

السلوك المظهري وعلاقته بالخلج لدى طالبات المرحلة الأولى في كليات التربية الرياضية في جامعات الفرات الأوسط

م.د. شيماء علي خميس

الملخص

1-1 المقدمة وأهمية البحث

السلوك المظهري وعلاقته بالخلج لدى طالبات كليات التربية الرياضية في جامعات الفرات الأوسط إن السلوك المظهري للأفراد يعد مرة لشخصيتهم ومدى تقبل المجتمع لهؤلاء الأفراد وهناك علاقته في بعض الأحيان بين هذا السلوك ومظاهر أخرى مثل الخلج والتي قد تسبب إرباك في جعل الشخص يرتدي الزي الذي لا يعبر عن شخصيته بسبب شعوره بالخلج من الأفراد الآخرين 1-2- مشكلة البحث :-

إن السلوك المظهري لطالبة التربية الرياضية يعد مظهرًا جميلًا لشخصية الطالبة ولكن بعض الأفكار السيئة عن طبيعة هذا المجال يجعل بعض الأفراد في المجتمع ينظرون إلى ارتداء طالبة التربية الرياضية لهذا الزي على أنه خطأ بحد ذاته مما يسبب الخلج لدى الطالبة وتظل في حيرة من أمرها في كيفية إيجاد توازن بين رغبتها ورأي المجتمع .

1-3 أهداف البحث :-

1- التعرف على مستوى السلوك المظهري والخلج لدى طالبات المرحلة الأولى في كليات التربية الرياضية في جامعات الفرات الأوسط (بابل - القادسية - كربلاء) .

2- التعرف على نوع العلاقة بين السلوك المظهري والخلج لدى عينة البحث .

1-4 فرض البحث :-

- هناك علاقة ذات دلالة معنوية بين السلوك المظهري والخلج لدى طالبات المرحلة الأولى في كليات التربية الرياضية في جامعات الفرات الأوسط .

1-5 مجالات البحث :-

1- المجال البشري : طالبات المرحلة الأولى في كليات التربية الرياضية في جامعة (بابل - القادسية - كربلاء)

2- المكان : القاعة الرياضية المغلقة في كليات التربية الرياضية في جامعة (بابل - القادسية - كربلاء) .

3- أزمان : الفترة من 2010/1/5 - 2010/2/20 .

2- الدراسات النظرية :-

تم التطرق إلى مفهوم السلوك المظهري ونظرياته ومفهوم الخلج وأسبابه .

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :-

تم التطرق إلى عينة البحث وكذلك عملية إعداد مقياسي السلوك المظهري والخلج .

4- عرض النتائج ومناقشتها :-

تم التعرف على مستوى السلوك المظهري والخلج لعينة البحث وعلاقة المتغيرين ببعضهما البعض .

5- الاستنتاجات والتوصيات :-

1-5 الاستنتاجات :-

1- امتلاك عينة البحث لمستوى منخفض من السلوك المظهري ومستوى مرتفع من الخلج .

2- هناك علاقة عكسية بين السلوك المظهري والخلج لعينة البحث .

2-5 التوصيات :-

1- ضرورة التوجيه التربوي لطالبات المرحلة الأولى وأهمية الزي الرياضي المناسب فهو يعكس شخصية الرياضي ومدى انتمائه لهذا المجال .

2- تشجيع الطالبات على المشاركة في البطولات الداخلية والخارجية لرفع عامل الخلج وتطوير مستواهن الرياضي .

The appearance behavior and its relation to the shyness of the first stage (female colleges) of the physical education at the universities of the middle Euphrates

The researcher : Shaima Ali Khamees

-Introduction of the research :-

The behavior appearance to the individuals is like mirror for their personality , and how much extent to accept the society for them .And sometimes there is a relationship between this behavior and another manifestations like the shyness that is maybe causes confusion to make the person wear the dress that not suitable for his personality because of feeling by shyness from the others .

- Research problem :-

That appearance behavior for physical education student (female) represented beautiful appearance for personality of student (female) .But some of bad ideas about nature of this field makes some persons in this society looking at physical education student (female)with wearing this dress badly . therefore that causes shyness of the student (female) . So she stay with confusion in how found plane between her desire and opinion of society .

- Aims of research :-

1- Identifying on appearance behavior level and shyness to students (females) of first stay at education colleges in universities of middle Euphrates (Babel, qadisia, karblaa)

2- Identifying on kind of relation between appearance behavior and shyness at research sample .

- The research has assumed the following :-

* There is relation between appearance behavior and shyness to the first stage in colleges of physical education at universities of middles Euphrates .

- Research fields :-

1- Human field : the students of first stage at physical education colleges in (Babel, Qadysia , Karblaa).

2- Place field: Interior hall in physical education colleges at universities (Babel, Qadysia, Karkalla) .

3- Time field : from 5/ 1/ 2010 – 20/2/2010 .

2- Theoretical studies :-

The researcher dealt with theoretical studies about The appearance behavior understood ,theories and the shyness understood and its causes .

3- The research curriculum and field procedures :-

The research including the sample and who preparing scale of the appearance behavior and shyness .

4- Presentation and discussion of the results :-

And through this way which find the levels of the appearance behavior and the shyness to the sample and the relationship between then .

5- Conclusions and recommendation :

-The Conclusions:-

1- The sample has low appearance behavior and high of the shyness .

2- There are posit relationship between the appearance behavior and the shyness .

-The recommendation :-

1- Necessarily of education directing the first stage student (females) and important of suitable sports wear . Because of that wear explain athletic personality how much extent she belongs to this field .

