الخجل الاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طالبات معهد إعداد المعلمات

م.م. أميرة مزهر حميد الدليمي م.م. أحلام مهدي عبد الله العزي
مديرية تربية ديالى – معهد إعداد المعلمات

الملخص :
يستهدف البحث الحالي :-
١ . التعرف على مستوى الخجل الاجتماعي لدى طالبات معهد إعداد المعلمات – ديالى .
٢ . التعرف على العلاقة الارتباطية بين الخجل الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طالبات معهد إعداد المعلمات – ديالى
وتحقيقا لأهداف البحث قامت الباحثتان بإعداد مقياس للخجل الاجتماعي ، اعتمادا على نظرية زيمباردو في الخجل الاجتماعي والمكونات التي حددها هي:(السلوكي ، الفسيولوجي ، المعرفي ، الانفعالي)،وتم حساب الصدق الظاهري وحساب الثبات بطريقة اعادة الاختبار إذ بلغ(٠.٨٣)، وتكون المقياس بصورته النهائية من (٢٢) فقرة صالحة لقياس الخجل الاجتماعي ، وطبق المقياس على عينة البحث البالغ عددها (١٤٠) طالبة ، وبعد قيام الباحثتين بتدوين درجة التحصيل الدراسي لأفراد عينة لبحث ، ومعالجة البيانات إحصائيا باستخدام معامل ارتباط بيرسون والاختبار التائي لعينة واحدة ولعينتين ، توصلت الباحثتان إلى النتائج التالية :
١. ان طالبات معهد إعداد المعلمات لديهن خجل اجتماعي .
٢. توجد علاقة ارتباطية دالة بين الخجل الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طالبات معهد إعداد المعلمات - ديالى

الفصل الأول: التعريف بالبحث

مشكلة البحث

الإنسان بطبيعته كائن اجتماعي والاتصال الإنساني يعد محوراً أساسيا في عملية التفاعل الاجتماعي (علاقة الفرد بالآخرين وهو سمة من السمات الشخصية الذي يقوم بالدور الأساسي في تسهيل عملية التفاعل الاجتماعي او أعاقته) ولعل أهم هذه السمات هي سمة الخجل الاجتماعي التي تنمو خلال تفاعل الفرد مع بيئته . (شقير ، ١٩٩٤ : ٦) ، فالخجل الاجتماعي هو معاناة نفسية تتحكم بصاحبها الى

درجة تشل بها مواهبه ويميل ان يكون سلوكه الاجتماعي ضئيل الإنتاج وضعيف الأثر (شرارة ، ١٩٩٦ :٢٥) .

ان الفرد يواجه كل يوم مواقف جديدة تتطلب منه قدرة نفسية عالية على مواجهة التحديات والتأقلم مع التغييرات التي تطرأ على البيئة مما يؤثر على حياته وهي قد تكون الأساس في حدوث التوافق السوي وغير السوي . (الشربيني ، ٢٠٠١ :٣٣) ، ونلاحظ ان بعض الطلبة ليس لديهم القدرة على مواجهة التحديات بسبب حالة الخجل التي تنتابهم وقد تصل الى ان تشل قدراتهم ومواهبهم وثقتهم وتسهم إسهاما مباشراً في انخفاض مستوى التحصيل الدراسي والذي يكون السبب الرئيسي في بعض حالات التأخر الدراسي . (المالح ، ١٩٩٣ : ٨) ، فالخجل اذن مشكلة في حد ذاته كما انه يتسبب في مشكلات أخرى وله نتائج سلبية وعوائد غير مرغوبة وعواقب غير مفضلة وهذا ما أكدته دراسة (الشناوي ، ١٩٩٧) ، كما ان المختصين في الأمراض النفسية يؤكدون بان هناك الكثير من الأشخاص يعانون من هذه المشكلة في صمت لأعوام طويلة ولكنهم لا يطلبون المساعدة الا في حالة تزايد الحالة لدرجة قد تسبب له بعض المشاكل والأزمات. (غالب ، ١٩٩١ : ١٤٠) ، وقد تؤثر في عملية التوافق المدرسي وهذا ما أكدته دراسة (يوسف وخليفة ، ٢٠٠٣) .

ان الطالب الذي يعاني من الخجل يفتقر الى الثقة بالنفس ويجد صعوبة في الاندماج مع زملائه ويفتقر الى الكثير من المهارات الحياتية والخبرات الجديدة التي يمكن اكتسابها نتيجة للاندماج في المواقف الاجتماعية كما تنعكس آثار هذا على مستوى التحصيل مما يتغلب عليه الشعور بالفشل وقد يكون مشلول الإرادة والتفكير ، لذا وجب علينا ان نجنب الطالب ما استطعنا من الانفعالات السلبية باعتبار الخجل هو ثمرة من ثمار الخوف والعنف ، من هنا برزت مشكلة البحث الحالي والتي سعت الباحثتان من خلالها الى دراستها من خلال الإجابة على السؤال الآتي:

هل هناك علاقة بين الخجل والتحصيل الدراسي ؟.

أهمية البحث والحاجة إليه :

الخجل الاجتماعي رفيق قديم قدم الإنسانية منذ زمن بعيد تحدث عنه هبيوقراط وسبقه الى ذات هوميروس ، وهو سمه من سمات الطبع ألهمت شعراء وكتابا كبارا (السبعاوي ، ٢٠٠٩ :٤)، وقد حار العقل في أمره ممن الناس من يزكيه ومنهم من يهيجه ومنهم من يخلط بين حياء واستحياء لا لشيء سوى انه ظاهرة مركبة . (النبال وابو زيد ، ١٩٩٥ :١٢) .

كل إنسان يمتلك مقداراً من الخجل الاجتماعي وهو أمر ضروري حيث ان انعدام الإحساس بالخجل يعتبر ظاهرة شاذة او غير صحيحة على المستوى النفسي ولكن الخجل يصبح أمراً غير طبيعي اذا كان شديداً او يعيق نمو الشخصية ويحد من تفاعلها الاجتماعي . (النملة ، ١٩٩٥ : ٢٥) وتنتشر هذه الظاهرة في مختلف الفئات العمرية وهي من الظواهر المتعددة الأبعاد وهذا ما أكده (زبمباردر ، ١٩٧٧) في

دراسته اذ يرى انه سبب لمشاكل عديدة في حياة الشخص خاصة عندما تتعارض مع قدراته على تكوين صداقات او عندما يجعله يشعر بالتعاسة في وجوده بين الآخرين ويكون سبب رئيس في عدم القدرة على التحصيل الجيد مما يؤثر على حياته المدرسية والجامعية لأنه يصبح واثق من نفسه ولا يستطيع الكلام عندما يسأله المدرسون عن أي شيء (السبعاوي ، ٢٠٠٩ : ٤) فهذا التأثير السلبي للخجل قد يكون احد العوامل التي تسبب له ضعف في التحصيل فغالبية الطلبة الخجولين يعيشون بصفات مشتركة وهي قلة الحركة وعدم التفاعل مع المدرسين والتردد في الإجابة ويكون الخجل بمثابة حاجز يمنع الطالب من المشاركة ويسبب له كثير من الأزمات داخل نفسه وخاصة اذا ما وجد التوبيخ من مدرسيه والاستهزاء من اقرأنه داخل الصف (الشربيني ، ٢٠٠١ :٩٣) وهذا ما أكدته دراسة (شقير ، ١٩٩٦) .

