مجلة العلوم الاجتماعية
المجلد 14 / العـدد 02 / سبتمبر2020 / ص ص 77 - 89
Journal home page: http://rss.lagh-univ.dz/
ASJP: https://www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/305

الخجل وعلاقته بالاكتئاب لدى عينة من تلاميذ السنة الأولى ثانوي -دراسة ميدانية بثانوية محمد بوضياف آفلو-

Shyness and its relationship to depression among a sample of first-year high school students - field study at Muhammad Boudiaf Aflo High School -

ابراهيم الخليل فارسي [1]
[1] المركز الجامعي آفلوا (الجزائر) ، farsiibrahim2014@gmail.com

تاريخ الاستلام: 2019/04/10 تاريخ القبول: 2020/03/28 تاريخ النشر: 2020/09/13

ملخص:
هدفت الدراسة الحالية للكشف عن طبيعة الخجل وعلاقته بالاكتئاب لدى عينة من تلاميذ سنة أولى ثانوي بمدينة آفلو والتحقق من وجود فروق في الخجل والاكتئاب تبعا للجنس والمستوى التعليمي لدى عينة من تلاميذ السنة أولى ثانوي بمدينة آفلو، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي في الدراسة، وتم إجراء الدراسة على عينة أساسية مكونة من 30 طالب وطالبة من طلبة السنة أولى ثانوي، قوامها 60 طالب وطالبة كما استخدمنا في الدراسة، مقياس سيد يوسف للخجل (2004) ومقياس سيد يوسف للاكتئاب(2004)
وبعد المعالجة الإحصائية توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:
- عدم وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الخجل والاكتئاب لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.
- وجود فروق بين الجنسين ذات دلالة إحصائية في الخجل لصالح الإناث.
- عدم وجود فروق بين التخصص ذات دلالة إحصائية لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.
- عدم جود فروق بين الجنسين ذات دلالة إحصائية لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.
- عدم وجود فروق بين التخصص في الاكتئاب لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.
كلمات مفتاحية: الخجل، الاكتئاب، تلاميذ السنة أولى ثانوي.

ABSTRACT:
The present study aimed at detecting the nature of shyness and its relation to depression in a sample of first year secondary students in Aflou city and checking for differences in shyness and depression according to the sex and educational level in the sample of first year students in Aflou city. On a basic sample of 30 students from the first year of secondary school, consisting of 60 students as we used in the study, the measure of Sayed Yousef of shame and the measure of Sayed Youssef depression.
After the statistical treatment, the study reached the following results:
-There was no statistically significant association between shyness and depression among first year secondary students.

- المؤلف المرسل: ابراهيم الخليل فارسي ، الايميل: farsiibrahim2014@gmail.com

EISSN: 2602 - 6090 الإيداع القانوني: 66 - 2006 ISSN: 1112 - 6752

-There are differences between the sexes are statistically significant in shyness for females.
-The absence of differences between the specialization of statistical significance among students of the first year secondary.
-No significant differences between the sexes in the first year secondary school students.
-There were no differences between the specialization in depression among students of the first year secondary.
Keywords: Shyness - depression - students of the first year secondary.

1- مقدمة:

مع نهاية القرن الثامن عشر كانت العديد من المقالات والكتب تتحدث عن موضوع الخجل قد نشرت، ولقد ثم مناقشة مصطلح الخجل علما في وقت مبكر عام (1872) عندما كتب داروين عنه واصفا الفرد الخجول بأن لديه درجة منخفضة من الثقة بالنفس ودرجة مرتفعة من الوعي بالذات وأنه يشكل حرج عند وجود الغرباء، وفي منتصف عام 1930 قام جيلفورد بدراسة كل الأبعاد الأساسية للشخصية وذلك من خلال استخدام أسلوب التحليل العاملي الإحصائي على قائمة للشخصية personality inventory مكونة من ثلاثين مفردة، وكان من بين العوامل التي أسفر عنها التحليل العاملي مصطلح الخجل و الاعتزالية، هذا فضلا عن وجود عوامل أخرى في الشخصية مثل الاكتئاب والانطواء. وفي عام 1939 أظهرت الدراسات الأخرى التي قام بها جيلفورد أيضا أن هناك ارتباطا بين عامل الخجل وعامل الاكتئاب من ناحية وبين الخجل والانطواء من ناحية أخرى، ومنذ ذلك الحين توالت العديد من الدراسات التي تناولت الخجل ،ولذلك يعتبر الخجل ليس مفهوما جديدا في أدبيات علم النفس بل هو مفهوم قديم قدم الإنسان نفسه ، والخجل عنصر من عناصر الشخصية، وهو أمر جيد ومرغوب فيه ولكنه مستهجيا وغير مقبول أن أصبح عائقا في التعامل مع الآخرين، يترتب عنه مشكلات التوافق النفسي والاجتماعي للفرد، ولعل أهمية هذا الموضوع من خلال استعراض الأسباب التي دعتنا لتناوله حيث أنه يعتبر من المواضيع الحساسة، والمهمة في المجتمع. ويعد الخجل من المشكلات العويصة التي تعتري الفرد في حياته ذلك، إنها تسبب له في عرقلة سير نشاطه وتكيفه في المجتمع، فالإنسان يعيش في بيئة يتأثر بها، ويؤثر عليها فهو يسعى دائما للتكييف مقتضياتها حتى تسمح له بالاتزان النفسي.

