جامعة طرابلس

كلية التربية – جنزور

قسم "معلم فصل "

مشروع تخرج بعنوان

مشكلة الخجل لدى طلاب المرحلة الإعدادية بمدينة جنزور

مقدم لاستكمال متطلبات الحصول على درجة الليسانس في التربية قسم : "معلم فصل"

إعداد الطالبات

آية مصباح على الطابوني تسنيم عيسى الحمراني

دنيا محمود إحديد وجدان عبد المجيد خليفة

إشراف

أ. سالم السنوسي

ربيع 2022م

الإهداء

إلى أشقائنا الذين طالما كانوا سندا لنا إلى الأحباب والأصدقاء الأوفياء الذين وقفوا معنا بصدق

وأعانونا بإخلاص

إلى نبراس حياتنا ومثلنا الأعلى إلى الذين ينتظرون نجاحنا بفارغ الصبر إلى اعز الناس

أهلينا

إلى كل من علمنا حرفا في مسيرتنا العلمية معلمينا الأوائل

إليهم جميعا نهدى ثمرة جهدنا

شكر وتقدير

الحمد لله تعالى الذي اعاننا ووفقنا على إتمام هذا البحث ونقدم اسمى آيات الشكر والامتنان

والتقدير والمحبة إلى الذين حملوا اقدس رسالة في الحياة إلى الذين مهدوا لنا طريق العلم والمعرفة .

نتوجه بجزيل الشكر والتقدير والعرفان إلى الأستاذ الفاضل :

(سالم السنوسي)

الذى منحنا من خبرته العلمية فنسال الله تعالى أن يجازيه خير الجزاء وأن يكتب

صنيعه في موازين حسانته أنه سميع الدعاء .

ونشكر كل من ساهم معنا في إنجاز هذا العمل .

قائمة المحتويات

ر.م	المحتوى	الصفحة
1	الإهداء	ا
2	شكر والتقدير	ب
3	قائمة المحتويات	ج
4	قائمة الجداول	ه
5	قائمة الاشكال	هـ
6	قائمة الملاحق	هـ
	الفصل الاول مشكلته البحث وأبعادها	
7	المقدمة	
8	مشكلة البحث	2
9	تساؤلات البحث	2
10	أهمية البحث	3
11	أهداف البحث	3

12	مصطلحات البحث	3
13	حدود البحث	4
	الفصل الثاني الإطار النظري والدراسات السابقة	
14	المشكلة النفسية	5
15	الخجل	6
16	تعريف الخجل	6
17	أسباب الخجل	8
18	أعراض الخجل ومظاهرة	9
19	أنواع الخجل	9
20	تصنيفات الخجل	11
21	العلاقة بين الخجل وبعض المفاهيم	12
22	صفات الشخص الخجول	14
23	النظريات المفسرة للخجل	15

24	ثانياً – الدراسات السابقة	18
25	التعليق على الدراسات السابقة	20
26	الاستفادة من الدراسات السابقة	21
	الفصل الثالث منهج وإجراءات البحث	
27	منهج البحث	22
28	مجتمع البحث	22
29	عينة البحث	22
30	وصف عينة البحث	22
31	أداة البحث	25
32	صدق وثبات أداة البحث	26
33	الأساليب الإحصائية	28
	الفصل الرابع عرض النتائج وتفسيرها	
34	عرض نتائج التساؤل الأول	29
35	عرض نتائج التساؤل الثاني	30
36	عرض نتائج التساؤل الثالث	31
37	النتائج	32
38	التوصيات	32
39	المقترحات	33
40	الملخص	34
41	المراجع	35
42	الملاحق	38

قائمة الجداول

ر.م	الجداول	الصفحة
1	التوزيع التكراري والنسب أفراد عينة البحث وفقا لمتغير النوع	22
2	التوزيع التكراري والنسب أفراد عينة البحث وفقا للفصل الدراسي	23
3	التوزيع التكراري والنسب أفراد عينة البحث وفقا لمتغير المدرسة	24
4	يبين صدق المقارنة الطرفية	26
5	معامل الثبات أداة البحث باستخدام طريقة الفاء كرونباخ	27
6	معامل الارتباط بين نصفي المقياس	28
7	يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي والفرق بين المتوسطين وقيمة اختبار ت	29
8	يبين نتائج اختبار t-test لدلالة الفروق في مستوى الخجل باختلاف متغير النوع	30
9	يبين نتائج اختبار t-test لدلالة الفروق في مستوى الخجل باختلاف متغير الفصل الدراسي	31

قائمة الاشكال

ر.م	الشكل	الصفحة
1	التوزيع لنسب أفراد عينة البحث وفقا لمتغير النوع	22
2	التوزيع لنسب أفراد عينة البحث وفقا للفصل الدراسي	23
3	التوزيع لنسب أفراد عينة البحث وفقا لمتغير المدرسة	24

قائمة الملاحق

ر.م	الملحق	الصفحة
3	يبين أداة البحث	38

الفصل الأول

مشكلة البحث

المقدمة

مشكلة البحث

تساؤلات البحث

أهمية البحث

أهداف البحث

مصطلحات البحث

حدود البحث

المقدمة

يعد الأنسان من أهم مقومات الحياة البشرية التي تسعى البشرية إلى بذل الجهد من أجل إسعاده وتنميته ، وتطويره ، والاهتمام به ، وتعد مرحلتي الطفولة والمراهقة من أهم المراحل في حياة الانسان والتي تحتاج إلى رعاية خاصة ؛ حيث يمر الإنسان في فترة المراهقة بتغيرات نفسية وجسمية ومن بين هذه التغيرات الإحساس بالخجل.

ونلاحظ أن الخجولين عادة يتجنبون الاتصال بالآخرين و يخافون بسهولة ، وغير واثقين من

أنفسهم وفي المواقف الاجتماعية ولا يقومون بالمبادرة أو التطوع بل يبقون على الأغلب صامتين أو يتحدثون بصوت خافت

ويرى (شذرات ملتقى، 2012) إلى أن الاحساس بالخجل الشديد يجب الاهتمام به و محاولة إيجاد الحلول المناسبة له و خاصة بالنسبة للمراهقين ، فقد يترتب على الخجل مشكلات عدة منها تجنب التواصل ، والارتباط بصداقات ، والغيرة أو الحسد عندما يجد الطفل أقرانه يلعبون بصورة طبيعية وضعف الثقة بالنفس. ويكون الخجل نتيجة نقص في المهارات الاجتماعية وإعاقة وظيفة الفرد اجتماعيا خارج الأسرة.

إن أشد الانفعالات تأثيرا في التفكير والتذكر والانتباه والعمليات العقلية الأخرى هو الخوف الشديد

والغضب الحاد وما يتصل بهما من قلق وخجل وارتباك وأن الخجل هو إحدى الحالات الانفعالية التي تصاحب الخوف عندما يخشى الفرد المواقف الراهنة المحيط به (السيد ،1974 : 308)

إن الأنشطة الجماعية للطلاب في السنوات الأخيرة حظي باهتمام واسع من قبل المختصين في مجال الحياة اليومية التي تستحوذ على أنشطته وأهتمامه وجزء كبير من وقته .فالمواقف

الاجتماعية لا يقومون بالمبادرة أو التطوع بل يبقون في أغلب الأحيان صامتين أو يتحدثون بصوت خافت ويتجنبون التقاء الغير(شيفرو مليمان ,2001 ,44)

مشكلة البحث

يعد الخجل المدرسي من أكثر الظواهر انتشارا بين الطلاب في جميع المراحل التعليمية بوجه عام والمراحل الاعدادية بوجه خاص ، إذ يعد من أشد المشكلات خطورة وذلك لما يترتب من نتائج سلبية على إطلاب وعلى باقي عناصر العملية التعليمية على حد سواء والتي تعوق على تحقيق الأهداف المرجوة وعدم التفاعل في غرفة الصف ، التي نرى فيها الشعور بالخوف والقلق

والخجل والبعض منهم يتصبب عرقاً والبعض الآخر نرى فيه احمرار على الوجه والصوت الخافت في الحديث , وكذلك لا يشاركون في الأنشطة المدرسية والجماعية وانطواء البعض على أنفسهم .

وقد شعرت الباحثات بأن طلبة المرحلة الاعدادية يعانون من عديد المشكلات ومن بينها مشكلة الخجل وهذا ما تم تأكيده من آراء بعض المعلمات من خلال الدراسة الاستطلاعية من خلال إحساسهن بما يعانيه الطالب الخجول كونه غير قادر على التعبير عن نفسه وابتعاده وانعزاله عن الآخرين ، وعدم تفاعله في غرفة الصف في الامتحانات الشفوية وعدم المشاركة في الأنشطة المدرسية والجماعية وانطواء بعضهم على أنفسهم. مما يعيق العملية التعليمية وإهدار الوقت والجهد للتغلب على هذه السلوكيات التى تنعكس سلبا على النتائج التعليمية ، الأمر الذي

دفع بالباحثات إلى دراسة هذا الموضوع بشكل تطبيقي , وعليه يمكن تحديد المشكلة البحثية في التساؤل الرئيس التالي

ما مستوى الخجل لدى طلاب المرحلة الإعدادية ؟

تساؤلات البحث.

1- ما مستوي الخجل لدي طلاب المرحلة الإعدادية ؟

2 - هل توجد فروق في مستوى الخجل لدى طلاب المرحلة الاعدادية وفق متغير النوع ؟

3 - هل توجد فروق في مستوي الخجل لدي طلاب المرحلة الإعدادية وفقا لمتغير السنة الدراسية (السابع ,التاسع) ؟

أهمية البحث.

ـــ يمكن أن تساعد الدراسة الحالية المتخصصين في مثل هذه الحالات ، حيث هناك قلة في الدراسات التى تناولت مشكلة الخجل لدى طلاب المرحلة الإعدادية خاصة في منطقة جنزور

ـــ تتحدد أهمية هذا البحث من خلال توفير بعض المعلومات والمقترحات والتوصيات المهمة عن الطلاب الخجولين

ـــ إن هذا البحث يوفر أداة لقياس مستوى الخجل لدى طلاب المرحلة الإعدادية والذي يسهم إسهاما فعالا في التخفيف من حدته

يتناول البحث أحد الموضوعات البحثية المهمة في مجال علم النفس وهو الخجل الذي يمثل مشكلة من مشكلات طلاب المرحلة الإعدادية

أهداف البحث .