2-Encouragement the student (females) on participation with anterior and exterior championships to rise the shyness factor and develop sports level .

1- التعريف بالبحث

1-1 المقدمة وأهمية البحث

إن مجال التربية الرياضية يعد من المجالات التي من شأنها أن تطور الأفراد وتكون لهم قدرات شخصية عالية ولكن هذا الأمر لا يأتي في البداية وإنما في الاستمرارية الولوج في هذا المجال .

وان السلوك المظهري للطالبة التربية الرياضية يعد أحد مقومات هذا المجال فسلوكها المظهري "يعد سلوك اجتماعي غير محدث بل إن معايير وأنماط أفرادها متراكمة منذ تعرف الإنسان على الجانب الفني كمكمل للمظهر في كل جوانبه حيث إن السلوك المظهري عند الفتيات هو الجانب الفني الذي يتميز به في المجتمع كأحد أوجه الثقافة الاجتماعية والتطور الاجتماعي وانه لدى فريق قليل منهن القدرة على التفسير والتحليل والذي قد يشكل أحد الضغوط الاجتماعية المادية الخاصة و المعرقة لعملية التغير الاجتماعي وان دراسة علم النفس المظهري كأحد أضلاع علم النفس تستمد من جزئيات السلوك الإنساني كفعل اجتماعي يومي وان سبب انتشاره ازداد حاجة الناس عامة للاستهلاك المظهري هو سبب ترف غالبية المدن المعاصرة وكأحد أوجه الحياة المدنية والتي يتطلب الحصول والوصول إلى الجمال و الرونق والديكور والأزياء والتنافس في جميع ذلك ولهذا نجد إن السلوك المظهري هو ما دفع إلى ظهور الموسيقى والغناء والرسم والنحت والسينما والتصوير والتمثيل والديكور والأزياء وهو ما ترعاه المؤسسات الكبرى ذات العلاقة"¹ . لذا فأن هذا السلوك يرتبط بمقومات شخصية أخرى للفرد ومنها صفة الخجل والذي قد يرافق الفرد لأسباب عديدة قد تكون الظروف البيئية أو طبيعة المجال هو المؤثر في تراكم هذه الصفة للفرد لان استمرارية شعوره بالخجل يعرقل من ادائه العملي والعقلي ولا يستطيع أداء واجباته بصورة جيدة

1-2 مشكلة البحث :-

¹ . William .G.W.(Dardain Apparal Theories and Other Other Theorists) , 2000 , p.313

إن طالبة المرحلة الأولى في كلية التربية الرياضية قد تواجه أمور عديدة عند ولوجها في هذا المجال فهي ليس لديها فكرة واضحة عن طبيعة المنتمين فيه ولكن رغبتها دفعتها للانتماء إليه وأحد هذه المشاكل هو تقبل الأفراد الآخرين للسلوك المظهري لها فينتابها الخجل من ارتداء الزي الرياضي وتبقى في حيرة من أمرها في كيفية إيجاد توازن بين تقبل المجتمع لهذا الأمر فحتى باقي الفتيات في الكليات الأخرى تتخرج من مجال التربية الرياضية بسبب هذا الزي الرياضي والمفاهيم الخاطئة لديهن عن طبيعة طالبات هذه الكلية وكيفية تأثير الرياضة في نفسية الأفراد وخلق التجدد والرغبة في الحياة لذا فأن طالبة التربية الرياضية تبقى حائرة في كيفية تحقيق رغبتها في ارتداء الزي الرياضي المواكب للموضة وكيفية رفع الخجل الناتج من كلام الآخرين إضافة إلى الخجل من التدريسي أو زملائها الطلبة .

وذكر ساندرا (1996) إن التغيرات في السلوك والمتمثلة بالمراقبة وتوقع الجديد وتوقع الفرد بأنه مراقب جميعاً تفرض عليه في مواقف معينة إبداء السلوك المظهري وهذا عند الفتيات خاصة يحتم عليها الإبقاء على مظهرها الذي قد لا ينمي عما بداخلها يتبعها طول الوقت تحت (Mask) قناع تتحرك به أمام المجتمع وخصوصاً في مجالها .¹

فأساس المشكلة هنا هو صعوبة إظهار السلوك المظهري المناسب لطالبة التربية الرياضية والسبب في ذلك هو عامل الخجل المتولد لديها من المجتمع أو من أسباب أخرى .
فمن خلال هذا العمل البحثي سنتعرف على طبيعة السلوك المظهري لطالبة التربية الرياضية وكذلك ظاهرة الخجل لديها من خلال هذان المقياسان وهل هناك علاقة بين المقياسان فمن خلالها سنتعرف على الضعف إن وجد ومحاولة وضع الحلول المناسبة .

3-1 أهداف البحث :-

¹ . Sandra . D. (Personality theories and interpersonal traits) , Cambridge University , U.K.2000, p.13 .

- 1- التعرف على مستوى السلوك المظهري والخجل لدى طالبات المرحلة الأولى في كليات التربية الرياضية في جامعات الفرات الأوسط (بابل-القادسية-كربلاء).
- 2- التعرف على نوع العلاقة بين السلوك المظهري والخجل لدى أفراد البحث .

1-4 فرض البحث :-

- هناك علاقة ذات دلالة معنوية بين السلوك المظهري والخجل لدى طالبات المرحلة الأولى في كليات التربية الرياضية في جامعات الفرات الأوسط للعام الدراسي 2009-2010 .

