الخجل وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانويبولاية تيزي –وزو

لعباس نصيرة

جامعة–تيزي وزو-

ملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى فحص العلاقة بين الخجل والتوافق النفسي العام وأبعاده (الإنفعالي، الصحي، الأسري، والإجتماعي). وكذا الفروق لدي الجنسين في كل من الخجل والتوافق النفسي، وذلك عند عينة 318مراهق متمدرس (153ذكور) (165 إناث) من السنة الأولي والثانية ثانوي، تم إختيارها من أربع ثانويات بولاية تيزي وزو، تم جمع البيانات الخاصة بالمتغيرات المذكورة بواسطة مقياس الخجل (حسين عبد العزيز الدريني) ومقياس التوافق النفسي لزينب محمود شقير، يستخدم هذا الإختبار لمعرفة التلاميذ أو المراهقين متوافقين نفسيا أم لا.

وأسفرت النتائج عن وجود علاقة سالبة (عكسية) ودالة إحصائيا بين الخجل والتوافق النفسي وأبعاده المختلفة (إنفعالي، صحي، أسري وإجتماعي)، وعن وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث فيما يخص الخجل لصالح الإناث، حيث نلاحظ أن درجات الخجل عند الإناث مرتفعة جدا مقارنة بالنسبة للذكور، أما الفروق بين الجنسين فيما يخص التوافق النفسي فكانت غير دالة إحصائيا، ومعناه عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في التوافق النفسي، ونوقشت النتائج بالإعتماد على الدراسات الأجنبية والعربية.

مقدمة:

إن مرحلة المراهقة من أهم مراحل التي يمر الفرد نظرا للتغيرات والنفسية التي تطرأ عليه وقد يسبب للمراهق صراع دائم، لأنه لا يفهم كل التغيرات والإنقلابات الفيزيولوجية التي يعيشها، فيجد نفسه يعيش في تناقض، فمن جهة التغيرات الجسمية والفيزيولوجية تشعره أنه لم يعد ذلك الطفل الصغير، ومن جهة أخرى المحيط الخارجي الذي يعامله كطفل صغير في بعض المواقف وكفرد راشد في مواقف أخرى.

كل هذا يمكن أن يخلق لدي المراهق عدة مشكلات وإضطرابات نفسية، ولعل من أهم هذه المشكلات التي قد تصيب المراهق نجد ظاهرة الخجل الذي يعتبر سمة من سمات الشخصية، فالخجل هو أن يفقد الإنسان ثقته واتزانه، ويضطرب في أفعاله، وهو مصحوب بالخوف، وهذا يدل على صراع عميق بين الإرادة والعوائق التي تعترضه، والسبب في حدوثه هو شعور المراهق بنقصه، وعجزه عن أداء وبلوغ غايته (عبد الغني الديدي، 1995: 107). أو هو عائق نفسي يمنع الفرد من إقامة علاقات إجتماعية سواء داخل المحيط الذي يعيش فيه أو في وسطه المدرسي.

كما أن الأسرة دور هام في ظهور هذا الاضطراب في حالة أنهم استمروا في معاملة المراهق كطفل مدلل، وإبعاده عن مواجهة كل أمر حرصا على صحته وحفاظا على سلامته، تولد لديه روح العزلة، والابتعاد عن بقية أصدقائه، وربما شعر بالتعالي والأنانية أو الانقباض والحساسية، والتأثر بأتفه الأسباب وشعوره بأنه منفصل عن محيطه ومجتمعه وأنه ضعيف الشخصية، واستمراره على هذا الوضع يؤدي به إلى مظاهر سوء التوافق النفسي والاجتماعي تمثلا في الخجل (مصطفى غالب، 1995: 82).

لذا يعتبر الخجل ما هو إلا نتيجة لأساليب التربية الخاطئة التي يعاني منها الفرد، حيث يشعر بأنه لا فائدة منه، وغير مرغوب فيه، وأنه لا يعامل بقسوة

وكراهية من قبل الوالدين وآخرين، فيميل إلى الوحدة والعزلة والانطواء وعدم الثقة والاطمئنان، مما يسبب له انتكاسات تمنعه من الاستجابة للعلاج.

إن هذا الشعور الذي يعاني منه المراهق المتمدرس في حياته عامة، ومحيطه المدرسي خاصة يجعله يتحاشى الآخرين، ويعاني من عدم القدرة على التعامل بسهولة مع زملائه في المدرسة، ويعيش منطويا على نفسه، بعيدا عن الآخرين ويحاول الابتعاد عن الآخرين في المنسبات الاجتماعية، ويتكلم بصوت منفض ويتلعثم ويحمر وجهه وأذناه بالرغم من أنه طبيعي ونشيط في منزله بين ذويه.

فالفرد يسعى إلى إشباع حاجاته، وحل مشكلاته بالأسلوب الذي يخفض توتره في ضوء المعايير التي اكتسبها من مجتمعه، فهناك من يسلك سلوكا إيجابيا لحل مشكلاته، وإذا فشل يحاول مرة أخرى أن يكتشف باستمرار طرق جديدة لإشباع حاجاته حتى يستطيع البقاء، وهناك من يحل مشكلته بطرق ملتوية أو شاذة كالانسحاب من المواقف أو الغضب منها، وبهذا فكل سلوك يمكن فهمه باعتباره جهدا يهدف إلى خفض التوتر، ويطلق على تلك الطرق الإيجابية منها والسلبية التي يلجأ إليها الفرد لخفض توتره بالتوافق.

إذ أن هذا الأخير مقترن بالصحة النفسية، فلا توافق دون تمتع الفرد بصحة نفسية جيدة، ولا صحة نفسية بدون توافق، وأن حالات عدم التوافق هي مؤشرا لاختلال الصحة النفسية، إذ أن هذه الأخيرة تسعى إلى تحقيق التوافق السليم.

ويقصد بالتوافق النفسي التوفيق بين دوافعه المتصارعة توفيقا يرضيها جميعا إرضاءا متزنا، ولا يعني ذلك الخلو من الصراعات النفسية، إذ لا يخلو إنسان أبدا من هذه الصراعات، وإنما تعني القدرة على حسم هذه الصراعات والتحكم فيها بصورة مرضية، والقدرة على حل المشاكل حلا إيجابيا بدلا من الهروب منها.