إن الإنسان الخجول، إنسان لا يستطيع مواجهة حياته والتكييف معه فهو يسعى دائما إلى أن يعيش في معزل عن مجتمعه لا لشيء إلا أنه يجد في العزلة ملجأ له فشعوره بالنقص يزداد انعزاله بازدياد انعزاله عن المجتمع فالخجل حالة معقدة وعواقبها كثيرة وخطيرة قد تؤدي إلى أمراض مستعصية، وما دام موضوعنا هو البعد الشخصي للخجل والاكتئاب لدى المراهق ورغم أننا لم نجد دراسات عضوية سابقة، تناولت الخجل والاكتئاب إلا أننا وجدنا دراسات تناولت كل موضوع على حدة.

2- مشكلة الدراسة:

الكثير من الإصابات التي يتعرض إليها الشخص بصفة عامة، وللمراهق بصفة خاصة، وهي اضطرابات نفسية لها أبعاد شخصية للإنسان المراهق وهي مظاهر تتجلى بصفة خجل واكتئاب، قد تصيب الفرد باختلالات من شأنها تعميق مشاعر الضيق لدى المراهق والانسحاب من الحياة بالإضافة إلى عدم قدرته على ضبط أو قمع اندفاعاته أو

رغباته وعدم التحكم في مشاعره وانفعالاته، كما تعددت في أشكالها ، وأنواعها ومظاهرها وتأكد طابع مابين فيزيولوجي واجتماعي وانفعالي ومعرفي فالخجل مشكلة كبيرة، قد تسبب في عدة مشكلات أخرى وبالإضافة إلى نتائجها السلبية الغير مرغوب فيها فقد تؤدي إلى الانطواء أو الانعزال عن الآخرين تجنبا للمواجهة مع الذات ومع الآخرين ومن هنا قد تؤدي إلى الاكتئاب أو ما يعرف بالرملة الاكتئابية، كما سماها العلماء. ويصنّف اضطراب الاكتئاب النفسي ضمن الاضطرابات النفسية التي تتسم بخلل في المزاج، كما أنه من المشكلات النفسية التي يمكن أن تعوق الفرد عن أداء دوره الاجتماعي، وعن توافقه وارتقائه، والاكتئاب النفسي اضطراب له جوانب انفعالية ومعرفية وبدنية، ويمكن أن يتمثل الاضطراب الانفعالي في الاكتئاب بعدم القدرة على الحب، وكراهية الذات والتفكير في الانتحار(حقي،1995؛عكاشة،1998)، أما الاضطراب المعرفي فيتمثل في انخفاض تقدير الذات، وتشويه المدركات، واضطراب الذاكرة، وتوقع الفشل وخيبة الأمل في الحياة، وعدم القدرة على التركيز الذهني، هذا فضلا عن الاضطراب البدني الذي يتمثل في اضطراب الشهية للطعام، واضطراب النوم، والعجز الجنسي، واضطراب الجهاز العصبي المستقل، والصداع والإنهاك، وكثرة البكاء وتناقص الطاقة (بشرى،2007؛ غانم،2006). والاكتئاب ظاهرة مرضية، تأتي بأشكال مختلفة كالأحاسيس القاسية ، كاللوم وتأنيب الضمير وعند البعض كأعراض مرضية جسمية تؤدي بالشخص إلى التشاؤم والملل من الحياة ولها أبعاد شخصية متفاوتة من حيث الجانب النهائي والإحباط والقلق وهي أبعاد قد تصيب جميع الفئات العمرية وقد اخترنا إحدى المراحل الحرجة، وهي مرحلة المراهقة ومن أهم الأسباب التي دفعتني إلى استعراض هذا الموضوع رغم قلة المراجع أنه موضوع حساس ، أو ما يسمى بعصر الأمراض النفسية وذلك راجع إلى ضغوطات الحياة الكثيرة والمختلفة. ومنه نطرح التساؤل العام هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الخجل والاكتئاب لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي؟ ومنه تتفرع أسئلة فرعية للدراسة تتمثل في:

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الخجل لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي تعزى متغير الجنس؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الخجل لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي تعزى متغير التخصص الدراسي ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الاكتئاب لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي تبعا لمتغير الجنس ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الاكتئاب لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي تبعا لمتغير التخصص الدراسي ؟

3- فرضيات الدراسة:

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الخجل والاكتئاب لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخجل لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي تعزي للجنس.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخجل لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي تعزي للتخصص الدراسي.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاكتئاب لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي تعزى للجنس.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاكتئاب لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي تبعا لمتغير التخصص الدراسي.

4- أهداف الدراسة:

- التعرف على العلاقة بين للخجل والاكتئاب لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي
- الكشف عن الفروق في الخجل لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي تعزى للجنسين.
- الكشف عن الفروق في الخجل لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي تعزى للتخصص.
- الكشف عن الفروق في الاكتئاب لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي تبعا متغير الجنس.
- الكشف عن الفروق في الاكتئاب لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي تبعا متغير التخصص.

5- أهمية الدراسة:

- تساعد المختصين النفسانيين في فهم الظواهر النفسية خاصة الخجل والاكتئاب لدى المراهق المتمدرس.
- تساعد أخصائي التوجيه والإرشاد المدرسي في عملية متابعة بعض الحالات الخاصة (الاكتئاب الخجل).
- تفيد الفريق التربوي بالمؤسسات التربوية في فهم نفسية التلاميذ والتعرف على بعض المتغيرات ومساعدة التلاميذ على حل بعض المشكلات.

