الجمهورية الجزائرية الديـمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة المسيلة

كلية الآداب و العلوم الاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطفونيا

الرقم :...../2012

الخجل و علاقته بمفهوم الذات لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة

- تلاميذ السنة الثانية متوسط نموذجا-

مذكرة ضمن متطلبات نيل شهادة الليسانس في علوم التربية

تخصص : التسير و التكوين في قطاع التربية

من إعداد :

- صياد محمد
- حيجولي عبد الرزاق

إشراف الأستاذ :

مصباح جلاب

السنة الجامعية : 2011 - 2012

بسم الله الرحمن الرحيم

شكر و تقدير

مصداقا لقوله تعالى : "لئن شكرتم لأزيدنكم " سورة إبراهيم الآية 7

نحمد الله حمدا كثيرا طيبا مباركا فيه على كل ما منّ علينا من نعم

ونتقدم بوافر الشكر و جزيل العرفان إلى مرشدنا " مصباح جلاب " ، كما نتقدم بالشكر الخالص إلى الأساتذة الذين نهلنا منهم مبادئ العلم و إلى كل الإداريين بقسم علم النفس و الأرطفونيا

ونسجل شكرنا لمتوسطتي الحسن البصري و سيدي عامر الجديدة و خاصة أفراد العينة و نشكر كل من ساهم معنا من قريب أو من بعيد في هذا العمل المتواضع

محمد و عبد الرزاق في 5 جوان 2012

ملخص الدراسة :

تطرقنا في دراستنا الى موضوع الخجل وعلاقته بمفهوم الذات لدى تلاميذ المرحة المتوسطة وبالخصوص السنة الثانية،والتي هدفت الى الكشف عما اذا كانت هناك علاقة بين الخجل ومفهوم الذات،وما اذا كانت هناك فروق بين الجنسين فيما يخص الخجل ومفهوم الذات.

تساؤلات البحث:

- هل هناك علاقة بين الخجل ومفهوم الذات لدى تلاميذ السنة الثانية متوسط.
- هل الاناث أكثر خجلا من الذكور في السنة الثانية متوسط.
- هل توجد فروق بين الجنسين فيما يخص مفهوم الذات لدى تلاميذ السنة الثانية متوسط.

فرضيات البحث:

- هناك علاقة ارتباطية بين الخجل و مفهوم الذات لدى تلاميذ السنة الثانية متوسط.
- الاناث أكثر خجلا من الذكور في في السنة الثانية متوسط.
- توجد فروق بين الجنسين فيما يخص مفهوم الذات لدى تلاميذ السنة الثانية متوسط.

عينة البحث:

تكونت عينة البحث من 36 تلميذ خجول،منهم 17ذكرو19أنثى تتراوح أعمارهم ما بين 12و16 سنة بمتوسطتي الحسن البصري والجديدة ببلدية سيدي عامر ولاية المسيلة.

المنهج المتبع:

المنهج الوصفي الارتباطي

أدوات البحث:

-مقياس الخجل لحسين عبد العزيز الدريني.

مقياس مفهوم الذات ليبرز-هاريس الذي نقله الى العربية جابر عبد الحميد جابر ومديحة محمد العربي.

نتائج البحث:

أسفرت نتائج دراستنا على ما يلي :

- توجد علاقة ارتباطية عكسية بين الخجل ومفهوم الذات.
- لا توجد فروق بين الجنسين فيما يخص الخجل.
- لا توجد فروق بين الجنسين فيما يخص مفهوم الذات.

الفهرس :

الموضوع	الصفحة
مقدمة	أ-ب
الجانب النظري	
الفصل التمهيدي : الإطار العام للدراسة	
1- الإشكالية	05
2- الفرضيات	06
3- أسباب اختيار الموضوع	06
4- أهمية الدراسة	06
5- أهداف الدراسة	07
6- تحديد المفاهيم	07
7- الدراسة السابقة	08
8- التعليق على الدراسات السابقة	18
الفصل الأول : الخجل	
تمهيد	20
1- تعريف الخجل	20
2- تحديد بعض المفاهيم التي لها علاقة بالخجل	21
3- النظريات المفسرة للخجل	22
4- مكونات الخجل	22
5- أنواع الخجل	23
6- أسباب الخجل	24
7- أعراض الخجل	25
8- الوقاية من الخجل	26
9- علاج الخجل	27
خلاصة	29
الفصل الثاني : مفهوم الذات	
تمهيد	31
1- تعريف مفهوم الذات	31
2- تحديد بعض مفاهيم التي لها علاقة بمفهوم الذات	32
3- النظريات المفسرة لمفهوم الذات	32
4- أنواع مفهوم الذات	33
5- أبعاد مفهوم الذات	34

6-	
7- خصائص مفهوم الذات	36
8- وظائف مفهوم الذات	37
9- العوامل المؤثرة في مفهوم الذات	37
10- قياس مفهوم الذات	38
11- العلاقة بين مفهوم الذات والخجل	39
خلاصة	41
الجانب الميداني	
الفصل الثالث : الأسس المنهجية للدراسة	
تمهيد :	44
1- الدراسة الاستطلاعية	44
2- الدراسة الأساسية	44
2-1- منهج الدراسة	44
2-2- مجالات الدراسة	45
2-3- العينة وخطوات اختيارها	45
2-4- أدوات الدراسة	46
2-4-1- مقياس الخجل	46
2-4-2- مقياس مفهوم الذات	47
2-5- طريقة جمع البيانات و تفريغها	48
2-6- الأساليب الإحصائية المستعملة	48
خلاصة	50
الفصل الرابع : عرض و تحليل النتائج	
تمهيد	52
1- عرض ومناقشة النتائج	52
2- تحليل النتائج على ضوء الفرضيات	55
3- تعليق عام عن النتائج	55
خلاصة	56
مقترحات الدراسة	57
خاتمة	58
قائمة المراجع	60
الملاحق	

مقدمة :

يتمايز الناس عن بعضهم البعض بتمايز سماتهم وأمزجتهم النفسية ، فنرى منهم السعيد ،و الحزين و القاسي ،و اللطيف ، كما نرى المنبسط و المنطوي ، كذلك الوقح و الخجول ، وتعد بعض هذه السمات في بداية الأمر طبيعة فإذا زادت عن حدها الطبيعي أصبحت سمة مميزة للشخصية ، كما هو الحال بالنسبة للشخص الذي يشعر بالخجل إزاء مواجهته لمواقف خارجية معينة ،تحدث له اضطرابات سلوكية أنية سلبية ،وتمنعه من التفاعل الايجابي و الطبيعي مع هذه الموقف أو ذلك ،ومن ثم تنعكس الآثار السلبية لهذه السلوكيات لتنال من الجوانب الأخرى للشخصية ، ويلاحظ إن فئة المراهقين أكثر إحساس بالخجل من الفئات الأخرى .

ويعتبر مفهوم الفرد عن ذاته بمثابة الموجه لسلوكاته ،فإذا كان مفهومه عن ذاته ايجابي فانه يسلك سلوكات مقبولة اجتماعيا ،وإذا كان سلبي فان سلوكاته تكون سلبية .

ولقد حاولنا في دراستنا هذه إن نكشف عن العلاقة بين الخجل و مفهوم الذات لدى تلاميذ السنة الثانية متوسط و الفروق بين الجنسين في الخجل ومفهوم الذات . ومن هذا المنطلق تضمنت الدراسة خمسة فصول بين النظري و التطبيقي

1. **الجانب النظري :** وتضمن ثلاث فصول :

التمهيدي : وحددت فيه الإشكال و الفرضيات و أسباب اختيار الموضوع ،كما تم عرض أهمية وأهداف الدراسة وتحديد المصطلحات الواردة في الدراسة ، وكذا أهم الدراسات السابقة .

الفصل الأول : فقد تمحور حول موضوع الخجل ، حيث يتضمن تعريف الخجل وبعض المفاهيم التي لها علاقة بالخجل ، بالإضافة إلى النظريات المفسرة له و مكوناته و أشكاله وكذا أسبابه و أعراضه ، وفي الأخير تم تبيان طرق الوقاية و العلاج من الخجل .

الفصل الثاني : تم تناول موضوع مفهوم الذات حيث حددت عدة تعريفات لمفهوم الذات ،وكذا بعض المفاهيم المرتبطة بهذا المفهوم ، إضافة إلى هذا تم تناول أهم النظريات المفسرة لمفهوم الذات ، مرورا بأنواعه وكذا أبعاد و خصائصه و وظائفه و العوامل المؤثرة في تكوينه ،إضافة إلى طرق قياسية ،انتهاء بالعلاقة بين مفهوم الذات و الخجل .

الجانب الميداني : وتضمن فصلين :

الفصل الثالث : فقد تم التطرق فيه إلى الأسس المنهجية و الإجراءات الميدانية للدراسة ، بحيث تم تناول منهج الدراسة ومجلات الدراسة ، وكذا أدوات الدراسة وطريقة جمع البيانات وتفريغها ، وفي الأخير تم تبيان الأساليب الإحصائية المستخدمة في هذه الدراسة .

الفصل الرابع : تم عرض وتحليل النتائج المتوصل إليها من خلال الدراسة الميدانية ، و تطبيق أدوات الدراسة ، ومناقشة النتائج على ضوء الفرضيات

وفي ختام الدراسة تم التوصل و الخروج ببعض الاقتراحات التي من شانها أن تساهم في خدمة المؤسسات التربوية وخاصة التلاميذ الخجولين .

الجانب النظري

الفصل التمهيدي

الاطار العام للدراسة

- الاشكالية
- الفرضيات
- أسباب إختيار الموضوع
- أهمية الدراسة
- أهداف الدراسة
- تحديد المفاهيم
- الدراسات السابقة
- التعليق على الدراسات السابقة

1- الإشكالية :

حياة الإنسان عبارة عن سلسلة متصلة من المتوافقات البيولوجية و الاجتماعية و السيكولوجية يسعه من خلالها التكيف سواء على المستوى الشخصي أو ما يتصل بالحياة الاجتماعية حيث يقول فهمي
(إن التكيف الشخصي هو أن يكون الفرد راضيا عن نفسه غير كاره لها أو نافرا منها أو ساخط عليها أو غير واثق فيها ، و التكييف الاجتماعي يعني قدرة الفرد على أن يعقد صلات اجتماعية راضية مرضية مع من يعاشرونه أو يعملون معه من الناس) (النملة ، 2005، 3).
بالرغم من هذا فان الإنسان معرض لمشكلات سوء التكييف و الذي قد يبدوا في ظهور مشكلة ما تكون لها انعكاساتها المختلفة سواء على المستوى الشخصي أو الاجتماعي ومن بين هذه المشاكل نجد مشكلة العدوانية و الانطواء، الغضب، القلق، الاكتئاب، الخجل، هذا الأخير الذي يعاني منه الكثير حيث تعتبره حنان بنت اسعد محمد خوج بأنه معاناة نفسية تتحكم وتستبد بصاحبها إلى درجة تشل بها المواهب و تجعل سلوكه الاجتماعي ضئيل الإنتاج ضعيف الأثر (حنان، 2002، 03).
وقد ذهب وليام مكدوجل (MC DOGELL) إلى آن الخجل << ظرف انفعالي يتسم بعدم الارتياح و التحرج و الكف عن وجود الآخرين >> (مايسة و مدحت ،1999، 05).
ويرى خبراء النفس أن حوالي 10 إلى 15 % من الأطفال يولدون ولديهم ميل و استعداد لان يكونوا خجولين بصورة غير طبيعية، بينما الباقون خجولين إما لأنهم بدون مهارات اجتماعية أو بسبب الخوف من عدم تقبل الآخرين لهم ، أو الخوف من تعرضهم لسخرية من الآخرين مما يدل على فقدان الثقة بالنفس و الذات (موقع انترنت).
وتوجد عدة دراسات تناولت مشكلة الخجل منها دراسة كروزير (crozier) سنة 1995 التي توصل من خلالها إلى أن أطفال المرحلة الابتدائية أقل خجلا من المراهقين وأن المراهقين أكثر شعورا بالخجل ومعاناة منه عن الأطفال .
و قد توصلت العديد من الدراسات مثل دراسة كل من بريجز وشيك وبص 1980 (briggs.chek.buss) ودراسة ايزنك 1982 (eysenk)، ودراسة دانيلز بلومين 1985 (daniels plomin) إلى وجود ارتباط سالب بين الخجل و الانبساط كما توصل ايزنك 1982 (eysenk) إلى وجود ارتباط موجب بين العصبية و الخجل الاجتماعي (مايسة، مدحت، 1999، 60).
و الدراسة الحالية تهدف إلى معرفة بين الخجل ومفهوم الذات، هذا الأخير الذي يتمثل في المفهوم الذي يكونه الفرد عن نفسه على غير قصد منه أثناء تفاعله مع البيئة،معنى ذلك أن مفهوم الذات ينمو مع تفاعل الفرد مع البيئة ولا نستطيع أن ندرك الذات إلا من خلال علاقة الفرد بالعالم الخارجي وكلما تعددت التجارب التي يقوم بها أثناء نشاطاته فانه يكون فكرة عن قدراته ثم تبلور إلى فكرة عن ذاته و أيضا عن

ذوات الآخرين . وأوضحت دراسة حامد عبد السلام زاهر إن مفهوم الذات يرتبط ارتباطا جوهريا موجبا بكل المتغيرات :
الدفاع و القبول الاجتماعي و الرغبة الاجتماعية، و الواقعية و إقامة علاقات طيبة مع الجماعة، والراحة النفسية، والبهجة، و القيادة والتوافق الشخصي و الاجتماعي والدراسي والانفعالي و الصحي و القدرة الأكاديمية والموائمة الاجتماعية و القيم الاجتماعية الإنسانية وتنوع الميول و الرضا بالوضع الراهن ومراعاة ما يهم الآخرين، والعلاقات الأسرية المتوافقة والشعور بالمن والطمأنينة وقوة الأنا الأعلى والصحة النفسية والتوافق السليم والتسامح ووضوح الفكر (دويدار،1999، 73).
ويتعرض المراهق إلى تغيرات جسمية وانفعالية واجتماعية كثيرة مما يمتد تأثيرها إلى شخصية الفرد في المراحل النمائية التي تلي ما سبق عرضه يمكننا طرح التساؤلات التالية :
- هل هناك علاقة بين الخجل ومفهوم الذات لدى تلاميذ السنة ثانية متوسط ؟
- هل الإناث أكثر خجلا من الذكور في السنة الثانية متوسط ؟
- هل توجد فروق بين الجنسين فيما يخص مفهوم الذات لدى تلاميذ السنة الثانية متوسط ؟

2- الفرضيات :

- للإجابة على التساؤلات وضعنا الفرضيات التالية :
- هناك علاقة ارتباطيه بين الخجل ومفهوم الذات لدى تلاميذ السنة ثانية متوسط
- الإناث أكثر خجلا من الذكور في السنة الثانية متوسط.
- يوجد فروق بين الجنسين في مفهوم الذات لدى تلاميذ السنة الثانية متوسط .

3- أسباب اختيار الموضوع :

إن اختيار الباحث لمشكلة مادون سواها له مبرراته وأسبابه ، وتعتبر الأخيرة دوافع محفزة على اختيار موضوع جدير بالدراسة ،ومن بين الأسباب و المبررات نذكر :
إحساسنا بالآثار السلبية التي يعاني منها التلاميذ الخجولون مع زملائهم وأساتذتهم ومحيطهم المدرسي و الاجتماعي.
- انتشار هذه الظاهرة وتفشيها بصورة واضحة في المؤسسات التربوية .
- الوعي و الشعور بأهمية الكشف عن الخجل، ومحاولة علاجه أو التخفيف من حدته باعتباره يقف عائق في طريق طالب العلم.

4- أهمية الدراسة :

- تستمد الدراسة أهميتها من طبيعة الموضوع المتناول في حد ذاته من جهة، ومن نوع المشكلات التي تطرح للتمحيص و التقصي من جهة أخرى، وهذا ويمكن حصر أهمية الموضوع فيما يلي:

- لفت الأنظار لهذه الفئة من المجتمع و الاهتمام بها أكثر سواء من طرف الأسرة أو من المدرسة لنا لهذا الاضطراب من نتائج بعيدة المدى على جميع جوانب حياة التلميذ خاصة التعليمية.

كما تتوقف أهمية هذا الموضوع على قيمة العلمية وما يمكن أن يقدمه من نتائج يستفيد منها المدرسون.

- محاولة إيجاد حلول تساهم في الخفض من الخجل
- مساعدة الوالدين على إيجاد حلول لهذا الاضطراب وكيفية التعامل الأطفال الذين يعانون منه

5- أهداف الدراسة :

إن لكل دراسة غايات ترجى من ورائها، وأهداف تسعى إلى تحقيقها من اجل تقديم بديل، أو تعديل مال هو موجود ويبقى إعطاء الأجوبة عن الأسئلة التي تطرحها المشكلة هدف كل دراسة، ويمكن تلخيص أهداف هذه الدراسة في :

- توفير أكبر قدر من المعلومات عن الخجل وكذا مفهوم الذات لدى تلاميذ مرحلة المتوسط
- التعرف على العلاقة بين الخجل و مفهوم الذات
- محاولة المقارنة بين الجنسين فيما يخص كل من الخجل و مفهوم الذات

6- تحديد المفاهيم :

6-1- الخجل :

6-1-1- لغة :

خجل : من اضطراب وبهت من الحياء <<عيروه بما يخجل منه >>

خجل : حياء (خجل فتاة) ما يعتري الإنسان من إحساس بالنقص و الانحطاط أو من شعور اليم الصادر عن خطا ارتكبه ،عن إذلاله أمام الآخرين ومهانته في نظرهم أو عن الخوف من العار (نعمة وآخرون ،2000 ، 366).

6-1-2 اصطلاحا:

تتعدد التعاريف الخاصة بالخجل وعليه سنأخذ التعريف الآتي وهو تعريف حسين عبد العزيز الدريني << انه الميل إلى تجنب التفاعل الاجتماعي مع المشاركة في المواقف الاجتماعية بصورة غير مناسبة>>. (الدريني،د ت ،06)

6-2- مفهوم الذات :

6-2-1- لغة :

ذات : مثناه ذاتا وذواتا (ج) ذوات

- مؤنث (ذو) بمعنى صاحب
- ذات الشيء : نفسه ،عاد ذات الرجل ،وجاء العميد ذاته، بذاته .(العمايد و آخرون،1989، 477).

6-2-2- اصطلاحا:

نأخذ من بين يدي التعريفات الخاصة بمفهوم الذات ، تعريف محمد عماد الدين إسماعيل: << انه ذلك المفهوم الذي يكونه الفرد عن نفسه باعتباره كائنا بيولوجيا اجتماعيا أي باعتباره مصدرا للتأثير و التأثير بالنسبة للأخر>>

أو بعبارة سلوكية هو ذلك التنظيم الإدراكي الانفعالي الذي يتضمن استجابات الفرد نحو نفسه ككل كما يظهر ذلك في التقدير اللفظي الذي يحمل صفة من الصفات على الضمير المتكلم ، (دويدرا ،1999 ، 31).

