

جمهورية السودان

جامعة شندي

كلية الدراسات العليا والبحث العملي

مفهوم الذات وعلاقته بالقلق الاجتماعي و التحصيل الدراسي لدى التلاميذ
الحلقة الثالثة بمرحلة الأساس بمدينة شندي

بحث مقدم لنيل درجة الماجستير في التربية

إعداد:

الطالبة / منى خالد حسن عبد القادر

إشراف:

دكتور / محمد الحسن أحمد الحفيان

شندي ٢٠١٥

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

﴿هُوَ الَّذِي بَعَثَ فِي الْأُمِّيِّينَ رَسُولًا مِنْهُمْ يَتْلُو عَلَيْهِمْ آيَاتِهِ وَيُزَكِّيهِمْ
وَيُعَلِّمُهُمُ الْكِتَابَ وَالْحِكْمَةَ وَإِنْ كَانُوا مِنْ قَبْلُ لَفِي ضَلَالٍ مُبِينٍ﴾

صدق الله العظيم (الجمعة: ٢).

إهداء

إلى روح أبي

إلى أمي

إلى أهلي وعشيرتي

إلى أساتذتي

إلى زملائي وزميلاتي

إلى الشموع التي تحترق لتضيء للآخرين

إلى كل من علمني حرفا

أهدي هذا البحث المتواضع راجية من المولى

عز وجل أن يجد القبول والنجاح

شكر وعرّفان

في مثل هذه اللحظات يتوقف اليراع ليفكر قبل أن يخط الحروف ليجمعها في كلمات ... تتبعثر الأحرف وعبثاً أن يحاول تجميعها في سطور سطوراً كثيرة تمر في الخيال ولا يبقى لنا في نهاية المطاف إلا قليلاً من الذكريات وصور تجمعنا برفاق كانوا إلى جانبنا فواجب علينا شكرهم والدعاء لهم هم إدارة جامعة شندي ونخص بالجزيل الشكر والعرّفان إلى كل من أشعل شمعة في دروب عملنا وإلى من وقف على المنابر وأعطنا من حصيلة فكره لينير دربنا إلى الأساتذة الكرام في كلية التربية ونتوجه بالشكر الجزيل إلى

الدكتورة المرحومة بإذن الله حواء علي محمد الطيب التي تفضلت بإشراف على هذا البحث فجزاها الله عنا كل خير فسأل الله العلي القدير أن يسكنها فسيح الجنات ونتوجه بالشكر الجزيل إلى الدكتور محمد الحسن الحفيان عميد كلية التربية الذي قام بمتابعة الإشراف على البحث لك مني كل التقدير والاحترام .

كما اخص بالشكر الأخ الأستاذ محمد صديق حسن مدير مركز المعلومات بجامعة شندي .

فهرس الموضوعات

الصفحة	الموضوع	م
أ	آية	١
ب	الإهداء	٢
ج	شكر وعرهان	٣
د	مستخلص الدراسة	٤
هـ	اللغة الانجليزية	٥
الفصل الأول		
المقدمة		٦
١	المقدمة	٧
3	مشكلة الدراسة	٨
٣	هدف الدراسة	٩
٤	اهمية الدراسة	١٠
٤	فروض الدراسة	١١
٥	أدوات الدراسة	١٢
٥	منهج الدراسة	١٣
٥	مجتمع الدراسة	١٤
٥	عينة الدراسة	١٥
٥	حدود الدراسة	١٦
٥	مصطلحات الدراسة	١٧
٦	الدراسات السابقة	١٨

٩	الفصل الثاني المبحث الأول مفهوم الذات	١٩
١٠	تعريف مفهوم الذات	٢٠
١١	نبذة للتطور التاريخي لمفهوم الذات	٢١
١٢	اتجاهات مفهوم الذات	٢٢
١٣	نمو الذات	٢٣
١٤	تكوين مفهوم الذات	٢٤
١٦	العوامل المؤثرة في مفهوم الذات	٢٥
١٧	الذات والأنا	٢٦
١٧	الذات	٢٧
١٨	الأنا	٢٨
١٩	الحاجة إلى مفهوم الذات	٢٩
٢٠	الفرق بين مفهوم الذات والذات	٣٠
٢٢	نظريات فسرت مفهوم الذات	٣١
٢٩	المبحث الثاني القلق الاجتماعي	٣٢
٢٩	انشار القلق الاجتماعي	٣٣
٣١	العوامل التي تسبب القلق الاجتماعي	٣٤
٣٢	مؤشرات وجود القلق الاجتماعي	٣٥
٣٢	اعراض القلق الاجتماعي	٣٦

٣٣	القلق الواقعي	٣٧
٣٣	القلق العصابي	٣٨
٣٤	القلق الخلفي	٣٩
٣٥	أنواع القلق الاجتماعي	٤٠
٣٥	مواقف القلق الاجتماعي	٤١
٣٥	علاج القلق الاجتماعي	٤٢
٣٦	. العلاج السلوكي	٤٣
٣٧	. النظريات المفسرة للقلق الاجتماعي	٤٤
٣٨	القلق الاجتماعي ومتغيرات الثقافة والعمر والجنس	٤٥
٤٠	المبحث الثالث تعريف التحصيل الدراسي	٤٦
٤٢	عرض وتحليل النتائج	٤٧
١٠٠	نتائج الدراسة	٤٨
١٤٣	التوصيات	٤٩
١٤٤	المقترحات	٥٠
١٤٥	الملحق (١) مقياس القلق الاجتماعي	٥١
١٥٠	الملحق (٢) مقياس مفهوم الذات	٥٢
١٥٥	الملحق (٣) المعالجات الإحصائية	٥٣
١٩٨	المصادر والمراجع	٥٤

مستخلص الدراسة

هدفت هذه الدراسة إلى استخلاص العلاقة بين مفهوم الذات وارتباطه بالقلق الاجتماعي و التحصيل الدراسي لدى التلاميذ الحلقة الثالثة بمرحلة الأساس بمدينة شندي، وقد استخدمت المنهج الوصفي التحليلي مستخدمة في ذلك استبانة لتلاميذ الصفين السابع والثامن بمدارس مدينة شندي وقد اشتملت الدراسة على اطار نظري تناولت فيه الباحثة مفهوم الذات وعلاقته بالقلق الاجتماعي وانعكاس ذلك على التحصيل الدراسي واستندت في ذلك على عدة مصادر ومراجع وقامت الباحثة بتحليل البيانات وتوصلت إلى النتائج والتوصيات التالية: تدعيم المناهج المختلفة والأنشطة المتنوعة التي تحث على السلوك الاجتماعي والبحث عن أفضل السبل التي تسهم في تنميتها وتطويرها. الاستفادة من التلاميذ الذين يتمتعون بمستوى عال جدا من السلوك الاجتماعي في قيادة مختلف الأنشطة الاجتماعية داخل المدارس. تشجيع التلاميذ على الإسهام في أنشطة المختلفة وذلك بهدف تنمية العلاقات الاجتماعية القائمة على الحب والتعاون والعطاء وكران الذات بما يخدم أهدافهم وأهداف مجتمعهم بشكل عام. زيادة تلاميذ مرحلة الأساس وذلك من خلال مساعدتهم للتعرف على مشاكلهم وصعوباتهم لإيجاد الحلول لها وتجاوزها بهدف تحقيق طموحاتهم بما يعزز من مفهوم الذات لديهم ويصل بهم إلى مستوى عال من السلوك الاجتماعي. تنمية الإحساس بأهمية ومكانة مرحلة الأساس ودوره في بناء جيل من خلال العلاقات الإنسانية تؤدي إلى احترام الذات وتكوين مفهوم ذات ايجابي واطزان في السلوك وتصرفات . توعية الأهل بأصول التربية السليمة حتى تتبلور شخصية الفرد ويصبح شخصاً واثقاً من نفسه قادراً على تخطي المشكلات والأزمات التي يمر بها من خلال مراحل حياته. تشجيع الطفل على التفاعل الاجتماعي مع الآخرين وخاصة مع أقرانه من نفس عمره والتأكيد على أهمية العلاقات الاجتماعية بسبب تأثيرها الكبير على مجمل حياته وسلوكه الشخصي . إكساب الطفل فهماً واسعاً عن ذاته، وأنه قادر على حل الصعوبات التي تواجهه.التأكيد على دور المرشد النفسي في المدارس لمساعدة التلاميذ على حل مشكلاتهم وزيادة ثقتهم بنفسهم . إقامة مركز للإرشاد والتوجيه النفسي لغرض مراجعة التلاميذ وتخفيف من حدة القلق والتوتر عند التلاميذ . تصميم المناهج الدراسية بشكل بسيط بحيث لا تحدث قلق مرتفعاً.

Abstract

This study aimed at extracting the relation between the concept of self and its connection with social anxiety and the scholastic (school) acquisition in the third basic level stage in Shendi town. She used the descriptive analyzing curriculum. She used a questionnaire for the seventh and eight pupils in Shendi town schools. The study involved a theoretical pattern (frame). The researcher took self-concept and its relation with social anxiety and its reflection on the scholastic acquisition. She referred to several sources and references. The researcher also analyzed the data and reached the following results and recommendations: To uphold the various curricula and activities which motivate, prompt and seek for the best ways which contribute to the development and promotion? Be nifty from the pupils who have high levels of social behavior to lead the various social activities aiming at developing the social. Relations which are based on likeness, cooperation and benevolence. Which serve their objectives and the objectives of their community in general? Visit the basic level pupils with the purpose of helping them to know the problems that meet them in order to solve them and go beyond them so as to achieve their ambitions. This will strengthen their self-concept and make them arrive at a high level of social behavior. Develop the sense of how the basic level stage is important and its role in bringing up a generation through human relations that lead to respecting self and the formation of positive self-concept and a balance of behavior and treatment (dealing). Make the relatives know the bases of the good ways of bringing up their children so that the individual's character becomes clear, confident, and able to go beyond the cries and problems which he passes by during his life time. Encourage the child to interact socially with others especially his colleagues. Ensure the social relations because of their great effect on his life in general and his personal behavior. Make the child gain a wide understanding of himself and his ability to find solutions for the difficulties that meet him. Assure the role of the social worker in the school to help the pupils solve their problems. Increase their confidence in themselves. Establish councils for psychological social working and guidance to lessen anxiety and tension. Design simple academic curricula in such a way that anxiety does not occur.

الفصل الأول

المقدمة

الفصل الأول

١.١ - مقدمة :

يلعب مفهوم الذات دوراً محورياً في حياة الإنسان من حيث أنه يشكل الدافع الأساسي لسلوكه واتجاهاته وتوافقه مع نفسه ومع الآخرين ، ولهذا أصبح مفهوم الذات يتأثر كثيراً بالخبرات الحياتية ، وبما أن الطفل لا يستطيع أن يلاحظ ذاته بموضوعية كما أنه لا يقوم بمقارنة موضوعية بين ذاته والأطفال الآخرين في نفس عمره لذا فإنه يعتمد كثيراً على تفاعلات الآخرين من أجل الحصول على أدلة وتأييد حول قيمته وجدارته (عادل الأشول ، ١٩٧٨ : ٨٥) . كما أن مفهوم الذات له أهميته القصوى في الدراسات الشخصية فهو ينبأ الدارسين بألوان المعتقدات والدوافع السلوكية واضطراباتها وسوء التوافق . عليه تتضح الأهمية دراسة الفرد وتفاعله مع الآخرين وذلك لتنمية مفهوم ذات ايجابي ومفهوم مرتفع للذات .

من مميزات هذا العصر التسارع في كل ميادين ، فكرياً وتكنولوجياً ، مما أدى لبروز ظاهرة القلق الذي أصبح السمة الأساسية لهذا العصر ، فالقلق هو حجر الرجا الذي تدور حوله الصحة النفسية بشقيها السلب الذي تمثله الإضرابات السلوكية المرضية ، وشقها الايجابي المتمثل في الانجازات في جوانب الحياة المختلفة .

إن ظاهرة القلق تصاحب الإنسان منذ مولده ، فالرضيع يعيش القلق في صورة انغمار - صدمة الميلاد - ليتعلم بعد ذلك أن يستأنس جزءاً من هذا القلق يستخدمه إشارة إنذار لتحريك مبدأ اللذة والألم لاستنهاض الدفاعات (صلاح مخيمر ، ١٩٧٩ : ٩٩) .

إن القلق الاجتماعي يعكس مفهوماً سالباً عن الذات مفاده الإحساس بالنقص وعدم الكفاءة والجدارة وشعوراً بعدم القدرة على المشاركة الاجتماعية وقد يكون الفرد قد مر بأكثر من خبرة شعر فيها بخيبة الأمل والإحراج فتكون لديه انطباع بأنه لا يستطيع مجاراة الآخرين والتفاعل معهم والأفضل له تجنب الاختلاط معهم حفاظاً على صورة سوية بعض الشيء عن نفسه.

كما أن العلاقة بين مفهوم الذات والتحصيل الدراسي علاقة دائرية فمفهوم الذات الإيجابي يدعم إنجاز الفرد الأكاديمي ، فإذا كان لدى الفرد مفهوماً موجِباً عن الذات وأُتحت له فرص التفوق فإن ذلك يدعم لديه هذا المفهوم، ويدفعه إلى مزيد من النجاح حفاظاً على هذا المفهوم .

١-٢: مشكلة الدراسة :

إذا أردنا أن نجعل سلوك التلميذ فعالاً فينبغي علينا أن نضع في الاعتبار شيئاً في غاية الأهمية وهو مفهوم التلميذ عن ذاته ، والذي ينعكس على كثير من أمور حياته. والتي منها تحصيله الدراسي ، وتفاعله الاجتماعي مع زملائه ومدرسيه ومشاركته في جو المناقشة داخل الفصل ، ومشاركته في الأنشطة المدرسية دون خوف أو قلق لأنه واثق من نفسه ومن قدراته ، ومن هنا تأتي مسئولية التربية والتي تتحدد في مساعدة التلاميذ على أن يدركوا أنفسهم بطريقة تبعث لديهم الشعور بالرضا ، وذلك من خلال السلوك الناتج لدى الآخرين ، وبذلك تكون أهداف التربية تنمية مفهوم إيجابي للذات لدى التلميذ.، وذلك من خلال تزويد كل تلميذ بكل فرصة ممكنة لكي ينظر إلى نفسه على أنه مواطن مسئول وعضو فعال في المجتمع ويلعب دوراً كبيراً في التنميط الثقافي ، ومن هنا تتحدد مشكلة الدراسة الحالية في السؤال الآتي : ما مدى تقبل الذات وانعكاسها على القلق الاجتماعي والتحصيل الدراسي عند تلميذ الحلقة الثالثة بمرحلة الأساس بمدينة شندي.

١-٣: هدف الدراسة :

١. الكشف عن الفروق بين مرتفعي ومنخفض مفهوم الذات في القلق الاجتماعي لدى تلاميذ الحلقة الثالثة لمرحلة الأساس بمدينة شندي .
٢. الكشف عن العلاقة بين مفهوم الذات والقلق الاجتماعي لدى تلاميذ الحلقة الثالثة لمرحلة الأساس بمدينة شندي .
٣. الكشف عن العلاقة بين مفهوم الذات والقلق الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الحلقة الثالثة لمرحلة الأساس بمدينة شندي .

تقدم هذه الدراسة إرشاد والتوجيه النفسي و يمكن استثمارها في إعداد برامج إرشادية توجيهية تسهم في المساعدة للحصول على تدعيم ايجابي لمفهوم الذات والتخفيف من حدة القلق والتوتر من اجل تحقيق توافق نفسي واجتماعي أفضل .

١-٤: أهمية الدراسة:

١. تناولها لمتغير مفهوم الذات والذي ترى الدراسة أنه يقود تصرفات الفرد جميعها والذي قد يكون قوة دافعة او معوقة.

٢. تناولها لمتغير القلق الاجتماعي والذي انتشر بصورة كبيرة في الوقت الحالي والذي ترى الدراسة أنه يعكس مفهوماً سالباً عن الذات ترشد هذه الدراسة أولياء الأمور والمعلمين إلى العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي والتي يقع على رأسها مفهوم الطالب عن ذاته.

٣. . تفتح أعين أولياء الأمور والمعلمين على أهمية مفهوم الذات لدى الأبناء، وأنه يتشكل من خلال ممارساتهم الأسرية والمدرسية.

٤. قد تدعو نتائج هذه الدراسة المهتمين بعملية التربية بضرورة تبني مداخل وبرنامجا ترفع من مفهوم الذات الإيجابي لدى الأبناء والطلاب لما في ذلك من أثر على مختلف المسارات الاجتماعية والأكاديمية.

تدعو نتائج هذه الدراسة الآباء والمعلمين إلى توخي الحذر في معاملاتهم مع الأبناء والتلاميذ وأثر أقوالهم وتصرفاتهم على نمو مفهوم ذات إيجابي أو سلبي لدى الأبناء والطلاب.

١-٥: فروض الدراسة :

١. توجد علاقة بين درجات التلاميذ على اختبار القلق الاجتماعي ودرجاتهم في اختبار التحصيل الدراسي .

٢. توجد علاقة بين درجات التلاميذ على اختبار مفهوم الذات ودرجاتهم على اختبار التحصيل الدراسي .
٣. توجد علاقة دالة بين درجات التلاميذ على اختبار مفهوم الذات ودرجاتهم على اختبار القلق الاجتماعي .
٤. يمكن التنبؤ بمفهوم الذات من خلال درجات التلاميذ على اختبار القلق الاجتماعي .

٦-١: أدوات الدراسة :

١. مقياس القلق الاجتماعي. ويتألف من /٤٧/ سؤال.
٢. مقياس مفهوم الذات. ويتألف من /٥٧/ سؤال.

٧ - ١: منهج الدراسة:

استخدمت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي القائم على جمع المعلومات وتحليلها للوصول إلى النتائج.

٨-١: مجتمع الدراسة :

تلاميذ وتلميذات الحلقة الثالثة بمرحلة الأساس بمدينة شندي .

٩-١: عينة الدراسة :

ثمانون تلميذ وتلميذة من عشرة مدارس بواقع ثمانية تلاميذ لكل مدرسة.

١٠-١: حدود الدراسة :

الحدود المكانية: مدينة شندي.

الحدود الزمانية : حدود الموضوع:الصحة النفسية .

١-١١ : مصطلحات الدراسة:

- ١- مفهوم الذات : هو نظرة الفرد واتجاه نحو ذاته ومدى مفهوم هذه الذات من الجوانب المختلفة كالدور والمركز الأسرى والمهني ، وبقية الأدوار التي يمارسها في مجال العلاقة بالواقع . (مصطفى كامل عبد الفتاح ، ١٩٩٣ : ٢٣٩)
- ٢- القلق الاجتماعي : هو استجابة مصحوبة بالتوتر والاضطراب عند مواجهة الآخرين (كالأقران ، والوالدين ، والمدرسين ، والجيران)
- ٣- التحصيل الدراسي : هو حسب تعريف : ايزيك (بأنه التحقيق الناجح لهدف معين يتطلب جهداً خاصاً ، ودرجة النجاح التي تحقق في واجب معين كما أنه نتيجة نشاط عقلي أو جسمي محدد طبقاً للمطالب الموضوعية أو كليهما .) (افهد مهيزع ، ١٩٩٤ : ١٤)

١-١٢ : الدراسات السابقة :

لم تعثر الدراسة على دراسات عربية تناولت موضوع الدراسة مفهوم الذات وعلاقته بالقلق الاجتماعي والتحصيل الدراسي .

٢-٤-١ الدراسات العربية :

١. دراسة إبراهيم محمد عيسى (٢٠٠٦ م) الأردن : عنوان الدراسة: قياس أبعاد مفهوم الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الصفوف التاسع والعاشر والحادي عشر في الأردن .

هدف الدراسة : التعرف إلى درجة العلاقة بين أبعاد مفهوم الذات والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الصفوف التاسع والعاشر والحادي عشر في الأردن، واستقصاء أثر كل من الجنس، والمستوى الدراسي، ومستوى التحصيل في مفهوم الذات لديهم. عينة الدراسة : مكونة من ٧٢٠ تلميذاً وتلميذة، منهم ٣٥٠ إناث، و ٣٧٠ ذكور من مدارس اربد الأردن. نتائج الدراسة: بينت النتائج أن قيم معاملات ارتباط مفهوم الذات وأبعاده مع التحصيل كانت دالة إحصائياً لدى مختلف مجموعات الدراسة، وأن هناك فروقاً دالة إحصائياً تعزى إلى متغير الجنس في بعدين من أبعاد

مفهوم الذات هما: بعد الشخصية والبعد الأخلاقي. وأما الفروق العائدة لمستوى التحصيل فكانت دالة في خمسة أبعاد هم: بعد العلاقات العائلية، والعلاقات الاجتماعية، وبعد الشخصية، والبعد الأكاديمي والقلق، فضلاً عن الدرجة الكلية المتحققة بالمقياس .

٢. دراسة أبو صبحه (١٩٩٤) بعنوان "العلاقة بين قلق الامتحان والتحصيل الدراسي عند طلبة الصف الثالث الإعدادي بمدارس عمان" عام ١٩٧٤م تهدف هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين القلق الامتحاني والتحصيل واستخدام في البحث مقياس قلق الامتحان لسارسون ومقياس التحصيل الأكاديمي ، وكانت العينة ٤٢٠ طالباً وطالبة في الصف الثالث الإعدادي ، وأظهرت النتائج وجود علاقة سالبة بين قلق الامتحان والتحصيل وأظهرت هناك فروقاً في ارتفاع متوسط التحصيل وهناك فروق في درجة القلق بين الذكور والإناث .

٣. دراسة علي محمد محمد الديب (١٩٩١) سلطنة عمان: عنوان الدراسة: نمو مفهوم الذات لدى الأطفال والمراهقين من الجنسين وعلاقته بالتحصيل الدراسي . مكان الدراسة: مدارس المرحلتين الابتدائية والإعدادية في سلطنة عمان، العينة 222 تلميذاً وتلميذة من المرحلتين . هدف الدراسة : الكشف عن نمو مفهوم الذات لدى الأطفال والمراهقين من الجنسين وعلاقته بالتحصيل الدراسي .نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى وجود ترابط إيجابي بين التحصيل الدراسي ومفهوم الذات عند مستوى الدلالة ٠.٠١ لدى أفراد عينة البحث .وجد أن أصحاب مفهوم الذات العالي أكثر تحصيلاً من أصحاب مفهوم المنخفض ذو دلالة إحصائية للتفاعل بين الجنس والصف المدرسي في مفهوم الذات الكلي لدى أفراد عينة الدراسة .

الدراسات الأجنبية : دراسة : دبليو هيربرت Herbert w and Alexander y 1998 استراليا - جامعة سيدني عنوان الدراسة: مفهوم الذات الأكاديمي والإنجاز وعلاقتها بتطوير الرياضيات واللغة الإنكليزية تبعاً لمتغيري الجنس والصف المدرسي . هدف الدراسة : تهدف الدراسة لمعرفة إلى أي حد يؤثر المستوى التحصيلي ومفهوم الذات الأكاديمي في اختيار مستويات مدرسية لاحقة في الرياضيات واللغة الإنكليزية (حيث إن نظام التعليم يعتمد على أن الطالب عندما يتم مستوى دراسي مثلاً في الرياضيات وكفاءة يمكن أن يختار مستوى دراسي لاحق أعلى .)عينة

الدراسة: أخذت العينة من عدة مستويات دراسية. نتائج الدراسة: وجد أن هناك علاقة إيجابية هامة بين نمو مفهوم الذات الأكاديمي وتدرج الطلاب في الرياضيات وباختيارهم لمستويات رياضيات لاحقة، أيضاً العلاقة إيجابية بالنسبة للغة الإنكليزية. ووجد أن الاختلافات بين الجنسين متضائلة وهي متماثلة بين الذكور والإناث نسبياً .

دراسة (schnee - 1972) أمريكا - جامعة فلوريدا :عنوان الدراسة: علاقة مفهوم الذات بالتحصيل الدراسي .هدف الدراسة: تقصي العلاقة بين مفهوم الذات والتحصيل الدراسي .عينة الدراسة: تكونت العينة من (٤٧٨) تلميذاً من الصف الخامس، و(٣٨٨) تلميذاً من الصف الثامن) أظهرت النتائج أنه يوجد علاقة دالة إحصائياً بين مفهوم الذات والتحصيل الدراسي لدى أفراد العينة.

الفصل الثاني

الاطار النظري للدراسة

المبحث الأول

مفهوم الذات

٢-١-١ المقدمة :

الشخصية الإنسانية ظاهرة تكوينية وعملية نمائية مستمرة في غاية التعقيد ، تتضمن التفاعل بين الفرد وبيئته المادية والنفسية والاجتماعية ، وهي الإطار الخاص بالفرد ، والذي تنتظم فيه طبيعته الجسمية والعقلية والنفسية وخالصة خبرته التي مر بها ، وما اكتسبه من أفكار ومعتقدات بصورة مقصودة وغير مقصودة ، والتي تتفاعل فيما بينها في مواجهة المثيرات البيئية المختلفة ، مؤدية إلى استجابات خاصة تدل على الكيفية الفريدة التي مر بها هذا التفاعل في موقف معين ، ومعني ذلك أن الشخصية تركز على عاملين لهما نفس الدرجة من الأهمية ، وهما :عامل الوراثة ، وعامل الخبرة ، التي تكتسب من البيئة ، وأن النمو الطبيعي للشخصية لا يتم إلا بالتفاعل بين هذين العاملين ويعتبر " أدلر " أن الذات تنظم يحدد للفرد شخصيته وفرديته التي تظهر معها طبيعة جذابة التي تحدد له أسلوبه المتميز في الحياة . ولما كانت الذات هي مركز الشخصية التي تتجمع حولها كل النظم الأخرى ، وهي التي تمد الشخصية بالتوازن والثبات ، فإن تحقيق الذات هو الغاية التي ينشدها الإنسان . يعني تحقيق الذات أفضل أشكال التوازن والتكامل والامتزاج المتجانس لجميع جوانب الشخصية . (هول وليندزي : ١٩٧٨ ص ١١٩) .

ويشير أيمن غريب ١٩٩٤ : بأن مفهوم الذات نابع من الحاجات الأساسية للإنسان ، وقد أشار إليها العديد من المنظرين في مجال علم النفس بوجه عام ، أمثال : ماسلو Maslow " ، حيث صمّم سلم الحاجات ، وتقع الحاجة لمفهوم الذات وتحقيقها في أعلاه ، وكذلك " فروم و روجرز From& Rogers "وتأكيدهما أهميته في تحقيق الصحة النفسية للأفراد (أيمن غريب : ١٩٩٤ ، ص ٩٤) .