6- مصطلحات الدراسة:

6-1- تعريف الخجل:

هو خبرة نفسية تتشكل لدى الشخص نتيجة لبعض المثي ا رت التي تواجهه في حياته الاجتماعية وهي ذات طابع غير مألوف عنده , مما يؤدي الى استثارة سلسلة مترابطة من الاستجابات الفسيولوجية والسلوكية والمعرفية والتي تقترن فيما بعد بتلك المواقف أو المثيرات مما يجعل لها دور الاساسي في ترسيخ خبرة الخجل وتشبها (العبيدي : 2999 , ص17)

ويعرف الباحث إجرائيا الخجل بأنه: الدرجة المتحصل عليها من استجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس الخجل المستخدم في الدراسة الحالية.

6-2- مفهوم الاكتئاب:

يعرّف بأنه: اضطراب يتصف بحدوث انخفاض كبير في الطابع المزاجي للفرد، وبفقدان الاهتمام أو الاستمتاع بالنشاطات اليومية، ويحدث تغيرات جوهرية في الوزن والشهية للطعام، والأرق أوكثرة النوم، والتهيج أو التأخر النفسي الحركي، والتعب أو فقدان الطاقة والجهد، والشعور بالضعف والذنب، وتناقص القدرة على التفكير والتركيز، والتردد وعدم الحسم، والتفكير بالموت والانتحار (American Psychiatric Association, 2000, 349).

ويعرف اجرائيا: بأنه الدرجة المتحصل عليها من إستجابات أفراد عينة الدراسة على مقياس الاكتئاب المستخدم في الدراسة الحالية

7- الدراسات السابقة:

7-1- بعض الدراسات العربية و الأجنبية:

دراسة (الطيب،2013)، والتي استهدفت التعرف على نسبة انتشار الأعراض الاكتئابية، وتحديد مستوياتها لدى عينة من الطلبة، وكذلك تحديد طبيعة العلاقة بين الأعراض الاكتئابية، وكل من المتغيرات الآتية : التشويه المعرفي للذات، الوحدة النفسية والعلاقات الاجتماعية، والأنشطة السارة، وفاعلية برنامج ارشادي، وقد تكونت عينة الدراسة من (605) طلاب، و(45) طالباً، تم اختيارهم من الطلاب الذين يعانون من الشعور بالاكتئاب النفسي كعينة تجريبية خضعت للبرنامج الإرشادي، وقد توصلت الدراسة إلى أن نسبة انتشار الاكتئاب الخفيف (16.25%)، والمتوسط(14.25%)، والشديد(6.0%)، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين الأعراض الاكتئابية والتشويه المعرفي للذات والشعور بالوحدة، وعلاقة سالبة بين الاكتئاب وكل من تبادل العلاقات الاجتماعية والأنشطة السارة، وأدى البرنامج الإرشادي المستخدم إلى خفض الأعراض الاكتئابية لدى عينة الدراسة التجريبية.

وفي دراسة (الجبوري،2010)، واتي استهدفت قياس الاكتئاب النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى ابناء الجالية العربية المقيمين في الدنمارك، وقد شملت الدراسة عينة عشوائية مؤلفة من(140) فردا من المقيمين العرب في الدنمارك، موزعين على مختلف مناطق الدنمارك، وضمت (77) ذكرا, و(63) أنثى، واعتمدت الدراسة مقياس للاكتئاب النفسي، وقد أظهرت النتائج أن كلاً من الذكور والإناث من أعضاء الجالية العربية المقيمين بالدنمارك الذين شملتهم الدراسة يعانون من الاكتئاب النفسي، وأظهرت النتائج فروق لصالح الإناث مما يدل على أن الإناث يعانين من الاكتئاب النفسي أكثر من الذكور.

كاتر وآخرون (Carter,et al, 2009)، بدراسة حول علاقة المتغيرات الشخصية والمعرفية بتناقض الذات لدى مرضى الاكتئاب الرئيسي، إذ تكونت العينة من(177) مريضاً متردداً على العيادة الخارجية بمستشفى جامعة أوتاغو بنيوزيلندا، بواقع(49) مريضاً، و(128) مريضة، واستخدم الباحثون مقياس الشخصية، ومقياس هاملتون للاكتئاب ومقياس قائمة الاكتئاب ، ومقياس قائمة الأعراض، ومقياس تناقض الذات،.وأشارت النتائج أن الاكتئاب يرتبط بشكل دال مع تناقض إدراك الذات الواقعي/المثالي، كما كانت الإناث أكثر تناقضاً من الذكور، والطلاب الأصغر سناً يعانون من الاكتئاب السوداوي أكثر من الكبار.

دراسة (النجمة،2008)، استهدفت الدراسة التعرف على مستوى الاكتئاب عند طلاب المرحلة الثانوية، والتعرف إلى مدى فعالية برنامج إرشادي نفسي للتخفيف من أعراض الاكتئاب عند طلاب المرحلة الثانوية، وتألفت عينة الدراسة من (26) طالب، تم تقسيمهم إلى مجموعتين، مجموعة تجريبية قوامها (13) طالب، ومجموعة ضابطة وقوامها (13) طالب، وتم استخدام مقياس بيك (Beck) للاكتئاب، وبرنامج إرشادي نفسي، وتوصلت الدراسة في نتائجها إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين أفراد المجموعتين التجريبية والضابطة في وجود أعراض للاكتئاب بعد تطبيق البرنامج الإرشادي ولصالح المجموعة التجريبية، وعدم وجود فروق ذات دلالة احصائية لدى أفراد المجموعة التجريبية في وجود أعراض الاكتئاب النفسي بين التطبيق البعدي والتتبعي بعد شهرين من البرنامج الإرشادي.

