الخجل وعلاقته بوجهة الضبط

لدى عينة من طلاب كلية التربية وكلية الطب بجامعة الباحة

د/ عبد الوهاب بن مشرب أنديجاني

قسم التربية وعلم النفس

جامعة الباحة المملكة العربية السعودية

الملخص :

سعت الدراسة الحالية إلى التعرف على(العلاقة بين الخجل و بوجهة الضبط لدى عينة من طلاب كلية التربية وكلية الطب بجامعة الباحة)، وتكونت العينة من طلاب كلية التربية وعددهم(١٦٦) طالبا، و(٤٩)طالبا من طلاب كلية الطب، وقد اعد الباحث مقياس للتعرف على درجة الخجل لدى عينة الدراسة، وتم التحقق من صدق وثبات المقياس بالطرق العلمية الملائمة، كما استخدم الباحث في دراسته مقياس روتر للضبط الداخلي - الخارجي وتم تعريبه واستخدامه من قبل جرادات(١٩٩٢م) من جامعة النجاح الوطنية كذلك استخرج صدق وثبات المقياس، كما استخدم في الدراسة الحالية الأساليب الإحصائية من المتوسطات الحسابية، والانحرافات المعيارية، ومعامل الارتباط، واختبار (ت)، وتوصلت الدراسة إلى :

- وجود علاقة ارتباطيه دالة عند (٠,٠١)(❖❖٠.٢٣٦) بين الخجل و وجهة الضبط لدى عينة الدراسة.
- درجة الخجل لدى عينة الدراسة عموما كانت متوسطة(٢,٢٩)، فكانت بالنسبة لطلاب كلية التربية فكانت (٢,٣٠) بالنسبة لطلاب كلية الطب فكانت أيضا (٢,٢٩).
- توصلت الدراسة إلى وجود اختلاف في وجهة الضبط لدي العينة بناء على نوع الكلية فهي داخلية لدى طلاب كلية الطب، كذلك وجود اختلاف في وجهة الضبط بناء على المنطقة التي يعيش فيها فكانت داخليا للطلاب القادمين من المناطق الخارجية، كذلك الطلاب الذين كانت تنشئتهم مع والديهم كانت نسبة وجهة الضبط الداخلي لديهم اقل ممن كانت تنشئتهم بعيدا عن والديهم.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الكليتين(التربية،الطب) على مقياس الخجل.
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند(٠,٠٥) على مقياس وجهة الضبط لصالح الطلاب القادمين من خارج المنطقة .

- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين في (من نشاء بين والدية) و(من نشاء بعيدا عن والديه) .

الكلمات المفتاحية : الخجل، وجهة الضبط.

Abstract:

The study aimed to identify the relationship between the (shyness and destination settings) in a sample of students of the Faculty of Education and the number (166) students, and a sample of the Faculty of Medicine and the number (49) students Baha University, has been prepared by the researcher scale to identify the degree of shame with the study sample, it was verified validity and reliability of the scale appropriate scientific means, as the researcher used in his study Rutter scale to adjust the external Aldakhali-Arabization Jaradat (1992) and the current researcher to verify the sincerity and persistence, has also been used a number of statistical methods such as averages, standard deviations, and correlation coefficient, and test (c) In the current study, which concluded:

- The presence of a statistically significant link when (0.01) (** 236.0) between shame and destination settings.
- The degree of shame with the students of the Faculty of Education was (2.30) As for the students of the Faculty of Medicine was (2.29).
- There is a difference in the point of setting I have a sample based on the type of college, they are internal to the students of the Faculty of Medicine, as well as a difference in the point of setting based on the region in which they live was internally for students coming from the outer regions, as well as students who were to raise them with their parents the percentage point internal control have been less of those who raise them away from their parents.
- The lack of Daalh statistically significant differences between the kidneys (education, medicine) shyness scale.
- The presence of Daalh statistical differences at (0.05) at the point of adjustment in favor of students coming from outside the region scale.
- The lack of Daalh statistically significant differences between the two groups in (who grew up between his parents (f) of grew away from his parents).

Key words: shame, his face settings

مقدمة :

يعتبر التواصل اللفظي أو غير اللفظي بين الأفراد من أهم السمات التي تميزهم، فمن خلاله يتمكن الفرد أن يعبر عن نفسه ومشاعر وأفكاره وأن يوصلها للآخرين بالشكل التي يرى أنها مناسبة، بيد أنه قد تأتي مواقف وحالات لا يستطيع الفرد أن يقوم بذلك على الوجه المطلوب، وذلك لأسباب وظروف خارجة عن سيطرته، أو لأسباب داخل الفرد نفسه تمنعه عن الإفصاح بما يريده، كأن يتصف الفرد بالقلق، أو الرهاب الاجتماعي، أو قلة الثقة بالنفس، أو بسبب شعور الفرد بالخجل.

تعرف حنان زيدان الخجل(٢٠٠١، ٣٠١) بأنه رزمة من الأعراض الايجابية والسلبية تتفاعل مع بعضها داخل الشخصية وتوجهها إلى توجهات يفضلها الفرد كالمحافظة على الذات خلال تفاعله مع الآخرين ومشاركته في العديد من المواقف الأدائية والمظاهر الانفعالية والوجدانية والخوف من التقييم السلبي لها الذي يؤدي إلى الصمت والانسحاب والحساسية الزائدة من ردود الأفعال.

ويعرف إبراهيم(٢٠١٣، ١٤٨) الخجل بأنه:ظاهرة فسيولوجية لها رد فعل فسيولوجي مثل احمرار الوجه وارتجاف اليدين واللجلجة في الكلام.

وتفسر بعض النظريات الخجل فالنظرية السلوكية ترى أن الخجل بأنه سلوك متعلم مثله مثل معظم سلوك الإنسان متعلم فالفرد يتعلم السلوك المتوافق والسلوك غير المتوافق من الأسرة والمجتمع، فهو يتعلم الإقدام والشجاعة كذلك يتعلم سلوك الخجل الذي يراه في بيئته المحيطة به من أسرة، ومدرسة ،ومجتمع(زهران،٢٠٠٥).

إن وجهة الضبط الداخلي -الخارجي ومنذ ظهوره من نظرية التعلم الاجتماعي لروتر ١٩٥٤ - ١٩٦٦ وهي تمدنا بنتائج تساعدنا على دقة التنبؤ بالسلوك الإنساني في المواقف الطبيعية الاجتماعية أبو ناهية، (١٩٨٩،٥٩).وللبيئة دور كبير في عملية اكتساب هذه الآلية في تكوين وجهة

الضبط فظروف بيئية بعينها قد تدفع بالأطفال إلى تنمية مصدر داخلي من خلال إعطائهم فرص مختلفة لتحمل المسؤولية فالخريطة واضحة لدى هؤلاء الأطفال، أما إذا كانت الظروف البيئة غير واضحة وغير مستقر حيث تتصف بالتذبذب فتارة يتحمل المسؤولية وتارة تلقى الأسباب إلى الغير هنا يتبنى الطفل وجهة الضبط الخارجية.(أبو هدية، ١٩٩٤، ٨٣)

وقد عرف القيسي(٢٠١٠) مركز الضبط الداخلي بأنه: تكوين فرضي يؤمن فيه الفرد بأنه يتحكم إلى حد كبير في نصيبه وقدره. بينما مركز الضبط الخارجي هو: تكوين فرضي يدفع الفرد إلى الاعتقاد بوجود قوة خارجية تسيطر على حياته ومصيره ونجاحه وفشله.

وتفسر التحليلية وجهة الضبط على مدى قدرة الأنا على إيجاد التوازن بين متطلبات الشخصية، وتذكر مجدة محمد(٢٠٠٢، ٣٩٤)، بينما ترى نظرية التعلم الاجتماعي أن وجهة الضبط سلوك متعلم من خلال البيئة المحيط بالفرد، الديب، وخليفة، (٢٠١٣، ١٣٠).

وللدارسة الحالية في أهمية في إظهار علاقة الخجل بوجهة الضبط لدى عينة من طلاب كلية التربية وكلية الطب بجامعة الباحة، كذلك في بناء مقياس الخجل للشباب "الطلاب الجامعيين"، وتقنين مقياس وجهة الضبط على البيئة السعودية وعلى منطقة الباحة على وجهة التحديد،

وبالنظر إلى مجموعة من الدراسات السابقة التي أتيحت للباحث عن الخجل يمكن القول أنها تناولت الخجل وعلاقتها ببعض المتغيرات المختلفة عن الدراسة الحالية مثل دراسة (السمادوني،د:ت)، الخجل وبعض السمات الشخصية، الخجل وعلاقته بمجاراة الأصدقاء(المحارب، ١٩٩٤)،دور المعلم في ظهور الخجل لدى التلاميذ((Arbeau,Coplan & Weeks,2010) ،الخجل وتقدير الذات(شعبان، ١٤٣١) وغيرها من الدراسات.

كذلك الدراسات التي تناولت متغير وجهة الضبط فقد تناولت الموضوعات مع متغيرات مختلفة دراسة الحكمي(٢٠٠٤) حيث تناولت التخصص

الدراسي ووجهة الضبط، وإسعاد البنا(٢٠٠٦) وجهة الضبط و الدافع للإنجاز، ودراسة(Harsh,2008) الكفاءة الذاتية واتجاه الضبط.

ومن خلال هذا العرض للدراسات السابقة يلاحظ عدم توفر دراسة تناولت متغير الخجل مع متغير وجهة الضبط وذلك في حدود بحث وعلم الباحث سواء على البيئة المحلية، العربية. ومن هنا تحاول الدراسة الحالية التعرف على نوع العلاقة بين الخجل ووجهة الضبط الداخلي الخارجي ومتغير التخصص لطلاب الجامعة.

إن إهمال تناول مثل هذه الدراسات يعني ترك المجال للتغيرات تزداد بين أفراد المجتمع وارتفاع نسبة الإصابة به وبالتالي معاناة المجتمع وتعرضه لفقدان مقدرات أبنائه والذي هو مقدرات الوطن .

مشكلة الدراسة:

يعتبر الخجل من العوامل المؤثرة سلبا على تكيف الإنسان وسعادته فهو سبب لحدوث الاضطرابات النفسية والاجتماعية،كما أنه ناتج عن اضطرابات نفسية واجتماعية وأسرية، فالخجل عنصر مشترك في ذلك فهو مثير لبعض الاضطرابات واستجابة لمواقف اجتماعية وتربوية وهذا ما أشارت له(مايسه النيال، و أبو زيد،١٠،١٩٩٩) حيث قالا بأن الخجل مشكلة في حد ذاته كما أنه يتسبب في مشكلات نفسية أخرى. وتضيف كل من (أميرة الدليمي،و أحلام العزي ،٢٠١١م ،١٣٦) بأن الخجل من الاضطرابات التي قد تظهر في أي مرحلة عمرية سواء في الطفولة أو حتى سن الرشد ولكن تختلف في الدرجة، فليس له عمر محدد كبعض الاضطرابات الأخرى. ويذكر كل من حلاوة، والمنسي، و جابر،(٢٥٦،٢٠١٣)بأن الخجل يمكن أن يتسبب في شل مواهب وقدرات الفرد وتجعل سلوكه الاجتماعي ضئيل الإنتاج ضعيف الأثر، وهذا السلوك فيه من الأضرار الشيء الكثير حيث يؤدي بصاحبه إلى الانسحاب، والقلق، وضياع العبارات والكلمات و التلعثم وغير،ويزداد الأمر سوء إذا كان ذلك مع أفراد يتطلب منهم

الاختلاط والتعامل مع أفراد آخرين كالمعلمين، والأطباء وغيرهم،حيث ويتوجب عليهم توضيح كلامهم وترتيب أفكارهم والقدرة والشجاعة على تصحيح الأخطاء، بيد أن الباحث لاحظ وجوده بعض أعراض الخجل لدى العديد من طلاب كلية التربية من خلال عمله عضو هيئة تدريس في كلية، حيث لاحظ ظهور أعراض مختلفة من أعراض الخجل كانخفاض الصوت، التردد، جفاف الحلق، القلق،والتلعثم، وغيرها من الأعراض.ومن هنا يمكن تحديد مشكلة الدراسة في ما يلي: هل هناك علاقة بين الخجل و وجهة الضبط لدى عينة الدراسة الحالية؟ويتفرع منه الأسئلة التالية:

١. ما درجة الخجل لدى عينة الدراسة؟
٢. ما وجهة الضبط السائدة لدى أفراد عينة الدراسة؟
٣. هل توجد علاقة بين الخجل وبين وجهة الضبط لدى عينة الدراسة؟
٤. هل توجد فروق في مستوى الخجل، ووجهة الضبط لدى عينة الدراسة تعزى، لنوع الكلية (كلية التربية \ الطب)؟
٥. هل توجد فروق في مستوى الخجل، ووجهة الضبط لدى عينة الدراسة تعزى لمنطقة سكن الطالب؟
٦. هل توجد فروق في مستوى الخجل، ووجهة الضبط لدى عينة الدراسة تعزى لطبيعة التنشئة؟

أهمية الدراسة:

إن طلاب كلية التربية وطلاب كلية الطب لهم علاقة مباشرة بالأفراد سواء كانوا طلاب أو أوليا أمور، أو مراجعين ومرضى فهم بذلك يحتاجون إلى ثقة بالنفس أكثر من الذين لا يتعاملون مع الأفراد فهم يحتاجون إلى قدرة وشجاعة في التعبير والتوضيح للمواقف المختلفة وفي توصيل أفكارهم للآخرين، فطالب كلية التربية سيكون معلم أو مدير يعمل في قطاع التربية والتعليم وهو قطاع مليئة بالاحتكاك مع أفراد مختلفين في ثقافتهم وأرائهم وشخصياتهم فهو بحاجة إلى الجرة والشجاعة لشرح دروسه وتوضيحها أمام طلابه كما لابد بأن

يكون واثقا من نفسه أمامهم وأمام أوليا أمورهم، والأمر لا يختلف كثير في حالة طلاب كلية الطب فهم سيقابلون أفراد مختلفون في طباعهم وسلوكهم وشكواهم، فكان لزاما أن يتصف بالثقة بالنفس والشجاعة عند التشخيص واتخاذ القرار من تلقاء نفسه وباعتماده على ما تعلمه فليس هناك وقت لكي يأخذ رأي طبيب أخر في كل حالة يراها.

-الأهمية النظرية:

وتظهر أهمية الدراسة الحالية في متغيراتها فهي تدرس نمطين من أنماط الشخصية والتي لهما تأثير قوي على سلوك الفرد وتعامله مع من حوله وفي اتخاذه للقرارات فالخجل سمة لها تأثير واضح على سلوك الفرد، كما أن مصدر الضبط متغير أساسي من متغيرات الشخصية يتعلق بعقيدة وفكرة الفرد عن أي العوامل هي الأقوى والأكثر تحكما في ظهور النتائج (فرج،١٩٩١، ٧) كذلك تظهر أهمية الدراسة في عينتها والتي لها تأثر مباشر على المجتمع، وكذلك تأتي أهمية الدراسة في ندرتها في البيئة المحلية، الأمر الذي يفسح المجال لدراسات أخرى مع متغيرات آخري تسهم في البحث عن الأسباب وطرق المواجهة المناسبة.

-الأهمية التطبيقية:

أما بالنسبة للأهمية التطبيقية: تظهر في إعداد مقياس للخجل يناسب البيئة المحلية لطلاب الجامعة.

-الاستفادة من نتائج الدراسة عند بناء برامج إرشادية تقلل من درجة الخجل وتزيد من درجة وجهة الضبط الداخلية.

أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية على :

- التحقق من وجود علاقة بين الخجل و وجهة الضبط.
- بناء مقياس الخجل الاجتماعي للشباب(للطلاب الجامعيين)

- تحقق والكشف عن الخصائص السيكوميترية لفقرات مقياس الخجل.
- التحقق من الفروق في درجة الخجل ،ووجهة الضبط:
- لدى طلاب كلية التربية وكلية الطب.
- منطقة سكن الطالب.
- طبيعة التنشئة (مع والديه أو بعيدا عنهما)

مصطلحات الدراسة:

- الخجل:

يعرفه شتاين، و وكر(٢٠٠٢م،٤) بأنه الميل والرغبة في الانسحاب من أمام الآخرين، خاصة من أولئك الذين لا يعرفهم الشخص،وهو سمة من سمات الشخصية.

يذكر القيسي(٢٠١٠، ١٠٠) بأن الخجل هو الفرد الذي يميل للنفور من العلاقات الاجتماعية والانكماش بعيداً عنها، ليصبح منهمكا في ذاته أو مع نفسه.

ويرى الباحث أن الخجل عبارة عن إخفاق الفرد في مواجهة الغرباء وعدم قدرته على التعبير عن مشاعره وأحاسيسه، والدفاع عن أفكاره وبالتالي شعوره بالضعف مما يؤدي إلى الانسحاب من المواقف و ضياع حقه.

