ISSN : 2543-3938 - EISSN : 2602-7771

علاقة الخجل بتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط

The relationship of shyness with self-esteem among fourth year average students

نسيمة ملاك

المدرسة العليا للأساتذة التعليم التكنولوجي سكيكدة(الجزائر) n.mellak@enst-skikda.dz

تاريخ الإستلام: 10/ 01 / 2022 **تاريخ القبول**: 08/ 05 / 2022 **تاريخ النشر**: 13/ 05 / 2022

ملخص:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن علاقة الخجل بتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط ، والتعرف على الفروق في الخجل وتقدير الذات من حيث الجنس لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط ولاية تيزي وزو. وكما تم استخدام المنهج الوصفي لدراسة الظاهرة بالاعتماد على مقياس الخجل لحسين الدريني1981ومقياس تقدير الذات لكوبر سميث1967 وكشفت الدراسة عن:-وجود علاقة موجبة ودالة إحصائياً بين درجات الخجل ودرجات تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط.-وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط في الخجل. - وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط في تقدير الذات .

الكلمات المفتاحية: خجل ؛ تقدير الذات ؛ تلاميذ السنة الرابعة المتوسط .

***

Abstract:

The current study aimed to reveal the relationship of shyness with self-esteem among fourth-year pupils average, and to identify the differences in shyness and self-esteem in terms of sex among fourth-year pupils average Tizi Ouzou province. The sample of the study reached 135 male and female students from the intermediate education in the academic year 2019/2020, and the study revealed that: - There is a positive relationship and statistically significant between the degrees of shyness and the degrees of self-esteem among students in the fourth year average. Fourth year average in shy. - The presence of statistically significant differences between the average scores of males and the average scores of females for fourth year students, average in self-esteem.

Key words: *shyness, self-esteem, average fourth-year pupils*

1.مقدمة:

يسعى الفرد دائما إلى التوافق السليم مع ذاته ومع الآخرين من أجل التكيف والتفاعل المستمر معهم، وذلك بقصد تحقيق السعادة والرضا إلا أن هناك عوائق ومشكلات تصاحبه ومنها داخلية وخارجية ومن هاته المشكلات نجد مشكلة الخجل التي تؤدي بالفرد إلى النفور والابتعاد عن الآخرين وعن نفسه أي يحدث ما يسمى بالفجوة التباعدية النفسية، وبالتالي حاجات المراهقين تختلف من مرحلة إلى أخرى وكل هذه المراحل تحتاج إلى الحاجات النفسية مثل : الحاجة إلى الاستقلال والحاجة إلى الأمن والحاجة إلى تقدير الذات أين تعتبر هذه الأخيرة من الحاجات الهامة في حياة المراهقين لأنها تشير إلى التقييم الذي يضعه كل فرد لنفسه وهذا التقييم اما بالقبول أو الرفض، فالتقدير الإيجابي يشعر بالثقة والاعتماد على النفس ويصاحبه التفاعل والاستمرارية أما التقدير السلبي ينتج عنه الفشل والإخفاق وينمي لديهن مشاعر دونية لذا وجب على المراهقين أن ينظروا إلى الإيجابيات لكي يستطيعوا التكيف والتوافق مع أنفسهم.

1.الاشكالية:

الخجل انفعال طبيعي في الانسان وطاقة ينتجها الجسم لوظيفة حياتية على توازنه الداخلي وانسجامه مع الجماعة التي ينتمي إليها ، والمعلوم أن البيئة الاجتماعية تشكل ظرفا أساسيا لديمومة حياة الفرد وبما أن الانسان كائن لا يستطيع العيش إلا بين جماعة من بني جنسه لذا أصبح توافقه مع بيئته الاجتماعية شرطا لديمومته وينشد الانسان بدافع غريزي للانسجام مع تلك البيئة الاجتماعية وتعد هذه الظاهرة كثيرة الانتشار ، الذي يحتار العقل في تحديد طبيعتها لتعقيدها و تشابكها مع بعض الظواهر الأخرى كالحياء مثلا إن الخجل يتفاوت في عمقه وشدته ، من فرد لآخر ومن موقف لآخر ، ومن عمر لآخر أيضا ، يحدث الخجل للشخص الخجول مشاكل واضطرابات سلوكية، وهي التي تعرقل تواصله، وتؤكد الأبحاث والدراسات النفسية والاجتماعية أن عدد الأفراد الذين يعانون من الخجل هو في تزايد كبيرا نظرا للتحولات التي نشهدها على الصعيد الاجتماعي والأكاديمي، ومن أهمها ازدياد الفردية وتقمص الجوانب الاجتماعية، حيث قال الفيلسوف(DUGAS.L) أن "الخجل هو العجز عن التعاطف مع الآخرين ". حيث يشعرون بوجود صراع بين رغبتهم في الانخراط الاجتماعي والتعامل من جهة أخرى، ومن جهة أخرى ضعف ثقتهم بأنفسهم(رايكروزير،2009،ص90)، لذا يعتبر الخجل سمة من سمات الشخصية ذات صبغة انفعالية تتفاوت في عمقها من موقف إلى أخر كما تتعدد أشكاله ومظاهره(النيال مايسة،1999،ص02).فهو من أعقد المشاكل النفسية التي تصادف التلميذ داخل المدرسة خاصة، و يتفق علماء النفس والاجتماع على أن الخجل مرض اجتماعي و نفسي يسيطر على قدرات الشخص فيشل مواهبه وابداعاته و يحد من سلوكه الاجتماعي إذ يرى بعض الباحثين أن تفسير الخجل راجع إلى عوامل بيئية أسرية تتمثل فيما يمارسه الوالدين من أساليب معاملة خاطئة كالحماية الزائدة أو التهديد الدائم بالعقاب هذا من شأنه أن يجعل مشاعر الجبن و الخوف تتفاقم لدى المراهقين .و هذا ما يمنعه من عدم بلوغ أهدافه وتحقيق توافقه الشخصي و الاجتماعي خاصة فيما يتعلق بالنشاطات المدرسية، فبالرغم من أن الخجل حالة شائعة جدا و عادية إلا أنه يتعلق بتغيير شخصية المراهق و بالذات نظرته لنفسه و لذاته .إذ يرى روجرز" أن الدافع الأساسي للإنسان هو تحقيق الذات و تحسينها"، وأن إحساس الفرد بذاته حسب مارجريت ميد" meade Margaret ".هو نتيجة لسلوك الآخرين و يعتبر أن الذات ظاهرة اجتماعية و نتاج اجتماعي لا ينشأ إلا في ظروف اجتماعية، حيث يرى Hortez أن الفرد الذي يدرك أنه غير متقبل من طرف الجماعة التي ينتمي إليها فإنه يقدر ذاته تقديرا منخفضا، فتقدير الذات كغيره من المشاكل النفسية التي يواجهها المختصون النفسانيون والباحثين فهو كمؤشر لتكامل الشخصية حيث يرى زيلر:"أن تقدير الذات يقع كوسيط بين الفرد و الواقع الاجتماعي الذي يعيش فيه، وبذلك يعمل على