ان الخجل يظهر بشكل كبير في مرحلة المراهقة مع إمكانية ظهوره قبل او بعد هذا السن وهذا ما أكده المالح في دراسته لأنها فترة حرجة في حياة الفرد وهي فترة غامضة بالنسبة للمراهقين بحيث يسيطر عليهم الارتباك لعدم معرفتهم بالدور الذي يجب ان يقوموا به(جرجس ، ١٩٨٥ :١٢) .

لقد اختلف العلماء في تحديد أسباب نشوء الحالة الانفعالية (الخجل) اذ يرجع أسبابها إلى تغيرات في إفراز الغدد والبعض الآخر يرجعها الى عوامل بيئية أو إلى كلاهما . (غالب ، ١٩٨٦ : ٤) .

ان نسبة الإصابات في الخجل خلال هذه المرحلة تتباين تماماً في المواقف المختلفة ، العائلية ، المهنية ، الاجتماعية اذ تشير الدراسات التي أجراها كاتل إلى إن نسبة الخجل خلال هذه المرحلة تتباين حتى في الظروف والمواقف المتشابهة ، وأشار كمبل في دراسته حول النسب المئوية للخجل لدى الأفراد في المواقف والظروف المختلفة خاصة لدى المراهق فعندما يكون وسط جمع من الغرباء وعليه ان يتكلم فان نسبة الخجل عنده تكون كبيرة .(خضر ، ٩٩٤ : ١٣)

لذا يمكن إبراز أهمية البحث الحالي في الجوانب الآتية :

١. انه يوفر أداة لقياس مستوى الخجل لدى الطالبات والذي قد يسهم إسهاما فعالاً في التخفيف من حدته .
٢. زيادة المعرفة النظرية لهذا الموضوع والذي اهتم به علماء النفس والصحة النفسية .
٣. يهتم بمرحلة عمرية ودراسية مهمة لان طالبات معهد إعداد المعلمات يشكلن الشريحة المهمة والتي تقع على عاتقها مسؤولية بناء شخصية تلميذ المرحلة الابتدائية .
٤. تزود المرشدين التربويين بمقياس يساهم في بناء برنامج إرشادي يخفض في درجة الخجل لدى الطلبة .

أهداف البحث :

يستهدف البحث الحالي إلى :-

١ الكشف عن مستوى الشعور بالخجل الاجتماعي لدى طالبات الصف الثالث في معهد إعداد المعلمات .

٢ الكشف عن العلاقة بين الشعور بالخجل الاجتماعي والتحصيل .

حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بطالبات معهد إعداد المعلمات – ديالى الدراسة الصباحية للعام الدراسي ٢٠٠٩-٢٠١٠

تحديد المصطلحات :

الخجل الاجتماعي Social – shyness

- عرفه (شمسان ، ٢٠٠٤) بأنه :" خوف وارتباك يداهم الشخص عند قيامه بأداء عمل معين) (شمسان ، ٢٠٠٤ : شبكة المعلوماتية)
- عرفه (الدريني ،ب ت) بأنه :"ميل لتجنب التفاعل الاجتماعي والمشاركة في المواقف الاجتماعية بصورة غير قاسية ". (الدريني،ب ت:٦) .
- عرفه (زمباردو ، ١٩٧٧) بأنه:" رد فعل شخصي ينشأ ويتأكد من خلال القيم الاجتماعية السائدة والمبرمجة للحضارة ويكون أعلى في الحضارات الموجهة نحو الذات من الحضارات الموجهة نحو الجماعة".(Zimbardo , 1977 , pp.36.37) .

وقد تبنت الباحثتان تعريف (زبمباردو) بوصفه تعريفا نظريا لبحثهما ،أما **التعريف الإجرائي للخجل الاجتماعي:** هو الدرجة التي تحصل عليها الطالبة من خلال إجابتها على مقياس الخجل الاجتماعي المعد لهذا الغرض.

التحصيل الدراسي studying a charming

- عرفه (أبو علام ، ٢٠٠٠) بأنه :"درجة الاكتساب التي يحققها الفرد او مستوى النجاح الذي يحرزه او يصل إليه مادة دراسية معينة او مجال معين" (ابو علام ، ٢٠٠٠ :٣٠٥)
- عرفه (عوده ، ١٩٩٨) بأنه:"عملية إصدار حكم على الشيء او الشخص في ضوء درجة القياس وفي ضوء الأهداف المحددة وفي ضوء المعلومات الأخرى التي تم الحصول عليها من مصادر متعددة ". (عودة ، ١٩٩٨ : ٩٦)
- عرفه (السيد ، ٢٠٠١) بأنه :"عملية اتخاذ القرار التربوي على أساس من القياس والملاحظات بهدف التطوير" . (السيد ، ٢٠٠١ : ٢٢٣)
- عرفه (المسعود ، ٢٠٠٥) بانه :"مجموعة من المعارف والمعلومات والقدرات والمهارات التي تكتسب داخل المدرسة ". (المسعود ، ٢٠٠٥ :٢)

التعريف الإجرائي للتحصيل

(إنها الدرجات النهائية التي تحصل عليها الطالبة في الامتحانات النهائية)

معهد إعداد المعلمات
هو مؤسسة تعليمية تقبل فيها الطالبات بعد الدراسة المتوسطة / مدة الدراسة فيها خمس سنوات ، تمنح الطالبة شهادة الدبلوم التي تؤهلها للتعين في المدارس الابتدائية .

الفصل الثاني

الإطار النظري والدراسات السابقة

يتضمن هذا الفصل الإطار النظري والدراسات السابقة فضلاً عن استعراض أهم النظريات التي تناولت الخجل الاجتماعي وكذلك دراسات سابقة لها علاقة بمتغيرات البحث .

