:

١ - ١ مقدمة البحث وأهميته:

الحرص هو شعور عاطفي ينتج عن الانزعاج الشديد للإنسان مع نفسه ، وذلك بسبب إيجاد فعل غير مقبول اجتماعياً أو غير مرغوب بكشفه من قبل الآخرين. وعادة ما يتعلق الحرج بأمر مرتبط بالشرف أو الكرامة بأنواع مختلفة، قد يكون منها ما يمكن أن يُعبر عنه بالخزي الذي قد يخبر به من حوله ويلاحظه فلا يقتصر على الشخص نفسه. وقد ينجم الحرج أيضاً إثر إثيان فعل يحمل دلالة أخلاقية غير مقبولة اجتماعياً، ولكنه ليس خطأ، وتتمثل تعابير الوجه المرتبطة بهذا الشعور بابتسامة خاصة، مختلفة عن الابتسامة عند الشعور بالسرور، حيث أن عضلة واحدة تشارك في عملية الابتسامة، فترتفع زاوية الفم نحو الأعلى وباقي أجزاء الفم تميل للأسفل بتجمد. ولغة الجسد تتمثل بلمس الملابس بتوتر، إخفاء اليدين، النظر للأسفل، وإنزال الرأس والأكتاف، جفاف الفم، تعرق، احمرار الوجه، توتر العضلات ، ارتجاف غير طوعي، تكسر الصوت، التكلم بصوت منخفض أو مرتفع بتطرف، عدم ترابط الأفكار، صعوبات لغوية، عصبية، تجنب الاتصال بالعين، أحياناً يلجأ الشخص المرتبك أو المُحرج لإخفاء ذلك عن طريق الابتسامة أو القهقهة العصبية ومن الممكن أن يشعر بالعصبية، إذ يتعلق هذا بمدى تقييمه للوضعية التي يمر بها، ومدى تأثيره بالعامل المسبب وتقديره للعواقب .

هنالك ستة أنواع من الحرج بحسب "شاركد وستافورد(Sharked and Stafford) " وهي: (١)
 ١. اختراق أو مس الخصوصية. على سبيل المثال : الشعور بالإحراج بسبب الكشف عن جزء من الجسد بدون قصد.
 ٢. عدم المعرفة. على سبيل المثال : النسيان أو الفشل في إنجاز مهمة صعبة نسبياً.
 ٣. الانتقاد والرفض.
 ٤. تصرفات محرجة. على سبيل المثال : محادثة غير لائقة، عدم التحكم بالمشاعر والتصرفات
 ٥. مظهر غير لائق.
 ٦. البيئة المحيطة. مثل : استخدام الاجهزة التكنولوجية المتطورة بالمقارنة مع القديمة، المظهر الخارجي المحاكي للموضة .

نظرية كوفمان في تفسير الاحراج: (Goffman,1967) (٢)

ينتمي العالم الأمريكي كوفمان الى المدرسة الاجتماعية، وهو احد علماء الاجتماع المعروف في بحوثه حتى اصبح الاصل الذي نشأت منه معظم البحوث حول الاحراج في العصر الحديث، فاخذ منه كل من (مودغلياني ، باس ، ميللر). ويؤكد كوفمان ان الاحراج ينتج من التفاعل الاحمق الذي يفشل فيه الفرد خوفاً من انطباع الآخرين، وان التقييم الاجتماعي من قبل الآخرين، والخبرة السلوكية، وتوقعات الفرد غير المنجزة حول كيف يقيّمه الآخرون، لها تأثيراً كبيراً في تفسير السلوك الاحراجي، وفي تفسير النسبة الاكبر من التباين في مستوى الاحراج. وفي دراسة لكوفمان Goff

(١)Goff man, E. (1978): The presentation of self in everyday life. Harmon ds worth London.p.213.

(٢)Goff man ,E. (1967): On face-work. Interaction ritual.

man , توصل الى انه يمكن ملاحظة الاحراج بسهولة من خلال الخصائص الفسيولوجية والنفسية للفرد والاحراج سلوك ثابت نسبياً في المواقف الاجتماعية من حيث طبيعة الموقف، ما اذا كان الموقف ساراً ام محزناً، فانه ينتج نفس الدرجة في مستوى الاحراج لدى المحرجين. وأعد كوفمان المواجهات الاجتماعية المصدر الرئيس والمهم وبدونها لا يمكن الشعور بالاحراج. وان الاحراج يحتاج الى عناصر ثلاثة (الافراد ، المكان ، الزمان) تلك هي المكونات الحقيقية للمواجهة الاجتماعية. وهي فرصة مناسبة للتفاعل الاجتماعي، تبدأ عندما يدرك المواجهون انهم انتقلوا الى الوجود الحالي للشخص الاخر وتنتهي اما بالتفاعل الاجتماعي او الانسحاب، ومن وجهة نظر كوفمان ان المواجهة الاجتماعية تتضمن عدة مفاهيم :

١. **تقديم الذات :** يعد مفهوم الذات من اقدم المفاهيم في الاسس النفسية والفلسفية، لفهم الطبيعة الانسانية فقد كان مركز الاهتمام في دراسة الذات ينصب على العمليات التي بواسطتها يكتسب الافراد المعرفة بأنفسهم وهو من ابرز المفاهيم النفسية التي بحث فيها علماء النفس، فالإنسان كان وما زال يسعى حثيثاً لمعرفة نفسه وفهمها بشكل أفضل، فهو يريد أن يعرف بالضبط من هو، ولماذا هو كما هو عليه الآن، وكيف وصل الى ما وصل اليه، لذا فإن مفهوم الذات ليس مجرد انعكاس لما يراه الفرد في عيون الآخرين، بل ان الذات تنمو من خلال تفاعل الفرد مع الآخرين، الذين يعيشون حوله، بدءاً بالأسرة والمدرسة وامتداداً الى الجماعات والمؤسسات الاجتماعية الاخرى، وتتكون منذ الايام الاولى بعد الميلاد، نتيجة لتفاعل الطفل الاجتماعي مع الآخرين في بيئته. لذلك يؤكد علماء النفس على ضرورة فهم الفرد ككل، وفي بيئته الاجتماعية الطبيعية وقد اولى قسم كبير من علماء النفس المعاصرين اهتماماً كبيراً بمفهوم الذات باعتباره التنظيم الرئيس الذي يؤثر في سلوك الانسان. ويشير كوفمان الى ان الذات انعكاس للهوية الاجتماعية، وان الهوية الاجتماعية هي صورة الذات الطبيعية او المحرجة، وان الشخص الذي يريد ان يبرز هويته بين اقرانه واصدقائه يصعبها بشكل مقبول من خلال تفاعله الاجتماعي بمن يحيطون به، أي أن كوفمان بحث الذات من خلال تفاعل الفرد مع المجتمع .