وتنقل لبنى الطحان ١٩٩٥ عن كارل روجرز بان الذات هي الجزء من المجال الظاهري الذي يتحدد علي أساسه السلوك المميز للفرد ، كذلك . فالطريقة التي ندرك بها ذاتنا هي التي تحدد نوع

شخصيتنا . فإن فكرة الشخص عن نفسه هي النواة الرئيسة التي تقوم عليها شخصيته . (لبنى الطحان : ١٩٩٥ ، ص ٣٧)

٢-١-٢: تعريف مفهوم الذات :

يعرف مصطفى فهمي مفهوم الذات بأنه: "عبارة عن مدرك أو اتجاه يعبر عن إدراك الفرد لنفسه وعن قدرته على كل ما يقوم به من أعمال وتصرفات ، ويتكون هذا المدرك في إطار حاجات الطفولة ، وخاصة الحاجة إلى الاستقلال والحرية والقبول والنجاح . (مصطفى فهمي:١٩٧٩ ، ص٢٤٥)

وعرف هانم عبد المقصود مفهوم الذات بأنه : مجموعة من المفهومات التي يعطيها الحسنة والسيئة التي تتضمنها عبارات الاختيار من حيث درجة توافرها في ذاته ، وأن مفهوم الفرد لذاته يمكن أن يتكون من علاقاته بالآخرين ، فهو يرتبط بعلاقة الفرد بالمجتمع الذي يعيش فيه الأفراد المحيطون ويعيشون معهم (هانم عبد المقصود: ١٩٨٣ ، ص ١٤)

كما قدم عبد الرحيم بخيت تعريفاً لمفهوم الذات بأنه : مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التي يستند عليها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به ، ومن هنا فإن مفهوم الذات يعطى تجهيزاً عقلياً يعد الشخص للاستجابة طبقاً لتوقعات النجاح والقبول والقوة الشخصية . (عبد الرحيم بخيت :١٩٨٥ ، ص ٦)

ويشير صفوت فرج إلي مفهوم الذات بأنه : بمثابة تصميم الفرد لذاته في مسعى منه نحو التمسك بهذا التصميم ، فيما يتضمنه من إيجابيات تدعوه لاحترام ذاته مقارنة بالآخرين ، وفيما يتضمن هذا التصميم أيضاً من سلبيات لا تقلل من شأنه بين الآخرين في الوقت الذي يسعى فيه للتخلص منه . (صفوت فرج : ١٩٨٠ وينقل محمد إسماعيل المري عن كوبر سميث Cooper Smith مفهوم الذات بأنه : مجموعة الاتجاهات والمعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به ، وهي تشمل معتقدات توقع النجاح ودرجة الفشل ، ودرجة الجهد المبذول " (محمد إسماعيل المري: ١٩٨٧ ، ص ١٤٥٦) .

بينما يرى محمد بيومي حسن أن مفهوم الذات هو التقييم الذي يضعه الفرد لذاته وكما يدركها الآخرون من وجهة نظره هو . (محمد بيومي حسن: ١٩٨٩، ص ٤٠٢ - ٤٠٥) .

ومن خلال التعريفات ترى الدراسة أن مفهوم الذات هو عبارة عن تقييم الشخص لذاته علي نهاية قطب موجب أو سالب أو بينهما وهذا يعني أن مفهوم الذات المرتفع هو أن الفرد يعتبر نفسه ذا قيمة وأهمية ، بينما يعني مفهوم الذات المنخفض عدم رضا الفرد عن ذاته أو رفض الذات أو احتقار الذات ، أي أن مفهوم الفرد لذاته يعني الفكرة التي يدركها الفرد عن كيفية رؤية وتقييم الآخرين له.

٢-١-٣ نبذة للتطور التاريخي لمفهوم الذات :

لقد مر مفهوم الذات منذ القدم بنمو ديني وفلسفي عبر التاريخ ، حيث اقتبسه مفكرو اليونان "أفلاطون - أرسطو" و احتضنه مفكرو العرب منهم "ابن سينا" الذي عبر عن مفهومه للذات بأنها الصورة النمطية للنفس البشرية إلى أن جاء "بيركلي" و"جون لوك" "مختلفين حول مفهوم الذات مستخدمين الذات والروح. (حامد: زهران ١٩٩٧، ص ٨٢)

وقد استخدم أصحاب النظرية الشخصية مفهوم الذات بمعان متعددة ، ولم يميزوا تماما بين مصطلحي الأنا والذات ، وذلك لعدم وجود شواهد مقبولة وعامة لهذه المصطلحات ، فقد اعتبرت الذات بأنها مجموعة من الاتجاهات والمشاعر التي يكونها الفرد تجاه نفسه ، إلا أن مفهوم الذات عاد ليحتل مكان الصدارة في النظريات المعاصرة بعد أن أبقى على المفهوم حياً بواسطة العلماء أمثال "ميد" و"جون ديوى"، وذلك بعد أن مهد "وليم جيمس" للنظريات المعاصرة. (إبراهيم أبو زيد: ١٩٨٧، ص ٣٨) .

وترى الدراسة أن مفهوم الذات شكل الاهتمام الأكبر عبر مختلف الحضارات حيث أنه يمثل مفتاح الشخصية التي تبني الحضارة .

٢-١-٤ : اتجاهات مفهوم الذات :

تعدد الاتجاهات التي تناولت مفهوم الذات ، وهي كالتالي: مفهوم الذات بوصفه اتجاهاً: بأنه شعور الفرد بالإيجابية مع نفسه متمثلة في الكفاءة والقوة والإعجاب بالذات واستحقاق الحب .

مفهوم الذات بوصفه حاجة : حيث اهتم " أبراهام ماسلو حاجات المفهوم إلى اتجاهين مهمين:

أولهما : حاجات المفهوم التي تتضمن الرغبة القوية في الانجاز والكفاءة والثقة بالنفس والقدرة على الاعتمادية.

وثانيهما : حاجات تشترك مع التصنيف الأول ولكنها تتضمن الرغبة في الحصول على الهيبة والإعجاب، فالناس لديهم احتياج حقيقي للمفهوم من خلال وجهة نظر الآخرين .

(موسوعة علم النفس الشاملة : ١٩٩٤ ، ص ٣٦٩) .

أما مفهوم الذات بوصفه حاله ، يتضمن نظرة الشخص الشاملة لذاته أو لنفسه، والمفهوم يتضمن التقييم والحكم على معرفة الذات التي تتضمن الإيجاب والسلب ؛ فالمفهوم الإيجابي يرتبط بالصحة النفسية، والمفهوم السلبي يرتبط بالاكئاب . أما بالنسبة لمفهوم الذات بوصفه توقعاً ، فإن التغذية الراجعة السلبية أو الإيجابية .

تؤثر من خلال البيئة الاجتماعية في مفهوم الذات ، ويربط " الإحساس بالفشل ومفهوم الذات ، وهو ما أسميه عقدة النقص .

و مفهوم الذات بوصفه تقيماً ، فيتمثل في إصدار الحكم وأيضاً أحكام الآخرين لمعاني الذات المتمثلة في الذات الجسمية ، وهوية الذات، ونطاق الذات ، وتصور الذات ، ومجموع تلك القيم المدركة يمكن أن يعبر عنه من خلال الظاهرة السلوكية للفرد أثناء المحادثة . (شوقية إبراهيم : ١٩٩٣ ، ص ٩٠) .

وترى الدارسة أن مفهوم الذات هو القوة المحركة أو الإدراك الواعي لكنه الذات الواعية التي تستحسن الحسن وتطرح الغير مقبول .

٢-١-٥: نمو الذات:

يعتبر مفهوم الذات مفهوماً متصلاً اتصالاً وثيقاً بنمو ، لأن أحكام القيمة متضمنة فيما يتعلمه الفرد منذ طفولته من الآخرين عن نفسه ، وتشير نجوى بنيس بأن الطفل عند ميلاده لا يكون واعياً بنفسه كمخلوق متميز و منفصل عن كافة مكونات البيئة من حوله ، و يكون ما يدركه عندئذ هو الشعور بالراحة والتعب فيخرج إلى العالم وهو في حالة عجز واتكال ، ويظل على هذا الحال لفترة إذا ما قورنت بفترة حياته كلها ، تكون أطول من مثيلاتها لدى أي كائن آخر، ومن المنطقي أن نفترض أن الطفل الإنساني يجهل في البداية وجوده أو انعدام قدرته ، وفي طريقه إلى النضج يزداد وعيه باعتماده وعجزه بالنسبة للراشدين . (نجوى السيد بنيس :١٩٩٥، ص ٨٣)

ويضيف إبراهيم أبو زيد أن إدراك الذات يصل إلى درجة من الوضوح عندما يصل الطفل إلى سن الثالثة في الأغلب ، و يتأخر إدراكه لذاته قبل هذه السنة لأسباب عديدة منها: ضعف ذاكرة الطفل وافتقاره إلى الخبرات التي تمكنه من تمييز الذات عن البيئة ؛ فضلا عن عجزه اللغوي . (إبراهيم أبو زيد:١٩٨٧، ص ١٢٠) .

وترى الدارسة ينمو الإحساس بالذات ومفهومها من تبادل الانفعالات المبكرة بين الأم ورضيعها ؛ فالحب المتبادل بين الطفل ووالديه من العوامل التي تؤدي إلى تكوين مفهوم الذات الإيجابي، وفي كل مرحلة من مراحل النمو يكون لدى الطفل عديد من الخبرات المرتبطة بالإنسان وبالأمور المحيطة به ،وبعض هذه الخبرات تكون نافعة وبعضها الآخر يكون ضاراً، وأنه لكي يحافظ الفرد على مفهومه الذاتي الإيجابي يعتمد هذا على التكامل الناجح بين الخبرات الايجابية والسلبية .

ويتطور هذا المفهوم التقويمي للذات وفقاً لملاحظات المرء عن ذاته كموضوع ، ووفقاً لإدراكه لكيفية رؤية الآخرين له، وهو على هذا النحو أمر مكتسب يتوقف بالدرجة الأولى على خبرات التفاعل في بيئة التنشئة الأولى ، ومدى الاستحسان الذي يلقاه الفرد من قبل ذوى الأهمية في

حياته الذين يؤثرون بنوعية خبراتهم وتفاعلهم مع الفرد على مفهومه لذاته ، والذي يكمن في عاملين رئيسيين:

١. مدى الاهتمام والقبول والاحترام الذي يلقاه الفرد من ذوى الأهمية .
٢. تاريخ نجاحات الفرد وفشله بما في ذلك الأسس الموضوعية لهذا النجاح أو الفشل. (ممدوحة سلامة:١٩٩١، ص ٦٨٠) .

ويذكر موسى جبريل أنّ مفهوم الذات يشير إلى توقعات النجاح في مهمات لها أهمية شخصية واجتماعية ، وكذلك أيضا إلى وجود مشاعر إيجابية نحو الذات ، و إلى قبول الذات ، وأنها مقبولة من الآخرين . (موسى جبريل:١٩٩٣، ص ١٩٧)

ويعرف " كوبر سميث " مفهوم الذات بأنها : " مجموعة الاتجاهات و المعتقدات التي يستدعيها الفرد عندما يواجه العام المحيط به ، وهي تشمل معتقدات توقع النجاح للاستجابة طبقا لتوقعات النجاح والقبول والقوه الشخصية" . (نهى يوسف اللحامى:١٩٨٧، ص ١٤٥)

٢-١-٦: تكوين مفهوم الذات:

منذ أن بدأ روجرز في بلورة نظرية الذات أصبح مفهوم الذات من أهم موضوعات علم النفس ، و أصبح ذا أهمية خاصة في الإرشاد والعلاج المتمركز حول الفرد

ويعرف فواز أبو جهل نقلاً عن محمد إسماعيل مفهوم الذات بأنه : ذلك التنظيم الإدراك الانفعالي الذي يتضمن استجابات الفرد نحو نفسه ككل ، كما يظهر ذلك في التقرير اللفظي الذي يحمل صفة ما من الصفات على ضمير المتكلم ، كأن يقول مثلا : "أنا ناجح" أو "أنا راضٍ عن نفسي (فواز: أبو جهل ٢٠٠٣، ص ٣٠)

كما يعرف حامد زهران مفهوم الذات بأنها : " تكوين معرفي منظم متعلم للمدركات الشعورية و التصورات والتعميمات الخاصة بالذات، يبوره الفرد تعبيرا نفسيا لذاته . (حامد عبد السلام زهران:١٩٨٤، ص ٢٩١)

وقد أشار أيضا إلى أن مفهوم الذات يتكون من :

١. الذات المدركة : وتتكون من أفكار الفرد الذاتية المنسقة المحددة الأبعاد من العناصر المختلفة لكيونته الداخلية والخارجية ، و تشمل عناصر المدركات والتصورات التي تحدد خصائص الذات ، كما تظهر في وصف الفرد لذاته كما يتصورها هو .

٢. الذات الاجتماعية : وهي المدركات و التصورات التي تحدد الصورة التي يعتقد أن الآخرين يتصورونها ، والتي يمثلها الفرد من خلال تفاعله الاجتماعي مع الآخرين .

٣. الذات المثالية : وهي المدركات والتصورات التي تحدد الصورة المثالية للشخص الذي يود أن يكون عليها . (حامد عبد السلام زهران:١٩٨٤، ص٢٩١)

وترى كاميليا عبد الفتاح أن مفهوم الذات هو: المعنى المجرد لإدراكنا لأنفسنا جسما وعقليا واجتماعيا في ضوء علاقاتنا بالآخرين. (كاميليا عبد الفتاح:١٩٧٥، ص٨٣)

عليه فان مفهوم الذات هو النواة التي تقوم عليها الشخصية ، وأن الشخص الناجح يُكوّن مفهوما لذاته في ضوء علاقاته بالآخرين ، ولكي يحدث الإدراك السليم للذات يجب ألا تكون هناك هوة بين إمكانيات القوة الفعلية للفرد وفكرته عن ذاته ، وكلما كان هناك اتساقا ما بين إدراك الفرد لذاته وإدراك الآخرين له تكوّن مفهوم سليم عن الذات .

٢-١-٧: العوامل المؤثرة في مفهوم الذات:

هناك مجموعة من العوامل التي تؤثر في الذات ، والتي تؤدي إلي مفهوم ذات مرتفع أو منخفض لدى الأفراد، وهي :

١. الرعاية الأسرية : حيث يحتاج الطفل في مراحل نموه المختلفة إلى جو أسرى هادئ ومستقر وأيضا للتقبل في جو أسرته والمجتمع،فقد يؤدي شعوره بالرفض لتكوين مفهوم خاطئ عن ذاته ومفهومه لها . (أحمد: عكاشة ١٩٩٨، ص١٨)

٢. العمر والجنس: يعتقد جون سوليفان أن البيئة التي تشعر المراهق بفقدان السند والحرمان والإحباط ، فهذه البيئة تولد القلق لدى المراهقين و تؤدي بشكل خطير لتهديد مفهومه وثقته بذاته و احترامه لها. (هول وليند زى:١٩٧٨، ص٧٩) .

٣. المدرسة : ولها دور كبير في مفهوم الطفل لذاته ، حيث يكون تأثيرها في تكوين تصور الطفل عن ذاته واتجاهاته نحو قبولها أو رفضها ، كما أن لنمط النظام المدرسي والعلاقة بين المعلم والتلميذ يؤثر تأثيرا هاما على مستوى مفهوم التلميذ عن نفسه . (محمود فتحي عكاشة:١٩٨٦، ص٣٨) .

٤. عوامل ناشئة عن المواقف الجارية : و يتمثل ذلك في العيوب الجسمية، وضآلة النجاح والفشل، والشعور بالاختلاف عن الغير، والترفع أو الرفض من قبل الآخرين، وصرامة المثل والشعور بالذنب. (محجوب الصدق المصطفى:١٩٩٨، ص١٣)

وتذكر نجوى بنيس أنّ مفهوم الذات يتأثر بالظروف المحيطة بالفرد ؛ فإذا كانت مثيرات البيئة إيجابية تحترم الذات الإنسانية ، وتكشف عن قدرتها وطاققتها يصبح مفهوم الذات إيجابيا ، أما إذا كانت البيئة محبطة فإن الفرد يشعر بالدونية ، وبالتالي يسوء مفهوم الفرد لذاته. (نجوى السيد بنيس:١٩٩٥، ص٤٠)

حيث إنّ هذا التقييم للذات يزداد تمايزاً مع تقدم النمو، بحيث تكون هناك تقييمات مختلفة باختلاف مجالات التفاعل، و يتطور ذلك التقييم وفقاً لملاحظات المرء عن ذاته ،و لإدراكه كيفية رؤية الآخرين له .

وقد ترجع الاختلافات بين الأفراد عند تقييمهم لأنفسهم إلى اختلافاتهم في تركيز انتباههم عند تمثلهم لأنفسهم ،فالأشخاص ذوو المفهوم المرتفع لذواتهم هم من يؤكدون قدراتهم أو جوانب قوتهم ، أما ذوو المفهوم المنخفض فهم يركزون على عيوبهم وصفاتهم السيئة . (ممدوحة سلامة: ١٩٩١، ص ٦٧٩)

ووجد كوبر سميث أن هناك مستويات ثلاثة لمفهوم الذات ؛ إذ يوضح أن الأشخاص ذوي مفهوم الذات المرتفع يعتبرون أنفسهم أشخاصاً هامين يستحقون الاحترام والمفهوم ، فضلاً عن أن لديهم فكرة محدودة وكافية لما يظنون صواباً ، كما أنهم يملكون فهماً طيباً لنوع الشخص الذي يكونه، بينما ذوو المفهوم السلبي للذات يرون أنفسهم غير مهمين وغير محبوبين ولا يستطيعون فعل أشياء يودون فعلها ، ويعتبرون أن ما يكون لدى الآخرين أفضل مما لديهم ، ويقع الفرد ذو المفهوم المتوسط للذات بين هذين النوعين . (حامد زهران:١٩٧٧، ص٣٥٩)

٢-١-٨: الذات والأنا :

إن الخلط الذي كان سائداً في الماضي في استخدام مصطلحي الذات والأنا كل منهما مكان الآخر يدفعنا لأن نستعرض تعريفات الذات و الأنا ..

٢-١-٨-١: الذات:

يعتبر الشعور بالذات من أهم الخبرات السيكلوجية للكائن البشري ؛ فالشخص هو مركز عالمه ، حيث تبدو له الأحداث بأنها تدور من حوله حتى لو كان يعلم بموضوعيته بأن هذا غير صحيح ، وأنه يخبر ذاته كأنه الموضوع الذي يبدأ أو يستهل الفعل ، ولكنه يرى ذاته- أيضاً كموضوع يقيم عن طريق الآخرين ، إن الطفل لا يولد بمفهوم جاهز للذات إلا أنه يكونها نتيجة الخبرات التي يمر بها ، فينمي إحساساً بوجوده وكيانه المادي ما يسمى بصورة الجسد والإحساس بالقدرة والكفاية والكفاءة التي يبدو أنه يكونها نتيجة لانجازاته الخاصة . (عادل عزالدين الأشول:١٩٧٨، ص١٤٠)

ويعرف "جورج ميد" الذات بأنها : النظام الديناميكي للمفاهيم والقيم والأهداف والمثل التي تقرر الطريقة التي يسلك بها الفرد. ومعنى هذا أن الذات لا تقتصر على جسم الفرد فقط وإنما تتضمن كل ما يدخل في مجال حياته من الماديات والمعنويات كما تتضمن الآراء والمعتقدات. (إبراهيم أبو زيد،:١٩٨٧، ص ٣٨)

ويرى كل من هول ولندزى أن للذات معنيين هما :

١. الذات كموضوع وكعملية ، أما الذات كموضوع ، فهي تعرف بأنها : اتجاهات الشخص ومشاعره نحو نفسه ومدركاته وتقييمه لنفسه كموضوع .
٢. الذات كعملية فالذات " تتكون من مجموعة نشطة من العمليات كالتفكير والتذكر و الإدراك . (مصطفى فهمي :١٩٧٥، ص١٧٦)

٢-١-٨-٢: الأنا:

ينشأ جهاز الأنا نتيجة للتفاعل الحاصل بين الكائن وبيئته ، وهي تعمل على تنظيم إشباع غرائز الهو حتى لا تصطدم مع الواقع الخارجي، وكلما كان الأنا قويا حظيت الشخصية بالاتزان و الصحة النفسية ،وعلى قدر ضعف الأنا وعدم قدرته على القيام بوظيفته يكون ضعف الفرد واضطرابه . (علاء الدين كفاي :١٩٩٧، ص ٩٦٢)

يعتبر الأنا الجزء المنظم من الهو والتي نخضع لمبدأ الواقع، وتفكيرها يكون موضوعيا متمشياً مع الأوضاع الاجتماعية المتعارف عليها؛ فهي تبحث عن وظيفة الأنا في الدفاع عن الشخصية ، وحل الصراع بين الكائن الحي والواقع أو بين الحاجات المتعارضة للكائن الحي. (سيد محمد غنيم :١٩٧٦، ص ٦٩٤)

اعتبر فرويد الأنا الجزء المنظم من الهو الذي تغير نتيجة تأثير العالم الخارجي فيه تأثيرا مباشرا بواسطة جهاز الإدراك و الشعور، بالإضافة إلى تأثير البدن ذاته أي بمعنى أن الأنا هو بدني أولاً، فضلا عن دور التعليم و النضج في نموه، ويستمد الأنا طاقته النفسية من الدوافع النفسية التي تصدر عن الهو، وهو يشمل نواحي الشخصية المتصلة بالإدراك الحسي والتفكير و المعرفة و الشعور والإرادة (إبراهيم أحمد أبو زيد:١٩٨٧، ص ص٨٤-٨٥)

وقد عرف وليم جيمس الأنا بأنها ذلك التيار من التفكير الذي يكون إحساس المرء بهويته الشخصية . (هول ولند زي:١٩٧٨، ص٦٠٠)

٢-١-٩: الحاجة إلى مفهوم الذات :

إن حاجتنا إلى الشعور لأن ما نحن عليه وما نقوم به هو ضمن معاييرنا الذاتية الخاصة ترتبط بمفهوم الذات ومستوى الطموح عندنا، وما نفكره عن أنفسنا يدور حول مفهومنا للقيم والمعايير و ما هو صواب وما هو خطأ ، فجميعها تؤدي للجوانب المهمة لحاجتنا لمفهوم الذات، لأنها تدور حول منظومة القيم التي اكتسبها الفرد في أثناء عملية التطبيع الاجتماعي له والتي يحاول من خلالها المجتمع أن يعد طريق حياته ، وأن يتشرب قيمه ومعاييره والتي لا يستطيع الفرد أن يخرق تلك القيم والمعايير الاجتماعية دون أن يشعر بإحباط يتصل بمفهومه لذاته. (جامعة القدس المفتوحة: ١٩٩٦ ، ص ٦٢)

كما يهدف الإنسان في سلوكه لأن يشعر بقيمته وأهمية الدور الذي يقوم به في حياته ، فكل منا له أدوار مختلفة يقوم بما يشعره بقيمته في حد ذاته كإنسان وكقائم بالدور، ويود أن يلقى مفهوم الآخرين لما يقوم به من عمل في حياته ، وعندما يقوم بأي عمل، فإنه يود أن يشعر بالنجاح والتقليل فيما يقوم به من عمل، وأن هذا العمل له وزن وقيمة ، وان انخفاض مفهوم الذات ينتج عن الفجوة أو الثغرة بين الذات وطموحاتها . (محمد المرشدي موسى: ١٩٨٧، ص ٣٩٢)

كما ترجع حاجتنا إلى إدراك ومعرفة أهمية مفهوم الذات من أن فكرة الفرد عن ذاته منذ طفولته لا يقتصر تأثيرها على سلوكه الحالي، بل يمتد إلى سلوكه المستقبلي ويؤثر في تنميته الاجتماعية المقبلة حيث يميل ذوو مفهوم الذات المرتفع إلى الحرية والاستقلال والابتكار والقدرة على التعبير عن آرائهم، مهما اختلفت مع آراء الآخرين، ويميلون للتوافق والخلو من الاضطراب الشخصي . (أحمد محمد صالح: ١٩٩٥، ص ٢١٨)

وإذا كان الفرد يعزو إنجازاته ويستمد تعزيزات سلوكه من ذاته ، فيتوقع منه في هذه الحالة درجة مرتفعة من مفهوم الذات مقارنةً بآخر لا يحصل على تعزيزات لمفهومه لذاته نتيجة لاعتقاده أنه يحقق ما يحقق، ويعجز عن تحقيق ما يعجز عنه لا اعتماداً على قدرته و إمكاناته بل اعتماداً

على العوامل الخارجية ،ويصبح مفهومه لذاته بوصفه شخص فعال منجز مفهوم ضئيل .
(صفوت فرج :١٩٩١،ص٩)

٢-١-١٠: الفرق بين مفهوم الذات والذات :

مفهوم الذات ، ويشمل آراء الشخص عن نفسه ، بينما مفهوم الذات هو التقييم الذي يضعه لنفسه وما يتمسك به من عادات مألوفة لديه مع اعتبار لذاته ، وبالتالي يعبر عن اتجاه القبول أو الرفض بحيث يشير إلى معتقدات الفرد تجاه ذاته ، وبهذا يكون مفهوم الذات هو: " الحكم على صلاحيته معبراً عنها بواسطة الاتجاه الذي يكنه حول ذاته ، فهو خبرة ذاتية ينقلها للآخرين عن طريق التقارير اللفظية ويعبر عنها بالسلوك الظاهر ، وهناك ثلاث نقاط يجب أخذها في الاعتبار هي :

١. يركز التعريف على مفهوم الذات عامة في المواقف الثابتة والدائمة على مفهومها في المواقف النوعية أو الطارئة،ولكن تعالج كل منها مستوى الفرد لذاته ويختلفان في عمومية وثبات المفهوم والظروف التي يتكون خلالها .
٢. يختلف مفهوم الذات تبعاً للخبرات المختلفة التي يمر بها الفرد فقد يعتبر نفسه جيد جداً كتلميذ ولكنه ضعيف كموسيقى ؛ فالمفهوم الكلي للفرد هو مجموع تلك المجالات طبقاً لأهميتها لذاته .
٣. يختبر الفرد أداءه وقدرته واتجاهاته طبقاً لمعاييره وقيمه فيصل في النهاية إلى قرار، إما يحمل اتجاهات سالبة أو موجبة نحو ذاته . (محجوب الصدق المصطفى:١٩٩٨، ص٢٧)

٢-١-١٠: النظريات التي فسرت مفهوم الذات :

١. نظرية روزنبرج :

إن هذه النظرية تعتبر من أوائل النظريات التي وضعت أساساً لتفسير وتوضيح مفهوم الذات ، حيث ظهرت هذه النظرية من خلال دراسته للفرد وارتقاء سلوكه تقيمه لذاته ، في ضوء العوامل المختلفة التي تشمل المستوى الاقتصادي والاجتماعي ، والديانة وظروف التنشئة الوالدين .