أولا:الإطار النظري

من ابرز النظريات التي تناولت الخجل الاجتماعي هي :-
١- نظرية التحليل النفسي(فرويد)
فسرت الخجل الاجتماعي في ضوء إشغال الأنا بذاته ليأخذ شكل النرجسية فضلاً عن إن الشخص الخجول من وجهة النظر هذه يتميز بالعدائية والعدوان،(Kaplan١٩٧٢:٤٩٩) وقد أكد علماء التحليل النفسي أهمية الخبرات الأسرية وخاصة الخمس سنوات الأولى من حياة الطفل والتي تضع اللبنة الأولى لهذه الظاهرة . (النيال ، ١٩٩٩ : ٢٧) .
٢ – نظرية التعلم الاجتماعي
يعزو منحنى نموذج التعلم الاجتماعي الخجل إلى القلق الاجتماعي والذي بدوره يثير أنماطا متباينة في السلوك الاجتماعي وعلى الرغم ان السمة الطبيعية للإنسان يتمثل في خفض معدلات القلق ومن ثم الخجل إلا انه يمنح فرصة تعلم المهارات الاجتماعية (pikonis&zimbardo1979139)
ان الخجل هو سلوك متعلم من خلال الملاحظة والتقليد وهذا ما أكده باندورا الذي أكد بان معظم السلوكيات يمكن تعلمها من خلال النمذجة والتي تلعب دور أساسي ومهم فيتعلم هذه الأنماط (الزغلول ، ٢٠٠٣ : ١٥٢) .
٣ - النظرية السلوكية
ترى هذه النظرية بان السلوك الإنساني ما هو إلا مجموعة من العادات تعلمها الفرد او اكتسبها أثناء مراحل النمو المختلفة فهم يرون إن الشعور بالخجل ناتج عن احد العوامل الآتية وهي :الفشل في تعلم سلوك مناسب أو تعلم سلوكيات غير مرغوبة وربط استجابات الفرد بمنحنيات جديدة لاستثارة الاستجابة (أبو عيطة ، ١٩٨٨ : ١٠٢) .

فنجد أصحاب النظرية السلوكية يفسرون الخجل الاجتماعي مع فشل الفرد في اكتساب أو تعلم سلوك مناسب أو هو تعلم أساليب سلوكية غير مناسبة .

٤ - نظرية السمات

ترى هذه النظرية بان لخجل هو سمة من سمات الشخصية وهذا يعني إننا نشعر بدرجات مختلفة من الخجل كنتيجة لظروف مهددة فان التحليل العاملي يرى بان السمات على نوعين ، سمات مشتركة والتي يعتقد بوجودها إلى الوراثة والنوع الآخر السمات المتفردة وقد ارجع الخجل الاجتماعي إلى السمات المشتركة ، وتوكد كذلك بأنه إذا كان هناك شخصين خجولين فان هذا لا يعني إنهما يتماثلان في درجة الخجل(allport 19979 38)

٥ - نظرية جليجان (Gilligan)

تؤكد وجهة نظر جليجان على دراسة نوعين من الإحساس ، الإحساس بالخجل (Affect of shyness) والإحساس بالذنب (Affect of Guilt) والإحساس بالخجل ينبع مما يسمى بالجروح النرجسية بمعنى عدم قدرة الإنسان على العناية بمتطلبات نفسه مما يؤدي به إلى شعوره بالنقص وقد أكد جليجان بان الحضارة اليونانية كانت حضارة خجل ، وهي أخلاقيات يسود نظام من القيم بين قطبين أساسين يأتي الخجل في قمتها كقيمة سلبية .(Gilligan , 1976 : 155)

٦ - نظرية التدرج الهرمي للحاجات الإنسانية (ماسلو)

ماسلو شخصية معروفة في علم النفس المعاصر لها فكره واتجاه جديد في الحركة التي ظهرت في السنين المعاصرة في علم النفس الإنساني . إذ يرى ماسلو إن الخجل الاجتماعي ينشأ من فشل الفرد في إشباع الحاجات الاجتماعية كالحب والانتماء وحاجات التقدير الاجتماعي .

واعتقد ماسلو انه مع إشباع جميع الحاجات يتقدم الفرد صاعدا في التنظيم الهرمي غير انه مهما كانت المسافة التي تقدمها فان أي إحباط يؤدي إلى انكفائه الى ذلك المستوى الهرمي الذي يلائم تلك الحاجات (جابر ، ١٩٨٤ :١٥٤) .

٧ - النظرية السلوكية المعرفية (زيمباردو) .

ان وجهت نظر (زيمباردوا وبص وشيل) علماء النظرية السلوكية المعرفية قد استخدموا مصطلح الخجل الاجتماعي كنوع من أنواع القلق الاجتماعي وكذلك عدم الارتياح والتوتر والارتباك في حضور الآخرين .

وعد زيمباردو الخجل انه مفهوم متعدد الأبعاد وهو شائع يتضمن أنواع مختلفة من القلق الاجتماعي وصعوبات الأداء أمام الآخرين والقلق من التكلم وأكد بأنه رد فعل شخص ينشأ ويتأكد من خلال القيم الاجتماعية السائدة المبرمجة الحضارية ويكون انتشار الخجل في الحضارات الموجهة والمركزة نحو الذات اكثر من الحضارات الموجهة نحو الجماعة .

وللخجل حسب رأيه أربع مكونات أساسية:

١. المكون السلوكي: مثل تجنب المواقف الاجتماعية التي تثير الخوف للشخص الخجول وعدم التقييد عن مشاعره وأفكاره .
٢. المكون الفسيولوجي:مثل زيادة ضربات القلب وجفاف الفم والارتجاف .
٣. المكون المعرفي: كالأفكار التي يحملها الفرد عن الموقف وتجعله غير قادر على التواصل .
٤. المكون الانفعالي : مثل الشعور بالارتباك والخزي والاكتئاب .
(Zimbardo , 1977 , pp37 -38 -39)

وقد تبنت الباحثتان النظرية السلوكية المعرفية وذلك للأسباب الآتية :
١. إنها أكثر شمولية في تفسير أسباب الخجل حيث تم التصدي له كوظيفة وتفاعل عوامل الشخصية والموقفية شأنها شأن السلوك الإنساني الذي يعتمد على خصائص الشخصية الموقفية وتفاعلها في إنتاج السلوك الاجتماعي .
٢. إنها تطرقت الى المكونات الأساسية للخجل الاجتماعي .

ثانيا:الدراسات السابقة

الدراسات العربية

١. دراسة يوسف وخليفة (٢٠٠٣) :
(الخجل والتوافق الاجتماعي دراسة ثقافية مقارنة بين مجموعتين من طلاب الجامعة السعودية والكويتية) .

استهدفت هذه الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الخجل والتوافق الاجتماعي لدى مجموعتي من طلاب الجامعة السعودية البالغ عددهم (٣٢٠) طالب وطالبة و(٤٠٠) طالب وطالبة من الجامعة الكويتية وكذلك استهدفت الدراسة الى فحص الفروق بين الجنسين في كل من الخجل والتوافق واستخدم الباحثان مقياس الخجل الاجتماعي والتوافق الاجتماعي واسفرت نتائج الدراسة بان الطلاب السعوديين اكثر خجلاً من الطلاب الكويتيين وهناك علاقة سلبية بين الخجل الاجتماعي والتوافق ولا توجد فروق بين الجنسين في الخجل والتوافق سواء كان لدى الطلاب السعوديين او الكويتيين .(يوسف وخليفة / ٢٠٠٣ :ص١٤٩)

٢. دراسة الشناوي (١٩٩٧):
(تقرير الذات وعلاقته بكل من الاكتئاب والخجل الاجتماعي لدى طلاب كلية التربية / جامعة المنصورة) .