1-5 مجالات البحث :-

- 1-5-1 المجال البشري : طالبات المرحلة الأولى في كليات التربية الرياضية في جامعة (بابل - القادسية - كربلاء) للعام الدراسي 2009-2010 .

- 1-5-2 المجال المكاني : القاعة الرياضية المغلقة في كليات وأقسام التربية الرياضية في جامعة بابل والقادسية وكربلاء .

- 1-5-3 المجال الزماني : الفترة من 2010/1/5 ولغاية 2010/2/24 .

- 2- الدراسات النظرية والدراسات المشابهة :-

2-1 الدراسات النظرية :-

2-1-1 مفهوم السلوك المظهري ونظرياتها :-

لقد ظهرت تعاريف كثيرة للسلوك المظهري ومنها ما عرفه (بارسونز) " بأنه مجموعة من النزعات المتداخلة مع عوامل خارجية كالدخل الاقتصادي والحاجات المظهرية بما يسمح بظهوره كعادة للأفراد¹ . وكذلك يفهم السلوك المظهري للأفراد على انه عبارة عن " سلوكيات تدل على مظاهر نفسية اجتماعية ورغبة بعض الأفراد في الظهور بشكل مميز وخاص أمام الآخرين سواء في الملبس أو المأكّل أو العمل وهذا نابع من وجود عجز نفسي مرتبط بأسلوب التعبير عن المشاعر والرغبة في نيل اهتمام الآخرين² . وكذلك يعرفه البعض على انه " سلوك لفظي وتفكيري ذو معنى اجتماعي وأسس نفسية وإدراكية تمكن الفرد من اقتباس التعابير لإظهار كنتاج فكري وسلوكي موجه نحو استخدام واكتشاف وتجربه كل ما هو جديد مستخدم مظهريا³ " لذا فنجد من خلال ما ذكر من تعاريف للسلوك المظهري نخلص إلى انه عبارة عن سلوك الأفراد ومنهم الطالبة من خلال الملابس أو المأكّل أو أي وسيلة أخرى تعبر عن ما يجول في مخيلتهم من إحساس أو شعور نفسي معين فينعكس في صورة معبرة عن حالته النفسية التي يعيشها وتختلف هذه الصورة من شخص إلى آخر وتتأثر بالبيئة أو الظرف الذي يمر به .

2-1-2 نظريات السلوك المظهري :-

¹ طالب مهدي السوداني . ثقافة الاستهلاك المتوازن في الأسرة العربية / العراقية نموذجا ،ليبيا- زاورة ، جامعة السابع من ابريل ، كلية الآداب ، 1999 ، ص30 .

² U.F.C.B.(American Family and Consutmer Behavior Group) , U.S.A, 2002. p.6 .

³ Richard , B .(Natural Human User),U.S.A. ,1998, p.57 .

لقد ظهرت بعض النظريات التي فسرت السلوك المظهري والتي سندرجها كالتالي¹:

1. نظرية انموذج العرض (داردين ، 1980)
Show Behavior Theory (Dardain , 1980) :
 2. نظرية السلوك المظهري (جتمان وميلز ، 1982)
Apparel Behavior Theory (Guttman & Mills , 1982) :
 3. النظرية الهيكلية للسلوك المظهري (شيانك ، 1991)
Structure Theory (Cheeyang , 1991)
 4. نظرية العوائق النفسية الخمسة (هوج دريزورسو بورك ، 1994)
The Five Psychological Difficulties Theory (Hogh Dreze & Rosopurk , 1994)
 5. نظرية المرساة (بلوس وتفرسكي ، 1994)
Making Up the Human Maind Theory (Plous & Tversky , 1994) :
 6. نظرية الانتقام (هندرسن كولش ، 1998)
Revenge Theory (Hainderson Guelch , 1998)
 7. نظرية البؤر (الفسولوجية) (د. جونغ فلوريد ، 1998) .
Physiological Districts Theory (Jong Floraid , 1998) .
 8. نظرية البحث في القمامة (آدم براسل وستيفن امجد ، 2000)
Garpajsearching Theory (Adam Brasel & Steven Amjad , 2000)
 9. نظرية الحدس (مونتوكيلي ، 2002)
Expecting Theory (Monttockely , 2002)
Intuitive Theory
 10. نظرية سياسة الإشباع الخارجية (تيروين ، 2002)
Consumer Out Need Theory (Terwin , 2002)
 11. النظرية النفسية الكيميائية في السلوك المظهري (داريوزكاتشورسكي، 2002)
Psychocimical Apparel Behavior Theory (Daryois Katchorasiky , 2002)
 12. نظرية التشويش (بيتر ريجبير ، 2004)
Confusion Theory (Peter Reghbir , 2004)
- 2-1-3 مفهوم الخجل وأسبابه :-

هو " شعور ينتاب الفرد عند تعرضه لموقف اجتماعي معين يفقده القدرة على أن يستجيب استجابة توافقيه تجاه الموقف الذي يواجهه "¹ ، وكذلك عرف الخجل على انه " اهتمام غير عادي ومضطرب

¹ ميسرة نبيل إبراهيم . مصدر سبق ذكره ، ص 39 .

بالنفس في موقف اجتماعي ما وعلى أثره يصاب الفرد بنوع من التوتر النفسي العضلي يؤثر في عواطفه وإحساساته ويؤدي بالنتيجة إلى إبراز تصرفات غير موزونة وردود غير مناسبة² وكذلك يعرفه البعض الآخر على أنه "الخوف والشعور بالضيق في حضور الآخرين وخاصة مع الذين يشكلون تهديداً انفعالياً للشخص من جنس آخر أو من مركز أعلى أو الغرباء"³، لذا فمن خلال ما ذكر من مفاهيم للخجل نستطيع أن نعرفه على أنه اضطراب ينتاب الفرد نتيجة لمواجهه موقف معين مما يؤدي إلى ظهور تصرفات معينة .

