



جامعة عمار ثليجي بالأغواط

كلية العلوم الاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية والأرطوفونيا



الميدان: العلوم الإنسانية واجتماعية

شعبة : العلوم الاجتماعية

الموضوع:

دور السيكدراما في التخفيف من حدة الخجل

لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية

دراسة ميدانية بابتدائية دني الطاهر بالأغواط

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر أكاديمي في علوم التربية

تخصص : علم النفس التربوي

إشراف الأستاذ :

د. لبصير سفيان

من إعداد الطالبين:

بريدية آدم

حديد عيسى





إلى من علمني النجاح والصبر ... أبي رحمه الله.

إلى من علمتني وعانت الصعاب ... أُمي.

إلى إخوتي ... حبيب ، كلثوم ، خالد.

إلى أساتذتي الأكارم بقسم علم النفس بجامعة الأغواط.

إلى زملائي أحبتي الأعزاء

إلى هؤلاء أهدي هذا الجهد

آدم



إلى من تقوّت بدعائهما ، ووفقت ببركتهما ... أمي أبي.

إلى الأخ والأخت العزيزان ... سمير وخضراء.

إلى أساتذتي الكرام.

إلى كل من تنفست معه مسرّحا وعِلما.

إليهم أهدي هذا الجهد

عيسى



شكر وتقدير

الآن وقد أنهينا هذا العمل المتواضع ، نشكر الله عز وجل ، فيا ربي لك الحمد كما
ينبغي لجلال وجهك وعظيم سلطانك.

ثم نتقدم بالشكر والعرفان لراعي هذه الثمرة ، والمشرف عليها أستاذنا الفاضل
الأستاذ الدكتور سفيان لبصير ، الذي لم يتوان يوماً في تقديم المساعدة لنا ، ومنحنا
من وقته وعلمه الكثير ووجهنا طيلة مسار هذه الدراسة.

تقدير خاص وشكر خالص نرفعها للأساتذة الفاضلين أعضاء لجنة المناقشة لقبولهم
مناقشة هذا العمل المتواضع.

كما لا يفوتنا أن نتقدم بالشكر والعرفان لكل الذين ساهموا في سير الجانب التطبيقي
من إبتدائية دني الطاهر : السيدة المديرية ، والأساتذة الفاضلين ، وتلاميذ الإبتدائية.

آدم ، عيسى

ملخص :

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على دور السيكدوراما في التخفيف من حدة الخجل لدى تلاميذ الابتدائية ، كما إهتمت الدراسة إلى مدى تأثير المتغيرات الشخصية في تباين تأثير السيكدوراما في مستوى الخجل لدى الأطفال .

ولتحقيق أهداف الدراسة لجأنا إلى وسائل نظرية ومنهجية ، وقد إعتمدنا على مجموعة الأدوات تمثلت في مقياس الخجل ودراسة حالة حيث تم تجربتها على عينة استطلاعية من التلاميذ للتأكد من كفاءتها السيكومترية ، وفي الدراسة الحالية المستندة إلى المنهج التجريبي وكذا الملاحظة ، تم التطبيق على عينة قصدية من تلاميذ السنة الثالثة والرابعة والخامسة من التعليم الابتدائي بمدينة الأغواط قوامها 15 تلميذ وتلميذة . وقد تم جمع البيانات وتحليلها إحصائيا اعتمادا على نظام رزمة الإحصاء للعلوم الاجتماعية (SPSS.22) بالاعتماد على عدة اختبارات ، وقد أسفرت الدراسة عن النتائج التالية :

القياس القبلي :

- يعاني تلاميذ الإبتدائية من مستوى خجل يفوق المتوسط قبل حصص السيكدوراما .

القياس البعدي :

- يتحصل تلاميذ الإبتدائية من مستوى خجل دون المتوسط بعد حصص السيكدوراما.

الملاحظة :

- تأثر السيكدوراما في إختلاف مستوى الخجل لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائية من خلال المتغيرات الشخصية

الكلمات المفتاحية : السيكدوراما - الخجل - تلاميذ الإبتدائي

Summary :

The study is aiming to identify the role of the Psychodrama in alleviating the shyness of primary students. The study also focused on the effect of personal changes on the uneven impact of Psychodrama on the level of shyness in children.

To achieve the objectives of the study, we resorted to theoretical and methodological methods, and we relied on the toolkit which was the measure of shyness and case study where they were experimented with a sample of students to ascertain their psychometric efficiency, and In the current study based on the experimental method, as well as observation, the implementation was on a sample of 15 students from the third, fourth and fifth years of primary school in Laghouat .

The data were collected and analyzed statistically based on the (SPSS.22) System based on several tests. The study yielded the following results:

Pre-test :

- Primary students suffer from an unusually high level of shyness prior to the psychodrama classes.

Post-test :

- Elementary students receive a level of shyness below average after the psychodrama classes.

Note :

- The effect of the psychodrama on the level of shyness among primary school students through personal variables .

keywords : psychodrama – shyness – elementary students

الموضـوع الصفحة

الإهداء.....	
شكر وتقدير.....	
ملخص الدراسة.....	أ
فهرس المحتويات.....	ج
فهرس الجداول.....	ـ
فهرس الأشكال.....	د
فهرس الملاحق.....	ح
مقدمة.....	1

الجانـب النظري

الفصل الأول : المشكلة و إعتبراتها	
1. مشكلة الدراسة.....	5
2. فروض الدراسة.....	7
3. أهداف الدراسة.....	8
4. أهمية الدراسة.....	8
5. أسباب إختيار الموضوع.....	9
6. الدراسات السابقة.....	9
7. التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة.....	13
الفصل الثاني : الخـجـل	
تمهيد.....	15
1. مفهوم الخجل.....	16
2. النظريات المفسرة للخجل.....	17

20	3. الخجل ونمو الطفل.....
21	4. قياس الخجل.....
23	5. علاج الخجل.....
25	خلاصة
الفصل الثالث : السيـكودراما	
27	تمهيد
28	1. تعريف المسرح
29	2. مسرح الطفل
30	3. السيـكودراما
31	4 خطوات السيـكودراما
34	5 دور السيـكودراما في علاج الاضطرابات النفسية
35	خلاصة.....

الجانـب التطبيقية

الفصل الرابع : الدراسة الميدانية	
38	تمهيد
38	1. منهج الدراسة
38	2. حدود الدراسة
39	3. الدراسة الإستطلاعية
40	4. أدوات جمع البيانات
41	5. الخصائص السيـكومترية لأدوات الدراسة
44	6. مجتمع وعينة الدراسة
46	7. إجراءات التطبيق
47	8. الأساليب الإحصائية.....

الفصل الخامس : عرض وتفسير النتائج	
49	تمهيد
50	1. عرض نتائج الدراسة
50	1.1. بيانات إحصائية وصفية خاصة بنتائج مستوى الخجل
50	2.1. عرض نتائج الفرضية العامة
51	3.1. عرض نتائج الفرضية الأولى
52	4.1. عرض نتائج الفرضية الثانية
52	5.1. عرض نتائج الفرضية الثالثة
57	2. مناقشة وتفسير النتائج
57	1.2. مناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة
58	2.2. مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى
59	3.2. مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية
60	4.2. مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة
63	الاستنتاج العام
66	الخاتمة
67	اقتراحات

المراجع.....

الملاحق.....

42	نسبة التحكيم لمقياس الخجل.....	1
43	القيم المتحصل عليها من صدق المقارنة الطرفية.....	2
44	توزيع أفراد المجتمع الأصلي.....	3
45	توزيع أفراد العينة حسب الجنس والمستوى التعليمي.....	4
50	نتائج مستوى الخجل لدى عينة الدراسة للاختبار القبلي والبعدي.....	5
50	الفروق في مستوى الخجل لدى عينة الدراسة بين الاختبار القبلي والبعدي.....	6
51	اختبار "ت" لعينة وحيدة القبلي.....	7
52	اختبار "ت" لعينة وحيدة البعدي.....	8

الرقم عنوان الرسومات البيانية والأشكال الصفحة

17	رسم بياني يوضح بعض الاتجاهات المفسرة للخجل.....	1
33	منحنى توضيحي للمراحل الثلاث للعملية السيكدرامية.....	2
44	شكل يوضح توزيع أفراد المجتمع الأصلي.....	3
45	شكل يوضح توزيع التلاميذ حسب الجنس والمستوى الدراسي.....	4

I	مقياس الخجل.....	1
III	إستمارة تحكيم مقياس الخجل.....	2
VII	جدول الأساتذة المحكمين.....	3
VIII	دراسة الحالة.....	4
IX	جدول جلسات السيكدوراما وماحتويه من فنيات والأنشطة والهدف منها.....	5
X	جدول الأنشطة الجماعية التفاعلية والهدف منها.....	6
XI	جدول محتوى مسرحية (أدوات نور)	7
XII	نتائج الدراسة	8

حققة

مقدمة :

تعتبر مرحلة الطفولة من أكثر مراحل الحياة أهمية ، لما لها من تأثير بارز في بناء قدرات الإنسان وإكسابه أنماط السلوك المختلفة وتكوين شخصيته ، وهذا ما أكد عليه الكثير من علماء النفس والتربية . ويرى (عززي ، 1999) إن الطفولة هي الغد والأمل لذلك فإن مستقبل أي مجتمع يتوقف إلى حد كبير على مدى إهتمامه بالأطفال ورعايتهم والاهتمام بالإمكانيات التي تتيح لهم حياة سعيدة ونمواً سليماً .

(أمجد عزات ، 2016 ، ص229)

فبالرغم من إتمام هذه المرحلة بالبراءة والأمل والغد إلا أنها لا تخلو من الاضطرابات النفسية المتعددة التي تواجه الأطفال في هذه المرحلة الهامة ، حيث تظهر هذه الاضطرابات لدى التلاميذ في مرحلة الابتدائية بأشكال متعددة ، فمنها الانطواء والعزلة والخجل . وهذا ما يؤكد صقوت في دراسته لمشكلات السلوكية لطلاب المرحلة الابتدائية ، في مواجهة مشكلة الخجل لدى الاطفال .

(صقوت عبد العزيز، 2013، ص9)

ويمكن أن يتعرض أي طفل للخجل في بعض المواقف ، لكن تكراره إلى الحد يصبح فيه الخجل مؤثراً في شخصيته ويصبح صفة من صفاته إلى حين يكون طفل خجولاً ، وبالتالي إلى الدرجة التي يمكن أن يشكل فيها خطورة على حالته النفسية وتأثيره السلبي في تفاعله الاجتماعي لاسيما في مرحلة الطفولة والتي اتفق المختصون النفسيون والتربويون أنها من أهم مراحل الحياة في تكوين شخصية الإنسان ، لهذا يتعبر الخجل من العوامل النفسية ذات الأثر السلبي على قدرة الطفل في التكيف الجديد مع الآخرين لأنه يحد من قدرته على التفاعل وبالتالي يقلل من فرصته في تكوين الصداقات والاستمتاع والاستفادة من الخبرات المختلفة المتاحة .

(سهيل مصطفى ، 2015 ، ص1)

والخجل مشكلة تؤثر في شخصية الفرد وتشل طاقاته وتحد من سلوكه الاجتماعي والنفسي ولذا ينبغي دراسته بصورة علمية من أجل تحديد مداه والتعرف على حجمه اعداد البرامج والأساليب الارشادية الفعالة لمعالجته. (السيد ، 1974 ، ص 308)

وتختلف أساليب الارشاد الجماعي باختلاف المشكلات ، وتعتبر السيكدوراما أو الدراما النفسية من أشهر أساليب وأهم تقنيات العلاج التي تعتمد على التصور التمثيلي المسرحي لمشكلات نفسية أو سلوكية أو إجتماعية أو حتى لمواقف حياتية ، وقد ابتكر هذه الطريقة المحلل النفسي الأمريكي مورينو moreno ، حيث بدأ باستخدام هذا الأسلوب في فينا عام (1921) ، وأسس أو مسرح للعلاج النفسي عام (1927) في مدينة نيويورك في الولايات المتحدة الأمريكية. ويرى مورينو أن أهم ما في هذا الأسلوب هو حرية السلوك لدى الممثلين (المسترشدين) وتلقائيتهم، مما يتيح فرصة التداعي الحر والتنفيس الانفعالي حين يعبرون في حرية تامة في موقف تمثيلي فعلي عن اتجاهاتهم ودوافعهم وصراعاتهم وإحباطاتهم ... الخ ، مما يؤدي في النهاية إلى تحقيق التواف والتفاعل الاجتماعي السليم من الخبرة الاجتماعية.

