الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة أكلي محند أولحاج
-البويرة-
كلية العلوم الإجتماعية والإنسانية

Ministère de l'Enseignement Supérieur
et de la Recherche Scientifique
Université Akli Mohand Oulhadj - Bouira -
Tasdawit Akli Muḥend Ulḥağ - Tubirett -
Faculté des Sciences Sociales et Humaines

جامعة البويرة

قسم علم النفس وعلوم التربية

الخجل وعلاقته بالتحصيل الدراسي

مذكرة لنيل شهادة ليسانس في علم النفس.

تخصص: علم النفس العيادي.

من إعداد الطالبتين:

- زوقاع سهام
- قزويط سهام

تحت إشراف:

- د.اينوري عينان

السنة الجامعية:2021/2020.

الاهداء

الى اول من علمتني حب الدين والبذل للدين

الى ابي الحبيب،

الى اول من ارضعتني حب عبادة الله واكرام المسلمين على الدوام

الى امي الحنون،

اسال الله القدير ان يمنحها الرضا والكرامة، وان يبلغها منازل الأنبياء والصديقين والشهداء والصالحين ... وان يرزقني برهما ورضاهما دائما وابداً

الى كل عالم بحث وطالب يسعى وراء المعرفة والحقيقة من اجل تنمية البشرية وتحقيق سعادتها

اهدي هذا الجهد العلمي المتواضع

وامل ان يحقق الغرض الذي وضع من اجله.

شكر وعرفان:

وقال ربي اوزعني ان اشكر نعمتك على وعلى والديا وان اعمل صالحاً ترضاه وأدخلني برحمتك

في عبادك الصالحين " صورة النمل 19 "

الحمد لله رب العالمين الذي علم بالقلم علم الانسان مل لم يعمل والصلاة والسلام على سيدنا محمد معلم البشرية والهادي الأمين وبعد:

نشكر الاستاذة المشرفة "اينوري" التي لم تبخل علينا بنصائحها وتوجيهاتها القيمة

وأتقدم بجزيل الشكر والتقدير الى كل فرد ساندني ودعمني.

وشد يدي وازرني بالقول والفعل والدعاء.

واشكر كل من ساهم براي او نصيحة او مساعدة في هذه الدراسة.

فجزى الله الجميع خير جزاء.

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الى الكشف عن العلاقة الارتباطية بين الخجل والتحصيل الدراسي، كما هدفت أيضا التعرف على دلالة الفروق بين التلاميذ في مستوى الخجل تعزي لمتغير الجنس، وكذلك الى دلالة الفروق بين التلاميذ في مستوى الخجل تعزي لمتغير السن، قسمنا الدراسة الى جانبين:

جانب نظري وجانب ميداني

تطرقنا في الجانب النظري الى متغيرات الدراسة المتمثلة في الخجل والتحصيل الدراسي بشكل مفصل.

اما الجانب الميداني فقد تعرضنا الى فصل الإجراءات المنهجية للدراسة، وتحقيق اهداف الدراسة فقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي المناسب لهذه الدراسة.

ومجتمع البحث، أدوات جمع البيانات والأساليب الإحصائية المستخدمة لجمع البيانات الا انه تعذر علينا من اجراء الدراسة الميدانية وتطبيق أداة الدراسة والمتمثلة في شبكة الملاحظة على مجموعة التلاميذ من كلا الجنسين (ذكور –بنات) بالمتوسطة.

وهذا راجع لفيروس كوفيد 19 الذي يعاني منه العالم بأكمله، وفي هذا الصدد نترحم على أرواح ضحايا فيروس كورونا (كوفيد 19) وان يجعل الله قبرهم روضة من رياض الجنة ونتمنى الشفاء العاجل لجميع مرضانا.

الفهرس	الصفحة
اهداء	
شكر وعرفان	
ملخص الدراسة	
فهرس المحتوى	
مقدمة	أ
الجانب النظري	
الفصل الأول: الإطار العام للإشكالية	
إشكالية الدراسة وتساؤلاتها	01
فرضيات الدراسة	03
أسباب اختيار البحث	05
أهمية الدراسة	05
اهداف الدراسة	05
المفاهيم الإجرائية للدراسة	06
الدراسات السابقة	06
التعقيب على الدراسات السابقة	11
الفصل الثاني: متغيرات الدراسة	
المحور الأول: الخجل	
تمهيد	14
تعريف الخجل	14

مكونات الخجل	15
متى يصبح الخجل مشكلة؟	16
اشكال الخجل	16
الخجل لدى فئات عمرية مختلفة	16
أثر الخجل على فئات عمرية مختلفة	17
أنماط واستجابات الخجل	18
دور الاسرة في حدوث الخجل	18
اعراض الخجل	19
الأسباب المؤدية للخجل	20
أسباب وجود الخجل	22
تصنيف الخجل	23
المسار والمضاعفات	22
علاج الخجل	23
الطرق الوقائية من الخجل	24
طرق قياس الخجل	25
خلاصة	25
المحور الثاني: التحصيل الدراسي	
تمهيد	27
تعريف التحصيل الدراسي	27
أنواع التحصيل الدراسي	28

شروط التحصيل الدراسي	29
اهداف التحصيل الدراسي	30
أهمية التحصيل الدراسي	30
خصائص التحصيل الدراسي	35
العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي	31
طرق تقويم وقياس التحصيل الدراسي	37
اهم النظريات المفسرة للتحصيل الدراسي	40
مظاهر التحصيل الدراسي	41
اثار الخجل على التحصيل الدراسي	42
خلاصة	44
الجانب التطبيقي	
الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية	
تمهيد	46
الدراسة الاستطلاعية	46
الغرض من الدراسة الاستطلاعية	46
منهجية الدراسة	46
عينة الدراسة الاستطلاعية	47
مجتمع البحث	47
حدود الدراسة	47
الأدوات المستعملة في الدراسة	48

الأساليب الإحصائية	50
خلاصة	50
خاتمة	52
قائمة المراجع	53
الملاحق	57

مقدمة

مقدمة:

يعتبر الخجل سمة من سمات الشخصية، ذي صبغة انفعالية تتفاوت في عمقها من فرد الى اخر، ومن موقف الى اخر، ومن عمر لأخر ومن ثقافة لأخرى.

كما تعدد اشكاله وانواعه ومظاهره، فضلا عن تعدد اعراضه التي قد تأخذ شكل الزملة ما بين فيزيولوجية اجتماعية انفعالية ومعرفية. فالخجول يقتنع ان نظرة الاخرين اليه تكون محملة بنقصه تستطلع نقاط ضعفه فيخاف ان يقيم بطريقة سلبية، فالشعور الذي يعاني منه الطفل المتمدرس في حياته ومحيطه المدرسي خاصة، يجعله يتحاشى الاختلاط بالأخرين، لذا يعتبر الخجل ما هو الا نتيجة لأساليب التربية الخاطئة التي يعاني منها الفرد، حيث يشعر بانه لا فائدة منه غير مرغوب فيه، ولديه صعوبة في التعبير عن آرائه. فنجاح التلميذ او فشله الدراسي مرتبط بدرجة خجله، اذ تشير نتائج الدراسات الى ان التلاميذ الذين يكون لديهم درجة الخجل قليلة يكون تحصيلهم الأكاديمي عال، والعكس بالنسبة للتلاميذ الذين تكون لديهم درجة خجلهم كبيرة، فتمثل العملية التربوية محور اهتمام العديد من الباحثين والمختصين في المجال التربوي لكونها تمثل تقدم المجتمعات وتطورها، ويعتبر التلميذ واحد من المحركات الأساسية لهذه العملية، لذلك يعد زيادة اهتمام الباحثين في مختلف المجالات كالعلوم التربوية والنفسية بالتركيز عليه بغية مساعدته على استغلال جل امكانياته من اجل تحقيق التعلم الأمثل وزيادة قدرته على تحسين أدائه الاكاديمي وباعتبار ان التحصيل الدراسي ذو أهمية كبيرة في حياة التلاميذ وفي تقرير مصيرهم اثناء وجودهم في المدرسة فقد اهتم عدد من الباحثين بالكشف عن العوامل التي تعيق تحصيل التلميذ، وذلك عن طريق معرفة العوامل المؤثرة فيه سلبا كالخجل وإيجابا كالذكاء والقدرات الخاصة وغيرها.

وعليه جاءت هذه الدراسة لتلقي الضوء على هذين المفهومين الا وهما: الخجل والتحصيل الدراسي، وبغية الوصول الى معرفة طبيعة العلاقة فيما بينهما. جاءت هذه الدراسة في جانبين: جانب نظري والاخر جانب تطبيقي.

حيث تكون النظري من فصلين:

الفصل الأول: خصص للإطار العام للدراسة، تناولت إشكالية الدراسة وتساؤلاتها، فرضيات الدراسة، أسباب اختيار البحث، أهمية الدراسة، اهداف الدراسة بالإضافة الى تحديد المفاهيم والدراسات السابقة والتعقيب عليها.

الفصل الثاني:

تناولنا في هذا الفصل محورين المحور الأول: لمتغير الدراسة الأول: الخجل، حيث تم التطرق الى تعريفه، ومكوناته متى يصبح مشكلة، اشكاله، الخجل لفئات عمرية مختلفة وأثره، أنماط استجابات الخجل، الأسباب المؤدية للخجل وأسباب وجود الخجل وتصنيفه والمسار والمضاعفات وعلاجه، الطرق الوقائية وطرق قياسه.

وتناولنا في المحور الثاني المتغير الثاني: التحصيل الدراسي باستعراض تعريفه وانواعه، شروطه، اهداف، أهميته، خصائصه، العوامل المؤثرة فيه.

وطرق تقويم وقياس التحصيل الدراسي، اهم النظريات المفسرة له، مظاهره وعنصر أخير وشامل اثار الخجل على التحصيل الدراسي.

اما الجانب التطبيقي تناول فصل:

الفصل الثالث: تم فيه استعراض الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية، الدراسة الاستطلاعية والغرض منها، ومنهج الدراسة، عينة الدراسة، ومجتمع البحث، وحدود الدراسة، والأدوات المستعملة في الدراسة والأساليب الإحصائية.

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

1-إشكالية الدراسة.

2-فرضيات الدراسة.

3-أسباب اختيار البحث.

4-أهمية الدراسة.

5-اهداف الدراسة.

6-تحديد المفاهيم الإجرائية للدراسة.

7-الدراسات السابقة.

8-التعقيب على الدراسات.

الإشكالية:

تعد مشكلة الخجل من اهم المشكلات التي يعاني منها الأطفال، وهي مشكلة نفسية اجتماعية تبدأ في الظهور لدى الأطفال ما بين 2-3 سنوات، وقد تستمر خلال المراحل اللاحقة، فالطفل الخجول ينعزل عن المشاركة في المواقف الاجتماعية، ويعاني من ضعف الثقة بالنفس وبالأخرين، وهو متردد وخائف مما يفوت على الطفل الكثير من فرص النمو السليم السوي.

فالخجول طفل بائس ليس لديه القدرة على التفاعل الاجتماعي، ويعني من الشعور بالنقص، والخوف وكل هذا الخوف يستمر مع الطفل حتى يكبر، فخجله يعيق نمو النفسي عبر مرحلة المراهقة وربما الشباب، وقد يتفاقم الامر الى العزلة التامة التي يصعب معها التأقلم وقد يترتب على ذلك معاناة الطفل فيما بعد باضطراب يطلق عليه الاضطراب شبه الفصامي. (الشربيني2012، ص 146)

فالأشخاص الخجولين غير قادرين على تكوين صداقات ويجدون صعوبة في ذلك نظرا لافتقارهم للمهارات الاجتماعية اللازمة، ولديهم الخوف من تكوين علاقات اجتماعية مع الاخرين قد يواجهون مشاكل أيضا في التحصيل الأكاديمي:

وقد يصاحب شعور الطفل بالخجل العديد من الاعراض، ومنها اعراض جسدية مثل احمرار الوجه والتعرق واضطراب في ضربات القلب، ومنها اعراض انفعالية مثل الشعور بالخوف من الاخرين والميل الى الانسحاب من مواقف التفاعل الاجتماعي (Ltriago,2013,4) ونجد ان وراء مشكلة الخجل العديد من الأسباب من بينها شعور الطفل بعدم النمو الذي يحدث نتيجة الحماية الزائدة او الإهمال الزائد من قبل الوالدين، او معاملة الطفل بقسوة وتهديده، وقد يكون السبب شعور الطفل بالنقص لوجود عاهات جسمية وامراض او غير ذلك.

وقد اهتمت دراسة (zolten long,2006) بنمط أساليب المعاملة الوالدية التي يتعرض لها الأطفال الخجولين، حيث أوضحت الدراسة أهمية اختلاط الأطفال الصغار بالأخرين، واكدت على دور الوالدين في تعزيز الثقة بأنفسهم وبالأخرين، فعلى الوالدين تشجيع الأطفال على الاستقلال، وتشجيعهم على المشاركة في الأنشطة والألعاب الرياضية وممارسة الهوايات. ومن ناحية أخرى نجد ان الأطفال الخجولين يعانون بشدة من سوء معاملة الاقران فقد قام (COPLO,2004) بدراسة مقارنة لتفاعل الأطفال الخجولين وغير الخجولين مع اقرانهم خلال مواقف اللعب، وتوصلت نتائج الدراسة الى ان الأطفال الخجولين يعانون نوعا من الرفض الاجتماعي مقارنة بأقرانهم غير الخجولين، مما يجعل فرصهم في الاستمتاع باللعب مع اقرانهم اقل، فيزداد ميلهم الى الانسحاب والعزلة بشكل أكبر.

وقد توصلت الدراسة التي قام بها (Arbesnetal,2010) بهدف الكشف عن دور معلمات الصف الأول الابتدائي في التحقيق من حدة الخجل عند الأطفال، الا ان العلاقات الدافئة التي تنشأها المعلمات مع اطفالهن ودعم ثقة الطفل بنفسه مع العناية الزائدة التي توليها المعلمات لتدريب الطفل على اكتساب الآداب والقيم والمهارات الاجتماعية ساهمت بشكل فعال في التحقيق من حدة الشعور بالخجل للأطفال.

واكدت دراسة (Doey.L.otal,2014) بعنوان البنات والبنين الخجولين: استعراض للفروق بين الجنسين في الخجل، وعلى وجود علاقة دالة إيجابية بين ما يعانيه الأطفال من صعوبات اجتماعية وعاطفية في مرحلة الطفولة، وما يترتب على ذلك من شعور الطفل بالوحدة وتدني احترام الذات وظهور اعراض القلق والاكتئاب للبنين والبنات على حد سواء.

فمشكلة الخجل حتما ستأثر اما إيجابا او سلبا على تحصيل التلميذ ومشواره الدراسي.

ان التحصيل الدراسي للتلميذ، يعتبر اول مؤشر على مدى ما خلفته المدرسة من اثار تعليمية ومعرفية لدى المتعلمين، ولذلك نجد معظم الدراسات والأبحاث التي تناولت تقنيات وأساليب وطرق التدريس تجعل منه المعيار المعبر عن الفاعلية والفشل او النجاح، كما ان تحصيل التلميذ قد يكون مرتفعا او منخفضا وضعيف، وهذا الاختلاف يرجع لعدة أسباب قد ترجع الى التلميذ نفسه كالذكاء، القدرات الدافعية، الطموح الرضا عن الدراسة، الاتجاهات نحو المؤسسة التعليمية، العادات الإيجابية في الاستذكار والتعلم، الخبرة الشخصية او قد ترجع الى خلل تربوي وهفوات تقوم بها الفئات المعنية، وكذلك اتجاهات الوالدين نحو تحصيل الأبناء والمستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة .

ويؤكد محمد خليفة بركات(1989) على ان: «التحصيل الدراسي عملية له علاقة بالاستعدادات وربطها بالقدرات الخاصة».

فقد ذكر (شمس الدين زين العابدين،2007، ص 31) ان هناك كثير من الدراسات انتهت الى ان التحصيل الدراسي سواء ان كان متقدما او متأخرا لا يعتمد على قدرات الفرد العقلية فقط وانما يتعدد بفعل عوامل كثيرة تمثل التفاعل بين بناء الشخصية والظروف الاجتماعي المحيطة بالفرد.

لمعرفة العلاقة بين المناخ المدرسي ودافعية الإنجاز ومستوى الطموح قام الدكتور عبد الله بن طه الصافي بدراسة علانية طلاب المرحلة الثانوية من الجنسين في المملكة العربية السعودية ولقد حددت مشكلة الدراسة كما يلي:

هل توجد علاقة بين المناخ المدرسي ودافعية الإنجاز لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية؟

هل توجد علاقة بين المناخ المدرسي ومستوى الطموح لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية؟

ووصل الباحث الى:

- ان دافعية الإنجاز ومستوى الطموح لدى طلاب وطالبات المدرسة الثانوية يتوقف الى حد كبير على المناخ المدرسي.
- ان المناخ المدرسي الذي يقابل احتياجات الطالب ويحقق توقعاته سوف يؤدي الى تحقيق انجاز عال مع طموحات مرتفعة تتوافق مع قدراته وإنجازاته.
- بينما المناخ المدرسي الذي يكرهه التلميذ لعدم احتوائه على خبرات محببة الى نفسه ويفشل في مقابلة احتياجاته سوف يؤدي الى انجاز اقل ومستوى طموح منخفض.
- الطلاب ذوي المناخ المدرسي المفتوح يتجنبون العلاقات الاجتماعية على الارتكاز على الاخرين، ويميلون الى مواجهة المشكلات وحلها، كما اكدت هذه الدراسة أيضا انهم يتميزون بطموح مرتفع وهذا يشير الى انهم يميلون الى الكفاح، ونظرتهم الى الحياة فيها تفاؤل والاعتماد على النفس.

وتؤكد النتائج كذلك على أهمية دور المعلم في تنمية الدافع للإنجاز ومستوى الطموح لدى الطلاب وذلك من خلال توفير الجو الملائم للعملية التعليمية وأيضا من خلال ما يصدر عنه من سلوكات تشكل مناخ التفاعل الموجب بينه وبين طلاب في حجرة الدراسة، وخلق جو من الود والترابط والتعاون والمشاركة الوجدانية بين الطلاب.

ان كون التعليم يهدف الى انماء شخصية الانسان انماءا كاملا، بمعنى ان علينا ان نبحث عن إمكانية الربط بين تكوين الانسان واندماجه اجتماعيا في الحياة، فليس كل طفل خجول متخلف دراسيا، بل قد يكون العكس كذلك، التخلف الدراسي ليس تخلفا عقليا بل يمكن ان يمون ناتجا عن قلق نفسي (الخليدي روهي، 1997، ص 198)

ونظرا لحساسية هذه المشكلة وتأثيرها المباشر والغير مباشر على تدرس المتعلمين، لم تلقى هذه المشكلة اهتماما كافيا من الباحثين، لذلك ارتأينا الخوض في هذا الموضوع محاولة منا تسليط الضوء على الخجل وأثره على التحصيل الدراسي وذلك من خلال الإجابة على تساؤل رئيسي ترتب عليه جملة من التساؤلات الفرعية.

السؤال العام:

- هل هناك علاقة ارتباطية بين الخجل والتحصيل الدراسي؟

التساؤلات الفرعية:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ في مستوى الخجل تعزي لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ في مستوى الخجل تعزي لمتغير السن؟

1-فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

- هل هناك علاقة ارتباطية بين الخجل والتحصيل الدراسي.

