

الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية (دراسة تحليلية)

أ.م.د. دينا إبراهيم محمد كشك

أستاذ مساعد

بقسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية

كلية التربية الرياضية للبنات

جامعة الإسكندرية

مقدمة البحث :

شهدت العقود الثلاثة الماضية اهتماماً بحثياً متزايداً بالاضطرابات النفسية والاجتماعية بشكل عام ، واضطرابات القلق بشكل خاص باعتبارها واحدة من أكثر الاضطرابات النفسية والاجتماعية شيوعاً ، ويُعد الرهاب الاجتماعي من الاضطرابات النفسية ومن أكثر الحالات الانفعالية المسيبة للكثير من المشكلات النفسية والسلوكية .

كما كشفت دراسات نسب انتشار الرهاب الاجتماعي التي أجراها المعهد الوطني للصحة النفسية على مدى ستة شهور، أن معدل الانتشار يتراوح بين (٠.٩%) إلى (١,٧%) لدى الرجال، ويتر اوح بين (١,٥%) إلى (٢,٦%) لدى النساء، وينبغي أن نذكر أن هذه الدراسات قد طبقت محكات الطبعة الثالثة من الدليل التشخيصي للاضطرابات النفسية، والتي تضمنت فقط الأفراد الذين يعانون من قلق أداء مهين بعينها، ومن ثم فإن نسب الانتشار ربما تصبح أكثر ارتفاعاً إذا ما طبقت الطبعة الرابعة من الدليل التشخيصي للاضطرابات النفسية . (ديفيد بارلو ٢٠٠٢: ٢٣٢-٢٣٣)

ويصنف الرهاب في الدليل التشخيصي الرابع للاضطرابات النفسية (DSM-IV 2000) ضمن اضطرابات القلق التي تظهر بشكل متكرر لدى الاطفال والمراهقين والتي تتضمن من بينها : الرهاب الاجتماعي ، الرهاب المحدد (الجمعية الأمريكية للاضطرابات النفسية ٢٠٠٠ : ٤٥٠)

كما يُعد الرهاب الاجتماعي احد الاضطرابات النفسية ضمن مجموعة اضطرابات القلق الذي يؤثر بشكل سلبي في قيام الفرد بأداء وظيفته النفسية والاجتماعية في كافة مجالات الحياة .

لقد حاول الكثير من الباحثين تعريف الرهاب الاجتماعي ومنها تعريف مصطفى الشرقاوي (٢٠٠٠) بأنه حالة من القلق أو الخوف تعترى الفرد عند التعرض لمواقف اجتماعية يخشى أن يتعرض فيها للنقد أو التقييم وتزداد هذه الحالات بشكل خاص في الاطفال والمراهقين . (مصطفى الشرقاوي ٢٠٠٠ : ٣٢٦)

ويذكر سكينر (Schneier ٢٠٠٣) الرهاب الاجتماعي بأنه خوف دائم وشديد و ارتباك ، والاشخاص في هذه الحالة غالباً ما يتجنبون المشاركة في الأنشطة الاجتماعية أو العامة مثل المقابلات مع الآخرين أو الاجتماعات . (سكينر Schneier ٢٠٠٣ : ٥١٥-٥١٦)

ويعرف ليبowitz (Liebowitz ٢٠٠٤) الرهاب الاجتماعي بأنه الخوف الدائم أو المفرط في وقوع الفرد تحت ملاحظة الآخرين والخوف من الارتباك عندما يتعرض الشخص لموقف من المواقف الاجتماعية ، ومن أبرز تلك المواقف التحدث أمام الجمهور . (ليبowitz Liebowitz ٢٠٠٤ : ٩٧)

ويعرف مجدى الدسوقي (٢٠٠٤) الرهاب الاجتماعي بأنه خوف غير منطقي متواصل ، و رغبة قهرية من جانب الفرد لتجنب المواقف التي يعتقد انه سوف يتعرض فيها للنقد من الآخرين ، وكذلك المواقف التي يعتقد فيها أنه سيكون ملاحظاً فيها من قبل الآخرين أو التي سيسلك فيها سلوكاً غير لائق يسبب له الحرج .

(مجدي الدسوقي ٢٠٠٤ : ٨)

ويتفق احمد عكاشة (٢٠٠٣) ، محمد غانم (٢٠٠٦) على أن الرهاب الاجتماعي هو الخوف من الوقوع محل الملاحظة من الآخرين مما يؤدي إلي تجنب المواقف الاجتماعية ، وعادة ما يصاحب المخاوف الاجتماعية تقييم ذاتي منخفض وخوف من النقد وقد يظهر على شكل شكوى من احتقان الوجه ورعدة باليد أو غثيان .

(احمد عكاشة ٢٠٠٣ : ٥٨) ، (محمد غانم ٢٠٠٦ : ١٦١)

ويتفق كل من زينب الخفاجي وزينب الشاوي (٢٠٠٩)، سامي العزاوي (٢٠١٠) على أن مظاهر الرهاب الاجتماعي تتجلى في عدم القدرة على التفاعل الاجتماعي والأخذ والعطاء مع الآخرين والشعور بالنقص عندما ينظر إلى غيره وعدم اندماج الفرد مع الآخرين ، الشعور بعدم الارتياح في المواقف الاجتماعية ، صعوبة التعبير عن الذات في المواقف الاجتماعية. (زينب الخفاجي، زينب الشاوي ٢٠٠٩: ٣) ، (سامي العزاوي ٢٠١٠ : ٢١٥)

وتُعرف الباحثة الرهاب الاجتماعي بأنه عدم قدرة الفرد علي الاندماج والتفاعل مع الآخرين ، حيث يتجنب المواقف الاجتماعية المختلفة التي يتعرض لها نظراً لشعوره بأنه سيكون ملاحظ من الآخرين وبالتالي يكون سلوكه غير مناسب ويسبب له الاحراج.

مشكلة البحث :

إن الرياضيين الموهوبين ثروة بشرية تحتاج إلى رعاية خاصة من المجتمع كي يتمكنوا من تنمية قدراتهم ومواهبهم وإمكاناتهم الرياضية إلى اقصى مدى ممكن ، وكذلك مساعدتهم على مواجهة الضغوط النفسية والاجتماعية التي قد تعيق تقدمهم الرياضي حتى يستطيعوا التكيف النفسي والاجتماعي والتمتع بمستوى لائق من الصحة النفسية والاجتماعية ، وكي يتمكنوا أيضاً من التمثيل المشرف لوطنهم وتمثيله بالمظهر اللائق في المحافل الدولية .

تظهر مشكلة البحث الحالي من عدة معطيات نظرية وميدانية وعلى رأسها المعطى الاساسي النظري وهو ندرة الدراسات العربية التي تناولت الرهاب الاجتماعي للرياضيين وذلك في حدود علم الباحثة ، والمعطى الثاني وهو الميداني من خلال ملاحظة الباحثة للعديد من الرياضيين الذين تظهر عليهم علامات الخجل الاجتماعي وأنهم غير قادرين على التعبير عن أنفسهم وإظهار قدراتهم مما قد يؤثر بالسلب علي المستوى الفني والمهاري لهم . حيث أن الرهاب الاجتماعي يمثل ظاهرة نفسية اجتماعية تعيق اللاعب عن أداء مهامه الرياضية ، حيث تختلف طبيعة الأداء الحركي لطبيعة الرياضات الممارسة وما فيها من أجواء مختلفة من الاحتكاك مع باقي الرياضيين والأجهزة الفنية والإدارية ، كذلك الاشتراك في البطولات والمباريات التي تقام لغرض المنافسة . ومن هنا تنطلق فكرة البحث في محاولة التعرف على مستوى الرهاب الاجتماعي للرياضيين.

أهمية البحث :

• الأهمية النظرية :

- ١ . سوف تسلط الضوء علي قضية إجتماعية تُعد من أهم القضايا في المجال الرياضي في الفترة الحالية.
- ٢ . سوف تُقدم من خلال نتائجها العلمية والنظرية تفسيرات علمية حول مستوي الرهاب الاجتماعي ومدى انتشاره بين الرياضيين في الأنشطة الرياضية المختلفة

• الأهمية التطبيقية :

- ١ . تقديم مقياساً جديداً للتعرف على مستوي الرهاب الاجتماعي للرياضيين في الأنشطة الرياضية المختلفة يمكن من خلاله التعرف الفروق الفردية بين اللاعبين .

الدراسات المرجعية :

من خلال اطلاع الباحثة على العديد من الدراسات العربية والأجنبية المرتبطة بموضوع الدراسة لاحظت اهتمام معظم الدراسات الخاصة بالرهاب الاجتماعي للمعاقين بفئاته المختلفة ، وأنه على حد علم الباحثة لا توجد دراسات اهتمت بالتعرف علي مستوى الرهاب الاجتماعي للرياضيين سوى دراسة واحدة ل اسامة سالم ،محمد مسعود ، عبد الحكيم عياد ٢٠٢٢ حيث تناولت الرهاب الاجتماعي للاعبين الرياضات المائية فقط وليست بالمجتمع المصري وفيما يلي عرض لاهم الدراسات التي تناولت الرهاب الاجتماعي :

- ١ . دراسة أحمد علاوي سعدون ، حيدر كادوم عيسى (٢٠٢٣) بعنوان " تأثير تعديل التدريبات الحركية للحد من الشعور بالرهاب الاجتماعي للأشخاص المصابين بضعف البصر (المكفوفين) في عمر من ١٠-١٢ سنة" هدف إلى تحديد مستوى الرهاب الاجتماعي لذوى الاعاقة البصرية ، اجريت الدراسة علي عينة قوامها (٥) طلاب ذكور واناث ،

واستخدم الباحثون مقياس الرهاب الاجتماعي ، وأسفرت النتائج عن ارتفاع مستوى الرهاب الاجتماعي للاناث المكفوفين عن الذكور المكفوفين ، كذلك التدريبات الحركية المعدلة كان لها تأثير إيجابي في خفض مستوى الرهاب الاجتماعي .

٢ . دراسة لولوة هشام عبد الطيف (٢٠٢٣) بعنوان " الرهاب الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى الطفل من وجهة نظر الأمهات " هدفت إلى الكشف عن الفروق في الرهاب الاجتماعي لدى الطفل باختلاف المتغيرات الديموغرافية (السكن، التحصيل الدراسي للطفل ، المستوى الاقتصادي للأسرة) ، والكشف عن الفروق في تقدير الذات لدى الطفل باختلاف المتغيرات الديموغرافية ، وأجريت الدراسة على عينة قوامها (٣٠) من أمهات الاطفال في مرحلة الروضة واستخدمت الباحثة مقياس الرهاب الاجتماعي للطفل ، ومقياس تقدير الذات للطفل (اعداد الباحثة) ، وأسفرت أهم النتائج عن وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الرهاب الاجتماعي وتقدير الذات من وجهة نظر الأمهات .

٣ . دراسة اسامة سالم ،محمد مسعود ، عبد الحكيم عياد (٢٠٢٢) بعنوان " الرهاب الاجتماعي لدى الرياضيين في بعض الرياضات المائية " هدف الي التعرف علي الفروق في مستوى الرهاب الجتماعي لدى الرياضيين في بعض الرياضات المائية ، واجريت الدراسة علي عينة قوامها (١٠٩) رياضي ، واستخدم الباحثين مقياس الرهاب الاجتماعي اعداد رامي حلاوة ، وأسفرت النتائج عن أن المستوي التعليمي يؤثر في انخفاض وتدني مستوي الرهاب الاجتماعي لدى الرياضيين في بعض الرياضات المائية ، وأن الممارسين للألعاب الرياضية يتمتعون بقدر عالي من الثقة بالنفس وتقدير الذات وأن العملية التعليمية وانضمام الرياضيين في مجموعات تعليمية، واستمرارهم في أداء واجباتهم الدراسية، تسمح ببناء علاقات اجتماعية تسهم في الرفع من القيم الايجابية والشعور بالمسؤولية والقدرة على ضبط الذات، والشعور بالرضاء والسعادة وخلق روح التعاون والانتماء.