أما أسباب الخجل فيمكن إجمالها بالتالي :

- 1- الأسباب الوراثية : فالأبوين الخجولين غالباً ما يعدون أطفالاً خجولين وتدخل الوراثة بشكل قوي فيها وتحمل استعداد كبيراً فيجبر الأطفال على هذا الأسلوب وتكون اتصالاتهم الاجتماعية محدودة والتحدث مع الآخرين يتسم بالخوف وعدم الثقة حيث يظهر الأفراد الخجل الشديد منذ الطفولة لدى مقابلتهم للغرباء أو تعرضهم لمواقف غير مألوفة لديهم⁴.
- 2- الأسباب البايولوجية : إن فسيولوجية الدماغ عند الأفراد تهيؤهم للاستجابة لظاهرة الخجل .
- 3- الأسباب الاجتماعية : التنشئة الاجتماعية : التنشئة الاجتماعية غير السليمة في البيت والمدرسة ومكان العمل غالباً ما تقدم أشخاصاً خجولين .
- 4- الأسباب النفسية : إن الشعور بعدم الأمان يؤدي بالأشخاص غير الأمنين بعدم الشعور بالطمأنينة ، وهذا ينتج عنه عدم الثقة بالذات والاعتماد على الآخرين . كما إنهم مشغولون بمحاولة الشعور بالأمن وتجنب الإحراج وعدم ممارسة المهارات الاجتماعية فعندئذ يشكل الخجل دائرة مفرغة بالنسبة لهم ويصبحون أكثر خجلاً بسبب نقص المهارات الاجتماعية والمعلومات الإيجابية من الآخرين⁵.

3- منهج البحث وإجراءاته الميدانية :-

3-1 منهج البحث :-

¹ فاتكة جعفر . الخجل الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات والوحدة النفسية (دراسة مقارنة على عينتين من طلبة جامعتي دمشق و عدن) ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة دمشق ، سوريا ، 2007 ، ص 8 .

² علي غلام أفروز . الخجل من الناحية النفسية وسبل معالجته ، ط1، مؤسسة الهدى للنشر والتوزيع ، طهران ، إيران ، 2001 ، ص 9 .

³ فضيلة عرفات السبعوي . الخجل الاجتماعي وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية وبعض سمات الشخصية لدى طلبة جامعة الموصل ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة الموصل ، العراق ، 2005 ، ص 27 .

⁴ فضيلة عرفات السبعوي . مصدر سبق ذكره ، 60 .

⁵ أحمد محمد ألزغبى . مشكلات الأطفال النفسية والسلوكية والدراسية أسبابها وسبل علاجها ، ط1 ، عمان ، الأردن ، دار الفكر العربي ، 2005 ، ص 71-73 .

إن طبيعة الدراسة حتمت استخدام المنهج الوصفي بأسلوب المسح الذي يهدف إلى " جمع البيانات لمحاولة اختيار الفروض أو الإجابة على تساؤلات تتعلق بالحالة الجارية أو الراهنة لأفراد عينة البحث " ¹.

3-2 مجتمع وعينة البحث :-

تضمن مجتمع البحث كليات وأقسام التربية الرياضية في جامعات الفرات الأوسط وبواقع أربع كليات وهي (بابل ، القادسية ، النجف ، كربلاء) أما عينة البحث فتكونت من ثلاث كليات من كليات التربية الرياضية وهي (بابل ، القادسية ، كربلاء) حيث استبعد قسم التربية الرياضية في النجف لكونه فقط طالبات فأصبح العدد الكلي لعينة البحث بواقع (67) طالبة بواقع (70%) وكما موضح في الجدول (1) .

جدول (1)

يبين الجامعات وعدد الطالبات عينة البحث

الجامعات	عدد الطالبات
بابل	27
القادسية	17
كربلاء	23
المجموع	67

3-3 أدوات وأجهزة البحث :-

وقد تضمن البحث الأدوات والأجهزة التالية :

1- المصادر والمراجع العربية والأجنبية .

2- الملاحظة .

3- الاستبانة (مقياسي السلوك المظهري و الخجل)

إما الأجهزة المستعملة:-

1- حاسبة يدوية نوع (flamingo).

2- جهاز كومبيوتر نوع (4 puntium).

3-4 إجراءات البحث الميدانية :-

3-4-1 إجراءات إعداد مقياسي البحث :-

¹ محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999 ، ص 139 .

تم الاعتماد على المصادر العلمية ومقياس السلوك المظهري لـ (ميسرة نبيل إبراهيم)¹ والذي يتألف من (39) فقرة يجيب عنها المختبر وقد عرض المقياس على مجموعة من الخبراء والمختصين² وقد ابدوا رأيهم في ملائمة المقياس بعد إجراء بعض التعديلات وكما مبين في الجدول (2) وظهر بعد ذلك بصورته النهائية وكما في الملحق (1) .