1 التعرف على مستوي الخجل لدى طلاب المرحلة الإعدادية.

2 التعرف على الفروق في مستوي الخجل لدى طلاب المرحلة الاعدادية وفق متغير النوع.

3 التعرف على الفروق في مستوي الخجل لدى طلاب المرحلة الاعدادية وفقا لمتغير السنة الدراسية (السابع ,التاسع).

مصطلحات البحث .

ـــــ الخجل : تعرفه فضيلة السبعاوي (2011) بأنه حالة عاطفية وانفعالية معقدة تنطوي على شعور سلبي بالذات أو الشعور بالنقص لا يبعث الارتياح في النفس (فضيلة السبعاوي ,2011, 29).

يعرف الخجل إجرائيا: بأنه حالة تدفع طلاب المرحلة الاعدادية بجنزور الى الهروب أو الانسحاب أو تفادي اي موقف اجتماعي بصورة غير مناسبة ويقاس بالدرجة التي تحصل عليها الطلاب بعد استجاباتهم على مقياس الخجل المستخدم في هذا البحث.

ـــــ طلاب المرحلة الاعدادية : هم جزء من محور العملية التعليمية وهم الذين توضع من أجلهم أهداف من خلال المؤسسة التعليمية وهي تبدأ من عمر ثلاث عشرة سنة إلى عمر خمس عشرة سنة أي من صف السابع إلى التاسع(حسين مصطفى ،2001 ،96).

ـــــ مدينة جنزور: هي إحدى المدن الليبية الواقعة غرب مدينة طرابلس على الطريق الساحلي وتضم الغيران ,جنزور الشرقية , شهداء عبد الجليل ,جنزور المركز سيدي عبد اللطيف , جنزور الوسط النجيلة المشاشطة .

حدود البحث:

- الحدود الموضوعية :يتحدد موضوع البحث في مشكلة الخجل لدى طلاب المرحلة الإعدادية بمدينة جنزور.

- الحدود الزمنية : تم تطبيق هذا البحث في العام الدراسي 2021-2022 .

- الحدود المكانية : تم تطبيق البحث على بعض مدارس جنزور (شهداء عبد الجليل , شمس الحرية , سواعد الوحدة , فجر عروس البحر).

- الحدود البشرية : تم تطبيق البحث على طلاب المرحلة الإعدادية

الفصل الثانـي

الإطار النظري ـ الدراسات السابقة

أولاً :ـ الإطار النظري .

تناولت الباحثات في هذا الفصل الخلفية النظرية المتعلقة بموضوع البحث والمتمثل في مفهوم المشكلة النفسية و الخجل ، أسبابه وأنواعه و تصنيفاته وصفاته وأعرضه ومظاهره والنظريات التي فسرت ظاهرة الخجل .

المشكلة النفسية:

يرى كثير من الآباء بأن المشكلة النفسية أو السلوكية التي يعاني منها الأبناء هي مجرد ظاهرة وقتية أو علامة من علامات النمو التي لابد أن يمر بها أي شخص في مراحل نموه حتماً ستنتهي بانتهاء مرحلة النمو , ولكن الحقيقة عكس ذلك تماماً , وأنه على الاباء أن يكونوا على

وعى بأن هناك ما يعرف بالمشكلة المحورية أي المشكلة التي ربما تكون من ضمن الأسباب التي تؤدي لظهور عديد من المشكلات الأخرى . (حسن عبد المعطي , 2001: 12)

وتعرف المشكلة النفسية بأنها "عبارة عن مجموعة من الاضطرابات ذات صبغة انفعالية يعاني منها الفرد, وتؤثر في سلوكه , وتؤدي إلى سوء توافقه مع البيئة , بحيث يصبح الفرد لا يشعر بالسعاد مع نفسه ومع الاخرين , ويكون غير قادر على تحقيق ذاته واستغلال إمكانياته إلى أقصى حد ممكن " (حامد زهران , 1980 : 8)

وهناك من يرى بان المشكلة النفسية هي : "عبارة عن صعوبات تواجه الفرد في علاقاته بغيره أو

في إدراكه للعالم الذي حوله , أو تجاهاته نحو ذاته ويمكن أن تتصف المشكلات النفسية بوجود مشاعر القلق والتوتر لدى الفرد , وعدم رضائه عن سلوكه الخاص , والانتباه الزائد لمجال المشكلة ". (محروس الشناوي , 1996 : 139)

المشكلة النفسية موضوع الدراسة :

إن المشكلات التي تعترض حياة الطفل تختلف عن المشكلات التي يتعرض لها المراهق أو الشاب أو المسن , فلكل مرحلة عمرية لها ظروفها وخصوصيتها , والإنسان بطبيعة الحال هو وليد المجتمع والمرحلة , وكل مرحلة لا علاقة لها بالمرحلة التي سبقتها ولا المرحلة التي تليها , مرحلة المراهقة تختلف من المراحل الأخرى , حيث إن المراهق تكشف حياته العديد من المشاكل

والتي منها مشكلة الخجل .

الخجل :

يمثل الخجل ظاهرة نفسية هامة في مجال دراسات الشخصية وبالرغم من الأبحاث العديدة التي تناولت هذه الظاهرة في بعض جوانبها وعلاقتها بالسلوك فما تزال تحتاج إلى مزيد من البحث والتدقيق, وخاصة مع تزايد التعقد في مظاهر الحياة الاجتماعية ، والعلاقات البشرية ، كما أن الخجل يعد سمه من سمات الشخصية لأنه يشكل مكونا من مكونات الشخصية فهو إستعداد نفسي أو قدرة غالبة يتسم بها بعض الأفراد ويفتقر إليها آخرون، وبهذا تم استخدام مصطلح الخجل من قبل علماء النفس الإكلينيكي المتخصصين بمعان عديدة نشير منها مصطلح الخجل

المرضي ،الانسحاب الاجتماعي، العزلة الاجتماعية ،التجنب الاجتماعي ، الخجل الاجتماعي ناتج عن نقص التفاعل الاجتماعي ويؤدي الى انخفاض دافع الاقتراب ونقص التقبل من الاخرين في المواقف وارتفاع دافع التجنب الاجتماعي .

تعريفات الخجل :

ظهرت تعريفات متعددة لمفهوم الخجل ونذكر منها ما يلي:-

يعرف جليفو رد الخجل بأنه سمة أساسية تصدر عنها سمات سطحية أخرى اهمها أنه يمثل حالة من حالات العجز عن التكيف مع المحيط الاجتماعي كما أنه يعرقل الفرد عن تحقيق التوافق المنشود (مجدي حبيب ,1992: 66).

ويعرف زروق ,1997 الخجل بأنه حالة عاطفية و انفعالية معقدة تنطوي على شعور سلبي بالذات أو الشعور بالنقص لا يبعث الارتياح في النفس (فضيلة السبعاوي ،2011: 29).

ويعرف حسين عبد المعطي الخجل بأنه شعور بعدم الراحة في وجود الأخرين وغياب الاتصال بهم , فهو حالة من القلق الاجتماعي الناتجة عن التفاعلات الطارئة ,والتي لا يوجد حدث يهدد الصورة الاجتماعية (حسن عبد المعطي ,2001: 325).

ويعرف الخجل بأنه : الشعور بعدم الراحة في المواقف الاجتماعية بشكل يتدخل في قابليتنا على امتناع أنفسنا بالدرجة التي نحن قادرون عليها بحيث يسبب تجنب المواقف الاجتماعية كلية (فضيلة السبعاوي ,2011, 35).

وأشار مصطفى العسال الى تعريف بيكوس (1981) للخجل بأنه : الحيل لتجنب التفاعلات الاجتماعية والفشل في المشاركة بشكل مناسب في المواقف الاجتماعية وقد ميز بيكونس بين الخجل الداخلي والخجل الصريح ففي حالة الخجل الداخلي يكون لدى الفرد مهارات اجتماعية ولكن لديه التشكيك بالذات وعدم الارتياح بينما في الخجل الصريح يملك الفرد مهارات اجتماعية محدودة ويميل شعوره الى عدم الارتياح . (مصطفي العسال، 2001: 24).

و يشير السيد السمادوني إلى أن بروني وهوارث(1997) ينظران إلي الخجل على أنه أحد سمات الشخصية المزاجية أحادية البعد فقد أجريا تحليلا عامليا لخمسة عشر متغيراً من متغيرات الشخصية و استخلاصا منها عاملا مستقلا اسمياه الخجل الاجتماعي , كما ينظر إليه على أنه

خبرة انفعالية غير سارة ترتبط بالموقف مثل الانفعالات الاخرى كالقلق والشعور بالحزن والاكتئاب ،إلا أنها خبرة انفعالية مميزة عن تلك الانفعالات (السيد السماد وني ,1992: 136).

أسباب الخجل :

إن عقدة الخجل وانفعالاتها الوجدانية والنفسية تختلف بين فرد و آخر وذلك لتعدد لأحوال و العوامل والظروف الموضوعية التي تحيط بحياة كل مخلوق بشري ,والناس وهم كائنات بشرية متعددي الخصائص ومتنوعي المنازع يجب دراستهم على حدة لعدم الترابط النفسي بينهم , وبهذا الخصوص لأبد من الإشارة الى الأسباب والعوامل التي ساهمت في إيجاد الخجل والمتمثلة في الآتي :

1- الشعور بعدم الأمان والطمأنينة: وينتج عنهما عدم الثقة بالذات والاعتماد على الغير وعدم ممارسة المهارات الاجتماعية.

2- وصف الذات بالخجولة: يفضل بعض الأفراد وصف أنفسهم (بالخجولين) وذلك لأنهم يعرفون ويدركون أنهم فعلا خجولون وغير مؤكدين لذاتهم .