(سليمانى جميلة، 2017 ، ص277)

إن الدراسة الحالية تستهدف مدى دور السيكدوراما في التخفيف من حدة الخجل لدى تلاميذ الابتدائية ، وقد قدمت العديد من الاستبصارات والاستنتاجات المفيدة ، التي ساهمت في تحسين سلوك أطفال المرحلة الابتدائية ، وتتكون الدراسة الحالية من خمسة فصول (ثلاث فصول في الجانب النظري ، وفصلين في الجانب التطبيقي) . في الفصل الأول تم عرض مشكلة الدراسة والدراسات السابقة ذات العلاقة ، أما الفصل الثاني فخصص للخجل ونمو الطفل ، وتم التطرق في الفصل الثالث إلى مفهوم السيكدوراما و خطوات إجراء السيكدوراما ودورها في علاج الاضطرابات النفسية ، وقد كان الفصل الرابع خاصا بإجراءات الدراسة والمنهجية التي تقوم عليها الدراسة ، بينما خصص الفصل الخامس لعرض ومناقشة وتفسير النتائج في ضوء الأطر النظرية والدراسات السابقة .

الجانِب النظري

المشكلة وإعتباراتها

- مشكلة الدراسة
- فرضيات الدراسة
- أهمية الدراسة
- أسباب إختيار الموضوع
- الدراسات السابقة
- التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة

1. مشكلة الدراسة:

تعد مرحلة الإبتدائية للطفل من المراحل الحرجة ، فالطفل يدخل المدرسة الإبتدائية من عمر (6-12) سنة وهذه الفترة ليست قليلة فهو يقضي وقت طويل في المدرسة فيحصل خلال هذه الفترة على النمو في جميع الجوانب الجسمية العقلية والاجتماعية والنفسية والاخلاقية ، حيث إن كل فئة عمرية لها مطالبها وحاجاتها التي تحتاج إلى اشباع ليحصل الطفل على حياة سليمة خالية من الأمراض النفسية ، إذا لم تشبع هذه الحاجات فإن الطفل يكون معرض إلى مشكلات نفسية قد تؤثر بشكل سلبي على مسيرته النمائية ويكون شخص غير سوي يعاني من الاضطرابات النفسية في المستقبل.

(الزعبي محمد ، 2005 ، ص35)

فالأطفال معرضين لمواجهة مخاطر الاضطرابات النفسية المتعددة ، لهاذا تتزايد إهتمامات الأولياء بأبنائهم بسبب ظهور العائلة النووية (الأب ، والأم ، والأبناء) ، وتطور علم النفس والتعرف على إضطرابات النمو من جهة أخرى .

ومنه أهم الإضطرابات التي يعاني منها الأطفال لدينا إضطراب الخجل ، والخجل هو عدم الراحة والقلق الشديد و المخاوف الزائدة من المواقف الإجتماعية وأثنائها ، ويعد علم النفس وعلوم التربية المجال الأساسي في مواجهة مثل هذه الاضطرابات ، وقد ظهرت عدة نظريات علاجية في هذا الصدد نذكر منها العلاجات السلوكية المعرفية ، و التحليل النفسي و السيكدوراما ومن بين المقاربات و الطرائق التي حظيت بإهتمام واسع نجد طريقة السيكدوراما المركبة من جزأين هما Psycho بمعنى علم النفس ، و Drama بمعنى الفعل أو الانجاز و النضال .

(أحمد سليمان، 2007 ، ص183)

أي أنه أسلوب من الأساليب الإسقاطية ، كما تعتبر شكل من أشكال العلاج النفسي الجماعي لعدة اضطرابات ومشكلات نفسية . ويؤكد ذلك (Starr Adlaine,1977) أن السيكدوراما أو الدراما النفسية شكل من أشكال العلاج النفسي الذي يستخدم التمثيل لمعاونة

المريض في حل مشكلاته عن طريق الموجه "المعالج" ومعالجون آخرون حيث يطلب من الشخص أن يمثل مواقف التي تشكل بالنسبة له أسباباً لاضطراب سلوكه ، وترجع أصول استخدام السيودراما إلى ما يقرب ثمانين عاماً مضت ، أي منذ عام 1911 في فيينا على يد " ج.ل. مورينو " J.L.Moreno " فقد اكتشف أنه عند السماح للأطفال بالتعبير التلقائي عن مشكلاتهم ، فإنهم يحققون نتائج علاجية لأبأس بها

(عبد الرحمن سيد سليمان ، 1994 ، ص396)

من خلال ماسبق يتبين لنا أن اضطراب الخجل من أكثر الاضطرابات التي تصيب الأطفال في مرحلة التعليم الابتدائي وأن السيودراما من أهم الطرق المستخدمة في خفض حدة هذا الإضطراب.

بعد هذا التوضيح للإطار العام الذي تصب فيه مشكلة الدراسة خلال دراستنا هذه سنحاول معرفة ما إذا كانت هذه الطريقة فعالة حقاً في التخفيف من حدة الخجل لدى الأطفال الذين يعانون من مستويات خجل مرتفعة ، بحيث أننا سنحاول من خلال ذلك الإجابة على أهم التساؤلات المحيطة بهذه الظاهرة ، ومعرفة ما إذا كانت حصص السيودراما و التمثيل فعلاً بإمكانها تنمية الجانب الوجداني و السلوكي للطفل ، و تنقله من طفل خجول منطوي إلى آخر منبسط واثق من نفسه ومتفاعل ، وذلك من خلال المقارنة بين مستوى الخجل لدى عينة من الأطفال قبل وبعد حصص السيودراما المطبقة على مجموعة من تلاميذ الابتدائي .

كما أننا سنحاول الوقوف على أسباب التي تجعل الطفل خجول بالاعتماد على الأطر النظرية وعلى ملاحظتنا كباحثين من خلال هذه الدراسة ، عبر تقديم نوع من العلاج التي يتمثل في السيودراما التي تسهم في التصدي لاضطراب الخجل وشتى الاضطرابات النفسية والسلوكية ، وبناء على ما تم تناوله سابقاً يمكننا طرح التساؤلات التالية :

1.1- التساؤل العام للدراسة :

- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الخجل لدى تلاميذ الابتدائية بين الإختبارين القبلي و البعدي لصالح الإختبار القبلي ؟

2.1- التساؤلات الفرعية للدراسة :

- ما مستوى الخجل لدى تلاميذ الابتدائية قبل حصص السيكدوراما ؟
- ما مستوى الخجل لدى تلاميذ الابتدائية بعد حصص السيكدوراما ؟
- هل تؤثر المتغيرات الشخصية الأخرى في تباين تأثير السيكدوراما في إختلاف مستوى الخجل لدى تلاميذ الابتدائية ؟

2. فرضيات الدراسة :

1.2- الفرضية العامة :

- توجد فروق في مستوى الخجل لدى عينة من تلاميذ الابتدائية بين الإختبار البعدي و الإختبار القبلي لصالح الإختبار القبلي .

2.2- الفرضيات الجزئية :

- يعاني تلاميذ الابتدائية من مستوى خجل يفوق المتوسط قبل حصص السيكدوراما .
- يتحصل تلاميذ الابتدائية من ستوى خجل دون المتوسط بعد حصص السيكدوراما .
- تؤثر المتغيرات الشخصية في تباين تأثير السيكدوراما في مستوى الخجل لدى تلاميذ الابتدائي .

3. أهداف الدراسة :

- معرفة مستوى الخجل لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية بين الاخبارين القبلي والبعدي
- بيان مدى فاعلية السيكدوراما في التخفيف من حدة الخجل لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية.
- التخفيف والتحرر من الخجل لدى الأطفال.

4. أهمية الدراسة :

1.4- الأهمية النظرية :

تأتي أهمية هذه الدراسة كونه من الدراسات التي تناولت مضوعا من المواضيع الهامة في حياة التلميذ المدرسية إذ يسلط الضوء على الخجل الذي أصبح يزداد في مدارسنا وهو من أكثر المشكلات شيوعا ، فلهذا فإن هذه الدراسة تكتسب أهميتها في عدة جوانب الموضحة كالتالي :

- دراسة فئة مهمة وهم تلاميذ مرحلة الإبتدائية وهي مرحلة الأساس التعليمي لجميع المراحل التالية لها.
- في هذه المرحلة يتكون تلميذ الإبتدائية من الناحية الشخصية و الفكرية و المهارية والمعلوماتية
- هذه المرحلة مرحلة التكوين العاطفي و العلاقات الإجتماعية وكيفية تكوينها وصيانتها .
- تعتبر هذا المرحلة مرحلة التعليم الإلزامي للتلميذ بل تعتبر حاليا من مسلمات المجتمع و التي يلتحق بها جميع ابناء المجتمع ومن جميع فئاته .

2.4- الأهمية التطبيقية :

- إفادة المهتمين والمختصين في المجال التربوي بالبحوث العلمية بما توصلنا إليه من نتائج من خلال هذه الدراسة وبالتالي فتح آفاق بحثية جديدة .
- مساعدة التلاميذ في التحرر إضطراب الخجل.
- إثراء مكتبة الجامعة بالدراسات السابقة .

5. أسباب إختيار الموضوع :

1.5- أسباب ذاتية :

- السبب الرئيسي كون أحد الباحثين من ناشطي مجال المسرح .
- محاولة فهم شخصية الطفل الخجول .
- الفضول العلمي لدراسة الخجل لدى من تلاميذ المرحلة الابتدائية .

2.5- أسباب موضوعية :

- أن هذا الموضوع محلياً لم يدرس بطريقة فعالة في مرحلة الإبتدائي من قبل.

6. الدراسات السابقة :

دراسة غريب (1994) مصر :

عنوان الدراسة : استخدام السيكدوراما لخفض الاضطرابات الانفعالية لدى الأطفال.

هدف الدراسة : خفض بعض الاضطرابات الانفعالية (القلق ، خوف الظلام ، نوبات الغضب ، الجمود الانفعالي) لدى أطفال مرحلة الطفولة الوسطى باستخدام السيكدوراما كأسلوب علاجي.

عينة الدراسة : تكونت من ستة أطفال تراوحت أعمارهم بين " 6-9 " سنوات ، ممن حصلو على درجات ، على واحد أو أكثر من المقاييس الفرعية لمقياس الاضطرابات الانفعالية للأطفال.

أدوات الدراسة : مقياس الاضطرابات الانفعالية للأطفال ، ومقياس الاضطرابات الانفعالية للآباء كما يلاحظها الآباء من إعداد الباحثة ، إلى جانب المقابلة الكلينية والبرنامج العلاجي الذي أعدته الباحثة ، وتأليف البرنامج العلاجي من عشرين جلسة سيكدرامية أجريت على مدى شهر ونصف بواقع 30-40 دقيقة للجلسة فيها فنيات لعب الدور ، المنولوج ، الديالوج ، وحل المشكلة.

نتائج الدراسة : أظهرت النتائج وجود فروق دالة بين متوسطات درجات أفراد مجموعة البحث قبل وبعد البرنامج لصالح القياس البعدي والتتبعي على المقياس المستخدمة ، كما ساعد البرنامج إحدى الحالات التي عانت من الخجل المفرط على التخلص منه بالرغم من أن هذا الاضطراب لم يوضع كهدف مسبق من أهداف العلاج.

🇪🇬 دراسة متولي (2010) مصر :

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

أهداف الدراسة : بحث مدى فاعلية البرنامج المقترح للتخفيف من حدة الخجل لدى عينة الدراسة من المراهقين ومساعدتهم على أن يستجيبوا بصورة أكثر لخجلهم.

