

بسم الله الرحمن الرحيم



جامعة السودان للعلوم و التكنولوجيا

كلية التربية

قسم علم النفس

بحث تكميلي لنيل درجة البكالوريوس فى علم النفس

بعنوان :

الخجل وعلاقته بالتحصيل الدراسي

(لدى طلبة كلية التربية جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا)

اعداد الطالب :

ادم صديق ابراهيم

اباذر محمد ادم

احمد محمد حسن

اثار عثمان

اشراف پرفسيور : على فرح احمد فرح

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ
مَنْ كَانَ فِي حَرْبٍ مَعَهُ نَسْرَةٌ مِنْ
أَهْلِهِ أَوْ مَالٌ أَوْ بَنُونَ فَلْيُحِرِّمْ
ذَلِكَ عَنْ يَدَيْهِ وَأَنْ لَا يَمَسَّهُ
مِنْ حَرْبٍ

الآية:

بسم الله الرحمن الرحيم

الَّذِي خَلَقَنِي فَهُوَ يَهْدِينِ (78) الَّذِي هُوَ
يُطْعِمُنِي وَيَسْقِينِي (79) مَرَّ ضَتْ فَهُوَ
يَشْفِينِ (80)

صدق الله العظيم

اهداء:

الى جامعة السودان الحبيبة

اساتذتنا علي مدى المراحل التعليمية

إلى السالكين طريق الحق حاملين لواء العلم

رفقاء المثابرة و المصابرة

الزملاء والزميلات بمختلف المراحل

نهدي لكم جميعا هذا البحث العلمى المتواضع .

مستخلص البحث:

يهدف هذا البحث الى التعرف على الخجل لطلبة كلية التربية بالنسبة لتحصيل الدراسي وتكونت عينة البحث من(320) طالب و طالبة من جامعة السودان للعلوم و التكنولوجيا كلية التربية. اختيروا بالطريقة النظامية من كل تخصص . استخدم الباحثون الاستبانة كاداة جمع البيانات ،وللوصول الى النتائج قام الباحثون باستخدام حزمة البيانات الاحصائية spss وتوصل البحث النتائج الاتية

- 1: اهتمت هذه الدراسة بالخجل و علاقته بالتحصيل الدراسي وسط كلية التربية
- 2:وعلى ضوء ذلك وضع الفرضيات و اجراءات و اثبات الفروض او اعدامها .
همها وفي ضوء تلك النتائج وضع الباحثون عدد من التوصيات و المقترحات

0التوصيات :

- 1: تفعيل دور الجامعة في تخفيض الخجل بالنسبة لطلابها من خلال زيادة الاهتمام بالندوات الثقافية و الانشطة ومشاركة الطلاب فيها
- 2: الاهتمام الاساتذة بالطالب على المواجهة و التغلب على خجله و محاولة تشجيعه ودعم ثقته بنفسه
- 3:تفعيل دور الاقسام حيث الطلبة اندماجهم في الانشطة و الرحلات

المقترحات :

- 1:استكمالاً لهذه الدراسة يمكن بدراسة الخجل و علاقته بالتحصيل الدراسي على باقى كليات جامعية
- 2:اجراء دراسات و بحوث في مراحل عمرية مختلفة هذه السمة .

This research aims to identify the shyness for the students of college education for to improve the academic

The sample size (320) total and students from Sudan University of Science and Technology

They chose way of order of each specialty the researchers used the questionnaire as a tool to collect data

And to get to the results the researchers using the package of statistical data SPSS and continue to the search results following

Interesting study of fear and its relationship to academic achievement center college education

In the light of the hypothesis and procedure and to prove hypotheses or executed by

Among the light of the results researchers developed a number of recommendations proposals

Headed the under study reduction of shame for its students through increased attention symposia and cultural activities the participation of its students

Attention teachers of the student to confront and overcome his shyness to try encourage and support self confident

To complete this study can be the study of shyness and its relationship to achievement in school the rest of the faculties of the university studies and research in

فهرس:

الصفحة	الموضوع
3	الآية
5	إهداء
6	الشكر والعرفان
6	مستخلص البحث
7	فهرس
الفصل الأول الإطار العام للدراسة :	
8	مقدمة البحث
10	مشكلة البحث
10	اهمية البحث
10	اهداف البحث
11	فروض البحث
12	حدود البحث
12	مصطلحات
الفصل الثاني : الإطار النظري و الدراسات السابقة :	
12	تمهيد
12	تعريف الخجل

15	متى يصبح الخجل مشكلة
15	تصنيفات انواع مرض الخجل
15	ينقسم هؤلاء الاشخاص الى نوعين
16	مظاهر الخجل
16	مدى حدوث ظاهرة الخجل
17	انماط استجابات الخجل
19	اثار التي يسببها الخجل

20	اعراض
21	اشكال الخجل
21	اسباب الخجل
25	العوامل الرئيسية التي تساعد على ظهور الخجل
26	الوقاية من الخجل
27	علاج الخجل
28	الدراسات السابقة

الفصل الثالث إجراءات الدراسة :-	
32	منهج البحث
32	مجتمع البحث
32	عينة البحث

32	ادوات البحث
45	التحليل الاحصائي للمقياس وقراته
45	الخصائص القياسية للمقياس
	<u>الفصل الرابع عرض ومناقشة النتائج:-</u>
50	عرض النتائج
50	النتائج
	<u>الفصل الخامس الخاتمة</u>
51	التوصيات
51	المقترحات
51	قائمة المراجع
52	الملاحق

فصل الاول

الاطار العام

الفصل الاول

مشكلة الدراسة و اهدافها و اهميتها :

مقدمة :

يختلف الناس فيما بينهم من حيث طبائعهم وسماتهم وامزجتهم فنرى منهم القاسي، وكذلك الطيف، كما نرى المنبسط والمنطوى، وكذلك الصريح، الخجول، كلاله طبعة الخاص وفي الحقيقة هنالك بعض السمات تعد في بداية الامر سمات عادية طبيعية، ولا تشكل عرقلة لدى الفرد كسمة الخجل، والتي قد نلاحظها اكثر في ترة المرهقة حيث يحس المراهق بالخجل بسبب مشاعره التي يتعرض لها والتي يمكن ان نربطها بالمتغيرات الجسمانية، التي تسبق فترة البلوغ او النضج وهذا نتيجة لنشاط الغدد الصماء، وكذلك يعتبر الخجل امرا عاديا وسمة محمودة في مواقف معينة تستدعي فيها الخجل لدى الفرد كطبيعة انسانية كان يقدم له اطراء حسن لفعل ما قام به.. وغيرها، ولكن اذا كان الخجل ملازما للفرد بالاستمرار ودرجة عالية فانه حتما يشكل مشكلة شخصية ونفسية لها تاثيرها السلبي الذي يضع صاحبها في مواقف ل يحسد عليها حيث ان الشعور بالخجل يعيق ويشل حركة الانسان فيضعف ما ينتجه ولا يقوى على مواجهة الحياة، ولا يجروا علوم مخالطة الناس ومعاشرتهم وفادتهم ولا استفادة منهم، ويخل الشخص الخجول ان كل الناس يراقبونه ويتراقبونه، يصغون الى كلامه لينتقدوه، وليجدوا فيه ما خذ ويسخروا منه، ولهذا نجده يتهرب ويحاول الابتعاد عن مخالطة الناس.

ويتعتبر الخجل ظاهرة فسيولوجية لها اعراضها الجسمانية حيث يظهر على الانسان

الخجول بعض السمات، كاحمرار، وتوتر العضلات، وزيادة سرعة ضربات القلب، وارتعاش الصوت، وتصيب العرق هذه الاعراض تكون مصدر زائد القلق والتوتر والتي تؤدي الى حدوث مواقف محرجة الشخص توقعه في كثير من المشاكل يقف الخجول عاجزا عن مواجهتها او حلها. ومن هنا لاحظنا من خلال حياتنا الطلابية بان بعض الطلاب يشكون من الشعور بالخجل الذي يؤدي بهم الى حبس المعلومات وعدم المشاركة داخل القاعة كما نرى عند الطالبة الخجولين عندما يواجه اليهم سؤالا او تفسير المعلومة ما، يرتبك يحمر وجهه يحدث له ارتعاش الصوت ولهذا يفضل الصمت، وكذلك عدم ثقته بإجابته على رغم من ان بعض الاحيان تكون صحيحة ولكن احساسه بالرهبة والخجل، وبان الكل موجهين الانظار اليه فلها يصمت ولا يبوح بالاجابة كذلك نجد الطالب الخجول

لا يستطيع طرح الاسئلة التي تتعلق بالاستفسار عن بعض المعلومات المنهجية المبهمة او يصعب فهمها، مما قد يؤدي به ضعف تحصيله الدراسي، وهذا مما دفع مجموعة البحث الى التساؤل حول طبيعة العلاقة بين الخجل و التحصيل .

بهذا اتخلص مشكلة البحث في:

دراسة الخجل لدى طلبة كلية التربية وعلاقته بالتحصيل الدراسي .

التعرف على الجامعة في تخفيف الخجل

اهمية البحث:

الاهمية النظرية :

1:يمكن اهمية هذه البحث في ندرة الدراسات والبحوث التي تتناول دراسة منشأ اسباب الخجل عند الطلاب .

2: التعرف على بعض الفتيات التدخل الارشاد التي يمكن ان تسهم في التعديل السلوك لدى الخجل شديد و مساعدته في التخلص من هذه المشكلة .

الاهمية العلمية :

1: تمكن اهمية العلمية في دور الذى يلعبه أخصائي التربية في العلاج النفسي في ايجاد العلاج لمواجهة الخجل .

2: كون الخجل الشديد الزائد عند الحد الطبيعي يعد مرض نفسي .

اهداف البحث :

1-اثراء المعرفة النظرية لمجموعة البحث عن الخجل ودوره في السلوك الانسان

2- الكشف عن العلاقة بين الخجل و التحصيل الدراسي

3- تسليط الضوء على اهمية هذه المشكلة حتى يتولاه ها الباحثون بالبحث و الدراسة

4- الكشف عن دور الجامعة باعتبارها مؤسسة تربوية في تخفيف حدة الخجل التي يعانى منها الطلاب

5- التعرف على دور كلا من التخصص الدراسي و جنس المفحوص في الخجل
التساؤلات :

يهدف البحث الحالي الى الاجابة عن الاسئلة التالية :

- 1: هل هنالك فروق ذات دالة احصائية في الخجل وفقا لمتغير التخصص؟
- 2: هل فروق ذات دالة احصائية في الخجل حسب السنوات الدراسية ؟
- 3: هل فروق ذات دالة احصائية في الخجل وفقا لمتغير الجنس؟
- 4: معرفة العلاقة بين الخجل و التحصيل الدراسي لدى الطلاب كلية التربية؟

فروض البحث :

- 1: توجد فروق ذات دلالة احصائية في الخجل وفقا لمتغير التخصص.
- 2: توجد فروق ذات دلالة احصائية في الخجل حسب السنه الدراسية .
- 3: توجد فروق ذات دلالة احصائية في الخجل وفقا لمتغيري الجنس .
- 4: توجد علاقة بين الخجل و التحصيل الدراسي لدى طلاب كلية التربية

حدود البحث :

1. الحدود الزمانية :
(2016-2017)
2. الحدود المكانية :
3. السودان- ولاية الخرطوم جامعة السودان للعلوم والتكنولوجيا كلية التربية .

4. يقتصر هذا البحث على طلبة اقسام كلية التربية (علم النفس – رياضيات- كيمياء- فيزياء- فرنسي - عربي- فنون- انجليزي)

مصطلحات البحث

تعريف الخجل:

هو عبارة عن الشعور بالقلق وعدم الارتياح او الكف الذى يحدث في حضور الاخرين ويتسم بالسّمات التالية :

احمرار الوجه ، الانعزال او تحاشي الاخرين ولا يثق بالغير، وهو متردد في الاقدام و الالتزام ولا يميل الى المشاركة في المواقف الاجتماعية مفضلا البعد او الصمت.