3- الإعاقة الجسمية : هناك أفراد خجولون مند ولادتهم بتدخل عامل الوراثة , لذا نجد بعض الأدلة تدعم وجود خجل وراثي , وبهذا فالإعاقة الخفية أو الظاهرة تجعل بعض الأفراد حساسين جدا وهذا يؤدي إلى الانسحاب الاجتماعي .

4- فقدان المهارات الاجتماعية : حسب أراء خبراء النفس حوالى 15% من الأفراد لديهم ميل واستعداد بأن يكونوا خجولين بصورة غير طبيعية بسبب الخوف من عدم تقبل الأخرين أو الخوف من تعرضهم للسخرية من الأخرين مما يودي إلى فقدان الثقة بالنفس (فضيلة السبعاوي , 2011، 46 - 48).

5- التدليل المفرط : فالطفل الذي نشأ في المنزل على المعاملة الناعمة الحسنة المميزة , فإنه يتوقع المعاملة نفسها خارج المنزل "البيئة" ولم يتعلم بعد معني التنافس والتعامل معهم بمستوى متكافئ , فيلجا للهروب والشعور بالنقص تجاههم .

6- القسوة أو النقد أو التهديد : أن الإكثار من العقاب للطفل بصورة مستمرة سواء أكان لفظيا أو بدنيا داخل الأسرة لا يعطي للطفل الحق في إبداء رأيه و التعبير عن ذاته مما يؤدي به الى الخجل والانعزال عن المجتمع (مصطفى القمش ,2007 :231) .

أعراض الخجل ومظاهره :

بالرغم تعدد أعراض الخجل ومظاهره، فإن هناك ما يجمع بينهما رغم اختلاف نسبته من فرد لأخر ومن مستوي الاخر ، ومن مثير إلى أخر ومن تللك الأعراض ما يلي :

1- الأعراض الفيزيولوجية : إحمرار الوجه ، جفاف الحلق ، زيادة خفقان القلب ، اضطراب في المعدة .

2- الأعراض الانفعالية و الوجدانية : البكاء ، التوتر ، ضعف الثقة بالنفس ، والارتباك , انخفاض الصوت ،كثرة الابتسام ، الصمت ، الغضب الداخلي ، عدم الشعور بالراحة أو الاستقرار ، ارتفاع الاستثارة ,الشعور بالتهديد (مايسه النيال , 1999 : 2) .

3- الأعراض السلوكية : تتمثل في تجنب التخاطب بالعين ، تحاشي تكوين صدقات جديدة ، الانعزال ، الهروب الزائد ، تفضيل الوحدة ، نقص المهارات الاجتماعية .

4- الأعراض المعرفية : وتتمثل في اضطراب التفكير نسبيا ، قلة التركيز ،التردد في الحديث ، الانشغال بأشياء بعيدا عن الموقف ، الخوف من التقييم السلبي من الأخرين التقليل من الذات (مصطفى العسال ، 2001 : 27).

أنواع الخجل :

تتعدد أنواع واشكال الخجل حسب أراء ووجهات نظر العلماء حيث أشار(أيزنك ،1969 إلى نوعين من الخجل هما:-

1- الخجل الاجتماعي الانطوائي: يتميز بالميل للعزلة ولانسحاب الاجتماعي ولكن مع القدرة والعمل بكفاءة مع الجماعة.

2- الخجل الاجتماعي العصابي : يتميز صاحبه بالقلق الناتج عن الشعور بالحساسية المفرطة نحو الذات وهذا النوع من الخجل يدفع صاحبه إلى الوقوع في كثير من الصراعات النفسية والتي تمثل في رغبته لتكوين علاقات اجتماعية مع الأخرين وخوفه من نتائج هذه العلاقات

وقد توصل (بلكونز) إلى وجود نوعين من الخجل هما :

1-الخجل العام : ويتميز صاحبه بعيوب في الأداء مثل الحرج عند ممارسة الظواهر السلوكية العامة مما يؤدي إلى الفشل في ممارستها.

2- الخجل الخاص ويتميز صاحبه بالشعور الذاتي بعدم الارتياح والاستشارة الداخلية ويقلق وبالحساسية للذات وبالخوف من التقييم السلبي (فضيلة السبعاوي ,2011: 24).

وقد أشار توزن (1986) إلى تميز بين ثلاثة أنواع من الخجل وهي:

1- الخجل الإيجابي : والمقصود به الصفات المفضلة المرغوبة نسبياً ، والتي تعد مؤشرات للخجل مثل : الحرص ، التواضع ، ضبط النفس ، اللياقة وبالإضافة إلى الصفات غير المفضلة, والتي تقع ضمن الخجل مثل غير دكتاتوري، غير أناني، لا يتحدث بصوت عالٍ.

2- الخجل السلبي : والمقصود به الصفات غير المفضلة وغير المرغوبة به نسبيا والتي تعد مؤشرات للخجل مثل قلق البال ، خائف ، عصبي ، صامت بالإضافة إلى الصفات المفضلة والتي تمثل مؤشرات للخجل مثل : غير عدواني ، لا يؤكد ذاته، غير اجتماعي .

3- الخجل المتوازن : المقصود به الصفات المفضلة والمرغوبة والتي تعد مؤشرات للخجل مثل :

الحذر ، الهدوء ، والتحفظ ، والحساسية ، والميل للعزلة وصمت بالإضافة إلى الصفات المرغوبة نسبياً والتي لا تمثل مؤشرات للخجل مثل : التحدث بصمت وعنف ، الدكتاتورية ، السعي للفت الأنظار ، العدوانية والثقة بالنفس (موفق الحلبي ، 2001 : 22 -32).

تصنيفات الخجل :-

يعد الخجل من العوامل النفسية ذات الأثر السلبي على قدرة الفرد في التكيف أو الانسجام الجيد مع الأخرين ذلك لأنه يحد من قدرة الفرد على التفاعل ويقلل من فرصته في تكوين العلاقات الاجتماعية الناجحة ،وعلى الرغم من أن الخجل بصفة عامة هو مشكلة من المشكلات النفسية التي تجعل الفرد يميل إلى التجنب الاجتماعي وعدم الشعور بالراحة في وجود الآخرين

ورد عن مصطفى العسال (2001) أن (إيزنك 1969): قد صنف الخجل تصنيفين : (الخجل الاجتماعي والانطوائي والخجل الاجتماعي العصابي) يتميز صاحب النوع الأول بالعزلة ، مع القدرة على العمل بكفاءة ونجاح مع جماعة إذا اضطر لذلك في حين يتميز صاحب النوع الثاني بالقلق الناتج عن الشعور بالحساسية المفرطة نحو الذات والإحساس بالوحدة النفسية وهذا النوع من الخجل يدفع صاحبه إلى الوقوع في صراعات نفسية بين رغبته في تكوين علاقات اجتماعية مع الاخرين وخوفه منها .(مصطفى العسال ،2001 : 27 - 28)

وأشارت مايسة النيال ، مدحت أبوزيد (1999) في تصنيف الخجل الي نوعين هما الخجل العام و الخاص وأكد على أن أصحاب الخجل العام يتميزون بعيوب في أداء المهارات كالحرج والفشل في بعض الأحيان أثناء الاستجابة في المواقف الاجتماعية ، وقد يظهر الخجل العام بجلاء في الجلسات الجامعية والرسمية ، أما ذوو الخجل الخاص فينصب اهتمامهم حول الأحداث الذاتية كالإنعصاب الذاتي أو النسبية الفيزيولوجي كمكون من مكونات المواقف وفي أغلب الأحيان يتعلق هذا النوع من الخجل بالعلاقات الشخصية الحميمة(مايسة النيال ،1999 : 16 - 17)

ترى مايسة النيال (1999) أنه للخجل تصنيفات كثيرة منها :

1- الخجل العلني والخجل الضمني او الخاص : إلا أن الإختلاف بينهما يكمن في تطور مجموعة من الأفراد الخجولين ، ففي حين ينجح الأفراد في تجاوز اضطراباتهم ويواجهون دون صد ودون قلق ظاهر الأوضاع التي كانوا يخشونها سابقا، فإن كثيراً منهم يشعرون بتخوف شديد في داخلهم والشخص عندما يتحدث عن خجله يستند بصورة عامة إلى مظاهر الخجل الداخلي بينما عندما نتحدث عن الخجل من الأخرين ،لانأخد بالاعتبار إلا دلائل السلوك الخارجي .

2- الخجل والخوف من الأخرين : يبدأ هذا النوع من الخجل بالظهور خلال السنة الأولى من العمر وهو يتوافق مع مرحلة نفسية عاطفية عند الطفل مطبوعة بالخوف من الوجوه الغريبة وبقلق معين من الانفصال عن الأشخاص القريبين عاطفيا .(مايسة النيال ،1999 :12)

العلاقة بين الخجل وبعض المفاهيم.

اختلفت وجهات النظر حول الخجل فالبعض يؤيد والبعض الأخر ينتقدون ومنهم من يخلط بين حياء واستحياء لأن الخجل ظاهرة مركبة ومتداخلة مع مجموعة من المفاهيم الأخرى القريبة منه ابتداء بالحياء وانتهاء بالخوف وليس في كل الأحوال سالباً وهذا يعكس الحرج الذي يعبر عن وجدان سالب في موقف تفاعل اجتماعي فالحياء يختلف تماما عن الخجل حيث أن الحياء في واقع الأمر يكون بمحض إرادة الفرد بمعنى سلوك إرادي يقصد به احترام الفرد للطرف المقابل مثلا : كاحترام الأبناء لأباءهم والطالب لمدرسيه أو الحياة من الأشخاص الغرباء أما الخجل فعادة يكون خارجا عن إرادة الفرد مع معظم الظروف التي يحدث فيها .

وقد أشارت كلا من النيال وابوزيد (1999) إلى الفرق بين الخجل وعديد من المفاهيم القريبة منه المتداخلة معه مثل التهيب الذي يعني به الميل أو المعاناة من القلق في المواقف الجديدة والمتردد في الاجتماع بأناس جدد , وهذا المصطلح يختلف عن الخجل في مستوى الخوف ويتفقان من حيث أن كليهما يشيران إلى القلق لاجتماعي وهناك فرق بين الخجل والحياء الذي يعبر عن الاتجاهات العقلية والجسمية والتي هي تعبير عن الحياه ويعد جزءا من الخجل إذ يتضمن بعض الإيماءات التي هي تعبير عن الحياء .