عينة الدراسة : (18) مراهق معتمد تم اختيارهم من قسم علاج الاعتماد على المواد المخدرة بمستشفى دار المقطم للصحة النفسية.

أدوات الدراسة :

1. اختبار مكروски للخجل
 2. مقياس المستوى الثقافي الاقتصادي الاجتماعي
 3. استمارة مقابلة مقننة من إعداد الباحث
 4. برنامج للتخفيف من حدة الخجل من إعداد بيرادو
- وقام الباحث بترجمته ونقله للعربية

نتائج الدراسة :

أثبت البرنامج فاعليته في خفض حدة الخجل بشكل دال لصالح التطبيق القبلي حيث ظهر تحسن ملحوظ لدى المجموعة التجريبية بمهارات التواصل مع الزملاء و المعالجين والأهل وأيضا تحسن تقديرهم لذواته وكذلك تحسن أدائهم في البرنامج العلاجي في المستشفى .

وأدى استخدام البرنامج العلاجي المقترح إلى انخفاض حدة الخجل بصورة دالة لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة والتي لم تتلق البرنامج العلاجي.

دراسة هادجنس وآخرون (Hudgins et Al, 2000)

عنوان الدراسة :

The effect of unig psychodrama in the treatment of symptoms of PTSD

أهداف الدراسة : التعرف إلى مدى فاعلية استخدام السيكدوراما في علاج أعراض مابعد الصدمة

عينة الدراسة : تكونت من حالة فردية تعاني من أعراض مابعد الصدمة

أدوات الدراسة : مقياس أعراض مابعد الصدمة إعداد (Bruere, 1995) ومقياس غير

الاجتماعي (Bernstein 1986) إعداد ومقياس الاكتئاب (Beck et al, 1961) إعداد ومقياس

الأعراض الجسمية إعداد (Chambless et al , 1984)

نتائج الدراسة : وبعد إجراء التحليل الإحصائي للحالة الفردية لنتائج الحالة الفردية موضوع الدراسة

أظهرت النتائج أن هناك فروقاً دالة إحصائية بين القياس القبلي البعدي ، وذلك على المقاييس

المستخدمة في الدراسة ، مما يدل على فاعلية استخدام أسلوب السيكدوراما في التخفيف من أعراض

مابعد الصدمة (سلوكيات غير الاجتماعية ، السلوك التجنبي ، الانسحاب ، الاكتئاب ، الأعراض

الجسمية)

دراسة سهيل مصطفى (2015)

عنوان الدراسة : فاعلية برنامج ارشادي جماعي بالسيكدوراما للتخفيف من حدة الخجل لدى

المراهقين

أهداف الدراسة : بيان مدى فاعلية برنامج إرشادي جماعي بالسيكدوراما للتخفيف من حدة الخجل

لدى المراهقين في مدينة سلمية.

عينة الدراسة : يتكون مجتمع الدراسة من (24) طالبا وطالبة من طلاب الصف الأول الثانوي في مدينة سليمة .

أدوات الدراسة : استخد الباحث مقياس الخجل من إعداد زينب محمود وسميرة عبد الله (2012) ، وكذلك البرنامج الإرشادي للبيكودراما تتكون من 15 جلسة .

نتائج الدراسة :

- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية في القياس القبلي ومتوسطات درجات في القياس البعدي على مقياس الخجل.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات درجات افراد المجموعة التجريبية في القياس البعدي على مقياس الخجل.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد المجموعة التجريبية ومتوسطات درجات أفراد المجموعة الضابطة في الياس المؤجل على مقياس الخجل

❖ التعليق على الدراسات السابقة :

من خلال العرض السابق للدراسات السابقة يمكن إستنتاج الآتي :

- أكدت معظم الدراسات فعالية أسلوب البيكودراما في التخفيف من حدة المشكلات السلوكية والإنفعالية
- استخدمت في الدراسات السابقة أدوات ثلاثم الأهداف التي وضعت .
- استفادة الباحثين من الدراسات السابقة التي تعرض إليها حول أسلوب البيكودراما في صياغة أسئلة ومشكلة الدراسة ، وصقل الإطار النظري الخاص بهما ، من إجراءات ، الأدوات والأساليب الإحصائية، وبناء مقياس الخجل وتفسير النتائج .
- إشارة نتائج الدراسات أن هناك فروقاً في مستوى الخجل قبل وبعد ممارسة البيكودراما.
- معظم الدراسات تستند إلى العديد من المحاور والأساليب المشتركة مثل (الألعاب الجماعية ، القصة ، الغناء)

7. التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة :

- **تلميذ الابتدائية** : هو الطفل المتمدرس بصورة قانونية في المدرسة الحكومية ، في الفترة الممتدة بين (6-10) سنوات ، لسنوات الثالثة ، الرابعة والخامسة ابتدائي.
- **الخلج** : هي استجابات تدل على عدم الراحة والكف والقلق والتحفظ في وجود الآخرين خاصة في المواقف الاجتماعية الشخصية.
- وهي الدرجة التي يحصل عليها أطفال المرحلة الابتدائية من خلال الاجابة على فقرات مقياس الخلج المستخدم في هذه الدراسة .
- **السيكودراما** : عبارة عن أداء تمثيلي يقوم به تلاميذ الابتدائية بطريقة تلقائية ، بالاعتماد على بعض الفنيات السيكودرامية للتخفيف من حدة الخلج .

الخبـل

تمهيد

- مفهوم الخجل
- النظريات المفسرة للخجل
- الخجل ونمو الطفل
- قياس الخجل
- علاج الخجل

خلاصة

تمهيد :

تتفق الآراء التربوية على أهمية المرحلة الابتدائية في بناء شخصية الطفل ، إذ يعد الخجل خبرة طبيعية يمكن أن يتعرض لها الأطفال عند التعرض لبعض المواقف و المناسبات الاجتماعية ، فالطفل الخجول يتجنب الآخرين بسبب الخوف، والقلق والتردد فلا يعرض نفسه للمواقف وبالتالي فهم لا يستطيعون الإتصال مع الآخرين أو تكوين علاقات اجتماعية لعدم قدرتهم على المبادرة أو التطوع ، فهم غالبا صامتون يتكلمون بصوت منخفض، نتيجة تعرضهم لمواقف محرجة بحيث تظهر علامات جسمية فهم يتجنبون الاتصال البصري وإحمرار الوجه وما إلى ذلك فقد ظهرت عدة وجهات النظر والاتجاهات التي فسرت الخجل ، فمنهم من فسر بالشخص الخجول بإنشغال الأنا بذاته ، ويفسر إتجاه التعلم الاجتماعي الخجل إلى القلق الاجتماعي ، بينما يرى الاتجاه البيئي الأسري أن تفسير الخجل يرجع إلى عوامل متعلقة بالبيئة المحيطة بالطفل والأسرة ، ويرى أصحاب الإتجاه الوراثي أن الخجل يعزى إلى شق وراثي تكويني ، إذ أن الخجل تتدخل فيه عدة عوامل.

وبين كل هذه التفسيرات فلقد أهتم علم النفس النمو إهتمام بالغاً لنمو الطفل بحث أرجعوا أن اضطراب الخجل في المراحل النمو المبكرة بأنه الخوف من الأحجام و التعامل مع الغرباء ، واستجابة الطفل لمثيرات الخجل تكون عبر البكاء أو انحناء الرأس .

(حسن مصطفى ، ص241-242)

ويرى الباحثين أن الخجل ظاهرة طبيعية في الأساس قد تصيب أي فرد صغيرا كان أم كبير لديه إستعداد له ، كما يمكن لأي فرد التخلص من الخجل بالعلاج المبكر خاصة مرحلة الطفولة.

1. مفهوم الخجل :

أ. لغة :

خجل ، إستحياء ودهش وبقي ساكناً لا يتكلم ولا يتحرك ، و الخجل محركه أن يتلبس الأمر على الرجل فلا يدري كيف المخرج منه (القاموس المحيط ، 1978 ، ص1281)

ب. اصطلاحاً :

إن معظم تعريفات الخجل تدور حول القلق الشديد والمخاوف الزائدة من المواقف الاجتماعية وفي أثنائها، ويرجع هذا التباين في وجهات النظر الخاصة بتعريف الخجل إلى طبيعته المركبة ومن هذه التعريفات مايلي:

عرفه الدريني بأنه الميل إلى تجنب التفاعل الاجتماعي ، مع المشاركة في المواقف الاجتماعية بصورة غير مناسبة ويكون الخجل مصحوباً بعدة مظاهر منها : الشعور بالقلق وعدم الارتياح وهو ما يؤدي إلى الصمت و الانسحاب من مواقف التفاعل الاجتماعي ويكون أيضاً مصحوباً بالشعور بالحساسية للذات والتعاسة والانشغال بالذات. (الدريني ، 1981 ، ص6) ويعرفه (جونز ، وبرجز ، وسميث) الخجل بأنه استجابات تدل على عدم الراحة والكف والقلق والتحفظ في وجود الآخرين ، ويؤكدون أيضاً بأن الخجل بشكل أساسي بالتهديد في المواقف الاجتماعية الشخصية. (Jon , Briggs and smith 1986,p626)

وعرفه كل من تيرنز ، وبيدل ، وتانسلي (Turner , Beidel & Townsley) بأن الأفراد الخجولين يصفهم عامة الناس بأنهم من تظهر عليهم مشاعر عدم الارتياح والتوتر في المواقف الاجتماعية ، ويبدو عليهم أنهم يحجمون عن المشاركة في المحادثة الاجتماعية ، على الرغم من أنهم في حقيقة الأمر يتوقون إلى الانخراط في الحديث مع الآخرين.

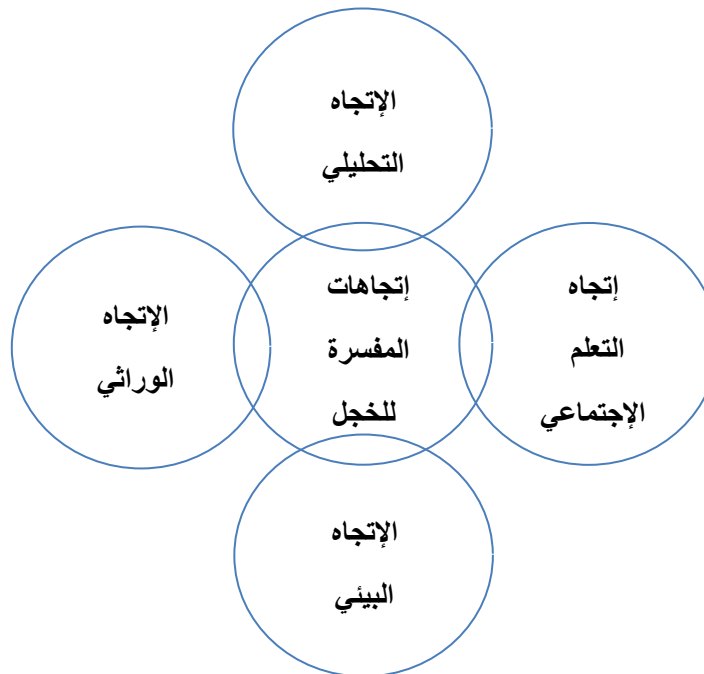
(حمادة و عبد اللطيف ، 1999 ، ص128)

وكما عرفت السمادوني الخجل بأنه مجموعة متآلفة من الاتجاهات و المشاعر التي تتدخل في قدرة الفرد وتجعله يتأثر إنفعالياً بالآخرين في المواقف الاجتماعية.