استهدفت هذه الدراسة الى التعرف على العلاقة بين تقدير الذات والقلق والاكتئاب والخجل الاجتماعي تكونت عينة الدراسة من (١٧٠)طالب وطالبة من طلاب كلية التربية موزعين على الاختصاصات التربية ورياض الاطفال والاقتصاد المنزلي وقد تبنى الباحث مقياس الخجل الاجتماعي اعداد جونز ومقياس الاكتئاب والقلق وقد

اسفرت نتائج الدراسة على عدم وجود علاقة بين تقدير الذات والقلق والخجل الاجتماعي من حيث الجنس والتخصص .(الشناوي ، ١٩٩٧ ، ص٣٩)

٣. دراسة فاير (١٩٩٧) :

(العلاقة بين الخجل الاجتماعي والأعراض السايكوباثية) .

استهدفت هذه الدراسة الى معرفة اذا كانت هناك فروق بين الذكور والإناث في الخجل الاجتماعي والأعراض السايكوباثية ، وقد تم تطبيق مقياس الخجل الاجتماعي وقائمة مراجعة الإعراض على عينة من (٢١٠) من طلاب المدارس الثانوية (١٠٥) من الذكور و(١٠٥) من الإناث تتراوح أعمارهم (١٥-١٨) سنة ، وأسفرت نتائج البحث عن وجود فروق بين الذكور والإناث في الأعراض السايكوباثية ووجود علاقة بين الخجل والحساسية التفاعلية للإصابة بهذه الأعراض لدى مجموعة الإناث . (فاير ، ١٩٩٧ : ٧٧)

٤.دراسة شقير (١٩٩٦) :

(تأثير الخجل الاجتماعي على الأداء داخل الصف الدراسي للطلاب المعلمين) .

استهدفت هذه الدراسة على التعرف على بعض عوامل الشخصية التي تؤثر على أداء الطالب المعلم أثناء موقف التربية العملية داخل حجرة الصف ومن هذه العوامل (الخجل ، الغرفة الدراسية ، الجنس) اعتمد الباحثان على مقياس الخجل الاجتماعي ، اذ شملت عينة الدراسة على (٤٠٠) طالب وطالبة بكلية التربية في المملكة العربية السعودية ، وأسفرت نتائج الدراسة على وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين درجات الطلاب على مقياس الخجل الاجتماعي ودرجاتهم في التربية العملية ولصالح الإناث .(شقير ، ١٩٩٦ : ٦٥)

الدراسات الأجنبية

١- دراسة Ashe & meeutcheom

(الخجل الاجتماعي والوحدة النفسية والاتجاه نحو الشهرة)

استهدفت هذه الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الخجل الاجتماعي والوحدة النفسية والاتجاه نحو العشرة وقد بلغت عينة الدراسة على (١٥٠) طالب وطالبة من مدارس اورلاند الامريكية ، وقد تبنى الباحث مقياس الخجل الاجتماعي اعداد شيك وبص ومقياس الوحدة النفسية وأسفرت نتائج الدراسة على وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين الاتجاه نحو الشهرة والخجل الاجتماعي وعلاقة سالبة في الوحدة النفسية والاتجاه نحو الشهرة .(Ashe & meeutcheon , 200)

٢- دراسة (Cheek & Buss , 1981)

(الخجل الاجتماعي وعلاقته بوعي الذات وتقدير الذات)

استهدفت هذه الدراسة على التعرف على العلاقة بين الخجل الاجتماعي وبين وعي الذات وتقدير الذات ، اذ بلغت عينة الدراسة (٩١٢) طالب وطالبة من جامعة تكساس ، وتم الاعتماد على مقياس الخجل الاجتماعي الذي قام بإعداده الباحثان ومقياس وعي الذات وتقدير الذات ، وقد أسفرت نتائج الدراسة على وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين الخجل الاجتماعي ووعي الذات وعلى علاقة ارتباطيه سالبة بين الخجل وتقدير الذات . (Cheek & Buss , 1981, p 305)

٣ - دراسة (Traub , 1983)

(الخجل الاجتماعي والاكتئاب والقلق والتحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة)

استهدفت هذه الدراسة في بحث العلاقة بين الخجل الاجتماعي والاكتئاب والقلق والتحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة ، تكونت عينة الدراسة على (١٨٧) طالب وطالبة ، اذ طبق عليهم مقياس الخجل الاجتماعي ومقياس سمة القلق والاكتئاب ومن ثم قياس التحصيل الدراسي ، وقد أسفرت نتائج البحث على وجود علاقة بين الخجل الاجتماعي والتحصيل الدراسي وكذلك بين الخجل والقلق والاكتئاب . (Traub , 1982 :p484)

الفصل الثالث

إجراءات البحث

يتضمن هذا الفصل عرضاً للإجراءات التي اتبعتها الباحثتان في تحقيق أهداف بحثهما بدءاً من وصف المجتمع وأسلوب اختيار العينة وإعداد أداة القياس وإجراء التطبيق والوسائل الإحصائية.

أولا : مجتمع البحث population of the Research

يتألف مجتمع البحث من طالبات الصف الثالث في معهد إعداد المعلمات / ديالى للدراسة الصباحية والبالغ عددهن ٤١٠ طالبة .والجدول (١) يوضح ذلك

الجدول (١)

الصف	عدد الطالبات
الأول	٦١
الثاني	٦٨
الثالث	٤٩
الرابع	١١٣
الخامس	١١٩
المجموع	٤١٠

ثانياً : عينة البحث The sample of the Research

تم اختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة الطبقية العشوائية وبلغت ١٤٠ طالبة وتشكل نسبة(٣٤%) من افراد المجتمع الأصلي ، ولابد من الإشارة بأنه لا توجد قواعد مقننة لتحديد حجم العينة بدرجة مقبولة فلكل موقف حالته الخاصة (سعيد ،١٩٩٠، ١٢٥) والجدول (٢) يوضح ذلك .

الجدول (٢)

الصف	عدد الطالبات
الأول	٢١
الثاني	٢٣
الثالث	١٧
الرابع	٣٩
الخامس	٤٠
المجموع	١٤٠

ثالثاً : أداة البحث Research Tool

يتطلب تحقيق أهداف البحث إعداد مقياس الخجل الاجتماعي وقد تم إعداده بالخطوات التالية:-

١- تحديد مفهوم الخجل الاجتماعي ومكوناته

بعد إطلاع الباحثتان على الأدبيات والدراسات السابقة في هذا الميدان تبنت الباحثتان تعريف زيمباردو للخجل الاجتماعي تعريفاً نظرياً لبحثهما (ينظر تحديد المصطلحات) وتم تحديد أربعة مكونات رئيسية للخجل الاجتماعي وهي على النحو الآتي :-

-المكون السلوكي :- ويعني تجنب المواقف الاجتماعية التي تشير الخوف للشخص الخجول وعدم التعبير عن مشاعره وأفكاره .