تعريف التحصيل الدراسي:

هو مجموعة الانشطة التي تهدف الى تنمية المعرفة ، و القيم الأخلاقية و المعنوية و الفهم

(سيدى مصطفى،1)

الفصل الثاني

الاطار النظري

يعتبر الخجل ظاهرة طبيعية يمر بها كل فرد عندما يتعرض المواقف مخجلة مثل مقابلة شخص لخطبته او العكس ، ولكن زادت شدة الخجل ، فانه يؤدي الى مضاعفات كثيرة تعرقل مسار حياته و يصبح الخجل مرضا من الجوانب علاجه .

وسوف نتناول فى هذا الفصل بعض المفاهيم التي رات الباحثات ان لها اثر فى جانب

المعرفي

تعريف الخجل:-

1- هو عبارة عن الشعور بالقلق وعدم الارتياح و الكف الذى يحدث فى حضور الاخرين . و حرج موقفي 1996، 2،

2- كما يعرف الخجل بانه شكل من اشكال الخوف بالاضطراب فى اثناء احتكاك الطفل بالآخرين فالخجل يستثار دائما بواسطة الناس وليس بواسطة الحيوانات او الأشياء او المواقف ان الطفل يخجل ، الا الناس غير مألوفين لديه ، او الانهم اكثر سنا او قوة منه وقد يشعر الطفل بالخجل فى الحالة وجود شخص واحد و عدد من لأشخاص .

(الانصاري 1996:366:367)

3- ويعرف الخجل ايضا عند علماء النفس بانه نوع من انواع القلق الاجتماعى الذى يؤدى الى حدوث مشاعر متنوعه تتراوح بين القلق و التوتر البسيط الى مشاعر الرعب و الهلع واضع ، تضيف فى علم النفس تحت اطار امراض القلق و التوتر خصوصا ان نهاية الخجل الشديد هو الوحدة و الانعزال عن المجتمع ، و كلاهما من اهم الاسباب و ربما نتائج مرض الاكتئاب وهذا معنا بان المصاب بالخجل الشديد سوف تتطور النفسية للاسوء.

(غالب 1986، ص)

يطلق على حالة الخجل الشديد اضطراب التجنب و الطفل الخجول ل عادة يتحاشى الاخرين ويتم ترويعه بسهولة ولا يثق بالغير ، و هو مردد فى الاقدام و الالتزام و يميل الى المشاركة فى المواقف الاجتماعية مفضلا البد او الصمت او الحديث المنخفض او الانزواء و عادة يتلجج و يمر و جهه .

الشربيني (1995:91، 2001)

4- الخجل هو مرض يسيطر على الانسان فى درجات مختلفة منها ما هو طفيف ومنه ما هو كبير الى درجة يشل فيما الانسان يفقد دورة الفعالي فى الحياة الاجتماعية وله عدة وجوه ولكن وجه منها نواحي ابتداء بالأسرة الانتهاء بأعلى درجة من درجات الحياه الاجتماعية

5- الخجل يعتبر من اكثر الامراض النفسية انتشارا و هو نوع القلق الاجتماعى و هو اكثر الاصابة بالقلق و الاكتئاب الكثيرون و للأسف يعتقدون انه امر طبيعيا و يعتبر الاعتقاد خاطئا: الان الخجل اذا كان على مستوي الحياه يعتبر طبيعيا اما اذا زاد و اصبح يؤثر على شخصية الفرد انتاجية ودراسة و قدراته على التعبير يصبح مرضا يجب علاجه .

- 6- كما يعرف الخجل عند علماء النفس و علماء الاجتماع بانه مرضا اجتماعيا ونفسيا يسيطر على مشاعر واحاسيس الفرد من طفولة فيوثر ، ويؤدى الى بعثرة طاقاته الفكرية ، يتشتت امكاناته الابداعية و قدراته على السيطرة فى سلوكه و تصرفاته اتجاه المجتمع الذى يعيش فيه (غالب 1986. 5)
- 7- ينسب علماء النفس مرض الخجل ، بانه يمثل فى احد اشكال الى الشذوذ و هو الخجل المرض الذى يعتمد على .بجذوره الى اساليب التنشئة الطفولية ، التى يتعرض الطفل من خلالها الى خبرات مؤلمته، تحسسه بتفاهة وانحطاطها فسيجب ذلك على استجابة حيال الظواهر الى يوجهها حيث يخجل من مقابلة الغرباء ، او يتهيب من دخول فى مجالس اجتماعية حوارية او يخوف من القاء خطبه او المحاضرةالخ و من بين امثلة الخجل المذكورة و التى تشل الشخصية عن الممارسة ووظيفتها، بل تحتجزها حتى عن التعلم وفى مقدمتها من اهمها اكتساب المعرفة . (البياتى 1991 ، 43)
- 8- تعريف مجموعة للبحث الخجل :
هو عبارة عن الشعور بالخوف و عدم الارتياح و الارتباك الذى يكون فى حضور الاخرين
- 9- تعريف مجموعة البحث الخجل الدراسي :
هو عبارة عن الشعور بالتوتر و الخوف و التلعثم فى الكلام و التردد فى المشاركة او الاستفسار عن موضوع دراسي ما داخل القاعة الدراسية .

متى يصبح الخجل مشكلة ؟

قد يسبب الخجل المشكلات فى حياة الشخص عندما يتعارض مع قدراته على تكوين صداقات ، او غيرها يجعله يشعر تبعاسه فى وجود الاخرين ، او قد يكون السبب فى عدم قدراته يتهته ، او يرتعد فى وجود الاخرين .
وكذلك عندما يعيق قدراته على التفاعل الاجتماعى وهذه الحالة تسمى !
اليكم الاختياري ، وهو نوع من اضطراب فى مشاعر القلق و تعتبر هذه احالة وراثية او مكتسبة فى نفسى الوقت و فى ان هذه الحالة تكون اكثر تأثيرا فى

حياته المدرسية والجامعية ، الان يصبح غير واثق من نفسه لا يستطيع الكلام عند يساله مدرسه عن أي شئ.....وقد يكون الشخص المصاب باليكم الاختياري في البيت ، بل قد يكون غيفا مع افراد اسرته ولكنه لا يستطيع ان يهمس او يتكلم على الاطلاق مع زملائه او مع أي شخص غريب أي خارج المنزل
(شبكة المعلومات الدولية)

تصنيفات انواع مرض الخجل :

يرى العلماء انه بالنسب لهؤلاء الخجولين عند حدوث اي موقف اجتماعي او ظروف فجمعهم في مجتمع يشعرون بالخوف التوتر و خجل، ليضيف هؤلاء الاشخاص الخجولين الى مجموعات بناء نوع الموقف الذي يتعرضوا ويثير فيهم شعورهما.

ينقسم هؤلاء الاشخاص الى نوعين :

النوع الاول :-

مجموعة التنفيذ: وهم الاشخاص الذين يحدث لهم التوتر شديد لفكرة انهم يقومون ببع الاعمال ، امام الناس ، او وجود بعض الافراد هذه الاعمال تتضمن العمل او خطبة على سبيل المثال .

النوع الثاني :-

مجموعة التفاعل: هي هم الاشخاص الذين يخشون أي موقف يمكن ان يكون لسبب في تفاعلهم مع المجتمع ، او مع الاشخاص الاخرين مثل الاجتماع ا التعرف على اشخاص غرباء الاول مرة

هنالك بعض المتخصصين في الامراض النفسية يرون ان هنالك بعض الاشخاص يعانون بمشكلة الخجل نتيجة لظهور بعض الامراض او المشاكل الطبية او الجسمانية لهم مثل مرض الرعاشة البدانة حيث يخشون من التواجد الاجتماعي و ظهور هم بهذا الشكل امام المجتمع .
(الشبكة الدولية)

مظاهر الخجل :-

ان الخجل لدى الاطفال يلاحظه الكبار ، ولكن كثير من هؤلاء الكبار يسيئون فهم الخجل او الحكم عليه فترة بعض الكبار يلومون النموذج الخجول من الاطفال ن يرون فى سكونه بلادة وجبن و انكماش لا داعي ن يحبذ بعض الكبار هذا النموذج من الاطفال ويرون فيه عافلا رضيا يثيلا جلبية او ضجة .

من ظاهر الشخص الخجول نجده ليس لديه القدرة على التفاعل الاجتماعى او الاخذ والعطاء مع الزملاء او يعانى الشعور بالنقص ، حينما ينظر الى غيره او يكون امامه كذلك نجده يتردد كثيرا قبل او الاشتراك فى عمل او نشاط ما او الرد على يجابهه من مواقف ، وكذلك من مظاهره الخجول الظاهري الواضح فى التجنب التواصل ، ارتباط بصداقات وكذلك الغيرة فى الاعماق والى الحد الذى ينتهش بناءة التنفس ويؤثر فيه عندما يجد اقرانه يتصرفون و يتكلمون و يلعبون بصورة طبيعية فينفر منهم وكذلك ينفر ممن يوجه اليه أي ملاحظات تصرفاته .

بمعنى ان الشخص الخجول يصبح اكثر حساسية من الاشخاص العاديين و اكثر عصبية مما سهل الاستثارة و كثير الحركة و التشاؤم و الحزر ، و ان كان احيانا يظهر عدم المبالاة او العدوانية لاتفة الاسباب .

(الشربيني 2001 ، 90 ، 91)

مدى حدوث الظاهرة الخجل :

يبدأ اضطراب الخجل لدى بعض الاطفال فى الفئة العمرية 2الى 3 سنوات عقب انتهاء ظاهرة القلق من الغرباء المميز لتلك الفترة العمرية ، و احيانا يستمر لدى بعضهم حتى المدرسة الابتدائية ان كان من الممكن ظهوره فجاة فى المرحلة الابتدائية لدى بعض الاطفال حينما يزداد الاحتكاك و التفاعل و يتحسن تلقائيا عند الاطفال بعد فترات الشدة و لكن

البعض الاخر يستمر معهم الحال و هم بالغون ، وهو يحدث عند الاناث اكثر من الذكور .

(الشربيني 2001 : 91)

انماط واستجابات الخجل :

فى مرحلة الرضاعة عادة يستجب الطفل لموقف الخجل بالبكاء او ادارة الراس بعيدا عن الشخص الغريب او التعلق بشخص مالوف طيبا للحماية (كامه - اخته) و عندما يتمكن الطفل من الزحف او المشي فانه يهرب ويختفى عندما يشاهد شخصا غريبا مسرعا الى مكان اخر و يبدأ بعض الاطفال من بعيدا اما الاطفال الاكثر سنا فان استجابة الخجل تتضمن التردد

احمرار الوجه، و التلعثم او التحدث باقل ما يمكن، او يكون السلوك العصبي مثل سحب الاذن او الملابس .

(حنا : ابراهيم، 1988، 368 :370)

اما عن استجابات المراهق للخجل نتيجة التغيرات الجسمانية التى تسبق فترة البلوغ نتيجة نشاط الغدد الصماء، مما يكون له اثر كبير فى زيادة الحساسية و الخجل مثل احمرار الوجه او خفقات القلب، الصمت، الانعزال الخ.....