هذه ويمكن اعتبار التواضع شكلا من أشكال الخجل لأنه ينتج من فرط الشعور بالذات وإدراكها , ويمكن التفريق أيضاً بين الخجل والحرج الذى هو عبارة عن حالة انفعالية مستمرة أو مؤقته نسبيا

تنتج عن تناقص ما يظهر به الفرد في موقف اجتماعي معين في صورته الحقيقية ويستدل عليه من خلال تعبيرات الوجه وحركات العين والفرق بينه وبين الخجل من حيث درجة شدته , فالحرج

عادة ينشأ نتيجة الإحباط الانفعالي ولوم ناتج عن تمني الظهور بمظهر معين ويكون العكس , أما الخجل فيمكن أن ينتج من مديح أثناء اي شيء بنتيجة سالبة ,كما يوجد تشابه بين الخجل والتحفظ حيث أن كليهما يحاولان الاحتياط من المواقف التي تحمل في طياتها قلقا اجتماعيا والفرق بينهما يكمن في أن التحفظ له مكونات معرفية وعقلانية ويحتوي على مكونات وجدانية ولكن ليس بالقدر الذي يوجد في الخجل (مايسة النيال و مدحت أبوزيد ، 1999 :60)

أما الجبن فهوا أيضاً من مظاهر الخجل أو شكلا من أشكاله وبالرغم من التشابه في بعض الاستجابات بين الجبن والخجل إلا أن الفرق بينهما يكمن في أن استجابة الخجل هي التحاشي ، أما استجابة الجبن فهي الهروب والكسوف ، كذلك يعد من مظهر الخجل وأشكاله وتظهر استجابة الكسوف عند الإناث أكثر من الذكور وخاصة في الحالات الإيجابية مثل الغزل والمديح ويعد الكسوف مؤقتا مقارنة بالخجل يتشابه ايضاً مفهوم الحذر مع الخجل من ناحية أخد الاحتياطات الازمة لتحاشي المواقف ذات الطبيعة المثيرة للقلق الاجتماعي ولكن ليس كل حذر

ناجم عن الخجل وذلك لأنه توجد عديد من المواقف التي يتحلى بها الفرد بالحذر دون تدخل الخجل فيها ،والخزي أيضاً يعتبر من المفاهيم المتداخلة مع الخجل وأن كل خزي يحتوي على الخجل وليس العكس لأن الخزي أحد مكونات الوجدان السالبة وهو مكون انفعالي مركب من الخجل وغضب وإحباط ولوم وندم وحسرة ولأيمكن أن يدفع التجنب إلى الخجل ، أما بالنسبة إلى الخوف أو الهروب أو الفوبيا أو الخوف من الأخرين فإن الفرق بينه وبين الخجل كبير ،لأن الأول يحتوي على هلع وفزع وذلك بخلاف الخجل ، ومن هذا المنطلق نجد إن المفاهيم السابقة كافة عبارة عن مفاهيم متداخلة ومتشابهة جداً مع الخجل . (مايسة النيال و مدحت أبوزيد ، 1999 :60)

صفات الشخص الخجول :

أشارت دراسات حسين الفايد وفريح العنزي إلى أن للشخص الخجول صفات تتمثل في :

1-أكثر قلقا وتوترا .

2- الميل إلى العزلة خاصة في علاقته مع الجنس الأخر.

3- الانشغال بالذات وتأمل ما فيها من نقص.

4- لا يصلح ان يكون قائد الجماعة .

5- أقل لياقة وأضعف ثقة في قدرته على التعامل الاجتماعي .

6- ميالً للاختباء في المناسبات الاجتماعية .

7- الميل للصمت حين خروجه مع الجماعة .

8- صعوبة التحدث مع الغرباء.

9- امتناعه عن الحديث علانية (فضيلة السبعاوي ، 2011 : 167 - 168) .

النظريات المفسرة للخجل : -

اهتم علماء النفس في دراسة الشخصية وكذلك في وضع نظريات خاصة تقوم بتفسير السلوك الإنساني في إطار نظري منظم ينتج عنها نظريات تمثل وجهات مختلفة لكل منها مزاياها وعيوبها و ومع تطور ميدان علم النفس ومدارسه ظهرت وجهات نظرة تخص الشعور بالخجل

ومظاهره وأسبابه وتفسيره وتعددت وفقا لتلك المفاهيم والمبادئ لكل نظرة حيث وضح الخجل وفسر من خلال عدة نظريات مثل :

ـــ النظرية السلوكية : يفسر الخجل على أنه السلوك الانساني ما هو إلا مجموعة من العادات تعلمها الفرد أو اكتسبها أثناء مراحل نموه المختلفة فهو يرى أن الشعور بالخجل ناتج عن إحدى العوامل الاتية :

1- الفشل في اكتساب أو تعلم سلوك مناسب .

2- تعلم أساليب سلوكية غير مناسبة أو غير مرضية .

3- مراجعة الفرد لمواقف متناقضة لا يستطيع معها الفرد اتخاذ قرار مناسب .

4- ربط استجابات الفرد بمنبهات جديدة لاستثارة بالاستجابة .

وبهذا تجد أن تفسير الخجل على أنه فشل الفرد في اكتساب او تعلم سلوك مناسب او تعلم اساليب سلوكية غير مناسبة (فضيلة السبعاوي ، 2011 : 97 - 98) .

- نظرية السمات : يرى أن الخجل مصطلح شائع يستخدم لوصف المزاج وهو عنصر من عناصر الشخصية ، كما أوضح تأكيد أقويا على الخجل كجانب من جوانب الشخصية بسبب النتائج الضارة التي يمكن أن يوقعها عن الوظائف العقلية والجسمية ، وعليه قد صنفة السمات الى نوعين هما السمات المشتركة أو العامة والتي يعتقد بوجودها لدى كل شخص وبدرجات متفاوتة , وأرجح سبب وجودها إلى الوراثة أو العوامل الوراثية و النوع الثاني هو السمات المتفردة و وأرجح وجود عامل الخجل إلى السمات المشتركة أظهرت بياناته (80%) من الذكاء

من روح المخاطرة في مقابل الخجل (30%) من سمات عدم الرضا الانفعالي ، يمكنان تعزى إلى تأشيرات وراثية لا بيئة كما شدده بأن تهديد او الهجوم وبهذا يعده عنصراً من عناصر الشخصية السلبية (فضيلة السبعاوي , 2011 : 99)

- نظرية التعلم الاجتماعي : وفيه يعزو الخجل للقلق الاجتماعي والذي يثير أنماطا من السلوك الانسحابي ويمنع فرصة تعلم المهارات الاجتماعية , بل يمتد ليكون عواقب معرفية تطهر في

شكل توقع الفشل في المواقف الاجتماعية , وحساسية مفرطة في التقويم السلبي من قبل الأخرين وميل مزمن لتقويم الذات تقويما سلبيا .

نظرية أريكسون : أخرج أريكسون هذه النظرية عام 1965 م والتي تعتبر تطور الإنسان نتيجة طبيعة للأحداث الاجتماعية والثقافية .ذهب أ إلى القول أن عملية التطبع الاجتماعي تمر بثمان مراحل من ضمن هذه المراحل المرحلة الثانية وهي الاستقلالية في مقابل الشعور بالخجل والشك من سن (2_4) سنوات –الطفولة المبكرة – وتقابل هذه المرحلة الشرجية عند فرويد فالطفل في هذه المرحلة يتعلم الاستقلالية من خلال التدريب على الأكل الفردي وارتداء الملابس والتدريب على عادات الإخراج فالمهم في هذه المرحلة هو إحساس الطفل بالاستقلالية بحيث يصبح اقل اعتماد على الكبار فيخرج الطفل الذى تلقى معاملة حسنة في هذه المرحلة خلال عملية الإخراج مثلا أكثر استقلالية ومتأكدا من ذاته أما الفشل في تحقيق هذه الاستقلالية فيشعره بالخجل والشك (شذرات , 2012 : 55) .

ثانياً- الدراسات السابقة : -

ـــ دراسة مسعود الطوارى (2018) وعنوانها مستوى الخجل الاجتماعي لدى المراهقين في دولة الكويت

التعرف على الفروق الإحصائية في الخجل الاجتماعي لدى المراهقين تبعا للجنس (ذكور –إناث) بدولة الكويت

استخدم الباحث المنهج الوصفي ، تكونت عينة الدراسة من (858) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية بدولة الكويت ، استخدم الباحث مقياس الخجل الاجتماعي من إعداد جونز وارسيل ، تعريب الأنصاري (1993) وتوصل الباحث إلى النتائج التالية

ـــ ارتفاع درجة الخجل الاجتماعي لدى عينة المراهقين بدولة الكويت

ـــ وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث من عينة البحث في الخجل لصالح المراهقات

دراسة عبد ربه شعبان (2010) وعنوانها الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصريا

و هدفت إلى التعرف على الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى الطلبة المعاقين بصريا ، بالمرحلة الإعدادية والثانوية بمدرسة النور والأمل بمدينة غزة ، كما هدفت الى التعرف على مستوى تلك المتغيرات ومدى علاقة الخجل بكل من تقدير الذات ومستوى الطموح

تم استخدام مقياس الخجل ومقياس تقدير الذات ومقياس مستوى الطموح من إعداد الباحث ، تكونت عينة الدراسة من (61) طالبا منهم (30) طالبا و (31) طالبة ، تم استخدام الأساليب الإحصائية الاتية (معامل الفا كرو نباخ ، التجزئة الصفية ، التكرارات ، المتوسطات الحسابية ، والانحراف المعياري ، والوزن النسبي ، معامل ارتباط ماي ونبتي) توصلت الدراسة الى عدة نتائج

ـــ أن مستوى الخجل متوسط ، وأن هناك مستوى عالٍ من تقدير الذات ، كذلك وجود مستوى عالٍ من الطموح ، كما توجد علاقة ضعيفه جدا بين الخجل وتقدير الذات ومستوى الطموح ، كما توجد فروق في مستوى الخجل تعزى لمتغير (النوع) لصالح الإناث

ـــ دراسة قايد (2001) وعنوانها دراسات في الصحة النفسية العلاقة بين الخجل والأعراض السيكو باثولوجية في المراهقة

و هدفت الدراسه إلى التعرف على الفروق بين الذكور والإناث في متغير الخجل وفي الأعراض

السيكوباثولوجية (القلق ، الاكتئاب ، الدهانية ، العدوانية ، مكمن الخوف ، البارانويا ، التخيلية ،

الوسواس القهري) والكشف عن العلاقة الارتباطية بين الخجل والأعراض السيكوباثولوجية لدى مجموعتى الذكور والإناث من المراهقين تكونت عينة الدراسة من (210) من تلاميذ المدارس الثانوية من الجنسين (105) ذكوراً (105) إناثاً بمدينة طنطا في مصر ، استخدم مقياس الخجل الاجتماعي (SRS) وقائمة مراجعة الأعراض (90 – ST1) استخدم الباحث الوسائل الإحصائية الأتية (المتوسط الحسابي ، الاختبار التائي ، معادلة الفا) وتوصل إلى وجود فروق جوهرية بين الذكور والإناث في أعراض الحساسية التفاعلية والاكتئاب لصالح الإناث ، ووجود ارتباط موجب دال للخجل بكل من القلق والشعور بالذنب لدى المراهقين من الجنسين.