(حمادة و عبد اللطيف ، 1999 ، ص128)

2. النظريات المفسرة للخجل :

يعد الخجل من الظواهر السلوكية السلبية أو غير المرغوبة والشائعة في مراحل العمر المختلفة ، وخاصة في مرحلة الطفولة ، بسبب ما يمارسه الوالدان من سلوك في تنشئة الطفل ، أو من خلال خبرة الطفل القليلة في الحياة وكيفية التعامل مع المواقف الاجتماعية. وهناك العديد من وجهات النظر والاتجاهات المفسرة لظاهرة الخجل وأسبابه وتطوره ومن أهم هذه الاتجاهات كما يوضحه الشكل التالي :



الشكل رقم (01) بعض الاتجاهات المفسرة للخجل

(النيال مایسة ومدحت أبو زيد ، 1999 ، ص26)

1.2 - الإتجاه التحليلي Analyticle Prespective :

ويفسر الخجل في ضوء إنشغال الأنا بذاته ليأخذ شكل النرجسية ، فضلا عن إتصاف

الخجول بالعدائية والعدوان . (kaplan , 1972)

ويضيف زلاتان كريزان أستاذ في قسم علم النفس في جامعة أيوا الأمريكية ، إن البعض منهم هادئ وخجول بسبب أصوات النرجسيون عالية ويرغبون في الإعلان عن إنجازاتهم لكل العالم بواسطة بوق ، ويوضح زلاتان كريزان نوعان من تعبيرات النرجسية : العظيم والمتفاخر والمحِب للإستعراض ، والثاني الخجول الذي ليس في حاجة إلى البوق ولكنه يجلس في زاوية ويحلم باليوم الذي يأتي ويغيظ الآخرين.

<https://arabic.sputniknews.com/mosaic/201802041029749658-18->

2.2 - إتجاه التعلم الاجتماعي Social Learning Prespective :

يعزو منحى نموذج التعلم الاجتماعي الخجل إلى القلق الاجتماعي ، و الذي بدوره يثير أنماطاً متباينة من السلوك الإنسحابي، وعلى الرغم أن النتيجة الطبيعية للإنسحاب ، و التقادي تتمثل في خفض معدلات القلق ومن ثم الخجل، إلا أنه يمنع فرصة تعلم المهارات الاجتماعية الملائمة ، ولا تتوقف سلبية الخجل الناجم عن القلق الاجتماعي عند هذا الحد فحسب ، ولكنها تمتد لتكون عواقب أخرى معرفية تظهر في شكل توقع الفشل في الموقف الاجتماعي ، وحساسية مفرطة للتقويم السلبي من قبل الآخرين، وميل مزمن لتقويم الذات تقويماً سلبياً .

(pilkonis & zimbardo , 1979, p136)

3.2- الاتجاه أو المنحنى البيئي الأسري Envirommental Prespective:

يرجع البعض تفسير الخجل إلى عوامل بيئية أسرية ، تتمثل فيما يمارسه الوالدان من أساليب معاملة كالحماية الزائدة التي قد ينتج عنها إعتماذ الطفل الكلي على الوالدين ، إما إلى جهل الوالدين (في أحيان كثيرة) ، أو إلى شعورهما بالذنب لقلة ميلهما للأطفال ، فضلا عن أن النقد المستمر الموجه نحو الطفل قد يؤدي إلى نشأة أسلوب التردد وتنمية المخاوف لديه ، إلى جانب أن التهديد الدائم بالعقاب من شأنه أن يجعل مشاعر الجبن والخوف تتفاقم لدى الطفل .

(Schaifer & Milman , 1981 , p132)

4.2- الاتجاه أو المنحنى الوراثي Genetic Prespective:

ويعزى فيه الخجل إلى شق وراثي تكويني ، فيميل بعض الأطفال إلى التعرض للضوضاء والرغبة في الانطلاق ، في حين يميل بعضهم الآخر إلى السكون و الانفراد ، وقد يستمر هذا النمط ملازماً لسلوك الطفل طول حياته وفي مراحل العمر التالية أيضاً . وجدير بالذكر أن معاملة الطفل (الخجول وراثياً) بأي من طرق الممارسات الوالدية السالبة ، قد تجعله معرضاً إلى المعاناة من الخجل المزمن .

(Schaifer & Milman , 1981 , p134)

3. الخجل و نمو الطفل:

لقد إهتم علماء النفس اهتماماً بالغاً لنمو الطفل ، فهم يرون أن اضطراب الخجل في مراحل النمو المبكرة على أنه أحد أشكال الخوف ويتميز بالأحجام عن التعامل مع الغرباء من أشخاص ولا ينشأ أبداً من أشياء أو حيوانات أو مواقف. وقد أظهرت الدراسات على الرضع "12 أسبوع - سنتين" أن الطفل في منتصف السنة الأولى من عمره يبدي الخجل كرد فعل "استجابة" عام للغرباء. ويدل ذلك على أن الخوف من الأشخاص يؤدي إلى الخجل، ذلك لأن الرضيع يظهر تغيراً ملحوظاً بعد أن يعتاد على هؤلاء الأشخاص، فيتوقف عن البكاء ويستجيب بطريقة ودية. والخجل من الغرباء شائع وعام في هذه السن لدرجة أن هذه المرحلة سميت "المرحلة الغريبة" أو "فترة مخاوف الرضيع" Robson 1968 Bronson ، ويرجع الخوف في الفترة إلى أن الطفل يستطيع أن يميز بين الغرباء والمألوفين لديه من الناس، ولكنه غير ناضج عقلياً بحيث يدرك أن هؤلاء الغرباء لا يمثلون أي خطر عليه. وكلما زاد اتصال الطفل بالآخرين اكتشف أن هؤلاء الغرباء كثيراً ما يكونوا رفقاء لعب أو أصدقاء محبين إلى نفسه. ولذا فإن الخجل يقل في شدته وفي المدة التي يستغرقها. إلا أن الخجل قد يكون من الشدة.

واستجابة الرضيع لمثيرات الخجل هي عادة البكاء وتتحية الرأس بعيداً عن الشخص الغريب والتعلق بمن يألفه الطفل من الأشخاص بحثاً عن الحماية. وعندما يستطيع الطفل الزحف أو المشي فإنه يسرع متباعدًا ويختبئ كما يفعل بالضبط وهو خائف. إلا أنه عندما يتأكد أنه ليس ثمة خطر فإنه يبدأ من الاقتراب من هذا الغريب. ويبدو الخجل على الأطفال في الطفولة الوسطى والمتأخرة عن طريق: احمرار الوجه، أو التعلثم، أو الإقلال من الكلام، أو اللوازم العصبية: مثل اللعب في الأذن، أو الملابس، أو تحويل الارتكاز من قدم لأخرى، أو انحناء الرأس بعيداً ثم إدارتها، والنظر إلى الشخص الغريب. ويحاول الأطفال في مرحلة الطفولة المتأخرة أن يجعلوا أنفسهم غير واضحين بقدر الإمكان وذلك بإصرارهم على ارتداء الملابس المشابهة لملابس الآخرين من الأطفال وبالكلام عندما يوجه لهم سؤال فقط.

(حسن مصطفى ، ص 241-242)

4. قياس الخجل :

1.4- الملاحظة :

للملاحظة شروط يجب مراعاتها ضمانا لنجاحها وتتمثل شروط إجراء الملاحظة في:

- **الشمول** : وهو شمول الملاحظة لعينات متنوعة في سلوك المفحوص التي توضح إيجابيات وسلبيات ونقاط القوة ونقاط الضعف بها يغطي الجوانب المختلفة لشخصيته .
- **الإنقاء** : يقصد بها إنقاء السلوك المتكرر أو الثابت نسبيا والاهتمام بملاحظة وتمييزه عن السلوك العارض.
- **أمور عامة** : تشمل سرية المعلومات التي يتم الحصول عليها ، والبعد عن الذاتية والآراء الشخصية عند تسجيل وتفسير السلوك الملاحظ والدقة في إجراء الملاحظة كذلك يحتاج الملاحظ إلى خبرة وتدريب في دراسة وملاحظة السلوك البشري.

(جودت عطوي ، 2007)

2.4- المقابلة العيادية :

هناك عدة شروط يجب أن تتوفر في المقابلة العيادية كي تكون ناجحة الموضحة كما يلي :

- 1- أن تحدد أهداف المقابلة ، وأن تكون واضحة ومفهومة.
- 2- أن يقوم شخص ماهر ومدرّب بالمقابلة.
- 3- يجب على المختص النفسي إعداد قائمة الأسئلة.
- 4- أن لا يشعر الأخصائي النفسي المريض بأنه سيقوم بإعطاء إجابة معينة " أ " ، تحيزاً.
- 5- يفضل أن يكتب الأخصائي ملاحظاته عنها أثناء إجراءها.
- 6- أن يكتب المختص النفسي تقريراً مفصلاً عن المقابلة فور انتهائها.
- 7- أن يقوم بإعلام المستجيب بطبيعة المشروع ويشجعه على التعاون معه.
- 8- مراعاة المقاييس العلمية عند اختبار الأشخاص.
- 9- طلب الإذن بتسجيل المقابلة ، إذا كانت على شريط مسجل.

(فاطمة النوايسة ، 2015 ، ص76)

3.4- الإختبارات النفسية :

هناك مبادئ أساسية تتعلق بكيفية اجراء الاختبار والتي ينبغي على المختص النفسي الالتزام بها والعمل على مراعاتها أثناء تطبيق الاختبار :

- **التمهيد للفحص النفسي:** أي تهيئة الظروف المادية التي تساعد المفحوص على التعبير عن نفسه .
- **القياس النفسي :** وهو يشكل أداة أساسية في ممارسة الأخصائي النفسي.
- **تعليمات الاختبار:** عبارة عن مرتكزات يعتمد عليها الأخصائي في تطبيق الاختبار.
- **تفسير الاختبار وتصحيح النتائج :** والتي تتضمن معلومات وإرشادات ، وعلى الأخصائي مراعاتها أثناء التصحيح وعدم التحيز ، كما أنه يفسر النتائج من خلال الحالة العامة للمفحوص.
- **الدلالات النفسية للاختبارات :** لابد للأخصائي النفسي من التنبيه إلى دلالاتها النفسية عنده وعند المفحوص من خلال عملية التفاعل بينهما ، وأن يأخذ هذه الدلالات في غاية الأهمية.
- **محدودية الاختبارات :** وفي هذه الحالة ينبغي على السيكولوجي الانتباه لكل هذه الأمور والعوامل التي يخلقها "الموقف" بحذ ذاته ، وعليه أن يعمل لإبعاد الموقف السلطوي تجاه المفحوص من خلال عملية التفاعل " الثقة" وعليه أيضا يلجأ الى تقنيات أخرى وأساليب متنوعة تساعد على تخطي العقبات
- **التقرير السيكولوجي :** بعد أن يقوم الأخصائي الاكلينيكي بدراسة وفهم عالم شخصية المريض أو المفحوص ، تأتي مرحلة هامة في العمل الإكلينيكي وهي مرحلة تثبيت المعطيات ووضع التقرير عن الحالة بقصد العلاج أو التوجيه والإرشاد.
- **الاستنتاج والتوصيات :** بعد وصف ظروف الفحص ومختلف العوامل المرتبطة بالاستجابة ، فإنه من الضروري أن ينتهي التقرير بملخص مركز وتوصيات واضحة عن شخصية المريض

(فيصل عباس، 1996، ص42-47)

5. علاج الخجل :

بالرغم من أن حالات الخجل هي حالات شائعة جداً وعادية جداً إلا أن علاج الخجل يعتبر أمراً ليس بالسهل إذ أنه يتعلق بتغيير في شخصية الولد ، لكن هناك مجموعة من الطرق و الأساليب العلاجية التي يمكن استخدامها في علاج الخجل ومنها :

1.5- العلاجات السلوكية المعرفية :

العلاجات السلوكية المعرفية عبارة عن مجموعة فاعلة جداً من الإجراءات التي تتضمن التقييم و التخطيط و اتخاذ القرارات ، وتوظف التقنيات كما يمارس المعالج فيه دوراً فاعلاً نشطاً وداعماً مستخدماً طيفاً واسعاً من الفنيات بدءاً بالتعليم النفسي والاكتشاف الموجه وصولاً إلى لعب الأدوار والتعريض السلوكي الحي أو المتخيل ، مما يساعد المرضى على التعامل مع أنماط التفكير اللاتكيفي ، وإحلال طرق تفكير أكثر عقلانية وأكثر توافقاً.