المحافظة على الذات من خلال الأحداث السلبية أو الإيجابية التي يتعرض لها"(Ziller,1985,p626) ، إذ يعد الخجل من قبل العديد من علماء النفس والاجتماع مرضياً اجتماعيا ونفسياً يسيطر على مشاعر واحاسيس الفرد منذ الطفولة فيؤثر في تشتت طاقاته الفكرية امكاناته الإبداعية وقدراته العقلية ويشل قدرته في السيطرة على سلوكه وتصرفاته اتجاه نفسه واتجاه المجتمع الذي يعيش فيه(غالب مصطفى،1998،ص10) والبعض يعد الخجل نوع من انواع الخوف يظهر عند احتكاك الطفل بالآخرين5(هرمز صباح حنا،1988،ص366) .

لذا تظهر عند المراهق عدة حاجات نفسية أساسية مثل الحاجة إلى فهم الذات والحاجة إلى تقدير الذات وتعتبر هذه الأخيرة من العناصر المهمة في مراحل حياة كل فرد فهو من الموضوعات التي لازالت تتصدر المراكز الأولى في البحوث النفسية، كما أن تقدير الذات مرتبط أيضا بتكامل شخصية الفرد حيث يرى زيلر "أن تقدير الذات يقع كوسط بين ذات الفرد والواقع الاجتماعي الذي يعيش فيه " وهو بذلك يعمل على المحافظة على الذات من خلال تلك الأحداث السلبية أو الايجابية التي يتعرض لها(الكفافي علاء الدين،1989،ص105). فباعتبار جانب تقدير الذات من المقومات الاساسية للشخصية اهتمت الكثير من البحوث بدراسة هذا الجانب من جوانب الشخصية فمن أهم هذه الدراسات نجد أبحاث" هارلو" 1971 Harlouحول القدرات" إذ يقيم المراهق الخجول نفسه من الناحية السلبية فنجده يحتقر نفسه ويرى أن ال قيمة له و هذا ما أكدته دراسة" كوبر سميث 1967 coper smithأن أصحاب تقدير الذات المنخفض يعتبرون أنفسهم غير مهمين و غير محبوبين إذ ينقصهم احترام الذات ويعتبرون أن ال قيمة لهم و غير أكفاء، كما ال يستعطون فعل أشياء كثيرة يودون فعلها و كذلك تنقصهم الثقة بالنفس هذا ما يجعلهم يخشون أفكارهم غير العادية أو المألوفة، و يميلون إلى الحياة في ظل الجماعات الاجتماعية مستمعين أكثر منهم مشاركين كما يفضلون العزلة و الانسحاب على التعبير و المشاركة أو الاتيان بأفعال تلفت النظر إليهم، أي أنهم يتميزون بالسلبية .كما يعد تقدير الذات من الأبعاد المهمة في حياة الفرد حيث يعبر عن اعتزازه بالنفس والثقة بها و يظهر هذا خاصة في مرحلة المراهقة التي تعتبر مرحلة حرجة في حياة الفرد و غامضة بالنسبة له حيث يسيطر عليه الارتباك لعدم تحديد أدواره التي يجب عليه القيام بها(رمضان محمد القذافي،2000،ص372). كما تعد من أخطر المراحل التي يمر بها الفرد ضمن أطواره المختلفة التي تتسم بالتجدد المستمر، و الترقي في معارج الصعود نحو الكمال الانساني الراشد ،و يكمن الخطر في هذه المرحلة التي تنتقل بالفرد من الطفولة إلى الرشد في تغيرات مظاهر النمو المختلفة (الجسدية، الفيزيولوجية، العقلية و الاجتماعية، الانفعالية، الدينية والخلقية)، و ما يتعرض الانسان فيها إلى صراعات متعددة داخلية و خارجية .و هذا ما بينته عدة دراسات منها دراسة ستانلي هول الذي بين أن مرحلة المراهقة هي مرحلة تأثر و ضغوط لا تولد فيها شخصية الانسان من جديد، تتبعها تغيرات تجعل المراهق إنسانا غير متزن يجد صعوبة في التحكم في سلوكه و كثرة تقلباته الانفعالية و حدتها(أحمد محمد الزعبي،2001،ص60). فالمراهقة تختلف من فرد لآخر و من بيئة جغرافية إلى أخرى و من سلالة إلى أخرى كذلك تختلف باختلاف الانماط الحضارية التي يترك في وسطها المراهق، هذا ما أكدته دراسة الباحث ستيفين وآخرون أن السبب الرئيسي في رغبة المراهق و بحثه عن الاستقلالية يعود إلى ضغوط الممارسة عليه من طرف والديه وفرض السلطة عليه(إبراهيم فيوليت فؤاد،1998،ص243).

وبناءا على ذلك يمكن تحديد مشكلة الدراسة الحالية في التساؤلات التالية:

-هل توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الخجل و تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط ؟.