6-2-3- إجرائيا:

مفهوم الذات هو إدراك الفرد لذاته ويتحدد بمجموع الاستجابات التقريرية للفرد عند ما تنطبق عليه فقرات مقياس مفهوم الذات لبيرز-هاريس التي تعكس مفهوم ذات مرتفع وعدم انطباقها عليه تعكس مفهوم ذات منخفض .

6-3- المرحلة المتوسطة:

هي المدة الدراسية التي تمتد من السنة الأولى متوسط إلى الرابعة متوسط، و التلميذ في هذه المرحلة يكون قد دخل في مرحلة المراهقة ولقد اخترنا منهم السنة الثانية للقيام بهذه الدراسة

7- الدراسات السابقة :

تعتمد أية دراسة على تراكم الخبرة الإنسانية من البحوث و الدراسات السابقة ومن النادر أن يبدأ الباحثون من فراغ ،وبصفة خاصة في العلوم الإنسانية وفيما يلي استعراض لبعض الدراسات المتعلقة بمتغيرات دراستنا هذه .

7-1 الدراسة الأولى :/ قام بها كل من مايسه احمد النيال ومدحت عبد الحميد أبو زيد في 1999م بالإسكندرية

- **عنوان الدراسة** : الخجل وبعض أبعاد الشخصية .

- **طبيعة الدراسة** : دراسة مقارنة في ضوء عوامل الجنس ، العمر ، والثقافة .

- **إِشكالية الدراسة** : ما هي التأثيرات العوامل التجريبية الثلاثة (عامل الجنس ،عامل العمر ،عامل الثقافة). في أداء الأفراد على متغيرات الخجل وبعدي الشخصية ،وهل تأثير هذه العوامل منفردة يتفق أم يختلف عن تأثيرها متفاعلة ومتداخلة ،ومندمجة ومشتركة معا ، وهل ترتبط بعدي الشخصية الانبساط ، والعصبية ، وهل يختلف النسق ألارتباطي لدى عينات الطفولة و المراهقة أو الذكور أو الإناث أو الريف أو الحضر أو العينة الكلية وكذلك الحال ، هل يختلف البناء ألعاملي من عينة لأخرى أم إن المتغيرات الدراسة يمكنها أن تتصدى للتغيرات النوعية أو العمرية و الثقافية ؟

- **فروض الدراسة** :

1) يوجد فرق جوهري في الخجل وبعدي الانبساط والعصبية يرجع لتأثير عامل الجنس لصالح الإناث

2) يوجد فرق جوهري في الخجل وبعدي الانبساط والعصبية يرجع لتأثير عامل المرحلة العمرية لصالح مرحلة المراهقة .

3) يوجد فرق جوهري في الخجل وبعدي الانبساط والعصبية يرجع لتأثير عامل الثقافة البيئية ، بفرده لصالح عينة الريف

4) توجد تأثيرات جوهرية ترجع لتفاعل عوامل الدراسة الثلاثية معا واندماجها على المستوى بين الثنائي و الثلاثي في الخجل وبعدي الانبساط و العصبية

5) توجد علاقة ارتباطيه بين الخجل و الانبساط و الاتزان الانفعالي لدى عينات الدراسة

6) يختلف التركيب ألعاملي لمتغيرات الدراسة باختلاف العينات وتنوعها وفقا لعوامل الجنس ،والعمر ،والثقافة........ويتوقع أن يحتوي البناء ألعاملي لمغيرات الدراسة على الدراسة على عامل الخجل لدى العينة الكلية

منهجية الدراسة :

منهج الدراسة : وصفي ارتباطي

أدوات الدراسة :

- قائمة مراجعة أعراض الخجل أعدها الباحثان .
- مقياس الخجل الذات أعده الباحثان
- مقياس الخجل الاجتماعي أعده الباحثان
- مقياس الخجل الجنسي أعده الباحثان

- مقياس الانبساط و العصبية من استخبار ايزنك للشخصية للأطفال و المراهقين.وضع مانز ايزنك ،وسبيل ايزنك ،ترجمة : احمد عبد الخالق .

عينة الدراسة : بلغت العينة الكلية (508) منها 221 ذكور و 247 إناث.

نتائج الدراسة :

1) تحقق الفرض الأولى بنسبة 50 %
2) تحقق الفرض الثاني بنسبة 60 %
3) تحقق الفرض الثالث بنسبة 90 %
4) تحقق الفرض الرابع بنسبة 45 %
5) تحقق الفرض الخامس بنسبة 67 %
6) تحقق الفرض السادس بنسبة 100 % (مايسة،مدحت ،1999) .

2-7 الدراسة الثانية : قام بها فتحي مصطفى الزيات في 2001 بمكة المكرمة .

عنوان الدراسة : دراسة تحليلية لأبعاد مفهوم الذات في علاقتهما بالتحصيل الدراسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية .

إشكالية الدراسة:

- إلى أي مدى تختلف أبعاد مفهوم الذات لدى كل من المتفوقين و المتخلفين دراسيا ؟
- ما مدى اختلاف متوسطات دراجات مفهوم الذات وأبعاده باختلاف مستويات التحصيل الدراسي ؟
- إلى أي مدى يمكن اعتبار التحصيل الدراسي سببا ومفهوم الذات نتيجة ؟ والى أي مدى يمكن اعتبار مفهوم الذات سببا و التحصيل الدراسي نتيجة ؟
- هل تختلف القيمة التنبيئية لأي من المتغيرات باختلاف كونه سبب أو نتيجة ؟

فروض الدراسة :

تختلف متوسطات درجات مفهوم الذات و أبعاده في اختلاف مستويات التحصيل الدراسي لفروق ذات دلالة إحصائية بين مفهوم الذات الأكاديمي ومفهوم الذات الاجتماعي (الأسرة و الأقران) لدى المتخلفين دراسيا .

تختلف متوسطات درجات أبعاد مفهوم الذات باختلاف كل من السن و الصف الدراسي بفروق ذات دلالة لصالح كل من السن و الصف الأصغر .

القيمة التنبيئية للعلاقة بين التحصيل الدراسي و مفهوم الذات باعتبار التحصيل سببا وراء مفهوم الذات أكبر من اعتباره نتيجة له .

منهجية الدراسة :

أدوات الدراسة :

- مقياس تقدير الذات من إعداد فتحي الزيات .
- التحصيل الدراسي خلال الفصلين الدراسيين 1985

عينة الدراسة: تتكون من 206 من تلاميذ مدرسة منارة مكة وابن القيم الابتدائيتين، أعمارهم من 9 إلى 12 سنة وكان توزيعهم على النحو التالي: الصف الرابع 89، و الصف الخامس 65 و الصف السادس 52.

نتائج الدراسة :

- **بالنسبة للفرضية الأولى**

1) إن الفرضية الأولى قد تحققت، فالتبيان بين أزواج مجموعات المتفوقين و العاديين و المتخلفين دراسيا أكبر من التبيان داخل كل منها بفروق ذات دلالة إحصائية عند اقل من 0.05 لصالح المجموعات ذات المستوى ألتحصيلي الأفضل.
2) إن أكبر تبيان بين المجموعات هو المفهوم العام للذات يليه مفهوم الذات الأكاديمي ، وأن أصغر تبيان بين هذه المجموعات في بعد الأقران
3) أن مقياس تقدير الذات المستخدم في هذه الدراسة قد ميز بفروق إحصائية ذات دلالة في الدرجة الكلية وفي جميع الأبعاد بين المجوعات الثلاث مما يشير إلى صدقه التنبؤي.
4) أن مفهوم الذات لدى المتفوقين دراسيا أعلى منه لدى كل من العاديين و المتخلفين دراسيا بفروق ذات دلالة إحصائية .

بالنسبة للفرضية الثانية :

دلالة الفروق المتوسطات بين مفهوم الذات الأكاديمي ومفهوم الذات الاجتماعي لدى المتفوقين دراسيا .

- بالنسبة للفرضية الثالثة:

عدم دلالة هذه الفروق لدى المتخلفين دراسيا .

- بالنسبة للفرضية الرابعة:

دلالة الفروق بالنسبة لبعدي مفهوم الذات الأكاديمي و العام ، وعدم دلالتها بالنسبة لمفهوم الذات الاجتماعي ، كما يتمثل في بعدي الأسرة و الأقران ، وكذا بالنسبة للدرجة الكلية لمفهوم الذات .

- بالنسبة للفرضية الخامسة:

تتحقق فرضية أن القيمة التنبيئية باعتبار أن التحصيل الدراسي سببا و مفهوم الذات نتيجة ، اكبر من اعتبار الأخير سببا و التحصيل الدراسي نتيجة (الزيات ، 2001)

7-3- الدراسة الثالثة : قامت بها حنان بنت اسعد محمد خوج في 2002 بمدينة مكة المكرمة .

عنوان الدراسة : الخجل و علاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية وأساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة .

إشكالية الدراسة:

1- هل توجد علاقة بين الخجل و الشعور بالوحدة النفسية و أساليب المعاملة الوالدية لدى طالبات المرحلة المتوسطة ؟

2- هل يختلف كل من الخجل و الشعور بالوحدة النفسية لدى طالبات المرحلة المتوسطة باختلاف العمر الزمني ؟

- **فروض الدراسة** :

1- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائية بين الدرجات التي تحصلت عليها الطالبات من عينة الدراسة على مقياس الخجل و الدرجات التي يحصلن عليها على مقياس الوحدة النفسية .

2- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائية بين الدرجات التي يحصلن عليها على مقياس أساليب المعاملة الوالدية .

3- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائية بين الدرجات التي تحصلت عليها الطلبات من عينة الدراسة على مقياس الشعور بالوحدة النفسية و الدرجات التي يحصلن عليها على مقياس أساليب المعاملة الوالدية

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجات التي تحصلت عليها الطالبات من عينة الدراسة في مقياس الخجل ترجع إلى متغير العمر.

5- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الدرجات التي تحصلت عليها الطالبات من عينة الدراسة في مقياس الشعور بالوحدة النفسية ترجع إلى متغير العمر

- **منهجية الدراسة** :

المنهج المتبع : المنهج الوصفي ألارتباطي .

أدوات الدراسة :

- مقياس الخجل للدريتي (د ،ت)
- مقياس الشعور بالوحدة النفسية للدسوقي (1998)
- مقياس أساليب المعاملة الوالدية للنفيعي (1997)

عينة الدراسة : شملت عينة الدراسة 484 طالبة من طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة .

نتائج الدراسة :

1- توجد علاقة ارتباطيه موجبة ذات دلالة إحصائية بين الخجل و الشعور بالوحدة النفسية لدى من طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة

2- توجد علاقة ارتباطيه موجبة ذات دلالة إحصائية بين (الأسلوب العقابي) للأب و الخجل لدى العينة الكلية عند مستوى دلالة (0.05) وبين (الأسلوب العقابي) للأم و الخجل لدى العينة الكلية عند مستوى دلالة (0.01) وبين (أسلوب سحب الحب) للأب و للأم و الخجل لدى العينة الكلية عند مستوى دلالة (0.001) كما توجد علاقة ارتباطيه سالبة ذات دلالة إحصائية بين (أسلوب التوجيه و الإرشاد) للأب و للأم و الخجل لدى العينة الكلية عند مستوى دلالة (0.01).

3- لا توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين (الأسلوب العقابي) للأب و للأم و الشعور بالوحدة التقنية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة لمدينة مكة المكرمة ، كما توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين (أسلوب سحب الحب) للأب و الشعور بالوحدة النفسية لدى العينة الكلية بينما توجد علاقة ارتباطيه سالبة ذات دلالة إحصائية بين (أسلوب سحب الحب) للأم و الشعور بالوحدة النفسية لدى العينة الكلية عند مستوى دلالة (0.01) ، كما توجد علاقة ارتباطيه سالبة ذات دلالة إحصائية بين (أسلوب التوجيه و الإرشاد) للأب و للأم و الشعور بالوحدة النفسية الكلية عند مستوى دلالة (0.01) .

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجات التي حصلت عليها أفراد العينة طالبات المرحلة المتوسطة في مقياس الخجل ترجع لمتغير العمر.

5- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية للدرجات التي تحصلت عليها أفراد العينة من طالبات المرحلة المتوسطة في مقياس الشعور بالوحدة النفسية ترجع لمتغير العمر.(حنان، 2002)

7-4 الدراسة الرابعة : قام بها عواض محمد عويض الحربي سنة 2003 بالرياض

عنوان الدراسة : العلاقة بين مفهوم الذات و السلوك العدواني لدى الطلاب الصم .

طبيعية الدراسة: دراسة مقارنة بين معهد وبرنامجي الأمل بالمرحلة المتوسطة.

إشكالية الدراسة:

- هل توجد علاقة بين مفهوم الذات و السلوك العدواني لدى طلاب الصم البكم في المرحلة المتوسطة ؟
- هل توجد فروق بين طلاب معهد و برنامجي الأمل الملحقة للصم في مفهوم الذات ؟
- هل توجد فروق بين طلاب معهد و برنامجي الأمل الملحقة للصم في السلوك العدواني ؟
- هل توجد فروق بين الصم في مفهوم الذات و السلوك العدواني حسب مستوى تعلم الأب
- هل توجد فروق بين الصم في مفهوم الذات و السلوك العدواني حسب مستوى تعلم الأم؟
- هل توجد فروق بين الصم في مفهوم الذات و السلوك العدواني حسب المستوى الاقتصادي ؟

منهجية الدراسة :

المنهج المتبع : المنهج الوصفي

أدوات الدراسة :

- مقياس مفهوم الذات من إعداد الباحث .
- مقياس السلوك العدواني أعده بص (bass) 1992 ،وعربه كل من معتز عبد الله و صالح أبو عباد 1995 ،بعد إجراءات تعديلات عليه من قبل الباحث يتناسب مع فئة الصم .
- استمارة معلومات من إعداد الباحث .

عينة الدراسة : جميع الطلاب الصم بالصف الثاني و الثالث متوسط بمعهد الآمل و برنامج الأمل الملحقان بمدارس التعليم العام بلغ عددهم 81 طالب تتراوح أعمارهم بين 12-13 سنة .

نتائج الدراسة :

- توجد علاقة ارتباطيه سالبة عند المستوى (0.001) بين مفهوم الذات و السلوك العدواني لدى الطلاب الصم .
- لا توجد فروق بين الطلاب الصم في مفهوم الذات تبعا للبيئة التربوية ،معهد و برنامجي الأمل الملحقان

- توجد فروق بين الطلاب الصم في السلوك العدواني تبعا للبيئة التربوية لصالح طلاب برنامجي الأمل الملحقة عند المستوى (0.05) .
- توجد فروق بين الطلاب الصم في مفهوم الذات تبعا الأب لصالح أبناء الآباء الذين مستوى تعليم أمي وثانوي .
- لا توجد فروق بين الطلاب الصم في مفهوم الذات و السلوك العدواني حسب تعليم الأم و المستوى الاقتصادي (عواض،2003) .

7-5- **الدراسة الخامسة** : قام بها عبد الرحمن بن سلمان النملة في 2005 بالرياض

عنوان الدراسة : الخجل أسبابه و علاجه (برنامج عملي)

طبيعة الدراسة : ميدانية تجربيه

إشكالية الدراسة : ما مدى فاعلية البرنامج العلاجي النفسي الإسلامي في إكساب الفرد الخجول مهارات اجتماعية ، وهل يؤدي إلى خفض مستوى لديه ؟

فروض الدراسة :

الفرض الرئيسي: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مقدار التغير في حال الخجل وذلك لصالح المجموعة التجريبية .

الفروض الفرعية:

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مقدار التغير في حالة عدم الشعور بالارتياح الشخصي وذلك لصالح المجموعة التجريبية.
2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مقدار التغير في حالة الهروب من المواقف الاجتماعية لصالح المجموعة التجريبية.
3- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مقدار التغير في حالة صعوبة التعبير عن الذات وذلك لصالح المجموعة التجريبية

منهجية الدراسة :

المنهج المتبع : المنهج التجريبي .

أدوات الدراسة :

- مقياس الخجل الذي أعده الشناوي .
- برنامج علاجي نفسي إسلامي معد من طرف الباحث

عينة الدراسة : تتكون عين الدراسة من (50) فرد قسمت إلى مجموعتين : مجموعة تجريبية (25) فرد تلقى العلاج بتطبيق البرنامج العلاجي ومجموعة ضابطة (25) فرد لا تتعرض لأي إجراء علاجي .

نتائج الدراسة: الفرض الرئيسي : توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة أقل من (0.01) بين القياس القبلي و ألبعدي لدرجات أفراد المجموعة التجريبية على مقياس الخجل .

الفروض الفرعية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة أقل من (0.01) بين القياس القبلي و ألبعدي لدرجات أفراد المجموعة التجريبية على بعد عدم الشعور بالارتياح الشخصي .
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة أقل من (0.01) بين القياس القبلي و ألبعدي لدرجات أفراد المجموعة التجريبية على بعد الهروب من المواقف الاجتماعية
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة أقل من (0.05) بين القياس القبلي و ألبعدي لدرجات أفراد المجموعة التجريبية على بعد صعوبة التعبير عن مجموعات الذات (النملة ، 2005) .

6-7 **الدراسة السادسة** : قام بها صديق بلحاج في 2007 بالجزائر .

عنوان الدراسة : اثر مفهوم الذات العام و الأكاديمي على التحصيل الدراسي للمراهقين

تساؤلات الدراسة :

1- هل يؤثر مفهوم الذات العام في التحصيل الدراسي ؟
2- هل يؤثر مفهوم الذات الأكاديمي في التحصيل الدراسي ؟
3- هل توجد فروق في مفهوم الذات العام بين الذكور و الإناث ؟
4- هل توجد فروق في مفهوم الذات الأكاديمي بين الذكور و الإناث ؟
5- هل توجد فروق في التحصيل الدراسي بين الذكور و الإناث ؟
6- هل هناك علاقة تفاعلية بين الجنس ومفهوم الذات العام في تأثيرها على التحصيل الدراسي ؟
7- هل هناك علاقة تفاعلية بين الجنس ومفهوم الذات الأكاديمي في تأثيرها على التحصيل الدراسي ؟

فروض الدراسة :

1- يختلف التحصيل الدراسي لتلميذ المراهق حسب مفهوم الذات العام لديه .
2- يختلف التحصيل الدراسي لتلميذ المراهق حسب مفهوم الذات الأكاديمي لديه

3- توجد فروق جوهرية في مفهوم الذات العام بين الذكور و الإناث في مرحلة المراهقة .
4- توجد فروق جوهرية في مفهوم الذات الأكاديمي بين الذكور و الإناث في مرحلة المراهقة .
5- توجد فروق جوهرية في التحصيل الدراسي بين الذكور و الإناث في مرحلة المراهقة .
6- هناك علاقة تفاعلية بين كل من مفهوم الذات العام و الجنس في تأثيرها على التحصيل الدراسي .
7- هناك علاقة تفاعلية بين كل من مفهوم الذات الأكاديمي و الجنس في تأثيرها على التحصيل الدراسي .