ويظهر الخجل ايضا عند الاشخاص الكبار من الرجال و النساء نتيجة تعرضهم مثلا لمواقف محرجة مقابلة شخص لخطيبته او العكس، استقبال ضيوف غرباء او عندما يتعرض للمدح، او الثناء امام الجميع او يطلب منه ابداء رايه عن الموضوع ما امام مجموعة من الناس....الخ فيستجوبون لهذا الموقف باحمرار الوجه و سرعة ضربات القلب، و تصيب العرق، ارتجاف اليدين، و صعوبة التنفس ... غيرها . من هنا ينضج بان الخجل ازمه يعتبر عارضة قد يصيب جميع ابناء البشر على السواء وفى كافة الاعمار من الرجال و نساء و الاطفال وفى مختلف مراحل حياتهم، وفى كثير من المواقف او المتغيرات او المناسبات، من المستحيل ان يوجد كائن حتى من بنى البشر لا يعرف الخجل ولم يصاب فى حياته ابدا، يمكننا ان نطلق على هذه الباردة العارضة انها امر بديهي و لكن الامر الغير طبيعى، حين يصبح الخجل صفة من صفات الطبع أى حين يكون الانسان خجولا يحمر وجهه لاتفقة الامور و يضطرب جسده، عندما توجه اليه ملاحظه عابرة فالامر مختلف جدا حيث يكون الشخص وقتها مصابها بمرض الخجل الذى يسبب له اضطرابا ضيقا و يغلق فى وجهه سبل التقدم و الارتقاء و يبعده عن المشاركة فى كل نشاط سلوكى بناء و اجتماعيا نافعا .

(غالب 1986 : 101، 102)

الاثار التي يسببها الخجل :-

- ان الخجل اذا اصبح نمطا ثابتا السلوك الانفعالي ، فان تأثيراته سرف تكون خطيرا على شخصيته وتوافقه النفسي و الاجتماعي ، هذه الاثار تتمثل فى :-
- 1- ان الخجل اذا اصبح مستمرا وثابتا يؤدي الى حالة جبن عام فانه يجعل الفرد متردد فى القيام باي شئ جديد او غريب و ينعكس ذلك بان يكون الخجل ادنى مستوى امكانياته الفعلية .
 - 2- ان الخوف و الخجل من أي شئ جديد يمكن ان يفهمن وهذا يحجم نشاط الطفل و يطلق عنده القدرة على الابتكار
 - 3- ان الخجل تقلل من نشاطات الطفل الجماعة ، كما يقلل من شخصيته او يبدوه فى النظر فى الاخرين مهملا و يؤدي الى توافق ضعيف ، بسبب النقص فى خبرات التعلم الاجتماعية .
 - 4- ان الخجل من يجعل من الصعب على الشخص ان يقوم بدور القيادة لجموعة
- ما او مهمة ما ، بسبب عدم قدراته على الاتصال بصورة فعالة و صحيحة مع الاخرين
- 5- ان الشخص الخجول يخاف التحدث الى الاخرين ، وهكذا فا لأخرون لا يتحدثون معه ، وهذا يشجع الشخص الخجول الى الانطواء على الذات .
 - 6- ان الاحكام الاجتماعية على الشخص الخجول ، قد ينعكس على جوانب اخرى من شخصيته فقد يحكم عليه بانه اقل ذكاء مما عليه فعلا .
 - 7- ان مفهوم الذات عند الشخص الخجول ، يتأثر بالاحكام الاجتماعية او يحكم على نفسه كما يحكم عليه الاخرون وكذلك يؤثر فى مشاعر النقص عنده
- (حنا ابراهيم 1998، 368:369)
- ومن هنا بلا حظ على الفرد الذى يمتلكه الخجل ان حياته السلوكية تظل فى اضطراب متواصل و تسوء سيرته فيعتقد الثقة بنفسه ، و يصبح مشلول الارادة التفكير الهادئ ، ويقع فى دوامه من البلبلة و القلق و القسيس ، باعتبار ان الانسان كما هو معروف حائيا اجتماعيا مسئول عن سلوكه الخاص العام يتطلب منه ان يكون حسن المعاشرة طيب التعامل مع بناء بيئته او محيطه ، ولكن المصاح العقدة يصبح انسانا ناقص القدرة على التكيف و الانسجام مع نفسه ومع محيطه الذى يعيش فيه .

اعراض الخجل :

الخجل الغير طبيعي شاناه شان اى ضغط نفسي اخرى يؤدي الى ظهور مجموعة اعراض تتدرج تحت ثلاثة تقسيمات :-

1: اعراض سلوكية : تشمل

قلة التحدث و الكلام بحضور الغرباء

النظر دائما لاي شئ عدا من يتحدث معه

تجنب لقاء الغرباء او الافراد غير المعرفين له

مشاعر الضيف عند الاضطرار للبدء بالحديث اولا

عدم قدرة على الحديث و التعلم فى المناسبات الاجتماعية و الشعور بالأحراج الشديد اذا تم تكليفه بذلك التردد الشديد فى التطوع الاداء مهام فردية او اجتماعية (اي مع الاخرين الانزواء و الانطواء .

احلام اليقظة . توقع الخطر ان كان بعيدا عنه . الخوف من نقد الغير له .
الامتناع من الاشتراك مع الاقران الجمود و الخمول فى الوسط المدرسي .
الانانية و محاربة فرض رغبته على من حوله اللامبالاة فى بعض الاحيان

2: اعراض جسدية : تشمل :

زيادة النبض . مشاكل و الام فى المعدة رطوبة و عرق زائد فى اليدين و الكفين .
دقات القلب قوية وبسرعة . الجفاف فى الفم و الحلق الارتجاف و الارتعاش
للإداري . غصة فى الحلق

1- اعراض انفعالية داخلية : تشمل :

الشعور بالتركيز على النفس . الشعور بالأحراج فى ابسط المواقف . الشعور بالخوف و الصمت و المستمر . محاولة البقاء بعيدا عن الاضواء و الاخرين .
الشعور بعدم الامان . الشعور بالنقص

القلق الشديد ، عدم الثقة بالنفس ، و الكسل و الخجول ، التمارض لجذب الانتظار
اليه احمرار الوجه لعنمة فى الكلام . الم نفسي شديد.

عدم القدرة على التعبير و غيرها من الامراض .

حسب رأي الصحة النفسية فان المصابين بالخجل لديهم حساسية مبالغ اتجاه النفس وما يحدث لها بحيث يكون محور الاهتمام والتركيز لديهم هو مدى تأثيرهم الاخرين وكذلك نظرة الاخرين لهم، بالتالي وبهذا التركيز على النفس داخلية ومشاعر و النقص والارتباك الذى يحدث لهم بحضور الاخرين او عند التفاعل مهم، فان المصابين بالخجل يفقدون القدرة على الاهتمام والتركيز على الاخرين والشعور والتالي يزداد العزل الاجتماعي والصمت الذى يعانى من المصاب بالخجل (شبكة المعلومات الدولية)

اشكال الخجل: -

1: خجل مخالفة الاخرين وهو ياخذ شكل نفور من الزملاء او الاقارب الامتناع او تجنب الدخول فى محاورات او حديث مع الاخرين وتعتمد الابتعاد عن اماكن تواجدهم وعادة بفضل الاختلاط مع منهم اصغر منه ، الان هؤلاء بالنسبة له لا يمثلون اى اجهاد فى التفاعل ، احيانا يخالط افراد يشبهونه فى الخجل والانطواء .

2: خجل الحديث يجيد الشخص الخجول والالتزام بالصمت وعدم التحديث مع القيد و تقتصر اجاباته على القبول او الرفض او عدم المعرفة ولا ينظر فى الغالب الى من يحدثه ويشغل نفسه عندما يوجه له الكلام وكذلك نجده لا يحسن تنسيق ما يقوله او ربطة بالرغم من انه يكون على علم بما يدور ويستطيع الرد الا ان الغالب عليه هو التعلم والضعف والخجل .

3: خجل الاجتماعات وفى حالات نادرة يكتفى الخجول بالحديث مع الافراد الاسرة او بعض زملائه فى المدرسة اوفى العمل يبتعدون عن اى اجتماعات او رحلات او المناسبات

4: خجل المظر مثل عند ارتداء ثوب جديد الاكل فى المطاعم وغيرها

5: خجل التفاعل مع الكبار يخجل بعض الاشخاص حينما يبدأ الحوار بينه وبين المدرسين او عندما يستقبل اصدقاء والده او والدته

6: خجل حضور الاحتفالات او المناسبات ، هنالك لبعض الاشخاص يخجلون من الحضور والافراح او الاعياد الميلاد او حفلات النجاح بفضل والعزلة لبتعد عن المواقف المناسبات.

اسباب الخجل :

من المؤكد ان الانسان عندما يخلق لا يكون خجولا اى ان الخجل ينمو مع نمو الانسان ، او يمكن القول بان الاطفال عندما يولدون يكون لديهم ميل استعداد لان يكونوا خجولين و كان بذرة الخجل تخلق معهم وهنا تبرز اهمية التربية فاما ان تقوم بصقاية لتلك البذرة لتنمو وتكبر او ربما تقضى عليها، يتوقف ذلك بالدرجة الاولى على دور الاسرة ، الانهاهى المكان الاول لتنشئة الفرد ، ولهذا يمكن الاعتبار بانه من اسباب الخجل هي :

الاسرة و تشمل :-

1- فسوة الاب مع الزوجة و الاولاد قد يسبب مخاوف غامضة لطفل بعدم الادمان فلا يخالط الاخرين

2- يتاثر الطفل بمخاوف الام و قلقها الزائد عالية و الحماية لزائد التى تجعلها تشعر بان طفلها سوف يتعرض للأذى فى كل لحظة فمثلا الطفل بدون قصد الشعور بان هنالك مئات الاشياء غير مرئية تشكل خطير عليه ، مثل هذا الطفل بان المكان الوحيد الذى يشعر فيه بالاطمئنان هو الحوار امه فقط ، و قد يشعر بالخوف و يتوقع فى كل لحظة ن يصاب باذى فيظل منطوبا بعيد عن مجاورة فعل اى شئ خوفا من اصابته باذى

3- عدم الاختلاط بالأطفال الخرين يسبب لام خوف على طفلها من تعلم بعض السلوكيات او الالفاظ غير للائقة ، يجعل الطفل منطويا يفضل العزلة ، فيصاب نتيجة لذلك بالقلق النفسى و الاكتئاب و الشعور بالنقص

4- التهديد المستمر الذى يوجه له الشكل دائم مثال ذلك اذا فعلت كذا فلن احبك او سراميك فى الشارع)..و غيرها فالطفل لا يعرف انهم لا يقصدون يقولون فتمتلى نفسه بالخوف و القلق و يلجا بالتالي الى الانطواء و العزلة

5- اخفاء الابوين لابنها عن اعين الزائرين خوفا من حسد او غيرها

6- التذليل الزائد الحد فلا يجد الطفل هذا التدليل عند الاقران فنزوى او ينطوى

7- القسوة و الكثار من اخراج الطفل و تانيه و توبيخه خاصة امام الناس

8- انشغال الاب منه ظنا ان دوره فقط جباية او توصل الاموال و الصرف على الاولاد

(شبكة المعلومات الدولية)

2- من سباب الخجل ايضا مشاعر النقص ، حيث يعتبر من مسببات الخجل ، و يكون هذا بسبب وجود عاهات جسمية كالعرج او الضعف السمع وغيرها

الى يسمعه منذ صغير من كثير من الناس من النقد و السخرية يشعر بعدم الكفاية ، وفقدان تحقيق مكانته ومن تم فقدان ثقته فيصبح خجول لاتفه المواقف

3: التأخر الدراسي كثيرا ما نجد ان لتأخر ، انخفاض مستوى تحصيله مقارنة بمن هم فى مثل سنه من الامور الجوهرية فى انتشار الشخص بانه اقل من غيره، لهذا نجده بغض و عدم المشاركة فى فصله او مع الاخرين فى اى نشاط ماء

4: اشعار الشخص بالتعبية ان جعل تابعا لغيره و فرض الرقابة الشديد عليه ان يشعره بالعجز و الضعف والخجل عندما يقترح عليه قيادة مجموعة فى مهمه ما

3- قبول الفكرة الخجل ان القبول فكرة تجعل الشخص فعلا خجولا بل ينغمر فيه و هذا يؤدى الى نتائج سلبية كثيرة كالعزلة و عدم مخالطة الاخرين وغيرها

4- تغيير الوطن : يكون تغيير الوطن الاسرة من البلد الى البلد بعض الاثار ، منها تجنب بعض الاطفال تلك الاسر فى المجتمع الجديد الذى انتقلوا اليه نتيجة اختلاف عاداته و تقاليده

5- تقليد الوالدين و تدعيم الوالدين : عادة يكون الاباء الخجولين لهم الاطفال خجولين و العكس غير صحيح كما ان تدعيم الوالدين او احدهما الاسلوب التجنب الذى يتبعه الطفل على اعتبار انه ادب او حياء من الجوهرية حول هذا الامر .