٤ . دراسة محمد محمد الشحات (٢٠٢٢) بعنوان " تأثير برنامج تروحي رياضي على الرهاب الاجتماعي والتكيف النفسي والاجتماعي لذوى الإحتياجات الخاصة المصابين بمتلازمة داون القابلين للتعلم " هدفت الدراسة إلى وضع برنامج تروحي رياضي مقترح يتضمن مجموعة من الأنشطة الترويحية الرياضية للأطفال المصابين بمتلازمة داون القابلين للتعلم ومعرفة تأثيره على مستوى الرهاب الاجتماعي للأطفال المصابين بمتلازمة داون القابلين للتعلم وعلى حالة التكيف النفسي والاجتماعي للأطفال المصابين بمتلازمة داون القابلين للتعلم وأجريت الدراسة على عينة قوامها (٢٦) طفلا بمدسة التربية الفكرية بالزقازيق ، واستخدم الباحث مقياس الرهاب الاجتماعي (اعداد الباحث) ، مقياس التكيف النفسي والاجتماعي (اعداد الباحث) ، وأسفرت أهم النتائج عن وجود فروق دالة إحصائية بين القياسين القبلي والبعدي لأفراد عينة البحث الأساسية في مستوى الرهاب الاجتماعي وحالة التكيف النفسي والاجتماعي لصالح القياس البعدي.

٥ . دراسة شيماء عبد الحليم عبد السلام (٢٠٢١) بعنوان " الرهاب الاجتماعي واليقظة العقلية لدى الطالبات الممارسات وغير الممارسات للرياضة " هدفت إلى التعرف على دور التمتع بمستوى من اللياقة البدنية وممارسة النشاط الرياضي في الحد من ظاهرة الرهاب الاجتماعي وتنشيط اليقظة العقلية لدى طالبات كلية التربية الرياضية الجدد، أجريت الدراسة على طالبات الفرقة الأولى بكلية التربية الرياضية للبنات جامعة الزقازيق قوامها (٤٠١) طالبة ، استخدمت الباحثة مقياس الرهاب الاجتماعي من إعداد رولين ووي عام(١٩٩٢) وترجمه إلى العربية مجدي الدسوقي (٢٠٠٤) ، مقياس القدرات العقلية إعدا فاروق عبد الفتاح (٢٠٠٩) ، استمارة بيانات أساسية ، وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الطالبات الممارسات وغيرممارسات للرياضة في مستوى الرهاب الاجتماعي قيد البحث لصالح الطالبات الغير ممارسات للرياضة ، كما توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الطالبات الممارسات والغير ممارسات للرياضة في مستوى اليقظة العقلية قيد البحث ولصالح الطالبات ممارسات للرياضة .

٦ . دراسة مراد شاهين وآخرون (٢٠٢٠) بعنوان " الرهاب الاجتماعي في نشاط السباحة " هدفت إلى التعرف حالة الرهاب الاجتماعي التي يعاني منها الأطفال الذين يتدربون نشاط السباحة في الصيف ، وأجريت الدراسة على عينة قوامها (١١٥) للمرحلة العمرية من ٦-١٤ سنة الذين يلتحقون بنشاط السباحة ، واستخدم الباحثون مقياس كابا للرهاب الاجتماعي للاطفال والمراهقين ، وأسفرت النتائج عن عدم وجود فروق في مستوى الرهاب الاجتماعي بين الرياضيين في متغير العمر والاقامة الدخل الشهري للأسرة ، كما توجد فروق في متغير الجنس في مستوى الرهاب الاجتماعي لصالح الاناث .

٧. دراسة عبد الرحمن بن محمد بن عبد الرحمن (٢٠١٩) بعنوان " الذكاء الوجداني وعلاقته بالرهاب الاجتماعي لدى طلاب المرحلة المتوسطة " هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني والرهاب الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة بمدينة جدة ، كذلك التعرف على الفروق في مستوى الذكاء الوجداني والرهاب الاجتماعي لدى عينة الدراسة والتي تُعزى لمتغير الصف الدراسي ، وأجريت الدراسة علي عينة قوامها (٢١٠) تلميذاً من تلاميذ المرحلة المتوسطة ، وتم تطبيق مقياس الذكاء الوجداني لأبو العلا (٢٠٠٤) ، ومقياس الرهاب الاجتماعي من إعداد رولين ووي عام ١٩٩٢ وترجمه إلى العربية مجدي الدسوقي (٢٠٠٤) وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين الذكاء الوجداني والرهاب الاجتماعي لدى عينة الدراسة ، كذلك إلى عدم وجود فروق دالة في مستوى الذكاء الوجداني والرهاب الاجتماعي تُعزى للصف الدراسي .

٨. دراسة هالة عبد الأمير مكلف (٢٠١٩) بعنوان " قياس الرهاب الاجتماعي لطالبات الصف الخامس اعدادي " يهدف البحث الي التعرف علي قياس مدى اصابة طالبات الصف الخامس اعدادي بالرهاب الاجتماعي بمدنية تربية الكرخ ببغداد ، واجريت الدراسة علي عينة قوامها (٧٦ طالبة) ، كما استعانت بمقياس الرهاب الاجتماعي اعداد الباحثة ، وتوصلت النتائج الي أن طالبات الصف الخامس الاعدادي لديهن مستويات مختلفة من الرهاب الاجتماعي .

٩. دراسة مرفت عبد الحميد الصفي (٢٠١٨) بعنوان " الرهاب الاجتماعي وعلاقته ببعض المتغيرات الاكاديمية في ضوء المتغيرات الديموجرافية لدى عينة من طلاب جامعة الازهر " هدفت الي التعرف على العلاقة بين الرهاب الاجتماعي وبعض المتغيرات الاكاديمية (العجز المكتسب والتلكؤ الاكاديمي) في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية لدى عينة من طلاب جامعة الازهر ، أجرين الدراسة على عينة من قوامها (٣٠٠) طالب وطالبة من جامعة الازهر ، واستخدم الباحثة مقياسي الرهاب الاجتماعي والعجز المكتسب ، ومقياس التلكؤ الاكاديمي اعداد عبد الرحمن مصلحي ونادية الحسيني ٢٠٠٤ ، وأسفرت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الرهاب الاجتماعي وكل من العجز المكتسب والتلكؤ الاكاديمي ، كما أمكن التنبؤ بالرهاب الاجتماعي من خلال العجز المكتسب والتلكؤ الاكاديمي .

١٠. دراسة ريم ابراهيم خلف (٢٠١٥) بعنوان " التوافق النفسي وعلاقته بالرهاب الاجتماعي ومفهوم الذات لدى الطلاب الاقزام بالجامعة " ، هدفت الي التعرف على العلاقة بين الرهاب الاجتماعي والتوافق النفسي ومفهوم الذات لدى الاقزام بالجامعة ، اجريت الدراسة علي عينة قوامها (٨٠) طالب وطالبة من الطلاب الاقزام بالجامعة ، استخدمت الباحثة مقياس التوافق النفسي (اعداد الباحثة) ، مقياس الرهاب الاجتماعي من إعداد رولين ووي عام ١٩٩٢ وترجمه إلى العربية مجدي الدسوقي (٢٠٠٤) ، مقياس مفهوم الذات (لفاروق عثمان) ، اسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أبعاد مقياس التوافق النفسي و مقياس الرهاب الاجتماعي ومحاور مقياس مفهوم الذات لدى طلاب الجامعة .

أهداف البحث :

يهدف البحث إلى التعرف علي :

١. مستوى الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الانشطة الرياضية .
٢. العلاقة بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع الجنس (الذكور - الاناث) للاعبين بعض الانشطة الرياضية.
٣. العلاقة بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع الرياضة (الفردية - الجماعية) للاعبين بعض الانشطة الرياضية.
٤. العلاقة بين مستوى الرهاب الاجتماعي وعدد سنوات الممارسة للاعبين بعض الانشطة الرياضية.
٥. العلاقة بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع البطولات الحاصل عليها لاعبي بعض الانشطة الرياضية.

تساؤلات البحث :

١. ما مستوى الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الانشطة الرياضية؟
٢. هل توجد علاقة بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع الجنس (الذكور - الاناث) للاعبين بعض الانشطة الرياضية؟
٣. هل توجد علاقة بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع الرياضة (الفردية - الجماعية) للاعبين بعض الانشطة الرياضية؟
٤. هل توجد علاقة بين مستوى الرهاب الاجتماعي وعدد سنوات الممارسة للاعبين بعض الانشطة الرياضية؟
٥. هل توجد علاقة بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع البطولات الحاصل عليها لاعبي بعض الانشطة الرياضية؟

مجالات البحث :

- المجال البشري : لاعبي ولاعبات بعض الانشطة الرياضية بأندية محافظة الاسكندرية .
- المجال المكاني : أندية محافظة الاسكندرية (سموحة - الاولمبي - المؤسسة العسكرية - اصحاب الجياد - طلائع الاسطول - فاروس - الداخلية - الاتحاد السكندري - البنك الاهلي - دلفي - الترام الرياضي - سبورتنج - عز الدخيلة - نادي النصر - اليخت).
- المجال الزمني : تم تطبيق الدراسة الاستطلاعية في الفترة من ٢٠٢٤/١/١٢ إلى ٢٠٢٤/٢/١
- تم تطبيق الدراسة الاساسية في الفترة من ٢٠٢٤/٢/٢٥ إلى ٢٠٢٤/٤/٢٠

إجراءات البحث :

• منهج البحث :

تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي الذي يتم من خلاله جمع البيانات والمعلومات ووصف الظاهرة وتحليل بياناتها.

• مجتمع البحث :

يُمثل مجتمع البحث لاعبي ولاعبات بعض الانشطة الرياضية الفردية والجماعية بأندية محافظة الاسكندرية .

• عينة البحث:

- تم اختيار عينة البحث بالطريقة العشوائية من لاعبي ولاعبات بعض الانشطة الرياضية الفردية والجماعية حيث بلغ عددهم (٢٦٦) لاعب ولاعبة تتراوح اعمارهم من (١٥ - ٢٢) سنة في رياضات (السباحة - الجمباز الفني - التنس - التايكوندو - الكاراتيه - جودو - ملاكمة - كونج فو- كيك بوكس - كرة الطائرة - كرة اليد - كرة القدم - كرة السلة - التجديف - هوكي - ألعاب القوى). وتم تقسيمهم إلى (٦٦) للدراسة الاستطلاعية، و (٢٠٠) للدراسة الاساسية والجدول التالي يوضح النسبة المئوية لتوزيع عينة البحث من لاعبي بعض الأنشطة الرياضية.

