



جامعة عين شمس

معهد الدراسات العليا للطفولة
قسم الدراسات النفسية للأطفال

فاعلية برنامج للتخفيف من حدة الخجل لدى عينة من المراهقين المدمنين

رسالة مقدمة

للحصول على درجة الماجستير في دراسات الطفولة
قسم الدراسات النفسية للأطفال

إعداد الطالب

عبد المجيد محمد سيد أحمد متولى

تحت إشراف

د/ محمد رزق البحيري
مدرس علم النفس
معهد الدراسات العليا للطفولة
جامعة عين شمس

أ.د/ فؤادة محمد علي هدية
أستاذ ورئيس قسم الدراسات النفسية للأطفال
معهد الدراسات العليا للطفولة
جامعة عين شمس

ـ 1431 / 2010 م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

إِنَّمَا يُرِيدُ الشَّيْطَانُ أَنْ يُوقَعَ بَيْنَكُمُ الْعَدَاوَةُ وَالْبَعْضَاءُ
فِي الْخَمْرِ وَالْمَيْسِرِ وَيَصُدُّكُمْ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَعَنِ الصَّلَاةِ

(1) فَهَلْ أَنْتُمْ مُنْتَهُونَ

صدق الله العظيم



قسم الدراسات النفسية للأطفال

صفحة العنوان

إسم الباحث : عبد المجيد محمد سيد أحمد متولى
الدرجة العلمية : (ماجستير)
القسم التابع له : قسم الدراسات النفسية للأطفال
إسم المعهد : (معهد الدراسات العليا للطفلة)
الجامعة : (جامعة عين شمس)
سنة المنح : (2010)



قسم الدراسات النفسية للأطفال

صفحة الموافقة

إسم الباحث : عبد المجيد محمد سيد أحمد متولى

عنوان الرسالة: "فاعلية برنامج للتخفيف من حدة الخجل لدى عينة من المراهقين المدمنين "

الدرجة العلمية : (ماجستير)

لجنة الحكم والمناقشة

1- أ.د/ فؤاده محمد على هدية : أستاذ علم النفس ورئيس قسم الدراسات النفسية للأطفال بمعهد الدراسات العليا للطفلة - جامعة عين شمس .

2- أ.د/ مجده أحمد محمود محمد : أستاذ علم النفس ووكيل كلية الآداب لشئون المجتمع والبيئة - جامعة عين شمس .

3- أ.د/ جمال شفيق : أستاذ علم النفس بمعهد الدراسات العليا للطفلة - جامعة عين شمس .

تاريخ البحث : / 2010 /

الد راسات العليا

أجيبة الرسالة بتاريخ
/ 2010 /

ختم الإجازة
/ 2010 /

موافقة مجلس الجامعة

/ 2010 /

موافقة مجلس المعهد

/ 2010 /

مستخلص الرسالة

إسم الباحث : عبد المجيد محمد سيد أحمد متولى

عنوان الرسالة: "فاعليه برنامج للتخفيف من حدة الخجل لدى عينة من المراهقين المدعمنين"

أهداف الدراسة

- تهدف هذه الدراسة الى بحث مدى فاعلية البرنامج المقترن
للتحفيض من حدة الخجل لدى عينة الدراسة من المراهقين المعتمدين .
- مساعدة المراهقين المعتمدين أن يستجيبوا بصورة أكثر ايجابية
لخجلهم .

عينة الدراسة

- اختيرت عينة الدراسة بالطريقة العمدية المقصودة ، وتكونت فى صورتها النهاية من (18) مراهق معتمد تم اختيارهم من قسم علاج الاعتماد على المواد المخدرة بمستشفى دار المقطم للصحة النفسية .

أدوات الدراسة

1. اختبار مكروسکى للخجل، ترجمة مجدى حبيب McCroskey 2008 Shyness Scale
2. مقياس المستوى الثقافى الاقتصادي الاجتماعى ، اعداد محمد البحيرى . (2002)

3. استمارة مقابلة مقتنة من إعداد الباحث .
4. برنامج للتخفيف من حدة الخجل من إعداد بيراؤدو (Bernardo, J. 2005) وقام الباحث بترجمتها ونقله الى العربية .