إذ يعتبر مجال التربية والتعليمية من بين المجالات التي يواجه فيها الفرد عدة مشكلات وعقبات التي تتطلب إيجاد حلول بطرق سليمة من أجل تحقيق الرضا عن نفسية وتقبل الذات واحترامها، وبالتالي يؤدي إلى تحقيق التوافق النفسي،

فالمراهق المتمدرس المتوافق نفسيا يعتبر مؤشرا إيجابيا يدفع المراهقين المتمدرسين مواجهة المشكلات والعقبات التي تعترض في المدرسة خاصة بالاعتماد على أساليب جيدة وإيجابية لحلها، والتي تنعكس عليه استجابات التوافق التي تدل من خلالها على تحقيق السعادة مع النفس والرضا عنها، وفهم ذاته فهما واقعيا وتقبلها، كما يظهر أيضا في قدرته على اتخاذ قراراته وحل مشكلاته، وتحقيق أهدافه، ومن بين الدراسات التي تناولت التوافق النفسي نجد دراسة الباحث "**جابر عبد الحميد جابر**" (1978) التي اهتمت بدراسة العلاقة بين تقبل الذات والتوافق النفسي من كلا الجنسين من طلاب الجامعة، وتوصل إلى وجود علاقة موجبة بين الذات والتوافق النفسي (**مدحت عبد الحميد عبد اللطيف، 1990: 101**).

وكذلك نجد الدراسة التي تناولت صلب الموضوع وهي دراسة الباحث "**صالح مرحاب**" (1984) التي اهتمت بالتوافق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح، والهدف منها هو الكشف عن العلاقة التي قد تكون بين مظاهر التوافق النفسي لدى مجموعة من المراهقين والمراهقات المغاربة، وتوصلت نتائج هذه الدراسة إلى وود علاقة موجبة ودالة إحصائيا بين التوافق النفسي العام وجميع أبعاده (المنزلي، الصحي، الاجتماعي والانفعالي) ومستوى الطموح. فالفرد الذي يتوصل إلى إشباع رغباته وحاجاته متغلب على ما يعتريه من مشاكل وعقبات وبالتالي يحقق التوافق سلوك إيجابي، أما إذا كان العكس أي كان الفشل حليفا له، فسوف ينعكس ذلك على سلوكه،- وبالتالي يتصف سلوكه سوء التوافق، فالأفراد الذين لا يسلكون أسلوب إيجابي للحصول على حاجاتهم، وتحقيق أهدافهم فنجدهم محصورون بين مشاكل وعقبات شديدة، تزداد لديهم درجة القلق والإحباط تصل إلى درجة عدم القدرة على تنظيم سلوكهم، وهذا يؤدي إلى سوء التوافق، فالتلاميذ سيئو التوافق يعانون من التوتر النفسي، ويعبرون عن توتراتهم النفسية بطرق متعددة كاستجاباتهم التردد والقلق أو بمسالك العنف والأنانية والتمركز حول الذات، وفقدان الثقة بالنفس واستخدام الألفاظ النيابية في التعامل مع الآخرين، وكراهية المدرسة والهروب منها واضطرابات سلوكية مثل ألجلجة والتلعثم، والميول الإنسحابية والشعور بالنقص

والخجل، وتنعكس تلك المشكلات بالطبع في انخفاض التحصيل الذي هو جوهر عملية التعليم، وإنطلاقا مما سبق تم إفتراض وجود علاقة ارتباطية بين الخجل والتوافق النفسي وأبعاده المختلفة.

تساؤولات الدراسة:

هل توجد علاقة إرتباطية بين الخجل وكل من أبعاد التوافق النفسي (صحي، إنفعالي، أسري، وإجتماعي) لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي؟

- هل توجد علاقة إرتباطية بين الخجل والتوافق النفسي العام لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي؟

أهداف الدراسة:

تناولها لإحدى الموضوعات المهمة في علم النفس وهو الخجل الذي يعتبر مشكلة من مشاكل المراهقة وذلك في علاقته بالتوافق النفسي وأبعاده.

- معرفة العلاقة الإرتباطية بين الخجل والتوافق النفسي العام وأبعاده المختلفة (صحي، إنفعالي، أسري، وإجتماعي) لدي المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي.

مفاهيم الدراسة وتعريفاتها الإجرائية:

الخجل: هو شعور المراهق المتمدرس بالقلق والانسحاب الاجتماعي من خلال التفاعلات الاجتماعية مع ظهور سلوكات التردد ، وتجنب المشاركة والتفاعل الاجتماعي مع الآخرين، ويكتفي بالصمت وعدم الكلام داخل الجماعة خوفا من الانتقادات لا سيما في المحيط الدراسي، وفي دراستنا هذه يتمثل الخجل في الدرجة التي يتحصل عليها المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي عند تطبيق مقياس الخجل "**لحسن عبد العزيز الدريني**".

التوافق النفسي: هو قدرة الفرد على التعامل مع الأحداث أو المواقف النفسية بما يناسبها من استجابات مختلفة للوصول إلى حلها والشعور النسبي بالرضا عنها.

وفي دراستنا فإن التوافق النفسي يتمثل في قدرة المراهق المتمدرس في تحقيق الاتزان النفسي بين دوافعه المتضاربة.

تعريف التوافق الانفعالي إجرائيا:

هو قدرة المراهق المتمدرس على إحداث التوازن بين ذاته ودوافعه المتضاربة، وذلك من خلال اتخاذ أساليب إيجابية في حل مشاكلهم، وليس الهروب منها، وفي دراستنا هي الدرجة التي يحصل عليها المراهق على بنود مقياس التوافق الانفعالي **لزينب محمد شقير**.

تعريف التوافق الصحي إجرائيا:

أن يكون المراهق المتمدرس في صحة جسمية جيدة، خالية من أعرض ومشاكل صحية، وفي دراستنا هي مجموع الدرجات التي يحصل عليها المراهق على بنود مقياس التوافق الصحي **لزينب محمود شقير**.