- وجهة الضبط:

هي طريقة الفرد في إدراكه لأحداث التعزيز التي تحدث له في حياتيه اليومية فالأفراد يختلفون في تفسيرهم لمعاني هذه الأحداث، بحث أن حدثا ما قد يعتبره بعض الأفراد تعزيزا أو مكافاه، بينما قد يفهمه بعض الأفراد عكس ذلك.(أبو ناهية، ١٨٤،١٩٨٧)

ويعرف الباحث وجهة الضبط بأنها:

ويرى الباحث أن وجهة الضبط عبارة عن تحمل أو عدم تحمل الفرد نتائج سلوكه: فوجهة الضبط الداخلية تصور الفرد في الاستفادة من القدرات والإمكان والسمات الموهبة له بشكل يجعله يتحمل مسئولية سلوكه وما يترتب

عليها من نجاح أو فشل، أما الضبط الخارجي فهو تخلي الفرد عن تحمله لمسئولية سوكه ونتائجها واعتقاده أنها ذلك عايد إلى قوة خارجية أكبر منه لا يستطيع مقاومتها،بالرغم من امتلاكه هو أيضا لنفس سمات وقدرات صاحب الضبط الداخلية تؤهله لتحمل مسئولية سلوكه ونتائجها من نجاح أو فشل.

طلاب كلية التربية:

- وهو الطلاب المسجلين والمنتظمين في الدراسة بالكلية خلال تطبيق الدراسة.

طلاب كلية الطب:

- وهو الطلاب المسجلين والمنتظمين في الدراسة بكلية الطب بعد تجاوزهم السنة التحضيرية وهم منتظمون خلال تطبيق الدراسة.

حدود الدراسة :

أ- الحدود الزماني:حيث طبقت الدارسة على العينة في الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ١٤٣٥ / ١٤٣٦هـ .

ب- حدود العينة :تقتصر الدراسة الحالية على طلاب كلية التربية والطلاب كلية الطامعة بجامعة الباحة.

حددت الدراسة الحالية بعينة الدراسة، الفصل الدراسي الأول.

الإطار النظري:

تعتبر سمة الخجل ووجهة الضبط(الداخلي /الخارجي) من السمات المؤثرة بشكل كبير في التفاعل الفرد مع الآخرين وتتحكم في تطوره وتقدمه في حياته سواء في مجال عمله أو أسرته أو على مستوى العلاقات الاجتماعية، وكل فرد لديه قدر من الخجل وهو أمر طبيعي وضروري حيث إن انعدام الإحساس بالخجل يعتبر ظاهرة شاذة أو غير صحيحة ولكن الخجل يصبح أمر غير طبيعي إذا كان شديدا أو يعيق نمو الشخصية ويحد من تفاعلها الاجتماعي(النملة،١٩٩٥، ٢٦).

ويذكر،chu (2008)أن الخجل يسبب مشكلات نفسية عديدة كالقلق واحتقار الذات (الخزي)للفرد المتصف بالخجل. ويضيف شعبان(٢٠١٠م،٣) أن الخجل يجعل الفرد ينظر لذاته نظرة دونية ويشعر بالنقص وعدم الجدارة وبالتالي الانسحاب وترك الموقف بالتخاذل والتنازل عن الحقوق مما يجعله عرض للاستغلال. يذكر إبراهيم(٢٠١٢،١٩٤)أن الخجل يجعل الفرد ضعيف التركيز على ما يجري حوله ويركز على ذاته ويقيمها بشكل مستمر ودائم وبالتالي يصبح عاجزا عن إقامة علاقات إيجابية تفاعلية مع من حوله، لذا فهو يعاني من الوحدة وقلة وسطحية الأصدقاء. ويشير الشريفين؛ والشريفين (٢٠١١: ١٢٦) بأن الشخص الخجول لديه انخفاض في الثقة بنفسه ودرجة عالية من الوعي بالذات ومحاسبتها وتوجيهها في كل صغيرة وكبيرة، وكأنه جعل نفسه يراقب سلوك نفسه ويحاسبها بشكل دائم الأمر الذي يعيق تصرفاته بشكل من التلقائية والمرونة،وفي دراسة (Krasnor,et 2006)أجرها على عينة من الأطفال وجد أن الأطفال المتصفين بالسلوك الخجلي أكثرة عرضة للسلوك العدوان على اختلاف أشكاله وصورة سواء كان الاعتداء جسدي ، أو لفظي كالسخرية أو الاستهزاء، أو حتى الاستغلال من قبل الآخرين. و يعتبر الخجل من السمات البشرية والموجود بين الأفراد والاختلاف يكون فقط في الدرجة، ويذكر كل من شتاين، ووكر، (٢٠٠٢م : ١٩) بأن الخجل يعتبر شايعا جدا بين الأفراد وهو يمنعهم من العيش بشكل طبيعي وبالشكل الذي يرغبونه، وفي دراسة لكل من(Carducci,& stein ,1988) على عينة حجمها (١١٢٠) على طلبة الجامعة وكانت الدراسة تتبعيه من عام (١٩٧٩ - ١٩٨٧) وجد أن حوالي ٥٥٪ من عينة الدراسة يتصفون بالخجل وهذه النسبة تعتبر مرتفعة حيث تجاوزه نسبة الخمسين في المئة. ويضيف الشريفين، والشريفين،(٢٠١١: ١٢٨) بأن طلبة الجامعات من أكثر الفئات تعرضا للاضطرابات النفسية لتعرضهم لمواقف ضاغطة ومؤثرة بشكل كبير عليهم فضلا عن تعرضهم لتغيرات إنمائية، ونفسية، واجتماعية مختلفة.

- ويعرف السمادوني(١٩٨٩، ١٦٦) مجموعة متآلفة من الاتجاهات والمشاعر التي تتداخل في قدرة الفرد، وتجعله يتأثر انفعاليا بالآخرين، وبالمواقف الاجتماعية وتشتمل تلك الاتجاهات والمشاعر على عدم قدرة الخجول على جاذبية حديثه، انعدام الثقة بالنفس، خصوصا في المواقف الاجتماعية الجديدة وغير المألوفة، الانشغال الزائد بالذات في حالة وجوده مع الآخرين،القلق ونقص في المهارات الاجتماعية، ويصبح الخجل - في كثير من الحالات - استعدادا ثابتا نسبيا بالرغم من تأثره ببعض المواقف.
- تعرف مايسة النيال؛ وأبو زيد(١٩٩٩، ٦) الخجل عبارة عن دافع حيث يمكن أن يدفع الخجل إلى الهروب، أو الانسحاب، أو تفادي أي موقف اجتماعي مثير أو حتى في بعض الأحيان غير مثير وذلك إذا ارتفعت درجة الخجل لتؤدي دافع تجنب الاذى.
- يعرفه شتاين، و وكر(٢٠٠٢م،٤) بأنه الميل والرغبة في الانسحاب من أمام الآخرين، خاصة من أولئك الذين لا يعرفهم الشخص،وهو سمة من سمات الشخصية.
- يذكر القيسي(٢٠١٠، ١٠٠) بأن الخجل هو الفرد الذي يميل للنفور من العلاقات الاجتماعية والانكماش بعيداً عنها، ليصبح منهمكا في ذاته أو مع نفسه.
- تعرف حنان زيدان الخجل(٢٠١١، ٣٠١) بأنه رزمة من الأعراض الايجابية والسلبية تتفاعل مع بعضها داخل الشخصية وتوجهها إلى توجهات يفضلها الفرد كالمحافظة على الذات خلال تفاعله مع الآخرين ومشاركته في العديد من المواقف الأدائية والمظاهر الانفعالية والوجدانية والخوف من التقييم السلبي لها الذي يؤدي إلى الصمت والانسحاب والحساسية الزائدة من ردود الأفعال.
- ويعرف إبراهيم(٢٠١٣، ١٤٨) الخجل بأنه:ظاهرة فسيولوجية لها رد فعل فسيولوجي مثل احمرار الوجه وارتجاف اليدين واللجلجة في الكلام.

- هو الخوف والحساسية في التعامل مع الآخرين وعدم القدرة على التواصل الاجتماعي معهم والذي تتضح مظاهرة في الجوانب الفسيولوجية كالتهتهة وتعثر الكلام وارتعاش الأطراف وعدم القدرة على التعبير والخوف من الكبار والتعامل مع الجنس الآخر.(محرم، ٢٠٠٥، ٤٥٤)
- الخجل عبارة عن استجابات وردود أفعال لا إرادية نتيجة لفكر الفرد عن نفسه، ولتعرضه لمواقف اجتماعية قد يصاحبها ردود أفعال فسيولوجية، وانسحاب، وعدم الشعور بالراحة، والقلق، والارتباك، فيفقد الثقة بنفسه ويصبح مشلول الإرادة و التفكير.(شعبان، ٢٠١٠، ٦)
- الخجل عبارة عن خبرة غير سارة نظرا لما ينتج عنها منن آثار نفسية واجتماعية شديدة تعوق الفرد من التفاعل الاجتماعي الجيد ومن أداء مهامه الحياتية بطريقة تكيفيه صحيحة.(الربيعه، ٢٠١٣، ٣١٦)

من خلال النظر في التعاريف السابقة للخجل يلاحظ أن المنظرين لم يتفقوا على تعريف واحد فالبعض يرى أن الخجل يتمثل في الجوانب النفسية مثل"الاتجاهات، المشاعر، الدوافع، الميل، سمة، خوف، أو خبرة وموقف غير سار" تؤدي في مجملها إلى الانسحاب من الموقف الاجتماعي، أو عدم المشاركة الفاعلة في الموقف الاجتماعي، ويزاد الأمر حساسية إذا كان الموقف جديدا.

- والرأي الأخر يرى أن الخجل عبارة عن جوانب فسيولوجية أو ردود أفعال لا إرادية تكون نتيجتها جوانب جسمية فسيولوجية متمثلة في احمرار الوجه، ارتجاف في الأطراف، وارتباك، التأتاه، التلعثم، ومن ثم تتبعها جوانب سلوكية تتمثل في الانسحاب أو السكون.

ويتضح مما سبق سواء كان النظر إلى الخجل من جانب نفسي، أو فسيولوجي فأن النتيجة متشابهة وهي عدم الثقة في النفس، والخوف، والتردد والانسحاب.

-تصنيفات الخجل:

ذلك مايسة النيال؛ أبو زيد(١٩٩٩،٢٠) تصنيفات للخجل وهي:

أ - تصنيف الخجل من حيث الاتجاه وتم قسيمها إلى:

١ - خجل من الذات ويعني أن يخجل الفرد من نفسه دون تدخل الآخرين حتى في خلوته مع ذاته.

٢ - خجل من الآخرين(خجل اجتماعي): يعني أن يشعر الفرد بالخجل من الآخرين،وبسبب الآخرين، ونتيجة تفاعله معهم.

ب - تصنيف الخجل من حيث المصداقية وينقسم إلى ثلاثة أصناف وهي:

١ - خجل حقيقي: ويعني الخجل الفعلي، الواقعي في المواقف المثيرة فعلا للخجل دون مبالغة، أو وهم، تصنع.

٢ - خجل وهمي: ويعني الخجل من أشياء أو أمور لا تسبب الخجل لدى معظم الناس، ولا تثيره فعلا لدى غالبيتهم، وهو خجل مبني على وهم أو تصورات خاطئة من صاحبه.

٣ - خجل متصنع: ويعني الخجل المفتعل، أو المقصود أو المختلق، وقد يلجأ إليه الفرد تحقيقا لهدف ما، أو الظهور بمظهر حسن،ويتواتر ظهوره لدى الشخصيات الهستيرية، والاستعراضية.

- أسباب الخجل:

من خلال النظر في أدبيات علم النفس والمراجع حول موضوع الخجل، وكذلك الدراسات السابقة يتضح أن هناك أسباب عديد لظهوره منها ما يعود إلى الجانب الفيزيائي لجسدي للفرد نفسه، ومنها ما هو عائد إلى العوامل الاجتماعية والتربية الأسرية للفرد، ويمكن إيجازها فيما يلي:

١ - بنية الجسم: إن المظهر الخارجي للجسم له دور كبير في شعور الفرد بالخجل فالفرد الهزيل ضعيف البنية أو الناتج عن سوء في التغذية، مما يجعل أهلة يحيطونه بنوع من الحماية والدفاع عنه الأمر الذي يجعله خجولا تدريجيا بشكل غير مقصود، كذلك الشخص شديد السمنة وخاصة في مرحلة المراهقة قد يكون محط سخرية من بعض زملائه والاستهزاء به مما يشعر من بعدم الثقة في نفسه وبالتالي ظهور بعض

أعراض الخجل كالتلعثم، واحمرار الوجه، والانسحاب وغيره فينمو لديه الشعور بعدم الثقة بالنفس ويتصف بالخجل.

٢ -الإعاقات الجسدية:بعض الإعاقات الجسدية كاللجلجة،والتأتأه، أو إعاقات في المشي وغيرها، قد تكون سبب في نمو الخجل عند من يعاني من هذه الإعاقات إذا لم يأخذ الفرد حقه في التدعيم والتشجيع والثقة بالنفس، فتنمو لديه مشاعر النقص والدونية والانسحاب فيتكون لديه شخصية خجولة ضيفة انهزامية.

٣ -أساليب التربية والتنشئة داخل الأسرة: تتخذ بعض الأسر أساليب في التربية معتقدة منها بأنها أسليب وطرق جيدة تساعد في نمو أبنائها نمو سليما غير أنه طرق غير صحيحة من هذه الطرق والأساليب وتوصلت دراسة Van Zalk,Nejra;Kerr,Margaret(2011) بأن سيكولوجية الوالدين أو أحدهما له دور فعال في ظهور الخجل لدى الطفل حيث يقوم الطفل بالتقليد للسلوك السائد في الأسرة، ومن ثم يستمر ذلك في مستقبل حياته،كذلك مدى ونوع العلاقة بين الطفل و والديه ومن حيث الرفض والقبول فهي علاقة طردية بين الرفض و الخجل.

- التدليل:

القسوة: وهي على النقيض من التدليل فكل خطاء يقوم به الطفل يعاقب ويؤنب خصوصا إذا كان ذلك أمام أقرانه، أو الآخرين، ولكي يتحاشى هذا العقاب بسلك الانزواء والانسحاب ووفي نهاية الأمر يتصف بالخجل.(إبراهيم، ٢٠١٣، ١٤٧)، (خليفة،١٩٩٩م،٦)

ويضيف وملمان(٢٠٠٦، ١٤٦) أسباب أخرى

٤ - وتذكر مايسه النيال،و أبو زيد(١٩٩٩م،٢٦) أن الخجل ناتج عن انشغال الأنا بذاته ليأخذ شكل النرجسية بالتقوقع على الذات، وهذا تعليل وتفسير الاتجاه أو المنحى التحليلي.Analytic Prespective وفي هذه الحالة تلعب

الظروف البيئة من تربية وتنشأ دور كبير في ظهور أعراض الخجل أو عدم ظهورها،

٥ - كذلك من أسباب الخجل عوامل اجتماعية مثل القلق الاجتماعي والذي بدوره يثير أنماط متباينة من السلوك ألانسحابي،مما يمنعه فرصة تعلم المهارات الاجتماعية الملائمة.وهذا ما فسرت به اتجاه أو منحى التعلم الاجتماعي.وقد توصلت دراسة Hollingsworth, Craig W(2012) إلى أن من أسباب الخجل هو السلوك الاجتماعي السلبي و الانعزال عن المجتمع بإدمان الانترنت وبالتالي الافتقار للمهارات الاجتماعية المناسبة وعدم اكتسابها بسبب الانقطاع عن المجتمع.

٦ - ويعتقد شتاين، ووكر(٢٠٠٢م،٣٣)بأن للخجل علاقة بالجانب البيولوجي الجيني وذلك من خلال مقارنة مستويات الخجل مع التوائم المتماثلة فإن مستويات الخجل تكون قريبة جدا، إذا ما قورنت بالتوائم غير المتشابهة.

وتظهر خطورة السلوك الخجلي في أنه يمنع الفرد من المطالبة بحقوقه والتنازل عنها بحجج مختلفة، ونقصه القدرة في إبداء رأيه وذوبانه ومسايرته للآخرين في أرائهم ومقترحاتهم. (المحار ،١٩٩٤، ١٢٩).

ويذكر العديد من المهتمين في هذا المجال بان للخجل أبعاد مختلفة فالبعض ركز على جانبي وهو الجانب الفسيولوجي والنفسي والاجتماعي (شعبان(١٥٨،٢٠١٠) بينما اعتبر البعض أن الخجل يتكون من أربعة محاور ليشمل الفسيولوجي، والسلوكي، البعد المعرفي، والانفعالي مثل الشريفين، والشريفين،(١٣٤،٢٠١١) ؛وأميرة الدليمي، وأحلام العزي،(١٤٣،٢٠١١)

وقد اعتمد الباحث على الرأي الثاني بحيث تكون مقياس الخجل في هذه الدراسة من محاور أربع.