- هل توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط في الخجل؟.

-هل توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط في تقدير الذات؟.

2.الفرضيات:

- توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الخجل و تقدير الذات لدى الطلبة في المرحلة الثانوية.

- توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط في الخجل.

-توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط في تقدير الذات.

3.أهداف الدراسة:

- معرفة طبيعة علاقة الخجل وتقدير الذات لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة.
- الاهتمام بالخجل كظاهرة أو مشكلة نفسية يعاني الفرد خاصة في مرحلة التمدرس.

- الاهتمام بمرحلة المراهقة باعتبارها أصعب مرحلة عمرية يتم فيها تكوين معالم الشخصية.

4.أهمية الدراسة:

- إظهار الخجل وعلاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات من أجل الاستفادة بتنشئة الابناء تنشئة سوية

- اختيار متغيرات النفسية (الخجل وتقدير الذات)التي تتعلق ببعض سمات الشخصية لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة .

- إضافة إلى التراث السيكولوجي في المرحلة المتوسطة في مجال الخجل و تقدير الذات .

5.تحديد مفاهيم الدراسة :

الخجل:

عرفه جونز واخرون(1986):الخجل بأنه استجابات تدل على عدم الراحة والكف عن القلق والتحفظ في وجود الآخرين، ويؤكدون على أن الخجل يتعمق بشكل أساسي بالتهديد في المواقف الاجتماعية الشخصية(حنان بنت أسعد محمد خوج،2002،ص12).

كما عرفه الشربيني بأنه يطلق على حالة الخجل الشديد، و الطفل الخجول عادة يتحاشى الاخرين، ولا يثق بالغير و هو متردد في الاقدام و الالتزام و لا يميل إلى المشاركة في المواقف الاجتماعية مفضلا البعد أو الصمت أو الحديث المنخفض أو الانزواء و عادة ما يحمر وجهه وكذا أدناه(زكرياء الشربيني،2001،ص90).

التعريف الإجرائي:

الدرجة التي تحصل عليها المراهق المتمدرس بعد اجابته على فقرات المقياس المستخدم في هذه الدراسة.

تقدير الذات:

تقدير الذات هو الميل الى النظر الى الذات على أنها قادرة على التغلب على تحديات الحياة وأنها تستحق النجاح والسعادة(مريم سليم،2003،ص03).

كما يعرف تقدير الذات أنه الحكم الذاتي العام للفرد على نفسه و يشمل الجوانب العقلية والجسمية والاجتماعية والانفعالية (حسين فؤاد محمد زايد،2007،ص10).

التعريف الإجرائي:

الدرجة التي يتحصل عليها المراهق المتمدرس من خلال استجابته لمقياس تقدير الذات لكوبر سميث.

تلاميذ التعليم المتوسط:

إن مصطلح التلميذ يعني مزاول للتعليم الابتدائي أو المتوسط أوالثانوي، والتلميذ ركن هام في العملية التربوية فهو مبدأها وهدفها، وكما أن العملية التربوية الحديثة تخضع لنظم التعليم وإعداد المعلمين، ووضع المناهج والكتب بما يلائم مواهب التلاميذ ومستوياتهم وطرائقهم في التفكير والنشاط(عبد الرحمان محمد الهاشمي،1985،ص77).

التعريف الإجرائي:

هو مجموعة من الأفراد الذين يدرسون في التعليم المتوسط ويتم تطبيق عليهم أدوات الدراسة.

الجانب التطبيقي:

يتضمن هذا الفصل الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية التي تحتوي على الدراسة الاستطلاعية، منهج الدراسة، الدراسة الأساسية التي تضم مجتمع وعينة الدراسة ومكان إجرائها، أدوات الدراسة، وأساليب المعالجة الإحصائية.

أولا-الدراسة الاستطلاعية:

تهدف دراستنا الاستطلاعية إلى التحقق من صلاحية الأدوات التي يمكن استخدامها في الدراسة الأساسية من حيث مدى وضوح عباراتها وسلامة تعليماتها ومعرفة الزمن المناسب لإجرائها ودراسة الخصائص السيكو مترية لكل أداة من الأدوات المستخدمة وكذا معرفة أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية والأساسية.

1.عينة الدراسة الاستطلاعية:

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من50 تلميذ وتلميذة من متوسطتي لولاية تيزي وزو، حيث تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة من متوسطتي إخوان شمام وبلامين بدائرة عزازقة وقد وقع الاختيار على التلاميذ عشوائيا من أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية.

جدول رقم (01): توزيع أفراد عينة الدراسة الاستطلاعية

البيانات / المؤسسات التعليمية		الدائرة	الأساتذة		المجموع الكلي
			العدد	%	
01	متوسطة بلامين	عزازقة	22	44	22

02	متوسطة إخوان شمام	عزازقة	28	56	28
المجمـــوع			50	100	50

يتبيّن من جدول رقم (01) أن عدد التلاميذ في متوسطة بلامين يتراوح ما بين22 تلميذ بنسبة 44% من دائرة عزازقة و28 تلميذ بنسبة 56% لمتوسطة إخوان شمام من دائرة عزازقة.

2.مكان وزمان إجراء الدراسة الاستطلاعية:

تمّ إجراء الدراسة الاستطلاعية في متوسطتي إخوان شمام وبلامين بدائرة عزازقة التابعتين لمديرية التربية لولاية تيزي وزو خلال شهر ديسمبر 2019، وقد تم التوصل إلى النتائج التالية:

- التعرف على صعوبات تطبيق المقاييس المستخدمة.

-التحقق من الخصائص السيكومترية للمقاييس.

3.منهج الدراسة:

لقد تم استخدام المنهج الوصفي الذي يقوم بتحديد الوضع الحالي للظاهرة المدروسة وإعطاء تقرير وصفي عنها وأن طبيعة موضوعنا تجعلنا نهدف إلى وصف هذه الظاهرة واكتشاف الواقع التربوي.