تعريف التوافق الأسري إجرائيا:

هو أن يحقق المراهق السعادة والراحة مع أفراد أسرته، وأن يسود فيها الحب والتفاهم والمودة مع الوالدين، وفي دراستنا هي مجموع الدرجات التي يحصل عليها المراهق على بنود مقياس التوافق الأسري **لزينب محمود شقير**.

تعريف التوافق الاجتماعي إجرائيا:

هو قدرة المراهق على إقامة علاقات جيدة مع الآخرين، وكذلك الإنسجام والمشاركة الفعالة في التفاعلات الاجتماعية وتجنب الانسحاب والإنطواء، وفي دراستنا هي مجموع الدرجات التي يحصل عليها المراهق على بنود مقياس التوافق الاجتماعي **لزينب محمود شقير**.

المراهقة: هي مرحلة من مراحل حياة الإنسان التي تبدأ من نهاية الطفولة المتأخرة إلى بداية سن الرشد، والتي تطرأ عليها مجموعة من التغيرات الجسمية، الانفعالية، العقلية والاجتماعية، والمراهقة في دراستنا تمثل المراهقة الوسطى

التي تبدأ من الخامسة عشر (15) إلى غاية الثامنة عشر (18)، والتي تعادل السنة الأولى والثانية من مرحلة التعليم الثانوي.

المراهق المتمدرس إجرائيا:

هو المراهق المنخرط إجباريا في مؤسسة تربوية، أما في دراستنا الحالية فهو التلميذ الذي يدرس السنة الأولى والثانية من التعليم الثانوي.

التعليم الثانوي إجرائيا:

هي المرحلة الثالثة من مراحل التعليم، التي تعتبر جزءا مكملا للنظام التعليمي الأساسي وملحقا للتعليم الجامعي، وهي مرحلة دراسة تضم ثلاث سنوات، وهي الأخيرة لفترة الدراسة الإجبارية الذي يتخلله امتحان حاسم يتمثل في امتحان شهادة الباكالوريا.

حدود الدراسة: تتحدد عينة الدراسة ب 318 مراهق ممتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي، وبالضبط السنة الأولي والثانية من التعليم الثانوي، وتم ذلك من ثلاث ثانويات من ولاية تيزي وزو، خلال العام الدراسي 2010 - 2011، والذين تتراوح أعمارهم ما بين 15 و18 سنة، بحيث يبلغ عدد الذكور 153 أما الإناث 163، وتم إختيارهم عشوائيا.

- الدراسات الخاصة بالخجل:

دراسة الباحثان فهر وستامبس: (Fehr et Stamps) (1979):

أجرى الباحثان **فهروستامبس** (1979) دراسة بهدف التعرف على بعض السمات النفسية التي تتسم بها الخجولات، وأجرت الدراسة على عينة مكونة من 54 طالبة جامعية، طبق بها الباحثان عدة اختبارات من بينها: مقياس ستانفورد للخجل، مقياس سمة القلق، مقياس للعدوانية، ومقياس أخر لتقدير الذات، وأسفرت النتائج على أن الخجولات تتميزن بارتفاع مستوى القلق كسمة، كما تتميزن أيضا بانخفاض مستوى تقدير الذات، وارتفاع الشعور

بالذنب، وأخيرا تتميزن بانخفاض مشاعر العدوانية. (حسين عبد العزيز الدريني، 1980، 3)

- دراسة الباحثان كازوهكو وتاكاشي (Kazohiki et Takashi) (1979):

إن هذه الدراسة تهدف إلى مقارنة بعض مخاوف المراهقين مثل المخاوف الاجتماعية، وأعراض القلق والأوهام مع أعمار أخرى، التي أسفرت أن الشعور بالخوف لدي الإناث أكثر من الذكور، وكانت من الذكور، وكانت أعلي درجات الخوف من الخجل والشعور بالمراهقة من الأخرين.

دراسة الباحث باص: (Bus) (1984): أسفرت نتائج هذه الدراسة إلى وجود ارتباط موجب ودال بين درج الخجل والإحساس بالوحدة النفسية لدى الذكور والإناث، واستنتج أيضا أن الخجول الذي لديه إحساس بالوحدة النفسية يعاني من مشكلات ترتبط بالتوافق الشخصي. (حسين علي فايد، محمود السيد أبو النيل، 2001: 13).

الدراسات الخاصة بالتوافق النفسي:

- دراسة الباحث عبد الله سليمان 1959: بينت أن التلميذة المراهقة تحب النشاط الاجتماعي، وأنها تشعر بقدرتها في بعض المجالات، ونقل الجوانب السلبية في اتجاهات التلميذات التي درسن سنة 1959 يحدث بسهولة أكبر من التعبير عن أفكارهن بالمقارنة مع تلميذات اللواتي درسن سنة 1973 اللواتي لديهن اتجاه إيجابي للاتزان الوجداني. (مدحت عبد الحميد عبد اللطيف، 1990: 99- 100).

- دراسة عبد الحميد جابر (1969): وتوصلت نتائج هذه الدراسة إلى أن هناك علاقة موجبة بين تقبل الذات والتوافق النفسي بمعنى كلما زاد تقبل الفرد لذاته زاد توافقه النفسي. (مدحت عبد الحميد عبد اللطيف، 1990: 101).

- دراسة الباحث عبده ميخائيل (1969): أن أهم الأسباب والعوامل التي تسبب سوء التوافق لدى المراهقين هي تلك العوامل المتصلة بالبيئة المدرسية،

وخاصة طبيعة المعاملة الوالدية إزاء أبنائهم، إلى جانب عوامل اجتماعية متصلة بالأصدقاء، وشخصية الفرد ونموه، وصفات جسده وبنيته الصحية وقدرته العقلية وحالته النفسية (**كمال الدسوقي، 1979: 44- 45**).

- **دراسة الباحث أندريسين (1982)**: أسفرت النتائج أن المراهقين أكثر عرضة لسوء التوافق والإضطرابات مقارنة بالبالغين.

فرضيات الدراسة:

في ضوء تساؤولات الدراسة وكذا المعطيات النظرية والبحوث السابقة تم صياغة الفرضيات التالية:

الفرضية الأولى: توجد علاقة إرتباطية بين الخجل والتوافق النفسي (الانفعالي، الجسمي، الصحي، الأسري والاجتماعي) لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي.