كما يعتمد العلاج السلوكي المعرفي علاقة تعاونية بين المعالج والمريض تتحد في ضوءها المسؤولية الشخصية للمريض عن كل مايعتقده من أفكار مشوهة واعتقادات لا عقلانية مختلة وظيفتها تعد هي المسؤولية في المقام الأول عن تلك الاضطرابات التي يعاني منها المريض ، ومايترتب عليها من ضيق وكرب ، كذلك يركز العلاج السلوكي المعرفي على التفكير والتوقعات المعتقدات في تطوير الاضطرابات واستمرارها ، وبالتالي يعمد إلى تغييرها باستخدام الإجراءات المستمدة من نظريات التعلم المبنية بالملاحظة والعمليات المعرفية.

(بلحسيني وردة ، 2011، ص80)

2.5- التحليل النفسي :

يعتبر التحليل النفسي نظرية حول النفس البشرية وممارسة علاجية في الوقت نفسه ، وقد أسسه سيغموند فرويد بين عامي 1885 و 1939 ، بحيث يستخدم التحليل النفسي للذين يعانون

من مشاكل نفسية متكررة تعيق قدرتهم على اختبار السعادة مع شركائهم ، عائلاتهم وأصدقائهم وتمنعهم من تحقيق النجاح في عملهم وانجاز مهامهم اليومية .

إن التحليل النفسي ليس مجرد علاج ، بل هو وسيلة لفهم الذات ، أي أنه وسيلة للتحرر الذاتي وسيلة في فن العيش ويرى فرويد أن الأهداف العلاجية في التحليل النفسي هو جعل الشخص قادراً على العمل وإعادة الإنتاج .

وأكبر قيمة للتحليل النفسي هي حقاً توفير التغير الروحي للشخصية وليست الشفاء من الأعراض، وبمقدار ما يوجد التحليل للشفاء من الأعراض فذلك رائع إذا لم تكن هناك شفاءات أجود وأقصر .

(محمد الحريري ، 2016 ، ص37-38)

3.5- السيكدوراما :

تعتبر السيكدوراما تكنيك علاجي ، أول من أسسه هو مورينو Moreno عام 1927م ومنه يتم علاج الأشخاص من خلال التعبير عن مشاكلهم في مواقف انفعالية مع الآخذ في الاعتبار أن المواقف عبارة لعبة ويتم العلاج بواسطة معالجين متخصصين وعادة يشترك فيه أعضاء الجماعة ليتفهم المريض مشكلته بشكل أفضل و الإستجابة بطرق آمنة ومختلفة.

(محمد النوبي ، 2004 ، ص09)

وفي العلاج بأسلوب السيكدوراما ، يعطي الفرد فرصة أكبر يتاح له فيها أن يتخلص من انفعالاته ذات الصبغة الصراعية أو الانفعالات التي تعكس صراعات تحدث في شخصية هذا الفرد وذلك لأنها توجد في شكل علاقة مباشرة تتسم بالخصومة مع الشخصيات الأخرى.

(عبد الرحمان سيد سليمان ، 1994 ، ص410)

خلاصة:

إن الخجل ظاهرة تعيق أفكار والقدرات المعرفية للطفل وهذا ما يؤثر على مكانته وسط الجماعة وأصعب ما يترتب على هذا هو عدم تمكن الطفل من تحقيق تكيفه في جميع مجالات الحياة وخاصة في المجال الدراسي.

كما يعد الخجل ظاهرة ومشكلة نفسية والتي تظهر في المراحل الأولى من نمو الأطفل ، وبهذا يواجهون صعوبات كثيرة في علاقاتهم بالآخرين وهذا يؤثر على اندماجهم والتفاعل الاجتماعي ، بحيث يؤدي إلى عدم الثقة بالنفس والانطواء والميل إلى العزلة ، في حين هناك عدة طرق وأساليب للتخفيف من اضطراب الخجل مثل العلاجات السلوكية المعرفية ، التحليل النفسي، وأسلوب السيودراما الذي يعد مناسب لمرحلة الطفولة لما فيها من فنيات التي تساعد الطفل يتغلب على مشكلاته النفسية .

السيكودراما

تمهيد

- تعريف المسرح
- مسرح الطفل
- السيكودراما
- خطوات السيكودراما
- دور السيكودراما في علاج الإضطرابات النفسية

خلاصة

تمهيد :

تتعدد وتختلف أساليب الإرشاد و العلاج باختلاف المشكلات و الأدوار على عاتق كلا من المرشد و المسترشد ، وتعتبر السيكدوراما أو التمثيل النفسي المسرحي أو الدراما النفسية وهناك من يطلق عليها الإرشاد الجماعي التمثيلي من أشهر أساليب وأهم تقنيات الإرشاد و العلاج الجماعي التي تعتمد على التصوير التمثيلي المسرحي لمشكلات نفسية أو سلوكية أو إجتماعية أو حتى لمواقف حياتية.

وقد ابتكر هذه الطريقة المحلل النفسي الأمريكي يعقوب إل مورينو ، حيث بدأ باستخدام هذا الأسلوب في فينا عام (1921م) و أسس أول مسرح للعلاج النفسي عام (1927م) في مدينة نيويورك بالولايات المتحدة الأمريكية ، بحيث تتلخص فكرة السيكدوراما بقيام المسترشد في شكل تعبير حر وفي ظل جماعة إرشادية تسودها أجواء الأمن و الطمأنينة بإعادة تمثيل مشكلاته السلوكية أو النفسية أو الاجتماعية أمام المرشد و المجموعة الإرشادية مما يتيح له من خلال هذا الأداء التمصيلي فرصة التنفيس الانفعالي عن مشاعره وانفعالاته و التوترات المختلفة ذات الصلة بالمشكلة وكذلك فرصة الاستبصار الذاتي ، و التقمص و المحاكاة من أجل إحداث تغيير السلوك الإنساني الغير سوي وتعديلها إعادة تشكيله وكذلك من أجل تحقيق التوافق النفسي.

وسنحاول في هذا الفصل وقبل التطرق للسيكدوراما تقديم مفهوم للمسرح لأهميته للمجتمع ، ومسرح الطفل لأهميته في المدارس الجزائرية ، أما من الناحية التطبيقية لقد تطرقنا للمسرح لأنه يخدم الدراسة ، ولترك التلاميذ على طبيعتهم قمنا بأخبارهم أننا نقوم بمسرحية ، وفي الجزء الثاني من هذا الفصل سنقدم مفهوم السيكدوراما ، والخطوات الاجرائية لتطبيقه ، وكيفية العلاج بالسيكدوراما .

1. تعريف المسرح :

أ. لغة : كلمة المسرح Théâtre أصلها سرح " سرحت - سرحا - سرحا " ، السيل : جرى جريا سهلا - سرحا المواشي : أرسلها ترعى ، وتعني المرعى والفناء أي - فناء الدار

(مصطفى كمال ، 2013 ، ص 85)

ب. إصطلاحاً : المسرح شكل من أشكال الكتابة يقوم على عرض متخيل قوامه الممثل والمتفرج ، والمسرح هو مكان يقام فيه العرض المسرحي ، والمسرح كلمة مأخوذة من فعل سرح وكانت تستعمل في الأصل للدلالة على مكان رعي الغنم وعلى فناء الدار .

(ماري اليأس وحنان قصاب ، 1997 ، ص 424)

وكلا التعريفين السابقان يتفقان على أن المسرح هو مكان الترويح عن النفس .

بينما يرى سيد غيث أن المسرح هو جنس أدبي راقي يطلق عليه أبو الفنون وأولها منذ أيام الإغريق والرومان وقدرته على المواءمة بين عناصر فنية متعددة حيث كانت المسارح هي الوسيلة الوحيدة للتعبير الفني و الادبي

(سيد غيث ، 2017 ، ص 87)

أما عبد الغني يعرفه بأنه شكل فني ، يؤدي أمام المتلقين ، وهناك تعريف تقليدي للمسرح هو أنه شكل من أشكال الفن ، يترجم فيه الممثلون نصاً مكتوباً إلى عرض تمثيلي على خشبة المسرح ، يقوم الممثلون عادة بمساعدة المخرج على ترجمة شخصيات ومواقف النص التي ابتدعها المؤلف.

(عباس عبد الغني 2014 ، ص 11)

ويتفق الباحثين من خلال ماسبق أن المسرح هو المكان للترويح عن النفس ، على شكل نص أدبي يحوله الممثلون إلى عرض أمام الجمهور بطريقة مبدعة ، والمسرح مظهر من مظاهر الحضارة وتقدم الدول ، كما أنه ليس وسيلة للترفيه والمتعة بقدر ما هو أداة تنوير.

2. مسرح الطفل :

يرى سيكس أن مسرح الأطفال هو لفظ خلاق يعبر عن عملية الأداء الفعلي لمسرحية أي عمل مسرحي بواسطة ممثلين أمام جمهور الأطفال ، ويتم في هذا المسرح استخدام عناصر العرض المسرحي المختلفة مثل الديكور ، الإضاءة ، الإضاءة المؤثرات الصوتية والموسيقية والملابس ، بحيث تخرج المسرحية بقلب مسرحي محترف ، ويقوم بالتمثيل ممثلون محترقون بمشاوكة الممثلين الأطفال ، ويتم عرض المسرحية في مسارح محترفة ، ويشاهدها جمهور غير مشارك في الأحداث الدرامية بشكل مباشر .

(محمد أبو غزلة و آخرون ، 1999 ، ص10)

فمسرح الطفل بمثابة وعاء يمكن من خلاله استثارة انتباه الطفل وتنمية الطفل وتنمية حسه وتذوقه الفني لتعليم القيم التربوية ، ويسهم في توسع مدارك الطفل لفهم ما يدور حوله ، واتخاذ مواقف مختلفة حول هذه التجارب و الخبرات ، ويساعده على تحقيق الاتزان العاطفي .

(شبل بدران ، 2002 ، ص99)

إذا مسرح الطفل هو ذلك المسرح الذي يخدم الطفولة سواء أقام به الكبار أم الصغار مدام الهدف هو إمتاع الطفل والترفيه عنه ، وإثارة معارفه ووجدانه وحسه الحركي ، كما أن لمسرح الطفل أهمية كبيرة في تخطي بعض المشكلات النفسية .

3. السيكودراما :

من المفيد الإشارة إلى أنه منذ أن ابتكر "مورينو" هذا الأسلوب العلاجي ، أن هناك محاولات من عديد من الباحثين لوضع تعريف له ، ولا شك في أن تكون هناك صعوبة في حصر كل المحاولات التي تصدت لتعريف "السيكودراما". وانطلاقاً من هذه النقطة يكتفي الباحثين بالإشارة إلى بعضها على سبيل المثال لا للحصر :

أ. لغةً : هي ترجمة للمصطلح الأجنبي Pyschodrama ، وهو مركب من جزأين هما :
 Psycho بمعنى النفس أو الروح ، و Drama وهي ترتد إلى الأصل اللاتيني Dero بمعنى الفعل أو الإنجاز و النضال ، كما تعني الفن و الأدب المسرحي ، إذا تعني أنها مسرحية
 (سليمان رجب ، 200 ، ص75)

ب. إصطلاحاً :

يقول (مورينو،1968) عن السيكودراما التي ابتدعتها أنها ثورة على ما هو قائم ،هذا بالإضافة إلى استخدام الجسد في التعبير تجعلها لغة عالمية واسعة الاتصال ، ومن الناحية السيكودرامية فهي تتضمن أعماق اللغات ، وهي تسبق مرحلة الاتصال الكلامي أثناء نمو الطفل وهي لغة الجسد ، وعليه فهي أسلوب علاجي يتناسب جميع الأشخاص في مراحلهم العمرية المختلفة . (عززي ،1990،ص46)

أما (هاريمان،1968) ، السيكودراما أسلوباً من أساليب العلاج النفسي يصل فيه المريض إلى الاستبصار وتعديل الأنماط غير الملائمة للسلوك وذلك من خلال التمثيل التلقائي لموقف من حياتهم. (غريب ، 1999 ، 15-16)

ويعرف وولمان السيكودراما بأنها أسلوب من الأساليب الاسقاطية ، كما أنها بالإضافة على ذلك تعتبر شكل من أشكال العلاج النفسي الجماعي ، وفيه يطلب من الشخص أن يمثل مواقف ذات مغزى في حياته في حضور أشخاص آخرون يمثلون الأدوات المساعدة Auxiliary

egous، وفي حضور المعالج وكل عضو من أعضاء هذه المجموعة له وظيفة محددة المعالم ، ومصممة كي تساعد العميل على فهمه لنفسه وتمثل دوره بصورة تلقائية مما تيسر له فهم ذات. (Woolman , 1973 , P36)

بينما يعرفها جرين بيرج السيكودراما بأنها طريقة جماعية للعلاج النفسي أساسها المسرح وارتجال المواقف الدرامية بناءً موضوع يقترحه أفراد الجماعة من الراشدين أو الأطفال الذين يشكون من اضطرابات نفسية أو عقلية متماثلة ، ويشترك المعالج النفسي عادة في أداء الأدوار ويقوم في الوقت نفسه بتوجيه الممثلين وتحليل سلوكهم. (Greenberg , 1974, p28)

ويمكن القول أن التعريفات السابقة لفنية السيكودراما أن نلاحظ أنها تدور حول نقاط التي تشكل مفهوماً واسعاً للسيكودراما ، أنها تتيح للشخص أن يعبر عن انفعالاته ، وتستخدم للتمثيل أو الدراما كوسيلة أدائية ، كما أن الثقة المميزة لهذا الأداء هو التلقائية وهيا تجمع بين الاسقاط والتنفيس وأهم نقطة أنه ينصب العلاج فيها على الفرد .