٢. **تعبير الوجه :** يمكن التعرف على الشخص المحرج من غير المحرج، من خلال تعابير الوجه الذي يسعى المحرج لا خفائها عن طريق محاولة تغييرها الى تعابير وجه رصينة، اذ يؤكد كوفمان "متى ما اختلف واقع الفرد الداخلي مع الواقع الخارجي، ظهرت على وجه الشخص تعابير تخالف الواقع الخارجي، فتظهر عليه علامات الاحراج، ثم طورت افكار كوفمان من خلال دراسات (ايكمان) التي استهدفت قدرات اشخاص شديدي الفراسة يستطيعون تمييز الصادق من الكاذب، والمحرج من غيره عن طريق دراسة تعابير الوجه، حتى تحول صاحب هذه الدراسة الى قارئ وجوه في عيادته النفسية، وأستغلت الافكار حول تعابير الوجه في اجهزة الشرطة والمخبرات العالمية بعد اعداد خبراء اكفاء لقراءة تعابير الوجه والتعرف على العلامات الانفعالية التي يصدرها وجه المجرم، اذ عدّ الوجه اوضح سبيل لقياس الاحراج لأنه تظهر فيه اول علامات الافتضاح والازدراء، لأن الشخص يميل الى مواجهة رد فعل عاطفي فوري اثناء الاحراج الى الوجه الذي امامه، وهناك اشخاص لهم القدرة على ضبط ردود افعالهم وقمع حالات الاحراج (حفظ ماء الوجه) اي انه بمثابة الحارس الامين على ضبط تعابير وجهه لإرضاء الجميع (شخص دبلوماسي).

٣. انتقال الاحراج او التعاطف الاحراجي :

الاحراج ليس بالضرورة ان يحصل عندما يتعرض الفرد الى موقف محرج فقط، بل يحصل بمجرد ان يشاهد شخص آخر يتعرض للأحراج. وان الظروف والاحداث المحرجة غالباً ما تشمل كل الحضور حينما يجد الفرد نفسه في موقع يتوقع ان يجعله محرجاً، لذا فان الاحراج الناجم عن التعاطف الوجداني كما يسميه كوفمان يمكن ان يحصل حتى حينما لا يشارك الملاحظون او الحضور المحرج في الموقف الاحراجي الا انهم قد يشاركونه في تبادل المواقع مع الشخص من ناحية، وكيفية الخروج من هذا المأزق من ناحية اخرى، وان المراقبين للمحرج قد يستجيبون بمدى متنوع من الاستجابات المتشابهة مع تلك الاستجابات التي وجدت لدى الشخص المحرج، كالاتسامة والضحك واحمرار الوجه وهي استجابات توازي استجابة المحرج وتدل على التعاطف والاسناد، فقد دلت دراسة لكوفمان على ان الحضور يكونوا أما عدائيين مع الاشخاص المحرجين او مؤيدون، يقدمون له الاعترافات الايجابية لكي يساعده على الاطمئنان.

٤. الاحراج المتعمد او القسوي : عرفة كوفمان انه "انتهاك لشخص بشكل مقصود من قبل الآخرين، وهو اما ان يكون متوقع او غير متوقع بالنسبة للمحرج"، ويبدو ان كوفمان أول من ناقش الاحراج بشكل مباشر، وقد بين ان النكات العملية والالعب الاجتماعية، تؤدي دوراً بارزاً في حياة الناس الاجتماعية، وقد توسع في هذه الفكرة فيما بعد، مبيناً ان تقديم الذات من قبل الافراد قد تتعرض الى تهديد من الآخرين عن عمد، وقد يحصل المتسببون للأحراج على حالات حقيقة من الاشباع ليجتنبوا عن اسناد او دعم لهوية ادوارهم الاجتماعية، بمعنى ان الشخص القادر على احراج الآخرين يشبع حاجة في نفسه من خلال احراج اشخاص اخرين. وفي دراسة لكوفمان استهدفت علاقة القسوة بالأشخاص الذين يتعمدون احراج الغير فكانوا اكثر قسوة من الذين يتعاطفون مع المحرج، وان الاحراج المتعمد له اسباب هي :

أ. شخصية : اي وضع شخصاً ما تحت التساؤل، والتشكيك وسلب الثقة منه، وتقليل احترامه امام الحضور، لوجود مشكلة او عدا او كره لذلك الشخص.

ب. اجتماعية : كالفروق الفردية في الكفاءة العلمية، او الفروق في الطبقات الاجتماعية، فان الطبقة الوسطى في المجتمع تجد نفسها محرجة اثناء التفاعل مع الطبقة العليا، وكذلك الطبقة العليا تسعى للتقليل من اهمية الطبقة الوسطى والفقيرة.

ج. اقتصادية : تتعلق بالمهنة والثروة المالية، أن بعض الناس الاغنياء يتسببون في احراج الناس الفقراء عن طريق السخرية منهم او زيادة العطف عليهم.

٥. الاحراج الفردي : هو شعور الفرد بالإحراج دون انتباه الآخرين اليه، ويزداد هذا النوع من الاحراج اثناء المواجهات الاجتماعية الفردية، ويتمثل بضعف القدرة للنظر بعين الآخر، كأن يلتقي بصديق قديم تتمنى رؤيته او صديق لك لا ترغب بلقائه وهذا النوع من الاحراج، يمكن ان يتخطاه الفرد بالكفاءة الشخصية والقدرة على المواجهة الاجتماعية.

٦. الاحراج الجماعي : في هذا النوع يشعر المحرج، بصعوبة اكبر من الاحراج الفردي، لأنه يحتاج في ذلك الى مواجهة الجماعة التي تتعدد فيها الآراء والتقييمات له، مثال ذلك اللقاء محاضرة امام حشد من الناس، او اختبار لمهنة معينة او حضور الحفلات.

والطالب الجامعي يواجه تحديات كثيرة تبعث في كثير من الاحيان الإحساس بالتوتر والضيق والقلق والاحراج، وتكمن أهمية هذا البحث في أنه، يركز على شريحة مهمة في المجتمع وهم الطلبة

الجامعيين، حيث يسعى البحث الى التعرف على موضوع الاحراج الاجتماعي لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل، على أساس أن الاحراج يتضمن العديد من العناصر في شخصية الفرد، من حيث قدرته لمواجهة المواقف الطارئة والمتغيرة وإمكانية التعايش معها من خلال القابلية على التغير والتبدل حسب الموقف المطلوب.