ثانيا: الدراسة الأساسية :

تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة من تلاميذ السنة الرابعة من التعليم متوسط الذكور والإناث من ثلاث 03 مؤسسات تعليمية تابعة لمديرية التربية لولاية تيزي وزو.

1.المجتمع الأصل:

بلغ العدد الإجمالي لأفراد المجتمع الأصل 345 تلميذ وتلميذة للتعليم المتوسط الذكور والإناث للمؤسسات التعليمية الثلاثة 03 التابعة لمديرية التربية لولاية تيزي وزو.

جدول رقم (02): توزيع أفراد المجتمع الأصل على المؤسسات التعليمية المختارة.

البيانات / المؤسسة التعليمية		الدائرة	الأساتذة				المجموع الكلي	
			ذكور		إناث			
			العدد	%	العدد	%	العدد	%
1	متوسطة إخوان شمام	عزازقة	49	34.51	73	35.96	122	35.36
2	متوسطة بلامين	عزازقة	46	32.39	59	29.06	105	30.43
3	متوسطة أحمد زيدات	عزازقة	47	33.10	71	34.98	118	34.21
المجموع			142	100	203	100	345	100

يتبين من جدول رقم (02) أن عدد ونسب التلاميذ الذين يدرسون من الذكور الموزعين على المؤسسات التعليمية الثلاثة يتراوح بين 49 تلميذ بِ 34.51 % لمتوسطة إخوان شمام بدائرة عزازقة و46 تلميذ بِ 32.39 % لمتوسطة بلامين بدائرة عزازقة، و47 تلميذ بِ 33.10% لمتوسطة أحمد زيدات بدائرة عزازقة. بينما التلميذات اللواتي يدرسن من الإناث يتراوح عدد هن بين 73 تلميذة بِ35.96 % لمتوسطة إخوان شمام بدائرة عزازقة، و59 تلميذة بِ 29.06 % لمتوسطة بلامين بدائرة عزازقة ، و71 تلميذة ب34.98 % لمتوسطة أحمد زيدات بدائرة عزازقة، كما يتبين أن مجموع الذكور بلغ 142 تلميذ، بينما بلغ مجموع الإناث 203 تلميذة ، وبلغ المجموع الكلي لأفراد المجتمع الأصل 345 من التلاميذ الذكور والإناث.

جدول (03): توزيع أفراد المجتمع الأصل على المؤسسات التعليمية وفقاً لمتغير الجنس

الجنس / البيانات	العدد	%
ذكور	142	41.15
إناث	203	58.85
المجموع	345	100

يتضح من جدول رقم (03) أن عدد الإناث الذي بلغ 203 بنسبة58.85% هو أعلى من عدد الذكور الذي بلغ 142 بنسبة 41.15% من المؤسسات التعليمية الثلاثة التابعة لمديرية التربية لولاية تيزي وزو.

2.عينة الدراسة الأساسية:

1.2.حجم العينة:

بلغ حجم عينة الدراسة الأساسية (135) فرداً بواقع(58) من الذكور و(77) من الإناث من تلاميذ السنة الرابعة متوسط، الذين تم اختيارهم من ثلاثة (03) مؤسسات تعليمية المتواجدة بالمقاطعة الجغرافية التابعة لمديرية التربية لولاية تيزي وزو.

2.2.كيفية اختيار العينة:

لاختيار عينة تتكوّن من (135) فرداً من تلاميذ السنة الرابعة متوسط من المؤسسات التعليمية التابعة لمديرية التربية لولاية تيزي وزو اعتمدتُ على العينة العشوائية البسيطة، حيث تم اختيار (03) مؤسسات تعليمية من التعليم المتوسط العام بطريقة عشوائية من بين (115) مؤسسة تعليمية متواجدة بمديرية التربية لولاية تيزي، وبعده قمتُ باختيار (135) تلميذاً وتلميذةً بالطريقة العشوائية البسيطة من المؤسسات التعليمية الثلاثة.

3.2.**خصائص العينة:**

❖ **الجنس:** يوضح الجدول التالي توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية وفقاً لمتغير الجنس.

جدول رقم (04): توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية وفقاً لمتغير الجنس

الجنس / البيانات	العدد	%
ذكور	58	42.97
إناث	77	57.03
المجموع	135	100

يتضح من جدول رقم (04) أن عدد الإناث الذي بلغ 77 بنسبة57.03% هو أعلى من عدد الذكور الذي بلغ 58 بنسبة 57.03% من المؤسسات التعليمية الثلاثة التابعة لمديرية التربية لولاية تيزي وزو.

❖ **السن:** يوضح الجدول التالي توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية وفقاً لمتغير السن.

جدول رقم (05) : يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية وفقاً لمتغير السن

السن / البيانات	العدد	%
14سنة	92	68.14
15 سنة	43	31.86
المجموع	135	100

يتبين من جدول رقم (05) أن نسب أفراد عينة الدراسة الموزعين على مستوى المؤسسات التعليمية وفقاً لمتغير السن تتوزع على النحو التالي: 68.14% لسن 14 سنة، 31.86% لسن 15 سنة. وهذه النتيجة تدل على أن أفراد عينة الدراسة يتمركزون في فئة سن 14 سنة وهو السن القانوني في مثل هذا المستوى التعليمي.

4.2.مكان إجراء الدراسة الأساسية:

تمّ إجراء الدراسة الأساسية في ثلاثة (03) مؤسسات تعليمية تابعة لمديرية التربية لولاية تيزي وزو والتي جاءت على النحو التالي: -متوسطة إخوان شمام بدائرة عزازقة.-متوسطة بلامين بدائرة عزازقة.-متوسطة أحمد زيدات بدائرة عزازقة.وقد تمّ إجراء الدراسة الأساسية من شهر جانفي2019

3.أدوات الدراسة:

لقياس متغيرات الدراسة المتمثلة في علاقة الخجل بتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط تم الاعتماد على الأدوات التالية:

1.3.**مقياس الخجل :**

-**وصف المقياس**: هو مقياس قام به الباحث القطري حسين عبد العزيز الدريني سنة1981 ،لقياس درجة الخجل و يطبق هذا المقياس على فئة المراهقين و الراشدين و يمكن تطبيقه فرديا أو جماعيا بدون تحديد مدة التطبيق، كما يحتوي على 36 بند.