فرضيات فرعية:

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ في مستوى الخجل تعزي لمتغير الجنس.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين تلاميذ في مستوى الخجل تعزي لمتغير السن.

1-أسباب اختيار البحث:

- **أسباب ذاتية:**

- اهتمامي الشخصي بموضوع الخجل وعلاقته بالتحصيل الدراسي أكثر من غيره من المواضيع
- تزايد كبير لرغبتي في محاولة التعرف على الخجل والتحصيل الدراسي من الناحية النظرية والتطبيقية.
- طبيعة اختصاصي والمتمثل في التوجيه والارشاد يعتبر من اهم المواضيع في هذا التخصص حيث موضوع الخجل لدى المراهقين يحتاج الى ارشاد من حيث ان الخجل له خطورة على المجال الدراسي ولهذا يحتاج الى ارشاد وتوصيات.

- **أسباب موضوعية:**

- لاحظت ان الافراد حسب فئات عمرية مختلفة لديهم مشكلات تعترض دراستهم جراء الخجل وقد ينعكس على التكيف الدراسي للفرد.
- انتشار هذه المشكلات السلوكية ومن بينها الخجل في المدارس الجزائرية خاصة في مرحلة التعليم المتوسط.
- للخجل انعكاسات على التحصيل التلميذ من خلال انخفاض مستواهم الدراسي والاجتماعي فهو يستنزف طاقاتهم وقدراتهم العقلية في المجال الدراسي، فان الخجل من الأسباب المعيقة للتحصيل الدراسي والتأقلم في القسم.

2-أهمية البحث:

- تبرز أهمية البحث في كونه يعالج واحد من أكثر الاضطرابات النفسية شيوعا، والخجل واقترانه بفئة الطفولة الوسطى.

-اثراء المعرفة النظرية لمجموعة البحث عن الخجل ودوره في سلوك الانسان.

-تسليط الضوء على هذه المشكلة حتى يتولاها الباحثون بالبحث والدراسة.

- انه يوفر أداة لقياس مستوى الخجل لدى الطلاب والذي قد يسهم اسهاما فعالا في التحقيق من حدته.
- تزود المرشدين التربويين بمقياس يساهم في بناء برنامج ارشادي بخفض في درجة الخجل لدى الطلبة.

3-أهداف البحث: يسعى هذا البحث الى:

- الكشف من وجود علاقة بين الخجل والتحصيل الدراسي عند المتمدرس في مراحل عمرية مختلفة او عدم وجودها
- تحديد طبيعة هذه العلاقة في حين وجودها وابراز أهميتها وتوضيحها.

الكشف عن الفروق بين الجنسي في الخجل.

تحديد المصطلحات:

الخجل:

هو شعور الفرد بعدم الراحة والقلق اثناء وجوده في المواقف الاجتماعية المختلفة خاصة حين يحاول الشخص المبادرة الى التفاعل الاجتماعي مع الاخرين.

التعريف الاجرائي:

هو سلوك يصدر عن الفرد ومن نتائجها عدم التفاعل مع الاخرين بطريقة عادية، وعادة ما تظهر على سلوك الفرد بعض السمات كاحمرار الوجه وتوتر العضلات وزيادة سرعة ضربات القلب والإنعاش والشعور بالعرق.

التحصيل الدراسي:

-عرفه أبو علام بانه درجة الاكتساب التي يحققها الفرد او مستوى النجاح الذي يحرزه او يصل اليه في مادة دراسية معينة او مجال معين (أبو علام 2000، ص 305).

- عرفه عودة بانه عملية اصدار حكم على الشيء او الشخص في ضوء درجة القياس وفي ضوء الأهداف المحددة وفي ضوء المعلومات الأخرى التي تم الحصول عليها من مصادر متعددة (عودة 1991، ص 96).

- عرفه السيد بانه عملية اتخاذ القرار التربوي على أساس من القياس والملاحظات بهدف التطور (السيد 2001، ص 223).

التعريف الاجرائي:

هو القدرة على استيعاب المهارات والخبرات الدراسية في مستوى معين ويقاس بالمعدل العام المحصل عليه في جميع المواد الدراسية المقررة اخر السنة.

الدراسات السابقة التي تناولت الخجل:

- **دراسات عربية:**

1-دراسة السيد السمادوني (1994): تهدف الدراسة الى تحليل ظاهرة الخجل لدى المراهقين من الجنسين ومعرفة مسبباتها ومظهرها اثارها وقد أجريت الدراسة على عينة مكونة من (1375) مراهقا ومراهقة من الجنسين ومختلف المراحل التعليمية طبق عليها مسح ستانفورد للخجل بعد ان تم اعداده ليلائم البيئة المصرية وقد توصل الباحث الى العديد من النتائج أهمها:

- يختلف المراهقون عن المراهقات بمراحل التعليم المختلفة للخجل على انه سمة غير مقبولة.
- ان فقدان الثقة ونفض المهارات الاجتماعية والاعاقات بمختلف أنواعها من اهم العوامل المسببة للخجل.

- يختلف كل من المراهقين والمراهقات في مراحل التعليم المختلفة من ادراكهم للمواقف المسببة للخجل.
- توجد فروق دالة إحصائية بين المجموعات في تقديرهم للأشخاص الذين يؤثرون عليهم ويكونوا سببا في استثارة الخجل لديهم (شرين احمد، 2013، ص 10)

2-دراسة خضر (1994):

الفروق بين الجنسين في الخجل وبعض الخصائص الشخصية الأخرى في المرحلتين المتوسطة والثانوية، هدفت هذه الدراسة الى معرفة الفروق بين الذكور والاناث في متغيرات تتصل بالصحة النفسية مثل الخجل والشعور بالوحدة والاكتئاب، والميل العصبي، والميل النهائي والانبساطية والعلاقات الاجتماعية.

عينة الدراسة تتألف من تلاميذ المرحلتين المتوسطة والثانوية، بمدينة ابها السعودية في عام (1992-1993) وتتألف العينة من 119 تلميذا، 59 من المتوسطة، 60 من الثانوية، وعدد 130 تلميذا، 65 من المتوسطة و65 من الثانوية وبمجموعة الافراد 249 فردا.

واستخدام الباحث أدوات الدراسة الاتية:

- مقياس الخجل، مقياس الشعور بالوحدة، مقياس بيك للحالة المزاجية، قائمة ايزنيك للشخصية للكبار، مقياس تبادل العلاقات الاجتماعية.
- الخجل توجد فروق دالة عند مستوى الدلالة 0,01 بين متوسطات درجات التلاميذ على مقياس الشعور بالوحدة وذلك لصالح الاناث.
- الاكتئاب توجد فروق عند مستوى الدلالة 0,01 بين متوسطات درجات الجنسين على مقياس بيك للحالة المزاجية وذلك لصالح الاناث بسبب التغيرات التي تمر بها الفتاة.
- الميل العصابي توجد فروق عند مستوى الدلالة 0,01 بين متوسطات درجات الذكور والاناث على مقياس الميل العصابي في قائمة ايزنيك.
- الانبساطية توجد فروق عند مستوى الدلالة 0,01 بين الذكور والاناث على مقياس الانبساطية وقائمة ايزنيك للشخصية وذلك لصالح الذكور.
- الميل العصابي لا توجد فروق دالة بين درجات الذكور والاناث على مقياس الذهانية في قائمة ايزنيك الشخصية.
- تتبادل العلاقات الاجتماعية لا توجد فروق دالة بين الذكور والاناث على مقياس تبادل العلاقات الاجتماعية.
- وتوضح الدراسة ان هناك اتساق في وجود فروق دالة لصالح الاناث بالنسبة لدرجتين على الخجل والشعور بالوحدة والاكتئاب والعصابية وهو ما يتفق مع ما يتعرض من متغيرات نمائية في مرحلة العمر التي يمرون بها وما تسببه لهن من معاناة وضغوط مما يولد الانعزال والاكتئاب والعصابية. (مروانسليمان،2008

3-دراسة مايسة النيال (1996): هدفت هذه الدراسة الى الكشف عن مدى ارتقاء الخجل من مرحلة عمرية الى أخرى وعلى وجه التحديد نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة، وحتى مرحلة المراهقة المبكرة، وهدفت أيضا الى فحص الارتباط بين الخجل و بعدي الانبساط والعصابية وقد وضعت الابحثة مقياس يشمل في صيغته النهائية على 28 بندا يقسم بثبات مرتفع ويشمل على سبعة عوامل هي التفادي والانسحاب والعزلة والتبعات السلبية للخجل والاكتئاب، والقلق الاجتماعي والمواقف المثيرة ونقص الثقة بالنفس والحساسية المفرطة والتبعات الفيسيولوجية للخجل ومظاهر الخجل الفيسيولوجية والسلوكية اضطراب الكلام وتشتت الأفكار(نسرين احمد، 2013، ص 71)

4-دراسة جمال ابودية (2003): وهدفت هذه الدراسة الى فعالية برنامج ارشادي جمعي قائم على العلاج السلوكي العقلاني الانفعالي على مستوى الخجل والذكاء الاجتماعي وتكونت العينة من 24 تلميذ، ولتحقيق هدف هذه الدراسة استخدام الباحث مقياس الخجل كمقياس قبلي وبعدي، أيضا استخدام مقياس الذكاء كمقياس قبلي وبعدي واستمر البرنامج شهر ونصف وأظهرت النتائج ان هناك فروق دالة إحصائية في متوسط الخجل والذكاء الاجتماعي بين المجموعتين التجريبية والضابطة وذلك لصالح المجموعة التجريبية هذا يعني ان برنامج الارشاد الجمعي القائم على العلاج السلوكي العقلاني كان فعلا في خفض مستوى الخجل ورفع مستوى الذكاء الاجتماعي لدى المجموعة التجريبية.(سنرين احمد، 2013، ص 73)

– أشار كل من فهر وستمايس ان الاناث الخجولات تتميز بارتفاع مستوى القلق كسمة وكذلك يتميزن بانخفاض مستوى التقدير الذاتي (حسين عبد العزيز الدريني 1980، ص 03).

- اما دراسة الباحث مجدي حبيب اسفرت نتائجها على ان الاناث أكثر خجلا من الذكور. (ماسية احمد النيال، 1999، ص 59)

5-دراسة حنان خوخ (2002): وهدفها الكشف عن العلاقة بين الخجل والشعور بالوحدة النفسية وأساليب المعاملة الوالدية، تكونت عينة الدراسة من (484) تلميذ وتلميذة المرحلة المتوسطة بمدينة مكة المكرمة واستخدمت الباحثة مقياس الشعور بالوحدة النفسية للدقوسي، وقياس أساليب المعاملة الوالدية للنفيعي وتوصلت الدراسة الى عدة نتائج منها:

– وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الخجل والشعور بالوحدة النفسية

توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين اسلوبي العقاب للاب والام والخجل.

– توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجات التي حصلت عليها من افراد عينة في مقياس الخجل تبعا لمتغير العمل. (نسرين احمد، 2013، ص 73)

- **دراسات اجنبية:**

1-دراسة لوسنتاين 1983: هدفت الى علاج الخجل الزائد بواسطة التفجير الداخلي والارشاد، وقد تكونت عينة الدراسة من 22 من التلاميذ الذين يعتنون من خجل زائد وتتراوح أعمارهم ما بين (9-16 سنة) وتم تقسيم الى مجموعتين مجموعة ضابطة ومجموعة تجريبية وكل مجموعة تشمل على 11 تلميذا واستخدام القائمة الشخصية لمودلسي وكان من أساليب التفجير الداخلي اجبار الفرد على التفاعل عن طريق انفعال الغضب مثلا ليتصل بالتلاميذ الاخرين وذلك لتنمية الاتصالات مع غيره من التلاميذ وكذلك اجبار التلاميذ على السباحة والألعاب، الضوضاء العالية باستخدام الموسيقى والمشاركة في العلاج الدراسي والتشجيع عن مخالطة التلاميذ من الجنس الاخر والعلاج السلوكي الذي يشتمل على التشكيل وزيادة الاستجابة التوكيدية، وتشير النتائج الى:

- حدوث انخفاض في الخجل بين التلاميذ المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.
- حدوث تحسن في القدرة على القراءة في المجموعة التجريبية.

الدراسات التي تناولت التحصيل الدراسي:

1-دراسة «رنا محمد سعيد عباس»: بعنوان أثر قلق الامتحان في التحصيل الدراسي العام 1990-1991. هدفت الدراسة الى البحث عن العلاقة بين القلق الامتحان والتحصيل الدراسي العام. وقد اتبعت الباحثة المنهج التجريبي اما بالنسبة للعينة فلقد بلغ عددها 208 طالب وطالبة (102 طالب) و(106 طالبة) اما أدوات الدراسة فهي استبانة قلق الامتحان التي طورتها الباحثة بما يلائم البيئة الفلسطينية

اما الأساليب الإحصائية المتبعة فهي: معامل ارتباط بيرسون. اختبار وتحليل التباين الثنائي وبالنسبة للنتائج أهمها:

- وجود ارتباط سالب بين قلق الامتحان ودرجات التحصيل الدراسي.
- وجود فروق دالة احصائيا في مستوى القلق تعزي الى متغير جنسي.

2-دراسة الفحل(1999): عن دافعية الإنجاز «دراسة مقارنة بين المتفوقين والعاديين من الجنسين في التحصيل الدراسي للصف الأول الثانوي نتج عنها وجود فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات مجموعة المتفوقين ومتوسط درجات المتفوقين. كما اشارت نتائج الدراسة الى عدم وجود فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات مجموعة الطلاب العاديين في التحصيل الدراسي ومتوسط درجات الطالبات العاديات على مقياس دافعية الإنجاز.

3-دراسة «رغينة نوال»: والتي جاءت بعنوان «دور الظروف الاجتماعية للأسرة على التحصيل الدراسي 2007-2008، هدفت الى الكشف عن العلاقة الموجودة بين ظروف الاسرة الاجتماعية والتحصيل الدراسي

للأبناء، وأيضا البحث عن صيغة ملائمة تسمح بتحسين دور الاسرة اتجاه الأبناء بغض النظر عن ظروفها الاجتماعية، اتبعت هذه الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، اما بالنسبة للعينة فلقد بلغ عددها22915 تلميذ وتلميذة 11333 اناث و115 ذكور. كما استخدمت الاستبيان والمقابلة كأدوات للدراسة بالإضافة الى الأساليب الإحصائية المتمثلة في: الانحراف المعياري، التكرارات، معامل الارتباط بيرسون. ولقد توصلت الباحثة الى مجموعة من النتائج أهمها:

– تكامل الظروف الاجتماعية والمادية للأسرة يؤدي الى نتائج مرضية في التحصيل الدراسي للأبناء.

4–دراسة «يخلف رفيقة»: والتي جاءت بعنوان رياض الأطفال والتحصيل الدراسي عند تلاميذ الطور الابتدائي 2004–2005، هدفت الدراسة الى دراسة أهمية الروضة في إزالة العوائق التي تواجه الطفل قبل المدرسة. وقد اتبعت المنهج الوصفي التحليل، اما بالنسبة للعينة فقد بلغ عددها 102 تلميذ من الذين التحقوا بالروضة، كما تناولت الدراسة مجموعة من الأدوات تمثلت في الملاحظة، الاستمارة، المقابلة، اما بخصوص الأساليب الإحصائية فنجد النسب المئوية الرمزية الإحصائية العلوم الاجتماعية spss، معامل الارتباط بيرسون وكذلك نتائج الدراسة كالتالي:

– لرياض الأطفال دور كبير في التحصيل الدراسي لتلاميذ الطور الابتدائي وفي اكتساب المهارات والمفاهيم والاستعدادات المعرفية مما تجعلهم أكثر قدرة على التحصيل الدراسي.

III. الدراسات السابقة التي تناولت الخجل والتحصيل الدراسي معا:

1–دراسة تراوب:Traub (1983):

استهدفت بحث العلاقة بين الخجل الاجتماعي والاكتئاب والقلق والتحصيل الدراسي لدى طلاب الجامعة تكونت عينة الدراسة على (187) طالب وطالبة، اذ طبق عليهم مقياس الخجل الاجتماعي ومقياس سمة القلق والاكتئاب ومن ثم قياس التحصيل الدراسي.

وقد اسفرت نتائج البحث على وجود علاقة بين الخجل الاجتماعي والتحصيل الدراسي وكذلك بين الخجل والقلق والاكتئاب (TRAUB,1984: p484)

2–دراسة الدليلي اميرة مزهر حميد والعزي أحلام مهدي عبد الله (2011):

هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى الخجل الاجتماعي والعلاقة الارتباطية بين الخجل الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طالبات معهد اعداد المعلمات –ديالي–.

استخدم المنهج الوصفي وتم اعداد مقياس الخجل الاجتماعي. اعتماداً على نظرية زيمباردو في الخجل الاجتماعي والمكونات التي حددها هي: (السلوكي، الفسيولوجي، المعرفي، الانفعالي) وتكون المقياس من (22) فقرة، وطبق

على عينة البالغ عددها (140) طالبة ويعد قيام الباحثين بتدوين درجة التحصيل الدراسي للأفراد عينة البحث. ومعالجة البيانات احصائيا باستخدام معامل ارتباط بيرسون والاختبار الثاني لعينة واحدة ولعينتين، توصلت الباحثتان الى ان طالبات معهد اعداد المعلمات – ديالي – لديهن خجل اجتماعي ووجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الخجل الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طالبات معهد اعداد المعلمات –ديالي–. (الدليلي والعزى–2011)

3–دراسة فاطمة الهيهاب واخرون: (2005):

هدفت الى دراسة الخجل وعلاقته بالتحصيل الدراسي وكذلك التعرف على دور الجامعة في تحقيق الخجل. واقتصر البحث على طلبة اقسام العلوم الإنسانية (علم النفس علم الاجتماع. علوم التربية) بكلية الآداب جامعة 7 أكتوبر للعام الدراسي 2006/2005 وقد تم تصميم استبيان الخجل من 26 فقرة وتم استخدام (T.TEST) لمعرفة الفروق بين متغيري الخجل والتحصيل، واستخدمت معامل الارتباط برسون لمعرفة العلاقة بين الخجل والجنس والتباين لمعرفة الفروق في الخجل حسب المتخصص وحسب السنة الدراسية، وتوصلت نتائج الدراسة الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية حسب التخصصين علم النفس والاجتماع لصالح علم النفس وبين علم الاجتماع وعلوم التربية لصالح علم الاجتماع على مقياس الخجل. وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين السنوات الدراسية على مقياس الخجل، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث في مقياس الخجل لصالح الاناث ولا توجد علاقة بين الخجل والتحصيل الدراسي. (الهيهاب واخرون2005)

- **التعقيب على الدراسات التي تناولت الخجل:**

يتضح من خلال الدراسات السابقة انها اهتمت بموضوع الخجل وعلاقته بمتغيرات أخرى مختلفة لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة وهناك تشابه بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية.

تهدف الدراسة الحالية للكشف عن العلاقة الموجودة بين الخجل لتلاميذ المرحلة المتوسطة، وكذلك معرفة الفروق بين الجنسين ومعرفة الفروق في مستوى الخجل تعزي لمتغير السن فهناك تشابه بين الدراسة الحالية والدراسات من خلال هناك دراسات تهدف كذلك الى الكشف عن الخجل وعلاقته ببعض المتغيرات والكشف عن الفروق فهذه الدراسات هي دراسة حنان خوخ ودراسة خضر.

فالمنهج المستخدم في الدراسة الحالية هو المنهج الوصفي وهناك بعض الدراسات التي تناولت المنهج الوصفي منها دراسة حنان خوخ وخضر.