الجدول (2)

يوضح الفقرة وعدد الخبراء الموافقين وغير الموافقين والنسبة المئوية وقيمة كا

ت	الفقرات	الموافقون	النسبة المئوية	غير الموافقون	النسبة المئوية	قيمة كا المحسوبة	دالاتها الإحصائية
1	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11	7	%100	صفر	صفر	7	دالة
	12	2	%28,57	5	%71,42	1,28	غير دالة
2	13,14,17	7	%100	صفر	صفر	7	دالة
	15,16	1	%14,28	6	%85,71		
3	18,19,20,21,22,23,24,25,26,27,28,29	7	%100	صفر	صفر	7	دالة
4	30,31,33	7	%100	صفر	صفر	7	دالة
	32	1	%14,28	6	%85,71	3,57	غير دالة
5	35,36,37,38,39	7	%100	صفر	صفر	7	دالة
	34	2	%28,57	5	%71,42	1,28	غير دالة

قيمة كا الجدولية = 3,84 عند درجة حرية = 1 ومستوى دلالة = 0,05

أما بالنسبة لمقياس الخجل فقد تم الاعتماد على مقياس الخجل لـ (حوراء عباس كرماش)³ الذي تم تطبيقه في البيئة العراقية حيث يتألف المقياس من (30) فقرة يجيب عنها المختبر وعرض أيضا

¹ ميسرة نبيل إبراهيم . سمات الشخصية وعلاقتها بالسلوك المظهري لدى المرأة العراقية ، رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية الآداب ، 2005 .

^{**} السادة الخبراء هم :

1. أ.د. بيان علي عبد علي : كلية التربية الرياضية / جامعة بابل (اختصاص) قياس وتقويم .
- 2- أ.د. فاهم أطريحي: كلية التربية للعلوم النفسية / جامعة بابل (اختصاص) اختبارات وقياس
3. أ.د. عامر سعيد ألقاناني: كلية التربية الرياضية / جامعة بابل (اختصاص) علم النفس الرياضي .
4. أ.م.د. ياسين علوان إسماعيل: كلية التربية الرياضية / جامعة بابل (اختصاص) علم النفس الرياضي
5. أ.م.د. حسين ربيع: كلية التربية للعلوم النفسية / جامعة بابل (اختصاص) علم النفس التربوي.
6. م.د. حيدر عبد ارضاء : كلية التربية الرياضية / جامعة بابل (اختصاص) اختبار وقياس .
- 7- م.د. محمد نعمة : كلية التربية الرياضية / جامعة بابل (اختصاص) اختبارات نفسية .

³ حوراء عباس كرماش . اتساق الذات وعلاقته بالخجل لدى طلبة كليات التربية في جامعات الفرات الأوسط ، رسالة ماجستير ، جامعة بابل ، كلية التربية ، 2009 .

على الخبراء والمختصين الذين تم الإشارة إليهم سابقا وأبدوا ملائمتهم للعمل مع إجراء بعض التعديلات وظهر بالصورة النهائي وكما في الملحق (2) .

3-4-2 التجربة الاستطلاعية:-

تم إجراء هذه التجربة بتاريخ 2010/1/5 على (6) طالبات من المرحلة الأولى في كلية التربية الرياضية من جامعة بابل وتم خلالها التعرف على مدى تفهم الطالبات للمقياسين ومدى وضوح التعليمات والتغلب على الصعوبات التي من الممكن حدوثها من أجل الاستعداد للتطبيق الرئيسي للمقياسين وتبين مدى ملائمة الوقت المخصص للإجابة عن المقياسين فقد كان لمقياس الخجل بواقع (4-13) دقيقة أما مقياس السلوك المظهري فقد كان (15) دقيقة.

3-4-3 أسلوب تصحيح المقياس :-

يتكون مقياس السلوك المظهري من (39) فقرة والإجابة عنها وفق خمسة بدائل وهي (تنطبق علي دائما ، تنطبق علي غالبا ، تنطبق علي أحيانا ، لا تنطبق علي غالبا ، لا تنطبق علي مطلقا) وتعطى أوزان للدرجات (1,2,3,4,5) على التوالي لل فقرات الايجابية والعكس لل فقرات السلبية أما بالنسبة لمقياس الخجل فيتكون من (30) فقرة ويجب اللاعب عنها وفق أربعة بدائل وهي (موافق تماما ، موافق ، موافق إلى حد ما ، أرفض ، أرفض بشدة) وتعطى درجات (1,2,3,4,5) على التوالي وتكون هذه الاجابه لل فقرات الايجابية والعكس لل فقرات السلبية .

3-4-4 حساب الدرجة الكلية :-

بما إن مقياس السلوك المظهري يتكون من (39) فقرة فأن أعلى درجة للاعب تكون (195) وأقل درجة هي (39) والوسط الحسابي بلغ (64,55) والانحراف المعياري بلغ (6,32) أما بالنسبة لمقياس الخجل فيتكون من (30) فقرة لذا فأن أعلى درجة للاعب هي (150) وأقل درجة هي (30) والوسط الحسابي بلغ (40,41) والانحراف المعياري بلغ (5,19) .

3-4-5 الخصائص العلمية للمقياس:-

3-4-5-1 الصدق:-

يعد الصدق من الشروط والصفات العلمية للاختبار الجيد ، إذ إن الصدق يعني "إن الاختبار يقيس ما وضع لأجل قياسه ولا يقيس شيئاً آخر"⁽¹⁾
وقد تم التحقق من صدق المقياسين من خلال إيجاد الصدق الظاهري لهما وذلك من خلال عرضهما على مجموعه من الخبراء والمختصين الذين تم ذكرهم سابقاً .

3-4-5-2 الثبات:-

تم استخدام معادلة ألفا كرونباخ لاستخراج معامل الثبات وبلغت لمقياس السلوك المظهري (0,85) ومقياس الخجل بلغ (0,87) وهذان مؤشران عاليان على ثبات المقياسين .