منهجية الدراسة :

أدوات الدراسة :

مقياس مفهوم الذات العام 1958 lipritt .1.p

مقياس مفهوم الذات الأكاديمي أعده عبد الهادي السيد و فاروق السيد عثمان .

- كشوف النقاط للعام الدراسي 2006/2005

عينة الدراسة : تكونت من 294 متمدرسا 150طالبا و 144 طالبة تراوحت أعمارهم ما بين 15 و 17 سنة.

نتائج الدراسة :

- تحققت الفرضية الأولى أي انه يختلف التحصيل الدراسي للتلميذ المراهق حسب مفهوم الذات العام لديه
- تحققت الفرضية الثانية حيث أن التحصيل الدراسي يختلف حسب مستويات مفهوم الذات الأكاديمي .
- لم تتحقق الفرضية الثالثة ، أي لا يوجد فرق دال بين في مفهوم الذات العام بين الذكور و الإناث في مرحلة المراهقة .
- تحققت الفرضية الرابعة أي هناك اختلاف دال بين الجنسين في مفهوم الذات الأكاديمي لصالح الإناث .
- يوجد اختلاف بين الجنسين في التحصيل الدراسي بحيث جاءت هذه الفروق لصالح الإناث على حساب الذكور و بالتالي تحققت الفرضية الخامسة .
- لم تتحقق الفرضية السادسة فيما يخص العلاقة التفاعلية بين الجنسين و مفهوم الذات العام في تأثيرها على التحصيل الدراسي .

- ليست هناك علاقة تفاعلية بين مفهوم الذات الأكاديمي و الجنس في تأثيرها على التحصيل الدراسي ، ومنه الفرضية السابعة لم تتحقق . (بلحاج ، 2007)

8- التعليق على الدارسات السابقة :

من خلال عرضنا للدارسات السابقة التي تناولت بعضها متغير الخجل و البعض الأحر متغير مفهوم الذات فبالنسبة لمتغير الخجل هناك دراسة مايسة احمد النيال التي تناولت الخجل و بعض أبعاد شخصية واشتركت مع الدراسة الحالية في متغير الخجل وبعض الأساليب الإحصائية مثل اختبار (ت) لدلالة الفروق ، غير أنها اعتمدت على عينة من الأطفال و المراهقين . إلا أننا اعتمدنا على عينة المراهقين فقط.

أما دراسة حنان بنت أسعد محمد خوج فاشتركنا معها في متغير الخجل غير أنها اعتمدت على عينة من طالبات المرحلة المتوسطة وهذا ما يختلف مع عينة الدراسة الحالية التي شملت الجنسين في المرحلة المتوسطة .

وهدفت دراسة عبد الرحمن سلمان النملة إلى تصميم برنامج علاجي نفسي إسلامي للخجل وبهذا تشترك مع الدراسة الحالية في متغير الخجل واختلفت في العينة حيث اشتملت عينته على تلاميذ المرحلة الثانوية في حين ان عينتنا اشتملت على تلاميذ المرحلة المتوسطة .أما بالنسبة لمتغير مفهوم الذات فهناك دراسته فتحي مصطفى الزيات التي اشتركت مع دراستنا الحالية في متغير مفهوم الذات بينما اختلفت في أن دراسته ربطت هذا المتغير بالتحصيل الدراسي لتلاميذ المرحلة الابتدائية على خلاف الدراسة الحالية التي ربطته بالخجل لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة .

وفي دراسة عواض محمد بن عويض الحربي التي تناولت مفهوم الذات وعلاقته بالسلوك العدواني لدى الصم في المرحلة المتوسطة وبهذا تختلق هذه الدراسة عن الدراسة الحالية في أنها تسعى للكشف عن علاقته بمتغير الخجل لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة .اشتركت دراسة صديق بلحاج مع دراستنا في مفهوم الذات و في العينة حيث كلا الدراستين طبقت في مرحلة المراهقة غير أنها اختلفنا في المتغير الثاني حيث ربطه بالتحصيل الدراسي أما دراستنا الحالية ربطته بالخجل وهناك أيضا اختلاف في المنهج حيث اتبع المنهج المقارن بينما اعتمدنا على المنهج الوصفي .

لقد كانت الدراسات السابقة مرتعا خصبا نهات منه الدراسة الحالية حيث أفادتنا في توضيح الرؤية أكثر جول كل من الخجل و مفهوم الذات ، وان كل هذه الدراسات ربطت أما متغير الخجل ومفهوم الذات بمتغيرات أخرى في حين أن الدراسات هذه حاولت معرفة العلاقة بين الخجل و مفهوم الذات .

الفصل الأول

الخجل

تمهيد

- **تعريف الخجل**
- **تحديد بعض المفاهيم التي لها علاقة بالخجل**
- **النظريات المفسرة للخجل**
- **مكونات الخجل**
- **أنواع الخجل**
- **أسباب الخجل**
- **أعراض الخجل**
- **الوقاية من الخجل**
- **علاج الخجل**

خلاصة

تمهيد :

رعاية الأطفال واجبة ،وحمايتهم أمانة ،والحفاظ على سلامتهم وصحتهم البدنية والنفسية مسؤولية عظيمة وإذا كان اعتلال صحتهم البدنية يشكل خطرا كبيرا عليهم وعلى مجتمعهم ، فان اعتلال صحتهم النفسية اخطر ،لما يترتب على ذلك من أثار تحول دون تحقيق الصحة النفسية لهم ،مما يهدد حاضرهم ومستقبلهم لذلك وجب الاهتمام بصحتهم النفسية من خلال الكشف على مختلف الاضطرابات التي يعانون منها خاصة اضطراب الخجل والذي هو عبارة عن استحياء شديد في غير موضع الحياء ،ومعه حيرة وتردد وعجز وتلعثم ،وقد تنامي الاهتمام به وهذا من خلال ماتطرقت إليه العديد من الدراسات خاصة لدى المهتمين بالتربية وعلم النفس .

1ـ تعريف الخجل :

تباينة وجهات النظر الخاصة بمفهوم الخجل نظرا لطبيعته المركبة ،ولقد عرفه السمادوني بأنه ((تأثر انفعالي بالآخرين في المواقف الاجتماعية)) (حنان 11،2000). أما البهي فيرى أن الخجل هو ((حالة انفعالية قد يصاحبها الخوف عندما يخشى الفرد الموقف الراهن المحيط به)) .(عبد المعطي ،234،2001) وقد اتفق هذا التعريف مع ما أورده جونز وبويجز (1987) ((في أن الخجل يظهر في صورة خوف أو رعب أو صمت عن الحديث)) (مايسه ومدحت ،06،1999) وأشار الشناوي إلى الخجل ((الخجل يقع على طرف خط متدرج تقع المكابرة على طرفه الآخر ،وكلتا هما صفتان مذمومتان ،على حين يقع الحياء في وسطه وهو صفة كريمة)) (النملة ،23،2005).

ويعرف الخجل في ضوء هدي الإسلام بأنه ((حلة من الحياء المفرط الذي يدعو إلى الحيرة والاضطراب وهو أمر مذموم يدل على الضعف ،ويجب أن لا يتصف به الإنسان لأنه يعوق عن تحقيق الطموحات سواء على المستوى التعليمي أو المهني)) (النملة ،68،2005) .

كما يطلق على حالة الخجل الشديد اضطراب التجنب ،فالطفل الخجول عادة يتحاشى الآخرين،ويتم ترويعه بسهولة ولا يثق بالغير ،وهو متردد في الإقدام والالتزام ،ولا يميل إلى المشاركة في المواقف الاجتماعية مفضلا البعد أو الصمت أو الحديث المنخفض أو الانزواء (الشربيني ،104،1994) ،ويعرفه عبد الرحمان ابن سلمان النملة بأنه ((خلل انفعالي له دور الحيلولة دون اندماج الفرد في المجتمع ،يدل عليه من خلال ردود فعله المختلفة سواء على المستوى الفسيولوجي أو المعرفي أو السلوكي)) (النملة ،68،2005).

كما يعرف الخجل عند علماء النفس وعلماء الاجتماع بأنه مرض اجتماعي ونفسي يسيطر على مشاعر وأحاسيس الفرد من طفولته ،فيؤثر فيه ،ويؤدي إلى بعثرة طاقته الفكرية ويشتت امكناته الإبداعية وقدراته العقلية ويشمل قدرته على السيطرة في سلوكه وتصرفاته اتجاه المجتمع الذي يعيش فيه (الهبهاب وآخرون ،د ت 03).أما

حسين عبد العزيز الدريني فيرى أن الخجل هو ((الميل إلى تجنب التفاعل الاجتماعي مع المشاركة في المواقف الاجتماعية بصورة غير مناسبة))
(الدريني ،د ت ،06) .
لقد أكدت معظم التعريفات على أهمية المواقف الاجتماعية بوصفها المثير الأساسي لردود الأفعال التي تتسم بالخجل ،وتؤكد أيضا على أن الخجل يتصف بقلة الاستجابات التفاعلية أثناء وجود الخجول مع الآخرين .
ومنه يمكن القول أن الخجل حالة انفعالية تتسم بالشعور بالخوف والقلق وعدم الارتياح ،والارتباك في المواقف الاجتماعية ،حيث يؤثر على شخصية الفرد وقدراته وإنتاجه ودراسته .

2ـ تحديد بعض المفاهيم التي لها علاقة بالخجل:

للخجل عدة مفاهيم شبيهة به وقريبة منه ولصيقة به ،ومتداخلة معه توجز بعضها فيما يلي :

التهيب:ويعني الميل إلى معاناة القلق في المواقف الجديدة ،والتردد عند الاجتماع بأناس جدد والفرق بينه وبين الخجل فرق في مستوى الخوف المصاحب لكل منهما ،إذ أن كليهما يشير إلى القلق الاجتماعي .(مايسه ،مدحت ،1999،11) .

الحياء :سلوك إرادي يقصد به احترام الطرف الآخر في عملية التفاعل، كما يحدث عندما يخفظ الطالب صوته أمام أستاذه ،وذلك بخلاف الخجل الذي ينتاب الفرد بصورة غير إرادية في معضم الضروف التي يحدث فيها .(المحارب ،1994،131)
.

التواضع : إن التواضع شكل من أشكال الخجل ،إذا انه ينتج عن فرط الشعور بالذات وإدراكها .(مايسه ،مدحت ،1999،11)

الحرج :الحرج دائما يعبر عن وجدان سالب لموقف تفاعل اجتماعي أتى بنتيجة سالبة ،أما الخجل فيمكن أن يحدث نتيجة مديح أو ثناء ،أي شيء موجب وليس في كل الأحوال سالبا (مايسة ،مدحت ،1999،11)

التحفظ :إن المتحفظ والخجول كلاهما يحاول الاحتياط من المواقف التي تحوي قلقا اجتماعيا ،والتحفظ سلوك قمعي أكثر في حين أن الخجل سلوك تلقائي أكثر (مايسة ،مدحت ،1999،12)

الجبن :إن استجابة الجبن هي الهروب ،أما استجابة الخجل فهي التحاشي (مايسة ،مدحت 1999،12)

التجنب :قد يدفع الخجل إلى التجنب ،ولكن لا يدفع التجنب إلى الخجل ،والتجنب احد مكانزمات الخجل في بعض المواقف وليس كلها (مايسة ،مدحت 1999،12)

قلق الجمهور :إن الخجل مرتبط بالتفاعل بين الآخرين ،بينما قلق الجمهور يرتبط بالمواقف التي تعتمد على الفرد أكثر قياسا على ما يحدث خلال الاجتماع بالآخرين.
(عبد المعطي ،2001،232).

الخـواف الاجتمـاعي : إن الفرق بينـه وبـين الخجـل فـرق فـي الدرجـة أكثـر منـه اختلاف فـي النـوع ،فهنـاك تـداخل بينهـا فـي الخصـائص السـلوكية ،وتشـابه كبيـر فـي الأعراض الجسمية والنفسية وبعض الجوانب المعرفية .(عبد المعطي ،2001،333)

3ـ النظريات المفسرة للخجل :

أوضـحت مايسـة احمـد النيـال ومـدحت عبـد الحميـد أبـو زيـد (1999،26) أن هنـاك اتجاهات مفسرة لظاهرة الخجل ،ومن أهم هذه الاتجاهات مايلي :

3-1ـ الاتجـاه التحليلـي :ويفسر هذا الاتجـاه الخجـل فـي ضـوء انشـغال ألانـا بـذاتها ،ليأخذ شكل النرجسية ،فضلا عن أتضاف الخجول بالعدائية والعدوان .

3-2ـ اتجاه التعليم الاجتماعي :فيه يغزو الخجل إلى القلق الاجتماعي ،والذي يثير أنماطـا متباينـة مـن السـلوك ألانسـحابي ،وعلـى الـرغم أن النتيجـة الطبيعيـة للانسـحاب والتفـادي تتمثـل فـي خفـض معـدلات القلـق ،ومـن ثـم الخجـل إلا انـه يمنـع فرصـة تعلـم المهارات الاجتماعية الملائمة ،بل ويمتد ليكون عواقب معرفية تظهـر فـي شـكل توقـع الفشل في المواقـف الاجتماعيـة وحساسـية مفرطـة للتقـويم السـلبي مـن الآخـرين وميـل مزمن لتقويم ألذات تقويما سلبيا.

3-3ـ الاتجاه البيئي الأسرية :يرجع البعض الخجل إلى عوامل بيئية أسرية متمثلـة فيما يمارس الوالدين من أساليب معاملة ،كالحماية الزائدة والنقد المستمر ،إلـى جانـب التهديـد الـدائم بالعقـاب الـذي مـن شـأنه أن يجعـل مشـاعر الجـبن والخـوف تتفـاقم لـدى الطفل ،ويؤيد زلير ورور 1985 (ziller rorer) أن الخجل يثير ويثـار عـن طريـق إدراك البيئة .

3-4ـ الاتجـاه الـوراثي : ويعـزي فيـه الخجـل إلـى شـق وراثـي تكـوني ،فيميـل بعـض الأطفال إلى التعرض للضوضـاء والرغبة في الانطلاق ،في حين يميل البعض الآخـر إلى السكون والانفراد ،ويستمر ملازما لسلوك الطفل طوال حياته وفي مراحـل العمـر التالية ،ولذا فمعاملة الطفل الخجول وراثيا بطرق

الممارسات الوالدية السالبة ،قد يجعله معرضـا للمعانـات من الخجل المزمن ،وهـذا مـا أكـده دراسـة آشـر 1987 (asher) بـان هنـاك أطفـال يتسـمون بـالخجـل مـن الناحيـة الوراثية ،وقد ظهر ذلك بوضوح من خلال استجابتهم الفيزيولوجية .

4ـ مكونـات الخجل :

يتكون الخجل من أربعة مكونات وهي :

1ـ مكونـات فيزيولوجية :ويتضح في زيادة النبض، وجفاف الحلق.............الخ (مايسة ،مدحت ،1999،15).

2ـ مكون معرفي :يتمثل في زيادة الانتباه للذات ،وزيـادة الـوعي بهـا ،وعـدم التوقـع ....الخ ،ولقد أشـار ايزينك وايزينك eysenck & eysenck)1969) إلـى هـذا المكون المعرفي في تعريفها للخجل بأنه هو :نقص السلوك الظـاهر فضـلا عـن انتبـاه

مفرط للذات ووعي زائد بالذات ،وصعوبات في الإقناع والاتصال (مايسة ،مدحت ،1999،14) .

3ـ مكـون سـلوكي :نقص السلوك الظاهر ،ويركز على الكفاءة الاجتماعية للأشخاص الخجولين ،ويتصفو بنقص في الاستجابة السوية .(حنان ،2002،14) .

4- مكون وجداني :ويتمثل في الحساسية ،وضعف الثقة واضطراب المحافظة على ألذات. (مايسة ،مدحت ،1999،15) .

5ـ أنواع الخجل :

عديدة من أبرزها :

1- خجل مخالطة الآخرين: ويتمثل في شكل نفور من الزملاء أو الأقارب وامتناع أو تجنب للدخول في محاورات وتعمد الابتعاد عن أماكن تواجدهم ،ويرغب الطفل في الاختلاط بأطفال يصغرونه سنا ، أو الذين يشبهونه في خجله وانطوائه (ملحم ،2004،306).

2ـ خجل الحديث :يحبذ الطفل الخجول الالتزام بالصمت ،وتقتصر إجابته على الرفض أو القبول ،أو إعلان عدم المعرفة للأهواء التي يسأل فيها ،ولا ينظر في الغالب إلى من يحدثه ،ويغلب عليه التلعثم والضعف ،وهناك من الأطفال من يخجل أثناء الحديث عن بعض الموضوعات كالزواج (الشربيني ،1994،106) .

3ـخجل الاجتماعات :يكتفي الطفل بالحديث مع أفراد أسرته أو بعض أقرانه ،ويبتعد عن المشاركة في الاجتماعات أو الرحلات .(ملحم ،2004،306) .

4- خجل المظهر :وقد يظهر على الطفل سلوك الخجل عندما يرتدي ثوبا جديدا أو يحمل حقيبة جديدة كما يظهر عليه مثل هذا السلوك عندما يتناول طعاما في الشارع العام (ملحم ،2004،306) .

5- خجل التفاعل مع الكبار :يخجل الطفل حينما يبدأ حوار بينه وبين المدرسين ،أو مديرة مدرسة ،أو عندما يستقبل أصدقاء والده أو والدته ،أو عند إبلاغ بعض الأمور للكبار بناء على طلب الوالدين (الشربيني ،1994،108) .

6- خجل حضور الاحتفالات أو المناسبات : هناك من الأطفال من يخجل من حضور الأفراح أو حفلات النجاح ،ويفضل العزلة والابتعاد عن مواقع مثل هذه المناسبات (الشربيني ،108ن1994).

وقد ميز بيلكونس (pilkonis) بين نوعين من الخجل :

1ـ الخجل العام :ويتميز بعيوب في الأداء مثل الحرج عند ممارسة المظاهر السلوكية العامة ،وبالتالي يفشل في ممارستها .

2- الخجل الخاص : ويتميز صاحبه بالشعور الذاتي بعدم الارتياح ،وبالاستثارة الداخلية ،وبالقلق وبالحساسية الزائدة للذات ،وبالخوف من التقييم السلبي (عبد المعطي ،2001،396) .

أما ايزنك (eysenck) فصنفه إلى نوعين :

1ـ الخجل الاجتماعي ألانطوائي : ويتميز الفرد بالعزلة ولكن مع القدرة على العمل بكفاءة مع الجماعة إذا اظطر لذلك .

2ـ الخجل الاجتماعي العصابي : ويتميز صاحبه بالقلق الناتج عن الشعور بالحساسية المفرطة نحوى ألذات والشعور بالوحدة النفسية ،مع وجود صراعات نفسية بين رغبة في تكون علاقات اجتماعية مع الآخرين وخوفه منها (مايسة ،مدحت ،1999،17).