وهناك من استخدم المنهج التجريبي منها دراسة ماسية النيال وجمال ابودية ودراسة لونستاين

بالنسبة للأداة المستخدمة في الدراسة الحالية هي مقياس الخجل ومن الدراسات التي استخدمت هذه المقاييس هي: دراسة حنان خوخ وخضر والسمادوني وهناك من استخدم ببرنامج ارشادي منها دراسة لونستاين وجمال ابودية. فالعينة المستخدمة على تلاميذ المرحلة المتوسطة.

وكان هناك تشابه بين الدراسات السابقة والحالية من خلال العينة فجميع الدراسات تناولت تلاميذ التعليم المتوسط. الا انه يوجد بين الدراسات السابقة والحالية حيث ان هناك دراسة هدفت الى تحليل ظاهرة الخجل وهي دراسة ابراهيم السمادوني.

وهناك دراسة هدفت الى فعالية برنامج ارشادي منها دراسة مايسة النيال وجمال ابودية وكذلك علاج الخجل الزائد دراسة لونستاين.

- **التعقيب على الدراسات التي تناولت التحصيل الدراسي:**

انطلاقا من الدراسات السابقة توصلنا الى ان دراستنا تشابهت في بعض الأمور مع الدراسات السابقة منها اهداف الدراسة مثل دراسة رنا محمد سعد عباس في البحث عن العلاقة بين القلق والتحصيل الدراسي كما تشابهت في المنهج المستخدم فمعظمها تناولت المنهج الوصفي في دراستها بينما دراسة رنا محمد سعيد عباس اتبعت المنهج التجريبي.

توصلت دراسة رنا محمد سعيد عباس الى ان هناك ارتباط سالب بين قلق الامتحان والتحصيل.

استفدنا من هذه الدراسات السابقة في بناء الإشكالية وتحديد المنهج المتبع، واستخدم العينة، أدوات جمع البيانات المناسبة فمنها من استخدمت الاستبيان ومنها المقابلة وأخرى الاستمارة وكذا استخدام الأساليب الإحصائية المناسبة في تصميم أداة شبكة الملاحظة.

الفصل الثاني

متغيرات الدراسة

المحور الأول: الخجل.

- تمهيد

1-تعريف الخجل

2-مكونات الخجل

3-متى يصبح الخجل مشكلة؟

4-اشكال الخجل.

5-الخجل لدى فئات مختلفة.

6-أثر الخجل على فئات عمرية مختلفة.

7-أنماط واستجابات الخجل.

8-دور الاسرة في حدوث الخجل.

9-اعراض الخجل.

10-أسباب وجود الخجل.

12-تصنيف الخجل.

13-المسار والمضاعفات.

14-علاج الخجل.

15-الطرق الوقائية من الخجل.

16-طرق قياس الخجل.

خلاص

المحور الأول: الخجل.

تمهيد:

ان الخجل معاناة الكثير من الافراد وهذه المعاناة النفسية تتحكم و تستبد بصاحبها، حيث ان الفرد يواجه كل يوم موافق جديدة تتطلب منه تنظيمات نفسية عالية في مواجهة التحديات و التأقلم مع التغيرات السيئة التي تطرا على حياته و تكون بمثابة معوق في سبيل تحقيق توافق سوي، بالرغم من ان الخجل لا يعد منن الامراض العصبية فهو سمة نفسية تترك اثاراً سيئة على نفسية من يصاب به و يسبب له مشاكل كثيرة اد يجد صعوبة في خلق العلاقة الطيبة مع اقاربه و أصدقائه و كل من حوله و يمنعه من عقد الصداقات معهم، و قد يقضي به الى الحقوق و الرهبة و الاضطرابات العصبية، و يؤدي الشعور بالخجل الى خوف المصاب من تأدية أي مهارة او عمل خشية الإخفاق بسبب ما يجده من صعوبة في التركيز على ما يجري من حوله و يعجز من مواجهة أي طارئ او حادث بمفرده.

1. تعريف الخجل:

تباينت وجهات النظر الخاصة بمفهوم الخجل، نظرا لطبيعته المركبة، فقد عرفه "ماك دوجال": انه انخفاض الإحساس بتقدير الذات وقلة المهارات الاجتماعية. (ملاك جرجس، دون سنة، ص 51)

اما الباحث مصطفى غالب فيشير فقد عرفه بانه: " مرض نفسي اجتماعي، يسيطر على الأحاسيس والمشاعر لدى الطفل مند الطفولة، فيعثر طاقته الفكرية، ويشتت امكانياته الإبداعية، وقدراته العقلية، ويشيل قدرته على السيطرة على سلوكياته وتصرفاته اتجاه المجتمع الذي يعيش فيه. (مصطفى غالب، 1982).

في حين عرفه الباحث "محمد السيد البهي " بانه ك حالة انفعالية يصاحبها الخوف عندما يخشى الفرد الموقف المحيط به. (فؤاد البهي السيد ن ص 293).

• كما يعرف الخجل بانه شكل من اشكال الخوف يتميز بالاضطراب اثناء احتكاك الطفل بالأخرين، فالخجل يستثار دائما بواسطة الناس وليس بواسطة الحيوانات او الأشياء او المواقف، ان الطفل يخجل لان الناس غير مألوفين لديه، او لأنهم أكبر سنا او قوة منه، وقد يشعر الطفل الخجل في حالة وجود شخص واحد وعدد الأشخاص. (الانصاري، 1996 ص 366، 367)

"عرفه السماوي ": الخجل بانه مجموعة متألقة من الاتجاهات والمشاعر التي تتدخل في قدرة الفرد، وتجعله يتأثر انفعاليا بالأخرين في المواقف الاجتماعية. (عيد المعطي، 2001، ص 324).

وعرفه الشربيني ": بانه يطلق على حالة الخجل الشديد، والطفل الخجول عادة ما يتحاشى الاخرين، ويتم ترويعه بسهولة، ولا يثق بالغير، وهو فضلا البعد او الصمت او الحديث المنخفض او الانزواء وعادة ما يتلجلج ويحمر وجهه. (الشربيني2001، ص 90).

ومن خلال التعاريف السابقة نستنتج ان:

للخجل عدة تعريفات وهناك اختلاف في وجهات النظر الخاصة بتعريف الخجل، وهناك من يعرف الخجل على انه شكل من اشكال الخوف يتميز بالاضطراب في اثناء اجتماع الطفل بالأخرين، وهناك من عرفه بانه الشعور بالخوف التحقيق ن وهناك من يرى انه القلق الاجتماعي وانه مرض يسيطر على الانسان في درجات مختلفة، وعليه فان الخجل هو الشعور بالخوف وعدم الارتياح والارتباك الذي يكون في حضور الاخرين وقد يكون مرض يسيطر على الفرد بدرجات متفاوتة.

2. مكونات الخجل:

اقترح بعض الباحثين: (كفافي 1994، حمادة 1999، النيال 1999) نموذج المكونات الأربع للخجل وهي:

2-1-المكون الانفعالي: ويظهر من خلال تنبيه الاحاسيس النفسية التي تدفع الفرد الى استجابة التفادي والانسحاب بعيداً عن مصدر التنبيه كخفقات القلب واحمرار الوجه وبرودة اليدين. (كفافي، 1994).

2-2-المكون السلوكي: نقص السلوك الظاهر، ويركز على الكفاءة الاجتماعية للأشخاص الخجولين ويتصف بنقص في .... الاستجابات السوية. (حمادة لولوة نهاية، 1999ن ص29).

2-3-المكون المعرفي: حيث أشار ايزنك الى ذلك المكون بانه مفرط للذات ووعي زائد بالذات، وصعوبات في الاقناع والاتصال. (مايسة احمد النيالن 1999ن ص 15).

3. متى يصبح الخجل مشكلة؟

قد يسبب الخجل المشكلات في حياة الشخص عندما يتعارض مع قدراته على تكوين صدقات، او غيرها يجعله يشعر بتعاسة في وجود الاخرين، او قد يكون السبب في عدم قدراته يتهته، او يرتعد في وجود الاخرين.

وكذلك عندما يعيق قدراته على التفاعل الاجتماعي وهذه الحالة تسمى البكم الاختياري، وهو نوع من اضطراب في مشاعر القلق وتعتبر هذه الحالة وراثة او مكتسبة في نفس الوقت، وفي ان هذه الحالة تكون أكثر تأثيرا في حياته المدرسية والجامعية، لان يصبح غير واثق من نفسه لا يستطيع الكلام عندما يسأله مدرسوه عن شيء ... وقد يكون الشخص المصاب بالبكم الاختياري في البيت، بل قد يكون عنيفا مع افراده اسرته ولكنه لا

يستطيع ان يهمس او يتكلم على الاطلاق مع زملائه او مع أي شخص غريب أي خارج المنزل. (شكية المعلومات الدولية).

4. اشكال الخجل:

هناك اشكال كثيرة للخجل نذكر ما يلي: كما أوضحت النيال 1999 ص 16 ما يلي:

1-الخجل الاجتماعي الانطوائي: ويتميز الفرد بالعزلة مع القدرة على العمل بكفاءة مع الجماعة.

2-الخجل الاجتماعي العصابي: هو قلق ناتج على الشعور بالوحدة النفسية مع وجود صراعات نفسية في تكوين علاقات اجتماعية مع الاخرين.

3-الخجل العام: ويتميز بعيوب في أداء المهارات، ويظهر في الجلسات الجماعية والأماكن العامة

4-الخجل الخاص: وينصب حول احداث ذاتية ويتعلق بالعلاقات الشخصية.

5-الخجل المزمن: يقلق صاحبه ويخفض من مهاراته الاجتماعية ويزيد من انطوائه.

6-الخجل الموقفي: يتعرض الفرد لمواقف اجتماعية معينة تقتضي الخجل وتزول بزوال الموقف.

7-الخجل الموجب: كصفات مستحسنة كالهدوء والحساسية.

8-الخجل السالب: كصفات غير مستحسنة اجتماعيا كالعزلة، الخوف، القلق.

9-الخجل المتوازن: دون افراط وبشكل مقبول اجتماعياً.

10-الخجل المزاجي: ويرتبط بالمزاج وتقلباته.

11-الخجل من الذات: ان يخجل الفرد من نفسه دون تدخل الاخرين.

12-الخجل من الاخرين: (خجل اجتماعي) ويشعر الفرد بالخجل من الاخرين ونتيجة تفاعله معهم.

13-خجل حقيقي: واقعي من مواقف مثيرة فعلا للخجل لدى الافراد.

14-خجل وهمي: مبني على تصورات خاطئة من صاحبه. (النيال أبو زيد، 1999ن ص 16)

5. الخجل لدى فئات عمرية مختلفة:

يبدا اضطراب الخجل لدى بعض الأطفال في الفئة العمرية 2 الى 3 سنوات عقب انتهاء ظاهرة القلق من الغرباء المميز لتلك الفترة العمرية، وأحيانا يستمر لدى بعضهم حتى المدرسة الابتدائية ان كان من الممكن ظهوره فجأة في المرحلة الابتدائية لدى بعض الأطفال حينما يزداد الاحتكاك والتفاعل ويتحسس تلقائيا عند الأطفال بعد

فترات الشدة ولكن البعض الاخر سيستمر معهم الحال وهم بالغون، وهو يحدث عند الاناث أكثر من الذكور. (الشربيني، 2001، ص 91).

ان الخجل لدى الأطفال يلاحظه الكبار بسهولة، فيدفع الخجل الأطفال الى اجتناب الألعاب والانزواء ولا يميلون الى المشاركة في المواقف الاجتماعية ويشعرون بالخجل عندما يتحدثون الى الاخرين. ويؤكد (مرشد 2003 ص 83) على ان الخجل مشكلة حقيقية يجب ان تحظر لما تستحق من البحث والاهتمام وخاصة بالنسبة للأطفال حتى لا تصبح مرضا يصعب علاجه، فالخجل يمكن ان يترتب عليه مشكلات عدة منها تجنب التواصل والارتباط بصدقات والغيرة في الأعماق والحسد عندما يجد الطفل اقرانه يلعبون بصورة طبيعية وكذلك ضعف الثقة بالنفس.

وخلال فترة المراهقة يظهر على المراهق الخجل سبب بعض المشاعر التي يتعرض لها في هذه المرحلة من النمو ويرجع ذلك الى التغيرات الفيسيولوجية والجسمانية التي تستبق فترة البلوغ سبب نشاط الغدد الصماء وهذا النشاط له اثاره في زيادة الحساسية والشعور بالخجل عند المراهقين.

6. أثر الخجل على فئات عمرية مختلفة:

نلاحظ ظهور الخجل على الكثير من الأطفال، ويمكن ان تكون هذه الصفة طبيعية في حدود معينة، لكنها تبدو زائدة لدى البعض، وتصبح مشكلة كبيرة تؤثر في حياة الطفل ومستقبله، لأنها تتفاهم وتسبب حالة من الانطواء والابتعاد عن الاخرين وهجر الحياة الاجتماعية كلها.

ويظهر الطفل بصورة غير سوية، ويتحول الى عضو غير متناغم في المجتمع، حيث يسبب الكثير من المشاكل، وينعكس خجل الطفل في صور متعددة منها التمسك بيد الاب دائما في حالة الخروج من المنزل، ورفضه مصافحة الاخرين والاختباء وراء الاب والام، وعدم التحدث نهائيا مع الاغراب والأقارب غير المخالطين له.

يعوق الخجل قدرته على التواصل مع الاخرين، سواء كان التواصل من اجل اللعب او المدح او الأنشطة التي يفضلها، والخجل هو حالة من الانكسار والحيرة والدهشة تتمكن من الطفل والن يعرف كيف يخرج منها فيهرب وينكمش بكل الطرق من المواقف.

فالطفل الخجول يتجنب المحيطين به وان يشارك في المواقف الاجتماعية، ويكون ضعيف الثقة في نفسه ومترددا ويخرج صوته بصعوبة ولا يسمعه من حوله بوضوح ويلتزم الصمت ويخفي وجهه عند رؤية الغراء.

ويستنتج ان التلميذ الخجول تلميذ يعاني من مشكلة التواصل والتفاعل بينه وبين افراده في المدرسة والمجتمع والخجل ينطوي على التقيد بالنقص حيث يحس بعدم الارتياح في النفس.

7. أنماط واستجابات الخجل:

في مرحلة الرضاعة عادة يستجيب الطفل لموقف الخجل بالبكاء او الإدارة الراس بعيداً عن الشخص الغريب او التعلق بشخص مألوف طيبا للحماية (كأمه، اخته) وعندما يتمكن الطفل من الزحف او المشي، فانه يهرب ويختفي عندما يشاهد شخصاً غريبا مسرعا الى مكان اخر، ويبدأ بعض الأطفال من بعيد اما الأطفال الأكثر سنا فان استجابة الخجل تتضمن التردد.

احمرار الوجه، والتلعثم او التحدث بأقل ما يمكن، او يكون السلوك العصبي مثل سحب الاذن او الملابس. (حنا إبراهيم،1988، ص368،370)

اما عن استجابات المراهق للخجل نتيجة التغيرات الجسمانية التي تسبق فترة البلوغ نتيجة نشاط الغدد الصماء، مما يكون له أثر كبير في زيادة الحساسية والخجل مثل احمرار الوجه، او خفقات القلب، الصمت، الانعزال...الخ

ويظهر الخجل أيضا عند الأشخاص الكبار من الرجال او النساء نتيجة تعرضهم مثلا لمواقف محرجة مقابلة شخص لخطيبته والعكس، استقبال ضيوف غرباء، او عندما يتعرض للمدح، او الثناء اما الجميع او بطلب منه ابراء رايه عن موضوع ما امام مجموعة من الناس ...الخ فيستجيبون لهذا الموقف باحمرار الوجه وسرعة ضربات القلب، ويصيب بالعرق، ارتجاف اليدين وصعوبة التنفس وغيرها. ومن هنا يتضح بان الخجل ازمة يعتبر عارضة ، قد يصيب جميع انباء البشر على السواء و في كافة الاعمار من الرجال و النساء و الأطفال و في مختلف مراحل حياتهم ، و في كثير من المواقف او المتغيرات او المناسبات من المستحيل ان يوجد كائن حي من بني البشر لا يعرف الخجل و لم يصاب في حياته ابداً، يمكننا ان نطلق على هذه الباردة العارضة انها امر بديهي و لكن الامر الغير طبيعي، حين يصبح الخجل صفة من صفات الطبع أي حين يكون الانسان خجولا يحمر وجهه لأتفه الأمور ، ويضطرب جسده عندما توجه اليه اية ملاحظة عابرة فالأمر مختلف جداً حيث يغلق في وجهه سبل التقدم و الارتقاء و يبعد عن المشاركة في كل نشاط سلوكي بناء و اجتماعيا نافعاً. (غالب، 1986، ص 101، 102).

8. دور الاسرة في حدوث الخجل:

من المؤكد ان الانسان عندما يخلق لا يكون خجولة، وكان بذرة الخجل ينمو مع نمو الانسان، او يمكن القول بان الأطفال عندما يولدون يكون لديهم ميل واستعداد لان يكونوا خجلون، وكان بذرة الخجل تخلق معهم وهنا تبرز أهمية التربية فإما ان تقوم بدفاية تلك البذرة لتنمو وتكبر او ربما تقضي عليها ويتوقف ذلك بالدرجة الأولى على دور الاسرة، الا انها هي المكان الأول لنشاءة الفرد.

الاسرة تشمل:

1-قسوة الاب مع الزوجة والأولاد قد تسبب مخاوف غامضة للطفل بعد الاحسان فلا يخالط الاخرين.

2-يتأثر الطفل بمخاوف الام وقلقها الزائد عليه والحماية الزائدة التي تجعلها تشعر بان طفلها سوف يتعرض للأذى في كل لحظة، فمثلا الطفل بدون قصد الشعور بان هنالك مئات الأشياء غير مرئية تشكل خطر عليه، مثل هذا الطفل بان المكان الوحيد الذي يشعر فيه بالاطمئنان هو امه فقط.

وقد يشعر بالخوف ويتوقع في كل لحظة، ان يصاب بأذى فيضل منطويا بعيدا عن محاولة فعل أي شيء خوفا من اصابته بأذى.

3-عدم الاختلاط بالأطفال الاخرين بسبب خوف الام على طفلها من تعلم بعض السلوكيات او الالفاظ غير اللائقة يجعل الطفل منطويا بفضل العزلة، فيصاب نتيجة لذلك بالقلق النفسي والاكتئاب والشعور بالنقص.

4-التهديد المستمر الذي يوجه له بشكل دائم مثال ذلك إذا قلعت كذا فلن احبك وسأرميك في الشارع وغيرها، فالطفل لا يعرف انهم لا يقصدون يقولون فتمتلئ نفسه بالخوف والقلق ويلجا بالتالي الى الانطواء والعزلة.

5-إخفاء الابوين لابنهما عن اعين الزائرين خوفا من حسد او غيرها.

6-التدليل الزائد الحد فال يجد الطفل هذا التدليل عند الاقران فينطوي او ينزوي.

7-القسوة والايثار من اخراج الطفل وتأديبه وتوبيخه خاصة امام الناس.

8-اشغال الاب منه ظنا ان دوره فقط جباية او توصل الأموال للصرف على الأولاد (شبكة المعلومات الدولية).