وتتفرع إلى فرضيات جزئية:

1- توجد علاقة إرتباطية بين الخجل والتوافق الانفعالي لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي.

2- توجد علاقة إرتباطية بين الخجل والتوافق الصحي لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي.

3- توجد علاقة إرتباطية بين الخجل والتوافق الأسري لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي.

4 - توجد علاقة إرتباطية بين الخجل والتوافق الاجتماعي لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي

منهج الدراسة وإجراءاتها:

تهدف دراستنا إلى الكشف عن العلاقة الإرتباطية بين الخجل والتوافق النفسي العام وأبعاده لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي لذا توجب

علينا الإعتماد على المنهج الوصفي التي يصف الحالة الراهنة بالنسبة للمراهقين المتمدرسين كما هو في الواقع.

عينة الدراسة: وتتحدد العينة الأصلية من جميع التلاميذ المراهقين المتمدرسين في السنة الأولى والثانية من التعليم الثانوي المقدرة ب 25800 تلميذ بولاية تيزي وزو وهي حصيلة كل الثانويات المتواجدة على مستوى ولاية تيزي وزو، كان عدد الذكور 153 وعدد الإناث 165 تتراوح أعمارهم ما بين 15 و18 سنة ،بحيث تم اختيارها بطريقة عشوائية طبقية ،قمنا بتوزيع 330 استمارة على المراهقين المتمدرسين في السنة الأولى والثانية من التعليم الثانوي بولاية تيزي وزو ،وبعدها تم الغاء 12 استمارة نتيجة عدم الإجابة على بعض البنود، وأبقت عينة دراستنا النهائية على 318مراهق متمدرس في التعليم الثانوي والتي هي حصيلة الثانويات الخمسة المتواجدة في نفس الولاية.

مقاييس الدراسة:

اعتمدت الباحثة في الدراسة الحالية على اختبار الخجل الذي أعده الباحث "حسين عبد العزيز الدريني "لقياس سمة من سمات الشخصية.

ويشمل هذا المقياس على تعليمتين الأولي التي تمثل الشكل من1 إلى 7 درجات والذي يعبر عن تقدير المراهق لدرجة شعوره بالخجل بنفسه. أما التعليمة الثانية فهي الخاصة ببنود المقياس. ويتكون هذا المقياس من (36) عبارة تتطلب تعليماته وصف ما يشعرون به بكل صدق (حسين عبد العزيز الدريني ،1980: 10).

وقامت الباحثة بحساب الخصائص السيكومترية لهذا المقياس على البيئة المحلية (الجزائرية) وتم حسابه بطريقة التجزئة النصفية، وقدر الثبات ب(0,87) أما الصدق قدر ب (0,93).

مقياس التوافق النفسي: اعتمدت الباحثة على مقياس التوافق النفسي لزينب محمود شقير، الذي يتكون من أربعة أبعاد التي تتمثل في التوافق الإنفعالي، التوافق الصحي، التوافق الأسري والتوافق الإجتماعي، بحيث يتكون المقياس من 80 عبارة، وكل بعد فرعي يتكون من 20 عبارة (زينب محمود شقير).

وتوصلت الدراسة التكيفية للباحثة بعد تطبيقها على البيئة المحلية (الجزائرية) بحيث قدر ثبات مقياس التوافق النفسي العام ب(0,99)، التوافق الشخصي (0,92)، الصحي (0,78)، الأسري (0,90)، والاجتماعي (0,75). أما صدق المقياس قدر ب التوافق النفسي العام (0,99)، التوافق الشخصي (0,95)، الصحي (0,88)، الأسري (0,94)، والاجتماعي (0,86).

إجراءات تطبيق الاداة:

تطبيق مقياس الخجل: بعد توزيع نسخ من مقياس الخجل على المراهقين المتمدرسين من السنة الاولي والثانية من التعليم الثانوي، بعدها قرأت الباحثة التعليمة وشرحت كيفية الإجابة.

تطبيق مقياس التوافق النفسي: تم توزيع عدد من النسخ من هذا المقياس علي نفس العينة، بحيث شرحت الباحثة كيفية الإجابة، وتم تقديم المقياس علي أساس وصف الذات، وأنه لا توجد إجابات صحيحة أو خاطئة، وإنما ما يشعر به في تلك اللحظة.

بحيث تم تطبيق المقاييس في أن واحد، أي بعد تطبيق مقياس الخجل مباشرة تطبيق مقياس التوافق النفسي.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

اعتمدنا في بحثنا هذا على معامل ارتباط برسون وذلك من أجل التحقق من فرضيات البحث، وذلك بحساب درجات الارتباط بين المتغيرين الخجل والتوافق النفسي وأبعاده، وإظهار الدلالة الإحصائية للعلاقة عند مستوى الدلالة α = 0.01.

1- 1- **التحقق من الفرضية الأساسية:** بعد حساب معامل الإرتباط " ر" بين الخجل والتوافق النفسي العام توصلنا إلى النتائج التالية:

الجدول رقم (01): يمثل الدلالة الإحصائية لعلاقة الخجل والتوافق النفسي لدى عينة البحث:

المتغيرات الإحصائية / الفرضية الأساسية الأولى	العينة	ر المحسوبة	مستوى الدلالة
توجد علاقة ارتباطية بين الخجل والتوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي	318	- 0.27	0.01

بعد المعالجة الاحصائية توصلنا إلى أن هناك علاقة ارتباطية سالبة بين الخجل والتوافق النفسي لدى المراهقين المتمدرسين في مرحلة التعليم الثانوي، حيث بلغت قيمة ر= - 0.27، وهذا الارتباط السالب منطقي معناه كلما ارتفع الخجل أدى إلى انخفاض مستوى التوافق النفسي لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي، وعليه يمكننا القول إن الخجل من بين الصعوبات والعوائق التي تمنع المراهق من تحقيق أهدافه وبالتالي يؤثر سلبا على توافقه النفسي أي عدم تحقيق التوازن مع ذاته والرضا عنها.