ثانيا : وجهة الضبط:

يعتبر مفهوم وجهة الضبط (locus of control)من المفاهيم الحديثة نسبيا أذا ما قورنت ببعض بمصطلحات النظرية التحليلية أو السلوكية،

وينسب(locus of control)إلى جوليان روتر أنها أول من تحدثت عن هذا المصطلح فقد ذكر ذلك كل من كتب عن وجهة الضبط مثل أبو ناهية (١٩٨٩، ١١٣) يعقوب؛ ومقابلة(١٩٩٤)، فائقة بدر(٢٠٠٦، ١١) وغيرهم ذلك. وتضيف مي عز الدين (٢٠٠٨، ٣٩) أن روتر توصلت إلى هذا المصطلح بعد إجراء الكثير من الدراسات والأبحاث العلمية منطلقا من نظرية التعلم الاجتماعي. وترى مجدة محمد(٢٠٠٢، ٣٩٥) أن وجهة الضبط: مكون نفسي تنشأ وتنمو وتخضع للتوجيه والتقييم والتعديل، ويؤثر ويتأثر بفعل عدد هائل من المتغيرات سواء الذاتية أو البيئية الأسرية والاجتماعية وغيرها من العوامل المحيطة بالفرد.

ويتفق كل من أبو ناهية(١٩٨٩، ١١٣)، يعقوب؛ومقابلة(١٩٩٤، ١٢٠)، فائقة بدر(٢٠٠٦، ١٢) حول مفهوم وجهة الضبط بأنه: مدى استيعاب وتقبل واعتقاد الفرد بان سلوكه التدعيمي الحاصل على سلوكه آت من داخله هو نفسه بناء على خبراته وقناعاته، أم أنها جاءت بناء على تأثير خارجي وتغير القناعات والمرئيات ممن هم حول الفرد أو مستندة إلى الحظ، أو الصدفة، بمعنى هناك من يتحمل مسؤولية وتبعات سلوكه سواء كانت إيجابية أو سلبية، بينما الأخر يعتقد أن هناك من القوى من يسيطر عليه وبالتالي فانه غير مسئولا عن تصرفاته وسلوكه وفشله في حياته في أغلب الأحوال، إن مركز الضبط من المفاهيم التي تكتسب من البيئة أثناء عملية التربية الأسرية والتنشئة الاجتماعية للفرد وبتالي فالأفراد الملتصقين بأسرهم يغذون بالتدعيم المستمر أي أنهم ينتظرون تدعيم خارجيا وبذلك يكون وجهة ضبطهم خارجيا في الغالب، على العكس من الأفراد الذين يكون بعيدين عن أسرة بعض الشيء بحيث يستطيع اتخاذ قراراتهم بأنفسهم دون توجيه من أحدى سواء الوالدين أو أحد أفراد الأسرة وبذلك ينمو لديه الشعور بالاستقلالية وبالثقة بالنفس وبقدراتهم، وفي اتخاذ القرارات ويتكون لديهم وجهة ضبطه داخليا.

ويمكن إيجاز مفهوم الضبط الداخلي/ الخارجي عبارة عن أحد التوقعات المعممة المهمة، ويعني التعزيز أن الأفراد يميلون أكثر إلى تكرار السلوك أو اكتساب سلوكا جديدا إذا تم تعزيزه ايجابيا، أو يتم انطفاءه إذا تم تعزيزه سلبيا. (فؤادة هدية، ١٩٩٤، ٨٤) .

ويعرف بعض الباحثين وجهة الضبط بأنها: تعرف مي عز الدين(٢٠٠٨م : ٣٩) وجهة الضبط بأنه إدراك الفرد لمصادر تدعيم سلوكه أهو من داخل الفرد بالاعتماد على القدرات والمهارات، أو أنه من الخارج مستندا للحظ أو المصادفة .

وتعرف الجوهرة الذواد(٢٠٠٢، ١٢٨) وجهة الضبط الداخلي بأنها، إدراك المفحوصة أن التدعيمات الإيجابية أو السلبية في حياتها أو ما يحدث لها من حوادث طيبة أو سيئة يترتب أو يرتبط بالدرجة الأولى بعوامل داخلية أو عوامل تتعلق بشخصيتها مثل الذكاء أو المهارة أو سمات الشخصية، أما وجهة الضبط الخارجية فهو إدراك المفحوصة أن التدعيمات الإيجابية أو السلبية في حياتها أو ما يحدث لها من حوادث طيبة أو سيئة يترتب أو يرتبط بالدرجة الأولى بعوامل خارجية عن شخصيتها مثل الحظ أو الصدفة أو تأثير الآخرين أو إلى عوامل لا يمكن التنبؤ بها.

وتعرف إسعاد البنا(٢٠٠٦، ٤١٠) وجهة الضبط الأكاديمي(الداخلية - الخارجية) بأنها اعتقاد الطالب حول أسباب نجاحه أو فشله في الدراسة، وهي نوعان، داخلية: عندما يعتقد الفرد أن سبب نجاحه أو إخفاقه يرجع لعوامل خاصة به هو مسئول عنها، وخارجية: عندما يعتقد الفرد أن سبب نجاحه أو إخفاقه يرجع لعوامل غير مرتبطة به بل خارج عنه.

الديب،و خليفة،(٢٠١٣، ١٣١) عبارة عن مجموعة من المعتقدات التي توضح العلاقة ما بين السلوك و ما يليه من صورا الثواب والعقاب، واعتقاد الطالب في قدراته على أداء شيء ما، وتتكون من وجهة الضبط الخارجية التي تعني ادارك الطالب للأحداث التي لا تتوقف على سلوكه الخاص، بينما تعتمد على الحظ أو القدر، أو الآخرين الأقوياء، أو القوى المحيطة به، أما وجهة الضبط

الداخلية فهي إدراك الطالب للأحداث التي تتوقف على سلوكه الخاص وإلى عوامل تتعلق بشخصيته، مثل الذكاء أو المهارة أو سمات شخصية.

ويعرف القيسي(٢٠١٠، ٣٥٦) وجهة الضبط الداخلي عبارة عن تكوين فرضي يؤمن فيه الأفراد بأنهم يتحكمون إلى حد كبير في أنصبتهم وأقدارهم، وعلى العكس منه مركز الضبط الخارجي حيث يعتقد الفرد بوجود قوى خارجية تسيطر على حياته ومصيره ونجاحه وفشله.

من خلال النظر في تعاريف وجهة الضبط الداخلي/ الخارجي يتضح أن المهتمين بدراسة وجهة الضبط يدورون حول فكرة وهي تحمل المسؤولية وعدم تحملها فالشخص الذي يعتقد أن هو المسيطر على نتائج أفعاله فليس للصدفة مكان أو الحظ دور كبير ولا يعول على مساعدات خارجية أي أنه يعتمد على نفسه وعلى قدراته،كما يتمتع بشعور عالي في تحمل مسؤولية أعماله، يتصف هذا الشخص بأنه شخص ذو ضبط داخلي، أم الشخص الذي يتصف بالضبط الخارجي فهو لا يتحمل مسؤولية نتاج أعماله ويعيذها على الحظ والصدفة، كما أنه شخص ينتظر المساعدات الخارجية والعون لذلك هو شخص ولا يعتمد على نفسه واتكالي.

ويرى الباحث أن وجهة الضبط عبارة عن تحمل أو عدم تحمل الفرد نتائج سلوكه: فوجهة الضبط الداخلية تصور الفرد في الاستفادة من القدرات والإمكان والسمات الموهبة له بشكل يجعله يتحمل مسئولية سلوكه وما يترتب عليها من نجاح أو فشل، أما الضبط الخارجي فهو تخلي الفرد عن تحمله لمسئولية سوكه ونتائجها واعتقاده أنها ذلك عايد إلى قوة خارجية أكبر منه لا يستطيع مقاومتها،بالرغم من امتلاكه هو أيضا لنفس سمات وقدرات صاحب الضبط الداخلية تؤهله لتحمل مسئولية سلوكه ونتائجها من نجاح أو فشل. مع ضرورة الإيمان بالقضاء والقدر {وأن ما أخطاك لم يكن ليصيبك، وما أصابك لم يكن ليخطئك }

وتذكر مي عز الدين(٢٠٠٨، ٣٩) أن روتر ترى أن الأفراد ينقسمون إلى فئتين هما:

- فئة الضبط الداخلي(Internal locus of control) وهم الأفراد الذين يعتقدون أنهم مسئولون عما يحدث لهم.
- فئة ذوي الضبط الخارجي(Externl locus of control) وهم الأفراد الذين يعتقدون أنهم واقعون تحت سيطرة قوى خارجية ولا يستطيعون التأثير فيها أو التخلص منها.

ومن الطبيعي أن لا يكون شخص يتمتع بوجهة ضبط داخلي وأخر خارجي فليس الاختلاف في النوع وإنما الاختلاف كما في كل الأمور النفسية الاختلاف يكون في الدرجة.

خصائص الأفراد المتصفين بوجهة الضبط الداخلي:

١ - القدرة على البحث عن الحقيقة والاستكشاف للوصول إلى المعلومات اللازمة للموقف، والاستفادة من هذه المعلومات بفعالية للوصول إلى حل للمشكلات والتحديات التي تواجههم والتي تمنعهم من الوصول إلى تحقيق الأهداف.

٢ -القدرة على جمح الرغبات وتأجيلها، للوقت المناسبة.

٣ -تكوين علاقات اجتماعية ناجحة، ويتمتعون بقدر عال من القبول، وينالون درجة عالية من الحب والاحترام.

٤ - ارتفاع درجة التوكيدية لديهم.

٥ -إحاطتهم الشاملة لطبيعة العمل الموكل لهم، وتمتعهم بدرجة عالية من الرضا عن انجازهم، وهم أكثر جدية بعملهم.

٦ -ارتفاع التحصيل الدراسي والأداء الأكاديمي، وهم يتمتعون بمرونة في التفكير، وأكثر إبداعا، وأكثر تحملا للمسؤولية، وتنبؤا وتوقعا للاختيارات الصحية.

٧ -يتمتع صاحب الضبط الداخلي باحترام لذاته، وقناعة ورضاء عن حياته، كما يتمتعوا بهدوء وأكثر طمأنينة، ولديهم درجة عالية من الثقة بالنفس،

وأكثر بعد عن القلق والاكتئاب والاضطرابات النفسية المختلفة. (أبو ناهية، ١٩٨٩، ٥٩)

- يتصف الأشخاص ذوي الضبط الداخلي بأنهم أكثر اهتماما بقدراتهم وفشلهم ويضعون قيمة كبيرة بتعزيز المهارات.
- لديهم قدرة على مقاومة المغريات التي يمكن أن تؤثر عليهم سلبا.
- ارتفاع نسبة الذكاء والقدرات العقلية.
- القدرة على التوافق مع المواقف الضاغطة، وارتفاع مستوى الطموح، وتوقع الفوز.
- تقديم المساعدة للأفراد في المواقف الصعبة.(مي عز الدين، ٢٠٠٨، ٤٢)
- لديهم قدرة على معرفة العلاقة السببية بين الفعل والنتيجة ينشأ لديه اعتقاد في الضبط الداخلي وبالتالي فهو يعتبر أن المهارة لها دور كبير في تعلمه أساليب السلوك المختلفة في أي وقت، بينما الشخص الذي لا يدرك هذه العلاقة فهو شخص يعتقد في التأثير الخارجي"أي الضبط الخارجي" لذا فهو يؤمن بأ، الصدفة لها الدور الأكبر في تسير أموره وتعلمه. (فؤادة هدية، ٨٤،١٩٩٤).
- مستوى الطموح عالي وتحقيق الأهداف المتميزة.(الجوهرة الداود، ٢٠٠٢، ١٤٣)
- اتقان الهدف والمهام الموكلة إليهم(Bulus,2011)
- ارتفاع درجة فعالية الفرد والمبادرة الاجتماعية(الحكمي، ٢٠٠٤، ١٨٨)

وأما الأفراد ذو الضبط الخارجي فهم في أغلب الأحول يسلكون مسلك معاكس لذوي الضبط الخارجي خصوصا أنهم يأخذون أغلب قراراتهم من الخارجي وبالتأثير عليهم سواء كان ذلك بالإيجاب أو السلبية، وتذكر مي عز الدين(٢٠٠٨، ٤٢) بعض خصائص الأفراد المتصفين بوجهة الضبط الخارجي:

- لديهم سلبية عامة، وقلة المشاركة والإنتاج.

- انخفاض الشعور بالمسؤولية فهناك من سوف يتحملها عنهم وذلك في اعتقاده.
- انخفاض شعورهم وأحاسيسهم إلى قدرتهم على سيطرة الأمور التي تحدث من حولهم.
- إيمانهم القوي بوجود قوة تسير أمورهم خارجة عن إرادتهم فهم يعتقدون بشكل كبير في أمور الحظ، والصدفة، والمساعدة الخارجية التي ستساعدهم على تحقيق أهدافهم، وفي حالت فشلهم يعولون ذلك أيضاء إلى القوة الخارجية وإلى الحظ. (فؤادة هدية، ١٩٩٤، ٨٣) .
- اعتقاد الفرد بالعجز وقلة، وعدم القدرة على التغيير، لوم الذات دون المحاولة في التغيير أو التجديد من الوسائل والطرق لمواجهة التحديات، قلة الفعالية النفسية وعرضته للاضطرابات النفسية، ضعف تأثيره على الآخرين حيث يكون سير التأثير في معظمه في اتجاه واحد وهو من الخارج إلى الداخل و ليس من الداخل إلى الخارج، أن تكون النسبة متقاربة بين الاتجاهين.

إن اشتق مفهوم الضبط الداخلي/ الخارجي من نظرية التعلم الاجتماعي، وهي النظرية التي تحاول أن تجمع بين اتجاهين متباعدين وإن كانا على درجة كبير من الأهمية في علم النفس بأمريكا، وهي نظريات المثير والاستجابة من ناحية، والنظريات المعرفية من من ناحية أخر، وافترضت أن المتعلمون يطورون توقعاتهم العامة تبعا لقدرتهم على التحكم في أحداث الحياة. الديب، وخليفة، (٢٠١٣، ١٣٠).

وتذكر مجدة محمد(٢٠٠٢، ٣٩٤) أن مدرسة التحليل النفسي فسرت وجهة الضبط من خلال ميكانزمات عمل الجهاز النفسي في الشخصية، فعند قيام الأنا بدورها التنظيمي في التنسيق و بضبط متطلبات باقي أجزاء الشخصية"الهو، والأنا الأعلى"فإذا استطاعت"الأنا" في إيجاد التوازن بين الهو و الأنا الأعلى والحيلولة دون وقوع صراعات ففي هذه الحالة يتكون لدى الفرد

درجة معتدلة من الضبط الشخصي، أما إذا أخفقت الأنا في تحقيق هذا التوازن وكان للهو الغلبة في هذا الصراع عندها احتمالية أن يفتقد الفرد القدرة على الضبط الذاتي، بمعنى اتفاقه مع خصائص ذوي الضبط الخارجي من حيث الاندفاعية والاعتمادية والشعور بالعجز وضعف الشعور بالمسؤولية، وأما إذا سيطرت الأنا الأعلى على الصراع فإن الشخصية تخضع لدرجة من الضبط الداخلي، بمعنى تحمل مسؤولية الأحداث التي تقع من حوله.

ويذكر كفافي؛ ومايسة النيال؛ وسهير سالم(٢٠١٣، ٥٠٠) المفاهيم الأساسية لروتر من خلال كتاباتها:

١ -قيمة التدعيم: هي درجة تفضيل أي تدعيم لكي يحدث،إذا كانت احتمالات عدد من التدعيمات متساوية. وهذه القيمة تعتمد على مقدار التفضيل والاستحسان الذي ينبع من الفرد مقارنة بتدعيمات أخرى والتي يكون متاحة ومتوفرة على درجة متساوية.

٢ -المواقف السيكولوجية:"يتميز بطريقة خاصة بالنسبة للشخص ويسمح له بأن يصنفه أو يضعه في فئات معينة بما يميزه عن المواقف الأخرى"هي رؤية الفرد للموقف السيكولوجية الاجتماعية فقد تكون رؤيته غريبة بالنسبة للآخرين،فشخص قد يرى الأمسية الشعرية متعة فكرية وثقافية راقية، وأخر يرى أنها فلسفة لا داعي لها، وثالث يرى مضيعة للمال وللوقت، فكل شخص ينظر إلى الموقف من منظار يختلف عن الأخر.

٣ -التوقع: وهو احتمال يفترضه الشخص بأن تدعيما معينا سوف يحدث كوظيفة لسلوك يقوم به الشخص منن طرفه في موقف معينة أو مواقف.

وقد يعمم الفرد توقعاته في مواقف متشابهة، كتعميم الخجول لمواقف الفشل من مقابلة الجمهور.