3-4-6 التجربة الرئيسية :-

وقد تم ذلك خلال فترة الاستراحة بين المحاضرات وفي قاعة كلية التربية الرياضية في جامعتي بابل والقادسية في الفترة 20-30 / 1 / 2010 حيث وزعت استمارات المقياسين على عينة البحث البالغة (78) طالبة وبعد تأشير المقياسين من قبلهن تم جمع الاستمارات للحصول على نتائج البحث .

3-5 الوسائل الإحصائية :-

تم استخدام نظام spss لإيجاد الوسائل الإحصائية التالية :-
(الوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، معامل ارتباط T لعينة واحدة ، معامل ارتباط بيرسون)

4- عرض النتائج ومناقشتها :-

4-1 التعرف على السلوك المظهري والخجل لدى عينة البحث :-

(1) مصطفى باهي :المعاملات العلمية والعملية بين النظرية والتطبيق، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999، ص27.

بعد أن جمعت البيانات كان لابد من التعرف على السلوك المظهري لدى العينة لذا تطلب ذلك استخراج قيمة (t) بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لدى عينة البحث وكما في الجدول (3) .

جدول (3)

يبين العلاقة بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي

الجامعة	عدد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
بابل	27	79,12	4,85	105	25	0,05	2,08	معنوي
القادسية	17	74,39	3,64	105	15		2,18	معنوي
كربلاء	23	72,45	4,56	105	21		2,08	معنوي
المجموع	67							

فيتضح لنا من الجدول أعلاه بأن قيمة الوسط الحسابي كانت اقل من الوسط الفرضي لدى العينة مما يدل على قلة امتلاكهن للسلوك المظهري لذا نجد بأن القيم المحسوبة قد كانت كبيرة عند درجة درجات الحرية (25,15,21) على التوالي ومستوى دلالة (0,05) مما يدل على وجود فروق معنوية. أما بالنسبة لصفة الخجل فالجدول (4) يوضح كيفية التعرف على صفة الخجل لدى عينة البحث والعلاقة بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي .

جدول (4)

يبين العلاقة بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي

الجامعة	عدد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	درجة الحرية	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الدلالة
بابل	27	120,12	5,65	90	25	0,05	2,08	معنوي
القادسية	17	119,90	4,88	90	15		2,18	معنوي
كربلاء	23	120,71	4,67	90	21		2,08	معنوي
المجموع	67							

حيث يتضح لنا من خلال الجدول (4) إن قيمة الوسط الحسابي هي أعلى من الوسط الفرضي مما يدل على امتلاك الطالبات لصفة الخجل بمستوى مرتفع لذا نجد إن قيمة الاختبار التائي بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي معنوية عند مستوى دلالة (0,05) حيث ظهرت القيمة التائية المحسوبة عالية مما يدل على وجود فروق معنوية .

4-2 التعرف على العلاقة بين السلوك المظهري والخجل لدى عينة البحث :-

للتعرف على العلاقة بين السلوك المظهري والخجل لدى عينة البحث فلا بد من إيجاد معامل الارتباط (بيرسون) وكما في الجدول (5)

جدول (5)

يبين معامل الارتباط بين السلوك المظهري و الخجل ومستوى الدلالة

ت	المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	نوع الدلالة
1	السلوك المظهري	0,25-	0,05	غير معنوي
2	الخجل			

يتضح لنا من خلال جدول (5) إن العلاقة عكسية بين السلوك المظهري وصفة الخجل والسبب في ذلك يعود إلى عوامل عديدة ومنها إن تفكير الطالبة المستمر بأن باقي زملائها الذكور وكذلك زميلاتها في الكليات الأخرى ينظرون إلى زيتها بأعتبارة انه غير مناسب فنجد إن جميع ما ذكر سابقا من شأنه أن يسبب صعوبة ارتداء الزي المناسب وذلك نتيجة خجل الطالبة من الكلام الذي يقال وكذلك الأفكار الخاطئة السائدة في المجتمع بأن مجال التربية الرياضية يرتدي ممارسيه زي غير مناسب فعلى عكس ذلك فتعد كلية التربية الرياضية من الكليات التي لها دور في صقل شخصية الطالبة والطالب فالتحصيل الأكاديمي له دور كبير في تعزيز السلوك " حيث يمكن الآخرين كأفراد من التنبؤ باستراتيجيات وسلوكيات يبيدها الفرد وتقييم كسلوك مظهري مختلف كما هو سائد من سلوكيات يبيدها الأفراد الآخرون تجاه عملية الشراء لوحداث مظهرية الاستخدام"¹ . وكما إن كون الارتباط غير معنوي قد يعود إلى عدد أفراد العينة والبالغ (67) إذ لو كان العدد أكثر لأدى ذلك إلى احتمال حصول ارتباط معنويا أو قد تكون أسباب أخرى قد أدت إلى الارتباط الغير معنوي .

5- الاستنتاجات والتوصيات :-

5-1 الاستنتاجات :-

¹ Rudell , v. Constmer Readings , U.S.A. , 1994 , p.28 .

1- نلاحظ من خلال هذا العمل البحثي امتلاك عينة البحث لمستوى منخفض من السلوك المظهري ومستوى مرتفع من الخجل .

2- هناك علاقة عكسية بين السلوك المظهري والخجل لدى الطالبات عينة البحث .

5-2 التوصيات :-

على ضوء النتائج التي توصلت إليها الباحثة فقد حددت التوصيات التالية :

1- ضرورة التوجيه التربوي للطالبات المرحلة الأولى وأهمية الزي الرياضي المناسب فهو يعكس شخصية الرياضي ومدى انتمائه لهذا لمجال .