التعليق على الدراسات السابقة

يتضمن هذا الجانب تلخيصا للدراسات السابقة المتعلقة بمشكلة الخجل والتى عرضتها الباحثات منها من حيث الأهداف والأدوات والعينات تم الوسائل الإحصائية وما توصلت إلية الدراسات من نتائج

اولا : الأهداف

تعددت اهداف الدراسات السابقة وتنوعت ويمكن حصر هذا التعدد والتنوع بحسب تنوع الدراسات والأبحاث وكانت أغلبها تهدف الى التعرف على الفرق بين الجنسين وهذا ما يتفق مع البحث الحالي

ثانيا : العينات

كانت معظم الدراسات السابقة عينتها أفراد من طلبة المرحلة الثانوية وبعضها من طلبة المرحلة الاعدادية وهذا ما يتفق مع عينة البحث الحالي ، وشملت الدراسات الجنسين (ذكور –إناث) مما يتفق مع عينة البحث الحالي

ثالثا : الأدوات

تباينت الدراسات السابقة في استخدامها للمقاييس النفسية فبعضها استخدم مقياس قام ببنائه والبعض استخدم مقياساً واحداً و البعض استخدم أكثر من مقياس وبما يتفق مع أهداف البحث بما يتفق مع ما جاء في هذا البحث من حيث تكييف المقياس لتحقيق أهداف البحث

رابعا : الوسائل الإحصائية

ذكرت بعض الدراسات الوسائل الإحصائية المستخدمه في معالجة بياناتها والبعض الأخر لم يذكر ذلك ومن الوسائل الإحصائية المستخدمه في الدراسات السابقة ، معامل ارتباط ، الاختبار التائي ، تحليل التباين الاحادي ، مربع كأي ، المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري معامل الفا كرو نباخ ، التكرارات ، والوزن النسبي ، معامل ارتباط ماي ونبتي ، معادلة ألفا وهذا ما يتفق مع بعض الوسائل الإحصائية المستخدمه في البحث الحالي

خامسا : النتائج

بالرغم من أن العينات في أغلبها متشابهة وأن طبيعة الأهداف المتوخاة من معرفة انفعال الخجل كانت مختلفة وكذلك اختلفت البيانات التي تناولتها الدراسات السابقة في بحتها وأغلب الدراسات كانت المجتمع طلبة ، بعضها كانت خليطاً من الجنسين والبعض الأخر مجتمع واحد وطبيعة المعالجات الإحصائية أيضا اختلفت وبالتالي نجد هناك تنوعاً في نتائج الدراسات السابقة فبعض نتائج الدراسات السابقة تتفق مع نتائج البحث الحالي وبعضها الأخر اختلفت معها.

الاستفادة من الدراسات السابقة

وقد استفاد البحث الحالي من الدراسات السابقة في :

1- في كتابة الإطار النظري لهذا البحث .

2- الاستفادة من المقاييس المستخدمة .

3- الاطلاع على النتائج والإفادة من تفسيرها ومقارنتها .

4- إعداد أدوات البحث وكيفية تطبيقها .

الفصل الثالث

الإجراءات المنهجية للبحث

منهج البحث

مجتمع البحث

عينة البحث

أداة البحث

أساليب المعالجة الإحصائية

منهج وإجراءات البحث

-تمهيد:

تناول هذا الفصل الإجراءات المنهجية ، من حيث منهج البحث الذي استخدمته الباحثات وتحديد مجتمعه وعينته ، وأدواته من حيث ثباتها والإجراءات المتبعة في تطبيقها والتأكد من صدقها وثباتها ، وأساليب المعالجة الإحصائية التي استخدمت في تحليل البيانات ، وهى على النحو التالي :

ـ **منهج البحث :** استخدمت الباحثات في هذا البحث المنهج الوصفي ، والذي عرفه عبيدات بأنه " أسلوب يعتمد على جمع معلومات وبيانات عن ظاهرة ماء أو واقع ما وذلك بقصد التعرف على الظاهرة المدروسة وتحديد الوضع الحالي لها والتعرف على جوانب القوة والضعف فيه من أجل معرفة مدى صلاحية هذا الوضع أو مدى الحاجة لإحداث تغيرات جزئية أو أساسية " (عبيدات وآخرون ،191:2005)

مجتمع البحث : تكون مجتمع البحث من جميع طلاب الصف السابع والتاسع من المرحلة الإعدادية والبالغ عددهم (334) طالبا وطالبة خلال الفصل الدراسي ربيع2022.

ـ **عينة البحث :** تكونت عينة البحث من (80) طالبا وطالبة تم اختيارهم عشوائياً.

وصف عينة البحث

يتناول هذا الجزء توزيع أفراد عينة البحث تبعا للمتغيرات المستقلة(النوع ، الفصل الدراسي)

1ـــ النوع:

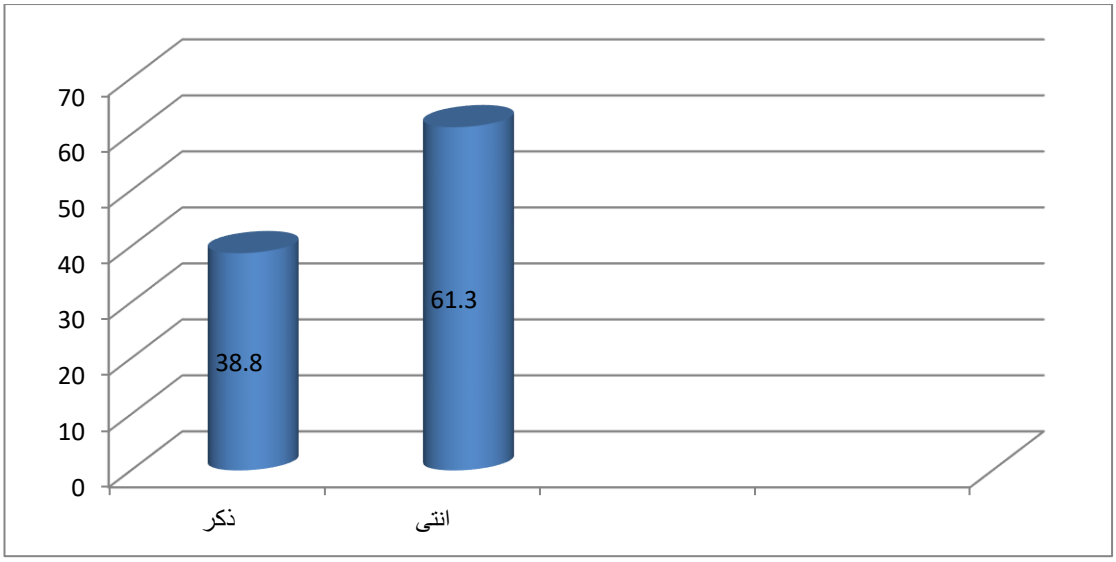
جدول رقم (1)

يوضح توزيع افراد عينة البحث حسب النوع

النوع	التكرار	النسبة المئوية
ذكر	31	%38.8
أنثى	49	%61.3
المجموع	80	%100.0

الشكل رقم (1)

يوضح توزيع أفراد عينة البحث حسب النوع



نلاحظ من الجدول والشكل السابقين أن اعلى نسبة لأفراد عينة البحث كانت من الإناث وبنسبة بلغت (61.3%) أما الذكور فيمثلون ما نسبته (38.8%) من أفراد عينة البحث

2ـــــ الفصل الدراسي:

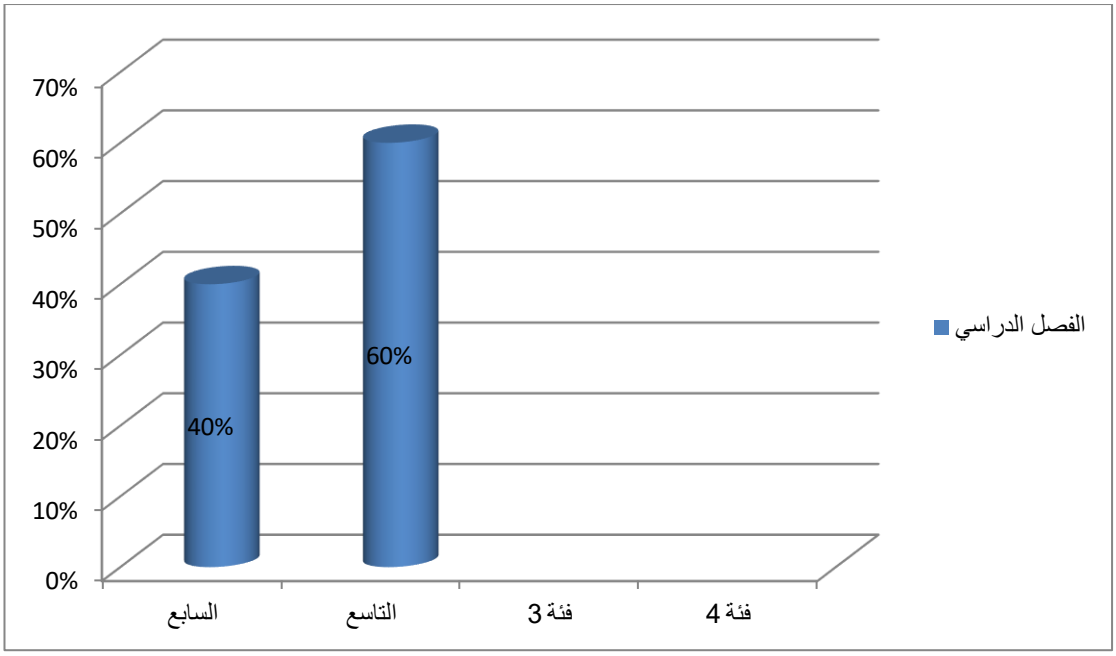
جدول رقم (2)

يوضح توزيع أفراد عينة البحث حسب الفصل الدراسي

الفصل الدراسي	التكرار	النسبة المئوية
السابع	32	%40.0
التاسع	48	%60.0
المجموع	80	%100.0

الشكل رقم (2)

يوضح توزيع أفراد عينة البحث حسب الفصل الدراسي



نلاحظ من خلال الجدول والشكل السابق أن اعلا نسبة لأفراد عينة البحث كانت من طلاب الصف السابع وبنسبة بلغت (60%) أما طلاب الصف التاسع فيمثلون ما نسبته (40%) من أفراد عينة البحث

3ـــــ المدرسة:

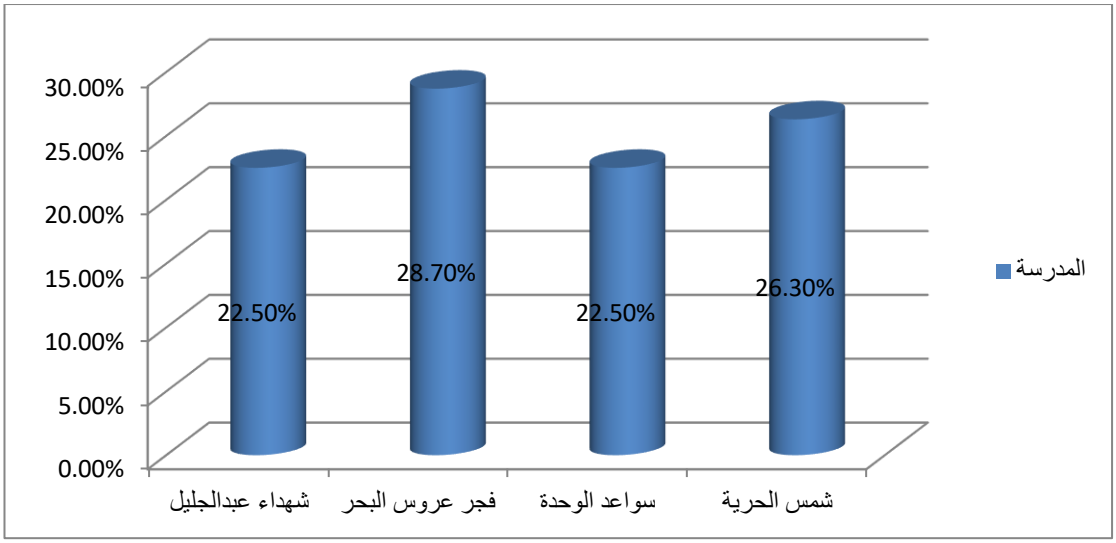
جدول رقم (3)

يوضح توزيع أفراد عينة البحث حسب المدرسة

المدرسة	التكرار	النسبة المئوية
شهداء عبدالجليل	18	%22.5
فجر عروس البحر	23	%28.7
سواعد الوحدة	18	%22.5
شمس الحرية	21	%26.3
المجموع	80	%100.0

الشكل رقم (3)

يوضح توزيع أفراد عينة البحث حسب المدرسة



نلاحظ من خلال الجدول والشكل السابقين أن اعلى نسبة لأفراد عينة البحث كانوا من مدرسة فجر عروس البحر وبنسبة بلغت (28.7%) يليها أفراد عينة البحث من مدرسة شمس العروبة وبنسبة بلغت (26.3%) في حين تساوت نسبة كل من أفراد عينة البحث من مدرسة سواعد الوحدة وشهداء عبدالجليل وبنسبة كلا منهما (22.5%)

أداة البحث :

اعتمدت الباحثات في هذا البحث مقياس الخجل

تصحيح المقياس:

اعتمدت الباحثات ثلاث بدائل للإجابة ، (نعم ، أحيانا ، لا) لآن هذا الأسلوب أعتمد في كثير من الدراسات والمقاييس النفسية ومقاييس الشخصية والتي تمنح الأوزان الأتية (3-2-1)على التوالي .

حساب الدرجة الكلية لمقياس الخجل

أصبح المقياس بصورته النهائية يتكون من (30) فقرة لذا فان أعلى درجة محتمله للمستجيب هي (90) وادنى درجة (30) والمتوسط الفرضي للمقياس هو (60) درجة وكلما زادت درجة المستجيب على المتوسط الفرضي كان ذلك مؤشرا على ارتفاع مستوى الخجل لدية ، وكلما انخفضت درجته عن المتوسط الفرضي كان ذلك مؤشرا على تدني مستوى الخجل .

ـ صدق وتبات أداة البحث:

1_ صدق المقياس

يقصد بصدق الأداة " شمول الاستبيان لكل العناصر التي يجب أن تدخل في التحليل من ناحية ، ووضوح فقراتها ومفرداتها من ناحية ثانية بحيث تكون مفهومة لكل من يستخدمها " (عبيدات دوقان ،2005: ص84)

تم إجراء الصدق والثبات لأداة البحث على عينة استطلاعية من طلاب المرحلة الاعدادية قوامها (30) طالب وطالبة ولدلاله على صدق المقياس استخدمت الباحثات مؤشرين على النحو التالي :

أ- الصدق الظاهري : للتحقق من صدق أداة البحث و من أنها تخدم أهدافها ، تم عرض المقياس على مجموعة أساتذة جامعيين متخصصين في علم النفس والمناهج وطرق التدريس ، ممن يعملون في جامعة طرابلس ، حيث قاموا بإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول مناسبة فقرات المقياس ، ومدى إنتماء الفقرات لمجالاتها وكذلك مدى وضوح وسلامة لغتها ، وتم الإفادة من الملاحظات والتي أمكن الحصول عليها من خلال التحكيم

ب - المقارنة الطرفية : تم استخدام صدق " المقارنة الطرفية " والذي يقصد به حساب قيمة اختبار (ت) لدلالة الفروق بين متوسط قيم الربيع الأدنى (50% من القيم الدنيا) ومتوسط قيم الربيع الأعلى (50 % من القيم العليا) لمقياس الدراسة وجاءت النتائج دالة عند مستوى المعنوية (0.05) مما يدلل على صدق أداة البحث كما جاء في الجدول التالي :

جدول (4) يبين صدق المقارنة الطرفية بين قيم الربيع الادنى وقيم الربيع الاعلى

الاداة	50% من القيم الدنيا ن= 10		50% من القيم العليا ن= 10		قيمة اختيار (ت) المحسوبة	مستوى الدلالة
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
مقياس الخجل	44.67	4.731	58.53	4.224	-43.104	دال احصائيا 0.000

- الثبات : ثبات أداة البحث يعنى إن تعطي أداة جمع البيانات النتائج نفسها إذا تم استخدامها أو إعادتها مرة أخرى تحت ظروف مماثلة ، حيث تم التحقق من ثبات المقياس وصلاحيته لإجراء البحث الحالي بطريقتين هما :

1- ألفا كرونباخ : لإيجاد معامل ثبات المقياس استخدمت الباحثات طريقة اخرى من طرق حساب الثبات وهى طريقة الفا كرونباخ. لغرض قياس وذلك من خلال تطبيقها على عينة استطلاعية مكونه من (30) طالباً من طلاب المرحلة الاعدادية وقد تم استبعادها من العينة الفعلية وباستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، وعن طريق استخراج معامل اختبار ألفا كرونباخ (α)، والتي يعد من الاختبارات الإحصائية المهمة لتحليل بيانات الاستبانة ، وهو اختبار يبين مدى ثبات الاستبانة (البياتي ، محمود مهدي ، 2005 :49)

$$\alpha = \left(\frac{N}{N-1}\right)\left(1 - \frac{\sum \alpha 2}{\alpha 2t}\right)$$

حيث : α = معامل الثبات N= عدد الأسئلة في الاستبانة

وتكون قيمة معامل ألفا كرو نباخ ما بين (0 , 1) فعندما تكون قيمة معامل ألفا كرو نباخ صفراً فيدل ذلك على عدم وجود ارتباط مطلق ما بين إجابات مفردات العينة أما إذا كانت قيمة معامل ألفا كرو نباخ واحداً صحيحاً فهذا يدل على أن هناك ارتباطاً تاماً بين إجابات مفردات العينة ، ومن المعروف أن أصغر قيمة مقبولة لمعامل كرو نباخ ألفا (α) هي (0.6) وأفضل قيمة تتراوح بين (0.7 إلى 0.8) وكلما زادت قيمته عن (0.8) كان ذلك أفضل فوجد أن قيم معامل ألفا كرو نباخ

لكل مجموعة من العبارات ولجميع العبارات معاً ، والجدول التالي يوضح معاملات ثبات أداة البحث.