وقد أشار أبو ناهية(١٩٨٩، ١١٣) و كفافي؛ ومايسة النيال؛ وسهير سالم (٢٠١٣، ٥٠٢) أن الأفراد يطورون توقعات معممة في المواقف المختلفة تبعا لما إذا كان التعزيز أو المكافأة يعتمد في هذه المواقف على سلوكهم الخاص (Internal

locus of control) والضبط الداخلي يصف الفرد الذي يعتقد في موقف نوعي محدد أو في طبقة أو مجموعة من المواقف بأن ما قد حدث، أو ما يحدث الآن، أو ما سيحدث مستقبلا مرتبط ارتباطا مباشرا بما قد فعل، أو يفعل الآن، أو سيفعل في هذه المواقف. فإذا حدثت أحداثا جيدة فإنه يعتقد بأن هذه الأحداث قد حدثت بهذه الطريقة بسبب ما بذله من جهد كاف وما أظهره من مهارة، وإذا حدثت أحداث سيئة فهو يشعر أيضا بأنه هو المسئول، وفي المقابل فإن الضبط الخارجي (Externl locus of control) يصف الفرد الذي يعتقد أن ما يحدث له في مواقف معينة ليس مرتبطا بما يفعل في هذه المواقف،فهو يحصل على الإشباع أو التعزيز لأنه محظوظ، أو لأن القدر معه، أو بسبب تدخل أشخاص ذوي التأثير والنفوذ، لهذه العوامل جميعاً في حين يعزو الأحداث السيئة التي تحدث له إلى قوة خارجية أبعد من قدرته على الفهم والتحكم أو إلى عوامل يصعب التنبؤ بها ،فالفشل في الحصول على الأهداف المرغوبة أو العقاب من أي نوع يعزوه لأي شيء عدا أفعاله الخاصة أو افتقاره للقدرة والكفاءة.ويشير مقابلة(١٩٩٦،١١٧) لدور الأسرة في ظهور وجهة الضبط حيث يشير إلى أن مركز الضبط من المفاهيم التي تتأثر وتكتسب من البيئة أثناء عملية التنشئة الاجتماعية للفرد، وتذكر كل من فائقة ابراهيم(٢٠٠٦، ١٤)و سناء سليمان(١٩٨٨،٦٧) بأن وجهة الضبط تتأثر بشكل كبير بالعوامل الخارجية فهي من الجوانب المتعلمة في الشخصية، تتأثر بشكل كبير وأساسي بطبيعة التنشئة الأسرية والخبرات البيئية التي يتعرض لها الفرد وبما تزويده من أساليب وأدوات تساعده على التمكن والكفاح في الحياة. بينما تذكر مجدة محمد(٢٠٠٢،٣٩٤) بأن وجهة الضبط ناتجة من عوامل داخلية وهي مدى قدرة الأنا في تحقيق التوازن بين أجزاء الشخصية (هو، الأنا، الأنا الأعلى) فإذا سيطرت الأنا الأعلى بصورة قوية فإن الشخصية تخضع لدرجة من الضبط الداخلي، في حين إذا أخفقت الأنا في دورها التوجيهي والرقابي وكانت الهو هي الغالبة فإن الشخص يتصف بصفات الضبط الخارجي، ويضيف فايد(١٩٩٧،١٥٣) بأن الأشخاص ذوي الضبط الخارجي

يتصفون بضعف الأنا وانخفاض تقدير الذات. ويشير أبو ناهية،(١٩٨٩، ١٤٥) إن التقدم في العمر يزيد من وجهة الضبط الداخلي،ولعل ذلك يعود إلى تراكم الخبرة لدى الفرد مع مرور الوقت وتقدم العمر وزيادة الثقة بالنفس.

الدراسات السابقة :

-دراسة (Carducci,& stein ,1988) بعنوان سيادة الخجل على المستوى الشخصي وعلى مستوى المواقف لدى طلبة الجامعة مقارنة على مدار ٨ سنوات وتوصلت الدراسة إلى وتوصلت الدراسة إلى نتائج منها أن الخجل يظهر في التعامل مع الغرباء ومع من يمثلون السلطة.

- ودراسة المحارب(١٩٩٤م) بعنوان الثبات والتغير في الخجل وعلاقته بالمجاراة والشعور بالوحدة لدى عينة من طلاب جامعة الملك سعود، وكان من أهم النتائج هذه الدراسة وجود علاقة بين ميل المفحوص للعب بمفرده في مرحلة الطفولة والخجل لديه في المرحلة الجامعية.

-وقام (Rubin, et 2006) بدارسة لمعرفة أفضل صداقات الأطفال الذين يتصفون بالخجل والانسحابية : جودة وثبات استمرار علاقات الصداقة وتوصلت الدراسة إلى نتائج من أهمها أن الأطفال من مجموعة الخجل والإنسحابيه كانوا أكثر ميلا نحو الصداقة المستقرة ولكنهم أكثر عرضة للتعرض لعدوان الأخرين.

- وفي دراسة (Mounts,et 2006) بعنوان الخجل والقبول الاجتماعي والدعم الأبوي وأثره على مرحلة تحول الطالب من التعليم الثانوي للجامعي وعلاقة ذلك بتوافق المراهقين. تشير نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباط إحصائية في التفاعلات بين الخجل والقبول الاجتماعي مع القلق لدى المراهقين الأفارقة الأمريكان،كما تشير الدراسة إلى أن المراهقين الذين سجلوا مستويات عالية من الخجل سجلوا أعلى الدراجات على مقياس القلق.

-وفي دراسة كل من (Krasnor,et 2006) بعنوان انطباعات وأفكار عن أطفال الخجل في غرفة الصف،وتوصلت الدراسة إلى أن الخجل الاجتماعي يؤثران بقوة على ممارسات وسلوك المعلمين داخل الصف الدراسي وعلى تفاعلات المعلمين مع التلاميذ.

-دراسة (chu, 2008) بعنوان الخجل وتعلم اللغة الانجليزية كلغة ثانية في تايوان توصلت إلى وجود علاقة طرية بين درجات الحصول الخجل وبين قلق تعلم اللغة الأجنبية.

- وقد قام كل من (Findly,et 2009) دراسة عنوانها الخجل واستراتيجيات التوافق الاجتماعي والعاطفي في مرحلة الطفولة المتوسطة،وتوصلت إلى نتائج منها أن التوافق الداخلي يمثل وسيطا مؤثرا في العلاقة بين الخجل وبعض مؤشرات المشكلات الداخلية والنفسية.

-أما دراسة (Arbeau,Coplan & Weeks,2010) والمعنونة بالخجل وعلاقة المعلم بالتلميذ والتوافق الاجتماعي والعاطفي في الصف الأول الدراسي. فقد توصلت إلى وجود علاقة ارتباطيه بين خجل التلاميذ وسوء العلاقة بين المعلم والتلميذ.

- أما دراسة شعبان(١٤٣١هـ ،٢٠١١م) والتي عنوانها الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين، فقد توصلت إلى نتائج عديدة منها إلى ضعف العلاقة بين الخجل وتقدير الذات حيث كان معامل الارتباط بيرسون(٠,١٤١) .

- وفي دراسة لأميرة الدليمي، وأحلام العزي(٢٠١١م) بعنوان الخجل الاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طالبات معهد إعداد المعلمات بالديالي توصلت الدراسة إلى أن هناك علاقة ارتباطيه دالة بين الخجل الاجتماعي و التحصيل الدراسي لدى العينة، كما أظهرت نتائج الدراسة أن عينة الدراسة لديهن خجل اجتماعي.

-كما قامت حنان زيدان(٢٠١١)دراسة بعنوان الخجل وعلاقته بكل من عوامل الشخصية"كالسوي المتكيف، التوكيد العدواني، الكسول المعتمد على الآخرين" ومواجهة المواقف السلوكية لدى عينة من طلاب كلية التربية النوعية، وتوصلت أنه لا توجد دلالة إحصائية بين الخجل وبين التخصصات المختلفة عدا تخصص الاقتصاد المنزلي والتربية الفنية لصالح الاقتصاد المنزلي، والتربية الموسيقية والتربية الفنية لصالح الأولى.

-أما دراسة الدخيل،(١٤٣١هـ)والمعنونة بأساليب المعاملة الوالديه وعلاقتها بالخجل لدى طلاب المرحلة المتوسطة في مدينة الرياض فقد توصلت الدراسة أنه لا توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين أساليب المعاملة الوالديه والخجل لدى عينة الدراسة.

- وفق دراسة أجرها(Van zalk;Kerr,2011) بعنوان فهم المراهقين الذين يتصفون بالخجل للدفء العاطفي والضبط السلوكي للوالدين،وتوصلت الدراسة إلى الخجل يعتبر بمثابة مؤشر الضبط السيكولوجي لدى الوالدين، وزيادة إدراك قبول / الرفض من طرف الوالدين

- وفي دراسة كل من (Coplan, et٢٠١١) بعنوان استراتيجيات معلمي المرحلة الابتدائية ومعتقداتهم نحو الأطفال الذين يتصفون بالخجل أو الهدوء أو بالنشاط والثرثرة. توصلوا إلى أن المعلمين كانوا أكثر ميلا للتجاوب مع الطفل الثرثار الذي يمتلك دافعية كبيرة نحو التعلم ويستخدم استراتيجيات اجتماعية للتعلم.

- وفي دراسة الربيعة(٢٠١٣م) بعنوان الخجل والشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب كلية التربية بجامعة الملك سعود، توصلت إلى وجود علاقة موجبة بين الخجل والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة الدراسة، كذلك وجود فروق في درجات الطلاب والطالبات على مقياس الخجل و الشعور بالوحدة النفسية طبقا لأسلوب المعاملة الوالدية.

- كذلك دراسة السيد(٢٠١٣) بعنوان الخجل والوحدة النفسية ووجود الصداقة لدى طلاب الجامعة المستخدمين وغير المستخدمين،وتوصلت الدراسة لنتائج منها أنه لا توجد علاقة ارتباطيه بين عدد الأصدقاء على الفيسبوك وبين الخجل.
- وفي دراسة كل من حلاوة، والمنسي، وجابر(٢٠١٣م) بعنوان علاقة الخجل بمستوى التعلم في بعض المساقات العملية المختلطة لدى طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية،فقد توصلت الدراسة أن للخجل تأثر سلبيا على مستوى التعلم في المساقات العملية المختلطة .
- أجرى السمادوني،(د:ت) دراسة بعنوان الخجل وعلاقته ببعض السمات الشخصية في مرحلة المراهقة والرشد،وتوصلت الدراسة إلى نتائج منها أنه لا توجد فروق دالة بين المراهقين وبين الراشدين،بينما توجد معاملات ارتباط سالبة بين درجات الطلاب على مقاييس الخجل ودرجاتهم على مقاييس الشخصية السوية(السيطرة،المكانة الاجتماعية، الميل الاجتماعي ، الحضور الاجتماعي، تقبل الذات، الشعور بالرضا، النضج الاجتماعي، الكفاية العقلية،وتأكيد الذات) .

أما الدراسات التي توفرت لدى الباحث حول وجهة الضبط فقد تناولت الموضوع من :

خلال متغيرات مختلفة كمتغير الجنس، والتكيف، والدافعية، والتحصيل الدراسي،وتوكيد الذات، والضغوط الاجتماعية.

- فدراسة (Barnet,1987) والتي هدفت للتعرف على ضغوط الطلاق والتوافق: مؤشرات توقع الضبط والسمات الديموجرافية، وتوصلت الدراسة إلى أن الأفراد الذين تزداد لديهم معدلات الضبط الداخلي كانوا أقل معانات من خبرات الضغوط وكانت فترات الضغوط لديهم أقصر من الذين لديهم معدلات الضبط الخارجي وذلك أثناء فترة الطلاق،والأفراد الذين تزداد

لديهم معدلات الضبط الداخلي كانوا أكثر توافقا في مرحلة ما بعد الطلاق مقارنة بأفراد الضبط الخارجي.

- وفي دراسة(مقابلة، ١٩٩٦) بعنوان العلاقة بين مركز الضبط والاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين، والتي أجريت على (٣٤٠) معلما ومعلمة، وتوصلت الدراسة إلى أن المعلمين أظهروا توجها خارجيا أكبر في التحكم بسلوكهم.
- ودراسة الشافعي (١٩٩٨) بعنوان علاقة مركز الضبط بالقدرة على حل المشكلات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية بنابلس بالضفة الغربية، توصلت إلى نتائج من أهمها عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى عينة الدراسة في مركز الضبط تعزى للتخصص الأكاديمي،بينما توجد فروق في مركز الضبط تعزى لمنطقة السكن.
- أما دراسة الجوهرة الداود(٢٠٠٢) بعنوان وجهة الضبط وعلاقتها بمستوى الطموح لدى بعض طالبات الجامعة السعويات والمصريات "دراسة عبر ثقافية"، وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة موجبة دالة بين سمة وجهة الضبط الداخلية وبين مستوى الطموح لدى عينة الدراسة، كما توجد فروق دالة بين الطالبات السعوديات المصريات بالنسبة لوجهة الضبط الداخلية لصالح السعوديات.
- وفي دراسة للحكمي(٢٠٠٤) بعنوان التخصص الدراسي ووجهة الضبط على الذكاء الشخصي لطلاب جامعة أم القرى فرع الطائف، توصلت الدراسة إلى أن وجهة الضبط ليس لها تأثر دال على الذكاء الشخصي للطلاب، سواء بالتخصصات الأدبية أو العلمية.
- قامت إسعاد البنا(٢٠٠٦)دراسة بعنوان وجهة الضبط والدافع للإنجاز وقلق الامتحان وأثرها على التحصيل الأكاديمي وتوصلت الدراسة إلى أنه لا يوجد تأثير مباشر لوجهة الضبط (الداخل -الخارجي) على التحصيل الدراسي.

- وفي دراسة حسن(٢٠٠٦) بعنوان العلاقة بين متغير الأفكار اللاعقلانية ووجهة الضبط والتحصيل الدراسي في الريف والحضر في المجتمع المصري وتوصلت الدراسة إلى أنه توجد فروق دالة إحصائية عند مستوى٠,١ في التحصيل الفعلي بين مجموعات الدراسة لصالح وجهة الضبط الداخلي.
- كما قامت فائقة بدر(٢٠٠٦) بدراسة حول وجهة الضبط وتوكيد الذات وتوصلت الدراسة إلى أنه كلما مال الفرد نحو وجهة الضبط الخارجية قل توكيد الذات لديه.
- كما أن دراسة (Harsh,2008) والتي هدفت إلى معرفة علاقة الكفاءة الذاتية واتجاه الضبط وإعاقة الذات في استكمال الرسائل العلمية، وتوصلت الدراسة إلى أن المستويات العليا من الكفاءة الذاتية واتجاه الضبط الداخلي كانت على علاقة ارتباط بالحد من الوقت المستغرق في إتمام الرسالة العلمية.
- وفي دراسة شهرزاد شهاب(٢٠١٠) والتي هدفت لدراسة موقع الضبط وعلاقته بمتغير الجنس وسنوات الخدمة لدى المرشدين التربويين في مركز محافظة نينوى، توصلت إلى أن المرشدين التربويين أظهروا توجها نحو الضبط الداخلي.
- وفي دراسة (Becker,2010) والتي هدفت إلى التعرف على سلوك ووجهة الضبط مخاطبة آليات علاقة اضطرابات قلق الأمومة وأعراض القلق لدى الأطفال،وتوصلت الدراسة إلى نتائج منها إلى عدم وجود علاقة بين قلق الأم وسلوك الضبط لدى الأم، كما لا توجد علاقة بين وجهة الضبط الخارجية وقلق الطفل.
- وفي الدراسة التي قامت بها كل من حنان أحمد، والجزار، حنان الشاعر(٢٠١٠) بعنوان استراتيجيات برمجة الثنائيات الافتراضية(المتزامنة/ غير المتزامنة) ووجهة الضبط (داخلي/ خارجي) لدى طلاب الدراسات العليا، توصلت الدراسة إلى نتائج منها أنه لا يوجد تأثير أساسي لنمط وجهة الضبط على مهارات كتابة الأكواد البرمجية، بينما يوجد تأثير أساسي

لنمط وجهة الضبط على مهارات تصميم المنتج النهائي لصالح الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي.