باعتبار الخجل مشكلة من المشاكل التي يعاني منها المراهق إذ يصبح أكثر حساسية من المراهق العادي، بحث يصب كل اهتماماته وتركيزه على الذات ومشاعر النقص إلى جانب الارتباك الذي يحدث له بحضور له بحضور الآخرين، وهذا يؤدي إلى انخفاض تقدير الذات للمراهقين، وهذا ما أكدته دراسة الباحث الدماطي أن هناك علاقة ارتباطية عكسية بين تقدير الذات والخجل. **(مايسة أحمد النيال، 1999: 41)**

كما أن الخجل من بين العوامل النفسية التي تؤثر سلبا على قدرة المراهق المتمدرس على التكيف الجيد مع الآخرين، وبالتالي يفشل المراهق في مواجهة المشاكل والعقوبات التي تعترضه لإشباع رغباته، وتحقيق التوازن مع الذات، ومن بين الدراسات اتلتي تتفق مع النتائج التي توصلنا إليها نجد دراسة الباحث السيد السمادوني (1994) الذي يشير إلى أن الخجل من الصفات النفسية الاجتماعية غير المرغوب فيها حيث أنه يرتبط بمشكلات التوافق النفسي والاجتماعي، ويسيطر على قدرات الفرد ومشاعره وأحاسيسه منذ الطفولة فتشتت طاقته الانتاجية والابداعية، ويحد من سلوكه وتصرفاته في المواقف الاجتماعية. (**حسين علي فايد، محمود السيد أبو النيل، 2001: 11- 12**).

فالمراهق المتوافق نفسيا هو الذي يشبع دوافعه وإرضائها بدرجة تسمح له بالإحساس بالراحة النفسية، نتيجة تحرره من التوتر الذي قد يعتريه حينما يحاول الوصول إلى تحقيق الأهداف وبالتالي تحقيق التوازن بين دوافعه المتصارعة ومع النفس، وهذا ما توصلت إليه دراسة الباحث "صالح مرجاب" (1984) أن هناك علاقة موجبة ودالة إحصائيا بين التوافق النفسي العام ومستوى الطموح لدى المراهق والمراهقات، كما أوضحت ايضا أن هناك علاقة موجبة بين أبعاد التوافق النفسي (المنزلي، الصحي، الاجتماعي والانفعالي) ومستوى الطموح. (**محمود السيد أبو النيل، 1984، 274**).

إلا أن الخجل يكون عائقا لتحقيق التوافق النفسي للمراهقين والمراهقات نتيجة العزلة والانطواء عن النفس، وعدم مخالطة الآخرين، وتجنب الحديث امام الزملاء أو المعلم إذ نجد إذا سأله المعلم يظهر عليه الإرتعاش واحمرار الوجه، برودة الأطراف، وكذلك جفاف الحلق وهذا خوفا من التقييم السلبي من طرف الأستاذ، أو السخرية من طرف الزملاءفي القسم، وهذا يؤدي إلى انخفاض مستوى التوافق النفسي لدى المراهقين، وهذا ما أشار إليه الباحث طه عبد العظيم حسن بقوله أن هناك دراسات تناولت تحديد النتائج السلبية المرتبطة بالخجل، وأسفرت نتائجها عن أن الخجل له نتائج سلبية كثيرة على المدى

الطويل على كثير من المتغيرات مثل مفهومه الذات وتقديرها وعلى مستوى وأبعاد التوافق النفسي المختلفة. (طه عبد العظيم حسين، 2009: 27)

فالمراهق الخجول يكون أكثر حساسية وأكثر عصبية نتيجة شعوره بدرجة مرتفعة من الخجل، مما يجعله يميل إلى العزلة أو الشعور بالدونية والوحدة النفسية مع النفس، بحيث اتفقت دراسة الباحث باس (bass) (1984) مع النتائج التي توصل إليها من خلال البحث أن الشخص الخجول الذي لديه إحساس بالوحدة يعاني من مشكلات ترتبط بالتوافق الشخصي. (حسين علي فايد، محمود السيد أبو النيل، 2001: 13)

لذا يمكننا القول الشيء الذي يمنع من تحقيق مستوى عالي من التوافق النفسي لدى المراهقين والمراهقات هو وجود سمة الخجل العالية لديهم، وعليه نقول إن الفرضية تحققت.

- **التحقق من الفرضية الجزئية الأولى:**

بعد حساب معامل الارتباط برسون بين الخجل والتوافق الشخصي الانفعالي لدى المراهقين المتمدرسين في التعليم الثانوي توصلنا إلى النتائج التالية:

الجدول رقم (02): يمثل الدلالة الإحصائية لعلاقة الخجل والتوافق الشخصي الانفعالي لدى عينة البحث:

المتغيرات الإحصائية الفرضية الجزئية الأولى	العينة	ر المحسوبة	مستوى الدلالة
توجد علاقة بين الخجل والتوافق الشخصي الانفعالي لدى المراهقين المتمدرسين في مرحلة التعليم الثانوي	318	- 0.24	0.01

بعد المعالجة الإحصائية توصلنا إلى أن هناك علاقة ارتباطية سالبة بين الخجل والتوافق الشخصي الانفعالي لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي

حيث بلغت قيمة ر=- 0.24 وهذا الارتباط السالب منطقي، وهنا يعني أنه كلما ارتفع الخجل لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي انخفض مستوى التوافق الشخصي الانفعالي وهو ارتباط دال عند مستوى الدلالة 0.01، وعليه يمكننا القول إن المراهق المتمدرس الخجول ينخفض لديه التوافق الشخصي الانفعالي، مما يخلق له عدة مشكلات منها الغضب والخوف والقلق الشديد خاصة عندما يكونون في موقف اجتماعي فيظهرون الأعراض التالية وهي الخوف واحمرار الوجه والارتعاش، ارتفاع معدل ضربات القلب، جفاف الفم والحلق، تصبب العرق، والشعوربالبرودة والأعراض في الأطراف، وهذا بسبب الخوف من التقييم السلبي من طرف الأخرين سواء في محيطه الاجتماعي، أو المحيط المدرسي بصفة خاصة، وهذا يؤدي بالمراهق الخجول إلى إيجاد صعوبات كثيرة في التكيف.