- **طريقة التصحيح:** يحتوي هذا المقياس على 36 بند إذ يقسم إلى 26 بند إيجابي و10 بنود سلبية، و تتراوح الدرجة المحصلة ما بين (3)نعم، (2)أحيانا،(1)لا، هذا بالنسبة للبنود الإيجابية أما البنود السلبية فتصحح بالطريقة العكسية (1)نعم،(2)أحيانا،(3)لا، حيث تشير الدرجة العالية إلى أن الفرد خجول جدا، أما الدرجة المنخفضة فتشير إلى أن الفرد غير خجول (حسن عبد العزيز الدريني،1980،ص09).

2.3. **مقياس تقدير الذات:**

صمم هذا المقياس من الباحث الأمريكي كوبر سميث سنة 1967 لقياس الاتجاه التقييمي نحو الذات في المجلات الاجتماعية الأكاديمية ،العائلية ،والشخصية ويوحي على نماذج مختلفة ،حيث قام عبد الفتاح موسى بترجمة وتكيف نموذج في البيئة العربية

تصحيح المقياس:

مقياس تقدير الذات لكوبر سميث ينقسم إلى 8 عبارات موجبة وهي : (1،4،5،8،9،14،19،20) إذا أجاب عليها المفحوص ب تنطبق تعطى له درجتان ، مما إذا اجاب ب لا تنطبق فدرجة واحدة. كما تتضمن 17 عبارة سالبة وهي:(2،3،6،7،10،11،12،13،15،16،17،18،21،22،23،24،25)فإذا أجاب عليها المفحوص ب لا تبطبق درجتان، أما إذا أجاب ب تنطبق فدرجة واحدة ويكون تقييم الإجابة حسب التسلسل التالي 25-37 ذوي التقدير المتدني(ليلى عبد الحميد،1985،ص16).

4.الخصائص السيكومترية المقاييس:

أولا: مقياس الخجل :

-صدق المقياس :

تم قياس صدق مقياس الخجل من خلال حساب الصدق الظاهري وصدق الاتساق الداخلي لعبارات المقياس والصدق الذاتي والتي كانت على النحو التالي:

-الصدق الظاهري:

للتحقق من الصدق الظاهري للمقياس والتأكد من أنه يخدم أهداف الدراسة، تم عرضه على مجموعة من المحكمين حيث طُلِب منهم دراسة الأداة وإبداء رأيهم فيها من حيث مدى صلاحية العبارة ومدى

انتمائها للبعد. وقد تم استخدام معادلة كوبر لحساب نسبة الاتفاق بين آراء المحكمين والذي بلغ عددهم (08) حول عبارات للمقياس وجاءت نسبة الاتفاق على النحو التالي:

-نسبة الاتفاق على عبارات ذات أرقام: 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12-13-14-15-16-17-18-19-20-21-22-23-24-25-26-27-28-29-30-31-32-33-34-35-36.

هي: 8÷ (8+ 0) × 100= 100%.

-نسبة الاتفاق على عبارة ذات رقم: 26 هي: 8÷ (8+ 2) × 100= 80%.

-نسبة الاتفاق على عبارات ذات أرقام: 11، 33 هي: 8÷ (8+ 1) × 100= 88.88%.

يتبين مما سبق أن نسبة الاتفاق حول عبارات هذا البعد تراوحت ما بين 80% و100%.

-ثبات المقياس:

لتحقق من ثبات مقياس الخجل تم استخدام طريقتين:

أ-معامل ثبات ألفا-كرونباخ كمؤشر على ثبات التجانس الداخلي للمقياس.

ب-التجزئة النصفية كمؤشر على ثبات الاستقرار على عينة استطلاعية قوامها (50) تلميذ وتلميذة من السنة الرابعة من التعليم المتوسط.

جدول رقم (09) قيم معاملات ثبات المحسوبة بطريقتي ألفا – كرونباخ والتجزئة النصفية مقياس الخجل لعينة الدراسة الاستطلاعية (ن= 50)

عدد عبارات الاستبيان			الثبات بطريقة ألفا كرونباخ	الثبات بطريقة التجزئة النصفية				
العدد الكلي	للجزء الاول	للجزء الثاني		ارتباط الجزأين	سبيرمان براون	جوتمان	ألفا للجزء الاول	ألفا للجزء الثاني
36	18	18	0.88	0.86	0.76	0.73	0.81	0.83

يتبين من جدول رقم (09) أن قيمة معامل الثبات لأفراد عينة الدراسة الاستطلاعية بطريقة ألفا-كرو نباخ بلغت 0.88، وبطريقة التجزئة النصفية بلغت قيمة ثبات الجزء الاوّل 0.81، وقيمة ثبات الجزء الثاني 0.83 وللجزأين معاً 0.86 وبلغت قيمة ثبات سبيرمان-براون 0.76 وبطريقة جوتمان 0.73.وهذه القيم تدل على أن مقياس الخجل يتمتع بدرجة ثبات عالية مما يسمح استخدامه في الدراسة الحالية.

ثانيا: مقياس تقدير الذات .

- صدق المقياس:

تم قياس صدق مقياس تقدير الذات من خلال حساب الصدق الظاهري وصدق الاتساق الداخلي لعبارات للمقياس والصدق الذاتي والتي كانت على النحو التالي:

-الصدق الظاهري:

للتحقق من الصدق الظاهري للمقياس والتأكد من أنه يخدم أهداف الدراسة، تم عرضه على مجموعة من المحكمين حيث طُلِب منهم دراسة الأداة وإبداء رأيهم فيها من حيث مدى صلاحية العبارة ومدى انتمائها للبعد. وقد تم استخدام معادلة كوبر لحساب نسبة الاتفاق بين آراء المحكمين والذي بلغ عددهم (08) حول عبارات المقياس وجاءت نسبة الاتفاق على النحو التالي:

-نسبة الاتفاق على عبارات ذات أرقام: 1-2-3-4-5-6-7-8-9-10-11-12-13-14-15-16-17-18-19-20-21-22-23-24-25.