أن روزنبرج وضع للذات ثلاثة تصنيفات هي :

- ❖ الذات الحالية أو الموجودة : وهي كما يرى الفرد ذاته وينفعل بها .
- ❖ الذات المرغوبة : وهي الذات التي يجب أن يكون عليها الفرد .
- ❖ لذات المقدمة : وهي صور الذات التي يحاول الفرد أن يوضحها أو يعرفها للآخرين ، ويسلط روزنبرج الضوء على العوامل الاجتماعية فلا أحد يستطيع أن يضع مفهوماً لذاته والإحساس بقيمتها إلا من خلال الآخرين.

ويعتبر روزنبرج مفهوم الذات اتجاه الفرد نحو نفسه لأنها تمثل موضوعاً يتعامل معها ، ويكون نحوها اتجاهاً ، وهذا الاتجاه نحو الذات يختلف من الناحية الكمية عن اتجاهاته نحو الموضوعات الأخرى (علاء الدين كفاقي : ١٩٨٩ ، ص ١٧٦) .

٢. نظرية كوبر سميث :

لقد استخلص "كوبر سميث " Cooper Smith نظريته لتفسير مفهوم الذات من خلال دراسته لمفهوم الذات عند أطفال ما قبل المدرسة الثانوية ، حيث ذهب إلى أن مفهوم الذات مفهوم متعدد الجوانب ، ولذا فعلياً ألا نتعلق داخل منهج واحد ومدخل معين لدراسته ، بل علينا أن نستفيد منها جميعاً لتفسير الأوجه المتعددة لهذا المفهوم ، ويؤكد - أيضاً - بشدة أهمية تجنب فرض الفروض غير الضرورية (علاء الدين كفاقي : ١٩٨٩ ، ص ١٠٤) .

فضلا عن ذلك يرى "كوبر سميث" أن مفهوم الذات ظاهرة أكثر تعقيداً لأنها تتضمن كلاً من تقييم الذات ورد الفعل أو الاستجابات الدفاعية ، وإذا كان مفهوم الذات يتضمن اتجاهات تقييمه نحو الذات فإن هذه الاتجاهات تتسم بقدر كبير من العاطفة ، فمفهوم الذات عند سميث هو الحكم الذي يصدره الفرد على نفسه متضمناً الاتجاهات التي يرى أنها تصفه على نحو دقيق ، ويقسم تعبير الفرد عن مفهومه لذاته إلى قسمين : التعبير الذاتي ، وهو إدراك الفرد لذاته ووصفه لها والتعبير السلوكي ، ويشير إلى الأساليب السلوكية ، التي تفصح عن مفهوم الفرد لذاته ، التي تكون متاحة للملاحظة الخارجية (عبد الرحمن سليمان : ١٩٩٩ ، ص ٩٦-٩٧)

كذلك أشار سميث في كتاباته ودراساته إلى أنّ جذور مفهوم الذات تكمن في عاملين رئيسيين هما:

الأول: مدى الاهتمام والقبول و الاحترام الذي يلقاه الفرد من ذوى الأهمية في حياته، وهم يختلفون من مرحلة لأخرى من مراحل الحياة ، فقد يكون الوالدان ورفاق المرحلة بين ذوى المكانة والتميز أو الأصدقاء.

الثاني: تاريخ الفرد في النجاح بما في ذلك الأسس الموضوعية لهذا النجاح أو الفشل . (ممدوحة سلامة: ١٩٩١، ص-٧٠٣-٦٧٩).

٣. نظرية إيشتاين :

من نظريات الذات التي سعى فيها "إيشتاين إلى توضيح ماهية مفهوم الذات بقوله : " إن كل شخص يضع هيئة أو صياغة للذات اعتماداً على قدرتها وصلاحيتها بشكل غير مقصود طبقاً لخبراته المختلفة ، ويشكل الجزء الأكبر من هذه الصياغة احتراماً كاملاً للذات بمقدار الخبرات المرتبطة بالإنجاز "

وبزيادة تقدم الفرد ، فإن نظريته تزداد تعقيداً ، ومع ذلك يظل متمسكاً بمبادئها الأساسية ، بمعنى أن اعتقاد شخص ما في قيمته وأهميته قد لا يتغير كثيراً بشكل جذري ، ودائماً تتغير الاستنتاجات المستخلصة من هذه الاعتقادات ، أو يعاد فحصها والتحقق منها مرة أخرى بتقدم العمر وزيادة

خبرات الحياة، فاعتقاده بأنه إنسان ذو قيمة ليس بالضرورة أن يتخلص منه في جميع الحالات ، وأنه من السهل أن يحبني الآخرون مثلاً ، ويتطور هذا المفهوم التقويمي وفقاً لملاحظات عن ذاته ، أنه كموضوع مجرد وفقاً لكيفية رؤية الآخرين له ، وهو على هذا النحو أمر مكتسب يتوقف بالدرجة الأولى على خبرات التنشئة الأولى ومدى الاستحسان والاستهجان الذي لقيه الفرد أو يلقاه من قبل ذوي أهمية في حياته (ممدوحة سلامة : ١٩٩١ ، ص ٦٧٩ - ٧٠٢)

٤. نظرية زيلر :

يشير علاء الدين كفاي إلى أن نظرية "زيلر Zille" في مفهوم الذات نالت شهرة أقل من نظريتي روزنبرج وكوبر سميث ، وحظيت بدرجة أقل منها ، من حيث الذبوع والانتشار ، لكنها في الوقت نفسه تعد أكثر تحديداً وأشد خصوصية ، أي أن زيلر يعتبر مفهوم الذات ما هو إلا البناء الاجتماعي للذات . وينظر زيلر إلى مفهوم الذات من زاوية نظرية المجال في الشخصية، ويؤكد أن تقييم الذات لا يحدث في معظم الحالات إلا في الإطار المرجعي الاجتماعي ، ويصف مفهوم الذات بأنه مفهوم يقوم به الفرد لذاته . ويلعب دور المتغير الوسيط أو أنه يشغل المنطقة المتوسطة بين الذات والعالم الواقعي ، وعلى ذلك ، فعندما تحدث تغييرات في بيئة الشخص الاجتماعي ، فإن مفهوم الذات هو العامل الذي يحدد نوعية المتغيرات التي ستحدث في تقييم الفرد لذاته تبعاً لذلك. (علاء الدين كفاي: ١٩٨٩، ص ١٠٥)

و يرى عبد الرحمن سليمان ١٩٩٩ أنّ مفهوم الذات طبقاً لزيلر مفهوم يرتبط بين تكامل الشخصية من ناحية ، وقدرة الفرد على أن يستجيب لمختلف المثيرات التي يتعرض لها من ناحية أخرى ، ولذلك فإن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من مفهوم الذات . (عبد الرحمن سليمان : ١٩٩٩ ، ص ٩١ .)

٥. نظرية الذات عند روجرز:

أشار زهران إلى أن نظرية روجرز قد جعلت من الذات جوهر الشخصية إذ تعكس عند روجرز مبادئ النظرية الحويبية ، وبعض من سمات نظرية المجال وبعض من الملامح لنظرية فرويد ،

كما أنها تؤكد المجال السيكولوجي وترى أنه منبع السلوك . كما ارتكزت نظرية الذات عند روجرز على عمق خبرته في الإرشاد و العلاج النفسي، وخاصة في الطريقة التي ابتدعها في العلاج النفسي، وهى العلاج المتمركز حول الذات،ومن وجهة تلك النظرية فإن الذي يحدد السلوك ليس المجال الطبيعي الموضوعي ولكنه المجال الظاهري "عالم الخبرة" الذي يدركه الفرد نفسه؛فالمجال الذي تحدث فيه الظاهرة هو الذي يحدد معناها ، وأن هذا المعنى أو الإدراك هو الذي يحدد سلوكنا إزاء الموقف (إبراهيم أبو زيد :١٩٨٧،ص٦٨)

ومن أهم مفاهيم نظرية روجرز في الذات :

أ. مفهوم الكائن العضوي : وهو الفرد ككل،والذي يستجيب ككل منظم للمجال الظاهري لإشباع حاجاته المختلفة ، حيث إن تحقيق الذات وصيانتها هي دافع هذا الكائن العضوي الأساسي . (مصطفى فهمي:١٩٧٥،ص١٧٦) .

ب. مفهوم المجال الظاهري : حيث يوجد كل فرد في عالم من الخبرة دائم التغيير ، هو مركزه فكل فرد يحيا في عالم من الخبرة خاص به ، عالم متغير باستمرار ، وقد تدرك تلك الخبرة شعورياً أو لا شعورياً ، وحينما تكون الخبرة شعورية فإنها تختص بعالم الرموز ، والعالم الخاص بالفرد لا يدركه بالمعنى الكامل إلا الشخص نفسه. (سيد محمد غنيم :١٩٧٥، ص ٦٩٢) .

ج. الذات : وهو مفهوم هذه النظرية الأساسي ونواتها ، فهي المحور الرئيس للخبرة التي تحدد شخصية الفرد في هذه النظرية ، ففكرنا عن ذاتنا أي الطريقة التي ندرك بها ذاتنا هي التي تحدد نوع شخصيتنا وكيفية إدراكنا لها، وللذات عدة خصائص في نموها وتأثيرها على السلوك والإدراك ، وبناقش فيها العديد من القضايا التي تبرز منها طبيعة تلك المفاهيم وعلاقتها المتداخلة. (هول وليندزى :١٩٧٨،ص٦١٣)

ويتكون مفهوم الذات عند روجرز بشكل ثابت من مجموعة منتظمة من الصفات و الاتجاهات والقيم نتيجة تفاعل الكائن الحي مع البيئة ، وخلال خبرته مع الأشياء و الأشخاص وقيمهم التي يمكن أن يتمثلها في ذاته وما يعنيه الفرد عن ذاته إنما يمثل الشكل ويكون شعورياً ، أما النواحي

اللاشعورية فتمثل الأرضية ولا يعتبر روجرز الذات القوة الوحيدة المسيطرة على توجيه السلوك بل هناك أيضا الدوافع العضوية أو اللاشعورية التي يخضع لها الفرد ، مما يؤدي به إلى التمزق والمرض ، ويذهب روجرز إلى أن مفهوم الذات يمكن أن يتغير كنتيجة للنضج و التعليم وتحت ظروف العلاج النفسي المتمركز حول العميل. (إبراهيم أبو زيد: ١٩٨٧، ص ٧١)

كما أدخل روجرز ثلاثة مفاهيم توحيدية جديدة هي :

١. الحاجة إلى الاعتبار الإيجابي.

٢. الحاجة إلى اعتبار الذات.

٣. شروط المفهوم .

وحاجة الاعتبار الإيجابي للذات تكون من قبل الآخرين ، حاجة عامة وإن لم تكن بالضرورة فطرية ،وهي ترتقي بظهور الوعي بالذات ، بحيث يسعى الفرد إلى الحصول على مفهوم الآخرين أكثر مما يسعى إلى الخبرات التي يقدرها الكائن العضوي الحي ، كما أن حاجة اعتبار الذات يكتسبها الفرد نتيجة لخبرات الذات بإشباع أو إحباط حاجتها إلى الاعتبار الإيجابي بحيث يكتسب الفرد حاجة اعتبار الذات،وهي تعمل مستقلة عن العلاقات مع الآخرين، وأن مستوى اعتبار الفرد لذاته يؤدي إلى ثراء ونضج وتشعب الشخصية كلها ، وهنا يرى روجرز أن السلوك لا يصدر مباشرة عن أشياء حدثت في الماضي ، بل ليس ثمة سلوك إلا ويواجه حاجة راهنة.

أما شروط المفهوم فهو الحد الذي يساعد الفرد على تجنب بعض خبرات الذات والسعي وراء بعضها الآخر بناءً على استحقاقها أو عدم استحقاقها لاعتبار الذات ، وتساعد هذه المفاهيم الثلاثة في إيضاح الفروق بين الذات والخبرة ومفارقات السلوك والعمليات الدفاعية وغيرها. (هول ولندزي: ١٩٧٨، ص ٦٢٤ ، ٦٢٥)

وترى الدراسة أن نمو الشخصية يرتكز على عاملين مهمين،ألا وهما الوراثة والبيئة و التفاعل بينهما ، إن الذات تنمو من خلال مراحل الطفل العمرية المختلفة ، حيث تبدأ بالتفاعل مع الأم والعالم المحيط ، فيتأثر الطفل بالبيئة المحيطة ويتكون لديه مفهوم لذاته إما بالإيجاب أو بالسلب

في حياته معتمداً على خبرات التفاعل في بيئة نشأته الأولى ومدى الاستحسان الذي يلقاه من ذوى الاهتمام به ، إن الرعاية الأسرية ،و العمر، و الجنس ، والمدرسة ، والأقران ، والعيوب الجسمية ، وغيرها من المعوقات تعتبر من أهم العوامل المؤثرة في مفهوم الذات سلباً كان أم إيجاباً.

-هناك إختلاف بين مفهومي مفهوم الذات و الذات ، فمفهوم الذات يشمل آراء الشخص عن نفسه بينما مفهوم الذات فهو التقييم الذي يضعه لنفسه،وما يتمسك به من عادات مألوفة لديه مع اعتبار لذاته .

كما أن هناك اختلاف واضح بين الذات والأنا ؛ فالذات هي النظام الديناميكي للمفاهيم و القيم والأهداف والمثل التي تقرر الطريقة التي يسلك بها الفرد ، أما الأنا فهو ذلك التيار من التفكير الذي يكون إحساس الفرد بهويته الشخصية . كما تعددت اتجاهات مفهوم الذات،فمنها ما هو : اتجاهاً، حاجة ، حالة ، توقعاً ، تقييماً تعددت نظريات الشخصية في تعريف الذات ومفاهيمه ، فنظرية "روجرز" جعلت من الذات جوهر الشخصية ، ومن أهم نظريته مفهوم الكائن العضوي و المجال الظاهري وكذلك الذات

المبحث الثاني

القلق الاجتماعي

تعريف القلق الاجتماعي : نقصد به الخوف غير المقبول وتجنب المواقف التي يتعرض فيها للمعني ان يتعامل أو يتفاعل فيها مع الآخرين ويكون معرضاً بنتيجة ذلك إلى نوع من أنواع التقييم . (Margraf rudolf ، ١٩٩٩ : ص ١٤)

عرفه عدس : انه مدى استعداد الفرد وميله إلى السعي في سبيل تحقيق هدف ما، والنجاح في تحقيق ذلك الهدف وإتقانه، إذ يتميز هذا الهدف بخصائص وسمات ومعايير معينه (عدس، ١٩٩٨ : ص ٥١)

عرفه سالم أنه الرغبة والسعي للتغلب على الصعوبات والعوائق لتحقيق النجاح في الأداء (سالم ، ٢٠٠٠ ص :٢١) .

انه الخوف المزمّن دون مبرر موضوعي مع توافر أعراض نفسية وجسمية شتى دائمة إلى حد كبير (عبد الخالق، ٢٠٠١ : ٣٣٧) .

٢-٢-١: انتشار القلق الاجتماعي :

لقد سجلت الدراسات الوبائية لمعدلات انتشار القلق الاجتماعي مدى الحياة تتراوح بين ٣%-١٣% وتعتمد هذه الدراسات على الحد المستخدم لتحديد الضيق أو الكدر أو الاضطراب، وعلى أنماط المواقف الاجتماعية الممسوحة بشكل خاص .

ففي إحدى الدراسات تبين أن ٢٠% من الأشخاص ذكروا خوفاً شديداً من الأداء والحديث أمام الجمهور، و٢% فقط أظهروا خبرة كافية من الألم أو الفساد لإجازة تشخيص القلق الاجتماعي.

ففي السعودية ذكر الخاني أن نسبة من يعانون من الخوف الاجتماعي تبلغ ٧٩% من اضطرابات الخوف عموماً، ٢٠% من الاضطرابات الذهانية، وأن التلاميذ يشكلون ٢٥% من مجموع المراجعين .

وأكثر الأفراد الذين لديهم القلق الاجتماعي يخافون الحديث أمام الجمهور، بينما وإلى حد من النصف يخافون التحدث إلى الغرباء أو مقابلة أشخاص جدد، وهناك مخاوف أداء أخرى (مثال : الأكل أو الشرب أو الكتابة أمام الآخرين، أو استخدام الحمامات العامة أو ركوب المصاعد مع الآخرين) تبدو أقل شيوعاً.

أما في الأوضاع العادية فإن معظم الأشخاص الذين لديهم القلق الاجتماعي يخافون من أكثر من نوع واحد من المواقف الاجتماعية.

نادراً ما يكون القلق الاجتماعي سبب قبول المرضى في العيادات.

أما المرضى من خارج العيادات فإن معدلات القلق الاجتماعي لديهم لها مدى بين ١٠%، ٢٠% من الأفراد مع اضطرابات القلق. لكن معدلات القلق الاجتماعي تتنوع كثيراً . (السلسلة ١، ص ٢٥٢_ ٢٥٢)

وتختلف الإحصاءات حول نسبة انتشار القلق الاجتماعي حيث يذكر عبد الرحمن أن القلق الاجتماعي ظاهرة شديدة الانتشار في كل من المجتمعات وإن كانت نسبتها تتباين من مجتمع لآخر حيث أن نايرز وآخرون ١٩٨٤ يرون أن مرضى القلق الاجتماعي يمثلون ما بين ١.٢- ٢.٢% من إجمالي سكان أمريكا.

(عبد الرحمن، ٢٠٠٠، ص ٢٥٣)

في حين يقول المالح أن كل شخص من ٢٠٠ شخص في المجتمع الغربي لديهم حالات خوف اجتماعي شديد وحوالي ٤- ٣ أضعاف ذلك لديهم حالات متوسطة وضعيفة . (المالح، ١٩٩٤، ص ١٠٤)

٢-١-٢: العوامل التي تُسبب القلق الاجتماعي :

العوامل المسببة للقلق الاجتماعي : (المهينة)

١- العوامل البيولوجية :

توجد بعض الأدلة على دور العوامل البيولوجية في القلق الاجتماعي، حيث تبين أن انتشاره بين أفراد وأقارب الأشخاص الذين يعانون من هذا الاضطراب ويدعم ذلك دراسات تمت على التوائم حيث تبين وجود ارتباط أعلى بين مستويات القلق الاجتماعي في التوائم المتطابقة عنه بالنسبة للتوائم غير المتطابقة. (عبد الرحمن، ٢٠٠٠، ص ٢٥٦)

٢- العوامل الفيزيولوجية :

إن وجود أعراض الاستثارة في القلق الاجتماعي وتقارير الاستخدام الناجح لكابحات بيتا للطاقة الأدرينالية في علاج حالات الخوف من الكلام أمام جمهور قد أدت إلى تطوير نظرية القلق الاجتماعي تقول بأنه اختلال أو نشاط محيطي للكيتيكول أمينات.

ومن الدراسات الداعمة لذلك دراسة قام بها باب وزملائه بحق إحدى عشر شخصاً يعانون القلق الاجتماعي بالأدرينالين ولكن مع تحقق مستويات عالية من الابينفرين في بلازما الدم وكانت النتيجة أن شخصاً واحد فقط قد مر بقلق يمكن ملاحظته وتوحي هذه النتيجة بأن الزيادة في دوران الابينفرين غير كافية لتفسير القلق الاجتماعي . وقد تبين من خلال دراسات اهتمت باختبار أداء الجاهز الدوري في حالات القلق الاجتماعي حدوث ارتفاع جوهري في ضربات القلب وضغط الدم أثناء التفاعل الاجتماعي والتحدث أمام جمهور بالمقارنة مع حالات ضابطة وأكثر استمراراً أمام جمهور عما هو الحال لدى حالات القلق الاجتماعي العام أثناء التفاعلات الاجتماعية . وتوجد فرضية قدمها ليبوتيز وزملاءه تنادي بأن أنظمة طاقة الدوبامين في الجهاز العصبي المركزي قد تفقد تنظيمها في القلق الاجتماعي . (الشناوي، ١٩٩٨، ص ٢٨٢) .

- العوامل النفسية والاجتماعية :

توجد مجموعة من الأسباب الاجتماعية النفسية التي يفترض أنها تدخل كعوامل في تطوير القلق الاجتماعي فنظريات النمو تفترض أن الرفض الأبوي له دور في تكوين القلق الاجتماعي وقد أظهرت الدراسات أن الأشخاص ذوي المخاوف الاجتماعية يدركون آباءهم على أنهم أقل اهتماماً وأكثر تعقيداً ورفضاً وحساسية وانشغالا بأداء الآخرين إذا ما قورنوا بالعينة الضابطة من الأشخاص العاديين . (الشناوي، ١٩٩٨، ص ٢٨٢)

٢-٢-٢: مؤشرات وجود القلق :

هناك مؤشرات ثلاث تشير إلى وجود القلق ، ولعله من المفيد جداً تناول هذه المؤشرات بشيء من التفصيل وهذه المؤشرات هي :

وجود الاجتهاد والتوتر والشكوك المرتبطة بوجود الإنسان والتي تؤثر في حياة الناس أجمعين.

توافر الظروف والحالات المتصلة بمرحلة نمو المراهق وما يتصل بها من مأزق.

المصاعب المرتبطة بالمشكلات التي لم نجد لها حلاً بعد في حياة المراهق والتي تمتد إلى أيام الطفولة المبكرة . (الحافظ ، ١٩٩٠ ، ص ١٢٦)

٢-٢-٣: أعراض القلق الاجتماعي :

هناك العديد من الأعراض النفسية والجسمية للقلق نجلها في ما يلي :

أعراض نفسية من بينها :

التوتر والاهتياج العصبي : ويتمثل في الحساسية المفرطة للضوضاء والضجيج والأضواء والتوتر العضلي وسعة الاستثارة وتوقع الشر والخطر وفقدان الأعصاب لأتفه الأسباب ، فقد يصاب المرء بالانزعاج الشديد لمجرد سماع طرق على الباب أو رنين التلفون متوقفاً حدوث كارثة.

شروذ الذهن وضعف المقدرة على التركيز والنسيان وتواتر الأفكار المزعجة وتزاحمها والصعوبة في تنظيم المعلومات واستدعائها.

فقدان الشهية للطعام وصعوبات النوم والأرق والأحلام والكوابيس المزعجة والشعور بالهم وعدم الاستقرار ، مما يؤدي إلى الإرهاق الشديد والإعياء النفسي والجسدي.

تجنب المواقف الاجتماعية والميل على العزلة وتناقض الاهتمامات الترويحية والإقبال على الحياة وعدم الشعور بالأمن والاستقرار.

وقد ميز فرويد بين أنواع من القلق هي :

القلق الواقعي :

وهو قلق شعوري موضعي أو حقيقي أقرب ما يكون لمفهوم الخوف العادي ، إذ يدرك الفرد مصدر خطر خارجي في بيئته يتهدهده ومن أمثلةه :

القلق الذي يعتري الفرد بشأن نتيجة اختبار أجري له أو مسابقة شارك فيها.

القلق العصابي :

يتميز هذا القلق عن سابقة بأنه أكثر حدة وشدة وأنه عرض مرضى يعوق التوافق السوي والسلوك العادي للفرد ، كما أن مصدره يكمن في داخل الفرد ذاته (تهديدات الدفعات الغريزية المكبوتة) وليس خارجه ، لذا فهو لا شعوري أي أن الفرد لا يعي أسبابه ومن ثم لا يجد مبرراً موضوعياً له ولما يؤدي إليه من انفعال.

فمنشأ هذا القلق بفضل الكبت وما يترتب عليه.

-القلق الخلفي :

يكمن مصدر القلق الخلفي في داخل الفرد وهو الأنا الأعلى أو الضمير الخلفي الذي تمثله القوانين والأعراف الاجتماعية والمثل والأخلاق ، واستمدته من تعاليم الوالدين.

ويتبدى القلق الخلفى عندما تجنح بعض الذكريات المستكرهه والغرائز المحرمة لدى الفرد إلى الانطلاق والإشباع أو عندما يأتي الفرد فعلاً إثمًا خارجاً عن المثل التي تمثلها ، فينزل الأنا الأعلى عقابه على النفس من خلال إشعارها بالندم والإثم والخجل تأنيباً لها عما فكرت به أو تكفيراً عما ارتكبته. هذا القلق عند حد معين قد يكون ذا طابع تطهيري يساعد الفرد على استعادة ثقته بنفسه وعلى مجاهدة نزواته. (القريطي ، ١٩٩٨ ، ص ١٢٧-١٢٨)

ومن أعراض القلق كذلك :

١. خفقان القلب بشدة. أو سرعة ضربات القلب.
٢. التعرف (تصبب العرق).
٣. الارتعاش والارتجاف.
٤. الإحساس يقصر التنفس أو حموده.
٥. الشعور بالاختناق.
٦. آلام أو عدم ارتياح في الصدر.
٧. الغثيان أو تلبك المعدة.
٨. الشعور بالدوار أو الإغماء أو الدوخة أو عدم الاتزان.
٩. اختلال الإحساس بالواقع.
١٠. الخوف من فقدان القدرة على ضبط النفس.
١١. التشويش الحسي.
١٢. الإحساس بالقشعريرة أو الإقرار. (السلسلة، ص٤٧-٤٨)

٢-٢-٤: أنواع القلق الاجتماعي :

وفي دراسة قام بها تيرنر وبيدل وتونسلي حيث قسموا المفحوصين الذين يعانون من القلق الاجتماعي إلى نوعين الذين كانت لديهم مخاوف من التفاعل الاجتماعي العام صنفوا على أن لديهم قلق اجتماعياً معمم ، أما الذين كانت لديهم مخاوف ذات وجهة أدائية كالخوف من التحدث أمام الجمهور فقد صنفوا على أن لديهم قلق اجتماعياً محددًا. وتبين أن الذين لديهم قلق اجتماعياً

عام كان لديهم ألم نفسي عام أكبر وقلق اجتماعي أعلى وصعوبة اجتماعية أكبر وأداء أضعف . (الشناوي، ١٩٩٨، ص ٢٨٥)

مواقف القلق الاجتماعي :

الأشخاص القلقون اجتماعياً يخبرون عادة أماً انفعالياً في العديد من المواقف الاجتماعية، ومنها المواقف الآتية :

- ❖ أن يتم نقدهم.
- ❖ أن يكونوا مركز اهتمام.
- ❖ أن تتم مراقبتهم وهم يقومون بشيء ما.
- ❖ مقابله أشخاص في السلطة.
- ❖ اللقاءات الاجتماعية خاصة مع الغرباء.
- ❖ تقديم كلمة صغيرة في حفلة.
- ❖ أن يدور الشخص حول الغرفة وحول الطاولة حيث يتوجب عليه قول شيء ما.
- ❖ التقييم غير المباشر.
- ❖ الخوف من التحدث أمام جمهور. (السلسلة، ص: ٨٣)

٢-٢-٥: علاج القلق الاجتماعي :

١. العلاج الدوائي :

ركز على صنفين رئيسيين من العقاقير هي الأدوية المضادة للادرينالين من زمرة بيتا والأدوية المثبطة للخمائر الوحيدة ، بالرغم من أن نتائج الدراسات تبدو غير حاسمة ومتناقضة أحياناً ، وكذلك عقار الألبرازيم وهو من المهدئات الصغرى وكذلك مضادات الاكتئاب مثل امبيرامين.