2- تشجيع الطالبات على المشاركة في البطولات الداخلية والخارجية لرفع عامل الخجل وتطوير مستواهن الرياضي .

3- توضيح أهمية التربية الرياضية في حياة الطالبات وما لها من دور في صقل شخصية الفتاة ورفع أي فكرة سلبية قد تكون قد تكونت لدى الطالبة من المجتمع عن ممارسي هذا المجال .

4- استخدام مقياسي البحث كوسيلة من قبل الكادر التدريسي للتعرف على ما تمتلكه الطالبات من اهتمام بسلوكهن المظهري والخجل لأجل جعل طالبة التربية الرياضية تبدو بشكل جميل وملفت للأنظار من ناحية الأناقة والحشمة وتجاوز أي حالة خجل لديها من أجل تعديل هذا السلوك ورفع عامل الخجل لديهن .

1- المصادر العربية والأجنبية :-

- 1- أحمد محمد ألزغبى . مشكلات الأطفال النفسية والسلوكية والدراسية أسبابها وسبل علاجها ، ط1 ، عمان ، الأردن ، دار الفكر العربي ، 2005.
- 2- أسامة كامل راتب . علم النفس الرياضي (المفاهيم وتطبيقات) ، ط1 ، لقاهرة، دار الفكر العربي ، 1995 .
- 3- حوراء عباس كرماش . اتساق الذات وعلاقته بالخلج لدى طلبة كليات التربية في جامعات الفرات الأوسط ، رسالة ماجستير ، جامعة بابل ، كلية التربية ، 2009 .
- 4- ريسان خريط . النظريات المهمة في التدريب الرياضي ، عمان ، دار الشرق للطباعة والنشر ، 1998 .
- 5- فانتكة جعفر . الخجل الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات والوحدة النفسية (دراسة مقارنة على عينتين من طلبة جامعتي دمشق وعدن) ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة دمشق ، سوريا ، 2007 .
- 6- علي غلام أفروز . الخجل من الناحية النفسية وسبل معالجته ، ط1 ، مؤسسة الهدى للنشر والتوزيع ، طهران ، ايران ، 2001 .
- 7- فضيلة عرفات السبعوي . الخجل الاجتماعي وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية وبعض سمات الشخصية لدى طلبة جامعة الموصل ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة الموصل ، العراق ، 2005.
- 8- محمد حسن علاوي ، أسامة كامل راتب : البحث العلمي في التربية الرياضية وعلم النفس الرياضي ، القاهرة ، دار الفكر العربي ، 1999 .
- 9- ميسرة نبيل إبراهيم . سمات الشخصية وعلاقتها بالسلوك المظهري لدى المرأة العراقية ، رسالة ماجستير ، جامعة بغداد ، كلية الآداب ، 2005 .
- 10- مصطفى باهي : المعاملات العلمية والعملية بين النظرية والتطبيق، ط1، القاهرة، مركز الكتاب للنشر، 1999، ص27.
- 11- عبد الكريم ، محمود حمدي محمد : الاستثارة الانفعالية وعلاقتها ببعض المتغيرات الفسيولوجية والأداء المهاري في الكرة الطائرة ، المؤتمر العلمي (التنمية البشرية بين التحديات والتموحيات) ، كلية التربية الرياضية للبنين ، جامعة حلوان ، القاهرة ، 1996 .
- 12- علي محمد مطاوع . سايكولوجية المنافسات ، ج1 ، مصر ، مطبعة جريدة السفير ، 1977 .
- 13 - طالب مهدي السوداني . ثقافة الاستهلاك المتوازن في الأسرة العربية / العراقية انموذجا ، ليبيا- زاورة ، جامعة السابع من ابريل ، كلية الآداب ، 1999.
- 14-U.F.C.B.(American Family and Consutmer Behavior Group) , U.S.A, 2002 .
- 15-Richard , B .(Natural Human User),U.S.A. , 1998 .
- 16-William .G.W.(Dardain Apparal Theories and Other Other Theorists) , 2000
- 17-Sandra . D. (Personality theories and interpersonal traits) , Cambridge University , U.K.2000 .
- 18 -Sandra . D. (Personality theories and interpersonal traits) , Cambridge University , U.K.2000 .

ملحق (1)

مقياس السلوك المظهري بصورته النهائية

ت	الفقرات	تتطبق	تتطبق	تتطبق علي	لا تتطبق علي	لا تتطبق علي
---	---------	-------	-------	-----------	--------------	--------------