هي: 8÷ (8+ 0) × 100= 100%.

-نسبة الاتفاق على عبارات ذات أرقام: 12، 24 هي: 8÷ (8+ 1) × 100= 88.88%.

-نسبة الاتفاق على عبارة ذات رقم: 18 هي: 8÷ (8+ 2) × 100= 80%.

يتبين مما سبق أن نسبة الاتفاق حول عبارات هذا البعد تراوحت ما بين 80% و100%.

-ثبات المقياس :

للتحقق من ثبات مقياس تقدير الذات تم استخدام طريقتين:

أ-معامل ثبات ألفا-كرونباخ كمؤشر على ثبات التجانس الداخلي للمقياس.

ب-التجزئة النصفية كمؤشر على ثبات الاستقرار على عينة استطلاعية قوامها (50) تلميذ وتلميذة من السنة الرابعة من التعليم المتوسط.

جدول رقم (10) قيم معاملات ثبات المحسوبة بطريقتي ألفا – كرونباخ والتجزئة النصفية لمقياس تقدير الذات لعينة الدراسة الاستطلاعية (ن= 50)

عدد عبارات الاستبيان			الثبات بطريقة ألفا كرونباخ	الثبات بطريقة التجزئة النصفية				
العدد الكلي	للجزء الاول	للجزء الثاني		ارتباط الجزأين	سبيرمان براون	جوتمان	ألفا للجزء الاول	ألفا للجزء الثاني
25	12	13	0.94	0.87	0.83	0.84	0.78	0.75

يتبين من جدول رقم (10) أن قيمة معامل الثبات لأفراد عينة الدراسة الاستطلاعية بطريقة ألفا-كرو نباخ بلغت 0.94، وبطريقة التجزئة النصفية بلغت قيمة ثبات الجزء الاوّل 0.78، وقيمة ثبات الجزء الثاني 0.75 وللجزأين معاً 0.87 وبلغت قيمة ثبات سبيرمان-براون 0.83 وبطريقة جوتمان 0.84.وهذه القيم تدل على أن مقياس تقدير الذات يتمتع بدرجة ثبات عالية مما يسمح استخدامه في الدراسة الحالية.

5.أساليب المعالجة الإحصائية:

لاختبار فرضيات الدراسة تم استخدام أسلوب الإحصاء الوصفي لحساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية، وأسلوب الإحصاء الاستدلالي لحساب معامل ارتباط بيرسون(ر) للكشف عن الارتباط بين كل من الخجل وتقدير الذات لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط حساب اختبار(ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة في نفس المتغيرات السابقة.

6.عرض نتائج فرضيات الدراسة:

أثناء عرض الأساليب الإحصائية المستعملة في الدراسة الحالية تم الإشارة إلى معامل الارتباط المستخدم للقيام بالمعالجة الإحصائية واختبار(ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة في نفس المتغيرات السابقة.

1.6.عرض نتيجة الفرضية الأولى:

تنص الفرضية الأولى على أنه" توجد علاقة موجبة ودالة إحصائياً بين درجات الخجل ودرجات تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط ".

جدول رقم (11) قيمة الارتباط (ر) بين درجات الخجل ودرجات تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط

البيانات / المتغيرات	قيمة(ر)	الدلالة الإحصائية المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمد
الخجل	0.169	0.000	0.01
تقدير الذات			

** دالة عند مستوى 0.01

يتضح من جدول رقم (11) أن العلاقة بين درجات الخجل ودرجات تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط بلغت قيمتها 0.169 وأن قيمة مستوى دلالتها المحسوبة التي هي0.000 تصغر عن الحد المطلوب الذي هو0.01، معناه أن العلاقة بين درجات الخجل ودرجات تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط دالة إحصائياً.

2.6.عرض نتيجة الفرضية الثانية :

تنص الفرضية الثانية على أنه" توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث من تلاميذ السنة الرابعة متوسط في الخجل، حيث تميل الذكور إلى الحصول على درجات مرتفعة عن الإناث".

جدول رقم (12) : يوضح قيمة(ت) ودلالتها الإحصائية في الخجل بين الذكور والإناث من أفراد عينة الدراسة

البيانات / الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العدد	ف	قيمة(ت)	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمد
ذكور	224.76	86.74	135	3.267	21.146	63	0.000	0.05
اناث	94.35	45.183						

*** دالة عند مستوى** 0.05

يتبيّن من جدول رقم (12) أن الفروق بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث من تلاميذ السنة الرابعة متوسط في الخجل بلغت قيمتها 21.146، وان الفروق بين الذكور والاناث دالة احصائيا عند 0.05.

3.6. عرض نتيجة الفرضية الثالثة:

تنص الفرضية الثالثة على أنه" توجد فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث من تلاميذ السنة الرابعة متوسط في تقدير الذات ، حيث تميل الإناث إلى الحصول على درجات مرتفعة عن الذكور".