الجدول (5)

يوضح معاملات الفا كرونباخ لقياس ثبات اداة البحث

المقياس	عدد الفقرات	معامل الفا كرونباخ
مقياس الخجل	30	.784

يتضح من الجدول السابق أن معامل الثبات العام لأداة البحث مقبول ، حيث بلغ(.784) لإجمالي فقرات المقياس ،وهو قيمة أكبر من (0.7) مما يشير إلى أن أداة البحث تتمتع بدرجة عالية من الثبات وهذا مؤشر على صلاحية أداة البحث وبذلك تم التأكد من ثبات وصدق أداة البحث والتي يمكن الاعتماد عليها في التطبيق الميداني .

2-طريقة التجزئه النصفية:

تم استخدام درجات العينة الاستطلاعية لحساب ثبات المقياس بطريقة التجزئه النصفية ، حيث وتعتمد هذه الطريقة على تجزئة عبارات المقياس إلى نصفين ويتم حساب العلاقة أو الارتباط بين درجات هذين النصفين ثم إجراء تعديل طول المجال باستخدام معادلة سبيرمان بروان والجدول التالي يوضح ذلك .

الجدول (6)

يوضح معاملات الارتباط بين نصفي المقياس

الأداة	عدد الفقرات	معامل الارتباط قبل التعديل	معامل الارتباط بعد التعديل
مقياس الخجل	30	.672	.804

يتضح من الجدول السابق أن قيمة معامل ثبات المقياس بلغ (.804) مما يشير أنها تتمتع بدرجة عالية من الثبات ، ويمكن الاعتماد علية في التطبيق الميداني للبحث الحالي

الاساليب الاحصائية

استخدمت الباحثات في البحث الحالي عدة وسائل احصائية منها: الانحراف المعياري ،والمتوسط الحسابي ، ومعامل ارتباط بيرسون ، ومعادلة سبيرمان بروان واختبار (t) لعينة واحدة ، واختبار (t) لعينتين مستقلتين

الفصل الرابع

عرض نتائج البحث وتفسيرها

النتائج

التوصيات

المقترحات

الملخص

المراجع

عرض النتائج ومناقشتها:

سيتم في هذا الفصل عرض النتائج التى تم التوصل اليها ومناقشتها لتفسيرها على وفق اهداف البحث وفي ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة كما يلي:

التساؤل الاول : ونصه: ما مستوى الخجل لدى طلاب المرحلة الإعدادية عينة البحث ؟

لتحديد مستوى الخجل لدى عينة البحث استخدمت الباحثات اختبار (T-test) لعينة واحدة ، حيث تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي للمقياس ، حيث إن

أعلى درجة للمقياس هي (3*30=90) وأقل مستوى (30) والمتوسط الفرض يساوي (2*30 =60) وجاء النتائج كما في الجدول التالي :

جدول رقم (7) يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والمتوسط الفرضي والفرق بين المتوسطين وقيمة اختبار (ت)

المتغير	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	الفرق بين المتوسطين	درجة الحرية	قيمة اختبار ت	مستوى الدلاله
مقياس الخجل	80	47.0625	3.31221	60		79	-34.936	.000

من خلال الجدول السابق نلاحظ ان المتوسط الحسابي لأفراد عينة البحث يساوي (47.0625) والمتوسط الفرضي لأداة البحث والمتضمنة على (80) طالباً وطالبة يساوي (60) ان قيمة اختبار (ت) تساوي (34.936-) وهى قيمة دالة احصائيا ، لأن مستوى الدلاله الحقيقي (000.) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) وهذا يدل على أن مستوى الخجل لدى طلاب المرحلة الإعدادية عينة البحث منخفض.

تعزو الباحثات ذلك الى التنشئة الاسرية ، حيث إن الجو الأسري الذي يعيش فيه الطلبة لا توجد فيه مشاحنات بين الوالدين ، وقد يرجع إلى تشجيع المدرسة على التفاعل الاجتماعي من خلال ممارسة الأنشطة التي تتطلب التفاعل والتعاون بين الطلبة

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة عبد ربه شعبان (2010) والتي توصلت إلى مستوى الخجل متوسط وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة مسعود الطوري (2018) والتي توصلت إلى ارتفاع درجة الخجل الاجتماعي لدى عينة المراهقين

عرض نتائج التساؤل الثاني ونصه : هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الخجل لدى طلاب المرحلة الإعدادية وفق متغير النوع (ذكور ، إناث).

للتعرف على ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (0.05) في إجابات أفراد عينة البحث في مستوى الخجل وفق لاختلاف متغير (النوع) استخدمت الباحثات اختبار(lndependent T-test) لعينتين مستقلتين لتوضيح دلالة الفروق وفق لاختلاف النوع وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي :

جدول (8) نتائج اختبار(t-test) لدلالة الفروق في إجابات أفراد عينة البحث في مستوى الخجل باختلاف متغير النوع.

	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	قيمة الدلاله	مستوى الدلالة

مقياس الخجل	ذكر	31	46.9677	3.20919	-.202-	.840	غير داله
	انثى	49	47.1224	3.40730			

يتضح من الجدول السابق أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للمقياس بلغ عند الذكور (46.9677) والانحراف المعياري (47.1224) وعند الإناث (46.9677) والانحراف المعياري (3.40730) وباستعمال معادلة الاختبار التائي لعينيتين مستقلتين تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (-.202-) وأن قيمة الدلالة (.840) وهى أكبر من (0.05) وهذا يعنى أنها غير دالة إحصائيا ، مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الخجل لدى طلاب المرحلة الإعدادية تعزى لمتغير النوع (ذكور - إناث)

تعزو الباحثات ذلك إلى أن جميعهم موجودون في بيئة ثقافية واجتماعية متشابه الأمر الذي أدى إلى جعل انفعالاتهم تكاد تكون متقاربة

وتختلف هذه النتيجة مع ما توصلت اليه دراسة كلا من مسعود الطوري (2018) ودراسة عبد ربه شعبان (2010) ودراسة قايد (2001) وحيث توصلت هذه الدراسات إلى وجود فروق ذات دلاله احصائية بين الذكور والإناث في مستوى الخجل لصالح الإناث

عرض نتائج التساؤل الثالث ونصه : هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مستوى الخجل لدى طلاب المرحلة الإعدادية وفق متغير الفصل الدراسي (السابع ، التاسع).

للتعرف على ما إذا كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05) في إجابات أفراد عينة البحث في مستوى الخجل وفق لاختلاف متغير (الفصل الدراسي) استخدمت الباحثات اختبار (lndependent T-test) لعينتين مستقلتين لتوضيح دلالة الفروق وفق لاختلاف الفصل الدراسي وجاءت النتائج كما يوضحها الجدول التالي :

جدول (9) نتائج اختبار(t-test) لدلالة الفروق في إجابات أفراد عينة البحث في مستوى الخجل باختلاف متغير الفصل الدراسي.

	الفصل الدراسي	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	قيمة الدلالة	مستوى الدلالة
مقياس الخجل	السابع	32	47.1563	3.32255	.205	.838	غير داله
	التاسع	48	47.0000	3.33900			

يتضح من الجدول السابق أن المتوسط الحسابي للدرجة الكلية للمقياس بلغ عند طلبة الفصل السابع (47.1563) والانحراف المعياري (3.32255) وعند طلبة الفصل التاسع (47.0000) والانحراف المعياري (3.33900) وباستعمال معادلة الاختبار التائي لعينيتين مستقلتين تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت (.205) وهى غير دالة احصائية عند مستوى (0.05) وأن قيمة الدلالة (.838) وهى أكبر من (0.05) وهذا يعنى أنها غير دالة إحصائيا مما يشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الخجل لدى طلاب المرحلة الإعدادية تعزى لمتغير الفصل الدراسي (السابع– التاسع)

تعزو الباحثات ّذلك إلى أن جميع أفراد عينه البحث أعمارهم متقاربة بل تكاد تكون في نفس العمر الذي جعل عدم وجود فروق بينهم في مستوى الخجل بالإضافة إلى تشابه البيئة المدرسية والتي قد تكون عاملً مساعداً في ذلك

النتائج

توصل البحث الحالي إلى عدة نتائج منها:

1 –إن مستوى الخجل لدى طلاب المرحلة الإعدادية عينة البحث منخفض.

2 – عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الخجل لدى طلاب المرحلة الإعدادية تعزى لمتغير النوع (ذكور–إناث)

3 – عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الخجل لدى طلاب المرحلة الإعدادية تعزى لمتغير الفصل الدراسي (السابع– التاسع)

التوصيات:

في ضوء ما أسفرت علية نتائج البحث الحالي يمكن تقديم التوصيات الآتية :-

1- ضرورة توعية وتشجيع المعلمين على أهمية الأنشطة المدرسية في هذه المرحلة العمرية , وعدم إهمالهم أو الاكتراث بهم .

2 – دعوة الجهات المسؤولة ذات العلاقة إلى إدخال بعض المقررات السيكولوجية ضمن المواد الدراسية لطلبه المرحلة الإعدادية لاً طلاع على بعض المتغيرات كالخجل الذي يعاني منه بعض الطلبة في هذه المرحلة

3 – استخدام الأساليب الإرشادية المناسبة لتعلم المهارات الاجتماعية اللازمة للتغلب على الخجل

المقترحات :

نظرا لتعدد جوانب هذه المشكلة بالمدارس في جميع زوايا المجتمع فإننا نقترح إجراء بعض الدراسات لعل هذه الاقتراحات تكمل بقدر الامكان البحث الحالى والتي نرجو أن تكون أكثر عمقاً وتخصصاً .

1- إجراء بحوث ودراسات مشابهة لهذا البحث وبشكل أوسع يشمل جميع مناطق طرابلس .