جدول (١)
العدد والنسبة المئوية لتوزيع عينة البحث من لاعبي بعض الأنشطة الرياضية (ن = ٢٦٦)

المجموع		الدراسة الاستطلاعية		الدراسة الأساسية		عينة الدراسة	
النسبة %	العدد	النسبة %	العدد	النسبة %	العدد		
%٦.٣٩	١٧	%١.٥٠	٤	%٤.٨٩	١٣	١	١ تايكونندو
%٦.٧٧	١٨	%١.٥٠	٤	%٥.٢٦	١٤	٢	٢ جمباز
%٢.٢٦	٦	%٠.٧٥	٢	%١.٥٠	٤	٣	٣ جودو
%١٦.٩٢	٤٥	%٢.٦٣	٧	%١٤.٢٩	٣٨	٤	٤ كاراتيه
%١٣.١٦	٣٥	%٣.٠١	٨	%١٠.١٥	٢٧	٥	٥ سباحة
%٣.٧٦	١٠	%٠.٧٥	٢	%٣.٠١	٨	٦	٦ ملاكمة
%٣.٧٦	١٠	%١.١٣	٣	%٢.٦٣	٧	٧	٧ ألعاب القوى
%٣.٧٦	١٠	%٠.٧٥	٢	%٣.٠١	٨	٨	٨ كونج فو
%١.٥٠	٤	%٠.٧٥	٢	%٠.٧٥	٢	٩	٩ التنس
%٣.٠١	٨	%١.١٣	٣	%١.٨٨	٥	١٠	١٠ التجديف
%٣.٠١	٨	%١.١٣	٣	%١.٨٨	٥	١١	١١ كيك بوكس
%٦٤.٢٩	١٧١	%١٥.٠٤	٤٠	%٤٩.٢٥	١٣١	المجموع	
%٨.٢٧	٢٢	%١.٨٨	٥	%٦.٣٩	١٧	١	١ كرة اليد
%٤.١٤	١١	%١.٥٠	٤	%٢.٦٣	٧	٢	٢ كرة الطائرة
%٧.١٤	١٩	%٢.٦٣	٧	%٤.٥١	١٢	٣	٣ كرة القدم
%١٢.٧٨	٣٤	%٢.٢٦	٦	%١٠.٥٣	٢٨	٤	٤ كرة السلة
%٣.٣٨	٩	%١.٥٠	٤	%١.٨٨	٥	٥	٥ الهوكي
%٣٥.٧١	٩٥	%٩.٧٧	٢٦	%٢٥.٩٤	٦٩	المجموع	
%١٠٠	٢٦٦	%٢٤.٨١	٦٦	%٧٥.١٩	٢٠٠	المجموع الكلي	

يتضح من جدول (١) النسبة المئوية لتوزيع عينة البحث من لاعبي بعض الأنشطة الرياضية حيث بلغت عينة الدراسة الأساسية نسبة (٧٥.١٩ %) والدراسة الاستطلاعية نسبة (٢٤.٨١ %) وبلغت عينة الدراسة من لاعبي الأنشطة الفردية نسبة (٦٤.٢٩ %) وللاعبي الأنشطة الجماعية نسبة (٣٥.٧١ %) من لاعبي بعض الأنشطة الرياضية.

شروط اختيار العينة :

- أن يكون مسجل بأحد الأندية الرياضية .
- الاشتراك في بطولات محلية أو دولية .

• أدوات جمع البيانات :

١. استمارة بيانات ديموغرافية (اعداد الباحثة) .
٢. مقياس الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية (اعداد الباحثة)

١. استمارة بيانات ديموغرافية: (مرفق ٢)

بعد إطلاع الباحثة على المراجع والدراسات المرجعية التي تناولت الرهاب الاجتماعي قامت بإعداد استمارة بيانات ديموغرافية اشتملت على (٥) متغيرات وهم (اسم النادي - نوع الجنس - نوع النشاط الرياضي الممارس - عدد سنوات الممارسة - نوع البطولات الحاصل عليها اللاعب) .

قامت الباحثة بعرض تلك المتغيرات على السادة الخبراء مرفق (١) للتأكد من أن هذه المتغيرات مناسبة لطبيعة البحث ، وقد اتفق الخبراء بنسبة ١٠٠ % على هذه المتغيرات وأنها كافية وشاملة للمتغيرات الفارقة التي قد يكون لها تأثير على مستوى الرهاب الاجتماعي للرياضيين . (مرفق ٢)

٢. مقياس الرهاب الاجتماعي : (مرفق ٣)

خطوات اعداد مقياس الرهاب الاجتماعي :

قامت الباحثة بتصميم مقياس الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الانشطة الرياضية من خلال الاطلاع على العديد من المراجع العلمية والدراسات المرجعية والمقاييس العلمية التي تناولت الرهاب الاجتماعي مثل مقياس (رولين & وودي Raulin & Wee ١٩٩٤) تعريب د/ مجدي الدسوقي (٢٠٠٣) ، مقياس (طه ربيع ٢٠١١) ، مقياس (علي اكرم ٢٠١٢) ، (بشار زيدان ٢٠١٣) ، مقياس (دعاء كرم ٢٠١٦) ، ومقياس (محمد الشحات ٢٠٢٢) ، والمقابلة الشخصية مع السادة الخبراء لتحديد محاور وعبارات مقياس الرهاب الاجتماعي ، ثم عرض المقياس في صورته الاولية على السادة الخبراء في علم الاجتماع و علم الاجتماع الرياضي والانثربولوجي وعددهم (٥) مرفق (١) وذلك لإبداء الرأي في المحاور والعبارات وحذف أو إضافة أو إعادة صياغة أي منها وفقاً لما يرونه مناسب لما وضع من أجله. وفي ضوء ذلك تم التوصل للصورة الأولية للمقياس والذي يضم ٤٦ عبارة موزعة على أربعة محاور (مرفق ٢) كالتالي: -

- المحور الأول: الخوف من التقييم السلبي ويضم ١٤ عبارة.
- المحور الثاني: الأعراض الفسيولوجية ويضم ١٢ عبارة .
- المحور الثالث: المشاركة الوجدانية والتعاطف ويضم ٩ عبارات.
- المحور الرابع: تجنب التفاعل الاجتماعي ويضم ١١ عبارة .

تم اختيار العبارات التي لا تقل نسبة الاتفاق عليها من الخبراء عن (٧٠ %) وبناءا عليه تم اعادة صياغة (٣) عبارات و تم حذف (٨) عبارات ، ويوضح جدول (٢) العبارات التي تم اعادة صياغتها والعبارات التي تم حذفها وفقاً لرأي الخبراء .

جدول (٢)

العبارات التي تم اعادة صياغتها وفقاً لرأي السادة الخبراء

المحور	رقم العبارة	العبارة قبل إعادة صياغتها	العبارة بعد إعادة صياغتها
الاول الخوف من التقييم السلبي	١٠	أشعر أن زملائي في الفريق لا يحبون أن يكونوا معي	أشعر أن زملائي في الفريق لا يحبون مشاركتي
	١٢	اتوقف عن التمرين بصورة مفاجأة اذا لاحظت أحد مراقب لي .	اتوقف عن التمرين بصورة مفاجأة اذا لاحظت مراقبة أحد لي
الثاني الاعراض الفسيولوجية	١١	يزداد ارتباكي أثناء المنافسات	يزداد ارتباكي أثناء المنافسات الرياضية

ويوضح جدول (٣) العبارات التي تم حذفها

جدول (٣)

العبارات التي تم حذفها وفقاً لرأي السادة الخبراء

المحور	رقم العبارة	العبارات التي تم حذفها
المحور الاول الخوف من التقييم السلبي	٤	اخشى من اتهام مدربي بالغباء
	١٣	لا يمكنني التعبير عن نفسي بسهولة
	١٧	أرى نفسي أقل من الآخرين
المحور الثاني الاعراض الفسيولوجية	٦	لا اجد بسهولة الكلمات التي تُعبر عن أفكاري
	٢	أفضل تكوين صداقات جديدة وكثيرة
المحور الرابع تجنب التفاعل الاجتماعي	٤	اشعر بالارتياح عندما اتحدث مع مدربي
	٩	أجيد الحديث امام الآخرين عن لعبتي
	١١	أبادر في طرح طرق تدريبيه جديدة

بذلك أصبح المقياس يشتمل على (٣٨) عبارة ، وقد تم تحديد طريقة الاجابة على عبارات المقياس وفقا لتقدير مقياس ليكارت الثلاثي (نعم ، أحيانا ، لا) والتي تقابل الدرجات (٣ ، ٢ ، ١) للاعبى بعض الأنشطة الرياضية.

وتتكون الدرجة الكلية للمقياس من مجموع الدرجات التي يحصل عليها المفحوص من تقديراته ، حيث يتم جمع الدرجات المسجلة على جميع العبارات لكل محور ، وكلما ارتفع المتوسط الحسابى لهذه الدرجات واقترب من الدرجة العظمى دل ذلك على ارتفاع مستوى الرهاب الاجتماعي للرياضيين ، وحيث أن المقياس ثلاثي التدرج فتكون الدرجة الكلية العظمى للمقياس (١١٤) درجة ، والدرجة الكلية الصغرى للمقياس (٣٨) درجة .

المعاملات العلمية للمقياس.

قامت الباحثة بإجراء المعاملات العلمية لمقياس الرهاب الاجتماعي للاعبى بعض الأنشطة الرياضية وذلك عن طريق حساب الصدق والثبات على عينة الدراسة الاستطلاعية التي تبلغ عدد (٦٦) من لاعبي بعض الأنشطة الرياضية وذلك على النحو التالي:-

أولاً: صدق المقياس:

تم حساب الصدق عن طريق الصدق التكويني (الاتساق الداخلى) والذي يوضح ارتباط درجة العبارة بدرجة المحور ودرجة المحور بالدرجة الكلية لمقياس الرهاب الاجتماعي للاعبى بعض الأنشطة الرياضية.

جدول (٤)
صدق الاتساق لمقياس الرهاب الاجتماعي للاعبى بعض الأنشطة الرياضية
(المحور الأول: الخوف من التقييم السلبي) (ن = ٦٦)

معامل الارتباط "ر"		الخوف من التقييم السلبي	م
بدرجة المقياس	بدرجة المحور		
	**٠.٦٢١	اشعر بالقلق من آراء زملائي في الفريق ، حتى لو عرفت أن ذلك ليس له تأثير	١
	**٠.٤٨١	اشعر بالضيق الشديد عندما ارتكب خطأ ما .	٢
	**٠.٤٩١	اخشى عدم تقبل زملائي في الفريق لي .	٣
	**٠.٥٢٠	أكون قلقاً من نوع الانطباع الذي يكونه مدربي عني .	٤
	**٠.٥٩٦	أكون قلقاً من نوع الانطباع الذي يكونه زملائي في الفريق عني .	٥
**٠.٧٥٨	**٠.٣٥٠	اشعر أن زملائي في الفريق لا يحبون مشاركتي	٦
	*٠.٢٧٤	لا أفضل المبادرة في التحدث مع زملائي في الفريق .	٧
	**٠.٤٨١	اتوقف عن التمرين بصورة مفاجأة إذا لاحظت مراقبة أحد لى	٨
	**٠.٤٧٥	انشغل بالانطباع الغير مُرضي الذي يكونه زملائي عني .	٩
	**٠.٤٤٣	اخشى أن اخفق في المسابقات .	١٠
	**٠.٥٤٩	اخشى أن يسخر مني زملائي إذا أصبت بالارتباك .	١١

*معنوية "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.١٩٥ ، **عند مستوى ٠.٠١ = ٠.٢٥٤

يتضح من جدول (٤) وجود دلالة معنوية فى قيمة معامل الارتباط "ر" بين درجة العبارات في (المحور الأول: الخوف من التقييم السلبي) وبلغت درجة ارتباط المحور بالدرجة الكلية للمقياس (٠.٧٥٨) وهى قيم مرتفعة ومعنوية مما يؤكد الصدق في مقياس الرهاب الاجتماعي للاعبى بعض الأنشطة الرياضية.