فالمراهق الخجول يعاني من القلق المستمر، وهذا نتيجة من مراقبته المفرط لذاته مما يكون لديه الحساسية الزائدة، والشعور بالدونية لإحساسه بالنقص عن الآخرين وإحساسه بالوحدة النفسية.

إذ يعد الشعور بالوحدة النفسية من المتغيرات النفسية وثيقة الصلة بظاهرة الخجل، فهناك خصائص نفسية وسلوكية مشتركة بينهما، يتصدرهما تجنب التفاعل والاحتكاك مع الآخرين، فضلا عن انخفاض كل من التوكيدي وتقدير الذات، ولا تنحصر هذه الخصائص المشتركة في الجوانب السلوكية، ولكنها تتضمن أيضا جونب معرفية كاحيرة في كيفية التصرف نحو الآخرين إلى جانب الشعور بالارتباك وضعف القدرة على الاسترخاء.

والشعور بعدم الأهمية. **(مايسة أحمد النيال، 199: 40)**

وهذا ما أكدته دراسة الباحث راسيل وآخرون إلى أن الارتباط بين الشعور بالوحدة والخجل يرجع إلى أن كليهما ينتج عن عن انخفاض في تقدير الذات، كما أن كل منهما مرتبط بعدم الملائمة. **(زهران، 1994: 33).**

كما أن المراهق الخجول نجده يميل إلى العزلة والانطواء ويظهر ذلك من خلال اختياره الأماكن الأخيرة في الصف، فنجده لا يشارك في القسم، ولا يستفسر عن نقطة لم يفهمها في شرح المعلم، لكن هناك جوانب إيجابية إذ يؤدي واجباته المدرسية بدون تقصير، وليس حبا للمعلم ولكن خوفا من المواجهة مع المعلم، أو خوفا من أن يوبخه أمام زملائه عن أسباب عدم حل الواجب، وهذا ما أشار إليه الباحث "طه عبد العظيم حسين" في أن المراهق الخجول يتميز بعدة سلوكات والتي تتمثل في الانطواء والانزواء، أحلام اليقظة الحساسية الشديدة وعدم الثقة بالنفس والخوف من التقييم السلبي له من الآخرين والخوف من المشاركة في النشاطالصفي في المدرسة خوفا من ارتكاب الأخطاء تعرضه للنقد ولخوفه من تقييمهم السلبي له، واعتقاده أن الآخرين سينقدونه ويفكرون فيه على نحو سلبي مما ينعكس على توافقه الانفعالي (**طه عبد العظيم حسين، 2009: 31**) وبالتالي يمكننا القول أن الفرضية تحققت.

2- 1- 2- التحقيق من الفرضية الجزئية الثانية:

بعد حساب معامل الارتباط برسون بين الخجل والتوافق الصحي لدى المراهقين المتمدرسين في التعليم الثانوي توصلنا إلى النتائج التالية:

الجدول رقم 03): يمثل الدلالة الإحصائية لعلاقة الخجل والتوافق الصحي لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي:

المتغيرات الإحصائية / الفرضية الجزئية الثانية	العينة	ر المحسوبة	مستوى الدلالة
توجد علاقة إرتباطية بين الخجل والتوافق الصحى لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي	318	- 0.18	0.01

من خلال النتائج التي توصلنا إليها بعد المعالجة الإحصائية والتي تتمثل في أن هناك علاقة لرتباطية سالبة بين الخجل والتوافق الصحي لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي حيث بلغت قيمة ر = - 0.18 وهذا الارتباط السالب منطقي وهذا معناه كلما ارتفع الخجل لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي انخفض مستوى التوافق الصحي، وهو راتباط عند مستوى الدلالة 0.01، راجع إلى النقص الجسماني الذي يعاني منه المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي والتي تؤثر سلبا على الحالة النفسية والانفعالية، مما يخلق له عدة مشكلات انفعالية من بينها الخجل، وهذا بطبيعة الحال يخلق عدة اضطرابات نفسية تؤثر على توافقه السليم بصفة عامة والتوافق النفسي بصفة خاصة.

إن شعور المراهق المتمدرس بالنقص الذي يعد من أقوى مسببات الخجل، ويتولى هذا الشعور بسبب وجود عاهات جسمية لديه كالأعرج، ضخامة الجسم، ضعف السمع أو البصر، قصر القامة أو طوله الشديد، ذمامة الوجه وقد تعود مشاعر النقص عنده نتيجة عدم الاهتمام به من طرف المحيطين به وهم التلاميذ والأستاذة، فهذا الأخير لا يراعي الحالة النفسية التي يعيشها المراهق المتمدرس نتيجة هذا النقص، إذ في الحالات كثيرة يوبخ الأستاذ أو المعلم هذه الفئة دون الأخذ بعين الاعتبار ما يعانيه المراهق المتمدرس في نفسيته نتيجة هذا النقص، وبالتالي يجعل زملائه في القسم يضحكون أو تكون إشارة منهم بطريقة سلبية على حالته النفسية وهذا يؤدي إلى الانطواء على نفسه وعدم الاهتمام بالدراسة ولهذا حتما تأثير على تحصيله الدراسي وفي بعض الحالات تؤدي إلى التأخر الدراسي والرسوب الدراسي، كما أن هذه الماعناة التي يعاني منها المراهق المتمدرس تؤثر بطريقة سلبية على توافقه النفسي الصحي.

إذ يمكننا القول بأنه يؤدي إلى انخفاض التوافق الصحي أو إلى سوءه في بعض الحالات، وهذا يجعله لا يهتم بدراسته كثيرا كونه يصب اهتمامه حول رأي الآخرين عنه وخوفه من التقييم السلبي له، وبالتالي يتعرض المراهق المتمدرس إلى مشاكل وصعوبات تجعله يشعر بعدم الراحة والاستقرار التي تنعكس على تحصيله الدراسي، كما يجعله أيضا بالشعور بعدم الثقة بالنفس

وانخفاض تقدير الذات لديه، وهذا ما أكته دراسات الباحث الدماطي التي أجراها حول علاقة الخجل بالسلوك التوكيدي وتقدير الذات لدى الطلبة الجامعيين والتي توصلت إلى أن هناك علاقة ارتباطية عكسية بين تقدير الذات والخجل، كما توصلت بعض الدراسات السابقة إلى أن هناك علاقة ارتباطية بين الخجل وتقدير الذات المنخفض (**مايسة أحمد النيال، 1999، 41**)

وعليه يكمننا القول أن الفرضية الجزئية الثانية التي مفادها أن هناك علاقة ارتباطية بين الخجل والتوافق الصحي لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي قد تحققت.