4. خطوات السيكودراما :

يشير (Moreno , 1954) إلى ثلاث خطوات علاجية هامة، وتسمى المراحل التهيئية الأولية للعملية السيكودرامية والتي يجب على المعالج النفسي إن يهتم بها بدقة ويراعي الجانب الزمني لتطبيق كل مرحلة من مراحل تطبيق الإستراتيجية العلاجية :

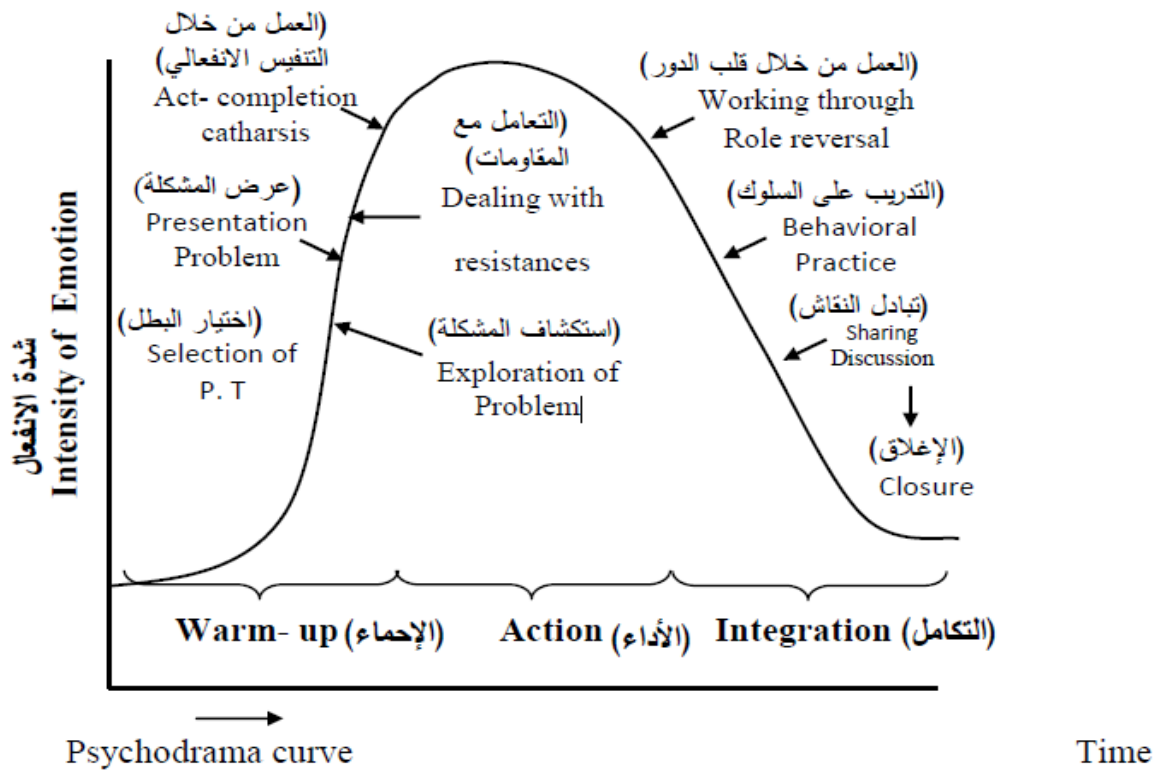
1.4- التهيئة والإعداد : ويعرف بأنه "ظاهرة نفسية ويهدف إلى إعداد المجموعة العلاجية من الناحية البدنية والنفسية والاجتماعية من اجل الوصول إلى الجو العام الذي يجلب التلقائية " ويعرف (Moreno, 1954) ، التلقائية بأنها "استجابة جديدة لموقف قديم او استجابة مناسبة لموقف جديد " (P.135) . وتكون هذه المهارة عن طريق إعطاء كل فرد من المجموعة الفرصة الكافية للعمل والمشاركة اللفظية والحركية.

2.4- الفعل أو الحدث: وهو الخطوة الثانية التي تعقب التسخين ، وتبدأ بالحديث مع البطل لاستكشاف الأوجه المختلفة للمشكلة ، ويقوم فيها البطل بالتمثيل على خشبة المسرح ، - تقديم ارشادات للمعالج في مرحلة الفعل أو الحدث السيكودرامي مثل (تشجيع البطل ، أن يطلب من البطل انشاء موقفا ، تشجيع البطل على التعبير ، أن يعطي الفرصة للأبطال أن يلعبوا دور كل فرد بواسطة "عكس الدور" (corey , 2000,p181)

3.4- التكامل : وهي المرحلة الأخيرة من الأداء السيكودرامي وتأتي بعد مرحلة التسخين (الحدث) فالبطل يكون جاهزاً لإعادة اتزانه النفسي من خلال تنمية الإحساس بقدرته على السيطرة على مشكلته من خلال نمو استجابات سلوكية فعالة نحو المواقف الضاغطة أو المثيرة في مشكلة البطل ويمكن المعالج إن يقوم بعمل تغذية راجعة من المجموعة عن سلوك البطل اتجاه مشكلته ... ويمكن سؤال البطل عن شعوره حول استجاباته وعن كيفية أدائه لاستجابات أخرى بطريقة مختلفة، ويمكن سؤال المجموعة أيضاً عن ملاحظاتهم ومقترحاتهم ويمكن للمخرج (المعالج النفسي) إن يدعو إلى تمثيل المقترحات على المسرح، ويكون ذلك من خلال : (استخدام الدور العكوس. أسلوب المرأة) .

<http://www.acofps.com/vb/showthread.php?t=7949>

قد لخص (Adam Blatner,2006) المراحل الثلاثة للعملية السيكودرامية في شكل منحنى توضيحي كالآتي :



الشكل رقم (02) منحنى توضيحي للمراحل الثلاث للعملية السيكودرامية

(Blatner Adam , 2006 , p4)

5. دور السيكودراما في علاج الاضطرابات النفسية :

يعد العلاج بالسيكودراما أحد أهم أساليب العلاجات النفسية الجماعية ، والذي يهدف إلى تقديم نوع من العلاج النفسي يختلف عن أنواع العلاجات النفسية الأخرى.

كما أن للسيكودراما دور في علاج الاضطرابات النفسية وتعتبر منهج لمساعدة المريض للتطهير النفسي عن طريق تمثيل أدوار مختلفة على خشبة المسرح وتصمم فيها الأدوار بحيث تكشف معاني هامة في بعض العلاقات الاجتماعية عند المريض.(أمجد عزات ، 2005 ، 29)

فالسيكودراما (psychodrama) هي منهج في العلاج الجماعي اصطنعه موريانو 1946 ، ويعتمد كما يوحي اسمه على ممارسة الأدوار وتمثيلها في داخل الجماعة ، من خلال تشجيع المرضى على ممارسة بعض الأدوار المهمة (كدور الأب أو الابن ...الخ) بحيث يستطيع المريض أن يكتشف عن مشكلاته الشخصية وأخطائه في عمليات التفاعل الحياتي اليومي مع الآخرين وفيمايلي أبرز النقاط لدور السيكودراما في علاج الاضطرابات النفسية :

- الجماعة تعطي فرصة لتعلم الكثير من جوانب السلوك ، وممارستها من خلال استجابته الدائمة لمتطلبات الجماعة .
- يستطيع الفرد من خلال تفاعله مع أعضاء الجماعة أن يقيم نفسه وما يصدر منه ، وبالتالي تتكون لديه جاسة الاستبصار بأخطائه ومحاولة تعديلها.
- تستخدم بعض الجماعات العلاجية طريقة لعب الأدوار ، وهذا الأسلوب يعتمد على التمثيل و المرونة في استخدام الأدوار كوسيلة من وسائل اكتشاف المشكلات الشخصية ويمكن من خلال القيام بهذه الأدوار تحسين الأداء و الاستبصار بهذه الأخطاء.
- من الممكن أيضاً استخدام الجماعة لتدريب الفرد في داخلها على القيام بأداء بعض الأدوار الاجتماعية (أ) دور الزوج (ب) رئيس (ج) طالب .. الخ ، من خلال تشجيع الجماعة وتقبلها للفرد ، مما يدفع الفرد إلى القيام بكل متطلبات هذه الأدوار التكيفية الجديدة بنجاح .

(هالة الأبلم ، 2016 ، ص 26-30)

الخلاصة :

كان الهدف من هذا الفصل ، تسليط الضوء على مسرح الطفل الذي يعد واحد من الوسائل التربوية و التعليمية التي تسهم في تنمية الطفل تنمية عقلية وفكرية و اجتماعية ونفسية ، فهو فن تمثيلي موجه يحمل منظومة من القيم التربوية والأخلاقية والتعليمية والنفسية.

في الجزء الثاني من هذا الفصل سلطنا الضوء على مفهوم السيكودراما وطريقة إجرائها ، والتي تعد أحد أساليب علاج المشكلات النفسية التي يتعرض لها الأشخاص خاصة الأطفال فهم أكثر عرضة للاضطرابات النفسية مثل الخجل بحيث أن تقنية السيكودراما تستخدم لتنمية سلوكيات الأفراد لتقبل الذات كما أنها تساهم في زيادة الاستبصار الداخلي للإنسان لذاته وتوصله لعمق التفكير والتدبر ، وهذا يمكنه من الاستجابة بشكل توافقياً ، حيث يقول مورينو أن السيكودراما تمثل تحولا رئيسيا في معالجة الفرد من عزله إلى علاج قضايا داخل الجماعة.

الجانِب التطبيقِي

الدراسة الميدانية

تمهيد

- منهج الدراسة
- حدود الدراسة
- أدوات جمع البيانات
- الخصائص السيكومترية
- مجتمع وعينة الدراسة
- إجراءات التطبيق
- الأساليب الإحصائية

خلاصة

تمهيد :

بعد التطرق للجانب النظري ، سنتطرق للجانب الميداني وللوقوف على النتائج النهائية للدراسة يتطلب معرفة الإجراءات المنهجية المستخدمة للوصول إليها ، فصحة أي دراسة أو خطأها يرجع في الأساس إلى الخطوات المنهجية المتبعة في ذلك ، فوضوح المنهج وتجانس وسلامة طرق تحديدها وحصرها ، واختيار أدوات القياس المناسبة ومالها من صدق وثبات واستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة ، كل هذه الإجراءات تساعد على الوصول إلى نتائج ذات قيمة علمية ، وهذا ما حولنا كباحثين مراعاته وإتباعه في هذه الدراسة والتي سوف نعرضها في هذا الفصل.