- وفي دراسة أبو الهدى(٢٠١١) والتي هدفت لدراسة سيكومترية إكلينيكية لقلق المستقبل وعلاقته بمعنى الحياة ووجهة الضبط لدى عينة من المعاقين بصريا والمبصرين، توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق إحصائية بين الطلاب المعاقين بصريا والمبصرين في وجهة الضبط، بينما توجد علاقة ارتباطية عكسية دالة بين وجهة الضبط و قلق المستقبل.
- وفي دراسة أجراها(Bulus,2011) بعنوان توجهات الهدف ووجهة الضبط والانجاز الأكاديمي لدى طلاب كليات المعلمين: منظور الفروق الفردية، وتوصلت الدراسة إلى أن توجهات إتقان الهدف كانت على علاقة ارتباط ايجابية بوجهة الضبط والإنجاز الأكاديمي لدى عينة الدراسة.
- وفي دراسة لحنان عطاء الله(٢٠١٢) والتي هدفت إلى دراسة التكيف الجامعي وعلاقته بوجهة الضبط وبعض المتغيرات الأخرى لدى عينة من طالبات كلية التربية/جامعة الملك سعود توصلت الدراسة إلى وجود علاقة دالة إحصائيا بين التكيف الجامعي ووجهة الضبط الداخلية عند مستوى معين.
- وفي دراسة الديب، وخليفة(٢٠١٣)بعنوان أثر برنامج تدريبي لتنمية الكفاءة الذاتية الأكاديمية في الدافعية للتعلم ووجهة الضبط وقلق الاختبار لدى الطلاب لدى المتلكئين أكاديميا بكلية التربية جامعة الطائف، وتوصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة بين متوسطي درجات طلاب المجموعتين التجريبية والضابطة المتلكئين أكاديميا في القياس البعدي في الدافعية للتعلم، ووجهة الضبط (الداخلي - الخارجي) لصالح المجموعة التجريبية.
- أما دراسة هانم ياركندي(د:ت) بعنوان ضغوط العمل وعلاقتها بالقيادة التربوية ووجهة الضبط لدى مديرات المدارس بمحافظة جدة بالسعودية فقد توصلت إلى وجود علاقة إحصائية بين ضغوط العمل وبين وجهة الضبط،

كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في وجهة الضبط بين العاملات في المرحلة الابتدائية والمرحلة الثانوية لصالح الأخيرة.

التعليق على الدراسات:

يتضح من خلال عرض الدراسات السابقة حول الخجل وعلاقته بوجهة الضبط لدى عينة من طلاب الجامعة عدم وجود دراسة اشتملت على متغيري الدراسة الحالية، ونجد أن الدراسات السابقة التي تناولت متغير الخجل في مجملها لها أهدافا متعددة مثل التعرف على العلاقة بين الخجل وبين (بعض السمات الشخصية كتقدير الذات، والثقة بالنفس، بالأفراد المحيطين بالفرد كالمعلم، الوالدين، بالتحصيل الدراسي)وقد توصلت بعض الدراسات إلى وجود علاقة الخجل بين بعض سمات الشخصية كالميل والحضور الاجتماعي، وتقبل الذات والشعور بالرضا، السمادوني،(د:ت)، ودراسة شعبان(١٤٣١هـ ،٢٠١١م) كما توصلت دراسة (Arbeau,Coplan & Weeks,2010) وجود علاقة ارتباطيه بين خجل التلاميذ وسوء العلاقة بين المعلم والتلميذ. علاقة وجهة الضبط بضغوط العمل هانم ياركندي(د:ت) كما هدفت البعض الآخر من الدراسات التعرف على أثر الخجل في اكتساب المعارف والمهارات، السلوك،دراسة (chu, 2008) والاستراتيجيات المتختلفة في التعامل مع الأطفال المتصفين بالخجل، كما هدف بعض الدراسات إلى التعرف على الظروف المسببة لظهور الخجل مثل وجود الغرباء(Carducci,& stein ,1988)

يتضح مما سبق أن الخجل يؤثر على سلوك الفرد سلبا من عزلة ووحدة، وانخفاض في التحصيل الدراسي، وقد يصح الفرد يجاري من حوله، وليس هذا فحسب بل يؤثر السلوك الخجلي على من الفرد بحيث يكون عرضة لعدوان الآخرين عليه بصور مختلفة للعدوان،

كذلك بالنسبة للدراسات التي تناولت متغير وجهة الضبط الداخلي/ الخارجي، فقد اختلفت أهدافها فمنها ما هدف إلى التعرف على أثر وجهة

الضبط على كل من التخصص الدراسي دراسة للحكمي(٢٠٠٤)، إسعاد البنا(٢٠٠٦)، (Bulus,2011).

وعليه فإن الخجل يؤثر على سلوك الفرد سلبا من عزلة ووحدة، وانخفاض في التحصيل الدراسي، وقد يصبح الفرد يجاري في سلوكه من حوله دون تفكير، وليس هذا فحسب بل يؤثر السلوك الخجلي على من الفرد بحيث يكون عرضة لعدوان الآخرين عليه بصور مختلفة للعدوان.

وقد استفاد الباحث منها في جوانب مختلفة كبناء الإطار النظري، فهم أعمق لمشكلة الدراسة، وبالتالي صياغة أهداف وأسئلة الدراسة الحالية، بناء مقياس الخجل، اختيار العينة الحالية، اختيار الأساليب الإحصائية المناسبة،وقد تميزت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة بانفرادها بمتغيرين الخجل، ووجهة الضبط في منطقة الدراسة وهو ما لم تتناوله الدراسات السابقة والتي تم عرضها.

مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة من طلاب كلية التربية وكلية الطب بجامعة الباحة للعام الدراسي ١٤٣٥هـ / ١٤٣٦هـ،والبالغ عدد هم الاجمالي(٩١٦) عدد طلاب كلية التربية(٧٢٨)وعدد طلاب طلية الطب(١٨٨).

عينة الدراسة:

تم اختيار عينة الدراسة من طلبة جامعة الباحة كلية التربية و كلية الطب بالطريقة المتاحة(Available Sample) وذلك نظرا لعمل الباحث بالجامعة.

منهج الدراسة:

أستخدم الباحث المنهج الوصفي"السببي المقارن" وذلك لمناسبته لموضوع الدراسة الحالية من حيث تحقيق أهداف الدراسة.

خصائص عينة الدراسة:

تتصف عينة الدراسة الحالية بما يلي:

جدول (١)

خصائص عينة الدراسة:

النوع	حجم مجتمع الدراسة	حجم العينة
طلاب كلية التربية	٧٢٨	١٦٦
طلاب كلية الطب	١٨٨	٤٩
مجتمع الدراسة	٩١٦	٢١٥

ثالثاً :أدوات الدراسة :

أستخدم الباحث مقياسين لقياس متغيرات الدراسة(الخجل، و وجهة الضبط)

- مقياس الخجل إعداد الباحث.
- مقياس وجهة الضبط إعداد ،(مقياس روتر للضبط الداخلي - الخارجي، وتم تعريبه واستخدامه من قبل جرادات(١٩٩٢م) من جامعة النجاح الوطنية)(الشافعي،١٩٨٨)

أولا: مقياس الخجل:

:بناء وتصميم المقياس :

أ -بالرجوع إلى بعض من التراث العلمي والنظري والتي تناولت موضوع الخجل مثل مايسه أحمد النيال،و أبو زيد، مدحت عبد الحميد(١٩٩٩م) شتاين،و ووكر(٢٠٠٢م)،إبراهيم (٢٠١٢م) الطواري (٢٠١٣م)

Rose-Krasnor, Wojslawowicz, Julie C. Rubin,et Kenneth H. (2008)Chu, ،Burgess,KimB(2006); Booth-LaForce, Cathryn Linda

وجد أن الخجل بوجه عام يتكون في الغالب من مجموعة من الأبعاد أو المحاور مثل:البعد الانفعالي والبعد الجسمي والبعد المعرفي ، البعد السلوكي التي تتضمن مجموعة من المظاهر التي المعبرة عن الخجل ويتصف الخجل بوجه عام بالتردد وعدم القدرة في المواجه في التعبير عن الرائي،ويصاحب ذلك تغيرات

جسمية كالتلعثم واحمرار الوجه وجفاف الحلق، وذلك نتاج عن أسباب دخليه انفعاليه ومعرفية.

ب:مقاييس الخجل:

قام الباحث باستعراض المقاييس المتوفرة لديه والتي تبحث موضوع الخجل مثل دراسة شعبان،(١٤٣١هـ،٢٠١٠م) ، أميرة الدليمي؛و أحلام العزي(٢٠١١م)، حلاوة؛ والمنسي؛ وجابر(٢٠١٣م)، الشريفين؛ والشريفين(٢٠١١م)، إبراهيم (٢٠١٢م)، الطواري (٢٠١٣م).

ثانياً - وصف المقياس:

١ -محاور المقياس:

مما سبق وضع الباحث أربعة محاور تمثل محاول الخجل، وهذه المحاور هي:

أولا: المحور الجسمى ،ويقصد به التغيرات الجسمية التي تحدث على الفرد أثناء المواقف الاجتماعية المختلفة وتعيق اتصاله الفعال بالموقف ومع الأفراد. وكانت عدد العبارات(١٣) عبارة.

ثانيا: المحور المعرفي:وهي الأفكار والمعتقدات السلبية التي يحملها الفرد عن نفسه والتي تكون سبب في سوء التواصل مع الآخرين.وكانت عدد العبارات(٩)عبارات

ثالثا: المحور الانفعالي:ويقصد به شعور الفرد بعدم الارتياح والقلق والاكتئاب.وكانت عدد العبارات(١٠)عبارات.

رابعاً: المحور السلوكي: ويقصد به تجنب الفرد للمواقف الاجتماعية.وكانت عد العبارات(٢١)عبارة

٢ - فئات الاستجابة:

تمثلت فئات الاستجابة:كما يلي(يحدث دائماً،يحدث في بعض الأوقات،لا يحدث، لا يحدث إطلاقاً).(٤،٣،٢،١) على الترتيب.

تصحيح:

ثالثاً: المقياس في صورته الأولية:

اشتمل المقياس في صورته الأولية على (٥٣) عبارة تقيس المحاور الأربعة والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول (٢)

أرقام العبارات التي تقيس كل محور من محاور الاستفتاء أثناء تقديمها للمحكمين

المحور	عبارات المحور	المجموع
المحور الأول: المحور الفسيولوجي:ويقصد به التغيرات الجسمية التي تحدث على الفرد أثناء المواقف الاجتماعية المختلفة وتعيق اتصاله الفعال بالموقف ومع الأفراد.	١ - ١٣	١٣ عبارات
المحور الثاني: المحور السلوكي: ويقصد به تجنب الفرد للمواقف الاجتماعية.	١٤ -٣٤	٢١ عبارات
المحور الثالث: الجانب المعرفي:وهي الأفكار والمعتقدات السلبية التي يحملها الفرد عن نفسه والتي تكون سبب في سوء التواصل مع الآخرين.	٣٥ -٤٣	٩ عبارات
المحور الرابع: الجانب الانفعالي:ويقصد به شعور الفرد بعدم الارتياح والقلق والاكتئاب.	٤٤ -٥٣	١٠عبارات
المجموع	٥٣ عبارة	

عرضت الأداة على السادة المحكمين وهم من أعضاء هيئة التدريس بجامعة الباحة قسم التربية وعلم النفس، وجامعة الخليج العربي، جامعة أم القرى، وذلك بهدف معرفة مدى تحقيق الصدق الظاهري والحكم على مدى ملاءمة العبارات بالمحاور ،واستبعاد العبارات المتكررة أو المتشابهة، وتحديد ما إذا

كانت العبارة موجبة أو سالبة ،واقتراح عبارات ومحاور جديدة إن كان ذلك ضرورياً.

استفاد الباحث من آراء المحكمين حول العبارات ومحاور الأداة من حيث التعبير والصياغة اللغوية، كما أبدى غالبية المحكمين موافقتهم على محاور وعبارات الاستفتاء، إلا أن هناك بعض العبارات التي رأى بعض المحكمين حذفها، ولكن دون إجماع وهي العبارات (٤، ١٠، ١٢، ١٣) من المحور الأول حيث تم حذفها، وبذلك يصبح عدد عبارات المحور بعد رأي المحكمين(٩) عبارة،كما تم حذف عبارتين هما(٧، ١٠) من المحور الثاني ويصبح عدد المحور (١٩)عبارة،وحذفت كل من عبارة (١، ٢، ٣)من المحور الثالث لتصبح عدد عبارات المحور الثالث (٩) عبارات، والمحور الرابع تم حذف عبارة واحد وهي رقم (١) وبذلك يصبح عدد عبارات المحور الرابع (٩) عبارات، وبالتالي يصبح المجموع الكلي (٤٥). عند تطبيقها في الدراسة الاستطلاعية.أنظر ملحق(٢).

رابعاً:الدراسة الاستطلاعية:

أجريت الدراسة استطلاعية للتأكد من صلاحية الأداة:

حيث طبق الباحث المقياس بعد استعادتها من المحكمين وبعد إجراء التعديلات عليها طبق على عينة استطلاعية بلغ عددها(٤٥) طالبا منهم (٣٠) طالباً من كلية التربية و(١٥) طالبا من كلية الطب. والجدول التالي يوضح خصائص العينة:

جدول(٣)

العينة الاستطلاعية

حجم العينة ن	تصنيف الطالب	
	كلية التربية	كلية طب
٤٥	٣٠	١٥

استخراج معامل صدق وثبات استبانة:

أولاً: الصدق: Validity

١ -صدق المحكين: حيث تم عرض المقياس على مجموعة من التربين المتخصصين في المجال وعلى رتب علمية مختلفة أنظر الملحق الخاص بأسماء المحكين:أنظر الملحق (١)

٢ -صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب معاملات الارتباط بين درجات العبارات مع بعضها،و حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي إليه العبارة،وأخيراً حساب معامل الارتباط بين درجة كل محور والدرجة الكلية للمحاور المكونة للمقياس، وهي موضحة كما يلي:

١ - حساب معامل الصدق عن طريق:

جدول (٤)

معامل ارتباط العبارة بمحورها وذلك بهدف معرفة درجة ارتباط وتجانس العبارة بالمحور الذي تنتمي إليه :

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
م الأول(١ -٩) ١	٠,٥١٩❖❖	٢٤	٠,٥٥٥❖❖
٢	٠,٧٦١❖❖	٢٥	٠,٥٠٣❖❖
٣	٠,٦٨٩❖❖	٢٦	٠,٦٠٥❖❖
٤	٠,٨٥٢❖❖	٢٧	٠,٥٦٨❖❖
٥	٠,٧٥٧❖❖	٢٨	٠,٣٠١❖
٦	٠,٧٩٨❖❖	٢٩	٠,٣٠٣❖❖
٧	٠,٧٦٩❖❖	٣٠	٠,٧٠٧❖❖
٨	٠,٤٦٩❖❖	م الثالث (٣١ -٣٦) ٣١	٠,٥٨٩❖❖

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
٩	٠,٥٢٤ ❖❖	٣٢	٠,٤٣٥ ❖❖
١٠	٠,٧٣٠ ❖❖	٣٣	٠,٦٦٦ ❖❖
م الثاني(١١ -٣٠) ١١	٠,٦٨٧ ❖❖	٣٤	٠,٥٠٢ ❖❖
١٢	٠,٦١٠ ❖❖	٣٥	٠,٣٩٧ ❖❖
١٣	٠,٥٧٢ ❖❖	٣٦	٠,٦٧٥ ❖❖
١٤	٠,٤٥٩ ❖❖	م الرابع(٣٧ -٤٥) ٣٧	٠,٠٥١
١٥	٠,١٤٥	٣٨	٠,٧٠٩ ❖❖
١٦	٠,٥١٨ ❖❖	٣٩	٠,٦٢١ ❖❖
١٧	٠,٢٩١	٤٠	٠,٦٩١ ❖❖
١٨	٠,٢٦٧	٤١	٠,٥٥٣ ❖❖
١٩	٠,٤٩٣ ❖❖	٤٢	٠,٥٤٢ ❖❖
٢٠	٠,٦٠٦ ❖❖	٤٣	٠,٥٩١ ❖❖
٢١	٠,٤٥٢ ❖❖	٤٤	٠,٤١٣ ❖❖
٢٢	٠,٠٧٨	٤٥	-٠,٢٥٠
٢٣	٠,٥٦٦ ❖❖		

❖❖درجة ألفا α دالة إحصائية عن (٠,٠١)

❖ درجة ألفا α دالة إحصائية عن (٠,٠٥)

من خلال الجدول السابق يتضح أن كل قيم معامل الارتباط "ر"بين العبارة والمجموع الكلي للمقياس ذات دلالة إحصائية فيما عدا العبارات التالية: (١٥،٢٢، ٣٧) من المحور الثاني كذلك العبارة (٤٥) من المحور الرابع وقد تم حذف العبارة رقم (٤٥) وذلك لاقتناع الباحث بإمكانية حذفها هذا بالإضافة عند حساب معاملات الارتباط بين عبارات المقياس بالدرجة الكلية كان معامل الارتباط بالسالب لذلك قام الباحث بحذف العبارة، وأما بالنسبة للعبارات (١٥،٢٢، ٣٧) من المحور الثاني، والرابع فلم يحذفها الباحث على الرغم من

ضعف معامل الارتباط وذلك بسبب إجماع المحكين على بقائها . هذا بالإضافة إلى كون العبارات من الأجزاء الأساسية في صفات الخجل وذلك من خلال الاطلاع على الإطار الأدبي للموضوع .وبذلك يصبح مجموع عدد عبارات المقياس في صورتها النهائية (٤٤) عبارة فقط

جدول (٥)

حساب معامل الارتباط بين كل عبارة والمجموع الكلي لمحار المقياس وذلك بهدف معرفة درجة ارتباط وتجانس العبارة بالمجموع الكلي للمقياس:

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
م الأول(١ -٩) ١	٠,٣٦٦ ❖❖	٢٤	٠,٤٧٦ ❖❖
٢	٠,٦٣٠ ❖❖	٢٥	٠,٣٩٢ ❖❖
٣	٠,٦٢٦ ❖❖	٢٦	٠,٥٤٧ ❖❖
٤	٠,٧٠٩ ❖❖	٢٧	٠,٤٨٠ ❖❖
٥	٠,٦٠٠ ❖❖	٢٨	٠,٢٢٣ ❖❖
٦	٠,٧٠٤ ❖❖	٢٩	٠,٣٨٣ ❖❖
٧	٠,٦٧٧ ❖❖	٣٠	٠,٦٨٣ ❖❖
٨	٠,٣١٨ ❖❖	٣١	٠,٢٩٣
٩	٠,٥٤١ ❖❖	٣٢	٠,١٧٤
١٠	٠,٦٠٥ ❖❖	٣٣	٠,٢٤٤
١١	٠,٦٥٤ ❖❖	٣٤	٠,٥٣٧ ❖❖
١٢	٠,٥٠٧ ❖❖	٣٥	٠,٢٥٥
١٣	٠,٥٥٤ ❖❖	٣٦	٠,٥٤٧ ❖❖
١٤	٠,٤٩٧ ❖❖	٣٧	٠,٣٢٤ ❖
١٥	٠,١٧٥	٣٨	٠,٦٥٨ ❖❖
١٦	٠,٥٣١ ❖❖	٣٩	٠,٤٣٤ ❖❖

رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط
١٧	٠,٢٤٣	٤٠	٠,٦٠٦ ❖❖
١٨	٠,٢٧٩	٤١	٠,٥٥٥ ❖❖
١٩	٠,٥٣٧ ❖❖	٤٢	٠,٤٦٠ ❖❖
٢٠	٠,٥٩٢ ❖❖	٤٣	٠,٤٠٩ ❖❖
٢١	٠,٣٥٩ ❖	٤٤	٠,١٨٦
٢٢	٠,٠٦٦	٤٥	٠,٠٥٣ – حذفت
٢٣	٠,٤٦٨ ❖❖		

❖❖درجة ألفا α دالة إحصائية عن (٠,٠١)

❖ درجة ألفا α دالة إحصائية عن (٠,٠٥)

جدول (٦)

حساب معامل الارتباط بين المحاور الأربعة المكونة للمقياس والمجموع الكلي،

معامل الارتباط بين محاور المقياس:

	المجموع الكلي	المحور الأول	المحور الثاني	المحور الثالث	المحور الرابع
المحور الأول	٠,٨٥٢ ❖❖	١,٠٠ ❖❖			
المحور الثاني	٠,٩١٤ ❖❖	٠,٧٧٤ ❖❖			
المحور الثالث	٠,٦٣٩ ❖❖	٠,٢٩٧ ❖	٠,٤٩٤ ❖❖		
المحور الرابع	٠,٧٨٦ ❖❖	٠,٥٥٧ ❖❖	٠,٦٦٦ ❖❖	٠,٣٢٠ ❖	١,٠٠ ❖❖

❖❖درجة ألفا α دالة إحصائية عن (٠,٠١)

❖ درجة ألفا α دالة إحصائية عن (٠,٠٥)

ثانيا : استخراج الثبات:

تم استخراج ثبات المقياس على مرحلتين هما:

١ – بعد عرض المقياس في صورته الأولية على المحكمين والجدل التالي يوضح ذلك.

جدول(٧)

معامل الثبات للمقياس بعد عرضه على المحكين

عدد عبارات المقياس	عدد المحكين	معامل الثبات ألفا كرنباخ	التجزئية النصفية
٤٥	٧	٠,٩١١	٠,٨٧٩

٢ -استخراج الثبات بعد إجراء التحليل الإحصائي والجدول التالي يوح ذلك.

جدول (٨)

معامل الثبات للمقياس في صورتها النهائية بعد إجراء التحليل الإحصائي :

عدد عبارات المقياس	حجم العينة الاستطلاعية	معامل الثبات ألفا كرنباخ	التجزئية النصفية
٤٤	٤٥	٠,٩١٥	٠,٨٨٥

جدول (٩)

ثبات المحاور بعد إجراء التحليل الإحصائي

المحور	قيمة الثبات
الأول	٠,٨٧٩
الثاني	٠,٨٣٦
الثالث	٠,٨٠٩
الرابع	٠,٦٦٣

ويلاحظ أن معاملات الثبات مرتفعة مما يمكن استخدام المقياس لتحقيق الهدف الذي وضع من أجله.

المقياس الثاني:

مقياس مركز الضبط (الداخلي - الخارجي) استخدم الباحث مقياس روتر للضبط الداخلي - الخارجي من خلال الشافعي(١٩٩٨، ٧٥)، وتم تعريبه واستخدامه من قبل جرادات(١٩٩٢م) من جامعة النجاح الوطنية لكي

يتناسب مع البيئة الفلسطينية، كذلك عربه برهوم(١٩٧٩) ليناسب البيئة الأردنية، كما قام أبو ناهية بتعريبه أيضا وتقنينه على قطاع غزة،وقد استخدمه أبو ناهية في أكثر من دراسة في عام(١٩٦٨) و(١٩٩٢) ويتكون المقياس من تسعة وعشرين زوجا من الفقرات،ويعبر ثلاثة وعشرون زوجا منها عن اتجاهات داخلية - خارجية نحو مصادر التعزيز، وستة أزواج للتمويه، وقد قام الباحث بحذف هذه الفقرات الست وذلك لان الدراسة تحتوي على مقياسين المقياس الأول به أربع وأربعون عبارة، والمقياس الثاني تسعة وعشرون، إذا لم تحذف الفقرات الستة والتي تمثل اثنتا عشرة عبارة سيكون المجموع مائة وإيثان عبارة ومن أجل التخفيف على العينة ومن أجل الحصول على المشاركة الفعالة كي لا تشعر العينة بالملل والإجابة السريعة دون تركيز تم حذف الفقرات الستة من أجل الحصول على مصداقية أكثر من قبل المشارك، كما أن العبارات والجمل الأساسية لمقياس وجهة الضبط لم تتغير.

تصحيح المقياس:

تتم عملية التصحيح على أساس أعطاء درجة لكل فقرة يجيب عليها المفحوص والتي تعبر عن اتجاه خارجي. إذ أن الدرجة على المقياس هي في الواقع مجموع الإجابات التي يختارها المفحوص بحيث تعبر عن اتجاه خارجي للفرد.ويسمى مجموع الدرجات التي تعبر عن الاتجاه الخارجي للفرد بالدرجة الخام وبالتالي فإن أعلا درجة يحصل عليها المفحوص هي ٢٣ درجة وتعني أن وجهة الضبط لديه خارجية، وأقل درجة يحصل عليها هي (صفر) وتعني أن وجهة الضبط الخارجية لديه معدومة.

صدق المقياس:

قام الباحث بالتأكد من صدق المقياس من خلال آراء المحكمين حول اتجاه الفقرات المختلفة المكونة له بحيث عرض المقياس على خمسة من المتخصصين في علم النفس والتربية،من أعضاء هيئة التدريس في كلية التربية

في جامعة الباحة بالمملكة العربية السعودية. أنظر الملحق الخاص بأسماء المحكين ملحق (٢).

ثبات المقياس :

ولاستخراج معامل الثبات استخدم معامل الثبات ألفا كرنباخ والجدول التالي يوضح ذلك:

جدول(١٠)

معامل الثبات للمقياس في صورتها النهائية بعد إجراء التحليل الإحصائي :

عدد عبارات المقياس	حجم العينة الاستطلاعية	معامل الثبات ألفا كرنباخ
٢٣	٤٥	٠,٥٧٤

يتضح من الجدول السابق معالم الثبات(٠,٥٧٤) تعتبر جيد يمكن الاعتماد عليها.

جدول(١١)

طبق الباحث أدوات الدراسة على العينة النهائية والتي تتصف بالصفات التالية:

نوع الكلية	التكرارات	النسبة المئوية
التربية	١٦٦	٧٧,٢
الطب	٤٩	٢٢,٨
المجموع	٢١٥	١٠٠,٠

جدل (١٢)

الطالب الساكنين بمنطقة الباحة، والسكانيين خارج المنطقة:

المتغير	التكرار	النسبة المئوية
داخل المنطقة	١٤٤	٦٧,٠
خارج المنطقة	٧١	٣٣,٠
المجموع	٢١٥	١٠٠,٠

جدول (١٣)

يوضح تنشئة العينة

مع الوالدين	٢٠٩	٩٧,٢
بعيد عن الوالدين	٦	٢٨
المجموع	٢١٥	١٠٠,٠

الأساليب الآحصائية:

-الأحصاء الوصفي.

-ولتحقق من صحة الفرضيات استخدم الباحث (T- Test) .

-كذلك استخدم تحليل التباين الأحادي.

-معامل الارتباط بوينت بايسيريال لمعرفة العلاقة بين الخجل ووجهة الضبط.

- التكرارات، المتوسطات، الانحراف المعياري.

-حساب معامل الثبات ألفا كرنباخ.

السؤال الأول: هل هناك علاقة بين الخجل و وجهة الضبط لدى عينة الدراسة الحالية؟

وللإجابة عن سؤال الرئيس تم استخدام معامل الارتباط بوينت بايسيريال حيث يمكن استخدامه لمعرفة العلاقة ألارتباطيه بين متغير كمي والأخر اسمي كما هو الحال في هذه الدراسة:

جدول (١٤)

استخدام معامل الارتباط بوينت بايسيريال

معامل الارتباط	الخجل	الضبط
معامل ارتباط بوينت بايسيريال	1	.263**
Sig. (2-tailed)		.000
N	215	215

مستوى الدلالة(❖❖٠,٠١)

تظهر النتيجة أنه كلما زادت درجة الخجل لدى الطلاب اتجه مركز الضبط لديهم ليكون خارجيا. بمعنى أنه كلما قلت درجة الخجل كلما وجهة الضبط الداخلي.

وهذه نتيجة طبيعية فقد أشارت بعض الدراسات كدراسة(السمادوني، د،ت)؛و دراسة شعبان(٢٠١١) والتي توصلت أن هناك علاقة سلبية بين الخجل وتوكيد الذات، وتقدير الذات، كذلك بالنظر في الإطار النظري بأن الشخص المتصف بالخجل يعاني من ضعف في الثقة بالنفس والاعتماد على الآخرين الشريفين؛ والشريفين (٢٠١١: ١٢٦).

السؤال الثاني: ما درجة الخجل لدى عينة الدراسة؟

وللإجابة على السؤال الحالي استخدم الباحث متوسطات العبارات والانحراف المعياري:

كما وضع سلم لتحديد درجة الخجل، (الدرجة تكون وصفية بناءً على المتوسط الحسابي كبيرة \ متوسطة \ ضعيفة ...الخ)

المتوسط	الدرجة
أقل من ٢	ضعيفة (لا يعاني من خجل)
من ٢ إلى أقل من ٣	متوسطة
أكثر من ٣	كبيرة

جدول (١٥)

يوضح متوسط العبارات والانحراف المعياري:

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
١	٢,٤٧	٠,٨٣٠	٢٣	٢,٤٠	١,٠٧٦
٢	٢,٤٥	٠,٨٧٣	٢٤	٢,٥٦	١,١١٣
٣	١,٩٤	٠,٧٨٦	٢٥	٢,٤٥	١,٠٧٩

العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
٤	٢,٥٠	٠,٩٣٢	٢٦	٢,٣٠	١,٠٩٢
٥	١,٩٦	٠,٩٧٤	٢٧	٢,٦٦	٠,٩١٣
٦	٢,٨١	٠,٩٤١	٢٨	٢,٧٤	١,٠٠٢
٧	٢,٣٣	٠,٨٨٦	٢٩	٢,٢٤	١,٠٠٣
٨	٢,٧٩	٠,٨٤٦	٣٠	٢,٤٨	٠,٩٧١
٩	٢,٠٠	٠,٨٥٠	٣١	٢,٣٦	٠,٩٣٢
١٠	٢,٠٣	٠,٦٩١	٣٢	١,٩٠	٠,٩٣٢
١١	٢,٣١	٠,٦٩١	٣٣	١,٧٨	٠,٨٨٤
١٢	٢,٠٣	١,٠٢٥	٣٤	١,٩١	٠,٦٩٢
١٣	١,٩٠	٠,٩٦٤	٣٥	٢,٣١	٠,٩٩١
١٤	٢,٤٩	١,٠٥٠	٣٦	٢,٣٨	١,٠٤٢
١٥	٢,٢٧	٠,٩٠٣	٣٧	١,٧٧	٠,٨٦٦
١٦	٢,٨٣	٠,٩٦٢	٣٨	١,٩٠	٠,٩٤٠
١٧	٢,٠٦	١,٠٤٦	٣٩	٢,٤٧	٠,٩٩٠
١٨	٢,١٣	٠,٩٧٧	٤٠	٢,٢٧	٠,٩٦٩
١٩	٢,٧١	١,٠٠٥	٤١	٢,٢٨	١,٠٣٦
٢٠	٢,٥١	٠,٩٩٩	٤٢	٢,٥٥	١,١٠٩
٢١	٢,٢٣	١,٠٢٧	٤٣	١,٧١	٩,٧٨
٢٢	٢,١٠	٠,٨٤٢	٤٤	٢,٦٥	١,١٣٣
الإجمالي		٢,٢٩٣		٠,٤٠٣	

طبقا لمقياس ليكارت الرباعى فإن إجمالي درجة الخجل لدى عينة الدراسة كان بدرجة (متوسطة) حديث بلغ متوسط درجة الخجل (٢.٢٩).

جدول (١٦)

درجة الخجل لدى طلاب كلية التربية :

العبارات	المتوسط	الانحراف المعياري	العبارات	المتوسط	الانحراف المعياري	العبارات	المتوسط	الانحراف المعياري
VAR0001	2.48	0.82	VAR0016	2.83	0.98	VAR0031	2.33	0.91
VAR0002	2.43	0.88	VAR0017	2.09	1.06	VAR0032	1.89	0.93
VAR0003	1.97	0.80	VAR0018	2.08	0.96	VAR0033	1.74	0.89
VAR0004	2.45	0.94	VAR0019	2.73	1.00	VAR0034	1.87	0.95
VAR0005	1.95	0.82	VAR0020	2.51	1.01	VAR0035	2.25	0.97
VAR0006	2.84	0.95	VAR0021	2.30	1.06	VAR0036	2.40	1.05
VAR0007	2.34	0.92	VAR0022	2.19	0.89	VAR0037	1.77	0.89
VAR0008	2.81	0.91	VAR0023	2.42	1.07	VAR0038	1.90	0.96
VAR0009	1.99	0.86	VAR0024	2.60	1.14	VAR0039	2.47	0.97
VAR0010	2.07	0.83	VAR0025	2.46	1.05	VAR0040	2.33	0.98
VAR0011	2.33	0.93	VAR0026	2.27	1.11	VAR0041	2.27	1.04
VAR0012	1.99	0.97	VAR0027	2.69	0.89	VAR0042	2.55	1.12
VAR0013	1.92	0.94	VAR0028	2.73	1.00	VAR0043	1.78	1.04
VAR0014	2.49	1.04	VAR0029	2.23	1.01	VAR0044	2.67	1.13
VAR0015	2.25	0.89	VAR0030	2.46	0.96	المقياس ككل	2.30	0.97

- يتضح من الجدل السابق أن درجة الخجل لدى طلاب كلية التربية كان بدرجة متوسطة حيث بلغ متوسطهم الحسابي(٢,٣٠) .

جدول (١٧)

درجة الخجل لدى طلاب كلية الطب:

العبارات	المتوسط	الانحراف المعياري	العبارات	المتوسط	الانحراف المعياري	العبارات	المتوسط	الانحراف المعياري
VAR0001	2.41	0.86	VAR0016	2.84	0.92	VAR0031	2.47	1.00
VAR0002	2.51	0.84	VAR0017	1.98	1.01	VAR0032	1.92	0.93
VAR0003	1.86	0.74	VAR0018	2.27	1.02	VAR0033	1.90	0.87
VAR0004	2.67	0.88	VAR0019	2.65	1.03	VAR0034	2.04	1.00
VAR0005	2.00	0.79	VAR0020	2.53	0.96	VAR0035	2.47	1.02
VAR0006	2.82	0.99	VAR0021	2.02	0.88	VAR0036	2.31	1.02
VAR0007	2.35	0.99	VAR0022	1.82	0.57	VAR0037	1.82	0.83
VAR0008	2.71	0.79	VAR0023	2.39	1.10	VAR0038	1.90	0.87
VAR0009	2.02	0.80	VAR0024	2.45	1.00	VAR0039	2.51	1.04
VAR0010	1.92	0.91	VAR0025	2.41	1.17	VAR0040	2.08	0.91
VAR0011	2.22	1.07	VAR0026	2.41	1.02	VAR0041	2.37	1.03
VAR0012	2.16	1.16	VAR0027	2.61	0.98	VAR0042	2.63	1.01
VAR0013	1.92	1.06	VAR0028	2.80	0.98	VAR0043	1.51	0.74
VAR0014	2.51	1.06	VAR0029	2.29	0.98	VAR0044	2.57	1.14
VAR0015	2.33	0.94	VAR0030	2.57	1.00	المقياس ككل	2.29	0.95

يتضح من الجدول أن طلاب كلية الطب كان لديهم خجل بدرجة متوسطة حيث بلغ المتوسط الحسابي لديهم (٢,٢٩).