جدول رقم (13) : يوضح قيمة(ت) ودلالتها الإحصائية في تقدير الذات بين الذكور والإناث من أفراد عينة الدراسة

البيانات / الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العدد	ف	قيمة(ت)	درجات الحرية	الدلالة الإحصائية المحسوبة	مستوى الدلالة المعتمد
ذكور	83.77	27.243	135	2.351	22.181	63	0.000	0.05
اناث	171.68	41.181						

*** دالة عند مستوى** 0.05

يتبيّن من جدول رقم (13) أن الفروق بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث من تلاميذ السنة الرابعة متوسط في تقدير الذات بلغت قيمتها 22.181، وان الفروق بين الذكور والاناث دالة احصائيا عند 0.05

7.مناقشة وتفسير نتائج فرضيات الدراسة:

1.7مناقشة الفرضية الأولى :

أظهرت نتائج الفرضية وجود علاقة موجبة ودالة إحصائياً بين درجات الخجل ودرجات تقدير الذات لدى تلاميذ السنة الرابعة متوسط وهذا يعود إلى ان كلما ازدادت درجة الخجل عند المراهق انخفض تقديره لذاته، فالمراهق الذي لديه تقدير ذات مرتفع نجد لديه درجة منخفضة من الخجل إذ تتفق هذه النتيجة مع دراسة السعودي الدماطي بعنوان علاقة الخجل بتقدير الذات وأسفرت نتائج الدراسة على وجود علاقة

ارتباطية عكسية بين تقدير الذات والخجل أما دراسة عبد ربه على شعبان بعنوان الخجل وعلاقته بتقدير الذات و مستوى الطموح لدى المعاقين بصريا فقد اختلفت مع نتائج دراستنا حيث أسفرت نتائجها على أنه لا توجد علاقة بين الخجل و تقدير الذات(عبد ربه علي شعبان، 2010).

2.7.مناقشة الفرضية الثانية:

أظهرت نتائج الفرضية وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث من تلاميذ السنة الرابعة متوسط في الخجل، حيث تميل الذكور إلى الحصول على درجات مرتفعة عن الإناث وهذا راجع إلى طبيعة الأنثى بشكل عام تميل إلى الخجل والهدوء و هذا ما يظهر كمشكل كبير في فترة المراهقة كما أن شخصية الأنثى تختلف عن الذكر نتيجة نضرة المجتمع لكل منهما و بذلك تكون نتائج هذه الدراسة قد اتفقت مع دراسة العالم كول(coll1994)في الفروق الجنسية في الخجل إذ أسفرت نتائج هذه الدراسة على أن الإناث أكثر إظهارا للخجل مقارنة بالذكور، وكذلك دراسة حسين علي فايد 1997 (حسين علي محمد فايد،1997،ص153-192) ،التي هدفت إلى معرفة ما إذا كانت هناك فروق جوهرية بين الذكور والإناث في الخجل و الأعراض السيكوباثولوجية، إذ أسفرت نتائج هذه الدراسة على وجود فروق بين الذكور و الإناث لصالح الإناث وكذلك دراسة الجنادي1984حول الاضطرابات السلوكية وعلاقتها بتقبل الذات وبعض متغيرات الشخصية لدى المراهقين حيث أسفرت نتائج هذه الدراسة عن وجود فروق بين الجنسين في القلق والانسحاب والخجل لصالح الإناث، وكذلك دراسة عبد الكريم 1992 بعنوان الخجل كبعد أساسي للشخصية إذ أسفرت نتائج هذه الدراسة على وجود فروق في الخجل بين الجنسين لصالح الإناث، كما اختلفت هذه النتائج مع دراسة أبو موسى التي أسفرت نتائجها على أنه لا توجد فروق ذات دالة إحصائية في مستوى الخجل تعزى لمتغير(الجنس- العمر- نوع الإعاقة- المؤهل العلمي) (حبيب مجدي عبد الكريم،1992،ص23).

3.7.مناقشة الفرضية الثالثة:

أظهرت نتائج الفرضية وجود فروق دالة إحصائياً بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث من تلاميذ السنة الرابعة متوسط في تقدير الذات ، حيث تميل الإناث إلى الحصول على درجات مرتفعة عن الذكور وهذا راجع إلى بعض العوامل يمكن حصرها إلى عوامل التنشئة الاجتماعية وما للأسرة من دور مهم في بناء وتكوين شخصية هؤلاء الطلبة، مما يساهم في بلورة تصور واضح عن الذات، وعن المستقبل والتنافس على إبراز تحقيق الذات كمؤشر اجتماعي لأنهم يحتاجون للتقبل والألفة، وباعتبار خصوصية النمو لدى الذكور وحاجياتها النفسية والاجتماعية تختلف عن حاجيات وخصوصيات الإناث ،إذ تعتبر هذه الفئة أكثر إيجابية في مفهومهم لذواتهم و قد تميزت بسلوك إيجابي و تقدير عالي و أكثر رغبة في الحصول على واقع أفضل وبذلك تكون نتائج هذه الدراسة قد اتفقت مع دراسة الديب1992 بعنوان مفهوم الذات لدى الكفيف وعلاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية وقد أسفرت نتائج هذه الدراسة عن وجود فروق جوهرية لدى الجنسين في كل من أبعاد الذات الجسمية والاجتماعية، كما اختلفت هذه النتائج مع دراسة وفاء على سليمان عقل 2009 (وفاء علي سليمان عقل ،2009،ص).حول الأمن النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدى المعاقين بصريا وأسفرت نتائج هذه الدراسة عن عدم وجود فروق في مستوى تقدير الذات تعزى لمتغير الجنس كذلك دراسة constance kalanek ، 1992 Blackبعنوان تقدير الذات وعلاقته بالنوع، الحالة الاجتماعية، العرق، أصل العرق، صفات العائلة إذ أسفرت نتائج هذه الدراسة على أنه يوجد فرق بين تقدير الذات عند الإناث و الذكور يعزى للحالة الاجتماعية والاقتصادية وهذا ما يتفق مع دراسة ستروكيرش وهارفت 1998

توصلت إلى وجود فروق بين الجنسين في تقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين ولصالح الذكور (بوقصارة منصور،2008،ص80).