6- اضطرابات النمو الخاصة مثل اضطراب الغة فرصة لتجنب الفرد فى التفاعل و الاحتكاك او الاعاقة الشديدة بالآخرين وكذلك الاصابة ببعض الامراض او الاعاقة الشديدة الشربيني (2001: 92 :94)

7- النظرة السلبية للنفس و الذات ، كالخوف من عدم تقل الاخرين لهم نتيجة لتعرضهم للسخرية من الاخرين مما يدل على فقدان الثقة بالنفس و الذات وبصفة عامة فان من سباب الخجل هى اسباب بيئية و الاجتماعية

8- الشعور بالنقص ما لعاهمة جسدية او عقلية او ضعف مستواه الدراسي او رياضي عن اقرانه زملائه

(الشبكة لمعلومات الدولية)

العوامل الرئيسية التي تساعد على ظهور الخجل :-

1- العامل الجسدي

2- العامل النفسي

اولا العامل الجسدي :يعتبر الجسم كيان لا يمكن الاتيان بمثله الا انه تعمل لدقة و فعالية ومواظفة و لكن ما يصيبه وينبغي ان نفقاده او سعى الى مداواته من هذه الاستقام او الامراض متسبب كما العصبية او النفسية و غيرها التي يختل بتأثيرها الجهاز المركزي فيطرا الاضطراب ، وما احوج الانسان لكى يسلم من هذه البلاي الى ممارسة طبيعية لينال الجسم حقه من راحة ، وكل هذا متى وضعناه فى عين الاعتبار نجد ان الخجل متسبب كما هو المرض الان الخجل كما لنفور و الخوف مرضى يمضى ان الخجل مرضى يصاب به الانسان فيشغل نشاطه و قدراته ؛ ومريض الخجل خليق به

ان يفحص نفسيه فيطرح عليها كثيرا من الاسئلة و الممتثلة فى :

1- هل انام مدة كافية استعد اثنائها ما استنفدته من طاقى

2- هل نومى مضطرب ؟ هل انا كثير الاحلام

3- هل اتضايق من نفسي ؟ هل اخاف من الناس ؟

وغيرها الاجابة على هذه الاسئلة و غيرها تحدد لنا هل انت صحيح معافى ام انت عرضة لمهاوى ال الخجل . دار الافاق الجديد (1981،14:42)

من عوامل الخجل الجسدية هى :-

1- النوم والغذاء قلة النوم و الغذاء ، يسبب الارق و يعتبر الارق عارض و فيهم ينجم عنه الشرود الانحلال و التوتر العصبي ، فيغثل توازنه الصحى و العصبي و يصبح منقلبا مترددا لا يعرف الاستقرار و الشخص الذى صاب بالارق يتعرض للخطر الشديد و تكون اعراض الانهيار كالانطواء الخجل شديدين ، لان قلة النوم تورت الضعف مستهل الخجل و هو مقدمة الخوف لا و الحافذ عليه.

2- الخجل و الصحة العضوية ن و من المعروف ان الصحة العضوية اساس سعادة الانسان و هي مصدر قوته وفعاليتها فى المجتمع ، و لهذا فان لصابه البدن بالام و الامراض العقديرقل مسيرة الحياه و يؤدى الى خجل المريض من نفسه ، مما يشابهه من اوجاع فيعقد عن مزاولة نشاطه الذهنى وفق قدراته البدانية و انسجامه النفسى و العضوى للاصابه

(مصطفى غالب 1986 : 78 ، 79)

3- الإصابة بالعاهات الجسمية، كالعرج الطول الانف وضعف السمع السمنة المفرطة، العزل و الخجل، والتي تعود عليه لمشاعر النقص وقد ان تحقق مكانه وثقته بنفسه، وغيرها من المؤثرات وتفاعلات التي تسبب خلال فى كيانه العضوي كالغدد الصماء و الجهاز العصبي، وتنعكس هذه التفاعلات او العوامل على دورته الدموية فيقف عاجزا عن السيطرة على تصرفاته وحركاته بيغد اداء ما يحول فى ذهنه من افكار بطريقة هادية متناسقة ينتابه الارتباك المفاجى الذى يخلف فى نفسه الخوف من شئ المجهول لا يعرف ولا يستطيع احد يحدد ماهيته، فيصاب بالقلق ويفقد الاتذان وبهذا تخجل من التحدث مع الناس و مخاطتهم فى اجتماعاتهم و احاديث

العامل النفسى : يتمثل فى :-

1: الحساسية المرهقة فمع ان صاحبها سليم من العاهات خال من الاصابات لايعبر الا انه متهيج سريع الانفعال ذو شعور مرهق، هش، بحيث يخلق لنفسه وبنفسه الا وهام الزائد واللاواقعية، يغالى فى تضخيمها وتكبيرها بدون ان يكون لها مادية واقعية مادية ملموسة مصدر حقيقى الباحث لهذا الوهم القاتل للأعصاب والشعور المولد الكثير من الامراض النفسية والتي من اهمها: الخجل والخوف حيث ان الشخص الخجول يطوى فى قرارات نفسية الاما حينما يتراء له ان بعض الناس يسخرون منه، فياثر بهذا كثيرا فينفجر فى اعماقه الاحزان و الام النفسية المزعجة فيميل الى العزلة والعزول و الانطواء وعدم مخالطة الاخرين وبهذا يتفقم الشعور بالخجل. (غالب 59،57،1986)

2: الخجل مراقبة الذات بدقة وصرامة تفرض على الفرد المحافظة على سلوكها اسرارها الخفية و العلنية فلا يعبر عنها لا بالحركات ولا بالاشارات يتجنب البوح عما يختلج فى اعماقه من تفاعلات وجدانية ذاتية فاذا صدمة او عقبة م يبقى شعوره احاسيسه مدفون فى اعماق ذاتى ولا يدع الاخرين يلاحظون ما يشعر به او ما يجول فيه داخله وهذا حسدراي علماء النفس عرضة للاصابة بجموعة من الاعراض النفسية والتي من اهمها الخجل و الشخص المصاب وبوباء يتحاشى لقاء اشخاص معينين، لانه يجد فيهم ما يسبب له الخجل او يشعره بنوع من الاحراج والضغوط وعدم السيطرة على قواه النفسية، لذلك يفضل الابتعاد و الانطواء فيقع عرضة للالام و المعناة الذاتية

(غالب ، 1986 ، 83)

3_ الخيال، للخيال دورا كبيرا فى اذكاء نار الخجل فمتى كان خيلا و مشبوبا متسعا يحمل صاحبه لا بعيد ويمكنه التاثر بالتجارب التي مرت ويكون التاثير فى نطاق

مع يسمعه الطفل من كلام نوى اغرانه عن خجله وإحجابه وعجزه وقلت حيلته و درايته فترسخ هذه الاقوال العابرة فى مخيلته و تتوالد فى ذهنه و تتحول مع الايام الى خيالات و ذكريات ويكون الانطواء رغبة و العزلة مطلبا فى حياته ينمو فى العامل عنصر الخجل فيصبح خجولا عمليا ان كان خجولا اجتماعيا .

فالخيال عاملا يضاعف او يزيد من حد الخجل ، الخيال يجعل الخجولا خجولا من الخجل ذاته فهو فى عزلته المظلمة تظهر فى سماته علامات الخجل فيحمر لونه او يشحب كلاما فكريما يفتقر اليه من جرأة على مواجهه الحياه و التعاطي او التفاعل مع الناس ويكون هذا الخجل اشبه بالخوف الذى يشتت النفس

(دار الافاق، 26:24، 1981)

الوقاية من الخجل :

- 1- الثبات يعتبر من العوامل المهمة وهو انك كائن تنطوى على كافية كثيرة ، و العزم دون المبالاة بالعواقب بالعواقب بمعنى "اذهبت امرا فقع فيه فان شدة توقيه .
- 2- ثم ثقافتك ... تكلم بهدوء وهدوء واختصار تكيف بسرعة وفق الحالة الجديدة او وفق مفاجئ و بجديد .. مثلا لو ضحك منك الاخرين من خطأ صدر منك او انتقدوك بشدة عالج الموقف على الفور من منكم لا يخطئ ... او قل ليس المة ان لا يخطئ المهم ان نتعلم من اخطائنا ... وغيرها من المواقف التى يجب على الشخص ان يتعامل معها بالصبر والثبات وحسن و التصرف
- 3- ان يصر و يحرص على النجاح و التقدم مع اتقافه واجادته له حتى يكسب احترام الاخرين
- 4- ان يكون كثير الحركة ونشط في مواجهة المواقف دون تردد او ارتباك
- 5- ان يوحى لنفسه دوما بانه انسانا طبيعيا في مشاعره واحاسيسه كالاخرين ويدرك ان الخجل واحمرار الوجه امر طبيعى...
- 6- ان يعطى ثقته للاخرين فيبادل معهم المشاعر التعاطف و الود التعاون
- 7- الاحساس بالاستقلالية والتحرر من الاحساس بالاثم و الخوف من الموجهة المواقف الحياة
- 8- ان يواجه الشخص الموقف نفسه فلا يركز تفكيره على ذاته
- 9- ان يكون اكثر ايمانا ثقته شخصيته واهدافه و انشطته التى يقوم بها
- 10- الا يركز تفكيره على الاخرين فقط

11- واه وسيلة للوقاية من الخجل هو ان يتطلع الشخص دائما و مرورا بمراحل عمره المختلفة فيما يتعلق بعلاقته مع الاخرين الى التوافق والاندماج مع المجموعة التى ينتمى اليها يتسم هذا التوافق بالصراحة التامة وتبادل الاراء يتحدث بكل جراءة ثقته بالنفس .
(شبكة العلوامات الدولية)

علاج الخجل :

بما ان سبب الرئيسي لحدوث الخجل هى الاسرة ولهذا فان التربية الصحيحة هى الاساس العلاج من الخجل وذلك من خلال .

1_ توفير جو هادئ فى البيت تجذب القسوة فى المعاملة والابتعاد عن مشاحنات التى تكون بين الوالدين.

2_ ينبغي على الام اخفاء قلقها الزائد ولهفتها على طفلها وان تتيح له الفرصة ليعتمد على نفسه فى مواجهة الحياة و ان تتيح له فرصة الالتقاء بابناء لهذه الموقف.

3- ساعدى طفلك على ممارسة التفاعل مع الاخرين بتعريضه لمواقف واشخاص غير مأوفين لديه مع اعطائه الوقت الكافي لكى يشعر بالارتياح لهذه المواقف الجديد .
بمعنى انه كلما مارس الطفل الخجول تفاعل مع الاشخاص الغرباء كلما قل خجله بشكل اسرع .

4- يجب ان تكون الاسرة نموذجا اجتماعيا لان الاطفال يتعلمون من ملاحظة سلوكيات ابنائهم و امهاتهم وممن حوله من افراد اسرته .

5- التحدث مع طفلك عن حياتك عندما كذت خجولا وكيف اصبحت اجتماعيا ومدى الفائدة التى عادت عليك من هذه مثل تكوينك لصداقات جديدة استمتاعك بالاقواق المدرسية و الانشطة الاجتماعية.

6- عدم تعنيفه وتوبيخه او الاستهزاء منه وتشجيعه، الان طفل يتعلم بطرق علمية ولايحاء و مارسة . وبالتدريج ..

7- لا تطلق على الشخص الخجول صفة الخجول ، الان هذا قد يجعه يشعر بالخجل من نفسه ايضا بل يجب احترامه تحدث معه عن مشاعره لتخليصه من هذه المشكلة الخجل.