2- 1- 3- **التحقق من الفرضية الجزئية الثانية:** أسفر الحساب معامل ارتباط برسون بين الخجل والتواتفق الأسري لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي على النتائج التالية:

جدول رقم (04): يمثل الدلالة الإحصائية لعلاقة الخجل والتوافق الأسري لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي.

المتغيرات الإحصائية / الفرضية الثالثة	العينة	ر المحسوبة	مستوى الدلالة
توجد علاقة ارتباطية بين الخجل والتوافق الأسرى لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي.	318	- 0.13	0.05

يتضح من خلال عرض النتائج الفرضية الجزئية الثالثة الموضح في الجدول رقم (27) والتي مفادها توجد علاقة ارتباطية بين الخجل والتوافق الأسري لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي، فقد أسفرت النتائج على وجود علاقة ارتباطية سالبة وضعيفة بين الخجل والتوافق الأسري حيث بلغت قيمة ر = - 0.13، وهذا يعني أنه في مرحلة التعليم الثانوي أدى إلى انخفاض التوافق

الأسري، وهو ارتباط دال عند مستوى الدلالة 0.05 وعليه يمكننا القول بأنه ساهم مساهمة فعالة في نمو النفسي للمراهق المتمدرس الذي يعيش في أسرة يكون فيها على علاقات جيدة وودية مع أسرته، وكذلك يشعر بانها تحبد وتقدره، وتعتمد الأرسة (الوالدين) في التعامل معه بأساليب جيدة وإيجابية تساعد ذلك المراهق بالإحساس بالأمن والاحترام بين أرفاد أسرته، فهذه المعاملة تساعد المراهق المتمدرس أن يحقق التوافق الأسري.

وفي حالة إذا كانت الأسرة أو العائلة تكون مضطرته ولكن يكون العكس إذا كان الجو الأسري يغلب عليه التوتر والصراعات داخل الأسرة فإنه يكون سببا مباشرا في ظهور العديد من المشكلات النفسية ومنها الخجل، حيث شعر المراهق بالإحساس بعدم الأمن ونقص الثقة بالذات من خلال تعرضه للمواقف الاجتماعية أمام الآخرين.

وفي حالة اعتماد الوالدين على أساليب خاطئة في معاملة المراهقين والتي تتسم بالعقاب والقسوم والاعتماد على أسلوب التهديد في معاملته، فكل هذه الأساليب تدفع المراهقين وتعزز لديهم الإحساس بالعجز والدونية، كما تولد لديهم مشاعر التردد وفقدان الثقة بالنفس وسوء التوافق النفسي.

وهذا يدفعه إلى الانطواء والخجل وعدم التكيف مع متطلبات الحياة، ويؤدي ذلك إلى ما ذكره الباحث روك () بأن أسلوب رفض الآباء الأبناء وإهمالهم وجعلهم غير مساندين لهم يجعل الأبناء المراهقين مستهدفين لحيز الشعور بالخجل والوحدة والانطواء على نفسه **(نيفين محمد زهران، 1994: 51)**

كما ان معاملة الوالدين خاصة الأب يضيق ذرعا بتصرفات أبنائه المراهقين والذي يرى في سلوكاتهم تمردا، فالأب بحاجة أن يفهم خصائص مرحلة المراهقة وأنها فترة حساسة جدا وانفعالية، وأن يعرف أن إحدى سماتها البارزة محاولة الاستقلال التدرلايجي عن المنزل أولا وعن الأبوين ثانيا، كما انه بحاجة ماسة أن يعرف دقة هذه المرحلة التي يجتازها أبناؤه، وعلى أن يلجأ إلى أساليب إيجابية في معاملة المراهق وأن تتسم هذه المعاملة بالتسامح فيما يبديه المراهق من

بعض أنواع السلوك المتطرف في سعيهم نحو الاستقلال إذا أنهم في الواقع يجرون قدراتهم النامية، وعهلى هذا فلا يجب أن يأخذ الأب مثل هذا السلوك على أنه لحد أو تمرد أو عدم احترام لرأيه، فالسعي إلى الإستقلال الذاتي كثيرا ما يؤدي إلى تنشئة اجتماعية سوية وتكون خالية من المشاكل مع الوالدين، وهذا ما أكده الباحث "توما جورج خوري" إلى أن من حق الأسرة الاشراف على المراهق وتوجيهه وممارسة سلطتها بعدل واحترام، واللجوء لمصادقته بصدر رحب وإشعاره بالعطف والاهتمام، مما يجعله مواطنا صالحا يستطيع مواجهة مشكلاته وحلها عن طريق الحوار والإيجابية والمنطق (توما جورج خوري، 2000: 118)

وعليه يمكننا القول أن الأسرة هي المسؤولة في ظهور بعض المشكلات النفسية منها الخجل من خلال إعتمادها على اساليب خاطئة التي تتمثل في التدليل الزائد الذي ينمو مع المراهق منذ طفولته، وأسلوب القسوة والعقاب في تربية أبنائهم المراهقين، لذا تلعب الأسرة دورا هام في حل المشكلة، الخجل من خلال التقرب إلى أبنائهم المراهقين، وفهم مشاكلهم ومشاركة همومهم كل المشاكل والصعوبات التي يتعرضون إليها، وعليه فإن على الوالدين اتباع أساليب إيجابية تتسم بالود والتفاهم والحي في معاملة أبنائهم، والتي تساهم في تحقيق الفرضية، فيمكننا القول أن الفرضية الجزئية الثالثة قد تحققت.