الاستنتاج:

يعتبر الخجل من أهم المشكلات النفسية التي تعيق المراهق في حياته اليومية فتمنعه من الاتصال والتفاعل داخل المجتمع بصفة عامة و داخل المدرسة بصفة خاصة، و بالتالي يكون هذا المراهق معزولا ومغتربا عن أقرانه، مما يجعل أفكاره تتمحور حول ذاته، فتكون نظرته إليها سلبية و متشائمة، مما قد يساهم في تدني مستوى تقديره لذاته. حيث أثبتت نتائج دراستنا على وجود علاقة بين الخجل و تقدير الذات لدى المراهق المتمدرس في السنة الرابعة من التعليم المتوسط أي كلما ازدت درجة الخجل انخفضت درجة تقدير الذات، وكما توصلنا إلى وجود فروق في درجة الخجل تعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث وكذلك وجود فروق في درجة تقدير الذات تعزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، وبالنظر إلى هذه النتائج ينبغي على الأسرة أولا والمدرسة ثانيا وحتى المجتمع ككل إحاطة هذا المراهق المتمدرس بالرعاية التامة وتوفير له جو مليء بالحب والتفهم، حتى يستطيع هذا الأخير التغلب على مشكلة الخجل و بالتالي تغيير نظرته السلبية عن ذاته.

الخاتمة :

وقد أصبح موضوع الخجل ظاهرة البداية التعامل معها بكل الطرق المناسبة والإجراءات الهامة من أجل الحفاظ على الشخصية السوية ونظرة الشخص لنفسه، وهي الصورة التقييمية التي يضعها الفرد لنفسه ومساعدته على اكتشاف نواحي ايجابية في شخصيته وتحقيق حاجة أساسية وأهمها تقدير الذات الإيجابي وأن له دور كبير في تكوين شخصية كل فرد وبالتالي التقدير السلبي يؤدي به إلى تحطيم ذاته وزعزعت الثقة بنفسه وتسبب له في بعض الأحيان أزمات تقف عاجز أمام الأفراد فيضطر لبحث عن سبل لحمايتها، فاذا عرف الإنسان نفسه، وصل بها إلى الاستقرار أما اذا حدث العكس فنتج عنه النفور والابتعاد عن الآخرين.

- التوصيات والاقتراحات:

-تنمية المعلمين والمكونين على كيفية التعامل مع فئة المراهقين والأخذ بعين الاعتبار بأنها حالة خاصة.

-توعية الأسر إلى الطرق الصحيحة والسليمة في تربية أبنائهم وذلك عن طريق برامج توعوية لمختلف وسائل الإعلام.

-القيام بدراسة حول إعداد برنامج إرشادي للتخفيف من الشعور بالخجل لدى المراهق.

- قائمة المراجع:

1.إبراهيم فيوليت فؤاد، دراسات في سيكولوجية النمو الطفولة والمراهقة، الطبعة الأولى،(القاهرة:مكتبة زهراء،1998)، ص243.

2.أحمد محمد الزغبي، علم النفس النمو"الطفولة والمراهقة"، (عمان: دار زهران للنشر والطباعة،2001)، ص60.

3.الكفافي علاء الدين، تقدير الذات وعلاقته بالتنشئة الوالدية والأمن النفسي، مجلة العلوم الاجتماعية، جامعة الكويت، العدد24، 1989،ص105.

4.النيال مايسة ومدحت عبد الحميد أبوزيد، دراسة مقارنة في ضوء عوامل الجنس. العمر. الثقافة، (الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية،1999)، ص02.

5.بوقصارة منصور، الدافع للإنجاز مركز الضبط تقدير الذات والإنجاز الأكاديمي لدى تلاميذ الثانوية، رسالة دكتوراه غير منشورة ، قسم علم النفس وعلوم التربية، جامعة وهران، 2008، ص80.

6.حبيب مجدي عبد الكريم، الخجل كبعد أساسي للشخصية دراسة ميدانية لدى عينتين من طالب المرحلة الجامعية ، مجلة علم النفس، العدد ،1992، ص23.

7.حسن عبد العزيز الدريني، مقياس الخجل، (القاهرة: دار الفكر العربي،1980)، ص09.

8.حسين علي محمد فايد، الدور الدينامي للمساندة الاجتماعية في العلاقة بين ضغوط الحياة المرتفعة والأعراض الاكتئابية، مجلـة دراسات نفسية، العدد 3، 1997، ص153-192.

9.حسين فؤاد محمد زايد، الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة اليمنيين وغير اليمنيين الوافدين إلى الجامعات السورية وعلاقته ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق،2007، ص10.

10.حنان بنت أسعد محمد خوج، الخجل وعلاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية وأساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من طالبات المرحمة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة، رسالة ماجستير في علم النفس، جامعة أم القرى، 2002، ص12.

11.رايكروزير، الخجل، (الكويت: دار النشر عالم المعرفة،2009)،ص90.

12.رمضان محمد القذافي، علم النفس النمو"الطفولة والمراهقة" ، (الإسكندرية: المكتبة الجامعية ،2000)، ص372.

13.زكرياء الشربيني، المشكلات النفسية عند الأطفال، (القاهرة: دار الفكر العربي، 2001)، ص90 .

14.عبد الرحمان محمد الهاشمي، أصول علم النفس العام، (الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية ،1985)، ص177.

15.عبد ربه علي شعبان، الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصريا، رسالة ماجستير، قسم علم النفس، كلية التربية الجامعة الاسلامية، غزة،2010.

16.غالب مصطفى، في سبيل موسوعة نفسية، (بيروت لبنان: دار مكتبة الهلال ،1998)، ص10.

17.ليلى عبد الحميد، مقياس تقدير الذات، ط1، (بيروت: دار النهضة العربية،1985)، ص16.

18.مريم سليم، تقدير الذات والثقة بالنفس ،دليل المعلمين، ط1، (بيروت،2003)، ص03 .

19.هرمزصباح حنا وابراهيم يوسف حنا، علم النفس التكويني(الطفولة والمراهق)، (الموصل: مديرية دار الكتاب للطباعة والنشر،1988)، ص366.

20.وفاء علي سليمان عقل، الأمن النفسي وعلاقته بمفهوم الذات لدى المعاقين بصريا. رسالة ماجستير، قسم علم النفس، كلية التربية، غزة فلسطين، 2009 .

21.Ziller,r,c ,shynes-environment :a reniew from the shyside through auto-phothography ,journalof personality ,53,4, 1985 ; pp626-639