دراسة(بالحيل،2008)، هدفت التعرف على مدى فاعلية برنامج علاجي في خفض حدة اضطراب الاكتئاب النفسي لدى طلاب جامعة صنعاء باليمن، تكونت العينة من 34 حالة، منها: (22) من الذكور و(12) إناث، و(10) طلاب أسوياء يمثلون مجموعة ضابطة، واستخدم الباحث في الدراسة مقياس بيك للاكتئابBDI/I ، بالإضافة إلى البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي، وتوصلت الدراسة في نتائجها إلى انخفاض شدة الاكتئاب لدى أفراد العينة التجريبية، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في تأثير البرنامج العلاجي المعرفي السلوكي على أفراد العينة التجريبية في خفض حدة اضطراب الاكتئاب، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أفراد المجموعة التجريبية، وتشير هذه النتيجة إلى انخفاض درجاتهم في التطبيق ألتتبعي في أعراض الاكتئاب.

دراسة يانج (Yang ,2002)، بدراسة استهدفت التعرف إلى العوامل المدرسية وعلاقتها بالاكتئاب لدى تلاميذ المدارس المتوسطة، وتكونت عينة الدراسة من (500) تلميذاً من الفصول السابع والثامن والتاسع، استخدم في الدراسة مقياس الاكتئاب، ومقياس العلاقة بين المدرس والطالب، ومقياس لآراء الأقران، ودرجات التلاميذ في اللغة والرياضيات، وقد أظهرت النتائج ارتباط الاكتئاب بكل من العلاقة مع المدرسين والأقران، وان التحصيل في اللغة قد ارتبط بدلالة إحصائية مع الأعراض الاكتئابية: (الوحدة، والعجز، واليأس، وعدم الشعور بالقيمة والشعور بالفشل والكآبة)، وأن التحصيل في الرياضيات قد ارتبط بالأعراض الاكتئابية: اليأس، وانعدام القيمة، كما أن بعض العوامل المدرسية كانت منبئات دالة على الاكتئاب النفسي.

دراسة شو (Shaw, 2000)، هدفت الى الكشف عن علاقة الأداء الأكاديمي بالاكتئاب وإدراك البيئة الأسرية لدى التلاميذ المتفوقين، وتكونت عينة الدراسة من (357) تلميذاً من الذكور والإناث من المتفوقين بالمدارس العامة الثانوية، وقد استخدم مقياس روينولد للتقرير الذاتي لاكتئاب المراهقين، ومقياس البيئة الأسرية، ودرجات التحصيل، وقد أظهرت النتائج أن الاكتئاب وإدراك التماسك الأسري والصراع والتعبير الأسري قد ارتبطت كلها بالأداء الأكاديمي، وكان ارتباط التماسك الأسري مع التحصيل الأكاديمي أعلى ارتباطا مقارنة بباقي المتغيرات المدروسة، وكان التماسك الأسري والاكتئاب قادرين على التنبؤ بالتحصيل الأكاديمي، كما أن نتائج الدراسة قد دعمت الفرض الذي يذهب إلى أن الاكتئاب وإدراك البيئة الأسرية مرتبطا بالأداء الأكاديمي.

2-7- التعليق على الدراسات السابقة:

اختلفت وتباينت الدراسات حول موضوع الخجل والاكتئاب من حيث الأهداف، فمنها ما هدفت إلى التعرف على الفروق الفردية بين المراهقين والمراهقات مثل دراسة السيد السماد وني والتي أجريت على (1385) مراهق من الجنسين والتي أسفرت عن وجود فروق فردية بين المراهقين والمراهقات في الخجل ودراسة كروزير 1990 والتي أسفرت على أن المراحل الابتدائية أقل خجلا من المراهقين كما نجد في اتجاه آخر حول الاكتئاب دراسة ستلمر وزملائه 2005 التي توصلت إلى أن أهم العوامل التي تساهم في نمو اكتئاب المراهقة هي التعلق الغير آمن بالمراهقين والحالة المزاجية العامة حيث بنيت نتائج هذه الدراسة، حيث أن توافر واحد أو أكثر من هذه العوامل يساهم في نمو الاكتئاب لدى المراهقين وفي نفس الاتجاه نجد دراسة أبيلا وآخرين 2005 حول الأعراض الاكتئابية لدى المراهقين وكشفت هذه الدراسة إلى وجود علاقة إرتباطية موجبة بين التعلق الأمومي الغير الآمين وظهور الأعراض الاكتئابية لدى الأبناء.

8- منهج البحث وإجراءاته الميدانية:

منهج الدراسة: يعد منهج البحث عنصرا رئيسيا من عناصر البحث العلمي، نظرا لأنه يفيد في تحديد الطريقة التي سيسلكها الباحث في جمع البيانات وتحليلها ومناقشتها وتفسيرها، ويفيد أيضا في الحكم على جودة البحث (مساعد النوح، 2004، ص121).