٢. العلاج السلوكي :

ويتضمن :

❖ التدريب على المهارات الاجتماعية : وتعتمد هذه التغذية على أن القلق الاجتماعي ينشأ من المهارات الاجتماعية غير الملائمة أو نقص المهارات وتدريب الشخص على تخفيض القلق الاجتماعي لديه ، مع أن بعض الدراسات تشير إلى أن بعض الحالات القلق الاجتماعي لديها مهارات اجتماعية غير ملائمة .(الرسالة، ص٩٧) .

❖ التعريض أو الغمر : يستجيب الناس للقلق بمحاولات استجابية وذلك بتجنب المواقف التي تثير قلقهم. وهذا السلوك يؤدي إلى زيادة التوتر ، ويستخدم أسلوب التعريض أما تدريجياً على المواقف الرهاب، أي ابتداء من الأقل شدة أو بطريقة الإغراق "الغمر" وهي بالمواقف الشديدة التوتر. (المالح، ١٩٩٢، ص١٤٧-١٤٨)

٣. الاسترخاء : له فوائد علاجية واضحة بين المصابين بالرهاب، لقد أصبح الاسترخاء العضلي بطريقة منظمة عضلة عضلة منهاجاً مناسباً للتغلب على التوترات العضلة المصاحبة للقلق. بما فيها الصداع وخفقان القلب وارتفاع ضغط الدم وآلام الساقين والذراعين.(إبراهيم، ١٩٩٤، ص٤٣١)

٤. توكيد الذات :

ويعني القدرة على التعبير الملائم عن أي انفعال نحو المواقف والأشخاص سواء كان ذلك في الاتجاه السلبي أو في الاتجاه الإيجابي.

وكذلك التعبير عن الأفعال والتعبيرات الانفعالية تدل على الحب والاهتمام والصدقة والإعجاب. (إبراهيم، ١٩٩٤، ص٤٣١)

٥. النمذجة :

وقد قدمه العالم باندورا ويعتمد على أن الكثير من استجاباتنا المرضية والسوية تكتسب بفضل مشاهدة الآخرين والتأثير بهم أي القدوة.

٦. العلاج السلوكي المعرفي الشامل : للعلاج السلوكي المعرفي نجاح ملحوظ في علاج القلق الاجتماعي وهو يقدم تغيرات إيجابية ملحوظة في حياة الناس القلقين اجتماعياً. (الرسالة، ص ٩٩)

٢-٢-٦: النظريات المفسرة للقلق الاجتماعي :

١. تفسير المدرسة السلوكية : إن تفسير السلوكية لاضطرابات القلق تستند إلى مبادئ التعلم والاشتراط، وتستند بدورها إلى خلفية واسعة من نتائج البحوث العملية . ويعتبر السلوكيون القلق استجابة خوف متعلمة عن طريق الاشتراط التقليدي، ويذهبون إلى أن استجابة الخوف تتزوج أو تقترن عينة محايد في السابق. أما الآن فإن المنبه المحايد سابقاً صار يستدعي الخوف عند الفرد. وتتصف الاستجابات المتعلمة بالاشتراط التقليدي بأنها لا تخضع للضبط الإرادي ، وبالتالي لا يتمكن الفرد من إيقاف استثارة استجابة الخوف لديه حينما يواجه بالمنبه الشرطي، حتى لو كانت استجابة الخوف غير معقولة موضوعياً ولا يوجد ما يؤيدها واقعياً. وكذلك أعراض القلق تستند إلى الاشتراط الإجرائي الذي يأخذ النموذج التالي :

لما كان القلق خبره غير سادة، فإننا نسعى إلى خفض أو تجنبه بقدر الإمكان. وإذا فعلنا شيئاً يكون فعالاً في خفض القلق، فإننا نشعر بالارتياح وبشكل أفضل. وفي ذلك يعد الشعور بالارتياح إثابه على استخدام الاستجابة.

ولما كان من المحتمل أن تستخدم مرة أخرى تلك الاستجابات التي تلقى إثارته، فإننا سوف نستخدم في المرة التالية التي نشعر فيها بالقلق، هذه الاستجابات مرة أخرى بغرض خفض القلق كذلك . ذلك هو تفسير السلوكيين للاضطرابات . فالقلق هو استجابة إشرطية مكتسبة من خلال اقتران الموضوع الرهابي ، (أي المنبه الشرطي) بخبره مشوبة بالقلق (أي المنبه غير الشرطي). وفي البداية، يؤدي الخبرة الباعثة على القلق إلى إحداث استجابة غير شرطية للألم والضيق

والخوف وقد يؤدي منظر الموضوع الرهابي إلى منع هذا القلق الاشتراطي أو خفضه ، ولذا يدعم القلق من خلال خفض الحافز . (السلسلة، ص ١٢٨ - ٢٩)

٢. التفسيرات المعرفية : يركز التفسير على الحساسية الكبيرة لدى الأشخاص الذين يعانون اضطرابات القلق للإشارات أو الإلماعات المنبئة بالخطر، ويؤدي بهم تفسير تلك الخبرات بطريقة مهددة إلى تقاوم القلق الذي يؤول بالتالي إلى تطور أعراض يستجيبون حالياً بمزيد من القلق ، ويتضح ذلك من أن القلق يتطور لدى الأفراد في سياق بعض العمليات المعرفية التي يحددها المنحى المعرفي في تفسير اضطرابات القلق فيما يلي :

أ. حينما ينتبه الأفراد للتهديدات المحيطة بهم بطريق انتقائية (الانتباه الانتقائي).

ب. حينما يتذكر الأفراد التهديدات السابقة بطريقة انتقائية (التذكر الانتقائي) .

ج. حينما يفسرون المواقف المحايد على أنها مواقف مهددة (سوء التفسير) .

د. حينما يتوقعون بشكل خاطئ أن أمر سيئاً أو من سوء الطالع سوف يحدث (التوقعات الخاطئة).

٢-٧: القلق الاجتماعي ومتغيرات الثقافة والعمر والجنس :

العرض العادي والإفساد الناجم قد يختلف عبر الثقافات بالاعتماد على المطالب الاجتماعية في ثقافات معينة ، فالأفراد الذين لديهم قلق الاجتماعي ربما يطورون مخاوف شديدة ومستمدة من تقديم إساءة للآخرين في المواقف الاجتماعية بدلاً من الخوف من أن ترتكب بحقهم. هذه المخاوف ربما ستأخذ بشكل قلق متطرف حيث احمرار الوجه أو الاتصال العيني أو رائحة الجسد ربما تكون مسيئة للآخرين. (السلسلة، ص ٢٥١)

ويذكر المالح أن الدراسات العادية تظهر أن القلق الاجتماعي ينتشر أكثر في الطبقات المثقفة والميسورة مادياً. (المالح، ١٩٩٤)

وترى الدراسة أن القلق الاجتماعي إلى تناقض في الأداء الأكاديمي والاجتماعي ، لدى الأطفال نجد القلق، التجمد، نوبات الغضب، البكاء والأطفال الأكبر سناً قد يظهرون جبناء بشكل متطرف في أوضاع اجتماعية غير مألوفة، ويجفلون من الاتصال بالآخرين.

المبحث الثالث

٢-٣-١: تعريف التحصيل الدراسي

عرّفه نجار بأنه : إنجاز عمل ما أو إحراز التفوق في مهارة ما أو في مجموعة من المعلومات . (نجار ، ١٩٦٠، :٤٢) .

عرفه حسين قورة وآخرون بأنه الإنجاز التحصيلي في مادة معينة أو مجموعة مواد متعددة بالدرجات طبقاً لنظام الامتحانات التي تجرى في المدرسة . (حسين قورة وآخرون ، ١٩٧٠، : ٥٢)

عرفه عاقل معرفة او مهارة مقتبسة وهو خلاف القدرة على أساس ان الإنجاز أمر فعلي وليس إمكانية . (عاقل ، ١٩٧١، : ص ١٣) .

وعرفه عريفج : بأنه مدى ما تحقق من أهداف التعلم في موضوع او مساق سبق للفرد دراسته او تدرب عليه من المشاركة في الأعمال المبرمجة . (عريفج ، ١٩٨٥ : ص ٦٧)

وعرفه سمارة وآخرون :مقدار ما حققه المتعلم من أهداف تعليمية في مادة دراسية معينة نتيجة مروره في خبرات ومواقف تعليمية . (سمارة وآخرون ، ١٩٨٩ : ص ١٦)

وعرفه داؤد وأنور : مقدار المعرفة والمهارة التي حصل عليها الفرد نتيجة التدريب . (داؤد وأنور، ١٩٩٠، ص ١٢٨)

عرّفه الحفني : بأنه مقدار ما يحصل عليه الفرد من معرفة أو خبرة (الحفني ، ١٩٩٤ : ص ١٠) .

عرّفه علام : بأنه درجة الاكتساب التي يحققها فرد أو مستوى النجاح الذي يحرزه أو يصل إليه في مادة دراسية أو في مجال تعليمي أو تدريسي معين .

(علام ، ٢٠٠٠، : ص ٣٠٥) .

عرّفه القمش : بأنه المعرفة أو المهارة المكتسبة من قبل الطلبة كنتيجة لدراسة موضوع أو وحدة تعليمية محددة. (القمش ٢٠٠١ : ص ٧٢) .

وترى الدارسة أن التحصيل الدراسي هو ناتج ما يحصل عليه التلميذ من معارف ومهارات في مستويات الفهم والحفظ الاسترجاع من خلال الدروس التي تقدم إليهم والتي تبنى على أهداف معرفية مخطط لها في برنامج دراسي محدد وتقاس بالنتائج التي يتحصل عليها الطالب في الامتحانات الفصلية والسنوية .

وترى الدارسة أن هناك العديد من العوامل في تحديد مستوى التحصيل الدراسي لدى التلميذ من أهمها :

- ❖ المنهج الدراسي ومناسبته لقدرات التلاميذ العقلية .
- ❖ وطرق التدريس ووسائل التدريس وتتداخل معها نسبة الذكاء للتلميذ ودافعيته والظروف المحيطة به من مستوى اقتصادي واجتماعي وحالته الصحية ، وقرب وبعد مكان سكنه من مكان الدراسة ، وما يعانيه من ضغوط حياتية ونفسية تؤثر في صحته النفسية وتعتبر الصحة النفسية السالبة مؤثراً أساسياً في تدنى التحصيل الدراسي وغالبا ما تتجم عن عدم قدرة التلميذ على التكيف الأكاديمي والتوافق النفسي .
- ❖ التكيف الدراسي محكوم بالبيئة المحيطة بالتلميذ ، وعلاقته مع زملائه ووالديه وأسرته وقدراته على حسم اختياراته الدراسية والموائمة بينها وبين قدراته وسوق العمل مستقبلا .

وترى الدارسة أن التلميذ المتكيف دراسيا ذلك التلميذ الذي يعزز ثقته في نفسه ويزيد من دافعيته ويثبط كثير من العوامل المثيرة للإحباط والتوتر والقلق . على ذلك أن التحصيل الدراسي هو حصيلة مؤثرات بيئية نفسية ووراثية وعوامل تعليمية وتعلمية .

الفصل الثالث

عرض وتحليل النتائج

الفصل الثالث

عرض وتحليل النتائج

يتضمن هذا الفصل وصفا لمجتمع البحث ، وطريقة اختيار العينة ، ووصفا للأدوات التي استخدمت في البحث وإجراءات استخراج الصدق والثبات لها ، وأسلوب تطبيقها ، والوسائل الإحصائية التي عولجت بوساطتها معطيات هذا البحث .
أولاً : منهج الدراسة :

تستخدم الدراسة الحالية المنهج الوصفي التحليلي الذي يعتمد على وصف وتحليل البيانات والمعلومات التي تم الحصول عليها من خلال تطبيق المقاييس التابعة للبحث.
ثانياً : أدوات البحث:

- ١- مقياس القلق الاجتماعي : ويتألف من /٤٧/ سؤال، ويكون أمام كل مفحوص مجموعة من الاختبارات وهي / مطلقاً ، نادراً ، أحياناً ، دائماً ، وتوزع الدرجات / ١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ /.
- ٢- مقياس مفهوم الذات : وهو يتألف من /٥٧/ سؤال ، ويكون أمام كل مفحوص مجموعة من الاختبارات وهي: / مطلقاً ، نادراً ، أحياناً ، دائماً ، وتوزع الدرجات / ١ ، ٢ ، ٣ ، ٤ / .

ثالثاً: الطرائق الإحصائية المستخدمة:

وهذه الطرائق هي:

١- قانون المتوسط الحسابي:

$$\text{س} = \frac{\text{مج س}}{\text{ن}}$$

س : المتوسط الحسابي.

مج س : مجموع درجات أفراد العينة.

٢- قانون الانحراف عن المتوسط: س - س .

س : درجة أي فرد من أفراد العينة على اختبار ما.

س : متوسط درجات أفراد العينة على اختبار ما.

٣- قانون معامل الارتباط بطريقة الانحرافات (قانون بيرسون).

$$r = \frac{\text{مج (ح.س} \times \text{ح.ص)}}{\sqrt{\text{ح.}^2\text{س} \times \text{مج ح.}^2\text{ص}}}$$

حيث ر : معامل الارتباط.

ح.س : انحراف كل قيمة في سلسلة القيم س عن متوسطها.

ح.ص : انحراف كل قيمة في سلسلة القيم ص عن متوسطها.

ح.س^٢ : مربع الانحرافات المعيارية للقيم س.

ح.ص^٢ : مربع الانحرافات المعيارية للقيم ص.

٤- قانون ستودينت (ت) :

$$t = \frac{\overline{س١} - \overline{س٢}}{\sqrt{\frac{٢٤١٤}{\text{---}} + \frac{٢٤١٤}{\text{---}}}}$$

ت : قانون ستودنت.

س^١ : متوسط درجات المجموعة الأولى (المجموعة التجريبية).

س^٢ : متوسط درجات المجموعة الثانية (المجموعة الضابطة).

ع^١ : مربع الانحراف المعياري في الاختبار أو المجموعة الأولى (التجربة).

ع^٢ : مربع ال انحراف المعياري في الاختبار أو المجموعة الثانية (الضابطة).

ن : عدد أفراد العينة.

٥- قانون الانحراف المعياري:

مج . ح^٢

$$\text{حيث: } \frac{\text{مج . ح}^2}{\text{ن}} = \text{ع} -$$

ع : الانحراف المعياري.

مج.ح^٢: مجموع مربع انحراف الدرجات عن متوسط.

ن : عدد أفراد العينة.

٦- قانون درجة الحرية:

درجات الحرية = ن - ١ .

ن : عدد أفراد العينة.

رابعاً : مجتمع البحث : مجتمع الدراسة هو تلاميذ الحلقة الثالثة بمرحلة الأساس بمدينة شندي

(٢١٠٤) تلميذ وتلميذة

خامسا : عينة البحث : اختارت الدراسة عينة من تلاميذ الحلقة الثالثة بمرحلة الأساس بمدينة شندبي من أربع مدراس من مدينة شندبي وكان عدد العينة (٨٠) تلميذ وتلميذة تم اختارهم بالأسلوب العشوائي .

الجدول (١) يمثل توزيع أفراد العينة :

المدارس	تلاميذ الصف السابع	تلاميذ الصف الثامن	العدد الكلى
الجنوبية بنين	١٠	١٠	٢٠
الجنوبية بنات	١٠	١٠	٢٠
التدريب بنين	١٠	١٠	٢٠
التدريب بنات	١٠	١٠	٢٠
المجموع	٤٠	٤٠	٨٠

الجدول من الجدول رقم (٢) حتى الجدول رقم (٤٨) إجابات أفراد العينة في مقياس القلق الاجتماعي .

الجدول رقم (٢) يوضح إجابة العينة حول العبارة أصاب بالتلعثم بين الناس .

النسبة الصالحة	النسبة المئوية	التكرار	المفردات
12.5	12.5	10	مطلقاً
22.5	22.5	18	نادراً
13.8	13.8	11	أحياناً
51.3	51.3	41	دائماً
100.0	100.0	80	المجموع

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات نسبة أفراد العينة إلا أن نسبة الذين يتلعثمون دائماً أكثر من ٥٠% وهذه النسبة إذا أضفنا لها أحياناً ونادراً تؤكد أن معظم التلاميذ يصابون بالتلعثم بين الناس .

الجدول رقم (٣) يوضح إجابة العينة حول العبارة أفضل الجلوس منفرداً.

النسبة الصالحة	النسبة المئوية	التكرار	المفردات
11.3	11.3	9	مطلقاً
41.3	41.3	33	نادراً
25.0	25.0	20	أحياناً
22.5	22.5	18	دائماً
100.0	100.0	80	المجموع

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات نسبة أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يفضلون الجلوس منفردين نادراً أكثر من ٤١% وهذه النسبة إذا أضفنا لها أحياناً ودائماً يصل إلى ٨٨% وهذا يدل على أن معظم التلاميذ يميلون للجلوس منفردين .

الجدول رقم (٤) يوضح إجابة العينة حول العبارة أستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	65	81.3	81.3
نادراً	9	11.3	11.3
أحياناً	2	2.5	2.5
دائماً	4	5.0	5.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يستمتعون بمعرفة الآخرين ومعرفتهم كانت أكثر من ٨١% وهذا يوضح أنهم لا يستمتعون مع الآخرين والجلوس معهم .

الجدول رقم (٥) يوضح إجابة العينة حول العبارة أشعر بالولاء و الانتماء لأصدقائي .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	57	71.3	71.3
نادراً	15	18.8	18.8
أحياناً	3	3.8	3.8
دائماً	5	6.3	6.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يشعرون بالولاء و الانتماء لأصدقائهم تمثل أكثر من ٧١% وهذا يوضح أنهم ليسوا مترابطين. الجدول رقم (٦) يوضح إجابة العينة حول العبارة أتخلى عن إهداء النصح لزميلي خوفاً من أن يزعل مني .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	12	15.0	15.0
نادراً	21	26.3	26.3
أحياناً	14	17.5	17.5
دائماً	33	41.3	41.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يسدون النصح لزملائهم خوفاً من أن يزعلوا منهم دائماً تمثل أكثر من ٤١% لو أضفنا لها أحياناً ونادراً ترتفع النسبة لأكثر من ٨٢% وهذا يدل أن لا ينصحون بعضهم

الجدول رقم (٧) يوضح إجابة العينة حول العبارة تحترم رأي زميلي و أعمل به إذا كان رأياً صائباً .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	57	71.3	71.3
نادراً	14	17.5	17.5
أحياناً	1	1.3	1.3
دائماً	8	10.0	10.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يحترمون آراء بعضهم البعض مطلقاً أكثر من ٧١% هذا يوضح مظهر عدم الاحترام بينهم الجدول رقم (٨) يوضح إجابة العينة حول العبارة أحاول الوفاء بوعدي مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه .

النسبة الصالحة	النسبة المئوية	التكرار	المفردات
73.8	73.8	59	مطلقاً
13.8	13.8	11	نادراً
7.5	7.5	6	أحياناً
5.0	5.0	4	دائماً
100.0	100.0	80	المجموع

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يوفون بالموعد أكثر من ٧٣% يوضح أنهم لا يوفون بالعهد .

الجدول رقم (٩) يوضح إجابة العينة حول العبارة أشعر بمفهوم الآخرين لأعمالي و انجازاتي .

النسبة الصالحة	النسبة المئوية	التكرار	المفردات
42.5	42.5	34	مطلقاً
35.0	35.0	28	نادراً
16.3	16.3	13	أحياناً
6.3	6.3	5	دائماً
100.0	100.0	80	المجموع

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يشعرون بتقدير الآخرين لأعمالهم مطلقاً أكثر من ٤٢% وإذا أضفنا لها نادراً كانت النسبة أكثر من ٧٥% وهذا يدل بوضوح أنهم لا يشعرون بتقدير الآخرين لهم.

الجدول رقم (١٠) يوضح إجابة العينة حول العبارة أسعد بالمشاركة في الحفلات و المناسبات الاجتماعية .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	42	52.5	52.5
نادراً	16	20.0	20.0
أحياناً	15	18.8	18.8
دائماً	7	8.8	8.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يسعدون بمشاركة الآخرين في الحفلات تمثل أكثر من ٥٢% هذا دليل واضح على أنهم لا يكون سعداء عند المشاركة في الحفلات

الجدول رقم (١١) يوضح إجابة العينة حول العبارة تربطني علاقات طيبة مع الزملاء و أحرص على إرضائهم .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	63	78.8	78.8
نادراً	9	11.3	11.3
أحياناً	6	7.5	7.5
دائماً	2	2.5	2.5
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا تربطهم علاقة طيبة مع زملائهم تمثل ٧٨% .

الجدول رقم (١٢) يوضح إجابة العينة حول العبارة أشعر بعدم قدرتي على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	16	20.0	20.0
نادراً	22	27.5	27.5
أحياناً	18	22.5	22.5
دائماً	24	30.0	30.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يشعرون بعدم القدرة على مساعدة الآخرين دائماً تمثل ٣٠% ولو أضفنا لها أحيانا كانت النسبة فوق ٥٢% هذا يوضح أنهم لا ينتبهم هذا الشعور .

الجدول رقم (١٣) يوضح إجابة العينة حول العبارة تفتقد الثقة و الاحترام المتبادل مع الآخرين.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	10	12.5	12.5
نادراً	15	18.8	18.8
أحياناً	26	32.5	32.5
دائماً	29	36.3	36.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يشعرون بفقد الثقة والاحترام بين الآخرين دائماً أكثر من ٣٦% ولو أضفنا له أحيانا كانت النسبة أكثر من ٦٨% وهذا يدل أنهم لا يتقون ببعضهم .

الجدول رقم (١٤) يوضح إجابة العينة حول العبارة أجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء و الجيران .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	51	63.8	63.8
نادراً	16	20.0	20.0
أحياناً	8	10.0	10.0
دائماً	5	6.3	6.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يتبادلون الزيارات مطلقاً أكثر من ٦٣% .

الجدول رقم (١٥) يوضح إجابة العينة حول العبارة أشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيراً .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	53	66.3	66.3
نادراً	15	18.8	18.8
أحياناً	6	7.5	7.5
دائماً	6	7.5	7.5
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يشعرون بالفرح للأشياء التي لا يفرح بها الآخرون مطلقاً تمثل أكثر من ٦٦ %

الجدول رقم (١٦) يوضح إجابة العينة حول العبارة أفكر كثيراً قبل أن أقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين (أو أرفضه).

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	47	58.8	58.8
نادراً	13	16.3	16.3
أحياناً	5	6.3	6.3
دائماً	15	18.8	18.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يفكرون كثيراً قبل أن أقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين (أو أرفضه) مطلقاً تمثل أكثر ٥٨ % وهذا يوضح أنهم لا يراعوا مصالح الآخرين .

الجدول رقم (١٧) يوضح إجابة العينة حول العبارة أشعر بالمسئولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	37	46.3	46.3
نادراً	27	33.8	33.8
أحياناً	14	17.5	17.5
دائماً	2	2.5	2.5
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يشعرون بالمسئولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن مطلقاً تمثل نسبة أكثر من ٤٦ % ولو أضفنا إليها نادراً ٧٩% .

الجدول رقم (١٨) يوضح إجابة العينة حول العبارة أخجل من مواجهة الكثير من الناس (أو أرتبك أثناء الحديث أمامهم) .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	22	27.5	27.5
نادراً	23	28.8	28.8
أحياناً	10	12.5	12.5
دائماً	25	31.3	31.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يخجلون من مواجهة الكثير من الناس (أو أرتبك أثناء الحديث أمامهم) قد تكون وسطاً بين الذين يحدث لهم وغيرهم .

الجدول رقم (١٩) يوضح إجابة العينة حول العبارة أحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصي على حقوقي .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	50	62.5	62.5
نادراً	14	17.5	17.5
أحياناً	6	7.5	7.5
دائماً	10	12.5	12.5
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يحرصون على حقوق الآخرين بقدر حرصي على حقوقهم أكثر من ٦٢% .

الجدول رقم (٢٠) يوضح إجابة العينة حول العبارة أعترض لزميلي إذا تأخرت عن الموعد المحدد

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	57	71.3	71.3
نادراً	12	15.0	15.0
أحياناً	4	5.0	5.0
دائماً	7	8.8	8.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يعتذرون لزملائهم إذا تأخرت عن الموعد المحدد مطلقاً ٧١% .

الجدول رقم (٢١) يوضح إجابة العينة حول العبارة أتمنى أن أقضي معظم وقت فراغي مع الآخرين

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	39	48.8	48.8
نادراً	25	31.3	31.3
أحياناً	12	15.0	15.0
دائماً	4	5.0	5.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يتمنون أن يقضوا معظم وقت فراغي مع الآخرين مطلقاً أكثر من ٤٨% ولو أضفنا لها نادراً لترفعت النسبة ٨٠% .