نتائج الدراسة

1. اثبت البرنامج فاعليته فى خفض حدة الخجل بشكل دال لصالح التطبيق القبلي حيث ظهر تحسن ملحوظ لدى المجموعه التجريبية فى مهارات التواصل مع الزملاء والمعالجين والاهل وايضا تحسن تقديرهم لذواتهم وكذلك تحسن ادائهم فى البرنامج العلاجى بالمستشفى .
- 2- أدى استخدام البرنامج العلاجى المقترن الى انخفاض حدة الخجل بصورة دالة لدى المجموعه التجريبية مقارنة بالمجموعه الضابطه والتى لم تتلق البرنامج العلاجى .

Key words

الكلمات المفتاحية

shyness

الخجل ❦

adolescence

المراهقة ❦

addiction

الادمان ❦



قسم الدراسات النفسية للأطفال

صفحة الشكر

أشكر السادة الأساتذة الذين قاموا بالاشراف وهم

أ.د/ فؤاده محمد علي هدية :

أستاذ ورئيس قسم الدراسات النفسية

للأطفال بمعهد الدراسات العليا للطفولة

جامعة عين شمس

د/ محمد رزق البحيري :

مدرس علم النفس

معهد الدراسات العليا للطفولة

جامعة عين شمس

شُكْر وَتَكْدِير

الحمد لله أولاً وأخيراً وبعد،،

إقراراً بالفضل لا يسعني إلا أن أتقدم بكل الشكر والتقدير وكل معانى الإمتنان إلى كل من أسهم فى إنجاز هذا العمل المتواضع ، فهو نتاج لجهودهم وإرشادهم العلمى لي ، وأخص بجزيل الشكر وخالص التقدير أستاذتى ومعلمتى الأستاذة الدكتورة / فؤاده محمد على هديه ، المشرف على هذه الرسالة وصاحبة الفضل الأول فيها بعد فضله سبحانه وتعالى الذى وفقنى لاختيارها لأنهمل من علمها وأتعلم على يديها والتى لم تدخل وسعاً فى بذل الجهد والوقت والعطاء ، أدام الله لها غزير علمها ودامت لها الصحة والعافية ، فليحفظها الله أستاذأً وأما ومثلاً أعلى يحتذى به وأن يجزييها الله عنى وعن كل من تتلمذ على يديها خير الجزاء .

كما أخص بالشكر والتقدير الدكتور/ محمد رزق البحيرى الذى لم يدخل جهداً وقتاً لمساعدتى فى إتمام هذا البحث والذى ادين له بالفضل طيله هذا البحث ، فكان لى خير معلم واخ تعلمت منه الكثير لحياتى العلميه والعملية ، ادام له الله وافر علمه وسعة صدره وجازاه عنى وعن من نهلوا من علمه خير الجزاء الى يوم الدين . وأنه لشرف لى أن يقوم بمناقشة هذه الدراسة والحكم عليها عالمان جليلان ، العالمة الجليلة الأستاذة الدكتورة / مجدة أحمد محمود أستاذ علم النفس بكلية الآداب - ووكيل كلية الآداب لشئون خدمة المجتمع والبيئة - جامعة عين شمس ، والعالم القدير الأستاذ الدكتور/ جمال شفيق أحمد أستاذ علم النفس بقسم الدراسات النفسية للأطفال - معهد الدراسات العليا للطفولة بجامعة عين شمس . كما اخص بالشكر والتقدير الاستاذه الدكتورة / نيرة اسماعيل استاذتى وأمى التى اكن لها كل التقدير والاحترام وأيضاًأشكر كل من شارك في الدراسة

من المعتمدين الذين إستطاعوا إتمام التعافي يوماً بيوم وكذلك أشقر الذين لا يزالوا يحاولون التعافي من هذا الإضطراب . وأنوّجه بخالص الشكر والعرفان إلى أبي وأمي وأختي وأخوتي لما بذلوه من مساندة واهتمام لاتمام هذا العمل فلهم مني جزيل الشكر والتقدير . كما أتوجه بالشكر إلى بيته الثاني مستشفى دار المقطم للصحة النفسية وعلى رأسهم الاستاذ الدكتور/ يحيى الرخاوي وجميع العاملين بقسم الإعتماد على المواد المخدرة وهم : الدكتور/ نبيل القط والدكتورة/ منال محمد والدكتور/ محمد الرخاوي والدكتور/ تامر فريد والدكتور/ صابر أحمد عبد الموجود والدكتور/ محمد الشاذلي . والأخصائيين النفسيين الأستاذة/ ألفت علام والأستاذة/ هالة نمر والأستاذ/ محمد المهدى والأستاذة/ ميادة المكاوى والأستاذ/ محمد إسماعيل والأستاذ/ عبده السيد