١- ٢ مشكلة البحث :

هنالك مواقف كثيرة في عدم إحراج الناس منها: الاستئذان على الناس في بيوتهم وأماكنهم الخاصة المملوكة ، فإن في الدخول عليهم من غير علمهم وإذنه، حرجاً شديداً واطلاعاً على ما لا يحب الاطلاع عليه، في جوانب كثيرة من الحياة. ويجب أن نتأدب بأدب الإسلام، وأن نبتغي بذلك وجه الله تعالى فإنه الدافع لكل خلق كريم. فمثلاً الدخول على الشخص في وقت لا يرغب أن يدخل فيه أحد، أو أن يكون بعض من دمه ثقيل، وطبعه بطيء، لا يركز على قضية التأخر في البيت إذا ضيفه شخص أو دعاه، فيطول الجلسة واللقاء، وصاحب البيت قد يكون مشغولاً، فيخرج وربما ضيع بعض الأعمال المهمة لأجله، وما أجمل الشخص الذي يقدر ظروف الناس وأشغالهم، وكم نعاني من الثقلاء الذين ليس لهم وقت يقضون فيه الأعمال، فيرتكبوا خطأ آخر بإحراج الناس الآخرين في تضييع أوقاتهم. وهذا شيء يفعله كثير من الناس.

ومن الإحراج الذي يقع بين الناس، أخذ الأموال بطريقة السلف والدين والتأخر في إرجاعها، أو عدم تأديتها، وهذه صفة ذميمة في المسلم، يجب الابتعاد عنها لما فيها من إحراج الناس، خاصة ممن يستحي من طلب حقه كون السائل والمستدين من المعروفين، فمثلاً اعطني ملابسك الرياضية لأنني نسيت جلب ملابسني ،ام كتاب او ملزمة المادة الفلانية لأنني نسيت اجلبها، فيعطيه ذلك زميله لا للطلب ولكن للإحراج الذي هو سمة له وصفة ثقيلة من صفات ثقال الطبع. فينبغي على الطالب أن يعلم أن زملائه لا يتساوون من حيث الصراحة والتحمل، والمشكلة في الكثير منا أنه يقيس نفسه على الآخرين، فيقول : هذا من باب الكرم أو من باب التعاون أو من باب الأخوة، وهي في الحقيقة تسول بطريقة ملتوية، وتطفل بطريقة مبررة.

وتبرز مشكلة البحث، من خلال أن الاحراج الاجتماعي الرياضي يمثل أحد الركائز الاساسية التي تؤثر على حياة الفرد الرياضي سلبياً، والكشف عن الامكانية والقدرة لدى الفرد الرياضي لمواجهة جميع الظروف والتكيف معها، لذلك يعتبر الاحراج الاجتماعي الرياضي موضوع خصب ومن المواضيع الحديثة حيث أن الإنسان بطبيعته يتأمل وينظر ويخاف ويحرج من عدم وضوح أسلوب التعامل مع نفسه ومع الآخرين مما يؤدي إلى فشله في كافة المجالات الحياتية.ومن خلال ما سبق تظهر التساؤلات التالية :

١. لا يوجد فينا من لم يحرجه موقف من المواقف الاجتماعية والرياضية، فالكل تأتي عليه عدة مواقف يشعر فيها بالإحراج الشديد.

٢. لماذا نشعر بالإحراج؟

٣. هل عدم الشعور بالإحراج يعتبر ميزة ام عيب؟

٤. هل هناك مواقف يجب فيها ان يشعر الانسان بالإحراج؟

١- ٣ أهداف البحث:

١. بناء مقياس الاحراج الاجتماعي الرياضي لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل.

٢. ألتعرف على الفروق بين طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل بمقياس الاحراج الاجتماعي الرياضي.

٣. وضع مستويات معيارية لمقياس الاحراج الاجتماعي الرياضي.

٤-١ مجالات البحث:

١-٤-١ المجال البشري: طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل.

٢-٤-١ المجال الزمني: للمدة من ٢٠١٩ /٩/١٠ إلى ٢٠٢٠ /٧/١٧.

٣-٤-١ المجال المكاني : قاعات الدرس في كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة.

الفصل الثاني

٢- منهجية البحث واجراءاته الميدانية:

١-٢ منهج البحث:

تم استخدام المنهج الوصفي بالأسلوب المسحي لملاءمته وطبيعة البحث.

٢-٢ مجتمع البحث وعينته:

١-٢-٢ مجتمع البحث :

أشتمل مجتمع البحث على طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للعام الدراسي ٢٠١٩-٢٠٢٠، والبالغ عددهم (٧٤٠) طالب وطالبة، موزعين على المراحل الدراسية الاربعة. كما مبين في الجدول (١)

جدول (١)

يبين تفاصيل توزيع مجتمع البحث

النسبة المئوية	المجموع	ي	ط	ح	ز	و	هـ	د	ج	ب	أ	الشعبة
٢٣,٣٨%	١٧٣	-	-	-	٢٣	*٢٣	٢٧	٢٨	٢٠	٢٥	*٢٧	المرحلة الاولى
٣٩,٤٦%	٢٩٢	٣٠	٣٢	٣٠	٣٠	٣٣	٢٧	*٢٦	٢٩	٣٠	*٢٥	المرحلة الثانية
٢٧,٥٧%	٢٠٤	-	-	٢٣	٢٤	٢٣	٢٧	٢٤	٢٩	٢٩	*٢٥	المرحلة الثالثة
٩,٥٩%	٧١	-	-	-	-	-	-	-	٢٣	٢١	+٩ ١٨	المرحلة الرابعة
١٠٠%	٧٤٠	٣٠	٣٢	٥٣	٧٧	٧٩	٨١	٧٨	١٠١	١٠٥	١٠٤	المجموع
		٤,٠٥%	٤,٣٢%	٧,١٦%	١٠,٤١%	١٠,٦٨%	١٠,٩٥%	١٠,٥٤%	١٣,٦٥%	١٤,١٩%	١٤,٠٥%	النسبة المئوية

٢-٢-٢ عينة البحث الأساسية:

اشتملت عينة البحث على (٧٤٠) طالب وطالبة، وتم اختيار نسبة (٧٠%) من مجتمع البحث كعينة بناء، وأستخدم (٣٠%) كعينة تطبيق.

١-٢-٢-٢ عينة البناء:

اشتملت عينة البناء على (٥١٨) طالب وطالبة يمثلون تقريباً نسبة (٧٠%)، إذ تم اختيار (١٠٠) طالب وطالبة من عينة البناء لإجراء التجارب الاستطلاعية للمقياس، وتم استبعادهم من عينة البحث، و(٢٥٠) طالب وطالبة لإجراء صدق البناء (التحليل الإحصائي للفقرات) (عينة التمييز)، و(١٠٠) طالب وطالبة لاستخراج معامل الثبات، واستبعدوا كذلك من عينة البحث.