الجدول رقم (٢٢) يوضح إجابة العينة حول العبارة أحرص على المشاركة الإيجابية الاجتماعية و الترويحية مع الآخرين .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	29	36.3	36.3
نادراً	29	36.3	36.3
أحياناً	18	22.5	22.5
دائماً	4	5.0	5.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يحرصون على المشاركة الإيجابية الاجتماعية و الترويحية مع الآخرين مطلقاً أكثر من ٣٦ % لو أضفنا نادراً إليها لارتفعت النسبة للأكثر من ٧٢ % . وهذا يدل على أنهم نادراً ما يشاركون الجدول رقم (٢٣) يوضح إجابة العينة حول العبارة لا أستطيع أن أعبر عن مشاعري أمام حشد من الناس .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	29	36.3	36.3
نادراً	29	36.3	36.3
أحياناً	18	22.5	22.5
دائماً	4	5.0	5.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يستطيعون أن أعبر عن مشاعرهم أمام حشد من الناس مطلقاً أكثر من ٣٦ % لو أضفنا نادراً

إليها لارتفعت النسبة للأكثر من ٧٢ % .وهذا يدل على أنهم نادرا ما يستطيعون أن أعبر عن مشاعرهم أمام حشد من الناس .

الجدول رقم (٢٤) يوضح إجابة العينة حول العبارة أبادر إلى بث الفرح عندما أكون في حفل ممل .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	31	38.8	38.8
نادراً	25	31.3	31.3
أحياناً	9	11.3	11.3
دائماً	15	18.8	18.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يبادرون إلى بث الفرح عندما يكونوا في حفل ممل مطلقاً أكثر من ٣٨ % لو أضفنا نادراً إليها لارتفعت النسبة للأكثر من ٧٠ % .وهذا يدل على أنهم نادرا ما يبادرون إلى بث الفرح عندما يكونوا في حفل ممل .

جدول رقم (٢٥) يوضح إجابة العينة حول العبارة أبادر لتولي مسؤولية تقديم الناس في الحفلات .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	12	15.0	15.0
نادراً	8	10.0	10.0
أحياناً	16	20.0	20.0
دائماً	44	55.0	55.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يبادرون لتولي مسؤولية تقديم الناس في الحفلات دائماً ٥٥% . وهذا يدل على أنهم نادراً ما يبادرون لتولي مسؤولية تقديم الناس في الحفلات .

الجدول رقم (٢٦) يوضح إجابة العينة حول العبارة ليس في مقدوري أن أكون صداقات مع الآخرين.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	15	18.8	18.8
نادراً	20	25.0	25.0
أحياناً	30	37.5	37.5
دائماً	15	18.8	18.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين ليس في مقدورهم أن نكون صداقات مع الآخرين أحياناً النسبة أكثر من ٣٨% ولو أضفنا إليها دائماً لكانت النسبة أكثر من ٥٥% وهذا يدل على أن ليس في مقدورهم أن نكون صداقات مع الآخرين .

الجدول رقم (٢٧) يوضح إجابة العينة حول العبارة أجد صعوبة كبيرة في إيجاد موضوع ما لا تحدث به عندما أكون مع جماعة .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	7	8.8	8.8
نادراً	18	22.5	22.5
أحياناً	15	18.8	18.8
دائماً	40	50.0	50.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يجدون صعوبة كبيرة في إيجاد موضوع ما يتحدثون به عندما يكونوا مع جماعة نسبة دائماً ٥٠ % وهذا يدل على أنهم يجدون صعوبة كبيرة في إيجاد موضوع ما يتحدثون به عندما يكونوا مع جماعة .

الجدول رقم (٢٨) يوضح إجابة العينة حول العبارة لا أحب زيارة الآخرين.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	16	20.0	20.0
نادراً	19	23.8	23.8
أحياناً	18	22.5	22.5
دائماً	27	33.8	33.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يحبون زيارة الآخرين نسبة دائماً أكثر من ٣٣% لو أضفنا إليها أحياناً لصارت النسبة أكثر من ٦٥% وهذا يدل على أنهم لا يحبون زيارة الآخرين .

الجدول رقم (٢٩) يوضح إجابة العينة حول العبارة أتحاشى أماكن التجمعات الكثيرة من الناس.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	25	31.3	31.3
نادراً	16	20.0	20.0
أحياناً	19	23.8	23.8
دائماً	20	25.0	25.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يتحاشون أماكن التجمعات التي بها الكثيرة من الناس نسبة مطلقاً ٣١ % لو أضفنا نادراً لارتفعت النسبة لـ ٥٠% وهذا يدل على أنهم لا يتحاشون أماكن التجمعات التي بها الكثيرة من الناس.

الجدول رقم (٣٠) يوضح إجابة العينة حول العبارة عندما أكون في سيارة أجرة أو باص أجد رغبة في التحدث مع الركاب .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	32	40.0	40.0
نادراً	28	35.0	35.0
أحياناً	11	13.8	13.8
دائماً	9	11.3	11.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يجدون الرغبة في التحدث مع الركاب عندما يكون في سيارة أجرة أو باص نسبة مطلقاً ٤٠% كأعلى نسبة لو أضفنا لها نسبة نادراً لأصبحت النسبة ٧٥% وهذا يدل على أنهم لا يجدون الرغبة في التحدث مع الركاب عندما يكون في سيارة أجرة أو باص .

الجدول رقم (٣١) يوضح إجابة العينة حول العبارة أتولى تعريف الناس بعضهم البعض .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	16	20.0	20.0
نادراً	33	41.3	41.3
أحياناً	24	30.0	30.0
دائماً	7	8.8	8.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يتولون تعريف الناس بعضهم البعض نادراً أكثر من ٤١% ولو أضفنا إليها أحياناً لارتفعت النسبة أكثر من ٧٠% وهذا يدل على أنهم لا يتولون تعريف الناس بعضهم البعض نادراً .

الجدول رقم (٣٢) يوضح إجابة العينة حول العبارة من السهل علي طلب المساعدة من الآخرين.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	5	6.3	6.3
نادراً	12	15.0	15.0
أحياناً	15	18.8	18.8
دائماً	48	60.0	60.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يطلبون المساعدة من الآخرين دائماً النسبة ٦٠% وهذا يدل على أنهم يطلبون المساعدة من الآخرين .

الجدول رقم (٣٣) يوضح إجابة العينة حول العبارة أري الحياة مع الآخرين صعبة .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	21	26.3	26.3
نادراً	23	28.8	28.8
أحياناً	10	12.5	12.5
دائماً	26	32.5	32.5
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يرون الحياة مع الآخرين صعبة نسبة مطلقاً أكثر من ٢٦% ونادراً تمثل ٢٨% ولو أضفنا النسبتين كانت النسبة أكثر من ٥٥% وهذا يدل على أنهم يرون الحياة مع الآخرين صعبة نادراً .

الجدول رقم (٣٤) يوضح إجابة العينة حول العبارة يضايقني شعوري بالخل .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	5	6.3	6.3
نادراً	23	28.8	28.8
أحياناً	24	30.0	30.0
دائماً	28	35.0	35.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يضايقون من شعورهم بالخل دائماً ٣٥% لو أضفنا إليها نسبة أحياناً كانت النسبة ٦٥% وهذا يدل على أنهم يضايقون من شعورهم بالخل .

الجدول رقم (٣٥) يوضح إجابة العينة حول العبارة دائماً أتزعّم الحديث في المناسبات .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	33	41.3	41.3
نادراً	27	33.8	33.8
أحياناً	18	22.5	22.5
دائماً	2	2.5	2.5
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يتزعّمون الحديث في المناسبات دائماً نسبة دائماً ٢% فقط وهذا يدل على أنهم لا يتزعّمون الحديث في المناسبات دائماً.

الجدول رقم (٣٦) يوضح إجابة العينة حول العبارة أجد صعوبة في بدء الحديث مع من أتعرّف عليه لأول مرة.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	16	20.0	20.0
نادراً	18	22.5	22.5
أحياناً	14	17.5	17.5
دائماً	32	40.0	40.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يجدون صعوبة في بدء الحديث مع من يتعرفون عليهم لأول مرة نسبة دائماً ٤٠% ولو أضفنا إليها أحياناً لكانت النسبة ٥٧% وهذا يدل على أنهم يجدون صعوبة في بدء الحديث مع من يتعرفون عليهم لأول مرة .

الجدول رقم (٣٧) يوضح إجابة العينة حول العبارة لا يمكنني الإجابة علي الأسئلة التي يوجهها الأستاذ في الحصة رغم معرفتي الإجابة.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	22	27.5	27.5
نادراً	12	15.0	15.0
أحياناً	23	28.8	28.8
دائماً	23	28.8	28.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يمكننا من الإجابة علي الأسئلة التي يوجهها الأستاذ في الحصة رغم معرفتهم للإجابة نسبة دائماً ٢٨ % ولو أضفنا إليها أحياناً لارتفعت النسبة ٥٦% وهذا يدل على أنهم لا يمكننا من الإجابة علي الأسئلة التي يوجهها الأستاذ في الحصة رغم معرفتهم .

الجدول رقم (٣٨) يوضح إجابة العينة حول العبارة عندما أكون ضيفاً في حفلة هامة أفضل الاستغناء عما احتاجه من الأشياء الموجودة على المائدة بدلاً من أن أطلب من الآخرين أن يناولونها لي.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	21	26.3	26.3
نادراً	24	30.0	30.0
أحياناً	14	17.5	17.5
دائماً	21	26.3	26.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين عندما يكونون ضيوفاً في حفلة هامة يفضلون الاستغناء عما يحتاجونه من الأشياء الموجودة على المائدة بدلاً من أن يطلبوا من الآخرين أن يناولونهم إليه وكانت النسبة متساوية بين مطلقاً ودائماً .

الجدول رقم (٣٩) يوضح إجابة العينة حول العبارة أجد صعوبة في التحدث أمام جمهور من الناس.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	13	16.3	16.3
نادراً	24	30.0	30.0
أحياناً	20	25.0	25.0
دائماً	23	28.8	28.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يجدون صعوبة في التحدث أمام جمهور من الناس نسبة دائماً أكثر من ٢٨% ولو أضفنا إليها أحياناً تصل النسبة إلى ٥٣% وهذا يدل على أنهم يجدون صعوبة التحدث أمام الآخرين.

الجدول رقم (٤٠) يوضح إجابة العينة حول العبارة أجد صعوبة في أن أتولى قيادة بعض الأعمال أو المهمات الاجتماعية.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	41	51.3	51.3
نادراً	26	32.5	32.5
أحياناً	6	7.5	7.5
دائماً	7	8.8	8.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يجدون صعوبة في أن يتولوا قيادة بعض الأعمال أو المهمات الاجتماعية مطلقاً أكثر من ٥١% وهذا يدل على أنهم لا يجدون صعوبة في أن يتولوا قيادة بعض الأعمال أو المهمات الاجتماعية .

الجدول رقم (٤١) يوضح إجابة العينة حول العبارة أجد سهولة في كسب الأصدقاء.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	7	8.8	8.8
نادراً	28	35.0	35.0
أحياناً	22	27.5	27.5
دائماً	23	28.8	28.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يجدون سهولة في كسب الأصدقاء نسبة دائماً أكثر من ٢٨% وأضفنا إليها أحياناً تكون النسبة أكثر من ٥٦% وهذا يوضح أنهم يجدون سهولة في كسب الأصدقاء .

الجدول رقم (٤٢) يوضح إجابة العينة حول العبارة لا أشارك في أي مناسبة اجتماعية.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	21	26.3	26.3
نادراً	19	23.8	23.8
أحياناً	27	33.8	33.8
دائماً	13	16.3	16.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يشاركون في أي مناسبة اجتماعية و الذين يشاركون في أي مناسبة اجتماعية كانت النسبة متساوية بين مطلقاً ودائماً .

الجدول رقم (٤٣) يوضح إجابة العينة حول العبارة حينما أكون في جماعة من الناس اشعر بالحرج إذا اضطررت إلى الاستئذان في الانصراف.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	33	41.3	41.3
نادراً	23	28.8	28.8
أحياناً	13	16.3	16.3
دائماً	11	13.8	13.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يشعرون بالحرج إذا اضطرروا إلى الاستئذان في الانصراف نسبة مطلقاً أكثر من ٤١% إذا أضفنا إليها نادراً ارتفعت النسبة إلى أكثر ٧٠% وهذا يدل على أنهم لا يشعرون بالحرج إذا اضطرروا إلى الاستئذان في الانصراف .

الجدول رقم (٤٤) يوضح إجابة العينة حول العبارة أحب الاشتراك في الحفلات والمهرجانات السارة .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	38	47.5	47.5
نادراً	26	32.5	32.5
أحياناً	14	17.5	17.5
دائماً	2	2.5	2.5
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يحبون الاشتراك في الحفلات والمهرجانات السارة مطلقاً أكثر من ٤٧ % وأضفنا إليها نادراً تصبح النسبة ٨٠ % وهذا يدل أنهم يحبون الاشتراك في الحفلات والمهرجانات السارة الجدول رقم (٤٥) يوضح إجابة العينة حول العبارة استطيع أن أكون صداقات بسهولة.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	5	6.3	6.3
نادراً	13	16.3	16.3
أحياناً	26	32.5	32.5
دائماً	36	45.0	45.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يستطيعون أن يكونوا صداقات بسهولة دائماً ٤٥ % وإذا أضفنا إليها أحياناً ترتفع النسبة إلى أكثر من ٧٧ % وهذا يدل على أنهم يستطيعون أن يكونوا صداقات بسهولة .

الجدول رقم (٤٦) يوضح إجابة العينة حول العبارة أتضايق كثيراً من الجلوس مع الآخرين.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	50	62.5	62.5
نادراً	13	16.3	16.3
أحياناً	10	12.5	12.5
دائماً	7	8.8	8.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يتضايقون كثيراً من الجلوس مع الآخرين مطلقاً أكثر من ٦٢% وهذا يدل على أنهم يتضايقون كثيراً من الجلوس مع الآخرين .

الجدول رقم (٤٧) يوضح إجابة العينة حول العبارة أحب أن اخلق صداقات جديدة.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	23	28.8	28.8
نادراً	15	18.8	18.8
أحياناً	23	28.8	28.8
دائماً	19	23.8	23.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يحبون أن اخلقوا صداقات جديدة أحياناً أكثر من ٢٨% لو أضفنا إليها دائماً لصارت النسبة أكثر من ٥٣% .

الجدول رقم (٤٨) يوضح إجابة العينة حول العبارة كثيراً ما اعقد صداقات مع الغرباء.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	53	66.3	66.3
نادراً	20	25.0	25.0
أحياناً	5	6.3	6.3
دائماً	2	2.5	2.5
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يعتقدون صداقات مع الغرباء مطلقاً أكثر من ٦٦% وهذا يدل على أنهم يعتقدون صداقات مع الغرباء مطلقاً .

الجدول من الجدول رقم (٤٩) حتى الجدول رقم (١٠٣) إجابات أفراد العينة في مقياس مفهوم الذات .

الجدول رقم (٤٩) يوضح إجابة العينة حول العبارة أ ثقة في نفسي بدرجة عالية .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	33	41.3	41.3
نادراً	36	45.0	45.0
أحياناً	10	12.5	12.5
دائماً	1	1.3	1.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يتقون في أنفسهم بدرجة عالية مطلقاً وأحياناً ودائماً ٥٣% مقابل نادراً وهذا يدل يتقون في أنفسهم بدرجة عالية

الجدول رقم (٥٠) يوضح إجابة العينة حول العبارة أنا متفائل بصفة عامة .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	21	26.3	26.3
نادراً	16	20.0	20.0
أحياناً	24	30.0	30.0
دائماً	19	23.8	23.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين هم متفائلون بصفة عامة أحياناً ٣٠% وأضفنا لها دائماً تصل النسبة إلى أكثر من ٥٣% وهذا يدل أنهم متفائلون بصفة عامة .

الجدول رقم (٥١) يوضح إجابة العينة حول العبارة يُجرح شعوري بسهولة .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	17	21.3	21.3
نادراً	28	35.0	35.0
أحياناً	19	23.8	23.8
دائماً	16	20.0	20.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يُجرح شعورهم بسهولة نادراً يمثلون نسبة ٣٥% وأضفنا إليها نسبة مطلقاً صارت النسبة ٥٦% وهذا يدل على لا يُجرح شعورهم بسهولة.

الجدول رقم (٥٢) يوضح إجابة العينة حول العبارة توجد لدي رغبة في الحديث عن نفسي وعن انجازاتي أمام الآخرين .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	43	53.8	53.8
نادراً	17	21.3	21.3
أحياناً	11	13.8	13.8
دائماً	9	11.3	11.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا توجد لديهم رغبة في الحديث عن نفسي وعن انجازاتهم أمام الآخرين مطلقاً أكثر من ٥٣% وهذا يدل على لا توجد لديهم رغبة في الحديث عن نفسي وعن انجازاتهم أمام الآخرين .

الجدول رقم (٥٣) يوضح إجابة العينة حول العبارة أنا قادر على مواجهة مشكلاتي بقوة و شجاعة .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	17	21.3	21.3
نادراً	17	21.3	21.3
أحياناً	22	27.5	27.5
دائماً	24	30.0	30.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين قادرون على مواجهة مشكلاتهم بقوة و شجاعة دائماً تمثل ٣٠ % وإذا أضفنا إليها أحياناً صارت النسبة أكثر من ٥٧% وهذا يدل على أنهم قادرون على مواجهة مشكلاتهم بقوة و شجاعة .

الجدول رقم (٥٤) يوضح إجابة العينة حول العبارة شعر أحياناً بصعوبة في النطق و الكلام .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	36	45.0	45.0
نادراً	27	33.8	33.8
أحياناً	12	15.0	15.0
دائماً	5	6.3	6.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يشعرون أحياناً بصعوبة في النطق و الكلام مطلقاً ٤٥% وإذا أضفنا إليها نادراً صارت النسبة أكثر من ٧٨% وهذا يدل على أنهم لا يشعرون أحياناً بصعوبة في النطق و الكلام .

الجدول رقم (٥٥) يوضح إجابة العينة حول العبارة أشعر أنني شخص له فائدة ونفع في الحياة.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	55	68.8	68.8
نادراً	13	16.3	16.3
أحياناً	9	11.3	11.3
دائماً	3	3.8	3.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يشعرون أنهم أشخاص لهم فائدة ونفع في الحياة مطلقاً ٦٧ % .

الجدول رقم (٥٦) يوضح إجابة العينة حول العبارة أنتطلع لمستقبل مشرق .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	36	45.0	45.0
نادراً	26	32.5	32.5
أحياناً	8	10.0	10.0
دائماً	10	12.5	12.5
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يتطلعون لمستقبل مشرق مطلقاً ٤٥ % إذا أضفنا إليها دائماً وأحياناً تكون أكثر من ٦٧ % وهذا يدل على أنهم يتطلعون لمستقبل مشرق .

الجدول رقم (٥٧) يوضح إجابة العينة حول العبارة أشعر بالراحة النفسية و الرضاء في حياتي.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	12	15.0	15.0
نادراً	14	17.5	17.5
أحياناً	19	23.8	23.8
دائماً	35	43.8	43.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يشعرون بالراحة النفسية و الرضاء في حياتهم دائماً أكثر من ٤٣ % وإذا أضفنا إليها أحياناً كانت النسبة أكثر من ٦٧% وهذا يدل على أنهم يشعرون بالراحة النفسية و الرضاء في حياتهم.

الجدول رقم (٥٨) يوضح إجابة العينة حول العبارة أعاني من إمساك أو إسهال كثيراً .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	43	53.8	53.8
نادراً	23	28.8	28.8
أحياناً	10	12.5	12.5
دائماً	4	5.0	5.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يعانون من إمساك أو إسهال كثيراً مطلقاً ٥٣%

الجدول رقم (٥٩) يوضح إجابة العينة حول العبارة أنا سعيد وبشوش في حياتي .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	18	22.5	22.5
نادراً	40	50.0	50.0
أحياناً	16	20.0	20.0
دائماً	6	7.5	7.5
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين سعداء وبشوشين في حياتهم نادراً ٥٠% وهذا يدل على أنهم لا يشعرون بالسعادة والبشاشة.

الجدول رقم (٦٠) يوضح إجابة العينة حول العبارة أشعر أنني شخص محظوظ في الدنيا

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	16	20.0	20.0
نادراً	15	18.8	18.8
أحياناً	23	28.8	28.8
دائماً	26	32.5	32.5
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يشعرون أنهم أشخاص محظوظين في الدنيا دائماً ٣٢% ولو أضفنا إليها أحياناً تصبح النسبة ٥٥% وهذا يدل على أنهم يشعرون أنهم أشخاص محظوظين في الدنيا .

الجدول رقم (٦١) يوضح إجابة العينة حول العبارة أشعر باليأس وتهبط همتي بسهولة

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	19	23.8	23.8
نادراً	34	42.5	42.5
أحياناً	17	21.3	21.3
دائماً	10	12.5	12.5
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لا يشعرون باليأس وتهبط همتهم بسهولة نادراً أكثر من ٤٢% وتتوزع البقية وهذا يدل على أنهم لا يشعرون باليأس وتهبط همتهم بسهولة نادراً.

الجدول رقم (٦٢) يوضح إجابة العينة حول العبارة أشعر بالالتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	17	21.3	21.3
نادراً	17	21.3	21.3
أحياناً	24	30.0	30.0
دائماً	22	27.5	27.5
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يشعرون بالالتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس دائماً ٢٧% وأضافنا أحياناً صارت النسبة أكثر من ٥٧% وهذا يدل على أنهم يشعرون بالالتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس .

الجدول رقم (٦٣) يوضح إجابة العينة حول العبارة أشعر كأن الناس يقرؤون أفكاري.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	51	63.8	63.8
نادراً	12	15.0	15.0
أحياناً	6	7.5	7.5
دائماً	11	13.8	13.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يشعرون كأن الناس يقرؤون أفكارهم مطلقاً أكثر من ٦٣% .

الجدول رقم (٦٤) يوضح إجابة العينة حول العبارة أحب الآخرين وتتعاون معهم .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	51	63.8	63.8
نادراً	16	20.0	20.0
أحياناً	10	12.5	12.5
دائماً	3	3.8	3.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يحبون الآخرين وتتعاون مطلقاً أكثر من ٦٣% .

الجدول رقم (٦٥) يوضح إجابة العينة حول العبارة أنا قريب من الله بالعبادة و الذكر .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	34	42.5	42.5
نادراً	30	37.5	37.5
أحياناً	12	15.0	15.0
دائماً	4	5.0	5.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين هم قريبون من الله بالعبادة و الذكر نسبة مطلقاً أكثر من ٤٢ % لو جمع معها كل النسب ماعدا نادراً لأعطت نسبة في القرب من الله .

الجدول رقم (٦٥) يوضح إجابة العينة حول العبارة أنا ناجح ومتوافق مع الحياة .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	36	45.0	45.0
نادراً	26	32.5	32.5
أحياناً	13	16.3	16.3
دائماً	5	6.3	6.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين هم ناجحون ومتوافقون في الحياة نسبة مطلقاً ٤٥ % لو جمع معها كل النسب ماعدا نادراً لأعطت أنهم ناجحون ومتوافقون في الحياة .

الجدول رقم (٦٦) يوضح إجابة العينة حول العبارة أشعر بالأمن و الطمأنينة النفسية .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	19	23.8	23.8
نادراً	27	33.8	33.8
أحياناً	15	18.8	18.8
دائماً	19	23.8	23.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين هم يشعرون بالأمن و الطمأنينة النفسية تكاد تكون النسبة متساوية بين الذين هم يشعرون بالأمن و الطمأنينة النفسية وغيرهم .

الجدول رقم (٦٧) يوضح إجابة العينة حول العبارة يدق قلبي بسرعة عند قيامي بأي عمل .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	9	11.3	11.3
نادراً	28	35.0	35.0
أحياناً	20	25.0	25.0
دائماً	23	28.8	28.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين هم يشعرون بدقات قلبهم بسرعة عند قيامهم بأي عمل نسبة دائماً كانت ٢٨ % فلو أضفنا إليها أحياناً لارتفعت النسبة أكثر من ٥٣ % .

الجدول رقم (٦٨) يوضح إجابة العينة حول العبارة أشعر باستياء و ضيق من الدنيا عموماً

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	15	18.8	18.8
نادراً	11	13.8	13.8
أحياناً	19	23.8	23.8
دائماً	35	43.8	43.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يشعرون باستياء و ضيق من الدنيا عموماً نسبة دائماً أكثر من ٤٣% إذا أضفنا لها أحياناً لكانت أكثر من ٦٥% وهذا يدل على أنهم يشعرون باستياء و ضيق من الدنيا عموماً.

الجدول رقم (٦٩) يوضح إجابة العينة حول العبارة اعتقد أن الاقتراب من الآخرين ليس له قيمة.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	11	13.8	13.8
نادراً	19	23.8	23.8
أحياناً	18	22.5	22.5
دائماً	32	40.0	40.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يعتقدون أن الاقتراب من الآخرين ليس له قيمة نسبة دائماً تمثل ٤٠% إذا أضفنا لها أحياناً لكانت أكثر من ٦٢% وهذا يدل على أنهم يعتقدون أن الاقتراب من الآخرين ليس له قيمة .

الجدول رقم (٧٠) يوضح إجابة العينة حول العبارة أبغض نفسي دائماً.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	11	13.8	13.8
نادراً	19	23.8	23.8
أحياناً	18	22.5	22.5
دائماً	32	40.0	40.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين ييغضون أنفسهم دائماً نسبة دائماً ٤٠% إذا أضفنا لها أحياناً لكانت أكثر من ٦٢% وهذا يدل على أنهم ييغضون أنفسهم دائماً نسبة دائماً.

الجدول رقم (٧١) يوضح إجابة العينة حول العبارة تضعف همتي بسهولة

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	9	11.3	11.4
نادراً	14	17.5	17.7
أحياناً	17	21.3	21.5
دائماً	39	48.8	49.4
المجموع	79	98.8	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين تضعف همتهم بسهولة نسبة دائماً أكثر من ٤٨% إذا أضفنا لها أحياناً لكانت أكثر من ٥٠% وهذا يدل على أنهم تضعف همتهم بسهولة.