6- أسباب الخجل :

هناك الكثير من العوامل المسببة للخجل منها مايلي :

6-1- الوراثة :إن الجنات الوراثية تؤثر على خجل الأطفال ،فالطفل الخجول غالبا ما يكون أبوه خجولا ،أو احد أقاربه (جد ،العم ....الخ) فالطفل يرث بعض صفات والديه (الزعبي ،2005،71) .

6-2- الشعور بالنقص :يحدث الشعور بالنقص نظرا لوجود عدة أسباب رئيسية منها وجود عاهة في جسمه أو نقص في جسده أو لكونه نشأ خجولا(الخليدي ووهبي ،1998،197) .

6ـ3ـ الشعور بعم الأمن : أن الطفل الذي لا يشعر بالأمن والطمأنينة يتجنب الاختلاط مع الآخرين أما لقلقه الشديد ، أو لعدم ثقته بالآخرين وخوفه منهم أو صخريتهم منه (الزعبي 2005،73) .

6-4- الشعور بالتبعية :إن تبعية الطفل للكبار وفرض الرقابة الشديدة عليه يؤدي إلى خجله وشعوره بالعجز عند محاولة الاستقلال .واتخاذ القرارات المتعلقة به دون مشورته مثل :عدم ذهابه إلى رحلة مع أقرانه بالرغم من انه يرغب بها لكنه لم يعبر عن ذالك أمام أمه وأبيه (ملحم ،2007،127) .

6-5- الحماية الزائدة : إن بعض الآباء يعتقدون بان أطفالهم لا يستطيعون العناية بأنفسهم وهم بحاجة إلى الحماية المستمرة من جميع المخاطر ،إن الآباء الهيابون يصبحون مهتمون جدا بان يحموا أبنائهم من العالم المخيف القاسي وبالتالي يصبحون غير نشطين ومعتمدين على غير هم ويرجع ذالك لسبب الفرص المحدودة لديهم للمغامرة .(شيفر وملمان ،2006،146).

6-6ـ عدم الاهتمام/ الإهمال :إن عدم اهتمام الوالدين بأبنائهم يؤدي إلى وجود شخصية خائفة وخجولة تشعرهم بأنهم لا يستحقون الاحترام ،ويفقدون ثقتهم بأنفسهم .(شيفر وملمان ،2006،147) .

6ـ7ـ التشدد في معاملة الأطفال والإكثار من الزجر والتوبيخ لأتفه الأسباب وخصوصا أمام الآخرين مما يثير في الطفل مشاعر عدم الثقة بالنفس والشعور بالنقص مما يؤدي إلى الخجل(باشا ،2006،99)

8-6- تقليد الوالدين :إن الآباء الخجولين لهم أبناء خجولين والعكس غير صحيح ،وخاصة عندما يدعم الآباء أسلوب التجنب الذي يتبعه الطفل (الشربيني ،1994،110)

9-6- تلميذ المعلم المدلل :يصبح الأطفال معتمدين على المعلم وغالبا ما يعززون هذا السلوك عن طريق حبهم وعطفهم على الخجولين الذين يصبحون أكثر اعتمادا على الراشدين وأكثر خجلا من أقرانهم (مثقال وآخرون ،2000،166) .

10-6- التأخر الدراسي :كثيرا ما نجد أن التأخر الدراسي وانخفاض مستوى التحصيل الدراسي للتلميذ مقارنة بزملائه من الأمور الجوهرية التي تشعره بالخجل .(الهبهاب وآخرون ،د ت ،07).

11-6- تغيير الموطن :فلتغيير موطن الأسرة من بلد إلى آخر بعض الآثار منها تجنب بعض الأطفال تلك الأسر المجتمع الجديد الذي نقلوا نتيجة الاختلاف عاداته وتقاليده (الشربيني ،1994،110) .

كما أن هناك أسباب أخرى مثل :

عدم تعويد الطفل على الاختلاط والحرمان من احد الأبوين أو كلاهما والسعي إلى كسب استحسان الآخرين .

7- أعراض الخجل :

للخجل عدة أعراض تختلف من شخص لآخر وفقا لاختلاف الضروف أو الأساليب التي أدت إليه وكذلك وفقا لطبيعة تكوين المصاب وفطرته الأساسية (سيد خليفة ،2001،5) .

1-7- أعراض جسدية :تتمثل في مايلي :

- زيادة نبض دقاة القلب .
- احمرار وتورد الوجه
- جفاف في الفم والحلق
- مشاكل والام في المعدة
- ارتجاف لاإرادي
- رطوبة وعرق زائد في اليدين والكفين (حسن البدران ،د ت ،39)

2-7- أعراض سلوكية : وهي كما يلي :

* قلة تحدث والكلام بحضور الغرباء والنظر دائما لأي شيء عدا من يتحدث معه

* تجنب لقاء الغرباء أو الأفراد غير المعروفين له

* مشاعر الضيق عند الاضطراب للبدا بالحديث أولا وعدم قدرته على الحديث في المناسبات الاجتماعية

* الشعور بالحرج الشديد في التطوع لأداء مهام فردية أو اجتماعية (البطاينة واخرون ،2007،474).

3-7- أعراض انفعالية داخلية :وتتمثل في مايلي :

- الشعور بالتركيز على النفس
- الشعور بالحرج في ابسط المواقف
- الشعور بالخوف والصمت المستمر
- محاولة البقاء دائما بعيدا عن الأضواء أو الآخرين
- الشعور بعد الأمان والشعور بالنقص وكذلك القلق الشديد
- عدم الثقة بالنفس والكسل والخمول
- عدم القدرة على التعبير .(الهبهاب واخرون ،د ت ،6)

4-7- أعراض معرفية: وتتمثل في :

- التشتت أثناء الحديث والبطأ في المناقشة
- الانشغال بأفكار نوعية تتعلق بالموقف
- قلة التركيز وتداخل الأفكار أو ضياعها مؤقتا
- ضعف قدرة الفهم والاستعاب اللحظي
- اضطراب التفكير نسبيا
- ضعف القدرة على أداء أي عمل ذهني أو جهد عقلي
- اضطراب التعبير عن الرأي نسبيا (مايسة ومدحت ،1999،24)

كما يؤدي الخجل حسب موقف هاشم صقر الحلبي إلى الانطواء والانعزال واللامبالاة ،والإغراء في أحلام اليقضة والانشغال بنقد ألذات ،ونقد كل تصرف يقوم به ،وقد يعوض الخجول عن إحساسه وضعفه فيبدي بعض الوقاحة والجرأة ،لكن ذالك يكون لفترة مؤقتة يعد بعدها للوم نفسه ونقدها والإحساس بالضعف .(الحلبي ،2000،289).

ويصف احمد محمد العبي الشخص الخجول بأنه شخص محدود الخبرة ،ضعيف التعلم في المدرسة ،وعالة على نفسه وأسرته ومجتمعه (الزعبي ،2005،96) .

8- الوقاية من الخجل :

لكي نقي الأطفال من مشاعر الخجل والحساسية المفرطة يجب على الوالدين والمعلمين مراعات
مايلي :

- تشجيع النشاطات الاجتماعية ومكافئتها :أي العمل على أن يحصل الطفل من عمر المبكر على أكثر ما يمكن من الخبرات السعيدة والسارة في علاقاته مع الرفاق ،أي محاولة يقوم به الطفل لكي يكون اجتماعيا يجب أن تكافئ بالابتسامة أو بالكلمة الطيبة ويجب أن لا يسمح له بالبقاء في عزلة عن الآخرين لفترة طويلة (مثقال واخرون ،2000،166) .
- ينبغي تشجيع الأطفال على الثقة بالذات والتصرف الطبيعي ومدحهم لاعتمادهم على أنفسهم ولتصرفهم على نحو طبيعي ،وعندما يتحدث الطفل ويسلك بحرية يجب أن يشجع ويمكن تعليمهم انه ليس من الضروري أن

يتوافقوا مع كل شخص ،والمهم أن لايتم تعزيز الخجل بشكل غير مقصود ،وذلك عن طريق سلوك الخجل بأنه سلوك لطيف ومهذب ويجب تجنب الحماية الزائدة ،وتجنب اتخاذ القارات نيابتا عن الطفل لان ذلك من أهم أسباب عدم الثقة بالذات (شيفر وميلمان ،205،1989)

- أن يوفر الآباء والمربين لأبنائهم مقدارا معقولا من العطف والرعاية والمحبة وعدم النقد أو تعرضهم للمهانة وخصوصا أمام الغير من أقرانهم ،لان النقد الشديد والإفراط في التوجيه يشعر الطفل بأنه غير مرغوب فيه ويوقعه فريسة لمشاعر الخجل (عبد المعطي ،339،2001)
- تشجيع تطوير المهارات والتمكن منها بمساعدة الأطفال للشعور بالكفاءة والمقدرة والأهمية إذا أن احترامهم لذاتهم متعلق بمقدرتهم على السيطرة على البيئة وينبغي أن يعطى للأطفال مهماة فيها تحدي بسيط بحيث يتكرر شعورهم بالنجاح ،وتعليمهم المهماة للازمة للتفاعل مع الآخرين (مثقال واخرون ،167،2000).

إن أهم وسيلة للوقاية من الخجل هو أن يتطلع الشخص دائما ومرورا بمراحل عمره المختلفة ،فيما يتعلق بعلاقته مع الآخرين إلى التوافق والاندماج مع المجموعة التي ينتمي إليها ويتسم هذا التوافق بالصراحة التامة ،وتبادل الآراء والتحدث بكل جرأة والثقة بالنفس (الهبهاب ،د ت ،10)

9ـ علاج الخجل :

أوضح حسن مصطفى عبد المعطي (339،2001) أن اشهر طرق علاج الخجل مايلي :

1- التدريب على المهارات الاجتماعية : ويتبع مع الأفراد الذين يرجع خجلهم لنقض المهارات اللازمة للتفاعلات الاجتماعية ومنها :

- تركيز النظر بالعين أثناء الكلام وإنهاؤه .....الخ وفي ذلك يقوم المعالج بتدريب الخجولين للقيام بهذه السلوكات مستخدما فنيات مثل :لعب الأدوار مع بعضهم البعض أثناء الجلسات العلاجية .
- تقليد السلوك المرغوب الذي يؤديه المعالج بنفسه .
- التدعيم الاجتماعي ،فمع الممارسة يتم اختزال سلوك الخجل ويتم تدعيم هذه الممارسات .

2- التحصين المنهجي : حيث يتم تحديد الميراث والمواقف التي تستثير الخجل لدى الفرد ويطلب منه عمل مدرج للخجل أو ترتيب قائمة تصاعدية بالأشخاص والمواقف التي تستثير الخجل ثم يطلب أثناء الاسترخاء والهدوء النفسي ،أو يتخيل كل موقف أو كل شخص ،فيحدث كف لاستجابة الخجل وهو ما يسمى بالكف النقيض.

3- العلاج الأسري : يتم علاج المناخ الأسري بما يلي :

- إشعار الطفل الخجول بالحب والتقبل والتعريف على مصادر خجله وكيف نشأت ومساعدته على مواجهتها واقعيا .
- تهيئة الجو الأمن الودي عن طريق الألفة ،الطمأنينة مع الأشخاص الآخرين(الأسرة ،المدرسة).
- عدم دفع الطفل للقيام بأعمال تفوق قدراته الجسمية أو العقلية أو اللفظية
- أن يقلع الآباء عن صب أبناءهم في قوالب ترضيهم ،بل يتم تنمية قدراته وتترك له حرية الاختيار والتصرف في جو من الأمن والطمأنينة .
- تدريب الطفل على الأخذ والعطاء وتكوين الصدقات مع الأقران ،وتشجيعية على الاختلاط والاحتفاظ بالصدقات مع الاهتمام بالمظهر الخارجي للطفل .
- تنمية قدرات الطفل في اللعب أو إتقان فن من الفنون كالرسم أو الموسيقى ،لكي تكون دافعا بتشجيعه على الظهور ويكون فخورا بين أقرانه .
- التربية الاستقلالية ،وعدم تدليل الطفل حتى لا ينشأ خجولا .

4- العلاج العقلاني الانفعالي : وفيه يتم تحديد الأفكار الخاطئة لدى الخجول ،وما تثيره هذه الأفكار من مشاعر سيئة كالحزن والقلق والخزي ،ثم خلال المناقشة الجدلية يتم دحض افتراضات الخجول حتى يقتنع في النهاية بان فكرته هي الخاطئة وان اعتقاده الخاطئ بخصوص الأشخاص والمواقف التي تسبب له الخجل ومن هنا يقلع عن الخجل .

5- العلاج السلوكي :من أسباب الخجل الشعور بالنقص لاعتلال احد أعضاء احد أعضاء الجسم كما سبق ذكره وللعلاج يجب بحث إمكان تدريب العضو المعتل ،وذلك لان التدريب كثيرا ما يزيد من قدرة العضو المعتل وقوته ،وهكذا تتحقق سعادته ويتخلص من شعوره بالنقص فكم من طفل كان خجولا لأنه يعاني من عيوب النطق وكان يشعر بتعاسة ونقص شديد ،وعندما عولج في عيادة نفسية وتمرن على النطق الصحيح فزال خجله .

خلاصة :

من خلال ما سبق يمكن القول بأن الخجل يعتبر مشكلة نفسية يعاني منها الأشخاص وخاصة في مرحلة المراهقة التي تحدث فيها تغيرات جسمية ونفسية وانفعالية وعقلية والخجل يؤثر على شخصية الفرد وإنتاجه ودراسته وقدراته على التعبير وتكيفه وانسجامه مع نفسه ومع المحيط الذي يعيش فيه .

الفصل الثاني

مفهوم الذات

الفصل الثاني : مفهوم الذات

تمهيد

- تعريف مفهوم الذات
- تحديد بعض مفاهيم التي لها علاقة بمفهوم الذات
- النظريات المفسرة لمفهوم الذات
- أنواع مفهوم الذات
- أبعاد مفهوم الذات
- خصائص مفهوم الذات
- وظائف مفهوم الذات
- العوامل المؤثرة في مفهوم الذات
- قياس مفهوم الذات
- العلاقة بين مفهوم الذات والخجل

خلاصة

تمهيد :

يعد مفهوم ألذات حجر الزاوية في الشخصية وهو عامل جوهري في التحكم في السلوك البشري ،فهو قوة دافعة لتنظيم وضبط وتوجيه السلوك إذ يحدد الاستجابات في مواقف الحياة المختلفة ،كما انه يعطي التفسيرات لاستجابات الآخرين وذلك يحدد أسلوب تعامل الفرد مع الآخرين من جهة ومن جهة أخرى فهو يؤثر بشكل أو بآخر في تحديد أسلوب تعامل الآخرين ومعه.

1 ـ تعريف مفهوم ألذات:

مفهوم ألذات من المفاهيم الأساسية التي تناولها علماء النفس في نظرياتهم فقد تنوعت وتعددت وتشابهت واختلفت هذه التعاريف حسب الانتماء ونوع الدراسة وسنتناول بعضها فيما يلي :

فقد عرفها روجز (rogerss) 1961 ((بأنها ذلك التنظيم العقلي المعرفي والمفاهيم والقيم الشعورية التي تتعلق بالسمات المميزة للفرد وعلاقته المتعددة)).(نشوة ،غادة ،2006،56) .

أما عماد الدين إسماعيل 1961 فعرفها على أنها ((ذالك المفهوم الذي يكونه الفرد عن نفسه ،باعتباره كائنا بيولوجيا اجتماعيا ،أي باعتباره مصدرا لتأثير والتأثر بالنسبة للآخرين)).(فيوليت ،النملة ،1998،25).

كما عرفها انجلس مفهوم ألذات بأنه صورة ((صورة الشخص عن نفسه والوصف الكامل لها والذي يستطيعه الشخص في أي وقت ،والتركيز هنا يكون على الشخص كهدف أو موضوع لمعرفته)).

(ch mead،15،1997) .

بينما رأى فرنون (vernon) 1963 ،أن كل فرد يشعر بان لديه نواة حقيقية أو ذات مركبة تتميز وتختلف عما سواها من موجودات وتتكون من أجزاء كثيرة تتصارع فيما بينها ،غير انها متحدة ويجمعها معا الإحساس بالهوية أو الكينونة)) ،(دويدار ،1999،40).

وذكر جير سليد (jersild) 1963 ((إن مفهوم ألذات هو مفهوم افتراضي شامل يتضمن جميع الأفكار والمشاعر عند الفرد التي تعبر عن خصائص جسمية وعقلية وشخصية ويشمل ذلك معتقدات الفرد وقيمه إلى جانب خبراته السابقة وتطلعاته القادمة)).(شحاتة ،2005،28).

في حين عرفه جود (good) 1983 بأنه ((إدراك الفرد لنفسه كشخص مستقل له كيان منفصل عن غيره يتمتع بقدرات محددة ومواصفات جسمية خاصة ومستوى محدد من الأداء ،ويقوم بدور معين في الحياة)) .(شحاتة ،2005،28).

أما احمد زهران 1980 فيعرفه على انه ((تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعروية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات يبلوره الفرد ويعتبره تعريفا نفسيا لذاته ،ويتكون مفهوم ألذات من أفكار الفرد الذاتية المنقسمة المحددة الأبعاد عن العناصر المختلفة لكينونته الداخلية أو الخارجية)) .(الشناوي ،ب ت ،276).

كما يرى عزيز سمارة أن مفهوم ألذات هو الطريقة التي ينظر بها الفرد إلى نفسه ،ويكون تفكيره وشعوره وسلوكه غالبا منسقا ومنسجما مع مفهومه عن ذاته (سمارة وآخرون ،1999،191).

من خلال كل ما سبق نستنتج أن جل التعاريف تشترك في الجانب الاجتماعي للذات أي أنها تتكون نتيجة الاحتكاك والتفاعل الاجتماعي .

ومنه يمكن القول أن مفهوم ألذات هو مجموعة المدركات والمفاهيم والأحكام والتقييمات الشعورية التي يكونها الفرد عن نفسه من خلال التفاعل الاجتماعي والخبرات التي يتعرض إليها في المواقف الحياتية .

2 ـ تحديد بعض المفاهيم التي لها علاقة بمفهوم ألذات :

فيما يلي سيتم التطرق إلى بعض المفاهيم التي لها علاقة بمفهوم ألذات وذلك لتوضيح اختلافها عن موضوع الدراسة بما يعطي تحديد أكثر لمفهوم ألذات .

2-1ـ احترام ألذات :يدل على مدى تقبل الشخص لنفسه بما فيها من ايجابيات وسلبيات ومدى تقديره لخصائصها العامة حيث يتضمن تقويما شاملا لكل جوانبها الشخصية والاجتماعية والتربوية والمهنية وكل ما ارتفع تقويم الفرد لذاته كان أكثر تقبلا لنفسه (بلحاج ،2007،41)

2-2ـ تأكيد ألذات :يعرف تأكيد ألذات على انه ذلك الدافع الذي يجعل الإنسان في حاجة إلى التقدير والاعتراف والاستقلال والاعتماد على النفس ،والسعي الدائم إلى إيجاد المكانة والقيمة الاجتماعية ويعمل حافز تأكيد ألذات على إشباع تلك الرغبة (إبراهيم ،1987،48) .