- المكون الفسيولوجي : ويعني زيادة ضربات القلب وجفاف الفم والارتجاف .
- المكون المعرفي : ويعني الأفكار التي يحملها الفرد عن الموقف ويجعله غير قادر على التواصل .
- المكون الانفعالي : ويعني الشعور بالارتباك والخزي والاكتئاب .

ولغرض التأكد من صلاحية التعريف والمكونات في قياسها للخجل الاجتماعي ، فقد تم عرضها على مجموعة من المختصين في مجال التربية وعلم النفس والبالغ عددهم (٨) خبراء* وطلب منهم إبداء رأيهم في :-

* الخبراء هم :-

- صلاحية تعريف الخجل الاجتماعي .
- صلاحية التعريف لكل مكون .
- شمولية المكونات لمفهوم الخجل الاجتماعي .

وقد اتفقت آراء الخبراء على ذلك وبنسبة (١٠٠%) لقياس مفهوم الخجل الاجتماعي.

٢- إعداد فقرات المقياس بصورتها الأولية .

لغرض جمع فقرات مقياس الخجل الاجتماعي قامت الباحثتان بالاطلاع على الأدبيات والدراسات السابقة في هذا المجال ، وقامتا بإعداد فقرات المقياس بصورته الأولية والذي يتكون من (٢٢) فقرة تتراوح الفقرات لكل مجال ما بين (٣-١٠) فقرة .

٣- صلاحية الفقرات وبدائل الإجابة

للتعرف على صلاحية الفقرات لقياس الخجل الاجتماعي عرضت الفقرات بصورتها الأولية البالغ عددها (٢٢) فقرة على مجموعة من المختصين في التربية وعلم النفس والبالغ عددهم (٨) خبراء وذلك لبيان رأيهم في :_

- صلاحية الفقرات لقياس مفهوم الخجل الاجتماعي .
- مدى ملائمة الفقرات للمجال الذي وضعت فيه .
- مدى ملائمة بدائل الإجابة لتقدير الاستجابة على فقرات المقياس وهي ((تنطبق علي دائماً ، تنطبق علي غالباً ، تنطبق علي أحيانا ، تنطبق علي نادراً ، لا تنطبق علي ابداً)) .

وقد أبدى المحكمون ملاحظتهم وآرائهم في الفقرات واقترحوا تعديل عدد من الفقرات لتناسب طالبات معهد إعداد المعلمات وبذلك حازت (٢٢) فقرة على اتفاق الخبراء ونسبة (١٠٠%) ، كما اتفقت آراء الخبراء بخصوص ملائمة بدائل الإجابة لتقدير الاستجابة على فقرات المقياس، وللتحقق من السلامة اللغوية لفقرات المقياس قامت الباحثتان بعرض الفقرات على خبير لغوي لتكون الفقرات جاهزة للتطبيق ، وموزعة بحسب المكونات (المكون السلوكي ، المكون الفسيولوجي ، المكون المعرفي ، المكون الانفعالي)

٤- إعداد تعليمات المقياس

راعت الباحثتان عند وضعهما لتعليمات المقياس ان تكون واضحة ومفهومة ، والتأكيد على قراءة التعليمات بعناية ، والإجابة بصدق ، وعدم ترك اية فقرة ، مع

١- أ . د سامي مهدي العزاوي ، جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية .
٢- أ . د عبد الأمير عبود الشمسي ، جامعة بغداد – كلية التربية "ابن رشد"
٣- أ . د عبد الصاحب مرزوك ، جامعة بغداد – كلية التربية " ابن رشد" .
٤- أ . د علوم محمد ، جامعة بغداد – كلية التربية " ابن رشد" .
٥- أ . د فيصل نواف جامعة بغداد – كلية التربية " ابن رشد" .
٦- أ . د ليث كريم حمد ، جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية .
٧- أ . د مهند عبد الستار ، جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية .
٨- أ.م . د بشرى عناد مبارك ، جامعة ديالى – كلية التربية الأساسية .

ذكر البيانات المطلوبة اسم الطالبة الثلاثي والصف الدراسي ، فضلاً عن توضيح طريقة الإجابة على فقرات المقياس بوضع (√) تحت البديل الذي تعتقد الطالبة بأنه ينطبق عليها .

٥- التطبيق الاستطلاعي للمقياس .

قامت الباحثتان بالتجربة الاستطلاعية لغرض التعرف على مدى وضوح تعليمات استبانة الخجل الاجتماعي بصورتها الأولية ، حيث يساعد هذا التطبيق على معرفة نقاط القوة والضعف في القياس (غرابيه ، ٢٠٠٢ :٨٢) وتم تطبيق المقياس على عينة من الطالبات البالغ عددهن (٢٠) طالبة للتأكد من فهم الطالبات لفقرات المقياس وبدائل الإجابة ، وتبين ان التعليمات والفقرات كانت واضحة ، وان متوسط الزمن المستغرق في الإجابة (١٠) دقيقة .

الخصائص السيكومترية للفقرات Psychometric Features of the Items

لغرض كشف دقة الفقرات في قياس ما وضعت من اجل قياسه فقد تم التحقق من ذلك عن طريق :

استخراج القوة التمييزية للفقرات :

ويقصد بقوة تمييز الفقرة مدى قدرتها على التمييز بين الطلبة ذوي المستويات العليا والدنيا بالنسبة للصفة التي يقيسها الاختبار(الإمام وآخرون ،١٩٩٠ :١٤٠)

وبعد تطبيق الأداة وتصحيح الإجابات رتبت درجات الاستمارات تنازليا من أعلى درجة (١٠٥)درجة إلى أدنى درجة (٨٨)، ثم سحب ما نسبته ٢٧ % من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا و ٢٧ % من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا كمجموعتين متطرفتين ،وقد بلغت (٧٢) استمارة وبواقع (٣٧) استمارة لكل مجموعة ، وبعد استخدام الاختبار التائي لعينتين منفصلتين لاختبار دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي درجات المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة من الفقرات البالغ عددها (٢٢) فقرة تبين وكما موضح في الجدول (٣) ان جميع الفقرات لها قوة تمييزية اذ كانت القيمة التائية المحسوبة اكبر من الجدولية البالغة (١.٩٨) عند مستوى دلالة (٠.٠٥).