٢-٢-٢-٢ عينة التطبيق:

اشتملت عينة التطبيق على (٢٢٢) طالب وطالبة يمثلون نسبة (٣٠٪) من عينة البحث، لغرض تطبيق مقياس الاحراج الاجتماعي الرياضي. جدول (٢)

جدول (٢)

يبين تفاصيل عينة البناء والتطبيق

العدد الكلي	عينة التطبيق		عينة الثبات		عينة البناء						النسبة المئوية من
					المستبعدون		عينة صدق البناء		عينة التجارب الاستطلاعية		
	طالب	طالبة	طالب	طالبة	طالب	طالبة	طالب	طالبة	طالب	طالبة	
٧٤٠	١٨٠	٤٢	٦٠	٤٠	١٨	٥٠	٦٠	١٩٠	٢٥	٧٥	عينة البناء
			١٠٠		٦٨		٢٥٠		١٠٠		
	٢٢٢				٥١٨						
			٪١٩,٣١		٪١٣,١٢		٪٤٨,٢٦		٪١٩,٣١		
٪١٠٠	٪٣٠				٪٧٠						عينة البحث الأساسية

٢-٣ أداة البحث:

نظراً لعدم وجود مقياس يقيس الاحراج الاجتماعي الرياضي لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل، حسب علم الباحثون لذلك قام الباحثون ببناء هذا المقياس.

٢-٣-١ تحديد أبعاد المقياس:

بعد أن تم مراجعة أدبيات البحوث والأطر النظرية والدراسات السابقة والدراسات المتعلقة بالبحث، فضلاً على الاطلاع للمصادر العلمية، قام الباحثون بتحليل محتوى تلك البحوث والدراسات والمصادر، إذ " أن مراجعة البحوث والدراسات في موضوع السمة ربما يساعد في تكوين فهم أوسع لمكونات السمة وعلاقتها بسمات أخرى فضلاً عن المساعدة في تعريف شامل مفصل لها" (١) ، وعليه تم تحديد (أربعة) أبعاد رئيسه تعبر عن أبعاد البحث الأساسية وهي :

- الاحراج الذاتي الرياضي
- الاحراج من زملاء الرياضة
- احراج الموقف الرياضي - انفعالات الاحراج الرياضي

٢-٣-٢ تحديد أسلوب صياغة فقرات المقياس:

قام الباحثون بإعداد الفقرات وصياغتها على أسلوب (ليكرت) المطور، وهي شبيهة بأسلوب الاختيار من متعدد، إذ يقدم للمستجيب فقرات ويطلب منه تحديد أجابته باختيار بديل واحد من بين بدائل عدة لها أوزان مختلفة.

٢-٣-٢-١ صياغة فقرات كل بعد:

بعد أن تم تحديد الأبعاد للمقياس تطلب إعداد الصيغة الأولية للمقياس، إذ تمت صياغة عدد من الفقرات على وفق أبعاد المقياس وبما يتلاءم وطبيعة مجتمع البحث، من خلال الاعتماد على الأسس الواردة في البحوث والدراسات العلمية حول أساليب بناء المقاييس، إذ "يمكن لمطور أداة قياس سمة معينة أن يبدأ عمله بطرح أسئلة مفتوحة على الفئة المستهدفة، ثم يقوم بتصنيف الاستجابات وتحليلها، ومن ثم يشتق الأبعاد الرئيسية المكونة للسمة المنوي قياسها" (١) وينصح بطرح الفقرة أولاً على أنها

(١) النبهان ، موسى (٢٠٠٤): أساسيات القياس والتقويم في العلوم السلوكية، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان، ص٧٤.

سؤال (مفتوح) على مجموعة من الممتحنين، ثم يصار إلى اشتقاق الموهات وتطويرها من خلال حصر وتحليل أخطاء هؤلاء الممتحنين .

٢-٣-١ التجربة الاستطلاعية الأولى:

من أجل الحصول على فقرات المقياس قام الباحثون بتوزيع استبيان مفتوح ملحق (١) موجه إلى (١٠٠) طالب وطالبة من (ضمن عينة البناء) موزعين على المراحل الدراسية الاربعة وبطريقة عشوائية، يمثلون مجتمع البحث وتم استبعادهم من عينة البحث، وبهذا تم التوصل إلى إعداد وصياغة فقرات المقياس بصيغتها الأولية تتكون من (٤٠) فقرة موزعة على أبعاد المقياس الاربعة السابق تحديدها.

٢-٣-٢ صدق المقياس:

إن الصدق هو أحد الخصائص (السايكومترية) في بناء المقاييس، وقد تحقق من صدق المقياس عبر صدق المحتوى والصدق الظاهري.

٢-٣-٣ الصدق الظاهري:

بعد أن تم تحديد ابعاد المقياس وفقراته ألبالغة (٤٠) فقرة تم عرض المقياس على عدد من السادة ذوي الخبرة والاختصاص في مجال العلوم التربوية والنفسية، والعلوم الرياضية، ومجال القياس والتقويم ملحق (٢)، لغرض تقويمها والحكم على مدى صلاحيتها وملاءمتها للبعد الذي خصصت له، وإجراء التعديلات المناسبة من خلال (حذف أو إعادة صياغة أو إضافة عدد من الابعاد والفقرات)، وبما يتلاءم ومجتمع البحث، فضلاً عن ذكر صلاحية بدائل الإجابة المقترحة، أو إضافة وتحديد السلم البديل للإجابة الذي يروونه مناسباً للمقياس ملحق (٣)، إذ يعد هذا الإجراء وسيلة مناسبة للتأكد من صدق المقياس، وبعد تحليل اجابات وملاحظات السادة الخبراء تم استخراج صدق الخبراء من خلال النسبة المئوية لاتفاق الخبراء حول صلاحية فقرات المقياس، إذ تم قبول الفقرات التي أتفق عليها (٧٥٪) فأكثر من آراء الخبراء، وقد تم تعديل بعض الفقرات .

جدول (٣)

يبين نسبة اتفاق الخبراء على فقرات مقياس الاحراج الاجتماعي الرياضي المقترحة

رقم الفقرة	الاحراج الذاتي الرياضي		الاحراج من زملاء الرياضة		احراج الموقف الرياضي		انفعالات الاحراج الرياضي	
	النسبة المئوية	عدد الخبراء	النسبة المئوية	عدد الخبراء	النسبة المئوية	عدد الخبراء	النسبة المئوية	عدد الخبراء
1	١٠٠٪	١٠	٩٠٪	٩	٩٠٪	٩	٨٠٪	٨
2	٩٠٪	٩	٨٠٪	٨	٨٠٪	٨	٨٠٪	٨
3	٩٠٪	٩	٨٠٪	٨	٨٠٪	٨	١٠٠٪	١٠
4	٨٠٪	٨	٨٠٪	٨	٨٠٪	٨	١٠٠٪	١٠
5	٨٠٪	٨	٨٠٪	٨	٨٠٪	٨	٨٠٪	٨
6	٨٠٪	٨	١٠٠٪	١٠	٩٠٪	٩	٩٠٪	٩
7	١٠٠٪	١٠	٨٠٪	٨	١٠٠٪	١٠	١٠٠٪	١٠
8	٩٠٪	٩	٩٠٪	٩	٩٠٪	٩	٨٠٪	٨
9	٨٠٪	٨	٨٠٪	٨	٩٠٪	٩	٩٠٪	٩
10	٩٠٪	٩	٩٠٪	٩	١٠٠٪	١٠	٩٠٪	٩

من جدول (٣) : لم يتم حذف اي فقرة، لأنها جميعاً حصلت على نسبة الاتفاق المقبولة، ملحق (٤) تم الاعتماد عليها في عملية إجراء التجربة الاستطلاعية للمقياس، والتحليل الإحصائي للفقرات .