2-3ـ تحقيق ألذات:ستخدم الإنسان حياته ليحقق شيء يؤمن به سواء كان تنمية ألذات أو قيمة أخرى وخاصة تحقيق ألذات والوصول إلى كمالها كما أن للناس جميعا وبغض النظر عن مكان وجودهم،دافعا أساسيا هو السعي لتحقيق ذواتهم (بلحاج ،2007،41) .

2-4ـ تقدير ألذات :هو التقدير الايجابي أو السلبي للذات ،وكيف تشعر حيالها (مبروك ،2007،189) ويعرف أيضا انه فهم انفعالي للذات يعكس الثقة بالنفس (الهيئة المصرية:افريل ،2000،11).

2-5ـ تقبل ألذات: هو اتجاه الفرد نحو ذاته وهو اتجاه شخصي يكونه الفرد لينتج عنه تقبله لذاته بما لها وما عليها وهذا بعد معرفته التامة بقدراته واستعداداته وامكاناته الذاتية (شحاتة ،2006،152).

3 ـ النظريات المفسرة لمفهوم ألذات :

تعددت النظريات التي تناولت مفهوم ألذات والتي سنتناول بعضها فيما يلي :

3.1ـ نظرية التحليل النفسي :والتي تزعمها كل من فرويد ،يونغ ،وادلر ولتفسير مفهوم ألذات فقد افترض فرويد أن الجهاز النفسي يتكون من الهوا والانا وألانا الأعلى :

ـ أما الهوا :فهو منبع الطاقة الحيوية والنفسية ومستودع الغرائز والدوافع (لفظ) الفطرية التي تسعى إلى الإشباع في أي صورة وبأي ثمن .

ـ ولانا الأعلى :هو مستودع المثاليات والأخلاقيات والضمير والمعايير الاجتماعية والقيم الدينية ،ويعتبر بمثابة سلطة داخلية أو رقيب نفسي .

ـ أما ألانا : فهو مركز الشعور والإدراك الحسي الخارجي والداخلي والعمليات العقلية والمشرف على الحركة والإدارة والمتكفل بالدفاع عن الشخصية ،وتوافقها وحل الصراع بين مطالب الهوا والانا الأعلى والواقع .

وأضاف كارل يونغ أهمية ألذات كجهاز مركزي للشخصية يضفي عليها وحدتها وتوازنها وثباتها ،وأنها تحرك وتنظم السلوك.

وتكلم ادلر عن مفهوم ألذات ومفهوم الآخرين والذات المبتكرة وهي العنصر الديناميكي النشط في حياة الشخص وتبحث عن الخبرات التي تنتهي بتحديد أسلوب حياة الشخص .(زهران ،1980،111).

وتتمثل ألذات عند ادلر تنظيما يحدد للفرد شخصيته وفرديته ويرى ذلك أن ألذات المبتكرة هي حجر الزاوية في بناء وتنظيم الشخصية ،وهي تشغل مكانا متوسطا بين المثيرات والاستجابات بالنسبة لهذه المثيرات ،والتي تصدر عن الفرد أي تحدد علاقته بالعالم الخارجي .(دويدار ،1992،32) .

3.2ـ نظرية السمات :تزعمها كل من كاتل ،وجوردن ،البورت تتعلق هذه النظرية بافتراضين

ـ سمات الشخصية تعكس مواصفات مقررة مسبقا وهي ثابتة نسبيا للتعرف بأساليب معينة في المواقف المختلفة وتفسير إمكانية التنبؤ بالسلوك .
ـ إن الناس يختلفون في إمكانية ومدى ما يمتلكون من سمة معينة فنجد :

1.2.3ـ جوردن البورت :قسم سمات الشخصية إلى قسمين :

أـ سمة رئيسية :بارزة غالبا ما تطبع سلوكه عموما ،أي سمات مشتركة وأخرى فردية تميز فرد عن غيره

ب ـ سمة مركزية :تؤثر على سلوك يصدر عن الفرد ويعتقد انه بأمكانه وصف هذه الشخصية يعد من السمات المركزية (الداهري ،2001،104).

2.2.3ـ كاتل :فقد صنف السمات الى صنفين:

أ ـ سمات عميقة مصدرية :لا تظهر في السلوك المباشر وتنقسم إلى سمات تكوينية وأخرى بيئية

ب ـ سمات ظاهرية .(القريطي ،1998،255).

3.3ـ نظرية المجال الظاهري :وتزعمها كل من روجز وسينج وكومبز :

1.3.3ـ روجز :يعتبر ألذات جزء متميز من المجال الظاهري وتتكون من المدركات الشعورية والقيم المتعلقة به ((أنا)) من اجل إشباع حاجاته إلا أن هناك دافعا واحدا أساسيا هو تحقيق وتأكيد أو الرفع من قيمة ألذات ويستطيع الفرد التعبير عن خبراته الشعورية ،أما إذا امتنع عن ذلك فإنها تظل باقية في مكان من الشعور ،وقد أكد روجز على مفهومي ألذات والمثالية ،فمفهوم الفرد عن ذاته وإدراكه لها يعتبر المركز الذي تدور حوله كل خبرات الفرد فهي جزء من المجال الظاهري الذي يتميز تدريجيا عن بقية المجال ،باعتباره مصدرا للخبرة والسلوك ،والذات المثالية هي مفهوم الفرد لذاته كما يود ان يكون عليه وتكون عليه قيمة المثالية .(دويدار،1999،35).

3ـ3ـ2ـ سينج وكومبز(syngg & combs) :يعرفان مفهوم ألذات بأنه تلك الأجزاء في المجال الفينومونولوجي (الظاهري) ،التي يميزها الفرد بأنها خصائص لنفسه تتميز بالثبات النسبي ،وتعتبر نواة لتنظيم أعراض وتحتوي على خصائص الشخصية ويقسم المجال الظاهري إلى قسمين هما :

أ ـ ألذات الظاهرية :تشمل المجال الظاهري الذي يجيزه الفرد كسمة مميزة له .

ب ـ مفهوم ألذات :يكون من أجزاء المجال الظاهري ،ويتميز مفهوم ألذات على انه الجانب الأكثر أهمية وتحديد لذلك المجال وان هناك حاجة إنسانية واحدة نستطيع بموجبها أن نفهم السلوك ونتنبأ به وهي المحافظة على ألذات الظاهرية وتأكيدها ورفع قيمتها ،وغيرها من الحاجات المشتقة منها ويهدف إلى إشباعها .(بلحاج ،2007،39).

4 ـ أنواع مفهوم ألذات :

هناك نوعين لمفهوم ألذات هما :

1.4ـ مفهوم ذات ايجابي :ويتمثل في الفرد ورضاه عنها حيث تظهر له صورة واضحة ومتبلورة للذات يلمسها كل من يتعامل مع الأفراد أو يحتك بهم ،ويكشف عنها أسلوب التعامل مع الآخرين الذي يظهر فيه الرغبة في احترام ألذات وتقديرها والمحافظة على مكانتها الاجتماعية ودورها وأهميتها ،والثقة الواضحة بالنفس والتمسك بالكرامة والاستقلال الذاتي مما يعبر عن تقبل الفرد لذاته ورضائه وتحمله المسؤولية وانه يعتمد عليه ومتفاهم ومتفاعل اتجاه الحياة (شحاتة ،2005،31) وان مفهوم ألذات

الايجابية يؤدي إلى الإنجاز والتحصيل الأكاديمي المرتفع ،وتظهر ألذات الايجابية في التمركز حول الذات والقدرة على قبول المدح واللوم ،والقدرة على الاعتراف بالخطأ وعدم المعرفة ،وحسب tobela.mayers فان مفهوم الذات الايجابي تحدده صفات مميزة تتمثل في تقبل الآخرين وتشجيعهم ،وقدرة التعبير عن الاحساسات الايجابية مع تقبل النقد من طرف الآخرين والاعتراف بالنقائص والأخطاء.(بلحاج ،2007،25).

2.4ـ مفهوم الذات السلبي :يكون عند الشخص الذي يفتقر إلى الثقة في قدرته ،ويعتقد أن معظم محاولاته ستبوء بالفشل ،ويتوقع انخفاض مستوى أدائه وسلوكه ويجيد القليل من الأعمال ،ويتميز بمجال إدراكي ضعيف ،وبتخوفه من المواقف الكثيرة التي يجد نفسه فيها وهو كذلك يعمل باستمرار على افتراض انه لايمكن أن يحقق النجاح .(موسوعة علم النفس والتربية ،2001،175).

وعادة ما يعاني ذوي مفهوم ألذات السلبي من نوعين من السلبية :

الأول : يظهر في عدم القدرة على التوافق مع العالم الذي يعيش فيه فنجده يعبر عن ذلك بأنه محمل بالمشاكل والهموم وانه يشعر بعدم الاستقرار النفسي .

الثاني :يظهر في شعور البعض بالكراهية من الآخرين ،حيث يعبر عن ذلك بأنه غير مقدر أو لا يعجب الآخرين مهما فعل ،ويتبين من تعبيراتهم الشعور بالسلبية في مفاهيم ذواتهم والتي تعتبر الحذر الرئيسية لأسباب الانحرافات والمشكلات السلوكية .(شحاتة ،2005،32).

5 ـ أبعاد مفهوم الذات :

هناك أراء حول أبعاد مفهوم الذات نذكر منها :

وليام جيمس الذي يعتبر أول من ذكر أبعاده وهي :

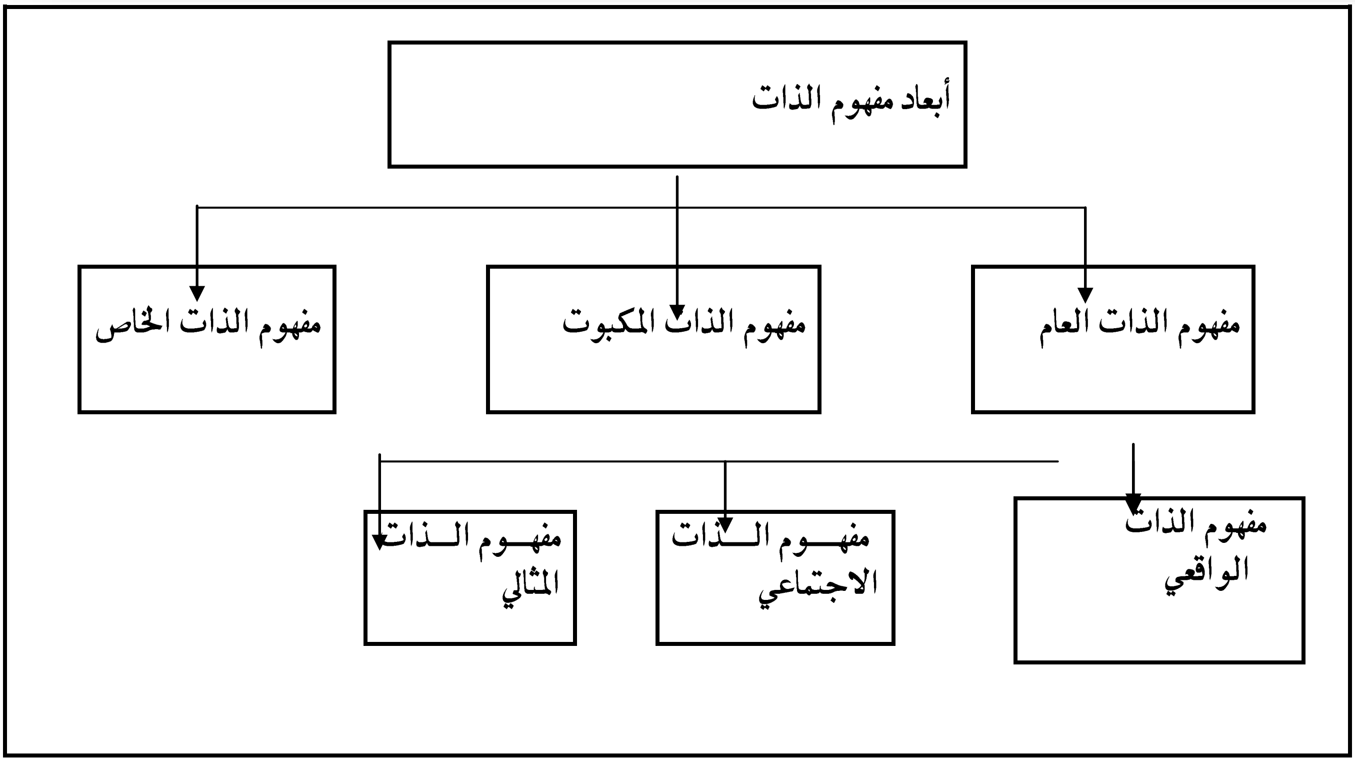
- الذات كما يعتقد الفرد بوجودها في الواقع ،وهو ما يسمى بالذات المدركة .
- الذات كما يراها الآخرون ،وهي ما اصطلح عليها بالذات الاجتماعية .
- الذات كما يتمنى الفرد أن يكون عليها ،وهي ما تسمى بالذات المثالية .

وأضاف جيمس بعدا آخر سماه الذات الممتدة ،ويمثل كل ما يمتلكه الفرد وما يشترك به مع الآخرين مثل العائلة والوطن .(قحطان ،2001،54).

ـ مفهوم الذات العام :وهو يضم مفهوم الذات الواقعي (يشمل المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات الواقعية ،كما تنعكس إجرائيا وصف الفرد لذاته كما يدركها هو) .ومفهوم الذات الاجتماعي (ويشمل المدركات والتصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين في المجتمع يتصورنها والتي يتمثلها الفرد من خلال التفاعل الاجتماعي).

ـ مفهوم ألذات المكبوت :ويتضمن أفكار الفرد المهددة عن ذاته والتي نجح دافع تأكيد ألذات وتحقيقها وتعزيز ألذات في تجنيد حيل الدفاع فدفعت بها إلى اللاشعور ويحتاج التوصل إليه إلى التحليل النفسي (دويدار،1999،326).

ـ مفهوم ألذات الخاص : وهو يختص بالذات الخاصة ،أي الجزء الشعوري السري الشخصي جدا من خبرات ألذات ويتصف بان معظم مواده غير مرغوب فيها اجتماعيا (خبرات محرمة أو محرجة أو مخجلة أو بغيضة أو مؤلمة). لا يجوز إظهاره أو كشفه أو ذكره أمام الناس وتنشط حيل الدفاع تماما لحيلولة دون خروج محتوياته (زهران ،2002،10).



شكل رقم (1) يبين أبعاد مفهوم ألذات حسب حامد عبد السلام زهران .

أما عماد الدين إسماعيل فقد ذهب إلى أن أبعاد مفهوم ألذات هي :
ألذات الواقعية :كما هي في الواقع .
ألذات المثالية :ما يتمنى الفرد أن يكون عليه
ألذات العادية :أي من حيث توفر مفهوم ألذات عند الآخرين .(قحطان ،2004،56).
ويرى قحطان احمد الظاهر أن أبعاد مفهوم ألذات هي :
يتكون مفهوم ألذات من المدركات والتصورات التي تحدد خصائص ألذات
ـ **مفهوم الذات الاجتماعي** : أي شعور الفرد لكيفية تصور الآخرين له من خلال القول أو الفعل .
ـ **مفهوم الذات المثالي** :وهو ما يتمنى أن يكون عليه الفرد من الناحية الجسمية أو النفسية أو العقلية أو جميعها .
وذهب إلى أن هذه الأبعاد لاتكون مستقلة عن بعضها البعض بل يتأثر مفهوم الذات النفسي بمفهوم الذات الجسمي ،ومفهوم الذات المدرك بمفهوم الذات الاجتماعي ،ويتأثر مفهوم الذات المثالي بمفهوم الذات المدرك والاجتماعي(قحطان 2004،58)
أما الصيرفي فقد فرق بين عدد من الأبعاد تشمل مايلي :

- **مفهوم الذات الاجتماعية** :إدراك الفرد للعلاقات الشخصية التي تربطه بأصدقائه والاتجاهات الأخلاقية التي يحملها ،ومدى وضوح الأهداف التربوية له .
- **مفهوم الذات الأسرية** :مفهوم الفرد نحو الممارسات الأسرية لوالديه وإخوانه ونوعية المشاعر التي يحملها الفرد لأسرته .

- **مفهـوم الـذات التعامليـة** :قدرة الفرد علـى التعامل أو التكيف والـذي يوضـح مدى القـوة التـي يحملها الشخص في التركيب النفسي له .(عبير ،29،2003).

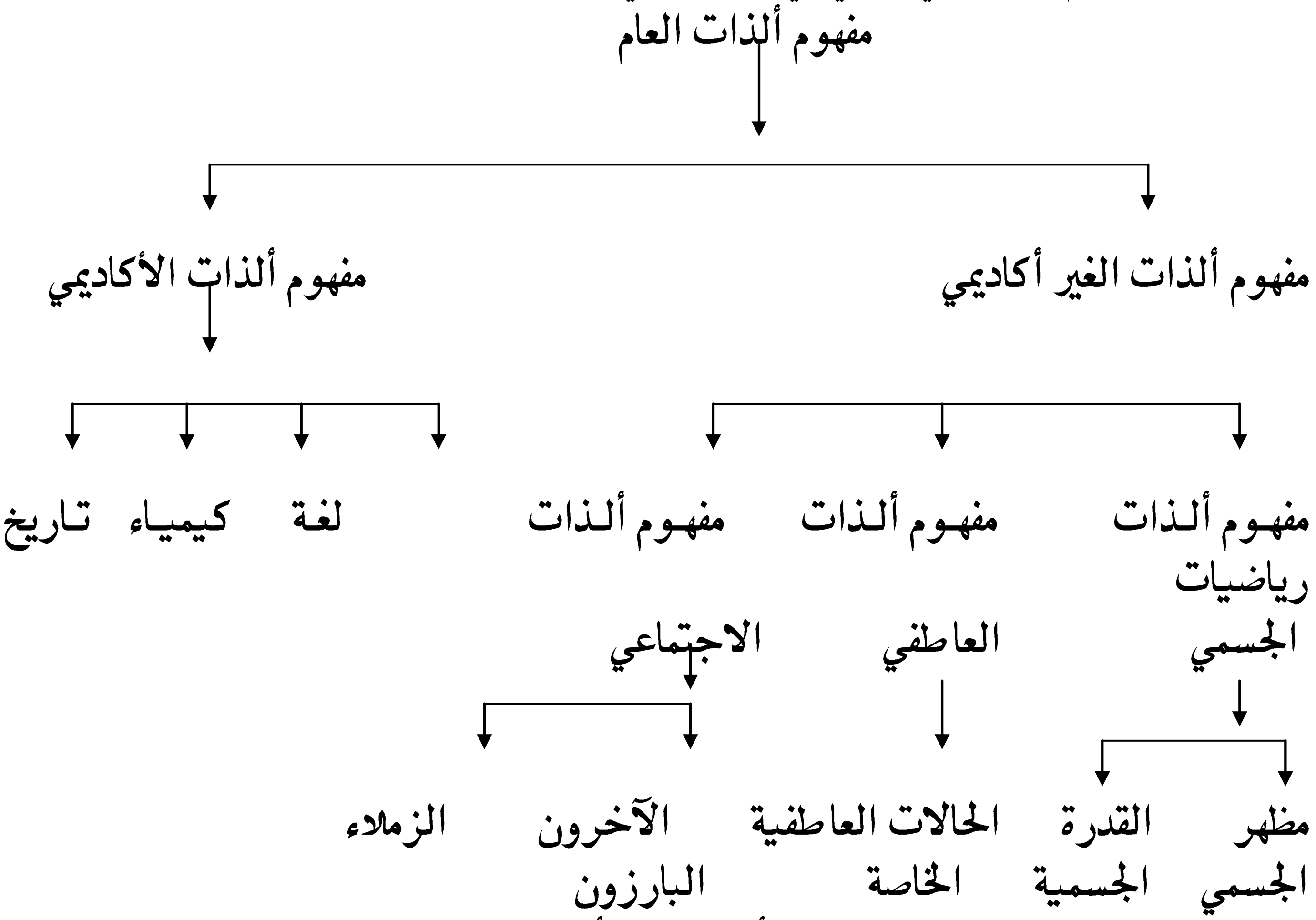
6 ـ خصائص مفهوم الذات:

يتميز مفهوم الذات بعدة خصائص و هي :

1.6ـ **مفهوم الذات منظم** :يجمع الأفراد كمية كبيرة من المعلومات ليتندوا إليها في إدراكهم لذواتهم ،وللوصول إلى صورة عامة عن الذات ،فان الفرد ينظم المعلومات في تجمعات صغيرة يتناقص عددها باستمرار ليتكون منها تجمعات عريضة أو واسعة (عدس ،153،1999).