8-على الوالدين مدح طفلها، واعتراف واحترام قدراته وانجازاته والذي بدوره يساعد على دعم بثقته .

9- عرضة على اخصائى النفسى لمساعدته على تنمية قدراته النفسية تحدى الافكار الخاطئة التى تسيطر على ذهنه عند التعرض للمواقف الاجتماعية بالخلج .

10-تخليصه من عقدة الشعور بالنقص عن اسباب شعوره بالخلج ، ومحاولة التغلب عليها .

11-يمكن الاستفادة ن البرامج النفسية و السلوكية للتغلب على الخجل وهى تجربة تحت اشراف اخصائى نفسى .

12- يجب على الشخص الخجول ان يتذكر دائما بانه"لا يمكن الاحد ان يحظى بالتالق و اللمعان فى كل حين وفى كل المواقف .

13-توفير الاهتمام الصحيح : هو حاجة رئيسية عند الانسان لابد من توفيرها اعطى اهتماما لنفسك بهذا المصدر الصحيح ثم اوجد رفقة وصحبة والشراكة الايجابية الجيدة .

13- تعلم التنفس الصحيح : لو ضبط الشخص الذى يعانى من الخجل نفسه وقت حدوث الخجل ضبط الجانب الفسيولوجى ، فى الغالب هذا الجانب يضبط النفسية بعدها ، تنفس بعمق هدوء ويخذ وقتك فى الكلام و التفكير.

14- استخدام الخيال : استعمال الخيال كل يوم وبعد استرخاء عميق ، انك تتحدث وتتصرف بكل طلاقة سهولة وثقة ، عليه ان يفعل ذلك كثيرا حتي لايعرف الفعل الا ذلك يصبح لديه قدرة على التحدث وابداء ارائه والاندماج مع الاخرين بكل طلاقة وسهولة وبدون خجل بكل توازن

16-يستخدم الاطباء حاليا عقارا فى شكل حبوب للشخصاء خجولين واسم هذه الحبوب (اسكيتالويرام) وهناك عقار اخر يسمى(سيتالويرام) يقدم ضمن وصفات طبية فى الصيدليات البريطانية .
(شبكة المعلومات الدولية)

الدراسات السابقة:

تعرض الباحثة فى هذا الفصل الدراسات العربية والاجنبية ذات العلاقة بموضوع الدراسة فى محورين هما دراسات تناولت الاساءة و علاقتها ببعض المتغيرات ، ودراسات تناولت الخجل وعلاقته بالتحصيل الدراسي

دراسات متعلقة بالخجل :

1- دراسة (الجنادى ، 1984)

بعنوان : الاضطرابات السلوكية وعلاقتها بتقبل الذات وبعض متغيرات الشخصية لدى المراهقين.

هدفت الدراسة الى : دراسة الاضطرابات السلوكية بأبعادها (القلق ، العدوان ، التمرد، الانسحاب)، لدى المراهقين من 12 الى 17 سنة و التعرف على اثرها على بعض العوامل المتعلقة العلاقة بينها بعض جوانب الشخصية .

تكونت عينة الدراسة من 677 تلميذة من المدارس الاعدادية والثانوية العامة بمحافظة اسيوط، طبق عليهم مقياس الاضطرابات السلوكية ليتم بذلك اختيار (27%) من اصل 366 مراهق هم عدد افراد المجموعتين المتطرفت علي مقياس (اعلي اضطراب ا، ادنى اضطراب) اما الاكلينيكية فقد طبقت على 6 تلاميذ من المجموعتين

واستخدمت الباحثة فى الدراسة : مقياس الاضطرابات السلوكية ، ومقياس الذات لدى المراهقين ، واستمارة المقابلة الاكلينيكية الطيقة "تاريخ الحالة ط(من اعداد الباحثة) واختبار الشخصية للمرحلة الاعدادية و الثانوية (اعداد: هنا) واختبار تفهم الموضوع t a t للموارى (اعداد: نجاتى))

وقد اسفرت نتائج الدراسة عن : وجود فروق الجنسين فى القلق و الانسحاب لصالح البنات وفى العدوان و التمرد لصالح البنين ، وبدت واضح ميكون فى سن 16 سنة وكذلك وجدت فروق جلية بين المراهقين الاكثر و الاقل اضطرابا فى تقبل الذات المجموعة الثانية ، ورفض الذات لصالح الاولي ، والتوافق الشخصي و الاجتماعي و العام الذكاء لصالح الثانية ، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين الاضطرابات السلوكية لدى المراهقين بين تقبلهم لذواتهم و التوافق و الذكاء و علاقة موجبة بينها و بين رفضهم لذواتهم

2- دراسة (عبد الكريم ، 1992)

بعنوان: "الخلل كبعد اساسى للشخصية دراسة ميدانية لدى عينتين من الطلاب المرحلة الجامعية "

هدفت الدراسة الى : معرفة الفروق بين الجنسين فى الاختبارات اخلل المستخدمة ، و الكشف عن البنية العاملية لهذه الاختبارات ، وكذلك الكشف عن احتمال وجود انواع (عاملية) الخلل وقد تفيد فى الكشف عن طبيعة الخلل ومكوناته وبيئة تركيبه.

تكونت عينة الدراسة من : 278 طالبا منهم "120" طالبا ، و"158" طالبة .

واستخدم الباحث فى الدراسة : اختبار (مكروسكى للخلل) 1981 واختبار النقد الذاتى لقلق الانفعال لمكروسكى 1970 واختبار الكفاءة الاجتماعية (سرسون) (ترجمة وتعريب حبيب و بطارية (acl) اختبارات للخلل اعداد (جف ثورن) ، واعد حبيب.

وقد اسفرت نتائج الدراسة عن : وجود فروق فى الخلل بين الجنسين لصالح الاناث فى ستة مقياس للخلل من بين التسع مقاييس ، وهي مكروسكى ، قلق الاتصال الجمعى ، قلق الاتصال الجماعى ، قلق الاتصال الثنائى ، قلق الانفعال العام ، الكفاءة الاجتماعية ، الخلل الموجب ، الخلل السالب المتوازن ، ولم تكن الفروق دالة فى الخلل مكروسكى ، الخلل الموجب و الخلل المتوازن اغلب معاملات الارتباط دالة لدى كل من الذكور و الاناث و المجموعة الكلية و القليلة منها غير دال ، مما يكشف عن احتمال وجود جوانب مشتركة بين اختبارات الخلل و عدم وجود عامل عام يتشعب عليه جميع اختبارات الخلل ، وعن وجود عوامل طائفية و خاصة لاختبارات الخلل ويرى ان البناء العاملى لاختبارات الخلل تتشابه بدرجة كبيرة مع كل من ذكور و اناث المرحلة الجامعية ،

دراسة (عثمان ، 1995)

بعنوان: " الخلل و علاقته بتقدير الذات و التحصيل الدراسي للاطفال "

هدفت الدراسة الى : معرفة العلاقة بين الخلل وكل من التقدير الذات و التحصيل الدراسي لدى الاطفال وبحث تأثير متغيرى الجنس و الصف الدراسي لدى الاطفال ، وبحث التفاعلات الثنائية و الثلاثية وبحث مسار العلاقة بين الخلل و التقدير و التحصيل الدراسي .

كونت عينة الدراسة من : تلاميذ وتلميذات الصفين الرابع و الخامس الابتدائى .

واستخدم الباحث فى الدراسة : مقياس الخجل للاطفال اعداد (عثمان)، واختبار تقدير الذات للاطفال اعداد (عبد الفتاح دسوقي)

وقد اسفرت نتائج الدراسة عن :لايوجد ارتباط بين درجات الخجل ودرجات تقدير الذات لدى الاطفال وجود ارتباط سالب دال احصائيا بين درجات الخجل ودرجات التحصيل الدراسي لدى عينة الذكور بالصف الرابع ، وعينة الاناث بالصف الخامس ، وكان الارتباط غير دال فى باقى المجموعات . وجود تفاعل ثلاثي دال احصائيا بين الجنس و الصف الدراسي و الخجل على درجات التحصيل الدراسي . وجود فروق بين الذكور و الاناث فى الخجل لصالح الاناث . ولايوجد تأثير لمتغير الصف الدراسي وتقدير الذات و التحصيل الدراسي على درجات الخجل . ولا توجد تفاعلات (ثنائية ثلاثية) بين متغيرات الجنس و الصف الدراسي و التقدير الذات على درجات الخجل . ولا توجد تفاعلات (ثنائية او ثلاثية) بين المتغيرات الجنس و الصف الدراسي و التحصيل الدراسي على درجات .

دارسة (خوج2002):

بعنوان : " الخجل و علاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية و اساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة "

هدفت الدراسة الى : الكشف عن العلاقة بين كل من الخجل و الشعور بالوحدة النفسية و اساليب المعاملة الوالدية ، و الفروق فى الخجل و الشعور بالوحدة النفسية نتيجة لاختلاف العمر الزمنى .

تكونت عينة الدراسة من (484) طالبة من طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة و استخدمت الباحثة فى الدراسة :مقياس الخجل للدرينى (د.ت)، مقياس الشعور بالوحدة النفسية للدسوقي (1998) مقياس اساليب المعاملة الوالدية النفيعى (1997).

وقد اسفرت نتائج الدراسة عن : وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة احصائية بين الخجل و الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة ،

وتوجد فروق ذات دلالة احصائية فى الدرجات التى حصلت عليها افراد العينة من الطالبات المرحلة المتوسطة فى مقياس الخجل ترجع لمتغير العمر

بالنسبة للدراسات التي تناولت الخجل :
هدفت الدراسة الحالية الى معرفة العلاقة بين الخجل ، والتحصيل الدراسي ، وذلك
نلاحظ انها قد اتفقت مع الدراسة (عثمان 1995) ، ودراسة (الجنادى 1984) ،
، ودراسة (خوج ، 2002) ، ودراسة (عبد الكريم 1992) ،

الفصل الثالث

منهج و اجراءات البحث

منهج البحث :

فى هذا البحث اعتمدنا المنهج الوصف التحليلى لوصف وتحليل المتغيرات التابعة و
المتغيرات المستقلة وذلك عن طريق استخدامات الاستبيانات الخاصة بالخجل و
التحصيل الدراسي

مجتمع البحث :

يتكون من طلاب جامعة السودان للعلوم و التكنولوجيا بكلية التربية البالغ عدد تخصصتها (8) تخصص

عينة البحث :

تمثلت عينة البحث فى طلاب كلية التربية لقد بلغت حجم العينة (320) عينة

وصف العينة :

تم اختيار العينة بطريقة غير عشوائية حيث تم اختيار (40) عينة من كل قسم من الاقسام الموجد به بكلية التربية و اختيار (10) عينة من كل مستوى اختير من كل مستوى (5) من الطلاب و(5) من الطالبات .

ادوات البحث:

تتكون ادوات البحث من اسئلة الاستبيان التى تطرح على كل حالة على حدها ، وتقدم الاجابات فى شكل بيانات كل منها ، ولقد قمنا بتصميمها وفقا للاسباب التى نعتقد بانها وراء الخجل،وقد كانت تصف مجموعة من الاعراض ، الاسباب و المظاهر و لقد بلغ عدد عبارات الاستبيان (26) عبارته.

الاثبات والصدق الإحصائي:

يقصد باثبات الاختبار أن يعطي المقياس نفس النتائج إذا ما استخدم أكثر من مرة واحدة تحت ظروف مماثلة، ويعني اثبات أيضاً أنه إذا ما طبق اختبار ما على مجموعة من الأفراد ورصدت درجات كل منهم، ثم أعيد تطبيق الاختبار نفسه على المجموعة نفسها وتم الحصول على الدرجات نفسها يكون الاختبار ثابتاً تماماً . كما يعرف اثبات أيضاً بأنه مدى الدقة والاتساق للقياسات التي يتم لحصول عليها مما يقيسه الاختبار. ومن أكثر الطرق استخداماً في تقدير ثبات المقياس هي:

1. طريقة التجزئة النصفية باستخدام معادلة سيبرمان - براون.