جدول (٥)
صدق الاتساق لمقياس الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية
(المحور الثاني: الأعراض الفسيولوجية) (ن = ٦٦)

معامل الارتباط "ر"		الأعراض الفسيولوجية	م
درجة المقاييس	درجة المحور		
**٠.٧٥٠	**٠.٤٣٨	تزداد سرعة ضربات قلبي عندما اتحدث مع مدربي .	١٢
	**٠.٣٩٥	اشعر بألام بجسدي قبل المنافسات الرياضية .	١٣
	**٠.٣٣٢	اشعر بضيق في التنفس عندما اتحدث مع مدربي .	١٤
	**٠.٣٨٢	أتلجج في الحديث عندما اتحدث مع مدربي / زملائي .	١٥
	**٠.٦٣٥	اتوتر عندما يتم تبليغي بحدوث تقييم من قبل المدير الفني .	١٦
	**٠.٤٧٥	يحمر وجهي خجلاً عندما اتحدث مع لاعبين لا اعرفهم .	١٧
	**٠.٣٢٥	يحمر وجهي خجلاً عندما اتحدث مع مدربي .	١٨
	**٠.٦٥٦	اشعر بتنميل في يدي عندما يقترب موعد المنافسة الرياضية .	١٩
	**٠.٤٧٩	أصاب بالإعياء الشديد قبل المنافسات الرياضية .	٢٠
	**٠.٣٨١	ترتجف يدي أثناء أداء المهارات الحركية .	٢١
	**٠.٦٢٩	يزداد ارتبائي أثناء المنافسات الرياضية .	٢٢
	**٠.٤٣٠	اشعر بجفاف الحلق أثناء التحدث مع الآخرين في موقف جديد .	٢٣

*معنوية "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.١٩٥ ، **عند مستوى ٠.٠١ = ٠.٢٥٤

يتضح من جدول (٥) وجود دلالة معنوية في قيمة معامل الارتباط "ر" بين درجة العبارات في (المحور الثاني: الأعراض الفسيولوجية) وبلغت درجة ارتباط المحور بالدرجة الكلية للمقياس (٠.٧٥٠) وهي قيم مرتفعة ومعنوية مما يؤكد الصدق في مقياس الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية.

جدول (٦)
صدق الاتساق لمقياس الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية
(المحور الثالث: نقص المهارات الاجتماعية) (ن = ٦٦)

معامل الارتباط "ر"		نقص المهارات الاجتماعية	م
درجة المقاييس	درجة المحور		
**٠.٨١٩	**٠.٦٦٥	ابتعد عن مشاركة زملائي في الفريق عن أي عمل يقومون به .	٢٤
	**٠.٦٣٦	ارفض المشاركة في الأنشطة التعاونية .	٢٥
	**٠.٤٧٦	اخشى التحدث مع زملائي في الفريق عندما يتواجد مدربي .	٢٦
	**٠.٦٢١	يقل تفاعلي مع زملائي إذا شعرت اني غير مرغوب في .	٢٧
	**٠.٥٨٧	علاقاتي الاجتماعية بزملائي في الفريق محدودة .	٢٨
	**٠.٦٨٧	أخاف أن ابدوا سخيفاً أمام زملائي في الفريق .	٢٩
	**٠.٦٨٠	أتجنب أن أكون قائداً للفريق .	٣٠

*معنوية "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.١٩٥ ، **عند مستوى ٠.٠١ = ٠.٢٥٤

يتضح من جدول (٦) وجود دلالة معنوية في قيمة معامل الارتباط "ر" بين درجة العبارات في (المحور الثالث: نقص المهارات الاجتماعية) وبلغت درجة ارتباط المحور بالدرجة الكلية للمقياس (٠.٨١٩) وهي قيم مرتفعة ومعنوية مما يؤكد الصدق في مقياس الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية.

جدول (٧)
صدق الاتساق لمقياس الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية
(المحور الرابع: تجنب التفاعل الاجتماعي) (ن = ٦٦)

معامل الارتباط "ر"		تجنب التفاعل الاجتماعي	م
درجة المقاييس	درجة المحور		
**٠.٧٤٨	**٠.٦٦٣	أفضل أن أفرد بنفسى معظم الوقت .	٣١
	**٠.٤٦١	اهرب من منتصف الحديث عندما اتحدث مع لاعب لا اعرفه .	٣٢
	**٠.٧٤٥	لا أشارك زملائي في الفريق في المناسبات أو الحفلات .	٣٣
	**٠.٥٦٢	اتجنب تكوين صداقات مع زملائي في الفريق .	٣٤
	**٠.٧٧٩	اتردد بالتعريف بنفسى وبلعبتى .	٣٥
	**٠.٧٢١	أجد صعوبة في الاندماج ضمن الفريق الرياضي .	٣٦
	**٠.٦٠٣	اتحدث قليلا في المواقف الاجتماعية .	٣٧
	**٠.٥٤٩	لا استكمل الحديث عندما اتحدث مع مدرب لا اعرفه .	٣٨

*معنوية "ر" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ٠.١٩٥ ، **عند مستوى ٠.٠١ = ٠.٢٥٤ .

يتضح من جدول (٧) وجود دلالة معنوية فى قيمة معامل الارتباط "ر" بين درجة العبارات في (المحور الرابع: تجنب التفاعل الاجتماعي) وبلغت درجة ارتباط المحور بالدرجة الكلية للمقياس (٠.٧٤٨) وهى قيم مرتفعة ومعنوية مما يؤكد الصدق في مقياس الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية.

ثانياً :- ثبات المقياس:

تم حساب الثبات لمقياس الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية عن طريق معامل الثبات ألفا لكرونباخ والتجزئة النصفية.

جدول (٨)
معامل الثبات في مقياس الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية (ن = ٦٦)

معامل الثبات		مقياس الرهاب الاجتماعي	م
التجزئة النصفية	الفا لكرونباخ		
٠.٦٠٢	٠.٦٠١	الخوف من التقييم السلبي	١
٠.٨١٧	٠.٦٧٧	الأعراض الفسيولوجية	٢
٠.٧٢٦	٠.٧٠٦	نقص المهارات الاجتماعية	٣
٠.٧٣٨	٠.٧٨٦	تجنب التفاعل الاجتماعي	٤
٠.٨٧٦	٠.٨٥٤	الدرجة الكلية للرهاب الاجتماعي	

يتضح من جدول (٨) دلالة معامل الثبات في محاور المقياس حيث جاءت قيمة معامل الثبات ألفا لكرونباخ (٠.٨٥٤) وتراوحت قيمته فى المحاور ما بين (٠.٦٠١ : ٠.٧٨٦) وقيمة معامل الثبات بالتجزئة النصفية (٠.٨٧٦) وتراوحت قيمته فى المحاور ما بين (٠.٦٠٢ : ٠.٨١٧) وهى قيم عالية اكبر من ٠.٦ وتقرب من الواحد الصحيح مما يدل على الثبات في مقياس الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية.

الدرجة الصغرى والعظمى لمقياس الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية.

من خلال نتائج الدراسة الاستطلاعية وتحديد الصدق والثبات لمقياس الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية أصبح المقياس فى الصورة النهائية الصالحة للتطبيق على عينة الدراسة الأساسية والذى يتكون من أربعة محاور وعدد (٣٨) عبارة ، وتم احتساب الدرجة الصغرى والعظمى ثم تقدير المستوى (مرتفع ، متوسط ، ضعيف) فى كل محور للمقياس كما بالجدول التالى.

جدول (٩)
الدرجة الصغرى والعظمى ومستوى الرهاب الاجتماعى للاعبى بعض الأنشطة الرياضية

م	مقياس الرهاب الاجتماعى	عدد العبارات	أقل درجة	أعلى درجة	مستوى الرهاب الاجتماعى		
					ضعيف	متوسط	مرتفع
١	الخوف من التقييم السلبى	١١	١١	٣٣	من ١١ الى ١٨.٣	من ١٨.٣ الى ٢٥.٧	من ٢٥.٧ الى ٣٣
٢	الأعراض الفسيولوجية	١٢	١٢	٣٦	من ١٢ الى ٢٠	من ٢٠ الى ٢٨	من ٢٨ الى ٣٦
٣	نقص المهارات الاجتماعية	٧	٧	٢١	من ٧ الى ١١.٧	من ١١.٧ الى ١٦.٣	من ١٦.٣ الى ٢١
٤	تجنب التفاعل الاجتماعى	٨	٨	٢٤	من ٨ الى ١٣.٣	من ١٣.٣ الى ١٨.٧	من ١٨.٧ الى ٢٤
	الدرجة الكلية للرهاب الاجتماعى	٣٨	٣٨	١١٤	من ٣٨ الى ٦٣.٣	من ٦٣.٣ الى ٨٨.٧	من ٨٨.٧ الى ١١٤

يتضح من جدول (٩) الدرجة الصغرى والعظمى ومستوى الرهاب الاجتماعى للاعبى بعض الأنشطة الرياضية ، حيث بلغت الدرجة الصغرى والعظمى فى المحور الأول: الخوف من التقييم السلبى (١١ ، ٣٣) والمحور الثانى: الأعراض الفسيولوجية (١٢ ، ٣٦) والمحور الثالث: نقص المهارات الاجتماعية (٧ ، ٢١) والمحور الرابع: تجنب التفاعل الاجتماعى (٨ ، ٢٤) والدرجة الكلية للرهاب الاجتماعى (٣٨ ، ١١٤) فى مقياس الرهاب الاجتماعى للاعبى بعض الأنشطة الرياضية.

المعالجات الاحصائية:

قامت الباحثة بمعالجة البيانات باستخدام برنامج IBM SPSS Statistics 20 للحصول على المعالجات الإحصائية التالية:-

- النسبة المئوية
- المتوسط الحسابى
- معامل الارتباط "ر" لبيرسون
- معامل الثبات الفا لكرونباخ
- معامل الثبات بالتجزئة النصفية
- اختبار "ت" لعينة واحدة
- اختبار مربع كاي "كا٢"
- الجداول المتقاطعة.

عرض ومناقشة النتائج.

تتناول الباحثة عرض ومناقشة النتائج التي توصلت إليها بعد تطبيق مقياس الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية ، واستمارة البيانات الديموغرافية على عينة الدراسة الأساسية ، وسوف يتم التحقق من الأهداف والاجابة على تساؤلات البحث على النحو التالي:-

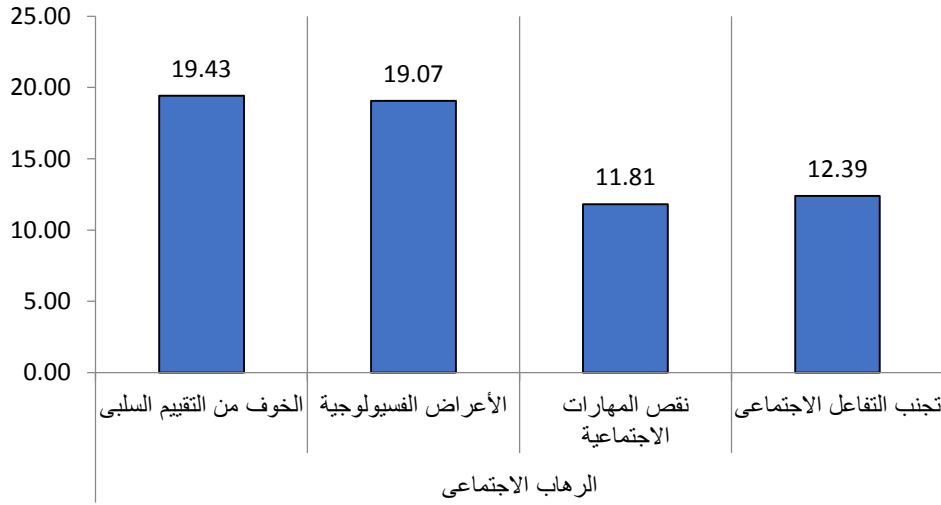
التساؤل الأول : ما مستوى الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية؟

سوف يتم الاجابة على هذا التساؤل من خلال عرض جدول (١٠) و (١١) ، شكل (١) و (٢)

جدول (١٠)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري في محاور مقياس الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية
(ن = ٢٠٠)