6. 2ـ **مفهوم ألذات متعدد الجوانب** :لفهم ألذات جوانب وليس أحادي الجانب فقد يشاركه في تصنيف الخبرات التي يمر بها إلى فئات الكثير في المجالات كالمدرسة التقبل الاجتماعي ،الجاذبية الجسمية ،والقدرة العقلية والجسمية ......الخ (قحطان ،43،2004).

6ت3ـ **مفهوم ألذات هرمي** :يشكل مفهوم ألذات هرما قاعديا للخبرات التي يمر بها الفرد في مواقف خاصة وقمته مفهوم ألذات وهي ما هي في الشكل التالي :



شكل رقم (2) .يبين هرمية أبعاد مفهوم ألذات (قحطان ،40،2004)

4.6ـ **مفهوم ألذات ثابت** :يتميز مفهوم الذات بالثبات النسبي وخاصة في قمة الهرم ويقل ثباته كلما نزلنا من قمة الهرم والى قاعدته ،حيث يتنوع مفهوم ألذات لتنوع المواقف (قحطان ،45،2004).

5.6**ـ مفهوم ألذات نمائي** :يتطور مفهوم ألذات عند الطفل مع تقدمه في العمر وتحسين قدرته المعرفية وزيادة تفاعله مع الآخرين،واتساع خبراته ففي البداية لا يدرك الطفل ذاته ككيان مستقل ولكن عند تقلبه على الفراش ووقوعه على الأرض يكتشف الطفل جسمه كشيء مستقل عن سائر الأشياء بهذا يبدأ إدراكه للذات الجسمية وفي مرحلة ما قبل المدرسة يعرف الطفل إن له شخصية مختلفة عن الآخرين ويزداد تمركزه حول ذاته ،ومع دخوله المدرسة وزيادة تفاعله مع أقرانه يقل تدريجيا تمركزه حول ذاته ويبدأ في تقبل أفكار الجماعة التي ينتمي لها ،ومع دخول مرحلة المراهقة يبدأ في بناء صرحه الذي يتعدل ويتشكل حسب علاقاته الاجتماعية وحسب أساليب التنشئة الاجتماعية التي يتعرض لها في المنزل والمدرسة والمجتمع بأسره (علوان ،2003،254).

وباختصار يمكن القول بان مفهوم ألذات مفهوم نمائي حسب مراحل العمر وحسب أساليب المعاملة الوالدية والتنشئة الاجتماعية.

7 ـ **وضائف مفهوم ألذات** :

يتفق العلماء والباحثون على أن مفهوم ألذات يعتبر حجر الزاوية في الشخصية ،وان وضيفته الأساسية هي السعي للتكامل واتساق الشخصية ليكون الفرد متكيفا مع البيئة التي يعيش فيها وجعله بهوية تميزه عن الآخرين .

فيقول البورت (allport) ((إن وضائف ألذات هي العمل على وحدة وتماسك الشخصية وتميز فردا على آخر وهي ساعد على اتساق الفرد وتقييماته ومقاصده)).(قحطان ،2004،60).

أما لابين وجريت فيعتقد أن مفهوم الذات هو الذي يقوم بصفة أساسية بتوجيه وضبط وتنظيم أداء الفرد وعمله .(قحطان ،2004،61).

وذهب عبد الحافظ سلامة إلى أن لمفهوم الذات وضيفة دافعية وتكامل وبلورة عالم الخبرة المتغير الذي يوجد الفرد في وسطه (ينظم ويحدد السلوك).(سلامة ،2007،54).

بالإضافة إلى هذا فان مفهوم الذات يلعب دورا محوريا في تشكيل سلوك الفرد وإبراز سماته المزاجية ،فكل منا بنحو إلى أن يسلك بالطريقة التي تتفق مع مفهومه لذاته ،فإذا كان مفهوم عن ذاتي أنني رصين وقور فمن الصعب توقع أن يصدر عني سلوك يختلف عن ما تفرضه الرصانة ،وما يفرضه الوقار ،واذا كان مفهوم عن ذاتي أنني مريض ضعيف البنية فاغلب الضن أنني لن أشارك في أنشطة تتطلب كفاءة بدنية أو جهد جسماني .(كامل ،2000،115).

مما سبق يمكن أن مفهوم الذات عامل أساسي في التحكم في السلوك البشري إذا انه ينظم ويظبط الاستجابات الذاتية في مواقف الحياة المختلفة .

8 ـ **العوامل المؤثرة في مفهوم ألذات**:

هناك مجموعة من العوامل التي تؤثر في مفهوم الذات نذكر منها :

1ـ يتأثر مفهوم الذات بأساليب التنشأة الوالدية حيث يؤدي أسلوب التحكم والسيطرة إلى ظهور الخوف ،والقلق والتردد والانسحاب ،والكبت في نفوس الأبناء مما يؤثر بشكل سلبي في نظرتهم لأنفسهم ،وفي تشكيل مفهوم الذات لديهم .

2ـ إن فقدان احد الوالدين أو كليهما يؤثر بشكل سلبي في مفهوم الطفل لنفسه لأنه في حاجة للشعور بالمحبة والقبول والشعور بالانتماء والحصول على الرعاية والعناية والتوجيه والتعلم من الوالدين .

3. إن التباين القيمي الناتج عن الانتماء الطبقي يشكل اختلافا في الرؤية وكل منا يعد أبناؤه لممارسة أوضاع اجتماعيا وطبقية مماثلة له ،وهذا بدوره يؤثر في رؤية الطفل لنفسه.(قحطان ،2004،128).
4. تؤثر صورة الجسم ومظهره واستعداده البدني على مفهوم الذات لدى الفرد ويتوقف هذا التأثر على نظرة الآخرين والتقييم الدائم بين الحسن والرديء (بلحاج ،2007،29).
5. ان متغيرات الجنس يعد من المتغيرات المهمة التي تؤثر في مفهوم الذات فهو يحد إلى حد ما أساليب المعاملة الوالدية ،حيث يمنح الولد حرية الحركة والتعبير عن أرائه وميوله وتطلعاته أكثر من البنت (قحطان ،2004،141)
6. تتأثر نظرة الفرد لذاته بما كونه من مفهوم لذاته الأكاديمية وبمدى حققة من نجاح أو لحقه من فشل ومن انطباعات وتفاعلات وردود أفعال اتجاه الحياة المدرسية ،بما فيها علاقة الفرد بمدرسيه وزملائه (شحاتة ،2005،36).
7. تلعب اللغة دورا هاما في مفهوم الذات فعندما يبدأ الطفل التحدث والتعبير عن رغباته ،يستخدم من الألفاظ ما يشير إلى حاجاته ورغباته ثم أن اسم الطفل الذي ينادى به مرات عديدة في اليوم قد يساعده على أن يدرك ذاته كشيء متميز ومستقل (شحاتة ،2005،37) .

9. قياس مفهوم ألذات :

بعد الاختلافات المتباينة في النظريات فان هناك عدة أساليب لقياس مفهوم الذات عن طريق التقارير الذاتية التي يكشف من خلالها الفرد عن مستوى مفهومه لذاته عن طريق قياس معد لقياس مفهوم الذات .

1.9. سلالم التقدير :هي أكثر أنواع شيوعا في قياس مفهوم الذات وتتكون من اسألة أو قوائم أو مقياس اتجاهات نحو الذات ،ويطلب من المفحوص اختيار الاستجابة التي تمثله ،وتكون الاستجابات من ثلاثة فأكثر ،وتعطى لكل استجابة درجة معينة ،كان يعطى للفقرة الايجابية الدرجة الأعلى ،والفقرة الأكثر سلبية الدرجة الدنيا ،وتكون هذه التقديرات كأوزان عددية للوصول إلى الدرجة الكلية للمقياس.
وفي هذه الحالة تعتبر جميع العبارات متساوية في الأهمية عند حساب الدرجة ، على سبيل المثال عبارت أنا متردد تكون الاستجابات أما ثلاث درجات :دائما .....غالبا ....نادرا .- أو سلم من أربع درجات مثل :تنطبق علي - أو سلم خماسي الدرجات :- أوافق بشدة /غير متأكد/لا أوافق /لا أوافق بشدة .

2.9. قائمة رصد الصفات :هي عبارة عن قائمة من الأوصاف والنعوت ،ويطلب من المفحوص أن يشير إلى الفقرة التي تمثل ذاته ،وتكون في الغالب عبارات قصيرة تكون الإجابة عليها بنعم أو لا بحسب انطباقها وعدم انطباقها على المفحوص ،ومن مزايا هذا النوع من المقاييس أنها سهلة تناسب الأطفال الصغار في اختيار الاستجابتين ،وما يأخذ على هذا الأسلوب هو انه قد تضيع الكثير من الاستجابات بين نعم ولا بحيث تبتعد عن الدقة في التقييم (قحطان ،2004،66) .

3.9. تصنيف كيو :تتكون هذه الطريقة من عدد كبير من العبارات التي تصف الذات ،قد تصل إلى 1510 فقرة ،وتكتب على بطاقات صغيرة مرقمة ترقيما متسلسلا ،وتستخدم لوحة للتصنيف قسمة إلى تسعة أقسام ويطلب من المفحوص أن يصنف هذه العبارات ابتداءا من اقرب نعت إلى ذاته إلى ابعد نعت لذاته، أو بعبارة أخرى أقصى درجات الانطباق على المستجيب إلى أقصى درجات عدم الانطباق ،وفي جلسة أخرى يصنف المستجيب نفس العبارات مرة أخرى بنفس الطريقة بالنسبة لمفهوم الذات المثالي (كما يود المرء أن يكون)،وبعد ذلك بحسب وعامل الارتباط بين التصنيف الأول الخاصة بمفهوم الذات

المدرك ،والتصنيف الثاني الخاص بمفهوم الذات المثالي ،ويمثل عامل الارتباط الناتج درجة مفهوم الذات، أو دليل مفهوم الاذت الذي يستخدم في البحوث الشخصية كمؤشر للتوافق (قحطان ،2004،67).

4.9- الأساليب الاسقاطية :إن الطرق الاسقاطية عبارة عن أساليب غير محددة يعطيها الفرد معاني نابعة من باطنه،وهذه الطرق لاتهتم إذا كانت استجابات الفرد صائبة أم خاطئة ،وإنما تهتم بطريقة تعبيره عن نفسه فالطريقة التي يفسر فيها المؤثرات المختلفة تمكن الاختصاصين من استقراء ملامح شخصية الفرد ،وقد استخدمة هذه الأساليب في دراسة مفهوم الذات اللاشعور من قبل "فريد مان "1955 و"موسن"و"جونز"1957 و "النتون "و"جراهام "1958.وأكثر الطرق الاسقاطية شيوعا كما ذكرها "اندرسون"و"اندرسون"(anderson et anderson) اختبار تداعي الكلمات وترابطها ،واختبار تكملة جملة ،واختبار رسم شخص ،واختبار رورشاخ .

5.9- المقابلة :استخدمة هذه الطريقة في الإرشاد والعلاج النفسي لدراسة مفهوم الذات،الذي يعد حجر الزاوية في بناء شخصية الفرد ،أما أكثر نظريات الإرشاد والتوجيه استخداما لها نظرية روجرز التي تركز على المسترشد ،حيث تتطلب هذه الطريقة إن يقدم الاحترام الغير مشروط للمسترشد ،وان يسعى إلى خلق جو من الألفة والمحبة والثقة المتبادلة التي تساعد المسترشد على البوح مما في داخله وخبراته ،ويمكن أن يوجه بشكل غير مباشر إلى السلوك المرغوب إذ يختلف أسلوب هذه المقابلة عن اتجاه التحليل النفسي (قحطان ،2004،70)

وفيما يلي أمثلة من مقاييس مفهوم الذات

المقياس	تدرج المقياس	الفئة العمرية	عدد الفقرات
مقياس كوبر سميث	مستويان نعم ـ لا	16.10 سنة	58 فقرة
مقياس بيرز ـ هاريس	مستويان نعم ـ لا	16.08 سنة	80 فقرة
مقياس تينيسي	خمسة مستويات	12 فاكثر	100 فقرة
مقياس بيلدسو	ثلاثة مستويات	13.07 سنة	30 فقرة
مقياس بيرز هاريس المكيف للبيئة الاردنية	مستويان نعم ـ لا	18.08 سنة	
مقياس مفهوم الذات لجمال حميد قاسم المطبقة على البيئة العراقية	مستويان نعم ـ لا	12.06 سنة	58 فقرة

جدول رقم (1) يمثل مقاييس مفهوم الذات (قحطان ،2004،71)

10. العلاقة بين مفهوم الذات والخجل :

إن مفهوم الذات هو المجموع الكلي لإدراكات الفرد وهو صورة مركبة من تفكير الفرد عن نفسه ،وعن تحصيله ،وعن خصائصه وصفاته الجسمية والعقلية والشخصية واتجاهاته نحو نفسه وتفكيره بما يفكر الآخرون عنه ،وبما يفضل أن يكون عليه،فإذا كان الفرد يشعر بان لا قيمة له وبأنه يفتقر لاحترام الذات تؤثر دوافعه واتجاهاته في سلوكه ،وتكون نظرته إلى الأشياء تشاؤمية ،وهذا ما ينتج عنه مفهوم ذات متدني ،وهو ما يؤدي إلى العديد من المشكلات التي تأثر على الفرد مثل التشاؤم ،الإحباط ،العدوانية

،الخجل ،هذا الأخير الذي يعتبر حالة انفعالية يشعر فيها الفرد بالحياء الشديد في غير موضعه ،ومعه حيرة وتردد وعجز وتعلثم .

وقد أشارة سهير كامل انه قد ثبت أن مفهوم الفرد عن ذاته ذو تأثير كبير في كثير من جوانب سلوكه كما انه متعلق بشكل مباشر بحالته العقلية وشخصيته بوجه عام ،ويميل اولائك الذين يرون أنفسهم على انه غير مرغوبين ولا قيمة لهم إلى السلوك وفق هذه الصورة التي يرونا أنفسهم عليها كما يميل أصحاب المفهوم غير الواقعي عن أنفسهم إلى التعامل مع الناس والحياة بأساليب غير واقعية ،كما يتجه من لديهم مفهوم منحرف أو شاذ عن أنفسهم إلى السلوك بأساليب منحرفة أو شاذة .(شحاتة،2006،182).

خلاصة :

بناءا على ما سبق اتضح أن لمفهوم الذات عدة تعاريف تختلف باختلاف انتماء أصحابها ،كما أن لها واقع كبير على توافق الفرد النفسي والاجتماعي ،بحيث يتكون مفهوم الذات في جانبه الايجابي أو السلبي حسب ما يتلقاه الفرد من خبرات نجاح أو فشل ،فالصدمات المتكررة وخبرات الفشل تدفع بالفرد نحو تكوين مفهوم متدني عن الذات ،والشعور بالنقص ،وهنا يمكن القول أن مساعدة الأفراد الذين يحملون مفهوما سلبيا عن الذات عن طريق تعزيز مفهوم الذات الايجابي لديهم يرفع من مستوى انخفاض مفهوم الذات ويحول دون وقوعهم في الشعور بالنقص والدونية .

الجانب الميداني

الفصل الثالث

الأسس المنهجية للدراسة

- الدراسة الاستطلاعية
- الدراسة الأساسية
- منهج الدراسة
- مجلات الدراسة
- العينة وخطوات اختيارها
- أدوات الدراسة
- مقياس الخجل
- مقياس مفهوم الذات
- طريقة جمع البيانات وتفريغها
- الأساليب الإحصائية المستعملة

خلاصة

تمهيد :

بعد أن اتضحت الرؤية في الجانب النظري من البحث وتحددت أبعاد مؤشرات كل متغير ، يأتي الجانب الميداني للبحث و الذي يرتبط ارتباطا وثيقا بالجانب النظري ، إذ انه لا يمكن التوصل إلى اقتراحات وحلول بناءه للمشكلة المطروحة ، إلا بعد الدراسة الميدانية ، و للقيام بهذه الدراسة يجب الاعتماد على مجموعة من الإجراءات المنهجية ، باعتبارها جانبا مهما في الدراسة الميدانية لأنها تحدد كل الأبعاد المنهجية التي تتعلق بالبحث ، من المنهج المستخدم في الدراسة ، عينة الدراسة ، الأدوات المستخدمة لجميع البيانات ، وهذا ما سيتم عرضه من خلال هذا الفصل .

1 - الدراسة الاستطلاعية:

عادة في البحث العلمي يكون الهدف من الدراسة الاستطلاعية مسح الميدان ومعرفة كل العراقيل و الصعوبات، التي يمكن أن تواجه الباحث في تطبيق أدوات الدراسة، وكذا في مراحل اختبار العينة.
بدأت دراستنا الاستطلاعية بزيارة المتوسطتين (متوسطة الحسن البصري / متوسطة سيدي عامر الجديدة)، وكان الهدف من الزيارة هو تجريب مقياس البحث المتمثلين في " مقياس مفهوم الذات ومقياس الخجل "، وذلك لمعرفة قدرة الاستيعاب لدى التلاميذ لبنود المقياسين وفهمهما، ولحساب صدق وثبات كل مقياس ، حيث طبق المقياس على 20 تلميذ ، وتم حساب ثباتهما بطريقة التجزئة النصفية (عبارة فردية وزوجية). مستخدمين معامل الارتباط لبيرسون، ومعادلة تصحيح الطول لسبيرمان فكان معامل الثبات لمقياس مفهوم الذات 0.77، ومعامل ثبات مقياس الخجل 0.65، أما معامل الصدق الذاتي فكان كالتالي: صدق مقياس مفهوم ذات يساوي 0.87 وصدق مقياس الخجل يساوي 0.80 وكلاهما دال وعالي.