وبالنظر إلى الجداول الثلاثة السابقة الخاصة بدرجة الخجل لدى عينة الدراسة نجد أن درجة الخجل تقع ضمن المستوى المتوسط، وهذه النتيجة تخالف ما توصلت إليه دراسة أميرة الدليمي؛ و أحلام العزي(٢٠١١، ١٤٨) حيث توصلت أن عينة الدراسة لديهن خجل اجتماعي، ويذكر كل من شتاين، ووكر، (٢٠٠٢م : ١٩) بأن الخجل يعتبر شايعا جدا بين الأفراد وهو يمنعهم من العيش بشكل طبيعي وبالشكل الذي يرغبونه، وفي دراسة لكل من(Carducci,& stein 1988,) على عينة حجمها (١١٢٠) على طلبة الجامعة وكانت الدراسة تتبعيه من عام (١٩٧٩ - ١٩٨٧) وجد أن حوالي ٥٥٪ من عينة الدراسة يتصفون بالخجل وهذه النسبة تعتبر مرتفعة حيث تجاوزه نسبة الخمسين في المئة. ويضيف الشريفين، والشريفين،(٢٠١١: ١٢٨) بأن طلبة الجامعات من أكثر الفئات تعرضا للاضطرابات النفسية لتعرضهم لمواقف ضاغطة ومؤثرة بشكل كبير عليهم فضلا عن تعرضهم لتغيرات إنمائية، ونفسية، واجتماعية مختلفة. وقد يعود سبب ذلك إلى طبيعة منطقة عينة الدراسة والتي تعتبر بيئة قروية قبلية تساعد على الاختلاط بكبار السن ووجهاء المنطقة مما يكسب الفرد على الثقة بالنفس والجرأة.

السؤال الثالث: ما وجهة الضبط لدى أفراد العينة ككل وحسب متغيرات (الكلية، منطقة سكن الطالب، التنشئة) ؟

جدول (١٨)

متغير الكلية

الكلية	داخلي		خارجي		المجموع	
	عدد	نسبة	عدد	نسبة	عدد	نسبة
التربية	١٠٨	٦٥٪	٥٨	٣٥٪	١٦٦	١٠٠٪
الطب	٣٧	٧٦٪	١٢	٢٤٪	٤٩	١٠٠٪

يظهر الجدول أن وجهة الضبط الداخلي لدى طلاب كلية التربية كان بنسبة ٦٥٪ بينما كان لدى طلاب كلية الطب بنسبة ٧٦٪ مما يشير إلى أن طلاب كلية الطب يتصفون بوجهة الضبط الداخلي أعلى من طلاب كلية التربية، وبالتالي فإن وجهة الضبط الخارجي لدى طلاب كلية التربية كان بنسبة ٣٥٪ بينما كان لدى طلاب كلية الطب بنسبة ٢٤٪ مما يشير إلى أن طلاب كلية التربية وجهة الضبط الخارجي لديهم أعلى من طلاب كلية الطب، وهذه النتيجة تتفق مع نتيجة الجوهرة الداود(٢٠٠٢) والتي توصلت إلى وجود علاقة موجبة دالة بين وجهة الضبط وبين مستوى الطموح، ويرى الباحث أن مستوى الطموح لدى طلاب كلية الطب أعلى فهو الذي دفعهم للجد والدراسة منذ مرحلة الثانوية.

جدول (١٩)

متغير منطقة سكن الطالب

المنطقة	داخلي		خارجي		المجموع	
	عدد	نسبة	عدد	نسبة	عدد	نسبة
منطقة الباحة	٩٠	٦٢,٥٪	٥٤	٣٧,٥٪	١٤٤	١٠٠٪
خارج منطقة الباحة	٥٥	٧٧,٥٪	١٦	٢٢,٥٪	٧١	١٠٠٪

يظهر الجدول السابق أن وجهة الضبط الداخلي للطلاب الساكنين والقاطنين داخل منطقة الباحة تمثل٦٢,٥٪ بينما الطلاب القادمين من خارج المنطقة كانت نسبة وجهة الضبط الداخلي أعلى من طلاب المنطقة حيث بلغت النسبة ٥. ٧٧٪، ويعتقد الباحث أن هذه النتيجة منطقية حيث يحتاج من يترك منطقته سكنه ويسكن منطقة جديد عليه أن يثق بنفسه وبقدراته ولديه مستوى طموح مرتفع يجعله يضحي بمنطقته الأم إلى منطقة جديد، ويمكن الاستفادة من الدارسات السابقة على الرغم من أنها غير مباشرة مع الدراسة الحالية، وتتماشي هذه النتيجة في الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه دراسة الجوهرة الداود(٢٠٠٢) في وجود علاقة موجبة دالة بين وجهة الضبط الداخلية وبين

مستوى الطموح، وان من يترك منطقته عليه أن يمتلك القدرة على التوافق، وهذا ما توصلت إليه دراسة حنان عطاء الله إلى وجود علاقة بين التكيف الجامعي و وجهة الضبط الداخلية، كما توصلت دراسة (Barnet,1987) إلى أن الأفراد الذين تزداد لديهم معدلات الضبط الداخلي كانوا أكثر توافقا. وبذلك يرى الباحث أن النتيجة التي توصلت إليه الدارسة الحالية منطقية. وبالنظر في الإطار النظري فإن الشخص المتصف بوجهة الضبط الداخلي، يتمتعوا بهدوء نفسي وأكثر طمأنينة، ولديهم درجة عالية من الثقة بالنفس، وأكثر بعد عن القلق والاكتئاب والاضطرابات النفسية المختلفة. (أبو ناهية، ١٩٨٩، ٥٩)،ولديه قدرة على التوافق مع المواقف الضاغطة.(مي عز الدين، ٢٠٠٨، ٤٢)

جدول (٢٠)

متغير طبيعة التنشئة

التنشئة	داخلي		خارجي		المجموع	
	عدد	نسبة	عدد	نسبة	عدد	نسبة
مع والديه	١٤٠	٦٧٪	٦٩	٣٣٪	٢٠٩	١٠٠٪
بعيداعن والديه	٥	٨٣٪	١	١٧٪	٦	١٠٠٪

يظهر الجدول أن الطلاب الذين كانت تنشئتهم مع والديهم كانت نسبة وجهة الضبط الداخلي لديهم ٧٦٪ ، بينما من كانت تنشئته بعيدا عن والديه كانت النسبة(٨٣٪). وهذه نتيجة طبيعة فالفرد الذين يعيش مع والديهم قد يكون اتخاذ قراره بمفرده يشوبها نوع من الصعوبة بينما الأفراد الذين يعيشون بعيدين عن والديهم ليهم قدر أكبر في الاعتماد على أنفسهم.

السؤال الرابع : :هل توجد فروق في مستوى الخجل، ووجهة الضبط لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير نوع الكلية؟

تم استخدام اختبار "ت" للمجموعات المستقلة Independent Sample t-test

جدول (٢١)

"ت" للمجموعات المستقلة Independent Sample t-test

	الكلية	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	الفروق بين المتوسطين	درجة الحرية	قيمة(ت)	مستوى الدلالة
مستوى الخجل	كلية التربية	١٦٦	٢,٢٩٥	٠,٤١٥	٠,٠٠٤٦	٢١٣	٠,٠٧١	٠,٣١٨
	كلية الطب	٤٩	٢,٢٩٠	٠,٣٦٣				
وجهة الضبط	كلية التربية	١٦٦	١٠,٤٠	٢,٩٣٤	١,٠٧٧	٢١٣	٢,١٩٧	٠,٠٦٧
	كلية الطب	٤٩	٩,٣٣	٣,٢٨١				

يتضح من الجدول السابق وجود فروق في المتوسطات بين الكليتين(التربية،الطب) على مقياس الخجل، وللتأكد من الدلالة الإحصائية، تم باستخدام اختبار (ت) وتوصلت إلى عدم وجود دلالة إحصائية، مما يشير إلى أن طلاب كلتا الكليتين يتمتعون بنفس القدر من الجرأة والثقة بالنفس ويعلل الباحث ذلك إلى تقارب أساليب التربية بين أفراد العينة وتشابه البيئة التي يعيشون فيها سواء الاجتماعية أو الثقافية أو الاقتصادية مما يجعل أفراد الكليتين متقاربين في درجة الخجل، وهذه النتيجة تتماشى مع نتيجة دراسة حنان زيدان(٢٠١١) والتي توصلت أنه لا توجد دلالة إحصائية بين الخجل وبين التخصصات المختلفة.

يظهر من الجدول (٢١) وجود فروق في المتوسطات بين الكليتين بحساب متوسطات وجهة الضبط الخارجي(١)، وللتأكد من الدلالة الإحصائية،تم استخدام "ت" للمجموعات المستقلة Independent Sample t-test

يتضح عدم وجود دلالة إحصائية، مما يشير إلى أن طلاب كلتا الكليتين يتمتعون بنفس وجهة الضبط، وإن كانت المتوسطات تشير إلى أن طلاب كلية التربية وجهة ضبطهم خارجيا أكثر من طلاب كلية الطب، ويعلل الباحث

انخفاض وجهة الضبط الخارجي لطلاب كلية الطب بمعنى ارتفاع وجهة الضبط الداخلي لديهم إلى ارتفاع ثقة طالب الطب بنفسه.وهذه النتيجة تتناسب وتؤيد نتيجة السؤال الأول، وبالنظر في الدراسات السابقة على الرغم من أنها غير مباشرة ولكن يمكن الاستدلال بنتائجها، ففي دراسة حسن(٢٠٠٦) توصلت إلى وجود علاقة بين التحصيل الدراسي الفعلي وبين مجموعات الدراسة لصالح وجهة الضبط الداخلي، وفي اغلب الأحوال فأن طلاب كلية الطب تكون معدلاتهم في الثانوية أعلى من طلاب كلية التربية فان نتيجة هذا السؤال تتوافق مع نتيجة دراسة حسن،كما تتفق مع دراسة مقابلة(١٩٩٦) بأن المعلمين أظهروا توجها خارجيا أكبر في التحكم بسلوكهم ، ويشير الديب(١٩٨٧، ٤٩) أن الطلاب ذوي وجهة الضبط الداخلي ينجزون تحصيلا دراسيا أكبر من ذوي وجهة الضبط الخارجي، وهذه النتيجة تخالف نتيجة يعقوب؛و مقابلة(١٩٩٤) حيث توصلت دراستهما إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية بين التخصصات.

السؤال الخامس : هل توجد فروق في مستوى الخجل، ووجهة الضبط لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير منطقة سكن الطالب؟

جدول (٢٢)

يوضح مستوى الخجل، ووجهة الضبط لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير منطقة سكن الطالب

	سكن الطالب	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	الفروق بين المتوسطين	درجة الحرية	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
مستوى الخجل	منطقة الباحة	١٤٤	٢,٢٨٠	٠,٤٠٢	٠,٠٤٢١	٢١٣	٠,٧٢١	٠,٧٠٨
	خارج منطقة الباحة	٧١	٢,٣٢٢	٠,٤٠٦				
وجهة الضبط	منطقة الباحة	١٤٤	١٠,٣١	٣,١٨١	٠,٠٤٢١٨	٢١٣	١,٠١٢	٠,٠١٦
	خارج منطقة الباحة	٧١	٩,٨٦	٢,٧٣٨				

بالنظر في الجدول (٢٢): والخاص بمقياس مستوى الخجل يتضح وجود فروق بين متوسطات المجموعتين،المجموعة الأولى من سكان منطقة الباحة، والمجموعة الثانية من خارج منطقة الباحة، وللتأكد من هذه الفروق تم استخدام اختبار (ت) فتضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين، مما يعني تساوي المجموعتين في مستوى الخجل ويعلل الباحث هذا التقارب إلى تشابه أساليب التنشئة بين أفراد منطقة الباحة وبين أفراد خارج منطقة الباحة، ولعل ذلك يعود أيضا إلى أن الطلاب القادمين إلى منطقة الباحة هم في الغالب من المحيطين بها فالاختلاف يعود إلى التقسيم الإدارة للمناطق.

وبالنظر في الجدول(٢٢) والخاص بمقياس وجهة الضبط يتضح وجود فروق في المتوسطات حيث بلغ متوسط وجهة الضبط لدى المجموعة الساكنة في منطقة الباحة (٣٠. ١٠) والمجموعة القادمة من خارج المنظفة (٩,٨٦) وللتأكد من وجود فروق دالة إحصائية بين المجموعتين تم استخدام (ت) فتضح وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند(٠,٠٥)، مما يعني أن المجموعة القادمة من خارج منطقة الباحة يتصفون بوجهة ضبط أعلى من المجموعة الساكنة في منطقة الباحة، وهذه النتيجة متماشية مع نتيجة السؤال الأول الخاص وجهة الضبط ومتغير منطقة سكن الطالب. وبالنظر إلى خصائص الأفراد المتصفين بالضبط الداخلي من القدرة على تحقيق الذات ، والثقة بالنفس، وشعورهم بالمسئولية (الحكمي،٢٠٠٤،٢٠٩) ويعلل الباحث ذلك بأن المجموعة القادمة من خارج المنطقة للدراسة تحتاج إلى قدر معين من الثقة في النفس والاعتماد على الذات(الحكمي، ٢٠٠٥، ١٨٨)، ومن الإطار النظري فإن مركز الضبط من المفاهيم التي تكتسب من البيئة أثناء عملية التربية الأسرية والتنشئة الاجتماعية للفرد وبتالي فالأفراد الملتصقين بأسرهم يغذون بالتدعيم المستمر أي أنهم ينتظرون تدعيم خارجيا وبذلك يكون وجهة ضبطهم خارجيا على العكس من الأفراد

الذين يكون بعيدين عن أسرة بعض الشيء بحيث يستطيع اتخاذ قراراته بنفس وبذلك ينمو لديه الشعور بالثقة بالنفس ويكون وجهة ضبطه داخليا.

السؤال السادس : هل توجد فروق في مستوى الخجل، ووجهة الضبط لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير التنشئة؟

جدول (٢٣)

يوضح الخجل، ووجهة الضبط لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير التنشئة

	التنشئة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	الفروق بين المتوسطين	درجة الحرية	قيمة (ت)	مستوى الدلالة
مستوى الخجل	بين والدية	٢٠٩	٢,٢٩٧	٠,٤٠٥	٠,١١٨٧	٢١٣	٠,٧١١	٠,٣٨٣
	بعيد عن والديه	٦	٢,١٧٨	٠,٢٩٦				
وجهة الضبط	بين والدية	٢٠٩	١٠,١٨	٣,٠٦٦	٠,٨٤٨	٢١٣	٠,٦٧٣	٠,٢٣٣
	بعيدعن والديه	٦	٩,٣٣	٢,٠٦٦				

يظهر الجدول السابق وجود فروق بين المجموعتين(من نشاء بين والدية) و(من نشاء بعيدا عن والديه) في المتوسطات حيث بلغ متوسط المجموعة الأولى(٢,٢٩٧) ومتوسط المجموعة الثانية(٢,١٧٨)، غير أن اختبار (ت) يوضح عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين هذه المتوسطات، إلا أن متوسط الخجل في المجموعة الأولى تعتبر أعلى وهذا يعتبر طبيعيا لأن وجود الفرد وتربية بين والديه وتعرضه للتوجيه والتربية والمتابعة والمنع يجعله أكثر انضباطا في سلوكه وبالتالي مراقة نفسه والابتعاد عن المشاركة بهدف أن يكون في آمان من توجيهات والديه أو أحدهما وينمو هذا الشعور مع الفرد، بينما من عاش بعيدا عن والديه فهو يتمتع بقدر أكبر في التعبير عن رأيه ومواقفه فليس هناك من قد يمنعه فينمو لديه الشعور بحرية التعبير عن نفسه ويقل بذلك الشعور بالخجل.

المراجع

المراجع العربية :

١. إبراهيم/ سليمان عبد الواحد يوسف(٢٠١٣) سيكولوجية الإعاقة البصرية، المعاق بصريا بين الطاقة المعطلة والقوى المنتجة،الوراق للنشر، عمان، الأردن.

٢. إبراهيم،سليمان عبد الواحد يوسف(٢٠١٢م) قراءات في علم النفس الشخصية "الشخصية في سواءها وانحرافها" مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع، مصر، القاهرة.

٣. أبو الهدى،إبراهيم محمود(١٤٣١هـ / ٢٠١١م) دراسة سيكومترية كلينيكية لقلق المستقبل وعلاقته بمعنى الحياة ووجهة الضبط لدى عينة من المعاقين بصريا والمبصرين، مجلة كلية التربية جامعة عين شمس، العدد الخامس والثلاثون، الجزء الثالث.