م	الرهاب الاجتماعي	عدد العبارات	الدرجة النهائية	أقل قيمة	أكبر قيمة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
١	الخوف من التقييم السلبي	١١	٣٣	١١	٣٣	١٩.٤٣	٤.٣٨	متوسط
٢	الأعراض الفسيولوجية	١٢	٣٦	١٢	٣٢	١٩.٠٧	٤.٧٢	ضعيف
٣	نقص المهارات الاجتماعية	٧	٢١	٧	٢١	١١.٨١	٣.١٧	متوسط
٤	تجنب التفاعل الاجتماعي	٨	٢٤	٨	٢٤	١٢.٣٩	٣.٦٧	ضعيف
	الدرجة الكلية للرهاب الاجتماعي	٣٨	١١٤	٣٨	١١٤	٦٢.٦٩	١٢.٤٢	ضعيف



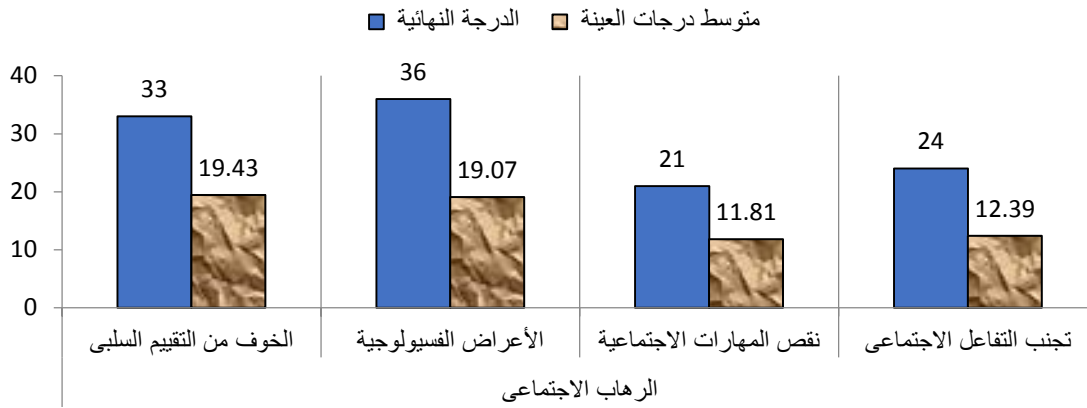
شكل (١) المتوسط الحسابي في محاور مقياس الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية

يتضح من جدول (١٠) وشكل (١) أقل وأعلى قيمة والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري في محاور مقياس الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية ، حيث تتباين متوسط درجات العينة في محاور المقياس وبلغت قيمة متوسط الدرجة الكلية للرهاب الاجتماعي (٦٢.٦٩) مقابل الدرجة الكلية (١١٤) للاعبين بعض الأنشطة الرياضية.

جدول (١١)
دلالة اختبار "ت" للفروق بين الدرجة النهائية ومتوسط درجات العينة في محاور مقياس الرهاب الاجتماعي للاعبين
بعض الأنشطة الرياضية (ن = ٢٠٠)

م	الرهاب الاجتماعي	عدد العبارات	الدرجة النهائية	متوسطات العينة		قيمة "ت" المحسوبة	الفرق	نسبة الفرق %	الترتيب
				±ع	س-				
١	الخوف من التقييم السلبي	١١	٣٣	١٩.٤٣	٤.٣٨	**٤٣.٨٢	١٣.٥٧٥	٤١.١٤	١
٢	الأعراض الفسيولوجية	١٢	٣٦	١٩.٠٧	٤.٧٢	**٥٠.٦٨	١٦.٩٣	٤٧.٠٣	٣
٣	نقص المهارات الاجتماعية	٧	٢١	١١.٨١	٣.١٧	**٤٠.٩٦	٩.٢٠	٤٣.٧٩	٢
٤	تجنب التفاعل الاجتماعي	٨	٢٤	١٢.٣٩	٣.٦٧	**٤٤.٧٤	١١.٦١	٤٨.٣٨	٤
	الدرجة الكلية للرهاب الاجتماعي	٣٨	١١٤	٦٢.٦٩	١٢.٤٢	**٥٨.٤٤	٥١.٣١	٤٥.٠١	

*معنوية "ت" الجدولية عند مستوى ٠.٠٥ = ١.٩٦ ** عند مستوى ٠.٠١ = ٢.٥٧٦



شكل (٢)

الدرجة النهائية ومتوسط درجات العينة في محاور مقياس الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية

يتضح من جدول (١١) وشكل (٢) وجود فروق ذات دلالة إحصائية في قيمة "ت" المحسوبة بين الدرجة الكلية ومتوسط درجات عينة البحث في محاور المقياس ، حيث بلغ الفرق في الدرجة الكلية للرهاب الاجتماعي بنسبة (٤٥.٠١%) وتراوح نسبة الفرق في المحاور ما بين (٤١.١٤% : ٤٨.٣٨%) للاعبين بعض الأنشطة الرياضية.

وبدل هذا على أن الرياضيين الممارسين لبعض الأنشطة الرياضية الفردية والجماعية، يتصفون بالرهاب الاجتماعي بدرجة ضعيفة وهذا يتفق مع دراسة أسامة سالم وآخرون (٢٠٢٢) حيث أظهرت نتائج دراستهم على أن الرياضيين الممارسين لبعض الرياضات المائية ، يتصفون بالرهاب الاجتماعي بدرجة ضعيفة ويتفق ذلك أيضا مع نتائج دراسة هوب وهيمبروغ Heimberg R G and Hope (٢٠٠٢)، أن تدني مستوي تقدير الذات وعدم الثقة بالنفس، يعتبر من السمات التي تميز اضطراب الرهاب الاجتماعي وهي المعطلات للقدرات ، وأن ارتفاع مستوي الرهاب يؤثر تأثيرا مباشراً على وظيفة الفرد ومهنته وعلي نوعية حياته، والتي يمكن أن يكون تأثيرها مدمراً (Liebowitz, 2002, p.١٥٥)

كما تتفق نتائج البحث مع ما جاء في دراسة على قندوز (٢٠٠٩) حيث أسفرت نتائجها عن أن ممارسة النشاط الرياضي الجماعي لفترات زمنية طويلة، تساهم في تهذيب سلوك المتعلم وتسوية شخصيته، والتحكم في ميوله وانفعالاته وتزيد من الانضباط والالتزان، والتحكم واثبات الذات والقدرة علي تحمل المسؤولية، ومسايرة قوانين الجماعة داخل المؤسسات التربوية وخلق روح الانتماء (علي قندوز ٢٠٠٩ : ٨٩)

كما تتفق نتائج البحث أيضا مع دراسة كلا من لميس عبد الرزاق ، غدير خالد (٢٠١٤) حيث يرون أن ممارسة الرياضة في مجموعات منظمة، لها تأثير في التحرر من الرهاب الاجتماعي بمختلف المستويات الرياضية، فهي تحقق فرصة اكتساب الخبرات والمهارات الاجتماعية، التي تزيد من الرغبة والتفاعل في الحياة، وتسمح بالتعبير عن المشاعر والأحاسيس، كما أن الانضمام لمجموعات رياضية منظمة، تمنحهم التحكم في صراعاتهم اللاشعورية، وتحقيق ذواتهم وتقييم إمكانياتهم الفكرية والعاطفية (لميس عبد الرزاق ، غدير خالد ٢٠١٤ : ص ١٣٢) .

التساؤل الثاني : هل توجد علاقة بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع الجنس (الذكور - الاناث) للاعبين بعض الانشطة الرياضية؟

سوف يتم الاجابة علي هذا التساؤل من خلال عرض جدول (١٢)

جدول (١٢)

النسبة المئوية ودلالة ارتباط مربع كاي "٢كا" بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع الجنس (الذكور - الاناث) للاعبين بعض الانشطة الرياضية (ن = ٢٠٠)

ارتباط مربع كاي "٢كا"	المجموع	مستوى الرهاب الاجتماعي			الجنس		الرهاب الاجتماعي
		مرتفع	متوسط	ضعيف	الذكور	الاناث	
٠.٠٠٥	١٢٨	١١	٦٠	٥٧	العدد	ذكور	الخوف من التقييم السلبي
	%٦٤.٠	%٨.٦	%٤٦.٩	%٤٤.٥	النسبة%		
	٧٢	٦	٣٤	٣٢	العدد	اناث	
	%٣٦.٠	%٨.٣	%٤٧.٢	%٤٤.٤	النسبة%		
	٢٠٠	١٧	٩٤	٨٩	العدد	المجموع	
	%١٠٠.٠	%٨.٥	%٤٧.٠	%٤٤.٥	النسبة%		
٠.٧٥٦	١٢٨	٥	٤٤	٧٩	العدد	ذكور	الاعراض الفسيولوجية
	%٦٤.٠	%٣.٩	%٣٤.٤	%٦١.٧	النسبة%		
	٧٢	٤	٢١	٤٧	العدد	اناث	
	%٣٦.٠	%٥.٦	%٢٩.٢	%٦٥.٣	النسبة%		
	٢٠٠	٩	٦٥	١٢٦	العدد	المجموع	
	%١٠٠.٠	%٤.٥	%٣٢.٥	%٦٣.٠	النسبة%		
٢.٦٨	١٢٨	١٢	٦٢	٥٤	العدد	ذكور	نقص المهارات الاجتماعية
	%٦٤.٠	%٩.٤	%٤٨.٤	%٤٢.٢	النسبة%		
	٧٢	٣	٣٢	٣٧	العدد	اناث	
	%٣٦.٠	%٤.٢	%٤٤.٤	%٥١.٤	النسبة%		
	٢٠٠	١٥	٩٤	٩١	العدد	المجموع	
	%١٠٠.٠	%٧.٥	%٤٧.٠	%٤٥.٥	النسبة%		
٠.٩٤٩	١٢٨	٨	٣٦	٨٤	العدد	ذكور	تجنب التفاعل الاجتماعي
	%٦٤.٠	%٦.٣	%٢٨.١	%٦٥.٦	النسبة%		
	٧٢	٤	١٦	٥٢	العدد	اناث	
	%٣٦.٠	%٥.٦	%٢٢.٢	%٧٢.٢	النسبة%		
	٢٠٠	١٢	٥٢	١٣٦	العدد	المجموع	
	%١٠٠.٠	%٦.٠	%٢٦.٠	%٦٨.٠	النسبة%		
٠.٩٩٧	١٢٨	٣	٦١	٦٤	العدد	ذكور	الدرجة الكلية للرهاب الاجتماعي
	%٦٤.٠	%٢.٣	%٤٧.٧	%٥٠.٠	النسبة%		
	٧٢	١	٣٠	٤١	العدد	اناث	
	%٣٦.٠	%١.٤	%٤١.٧	%٥٦.٩	النسبة%		
	٢٠٠	٤	٩١	١٠٥	العدد	المجموع	
	%١٠٠.٠	%٢.٠	%٤٥.٥	%٥٢.٥	النسبة%		

*معنوية "٢كا" الجدولية لدرجة الحرية ٢ عند مستوى ٠.٠٥ = ٥.٩٩ ، **عند مستوى ٠.٠١ = ٩.١٢

يتضح من جدول (١٢) عدم وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية في قيمة "٢كا" بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع الجنس (الذكور - الاناث) للاعبين بعض الانشطة الرياضية ، حيث جاء الذكور بنسبة (٦٤%) بينما الاناث بنسبة (٣٦%) وجاء الرهاب الاجتماعي (الخوف من التقييم السلبي) بأعلى نسبة (٤٧%) بمستوى متوسط (ذكور %٤٦.٩ متوسط ، اناث %٤٧.٢ متوسط)، والاعراض الفسيولوجية جاء بأعلى نسبة (٦٣%) بمستوى ضعيف (ذكور %٦١.٧ ضعيف ، اناث %٦٥.٣ ضعيف) ، ونقص المهارات الاجتماعية جاء بأعلى نسبة (٤٧%) بمستوى متوسط (ذكور %٤٨.٤ متوسط ، اناث %٥١.٤ ضعيف) ، وتجنب التفاعل الاجتماعي جاء بأعلى نسبة (٦٨%) بمستوى ضعيف (ذكور %٦٥.٦ ضعيف ، اناث %٧٢.٢ ضعيف) والدرجة الكلية للرهاب الاجتماعي جاء بأعلى نسبة (٥٢.٥%) بمستوى ضعيف (ذكور %٥٠ ضعيف ، اناث %٥٦.٩ ضعيف) للاعبين بعض الانشطة الرياضية.