1- الدراسة الأساسية:

1-2 منهج الدراسة : تتعدد مناهج و طرق البحث بتعدد طبيعة المواضيع، ولذا يجب على الباحث اختيار منهج مناسب دون غيره في دراسته.
وفقا لطبيعة المشكلة المطروحة في دراستنا توجب علينا إتباع المنهج الوصفي ألارتباطي " الذي يهتم بوصف الظاهرة ودراسة علاقة التلازم بين المتغيرين أو أكثر وقياس درجة العلاقة بينهما باستخدام معامل الارتباط ". (صالح الأزرق، 2000،ص 249). ويأتي استخدام هذا المنهج في الدراسة الحالية، من خلال الكشف على العلاقة الارتباطين بين "الخجل ومفهوم الذات".

2-2- مجالات الدراسة :

2-2-1- المجال المكاني للدراسة :

أجرى البحث في جانبه الميداني بمتوسطتي الحسن البصري و الجديدة ببلدية سيدي عامر ولاية المسيلة.

2-2-2- المجال الزمني للدراسة :

يتمثل المجال ألزماني في المدة الزمنية التي نزلت فيها الطلبات إلى الميدان، وعليه فقد استغرق البحث في جانبه الميداني مدة 15 يوما، وذلك في الفترة الممتدة من 20-04-2012 إلى 05-05-2012.

2-2-3- المجال البشري:

يشمل المجال البشري تلاميذ السنة الثانية متوسط في متوسطتي (الحسن البصري و متوسطة سيدي عامر الجديدة)، وبلغ عددهم 294 .

2-3 العينة وخطوات اختيارها :

تم تحديد مجتمع البحث في متوسطة الحسن البصري، فكان عدد التلاميذ 57، ومنهم 27 إناث و 30 ذكور وتم اعتمادنا على العينة القصدية الغرضية، حيث طبقنا مقياس الخجل على 180 تلميذ من المتوسطتين وقد كان عدد الإجابات المقبولة 169 استمارة، أي بنسبة 93.88 % من إجمالي الإجابات وذلك لعدم توفر البقية على إجابات كاملة ، فتم إلغاؤها. وبعد حساب درجاتهم على مقياس الخجل و ترتيبهم ترتيب تنازلي أخذنا مرتفعي الخجل أي من 72 درجة إلى 108 درجة فكان عددهم 36 تلميذ وتلميذة ، منهم 17 ذكر و 19 أنثى وهي تتميز بمايلي :

- **من حيث العمر:**

العينة	متوسط العمر	المدى
36	14.52	16-12

جدول رقم (2)

- **من حيث الجنس:**

نوع الجنس	العدد	النسبة
ذكور	17	% 47.22
إناث	19	% 52.77
المجموع	36	% 100

جدول رقم (3)

4-2 أدوات الدراسة :

يتم تحديد وسائل جميع البيانات كخطوط أساسية في الدراسة الميدانية، وذلك للتمكين من الحصول على أكبر قدر من المعلومات حول موضوع الدراسة، ويتم هذا التحديد وفقا لطبيعة الموضوع المعالج، وفقا للمنهج المستخدم في الدراسة، و الأدوات المستخدمة في الدراسة الحالية هي :

- مقياس الخجل لحسين عبد العزيز الدريني .
- مقياس مفهوم الذات لبيرز-هاريس.

2-4-1- مقياس الخجل:

تم تطبيق مقياس الخجل الذي أعده الدكتور حسين عبد العزيز الدريني الذي يعرف الخجل بأنه " الميل إلى تجنب التفاعل الاجتماعي مع المشاركة في المواقف الاجتماعية بصورة غير مناسبة " . (انظر الملحق رقم (1).

كان المقياس في صورته الأولية يحتوي على 42 عبارة، يمكن استخدامها في قياس الخجل، وذلك بناءا على اتفاق المحكمين، بحيث م تقل درجة الاتفاق عن 70 %، وبعد حساب صدق الوحدات ثم استبعاده وحدات، وبذلك أصبح عدد وحدات المقياس 36 وحدة.

تتم الإجابة على بنوده : نعم |أحيانا| لا

توجد 26 عبارة إيجابية هي : 1، 2، 7، 11، 12، 13، 14، 16، 17، 18، 19، 20، 21، 22، 23، 24، 26، 27، 28، 29، 31، 32، 33، 34، 35، 36.

و10 عبارات سلبية هي: 3، 4، 5، 6، 8، 9، 10، 15، 25، 30.

- **حيث تنطق العبارات الايجابية كالتالي :**

نعم	أحيانا	لا
3	2	1

والعبارات السلبية :

نعم	أحيانا	لا
1	2	3

ثم تجمع الدرجات لتكون الدرجة المعيارية 108 درجة، أي الحد الأعلى. أما الحد الأدنى فيكون 36 درجة، في حين الدرجة المتوسطة هي 72 درجة. فما فاق 72 درجة يكون لديه خجل مرتفع وما قل عن 72 درجة يكون لديه خجل منخفض.

- **صدق المقياس** : لحساب صدق المقياس طلب من العينة (.............)، أن يقدروا درجة الخجل لديهم على مقياس متدرج يتراوح بين 8-1 أي من أعلى درجات الخجل إلى أقلها، بعد ذلك حسب الارتباط بين درجة الخجل – بناء على التقدير الذاتي للمفحوص على المقياس المتدرج – و الدرجة الكلية لكل فرد على المقياس الحالي – كان الارتباط 0.79 وهو معامل دال وعال.
- ثبات المقياس : حسب ثبات المقياس باستخدام التجزئة النصفية على أساس فردي – زوجي، ووجد معام ثبات 0.80 وهو معامل دال وعال.

2-4-2- **مقياس مفهوم الذات** :

- تم تطبيق مقياس مفهوم الذات لبيرز-هاريس الذي يلاءم الأطفال و المراهقين، يصلح للتطبيق جماعيا على أطفال بدء، من الصف 5 ابتدائي (11سنة). كما يمكن تطيقه فرديا على أطفال أصغر سنا، وقد صمم المقياس في الأساس كأداة للبحث العلمي في مجال دراسة تطور اتجاهات الطفل و المراهق نحو ذاته، والمتغيرات المرتبطة بتلك الاتجاهات وقد قام بنقله إلى اللغة العربية جابر عبد الحميد جابر، ومديحه محمد العزبي.(انظر الملحق رقم2).

ويتكون المقياس من 80 عبارة تتم الإجابة عليها بنعم أو لا.

نعم	لا
1	0

وتصحح البنود في إتجاه مفهوم الذات المرتفع كما يلي :

العبارات التي يجاب عليها بـــ نعم هي: 2، 5، 9، 12، 15، 16، 17، 19، 21، 23، 24، 27، 29، 30، 33، 35، 36، 39، 41، 42، 44، 51، 49، 52، 54، 55، 57، 60، 63، 67، 69، 70، 72، 73، 76، 80.

و العبارات التي يجاب عيها بـ لا هي :

1، 3، 4، 6، 7، 8، 10، 11، 13، 14، 18، 20، 22، 25، 26، 28، 31، 32، 34، 37، 38، 40، 43، 45، 46، 47، 48، 50، 53، 56، 58، 59، 61، 62، 64، 65، 66، 68، 71، 74، 75، 77، 78، 79.

- **صدق المقياس :** لتحقيق صدق المحتوى لهذه الأداة، ثم تحديد المجال الذي يعرض للقياس، باعتباره يضم الجوانب التي تناولتها عبارات الأطفال عما يحبون ولا يحبون عن أنفسهم، ولكن ثم بعد ذلك حذف العبارات التي لا تميز ذوي مفهوم الذات الموجب وذوي مفهوم الذات السالب.

وقد قارن مايلر (maylor) عام 1965 بين درجات عينة تلاميذ التربية الخاصة. (98 تلميذ أعمارهم بين 12 و 16 سنة). على مقياس بيرز-هاريس ودرجاتهم على مقياس مفهوم الذات للأطفال عند ليبست وحصل على معامل ارتباط بينهما بلغ 0.68.

كما حسب كوكس 1966 معامل الارتباط بين درجات عينة تلاميذ الصف السادس إبتدائي و الثالث الإعدادي بلغت 97 تلميذ على مقياس بيرز-هاريس ودرجاتهم في قائمة مشكلات الشباب فبلغ 0.64 وكان معامل الارتباط بين درجات على مقياس بيرز-هاريس و المشكلات الصحية 0.48.

- **ثبات المقياس :** استخدمت معادلة كودر ريتشارد من 21 للحكم على تجانس الاختيار التي تسلم بأن جميع العبارت ذات درجة واحدة من حيث الصعوبة، وقد تراوحت معاملات الارتباط المحسوبة بهذه المعادلة ما بين 0.78 و 0.93 أعيد تطبيق المقياس بعد أربعة شهور على نصف عينة التقنين بلغت الارتباط 0.72، 0.71، 0.72 ومنه يتضح أن مقياس متسق داخليا وثباته مناسب.

2-5- طريقة جمع البيانات وتفريغها :

بعد تطبيق مقياس الخجل وتحديد العينة الأساسية، ثم توزيع مقياس مفهوم الذات على أفراد هذه العينة ثم شرحت لهم كيفية أو طريقة الإجابة عنه، وبعد انتهائهم من الاجابة المباشرة أخذ منهم المقياس، وقامت الطالبة بعملية تحويل البيانات الكيفية إلى بيانات كمية، وذلك حسب الطريقة المتبعة و المذكورة سابقا في تحويل البيانات الكيفية للمقياس إلى بيانات كمية.

2-6- الأساليب الإحصائية المستعملة :

- **النسبة المئوية** : استعملت في كيفية استخراج نسبة العينة من المجتمع الاصلي بالقانون التالي:

أفراد المجتمع الأصلي ←———— 100 %

العينة ←———— س

ومنه: س $\frac{\text{العينة}}{\text{أفراد المجتمع الأصلي}}$

- **المتوسط الحسابي**: قانونه كالتالي:

$$\text{س} = \frac{\text{مج س}}{\text{ن}}$$

- **معامل الارتباط بيرسون** : قانونه كالتالي:

$$\text{ر} = \frac{\text{ن مج (س.ص)} - \text{مج (س) مج (ص)}}{[\text{ن مج س}^2 - (\text{مج س})^2][\text{ن مج ص}^2 - (\text{مج ص})^2]}$$

حيث ان :

- ر: تمثل معامل الارتباط لبيرسون
- مج: تمثل مجموع الدرجات
- س: المتغير المستقل
- ص: المتغير التابع
- ن: عدد أفراد العينة

- لحساب الفروق : قانونه كالتالي:

$$\text{ت} = \frac{\overline{\text{س}_1} - \overline{\text{س}_2}}{\frac{\text{ع}_1^2(\text{ن}_1-1) + \text{ع}_2^2(\text{ن}_2-2)}{\text{ن}_1 + \text{ن}_2 - 2} \quad \frac{1}{\text{ن}_1} + \frac{1}{\text{ن}_2}}$$

- $\overline{\text{س}_1}$ = المتوسط الحسابي للمجموعة الأولى
- $\overline{\text{س}_2}$ = المتوسط الحسابي للمجموعة الثانية
- ع1^2 = مربع الانحراف المعياري للمجموعة الأولى
- ع2^2 = مربع الانحراف المعياري للمجموعة الثانية
- ن1 = عدد أفراد المجموعة الأولى
- ن2 = عدد أفراد المجموعة الثانية

خلاصة:

من خلال ما تم عرضه في هذا الفصل تكون قد أوضحت أهم الإجراءات الميدانية بداء بالدراسة الاستطلاعية، وكيفية اختيار العينة ثم الدراسة الأساسية، حيث تعرضنا لمنهج ومجلات و أدوات الدراسة وانتهاء بالأساليب الإحصائية المستعملة في البحث.

الفصل الرابع

عرض وتحليل النتائج

تمهيد

- ☜ عرض ومناقشة النتائج
- ☜ تحليل النتائج على ضوء الفرضيات
- ☜ الفرضية الأولى
- ☜ الفرضية الثانية
- ☜ الفرضية الثالثة
- ☜ تعليق عام عن النتائج

خلاصة

تمهيد:

إن الدراسة الميدانية وسيلة هامة للوصول إلى الحقائق المجودة في المجتمع، إذ عن طريقة الميدان يصبح بإمكان جمع البيانات وتحليلها لتدعيم الجانب النظري وتأكيده، وفي هذا الفصل سنتعرض إلى تحليل النتائج وتفسيرها، ثم مناقشة الفرضيات على ضوء النتائج، و الهدف من تحليل النتائج هو البرهنة على صحة الفروض أو خطئها.

عرض ومناقشة النتائج :

ويمكن عرضها كالتالي:

عرض نتائج الفرضية الأولى:

والتي كان نصها أن هناك علاقة ارتباطيه بين الخجل و مفهوم الذات، وللتأكد من صحة الفرضية الأولى تم استخدام معامل الارتباط بيرسون لمعرفة طبيعة العلاقة بين المتغيرين، ونتائج التحليل الإحصائي في الجدول رقم (5) .

جدول رقم (4) يبين نتائج أفراد العينة على المقياسين :

عدد التلاميذ	الخجل س	مفهوم الذات ص	س×ص	$س^2$	$ص^2$
1	90	24	2160	8100	576
2	85	51	4335	7225	2601
3	84	46	3864	7056	2116
4	81	62	5022	6561	3844
5	78	55	4290	6084	3025
6	78	56	4368	6084	3136
7	78	50	3900	6084	2500
8	77	33	2541	5929	1089
9	76	65	4940	5776	4225
10	75	45	3375	5625	2025
11	75	56	4200	5625	3136
12	74	41	3034	5476	1681
13	74	60	4440	5476	3600
14	73	56	4088	5329	3136
15	72	58	4176	5184	3364
16	73	49	3577	5329	2401
17	72	57	4104	5184	3249
18	72	56	4032	5184	3136
19	80	52	4160	6400	2704
20	79	65	5135	6241	4225

21	79	43	3397	6241	1849
22	78	42	3276	6084	1764
23	78	63	4914	6084	3969
24	78	34	2652	6084	1156
25	76	45	3420	5776	2025
26	76	62	4712	5776	3844
27	74	64	4736	5476	4096
28	74	43	3182	5476	4096
29	74	62	4588	5476	3844
30	73	54	3942	5329	2916
31	73	66	4818	5329	4356
32	73	53	3869	5329	2809
33	72	63	4536	5184	3969
34	72	66	4752	5184	4356
35	72	63	4536	5184	3969
36	72	64	4608	5181	4096

جدول رقم (5) طبيعة العلاقة بين الخجل و مفهوم الذات :

	مج س	مج س^2	مـــج س × ص	معامل الارتباط بيرسون	الدلالة
الخجل	**4740**	**209148**	**145679**	**-0.32**	**دال**
مفهوم الذات	**مج ص**	**مج ص^2**			
	1924	**106636**			

يبين لنا الجدول مجموعات درجات التلاميذ المتحصل عليها في مقياس الخجل ومفهوم الذات وكذلك معامل الارتباط بيرسون حيث قدر بـ:0.32- مما يعني انه توجد علاقة ارتباطيه عكسية بين الخجل و مفهوم الذات.

1-2-عرض نتائج الفرضية الثانية :

وهي تنص على أن: الإناث أكثر خجلا من الذكور في السنة الثانية متوسط.

جدول رقم (6) يوضح دلالة الفروق الإحصائية بين الجنسين فيما يخص الخجل :

	الجنس	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
مقياس الخجل	أنثى	19	76.78	25.50	1.05	0.05
	ذكر	17	75.35	7.39		

يبين لنا الجدول المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية بالنسبة للتلاميذ حيث نلاحظ أن المتوسط الحسابي للإناث قدر بـ : 76.78 وبانحراف معياري بلغ 25.25، بينما المتوسط الحسابي للذكور قدر بـ : 75.35 وبانحراف بلغ 7.39 وأما قيمة ت فقد بلغت 1.05.

مما يعني انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين فيما يخص الخجل عند مستوى دلالة 0.05.

1-3-عرض نتائج الفرضية الثالثة :

تنص على انه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين فيما يخص مفهوم الذات

جدول رقم (7) : يوضح دلالة الفروق الإحصائية بين الجنسين فيما يخص مفهوم الذات.

	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
مقياس مفهوم الذات	ذكر	17	55.29	3.45	1.40	0.05
	أنثى	19	51.78	3.83		

من خلال الجدول نلاحظ ان المتوسط الحسابي للذكور بلغ 55.29 وبانحراف معياري قدر بـ:3.45، بينما متوسط الإناث قدر بـ:51.78 وبانحراف معياري بلغ 103.63، وقدرت القيمة ت بـ:1.40 مما يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين فيما يخص مفهوم الذات عند مستوى دلالة 0.05.

2-تحليل النتائج على ضوء الفرضيات: ونوردها حسب كل فرضية وهي كالتالي:

2-1- الفرضية الأولى:

توجد علاقة ارتباطيه بين الخجل و مفهوم الذات، دلت النتائج من خلال الجدول رقم (5) على انه توجد علاقة ارتباطيه عكسية بين الخجل ومفهوم الذات، أي كلما زاد الخجل نقص مفهوم الذات، ومنه فإن الفرضية الأولى قد تحققت.
وربما هذا الارتباط راجع إلى شعور التلميذ بالنقص وفقدان ثقته بذاته.

2-2- الفرضية الثانية:

الإناث أكثر خجلا من الذكور في السنة الثانية متوسط.
دلت النتائج من خلال الجدول رقم (6) أنه لا توجد فروق بين الجنسين بالنسبة للخجل وهو ما يدل على عدم تحقق الفرضية الثانية، وهذا يختلف مع دراسة كول مع آخرين في 1994 حيث أسفرت عن أن الإناث أكثر إظهارا للخجل من الذكور لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.
إن عدم وجود اختلاف بين الجنسين فيما يخص الخجل قد يرجع إلى التفتح و التطور الحاصل في المجتمع، وكذلك اقتحام الأنثى للعديد من المجلات و الميادين

2-3- الفرضية الثالثة :

توجد فروق ذات دلالة بين الجنسين فيما يخص مفهوم الذات.
دلت النتائج من خلال الجدول رقم (7) أنه لا توجد فروق بين الجنسين في مفهوم الذات و بالتالي عدم تحقق الفرضية الثالثة، وقد يرجع هذا إلى البيئة التي تقبل الآخرين للتلميذ وزرع الثقة بنفسه، وهو ما يؤدي إلى تكوين مفهوم ذات إيجابي لديه.