٢-٣-٣-٢ صدق المحتوى:

تحقق هذا الصدق في أداة البحث من خلال تصنيف فقرات كل بعد، إذ يشير (الحكيم) إلى أن " صدق المحتوى للاختبار يعتمد بصورة أساسية على مدى إمكانية تمثيل الاختبار لمحتويات عناصره، وكذلك المواقف والجوانب التي يقيسها تمثيلاً صادقاً ومتجانساً وذات معنوية عالية لتحقيق الهدف الذي وضع من أجله الاختبار"^(١)، ويعتقد الباحثون أنهم قد توصلوا إلى صدق المحتوى عبر اطلاعهم وتحديد أبعاد المقياس وصياغة فقراته .

٢-٣-٤ التجربة الاستطلاعية (الثانية) للمقياس:

بعد أن تم توزيع فقرات المقياس توزيعاً عشوائياً لتجنب تأثير المجيب بنمط كل بعد من الأبعاد، وبعد إعداد التعليمات الخاصة به بصورتها الأولية، تم تطبيق المقياس على عينة قوامها (١٠٠) طالب وطالبة، وكان الغرض من إجراء التجربة الاستطلاعية ما يأتي:
(معرفة مدى وضوح الفقرات ودرجة استجابة أفراد العينة لها، التأكد من مدى وضوح تعليمات المقياس، الإجابة عن التساؤلات والاستفسارات، إعداد الصورة النهائية للفقرات، تشخيص المعوقات والسلبيات التي قد تصادف الباحثون، مدى ملائمة بدائل الإجابة للمقياس، احتساب زمن الإجابة والوقت الذي يستغرقه المختبر في الإجابة على المقياس) .

وقد أظهرت نتيجة التجربة الاستطلاعية عدم وجود أي غموض حول فقرات المقياس، وقد بلغ معدل الوقت للإجابة عن فقرات المقياس بين (١٥ – ١٧) دقيقة وبمعدل (١٦) دقيقة .

٢-٣-٥ صدق البناء (التحليل الإحصائي للفقرات):

"ويمثل البناء سمة سيكولوجية أو صفة أو خاصية لا يمكن ملاحظتها، وإنما يستدل عليها من السلوكيات المرتبطة بها"^(٢)، إذ تم الكشف عن صدق البناء بأسلوبين :

٢-٣-٥-١ أسلوب المجموعتين المتضادتين أو المتطرفتين:

لتحديد حجم العينة المناسبة لتحليل الفقرات، قام الباحثون بمراجعة أدبيات البحوث وبعض الدراسات السابقة الخاصة ببناء المقاييس، إذ تم تطبيق المقياس بصورته الأولية ملحق (٤) على عينة التمييز البالغ قوامها (٢٥٠) طالب وطالبة، تم تقسيم أفراد العينة إلى مجموعتين متساويتين، واخذ مجموعتين متطرفتين منها، ولتحقيق ذلك نرتب درجات الممتحنين ترتيباً تنازلياً (من الأعلى إلى الأدنى) ثم نقسمها إلى مجموعتين متساويتين، على اعتبار أن معامل تمييز الفقرة يكون حساساً وأكثر استقراراً في حالة استخدام هذه النسبة " (النبهان ، ٢٠٠٤ ، ١٩٦) ، إذ اختيرت نسبة (٢٧٪) من الدرجات العليا ونسبة (٢٧٪) من الدرجات الدنيا لتمثلاً للمجموعتين المتطرفتين، وقد تضمنت كل مجموعة (٦٨) طالب وطالبة، واعتمدت قيمة اختبار (t) المحتسبة لاختبار دلالة الفروق بين متوسطات إجابات المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من فقرات المقياس، جدول (٤) .

(١) الحكيم ، علي سلوم جواد (٢٠٠٤): الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة القادسية ، دار الطيف للطباعة ، القادسية، ص٢٣.
(٢) ملحم ، سامي محمد (٢٠١٠): مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ط٦ ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان ، الأردن ، ص٣١٩.

جدول (٤)

يبين نتائج الاختبار التائي لحساب التمييز

رقم الفقرة	معامل التمييز	دلالة الفروق	رقم الفقرة	معامل التمييز	دلالة الفروق	رقم الفقرة	معامل التمييز	دلالة الفروق	رقم الفقرة	معامل التمييز	دلالة الفروق
1	٢,٤٤	معنوي	11	٢,٨١	معنوي	21	٣,١٧	معنوي	31	٤,٠١	معنوي
2	٢,٦٩	معنوي	12	٢,٩٣	معنوي	22	٢,٠٥	معنوي	32	٢,٠٩	معنوي
3	٢,٦٧	معنوي	13	٢,٨٥	معنوي	23	٢,٣٧	معنوي	33	٢,١٩	معنوي
4	٢,٠٩	معنوي	14	٢,٠٧	معنوي	24	٢,٧٤	معنوي	34	١,٩٩	معنوي
5	٢,٤٥	معنوي	15	٢,١٤	معنوي	25	٢,١٩	معنوي	35	٢,٠٦	معنوي
6	٣,٠٩	معنوي	16	٣,٤٣	معنوي	26	٢,٢٣	معنوي	36	٢,١١	معنوي
7	٢,١١	معنوي	17	٢,٨٩	معنوي	27	٣,٢٢	معنوي	37	٢,٠١	معنوي
8	٢,٩٦	معنوي	18	٢,٠٨	معنوي	28	٣,٧٨	معنوي	38	٢,٥٣	معنوي
9	٢,٤٣	معنوي	19	٢,٦٢	معنوي	29	٣,٢٩	معنوي	39	٢,٦٦	معنوي
10	٢,٧٥	معنوي	20	٢,٧٤	معنوي	30	٢,٩٣	معنوي	40	٢,٤٥	معنوي

"معنوي عند مستوى معنوية $\geq (٠,٠٥)$ وأمام درجة (١٣٤)، قيمت (t) الجدولية تساوي (1,98) () من جدول (٤) نلاحظ أن القيم التائية لفقرات المقياس تقرب بين (١,٩٩ - ٤,٠١) وعند الرجوع إلى قيمة (t) الجدولية أمام درجة حرية (134)، وأمام مستوى معنوية $\geq (٠,٠٥)$ نجد أنها تساوي (١,٩٨)، وفي ضوء ذلك يتضح أن جميع الفقرات أثبتت قدرة تمييزية، تم الاستدلال عليها من خلال مقارنة قيمة (t) المحتسبة مع قيمتها الجدولية.