تبين من خلال التحليل الإحصائي السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات (الذكور – الإناث) الرياضيين على مقياس الرهاب الاجتماعي، وقد يرجع ذلك إلى الظروف الموحدة التي يمر بها الرياضيين سواء ذكور أم إناث

ويتفق ذلك مع دراسة مي الشافعي (٢٠٢٢) ، دراسة بلقوميدي عباس وآخرون (٢٠١٦) ، ودراسة الطاف خضر، وابتسام سعيد (٢٠١١) حيث أسفرت نتائج تلك الدراسات عن عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في مستوى الرهاب الاجتماعي والخوف الاجتماعي .

وتتعارض تلك النتيجة مع دراسة رانية الرايقي (٢٠٢٠) حيث أكدت نتائج دراستهم عن أن مستوى الرهاب الاجتماعي للإناث أعلى من مستوى الرهاب الاجتماعي للذكور .

التساؤل الثالث: هل توجد علاقة بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع الرياضة (الفردية – الجماعية) للاعبين بعض الأنشطة الرياضية؟

سوف يتم الاجابة على التساؤل من خلال عرض جدول (١٣)

جدول (١٣)

النسبة المئوية ودلالة ارتباط مربع كاي "٢كا" بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع الرياضة (الفردية – الجماعية) للاعبين بعض الأنشطة الرياضية (ن = ٢٠٠)

ارتباط مربع كاي "٢كا"	المجموع	مستوى الرهاب الاجتماعي			نوع الرياضة		الرهاب الاجتماعي
		مرتفع	متوسط	ضعيف	فردية	جماعية	
١.٤٦٩	١٣١	٩	٦٤	٥٨	العدد	الخوف من التقييم السلبي	
	%٦٥.٥	%٦.٩	%٤٨.٩	%٤٤.٣	النسبة%		
	٦٩	٨	٣٠	٣١	العدد		
	%٣٤.٥	%١١.٦	%٤٣.٥	%٤٤.٩	النسبة%		
*٨.٠٩٦	١٣١	٤	٥١	٧٦	العدد	الاعراض الفسيولوجية	
	%٦٥.٥	%٣.١	%٣٨.٩	%٥٨.٠	النسبة%		
	٦٩	٥	١٤	٥٠	العدد		
	%٣٤.٥	%٧.٢	%٢٠.٣	%٧٢.٥	النسبة%		
*٧.٩٦٣	١٣١	١٣	٦٧	٥١	العدد	نقص المهارات الاجتماعية	
	%٦٥.٥	%٩.٩	%٥١.١	%٣٨.٩	النسبة%		
	٦٩	٢	٢٧	٤٠	العدد		
	%٣٤.٥	%٢.٩	%٣٩.١	%٥٨.٠	النسبة%		
*٦.٢١٤	١٣١	٦	٤١	٨٤	العدد	تجنب التفاعل الاجتماعي	
	%٦٥.٥	%٤.٦	%٣١.٣	%٦٤.١	النسبة%		
	٦٩	٦	١١	٥٢	العدد		
	%٣٤.٥	%٨.٧	%١٥.٩	%٧٥.٤	النسبة%		
**١٣.٢٤٥	١٣١	١	٧١	٥٩	العدد	الدرجة الكلية للرهاب الاجتماعي	
	%٦٥.٥	%٨.	%٥٤.٢	%٤٥.٠	النسبة%		
	٦٩	٣	٢٠	٤٦	العدد		
	%٣٤.٥	%٤.٣	%٢٩.٠	%٦٦.٧	النسبة%		
	٢٠٠	٤	٩١	١٠٥	العدد		
	%١٠٠.٠	%٢.٠	%٤٥.٥	%٥٢.٥	النسبة%		

*معنوية "٢كا" الجدولية لدرجة الحرية ٢ عند مستوى ٠.٠٥ = ٥.٩٩ ، ** عند مستوى ٠.٠١ = ٩.١٢

يتضح من جدول (١٣) وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية في قيمة "٢كا" بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع الرياضة (الفردية – الجماعية) للاعبين بعض الأنشطة الرياضية ، حيث جاءت الأنشطة الفردية بنسبة (٦٥.٥%) بينما الأنشطة الجماعية بنسبة (٣٤.٥%) وجاء الرهاب الاجتماعي (الخوف من التقييم السلبي) بأعلى نسبة (٤٧%) بمستوى متوسط (فردية ٤٨.٩% متوسط ، جماعية ٤٤.٩% ضعيف) ، والاعراض الفسيولوجية جاء بأعلى نسبة (٦٣%) بمستوى ضعيف (فردية ٥٨% ضعيف ، جماعية ٧٢.٥% ضعيف) ، ونقص المهارات الاجتماعية جاء بأعلى نسبة (٤٧%) بمستوى متوسط (فردية ٥١.١% متوسط ، جماعية ٥٨% ضعيف) ، وتجنب التفاعل الاجتماعي جاء بأعلى نسبة (٦٨%) بمستوى ضعيف (فردية ٦٤.١% ضعيف ، جماعية ٧٥.٤% ضعيف) والدرجة الكلية للرهاب الاجتماعي جاء بأعلى نسبة (٥٢.٥%) بمستوى ضعيف (فردية ٥٤.٢% متوسط ، جماعية ٦٦.٧% ضعيف) للاعبين بعض الأنشطة الرياضية.

وتشير هذه النتائج إلى ارتفاع مستوى الرهاب الاجتماعي للاعبين الرياضات الفردية عن لاعبي الرياضات الجماعية ، وقد يرجع ذلك إلى طبيعة الرياضات الفردية حيث تُلقى مسؤولية كبيرة على اللاعب في تحمل نتيجة المنافسة الرياضية فربما يخشى بعض اللاعبين من الاداء بشكل غير مناسب في المنافسات الرياضية كما أن الرياضات الفردية يتخللها العديد من المواقف التي يتعرض لها اللاعب سواء في التدريب أو المنافسة الرياضية تجعله يخاف من التقييم السلبي من الآخرين ويتجنب التفاعل الاجتماعي .

التساؤل الرابع : هل توجد علاقة بين مستوى الرهاب الاجتماعي وعدد سنوات الممارسة للاعبين بعض الانشطة الرياضية؟

سوف يتم الاجابة على التساؤل من خلال عرض جدول (١٤)

جدول (١٤)

النسبة المئوية ودلالة ارتباط مربع كاي "٢كا" بين مستوى الرهاب الاجتماعي وعدد سنوات الممارسة للاعبين بعض الانشطة الرياضية (ن = ٢٠٠)

ارتباط مربع كاي "٢كا"	المجموع	مستوى الرهاب الاجتماعي			المرحلة السنوية		الرهاب الاجتماعي
		مرتفع	متوسط	ضعيف	العدد	النسبة %	
١.٩٦٦	٩٧	٧	٤٢	٤٨	العدد	من ١٥ الى ١٨ سنة	الخوف من التقييم السلبي
	%٤٨.٥	%٧.٢	%٤٣.٣	%٤٩.٥	النسبة %		
	١٠٣	١٠	٥٢	٤١	العدد	من ١٩ الى ٢٢ سنة	
	%٥١.٥	%٩.٧	%٥٠.٥	%٣٩.٨	النسبة %		
	٢٠٠	١٧	٩٤	٨٩	العدد	المجموع	
	%١٠٠.٠	%٨.٥	%٤٧.٠	%٤٤.٥	النسبة %		
٣.٤٨٢	٩٧	٧	٢٩	٦١	العدد	من ١٥ الى ١٨ سنة	الاعراض الفسيولوجية
	%٤٨.٥	%٧.٢	%٢٩.٩	%٦٢.٩	النسبة %		
	١٠٣	٢	٣٦	٦٥	العدد	من ١٩ الى ٢٢ سنة	
	%٥١.٥	%١.٩	%٣٥.٠	%٦٣.١	النسبة %		
	٢٠٠	٩	٦٥	١٢٦	العدد	المجموع	
	%١٠٠.٠	%٤.٥	%٣٢.٥	%٦٣.٠	النسبة %		
٢.١٤٦	٩٧	١٠	٤٤	٤٣	العدد	من ١٥ الى ١٨ سنة	نقص المهارات الاجتماعية
	%٤٨.٥	%١٠.٣	%٤٥.٤	%٤٤.٣	النسبة %		
	١٠٣	٥	٥٠	٤٨	العدد	من ١٩ الى ٢٢ سنة	
	%٥١.٥	%٤.٩	%٤٨.٥	%٤٦.٦	النسبة %		
	٢٠٠	١٥	٩٤	٩١	العدد	المجموع	
	%١٠٠.٠	%٧.٥	%٤٧.٠	%٤٥.٥	النسبة %		
٠.٠١٥	٩٧	٦	٢٥	٦٦	العدد	من ١٥ الى ١٨ سنة	تجنب التفاعل الاجتماعي
	%٤٨.٥	%٦.٢	%٢٥.٨	%٦٨.٠	النسبة %		
	١٠٣	٦	٢٧	٧٠	العدد	من ١٩ الى ٢٢ سنة	
	%٥١.٥	%٥.٨	%٢٦.٢	%٦٨.٠	النسبة %		
	٢٠٠	١٢	٥٢	١٣٦	العدد	المجموع	
	%١٠٠.٠	%٦.٠	%٢٦.٠	%٦٨.٠	النسبة %		
١.١٥٨	٩٧	٣	٤٤	٥٠	العدد	من ١٥ الى ١٨ سنة	الدرجة الكلية للرهاب الاجتماعي
	%٤٨.٥	%٣.١	%٤٥.٤	%٥١.٥	النسبة %		
	١٠٣	١	٤٧	٥٥	العدد	من ١٩ الى ٢٢ سنة	
	%٥١.٥	%١.٠	%٤٥.٦	%٥٣.٤	النسبة %		
	٢٠٠	٤	٩١	١٠٥	العدد	المجموع	
	%١٠٠.٠	%٢.٠	%٤٥.٥	%٥٢.٥	النسبة %		

*معنوية "٢كا" الجدولية لدرجة الحرية ٢ عند مستوى ٠.٠٥ = ٥.٩٩ ، **عند مستوى ٠.٠١ = ٩.١٢

يتضح من جدول (١٤) عدم وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية في قيمة "ك٢" بين مستوى الرهاب الاجتماعي وعدد سنوات الممارسة للاعبين بعض الأنشطة الرياضية ، حيث جاءت عدد سنوات الممارسة من ١٥ الى ١٨ سنة بنسبة (٤٨.٥%) بينما عدد السنوات من ١٩ الى ٢٢ سنة بنسبة (٥١.٥%) وجاء الرهاب الاجتماعي (الخوف من التقييم السلبي) بأعلى نسبة (٤٧%) بمستوى متوسط (من ١٥ الى ١٨ سنة ٤٩.٥% ضعيف ، من ١٩ الى ٢٢ سنة ٥٠.٥% متوسط)، والاعراض الفسيولوجية جاء بأعلى نسبة (٦٣%) بمستوى ضعيف (من ١٥ الى ١٨ سنة ٦٢.٩% ضعيف ، من ١٩ الى ٢٢ سنة ٦٣.١% ضعيف) ، ونقص المهارات الاجتماعية جاء بأعلى نسبة (٤٧%) بمستوى متوسط (من ١٥ الى ١٨ سنة ٤٥.٤% متوسط ، من ١٩ الى ٢٢ سنة ٤٨.٥% متوسط) ، وتجنب التفاعل الاجتماعي جاء بأعلى نسبة (٦٨%) بمستوى ضعيف (من ١٥ الى ١٨ سنة ٦٨% ضعيف ، من ١٩ الى ٢٢ سنة ٦٨% ضعيف) والدرجة الكلية للرهاب الاجتماعي جاء بأعلى نسبة (٥٢.٥%) بمستوى ضعيف (من ١٥ الى ١٨ سنة ٥١.٥% ضعيف ، من ١٩ الى ٢٢ سنة ٥٣.٤% ضعيف) للاعبين بعض الأنشطة الرياضية.