1. منهج الدراسة :

إن طبيعة الدراسة الحالية والتي نسعى من خلالها معرفة دور السيكدراما في التخفيف من حدة الخجل لدى عينة من تلاميذ الإبتدائي ، استلزمت منا إتباع المنهج التجريبي وكذا الملاحظة ، إذ ساعدنا هذان المنهجان على رصد الحالات ومعرفة بعض المعلومات الدقيقة كما هي في الواقع ، فمن خلال المنهج التجريبي مكنا من معرفة أثر السبب ، أما الإعتماد على الملاحظة كمنهج ثاني في درستنا فقد ساعد الباحثين في الانتباه لظاهرة الخجل لدى التلاميذ والمتغيرات التي طرأت على عليهم خلال ممارسة السيكدراما بحيث مكنا من وصف سلوك الأطفال ، من أجل تحليلها وتفسيرها لاستخلاص النتائج وراء إضطراب الخجل لديهم.

2. حدود الدراسة : الجانب الميداني للدراسة الحالية يقع في الحدود التالية :

1.2- الحدود الزمنية : من فيفري 2018/02/19 إلى ماي 2018/05/05 .

2.2- الحدود البشرية : عينة قصدية من تلاميذ السنة الثالثة والرابعة والخامسة من التعليم الإبتدائي.

3.2- الحدود المكانية : أجريت الدراسة بإبتدائية الشهيد دني الطاهر بمدينة الأغواط .

3. الدراسة الإستطلاعية :

3.1- أهدافها : لقد قمنا بالدراسة الاستطلاعية لعدة أهداف الموضحة كالتالي :

- التعرف على ميدان البحث.
- إختيار عينة البحث التي ستجري عليها الدراسة وضبطها.
- بناء إستبيان الخجل يلائم تلاميذ الإبتدائية .
- التأكد من خصائص السيكمترية (الصدق ، والثبات) للاستبيان .

3.2- خطوات إجرائها :

قمنا بالإتصال بمديرة إبتدائية الشهيد دني الطاهر بمدينة الأغواط في شهر فيفري 2018/02/11 لغرض توضيح الهدف من إجراء الدراسة وبعد الموافقة وذلك من خلال المصادقة على الرسالة الموجهة من طرف إدارة قسم علم النفس وعلوم التربية و الأرطفونيا التي تتضمن طلب السماح للطلبة بإجراء الجانب التطبيقي من البحث وتمت الموافقة على ذلك بإبتدائية الدني الطاهر ، بحيث تم اختيار عينة من طرف الأساتذة الذين يرون أن لديهم خجل وكان عددهم 15 تلميذ وتلميذة من مستويات مختلفة لسنوات الثالثة والرابعة و الخامسة إبتدائي ، وفي الأخير تحديد مواعيد اللقاء .

3.3- عينة الدراسة الإستطلاعية :

طبق مقياس الخجل على عينة من تلاميذ الإبتدائية بحيث تم إختيارهم من طرف أساتذهم الذين يرون أنهم لديهم إضطراب الخجل ، حيث بلغ حجم هذه العينة 13 تلميذ وتلميذة من عدة مستويات ثالثة والرابعة والخامسة بإبتدائيه الشهيد دني الطاهر ، وتم تطبيق الإختبار من الباحثين للتأكد من صلاحية الأداة وأنها تقيس فعلا ما وضعت لقياسه ، ومدى ملائمة هذه الأداة لعينة الدراسة .

4. أدوات جمع البيانات :

يستعمل الباحثين عدة أدوات التي تخدم الدراسة الحالية وطبيعتها من بين الأدوات مثل المقابلة والملاحظة والإستبيان ، إعتدنا في دراستنا هذه في جمع المعلومات على إستمارة الإستبيان الذي عرفه " عرفه أبو (النيل، 1995) بأنه عبارة عن مجموعة من الأسئلة المصممة لتتوصل من خلالها إلى حقائق يهدف إليها البحث . كما أننا إعتدنا على الملاحظة التي عرفها (جودت، 2007) بأنها الانتباه إلى الشيء عن طريق الحواس حيث نجمع خبراتنا من خلال مانشاهده أو نسمع عنه ، والملاحظة العلمية تعني الانتباه للظواهر والحوادث بقصد تفسيرها واكتشاف اسبابها .

1.4- مقياس الخجل :

إشتمل مقياس الخجل في صورته النهائية على مجموعة من العبارات ويبلغ عددها 15 بندا الهدف منه قياس الخجل لدى تلاميذ المرحلة الإبتدائية ولكل عبارة من العبارات المقياس ثلاث بدائل يقوم التلميذ المبحوث اختيار بديل واحد من بين البدائل الثلاثة وفقا لما يتفق مع شخصية المبحوث .

1.4- طريقة التعامل مع المقياس :

وعليه فإن المقياس يتكون من بعد واحد الذي يشمل 15 عبارة وتتم الاجابة على العبارات في صورة اجابات هي (توجد ، توجد بدرجة متوسطة ، توجد بدرجة كبيرة) بحيث يختار الأطفال أو التلميذ في مرحلة الإبتدائية إجابة واحدة التي تعبر عن وجهة نظره بالتحديد حيث تقدر :

توجد : بدرجة واحدة ، توجد بدرجة متوسطة : بدرجتين ، **توجد بدرجة كبيرة :** بثلاثة درجات

وبهذا يتراوح قياس الخجل بين 15 درجة و 45 درجة ويكون تقسيم الإجابة حسب التسلسل التالي :

- [15 - 30] درجة الخجل منخفض عند الأطفال
- [30 - 45] درجة الخجل مرتفع عند الأطفال

وسوف نقوم باستخدام هذا المقياس في الدراسة الحالية بصورته النهائية المكونة من (15) عبارة كما هو موضح في الملحق رقم (01)

5. الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة :

قبل إجراء الدراسة الأساسية لابد من إختيار صدق الأداة وثباتها ، وذلك من خلال تطبيقها على عينة استطلاعية ، وهذا من أجل التأكد من مدى صلاحية الأداة وملائمتها لقياس ما وضعت لقياسه ، وذلك على النحو التالي :

1.5- الصدق : يقصد بالصدق بأن يقيس الإختبار فعلا القدرة أو السمة أو الإتجاه الذي وضع لقياسه. (عبد الرحمن العيسوي ، 1995 ، ص 54)

وقد إعتمدنا في حساب الصدق على :

1.1.5- صدق المحكمين : قمنا بالتحقق من صدق المقياس بواسطة الصدق الظاهري (صدق المحكمين) وعددهم (07) أساتذة من جامعة الأغواط قسم علم النفس والارطفونيا كما هو موضح في الملحق رقم (02).

يوضح لنا الجدول الآتي نسبة التحكيم لمكونات مقياس الخجل .

جدول رقم (01) يبين نسبة التحكيم لمقياس الخجل

المطلوب	نسبة التحكيم %	عدد المحكمين	الإقتراحات
البيانات الشخصية	100%	07	لا توجد
التعليمات	100%	07	لا توجد
البدائل	100%	07	لا توجد
المحتوى	93.75%	07	حذف البند 05 (لا يقس)
الصياغة اللغوية	94.25%	07	تغيير الصياغة اللغوية
	97,6%		

يتبين لنا من خلال هذا الجدول أن عدد الأساتذة المحكمين للمقياس الخجل بلغ سبعة أساتذة حيث بلغت نسبة التحكيم للبيانات الشخصية التعليمات والبدايل 100% ، المحتوى بلغت نسبة 93,75% وهذا راجع إلى إضافة الأساتذة بعض الاقتراحات تمثلت في حذف بند وبلغت الصياغة اللغوية 94,25% في صياغتها كالتركيز مثلا على الخجل داخل غرفة الصف و مشاركة التلميذ في القسم ، ولقد تم الأخذ بعين الاعتبار إقتراحات مقياس الخجل في صيغته النهائية كما هو موضح في الملحق رقم (01)

2.1.5- الطريقة الثانية : صدق المقارنة الطرفية

بالإضافة إلى صدق المحكمين قمنا بحساب صدق المقياس إحصائيا بالاعتماد على نظام spss بطريقة المقارنة الطرفية ، حيث طبق استبيان الخجل على عينة استطلاعية يبلغ عددها 15 تلميذ وتلميذة ، وبعد الحصول على درجات أفراد العينة ، قمنا بترتيبها تنازليا من الأكبر إلى الأصغر ثم أخذ من هذا الترتيب نسبة 27% من الدرجات العليا وأخذ 27% من الدرجات الدنيا ، ثم استدام اختبار ت للدلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين العالية و المجموعة الدنيا .

جدول رقم (02) يوضح القيم المتحصل عليها من صدق المقارنة الطرفية

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة
الدنيا	4	2,10	0,12	6	-7,606	0,000
العليا	4	2,71	0,10			دال إحصائيا

من خلال حساب الفروق بين المتوسطين أظهرت النتائج أن قيمة (ت) تساوي -7,606 عند مستوى دلالة 0,000 وبدرجة الحرية 6 ومنه نقول أن قيمة (ت) دالة إحصائيا أي أنه توجد فروق بين المجموعتين العليا والدنيا في مقياس الخجل لصالح المجموعة العليا حيث بلغ متوسطهم 2,71 بينما المجموعة الدنيا 2,10 وبالتالي فإن المقياس استطاع التمييز بين المجموعتين إذن فهو صادق.

2.5- الثبات : يشير الثبات إلى مدى اتساق درجات الاختبار من قياس إلى آخر (سعد عبد الرحمن عدس ، 202 ، ص359) ، وقد إعتدنا على حساب الثبات على : معامل ألفا (a) كرونباخ

تم الاعتماد في حساب معامل الثبات بطريقة التناسق الداخلي معامل ألفا كرونباخ وهذه الطريقة مناسبة لوجود ثلاثة احتمالات للإجابة وعليه نحسب التبيان (Alpha Cronbach)

المقياس	عدد البنود	معامل الثبات ألفا كرونباخ
الخجل	15	0,61

ويتضح من الجدول أن قيمة معامل الثبات مقبولة ودالة إحصائيا أي أنها تدل على ثبات المقياس

6. مجتمع وعينة الدراسة :

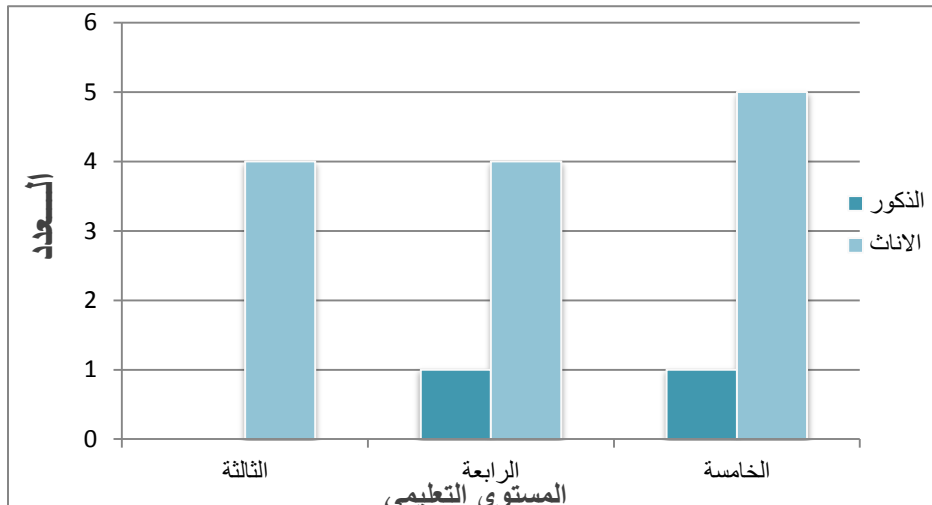
1.6- مجتمع الدراسة : يتكون مجتمع الدراسة من تلاميذ سنوات الثالثة والرابعة والخامسة ابتدائي ، بإبتدائية الشهيد دني الطاهر بحي المعمورة بولاية الأغواط والبالغ عددهم (224) تلميذ وتلميذة.