ولقد تم الاعتماد على المنهج الوصفي المقارن في البحث كونه سيتناول الفروق الموجودة في احد المتغيرات: الخجل والاكتئاب ويعبر عن هذه المتغيرات كماً وكيفاً، فهو أسلوب من أساليب البحث الذي يدرس الظاهرة دراسة كيفية توضح خصائصها ودراسة كمية توضح حجمها وتغيراتها.(عطوي جودت،2007، ص173).

9- أدوات جمع البيانات:

9-1 وصف مقياس الخجل:

قام بتصميمه السيد يوسف سنة(2004) على البيئة المصرية

تصحيح المقياس: أعط نفسك (2) درجة على كل إجابة ب (نعم)، و(صفر) على كل إجابة ب(لا) ثم انظر:

- الدرجات من 19 إلى 30 تعنى أن لديك درجة مرتفعة من الشعور بالخجل تستدعى مراجعة النفس والتدريب على السلوك التوكيدي.
- الدرجات من 15 إلى 18 تعنى أن لديك درجة متوسطة من الشعور بالخجل.
- الدرجات الأقل من 15 تعنى انك في حدود الطبيعي.

9-2- وصف مقياس الإكتئاب:

قام بتصميمه السيد يوسف سنة(2004) على البيئة المصرية

تصحيح المقياس:أعط نفسك من الدرجات كتالي:

يعنى درجة واحدة على (قليلا جدا) ودرجتين على (أحيانا) وثلاث درجات على (غالبا) ثم اجمع درجاتك وأخضعها لما يلي:

- الدرجات من39 فما فوق تعنى درجة مرتفعة من الاكتئاب تحتاج إلى متخصصين للعلاج.
- الدرجات من30 إلى 38 تعنى أن لديك أعراض اكتئاب متوسطة يمكن التغلب عليها بتغيير بعض أنماط سلوكك اليومي، ولربما كنت تحتاج إلى بعض المهارات الاجتماعية للتغلب على ضغوطك النفسية.
- الدرجات من 20 إلى 29 أنت في حدود الطبيعي قد تتعرض لمشاعر حزن لكنها في حدود الطبيعي.

10- عينة الدراسة:

لقد أصبحت العينات أساسا في الكثير من الدراسات النظرية والعلمية، حيث يعتمد عليها الباحثون كونها توفر الكثير من الوقت والجهد والمال. وقد تم الاعتماد في هذه الدراسة على العينة العشوائية، حيث تعلقت بعينة من تلاميذ سنة أولى ثانوي آداب و تم اختيارهم بطريقة عرضية.

يتكون المجتمع البحث الحالي، من تلاميذ السنة أولى ثانوي، ممن تتراوح أعمارهم بين (14- 16 سنة) يزاولون دراستهم بمدارس التعليم الثانوي العام والتكنولوجي التابعة لمديرية التربية لولاية الأغواط، مدينة آفلو حيث بلغ عددهم الإجمالي (60) تلميذ وتلميذة، موزعين على قسمين من التعليم الثانوي.

11- عرض النتائج وتحليلها:

11-1- عرض نتائج الفرضية الأولى:

التذكير بالفرضية : توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الخجل والاكتئاب لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي؟ وللتحقق من صحة هذه الفرضية قام الباحثان بحساب معامل الارتباط بيرسون بين الخجل والاكتئاب وفي الجدول أسفله عرض النتائج التي أسفرت عنها المعالجة الإحصائية.

جدول 1. يمثل عرض نتائج الفرضية الأولى العلاقة بين الخجل والاكتئاب

العينة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
61	0.18	0.144

**دالة عند0.01-*دالة عند 0.05

يتضح من الجدول أعلاه انه لا توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة 0.01 بين كل الخجل والاكتئاب لدى تلاميذ السنة سنة أول ثانوي حيث قدر معاملات الارتباط.(0.18).عند مستوى الدلالة 0.144 وبالتالي لم تتحقق الفرضية القائلة. بوجود علاقة ارتباطية.

11-2- عرض نتائج الفرضية الثانية:

التذكير بالفرضية: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخجل لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي تبعا الجنس؟ وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث باستخدام اختبار " ت " لمعرفة دلالة الفروق بين التلاميذ السنة أولى ثانوي على الأداة المعتمدة في الدراسة الحالية، وقد جاءت نتائج الفرض الأول كما يلي:

جدول 2. يمثل عرض نتائج الفرضية الثانية الفروق في الخجل بين الجنسين

الخجل	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار الفروق t	درجة الحرية	الدلالة (sig)
	ذكور	22	20.27	3.02	3.61	59	0.01
	إناث	39	23.09	2.75			
مجموع العينة	61						

وباستعراض نتائج الفرض الثالث اتضح أن هناك فروقاً بين أفراد عينة وهذا من خلال المتوسط الحسابي لاختبار الخجل والذي قد بلغ (20.27) بانحراف معياري قدر ب(3.02) ذكور ، في حين كان المتوسط الحسابي لاختبار الخجل والذي قد بلغ (23.09) بانحراف معياري قدر ب(2.75) ، وبما أن قيمة (sig) والتي تساوي 0.01 اصغر من (0.05 ، إذن فإننا نستنتج مما سبق بأنها توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار الخجل لصالح الإناث. وهذا ما بينته النتائج الاحصائية المحسوبة في الجدول أعلاه من خلال المتوسطات الحسابية المدونة في أن الفرق يرجع لصالح الإناث.