وقد يرجع ذلك لانخفاض مستوى الرهاب الاجتماعي للرياضيين بصفة عامة ويتفق ذلك مع دراسة أسامة سالم

وآخرون (٢٠٠٢)

التساؤل الخامس : هل توجد علاقة بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع البطولات الحاصل عليها لاعبي بعض الانشطة الرياضية؟

سوف يتم الاجابة على التساؤل من خلال عرض جداول (١٥) ، (١٦) ، (١٧) ، (١٨) ، (١٩)

جدول (١٥)

النسبة المنوية ودلالة ارتباط مربع كاي "٢كا" بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع البطولات الحاصل عليها لاعبي بعض الانشطة الرياضية (الخوف من التقييم السلبي) (ن = ٢٠٠)

ارتباط مربع كاي "٢كا"	المجموع	مستوى الرهاب الاجتماعي			البطولات التي حصلت عليها	
		مرتفع	متوسط	ضعيف	العدد	النسبة %
٧.٦٠٠	٨٥	٥	٣٧	٤٣	العدد	محل
	%٤٢.٥	%٥.٩	%٤٣.٥	%٥٠.٦	النسبة %	
	٩٥	٨	٤٨	٣٩	العدد	جمهورية
	%٤٧.٥	%٨.٤	%٥٠.٥	%٤١.١	النسبة %	
	١	٠	٠	١	العدد	دولية
	%٠.٥	%٠.٠	%٠.٠	%١٠٠.٠	النسبة %	
	١٩	٤	٩	٦	العدد	لم تحصل على بطولة
	%٩.٥	%٢١.١	%٤٧.٤	%٣١.٦	النسبة %	
	٢٠٠	١٧	٩٤	٨٩	العدد	المجموع
%١٠٠.٠	%٨.٥	%٤٧.٠	%٤٤.٥	النسبة %		

*معنوية "٢كا" الجدولية لدرجة الحرية ٦ عند مستوى ٠.٠٥ = ١٢.٥٩ ، **عند مستوى ٠.٠١ = ١٦.٨١

يتضح من جدول (١٥) عدم وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية في قيمة "٢كا" بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع البطولات الحاصل عليها لاعبي بعض الانشطة الرياضية (الخوف من التقييم السلبي) ، حيث جاءت البطولات المحلية بنسبة (%٤٢.٥) بأعلى مستوى ضعيف بنسبة (%٥٠.٦) وبطولات الجمهورية بنسبة (%٤٧.٥) بأعلى مستوى متوسط بنسبة (%٥٠.٥) والبطولات الدولية بنسبة (%٠.٥) بأعلى مستوى ضعيف بنسبة (%١٠٠) ولم يحصل على بطولة بنسبة (%٩.٥) بأعلى مستوى متوسط بنسبة (%٤٧.٤) للاعبي بعض الانشطة الرياضية.

جدول (١٦)

النسبة المئوية ودلالة ارتباط مربع كاي "٢كا" بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع البطولات الحاصل عليها لاعبي بعض الانشطة الرياضية (الاعراض الفسيولوجية) (ن = ٢٠٠)

ارتباط مربع كاي "٢كا"	المجموع	مستوى الرهاب الاجتماعي			البطولات التي حصلت عليها	
		مرتفع	متوسط	ضعيف		
٧.٦٦٢	٨٥	٤	٢٤	٥٧	العدد	محلى
	%٤٢.٥	%٤.٧	%٢٨.٢	%٦٧.١	النسبة%	
	٩٥	٣	٣١	٦١	العدد	جمهورية
	%٤٧.٥	%٣.٢	%٣٢.٦	%٦٤.٢	النسبة%	
	١	٠	٠	١	العدد	دولية
	%٠.٥	%٠.٠	%٠.٠	%١٠٠.٠	النسبة%	
	١٩	٢	١٠	٧	العدد	لم تحصل على بطولة
	%٩.٥	%١٠.٥	%٥٢.٦	%٣٦.٨	النسبة%	
	٢٠٠	٩	٦٥	١٢٦	العدد	المجموع
	%١٠٠.٠	%٤.٥	%٣٢.٥	%٦٣.٠	النسبة%	

*معنوية "٢كا" الجدولية لدرجة الحرية ٦ عند مستوى ٠.٠٥ = ١٢.٥٩ ، **عند مستوى ٠.٠١ = ١٦.٨١

يتضح من جدول (١٦) عدم وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية في قيمة "٢كا" بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع البطولات الحاصل عليها لاعبي بعض الانشطة الرياضية (الاعراض الفسيولوجية) ، حيث جاءت البطولات المحلية بنسبة (%٤٢.٥) بأعلى مستوى ضعيف بنسبة (%٦٧.١) وبطولات الجمهورية بنسبة (%٤٧.٥) بأعلى مستوى ضعيف بنسبة (%٦٤.٢) والبطولات الدولية بنسبة (%٠.٥) بأعلى مستوى ضعيف بنسبة (%١٠٠) ولم يحصل على بطولة بنسبة (%٩.٥) بأعلى مستوى متوسط بنسبة (%٥٢.٦) للاعبين بعض الانشطة الرياضية.

جدول (١٧)

النسبة المئوية ودلالة ارتباط مربع كاي "٢كا" بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع البطولات الحاصل عليها لاعبي بعض الأنشطة الرياضية (نقص المهارات الاجتماعية) (ن = ٢٠٠)

ارتباط مربع كاي "٢كا"	المجموع	مستوى الرهاب الاجتماعي			البطولات التي حصلت عليها	
		مرتفع	متوسط	ضعيف		
٤.٣٥٧	٨٥	٨	٣٥	٤٢	العدد	محلي
	%٤٢.٥	%٩.٤	%٤١.٢	%٤٩.٤	النسبة%	
	٩٥	٥	٤٩	٤١	العدد	جمهورية
	%٤٧.٥	%٥.٣	%٥١.٦	%٤٣.٢	النسبة%	
	١	٠	٠	١	العدد	دولية
	%٠.٥	%٠.٠	%٠.٠	%١٠٠.٠	النسبة%	
	١٩	٢	١٠	٧	العدد	لم تحصل على بطولة
	%٩.٥	%١٠.٥	%٥٢.٦	%٣٦.٨	النسبة%	
	٢٠٠	١٥	٩٤	٩١	العدد	المجموع
	%١٠٠.٠	%٧.٥	%٤٧.٠	%٤٥.٥	النسبة%	

*معنوية "٢كا" الجدولية لدرجة الحرية ٦ عند مستوى ٠.٠٥ = ١٢.٥٩ ، **عند مستوى ٠.٠١ = ١٦.٨١

يتضح من جدول (١٧) عدم وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية في قيمة "٢كا" بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع البطولات الحاصل عليها لاعبي بعض الأنشطة الرياضية (نقص المهارات الاجتماعية) ، حيث جاءت البطولات المحلية بنسبة (٤٢.٥%) بأعلى مستوى ضعيف بنسبة (٤٩.٤%) وبطولات الجمهورية بنسبة (٤٧.٥%) بأعلى مستوى متوسط بنسبة (٥١.٦%) والبطولات الدولية بنسبة (٠.٥%) بأعلى مستوى ضعيف بنسبة (١٠٠%) ولم يحصل على بطولة بنسبة (٩.٥%) بأعلى مستوى متوسط بنسبة (٥٢.٦%) للاعبين بعض الأنشطة الرياضية.

جدول (١٨)

النسبة المئوية ودلالة ارتباط مربع كاي "٢كا" بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع البطولات الحاصل عليها لاعبي بعض الأنشطة الرياضية (تجنب التفاعل الاجتماعي) (ن = ٢٠٠)

ارتباط مربع كاي "٢كا"	المجموع	مستوى الرهاب الاجتماعي			البطولات التي حصلت عليها	
		مرتفع	متوسط	ضعيف	العدد	النسبة %
٦.٢٢٧	٨٥	٧	٢٤	٥٤	العدد	محلى
	%٤٢.٥	%٨.٢	%٢٨.٢	%٦٣.٥	النسبة %	
	٩٥	٣	٢١	٧١	العدد	جمهورية
	%٤٧.٥	%٣.٢	%٢٢.١	%٧٤.٧	النسبة %	
	١	٠	٠	١	العدد	دولية
	%٠.٥	%٠.٠	%٠.٠	%١٠٠.٠	النسبة %	
	١٩	٢	٧	١٠	العدد	لم تحصل على بطولة
	%٩.٥	%١٠.٥	%٣٦.٨	%٥٢.٦	النسبة %	
	٢٠٠	١٢	٥٢	١٣٦	العدد	المجموع
	%١٠٠.٠	%٦.٠	%٢٦.٠	%٦٨.٠	النسبة %	

*معنوية "٢كا" الجدولية لدرجة الحرية ٦ عند مستوى ٠.٠٥ = ١٢.٥٩ ، **عند مستوى ٠.٠١ = ١٦.٨١

يتضح من جدول (١٨) عدم وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية في قيمة "٢كا" بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع البطولات الحاصل عليها لاعبي بعض الأنشطة الرياضية (تجنب التفاعل الاجتماعي) ، حيث جاءت البطولات المحلية بنسبة (%٤٢.٥) بأعلى مستوى ضعيف بنسبة (%٦٣.٥) وبطولات الجمهورية بنسبة (%٤٧.٥) بأعلى مستوى ضعيف بنسبة (%٧٤.٧) والبطولات الدولية بنسبة (%٠.٥) بأعلى مستوى ضعيف بنسبة (%١٠٠) ولم يحصل على بطولة بنسبة (%٩.٥) بأعلى مستوى ضعيف بنسبة (%٥٢.٦) للاعبين بعض الأنشطة الرياضية.