نطلقا	غالبا	أحيانا	علي غالبا	علي دائما	
					1. أميل إلى شراء الملابس من المحال التجارية غير المعروفة في الأسواق .
					2. أواظب على شراء الملابس الرياضية المواكبة للموضة .
					3. أهتم بشراء الملابس ذات الطابع الكلاسيكي (التراثي) .
					4. ليس لدي اهتمام بتشجيع الإنتاج المحلي من الملابس الرياضية .
					5. أميل إلى الظهور أمام الزائرين في البيت بالملابس البسيطة.
					6. أهتم بترك الملابس بعد ارتدائي لها لمرة واحدة .
					7. أهتم بشراء الملابس الرياضية المشابهة لملابس المشاهير من الرياضيين .
					8. أهتم بشراء الملابس الرياضية ذات الطابع الغربي أو الأجنبي .
					9. لا أهتم بارتداء الملابس الخاصة بالمناسبات والحفلات حتى لو كنت مدعوة لها .
					10. اهتم بعرض ملابسني الرياضية للتباهي بها امام زميلاتي .
					11. اهتم بارتداء ملابس مواكبة لما يتوقعه الجنس الآخر مني .
					12. اهتم بشراء الملابس الرياضية التي تحمل علامة تجارية معروفة .
					13. لا يهمني شراء أي شيء من السوق إذا لم أجد بضائع تحمل العلامة المميزة والمفضلة لدي .
					14. لا يهمني وجود علامة تجارية معروفة على ملابسني .
					15. لدي الرغبة الشديدة بالشراء دون حاجتي له .
					16. لا أهتم بأراء الآخرين بما اشترت من السوق من حاجيات .
					17. أنا أهمل بعد فترة قصيرة ما أشتريت من السوق من حاجيات .
					18. لا أهتم بشراء الحاجيات الخاصة بالبيت حتى لو كان البيت بحاجة لها .
					19. أهمل دوما وضع وترتيب الحاجيات في الاماكن المخصصة لها بعد شرائها
					20. أهتم بشراء الحاجيات لكنني أتردد في انتقائها .
					21. أهتم بنقده المحال التجارية كثيرا .
					22. أحب شراء عدة بضائع لست بحاجة لها .
					23. لا أستطيع الخروج لوحدي لشراء حاجاتي من البضائع .
					24. أهتم بالمعايير والجمال التي يستخدمها البائع لعرض البضاعة .
					25. عندما أصل إلى السوق أشعر إنني مشوشة ولا أعرف ما أشتري .
					26. لا أهتم بمراجعة قائمة مشترياتي التي كتبتها مسبقا عند قيامي بعملية التسوق
					27. عندما أخرج من البيت أكون مهمته بملاحظته المحال التجارية ذات البضائع المظهرية .
					28. أهتم بشراء الحاجيات المكملة للهندام في ملابسني ولا أرديها إلا نادرا .
					29. لا أهتم بشراء الحاجيات الضرورية لأنها متوفرة دائما في السوق .
					30. أهتم بتخصيص القليل من النقود لشراء حاجيات غير ضرورية .
					31. أهتم بمواكبة زملائي بالشراء لحاجيات غير ضرورية عندما يشترونها .
					32. أهتم بشراء حاجيات ذات قيمة نقدية عالية .
					33. لا يهمني كثرة البضائع الضرورية التي اشترتها طالما تواكب المجتمع المتحضر .
					34. أهتم بمراجعة حدود امكانياتي عند زيادة شرائي لبضائع غير ضرورية .
					35. أقوم برمي البضائع المظهرية حتى لو لم أتم استهلاكها لأنها تواكب الموضة

ملحق (2)

مقياس الخجل بصورته النهائية

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
---	---------	-------	-----------	---------

1	أتردد كثيرا قبل حدوث أي مشاركة رياضية .		
2	أواجه صعوبة في التحدث مع شخص لا أعرفه .		
3	أشعر بالارتباك قبل حدوث موقف اجتماعي أو رياضي .		
4	أنزعج عندما تنتظر إلي الطالبات في الكليات الأخرى .		
5	أصيب عرقا أثناء تواجدي في المشاركات الرياضية .		
6	يصعب علي التعبير عن رأي في نقاش مع أشخاص لا أعرفهم .		
7	أكون متوترة جدا قبل حدوث أي مشاركة رياضية أو اجتماعية .		
8	أتردد دائما عند سؤالي شخصا ما عن أمر معين .		
9	أشعر بجفاف فمي عندما أكون بين الآخرين .		
10	أرتبك كثيرا عندما يكون علي التحدث أمام مجموعة من الأشخاص .		
11	تشرذ أفكارني دائما أثناء مخالطتي الآخرين .		
12	أتضايق من مراقبة الآخرين لي أثناء الدرس .		
13	يحمز وجهي أحيانا عندما أتناول حديث مع الآخرين .		
14	أكون عاجزة عن النقاش إذا ما دار حديث ما ضمن مجموعة من زميلاتي .		
15	أشعر بالتوتر أثناء وجودي بين الآخرين		
16	عندما أكون بين زميلاتي أحاول عدم مشاركتهم بالحديث .		
17	أتحاشى اللقاءات الجديدة مع طالبات من كليات أخرى .		
18	تزداد نبضات قلبي عندما أتحدث مع أشخاص لا أعرفهم		
19	أشعر دائما برود أفعال جسدية (كالحة، والألم، والتعرق) عندما أكون بين الآخرين .		
20	أحتاج إلى وقت حتى أستطيع التغلب على خجلي في المواقف غير المألوفة بالنسبة لي .		
21	أشعر بعدم تقني بنفسني عند لقائي مع الآخرين .		
22	أشعر إن الوقت يسير ببطء عندما أكون بين الآخرين .		
23	أتجنب المشاركة في الحديث عن الأمور الجنسية .		
24	أفكر بأشياء ليس لها علاقة بالمحاضرة التي اكون فيها .		
25	تزداد نبضات قلبي عندما اكون بين زميلاتي في أي موقف رياضي .		
26	أفضل الصمت خشية أن تتجه أنظار الآخرين نحوي .		
27	أفكر في أشياء غير مهمة عندما أكون مع أشخاص آخرين .		
28	أشعر وكأنني مشلولة عندما أفكر في لقاء مع أشخاص آخرين .		
29	أنفادي القاء التحية على شخص إلا إذا كنت أعرفه جيدا .		
30	كثرة الناس حولي تربكني .		