جدول (٣)

قيم معاملات التمييز لفقرات مقياس الخجل الاجتماعي بطريقة المجموعتين المتطرفتين

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة* ٠.٠٥
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	٢.٢٦	١.٣٩	١.٥٦	١.٣٠	٣.٨٨	دالة
٢	١.١٢	٢.٣٠	١.٥٠	٤.٠٥	٤.٠٥	دالة
٣	٣.٧٨	٠.٦٧	٢.٨٥	١.٣٢	٦.٦٤	دالة
٤	٣.٩٢	٠.٤٤	٣.٥٨	٠.٩٢	٣.٧٧	دالة
٥	٣.٨٧	٠.٤٠	٣.١٣	١.١٤	٦.١٦	دالة

٦	٣.٣٦	٠.٦٣	٣.٢٦	١.٣٠	٤.٢٩	دالة
٧	٤	صفر	٣.٦٧	٠.٩٢	٣.٦٦	دالة
٨	٣.٧٨	٠.٦٥	٢.٩٣	١.٤١	٥.٦٦	دالة
٩	٣.٨٠	٠.٦٠	٢.٨٠	١.٥٠	٦.٦٦	دالة
١٠	٣.٦٠	٠.٩٦	٣.١٧	١.٢٤	٢.٨٧	دالة
١١	٣.٩٨	٠.١٣	٣.٦٤	١.٠٥	٧.٠٥	دالة
١٢	٣.٧٧	٠.٥٥	٣.٢٨	١.٠٧	٤.٤٥	دالة
١٣	١.٩٨	١.١٤	١.٢٨	٠.٩٤	٨	دالة
١٤	٢.٩٧	١.٢٨	٢.١٨	١.٦٩	٣.٩٥	دالة
١٥	٣.٦٠	٠.٩٦	٣.١٧	١.٢٤	٢.٨٧	دالة
١٦	٣	١.٥٤	٢.١٣	١.٢٤	٤.٥٨	دالة
١٧	٢.٩٧	١.٢٨	٢.١٨	١.٦٩	٣.٩٥	دالة
١٨	٣.٧٧	٠.٦٦	٢.٨٨	٠.٧٠	١٠	دالة
١٩	٣.٣٩	١.٠٦	٣٣	١.١٩	٢.٦	دالة
٢٠	٣.٣٣	١.٢٤	٢.١٨	١.٦٦	٣.٦٥	داله
٢١	٣.٩١	٠.٣٣	٣.٤٨	٠.٩٥	٤.٤٨	دالة
٢٢	٣.٦٢	٠.٨٨	٢.٧٤	١.٥٧	٥.١٨	دالة

● القيمة الجدولية بلغت ١.٩٨ عند مستوى دلالة ٠.٠٥

الخصائص السيكومترية للمقياس :Psychometric Features of the Scale

أولا : الصدق (Validity)

يعد الصدق من أهم الخصائص السيكومترية للاختبار ، والمقياس لابد لن يكون صادقاً الى الحد الذي يقيس الصفة او الخاصية التي اعد لقياسها ، وعدم تأثره بالمتغيرات الأخرى (القمش ، ٢٠٠٠ :١٠٩) ويعد الصدق الظاهري Face validity المظهر العام للمقياس ويقصد به عرض المقياس على مجموعة من المختصين والخبراء في المجال الذي يقيسه الاختبار على ان هذا المقياس سيقيس السلوك المراد قياسه وللباحث الاعتماد على حكم الخبراء (عيدان ، ١٩٩٦ : ٢٠٠) وتم الحصول على النوع من الصدق من خلال عرض فقرات المقياس بصورتها النهائية على مجموعة من الخبراء والمختصين في التربية وعلم النفس والبالغ عددهم (٨) خبراء .

ثانياً : الثبات Reliability .

ويقصد بالثبات انه الاتساق في قياس الشيء الذي تقيسه أداة القياس (ملحم ، ٢٠٠٠ : ٢٤٨)

وقد اعتمدت الباحثتان للتحقق من ثبات مقياس الخجل الاجتماعي على طريقة إعادة الاختبار (Test – Retest) ، وذلك بتطبيق الاختبار وإعادة تطبيقه على عينة مؤلفة من (٢٠) طالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية وبفاصل زمني قدره خمس عشر يوماً اذ يعتبر ادمز (Adams) في إعادة تطبيق الاختبار إلى ان الفترة الزمنية

بين التطبيق الأول والتطبيق الثاني يجب ان لا تتجاوز الأسبوعين او الثلاثة أسابيع (Adams , 1964 :p85) واستخدم معامل ارتباط بيرسون لاستخراج الارتباط بين الدرجات في التطبيقين حيث بلغ الثبات (٠.٨٣) وهو معامل ثبات يمكن الاعتماد عليه في المقاييس الشخصية .

تصحيح المقياس

تضمن المقياس بصورته النهائية (٢٢) فقرة (الملحق ١) موزعة على المكونات ، وقد حدد أمام كل فقرة البدائل (تنطبق علي دائماً ، تنطبق علي غالباً ، تنطبق علي أحيانا ، تنطبق علي نادراً ، لا تنطبق علي أبدا) وأعطيت الدرجات بين (٥ – ١) وبذلك تراوحت الدرجة الكلية للمقياس (١١٠-٢٢) درجة وبمتوسط فرضي(٦٦)* درجة .

التطبيق النهائي للمقياس

تمت إجراءات التطبيق النهائي للمقياس ، على أفراد عينة البحث الأساسية البالغ عددهم (١٤٠) طالبة في المدة (١-٤-٢٠١٠) ولغاية (٥-٤-٢٠١٠) وقامت الباحثتان بشرح التعليمات والهدف من البحث وكيفية الإجابة على المقياس ، وتم الحصول على البيانات المطلوبة بشأن التحصيل الدراسي لإفراد عينة البحث بالتعاون مع إدارة المعهد بعد انتهاء العام الدراسي ٢٠٠٩-٢٠١٠ .

الوسائل الإحصائية

- معامل ارتباط بيرسون (فيركسون ، ١٩٩١ : ١٤٥)

استخدم لإيجاد ثبات المقياس بطريقة إعادة الاختبار ، وإيجاد علاقة الخجل الاجتماعي بالتحصيل الدراسي .

- الاختبار التائي لعينة واحدة (عودة وملكاوي ، ١٩٩٢ : ١٨٢)

للتعرف على مستوى الخجل الاجتماعي لدى طالبات معهد إعداد المعلمات .

- القيم التائية المعاملات الارتباطية (غرابية ، ٢٠٠٢ : ١٦٥)

استخدم لتحديد مدى أهمية معامل الارتباط

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

* **المتوسط الفرضي = أعلى درجة في المقياس + اقل درجة في المقياس / ٢**
= ١١٠ + ٢٢ /٢
= ٦٦

يتضمن هذا الفصل عرضاً لنتائج البحث الحالي وفقاً لتسلسل أهدافه وتفسيرها والتوصيات والمقترحات وعلى النحو الآتي :-

الهدف الأول

تحقيقاً للهدف الأول من أهداف البحث الذي يرمي الى الكشف عن مستوى الشعور بالخجل الاجتماعي لدى طالبات معهد إعداد المعلمات ، أظهرت نتائج التحليل الإحصائي ان متوسط درجات أفراد عينة البحث والبالغ عددهن (١٤٠) طالبة بلغ (٩٨) درجة وبانحراف معياري (٩.٣) درجة ، والجدول(٤) يوضح ذلك.