9. اعراض الخجل:

أ. **اعراض سلوكية:** تشمل ما يلي:

- قلة التحدث والكلام بحضور الغرباء.
- النظر دائما لأي شيء ما عدا من يتحدث معه.
- تجنب لقاء الغرباء او الافراد غير المعرفيين له.
- عدم القدرة على الحديث والتعلم في المناسبات الاجتماعية والشعور بالإحراج الشديد إذا تم تكليفه بذلك.
- التردد الشديد في التطوع الأداء (مهام فردية او اجتماعية أي مع الاخرين الانزواء والانطواء).
- الامتناع من الاشتراك مع الافراد الجمود والخمول في الوسط المدرسي.

ب. **اعراض جسدية:** تشمل ما يلي:

- زيادة النبض، مشاكل الالام في المعدة، رطوبة وعرق زائد في اليدين والكفين.
- دقات القلب قوية بسرعة، الجفاف في الفم والحلق، الارتجاف والارتعاش اللاإرادي.

ج. **اعراض انفعالية داخلية:** تشمل ما يلي:

- الشعور بالتركيز على النفس والشعور بالإحراج في ابسط المواقف، الشعور بالخوف والصمت المستمر.
- محاولة البقاء بعيدا عن الأضواء والاخرين، الشعور بعدم الأمان، الشعور بالنقص.
- القلق الشديد، عدم الثقة بالنفس والكسل والخمول، الم نفسي شديد، لعثمة في الكلام.

* حسب راي الصحة النفسية فان المصابين بالخجل لديهم حساسية مبالغ فيها اتجاه النفس وما يحدث لها بحيث يكون محور الاهتمام لديهم هو مدى تأثيرهم للأخرين وكذلك نظرة الاخرين لهم، بالتالي وبهذا التركيز على علم النفس الداخلية ومشاعر والنقص والارتباك الذي يحدث لهم بحضور الاخرين او عند التفاعل معهم. فان المصابين بالخجل يفقدون القدرة على الاهتمام والتركيز على الاخرين والشعور، وبالتالي يزداد العجل الاجتماعي والصمت الذي يعاني منه المصاب بالخجل. (شبكة المعلومات الدولية).

10.الأسباب المؤدية للخجل:

1. **الوراثة:** تلعب الوراثة دورا كبيرا في شدة الخجل لدى الأطفال، فالجينات الوراثية لها تأثير كبير على خجل الطفل من عدمه. فالخجل يولد مع الطفل منذ ولادته، وهذا ما أكدته التجارب لان الجينات تنتقل الصفات الوراثية من الوالدين الى الجنين، والطفل الخجول غالبا ما يكون له اب يتمتع بصفة الخجل، وان لم يكن الاب كذلك فقد يكون أحد الأقارب الاب كالجد والعم :(اعمر حسن احمد بدران، دون سنة، ص 25).
2. الأسباب النفسية: من بين الأسباب النفسية التي تؤدي الى ظهور الخجل لدى الأطفال نجد الأسباب النفسية، والتي تتمثل فيما يلي:

أ. **تسمية الذات كخجول:** يظهر عندما يتقبل الأطفال أنفسهم كخجولين، وذلك عندما يكون الموقف من خلال شعورهم بالخوف وتقديرهم للذات، فهم يتصرفون كما لو ان عليهم ان يثبتوا بأنهم فعلا خجولين وغير مؤكد لذواتهم، ويهملون أي معلومات او حوادث تتناقض مع هذا الادراك، فهم لا يعتقدون بان أي مديح إليهم يمكن ان يكون صحيحا، ومن المعتاد ان يكرر الخجول حديثا سلبيا مع الذات، كان يقول انا لا أستطيع التحدث مع أحد، انني اعرف بأنهم سوف يسخرون مني، من الأفضل ان لا أقول شيئا، لأنني سوف أبدو كأحمق. (جمال مثقال القاسم، ماجد السيد عبيد، 2000، ص 163)

ب. **مشاعر النقص:** ان الشعور بالنقص الذي يعتري نفسه الطفل هو من اقوى مسببات الخجل، ويكون هذا الشعور بسبب حالة جسمية كالضخامة، العرج، فقد يعود الشعور بالنقص الى ما يسمعه الطفل انه ذميم الشكل، ويتأكد له ذلك كلّما نظر الى نفسه وقارنها بالزملاء، وأحيانا تشعر البيئة الطفل بالنقص نتيجة ما نتوقعه فيه الظروف من مشكلات تقلل منه، ولا يستطيع ان ينال الاستحسان والتدليل الذين وجدهما داخل اسرته وبين افراد عائلته، مما

يشعر الطفل بعدم الكفاية، وفقدان تحقيق المكانة، ومن ثمة فقدان ثقته بنفسه، فيصبح خجولا. (زكريا الشربيني، 1981، ص 107).

3. أسباب الجسمية:

أ. المزاج والإعاقة الجسمية:

يبدو بعض الأطفال خجولين منذ ولادتهم، فهناك ادلة تدعم فكرة خجل تكويني او وراثي، فبعض الأطفال يميل للضوضاء والانتقاع وبعضهم الاخر يميل للهدوء والعزلة، وقد يستمر هذا النمط مع الأطفال طوال حياتهم فيما بعد، وإذا عومل الأطفال الخجولين تكوينيا باي طريقة من الطرق الموضوعية. الشعور بعدم الامن فان من المحتمل جدا ظهور الخجل الشديد لديهم، غالبا ما تؤدي الإعاقة الجسمية الى الخجل فالإعاقة الظاهرة تجعل بعض الأطفال مختلفين عن غيرهم، قد يؤدي بهم لان يصبحوا حساسين جدا، فهم يتجنبون الاخرين حتى لا يحدقوا بهم او يتحدثوا عنهم، اما الاعاقات الخفية كعدم القدرة على التعلم او مشكلات التعبير اللغوي قد تؤدي الى الانسحاب الاجتماعي (جمال مثقال واخرين، 2000، ص 164)

4. الأسباب الاجتماعية نذكر منها:

أ. نموذج الوالدين:

ان الابوين الخجولين غالبا ما ينجبان أطفالا خجولين، ويؤدي ذلك الى مزج القوى الوراثية التي تعمل استعداد للخجل والعيش مع نماذج من الراشدين الخجولين، فالاتصالات الاجتماعية تكون حدها الأدنى، والتحدث مع الاخرين يكون باستعمال مصطلحات الخوف وعدم الثقة، وكل هذا يقود الطفل الى ان يصبح خجولا. (جمال مثقال واخرون، 2000، ص 164)

ب. الشعور بعدم الامن:

تعتبر الحاجة الى الامن العاطفي من الحاجات الأساسية لكل الأطفال، وحتى يتحقق هذا الامن يحتاج الطفل الى الشعور بان هناك من يهتم به ويحميه ويحقق لديه هذا الشعور، من خلال المحيط به " لبيئة المدرسية". (مصطفى نوري القمش، خليل عبد الرحمان المعايب، 2007، ص 23).

ج. أساليب التنشئة الخاطئة:

يشمل الحماية الزائدة من الوالدين الناجمة من خوفهم على أبنائهم من الضرر والأذى، ففي هذه الحالة يساهم الوالدين في بناء وتشكيل شخصية أطفالهم بشكل سلبي، مما يجعلها تتم بالجبن والخجل، وعدم الثقة بالنفس.

الى جانب التعليل المفرط الذي يعد من اهم أسباب الخجل، ويظهر ذلك كرغبة الام باعتماد الطفل عليها في المأكل والمشرب وقضاء الحاجة، وبالتالي عدم اتاحة الفرصة له بالخروج مع أصدقائه لكي يلعب خوفا من اكتساب سلوكيات سلبية ومرفوضة. (طه عبد حسين، 2009 ص 34).

د. التأخر الدراسي:

ان تأخر الطفل الدراسي على باقي زملائه هي من الأمور التي تشعره بالخجل، وانه اقل من مستوى زملائه، ولكنه لا يعني ذلك ان كل تلميذ خجول متأخر دراسيا، فكثير التلاميذ الأوائل في المدرسة يعانون من الخجل لأسباب أخرى.

11. أسباب وجود الخجل:

- الانتقادات والتحكم التي تضعف ثقة الطفل في نفسه وتشعره بنواحي النقص لديه.
- مقارنة الطفل بالأطفال الاخرين، وهي وسيلة الإباء لدفع الأبناء للتقدم.
- ضعف العلاقة التي تعتمد على الحب والعطف والرعاية التي يكون فيها الطفل في أمس الحاجة اليها.
- نقد الطفل امام اخوته وزملائه لأقل تصرف يصدر عنه مما يؤدي الى التراجع. (المخزومي ورضا، 2004 ص 47)
- عدم الاهتمام والإهمال فبعض الإباء يظهرون قلة اهتمام بأطفالهم ان النقص العام للاهتمام بالأطفال يؤدي الى شعورهم بالدونية والنقص.
- الشعور بعدم الأمان الأطفال الذين يشعرون بقلة الامن لا يستطيعون المغامرة والحماية الزائدة. (الأطفال الذين تقدم لهم حماية زائدة يصبحون خجولين)
- عدم الثبات أسلوب التناقض وعدم الثبات في معاملة الطفل وتربيته يساعد على وجود الخجل.

12. المسار والمضاعفات:

يؤدي الخجل الى اثار مدمرة للفرد على المدى القصير او البعيد على سواء، فقد يؤدي الخجل الشديد الى انخفاض التحصيل الدراسي وقد يؤدي الى انخراط الفرد في مجموعة من السلوكيات السكوباتية المضادة للمجتمع، وقد يؤدي الى تعاطي المخدرات والكحوليات تعويضا عن نقص فاعلية الاجتماعية وبحثا عن الصحبة والاجبارية التي لا يستطيع ان يكونها على نحو سوي، ومن المتوقع ان الخجل مهما يتميز به من نقص في المهارات الاجتماعية، قد يكون أحد الأسباب النفسية الرئيسية التي تكون وراء عمليات الإرهاب الدموي والعنف. (الطيب، ص 179).

يؤدي الخجل الى ضعف القدرة لدى الطفل على الاندماج في الحياة مع زملائه، والى نقص في المهارات الاجتماعية خارج الاسرة، ويضعف من قدرته على التعلم من تجارب الحياة، كما يجعل سلوكه يتصف بالجمود

والخمول داخل المدرسة، ويبتعد عن كل طفل او شخص يوجه له اللوم او النقد، مما يجعله محدود الخبرة، ضعيف التعلم بالمدرسة، ويتجنب الاتصال بالأخرين ولا يرتبط بصدقات لفترات طويلة الأمد، مما يجعله عالة على نفسه، واسرته، ومجتمعه. (الزغبي،2005 ص 69).

والطفل الخجول، هو طفل يعاني من عدم القدرة على التأمل مع زملائه واللعب والظروف عدة ما تجعل لديه خوفا من نظر الاخرين، ويزيد تنبيه الامل للطفل بوجود هدف المشكل من انطوائه. (صافي،2005 ص 58).

من هنا يتضح ان الخجل يجعل الشخص سلبيا ومعرضا عن المشاركة في المواقف والمناسبات الاجتماعية ويمنعه من تطوير قدراته وتحسين مهاراته ويؤدي الى ضياع حقوقه دون ان يبدي رايه، ويمنعه من إقامة علاقات اجتماعية طبيعية، ويؤدي به الى مصاعب حياتية، وصراع نفسي داخلي، وقد يؤدي الى مضاعفات نفسية مثل الانطواء والاكتئاب.

13. تصنيف الخجل: يصنف الى نوعين هما:

أ. الخجل الانطوائي:

وهو الميل والعزلة وعدم القدرة على تكوين علاقات اجتماعية، لان الافراد من هذا النوع ين لديهم القدرة على العمل بشيء من الكفاءة مع الجماعة إذا اضطر لذلك.

ويمثل الانطواء الاستجابي شكل ابلغ خطرا من غيرها من اضطرابات السلوك الاجتماعي كالسلوك العدواني.

مثلا، حيث يعتمد الطفل على الانطواء والسلبية بدلا من العدوان والفاعلية والنشاط ووجه الخطر في ذلك ان الطفل الذي يتسم بطابع الانطواء والسلبية قد ينال من البيئة التي يعيش فيها الا القبول والتشجيع على اعتباره ان الانطواء طاعة وامتثال وان العدوان انحراف وثروة وتمرد.

ب. الخجل العصابي: والخجول من هذا النوع يكون غير قادر على العمل حتى عندما يريد ذلك، او يحتاج اليه الجماعة، ويتميز هذا الفرد بالقلق الشديد والحساسية للذات اثناء وجود مع الرؤساء بصفة خاصة، ويتميز بالوحدة النفسية، وهذا يؤدي بالشخص الى التعرض للصراع النفسي ورغبته في مصاحبته للأخرين وخوفه من المصاحبة. (الطيب ،1996، ص 162).

- نلاحظ ان الخجل نوعين الخجل الانطوائي والذي يعني الميل والعزلة وهو أخطر من غيره من اضطرابات السلوك الاجتماعي اما النوع الثاني هو الخجل العصابي يتميز بالقلق الشديد والحساسية للذات مع وجود الفرد مع الاخرين ويتميز بالوحدة.

14. علاج الخجل:

بما ان السبب الرئيسي هي الاسرة ولهذا فان التربية الصحيحة هي الأساس لعلاج الخجل وذلك من خلال:

1) العلاج الاسري:

- توفير جو هادئ في البيت وتجنب القسوة في المعاملة والابتعاد عن المشاحنات الى تكون بين الوالدين.
- يجب على الام اخفاء قلقها الزائد ولهفتها على طفلها وان تتيح له فرصة الالتحاق بأبناء جيله.
- يجب ان تكون الاسرة نموذجا اجتماعيا لان الأطفال يتعلمون من ملاحظة سلوكيات ابائهم وامهاتهم وممن حوله من افراد اسرته.
- التحدث مع طفلك عن حياتك عندما كنت خجولا وكيف أصبحت اجتماعيا ومدى الفائدة التي عادت عليك من هذه مثل تكوين الصداقات جديدة واستمتاعك بالأوقات المدرسية والأنشطة الاجتماعية
- عدم تعنيفه وتوبيخه والاستهزاء به وتشجيعه لان الطفل يتعلم بطرق عملية والإيحاء والممارسة بالتدرج.
- على الوالدين مدح طفلهما، واعتراف واحترام قدراته مما يساعد على دعم ثقته بنفسه.

2) التحصين المنهجي:

- تحديد المبررات والمواقف التي تستشير الخجل لدى الفرد.

3) العلاج العقلاني والانفعالي:

هو تغيير أفكار ومعتقدات الطفل الخجول حول نفسه، ومن الأشخاص والمواقف، وذلك بتحديد هذه الأفكار الخاطئة وما يثيره من مشاعر سيئة.

4) العلاج السلوكي:

إذا كان سبب الخجل شعور الطفل بالنقص والاعتماد على أحد أعضاء جسمه، فيجب تدريب العضو المعطل لان هذا يزيد من قوة المعطل، حتى انه يمكن ان تفوق العضو السّوي وهكذا يخلص من شعوره بالنقص ويزول الخجل.

5) العلاج الطبي:

يستخدم الأطباء حاليا عقارا في شكل حبوب الأشخاص الخجولين واسم هذه الحبوب (اسكتيا لويرام) وهناك عقارا اخر يسمى (سيتالويرام). يقدم ضمن وصفات طبية في الصيدليات البريطانية. (شبكة المعلومات الدولية).

15. الطرق الوقائية من الخجل: تعمل هذه الطرق على الحد من انتشار ظاهرة الخجل لدى الأطفال وكانت هذه الطرق على النحو التالي كما ذكرها: ("شيفر" و"ميليان" 1981).

أ. تشجيع الطفل على ممارسة الأنشطة الاجتماعية.

ب. تشجيع الطفل على المهارات وتطويرها واعادتها.

ج. تقليل حساسية الأطفال من المشاعر السلبية المقترنة بالتفاعل الاجتماعي.

د. زيادة الجرأة الإيجابية لدى الأطفال، والمبادرة الفعالة.

هـ. احاطة الطفل بجو من التقبل والدفء. (مايسة احمد النيال: مبحث عبد الحميد أبو زيد، 1999، ص 45-48).

16. طرق قياس الخجل:

أ. اختيار تحديد الشخصية.

ب. استبيان القلق.

ج. مقياس الخجل.

د. مقياس تقدير الذات.

هـ. مقياس القلق كحالة و ...

و. مقياس الشعور بالوحدة النفسية.

ن. اختيار ايزنك الشخصية.

ي. مقياس ستانفورد للخجل.

خلاصة:

ان كل شخص في أعماقه خجول، لكن الخجل يظهر بدرجات يختلف من شخص لآخر، فهناك اشخاص لا نستطيع ان نميز خجلهم، وبالمقابل هناك اشخاص اخرون يكون خجلهم واضح بدرجة كبيرة فهم لا يجرؤون على مواجهة مشكلات الحياة اليومية، لكن الخجل ليس مرضا مزمنا وانما هو قابل للشفاء خاصة إذا اكتشفناه مبكرا، أي قبل ان يتطور ويصبح ملازما له طول حياته.

المحور الثاني: التحصيل الدراسي.

- **تمهيد**

1-تعريف التحصيل الدراسي.

2-أنواع التحصيل الدراسي.

3-شروط التحصيل الدراسي.

4-اهداف التحصيل الدراسي.

5-أهمية التحصيل الدراسي.

6-خصائص التحصيل الدراسي.

7-العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي.

8-طرق تقييم وقياس التحصيل الدراسي.

9-اهم النظريات المفسرة للتحصيل الدراسي.

10-مظاهر التحصيل الدراسي.

11-اثار الخجل على التحصيل الدراسي.

- خلاصة.

المحور الثاني: التحصيل الدراسي.

تمهيد:

بالرغم من أهمية التحصيل الدراسي كمعيار يمكن على ضوئه تحديد المستوى التعليمي للتلاميذ من خلال العمليات التربوية التي تستهدف الى بناء شخصيات التلاميذ، فانه يمكن الاعتماد على صدق الدرجات التحصيلية التي يتحصلون عليها، وذلك لوجود عوامل تؤثر على تلك الدرجات التحصيلية التي يتحصلون عليها، ومنها ما يرتبط بالتلميذ من حيث قدراته وميولة واستعداداته واحواله المزاجية والصحية، ومنها ما يرتبط بالبيئة من حيث مركز الاسرة الاجتماعية والاقتصادية، وهناك عوامل أخرى لها صلة بالمواد الأساسية وذلك من خلال سهولتها او صعوبتها او الطريقة التي تتبع في تدريسها.

وفي هذا الفصل سوف نتطرق الى بعض المفاهيم التي تعطي معنى التحصيل الدراسي والى انواعه التي تختلف من تلميذ لآخر وشروطه، وكذلك أهدافه وأهميته ويتعرض أيضا الى بعض خصائصه ومظاهره التي تستند اليها في التحصيل الدراسي ومن ثم الى العوامل المؤثرة فيه سواء الذاتية الخاصة بالمتعلم او الموضوعية الاسرية والمدرسية، دون تجاهل طرق القياس والنظريات المفسرة.

1. تعريف التحصيل الدراسي:

- **لغة:** حصل يحصل محصول، بمعنى حدث ووقع وثبت وبقي وذهب ما سواه، وجب ونال، حصل يحصل حصلاً، حصل تحصيل الشيء او العلم، حصل عليه وناله.

  كما جاء ايضاً في القاموس الجديد للطلاب: كلمة التحصيل بمعنى الاكتساب وهو الحصول على المعارف والمهارات.