٤. أبو ناهية، صلاح الدين محمد(١٩٨٧) الفرق في الضبط الداخلي، الخارجي لدى الأطفال والمراهقين والشباب والمسنين من الجنسين بقطاع غزة، مجلة دراسات تربوية، القاهرة، المجلد التاسع.

٥. أبو ناهية،صلاح الدين أبو ناهية،.....: ١٤٥ إدراك موضع الضبط وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى التلاميذ في مرحلة التعليم الأساسي بقطاع غزة، مجلة علم النفس .

٦. أبو ناهية،صلاح الدين محمد(١٩٨٤) مواضيع الضبط وعلاقتها ببعض المتغيرات الشخصية الانفعالية والمعرفية لدى تلاميذ المرحلة الثانوية،رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية،قسم علم النفس التعليمي،جامعة عين شمس.

٠٧. أبو ناهية،صلاح الدين محمد(١٩٨٩) العلاقة بين الضبط الدالخي – والخارجي وبعض أساليب المعاملة الوالدية في الأسرة الفلسطينية بقطاع غزة، مجلة علم النفس.

٠٨. أبو ناهية،صلاح الدين محمد(١٩٨٩) تقنين مقياس الضبط الداخلي – الخارجي للأطفال المراهقين في الصفوف العليا بالمرحلة الابتدائية في البيئة الفلسطينية بقطاع غزة.مجلة علم النفس العدد ٩ يناير –فبراير -مارس.

٠٩. أبو ناهية،صلاح الدين محمد، العلاقة بين الضبط الداخلي – الخارجي وبعض أساليب المعاملة الوالدية في الأسرة الفلسطينية بقطاع غزة .

١٠. إسعاد عبد العظيم البنا(٢٠٠٦) نمذجة العلاقات بين وجهة الضبط والدافع للإنجاز وقلق الامتحان وأثرها على التحصيل الأكاديمي،مجلة كلية الآداب –جامعة المنصورة ،العدد الثامن والثلاثون.

١١. أميرة مزهر حميد الدليمي،و أحلام مهدي عبد الله العزي(٢٠١١م) الخجل الاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طالبات معهد إعداد المعلمات،مجلة الفتح تشرين الأول، العدد السابع والاربعون

١٢. الجوهرة عبد الله الذواد(٢٠٠٢) وجهة الضبط وعلاقتها بمستوى الطموح لدى بعض طالبات الجامعة السعوديات والمصريات"دراسة عبر ثقافية" مجلة دراسات عربية في علم النفس مج ١، ع٣ يوليو ص ص ١١٩ - ١٥٦

١٣. حسن، ناجي محمد (٢٠٠٦م) العلاقة بين متغير الأفكار اللاعقلانية ووجهة الضبط والتحصيل الدراسي في الريف والحضر في المجتمع المصري، مجلة العلوم التربوية، العدد الثاني إبريل.

١٤. الحكمي، إبراهيم الحسن(١٤٢٤هـ / ٢٠٠٤م) أثر التخصص الدراسي ووجهة الضبط على الذكاء الشخصي لطلاب جامعة أم القرى فرع الطائف، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والاجتماعية والإنسانية، المجلد السادس عشر، العدد الأول،ذو القعدة.

١٥. حلاوة،رامي صالح،والمنسي،تيسير،وجابر،عبد السلام(٢٠١٣م)علاقة الخجل بمستوى التعلم في بعض المساقات العلمية المختلطة لدى طلبة كلية التربية الرياضية في الجامعة الأردنية، مجلة مؤته للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد الثامن والعشرون، العدد الخامس.

١٦. حنان إسماعيل محمد أحمد، الجزار، عبد اللطيف الصفي، حنان محمد الشاعر(٢٠١٠) إستراتيجية برمجة الثنائيات الافتراضية(المتزامنة/ غير المتزامنة) ووجهة الضبط (داخلي/ خارجي) لدى طلاب الدراسات العليا:هل يوجد أثر لتفاعلهما على تنمية مهارات برمجة المواقع التعليمية؟ مجلة البحث العلمي في التربية، العدد الحادي عشر.

١٧. حنان السيد عبد القادر زيدان(٢٠١١) الخجل وعلاقته بكل من عوامل الشخصية ومواجهة المواقف السلوكية لدى عينة من طلاب كلية التربية النوعية، مجلة كلية التربية، جامعة الإسكندرية، المجلد الحادي والعشرون، العدد الأول.

١٨. حنان حسن عطا الله(٢٠١٢م) التكيف الجامعي وعلاقته بوجهة الضبط وبعض المتغيرات الأخرى لدى عينة من طالبات كلية التربية بجامعة الملك سعود، مجلة العلوم التروية والنفسية، المجلد ١٣، العدد ١ مارس.

١٩. خليفة،علي السيد(٢٠٠١م)الخجل أسبابه وعلاجه،المركز العربي للنشر والتوزيع، مصر، الإسكندرية.

٢٠. الدخيل،صالح عبد الكريم بن علي(١٤٣١هـ/١٤٣٢هـ)أساليب المعاملة الوالديه وعلاقتها بالخجل لدى طلاب المرحلة المتوسطة في مدينة الرياض،رسالة ماجستير غير منشورة،المملكة العربية السعودية، الرياض، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية،كلية العلوم الاجتماعية،قسم علم النفس

٢١. الديب، علي محمد محمد(١٩٨٧) مركز الضبط وعلاقته بالرضا عن التخصص الدراسي"دراسة عبر حضارية"، مجلة علم النفس، مصر، ع ٣.

٢٢. الديب، محمد مصطفى،وخليفة، وليد السيد أحمد(٢٠١٣م)أثر برنامج تدريبي لتنمية الكفاءة الذاتية الأكاديمية في الدافعية للتعلم ووجهة الضبط وقلق الاختبار لدى الطلاب المتلكئين أكاديميا بكلية التربية جامعة الطائف،مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس،مارس،العدد الخامس والثلاثون.

٢٣. الربيعة،فهد بن عبد الله(٢٠١٣) الخجل والشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب وطالبات كلية التربية بجامعة الملك سعود،مجلة دراسات عربية في علم النفس،مج ١٢،ع٢،ابريل ص -ص٣١٣ - ٣٣٨

٢٤. الربيعه، فهد عبد الله(٢٠١٣) الخجل والشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب وطالبات كلية التربية بجامعة الملك سعود، دراسات عربية في علم النفس، مج١٢، ع٢

٢٥. زهران، حامد عبد السلام(٢٠٠٥) التوجيه والإرشاد النفسي، علم الكتب، مصر القاهرة.

٢٦. السمادوني، السيد إبراهيم(د:ت) الخجل وعلاقته ببعض سمات الشخصية في مرحلة المراهقة والرشد، كلية التربية،جامعة طنطا.

٢٧. سناء محمد سليمان(١٩٨٨ : ٦٧) الانضباط لدى تلاميذ المدرسة الإعدادية وعلاقتها بالمستوى الاجتماعي الثقافي ووجهة الضبط والاتجاهات الدراسية، مجلة علم النفس العدد ٦.

٢٨. السيد، عبد المنعم عبد الله حسيب(٢٠١٣) بعنوان الخجل والوحدة النفسية وجودة الصداقة لدى طلاب الجامعة المستخدمين وغير المستخدمين للفيسبوك ،مجلة الطفولة والتربية، العدد ١٣،السنة٥ ،يناير ٢٠١٣.

٢٩. الشافعي،فداء سالم(١٩٩٨م)علاقة مركز الضبط بالقدرة على حل المشكلات لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية بنابلس بالضفة الغربية،رسالة ماجستير غير منشورة،جامعة النجاح الوطنية نابلس،فلسطين.

٣٠. شتاين، موري بي، و ووكر، جون آر(٢٠٠٢م) قهر الخجل والقلق الاجتماعي التغلب على الخجل ،ترجمة مكتبة جرير،النسخة الالكترونية،www.JarirBookstore.com

٣١. الشريفين،نضال كمال،و الشريفين،أحمد عبد الله(٢٠١١م)بناء مقياس الخجل لدى طلبة الجامعات،مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس،المجلد التاسع العدد الرابع.

٣٢. شعبان،عبد ربه علي(١٤٣١هـ،٢٠١٠م)الخجل وعلاقته بتقدي الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصريا،رسالة ماجستير غير منشورة،فلسطين، غزة، الجامعة الإسلامية،كلية التربية،قسم علم النفس.

٣٣. شهرزاد محمد شهاب(٢٠١٠) موقع الضبط وعلاقته بمتغير الجنس وسنوات الخدمة لدى المرشدين التربويين في مركز محافظة نينوى، دراسات تربوية، العدد العاشر،نيسان.

٣٤. الطواري، سعود محمد(٢٠١٣م) الخجل الاجتماعي والثقة بالنفس،دار المسيلة للنشر والتوزيع، الكويت، حولي.

٣٥. فايد، حسين علي محمد(١٩٩٧: ١٥٣)وجهة الضبط وعلاقتها بتقدير الذات وقوة الأنا لدى متعاطي المواد،مجلة علم النفس ابريل، مايو، يونيه . بأن الأشخاص ذوي الضبط الخارجي يتصفون بضعف الأنا.

٣٦. فائقة محمد بدر(٢٠٠٦م) وجهة الضبط وتوكيد الذات : دراسة مقارنة بين طلاب الجامعة المقيمين في المملكة العربية السعودية وخارجها، مجلة دراسات عربية في علم النفس،مجلة ٥، العدد ١، يناير.

٣٧. فرج،صفوت(١٩٩١) مصدر الضبط وتقدير الذات وعلاقتها بانبساط والعصابية،مجلة دراسات نفسية،ك ١ ج١ ص ص ٧ -٢٦.

٣٨. القيسي، نايف(٢٠١٠) المعجم التربوي وعلم النفس، دار اسامة، ودار المشرق، الأردن، عمان.

٣٩. كفافي، علاء الدين؛ ومايسه أحمد النيال؛ وسهير محمد سالم(٢٠١٣) نظريات الشخصية، الارتقاء، النمو، التنوع، دار الفكر، الأدرن، عمان.

٤٠. مايسه أحمد النيال،و أبو زيد، مدحت عبد الحميد(١٩٩٩م) الخجل وبعض أبعاد الشخصية، دراسة مقارنة في ضوء عوامل الجنس، العمر، والثقافة،مكتبة دار المعرفة الجامعية، مصر، الإسكندرية.

٤١. مجدة أحمد محمد محمود(٢٠٠٢م) وجهة الضبط والاضطراب النفس، مجلة حوليات آداب عين شمس، المجلد ٣٠ يوليه – سبتمبر.

٤٢. المحارب، ،ناصر إبراهيم(١٩٩٤م)بعنوان الثبات والتغير في الخجل وعلاقته بالمجارة والشعور بالوحدة لدى عينة من طلاب جامعة الملك سعود،مجلة علم النفس العدد ٣٢ السنة الثامنة (٨)شهر ديسمبر،١٩٩٤م

٤٣. محرم،علي إبراهيم(٢٠٠٥م)التدخل المهني باستخدام محتويات البرنامج و مواجهة بعض مظاهر الخجل لدى المراهقين،دراسات في الخدمة الاجتماعية والعلوم الإنسانية، مصر، العدد ع ١٩، ج ٢

٤٤. مقابلة،نصر يوسف(١٩٩٦ : ١١٧) العلاقة بين مركز الضبط والاحتراق النفسي لدى عينة من المعلمين مجلة علم النفس السنة ١٠)

٤٥. مي عز الدين(٢٠٠٨م) وجهة الضبط ومفهوم الذات علاقتها بالاكتئاب لدى المسن المعاشي،"دراسة سيكولوجية تحليلية"، دار عزة للنشر والتوزيع، السودان، الخرطوم.

٤٦. النملة، عبد الرحمن سليمان(١٩٩٥) برنامج العلاج النفسي لحالات الخجل، دراسة تجريبية لمجموعة من طلاب المرحلة الثانوية الرياض، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

٤٧. هانم بنت حامد ياركندي(د:ت) ضغوط العمل وعلاقتها بالقيادة التربوية ووجهة الضبط لدى مديرات المدارس بمحافظة جدة، مجلة رسالة الخليج العربي العدد ٨٩.

٤٨. هدية، فودة محمد علي(١٩٩٤) دراسة لمصدر الضبط الداخلي والخارجي لدى المراهقين من الجنسين،مجلة علم النفس، العدد ٣٢، أكتوبر، السنة(٨)

٤٩. يعقوب،إبراهيم محمد؛ ومقابلة نصر يوسف(١٩٩٤) مركز الضبط وعلاقته ببعض المتغيرات لدى الطلبة الجامعيين، علم النفس، العدد ٣٢، السنة ٨ .

المراجع الأجنبية:

50. Arbeau, Kimberley A.; Coplan, Robert J.; Weeks, Murray(2010) Shyness, Teacher-Child Relationships, and Socio-Emotional Adjustment in Grade 1. International Journal of Behavioral Development 34.3 ,ERIC, Current Index to Journals in Education (CIJE)
51. Barnet, Helen Smith(1987) Divorce Stress and Adjustment Model: Locus of Control and Demographic Predictors. Level 1 - Available online, if indexed January 1993 onward
Subfile
ERIC, Resources in Education (RIE)
52. Becker, Kimberly D; Ginsburg, Golda S; Domingues, Janine; Tein, Jenn-Yun(2010) Journal of abnormal child psychology.
53. Bulus, Mustafa. (2011) Goal Orientations, Locus of Control and Academic Achievement in Prospective Teachers: An Individual Differences
EDAM (Educational Consultancy Ltd.) Turkey Istanbul
54. Carducci, Bernardo J.; Stein, Nikki D(1988) The Personal and Situational Pervasiveness of Shyness in College Students: A Nine-Year Comparison, ERIC, Resources in Education (RIE)
55. Chu, Hsiang-Ning Rebecca.2008, Shyness and EFL learning in Taiwan: A study of shy and non-shy college students' use of strategies, foreign language anxiety, motivation, and willingness to communicate, The University of Texas at Austin, ProQuest, UMI Dissertations
56. Coplan, Robert J.; Hughes, Kathleen; Bosacki, Sandra; Rose-Krasnor, Linda(2011) Is Silence Golden? Elementary School Teachers' Strategies and Beliefs regarding Hypothetical Shy/Quiet and Exuberant/Talkative Childre. Journal of Educational Psychology 103.4 (N
57. Findlay, Leanne C; Coplan, Robert J; Bowker, Anne(2009) Keeping it all inside: Shyness, internalizing coping strategies and socio-emotional adjustment in middle childhood, International Journal of Behavioral Development, 33.1 (Jan) 47-54.

58. Harsch, Dawn M(2008) The role of self-efficacy, locus of control, and self-handicapping in dissertation completion, Pro Quest, UMI Dissertations Publishing, The University of Akron
59. Hollingsworth, Craig W(2005) The Relationship between Shyness and Internet Addiction: A Quantitative Study on Middle and Post Secondary School Students, ERIC, Resources in Education (RIE)
60. Mounts, Nina S.; Valentiner, David P.; 1Anderson, Katherine L.; Boswell, Michelle K, (2006) Shyness, Sociability, and Parental Support for the College Transition: Relation to Adolescents' Adjustment
Journal of Youth and Adolescence 35.1
61. Rubin, Kenneth H; Wojslawowicz, Julie C; Rose-Krasnor, Linda; Booth-LaForce, Cathryn; Burgess, Kim B.(2006) The Best Friendships of Shy/Withdrawn Children: Prevalence, Stability, and Relationship Quality
Journal of Abnormal Child Psychology 34.2 (April 2006):
62. Van Zalk,Nejra;Kerr,Margaret(2011) Shy Adolescents' Perceptions of Parents' Psychological Control and Emotional Warmth: Examining Bidirectional Links, journal of Developmental Psychology,

الملاحـــق

ملحق (١)

م	اسم المحكم	الجامعة
١	أ.د. محمد جعفر جمل الليل	جامعة الخليج العربي بمملكة البحرين
٢	أ.د. محمد حمزة السليماني	أم القرى المملكة العربية السعودية
٣	د.محمد راشد الزهراني (مشارك)	الباحة
٤	د. سعيد شويل	الباحة
٥	د. أشرف عبدة	الباحة
٦	د. عماد متولي	الباحة
٧	لؤي أبو لطيفة	الباحة

ملحق (٢)

م	اسم المحكم	الجامعة
١	أ.د. محمد جعفر جمل الليل	جامعة الخليج العربي بمملكة البحرين
٢	أ.د. محمد حمزة السليماني	أم القرى المملكة العربية السعودية
٣	د.محمد راشد الزهراني (مشارك)	الباحة
٤	د. سعيد شويل	الباحة
٥	د. أشرف عبدة	الباحة
٦	د. عماد متولي	الباحة
٧	لؤي أبو لطيفة	الباحة
٨	د. فهد عبد المحسن الحارثي.	الباحة
٩	د. فتحي	الباحة