11-3- عرض نتائج الفرضية الثالثة:

التذكير بالفرضية : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاكتئاب بين تلاميذ السنة أولى ثانوي لصالح الجنس . وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث باستخدام اختبار " ت " لمعرفة دلالة الفروق بين أفراد العينة على كل الأداة المستخدمة في الدراسة الحالية ، وقد جاءت نتائج الفرض الأول كما يلي :

جدول 3. يمثل عرض نتائج الفرضية الثالثة الفروق في الاكتئاب بين الجنسين.

الخجل	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار الفروق t	درجة الحرية	الدلالة (sig)
	ذكور	22	35.09	6.91	3.61	59	0.583
	إناث	39	34.13	6.32			
مجموع العينة	61						

وباستعراض نتائج الفرض الثالث اتضح أن هناك فروقاً بين أفراد عينة وهذا من خلال المتوسط الحسابي لاختبار الاكتئاب والذي قد بلغ (35.09) بانحراف معياري قدر ب(3.61) ذكور ، في حين كان المتوسط الحسابي لاختبار الخجل والذي قد بلغ (34.13) بانحراف معياري قدر ب(6.32) إناث، وبما أن قيمة (sig) والتي تساوي 0.583 اكبر من (0.05) ، إذن فإننا نستنتج مما سبق بأنها لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار الاكتئاب بين الجنسين.وهذا ما بينته النتائج الاحصائية المحسوبة في الجدول أعلاه.

11-4- عرض نتائج الفرضية الر ابعة:

التذكير بالفرضية : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخجل بين تلاميذ سنة أولى ثانوي تبعا للتخصص ؟ . وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث باستخدام اختبار " ت " لمعرفة دلالة الفروق بين أفراد العينة على كل الأداة المستخدمة في الدراسة الحالية ، وقد جاءت نتائج الفرض الأول كما يلي :

جدول 4. يمثل عرض نتائج الفرضية الر ابعة الفروق في الخجل تبعا لتخصص.

الخجل	التخصص	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار الفروق t	درجة الحرية	الدلالة (sig)
	آداب	28	22.14	3.12	0.25	59	0.803
	علوم	33	21.94	3.18			
مجموع العينة	61						

من خلال الجدول نلاحظ أن المتوسط الحسابي للمجموعة الأولى (آداب) قد بلغ (22.14) بانحراف معياري قدر ب(3.12)، في حين كان المتوسط الحسابي للمجموعة الثانية (علوم) قد بلغ (21.94) بانحراف معياري قدر ب(3.18) وبما أن قيمة (sig) والتي تساوي 0.800 اكبر من (0.05) ، إذن فإننا نستنتج مما سبق بأنها لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار الخجل تبعا لمتغير التخصص.

11-5- عرض نتائج الفرضية الخامسة:

التذكير بالفرضية : توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاكتئاب بين تلاميذ سنة أولى ثانوي تبعا للتخصص. وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث باستخدام اختبار " ت " لمعرفة دلالة الفروق بين أفراد العينة على كل الأداة المستخدمة في الدراسة الحالية ، وقد جاءت نتائج الفرض الأول كما يلي :

جدول 5. يمثل عرض نتائج الفرضية الرابعة الفروق في الاكتئاب تبعا لتخصص.

الخجل	التخصص	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	اختبار الفروق t	درجة الحرية	الدلالة (sig)
	آداب	28	36.04	6.92	1.75	59	0.084
	علوم	33	33.15	5.91			
مجموع العينة	61						

من خلال الجدول نلاحظ أن المتوسط الحسابي للمجموعة الأولى (آداب) قد بلغ (36.04) بانحراف معياري قدر ب(33.15) ، في حين كان المتوسط الحسابي للمجموعة الثانية (علوم) قد بلغ (33.15) بانحراف معياري قدر ب(5.91) وبما أن قيمة (sig) والتي تساوي 0.084 اكبر من (0.05) ، إذن فإننا نستنتج مما سبق بأنها لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اختبار الاكتئاب تبعا لمتغير التخصص.

12- مناقشة النتائج:

بعد عرض النتائج المتحصل عليها في الدراسة السابقة تأتي مرحلة تفسير النتائج ويتم ذلك كالأتي:

12-1- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الخجل والاكتئاب لدى تلاميذ السنة أولى ثانوي . ومن خلال النتائج المحصل عليها لاحظنا أن معمل الإرتباط بين هذين المتغيرين في دراستنا لم يزد عن 0.18 عند مستوى الدلالة 0.144 وهذا يدل على أن الفرضية لم تتحقق. وهذا عكس ما أثبتته بعض الدراسات التي تناولت علاقة الخجل وبعض المتغيرات الإنفعالية والمزاجية والحالة النفسية، نذكر منها دراسة (فايد2001) والتي أسفرت نتائجها أنه توجد علاقة بين الخجل وبعض الأعراض السيكوباثولوجية مثل القلق والإكتئاب والذهانة والعدوانية، ويمكن أن نفسر ذلك من جانب آخر أنه كانت نسبة من عينة الدراسة لا تعبر عن الأحاسيس الذاتية وعدم تقدير الذات من طرف أفراد العينة وهذا ما يتوافق مع رؤية دراسة العبيدي 1999 والتي قالت وأثبتت بوجود إرتباط سلبي بين متغير الخجل وتقدير الذات كما أوضحت دراسة (ساراف1980) والتي كانت متقاربة مع دراستنا في وجود إرتباط سلبي بين الخجل والإنبساطية ،كا أن نتائج الدراسة تتوافق نسبيا مع بعض الدراسات مثل دراسة الشناوي 1997 والتي توصلت إلى عدم وجود علاقة بين تقدير الذات والقلق والإكتئاب وبين الخجل الإجتماعي . وهذا يرجع عموما بسبب أن الخجولين لديهم حساسية عالية تجاه الآخرين ممل يجبرهم على تجنب المواقف التي تسبب لهم حرجا وبالتالي إبتعادهم عن كل الصدمات التي تنتج عن الإحتكاك بالمجتمع والآخرين. فالإكتئاب غالبا ما ينتج عن سوء التعامل مع التفاعل الإجتماعي وأنه توجد علاقة بين الحساسية التفاعلية للإصابة بأعراض السيكوباثية والخجل وهذا ما يتوافق مع نظرية دراسة (فاير1997).كما أن نتائج دراستنا تختلف كثيرا مع نتائج دراسة (سماح أحمد الذيب وأحمد محمد عبد الخالق 2006) التي أظهرت الإرتباط الوثيق بين الخجل والاكتئاب والقلق.