٢-٣-٥-٢ أسلوب معامل الاتساق الداخلي:

تم إيجاد معامل ارتباط درجة كل فقرة بالدرجة الكلية للمقياس لعينة التمييز نفسها البالغة (٢٥٠) طالب وطالبة ويسمى "بصدق الاتساق الداخلي للمقياس، إذ يتم قياسه من خلال حساب معامل الارتباط بين المفردة والمجموع الكلي للأبعاد، الدرجة الكلية للمقياس"^(٢)، وقد تم استخدام معامل الارتباط البسيط (بيرسون) لتحقيق ذلك جدول (٥).

جدول (٥)

معامل الارتباط بين الفقرات والدرجة الكلية باستخدام أسلوب الاتساق الداخلي

رقم الفقرة	معامل الارتباط	دلالة الفروق	رقم الفقرة	معامل الارتباط	دلالة الفروق	رقم الفقرة	معامل الارتباط	دلالة الفروق	رقم الفقرة	معامل الارتباط	دلالة الفروق
١	٠,٧٥	معنوي	١١	٠,٨٥	معنوي	٢١	٠,٦٥	معنوي	٣١	٠,٥٤	معنوي
٢	٠,٣٩	معنوي	١٢	٠,٥٧	معنوي	٢٢	٠,٣٦	معنوي	٣٢	٠,٣٩	معنوي
٣	٠,٤٤	معنوي	١٣	٠,٦٣	معنوي	٢٣	٠,٤٥	معنوي	٣٣	٠,٥٤	معنوي
٤	٠,٥١	معنوي	١٤	٠,٢١	معنوي	٢٤	٠,٤٢	معنوي	٣٤	٠,٧٨	معنوي
٥	٠,٣٥	معنوي	١٥	٠,٧١	معنوي	٢٥	٠,٧٨	معنوي	٣٥	٠,٤٣	معنوي
٦	٠,٦٣	معنوي	١٦	٠,٢٤	معنوي	٢٦	٠,٩٤	معنوي	٣٦	٠,٢٧	معنوي
٧	٠,١٨	معنوي	١٧	٠,٦٧	معنوي	٢٧	٠,٧٣	معنوي	٣٧	٠,٤٥	معنوي
٨	٠,٤٨	معنوي	١٨	٠,٣١	معنوي	٢٨	٠,٩٧	معنوي	٣٨	٠,٥٨	معنوي
٩	٠,١٦	معنوي	١٩	٠,٥٣	معنوي	٢٩	٠,٢٢	معنوي	٣٩	٠,٤٥	معنوي
١٠	٠,٨٢	معنوي	٢٠	٠,٦٥	معنوي	٣٠	٠,٦٨	معنوي	٤٠	٠,٨٩	معنوي

"معنوي عند مستوى معنوية $\geq (٠,٠٥)$ وأمام درجة حرية (٢٤٩) قيمة (R) الجدولية تساوي (٠,١٣٨) (باهي وآخرون، ٢٠٠٦، ٣٠٩، ٢٠٠٦)

(١) باهي، مصطفى حسين وآخرون (٢٠٠٦): الاحصاء التطبيقي باستخدام الحزم الجاهزة، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، ص ٣١٥.

(٢) فرحات، ليلي السيد (٢٠٠١): القياس المعرفي الرياضي، ط ١، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، ص ٦٨.

من جدول (٥) يتبين أن قيم معامل الارتباط بين فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس تقترب بين (٠,١٦-٠,٩٧)، وعند الرجوع إلى جداول دلالة معامل الارتباط عند درجة حرية (٢٤٩)، وأمام مستوى معنوية $\geq (٠,٠٥)$ نجد أن قيمة (R) الجدولية تساوي (٠,١٣٨)، وأن جميع الفقرات أثبتت تجانسها مع الدرجة الكلية، تم الاستدلال عليها من خلال مقارنة قيمة (R) المحتسبة مع قيمتها الجدولية، وبهذا يصبح المقياس بصورته النهائية بعد عملية التحليل الإحصائي لفقراته مؤلف من (٤٠) فقرة ملحق (٤).

٢-٣-٦ ثبات المقياس:

لغرض الحصول على ثبات المقياس استخدم الباحثون (طريقة التجزئة النصفية) بأسلوب الفقرات (الفردية والزوجية)، إذ تم تصحيح (١٠٠) استمارة شملت عينة الثبات، بعد أن حذفت الفقرات غير المميزة من المقياس، ثم قسمت إلى نصفين، النصف الأول يمثل الفقرات ذات التسلسلات الفردية والنصف الثاني يمثل الفقرات ذات التسلسلات الزوجية، بحيث أصبح لكل فرد درجتان (فردية وزوجية)، وتم استخدام معامل الارتباط البسيط بين درجات نصفي المقياس، فظهرت قيمة (R) المحتسبة تساوي (٠,٩٠)، ولكي نحصل على تقدير غير متحيز لثبات المقياس بكامله تم استخدام معادلة (سبيرمان- براون)، إذ بلغت قيمة معامل الثبات الكلي (٠,٩٤) وهو دال إحصائياً مما يدل على ثبات المقياس.

٢-٣-٧ وصف المقياس وتصحيحه:

المقياس بصورته النهائية تكون من (٤٠) فقرة، موزعة على (اربعة) أبعاد، وتتم الإجابة على فقرات المقياس من خلال ثلاثة بدائل مرتبة تنازلياً على مقياس ليكرت (دائماً، أحياناً، أبداً)، تعطى للفقرات الايجابية الدرجات (1,2,3)، ولل فقرات السلبية الدرجات (١, ٢, ٣)، وتكون الدرجة الكلية العليا للمقياس هي (١٢٠) درجة، أما الدرجة الكلية الدنيا للمقياس فهي (٤٠) درجة ملحق (٤).

٢-٤ التطبيق النهائي لمقياس الاحراج الاجتماعي الرياضي

طبق المقياس على عينة التطبيق البالغة (٢٢٢) طالب وطالبة، ثم جمع المقياس من المختبرين، إذ تم الحصول على (٢٠٠) استمارة، واستبعدت (٢٢) استمارة لعدم الحصول عليها.