الجدول رقم (٧٢) يوضح إجابة العينة حول العبارة أميل لتجنب الموقف المؤلمة بالهرب منها .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	12	15.0	15.0
نادراً	19	23.8	23.8
أحياناً	21	26.3	26.3
دائماً	28	35.0	35.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يميلون من تجنب الموقف المؤلمة بالهرب منها نسبة دائماً ٣٥% أضفنا لها أحياناً وكانت أكثر من ٦١% وهذا يدل على أنهم يميلون من تجنب الموقف المؤلمة بالهرب منها .

الجدول رقم (٧٣) يوضح إجابة العينة حول العبارة أشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	11	13.8	13.8
نادراً	16	20.0	20.0
أحياناً	25	31.3	31.3
دائماً	28	35.0	35.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يشعرون بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر دائماً ٣٥% أضفنا لها أحياناً وكانت أكثر من ٦٦% هذا يعني معظمهم يشعرون بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر .

الجدول رقم (٧٤) يوضح إجابة العينة حول العبارة حياتي مملوءة بالنشاط و الحيوية معظم الوقت.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	38	47.5	47.5
نادراً	29	36.3	36.3
أحياناً	8	10.0	10.0
دائماً	5	6.3	6.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين حياتهم مملوءة بالنشاط و الحيوية معظم الوقت نسبة مطلقاً ٤٧% .

الجدول رقم (٧٥) يوضح إجابة العينة حول العبارة لدي قدرات و مواهب متميزة .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	36	45.0	45.0
نادراً	23	28.8	28.8
أحياناً	13	16.3	16.3
دائماً	8	10.0	10.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين لديهم قدرات و مواهب متميزة نسبة مطلقاً ٤٥% .

الجدول رقم (٧٦) يوضح إجابة العينة حول العبارة أنا راض عن مظهرك الخارجي طول القامة (حجم الجسم)

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	40	50.0	50.0
نادراً	14	17.5	17.5
أحياناً	15	18.8	18.8
دائماً	11	13.8	13.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشنتا في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين هم راضون عن مظهرهم الخارجي طول القامة - حجم الجسم) مطلقاً ٥٠% .

الجدول رقم (٧٧) يوضح إجابة العينة حول العبارة اشعر كان الناس يلاحظوني ويركزون علي.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	15	18.8	18.8
نادراً	32	40.0	40.0
أحياناً	20	25.0	25.0
دائماً	13	16.3	16.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشنتا في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يشعرون كان الناس يلاحظونهم ويركزون علي نسبة نادراً ٤٠% .

الجدول رقم (٧٨) يوضح إجابة العينة حول العبارة تساعدني صحتي على مزاوله الأعمال بنجاح.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	37	46.3	46.3
نادراً	23	28.8	28.8
أحياناً	11	13.8	13.8
دائماً	9	11.3	11.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين تساعدهم صحتهم على مزاوله الأعمال بنجاح مطلقاً نسبة ٤٦% .

الجدول رقم (٧٩) يوضح إجابة العينة حول العبارة أهتم بصحتي جيداً و تتجنب الإصابة بالمرض .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	47	58.8	58.8
نادراً	11	13.8	13.8
أحياناً	10	12.5	12.5
دائماً	12	15.0	15.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يهتموا بصحتهم جيداً و تتجنب الإصابة بالمرض مطلقاً ٥٨% .

الجدول رقم (٨٠) يوضح إجابة العينة حول العبارة أعطي نفسي قدر من الاسترخاء و الراحة للمحافظة على صحتي في حالة جيدة .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	46	57.5	57.5
نادراً	21	26.3	26.3
أحياناً	7	8.8	8.8
دائماً	6	7.5	7.5
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يعطون أنفسهم قدر من الاسترخاء و الراحة للمحافظة على صحتهم في حالة جيدة مطلقاً أكثر من ٥٧% .

الجدول رقم (٨١) يوضح إجابة العينة حول العبارة أعاني من بعض العادات (قضم الأظافر - أو الغمز بالعين) .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	13	16.3	16.3
نادراً	13	16.3	16.3
أحياناً	11	13.8	13.8
دائماً	43	53.8	53.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يعانون من بعض العادات (قضم الأظافر - أو الغمز بالعين) دائماً أكثر من ٥٣% .

الجدول رقم (٨٢) يوضح إجابة العينة حول العبارة يراودني الشعور بالنقص.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	12	15.0	15.0
نادراً	21	26.3	26.3
أحياناً	20	25.0	25.0
دائماً	27	33.8	33.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يراودهم الشعور بالنقص دائماً أكثر من ٣٣% وإذا أضفنا إليها أحياناً تصبح أكثر من ٥٨% وهذا يدل على أنهم يراودهم الشعور بالنقص .

الجدول رقم (٨٣) يوضح إجابة العينة حول العبارة أشعر بصداع و ألم في رأسي من وقت لآخر .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	15	18.8	18.8
نادراً	15	18.8	18.8
أحياناً	27	33.8	33.8
دائماً	23	28.8	28.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يشعرون بصداع و ألم في رأسهم من وقت لآخر أحياناً أكثر من ٣٣% إذا أضفنا إليها دائماً أكثر من ٧٢% وهذا يدل على أنهم يشعرون بصداع و ألم في رأسهم من وقت لآخر .

الجدول رقم (٨٤) يوضح إجابة العينة حول العبارة أعاني من مشاكل و اضطرابات الأكل
(سوء هضم - فقدان شهيه - شره عصبي)

النسبة المئوية	النسبة المئوية	التكرار	المفردات
12.5	12.5	10	مطلقاً
22.5	22.5	18	نادراً
18.8	18.8	15	أحياناً
46.3	46.3	37	دائماً
100.0	100.0	80	المجموع

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يعانون من مشاكل و اضطرابات الأكل (سوء هضم - فقدان شهيه - شره عصبي) نسبة دائماً أكثر من ٤٦ %

الجدول رقم (٨٥) يوضح إجابة العينة حول العبارة

النسبة المئوية	النسبة المئوية	التكرار	المفردات
16.3	16.3	13	مطلقاً
20.0	20.0	16	نادراً
33.8	33.8	27	أحياناً
30.0	30.0	24	دائماً
100.0	100.0	80	المجموع

الجدول رقم (٨٦) يوضح إجابة العينة حول العبارة أشعر بالإجهاد و ضعف الهمة من وقت لآخر .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	8	10.0	10.0
نادراً	27	33.8	33.8
أحياناً	21	26.3	26.3
دائماً	24	30.0	30.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يشعرون بالإجهاد و ضعف الهمة من وقت لآخر دائماً ٣٠% إذا أضفنا إليها أحياناً كانت النسبة ٥٦% .

الجدول رقم (٨٧) يوضح إجابة العينة حول العبارة أتصبب عرقاً (أو ترتعش يدي) عندما تقوم بعمل .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	14	17.5	17.5
نادراً	17	21.3	21.3
أحياناً	25	31.3	31.3
دائماً	24	30.0	30.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يتصببون عرقاً (أو ترتعش يديهم) عندما تقوم بعمل دائماً ٣٠% لو أضفنا إليها أحياناً

لصارت النسبة أكثر من ٦١% وهذا يدل على أنهم يتصببون عرقاً (أو ترتعش يديهم) عندما تقوم بعمل .

الجدول رقم (٨٨) يوضح إجابة العينة حول العبارة أشعر أحياناً أي قلق و أعصابي غير موزونة .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	21	26.3	26.3
نادراً	18	22.5	22.5
أحياناً	17	21.3	21.3
دائماً	24	30.0	30.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يشعرون أحياناً أنهم قلقون وأن أعصابهم غير موزونة نسبة دائماً ٣٠% وإذا أضفنا إليها أحياناً ارتفعت النسبة أكثر من ٥١% وهذا يدل على أنهم يشعرون أحياناً أنهم قلقون وأن أعصابهم غير موزونة .

الجدول رقم (٨٩) يوضح إجابة العينة حول العبارة أشعر بالنسيان (أو عدم القدرة على التركيز) من وقت لآخر .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	16	20.0	20.0
نادراً	25	31.3	31.3
أحياناً	29	36.3	36.3
دائماً	10	12.5	12.5
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يشعرون بالنسيان (أو عدم القدرة على التركيز) من وقت لآخر نسبة أحيانا كانت النسبة الأعلى أكثر من ٣٦% ونادراً كانت ٣١% يدل على تباين في النسب .

الجدول رقم (٩٠) يوضح إجابة العينة حول العبارة اشعر بالخوف إذا اضطررت إلى مقابلة الطبيب بسبب مرض ما .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	21	26.3	26.3
نادراً	23	28.8	28.8
أحياناً	22	27.5	27.5
دائماً	14	17.5	17.5
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يشعرون بالخوف إذا اضطررت إلى مقابلة الطبيب بسبب مرض ما النسبة الأعلى أكثر من ٢٨% وهي يدل على تباين في النسب .

الجدول رقم (٩١) يوضح إجابة العينة حول العبارة تمر علي فترات اشعر فيها بالضيق والضعف .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	6	7.5	7.5
نادراً	25	31.3	31.3
أحياناً	39	48.8	48.8
دائماً	10	12.5	12.5
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين تمر عليهم فترات يشعرون فيها بالضيق والضجر النسبة الأعلى هي أحيانا وهي أكثر من ٤٨% .

الجدول رقم (٩٢) يوضح إجابة العينة حول العبارة الأصوات الغير طبيعية تثير الهلع في نفسي

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	10	12.5	12.5
نادراً	14	17.5	17.5
أحياناً	15	18.8	18.8
دائماً	41	51.3	51.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين تثير فيهم الأصوات الغير طبيعية الهلع في نفسهم نسبة دائماً أكثر من ٥١% .

الجدول رقم (٩٣) يوضح إجابة العينة حول العبارة دائماً ما اشعر بالحزن الشديد .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	14	17.5	17.5
نادراً	10	12.5	12.5
أحياناً	14	17.5	17.5
دائماً	42	52.5	52.5
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين دائماً ما يشعرون بالحزن الشديد نسبة دائماً أكثر من ٥١%

الجدول رقم (٩٤) يوضح إجابة العينة حول العبارة إحساسي بالنقص دائماً عالي .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	19	23.8	23.8
نادراً	19	23.8	23.8
أحياناً	17	21.3	21.3
دائماً	25	31.3	31.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين إحساسهم بالنقص دائماً عالي كانت نسبة دائماً أكثر من ٣١% لو أضفنا إليها أحياناً لصارت النسبة أكثر من ٥٢% وهذا يدل إحساسهم بالنقص دائماً عالي .

الجدول رقم (٩٥) يوضح إجابة العينة حول العبارة اشعر بالوحدة حتى ولو كنت مع الناس .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	15	18.8	18.8
نادراً	17	21.3	21.3
أحياناً	22	27.5	27.5
دائماً	26	32.5	32.5
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يشعرون بالوحدة حتى ولو كانوا مع الناس النسبة الأعلى دائماً ٣٢% .

الجدول رقم (٩٦) يوضح إجابة العينة حول العبارة إنا سريع البكاء .

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	12	15.0	15.0
نادراً	31	38.8	38.8
أحياناً	22	27.5	27.5
دائماً	15	18.8	18.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين

سريعو البكاء النسبة الأعلى هي نادراً وكانت أكثر من ٣٨%

الجدول رقم (٩٧) يوضح إجابة العينة حول العبارة يؤلمني أن الناس دائماً يعلمون ما يدور في

ذهني.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	11	13.8	13.8
نادراً	25	31.3	31.3
أحياناً	21	26.3	26.3
دائماً	23	28.8	28.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين

يؤلّمهم أن الناس دائماً يعلمون ما يدور في ذهنهم كانت النسبة الأعلى نادراً حيث كانت النسبة

أكثر من ٣١%.

الجدول رقم (٩٨) يوضح إجابة العينة حول العبارة أغضب بعنف.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	16	20.0	20.0
نادراً	13	16.3	16.3
أحياناً	18	22.5	22.5
دائماً	33	41.3	41.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يغضبون بعنف كانت نسبة دائماً تمثل النسبة الأكبر أكثر من ٤١ %

الجدول رقم (٩٩) يوضح إجابة العينة حول العبارة أتسرع في أحكامي على الآخرين.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	11	13.8	13.8
نادراً	20	25.0	25.0
أحياناً	28	35.0	35.0
دائماً	21	26.3	26.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يتسرعون في أحكامهم على الآخرين أحياناً هي النسبة الأكبر حيث بلغت ٣٥ % .

الجدول رقم (١٠٠) يوضح إجابة العينة حول العبارة أخاف من النوم وحدي

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	9	11.3	11.3
نادراً	14	17.5	17.5
أحياناً	18	22.5	22.5
دائماً	39	48.8	48.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يخافون من النوم وحدهم كانت النسبة الأعلى هي دائماً أكثر من ٤٨% وإذا أضفنا إليها أحياناً ارتفعت النسبة أكثر من ٧٠% وهذا يدل على يخافون من النوم وحدهم .

الجدول رقم (١٠١) يوضح إجابة العينة حول العبارة أصاب بالفشل دون أن يكون ذلك راجعاً إلى أخطاء وقعت مني شخصياً.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	22	27.5	27.5
نادراً	26	32.5	32.5
أحياناً	21	26.3	26.3
دائماً	11	13.8	13.8
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يصابون بالفشل دون أن يكون ذلك راجعاً إلى أخطاء وقعت منهم شخصياً نسبة نادراً كانت النسبة الأعلى حيث كانت أكثر من ٣٢% .

الجدول رقم (١٠٢) يوضح إجابة العينة حول العبارة اشعر بالنفور من الآخرين.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	12	15.0	15.0
نادراً	17	21.3	21.3
أحياناً	27	33.8	33.8
دائماً	24	30.0	30.0
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يشعرون بالنفور من الآخرين نسبة أحياناً ٣٣% إذا أضفنا إليها دائماً لارتفعت النسبة إلى أكثر من ٦٦% وهذا يدل على أنهم يشعرون بالنفور من الآخرين

الجدول رقم (١٠٣) يوضح إجابة العينة حول العبارة يراودني شعور بالخوف من أني سأسقط أو اقفز حينما أكون في مكان مرتفع.

المفردات	التكرار	النسبة المئوية	النسبة الصالحة
مطلقاً	41	51.3	51.3
نادراً	16	20.0	20.0
أحياناً	14	17.5	17.5
دائماً	9	11.3	11.3
المجموع	80	100.0	100.0

يتضح من الجدول أعلاه أن هناك تشتتاً في إجابات أفراد العينة إلا أن نسبة أن نسبة الذين يراودهم شعور بالخوف من السقوط أو اقفز حينما كونوا في مكان مرتفع نسبة مطلقاً أكثر من ٥١%.

الجدول رقم (١٠٤) يوضح مستوى العينة في عائد التحصيل الدراسي

النسبة التراكمية	النسبة الصالحة	النسبة المئوية	التكرار	المفردات
16.3	16.3	16.3	13	ضعيف
56.3	40.0	40.0	32	جيد
86.3	30.0	30.0	24	جيد جداً
100.0	13.8	13.8	11	ممتاز
	100.0	100.0	80	المجموع

الفصل الرابع

تحليل ومناقشة النتائج

الفصل الرابع

تحليل ومناقشة الدراسة الميدانية

٤-١ عرض وتحليل النتائج :

تقوم الدراسة في هذا الفصل بعرض الفرضيات واختبارها من خلال تطبيق بعض الأساليب الإحصائية والقوانين ، كما تعطي تفسيراً للنتائج التي توصل إليها بعد جمع المعلومات عن طريق الإستبانة التي تم تفرغها وتحليلها إحصائياً وتم عرض النتائج في شكل جداول ومن ثم التعليق عليها ومناقشتها .

الفرضية الأولى:

"توجد علاقة بين درجات التلاميذ على اختبار القلق الاجتماعي ودرجاتهم في اختبار التحصيل"

للتحقق من صحة هذه الفرضية قامت الدراسة بوضع العبارات التالية في الجدول رقم (١٠٥) والذي يوضح تحليل اختبار القلق الاجتماعي لأفراد العينة .

جدول رقم (١٠٥):

يوضح تحليل اختبار القلق الاجتماعي لافراد عينة الدراسة

العبارات	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نسبة الخطأ
أصاب بالتلعثم بين الناس.	80	3.04	1.119	.125
أفضل الجلوس منفردا .	80	2.59	.964	.108
أستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم	80	1.31	.756	.085
أتخلى عن إسداء النصح لزميلي خوفاً من أن يزعل مني .	80	1.45	.840	.094
تحترم رأي زميلي و أعمل به إذا كان رأياً صائباً	80	2.85	1.126	.126
أحاول الوفاء بوعدتي مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه .	80	1.50	.941	.105
أسعد بالمشاركة في الحفلات و المناسبات الاجتماعية .	80	1.44	.840	.094
تربطني علاقات طيبة مع الزملاء و أحرص على إرضائهم	80	1.86	.910	.102
أشعر بعدم قدرتي على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة	80	1.84	1.024	.115
تفتقد الثقة و الاحترام المتبادل مع الآخرين .	80	1.34	.728	.081
أجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء و الجيران .	80	2.63	1.118	.125
أشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا .	80	2.93	1.028	.115
أفكر كثيراً قبل أن أقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين أو أرفضه	80	1.59	.910	.102
أشعر بالمسئولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن	80	1.56	.926	.103
أحجل من مواجهة الكثير من الناس (أو أرتبك أثناء الحديث أمامهم) .	80	1.85	1.181	.132
أحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصي على حقوقي .	80	1.76	.830	.093
أعتذر لزميلي إذا تأخرت عن الموعد المحدد .	80	2.48	1.201	.134
أتمنى أن أقضي معظم وقت فراغي مع الآخرين .	80	1.70	1.060	.119
أحرص على المشاركة الإيجابية الاجتماعية و الترويحية مع الآخرين .	80	1.51	.941	.105
لا أستطيع أن أعبر عن مشاعري أمام حشد من الناس.	80	1.76	.889	.099
أبادر إلى بث الفرح عندما أكون في حفل ممل.	80	1.96	.892	.100
أبادر لتولي مسؤولية تقديم الناس في الحفلات	80	2.56	1.017	.114
ليس في مقدوري أن أكون صداقات مع الآخرين	80	2.31	1.165	.130
أجد صعوبة كبيرة في إيجاد موضوع ما لا تحدث به عندما أكون مع جماعة	80	2.10	1.121	.125

.125	1.115	3.15	80	لا أحب زيارة الآخرين
.112	1.004	2.56	80	أتحاشى أماكن التجمعات الكثيرة من الناس
.116	1.038	3.10	80	عندما أكون في سيارة أجرة أو باص أجد رغبة في التحدث مع الركاب
.128	1.141	2.70	80	أتولى تعريف الناس بعضهم البعض
.132	1.178	2.42	80	من السهل علي طلب المساعدة من الآخرين
.112	.999	1.96	80	أري الحياة مع الآخرين صعبة
.099	.886	2.28	80	يضايقني شعوري بالخجل.
.106	.952	3.33	80	دائماً أتزعم الحديث في المناسبات.
.134	1.201	2.51	80	أجد صعوبة في بدء الحديث مع من أتعرف عليه لأول مرة.
.106	.946	2.94	80	لا يمكنني الإجابة علي الأسئلة التي يوجهها الأستاذ في الحصة رغم معرفتي الإجابة.
.095	.853	1.86	80	عندما أكون ضيفاً في حفلة هامة أفضل الاستغناء عما احتاجه من الأشياء الموجودة على المائدة بدلاً من أن أطلب من الآخرين أن يناولونها لي.
.132	1.180	2.78	80	أجد صعوبة في التحدث أمام جمهور من الناس.
.132	1.177	2.59	80	أجد صعوبة في أن أتولى قيادة بعض الأعمال أو المهمات الاجتماعية.
.128	1.146	2.44	80	أجد سهولة في كسب الأصدقاء.
.119	1.067	2.66	80	لا أشارك في أي مناسبة اجتماعية.
.105	.938	1.74	80	حينما أكون في جماعة من الناس اشعر بالحرج إذا اضطررت إلى الاستئذان في الانصراف.
.109	.971	2.76	80	أحب الاشتراك في الحفلات والمهرجانات السارة .
.117	1.051	2.40	80	استطيع أن أكون صداقات بسهولة.
.119	1.067	2.03	80	أتضايق كثيراً من الجلوس مع الآخرين.
.093	.834	1.75	80	أحب أن اخلق صداقات جديدة.
.103	.920	3.16	80	يضايقني شعوري بالخجل.
.112	1.003	1.68	80	دائماً أتزعم الحديث في المناسبات.
.128	1.147	2.48	80	كثيراً ما اعقد صداقات مع الغرباء.

جدول رقم (١٠٦) يوضح اختبار القلق الاجتماعي لأفراد العينة ومستوى الدلالة

المتوسط	مستوى الدلالة	درجات الحرية	القيمة المحسوبة	العبارة
3.038	.000	79	24.283	أصاب بالتلعثم بين الناس.
2.588	.000	79	24.012	أفضل الجلوس منفردا .
1.313	.000	79	15.522	أستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم
1.450	.000	79	15.432	أتخلى عن إسداء النصح لزميلي خوفاً من أن يزعل مني .
2.850	.000	79	22.634	تتحترم رأي زميلي و أعمل به إذا كان رأياً صائباً
1.500	.000	79	14.253	أحاول الوفاء بوعدتي مع الآخرين لأن وعد الحردين عليه .
1.438	.000	79	15.314	أسعد بالمشاركة في الحفلات و المناسبات الاجتماعية .
1.863	.000	79	18.297	تربطني علاقات طيبة مع الزملاء و أحرص على إرضائهم
1.838	.000	79	16.045	أشعر بعدم قدرتي على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة
1.338	.000	79	16.429	تفتقد الثقة و الاحترام المتبادل مع الآخرين .
2.625	.000	79	21.000	أجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء و الجيران .
2.925	.000	79	25.440	أشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا .
1.588	.000	79	15.607	أفكر كثيراً قبل أن أقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين (أو أرفضه) .
1.563	.000	79	15.098	أشعر بالمسئولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن
1.850	.000	79	14.010	أخجل من مواجهة الكثير من الناس (أو أرتبك أثناء الحديث أمامهم)
1.763	.000	79	18.982	أحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصي على حقوقي .
2.475	.000	79	18.432	أعتذر لزميلي إذا تأخرت عن الموعد المحدد .
1.700	.000	79	14.342	أتمنى أن أقضي معظم وقت فراغي مع الآخرين .
1.513	.000	79	14.373	أحرص على المشاركة الإيجابية الاجتماعية و الترويحية مع الآخرين .
1.763	.000	79	17.725	لا أستطيع أن أعبر عن مشاعري أمام حشد من الناس.
1.963	.000	79	19.674	أبادر إلى بث الفرح عندما أكون في حفل ممل.
2.563	.000	79	22.540	أبادر لتولي مسؤولية تقديم الناس في الحفلات
2.313	.000	79	17.757	ليس في مقدوري أن أكون صداقات مع الآخرين
2.100	.000	79	16.762	أجد صعوبة كبيرة في إيجاد موضوع ما لانهديث به عندما أكون مع

المتوسط	مستوى الدلالة	درجات الحرية	القيمة المحسوبة	العبرة
				جماعة
3.150	.000	79	25.270	لا أحب زيارة الآخرين
2.563	.000	79	22.821	أتحاشى أماكن التجمعات الكثيرة من الناس
3.100	.000	79	26.699	عندما أكون في سيارة أجرة أو باص أجد رغبة في التحدث مع الركاب
2.700	.000	79	21.170	أتولى تعريف الناس بعضهم البعض
2.425	.000	79	18.419	من السهل علي طلب المساعدة من الآخرين
1.963	.000	79	17.566	أري الحياة مع الآخرين صعبة
2.275	.000	79	22.978	يضايقني شعوري بالخجل.
3.325	.000	79	31.250	دائماً أتزعم الحديث في المناسبات.
2.513	.000	79	18.708	أجد صعوبة في بدء الحديث مع من أعرف عليه لأول مرة.
2.938	.000	79	27.776	لا يمكنني الإجابة علي الأسئلة التي يوجهها الأستاذ في الحصة رغم معرفتي الإجابة.
1.863	.000	79	19.528	عندما أكون ضيفاً في حفلة هامة أفضل الاستغناء عما احتاجه من الأشياء الموجودة على المائدة بدلاً من أن أطلب من الآخرين أن يناولونها لي.
2.775	.000	79	21.039	أجد صعوبة في التحدث أمام جمهور من الناس.
2.588	.000	79	19.668	أجد صعوبة في أن أتولى قيادة بعض الأعمال أو المهمات الاجتماعية.
2.438	.000	79	19.030	أجد سهولة في كسب الأصدقاء.
2.663	.000	79	22.325	لا أشارك في أي مناسبة اجتماعية.
1.738	.000	79	16.570	حينما أكون في جماعة من الناس اشعر بالحرج إذا اضطررت إلى الاستئذان في الانصراف.
2.763	.000	79	25.446	أحب الاشتراك في الحفلات والمهرجانات السارة .
2.400	.000	79	20.432	استطيع أن أكون صداقات بسهولة.
2.025	.000	79	16.974	أتضايق كثيراً من الجلوس مع الآخرين.
1.750	.000	79	18.759	أحب أن اخلق صداقات جديدة.
3.163	.000	79	30.741	يضايقني شعوري بالخجل.
1.675	.000	79	14.930	دائماً أتزعم الحديث في المناسبات.
2.475	.000	79	19.298	كثيراً ما اعقد صداقات مع الغرباء.

يتضح من الجداول أعلاه اختبار فريدمان أن مستوى الدلالة (0.000) عند فاصل الثقة ٩٥٪ لأن فرق المتوسط مهم عند مستوى ٠.٠٠٥ .

الفرضية الثانية :

" توجد علاقة دالة بين درجات التلاميذ على اختبار مفهوم الذات ودرجاتهم على اختبار القلق الاجتماعي."