12-2- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاكتئاب بين تلاميذ السنة أولى ثانوي لصالح الجنس. وأسفرت النتائج على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية تبعا لعامل الجنس بين متوسطي الذكور والإناث وذلك لصالح الإناث أي أنه من خلال دراستنا هذه أن الإناث أكثر خجلا وتعرضا لهذه الظاهرة. كما أن الدراسات أثبتت العكس تماما حيث إنتهت

دراسة (لزمباردو1996) أن في الولايات المتحدة الأمريكية طبقت على شباب من آسيا وأمريكا أن شباب هذه الدول خاصة دولة اليابان هم الأكثر خجلا من الإناث ، وكما فسرت دراسة (فلييس 1988) في وصفها للخجل أن الذكر هو هادئ لا يتكلم كثيرا وغير مدرك للمواقف الإجتماعية، وهذا ربما يعود بالأساس لإختلاف المجتمعات والثقافات كما بينا ذلك في الجانب النظري من دراستنا هذه،وهذا ما بينته في الخصوص دراسة إيمان عبدالكريم الطائي 2011 حيث أظهرت النتائج قيمة "ت" لدى الإناث على مقياس الخجل والوسط الحسابي دائما لصالح الإناث. وتتوافق هذه النتائج مع نتائج دراسة الكبيسي والجنابي 1983 والتي أظهرت أن بنات كلية الآداب بجامعة بغداد هم الأكثر الذين تحصلوا على درجات كلية للمقياس المطبق بعد تطبيق إختبار"ت" فكانت قيمتها لصالحهم، وهذا ربما يعود للتنشئة والتربية التي تسود مجتمعا مثل مجتمعاتنا المحافظة مما يجعل المرأة لدينا مضبوطة بسلوكات معينة والتأنيب والإنتقاد اللاذع وهذا ما أثبتته.

12-3- تفسيرومناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

والتي تنص على توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإكتئاب لدى عينة الدراسة تعود لعامل الجنس ومن النتائج المتحصل عليها بعد تطبيق الإختبار الثاني للفروق بين المتوسطات لوحظ فرق معتبر بين الذكور والإناث لصالح هاته الأخيرة (الإناث) وتتفق هذه النتائج مع ما أشار إليه الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للإضطرابات النفسية أن نسبة إنتشار الاكتئاب الشديد حيث كان تفوق الإناث ظاهر أمام الذكور (dsmiv. 1994.391). كا توصلت العديد من الدراسات إلى أن الإناث أكثر عرضة من الذكور بمقدار الضعف للإصابة بالاكتئاب حيث بينت 62 % للإناث مقابل 11% للذكور تقريبا ويعتقد أنه إلى جانب الأسباب البيولوجية بوجود عوامل مرتبطة بالتنشئة الاجتماعية والوضع الاقتصادي والإجتماعي للمرأة تولد الاستعداد للمعاناة من انخفاض تقدير الذات وبالتالي الإصابة بالاكتئاب. كما اقترح عدد آخر أهمية العامل الوراثي في هذا والجانب وهذا ما أظهرته دراسة (محمد عبد الهادي الجبوري) بعنوان قياس الاكتئاب النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى أبناء الجالية العربية في الدنمارك كما توافقت هذه النتائج تماما مع دراسة (دانيا الشبؤون 2011) بعنوان القلق وعلاقته بالاكتئاب عند المراهقين من تلاميذ التعليم الأساسي في مدارس مدينة دمشق، وهذا يعود ربما لبعض الخصائص والمميزات التي تمس المرأة في المجتمع مثل عدم الخروج من المنزل كثيرا مقارنة بالمرأة وعدم التكفل والقيام بمسؤوليات كثيرة والمزاج العام والظروف النفسية والانفعالية والاجتماعية وهذا ما تطرقنا إليه في الجانب النظري في عناصر أعراض الاكتئاب وأسبابه.

12-4- تفسيرومناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

تقر الفرضية الرابعة بأنه": توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الخجل بين تلاميذ سنة أولى ثانوي تبعا للتخصص.

وبعد إستخدام إختبار"ت" لمعرفة دلالة الفروق بين الخجل لأفراد العينة تبعا للتخصص في السنة أولى ثانوي (آداب وعلوم) ،أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق في خجل التلاميذ بين تلاميذ تخصص جذع مشترك آداب وتخصص جذع مشترك علوم وتك وهذا ما أثبتته دراسة في أن مستوى الخجل لا ينخفض ولا يرتفع وفق التخصص الدراسي

ولا يتأثر به بل له علاقة بذات وطبيعة شخصية كل فرد وهذا في دراسة (كاظم عبد النور) والتي كانت بعنوان مستوى إتساق الذات لدى طلبة الصفوف الثانية في كليتي التربية في جامعتي بابل والقادسية.