- **اصطلاحاً:** لقد تعددت تعريفات التحصيل من قبل المهتمين بدراسته ومن خلال تنوع وجهات نظر العلماء، ومن بين هذه التعريفات نذكر ما يلي:

- **يعرفه "صلاح الدين علام" (1971) بانه:** مدى استيعاب التلاميذ لما تعلموه من خبرات معينة في مادة دراسية مقررة فيقاس بالدرجة التي يحصل عليها التلميذ في مادة دراسية معينة في نهاية العام الدراسي (نجاري وزرقي، 2000–ص 10).

- **يعرفه عبد الرحمان العيسوي:** انه مقدار المعرفة او المهارة التي يحصلها الفرد نتيجة التدريب والمرور بالخيارات السابقة، وتستخدم كلمة التحصيل غالباً لتشير الى التحصيل المدرسي او التعليمي او التحصيل العامل من الدراسات التدريبية التي يلتحق بها (عبد الرحمان عيساوي – 2002 – ص 128).

- **يعرفه الابرشي:** يقصد به الامتحانات التي تقوم بها المدرسة لمعرفة مقدار مدى استفاد المتعلمون من المواد التي يدرسونها لتدراك ما يبدو منهم من ضعف وتكون اما شهرية او فترية أي كل شهرين او ثلاث او أكثر. (محمد عطية الابرشي -1993-ص360).
- **عرفه الطاهر سعد الله 1996:** هو مجموعة الخبرات المعرفية والمهارات التي يستطيع الطالب استبعادها وحفظها وتذكرها عند الحاجات. مستقدما في ذلك عوامل متعددة وموزعة على فترات زمنية معينة (الطاهر سعد الله -1996 ص 176).
- **يرى "زوبير لافون " (1973):** بان التحصيل الدراسي هو المعرفة التي يحصل عليها التلميذ من خلال برنامج مدرسي قصد تكييفه مع الوسط والعمل الدراسي (نجاري وزرقي-2000-ص9).
- **جابلين CHAPLIN (1968):** يرى ان التحصيل هو مستوى محدد من الأداء او الكفاءة في العمل الدراسي يقيم من قبل المدرسين او عن طريق الاختبارات المقننة او كليهما (نجاري وزرقي -2000 – ص 10)
- **يعرفه الطيبي 1999:** التحصيل هو مستوى الإنجاز او الكفاءة او الأداء في التعليم والعمل المدرسي يصل اليه المتعلم من خلال العملية التربوية التي يشترك فيها مجموعة من الطلاب والأستاذ (عمر عبد الرحيم نصر الله -2004 – ص 401)
- وقد ورد مفهوم التحصيل في قاموس علم النفس 1971 على انه مستوى محدد من الإنجاز او الكفاءة او الأداء في العمل المدرسي او الأكاديمي يجرى من قبل المعلمين او بواسطة الاختبارات المقننة.
- فبالنسبة للتحصيل الدراسي فان مفاهيمه متعددة واغلب الباحثين يلجؤون الى التعاريف الإجرائية التي تتفق مع متغيرات بحوثهم فمن الصعب إيجاد تعريف واحد يتفق عليه جميع الباحثين، ولهذا اجتهد الباحث في وضع تعريف واحد يتفق مع متغيرات البحث الذي يقوم به وهو كما يلي: ان التحصيل الدراسي هو المعرفة المكتسبة والأداء الذي يقاس باختبارات مقننة حسب ما قدم التلاميذ من معلومات ورسائل تربوية ويكون هذا حوالي في نهاية كل ثلاثة أشهر أي نهاية كل فصل او مرحلة دراسية، ونلتمسه من خلال كشف النقاط.

2. أنواع التحصيل الدراسي:

يمكن تقسيم أنواع التحصيل الدراسي الى ثلاث أنواع:

1. **التحصيل الجيد:** أداء التلميذ يكون مرتفع عن معدل زملائه في نفس المستوى وفي نفس القسم، ويتم باستخدام جميع القدرات والإمكانيات التي تكفل للتلميذ الحصول على مستوى اعلى للأداء التحصيل المرتقب منه مما يمنحه التفوق على بقية زملائه، فالفرد المتفوق دراسياً يمكنه تحقيق مستويات تحصيله مرتفعة عن المتوقع وحسب " عبد الحميد عبد اللطيف " التحصيل الدراسي الجيد عبارة عن سلوك يعبر عن تجاوز أداء الفرد للمستوى المتوقع.
2. **التحصيل المتوسط:** وهي الدرجة التي يتحصل عليها التلميذ في الإمكانيات التي يمتلكها ويكون اداءه متوسط ودرجة احتفاظه واستفادته من معلومات متوسطة.

3. **التحصيل الدراسي الضعيف (المنخفض):** هنا يكون فيه أداء التلميذ اقل من المستوى العادي بالمقارنة مع بقية زملائه فنسبة استغلاله واستفادته مما تقدم من المقرر الدراسي ضعيفة الى درجة الانعدام وهنا يكون استغلال المتعلم لقدراته العقلية والفكرية ضعيفاً على الرغم من تواجد نسبة لا باس بها من القدرات، ويمكن ان يكون هذا التأخر في جميع المواد وهو ما يطلق عليه بالفشل الدراسي رغم محاولته التفوق على هذا العجز: او قد يكون في مادة واحدة او اثنين فيكون نوعي وهذا على حسب قدرات التلميذ وامكانياته. (لوناس حدة – 2013/2012 ص 18).

3. شروط التحصيل الدراسي:

– يستدعي على التحصيل الجيد توفر مجموعة من الشروط على كل من المعلم والمتعلم الاخذ بها لبثهم للمتعلم اكتساب المهارات والخبرات بطريقة فعالة وتساعد المعلم على أداء مهامه ونذكر منها ما يلي: (عبد الرحمان –2002 – ص 347).

1. التهيئة النفسية والميول:

وهذا ينطلق من كون ان التلميذ إذا لم يكن مهيئاً نفسياً على أحسن ما يرام ويكون غير مرتاح نفسياً وليس له ميولاً يجد صعوبة في التأقلم مع المعلومات الجديدة، فيصعب عليه التعلم، والتهيئة النفسية يكون محورها المعلم يعمل على تدعيم الثقة بينه وبين التلميذ، وذلك عن طريق الحوار والمناقشة، واستناداً للتهيئة النفسية يكون المعلم قادراً على تهيئة تلميذه عقلياً لأنه في هذه الحالة يتمكن من اثارة اهتمامه ودافعيته لتقبل كل المعلومات الجديدة بصفة مستمرة.

2. التكرار:

يعتبر التكرار من المبادئ الأساسية لحدوث التحصيل الدراسي لكي يستطيع التلميذ ان يحفظ قصيدة من الشعر مثلاً. ولا بد من ان يقرأها عدة مرات ولا يقصد به ذلك التكرار الالي الذي لا قائدة منه كما يؤدي الى العجز على الارتقاء في مستوى ادناه، بل يقصد به التكرار القائم على أساس الفهم والتركيز والانتباه والملاحظة الدقيقة.

3. التدريب:

هو الذي يتم في فترات متباعدة تتخللها فترات من الراحة ولقد وجد التدريب المركز يؤدي الى التعب، والشعور بالملل كما انها يتعلمه الفرد بالطريقة المركزة يكون عرضة للنسيان وذلك لان فترات الراحة التي تتخلل فترات التدريب الموزعة تؤدي الى تثبيت ما تعلمه التلميذ.

4. التوجيه والإرشاد:

فالتحصيل القائم على التوجيه والارشاد أفضل من التحصيل الذي لا يستفيد من عمليات ارشاد وتوجيه المعلم، فالإرشاد يؤدي الى حدوث التعلم بمجهود اقل وفي مدة زمنية أقصر عما كان التعلم دون ارشاد وتوجيه.

5. النشاط الذاتي:

ان تحصيل الجيد هو الذي يقوم على نشاط الذاتي للمتعلم عن طريق البحث والإصلاح والتنقيب واستخلاص الحقائق وجمع المعلومات بلا ان يقف سلبياً ويتلقى المعلومات جاهزة من المعلم.

6. التسميع الذاتي:

هو عملية يقوم بها التلميذ محاولا استرجاع ما حصله من معلومات او ما اكتسبه من خبرات ومهارات وذلك اثناء الحفظ وبعده بمدة قصيرة، فلهذه العملية تبين للمتعلم مقدار ما حفظه.

7. الدافعية:

من الميول المسلم بها انه لا يجد عمل من دون حوافر ودوافع معينة فكل تلميذ دوافعه نفسية واجتماعية تدفعه نحو الدراسة او تمنعه عنها. وهنا يجب الكشف عن هذه الدوافع ومحاولة استغلالها كمحركات لقدرات التلميذ والدافعية للتعلم هي حالة داخلية في المتعلم تدفعه الى الانتباه الى الموقف التعليمي والقيام بنشاط موجه والاستمرار في هذا النشاط حتى يتحقق التعلم كهدف للمتعلم (محمد بركان -1995 – ص 174-175)

4. اهداف التحصيل الدراسي:

1. تقييم التلميذ:

ويقصد تقسيمه الى فصول دراسية والى شعب في المواد المختلفة واعداد مقاييس محدودة او مستويات علمية لكل فصل من الفصول الدراسية ولكل مادة من المواد حيث لا يسمح للتلميذ بالانتقال من فصل الى اخر الا إذا كان قد وصل الى المستوى المطلوب منه.

2. معرفة قدرة التلميذ:

- تمكننا معرفة التلميذ من إمكانية توزيع الى مجموعات متجانسة حتى يسمح لكل تلميذ بان يعمل وفق ما لديه من مواهب واستعدادات تدفعه للتعليم وعلى كل حال فانه مهما تعددت واختلفت الأهداف التي يسعى التلميذ الى تحصيلها، فان المؤسسة التي تسهر على ذلك تسعى الى الاستغلال الأمثل لطاقات الموارد البشرية سواء يتعلق ذلك بأهدافها قريبة المدى والتي تصب في ذلك المؤسسة، او بأهدافها بعيدة المدة والتي تسير نحو التقدم كما انه يعتبر مؤشر ترتيب التلاميذ في تحصيل خبرة ما بالنسبة للمجموعة التي يدرسون فيها. (الراقي -2002 – ص 215).

5. أهمية التحصيل الدراسي:

- أهمية التحصيل الدراسي: تكمن أهمية التحصيل بوجه عام في احداث تعبير سلوكي او عاطفي او اجتماعي لدى التلميذ ونسميه عادة التعلم.

والتعلم هو عملية باطنية وغير مرئية تحدث نتيجة التغيرات في البناء الإداري للتلميذ، ونتعرف عليه بواسطة التحصيل وهذا الأخير هو نتائج للتعلم ومؤثر محسوس لوجود في الوقت نفسه، وتبدو أهميته من خلال ارتقائه

تصاعدياً كونه يعد الفرد لتبوء مكانة وظيفية جيدة في معظم الحالات، فالكليات العلمية تعد طلبتها لمهن مازالت تحتل قيمة الهيكل المهني، وهي بحكم تاريخها وطبيعة العمل فيها والمزايا التي تمنحها والمكانة التي تعطيها للعامل فيها، تجعل الطلبة أكثر اصراراً.

ومن هذا تظهر أهمية التحصيل الدراسي فانه يتم تقرير نتيجة التلميذ لانتقاله من مرحلة الى مرحلة أخرى، وهذا ما يجعل التلميذ يتعرف على حقيقة قدراته وإمكاناته كما ان وصول التلميذ يتعرف على حقيقة قدراته وإمكاناته كما ان وصول التلميذ الى مستوى تحصيلي مناسب في دراسته للمواد المختلفة يبث الثقة في نفسه ويدعم فكرت عن ذاته، ويبعد عنه القلق والتوتر مما يقوي صحته النفسية. (العيساوي عبد الرحمان–2002–ص 349)

6. العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي:

- تحرص العديد من الباحثين لتحديد مفهوم ضعف التحصيل الدراسي وأسبابه وعلى الرغم من اتفاقهم حول الكثير من الجوانب المتعلقة بموضوع البحث الا انهم اختلفوا في تحديد مضمونه مما نتج عنه وجود كثير من التعاريف وهنا ينبغي ان تشير الى ظهور اتجاهين بسيكولوجي والاخر تربوي على الاتجاه الأول يرجع الى ضعف التحصيل الدراسي على القدرات العقلية للتلميذ اما الاتجاه الثاني التربوي فيربطه بالاهتمام بالمحيط الخارجي للتلميذ ويمكن ان تقسم العوامل المؤثرة على التحصيل الدراسي مجموعتين وهما:

1. العوامل الشخصية:

- ونقصد بها العوامل الذاتية المتعلقة بشخص التلميذ قدراته العقلية وصحته الجسمية وحالته الانفعالية والنفسية.

العوامل الجسمية: فمن العوامل التي ترجع الى الطفل نفسه وضعف الصحة وسوء التغذية والعاهات الخلقية وهي عوامل تحد من قدرة الطفل على بذل الجهد ومسايرة زملائه. (زيدان.1983. ص 188)

2. عوامل بيئية اسرية:

وتكمن في العوامل الاجتماعية والاقتصادية:

2–1: العوامل الاجتماعية:

تلعب الاسرة دورا كبيرا في التنشئة الاجتماعية التي تدخل في تكوين الطفل جسمياً وعقلياً ومعرفياً اذ يتلقى معلوماته الأولى منهمكا قال "مورين سرحان" بان الاسرة هي ذلك الوعاء التربوي الذي تتشكل داخله شخصية الطفل تشكيلاً فردياً واجتماعياً وقد بين قومي "ان الابوين الذين يهتمان بحياة أبنائهم ويشاركان في نشاطهم الدراسي ضف الى ان توفر بيئة اجتماعية التي تساعدهم على الاستقرار الاجتماعي.

2–2: العوامل الاقتصادية:

ان تردي الأوضاع الاقتصادية وكذا تدهور المستوى المعيشي كلها تعتبر من اهم المشاكل التي تهدد الاسرة ما ينتج عنها توفر الظروف الملائمة للمراجعة و بالتالي ضعف التحصيل ويرى "بدون" سنة 1951 في دراسة

اجراها على عدد المتخلفين فتبين له انه ما يقارب النصف من هؤلاء من دولة لبنان ينتمون الى اسرة فقيرة جداً وضعيفة الدخل، وعليه فالعامل الاقتصادي للأسرة يشكل عقبة امام التحصيل الجيد للتلميذ الى جانب ذلك دراسة "جيرارد دسوقي " حول الميكانيزم الانتقالي للتعليم في فرنسا قد استنتج ان تأثير المستوى الاجتماعي والاقتصادي على النجاح المدرسي حيث وجد ان هناك ارتباط لا شديد مهنة الاب ودرجة تعليمه والنجاح الدراسي اذ ان ابن العامل البسيط لديه اقل حظ للانتقال على الدرجة الثانية على العكس من ابن الاطار الممتاز حتى وان كان له نفس العلامات. (مصطفى .2004 ص 18-19)

3. العوامل المتعلقة بالمؤسسة التعليمية:

تتمثل في المدرسة والكلية او الجامعة ومشكلة هذه المؤسسات تبدو انها مباشرة ومركزية وفلسفتها التربوية وتعاملها مع المتعاملين، وأنها شكلياً غير مؤهلة للإستعاب عمليات التعلم والتحصيل بسبب افتقارها للكثير من الإمكانيات التربوية والمادية وإذا نجد ان التحصيل الدراسي للفرد المتمدرس يتأثر بعدة عوامل نذكر منها: (مكي احمد بلطي بشير واخرون .2014 / 2015)

3-1: المدرسة:

تعتبر اهم عناصر المجال الحيوي فهو بمثابة العمود الفقري للعملية التربوية ولهذا يجب ان يكون المدرس على درجة عالية من الكفاءة العلمية والمهنية وينبغي ان يتوفر في المدرس ما يلي:

- ان يكون على دراسة لمراحل النمو النفسي والجسمي وغيرها وخصائص كل مرحلة ليعرف كيف تؤثر في المتعلم بطريقة فعالة.
- ان يكون مقتنعا بطرق التربية الحديثة التي تعالج الفرد المتعلم من جميع نواحيه النفسية والاجتماعية ...الخ علاوة على هذا فان شخصية المدرس القوية تدفع المتمدرس الى تحصيل جيد.

3-2: طرق التدريس:

- يتحكم المعلمون إيجابيا او سلبيا في تحصيل المتعلمين في المدارس او في المعاهد بحيث ترتفع نوعية المعلمين ويرتفع معها درجة وسرعة التحصيل وتزيد وسائل وبحوث الدراسات العليا في الليسانس. الماجيستير الدكتوراه التي يقام بها في التعليم الجامعي وهي المؤشر لذلك التحصيل فيلاحظ ان نوعية البحث وسرعة إنجازه من الطلاب تعتمد بدرجة كبيرة على قدرتهم ودافعيتهم وقدرة الأستاذ في التخصص والاشراف والتوجيه.

3-3: المدرس:

هناك متممات ملحوظة ومتزايدة من قبل الباحثين بموضوع التأثيرات التي يمكن ان تلحقها عملية التدريس بنتائج التحصيلية مختلفة ففهم المدرسين لقوى المحيط وعلاقته بالتلميذ أساسي أدى ذلك بان المدرس هو العنصر الفعال داخل الفصل في حياة التلميذ المدرسية، كما ان نجاح المدرس في أداء مهمته يتوفق على مدى فهمه

لقدرات تلامذته وإمكاناتهم فان المحيط او البيئة هو سبب ظهور بعض الصفات البشرية، فسلوك الفرد في بعض الأحيان من الزمن هو حصيلة عوامل البيئة فالتلميذ المراهق يتصرف بطريقة ما لان قواه تدفعه الى ذلك لأنه محاط بقوى بيئية و ثقافية و كذلك لديه مرجعية اجتماعية معينة تحدد له كيف يشبع هذه الحاجات (مصطفى – 2004 – ص 114)

4. عوامل نفسه:

وهي العوامل الداخلية التي ترتبط بتحصيل الطلبة الدراسي سلباً او ايجاباً، وتتشكل هذه العوامل النفسية بما يلي: الذكاء – دافعية الإنجاز –مركز الضبط – تقدير الذات – قلق الامتحان.

4-1 الذكاء:

يكاد يتفق معظم علماء النفس على العلاقة الوثيقة بين الذكاء والتحصيل في المدرسة فالطلبة ذو الذكاء المرتفع يحصلون في الغالب على العلامات مرتفع ويميلون الى الاستمرار في المدرسة لمدة أطول في حين يميل بعض الطلبة ذو الذكاء المنخفض الى التقصير في العمل الفني والى التسرب مبكراً من المدرسة.

ولكن هذا لا يمنع ان يوجد بعض الطلبة كم ذوي التحصيل المنخفض اذكياء ولكن يفتقرون الى المثابرة او انهم يفشلون لأسباب لا صلة لها بذكائهم من بينها تقدير الذات، والدافعية التي تحفز الطالب نحو الإنجاز والمستوى الاجتماعي. والثقافي، وغيرها من الأسباب لذلك لا يمكن للطالب قليل الذكاء ان يستسلم لليأس، وبالمثل لا يمكن للطالب ذو الذكاء المرتفع ان يضمن نجاحاً اوتوماتيكياً.

4-2: دافعية الإنجاز:

دافعية الإنجاز مشتقة من الدافعية حيث عرفه الحامد "بانه تلك القوة التي تثير وتوجه سلوك الفرد نحو العمل يرتبط بتحصيله الدراسي وغير ذلك".