جدول (١٩)

النسبة المئوية ودلالة ارتباط مربع كاي "٢كا" بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع البطولات الحاصل عليها لاعبي بعض الانشطة الرياضية (الدرجة الكلية للرهاب الاجتماعي) (ن = ٢٠٠)

ارتباط مربع كاي "٢كا"	المجموع	مستوى الرهاب الاجتماعي			البطولات التي حصلت عليها	
		مرتفع	متوسط	ضعيف	العدد	النسبة %
٥.٨٧٥	٨٥	٢	٣٩	٤٤	العدد	محلى
	%٤٢.٥	%٢.٤	%٤٥.٩	%٥١.٨	النسبة %	
	٩٥	١	٤٠	٥٤	العدد	جمهورية
	%٤٧.٥	%١.١	%٤٢.١	%٥٦.٨	النسبة %	
	١	٠	٠	١	العدد	دولية
	%٠.٥	%٠.٠	%٠.٠	%١٠٠.٠	النسبة %	
	١٩	١	١٢	٦	العدد	لم تحصل على بطولة
	%٩.٥	%٥.٣	%٦٣.٢	%٣١.٦	النسبة %	
	٢٠٠	٤	٩١	١٠٥	العدد	المجموع
%١٠٠.٠	%٢.٠	%٤٥.٥	%٥٢.٥	النسبة %		

*معنوية "٢كا" الجدولية لدرجة الحرية ٦ عند مستوى ٠.٠٥ = ١٢.٥٩ ، ** عند مستوى ٠.٠١ = ١٦.٨١

يتضح من جدول (١٩) عدم وجود علاقة ارتباط ذات دلالة إحصائية في قيمة "٢كا" بين مستوى الرهاب الاجتماعي ونوع البطولات الحاصل عليها لاعبي بعض الانشطة الرياضية (الدرجة الكلية للرهاب الاجتماعي) ، حيث جاءت البطولات المحلية بنسبة (٤٢.٥%) بأعلى مستوى ضعيف بنسبة (٥١.٨%) و بطولات الجمهورية بنسبة (٤٧.٥) بأعلى مستوى ضعيف بنسبة (٥٦.٨%) والبطولات الدولية بنسبة (٠.٥) بأعلى مستوى ضعيف بنسبة (١٠٠%) ولم يحصل على بطولة بنسبة (٩.٥) بأعلى مستوى متوسط بنسبة (٦٣.٢%) للاعبي بعض الانشطة الرياضية.

وهذا يشير إلى انخفاض مستوى الرهاب للاعبي بعض الانشطة الرياضية مهما اختلفت نوع البطولة الحاصل عليها

الاستخلاصات :

بناء على ما اظهرته نتائج البحث ، ومن خلال المعالجات الاحصائية استخلاص ما يلي :

١. الممارسين للرياضة يتمتعون بمستوى منخفض من الرهاب الاجتماعي .
٢. لا يؤثر نوع الجنس على مستوى الرهاب الاجتماعي للرياضيين .
٣. ارتفاع مستوى الرهاب الاجتماعي للاعبي الانشطة الرياضية الفردية عن لاعبي الانشطة الرياضية الجماعية.
٤. لا تؤثر عدد سنوات الممارسة الرياضية على مستوى الرهاب الاجتماعي للرياضيين .
٥. لا تؤثر نوع البطولة الحاصل عليها الرياضي على مستوى الرهاب الاجتماعي لديه .

التوصيات :

١. الاستعانة بمقياس الرهاب الاجتماعي في تقييم سلوكيات الرياضيين في الرياضات المختلفة .
٢. اعداد برامج تأهيل للمدربين بالأندية الرياضية لتعريفهم كيفية التعامل مع اللاعبين المصابين بالرهاب الاجتماعي .

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية

١. أطفاف ياسين خضر ، ابتسام سعيد احمد (٢٠١١) : قياس الخوف الاجتماعي لدى اطفال الرياض ،مجلة البحوث التربوية ، العدد الثلاثون ، ص ١٢٥-١٤٩ .
٢. أحمد عكاشة (٢٠٠٣) : الطب النفسي المعاصر ، مكتبة الانجلو ، القاهرة .
٣. اسامة سالم الشريف وآخرون (٢٠٢٢) : الرهاب الاجتماعي لدى الرياضيين في بعض الرياضات المائية مجلة عالم الرياضة والعلوم التربوية العدد: التاسع والعشرون ، المجلد السابع بكلية التربية البدنية وعلوم الرياضة جامعة الزاوية ، ليبيا .
٤. بولقميدي عباس وآخرون (٢٠١٦) : المخاوف المدرسية الشائعة لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية ، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية ، العدد السادس والعشرون ، الجزائر ، ص ١٤٥-١٥٨ .
٥. رانيا الرايقي (٢٠٢٠) : دراسة تحليلية لمشكلة الرهاب الاجتماعي لدى طلاب المدارس الثانوية بخليص ، المجلة الأكاديمية للأبحاث والنشر العلمي ، العدد (١٦) ، ص ٢٤٣-٢٨٩ .
٦. ريم ابراهيم خلف (٢٠١٥) بعنوان " التوافق النفسي وعلاقته بالرهاب الاجتماعي ومفهوم الذات لدى الطلاب الاقزام بالجامعة ، رسالة ماجستير منشورة ، مجلة كلية التربية ، العدد الثامن عشر، جامعة بورسعيد .
٧. ديفيد بارلو (٢٠٠٢) :، مرجع إكلينيكي في الاضطرابات النفسية، ترجمة صفوت فرج، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.(ص ٢٣٢-٢٣٣)
٨. زينب الخفاجي ،زينب الشاوي (٢٠٠٩) : أثر التربية العملية في خفض القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة البصرة ، مجلة الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية ، العدد (٦٩) ، جامعة البصرة ، العراق .
٩. سامي العزاوي (٢٠١٠) : القلق الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بممارسة الالعاب الرياضية لدى طالبات جامعة ديالى ، الكتاب السنوي لمركز ابحاث الطفولة والامومة ، المجلد الثاني ، العدد(٢) ،جامعة ديالى ، العراق . ص ٢١٥
١٠. شيماء عبد الحليم عبد السلام (٢٠٢١) بعنوان " الرهاب الاجتماعي واليقظة العقلية لدى الطالبات الممارسات وغير الممارسات للرياضة ، المجلة العلمية لعلوم وفنون الرياضة ، مجلد (٦٤٤) – العدد (٩) يونيو جامعة حلوان .
١١. عبد الرحمن بن محمد بن عبد الرحمن (٢٠١٩) : الذكاء الوجداني وعلاقته بالرهاب الاجتماعي لدى طلاب المرحلة المتوسطة ، المجلد الخامس والثلاثون العدد السابع جزء ثانى ، كلية التربية، جامعة اسيوط .
١٢. لميس عبدالرزاق وغدير خالد (٢٠١٤) : دور التربية البدنية والرياضة في التحرر من الخجل لدى التلميذات المتدرسات لمرحلة التعليم الثانوي، دراسة مقارنة بثانويات دائرة الطبيبات،رسالة ماجستير،الجامعة الاسلامية، غزة.
١٣. لولو هشام عبد الطيف النعيم (٢٠٢٣): الرهاب الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى الطفل من وجهة نظر الأمهات ، المجلة العربية لاعلام وثقافة الطفل ، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب ، مصر ، ٦ ، ٢٤ ، ص ١١٩-١٢٤

- ١٤ . محمد محمد الشحات (٢٠٢٢) : تأثير برنامج ترويحى رياضى على الرهاب الإجتماعي والتكيف النفسى والإجتماعي لذوى الإحتياجات الخاصة المصابين بمتلازمة داون القابلين للتعلم ، المجلة العلمية لكلية التربية الرياضية للبنين بالهرم جامعة حلوان ، العدد (٩٤) ، الجزء (٢) .
- ١٥ . مجدي محمد الدسوقي (٢٠٠٤) : مقياس الرهاب الاجتماعي ، مكتبة الانجلو ، القاهرة .
- ١٦ . مرفت عبد الحميد الصقني (٢٠١٨) : الرهاب الاجتماعي وعلاقته ببعض المتغيرات الاكاديمية في ضوء المتغيرات الديموجرافية لدى عينة من طلاب جامعة الازهر ، مجلة كلية الدراسات الانسانية ، العدد الحادي والعشرين ، جامعة الأزهر .
- ١٧ . مصطفى خليل الشراوي (٢٠٠٠) : أسس الارشاد والعلاج النفسى ، ط٢ ، دار النهضة العربية ، القاهرة .
- ١٨ . هالة عبد الامير مكلف (٢٠١٩) : قياس الرهاب الاجتماعي لطالبات الصف الخامس اعدادي، مجلة كلية التربية للبنات ، العدد (٣٠) الجزء الثالث ، جامعة بغداد .

ثانياً: المراجع الأجنبية

19. Ahmed Allawi Saadoun, Haydar Kadhum Issa (2023) : International Journal of Law, Management and Social Science Vol. 7, Issue I, Jan-Mar.
20. Amerecian Psychiatric Association (2000) : "Diagnostic and statistical manual of mental Disorders, Fourth Edition text Revision : published by the American Psychiatric Association" . Washington , p450-452.
21. Liebowitz, M (2004): "Social anxiety disorder important and awareness of treatment. primary Journal of Psychiatry , 9,3, P97-104
22. Murat.H. Şahin (2020): Research of social phobia status in children after swimming activity, African Educational Research Journal, Vol. 8(4), pp. 791-798
23. Schneier, F, R, (2003): social anxiety disorder is common under diagnosed impairing and treatable journal of Behavior modification 327 p515-516

الملخص

الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية (دراسة تحليلية)

أ.م.د. دينا إبراهيم محمد كشك

أستاذ مساعد

بقسم العلوم التربوية والنفسية والاجتماعية
كلية التربية الرياضية للبنات
جامعة الإسكندرية

يهدف البحث إلى التعرف على مستوى الرهاب الاجتماعي للاعبين بعض الأنشطة الرياضية ، والعلاقة بين مستوى الرهاب الاجتماعي وكل من (نوع الجنس - نوع الرياضة - عدد سنوات الممارسة الرياضية - نوع البطولات الحاصل عليها) ، وأجريت الدراسة على عينة عشوائية من لاعبي الرياضات الفردية والجماعية بأندية محافظة الاسكندرية حيث بلغت قوامها (٢٦٦) لاعب ولاعبة ، تم تقسيمها إلى (٦٦) لاعب ولاعبة للدراسة الاستطلاعية ، (٢٠٠) لاعب ولاعبة للدراسة الأساسية ، واستخدمت الباحثة مقياس الرهاب الاجتماعي للرياضيين (اعداد الباحثة) ، استمارة بيانات ديموغرافية (اعداد الباحثة)، كما تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وأسفرت أهم النتائج عن انخفاض مستوى الرهاب الاجتماعي للرياضيين ، عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين مستوى الرهاب الاجتماعي للرياضيين وكل من (نوع الجنس - نوع الرياضة - عدد سنوات الممارسة - نوع البطولات الحاصل عليها) ، كما توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الرهاب الاجتماعي للرياضيين بين كل من لاعبي الرياضات الفردية والجماعية لصالح لاعبي الرياضات الفردية . وأوصت الباحثة بضرورة الاستعانة بمقياس الرهاب الاجتماعي في تقييم سلوكيات الرياضيين في الرياضات المختلفة ، وكذلك اعداد برامج تأهيل للمدربين بالأندية الرياضية لتعريفهم كيفية التعامل مع اللاعبين المصابين بالرهاب الاجتماعي .

Summary

Social phobia of players in some sports activities (An analytical study)

Assist. Prof. Dina Ebrahim Mohamed Keshk

Assistant Professor

Department of Educational, Psychological and Social Sciences

College of Physical Education for Girls

Alexandria University

The research aims to identify the level of social phobia for players in some sports activities, and the relationship between the level of social phobia and each of the following (gender - type of sport - number of years of sports practice - type of championships won). The study was conducted on a random sample of individual and team sports players in governorate clubs. Alexandria, where its strength reached (266) male and female players, was divided into (66) male and female players for the exploratory study, and (200) male and female players for the basic study, and the researcher used the social phobia scale for athletes (prepared by the researcher) A demographic data form (prepared by the researcher), and the descriptive analytical method was used, and the most important results resulted in a low level of social phobia for athletes, and there were no statistically significant differences between the level of social phobia for athletes and each of (gender - type of sport - number of years of practice - type Championships won), There are also statistically significant differences in the level of social phobia among athletes between individual and team sports players in favor of individual sports players. The researcher recommended the necessity of using the social phobia scale to evaluate the behaviors of athletes in different sports, as well as preparing rehabilitation programs for coaches in sports clubs to teach them how to deal with players suffering from social phobia.