13- خلاصة وتوصيات:

بالنظر إلى ما يشكله التلاميذ من أهمية مادية ومعنوية كبرى في حياة المجتمعات من حيث التقدم والبناء فان دراسة هذه الفئة من المجتمع تعتبر من الأولويات التي يجب الاهتمام بها وذلك للوقوف على أهم ما يعانيه التلاميذ من مشكلات وانشغالات لمساعدتهم على تجاوز العقبات وبناء مستقبلهم كونهم أولى الناس بتحديد واقع ومستقبل المجتمع بأكمله وتزداد أهمية دراسة الشباب إن كانو من فئة المراهقين. حيث تطرأ على تلاميذ السنة أولى ثانوي جملة من التغيرات الجسمية والنفسية التي لها أثرها البالغ في نفسية المراهق ولقد حاولنا في دراساتنا هذه الإجابة عن التساؤلات التي تم طرحها في الفصل النظري للدراسة وقد إستخدمنا المنهج الوصفي لطبيعة هذه الدراسة ومن خلال دراستنا الميدانية توصلنا إلى عدم وجود علاقة بين الخجل والاكتئاب رغم تشابههما في بعض الأعراض وعليه فإذا أردنا أن نقي أبنائنا وأولادنا من خطر الإصابة من هاته الأمراض المزمن وعلينا أن نوفر لهم جو أسري ملائم ملئه الثقة بالنفس .فالدور الأساسي الذي يوفره الوالدين له أهمية كبرى في إكساب ومنح الأولاد خصوصا المراهقين دعم كبير لأن التربية الصحيحة والسليمة تجعل من المراهق ذو شخصية سوية بعيدة كل البعد عن الأمراض والعقد النفسية تلك هي أساسيات التربية السليمة التي يجب أن نربي بها أبنائنا. وفي ضوء النتائج التي توصل إليها الباحثان بالتوصيات والمقترحات التالية:

- ضرورة حث الوالدين والمربيين والأساتذة على إتباع أساليب تربوية سوية قائمة على علم النفس الحديث كتشجيع الأبناء على التكلم و الحديث وإبداء الرأي وبناء العلاقات الاجتماعية.
- العمل على تطوير برامج إرشادية فردية وجمعية للتدرب على المهارات الاجتماعية للأطفال صغار السن والمراهقين بحيث تتلائم مع مستواهم العمري واللغوي والثقافي .
- على وزارة التربية والتعليم أن تضمن المناهج والكتب المدرسية الكاملة التي تتحدث عن أساليب المعاملة الوالدية السوية وسبل تعزيزها والأساليب اللاّسوية ومخاطرها وسبل تفاديها.
- دراسة ثر الخجل أأاااااااثصبثبثقلثق أثر الخجل والاكتئاب على طلاب وطالبات المرحلة الإبتدائية والمتوسطة.
- إجراء دراسات مقارنة بين عينات من المراحل العمرية المختلفة (الأطفال الراشدين).

- قائمة المراجع:

بشرى، صمويل تامر، (2007). الاكتئاب والعلاج بالواقع، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة .

حقي، الفت، (1995). الاضطراب النفسي، مركز الإسكندرية للنشر، الاسكندرية.

عكاشة، احمد، (1998). الطب النفسى المعاصر، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

غانم، محمد حسن، (2006). الاضطرابات لنفسية والعقلية والسلوكية، ط1، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.

العبيدي ، هيثم ضياء ،(1999). الخجل وعلاقته بتقدير الذات ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية الاداب , جامعة بغداد.

الطيب، محمد عبد الوهاب، (2013). "فاعلية برنامج إرشادي لخفض الأعراض الاكتئابية لدى طلاب الجامعة" (رسالة دكتوراه) جامعة القاهرة، مصر.

الجبوري، محمد عبد الهادي، (2010). "قياس الاكتئاب النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى ابناء الجالية العربية المقيمين في الدنمارك"، رسالة ماجستير، الأكاديمية العربية المفتوحة في الدنمارك، الدنمارك.

النجمة، علاء الدين إبراهيم، (2008). "مدى فعالية برنامج إرشادي نفسي للتخفيف من أعراض الاكتئاب عند طلاب المرحلة الثانوية"(رسالة ماجستير) الجامعة الإسلامية، غزة.

مساعد بن عبد الله النوح. (2004). مبادئ البحث التربوي ، ط 1 ، جامعة الرياض ، المملكة العربية السعودية.

American Psychiatric Association, Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorder, text revision (4th Ed). Washington: American Psychiatric

Carter. D; Janet. Christopher M; Frampton Roger T. Mulder, Suzanne E. Luty; Peter. R. (2009). "The relationship of demographic, clinical, cognitive and personality variables to the discrepancy between self andclinician rated depression", British Journal of Clinical Psychology, 54 (4), 457–473.

Shaw, R. (2000). "The Relationship of academic performance to depression and perceived home environment among gifted high students. Section A: Humanities & Social Sciences, 61 (1 - A), 86

Yang, D. (2002). "The relationship between school factors and depression in middle school students". Chinese Journal of Clinical Psychology,10 (1), 33- 35.