يعد دافع الإنجاز من العوامل المهتمة التي تؤثر في تحصيل الطلبة حيث ان هناك وجهات نظر تقول لان ضعف هذا الدافع او تدني مستواه لدى الفرد قد يؤثر سلباً في تحصيله حتى ولو كان من الطلبة الاذكياء، حيث تتباين المستويات الاكاديمية التي يحققها حسب الدافع للإنجاز عند كل منهم. (السلطحي-2013-ص 18-19)

4-3: قلق الامتحان:

يعد موضوع القلق من الموضوعات المهمة في أي مجال علم النفس بصفة عامة والصحة النفسية بصفة خاصة، يعد القلق مشكلة مركزية وموضوع للاهتمام في علوم وتخصصات متعددة لها ارتباط بالنفس والفلسفة والفن والموسيقى والدين بالإضافة الى علم النفس.

4-4: تقدير الذات:

يستخدم الكثير من الباحثين مصطلح تقدير الذات ومصطلح مفهوم الذات كمصطلحين مترادفين على انه حينما يتم التفريق بين هذين المصطلحين يعرف تقدير الذات انه القيمة التي يعرفها الفرد لنفسه بالمقارنة مع الاخرين.

ويرتبط تقدير الذات بالتحصيل الدراسي، حيث يرى عدد من علماء النفس ان هناك علاقة بينهما وجد ان اللذين يكون انجازهم المدرسي سيء يشعرون بالنقص، وتكون لديهم اتجاهات سلبية نحو الذات وفي نفس الوقت هناك دلائل قوية على ان هذه الفكرة الجيدة لدى الفرد عن ذات ضرورية للنجاح المدرسي، ان نقطة البداية هي الثقة بالنفس والتقدير الجيد للذات (السلطحي -2013-ص 20)

4-5: الاتزان الانفعالي:

ان انبساط المتعلم واتزانه الانفعالي يؤدي الى تحصيل أفضل، بينما قلق المتعلم يساهم في تدني تحصيله والقلق يتزايد في أوساط التلاميذ ضعفي المستوى، كما بين (CLONE) ان عدم استقرار الفرد من الناحية الانفعالية يؤثر على قدراته الخاصة بالتركيز والعمل المدرسي رغم انه قد يكون ذكياً او متوسط الذكاء.

4-6 الثقة بالنفس:

الثقة بالنفس تمكن المتعلم من مواجهة كل ما يعترضه من أمور سلبية، فنجد ليه الرغبة الكبيرة في المشاركة في مختلف الاعمال والنشاطات وهي شرط أساسي للمتعلم ورفع مستوى التحصيل الدراسي، وتشمل ثلاث مبادئ:

- الميل الى التعبير عن الأفكار بثقة.
- الميل الى الحديث بكل راحة.
- الميل الى جعل أراءه ذات قيمة.

4-7: مفهوم الذات:

أظهرت العديد من الدراسات العلاقة الارتباطية الموجبة بين مفهوم الذات والتحصيل الدراسي لدى المتعلمين، من هذه الدراسات دراسة إبراهيم محمد عيسى التي تناولت العلاقة بين ابعاد مفهوم الذات والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الصف التاسع والعاشر والحادي عشر الأردن.

واستقصاء أثر كل من الجنس والمستوى الدراسي ومستوى التحصيل الدراسي في مفهوم الذات لدى عينة من التلاميذ قوامها 720 تلميذ، حيث بينت النتائج ان قيم معاملات الارتباط لمفهوم الذات هو ابعاده مع التحصيل الدراسي كانت دالة إحصائية لدى مختلف مجموعات الدراسة.

وهناك عوامل أخرى تؤثر على التحصيل الدراسي نتيجة عامة او شكل مظهره الخارجي، او عامل المنافسة السلبية مع اقرانه، او مقارنة من طرف اسرته ومعلميه بالأخرين او ضغط وإلحاق اوليائه على تحقيق نتائج جيدة. (هنودة علي. مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس "التفاعل الاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى بعض تلاميذ التعليم الثانوي 2014/2013)

7. خصائص التحصيل:

تعتبر الاختبارات التحصيلية أكثر أنواع الاختبارات شيوعاً، والهدف الأساسي للاختبارات التحصيلية هو اظهار إثر التدريب او الدراسة بالرغم من انه يغلب تطبيقات في المدارس الا انها تستخدم في ميادين أخرى، كان تقيس التدريب المهني والتخصص والخبرة في كثير من الاعمال (احمد محمد عبد السلام -1960-ص 504-507)

يمكننا ان نقارن بين الاختبارات التحصيلية واختبارات الاستعداد، فالأولى تختلف عن الثانية في درجة الخبرة السابقة المقاسة، اذ تقيس الاختبارات التحصيلية اثر مجموعة من الخبرات المقننة هي المناهج الدراسية، في حين تقيس اختبارات الاستعداد اثر المجتمع للخبرات المتعددة في الحياة اليومية ، فيمكننا القول بان اختبارات الاستعداد تقيس اثر التعلم تحت ظروف معروفة ومضبوطة، بينما تقيس اثر التعلم تحت ظروف غير معروفة وغير مضبوطة الى حد ما وتختلق اختبارات التحصيل عن اختبارات الاستعداد من التدريب اذ تدلنا الاختبارات على ما يمكن ان يعمله الفرد في زمن محدود بعد قياس كفايته في زمن محدد.

فالثانية اختبارات الاستعداد تقيد في التنبؤ بنوع الاداء المنتظر، فهي تستخدم في تقدير المدى الذي سيتقيد به الفرد من التدريب كما تستخدم في التنبؤ بنوع التحصيل في موقف جديد. (احمد محمد عبد السلام -1960-ص 507)

لكن لا يمكننا ان نميز بين هذين النوعين من الاختبارات بصورة قاطعة فبعض اختبارات الاعتداد تعتمد على تدريب خاص سابق موحد بين الافراد وهنا تقترب كثيراً من الاختبارات التحصيلية، وكذلك فان بعض الاختبارات تغطي مدى واسعاً من الخبرات التعليمية غير المقننة، وهنا تقترب كثيراً مع اختبارات الاستعداد التي تقيس خبرات غير مقننة. وفي التمييز بين اختبارات الاستعداد والاختبارات التحصيلية يجب ان نقول ببساطة ان الاختبارات التحصيلية تقيس أثر التعلم المقنن وقد أصبح من الواضح ان كل الاختبارات النفسية والتربوية تقيس سلوك الفرد الحالي الذي يعكس أثر تعلمه السابق في مختلف المجالات وقياس أثر التعلم السابق للتنبؤ بالتعلم المستقبل.

1. الفاعلية:

يعتبر المدرس بمثابة الوسيط التربوي مهما يتفاعل معه الطلبة طول ساعات يومهم الدراسي، ذلك فهو بإمكانه احداث التغيرات والتعديلات التي لا يستطيع أحد غيره القيام بها، لذا فان الاخذ بهذا المبدأ يتطلب من المدرس ان يكون فاعلاً وناشطاً ومنظماً ومسهلاً ومثيراً لدافعية التعلم عند طلبته. وذلك من خلال التحديد الأهداف التعليمية اعتماد كل أنواع التعزيزات المناسبة استخدام الوسائل التعليمية والتعلّمية وغيرها، ومنه فان الفعالية التي يظهرها المدرس لطلبته تجعلهم ينظرون اليه بالصورة المثلى مما يؤدي لهم الى الدراسة الجادة لبلوغ مستوى التحصيل المطلوب تحقيقه.

2. الاهتمام:

ان الرغبة والميل يولدان في نفس كل الطلبة الاهتمام بالتعلم والاقبال على الدراسة ويخلقان فيه النشاط والفعالية، فيقبل على تعلم ما يميل اليه ويبذله فيه الكثير من الجهد ولهذا فالمطلوب من الجامعة في هذا المبدأ العمل على تهيئة جو حجرة الدراسة والاهتمام بالفروق الفردية بين طلبتها. وتشجيع طلبتها على الاعتماد المجهود الذاتي واعتماد الترتيب مع طلبتها وانه يقوي حوافزهم وغيرها، ولهذا فان مبدا الاهتمام هذا ضروري لأخذ به لأنه كلما زاد اهتمام الطالب بنشاط دراسي او خبرة ما زاد تحصيله الدراسي والعكس. زاد اهتمام الطالب بنشاط دراسي او خبرة ما زاد تحصيله الدراسي والعكس. (برور محمد – 2010–ص 207)

3. الدافعية:

الدافعية عموماً حالة داخلية لدى الفرد تستثير سلوكه وتعمل على استمراره وتوجيهه نحو تحقيق هدف معين (تركي رابح –1990–ص 188–189)

تؤكد معظم الدراسات والبحوث التربوية على انه للدافعية أهمية عظمة في اثارة المتعلم (الطالب) نحو التعلم، فمن خلالها سيبذل الطالب كل مجهوداته لتحقيق الأهداف التعليمية المطلوبة في المواقف التعليمية انتباه الطلبة والمحافظة على استمرارية انتباههم لأطول فترة ممكنة ويمكن للأستاذ استخدام الحوافز الخارجية اذ لم تكن الحوافز الداخلية متوفرة او كافية. ولهذا على المربي القائم على العملية التعليمية توظيف هذا المبدأ وذلك بالعمل على استثارة اهتمامات الطلبة واستغلالها وتوجيهها، وتشجيعهم على الإنجاز والأداء وتدريبهم على صياغة أهدافهم بأنفسهم، وذلك كله من اجل الوصول بهم الى التحصيل الإيجابي البناء.

8. طرق تقويم وقياس التحصيل الدراسي:

تعرف التربية بانها عملية بناء وتحرر الغرض منها احداث تغيرات مرغوبة في الافراد في سلوكهم سواء كان معرفياً يرتبط بالمواد الدراسية التي يتعلمونها بالمدرسة او سلوكاً وجدانياً او نفسياً حركياً، وعلى هذا تلجا المدرسة الى قياس مدى حدوث التغيرات في جوانب التحصيل الدراسي من خلال الاختبارات التحصيلية التي ترمي اساساً الى قياس نتائج التعليم كلها كالقدرة على الفهم والاستيعاب الانتفاع بالمعلومات في حل المشكلات وتطبع اثار التعليم في أسلوب تفكير التلميذ واتجاهاته وطريقته في معالجة الأمور وقدرته على النقد البناء والتمحيص واتفاق ما اكتسبه من مهارات وخبرات مفيدة. ونظراً لأهمية هذا القياس لجات المدراس الى استخدام طرق مختلفة في هذا الغرض نذكرها فيما يلي:

1. الاختبارات التحصيلية:

تعد الاختبارات التحصيلية الأسلوب الشائع في مختلف المؤسسات التعليمية، حيث يستخدمها المعلمون قياس قدرات الطلبة التحصيلية وكذا في ترتيب المتعلمين وتحديد النجاح او الرسوب.

وفي هذا الصدد يرى "عطية الابرشي" ان الامتحانات المدرسية هي تلك الامتحانات التي تقوم بها المدرسة لمعرفة مقدار ما استفادة المتعلمون من المواد التي درسوها لتدرآك ما يبدو منهم من ضعف وتكون امتحانات فترية كل ثلاث أشهر او أكثر وكذا امتحانات النقل في المدارس الابتدائية او الثانوية.

*** أنواع الاختبارات التحصيلية:**

1-1-الاختبارات المقالية:

يقول محمد زياد حمدان على انها أقدم أنواع وسائل التقييم المكتوبة وتكون في العادة بنوعين:

أ. طويلة تمتد اجابتها احياناً لعشرات الصفحات او تتعدى في مجملها نصف صفحة كما فالتربية المدرسية، وقصيرة ذات إجابة محدودة تتراوح بين جملة ونصف صفحة.

ب. تستخدم الاختبارات المقالية في التربية لكشف قدرة التلاميذ على تشكيل الأفكار وربطها وتنسيقها المنطقي معاً بأسلوب لغوي واضح ومقيد، بالإضافة الى ذلك فهي تنتمي قدرة التلاميذ على الابداع الفكري ونقد وتقييم المعلومات ومفاصلتها وبصفة عامة عند قيام المعلم بتطوير أسئلة الاختبارات المقالية يجب عليه مراعاة ما يلي: (علي مهدي كاظم -2001-ص 88)

1. ان تكون اللغة واضحة.
2. ان ترتبط بالمادة التي درسها التلميذ.
3. ان يحدد الوقت اللازم وعدد الاسطر او الصفحات القصوى للإجابة عليها
4. ان يطلب من التلاميذ الإجابة على كل الأسئلة ليتمكن المعلم من تكوين حكم صحيح بخصوص قدراتهم الفردية.

1-2-الاختبارات الموضوعية:

الموضوعية تعني الاتقان التام في الاحكام وقد سميت بالاختبارات الموضوعية لأننا لو اعطينا أوراق الإجابة عدداً من المصححين فان الاتفاق على الدرجة المعطاة لكل ورقة منها سيكون اتفاقا لا اختلاق فيه، ولهذه الاختبارات أنواع عديدة منها:

أ. أسئلة الاختبار من متعددة:

تتكون من جملة تصاغ في صورة سؤال مباشر او عبارة ناقصة تسمى الجذر او أصل السؤال ومجموعة من الحلول المفتوحة لها قد تشتمل على كلمات او اعداد او رموز او عبارة تسمى البدائل الاختيارية غالباً ما يكون أحدها صحيحة وباقي الإجابات تتضمن جزءا من الإجابة او إجابة ناقصة او خاطئة وتسمى المموهات.

وفي حالات أخرى يطلب من الطالب في أصل السؤال تمييز الإجابة الخاطئة من بين عدة إجابات تقدم له أحدها خطا وباقي الإجابات صحيحة، والبدائل المقدمة مع أصل السؤال يشترط فيها ان تمتلك درجة متقاربة من

الجاذبية والتمويه بنفس القدر الذي يمتلكه البديل الصحيح بحيث يصعب على الطالب غير المذاكر جيداً معرفة الإجابة الصحيحة.

وتعد أسئلة الاختيار المتعددة من أفضل أنواع الاختبارات الموضوعية من حيث ملائمتها لقياس عدد كبير من الأهداف التعليمية والسلوكية، كما انها من أكثر الأنواع شيوعاً عند استخدام المعلمين الأسلوب الموضوعي في الاختبارات.

ب. أسئلة التكملة وملئ الفراغات:

يتضمن هذا النوع عدداً من الفقرات او الجمل الصحيحة، وقد ابعد او حذف منها جزء مكمل، ويطلب من الممتحن اكمال ما هو ناقص او محذوف بكلمة او عبارة مناسبة.

وهذه الأسئلة ملائمة لقياس مستوى المعرفة من خلال بعض المعلومات الجزئية كما يمكن ان تكون مساعدة في قياس مستويات الأهداف المعرفية كافة.

ج. أسئلة الصواب والخطأ:

تكون بأشكال مختلفة وهي أكثر الأسئلة انتشارً في المؤسسات التعليمية، وتعد فرعاً من فروع الأسئلة الموضوعية تتكون من عدد من العيارات بعضها يكون صحيح وبعضها الاخر خطا، حيث يكلف الطالب بوضع كلمة صح او خطا او اشارتهما.

ويجب ان تكون العبارات متجانسة حول موضوع واحد.

د. أسئلة المزاوجة:

وفيها يتألف السؤال من قائمتين من البنود، تحتوي القائمة الأولى على مفردات تدور حولها مشكلة هي موضوع السؤال والقائمة الثانية تتضمن مفردات او عبارات يرتبط كل منها ببند في القائمة الأولى، ويطالب من الطالب ان يجري عملية التوفيق بين القائمتين باختيار البند في القائمة الثانية الذي يرتبط مع البند المناسب له في القائمة الأولى.

وقد انتشرت هذه الاختبارات في الآونة الأخيرة ومهمتها قياس التحصيل الدراسي ويطلق عليها اسم الاختبارات الحديثة، ومن خصائصها انها شاملة لا تدخل فيها ذاتية المصحح بحيث توضع العلامة دون تحيز إيجابي او سلبي.

1-3: الاختبارات الشفوية:

هي احدى وسائل التقويم المستخدمة على نطاق واسع في المؤسسات التعليمية من قبل المعلمين، وهي تتمثل في قيام المعلم بتوجيه أسئلة معينة الى التلاميذ خلال الحصة الدراسية تتعلق بموضوعات المادة التي تم

دراستها سابقاً او في نفس موضوع الحصة يجيب عليها التلميذ شفوياً. وتهدف الى قياس ما تم تحصيله من معلومات او معارف ويتم إعطاء درجة التلميذ بناءا على اجابته.

1-4: اختبارات الأداء:

هي الاختبارات التي يقوم فيها التلميذ بأداء مجموعة عمليات الية او جسمية يمكن للمعلم تقويمه على أساسها، ويستخدم هذا النوع عادة في المواد التطبيقية والفنية والرياضية، لان التحصيل الدراسي للتلميذ في هذه المواد لا بل يمتد كذلك الى الجوانب الاحرى كالجوانب الجسمية او الحركية وذلك للتأكد من استيعاب التلميذ لما درسه نظرياً وقدرته على نقله الى حيز التطبيق.

1-5: الاختبارات المقننة او المعيرة: (سامي محمد ملحم -2000-ص 104)

وتعني بها تلك الاختبارات التي يتم بناؤها بطرق معيارية ومبلورة، ويقوم ببنائها مختصون في الاختبارات ومواد التخصص المختلفة. من اجل توزيعها وتطبيقها على نطاق واسع في المدارس لمناطق تعليمية مختلفة، وهناك عدة أنواع لهذه الاختبارات منها:

أ. **اختبارات التحصيل الشخصية:** مثل اختبارات الفهم والاستيعاب في القراءة.

ب. **اختبارات التحصيل على مستوى الدراسة:** تتمثل في المرحلة الأساسية الثانوية والجامعة.