الباحث

أهلا

إلى أبي الحبيب الغالي

وإلي أمي رمز العطاء

واليٰ اخوتی وأخواتی

والي الأستاذة الدكتورة / نيرة اسماعيل

إليكم وبكل خير أهدي بحثي وثمرة جهدى

قائمة المحتويات

رقم الصفحة	المحتوى
الفصل الأول : مدخل الدراسة	
3 <u>مقدمة :</u>
5 <u>أولاً : مشكلة الدراسة :</u>
6 <u>ثانياً : أهداف الدراسة:</u>
6 <u>ثالثاً : أهمية الدراسة:</u>
7 <u>رابعاً : مفاهيم الدراسة:</u>
10 <u>خامساً : حدود الدراسة :</u>
الفصل الثاني : الإطار النظري	
13 <u>المبحث الأول : الخجل :</u>
13 <u>مقدمة :</u>
15 <u>1. تعريف الخجل :</u>
18 <u>2. بعض المتغيرات المرتبطة بالخجل :</u>
23 <u>3. أنواع الخجل :</u>
25 <u>4. سمات الشخص الخجول :</u>
26 <u>5. جوانب ومكونات الخجل :</u>
26 <u>6. النظريات المفسرة للخجل :</u>
29 <u>المبحث الثاني : مرحلة المراهقة :</u>
29 <u>مقدمة :</u>
30 <u>1. تعريف المراهقة.</u>

31 2. خصائص مرحلة المراهقة :
33 3 . بعض العوامل السلبية المؤثرة في شعور المراهق بالسعادة
34 4. مشكلات المراهقة :
35 المبحث الثالث : الادمان :
35 1. تعريف الادمان :
36 2. سوء الاستخدام :
38 3. الاعتماد على المواد النفسية :
الفصل الثالث : الدراسات السابقة	
43 أولاً : الدراسات التي تناولت الخجل وعلاقته بالاعتماد على المواد المخدرة
46 ثانياً : الدراسات التي تناولت برامج تخفيف الخجل :
48 ثالثاً : الدراسات التي تناولت الخجل في مرحلة المراهقة :
55 رابعاً : الدراسات التي تناولت الاعتماد على المواد المخدرة في مرحلة المراهقة :
57 خامساً : تعقيب عام على الدراسات السابقة :
59 سادساً : فروض الدراسة :
الفصل الرابع : منهج وإجراءات الدراسة	
63 أولاً : منهج الدراسة :

63 ثانياً : عينة الدراسة :
66 ثالثاً : أدوات الدراسة :
99 رابعاً : تطبيق اجراءات الدراسة :
99 خامساً : الأساليب الإحصائية :

الفصل الخامس : عرض و تفسير النتائج ومناقشتها

رقم الصفحة	المحتوى
103 مقدمة :
103 1. الفرض الأول :
105 2. الفرض الثاني :
107 3. الفرض الثالث :
110 4. الفرض الرابع :
111 توصيات الدراسة :
112 البحوث والدراسات المقتربة :
113 مراجع الدراسة :
268 ملخص الدراسة باللغة العربية ..
270 ملخص الدراسة باللغة الأجنبية

قائمة الجداول

رقم الصفحة	المحتوى	رقم الجدول
66	الفروق بين المجموعة التجريبية والضابطة في المستوى الاجتماعي الاقتصادي والعمر ومتوسط درجات الخجل	1
68	دليل تقدير الدرجات لبيان اختبار مكروسكي للخجل	2
103	مدى الفروق بين متوسطي رتب أفراد المجموعة التجريبية على مقاييس الخجل قبل وبعد تطبيق البرنامج	3
105	مدى الفروق بين متوسطي درجات أفراد المجموعة الضابطة على مقاييس الخجل قبل البرنامج وبعد	4
108	مدى الفروق بين متوسطي درجات المجموعة التجريبية و الضابطة على مقاييس الخجل بعد البرنامج	5
110	مدى الفروق بين متوسطي رتب أفراد المجموعة التجريبية على مقاييس الخجل بين القياس البعدي والتشبعي	6