٢-٥ الوسائل الإحصائية:

"المتوسط الحسابي، المنوال، الانحراف المعياري، معادلة معامل الالتواء ل(كارل بيرسون)، معامل الارتباط البسيط ل(بيرسون)، اختبار (t)، النسبة المئوية، المتوسط الفرضي". (علاوي، ١٩٩٨، ١٤٦)

الفصل الثالث

٣- عرض وتحليل ومناقشة النتائج:

قام الباحثون من خلال هذه الدراسة ببناء مقياس الاحراج الاجتماعي الرياضي لطلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل، وقد تم ذلك من خلال إجراءات خاصة ببناء المقياس، وبذلك تحقق الهدف الأول من البحث.

٣-١ عرض نتائج عينة البحث لمقياس الاحراج الاجتماعي الرياضي:

بعد أن تأكد الباحثون من صلاحية المقياس، والذي تم تطبيقه على عينة التطبيق، تم التأكد من ملائمة المقياس لعينة البحث وان التوزيع طبيعي (معتدل) عن طريق معادلة معامل الالتواء (كارل بيرسون)، ومنحنى التوزيع الطبيعي (الأعتدالي)، جدول (٦)

جدول (٦)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمعامل الالتواء لإجابات عينة البحث

النتيجة	معامل الالتواء	المعامل الإحصائية	العينة	وحدة القياس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المعامل الإحصائية
طبيعي*	٠,٧٨	٨٥	٢٠٠	درجة	٩٠	٦,٤	الاحراج الاجتماعي الرياضي

"*يعد الالتواء طبيعياً ، والاختبارات ملائمة للعينة إذا وقع معامل الالتواء بين (١ ± ١)"

٢-٣ التعرف على الفروق لدى عينة البحث في مقياس الاحراج الاجتماعي الرياضي ولأجل تقييم مستوى الفروق لدى عينة البحث، قام الباحثون بإيجاد المتوسط الفرضي للمقياس، ومقارنته بالمتوسط الحسابي لديهم، وسوف نصنف الاحراج الاجتماعي الرياضي إلى مستوى عالي، ومستوى واطئ، على أساس أن متوسط العينة الذي يفوق المتوسط الفرضي للمقياس بصورة معنوية هو مستوى عالي، فيما تمثل القيمة غير المعنوية مستوى ضمن حدود المتوسط الفرضي، أما القيم الأدنى من المتوسط الفرضي فتمثل مستوى واطئ جدول (٧) .

جدول (٧)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي لعينة البحث

النتيجة	معامل الإحصائية	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	قيمة (t) المحتسبة
الاحراج الاجتماعي الرياضي	٨٥	٢٠٠	٩٠	٦,٤	٨٠	*٢٢,٠٩

"* معنوي عند مستوى معنوية $\geq (٠,٠٥)$ وأمام درجة حرية (١٩٨) قيمة (t) الجدولية (٩٧,١)" (باهي واخرون، ٢٠٠٦، ٣١٧)

يتبين من جدول (٧) : أن قيمة المتوسط الحسابي لإجابات عينة البحث على فقرات مقياس الاحراج الاجتماعي الرياضي قد بلغ (٩٠)، وانحراف معياري قدره (٦,٤)، وعند اختبار معنوية الفروق بين متوسط درجات العينة، والمتوسط الفرضي للمقياس البالغ (٨٠)، وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة بلغت قيمة (t) المحتسبة (٢٢,٠٩)، عند مستوى معنوية $\geq (٠,٠٥)$ ، وهي اكبر من قيمة (t) الجدولية البالغة (١,٩٧)، مما يدل على أن الفرق معنوي لصالح متوسط عينة البحث .

عندما يخالف الفرد قاعدة اجتماعية ما فهو بذلك يثير آراء وأفكار تتعلق بالموقف لدى الآخرين ويخلق نقاشات تخص ما هو متعارف عليه ومقبول وما هو غير ذلك، وكنتيجة لهذا يؤدي لغضب وتقدير سلبي من قبل الآخرين، وممكن تلافي مشاعر الارتباك والإحراج بعد خرق أو مخالفة قاعدة متعارف عليها تتخذ مكان الاعتذار والأسف الغير مباشر من البيئة المحيطة. وهناك ادعاء يدعم بأن المجتمع والبيئة المحيطة تنتظر من الفرد الذي قام بمخالفة اجتماعية الشعور بالإحراج والارتباك لكي تتم مسامحته.

أن للإحراج والارتباك وظيفة تربوية واجتماعية. والأفراد ذووا الميول القليلة للشعور بالحرع والارتباك تتواجد لديهم تصرفات غير اجتماعية، ويُمكن ان يكون الإحراج مهني أو رسمي، أي انه يُمكن أن يتعلق بأمور مهنية في أماكن العمل أو إحراج في المكاتب الحكومية أو الدوائر العامة. هذا النوع من الحرع أو الارتباك من الممكن أن يزداد في الحالات المتعلقة بمبالغ كبيرة من المال والمواد الخام أو فقدان الحياة.

ويشعر كل منا بالإحراج في حياته، فالجميع يرتكب الأخطاء المحرجة. ويحدث الإحراج عندما ينتبه الناس إليك في وقت غير مناسب أو إذا ارتكبت خطأً أو إذا وضعت في موقف يشعرك بالتوتر وعدم الراحة، وحينها قد ترغب في أن تختفي من أمام الناظرين، إلا أنه توجد طرق أفضل للتغلب على الإحراج، فمثلاً يمكنك محاولة فهم سبب إحراجك بشكل أفضل أو الضحك على شيء محرج قمت بفعله أو أن تتعاطف مع نفسك حين تكون محرجاً. ويجب عليك مسامحة نفسك بعد أن قمت بالاعتذار، فإن تلك المسامحة تساعدك على التعامل مع الإحراج والتوقف عن تأنيب الضمير، وأيضاً توضح لك أنك قمت بخطأ غير مقصود ولا حاجة لإطالة الأمر يمكنك القول لنفسك "أسمح نفسي على فعلتي، فأنا بشر عرضة للخطأ".

٣-٣ عرض المستويات المعيارية لنتائج عينة البحث في مقياس الإحراج الاجتماعي الرياضي. استكمالاً لأهداف البحث، ونتيجة لعدم وضوح الرؤيا من خلال الدرجات الخام قام الباحثون بوضع مستويات معيارية لعينة البحث، لغرض تقويمها، جدول (٨).