جدول (٤)

نتائج الاختبار التائي لأفراد عينة البحث

عدد أفراد عينة البحث	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة ٠.٠٥
				المحسوبة	الجدولية	
١٤٠	٩٨	٩.٣	٦٦	٤٠.٧١	١.٩٦	دال

وباستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي* تعني إن القيمة الثابتة المحسوبة (٤٠.٧١) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية (١.٩٦) وان الفرق دال إحصائيا عند مستوى ٠.٠٥ وبدرجة حرية (١٣٩) وهنا يدل على إن أفراد العينة لديهن خجل اجتماعي وهذا يعود إلى قلة استخدام البرامج الإرشادية للتغلب على الشعور بالخجل الاجتماعي وان الطالبات قد يتعلمن بطرق الإيحاء او والممارسة أساليب عديدة كالعنف والتوبيخ والاستهزاء من قبل التنشئة الأسرية وهذا يدل على ان الجو الذي تعيش فيه الطالبة المتمثل بالمشاحنات بين الوالدين سبب لخجلها الاجتماعي وبالتالي ينعكس على مستوى تحصيلها الدراسي .

بالإضافة الى قلة تشجيع المدرسة على التفاعل الاجتماعي من خلال الممارسات التي تتطلب التفاعل والتعاون بين الطالبات وقد اتفقت نتائج هذه الدراسة مع(دراسة فايد) ودراسة(الشناوي) ودراسة(يوسف وخليفة).

الهدف الثاني

تحقيقاً للهدف الثاني من أهداف البحث الذي يرمي إلى الكشف عن العلاقة بين الشعور بالخجل الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طالبات معهد إعداد المعلمات ، تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات الطالبات على مقياس الخجل الاجتماعي ودرجاتهن في التحصيل الدراسي، فبلغ معامل ارتباط بيرسون

* **المتوسط الفرضي = أعلى درجة في المقياس + أدنى درجة في المقياس ÷ ٢**
= ١١٠ +٢٢ ÷ ٢ = ٦٦

يساوي(٠.٦٧) ولمعرفة مدى دلالة الفروق تم مقارنة هذه الدرجة بدرجة معامل ارتباط بيرسون من خلال جدول دلالة معامل الارتباط عند درجة حرية (١٣٨) ومستوى دلالة (٠.٠٥) وجد إنها تساوي (٠.١٥٩) وهذا يعني إن دالة إحصائيا أي إن هناك علاقة بين الخجل الاجتماعي والتحصيل الدراسي ، والجدول (٥) يوضح ذلك

جدول (٥)
العلاقة الارتباطية بين الخجل الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طالبات معهد إعداد المعلمات

نوع العلاقة	معامل الارتباط	درجة الحرية	درجة معامل الارتباط	مستوى الدلالة ٠.٠٥
الخجل الاجتماعي والتحصيل الدراسي	٠.٦٧	١٣٨	٠.١٥٩	دالة

وهذا يدل على إن الخجل له تأثير سلبي على مستوى التحصيل إذ إن نسبة ٦٠% من الطلبة يرجع انخفاض مستوى التحصيل إلى الخجل وهذا ما أشارت إليه الهباب في دراستها وقد يكون احد العوامل الأساسية التي تسبب ضعف مستوى التحصيل ، إذ إن الطلبة الخجولين لديهم صفات مشتركة منها الفرد في الإجابة وقلة الحرية وعدم التفاعل والتي تكون حاجز أمامهم للمشاركة في الدرس والذي يتسبب في حدوث الخجل والى حدوث كثير من ألازمات النفسية والمشاكل الدراسية خاصة اذا ما وجد التوبيخ من قبل المعلم والأمر وهذا يتفق مع دراسة (شقير ، ١٩٩٦) ودراسة(Troub , 1983)

التوصيات

١. استخدام الأساليب التربوية الصحيحة في المدرسة والبيت لتعزيز ثقة الطالبات بأنفسهن .
٢. استخدام الأساليب الإرشادية المناسبة لتعلم المهارات الاجتماعية اللازمة للتغلب على الخجل الاجتماعي .

المقترحات

استكمالاً للدراسة الحالية يقترح الباحثان ما يلي :-
١. إجراء دراسة لمعرفة اثر استخدام المهارات الاجتماعية في خفض الشعور بالخجل الاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي .

٢. إجراء دراسة لمعرفة علاقة الخجل الاجتماعي لمتغيرات أخرى كالثقة بالنفس ، القلق .
٣. بناء برامج إرشادية تسهم في خفض الخجل الاجتماعي

Abstract

The current research aimed at:

1. Identify the level of social shame among Female Teachers Institute – Diyala
2. Identify the correlation between social shyness and academic achievement of students of the Institute of Teachers – Diyala

To achieve the objectives of the research The researchers set up a scale to be ashamed of social, depending on the theory Zimbardo in shame social and components that are identified are: (behavioral, physiological, cognitive, emotional), were calculated honesty virtual Calculation of stability in a re-test was (0.83), and the scale Besorth final (22) items are valid for measuring shyness social, and applied the measure to the research sample of (140) student, and after the researchers note the degree of academic achievement for members of a sample of search, and data were statistically treated using the Pearson correlation coefficient and test educational Administration for one sample and two samples, found researchers to the following results:

1. The students of the Institute of Teachers have a social shyness.

2. No significant correlation between social shyness and academic achievement of students of the Institute of Teachers – Diyala