جدول رقم (١٠٧) يوضح تحليل اختبار مفهوم الذات لأفراد العينة

العبارة	القيمة المحسوبة	درجات الحرية	مستوى الدلالة	المتوسط
ثقة في نفسي بدرجة عالية .	17.829	79	.000	1.450
أنا متفائل بصفة عامة .	21.445	79	.000	1.738
يُجرح شعوري بسهولة .	19.975	79	.000	2.513
توجد لدي رغبة في الحديث عن نفسي وعن انجازاتي أمام الآخرين .	20.843	79	.000	2.425
أنا قادر على مواجهة مشكلاتي بقوة و شجاعة .	15.506	79	.000	1.825
شعر أحياناً بصعوبة في النطق و الكلام .	21.178	79	.000	2.663
أشعر أنني شخص له فائدة ونفع في الحياة.	17.920	79	.000	1.825
أتطلع لمستقبل مشرق .	15.935	79	.000	1.500
أشعر بالراحة النفسية و الرضاء في حياتي .	16.560	79	.000	1.900
أعاني من إمساك أو إسهال كثيراً .	23.927	79	.000	2.963
أنا سعيد وبشوش في حياتي .	17.150	79	.000	1.688
أشعر أنني شخص محظوظ في الدنيا	22.425	79	.000	2.125
أشعر باليأس وتهبط همتي بسهولة .	21.819	79	.000	2.738
أشعر بالانتران الانفعالي والهدوء أمام الناس.	20.853	79	.000	2.225
أشعر كأن الناس يقرؤون أفكاري.	21.346	79	.000	2.638
أحب الآخرين وتتعاون معهم .	14.013	79	.000	1.713

العبارة	القيمة المحسوبة	درجات الحرية	مستوى الدلالة	المتوسط
أنا قريب من الله بالعبادة و الذكر .	16.355	79	.000	1.563
أنا ناجح ومتوافق مع الحياة .	18.801	79	.000	1.825
أشعر بالأمن و الطمأنينة النفسية .	17.861	79	.000	1.838
يدق قلبي بسرعة عند قيامي بأي عمل .	19.722	79	.000	2.425
أشعر باستياء و ضيق من الدنيا عموماً .	24.051	79	.000	2.713
اعتقد أن الاقتراب من الآخرين ليس له قيمة.	22.634	79	.000	2.925
أبغض نفسي دائماً.	23.678	79	.000	2.888
تضعف همتي بسهولة .	25.289	79	.000	3.063
أميل لتجنب الموقف المؤلمة بالهرب منها .	23.287	79	.000	2.813
أشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر .	24.539	79	.000	2.875
حياتي مملوءة بالنشاط و الحيوية معظم الوقت .	17.813	79	.000	1.750
لدي قدرات و مواهب متميزة .	16.958	79	.000	1.913
أنا راض عن مظهرك الخارجي طول القامة – حجم الجسم)	15.689	79	.000	1.963
اشعر كان الناس يلاحظوني ويركزون علي.	21.918	79	.000	2.388
تساعدني صحتي على مواصلة الأعمال بنجاح .	16.560	79	.000	1.900
أهتم بصحتي جيداً و تتجنب الإصابة بالمرض .	14.401	79	.000	1.838
أعطي نفسي قدر من الاسترخاء و الراحة للمحافظة على صحتي في حالة جيدة .	16.041	79	.000	1.663
أعاني من بعض العادات (قضم الأظافر – أو الغمز بالعين) .	23.353	79	.000	3.050
يراودني الشعور بالنقص.	23.006	79	.000	2.775
أشعر بصداع و ألم في رأسي من وقت لآخر .	22.592	79	.000	2.725
أعاني من مشاكل و اضطرابات الأكل (سوء هضم – فقدان شهية – شره عصبي)	24.369	79	.000	2.988
أشعر بالإجهاد و ضعف الهممة من وقت لآخر .	23.524	79	.000	2.775
أصيب عرقاً (أو ترتعش يدي) عندما تقوم بعمل .	19.894	79	.000	2.613
أشعر أحياناً أنني قلق و أعصابي غير موزونة .	24.789	79	.000	2.763
أشعر بالنسيان (أو عدم القدرة على التركيز) من وقت لآخر .	22.753	79	.000	2.738

العبارة	القيمة المحسوبة	درجات الحرية	مستوى الدلالة	المتوسط
اشعر بالخوف إذا اضطرت إلى مقابلة الطبيب بسبب مرض ما .	19.346	79	.000	2.550
تمر علي فترات اشعر فيها بالضيق والضحجر .	22.699	79	.000	2.413
الأصوات الغير طبيعية تثير الهلع في نفسي .	19.966	79	.000	2.363
دائماً ما اشعر بالحزن الشديد .	29.968	79	.000	2.663
إحساسي بالنقص دائماً عالي .	25.264	79	.000	3.088
اشعر بالوحدة حتى ولو كنت مع الناس .	23.353	79	.000	3.050
إننا سريع البكاء .	19.963	79	.000	2.600
يؤلمني أن الناس دائماً يعلمون ما يدور في ذهني.	22.041	79	.000	2.738
أغضب بعنف.	23.104	79	.000	2.500
أتسرع في أحكامي على الآخرين.	23.309	79	.000	2.700
أخاف من النوم وحدي .	21.782	79	.000	2.850
أصاب بالفشل دون أن يكون ذلك راجعاً إلى أخطاء وقعت مني شخصياً.	24.410	79	.000	2.738
اشعر بالنفور من الآخرين.	26.108	79	.000	3.088
يراودني شعور بالخوف من أني سأسقط أو اقفز حينما أكون في مكان مرتفع.	19.925	79	.000	2.263
اشعر بالتعاسة .	23.981	79	.000	2.788
اجتهد دائماً في خدمة المجتمع.	15.818	79	.000	1.888

يتضح من الجداول أعلاه اختبار فريدمان أن مستوى الدلالة (000) فاصل الثقة ٩٥٪

فرق المتوسط مهم عند مستوى ٠٠٠٠٥ .

جدول رقم (١٠٨) يوضح اختبار مفهوم الذات لأفراد العينة ومستوى الدلالة

العبارات	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	نسبة الخطأ
ثقة في نفسي بدرجة عالية .	80	1.45	.727	.081
أنا متفائل بصفة عامة .	80	1.74	.725	.081
يُجرح شعوري بسهولة .	80	2.51	1.125	.126
توجد لدي رغبة في الحديث عن نفسي وعن انجازاتي أمام الآخرين .	80	2.42	1.041	.116
أنا قادر على مواجهة مشكلاتي بقوة و شجاعة .	80	1.83	1.053	.118
شعر أحياناً بصعوبة في النطق و الكلام .	80	2.66	1.124	.126
أشعر أنني شخص له فائدة و نفع في الحياة.	80	1.83	.911	.102
أنتطلع لمستقبل مشرق .	80	1.50	.842	.094
أشعر بالراحة النفسية و الرضاء في حياتي .	80	1.90	1.026	.115
أعاني من إمساك أو إسهال كثيراً .	80	2.96	1.107	.124
أنا سعيد وبشوش في حياتي .	80	1.69	.880	.098
أشعر أنني شخص محظوظ في الدنيا	80	2.13	.848	.095
أشعر باليأس وتهبط همتي بسهولة .	80	2.74	1.122	.125
أشعر بالاتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس.	80	2.23	.954	.107
أشعر كأن الناس يقرؤون أفكاري.	80	2.64	1.105	.124
أحب الآخرين وتتعاون معهم .	80	1.71	1.093	.122
أنا قريب من الله بالعبادة و الذكر .	80	1.56	.855	.096
أنا ناجح ومتوافق مع الحياة .	80	1.83	.868	.097
أشعر بالأمن و الطمأنينة النفسية .	80	1.84	.920	.103
يدق قلبي بسرعة عند قيامي بأي عمل .	80	2.42	1.100	.123
أشعر باستياء و ضيق من الدنيا عموماً .	80	2.71	1.009	.113
اعتقد أن الاقتراب من الآخرين ليس له قيمة.	80	2.93	1.156	.129
أبغض نفسي دائماً.	80	2.89	1.091	.122
تضعف همتي بسهولة .	80	3.06	1.083	.121
أميل لتجنب الموقف المؤلمة بالهرب منها .	80	2.81	1.080	.121
أشعر بنوبات صدام أو غييان من وقت لآخر .	80	2.88	1.048	.117

.098	.879	1.75	80	حياتي مملوءة بالنشاط و الحيوية معظم الوقت .
.113	1.009	1.91	80	لدي قدرات و مواهب متميزة .
.125	1.119	1.96	80	أنا راض عن مظهرك الخارجي طول القامة – حجم الجسم)
.109	.974	2.39	80	اشعر كان الناس يلاحظوني ويركزون علي.
.115	1.026	1.90	80	تساعدني صحيتي على مواصلة الأعمال بنجاح .
.128	1.141	1.84	80	أهتم بصحتي جيداً و تتجنب الإصابة بالمرض .
.104	.927	1.66	80	أعطي نفسي قدر من الاسترخاء و الراحة للمحافظة على صحيتي في حالة جيدة
.131	1.168	3.05	80	أعاني من بعض العادات (قضم الأظافر – أو الغمز بالعين) .
.121	1.079	2.78	80	يراودني الشعور بالنقص.
.121	1.079	2.73	80	أشعر بصداق و ألم في رأسي من وقت لآخر .
.123	1.097	2.99	80	أعاني من مشاكل و اضطرابات الأكل (سوء هضم /فقدان شهية/شره عصبي)
.118	1.055	2.78	80	أشعر بالإجهاد و ضعف الهمة من وقت لآخر .
.131	1.175	2.61	80	أصيب عرقاً (أو ترتعش يدي) عندما تقوم بعمل .
.111	.997	2.76	80	أشعر أحياناً أني قلق و أعصابي غير موزونة .
.120	1.076	2.74	80	أشعر بالنسيان (أو عدم القدرة على التركيز) من وقت لآخر .
.132	1.179	2.55	80	اشعر بالخوف إذا اضطرت إلى مقابلة الطبيب بسبب مرض ما .
.106	.951	2.41	80	تمر علي فترات اشعر فيها بالضيق والضحجر.
.118	1.058	2.36	80	الأصوات الغير طبيعية تنير الهلع في نفسي .
.089	.795	2.66	80	دائماً ما اشعر بالحزن الشديد .
.122	1.093	3.09	80	إحساسي بالنقص دائماً عالي .
.131	1.168	3.05	80	اشعر بالوحدة حتى ولو كنت مع الناس .
.130	1.165	2.60	80	إننا سريع البكاء .
.124	1.111	2.74	80	يؤلمني أن الناس دائماً يعلمون ما يدور في ذهني.
.108	.968	2.50	80	أغضب بعنف.
.116	1.036	2.70	80	أتسرع في أحكامي على الآخرين.
.131	1.170	2.85	80	أخاف من النوم وحدي .
.112	1.003	2.74	80	أصاب بالفشل دون أن يكون ذلك راجعاً إلى أخطاء وقعت مني شخصياً.
.118	1.058	3.09	80	اشعر بالنفور من الآخرين.
.114	1.016	2.26	80	يراودني شعور بالخوف من أني سأسقط أو اقفز حينما أكون في مكان مرتفع.
.116	1.040	2.79	80	اشعر بالتعاسة .
.119	1.067	1.89	80	اجتهد دائماً في خدمة المجتمع.

الفرضية الثالثة:

توجد علاقة دالة بين درجات التلاميذ على اختبار مفهوم الذات ودرجاتهم على اختبار القلق الاجتماعي .

جدول رقم (١٠٩) يوضح اختبار القلق الاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى أفراد العينة.

		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوي المعنوية
العبارة 1	بين المجموعات	5.145	3	1.715	1.391	.252
	داخل المجموعات	93.742	76	1.233		
	الكل	98.888	79			
العبارة 2	بين المجموعات	2.555	3	.852	.914	.438
	داخل المجموعات	70.833	76	.932		
	الكل	73.388	79			
العبارة 3	ا بين المجموعات	2.086	3	.695	1.226	.306
	داخل المجموعات	43.101	76	.567		
	الكل	45.188	79			
العبارة 4		3.875	3	1.292	1.890	.138
	داخل المجموعات	51.925	76	.683		
	الكل	55.800	79			
العبارة 5		.838	3	.279	.214	.887
	داخل المجموعات	99.362	76	1.307		
	الكل	100.200	79			
العبارة 6	بين المجموعات	.696	3	.232	.254	.858
	داخل المجموعات	69.304	76	.912		
	الكل	70.000	79			
العبارة 7	بين المجموعات	2.065	3	.688	.976	.409
	داخل المجموعات	53.622	76	.706		

		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوي المعنوية
	الكل	55.688	79			
العبارة 8	بين المجموعات	3.465	3	1.155	1.415	.245
	داخل المجموعات	62.022	76	.816		
	الكل	65.488	79			
العبارة 9	بين المجموعات	.884	3	.295	.273	.845
	داخل المجموعات	82.004	76	1.079		
	الكل	82.888	79			
العبارة 10	بين المجموعات	1.734	3	.578	1.094	.357
	داخل المجموعات	40.153	76	.528		
	الكل	41.888	79			
العبارة 11	بين المجموعات	4.012	3	1.337	1.073	.366
	بين المجموعات	94.738	76	1.247		
	الكل	98.750	79			
العبارة 12	بين المجموعات	8.733	3	2.911	2.957	.038
	داخل المجموعات	74.817	76	.984		
	الكل	83.550	79			
العبارة 13	بين المجموعات	1.671	3	.557	.665	.576
	داخل المجموعات	63.716	76	.838		
	الكل	65.388	79			
العبارة 14	بين المجموعات	2.067	3	.689	.798	.499
	داخل المجموعات	65.621	76	.863		
	الكل	67.688	79			
العبارة 15	بين المجموعات	11.191	3	3.730	2.863	.042
	داخل المجموعات	99.009	76	1.303		
	الكل	110.200	79			
العبارة 16	بين المجموعات	4.389	3	1.463	2.220	.093
	داخل المجموعات	50.098	76	.659		

		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوي المعنوية
	الكل	54.488	79			
العبارة 17		.065	3	.022	.014	.998
	داخل المجموعات	113.885	76	1.498		
	الكل	113.950	79			
العبارة 18	بين المجموعات	3.162	3	1.054	.936	.428
	داخل المجموعات	85.638	76	1.127		
	الكل	88.800	79			
العبارة 19		6.348	3	2.116	2.527	.064
	داخل المجموعات	63.640	76	.837		
	الكل	69.988	79			
العبارة 20	بين المجموعات	.771	3	.257	.317	.813
	داخل المجموعات	61.716	76	.812		
	الكل	62.488	79			
العبارة 21		4.131	3	1.377	1.781	.158
	داخل المجموعات	58.756	76	.773		
	الكل	62.887	79			
العبارة 22	بين المجموعات	6.902	3	2.301	2.338	.080
	داخل المجموعات	74.785	76	.984		
	الكل	81.688	79			
العبارة 23	بين المجموعات	3.614	3	1.205	.884	.453
	داخل المجموعات	103.574	76	1.363		
	الكل	107.187	79			
العبارة 24	بين المجموعات	4.819	3	1.606	1.293	.283
	داخل المجموعات	94.381	76	1.242		
	الكل	99.200	79			
العبارة 25	بين المجموعات	7.052	3	2.351	1.960	.127
	داخل المجموعات	91.148	76	1.199		

		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوي المعنوية
	الكل	98.200	79			
العبارة 26	بين المجموعات	2.141	3	.714	.699	.555
	بين المجموعات	77.547	76	1.020		
	الكل	79.687	79			
العبارة 27	بين المجموعات	3.006	3	1.002	.926	.432
	داخل المجموعات	82.194	76	1.082		
	الكل	85.200	79			
العبارة 28	بين المجموعات	5.541	3	1.847	1.443	.237
	داخل المجموعات	97.259	76	1.280		
	الكل	102.800	79			
العبارة 29	بين المجموعات	1.217	3	.406	.285	.836
	داخل المجموعات	108.333	76	1.425		
	الكل	109.550	79			
العبارة 30	بين المجموعات	2.191	3	.730	.724	.541
	داخل المجموعات	76.696	76	1.009		
	الكل	78.888	79			
العبارة 31	بين المجموعات	2.901	3	.967	1.244	.300
	داخل المجموعات	59.049	76	.777		
	الكل	61.950	79			
العبارة 32	بين المجموعات	5.727	3	1.909	2.204	.094
	داخل المجموعات	65.823	76	.866		
	الكل	71.550	79			
العبارة 33	بين المجموعات	2.530	3	.843	.575	.633
	داخل المجموعات	111.458	76	1.467		
	الكل	113.988	79			
العبارة 34	بين المجموعات	3.127	3	1.042	1.172	.326
	داخل المجموعات	67.561	76	.889		

		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوي المعنوية
	الكل	70.688	79			
العبارة 35	بين المجموعات	2.729	3	.910	1.262	.293
	داخل المجموعات	54.759	76	.721		
	الكل	57.488	79			
العبارة 36	بين المجموعات	1.284	3	.428	.299	.826
	داخل المجموعات	108.666	76	1.430		
	الكل	109.950	79			
العبارة 37	بين المجموعات	9.953	3	3.318	2.536	.063
	داخل المجموعات	99.435	76	1.308		
	الكل	109.387	79			
العبارة 38	بين المجموعات	2.638	3	.879	.661	.578
	داخل المجموعات	101.049	76	1.330		
	الكل	103.688	79			
العبارة 39	بين المجموعات	1.071	3	.357	.305	.821
	داخل المجموعات	88.817	76	1.169		
	الكل	89.888	79			
العبارة 40	بين المجموعات	3.613	3	1.204	1.390	.252
	داخل المجموعات	65.874	76	.867		
	الكل	69.488	79			
العبارة 41	بين المجموعات	3.196	3	1.065	1.136	.340
	داخل المجموعات	71.291	76	.938		
	الكل	74.488	79			
العبارة 42	بين المجموعات	3.031	3	1.010	.912	.439
	داخل المجموعات	84.169	76	1.107		
	الكل	87.200	79			
العبارة 43	بين المجموعات	2.597	3	.866	.753	.524
	داخل المجموعات	87.353	76	1.149		

		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوي المعنوية
	الكل	89.950	79			
العبارة 44	بين المجموعات	2.212	3	.737	1.062	.371
	داخل المجموعات	52.788	76	.695		
	الكل	55.000	79			
العبارة 45	بين المجموعات	1.013	3	.338	.390	.761
	داخل المجموعات	65.874	76	.867		
	الكل	66.887	79			
العبارة 46		1.690	3	.563	.550	.650
	داخل المجموعات	77.860	76	1.024		
	الكل	79.550	79			
العبارة 47	بين المجموعات	1.360	3	.453	.336	.799
	داخل المجموعات	102.590	76	1.350		
	الكل	103.950	79			

جدول رقم (١١٠) يوضح اختبار مفهوم الذات وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى أفراد العينة .

		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوي المعنوية
العبارة 1	بين المجموعات	.978	3	.326		
	داخل المجموعات	40.822	76	.537		
	الكل	41.800	7			
العبارة 2	بين المجموعات	.885		.295	.607	.612
	داخل المجموعات	40.603	76	.534		
	الكل	41.488	79			
العبارة 3	بين المجموعات	.225	3	.075	.552	.648
	داخل المجموعات	99.763	76	1.313		
	الكل	99.988	79			
العبارة 4		.933	3	.311	.057	.982
	داخل المجموعات	84.617	76	1.113		

		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوي المعنوية
	الكل	85.550	79			
العبارة 5		1.024	3	.341	.279	.840
	داخل المجموعات	86.526	76	1.138		
	الكل	87.550	79			
العبارة 6	بين المجموعات	2.237	3	.746	.300	.825
	داخل المجموعات	97.650	76	1.285		
	الكل	99.888	79			
العبارة 7	بين المجموعات	1.000	3	.333	.580	.630
	داخل المجموعات	64.550	76	.849		
	الكل	65.550	79			
العبارة 8	بين المجموعات	2.488	3	.829	.392	.759
	داخل المجموعات	53.512	76	.704		
	الكل	56.000	79			
العبارة 9	بين المجموعات	2.095	3	.698	1.178	.324
	داخل المجموعات	81.105	76	1.067		
	الكل	83.200	79			
العبارة 10	بين المجموعات	3.635	3	1.212	.654	.583
	داخل المجموعات	93.253	76	1.227		
	الكل	96.888	79			
العبارة 11	بين المجموعات	1.711	3	.570	.987	.403
	بين المجموعات	59.476	76	.783		
	الكل	61.188	79			
العبارة 12	بين المجموعات	2.224	3	.741	.729	.538
	داخل المجموعات	54.526	76	.717		
	الكل	56.750	79			
العبارة 13	بين المجموعات	1.465	3	.488	1.033	.383
	داخل المجموعات	98.022	76	1.290		
	الكل	99.488	79			
العبارة 14	بين المجموعات	1.151	3	.384	.379	.769

		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوي المعنوية
	داخل المجموعات	70.799	76	.932		
	الكل	71.950	79			
العبارة 15	بين المجموعات	1.552	3	.517	.412	.745
	داخل المجموعات	94.936	76	1.249		
	الكل	96.488	79			
العبارة 16	بين المجموعات	5.857	3	1.952	.414	.743
	داخل المجموعات	88.530	76	1.165		
	الكل	94.387	79			
العبارة 17		.511	3	.170	1.676	.179
	داخل المجموعات	57.177	76	.752		
	الكل	57.688	79			
العبارة 18	بين المجموعات	2.015	3	.672	.226	.878
	داخل المجموعات	57.535	76	.757		
	الكل	59.550	79			
العبارة 19		1.873	3	.624	.887	.452
	داخل المجموعات	65.015	76	.855		
	الكل	66.887	79			
العبارة 20	بين المجموعات	.335	3	.112	.730	.537
	داخل المجموعات	95.215	76	1.253		
	الكل	95.550	79			
العبارة 21		1.643	3	.548	.089	.966
	داخل المجموعات	78.744	76	1.036		
	الكل	80.388	79			
العبارة 22	بين المجموعات	2.268	3	.756	.529	.664
	داخل المجموعات	103.282	76	1.359		
	الكل	105.550	79			
العبارة 23	بين المجموعات	2.620	3	.873	.556	.645
	داخل المجموعات	91.367	76	1.202		
	الكل	93.988	79			

		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوي المعنوية
العبارة 24	بين المجموعات	4.143	3	1.381	.727	.539
	داخل المجموعات	88.545	76	1.165		
	الكل	92.688	79			
العبارة 25	بين المجموعات	2.736	3	.912	1.185	.321
	داخل المجموعات	89.451	76	1.177		
	الكل	92.188	79			
العبارة 26	بين المجموعات	1.732	3	.577	.775	.512
	بين المجموعات	85.018	76	1.119		
	الكل	86.750	79			
العبارة 27	بين المجموعات	2.241	3	.747	.516	.672
	داخل المجموعات	58.759	76	.773		
	الكل	61.000	79			
العبارة 28	بين المجموعات	3.157	3	1.052	.966	.413
	داخل المجموعات	77.231	76	1.016		
	الكل	80.388	79			
العبارة 29	بين المجموعات	.712	3	.237	1.035	.382
	داخل المجموعات	98.175	76	1.292		
	الكل	98.888	79			
العبارة 30	بين المجموعات	2.078	3	.693	.184	.907
	داخل المجموعات	72.909	76	.959		
	الكل	74.988	79			
العبارة 31	بين المجموعات	2.118	3	.706	.722	.542
	داخل المجموعات	81.082	76	1.067		
	الكل	83.200	79			
العبارة 32	بين المجموعات	3.503	3	1.168	.662	.578
	داخل المجموعات	99.384	76	1.308		
	الكل	102.887	79			
العبارة 33	بين المجموعات	1.635	3	.545	.893	.449
	داخل المجموعات	66.253	76	.872		

		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوي المعنوية
	الكل	67.888	79			
العبارة 34	بين المجموعات	2.518	3	.839	.625	.601
	داخل المجموعات	105.282	76	1.385		
	الكل	107.800	79			
العبارة 35	بين المجموعات	.935	3	.312	.606	.613
	داخل المجموعات	91.015	76	1.198		
	الكل	91.950	79			
العبارة 36	بين المجموعات	.925	3	.308	.260	.854
	داخل المجموعات	91.025	76	1.198		
	الكل	91.950	79			
العبارة 37	بين المجموعات	6.504	3	2.168	.257	.856
	داخل المجموعات	88.484	76	1.164		
	الكل	94.988	79			
العبارة 38	بين المجموعات	.980	3	.327	1.862	.143
	داخل المجموعات	86.970	76	1.144		
	الكل	87.950	79			
العبارة 39	بين المجموعات	6.155	3	2.052	.286	.836
	داخل المجموعات	102.832	76	1.353		
	الكل	108.988	79			
العبارة 40	بين المجموعات	3.745	3	1.248	1.516	.217
	داخل المجموعات	74.742	76	.983		
	الكل	78.488	79			
العبارة 41	بين المجموعات	1.835	3	.612	1.269	.291
	داخل المجموعات	89.652	76	1.180		
	الكل	91.488	79			
العبارة 42	بين المجموعات	7.907	3	2.636	.519	.671
	داخل المجموعات	101.893	76	1.341		
	الكل	109.800	79			
العبارة 43	بين المجموعات	2.721	3	.907	1.966	.126

		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوي المعنوية
	داخل المجموعات	68.666	76	.904		
	الكل	71.388	79			
العبارة 44	بين المجموعات	1.882	3	.627	1.004	.396
	داخل المجموعات	86.605	76	1.140		
	الكل	88.488	79			
العبارة 45	بين المجموعات	.093	3	.031	.551	.649
	داخل المجموعات	49.795	76	.655		
	الكل	49.887	79			
العبارة 46		5.952	3	1.984	.047	.986
	داخل المجموعات	88.436	76	1.164		
	الكل	94.388	79			
العبارة 47	بين المجموعات	.938	3	.313	1.705	.173
	داخل المجموعات	106.862	76	1.406		
	الكل	107.800	79			
العبارة 48	بين المجموعات	1.287	3	.429	.222	.880
	داخل المجموعات	105.913	76	1.394		
	الكل	107.200	79			
العبارة 49	بين المجموعات	3.655	3	1.218	.308	.820
	داخل المجموعات	93.833	76	1.235		
	الكل	97.488	79			
العبارة 50	بين المجموعات	6.045	3	2.015	.987	.404
	داخل المجموعات	67.955	76	.894		
	الكل	74.000	79			
العبارة 51	بين المجموعات	1.968	3	.656	2.254	.089
	داخل المجموعات	82.832	76	1.090		
	الكل	84.800	79			
العبارة 52	بين المجموعات	9.920	3	3.307	.602	.616
	داخل المجموعات	98.280	76	1.293		
	الكل	108.200	79			

		مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسطات المربعات	قيمة ف المحسوبة	مستوي المعنوية
العبارة 53	بين المجموعات	10.166	3	3.389	2.557	.061
	داخل المجموعات	69.321	76	.912		
	الكل	79.488	79			
العبارة 54	بين المجموعات	4.060	3	1.353	3.715	.015
	داخل المجموعات	84.327	76	1.110		
	الكل	88.388	79			
العبارة 55	بين المجموعات	1.366	3	.455	1.220	.308
	داخل المجموعات	80.122	76	1.054		
	الكل	81.488	79			
العبارة 56	بين المجموعات	5.449	3	1.816	.432	.731
	داخل المجموعات	79.938	76	1.052		
	الكل	85.388	79			
العبارة 57	بين المجموعات	6.811	3	2.270	1.727	.169
	داخل المجموعات	83.177	76	1.094		
	الكل	89.988	79			

يوجد ارتباط بين مفهوم الذات والقلق الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى أفراد العينة يظهر من خلال العمليات الإحصائية في الجداول ، حيث أن الفرضية ومن خلال هذه العينة توجد علاقة ارتباط بين مفهوم الذات والقلق الاجتماعي والتحصيل الدراسي .