2. معادلة الفا - كرو نباخ.

3. إعادة تطبيق الاختبار.

4. طريقة الصور المتكافئة.

5. معادلة جوتمان

أما الصدق فهو مقياس يستخدم لمعرفة درجة صدق المبحوثين من خلال إجاباتهم على مقياس معين، ويحسب الصدق بطرق عديدة أسهلها كونه الجذر التربيعي لمعامل الثبات، وتتراوح قيمة كل من الصدق والثبات بين الصفر والواحد الصحيح.

والصدق الذاتي للاستبانة هو مقياس الأداة لما وضعت له، ومقياس الصدق هو معرفة صلاحية الأداء لمقياس ما وضعت له. قام الباحث بإيجاد الصدق الذاتي لها إحصائياً باستخدام معادلة الصدق الذاتي هي:

الصدق : الثبات

ولحساب صدق وثبات الاستبانة قام الباحث بأخذ عينة استطلاعية من مجتمع الدراسة وتم حساب ثبات الاستبانة من العينة الاستطلاعية والتي بلغت (30) فرد بموجب أسلوب معامل ألفا كرونباخ (Cronbach, s alp)

صيغة حساب معامل كرونباخ ألفا

$$\alpha = \frac{k}{k-1} \left(1 - \frac{\sum s_i^2}{s_T^2} \right)$$

عدد العناصر

مجموع مربعات عناصر

تباين الدرجة الكلية

وقد تم استخدام المعادلة التالية لإيجاد الصدق

الصدق = الثبات

الثبات والصدق الاحصائي لاجابات أفراد العينة الاستطلاعية على كل فقرة من فقرات الاستبانة

الفقرة	الثبات	الصدق
1	0.75	0.86
2	0.75	0.86
3	0.73	0.85
4	0.72	0.84
5	0.73	0.85

0.85	0.73	6
0.86	0.75	7
0.84	0.72	8
0.85	0.73	9
0.86	0.74	10
0.84	0.72	11
0.85	0.73	12
0.84	0.71	13
0.86	0.74	14
0.87	0.75	15
0.84	0.72	16
0.86	0.74	17
0.84	0.72	18
0.66	0.75	19
0.85	0.73	20
0.84	0.72	21
0.85	0.73	22
0.85	0.73	23
0.84	0.72	24
0.85	0.73	25
0.86	0.74	26
0.86	0.85	الاستبانة الكلية

يتضح من النتائج الجدول أن جميع معاملات الثبات والصدق لإجابات أفراد العينة الاستطلاعية على العبارات المتعلقة بالاستبيان كانت أكبر من (0.60) مما يدل على أن الاستبيان يتصف بالثبات والصدق الكبيرين جداً بما يحقق أغراض البحث، ويجعل التحليل الإحصائي سليماً ومقبولاً .

التحليل الإحصائي للمقياس وفقراته

يعد التحليل الإحصائي للفقرات من خطوات إعداد المقياس المهمة لأنه يكشف عن دقة المقياس في قياس ما أعد لقياسه (عبد الرحمن: 227، 1998) ، وقد أشار (سمث 1966م) الى أن الخصائص القياسية . (Smith 1966.76) للفقرات لا تقل أهمية عن الخصائص القياسية للمقياس

لذلك سيتحقق الباحث من الخصائص القياسية للمقياس وفقراته .

الخصائص القياسية للمقياس :

1. Items Validity . صدق فقرات المقياس

يشير المختصون في القياس في مجال العلوم النفسية على أن العلاقة العالية بين الفقرة والدرجة الكلية للمقياس تعني أن الفقرة تقيس السمة التي يقيسها المقياس نفسه.

بين درجة كل فقرة (K. Person) وللتثبت من صدق فقرات المقياس حسب معامل ارتباط (بيرسون)

والدرجة الكلية ، وبعد التطبيق اتضح أن جميع فقرات المقياس البالغة (26) فقرة صادقة في قياس ما أعدت لقياسه إذ كانت معاملات ارتباطها بالدرجة الكلية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (01) . حيث كانت القيم الاحتمالية لها أقل من مستوى الدلالة (01) . أنظر الجدول رقم () .

جدول رقم () يوضح ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس

رقم فقرة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	القيمة الاحتمالية	مستوى دلالة
	Mean	Std. Deviation	Correlations	Sig	Level
1	2.1969	.73557	.158	.000	1.0

1.0	5.00	.268	.67000	2.0500	2
1.0	.000	.394*	.75631	2.0406	3
1.0	.000	.335	.73450	2.0531	4
1.0	.000	.217	.73831	2.0813	5
1.0	.000	.279	.74251	2.0594	6
1.0	.000	.300	.75738	1.9438	7
1.0	.000	.282	.75855	1.9625	8
1.0	.000	.254	.72397	2.0500	9
1.0	.000	.339	.76267	1.9125	10
1.0	.000	.422	.77571	1.9875	11
1.0	.000	.414	.75575	1.9250	12
1.0	.000	.379*	.74867	1.8500	13
1.0	.000	.457	.76459	1.8688	14
1.0	.000	.322	.77505	1.9344	15
1.0	.000	.288	.74499	1.9219	16
1.0	.000	.328	.75855	1.8375	17
1.0	.000	.287	.75052	1.9688	18
1.0	.000	.281	.73402	1.9406	19
1.0	.000	.261	.74528	1.9063	20
1.0	.000	.413	.76333	1.9406	21
1.0	.000	.292	.75740	2.0031	22

1.0	.000	.348	.74236	1.9750	23
1.0	.000	.375	.80310	1.8719	24
1.0	.000	.341	.79613	1.8438	25
1.0	.000	.364	.77641	1.9531	26
			6.34461	51.0781	المجموع

2. Validity Of Scale .صدق المقياس

يعد الصدق من الخصائص القياسية المهمة التي يتطلب توافرها في المقياس .ويقصد به مدى صلاحية المقياس في قياس الخاصية أو الظاهرة التي وضع من أجل قياسها (Eble,1.

من خلال التثبت من صدق فقرات المقياس حسب معامل ارتباط (بيرسون) بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية وبعد التطبيق اتضح أن جميع فقرات المقياس البالغة (26) فقرة صادقة في قياس ما أعدت لقياسه إذ كانت معاملات ارتباطها بالدرجة الكلية دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (01). حيث كانت القيم الاحتمالية لها أقل من مستوى الدلالة (01). أنظر الجدول رقم ().

وبما أن علاقة الفقرة بالدرجة الكلية تعني أن المقياس يقيس سمة واحدة ، إذن فصدق فقرات المقياس تعني أن المقياس صادق في قياس ما وضع من أجله ، وعلى ضوء ذلك فإن المقياس الحالي صادق في قياس ما وضع لقياسه .

3. Scale Reliability .ثبات المقياس

يشير الثبات إلى إتساق درجات المقياس في قياس ما يجب قياسه يصوره منظمة (Maloney&Ward,1980,60)

وللتثبت من ثبات المقياس استخدم الباحث في حساب الثبات معادلة (الفاكرونباخ) ، حيث تعد معادلة (الفاكرونباخ) من أساليب إستخراج الثبات . وقد إستخرج الباحث الثبات باستخدام هذه الطريقة حيث بلغت قيمة معامل الثبات العام (0.659). وهذا يشير إلى أن المقياس يتمتع بثبات جيد .

جدول رقم () يوضح قيمة معامل ألفا كرونباخ للمقياس

ألفا كرونباخ	عدد الفقرات
659.	26

حساب ثبات فقرات المقياس باستخدام معادلة ألفا كرونباخ α .

h

جدول رقم () يوضح قيم معامل (ألفا كرونباخ) لفقرات المقياس

رقم الفقرة	متوسط لمقياس عند حذف العبارة	تباين المقياس عند حذف العبارة	معامل الارتباط المصحح بين العبارة والدرجة الكلية للمق ياس	قيمة معامل ألفا كرونباخ للفقرات
	Scale Mean if Item Deleted	Scale Variance if Item Deleted	Corrected Item-Total Correlation	Cronbach 's Alpha if Item Deleted
1	48.8813	39.321	.042	58.6
2	49.0281	38.422	.166	.654
3	49.0375	37.046	.286	.643
4	49.0250	37.673	.226	.649
5	48.9969	38.768	.102	57.6
6	49.0188	38.175	.166	.654
7	49.1344	37.941	.186	.653
8	49.1156	38.115	.167	.654

.656	.143	38.447	49.0281	9
.649	.226	37.556	49.1656	10
.640	.314	36.697	49.0906	11
.641	.309	36.851	49.1531	12

.645	.271	37.217	49.2281	13
.636	.354	36.404	49.2094	14
.651	.207	37.685	49.1438	15
.653	.176	38.082	49.1563	16
.650	.216	37.669	49.2406	17
.654	.173	38.085	49.1094	18
.654	.170	38.175	49.1375	19
.656	.148	38.337	49.1719	20
.641	.306	36.840	49.1375	21
.653	.177	38.026	49.0750	22
.648	.239	37.529	49.1031	23
.645	.259	37.073	49.2063	24
.649	.224	37.440	49.2344	25
.646	.251	37.270	49.1250	26

نلاحظ من الجدول السابق أن:

1. العمود الثاني يوضح متوسط المقياس عند حذف العبارة .
2. العمود الثالث يوضح تباين المقياس عند حذف العبارة .

3. العمود الرابع يوضح معامل الارتباط المصحح بينك لعبارة والدرجة الكلية للمقياس وتعبر القيم الموجودة فيه عن (معاملات اتساق الداخلي).

4. العمود الخامس يوضح قيمة معامل (ألفا كرونباخ) للفقرات، فإذا زاد تقيمة معامل (ألفا كرونباخ) للفقرات عن قيمة معامل (ألفا كرونباخ) الإجمالية للمقياس، لذلك علمنا لفقرة تضعف المقياس وإنحذف هذه الفقرة يؤدي إلى زيادة الثبات .

نلاحظ أن جميع قيم معامل (ألفا كرونباخ) للفقرات انحصرت بين (636. -658). وأن جميعها أقل من قيمة معامل (ألفا كرونباخ) الإجمالية للمقياس البالغة (659). وهذا يدل على أنها لا توجد فقرة تضعف المقياس بالأسباب لأن جميع الفقرات ثابتة .

4. الصدق التجريبي للمقياس:

: وعلى ضوء حساب قيمة معامل (ألفا كرونباخ) البالغة (659). فإن الصدق التجريبي للمقياس يساوي (812). وهو الجذر التربيعي لمعامل الثبات ، وهذا يشير أيضاً إلى أن المقياس يتمتع بصدق عالي .