جدول (٨)

المستويات المعيارية وعدد الطلبة والنسبة المئوية لعينة البحث

النسبة المئوية	عدد الطلبة	المستوى المعياري	الدرجة الخام
١١,٥ %	٢٣	ضعيف جدا	٧٥ فأقل
١٧,٥ %	٣٥	ضعيف	٨٢ - ٧٦
٢٤,٥ %	٤٩	مقبول	٨٩ - ٨٣
١٩ %	٣٨	متوسط	٩٦ - ٩٠
١٥,٥ %	٣١	جيد	١٠٣ - ٩٧
١٢ %	٢٤	جيد جدا	١٠٤ فأكثر
١٠٠ %	٢٠٠	$\pm 6,4 = C$	$90 = S$

أظهرت النتائج أن الطلبة يتعرضون الى الإحراج لما يتعرضون له من مواقف اجتماعية قد تكون لها تأثير سلبي على انفسهم وعلى نمط حياتهم وعلى عائلاتهم وكذلك في مجال العمل والدراسة. اما التأثير الايجابي يكون عندما اضحك على المواقف المحرجة مع أصدقائي، أشعرهم بانني لا أهتم لما حدث، وسيعتقدون أن الأمر هين ولا يستحق كل ذلك. ويجب ان نتخذ من هذه العبرة درساً لن ننسأه وهي (لا تُطَل في التفكير في الأشياء الصغيرة، فلا يجب إطالة التفكير في المواقف المحرجة الصغيرة اليومية، حاول نسيانها وامض قدماً بحياتك).

الفصل الرابع

٤- الاستنتاجات والتوصيات:

٤-١ الاستنتاجات:

- ٤-١-١ أثبت مقياس الإحراج الاجتماعي الرياضي الذي تم بناءه بمواصفات علمية دقيقة فاعلية عالية.
- ٤-١-٢ تمتع طلبة كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة في جامعة الموصل بإحراج اجتماعي طبيعي ومقبول.
- ٤-١-٣ تم وضع مستويات معيارية لعينة البحث بمقياس الإحراج الاجتماعي الرياضي.
- ٤-٢ التوصيات:
- ٤-٢-١ بناء برامج ارشادية لمساعدة الطلبة الذين يعانون من الإحراج في المواقف الرياضية.
- ٤-٢-٢ ايجاد علاقة بين الإحراج الرياضي وعلاقته بمراقبة الذات.

المصادر

١. باهي، مصطفى حسين وآخرون (٢٠٠٦): الإحصاء التطبيقي باستخدام الحزم الجاهزة ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة .
٢. الحكيم ، علي سلوم جواد (٢٠٠٤): الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة القادسية ، دار الطيف للطباعة ، القادسية .
٣. فرحات ، ليلي السيد (٢٠٠١): القياس المعرفي الرياضي ، ط١ ، مركز الكتاب للنشر ، القاهرة .
٤. ملحم ، سامي محمد (٢٠١٠): مناهج البحث في التربية وعلم النفس ، ط٦ ، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة ، عمان ، الأردن .
٥. النبهان ، موسى (٢٠٠٤): أساسيات القياس والتقويم في العلوم السلوكية، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان .
٦. Goff man, E. (1978): *The presentation of self in everyday life*. Harmond ds worth London.
٧. Goff man ،E. (1967): *On face-work*. Interaction ritual.

ملحق (١)

مقياس الاحراج الاجتماعي الرياضي

ت	الفقرات	دائما	أحيانا	أبدا
1	أشعر بالحرص عندما اسمع احد يتكلم عني في الرياضة .			
2	اشعر بالحرص عند تمزق ملابسني في اللعب امام زملائي .			
3	اشعر بالحرص عندما اشارك في وضع خطة الفريق .			
4	عندما احرص في اللعب يحمر وجهي .			
5	اشعر بالحرص عندما تكون ملابسني الرياضية غير نظيفة .			
6	اواجه صعوبة عندما ازور زميل لي في الفريق لا اعرفه جيدا .			
7	احرص عندما يظهر فريقي بالمستوى المطلوب .			
8	اتردد في اللعب مما يسبب لي الاحراج .			
9	لا احرص عندما يطلب مني القاء محاضرة عن موضوع رياضي .			
10	لا أشعر بالحرص عندما اتناول وجبة الغداء لوحدي امام زملائي في الفريق .			
١١	اشعر بالحرص عندما اكلف بتنفيذ الواجبات لفريقي .			
١٢	اصاب بالتحرق عندما يكون لعبي سيء .			
١٣	اشعر بالحرص عندما احتاج مبلغ من المال للاشتراك في فعالية رياضية .			
١٤	احرص عندما اضحك بصوت عالي على اخطاء زملائي في اللعب .			
١٥	اعاني من التوافق بين فريقي وادارة الفريق .			
١٦	يشرد ذهني واصاب بخيبة امل عندما لا اشترك في اللعب .			
١٧	اتحرص عندما اسقط على الارض اثناء اللعب .			
١٨	اشعر بالحرص عندما يتهمني زملائي بالمخادع اثناء اللعب .			
١٩	احرص في الامور التي تتطلب ضبط سلوكيات فريقي .			
٢٠	ترتجف يدي عندما اتعرض لموقف محرج في اللعب .			
٢١	اشعر بالحرص عندما ارسب وحدي في اختبار رياضي .			
٢٢	لا أحرص عندما القي نصيحة في اللعب ولم ينتبه زملائي عليها .			
٢٣	لا احرص عند التعليق بنهاية اللعبة مهما كانت النتيجة .			
٢٤	اتلفظ بكلمات غير صحيحة عندما لا تأتيني الكرة في اللعب .			

٢٥	لا اشعر بالحرع عندما يقابلني جمهوري الرياضي بتعليق سلبي او ايجابي .
٢٦	احرج عندما اصبح اناني في اللعب مع زملائي .
٢٧	احرج عند تنفيذ قرارات اللعب الخاطئة .
٢٨	ابتعد عن مقابلة احد عندما اخسر في اللعب .
٢٩	احرج عندما يغازلني فرد من الجنس الاخر اثناء اللعب .
٣٠	احرج عند عدم تكليفي بقيادة الفريق مع زملائي .
٣١	احرج فريقي عندما اكون رئيس الفريق .
٣٢	احاول ان اتلافى انخفاض نغمة صوتي في اللعب عندما اخفق في تسجيل هدف
٣٣	لا احرج عندما لا اتمكن من الاجابة على سؤال رياضي شخصي .
٣٤	احب الحديث مع زملائي في اللعب حتى بوجود الغرباء .
٣٥	انفذ القرارات التي تصب في مصلحة الفريق حتى اذا تعارضت مع اراء فريقي .
٣٦	اتحرك بحركات لا ارادية عند فشلي في اللعب .
٣٧	اشعر بالحرع عندما اعاتب نفسي لإخفاقي في اللعب .
٣٨	لدي الشجاعة للتحدث امام زملائي الرياضيين بشكل فردي .
٣٩	احرج عندما اكلف باختيار اعضاء الفريق .
٤٠	يرتفع صوتي عندما احقق نصر لفريقي .