التوصيات

بناء على النتائج التي توصلت إليها الدراسة فإن الدراسة توصي بما يأتي :

١. تدعيم المناهج المختلفة والأنشطة المتنوعة التي تحث على السلوك الاجتماعي والبحث عن أفضل السبل التي تسهم في تنميتها وتطويرها .
٢. الاستفادة من التلاميذ الذين يتمتعون بمستوى عال جدا من السلوك الاجتماعي في قيادة مختلف الأنشطة الاجتماعية داخل المدارس .
٣. تشجيع التلاميذ على الإسهام في أنشطة المختلفة وذلك بهدف تنمية العلاقات الاجتماعية القائمة على الحب والتعاون والعطاء ونكران الذات بما يخدم أهدافهم وأهداف مجتمعهم بشكل عام .
٤. زيادة بتلاميذ مرحلة الأساس وذلك من خلال مساعدتهم للتعرف على مشاكلهم وصعوباتهم لإيجاد الحلول لها وتجاوزها بهدف تحقيق طموحاتهم بما يعزز من مفهوم الذات لديهم ويصل بهم إلى مستوى عال من السلوك الاجتماعي .
٥. تنمية الإحساس بأهمية ومكانة مرحلة الأساس ودوره في بناء جيل من خلال العلاقات الإنسانية تؤدي إلى احترام الذات وتكوين مفهوم ذات ايجابي واتزان في السلوك وتصرفات .
٦. توعية الأهل بأصول التربية السليمة حتى تتبلور شخصية الفرد ويصبح شخصاً واثقاً من نفسه قادراً على تخطي المشكلات والأزمات التي يمر بها من خلال مراحل حياته .
٧. تشجيع الطفل على التفاعل الاجتماعي مع الآخرين وخاصة مع أقرانه من نفس عمره والتأكيد على أهمية العلاقات الاجتماعية بسبب تأثيرها الكبير على مجمل حياته وسلوكه الشخصي .
٨. إكساب الطفل فهماً واسعاً عن ذاته، وأنه قادر على حل الصعوبات التي تواجهه.

٩. التأكيد على دور المرشد النفسي في المدارس لمساعدة التلاميذ على حل مشكلاتهم وزيادة ثقتهم بأنفسهم .

١٠. إقامة مركز للإرشاد والتوجيه النفسي لغرض مراجعة التلاميذ وتخفيف من حدة القلق والتوتر عند التلاميذ .

١١. تصميم المناهج الدراسية بشكل بسيط بحيث لأتحدث قلق مرتفأً.

المقترحات :

توصي الدراسة بالمقترحات الآتية:

١. إجراء المزيد من الدراسات في جوانب القلق النفسي لطلاب الحلقة الأولى بمرحلة الأساس

٢. إجراء المزيد من الدراسة في جوانب

المصادر والمراجع

المصادر والمراجع :

١. القرآن الكريم
٢. إبراهيم، عبد الستار : العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث، دار الفجر للنشر والتوزيع، القاهرة، ١٩٩٤.
٣. أبو حويج ، مروان ، وآخرون: القياس والتقويم في التربية وعلم النفس ، ط١، دار العلمية الدولية للنشر والتوزيع ودار الثقافة للنشر والتوزيع، عمان ، الأردن، (٢٠٠٢).
٤. أبو زينة ، فريد وآخرون : الطرق الإحصائية للتربية والعلوم والإنسانية ، ج١، دار الفرقان للنشر و التوزيع ، عمان، الأردن، (١٩٨١).
٥. أبو زينة ، فريد وآخرون: الطرق الإحصائية للتربية والعلوم الإنسانية ، ج٢ ، دار الفرقان للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن ، (١٩٨١).
٦. إسماعيل ، محمد عماد الدين و مرسي ،سيد عبد الحميد : بطاقة تقييم الشخصية ، ط٢ ، القاهرة ، ١٩٧٤ ،
٧. البياتي ، عبد الجبار توفيق ، وأمال احمد يعقوب: أسباب غياب الطلبة في كلية الآداب (دراسة استطلاعية) ، بغداد ، مركز البحوث التربوية والنفسية ، (١٩٧٥) .
٨. البيلي ، محمد عبد الله : علم النفس التربوي وتطبيقاته ، ط١ ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع ، دولة الإمارات العربية ، (١٩٩٧).
٩. التميمي ، عبد الجليل وآخرون: الظواهر السلوكية السلبية لدى طلبة جامعة بغداد ، بغداد، (١٩٨٤) .
١٠. التميمي ، محمود كاظم: مركز السيطرة وعلاقته بتحمل المسؤولية الاجتماعية لدى طلبة الجامعة ، مجلة آداب المستنصرية العدد (٣٣) مجلة علمية تصدرها كلية الآداب ، جامعة المستنصرية، (١٩٩٩) .
١١. الجبالي ، صلاح : المراهقة (أزمة الشباب مع المجتمع) ، دار، ط١، مكتبة الفكر ، ليبيا، (١٩٧٣) .

١٢. جوهري ، صلاح الدين ، الإرشاد الأكاديمي والاختبارات والتقويم في نظام الساعات المكتسبة، مركز البحوث التربوية ، جامعة قطر ١٩٨٥م.
١٣. الحافظ ، نوري ، (المراهق) ط ٢ ، المؤسسة العربية للدراسات والنشر ، بيروت ، ١٩٩٠ م
١٤. الحسون ، عبد الرحمن: ظاهرة الغيابات في كلية التربية بجامعة بغداد ، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، العدد (٣) ، (١٩٧٩).
١٥. حسين ، منصور ، ومحمد مصطفى زيدان : الطفل والمراهق ، ط ١ ، مكتبة النهضة المصرية ، مصر ، (١٩٨٢) .
١٦. الحفني ، عبد المنعم : موسوعة علم النفس والتحليل النفسي ، ط ٤ ، مطبعة أطلس ، القاهرة ، ١٩٩٤ م .
١٧. الحلو ، علي حسين: الانحرافات السلوكية للشباب وسبل مواجهتها ، وزارة التعليم
١٨. الخزرجي ، علي عبد اللطيف حمودي: الحاجة الى المعرفة وعلاقتها بحل المشكلات لدى طلبة جامعة بغداد ، (رسالة ماجستير غير منشورة) كلية الآداب ، جامعة بغداد ، (٢٠٠٣) .
١٩. خلف ، فليح حسن: الظواهر السلوكية الخاطئة لدى الطلبة وتأثيرها على المستوى العلمي، الاتحاد العام لطلبة وشباب العراق ، بغداد ، (١٩٨٣).
٢٠. داود ، عزيز حنا ، وأنور حسين عبد الرحمن : مناهج البحث التربوي ، مطابع دار الحكمة للطباعة والنشر ، بغداد ، ١٩٩٠ م .
٢١. الدبولي ، عبد الله: الصحة النفسية للشباب وحمايتهم من الانحرافات السلوكية . وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة بغداد ، مركز البحوث التربوية والنفسية ، (٢٠٠٢) .
٢٢. الراوي ، خاشع محمود : المدخل إلى الإحصاء ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، دار الكتب للطباعة والنشر ، جامعة الموصل ، (١٩٨٩) .
٢٣. رتيب، ناديا : العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية والقلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة السنة الثالثة في جامعة دمشق/ ٢٠٠٠ - ٢٠٠١ ، رسالة ماجستير.

٢٤. الروسان ، فاروق : أساليب القياس والتشخيص في التربية الخاصة ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، ط ١ ، الأردن، (١٩٩٩) .
٢٥. رؤوف، ابراهيم عبد الخالق: العلاقة بين بعض المتغيرات النفسية والتحصيل المدرسي في المرحلة الثانوية ، جامعة بغداد (رسالة ماجستير غير منشورة) بغداد، (١٩٧٨).
٢٦. زهران ، حامد عبدالسلام ، الصحة النفسية والعلاج النفسي ، القاهرة عالم الكتب ١٩٩٧م.
٢٧. زهران ، حامد عبد السلام: علم النفس النمو (الطفولة والمراهقة) ، دار العودة ، بيروت ، (١٩٨١).
٢٨. الزوبعي ، عبد الجليل ، وآخرون : الاختبارات والمقاييس النفسية ، دار الكتب للنشر والتوزيع ، الموصل ، ١٩٨١م .
٢٩. سالم، رفته خليف سليم،أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بدافع الإنجاز الدراسي لدى طالبات كليات المجتمع في الأردن، أطروحة دكتوراه (غير منشورة) كلية التربية، الجامعة المستنصرية، (٢٠٠٠).
٣٠. السلسلة، سلسلة تشخيص الاضطرابات النفسية، اضطرابات القلق، المجلد التاسع.
٣١. سمارة ، عزيز وآخرون: مبادئ القياس والتقويم في التربية ، دار الفكر للنشر والطباعة ، عمان ، الأردن، (١٩٨٩).
٣٢. شانلي، عبدالحميد محمد ، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية ، الإسكندرية المكتبة الجامعية ٢٠٠١م .
٣٣. الشناوي، محمد محروس وعبد الرحمن، محمد السيد : العلاج السلوكي الحديث : أسسه وتطبيقاته، دار قباء للطباعة والنشر، ١٩٩٨
٣٤. طارق ، علي: قياس الروح المعنوية لدى طلبة جامعة صنعاء .
٣٥. عاقل ،فاخر : معجم علم النفس ، بيروت ، دار العلم للملايين، (١٩٧١) .
٣٦. منشورات وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة بغداد ، مركز البحوث التربوية والنفسية ، (٢٠٠٢).

٣٧. عبد الخالق، احمد محمود أصول الصحة النفسية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية. ٢٠٠١.
٣٨. عبد الرحمن، محمد السيد : علم الأمراض النفسية والعقلية : الأسباب، الأمراض، التشخيص، العلاج، دار قباء، ٢٠٠٠.
٣٩. عبد الله ، فيصل نواف: بناء مقياس للتكيف الاجتماعي المدرسي لطلبة المرحلة الإعدادية، (رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة بغداد ، (١٩٧٨).
٤٠. عبدالغني ، أشرف محمد ، المدخل إلى الصحة النفسية ، الإسكندرية ، المكتب الجامعي الحديث ٢٠٠١ م .
٤١. عبدالغني ، صلاح الدين ، في الصحة النفسية ، ط ١ ، القاهرة دار الفكر العربي ٢٠٠٠ م .
٤٢. العجيلي ، صباح حسين وآخرون : التقويم والقياس النفسي ، مطبعة دار الحكمة للطباعة والنشر ، جامعة بغداد ، بغداد، (١٩٩٠) .
٤٣. عدس، عبد الرحمن (١٩٩٨) علم النفس التربوي، دار الفكر، عمان.
٤٤. عرفات ، عبد العزيز سليمان : المعلم والتربية ، ط ٢ ، مكتبة الانجلو - المصرية ، ١٩٨٢ م .
٤٥. عريفج ، سامي وخالد حسين مصلح: القياس والتقويم ، ط ١ الاردن ، (١٩٨٥).
٤٦. العزاوي محمد الياس بكر وآخرون ، : المناخ النفسي في الموقف الصفّي من خلال رسوم طلبة الجامعة وتعليقاتهم ، جامعة بغداد، (١٩٩٧) .
٤٧. علام ، صلاح الدين محمود : القياس والتقويم التربوي والنفسي ، ط ١ ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ٢٠٠٠ م .
٤٨. علوان ، عبدالله ناصح ، تربية الأولاد في الإسلام ، ط ٢ ، القاهرة ، دار السلام للطباعة . ١٩٨١ م.
٤٩. العمر ، بدر عمر : المتعلم في علم النفس التربوي ، ط ١ ، جامعة الكويت ، كلية التربية ، ١٩٩٠ م .

٥٠. عمر ، محمود احمد: غياب طلاب وطالبات المدرسة الثانوية القطرية أسبابه وجوانبه النفسية وعلاقته بالتحصيل الدراسي ، جامعة قطر ، مركز البحوث التربوية العدد (١١٧)، (١٩٨٧) .
٥١. العمري ، خالد ، الإرشاد الأكاديمي في إطار نظام الساعات المعتمدة ، دمشق، المركز العربي لبحوث التعليم العالي ، ١٩٨٥م.
٥٢. عودة ، احمد سليمان ،والخليلي ، و خليل يوسف: الإحصاء للباحث في التربية والعلوم الإنسانية ، دار الفكر للنشر والتوزيع ، ط٢ ، الأردن، (١٩٨٨) .
٥٣. عودة ، احمد سليمان ،والخليلي ، و خليل يوسف: الإحصاء للباحث في التربية والعلوم الإنسانية ، دار الأمل للنشر والتوزيع ، ط٢ ، الأردن، (٢٠٠٠) .
٥٤. عوض ، عباس محمود، الموجز في الصحة النفسية ، الإسكندرية ، دار المعرفة الجامعية ١٩٩٦م .
٥٥. الغريب ، رمزية : التقويم والقياس النفسي والتربوي ، مكتبة الانجلو المصرية ، (١٩٧٧) الفرقان للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن، (١٩٨٤)
٥٦. الفنيش ، احمد علي : أصول التربية ، الدار العربية للكتاب ، ليبيا ، ١٩٧٩م .
٥٧. فهمي، مصطفى ، التكيف الشخصي ، القاهرة ، مكتبة مصر ١٩٧٨م.
٥٨. فيركسون ، جورج آي : التحليل الإحصائي في التربية وعلم النفس ، ترجمة : د. هناء العكيلي ، دار الحكمة للطباعة والنشر ، بغداد ، ١٩٩٠م .
٥٩. القريطي ، عبد المطلب أمين ، (الصحة النفسية) ، ط١ ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، ١٩٩٨م
٦٠. القمش ، مصطفى وآخرون : القياس والتقويم في التربية الخاصة ، ط١ ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، عمان - الأردن ، ٢٠٠١م .
٦١. قورة ، حسين سليمان واخرون : الدروس الخاصة والتحصيل الدراسي ، دار النصر للطباعة والنشر ، القاهرة، (١٩٧٠) .

٦٢. الكبيسي ، وهيب مجيد ، والجنابي ، يونس صالح: التكيف الاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي، دراسات للأجيال ، مجلة فكرية ثقافية تصدرها نقابة المعلمين في العراق ، العدد (٣) بغداد، (١٩٨٢) .
٦٣. المالح، حسان : الخوف الاجتماعي (الخبجل)، دار المنارة للنشر والتوزيع، جدة، ١٩٩٤ .
٦٤. محمد ، عواد جاسم : بناء مرجع وحدة في مادة العلوم ومعرفة اثر استخدام في تحصيل طلاب المرحلتين المتوسطة والابتدائية (أطروحة دكتوراه غير منشورة)، جامعة بغداد ، (١٩٨٣).
٦٥. مخيمر ، صلاح ، مدخل إلى الصحة النفسية ، القاهرة ، الأنجلو المصرية ١٩٧٩م.
٦٦. مزعل ، جمال الأسد : نظام التعليم في العراق ، وزارة التعليم العالي ، جامعة الموصل ، طبع بمطابع التعليم العالي في الموصل، (١٩٩٠) .
٦٧. معوض، خليل ميخائيل: سيكولوجية النمو (الطفولة والمراهقة)، ط٢ ، دار الفكر الجامعي ، القاهرة، (١٩٨٣) .
٦٨. المليجي ، عبدالمعم ، النمو النفسي ، بيروت ، دار النهضة العربية ١٩٧١م.
٦٩. المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم : التربية البيئية في مناهج التعليم العام بالوطن العربي ، مطبعة المنظمة العربية ، تونس ، (١٩٨٧).
٧٠. النجار ، سعد أحمد : دور الدين في رفع مستوى الصحة النفسية للشباب و حمايتهم من الانحرافات السلوكية ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة بغداد ، مركز البحوث التربوية والنفسية، (٢٠٠٢) .
٧١. نجار ، فريد جبرائيل: قاموس التربية وعلم النفس التربوي ، الدائرة التربوية في الجامعة الأمريكية ، بيروت، (١٩٦٠) .
٧٢. هرمز ، صباح حنا ، وإبراهيم ، يوسف حنا : علم النفس التكويني (الطفولة والمراهقة) ، دار الفكر للطباعة والنشر ، الموصل ، (١٩٨٨)
٧٣. -Margraf,j,&Rudoif,k(1999)Angst in sozialen situational: Das konzpt dersozialphobie,inMargraf,j-&Rudolf,k,(Hrsg).soziale kompeten soziale,phobie Hohengehren Germany Schneider

الملاحق

ملحق رقم (٠١)

استبانة الدراسة

مقياس القلق الاجتماعي :

م	الفقرة	دائمًا	أحيانًا	نادرًا	إطلاقًا
١	أصاب بالتلعثم بين الناس.				
٢	أفضل الجلوس منفردًا.				
٣	أستمتع بمعرفة الآخرين والجلوس معهم.				
٤	أشعر بالولاء و الانتماء لأصدقائي .				
٥	أتخلى عن إسداء النصح لزميلي خوفاً من أن يزعل مني .				
٦	تحترم رأي زميلي و أعمل به إذا كان رأياً صائباً				
٧	أحاول الوفاء بوعدتي مع الآخرين لأن وعد الحر دين عليه				
٨	أشعر بمفهوم الآخرين لأعمالي و انجازاتي .				
٩	أسعد بالمشاركة في الحفلات و المناسبات الاجتماعية .				
١٠	تربطني علاقات طيبة مع الزملاء و أحرص على إرضائهم .				
١١	أشعر بعدم قدرتي على مساعدة الآخرين ولو في بعض الأمور البسيطة .				
١٢	تفتقد الثقة و الاحترام المتبادل مع الآخرين .				
١٣	أجد متعة كبيرة في تبادل الزيارات مع الأصدقاء و الجيران				
١٤	أشعر بالسعادة لأشياء قد يفرح بها الآخرون كثيرا .				
١٥	أفكر كثيراً قبل أن أقدم على عمل قد يضر بمصالح الآخرين (أو أرفضه).				
١٦	أشعر بالمسئولية تجاه تنمية المجتمع مثل كل مواطن .				

م	الفقرة	دائمًا	أحيانًا	نادرًا	إطلاقًا
١٧	أخجل من مواجهة الكثير من الناس (أو أرتبك أثناء الحديث أمامهم) .				
١٨	أحرص على حقوق الآخرين بقدر حرصي على حقوقي .				
١٩	أعتذر لزميلي إذا تأخرت عن الموعد المحدد .				
٢٠	أتمنى أن أقضي معظم وقت فراقى مع الآخرين .				
٢١	أحرص على المشاركة الإيجابية الاجتماعية و التروحية مع الآخرين .				
٢٢	لا أستطيع أن أعبر عن مشاعري أمام حشد من الناس.				
٢٣	أبادر إلى بث الفرح عندما أكون في حفل ممل.				
٢٤	أبادر لتولي مسؤولية تقديم الناس في الحفلات.				
٢٥	ليس في مقدوري أن أكون صداقات مع الآخرين.				
٢٦	أجد صعوبة كبيرة في إيجاد موضوع ما لا تحدث به عندما أكون مع جماعة				
٢٧	لا أحب زيارة الآخرين.				
٢٨	أتحاشى أماكن التجمعات الكثيرة من الناس.				
٢٩	عندما أكون في سيارة أجرة أو باص أجد رغبة في التحدث مع الركاب.				
٣٠	أتولى تعريف الناس بعضهم البعض.				
٣١	من السهل علي طلب المساعدة من الآخرين.				
٣٢	أري الحياة مع الآخرين صعبة.				
٣٣	يضايقني شعوري بالخجل.				
٣٤	دائمًا أتزعم الحديث في المناسبات.				
٣٥	أجد صعوبة في بدء الحديث مع من أتعرف عليه لأول مرة.				

م	الفقرة	دائمًا	أحيانًا	نادرًا	إطلاقًا
٣٦	لا يمكنني الإجابة علي الأسئلة التي يوجهها الأستاذ في الحصة رغم معرفتي الإجابة.				
٣٧	عندما أكون ضيفًا في حفلة هامة أفضل الاستغناء عما احتاجه من الأشياء الموجودة على المائدة بدلاً من أن أطلب من الآخرين أن يناولونيها لي.				
٣٨	أجد صعوبة في التحدث أمام جمهور من الناس.				
٣٩	أجد صعوبة في أن أتولى قيادة بعض الأعمال أو المهمات الاجتماعية.				
٤٠	أجد سهولة في كسب الأصدقاء.				
٤١	لا أشترك في أي مناسبة اجتماعية.				
٤٢	حينما أكون في جماعة من الناس اشعر بالحرج إذا اضطرت إلى الاستئذان في الانصراف.				
٤٣	أحب الاشتراك في الحفلات والمهرجانات السارة .				
٤٤	استطيع أن أكون صداقات بسهولة.				
٤٥	أتضايق كثيراً من الجلوس مع الآخرين.				
٤٦	أحب أن اخلق صداقات جديدة.				
٤٧	كثيراً ما اعقد صداقات مع الغرباء.				

مقياس مفهوم الذات

م	الفقرة	دائمًا	أحيانًا	نادرًا	إطلاقًا
١	أثق في نفسي بدرجة عالية .				
٢	أنا متفائل بصفة عامة .				
٣	يُجرح شعوري بسهولة .				

م	الفقرة	دائمًا	أحيانًا	نادرًا	إطلاقًا
٤	توجد لدي رغبة في الحديث عن نفسي وعن انجازاتي أمام الآخرين .				
٥	أنا قادر على مواجهة مشكلاتي بقوة و شجاعة .				
٦	شعر أحياناً بصعوبة في النطق و الكلام .				
٧	أشعر أنني شخص له فائدة ونفع في الحياة.				
٨	أتطلع لمستقبل مشرق .				
٩	أشعر بالراحة النفسية و الرضاء في حياتي .				
١٠	أعاني من إمساك أو إسهال كثيراً .				
١١	أنا سعيد وبشوش في حياتي .				
١٢	أشعر أنني شخص محظوظ في الدنيا				
١٣	أشعر باليأس وتهبط همتي بسهولة .				
١٤	أشعر بالاتزان الانفعالي والهدوء أمام الناس.				
١٥	أشعر كأن الناس يقرؤون أفكاري.				
١٦	أحب الآخرين وتتعاون معهم .				
١٧	أنا قريب من الله بالعبادة و الذكر .				
١٨	أنا ناجح ومتوافق مع الحياة .				
١٩	أشعر بالأمن و الطمأنينة النفسية .				
٢٠	يدق قلبي بسرعة عند قيامي بأي عمل .				
٢١	أشعر باستياء و ضيق من الدنيا عموماً .				
٢٢	اعتقد أن الاقتراب من الآخرين ليس له قيمة.				
٢٣	أبغض نفسي دائماً.				
٢٤	تضعف همتي بسهولة .				
٢٥	أميل لتجنب الموقف المؤلمة بالهرب منها .				
٢٦	أشعر بنوبات صداع أو غثيان من وقت لآخر .				
٢٧	حياتي مملوءة بالنشاط و الحيوية معظم الوقت .				

م	الفقرة	دائمًا	أحيانًا	نادرًا	إطلاقًا
٢٨	لدي قدرات و مواهب متميزة .				
٢٩	أنا راض عن مظهرك الخارجي طول القامة - حجم الجسم)				
٣٠	اشعر كان الناس يلاحظوني ويركزون علي .				
٣١	تساعدني صحتي على مزاولة الأعمال بنجاح .				
٣٢	أهتم بصحتي جيدًا و تتجنب الإصابة بالمرض .				
٣٣	أعطي نفسي قدر من الاسترخاء و الراحة للمحافظة على صحتي في حالة جيدة .				
٣٤	أعاني من بعض العادات (قضم الأظافر - أو الغمز بالعين) .				
٣٥	يراودني الشعور بالنقص .				
٣٩	أشعر بصداع و ألم في رأسي من وقت لآخر .				
٣٧	أعاني من مشاكل و اضطرابات الأكل (سوء هضم - فقدان شهيه - شره عصبي)				
٣٨	أشعر بالإجهاد و ضعف الهمة من وقت لآخر .				
٣٩	أتصبب عرقاً (أو ترتعش يدي) عندما تقوم بعمل .				
٤٠	أشعر أحياناً أنني قلق و أعصابي غير موزونة .				
٤١	أشعر بالنسيان (أو عدم القدرة على التركيز) من وقت لآخر .				
٤٢	اشعر بالخوف إذا اضطرت إلى مقابلة الطبيب بسبب مرض ما .				
٤٣	تمر علي فترات اشعر فيها بالضيق والضحجر .				
٤٤	الأصوات الغير طبيعية تثير الهلع في نفسي .				
٤٥	دائمًا ما اشعر بالحزن الشديد .				
٤٦	إحساسي بالنقص دائماً عالي .				
٤٧	اشعر بالوحدة حتى ولو كنت مع الناس .				
٤٨	إننا سريع البكاء .				
٤٩	يؤلمني أن الناس دائماً يعلمون ما يدور في ذهني .				
٥٠	أغضب بعنف .				

م	الفقرة	دائمًا	أحيانًا	نادرًا	إطلاقًا
٥١	أتسرع في أحكامي على الآخرين.				
٥٢	أخاف من النوم وحدي .				
٥٣	أصاب بالفشل دون أن يكون ذلك راجعًا إلى أخطاء وقعت مني شخصيًا.				
٥٤	اشعر بالنفور من الآخرين.				
٥٥	يراودني شعور بالخوف من أني سأسقط أو اقفز حينما أكون في مكان مرتفع.				
٥٦	اشعر بالتعاسة .				
٥٧	اجتهد دائمًا في خدمة المجتمع.				