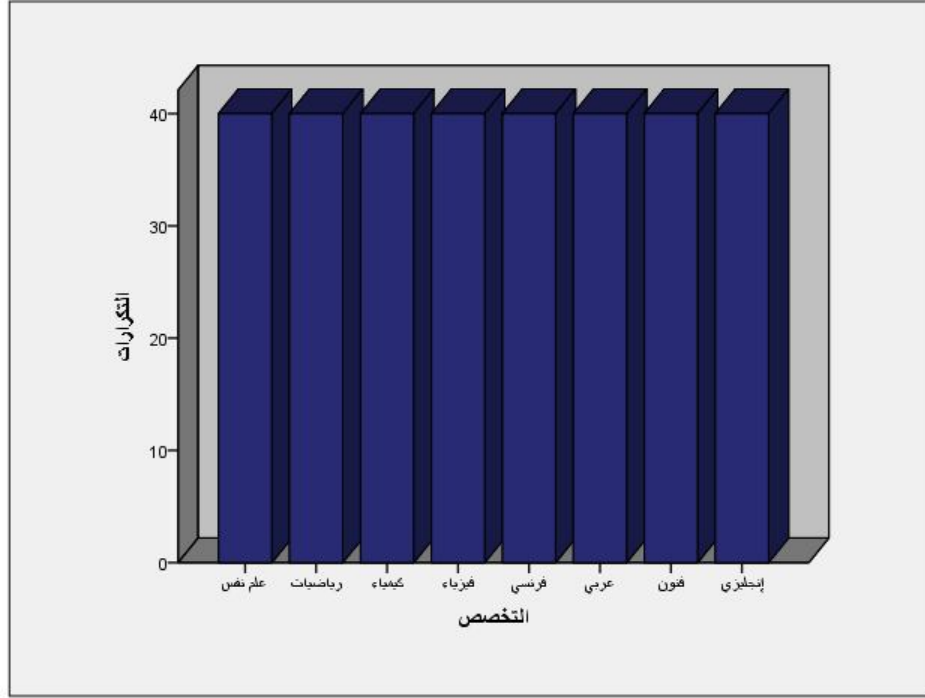
أولاً: عرض النتائج :

الجدول رقم () يوضح التوزيع التكراري لمتغي التخصص

التكرار النسبي	التكرار	التخصص
12.5%	12.5	علم نفس
12.5%	12.5	رياضيات
12.5%	12.5	كيمياء
12.5%	12.5	فيزياء
12.5%	12.5	فرنسي
12.5%	12.5	عربي
12.5%	12.5	فنون
12.5%	12.5	إنجليزي
100.0%	100.0	المجموع

يلاحظ من الجدول السابق أن في متغير التخصص إحتلت جميع التخصصات نفس المرتبة بسبب تساوي عدد أفراد العينة فيها .

شكل رقم () يوضح لتوزيع التكراري لمتغير التخصص



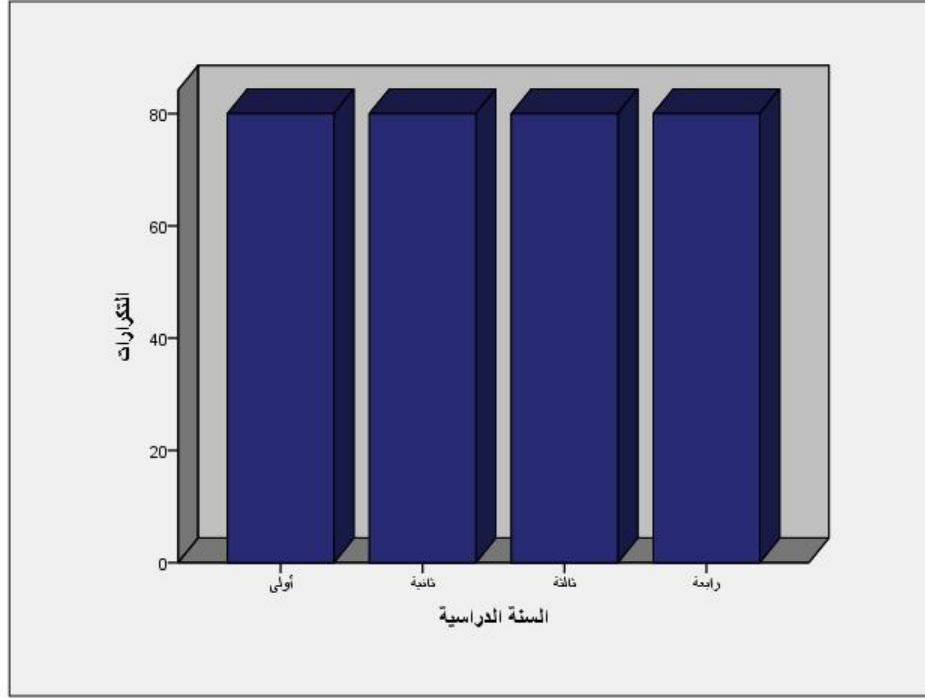
2. السنة الدراسية :

الجدول رقم () يوضح التوزيع التكراري لمتغير السنة الدراسية

التكرار النسبي	التكرار	السنة الدراسية
25.0%	80	أولى
25.0%	80	ثانية
25.0%	80	ثالثة
25.0%	80	رابعة
100.0%	320	المجموع

يتضح من الجدول السابق أن متغير السنة الدراسية احتلت جميع السنوات الدراسية نفس المرتبة بسبب تساوي عدد أفراد العينة فيها

شكل رقم () يوضح التوزيع التكراري لمتغير السنة الدراسية



3. الجنس:

الجدول رقم () يوضح التوزيع التكراري لمتغير الجنس

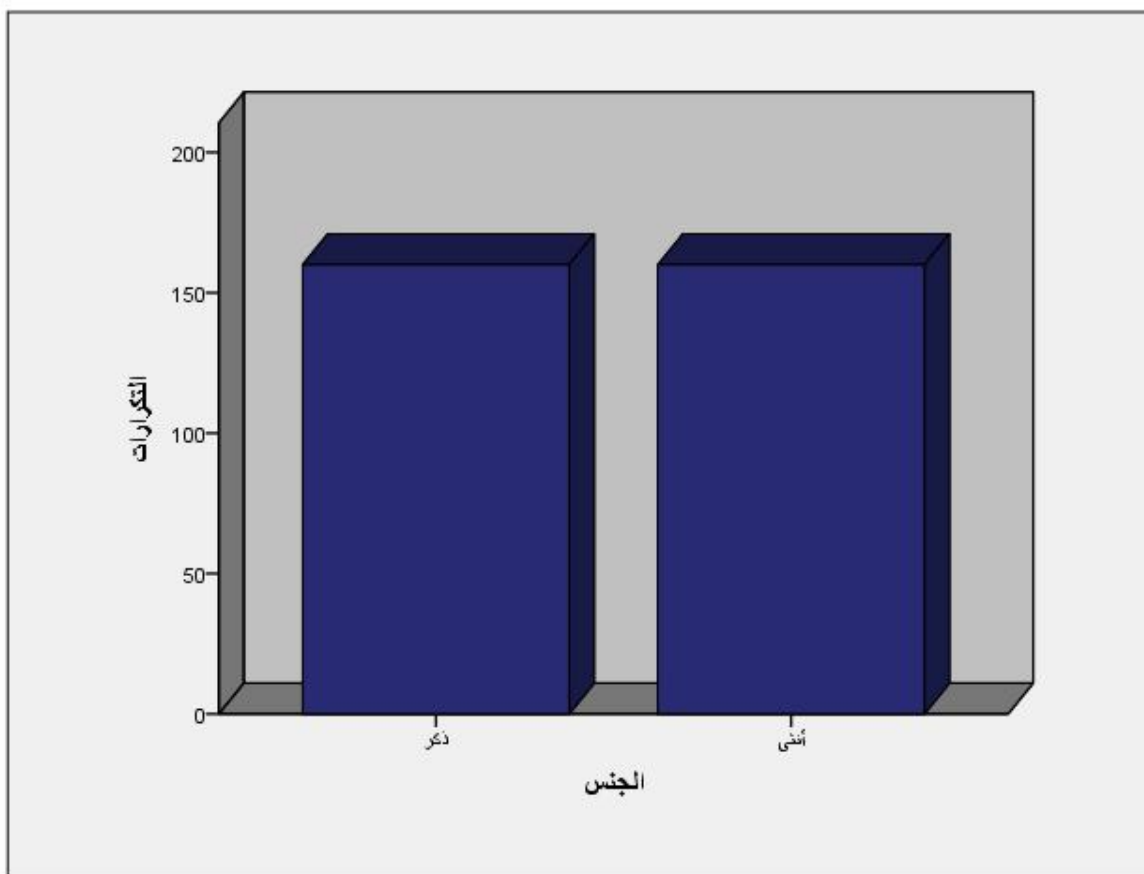
الجنس	التكرار	التكرار النسبي
ذكر	160	50.0%
أنثى	160	50.0%
	320	100.0%

يلاحظ من الجدول السابق أن في متغير الجنس إحتلت جميع مفردات الجنس نفس المرتبة بسبب تساوي عدد أفراد العينة فيها .

الجنس :

إحتلت جميع مفردات الجنس نفس المرتبة بسبب تساوي عدد أفراد العينة فيها

شكل رقم () يوضح التوزيع التكراري لمتغير الجنس



4. التقدير :

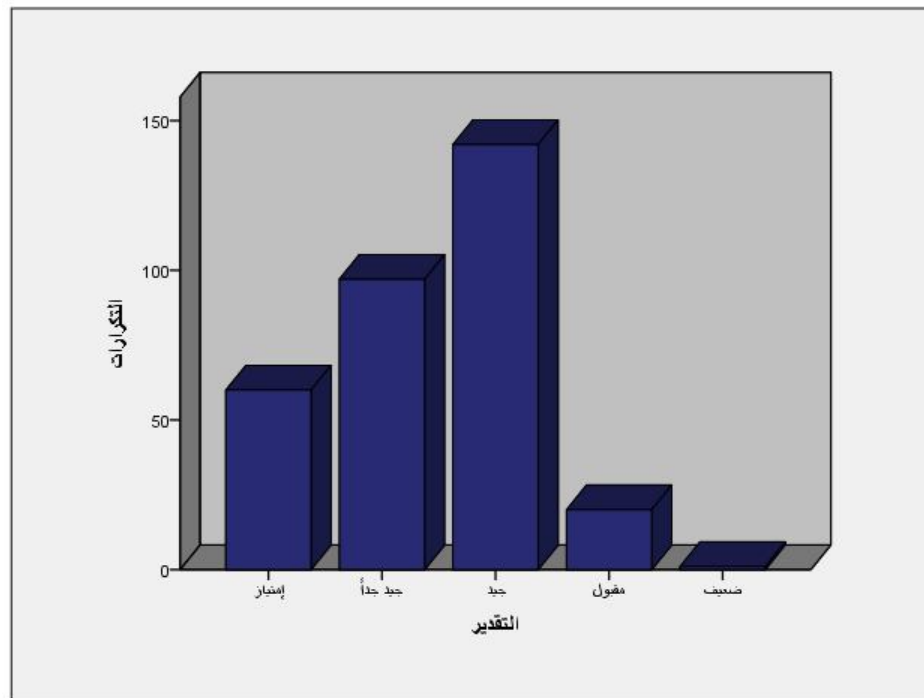
الجدول رقم () يوضح التوزيع التكراري لمتغير التخصص

التقدير	التكرار	التكرار النسبي
إمتياز	060	%18.8
جيد جداً	097	%30.3
جيد	142	%44.4
مقبول	020	%6.3
ضعيف	001	%0.3

المجموع	320	%100.0
---------	-----	--------

يلاحظ من الجدول السابق أن في متغير التقدير إحتمل التقدير (جيد) النسبة الأعلى من بين باقي النسب نسبة (44.4%) يلي هفي المرتبة الثانية التقدير (جيد جداً) بنسبة (30.3%) وفي المرتبة الثالثة التقدير (إمتياز) بنسبة (18.8%) وفي المرتبة الرابعة التقدير (مقبول) بنسبة (6.3%) في حين إحتمل التقدير (ضعيف) النسبة الأدنى بنسبة (0.3%)

شكل رقم () يوضح التوزيع التكراري لمتغير التقدير



الفصل الرابع

عرض و تفسير و مناقشة النتائج

عرض و مناقشة النتائج

ثانياً : إختبار فرضيات الدراسة و مناقشتها و تفسيرها :

تم تحليل و معالجة بيانات الدراسة إحصائياً من خلال برنامج الحزمة الإحصائية للعلوم الإجتماعية (Statistical Package for Social - SPSS - Vorsion 21) و ذلك للحصول على (Sciences) نتائج أكثر دقة ؛ إذ تم إدخال البيانات إلى ذاكرة الحاسوب وفقاً لمقياس ليكرت الثلاثي و حسب الدرجات الموضحة في الجدولين رقم () :

جدول رقم () يوضح بدائل المقياس وفقاً لمقياس ليكرت الثلاثي و ما يقابلها من درجات

البديل	غالباً	حياناً	إبدأ
الدرجات	3	2	1

حيث تم إعطاء الدرجة (3) كوزن لكل بديل (غالباً) و الدرجة (2) كوزن لكل بديل (أحياناً) و الدرجة (1) كوزن لكل بديل (إبدأ) .