2- 1- 4- **التحقق من الفرضية الجزئية الرابعة:** بعد المعالجة الإحصائية لمعامل ارتباط برسون بين الخجل والتوافق الاجتماعي للمراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي توصلنا إلى النتائج التالية:

الجدول رقم (05) يمثل الدلالة الإحصائية لعلاقة الخجل والتوافق الاجتماعي للمراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي:

المتغيرات الإحصائية / الفرضية الرابعة	العينة	ر المحسوبة	مستوى الدلالة
توجد علاقة ارتباطية بين الخجل والتوافق الاجتماعي لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي.	318	- 0.25	0.01

يتضح من عرض نتائج الفرضية الجزئية الرابعة كما هي موضحة في الجدول رقم (05) ولقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الخجل والتوافق الاجتماعي لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي حيث بلغت قيمة ر = 0- 0.25 والذي يعني كلما ارتفع الخجل لدى المراهق المتمدرس في مرحلة التعليم الثانوي انخفض التوافق الاجتماعي وعليه يمكننا القول أن الخجل من بين العوامل التي تكون عائقا في تحقيق التوافق الاجتماعي للمراهق المتمدرس، ويتحقق ذلك من خلال إقامة علاقات جيدة مع زملائه في المدرسة وكذلك مع معلمه وكل المحيطين به، وأن يعتمد أيضا على التعاون والمشاركة عند تفاعله مع الآخرين، فمثلا النشاطات المدرسية تتطلب التعاون والمشاركة الجماعية إذن، فالتوافق هو القدرة المراهق على التفاعل مع الهدف الذي يسعى إلى تحقيقه في الوقت الذي يستطيع فيه أن يقوم بعلاقات منسجمة وسوية مع الظروف والمواقف الاجتماعية إلا أن تتعرضه صعوبات وعقبات في بيئته تمنعه من تحقيق إرضاء حاجاته في نطاق المجتمع الذي يعيش فيه، لذا يسعى لتحقيق التوافق السليم وذلك بالإعتماد على أساليب إيجابية للتغلب عل هذه العقبات والمشاكل التي تعترضه

وذلك من أجل اشباع حاجاته، وإرضاء دوافعه من أجل التحقق من توازنه والتوافق مع بيئته/، إلا أن هناك ما يعترض إلى الوصول إلى الهدف، ومنها معاناة المراهقين من مشاكل نفسية أو انفعالية ومنها الخجل، فالمراهق م الذي يعاني من مشكلة الخجل نجده لا ينجح في إقامة علاقات مع الآخرين أي المحيطين به أو مصاحبتهم، إذ يميل إلى العزلة والإنطواء عن نفسه وهذا ما أكدته دراسة كين مع آخرين (1992) إلى وجود ارتباط جوهري وسالب بين الخجل وتقبل الرفاق والاندماج معهم **(مايسة أحمد النيال، 1999: 40)**

وأسفرت النتائج أن الأشخاص الذي لديهم درجة مرتفعة من الشعور بالوحدة يتميزون بعجزهم عن تكوين علاقات اجتماعية جديدة، وضعف مهارات الابقاء على هذه العلاقات، كما أن عدم كفاءة المهارات الاجتماعية والسلبية الواضحة يرتبطان ويؤثران في حدوث الشعور بالوحدة **(محمد السيد عبد الرحمن، 1998: 101)**

باعتبار البيئة الاجتماعية المدرسية أكثر اتساعا من البيئة المنزلية وأسرع تأثيرا واستجابة للتطورات الجديدة، ولذا على المدرسة أن توفر جميع الامكانيات والظروف التي تساعد المراهقين المتمدرسين على التكيف السليم من أجل راحتهم خاصة داخل القسم إذا يكون المعلم أو الأستاذ قدوة للتلاميذ وعليه أن يتصف بصفات جيدة وهذا ما أكدته دراسة أندرسون وبرور على أن أهم الصفات الضرورية للمدرس الناجح في علاقاته الاجتماعية هي استمتاعه بمهمته وحبه لها ولتلاميذه ومقدرته على خلق جو من الصداقة حوله، ومواجهته لمشاكله ومشاكل تلاميذه باطمئنان وهدوء، وقدرته على رؤية هذه المشاكل بالطريقة التي يراها المراهقون، وبالصورة التي يتأثرون بها ورصانته واتزانه واتصاله المباشر بتلاميذه **(فؤاد البهي السيد، 1998: 287)**

وهذا يساعد على إحداث التوازن بين رغباتهم وبين مطالب مجتمعهم، وينعكس إيجابيا على التحصيل الدراسي، وعليه يمكننا القول إن الفرضية الجزئية الرابعة قد تحققت.

قائمة المراجع:

1- توما جورج خوري (2000): **سيكولوجية النمو عند الطفل والمراهق**، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع، بيروت.

2- حامد عبد السلام زهران (1995): **التوجيه والإرشاد النفسي**، عالم الكتب، القاهرة، الطبعة الثانية

3- طه عبد العظيم حسين (2009): **استراتيجيات إدارة الخجل والقلق الاجتماعي**، الطبعة الأولى، دار النشر الفكر ناشرون وموزعون.

4- عبد الغني الديدي (1995): **التحليل النفسي للمراهقة**، دار الفكر اللبناني، الطبعة الأولى.

5- فؤاد البهي السيد (1998): **الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة**، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.

6- مايسة أحمد النيال، مدحت عبد الحميد أبو زيد (1999): **الخجل وبعض الأبعاد الشخصية، دراسة مقارنة في ضوء عوامل الجنس، العمر الثقافية**، دار المعرفة الجامعية، الأزاريطة.

7- محمد السيد أبو النيال (1984): **علم النفس الاجتماعي**، دار النهضة العربية، بيروت.

8- محمد السيد عبد الرحمن (1998): دراسات في **الصحة النفسية المهاراتالاجتماعية، الاستقلال النفسي، الهوية**، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، مصر، الجزء الثاني.

9- مدحت عبد الحميد عبد اللطيف (1990): **الصحة النفسية والتفوق الدراسي**، دار النهضة العربية للطباعة والنشر.

10- مصطفى غالب (1995): **نقطة ضعف في سبيل موسوعة نفسية**، ع19، بيروت، دار ومكتبة الهلال.

11- حسين عبد العزيز الدريني (1980): **مقياس الخجل**، جامعة الأزهر، كلية التربية، بدون طبعة.

12- زينب محمود شقير (2003): **مقياس التوافق النفسي**، توزيع مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، الطبعة الأولى.