2 – القيام بدراسة مماثلة على طلبة المرحلة الثانوية بمدينة جنزور

3 – دراسة أثر الخجل في التحصيل الدراسي المرحلة الإعدادية

4 – القيام بدراسة حول إعداد برنامج إرشادي للتخفيف من الشعور بالخجل لدى الطلاب

الملخص

يعد الإنسان من أهم مقومات الحياة البشرية التي تسعى البشرية إلى بذل الجهد من أجل إسعاده وتنميته ، وتطويره ، والاهتمام به ، وتمثل مرحلتي الطفولة والمراهقة من أهم المراحل في حياة الإنسان والتي تحتاج إلى رعاية خاصة ؛ حيث يمر الإنسان في فترة المراهقة بتغيرات نفسية وجسمية ومن بين هذه التغيرات الإحساس بالخجل، إذ يعد الخجل المدرسي من أكثر الظواهر انتشارا بين الطلاب في جميع المراحل التعليمية بوجه عام والمراحل الإعدادية على وجه خاص كما يعد الخجل من أشد المشكلات خطورة وذلك لما يترتب عليها من نتائج سلبية على طلاب وعلى باقي عناصر العملية التعليمية ولأهمية هذا الموضوع قامت الباحثات باستخدام المنهج الوصفي لغرض جمع البيانات وتحليلها ، حيث سحبت عينة من طلبة المرحلة الاعدادية والبالغ عددهم (80) طالباً وطالبة وطبق عليهم مقياس الخجل ، ولتحليل النتائج تم استخدام الحزمه الإحصائية spss وتم من خلالها الحصول على أهم النتائج والمتمثلة في :

أن مستوى الخجل لدى طلاب المرحلة الإعدادية عينة البحث منخفض. وكذلك عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الخجل لدى طلاب المرحلة الإعدادية تعزى لمتغير النوع والفصل الدراسي

في ضوء ما أسفرت علية نتائج البحث الحالي يمكن تقديم أهم التوصيات والمتمثلة في

ضرورة توعية وتشجيع المعلمين على أهمية الأنشطة المدرسية في هذه المرحلة العمرية , وعدم إهمالهم أو الاكتراث بهم ، وكذلك دعوة الجهات المسؤولة ذات العلاقة إلى إدخال بعض المقررات السيكولوجية ضمن المواد الدراسية لطلبه المرحلة الإعدادية للاطلاع على بعض المتغيرات كالخجل التي يعاني منه بعض الطلبة في هذه المرحلة ، استخدام الأساليب الإرشادية المناسبة لتعلم المهارات الاجتماعية اللازمة للتغلب على الخجل

المصادر والمراجع

قائمة المصادر و المراجع

1- ابن منظور , (1956 م) ,قاموس لسان العرب , المجلد الحادي عشر , بيروت , دار صادر للطباعة والنشر .

2 - الحلبي , موفق صفر , (2001 م) , الاضطرابات النفسية عند الاطفال والمراهقين أسبابها واعراضها , بيروت , عمان , دار النشر والتوزيع .

3- الخواجة , عبد الفتاح محمد , (2002 م) , الإرشاد النفسي والتربوي , عمان الأردن , دار الثقافة .

4- السبعاوي , فضيلة عرفات , (2010 م) , الخجل الاجتماعي وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية , عمان , دار صفاء .

5- السبعاوي , فضيله عرفات , (2010 م) , تحقيق الذات وإرادة العطاء , الأردن , دار صفاء .

6- السبعاوي -,فضيلة عرفات (2011 م) , التغلب على الخجل الاجتماعي , عمان , دار صفاء للنشر والتوزيع .

7- السماد وني , السيد إبراهيم , (1992 م) , الضغوط النفسية لدى معلمي ومعلمات التربية الخاصة وعلاقته بتقدير الذات , رسالة ماجستير , كلية التربية , جامعة الزقازيق .

8- حبيب , مجدي , (1992م) , الخجل كبعد اساسي للشخصية دراسة ميدانية لدى طلاب المرحلة الجامعية , مجلة علم النفس , العدد 66 : 23-85 .

9- حسين مصطفى , عبد المعطي , (2001 م) , الاضطرابات النفسية في الطفولة والمراهقة (الأسباب الشخصية والعلاج) , القاهرة .

10- زهران , حامد عبد السلام , (1980 م) , التوجيه والإرشاد النفسي , القاهرة , عالم الكتاب .

11- .زهران , ـحامد زهران , (2005 م) , الصحة النفسية والعلاج النفسي , الطبعة الرابعة , جامعة عين شمس .

12– شذرات , ملتقى , (2012 م) , نظرية إريكسون في النمو النفسي الاجتماعي , استرجعت من الشبكة العالمية العنكبوتية بتاريخ 23 يناير 2017 م

13 - عبيدات دوقان (2005) البحث العلمي مفهومة وأدواته وأساليبه ، عمان الأردن : دار الفكر

14 - البياتي ، محمود مهدي(2005) تحليل البيانات الإحصائية باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS، دار الحامد ، عمان

15– شفير , شارلز ,مليمان , هوارد , (2001 م) , مشكلات الأطفال والمراهقين وأساليب المساعدة فيها , (ترجمة نسيبة داود و نزيه حمدي) , عمان , الجامعة الاردنية .

16– صـالح , العسـاف , (1995 م) , الشخصـية والصـحة النفسـية منشـورات كليـة الآداب , جامعة بابل .

17- مايسة النيال , مدحت بوزيد , (1999 م), الخجل وبعض أبعاد الشخصية ودراسة مقارنـة في ضوء عوامل , الجنس , العمر , الثقافة , الإسكندرية , دار المعرفة الجامعية .

18- مايسـة النيـال ، مـدحت بوزيـد -, (2002 م) , فـي سـيكولوجية المـرآة , الاسـكندرية , دار المعرفة الجامعية .

19- محـروس الشـناوي , (1996 م) , العمليـة الإرشـادية والعلاجيـة ,القـاهرة, دار غريـب للطباعة والنشر والتوزيع .

20– مصطفى عطية العسال , (2001 م) , الخجل الاجتمـاعي وعلاقتـه بكل من تقدير الذات والوحدة النفسية والعلاقات الاجتماعية لدى الطلاب السعوديين دراسته ارتقائيـة ارتباطيـة مجلـة دراسات الطفولة , معهد الدارسات العليا : جامعة عين شمس مجلد (4) العدد (11)

21 – عبـد ربـه علـى شـعبان (2010) الخجـل وعلاقتـه بتقـدير الـذات ومسـتوى الطمـوح لـدى المعاقين بصريا ، رسالة ماجستير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة.

22 – قايد ، حسين علي (2001) دراسات في الصحة النفسية (العلاقة بين الخجل والاعراض السيكوباثولوجية في المراهقة) ط1 ، المكتب الجامعي الحديث ، الإسكندرية

23ــ مسعود محمد الطواري (2018) درجة الخجل الاجتماعي لدى المراهقين في دولة الكويت ، المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية ، ع 2

24ــ السيد فؤاد البهي (1974) الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ، ط3 ، دار الفكر العربي ، القاهرة

www.shatharat.net.

الملاحق

رقم (1)

دولة ليبيا

جامعة طرابلس

كلية التربية جنزور

قسم معلم فصل

مقياس الخجل

عزيزتي الطالبة .....

عزيزي الطالب .....

تروم الباحثات القيام بدراسة علمية على طلاب المرحلة الإعدادية اذا تضع بين أيديكم مجموعة

من الفقرات التي تعبر عن حالات الخجل التي تنتابكم ونظرا لما نتعهده منكم من موضوعية

وصراحة في الإجابة بما يخدم البحث العلمي لذا نرجو إجابتكم عن الفقرات جميعها ,وذلك

بوضع علامة ( ) تحت واحدة من البدائل ثلاث الموجودة أمام كل فقرة , علما أن الاجابة عن

الفقرات هي لغرض البحث العلمي .

رقم (2)

م	العبارات	نعم	لا	أحيانا
1	اتردد عدة مرات قبل ان أسال المدرس أثناء الحصة			
2	أحب أن يخرج المدرس بعد انتهاء الحصة فورا			
3	أميل لمناقشة زملائي في الصف			
4	أحب أن يوجه المدرس أسئلة في الصف			
5	أشارك زملائي في الأنشطة المختلفة			
6	أفضل البقاء في غرفتي عن الجلوس مع الضيوف			
7	أنتهز الفرص لتكوين صدقات عديدة			
8	أبقى مع أصدقائي خارج البيت مدة طويلة			
9	أتلعتم في الاجابة عندما يوجه إلى سؤال			
10	يحمر وجهي عند مواجهة الاخرين			
11	لا أستطيع النظر الى الشخص الذي يحدثني مباشرة			
12	أفضل عدم الكلام عند الجلوس مع الأصدقاء			
13	لا أحب الأكل في وجود اخرين			
14	أبحث عن مبررات تمنعني من حضور المناسبات الاجتماعية			
15	لا أتذكر الاجابة عند وقوفي أمام زملائي			
16	أحاول الا اكون في مرمى بصر المدرس أو قائد الاجتماع			
17	أحب أن أجلس في المقاعد الخلفية في الفصل			
18	إذا فقدت شيئا اخجل من سؤال زملائي عنه			
19	أتردد في الدخول إذا وصلت متأخرا إلى الفصل			
20	في طفولتي كنت أحب اللعب بمفردي			
21	أنا خجول جداً ولا استطيع الحصول بسهولة على كل ما أريد			
22	أشعر بالضيق إذا اضطررت للدخول إلى محلات العامة بمفردي والتعامل مع من فيها			
23	أتجنب مقابلة مدرسي أو كبار السن الذين يعرفونني في طريق العام			
24	أفضل الامتحانات الشفهية عن التحريرية			
25	يقول الناس عني أنني خجول			
26	لا احب معرفة بعض الأشياء لكي لا يسالني الأخرون			
27	أتصبب عرقا إذا طلب مني الحديث أمام المجموعة			
28	أرتبك عند مواجهة المواقف الصعبة			
29	أجد صعوبة في التحدث امام الأخرين			
30	أحب مواجهة المشكلات والتغلب عليها			

رقم (3)

قائمة بأسماء المحكمين

تم عرض المقياس على مجموع أستاذه جامعيين متخصصين في علم النفس والمناهج وطرق التدريس ممن يعملون في جامعة طرابلس .

ر.ت	اسم الأستاذ	الدرجة العلمية	جهة العمل
1-	عبد السلام سعد ابوعرقوب	أستاذ مساعد	التربية جنزور
2-	آسيا علي المنصوري	محاضر مساعد	التربية جنزور
3-	أشرف مسعود الشول	محاضر	التربية جنزور