9. اهم النظريات المفسرة للتحصيل الدراسي:

من النظريات التي تفسر التحصيل الدراسي نجد **النظرية الفيزيولوجية** التي ترى ان لكل انسان كليتين وفق كل واحدة عدة تسمى النظرية وتعد من الغدد الصماء ويجد ايضاً القشرة المخية وهما يختلفان وظيفياً وبصفة عامة فان أصحاب هذه النظرية يهتمون بالنخاع اكثر من القشرة المخية اذ ان نشاط النخاع يمكن ان ينبه عن النشاط العقلي الناتج عن عملية امداد الذهن بالطاقة للعمل، ويفترض أنصارها ان الاذكياء اصحاب القدرة الفائقة على التحصيل الدراسي لديهم نشاط نخاعي أدرينالين اكثر من العاديين ويؤيده هذه الحقيقة كل من دراسات "برجمان جنستون 1970-1973 " حيث اهتمت النظرية الفيزيولوجية بالجانب البيولوجي باعتباره عنصر هام من عملية التحصيل الدراسي، اذ ان زيادة او نقص الهرمونات مثلاً يؤدي الى التأثير بصورة مباشرة على تحصيل الفرد وكذلك نجد **النظرية الوراثية** التي تعتمد على الدلائل التي تشير الى ان التكوين العقلي للفرد سواء نظر اليها من مستوى القدرة العقلية العامة او علي مستوى القدرات العقلية التي تتحدد بالعوامل الوراثية اكثر مما تتحدد بالعوامل البيئية، واهم الدراسات التي اثبتت صحة هذه النظرية هي دراسة "هارندون" (1954) حيث اثبتت فيها ان اثر الوراثة في تحديد مستوى الذكاء يمتد من 50% الى 75% و هذه النتيجة تؤكد الى حد كبير نتائج البحث الذي قامت به "يركر" (1928) و بينتا فيه اثر الوراثة في تحديد مستوى القدرات للفرد، وكان يعتمد أصحاب هذه النظرية في تأكيد صحة أراءهم على دراسة العلاقة بين التوائم المتناظرة والتوائم غير متناظرة . كذلك هناك **النظرية**

البيئية وهي تقوم على أساس التفوق في التحصيل الدراسي فيتأثر بالبيئة أكثر من الوراثة بمعنى ان العوامل الوراثية يمكنها ان تساعد على العمل الدراسي، ويعني بالعوامل البيئية كل ما يحيط بالبقعة الطبوغرافية المحددة التي يعيش بها التلميذ والمميزة عادة بوحدة ثقافتها وتراثها ونوع سكانها ومظاهرها الاقتصادية والاجتماعية والحياتية العامة، ومن اهم النظريات التي فسرت التحصيل الدراسي هي النظرية التكاملية حيث تفسر هذه النظرية التفوق التحصيلي تبعاً لما يلي:

- ان ظاهرة التفوق تخضع لبعض العمليات الفيزيولوجية.
- يحتاج المتفوق في التحصيل الدراسي على قدر كبير من الذكاء والدافعية.
- توفر الظروف البيئية المناسبة سواء الاسرة او البيئة.
- الاستعانة بالمقاييس النفسية والأساليب الإحصائية لإيجاد الفروق في التحصيل الدراسي.
- وتعتبر هذه النظرية هي الأفضل لأنها تفسر ظاهرة التفوق الدراسي من عدمه فهي تؤكد على أهمية البيئة والوراثة في التحصيل الدراسي اذ تأخذ بكل العوامل التي لها علاقة مباشرة او غير مباشرة بالتفوق التحصيلي. (الوافي – 1959–ص 110)

10. مظاهر التحصيل السلبي:

ان عملية التحصيل الدراسي تحدد بمقدار استيعاب التلميذ للمادة الدراسية المقررة في مستوى تعليمي معين والتي تقاس عادة بالامتحانات التي تجري في اخر السنة، فيكون تحصيله اما إيجابي او سلبي فالأول يكون عندما يستوعب التلميذ كل ما يقدم له من طرف الأستاذ وبالتالي سوف يعاني هذا التلميذ من مظاهر التحصيل السلبي وهو كالاتي:

اولاً: التأخر الدراسي:

التأخر الدراسي هو عدم القدرة على استيعاب مضامين المقررات الدراسية (محمد يحي–1983–ص 12) أي عجز التلميذ على فهم ما يقدم من دروس داخل القسم كما يعرفه محمد مصطفى زيدان "بانه مشكلة تربوية اجتماعية يقع فيها التلميذ فلا يستطيع متابعة الدراسة والنجاح في المواد الدراسية وقد يكون فيها سبباً لرسوب هذا التلميذ لمرات عديدة.

كما يجب ان نشير ان الكثير من المختصين بالمجال التربوي لا يفصلون بين التخلق والتأخر المدرسي، على اعتبار النتيجة النهائية لكل منها نفسها، وهناك من يقول "الفرق بين متخلف و المتأخر دراسياً هو ان المتخلق لا يستطيع في اغلب الأحيان تحسين مستواه و متابعة دراسته بصفة عادية الا اذما ازيل العامل المعوق الذي كان السبب في تخلفه الدراسي وهو في الغالب يكون نتيجة ضعف القدرة العقلية ونجد هذه الحالات في السنوات الأولى في المراحل التعليمية، بينما التأخر الدراسي فانه يمكن استدراكه وتحسين المستوى وهذا ما نجده في المستوى الجامعي، ففي المتأخر يوجه الى الدورة الشاملة او الاستدراكية للالتحاق بأقرانه.

ثانيا: الرسوب الدراسي:

ظاهرة التسرب المدرسي ليست ظاهرة وطنية تعاني منها الجزائر فقط، وانما هي ظاهرة عالمية تكاد تتشابه مسبباته لكن الاختلاف في درجة حدتها وانعكاساتها (عائشة بلعشرة-2001-ص 9) والتسرب المدرسي حسب اليونسكو يخص التلاميذ الذين لا ينهون دراستهم في عدد السنوات المحددة لها اما لأنهم ينقطعون عنها نهائياً او لكونهم يعيدون السنة او سنوات معينة وبعبارة ادق فهو عبارة عن الفرق بين عدد التلاميذ الذين يباشرون دراستهم وعدد أولئك الذين ينهونها في الآجال المحددة.

فيما يخص الجزائر هناك ثلاث فئات:

- الفئة الأولى: وهم الذين تخلو عن الدراسة بمحض ارادتهم قبل سن 16 سنة خاصة الاناث في الوسط الريفي.
- الفئة الثانية: وهم المرغمون على مغادرة متقاعد الدراسة قبل 16 سنة بسبب نتائجهم الضعيفة.
- الفئة الثالثة: وتشمل جميع المستويات للذين ينقطعون لأسباب مادية.

وقد بذلت الجزائر جهوداً كبيرة من اجل ضمان الحد الأدنى من التعليم لكل مواطن، الا ان مسيرة التعليم بالنسبة للمتمدرسين ظلت تعترضها جملة من العراقيل والعقبات التي تحول دون حصولهم على مستوى تعليمي يؤهلهم للاندماج الفاعل في الحياة الاجتماعية والاقتصادية، ولم تفلح السياسة التربوية الراهنة في التخفيف من حجم المتسربين والراسبين الذين تلفظهم المؤسسات التربوية سنوياً.

والرسوب الدراسي يمثل معضلة تربوية كبيرة، لأنه يحول دون تطور أداء المتطوعة التربوية، خصوصا في العالم القروي، ويحدث نزيفاً كبيراً في الموارد المادية والبشرية، ويؤثر سلباً على مردوديتها الداخلية.

وعليه فان الامتحانات من اهم مقاييس التحصيل الدراسي التي يجريها الأستاذ للتلميذ من اجل تقييمه وتقويم ما اخذه من خبرات ومهارات اثناء العملية التعليمية ويعتمد تدريس التلاميذ في مرحلة المتوسطة على طريقة الامتحانات أكثر لتحديد مدى استيعاب التلاميذ للدروس وقدرتهم على توظيف قدراتهم أكثر من غيرها.

11. اثار الخجل على التحصيل الدراسي:

الطفل الخجول غالبا ما يتعرض لمتاعب كثيرة عند دخوله المدرسة تبدأ بالتأتأة وتردده في طرح الأسئلة داخل الفصل وإقامة حوار مع زملائه والمدرسين، فينظر اليه الاخرون على انه غبي، فالطفل الخجول يشعر دوماً بالنقص والدونية ويتسم سلوكه بالجمود والخمول في وسطه المدرسي والبيئي عموماً وبذلك ينمو محدود الخبرات غير قادر على التكييف السوي مع نفسه او مع الاخرين. (الجبلي -2005-ص 14)

وكثيرا ما يكون التأخر الدراسي من المسببات القوية للشعور بالنقص وضعف الثقة بالنفس وبالتالي الخجل، ولكن ليس معي ذلك اطلاقاً ان كل تلميذ خجول متأخر دراسياً، فكثير من أوائل الطلبة يعانون من الخجل، وليس معني التأخر الدراسي دائماً نقصاً في معدل ذكاء الطفل فكم من طفل ذكي يتأخر دراسياً ليس لنقص في قدراته العقلية و لكن لأنه يعاني من القلق النفسي والانزعاج لأقل الأسباب والشعور بالنفاسة والام وطالما ان مؤشر نجاح

الفرد او فشله في الاعمال والمهام هو التحصيل الدراسي للفرد ويلعب الدور الهام والرئيسي في تحديد الفرع العلمي الذي سيدخله او المهنة التي سيزاولونها في المستقبل واحياناً ترتبط مكانة التلميذ الاجتماعية بتحصيله الدراسي، فالتلميذ المتفوق يكون دائماً محبوبا من قبل مدرسية واهله والناس الاخرين ولذلك يجب الاهتمام بالتلميذ وحمايته لرفع مستوى تحصيله، ولكن هناك بعض المشاكل والاضطرابات النفسية التي يعاني منها التلميذ قد تؤثر على تحصيله الدراسي. والخجل احدى هذه الاضطرابات التي قد تعيق تقدم التلميذ في المدرسة وبالتالي يتدنى مستوى تحصيله عن مستوى تحصيل زملائه ويتراجع عنهم، ومن المشاكل التي يسببها الخجل التلميذ اثناء دراسته.

1. التأخر في القراءة:

فقد ثبت ان القليل من حالات التخلق الهامة في القراءة ترجع في الأصل الى الخجل وفقدان الثقة بالنفس، فكثير من التلاميذ الذين لا يستطيعون القراءة في المدرسة يستطيعونها على يد باحث رقيق وماهر، ففي دراسة اجراها أحد علماء النفس على تلاميذ خجولين اثبتت فيها انه عالج طفل خجول وساعده ليبلغ في القراءة المستوى الذي وصل ايه رفقائه، ولكن عندما أعاد التلميذ الى المدرسة ارتد عاجزاً عن القراءة ثانية مما اكد الباحث ان القدرة على القراءة ليست مجرد وظيفة الية تكون او لا تكون، او ان الفرد يستطيع ممارستها بصرف النظر عن الظرف الذي يحيط به لذلك اعتبر انه أولى بالميالة ان يكون سرها فيما يقوم بنفس التلميذ من انفعالات وجدانية وبخاصة الخجل والخوف لا ان يكون مرجعها نقص الي وطبيعي ولذلك يجب التعامل مع التلاميذ الخجولين يرفق ولين اثناء تعلم القراءة حتى نخلق الثقة بأنفسهم و قدراتهم (المالح-1995 ص 322)

2. مشكلة الغياب وعدم الانتظام في المدرسة:

بعد الغياب المتكرر عرض من اعراض المشاكل التي ترتبط بشخصية التلميذ الخجول وعلاقاته الاسرية والمدرسية وكذلك نجد انها احدى مسببات التخلق الدراسي فعدم انتظام التلميذ وارتباكه وعدم تكيفه وانسجامه مع اقرانه سبب رئيسي في غيابه المتكرر. (مصطفى – 2003 ص 22)

3. التخلق في الحساب:

ان الأسباب الانفعالية ليس اقل شانا من ضروب الضعف العقلية الفطرية في تخلق التلاميذ في الحساب وربما كان هذا ابين في الحساب من سواه، فبعض رجال البحث يشككون في القدرات العقلية من قيمة ويميلون للقول بان التخلق في الحساب بغض النظر عن الحالات التي تأتي من نقص الذكاء العام يرجع في الواقع الى جمود في الفهم سببه الخجل او عدم الثقة بالنفس او كلاهما، فالتلميذ الخجول يهرب من الالعاب ومن القيام بالنشاطات وهو يحاول قدر الإمكان الانسحاب من الاشغال اليدوية والهندسية التي تساعده على تعلم الحساب بسرعة.

4. كره المدرسة ورفضها:

قد يؤدي الخجل بالتلميذ الى كره المدرسة ورفضها لأنها تمثل مصدر للخوف فهو لا يحب رؤية معلميه او رفاقه اثناء الحصة الدراسية لأنه لا يستطيع المشاركة في الدرس ولا يستطيع المناقشة بالطريقة التي يتحدث بها رفقائه.

كل هذه الأسباب تؤدي الى ضعف في التحصيل العلمي لدى التلميذ وانخفاض مستوى تعلمه مقارنة مع رفاقه وبالتالي ينعكس سلباً على المجتمع الذي يعيش فيه فيصبح عالة على ذلك للمجتمع.

ومن الدراسات التي تناولت اثار الخجل على التحصيل الدراسي دراسة تسيير حامد محمد خير الله (1999) التي هدفت الى معرفة أثر الخجل على التحصيل الدراسي، ومسايرة الاخرين والتعايش وفق متطلبات الحياة اليومية، وتحقيق الحاجات النفسية، ومدى تأثيره على متغير الجنس وأي الجنسين يعاني المشكلة بصورة واضحة وافترضت الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة دالةً بين الخجل والمجاراة، وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الخجل والتحصيل الدراسي ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب والطالبات في الخجل حسب متغير الجنس لصالح الطالب، واستخدمت الدراسة المنهج الوصفي والطرق الإحصائية وغنية تمثل (184) طالب وطالبة من كلية التربية جامعة الخرطوم. وتوصلت الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الخجل والمجاراة وأخرى سالبة بين الخجل والتحصيل الدراسي، كما لا توجد فروق دالة إحصائية بين الطلاب والطالبات في مستوى الخجل (تيسير-1999)

خلاصة:

من خلال هذا الفصل توصلنا الى ان التحصيل الدراسي مهم جداً في العملية التعليمية، كما انه يتأثر بعوامل عديدة منها داخلية سواء كانت جسمية او عقلية او شخصية ومنها خارجية سواء كانت اسرية او مدرسية وتقاس بالدرجات التي يتحصل عليها التلميذ في الامتحانات.

وهذا ما يمكن استخلاصه في نهاية الفصل هو ان التحصيل الدراسي يعتبر معياراً يمكن في ضوئه تحديد المستوى التعليمي للتلميذ ومصدراً لتقديره واحترامه من طرف المحيطين به وهو يعتمد بالدرجة الأولى على قدرات الطالب وما لديه من خبرة ومهارة وتدريب وفي الأخير يمكن القول انه إذا كان كل شخص له علاقة بالتعليم على دراية كافية بكل الأمور فان هذا يؤدي الى نجاح عملية التعليم وتحصيل دراسي جيد.

الفصل الثالث

الإجراءات المنهجية للدراسة

- تمهيد.
1. الدراسة الاستطلاعية.
2. الغرض من الدراسة الاستطلاعية.
3. منهج الدراسة.
4. مجتمع البحث.
5. عينة الدراسة.
6. حدود الدراسة.
7. الأدوات المستعملة في الدراسة.
8. الأساليب الإحصائية.
- خلاصة.

الجانب التطبيقي:

1. **الدراسة الاستطلاعية:** تعتبر الدراسة الميدانية من تهم وسائل جمع المعلومات والبيانات حول الظاهرة المراد دراستها والبحث فيها، ويعتمد الباحث على الدراسة الميدانية بغية اثبات او نفي فرضيات بحثها لذلك الجانب الميداني يعد عنصراً أساسيا لتدعيم الجانب النظري.

يعرض **(عبد الفتاح دويدار، 1994، ص 246)** هي دراسة ميدانية للتعرف على الظاهرة التي يريد الباحث دراستها، ويمكن معها استخدام أي وسيلة من الوسائل التقنية، التي من خلالها يحدد الباحث بدقة مشكلة البحث ويضيع ... وتمكنه من اختيار أكثر الوسائل صلاحية لدراستها وترشده الى الصعوبات الكامنة. (عبد الفتاح دويدار، 1994، ص 246)

كما أضاف (مروان عبد المجيد إبراهيم، 2000، ص 38) انها تساعد الباحث على تناول موضوعات جديدة لا يتناولها من قبل او لا تتوفر عنها معلومات او بيانات او يهمل الباحث على الكثير من جوانبها وابعادها، وبالتالي تساعده على التعرف عليها واجلاء الغامض منها، وبناء عليه يتضح ان الدراسة الاستطلاعية تعتبر خطوة لا بد منها في انجاز أي بحث علمي، وبهذا الصدد قمنا بالدراسة التالية:

2. الغرض من الدراسة الاستطلاعية:

للدراسة الاستطلاعية دور مهم فالبحث العلمي، نظرا لارتباطها بالميدان، فمن خلالها نتأكد من وجود عينة الدراسة، كما انها عبارة عن دراسة استكشافية تسمح للباحث بالحصول على محكمات أولية حول بحثه، كما تسمح كذلك بالتعرف على الظروف والإمكانيات المتوفرة في الميدان، ومدى صلاحية الوسائل المنهجية المستعملة، وتهدف الدراسة الاستطلاعية الى ما يلي:

- التعرف على مجتمع الدراسة وكيفية انتقاءها على ضوء الملائمة لموضوع الدراسة.
- التحفظ من مدى وضوح العبارات ومدى تمكن المستشارين من فهمها.
- جمع المعلومات الضرورية للدراسة.
- تساعدنا على الاختبار الأول لأداة الدراسة.
- الكشف عن الصعوبات التي يمكن ان تصادف بالدراسة الاستطلاعية وبالتالي محاولة ضبطها وتجاوزها اثناء تطبيق الدراسة الأساسية.

3. منهج الدراسة:

ان طبيعة الدراسة تحدد طبيعة المنهج المستخدم وكذا الأدوات التي يعتمد عليها الباحث في إنجازه لدراسته، وبما ان الدراسة تسعى للكشف عن الخجل وعلاقته بالتحصيل الدراسي لفئات عمرية مختلفة فان المنهج المستخدم هو المنهج الوصفي والذي يهدف للكشف والتفسير استخلاص الملاحظات والنتائج.

وقد عرفه عبد الرحيم النوايسة "بانه ذلك النوع من البحوث التي يتم بواسطة استجواب جميع افراد مجتمع البحث او عينة كبيرة منهم، وذلك بهدف وصف الظاهرة المدروسة من حيث طبيعتها ودرجة وجوده فقط. (النوايسة، 2011، ص 82)

4. مجتمع البحث:

هي مجموع افراد او الأشخاص او الأشياء الذين يكونون موضوع مشكلة البحث.

- يقصد بالمجتمع (population) المجموعة الكلية من العناصر التي يسعى الباحث الى ان يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة (عودة والخليلي، 1988).

ويتمثل مجتمع الدراسة حاليا مجموعة التلاميذ من التعليم المتوسط حسب فئات عمرية مختلفة يتم اختيارهم بطريقة عشوائية بالمتوسطة.

5. عينة الدراسة:

تمثل عينة الدراسة خطوة هامة من خطوات البحث العلمي في دراسة أي ظاهرة نفسية كانت او اجتماعية لذلك لا يمكن الاستغناء عنها وتعرف العينة بانها عبارة عن مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة يتم اختيارها بطريقة معينة ويتم اجراء الدراسة عليها ومن ثم استخدام تلك النتائج وتعميمها على كامل مجتمع الدراسة الاصلية. (عبيدات محمد، 1994، ص 84)

حيث كنا سنجري هذه الدراسة على مجموعة من التلاميذ الذين يدرسون في المتوسطة لأعمار مختلفة لكن بسبب جائحة كورونا تعذر علينا اجراء هذه الدراسة.

6. حدود الدراسة:

*مكان اجراء الدراسة في هذه المتوسطة:

- التسهيلات المقدمة للباحث لإجراء بحوث ميدانية داخل المتوسطة.
- قرب المتوسطة من مكان إقامة الباحث ولوجود وسائل نقل بكثرة.
- وجود طاقم تربوي مساعد ومتفاهم.

*المجال الزمني للدراسة:

نظرا لتفشي فيروس كورونا في البلاد تعذر على الطالبتين القيام بالجانب الميداني الذي كان من المفروض ان يقام في الفترة الممتدة شهر مارس الى شهر ماي من السنة الحالية. بتوزيع شبكة الملاحظة على تلاميذ المرحلة المتوسطة.

7. الأدوات المستعملة في الدراسة:

عند القيام باي بحث او دراسة لا بد ان يستعمل الباحث وسائل تقنيات لجمع البيانات حول موضوع الدراسة وفي هذه الدراسة استعملنا مقياس الخجل "لحسين الدريني " سنة 1981، وكذلك مقياس التحصيل الدراسي؛ من اجل معرفة العلاقة بين مشكل الخجل والتحصيل الدراسي لدى التلاميذ المتمدرسين في المرحلة المتوسطة.