3-تعليق عام عن النتائج:

انطلاقا مما توصلنا إليه بعد تطبيق مقياسي الخجل ومفهوم الذات لدراسة العلاقة الموجودة بينهما عند تلاميذ السنة الثانية متوسط، وكذلك محاولة معرفة ما إذا كانت هناك فروق جنسية من حيث الخجل و كذلك مفهوم الذات، فقد توصلنا إلى انه توجد علاقة ارتباطيه عكسية بين الخجل و مفهوم الذات، أي أنه كلما زاد خجل التلميذ، كلما نقص مفهومه عن ذاته، أما فيما يخص الفروق بين الجنسين في الخجل فأننا لم نتوصل إلى دلالة إحصائية تثبتها.
أما فيما يخص الفروق بين الجنسين في مفهوم الذات فإننا لم نتوصل إلى دلالة إحصائية كذلك.

خلاصة:

من خلال ما تم عرضه في هذا الفصل نكون قد أوضحنا النتائج التي توصلنا إليها، وتحليلها على ضوء كل فرضية وفي الأخير أوردنا تعليق عام على النتائج المتوصل إليها حول فرضيات الدراسة، وهذا ما سمح لنا بوضع بعض المقترحات.

اقتراحات للدراسة :

من خلال ما توصل إليه هذا البحث من نتائج ارتأينا أن نقدم بعض الاقتراحات التي من شأنها أن تزيد الموضوع وضوحا وتمهد الطريق لدراسات وبحوث أخرى في هذا المجال، ولهذه الفئة وتتمثل فيما يلي:

1- ضرورة التمييز بين الخجل و الحياء، و العمل على نشر الحياء المطلوب شرعا وعلاج الخجل.
2- إدماج الأخصائيين النفسانيين و التربويين في المؤسسات التربوية لمساعدة التلاميذ في حل كل مشاكلهم النفسية و التربوية.
3- تهيئة الجو الأسري السوي وتبصير الوالدين بالأسلوب السليم في التربية و التعامل وعدم التركيز على هذه المشكلة مما يشعرهم بالنقص إزاء أنفسهم .
4- تشجيع التلميذ على التفاعل مع أفراد أسرته ومؤسسته التربوية.
5- العمل على تنمية مفهوم الذات الايجابي للتلميذ، وذلك بتقبله وتعزيز ثقته بنفسه.
6- إجراء دراسات تتمحور حول هذا الموضوع.

خاتمة :

لقد اتضح لنا من خلال ما تمت الإحاطة به سواء في الجانب النظري أو الجانب الميداني، لدراسة الخجل و علاقته بمفهوم الذات لدى تلاميذ السنة الثانية متوسط، أنه كلما زاد الخجل قل مفهوم التلميذ عن ذاته، و أنه لا توجد فروق بين الجنسين فيما يخص كل من الخجل ومفهوم الذات.

في ظل النتائج المتوصل إليها في هذه الدراسة، و التي أثبتت أن أفراد عينة الدراسة من الجنسين لا تظهر فروق بينهم في الخجل و مفهوم الذات، ةهذا قد يرجع إلى التفتح الحاصل في المجتمع و التأثر بوسائل الإعلام وخاصة الفضائية.

وفي الختام نقول أن دراستنا هذه مجرد مجهود متواضع قابل للنقد و الإثراء.

قائمة المراجع

قائمة المراجع

المراجع باللغة العربية

1. القرآن الكريم برواية حفص
2. الكتب
3. إبراهيم ابوزيد: سيكولوجيا الذات، ط1، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1987.
4. احمد محمد الزعبي : مشكلات الأطفال النفسية و السلوكية و الدراسية، ط1، دار الفكر دمشق،2005.
5. أسامة محمد البطانية وآخرون، علم النفس الطفل غير العادي، دار المسيرة، عمان، 2007.
6. جمال مثقال القاسم وآخرون، الاضطرابات السلوكية، ط1، درا الصفاء، عمان، 2000.
7. زكريا الشربيني: المشكلات النفسية عند الأطفال، ط1، القاهرة، دار الفكر العربي القاهرة 1994.
8. حامد عبد السلام زهران: التوجيه و الإرشاد النفسي ط2، عالم الكتب، القاهرة، 1980.
9. حامد عبد السلام زهران: دراسات في الصحة النفسية و الإرشاد النفسي، ط1 عالم الكتب، مصر، 2002 .
1. حسان شمسي باشا: كيف تربي أبناءك في هذا الزمان، ط3، دار القلم، دمشق، 2006.
2. حسين عبد العزيز الدريني: مقياس الخجل، درا الفكر العربي، القاهرة. (ب ت).

10. حسن مصطفى عبد المعطي: الاضطرابات النفسية في الطفولة و المراهقة، ط1، مكتبة القاهرة للكتاب، 2001.

11. مايسة احمد النيال، مدحت عبد الحميد ابوزيد، الخجل وبعض أبعاد الشخصية دار المعرفة الجامعية، مصر، 1999 .

12. موفق هاشم صقر الحلبي: الاضطرابات النفسية عند الأطفال و المراهقة، ط2، مؤسسة الرسالة، لبنان، 2000.

13.محمد محروس الشناوي: نظريات الإرشاد و العلاج النفسي، دار غريب للطباعة و النشر و التوزيع، (ب ت).

14. سامي محمد ملحم: علم النفس النمو دورة حياة الإنسان، ط1، دار الفكر، الأردن، 2004 .

15. سامي محمد ملحم: المشكلات النفسية عند الأطفال، ط1، دار الفكر، عمان، 2007.

16. سهير كامل احمد: ألتوجبه و الإرشاد النفسي، مركز الإسكندرية للكتاب، مصر، 2000.

17. عبد المجيد الخليدي، كمال حسن وهبي: الأمراض النفسية و العقلية و الاضطرابات السلوكية عند الأطفال، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة 1998.

18. عبد المطلب أمين القريطي: الصحة النفسية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة 1998.

19. عبد الفتاح محمد دويدار: سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات الاتجاهات، درا المعرفة الجامعية، مصر 1999 .

20. عبد الفتاح محمد دويدار: سيكولوجية العلاقة بين مفهوم الذات و الاتجاهات، ط2، دار النهضة، بيروت، 1992 .

21. عبد الفتاح محمد دويدار: مناهج البحث في علم النفس، ط2، دار المعرفة الجامعية، مصر، 1999 .

22. عبد الحافظ سلامة: علم النفس الاجتماعي، دار البازوري العلمية، الأردن، 2007 .

23. عبد الرحمن صالح الأزرق: علم النفس التربوي للمعلمين، ط1، مكتبة طرابلس العلمية ليبيا، 2000.

24. عبد الرحمن عدس: علم النفس التربوي (نظرة معاصرة)، ط2، درا الفكر، الأردن، 1999.

25. عبد الرحمن بن سلمان النملة: الخجل أسبابه و علاجه، ط1، دار الفضيلة، السعودية،2005.

26. عزيز سماره وآخرون: سيكولوجية الطفولة، ط3، دار الفكر للطباعة و النشر و التوزيع. الأردن 1999.

27. علي سيد خليفة: الخجل و التشاؤم وعلاجها، المركز العربي للنشر و التوزيع، 2001.

28. عمر حسن بدران: كيف تتخلص من الخجل، الدار الذهبية، القاهرة، (ب ت).

29. فاديه علوان: علم النفس الارتقائي، ط1، مكتبة الدار العربية للكتاب القاهرة، 2003.

30. فيوليت فؤاد إبراهيم: عبد الرحمن سيد سليمان: دراسات في سيكولوجية النمو، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، 1988.

31. فتحي مصطفى الزيات: علم النفس المعرفي، ج1، ط1، دار النشر للجامعات، مصر، 2001.

32. صالح حسن الداهري: مبادئ الصحة النفسية، ط1، دار وائل للنشر، عمان، 2001.

33. قحطان احمد الظاهر: مفهوم الذات بين النظرية و التطبيق، ط1، دار وائل، عمان، 2004.

34. شحاتة سليمان محمد سليمان: مناهج البحث بين النظرية و التطبيق، مركز الإسكندرية للكتاب، 2006.

35. شارلز شيفر و هوارد ميلمان ، ترجمة نسيمه داود ونزيه حمدي: مشكلات الأطفال و المراهقين وأساليب المساعدة فيها، ط1، عمان، 1989.

36. شيفر و ميلمان، ترجمة سعيد حسني العزة، سيكولوجية الطفولة و المراهقة، ط1، دار الثقافة، عمان، .2006

3- الرسائل الجامعية :

1. حنان بنت محمد اسعد محمد توج: الخجل و علاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية وأساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة، رسالة لنيل شهادة الماجستير في علم نفس النمو، إشراف عابد بين عبد الله النفيعي جامعة أم القرى مكة المكرمة 2000.
2. عبير بين محمد حسن عسيري: علاقة تشكيل هوية ألانا بكل من مفهوم الذات و التوافق النفسي و الاجتماعي العام لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمدية الطائف، رسالة لنيل شهادة الماجستير في الارشاد النفسي، إشراف حسين عيد الفتاح الغامدي، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، 2003.
3. صديق بلحاج: أثر مفهوم الذات العام و الأكاديمي على التحصيل الدراسي للمرهقين مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس الاجتماعي إشراف أحمد دوقة، جامعة الجزائر، 2007.

3.المجلات و الموسوعات :

1. نشوة عبد التواب حسين، غادة محمد عبد الغفار: دراسات عربية في علم النفس، المجلد 5، العدد 1، دار غريب للطباعة و النشر و التوزيع القاهرة، يناير 2006.

2. عزة عبد الكريم مبروك: دراسات عربية في علن النفس، المجلد 1، العدد 2، دار الغريب مصر.

3. ناصر إبراهيم المحارب: الثبات و التغير في الخجل وعلاقته بالمجارة و الشعور بالوحدة، لدى عينة من طلاب جامعة الملك سعود، في مجلة على النفس، العدد 32، الهيئة المصرية العامة، ديسمبر 1994.

4. الهيئة المصرية: علم النفس-مجلة فصلية، العدد 54، ابريل مايو يونيه 2000.

5. موسعة علم النفس و التربية: الانفعال و الغريزة، التحليل النفسي، أعرف كل شيء عن مبادئ الطلب النفسي الوراثة و العوامل الوراثية-اثر الذكاء في التعليم، ج2، 2001.

4. المعاجم:

1. احمد العمايدة وآخرون: المعجم العربي الأساسي: توزيع لاروس، المنظمة العربية للتربية و الثقافة و العلوم 1989 .

2. أنطوان نعمة وآخرون: المنجد في اللغة المعاصرة، دار المشرقية، (بيروت). 2000.

5. الانترنت:

1-http://www.07ksa.org/vb/t6973.htmp18/12/2008.

1- فاطمة الهبهاب وآخرون : الخجل وعلاقته بالتحصيل الدراسي، إشراف خالد المدني، أطفال الخليج، مركز دراسات وبحوث المعوقين. www.gulfkids.com

المراجع باللغة الاجنبية :

1-G-HMEAD.(1979).pesprit de sait rt la société.paris ed p.v.f.

الملاحق

الملحق رقم (1)

جامعة المسيلة
كلية الآداب و العلوم الاجتماعية
قسم علم النفس وعلوم التربية و الأرطفونيا

مقياس الخجل

لحسن عبد العزيز الدريني

عزيزي التلميذ (ة) فيما يلي عدد من العبارات اختر العبارة التي تعبر عن رأيك بصراحة وتأكد بأنها لن تستخدم إلا لغرض الدراسة العلمية .
إذا كانت الإجابة بـــ نعم ضع علامة (×) في العمود الاول، و إذا كانت الإجابة أحيانا ضع علامة (×) في العمود الثاني، وإذا كانت الإجابة (لا) ضع علامة (×) في العمود الثالث .
تذكر أن تضع علامة واحدة فقط أمام كل عبارة.

وشكرا على تعاونكم

<u>البيانات:</u>

الاسم: .....
اللقب: .....

الجنس: .....
السن : .....

الرقم	العبارة	نعم	احيانا	لا
01	أتردد عدة مرات قبل أن اسأل المدرس أثناء الحصة			
02	أحب أن يخرج المدرس بعد انتهاء الحصة فورا			
03	أميل إلى مناقشة زملائي في الصف			
04	أحب أن يوجه إلى المدرس أسئلة في القسم			
05	أحب أن أقود زملائي			
06	أشارك زملائي في الأنشطة المختلفة			
07	عند زيارة الضيوف لنا بالمنزل أفضل الجلوس وحدي في غرفتي			
08	أتحدث إلى زوارنا في المدرسة			
09	انتهز الفرص لتكوين صدقات عديدة			
10	أبقى مع أصدقائي خارج البيت لمدة طويلة			
11	أتلعثم في الإجابة عندما يوحد إلي السؤال من يكبرني سنا			
12	يحمر وجهي في مواقف المواجهة مع الآخرين			
13	لا انظر إلى الشخص الذي يحدثني			
14	أفضل الصمت لذا جلست في مجموعة من الناس			
15	أحب مواجهة المشكلات و التغلب عليها			
16	اكره تناول الطعام في المطاعم العامة لوجود عديد من الناس			
17	ابحث عم مبررات تمنعني من الحضور الاجتماعات العامة			
18	تضيع مني إجابة سؤال اعرفها جيدا عند وقوفي أمام المدرس			
19	افقد بعض حقوقي لأني أفضل تجنب مواجهة الآخرين ومناقشتهم			
20	أحوال ألا أكون في مرمى بصر المدرس أو قائد الاجتماع			
21	اختار المقاعد الخلفية أو الجانبية للجلوس في القسم أو الاجتماعات العامة			
22	إذا فقدت شيئا اخجل من سؤال زملائي			
23	أتردد في الدخول إذا وصلت متأخرا إلى مكان الاجتماع أو القسم			
24	في طفولتي كنت أحب اللعب بمفردي			
25	إذا ناديت على زميل لي أثناء وجود الآخرين ولم يرد اكرر النداء بلا تردد			
26	أدبي الجم "الشديد" يفقدني كثيرا من حقوقي			
27	اشعر بأنه تنقصني أساليب التعامل الناجحة			
28	اشعر بالضيق إذا دخلت إلى محلات العامة بمفردي والتعامل مع من فيها			
29	أتجنب مقابلة مدرسي أو كبار السن الذين يعرفونني في الطريق العام			
30	أفضل الامتحانات الشفهية عن التحريرية (الكتابية)			
31	يقول الناس عني إني خجول			
32	أفرقع أصابعي في مواقف المواجهة مع الآخرين			
33	ابلع ريقي في مواقف المواجهة مع الآخرين			
34	أفضل عدم معرفة أمر ما تجنب لسؤال المدرس أو القائد عنه			
35	لا أقدم عملي لمدرسي شخصيا إلا إذا اضطررت لذلك			
36	أتصبب عرقا إذا طلب مني الحديث أمام المجموعة			

الملحق رقم (2)

جامعة المسيلة
كلية الآداب و العلوم الاجتماعية
قسم علم النفس وعلوم التربية و الأرطفونيا
مقياس مفهوم الذات

"بيريز-هاريس"

نقله إلى اللغة العربية
- جابر عبد الحميد جابر
- مديحه محمد العزبي

فيما يلي مجموعة من العبارات اختر العبارة التي تعبر عن رأيك بصراحة علما انه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة فالإجابة تعتبر صحيحة فقط في حالة الإجابة عليها بصدق .

- كما نعدكم بان نتائجها لا تستخدم إلا لغرض البحث العلمي .

وشكرا لتعاونكم

الرقم	العبارة	نعم	لا
01	زملائي في القسم سيخرون مني (يضحكون علي)		
02	أنا شخص سعيد		
03	من الصعب علي أن أكون أصدقاء		
04	كثيرا ما أكون حزين		
05	أنا ذكي		
06	أنا خجول		
07	اشعر بالقلق (التوتر) إذا نادني المدرس		
08	هيئتي تضايقني		
09	سأكون عندما اكبر شخصا مهما		
10	اشعر (شكلي العام) بالقلق عندما يكون عندنا امتحان في المدرسة		
11	أنا غير محبوب		
12	أحسن السلوك في المدرسة		
13	حين تسوء الأمور فان ذلك يكون عادة نتيجة خطئي		
14	اسبب مشاكل لأسرتي		
15	أنا قوي		
16	لدي أفكار جيدة		
17	أنا عضو هام في أسرتي		
18	عادة ما أريد الأشياء بطرقتي الخاصة		

19	أجيد عمل الأشياء باستخدام يدي		
20	استسلم بسهولة		
21	أجيد العمل الدراسي		
22	اعمل كثيرا من الأشياء السيئة		
23	استطيع أن ارسم رسما جيدا		
24	أجيد الموسيقى		
25	اسلك سلوكا سيئا في البت		
26	أنا بطء في إنهاء عملي المدرسي		
27	أنا عضو هام في قسمي		
28	أنا عصبي		
29	عينايا جميلتان		
30	استطيع أن اعبر تعبيرا جيدا عما أريد أمام القسم		
31	اسرح كثرا في المدرسة واحلم أحلام اليقظة		
32	أنا أعاكس إخوتي وأخواتي		
33	أفكاري تعجب أصدقائي		
34	كثيرا ما أقع في مشكلات		
35	أنا مطيع في البيت		
36	أنا محظوظ		
37	اقلق كثيرا		
38	يتوقع والدي مني أكثر مما ينبغي		
39	أحب أن أبقى على ما أنا عليه		
40	اشعر آن الناس يهملونني		
41	شعري جميل		
42	كثيرا ما أتطوع للعمل في المدرسة		
43	أتمنى لو كنت مختلفا عما أنا عليه		
44	أنام نوما هادئا ليلا		
45	اكره المدرسة		
46	أنا آخر من يقع عليه الاختيار للاشتراك في الألعاب		
47	امرض كثيرا		
48	كثيرا ما أكون خبيثا مع الآخرين		
49	زملائي بالمدرسة يعتقدون أن أفكاري جيدة		
50	أنا غير سعيد		
51	لي أصدقاء كثيرون		
52	أنا مرح		
53	أتصرف بغباء في معظم الأشياء		
54	ملامحي حسنة		
55	لدي قدر كبير من الحيوية و النشاط		
56	أتشاجر كثيرا		
57	أنا محبوب بين الأولاد		

58	الناس ينتقدونني ويسخرون مني		
59	خاب أمل أسرتي فيا		
60	وجهي بشوش		
61	عندما أحاول عمل شيء فان كل شيء يبدوا خطا		
62	أتعرض للسخرية والنقد في البيت		
63	أكون رئيس الفريق في الألعاب والمباريات		
64	أنا غير رشيق ولا براع في حركاتي		
65	أفضل مشاهدة المباريات عن الاشتراك فيها		
66	أنسى ما أتعلمه		
67	يسهل على الآخرين مسايرتي		
68	افقد شعوري بسرعة (أغضب)		
69	أنا محبوب بين البنات		
70	أنا قارئ جيد		
71	أفضل أن اعمل وحدي على أن اعمل مع جماعة		
72	احب أخي وأختي		
73	ملامحي جميلة		
74	كثيرا ما اشعر بالخوف		
75	دائما ما تسقط مني الأشياء و تنكسر		
76	الناس تثق بي		
77	أنا مختلف عن بقية الناس		
78	تنتابني أفكار سيئة		
79	ابكي بسهولة		
80	أنا شخص فاشل		

تم بحمد الله
وتوفيقه