المصادر

١. أبو علام ، صلاح الدين محمود (٢٠٠٠)، القياس والتقويم النفسي والتربوي ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ط٢ .
٢. أبو عطية ، سهام (١٩٩٨) ، مبادئ الإرشاد والتوجيه،عمان ،الأردن ، دار الفكر للطباعة والنشر.
٣. الدريني ، حسين عبد العزيز (ب . ت) : مقياس الخجل ، القاهرة ،القاهرة ، دار الفكر العربي .
٤. الزغلول ، عماد عبد الرحيم (٢٠٠٤) ؛ مدخل الى علم النفس ، دار الكتاب الجامعي الإمارات ، ط١ .
٥. السبعاوي ، فضيلة عرفان (٢٠٠٩) ؛ الخجل الاجتماعي وعلاقته بأساليب المعاملة الدلالية ، دار الصفا للطباعة والنشر والتوزيع .
٦. السيد ، إسماعيل وهبي (٢٠٠١)، بحث الفعل تقويم جودة التعليم ، المؤتمر العربي الأول ، الامتحانات والتقويم ، رؤية مستقبلية ، القاهرة .
٧. الشربيني ، زكريا (٢٠٠١) ، المشكلات النفسية عند الأطفال ، دار الفكر العربي ، مصر، ط١ .
٨. الشناوي ، محمد (١٩٩٧) ؛ تقدير الذات وعلاقته بالاكتئاب والخجل الاجتماعي ، رسالة ماجستير ، القاهرة ، طنطا .
٩. النملة ، عبد الرحمن بن سليمان (١٩٩٥) ؛ برنامج للعلاج النفسي لحالات الخجل ، دراسة تجريبية لمجموعة من طلاب المرحلة الثانوية بالرياض ، رسالة ماجستير .
١٠. النيبال ، مايسة احمد وأبو زيد مدحت عبد الحميد (١٩٩٩) ؛ الخجل ونقص أبعاد الشخصية ، دراسة مقارنة في ضوء عوامل الجنس والعمر والثقافة .
١١. جابر ، عبد الحميد (١٩٨٩) ؛ الحساسية الاجتماعية لدى عينة من تلاميذ المدارس الابتدائية والإعدادية بدولة قطر وعلاقته بالتحصيل ، دراسات نفسية ، مجلد ٢٦ ، الدوحة.
١٢. جرجس ، ملاك (١٩٨٥) ؛ الطفل الخجول كيف الشخصية ، الرياض ن دار الفكر العربي ، ط١ .
١٣. حضر ، علي السيد (١٩٩٤) ؛ الفروق بين الجنسين في الخجل وبعض خصائص الشخصية الأخرى في المرحلة المتوسطة ، مجلة الإرشاد النفسي ، جامعة ']ن شمس ، العدد (٢) .
١٤. شرارة ، عبد اللطيف (١٩٩٦) ؛ التغلب على الخجل ، المجلد الأول ، بيروت ، لبنان ، ط١ .
١٥. شقير ، زينب محمد (٢٠٠٠) ؛ الشخصية السوية والمضطربة ، القاهرة ، مكتبة النهضة العربية .
١٦. عودة ، احمد سليمان (١٩٩٨) ؛ القياس والتقويم في العملية التدريسية ، الإصدار الثاني ، دار الأمل للنشر والتوزيع ، اربد .

١٧. عودة ، احمد سليمان وفلكاوي ، فتحي حسن (١٩٩٢) ؛ أساسيات في البحث العلمي في التربية وعلم النفس ،ط٢ ، مكتبة الكتاب .
١٨. غالب ، مصطفى (١٩٩١) ؛ سيكولوجية الطفولة والمراهقة المحلية النفسية ، العدد ١٢ ، بيروت ، دار مكتبة الهلال .
١٩. غرابية ، فوزي (٢٠٠٢) ؛ أساسيات البحث العلمي في العلوم الاجتماعية والإنسانية ، دار وائل للنشر والتوزيع ، عمان ، ط٣ .
٢٠. فايد ، حسين علي (١٩٩٧) ؛ العلاقة بين الخجل الاجتماعي والأعراض السايكوباثية في مرحلة المراهقة : دراسات نفسية ، القاهرة ، المجلد ٧ ، العدد ١٢ .
٢١. فيركسون ، جورج أي (١٩٩١) ؛ التحليل الإحصائي في التربية وعلم النفس ، ترجمة هناء العكيلي ، دار الحكمة للطباعة والنشر بغداد .
٢٢. المسعود ، ندى (٢٠٥)؛ أسس حل المشكلات ، وزارة التربية المملكة العربية السعودية .
٢٣. يوسف جمعة وخليفة عبد اللطيف (٢٠٠٣) ؛ الخجل الاجتماعي والتوافق (دراسة ثقافية بين الطلاب السعوديين والكويتيين) .

المصادر الأجنبية

1-Adams , Georgia sachs , (1984) : measurement and Evaluation in Educution , psychology and Guidance , Holt , New york .
2- Allport (1979) The Nature of prejudice(reading MA: Addison Weslex).
3- Asher,d : (1987) : Bron to be shy ; psychology Today , 21, 4 .
4- Cheek & Jim . ze Buss . c.13 (1981) : the influence of shyneuss on lonclineas in a new cituation Feramultty and social psychology .
5- kaplan, pm. (1972) : on shness, International dournal ,of psycho – analysis .
6- PilonisIb & Zimbardo (1977) : the behavioural consequences of shyness, Journal of personality. (5)
7- Zimbardo P.G (1977) : shyness : What it is and what do a bout it reading mass, nowyork, Addison wesle.
8- Traub. G.S (1983) : correlations of shyness with pepression an viety and acadmic proformunce Journal of psychological Reports.

ملحق (١)

ت	الفقرات	تنطبق على دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي أحيانا	تنطبق علي نادراً	لاتنطبق علي أبدا

مقياس الخجل الاجتماعي بصيغته النهائية

عزيزتي الطالبة --------

تروم الباحثتان القيام بدراسة علمية لذا تضع بين أيديكن مجموعة من الفقرات التي تعبر عن حالات الخجل التي تنتابكن ونظراً لما نعهده منكن من موضوعية وصراحة في الإجابة بما يخدم البحث العلمي لذا نرجو إجابتكن عن الفقرات جميعها ، وذلك بوضع علامة ( ) تحت واحدة من البدائل الخمسة الموجودة أمام كل فقرة ، علماً ان الإجابة عن الفقرات هي لإغراض البحث العلمي.

١	أحب المبادرة والبدء بالحديث .					
٢	لا يعجبني المشاركة في المسابقات العلمية .					
٣	لا أجرؤ النظر الى الشخص الذي أتحدث معه.					
٤	ابدأ بالارتجاف حينما يوجه لي احدهم سؤالاً .					
٥	لا ارغب في التواجد في أماكن فيها الكثير من الناس					
٦	أحب الحديث حتى مع وجود أشخاص غرباء.					
٧	لدي الشجاعة للتحدث أمام الجماعة بشكل فردي .					
٨	أحب التعبير عن آرائي .					
٩	أحب إلقاء التحية على كل الناس .					
١٠	لا استطيع التعبير عن مشاعري نحو الآخرين.					
١١	اشعر بنوع من الاستقلالية .					
١٢	اشعر باني لن انجح في أي عمل أقوم به					
١٣	اميل الى اكتساب اكبر عدد من الأصدقاء .					
١٤	تزداد ضربات قلبي عندما أقدم على عمل معين .					
١٥	لا أثق بالآخرين .					
١٦	أخاف من الامتحانات الشفوية .					
١٧	اشعر بآلام المعدة حينما اخرج مع مجموعة من أصدقائي .					
١٨	لا أحس بالأمان في الأماكن المزدحمة . لا أبالي ان أخطأت أمام الآخرين .					
١٩	اخشي من المقابلات الشخصية .					
٢٠	أخاف ان ينتقدني الآخرون .					
٢١	أفضل ان أكون لوحدي .					