I. أداة قياس الخجل:

تم بناء هذا المقياس من طرف الباحث القطري: "حسين الدريني" سنة 1981، لقياس درجة الخجل لدى الفرد، ويطبق المقياس على فئة المراهقين والراشدين، وقد تكون المقياس بشكله الأولى على 53 فقرة تقيس مظاهر سلوكية يتميز بها الشخص الخجول، وسبب عملية التقنين التي أجريت على المقياس تناقص عدد الفقرات ليصبح (42) فقرة او عبارة تقيس بعض المظاهر السلوكية للخجول، وذلك بناء على اتفاق المحكمين، واخيراً اصبح المقياس يتكون من 36 فقرة فقط تقيس نفس المظاهر السلوكية للخجول من بين المظاهر السلوكية التي نتطرق لها فقرات المقياس كما يلي:

الهدوء، الادب: قلة سؤال المدرس او المحاضر، نقص المشاركة في الأنشطة، احمرار الوجه والتلعثم في مواقف الإجابة، تفضيل البعد عن الناس، حيث يقيس بجملة مدى إحساس الفرد بالخجل، ويغلب عليه ثلاثة ابعاد: "جسمي، سلوكي، واجتماعي ".

- **تطبيقه:** يتكون المقياس من 36 عبارة، ويتضمن عددا من الفقرات الإيجابية، تحمل الأرقام التالية:

{1-2-7-11-12-13-14-16-17-18-19-20-21-22-23-24-26-27-28-29-30-31-32-33-34-35-36-37 }

وقد أعطيت الاستجابات على هذه الفترات الدرجات التالية:

1.نعم: تعطي ثلاث درجات.

2.أحيانا: تعطي درجتين.

3. لا: تعطي درجة واحدة.

ويحتوي المقياس على هذه الفقرات السلبية وتحمل الأرقام:

{3-4-5-6-8-9-10-25-30 } .

وقد أعطيت الاستجابات على هذه الفقرات الدرجات التالية:

1.نعم: تعطي درجة واحدة.

2.أحيانا: تعطي درجتين.

3.لا: تعطي ثلاث درجات.

ويجاب على عبارات المقياس: (نعم، أحيانا، لا) ويستغرق تطبيقه حوالي 15 د.

II. أداة قياس متغير التحصيل:

يحتوي مقياس الاتصال التربوي المنحصر البعدين اللفظي وغير اللفظي بين المدرس والتلاميذ داخل الفصل الدراسي على أربعين (40) فقرة، منها عشرون (20) فقرة خاصة بالاتصال اللفظي الشفهي كلها تخص اللغة المستعملة في الفصل من طرف هؤلاء سواء لغة الشارع التي لا يمكن ان تعرقل التفاعل والتواصل في الفصل وبالتالي عدم التمكن من نقل الرسالة العلمية للتلاميذ، او اللغة العربية الفصيحة التي قد لا يتحكم فيه اغلب التلاميذ مما يؤدي الى عدم فهم خطاب المدرسين فتصبح مصدر لسوء التفاهم ومعرقلة للاتصال التربوي في حجرة الدراسة، هذا ما نراه عند التماسنا لمعدلات التلاميذ التي تمثل مستويات التحصيل الدراسي، وهناك فقرات صيغت صياغة موجبة أي في اتجاه خاصية الاتصال التربوي خاص بالبعد اللفظي وعددها تسعة (9) وهي رقم: {10-11-13-14-15-16-17-19-20}.

والفقرات المتبقية صيغت صياغة سالبة أي عكس اتجاه الخاصية المعنية بالقياس وعددها احدى عشر (11) وهي رقم: {1،2،3،4،5،6،7،8،9،12،18}.

اما بالنسبة للعشرون (20) فقرة ثانية والمتبقية، من الاستبيان فهي خاصة بالاتصال غير اللفظي، وكلها تخص حركات الجسم وايماءات الوجه والحركات التوضيحية وكذلك هندام المدرس والمسافة الموجهة من التلميذ والمدرس في الفصل عند الاخذ والعطاء والاتصالات الى للأخر، أي الاقتراب او الابتعاد من المتحدث وبالتالي الاهتمام بما يقول واحترامه او العكس عند الابتعاد عنه...الخ فهذه العوامل مساعدة او معرقلة للتواصل في الفصل الدراسي.

وهناك فقرات صيغت صياغة موجبة أي في اتجاه خاصية الاتصال التربوي الخاص بالبعد غير اللفظي وعددها سبعة عشر (17) وهي: {21-22-23-24-25-26-27-28-30-31-32-33-34-35-37-38-39}.

اما الفقرات المتبقية وعددها ثلاثة (3) نقد صيغت صياغة سالبة أي عكس اتجاه الخاصية وهي: {29-3-40} فيما يخص تقدير الدرجات. فقد تم تقدير الفقرات من رقم 1 الى رقم 4 على سلم رباعي:

{أوافق بشدة، أوافق، اعارض، اعرض بشدة}

شبكة الملاحظة:

يمكن تعريف الملاحظة على انها الانتباه الى ظاهرة او حادثة معينة او شيء ما بهدف الكشف ان أسبابها وقوانينها (سلمي محمد ملحم، 2001 ص 262)

ويعرفها الباحث حامد عبد السلام زهران على انها وسيلة أساسية وهامة للحصول على معلومات المفحوص، ملاحظة الوضع الحالي في قطاع محدد من قطاعات سلوكه وتسجيل لموقف من مواقف سلوكه (حامد عبد السلام زهران، ص 73)

8. الأساليب الإحصائية:

بسبب جائحة كورونا (COVID19) تعذر علينا اجراء الدراسة التي كانت سوف تعالج نتائجها باستخدام نظام الحزمة الإحصائية (SPSS) في تحليل ومعالجة البيانات للعلوم الاجتماعية.

خلاصة:

تم التطرق في هذا الفصل الى الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية التي تعد من اهم مراحل البحث العلمي التي من خلالها يمكن التنبؤ بقيمة ومصداقية النتائج التي ستسفر عليها الدراسة، باعتبار ان تحديد الاطار المنهجي يعد من اهم أسس الدراسة العلمية كما سبقت الإشارة، وفيه تم التطرق الى الدراسة الاستطلاعية وإجراءاتها وكذا التعريف بالمنهج المتبع ومجتمع وعينة الدراسة بالإضافة الى الأساليب الإحصائية المستخدمة لجمع البيانات الا انه تعذر علينا اجراء الدراسة الميدانية وتطبيق أداة الدراسة المتمثلة في شبكة الملاحظة وهذا راجع الى فيروس كورونا 19 الذي يعاني منه العالم بأكمله.

خاتمة

خاتمة:

من خلال دراستنا لموضوع الخجل وعلاقته بالتحصيل الدراسي توصلنا الى ان الخجل كحالة انفعالية حاز على اهتمام العديد من الباحثين في علم النفس الا انها تحتاج الى مزيد من الدراسات التي تكشف لنا نتائج اخرى لم تتوصل اليها الدراسات السابقة.

نلاحظ ان الخجل هو امر طبيعي يمر به تقريبا جميع الاطفال، في سن محددة، ومواقف معينة، ولكن من غير الطبيعي ان سيمر الخجل لفترات طويلة، وفي كل المواقف التي تتطلب تواصل، وتفاعل، وتكوين علاقات وصداقات مع الاخرين، او مع من هم في مثل سنه، هنا تبرز المشكلة، وان هناك اسباب تقف وراء الخجل.

ونجد ان التحصيل الدراسي يعتمد على عوامل متعددة (الاسرة–المدرسة–المجتمع) والتي لها الاثر المباشر على حياة التلميذ التعليمية، وتعد من العوامل المؤثرة في تحصيله الدراسي، لذا لابد من اجتهاد جميع الجهات في اعداد التلميذ باستمرار واقامة ميسور التعاون فيما بينها لصالح الطفل حتى يكون في الطريق الصحي، والتلميذ الذي ينشا في ظروف اجتماعية مضطربة.

يجب مضاعفة الجهود وتوحيدها قصد اهتمام بالتلميذ خاصة وانه في مرحلة عمرية حرجة ينصدم باي تغيرات، فالاستقرار النفسي والاجتماعي والعاطفي الذي تقدمه لهم له الاثر الفعال في تحصيلهم الدراسي، فان توفرت كل عوامل التحصيل الدراسي فإنها تتيح لنا استثمارها للتلميذ من قدرات ومساعدة على رفع المستوى الدراسي.

قائمة المراجع:

- المراجع العربية:

1-أبو علام، صلاح الدين محمود (2000) القياس والتقويم النفسي والتربوي، دار الفكر العربي القاهرة، الطبعة الثانية.

2-السيد إسماعيل وهبي 2001، بحث الفعل تقويم جودة تعليم، المؤتمر العربي الأول، الامتحانات التقويم رؤية مستقبلية، القاهرة.

3-القرطوسي احمد محمد نسرين، (2013)، «خبرات الإساءة وعلاقتها بالخجل لدى المراهقين»، جامعة الازهر، غزة.

4-الشربيني زكرياء، (2001): «المشكلات النفسية عند الاطفال»، دار الفكر العربي القاهرة، مصر، دون طبعة.

5-المخزومي ورضا امل، أنور الطاهر، (2004)، «دليل العائلة النفسي» دار العلم للملايين، بيروت، ط1.

6-الطيب محمد، (1996)، «مشكلات الأبناء من الجنسين الى المراهقة» دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.

7-إبراهيم مروان عبد المجيد، (2000) «أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية»، مؤسسة الورق، عمان.

8-الطاهر سعد الله (1991) «علاقة القدرة على التفكير الابتكاري بالتحصيل الدراسي» ديوان المطبوعات الجامعية.

9-العيساوي عبد الرحمان، (2002): «القياس والتجريب في علم النفس والتربية» – دار المعرفة الجامعية، مصر.

10-احمد الوافي، (1959) «عوامل التربية»، الانجلو مصرية، القاهرة.

11-تيسير جامد محمد خير الله، (1999) «الخجل والمجاراة وعلاقتها بالتحصيل الدراسي لدى عينة من طلاب كلية التربية جامعة الخرطوم. جامعة افريقيا العالمية. السودان.

12-تركي رابح، (1990)، «أصل التربية والتعليم»، المؤسسة الوطنية للنشر والتوزيع، الجزائر، ط1.

13-جمال مثقال قاسم، ماجدة السيد عيد. (2000) «الاضطرابات السلوكية» دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، ط1.

14-حسين عبد الحميد الدريني (1980) «مقياس الخجل» جامعة الازهر كلية ابن الوليد، دمشق، دون طبعة.

15-حنا ابراهيم، صباح يوسف، (1988) «علم النفس التكويني»

16-حمد محمد عبد السلام، (1960) «القياس النفسي والتربوي» مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.

17-حامد عبد السلام زهران، التوجيه والارشاد النفسي، عالم الكتب، بيروت الطبعة 1 دون سنة.

18-دويدان عبد الفتاح، (1994) «مناهج البحث في علم النفس» دار المعرفة الجامعية –الاسكندرية–ط2.

19-تركيا الشربيني، (1981) المشكلات النفسية عند الاطفال–دار الفكر العربي الرياض بيروت، ط1.

20-سامي محمد ملحم (2001)، الارشاد والعلاج النفسي، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الطبعة 1.

20-شبكة المعلومات الدولية 2006، الموقع .http: /wikipidia-or.wiki

21-طاهر سعد الله (1996) «علاقة القدرة على التفكير بالتحصيل الدراسي» اطروحة مكملة لنيل شهادة الماجستير، ديوان المطبوعات الجامعية الجزائر.

22-طه عبد العظيم منعم، (2009) «استراتيجيات ادارة الخجل والقلق الاجتماعي» دار النشر والفكر ناشرون وموزعون. ط1.

23-عبيدات محمد، ابو نصار-محمد وبيضين. عقلة-(1999) «منهجية البحث العلمي القواعد والمراحل والتطبيقات» دار وائل للطباعة والنشر -عمان-ط2.

24-عودة احمد سليمان والخليلي، نبيل يوسف. (1988) «الاحصاء للباحث في التربية والعلوم النفسية والانسانية» دار الفكر للمش والتوزيع -عمان.

25-علاء الدين كفافي، (1994) «معجم علم النفس والطب النفسي» النهضة العربية، القاهرة.

26-عائشة بالعنترة (2001) «حبيبة بوكرتوتة سلسلة موعدك التربوي» - وزارة التربية الوطنية المركز الوطني لوثائق التربية.

27-عمو عبد الرحيم حضر الله، (2004) «تدني مستوى التحصيل والنجاز المدرسي اسبابه وعلاجه». دار وائل للنشر والتوزيع، الاردن، ط1.

28-عودة احمد سليمان وفلكاوي فنجي حسن 1991، اساسيات في البحث العلمي في التربية وعلم النفس الطبعة الثانية مكتبة الكتاب.

29-غالب مصطفى، (1986) «القلق والخجل» مكتبة العملاء، بيروت

30-فؤاد السيد البهي. «الاسس التقنية للنمو عند الطفولة الى الشيخوخة» دار الفكر العربي -مصر-ط1.

31-قاسم علي الراقي(2002): «القياس في التربية والتعليم» - دار الكتاب الحديث - الكويت.

32-لوناس حدة (2012-2013) «علاقة التحصيل الدراسي بدافعية التعلم لدى المراهق المتمدرس» مذكرة لنيل شهادة ماستر -جامعة البويرة-الجزائر.

33-منصور مصطفى واخرون، (2004): «الاسرة والمدرسة ودورها في تربية الطفل» - دار القرطبة - الجزائر.

34-محمد خليفة بركات(1995): «علم النفس التعليمي» -دار العلم-الكويت ط5.

35-محمد مصطفى زيدان، (1983): «دراسة سيكولوجية تربوية للتلميذ التعليم العام» " المملكة العربية السعودية دار الشروق.

36-محمد جمال السلطفي، (2013): «التحصيل الدراسي ونمذجة العوامل المؤثرة به» الرضوان للنشر والتوزيع سلطنة عمان - الاردن.

37-محمد يحي زكرياء، (1983): «علم النفس» دار الفكر العربي، القاهرة.

38-محمد عطية الابرشي، (1993) «روح التربية والتعليم» دار الفكر العربي، القاهرة.

39-مكي احمد بلطي بشير واخرون (204-2015) «رسالة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس التربوي» البيئة الاسرية، العصاب والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي

40-مصطفى غالب 1982 «التغلب على الخجل في سبيل الموسوعة النفسية» دار المعرفة الجامعية، الطبعة 02.

41-مايسة احمد النيال – مدحت عبد الحميد ابو زيد «الخجل وبعض الابعاد الشخصية» دراسة مقارنة في ضوء عوامل الجنس، العمر الثقافية، دار المعرفة الجامعية –الازاريطة.

42-مروان سليمان السالم (2008) فعالية برنامج مقترح كزيادة الاجتماعية للطلاب الخجولين في مرحلة التعليم المتوسط «مذكرة تحرج لنيل شهادة ماستر» جامعة غزة. غزة.

43-نايف القطامي، (1999): «علم النفس المدرسي» دار الشروق للنشر – الاردن – ط 1.

44-نايف القطامي (1999) «علم النفس المدرسي» دار الشروق للنشر، الاردن-ط1.

45-نجاري حبيب، وزرقي محمد، (2000) «اهمية استعمال الوسائل التعليمية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي في مادة العلوم الطبيعية، مذكرة ليسانس، جامعة السانية، وهران.

46-هنودة على (2013-2014) مذكرة لنيل شهادة ماجستير في علم النفس «التفاعل الاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي ادى بعض تلاميذ التعليم الثانوي».

2-رسالة الماجستير:

1-رفيقة يخلف (2007) «رياض الاطفال والتحصيل الدراسي عند تلاميذ الطور الابتدائي اقسام الاولى اساسي». رسالة ماجستير، 2004 شبكة المعلومات الدولية (2006)، الموقع.

2-نوال رغينة، «دور الظروف الاجتماعية للأسرة على التحصيل الدراسي للأبناء»، دراسة ميدانية في اكماليات بلدية باتنة، رسالة دكتوراه علم الاجتماع.

3-المجلات:

1-حمادة لولوة نهاية، عبد اللطيف (1999) «الخجل من منظور الفروق بين الجنسين واوجه الاختلاف بين الفرق الفردية الاربع الجامعية» مجلة دراسة الخليج والجزيرة، العدد 24.

- المراجع الاجنبية:

1-mercedes G.ltriago (2013), the social effects of a group community social Martiel arts program on shyness in children, the Chicago school of professional psychology, UMI 3562202.

2-Arbeau, K, coplan, j, weeks, M (2010) shyness, teacher – child relationships, and socio-emotional adjustment in grod1. International journal of Behavioral development.

الملاحق:

ملحق رقم 01: شبكة ملاحظة حول الخجل والتحصيل الدراسي.

الابعاد	الخاصية	دائماً	احياناً	نادراً	ابدا
البعد الفيسيولوجي	**جانب الخجل** –هل ترتفع دقات قلبك عند دخولك أماكن مزدحمة؟ –دخولك أماكن مزدحمة؟ –هل يحمر وجهك عند سماع مديح اخرين لك؟ –هل تشعر بالعرق عندما يطلب منك الحديث امام مجموعة من الغرباء؟ –هل تتلعثم عندما تبدأ بالحديث مع الاخرين. –هل تشعر بالألم في المعدة عند قيامك بعمل جديد؟				
البعد النفسي	– هل تشعر بالراحة عندما تكون بين اصدقائك؟ –هل تسعد عندما تكون بمفردك؟ –هل تعبر عن مشاعرك بسهولة؟ –هل تخجل عندما يشار اليك باي تعليق؟ –هل يغلب عليك الشعور بالعجز وعدم الكفاءة؟				
البعد الاجتماعي	–هل تعبر عن رأيك في الأمور التي تهم الاسرة؟ –هل تتردد في القاء كلمة امام الاخرين؟ –هل تفضل الصمت عندما يكون هناك نقاش جماعي؟ –هل تشعر بالسعادة عند مخالطة الناس؟ –هل تخرج مع اهلك في الزيارات العائلية؟ – هل تبتعد عن مجالسة الضيوف في بيتكم؟				
البعد النفسي	**جانب التحصيل الدراسي** – اشعر بشيء من الخوف عندما يطلب مني الأستاذ الوقوف امام زملائي في الفصل خوفا من الإجابة الخطأ – ينتابني شعور بان زملائي في الفصل يكونون أفضل مني –غالبا ما اضطرب خوفا من الرسوب في الامتحان –قبل الامتحان ينتابني الشعور بأنني لن أستطيع الإجابة على الأسئلة –اشعر بالقلق في المواد الدراسية عندما يناديني الأستاذ				

	–الامتحانات الهامة تصيبني بالتوتر العصبي –الخوف من الوضعيات او الأماكن الجديدة او الاشخاص الجدد او الذهاب الى المدرسة				
البعد الانفعالي	–يدق قلبي بسرعة بمجرد توزيع أسئلة الامتحانات أتلعثم في الكلام أحيانا عندما اسمع اسمي ترتعش يدي أحيانا عندما يطلب المدرس مني ان اكتب على الصبورة.				
البعد الاجتماعي (التفاعل مع الزملاء والأستاذ)	–عندما يريد الأستاذ ان يستدعي أحد التلاميذ الخروج الى الصبورة أقول في نفسي ليته لا يستدعيني –تجنب مخالطة زملاء الدراسة –سوء العلاقة مع زملائه ومعلميه –المعاملة القاسية من المعلمين (عدم المشاركة لتجنب سخرية الزملاء)				