الفرضية الأولى : (توجد علاقة إرتباطية بين الخجل و التحصيل الدراسي و وسط طلاب كلية التربية) .

الفرضية الصفرية $H_0 - Null Hypothesis$: تعني لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية.

الفرضية البديلة $H_1 - Alternate Hypothesis$: تعني توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية.

لقياس العلاقة الارتباطية بين الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون لتحديد درجة الارتباط بين الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية الجدول رقم () يوضح ذلك :

جدول رقم () يوضح نتائج معامل ارتباط بيرسون لتحديد درجة الارتباط بين الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية

العلاقة بين	معامل ارتباط بيرسون	القيمة الاحتمالية	مستوى الدلالة
الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية	.017	.768	.01

نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمة معامل ارتباط بيرسون قد بلغت (0.017). وأن القيمة الاحتمالية لمعامل ارتباط بيرسون كانت مقدارها (0.768) وهي أكبر من مستوى الدلالة (0.01) إذن نقبل الفرضية الصفرية ونرفض الفرضية البديلة ، وهذا يشير إلى عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية.

مناقشة نتيجة الفرض الأول؟

لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الخجل والتحصيل ، بالنسبة لوجود المناشط الاخرى الثقافية و الادابية التي يشارك فيها الطلاب التي تعمل على انخفاض مستوى الخجل لديهم و عدم تأثيرها تحصيلهم الدراسي .
فرضية الثانية :

(توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية تعزى لمتغير التخصص) .

لحساب الفروق في العلاقة بين الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية التي تعزى لمتغير التخصص قام الباحث بحساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري وإختبار (ت) ، الجدول رقم () يوضح ذلك :

الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية تعزى لمتغير التخصص

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
الخجل	51.0781	6.34461	130.101	319	.000
التخصص	4.5000	2.29488			

نلاحظ من الجدول أعلاه أن القيمة التائية قد بلغت (130.101) وأن القيمة الاحتمالية لإختبار (ت) كانت مقدارها (.000) وهي أقل من مستوى الدلالة (.05) ، وهذا يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية تعزى لمتغير التخصص لصالح (الخجل) .

مناقشة نتيجة الفرض الثاني؟

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في علاقته بين الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية . نسبة للاختلاف التخصصات يختلف تحصيل الطلاب الدراسي وذلك لأن كل تخصص يختلف كل من التخصص الأخرى وكل تخصص يحتوي على مواد تختلف من المواد التخصص الأخرى . لذلك نجد أن هناك تباين كبير بين كل التخصصات الموجودة في كلية التربية

الفرضية الثالثة :

(توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخجل وسط طلاب كلية التربية تعزى لمتغير السنة الدراسية) .

لحساب الفروق في العلاقة بين الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية التي تعزى لمتغير السنة الدراسية قام الباحث بحساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري وإختبار (ت) ، الجدول رقم () يوضح ذلك :

جدول رقم () يوضح قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لقياس الفرق في العلاقة بين الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية تعزى لمتغير السنة الدراسية

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
الخجل	51.0781	6.34461	137.3	319	.000
السنة الدراسية	2.5000	1.11979	67		

نلاحظ من الجدول أعلاه أن القيمة التائية قد بلغت (137.367) وأن القيمة الاحتمالية لإختبار (ت) كانت مقدارها (0.000) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) ، وهذا يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية تعزى لمتغير السنة الدراسية لصالح (الخجل) .

الفرضية الرابعة :

(توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخجل وسط طلاب كلية التربية تعزى لمتغير الجنس) .

لحساب الفروق في العلاقة بين الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية التي تعزى لمتغير الجنس قام الباحث بحساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري وإختبار (ت) ، الجدول رقم () يوضح ذلك :

جدول رقم () يوضح قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لقياس الفرق في العلاقة بين الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية تعزى لمتغير الجنس

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
الخجل	51.0781	6.34461	140.3	319	.000
الجنس	1.5000	.50078	93		

نلاحظ من الجدول أعلاه أن القيمة التائية قد بلغت (140.393) وأن القيمة الاحتمالية لإختبار (ت) كانت مقدارها (0.000) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) ،

وهذا يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية تعزى لمتغير الجنس لصالح (الخجل) .

الفرضية الخامسة :

(توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخجل وسط طلاب كلية التربية تعزى لمتغير التحصيل الدراسي) .

لحساب الفروق في العلاقة بين الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية التي تعزى لمتغير التحصيل الدراسي قام الباحث بحساب الوسط الحسابي والانحراف المعياري واختبار (ت) ، الجدول رقم () يوضح ذلك :

رقم () يوضح جدول قيم الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لقياس الفرق في العلاقة بين الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية تعزى لمتغير التحصيل الدراسي

المتغير	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية	درجة الحرية	القيمة الاحتمالية
الخجل	51.0781	6.34461	136.302	319	.000
التحصيل الدراسي	2.3906	.87130			

نلاحظ من الجدول أعلاه أن القيمة التائية قد بلغت (136.302) وأن القيمة الاحتمالية لإختبار (ت) كانت مقدارها (0.000) وهي أقل من مستوى الدلالة (0.05) ، وهذا يشير إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين الخجل والتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية تعزى لمتغير التحصيل الدراسي لصالح (الخجل) .

النتائج:

مقدمة:

إهتمت هذه الدراسة : (بالخجل وعلاقته بالتحصيل الدراسي وسط طلاب كلية التربية) وعلى ضوء ذلك تم وضع الفرضيات وإجراءاتها وإثبات الفروض أو عدمها، وتكونت الدراسة من فصول يتضمن الفصل الاول مشكلة الدراسة وتحديدها وأهميتها وأهدافها وفروض الدراسة ومصطلحات الدراسة واشتمل الفصل الثاني على الإطار النظري والدراسات السابقة ذات الصلة بالموضوع والفصل الثالث يشمل إجراءات الدراسة والفصل الرابع تحليل البيانات وعرض ومناقشة النتائج.

الفصل الخامس الخاتمة :

المقترحات :

1-استكمالاً لهذه الدراسة يمكن القيام بدراسة الخجل وعلاقته بالتحصيل الدراسي على باقى كليات جامعية

2-اجراء دراسات وبحوث فى مراحل عمرية مختلفة هذه السمة

التوصيات :

اعتمادا على النتائج التى توصلنا اليها فى هذه الدراسة فاننا نورد التوصيات الاتية :

1: تفعيل دور الجامعة في تخفيض الخجل بالنسبة لطلابها من خلال زيادة الاهتمام بالندوات الثقافية و الانشطة ومشاركة الطلاب فيها

2: زيادة الاهتمام الاساتذة بدورهم فى تخفيض الخجل من خلال تخصيص وقتا من المحاضرة فى تشجيع الطلاب على المناقشة الحوار و ابداء رأيهم فى المشكلات او مواضيع تهمهم

3: تفعيل دور الاقسام حيث الطلبة واندماجهم فى الانشطة و الرحلات

4: الاهتمام لاساتذة بالطالب على المواجهة و التغلب على خجله و محاولة تشجيعه ودعم ثقته بنفسه

5: حث الاساتذة الطلاب على تحضير المحاضرات و تعويدهم على القائهم بانفسهم امام الطلاب الاخرين

6: الاهتمام الاسرة بنفس المجال امام الطفلى منذ البداية تشجيعه للتحدث و التعبير عن راية بكل حرية و صراحة

7: تعيين اخصائيين نفسيين منذ المرحلة الثانوية و محاولة تخفيض نسبة الخجل لدى الطلاب .

قائمة المراجع :

1-جابو ،بول ،د ع الخجل واستمتع بالحياة ،دار الهلال ، بيروت 1989 ، ط 1

2حنا ابراهيم ،صباح ،يوسف ، علم النفس التكويني ،1988.

3-الخجل و التشاؤم ،دار الافاق ، بيروت ،1981، ط4

4-شبكة المعلومات الدولية الموقع wikipedia 2006.

5-الشربيني ، زكريا . المشكلات النفسية عند الاطفال .دار الفكر العربي ،مصر 2001. ط 1

6 غالب ، مصطفى . الفلق والخجل . مكتبة الهلال ، بيروت . 1986

القذافي ، رمضان محمد . علم النفس الاسلامى . صحيفة الدعوة الاسلامى ، طرابلس
رمضان . 1990 . ط1

القذافي ، رمضان محمد . علم النفس النمو . طفولة ومراهقة . الجامعة المفتوحة . 1995 .
الانصارى ، بدر محمد . الحرج الموقفى . 1996 .

بسم الله الرحمن الرحيم

جامعة السودان للعلوم و التكنولوجيا

كلية التربية : قسم علم النفس

عنوان الرسالة :

الخجل وعلاقته بالتحصيل الدراسي

اخى /اخى الطالب :

وصراحة فى الاجابة بما يخدم البحث العلمى لذا نرجو اجابت كن عن الفقرات
جميعها , وذلك لوضع علامة (✓) تحت واحدة من البدائل الثلاثة الموجودة
امام كل فقرة علما ان الاجابة عن الفقرات الاغراض البحث العلمى

1: التخصص.....

2 :السنة الدراسيه.....

3 :الجنس

5: التقدير

ت	الفقرة	غالبا	احيانا	ابدا
1	اشعر بالخجل عندما يقول الاستاذ اننى الطالب الوحيد الراسب ف المقرر			
2	اخجل عندما يشار الى تعليق سلبى تغير اجابى			
3	اخجل عندما لا اتمكن من الاجابة على سؤ بوجهه الى المحاضر اثناء			

			المحاضرة	
			اشعر باحمرار الوجه عندما ادخل مكانا مزدحما وينظر الجميع الى	4
			اخجل عندما يوجه على النقد الجارح امام الاخرين	5
			اخجل عندما اضحك صوت عال مما يثير انتباه الاخرين	6
			اشعر باحمرار الوجه تشنج الاعصاب عندما وجه الى نقد او تصريحاً ما	7
			اخجل عندما تعرض الحديث مع افراد الجنس الاخر	8
			اخجل عندما يصدر منى تصرف غير لائق امام احد افراد الجنس الاخر	9
			اخجل عندما امشي وحدي و العمر مزدحم بالطلاب	10
			اخجل عندما ينظر الى طلبة اثناء المحاضرة	11
			اشعر بالخجل و الارتباك عندما يكلفني استاذي بقيادة مجموعة فى مهمة ما	12
			اخجل عند دهابي الى المناسبات الاجتماعية	13
			اخجل عند ابداء راي حول موضوع معين امام الجميع	14
			افضل الصمت عندما تكون المحاضرة حوارية احد الجنسين	15
			اشعر بتعلثم او ارتباك فى صوتي عند الحديث مع الغرباء	16
			اخجل عندما يوجه الى ثناء او	17

			مدح امام مجموعة من الحضور	7
			اشعر بالخجل عندما لا افهم المقصود او المطلوب من السؤال الموجه الى	1 8
			اشعر بالخجل عندما ينظر الاستاذ لورقتى اثناء الامتحان	1 9
			اشعر بالخجل عندما ينظر الى الاخرين اثناء وجودى فى اماكن عامة	2 0
			اخجل عندما يوجه الى الاستاذ سؤالا اثناء المحاضرة	2 1
			اشعر بسرعة دقات القلب عندما بطلب منى ابداء راي فى الموضوع ما امام الجميع	2 2
			اخجل عندما يدرك الاخرين باننى مصدر الصوت المزعج فى المحاضرة	2 3
			اشعر بالارتباك وتصيب العرق عندما اتحدث بصراحة	2 4
			اشعر بالخجل واحمرار للوجه عندما استقبل اناس غرباء	2 5
			اخجل عندما لا اتمكن من الاجابة على سؤال يوجهه الى المحاضر اثناء المحاضرة	2 6