جدول رقم (03) يوضح توزيع أفراد المجتمع الأصلي

السنوات	الذكور	الإناث	المجموع	النسبة المئوية
الثالثة	30	38	68	30,35%
الرابعة	50	41	91	40,65%
الخامسة	30	35	65	29%
المجموع	110	114	224	100%

يتبين لنا من خلال هذا الجدول أن عدد التلاميذ السنة الثالثة بلغ 68 تلميذ بنسبة 30,35% من المجتمع الأصلي ونجد عدد تلاميذ سنة الرابعة يبلغ 91 أي بنسبة 40,65% من مجتمع الدراسة ، وعدد تلاميذ سنة الخامسة 65 أي بنسبة 29% من مجتمع الدراسة ، ليتوضح لنا في الأخير أن المجموع الكلي للمجتمع الأصلي 224 تلميذ في المستويات الثالثة و الرابعة و الخامسة من التعليم إبتدائي بنسبة 100%.

الشكل رقم (03) يوضح توزيع أفراد المجتمع الأصلي



2.6- عينة الدراسة : اختيرت عينة الدراسة بالطريقة القصدية ، وتكونت في صورتها النهائية من (15) تلميذ وتلميذة .

الجدول رقم (04) يوضح توزيع أفراد العينة حسب الجنس والمستوى التعليمي

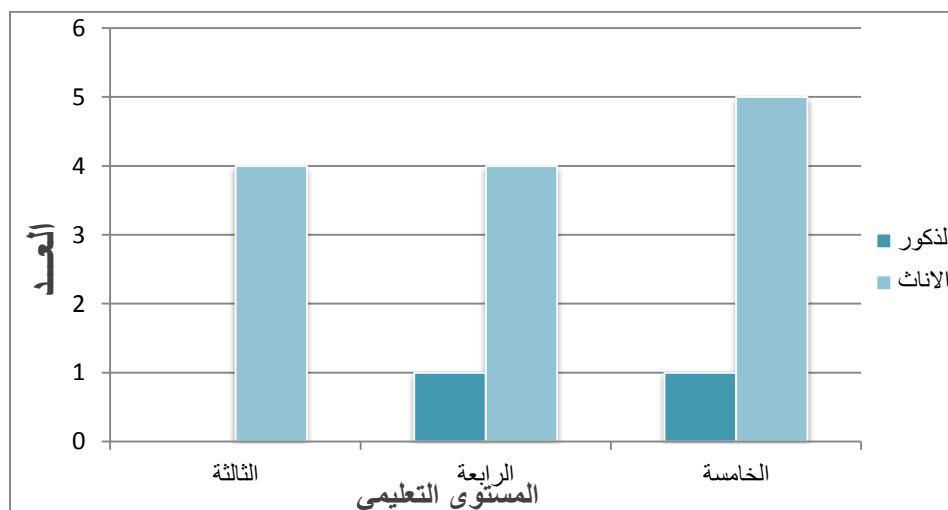
السنوات	ذكر	أنثى	المجموع	النسبة المئوية
الثالثة ابتدائي	00	04	04	%26,66
الرابعة ابتدائي	01	04	05	%33,33
الخامسة ابتدائي	01	05	06	%40
المجموع	02	13	15	%100

يتوضح لنا من خلال هذا الجدول أن مجموع سنة الثالثة ابتدائي 4 إناث و 0 ذكور بنسبة

%26,66 ، و مجموع سنة الرابعة 5 أي 4 إناث وذكر واحد بنسبة %33,33 ، بينما نجد

المجموع 6 تلاميذ بالنسبة لسنة الخامسة ، 5 إناث وذكر واحد بنسبة %40 من المجموع الكلي 15 تلميذ وتلميذة بنسبة %100 .

الشكل رقم (04) يوضح توزيع التلاميذ حسب الجنس والمستوى الدراسي



7. إجراءات التطبيق :

سار التطبيق الميداني بشكل عام كما يلي :

- في أول خطوة تم تحضير الأدوات الضرورية للدراسة وتقنياتها ، تم عقد لقاءات مع مديرة أساتذة الابتدائي وشرح لهم الهدف وكيفية التطبيق وخطة العمل ، ثم طلب من الاساتذة إختيار عينة من تلاميذ الذين لاحظوا أن ليديهم اضطراب الخجل.
- في الخطوة الثانية شرع الباحثين في تطبيق أداة الدراسة والتي تتمثل في (مقياس الخجل) أي التطبيق القبلي ، وقد تم التطبيق من قبل الباحثين ولكي لا يتأثر التلاميذ قنا بخطوة جد مهمة عبر إخبارهم أننا سنقدم لهم دروس في المسرح لتحضير لمسرحية يوم عيد العلم ، لجعلهم يكونون على طبيعتهم وهذا مهم في الدراسة.
- في الخطوة الثالثة بدأ الباحثين في تقديم حصص السيكودراما المقترح في المجموعة التجريبية لعينة وحيدة وقد دامت الحصص لستة أسابيع أي بمعدل حصتين في الأسبوع، وبمجموع 13 حصة .
- بعد إنهاء الحصص السيكودرامية تم تطبيق نفس الأداة والمتمثلة في (مقياس الخجل) ، أي التطبيق البعدي.
- وفي خطوة أخرى قامنا بدراسة بعض الحالات تراوح مستوى الخجل لديهم بين مرتفع ومتوسط، وهذا من خلال المتغيرات الشخصية لكل طفل لمعرفة أسباب الخجل بالنسبة لتلاميذ ذو خجل مرتفع مقارنة بالتلاميذ ذو الخجل المتوسط .
- وفي آخر خطوة تم تحضير التلاميذ لحفلة عيد العلم ، ولمعرفة مدى تفاعل الأطفال مع الجمهور أي التعرض للمواقف الاجتماعية وذلك من خلال عرض مسرحي بعنوان (أدوات نور). الموضح في الملحق رقم (07)

8. الأساليب الإحصائية :

إستعان الباحثين في هذه الدراسة بنظام رزمة الإحصاء للعلوم الإجتماعية (SSPS) ، وهو أكثر الأنظمة الإحصائية استخداما لإجراء التحليلات والمعالجات الإحصائية المختلفة في شتى أنواع الدراسات ، وقد تم استخدام نسخة الإصدار (22.0) نظرا لما تتوفر عليه من مميزات غير متاحة في الإصدارات السابقة ، أما الأساليب الإحصائية الموظفة من خلال هذا البرنامج فقد تمثلت أساسا فيما يلي :

- التكرارات العديدة
- النسب المئوية
- المتوسطات الحسابية
- اختبار ويليكوكسون اللابارامتري للفروق
- اختبار "ت" لعينة وحيدة

عرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة

تمهيد

- عرض نتائج مستوى الخجل
- عرض نتائج الفرضية العامة
- عرض نتائج الفرضية الأولى
- عرض نتائج الفرضية الثانية
- عرض نتائج الفرضية الثالثة
- مناقشة وتفسير الفرضية العامة
- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى
- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية
- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة

الاستنتاج العام

تمهيد :

بعد تطرقنا في الفصل السابق للإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية ، والقيام بجمع المعلومات والبيانات من أفراد العينة ، سنقوم في هذا الفصل بتقديم عرض تفصيلي لنتائج فرضيات الدراسة الثلاثة ، بعد تحليلها بالأساليب الإحصائية المناسبة لها ، وقد استخدم الطالب اختبار "ت" لعينة وحيدة لمعرفة في تحليل نتائج الفرضيات ، و اختبار ويليكوكسون اللابارامتري للفروق ، كما إستعملنا التكرارات العديدة ، والنسب المئوية لدرجات تلاميذ العينة ، والمتوسطات الحسابية لمعرفة الفرق بين الاختبار القبلي والبعدي ، كما تعتبر هذه الخطوات تمهيدا لمناقشة وتفسير النتائج بالإعتماد على الإطار النظري والدراسات السابقة ، وأخيرا تقديم اقتراحات لهذه الدراسة.

1. عرض نتائج الدراسة :

1.1- بيانات إحصائية وصفية خاصة بنتائج مستوى الخجل

جدول رقم (05) خاص بنتائج مستوى الخجل لدى عينة الدراسة للاختبار القبلي والبعدي

الخطأ المعياري	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	
0,745	2,920	33,67	15	الاختبار القبلي
0,576	2,232	26,13	15	الاختبار البعدي

- لدى الأطفال العينة مستوى خجل فوق المستوى قبل ممارسة السيكدراما، ومستوى خجل دون المستوى بعد ممارسة السيكدراما .

2.1- عرض نتائج الفرضية العامة :

الفرضية العامة : توجد فروق في مستوى الخجل لدى عينة من تلاميذ الابتدائية بين الاختبار البعدي و الاختبار القبلي لصالح الاختبار القبلي .

من أجل ذلك تجري إختبار ويليكسونن اللابارامتي لعينتين مترابطتين.

جدول رقم (06) نوضح من خلاله الفروق في مستوى الخجل لدى عينة الدراسة بين الاختبار القبلي و البعدي

الدالة الإحصائية	قيمة Z	مجموع الرتب	مجموع متوسط الرتب	حجم العينة
0.0005	-3.413	120	15	15

من خلال الجدول نلاحظ أن قيمة (Z) تساوي -3.413 وبإشارة سالبة ، أي أن الفروق

لصالح الاختبار القبلي، وقدرت الدلالة الإحصائية بـ 0.0005 ، مما يدل على أن الفروق دالة

عند 0,01 ، ومنه نقبل الفرضية البديلة للبحث و نرفض الفرضية الصفرية.

3.1- عرض نتائج الفرضية الأولى:

- الفرضية الأولى : يعاني تلاميذ الابتدائية من مستوى خجل يفوق المتوسط قبل حصص السيكدراما.

جدول رقم (07) Test t لعينة وحيدة

حجم العينة	$\bar{x}$ للعينة	μ المتوسط النظري للمقياس	الفرق في المتوسط	df	الدلالة الإحصائية sig	الحكم
15	33,6	30	3,817	14	0.000	دال عند 0,01

من خلال النتائج نلاحظ أن مستوى الخجل لدى العينة أعلى من المتوسط النظري للمقياس و أن الدلالة الإحصائية ل t هي 0.000 ، هي دالة إحصائية عند 0,01 أي أن الفرضية محققة مايعني أن تلاميذ مرحلة الابتدائية يعانون من مستوى خجل فوق المتوسط.

4.1- عرض نتائج الفرضية الثانية :

- الفرضية الثانية : يتحصل تلاميذ الإبتدائية من مستوى خجل دون المتوسط بعد حصص السيكدراما .

جدول رقم (08) Test t لعينة وحيدة

الحكم	الدلالة الإحصائية sig	df	الفرق في المتوسط	μ المتوسط النظري للمقياس	$\bar{X}$ للعينة	حجم العينة
دال عند 0,01	0.000	14	3,667	30	26,13	15

من خلال النتائج نلاحظ أن مستوى الخجل لدى العينة أقل من المتوسط النظري للمقياس ، و أن الدلالة الإحصائية لـ t هي 0.000 ، وهي دالة إحصائية عند 0,01 ، أي أن الفرضية محققة مايعني أن لتلاميذ الإبتدائية مستوى الخجل دون المتوسط بعد حصص السيكدراما لديهم .

5.1- عرض نتائج الفرضية الثالثة :

- الفرضية الثالثة: تأثر السيكدراما في اختلاف مستوى الخجل لدى تلاميذ المرحلة الابتدائية من خلال المتغيرات الشخصية.

من أجل اختبار هذه الفرضية تجري دراسة حالة لعينة تتشكل من 4 تلاميذ، تباينت مستويات انخفاض حدة الخجل لديهم كما يلي :

- الحالة الأولى والثانية : لديهم مستوى خجل متوسط من خلال (مقياس الخجل القبلي)
- الحالة الثالثة والرابعة : لديهم مستوى خجل مرتفع جدا من خلال (مقياس الخجل القبلي)

وتم الاستعانة بأسماء غير أسمائهم الحقيقية ، من أجل تقادي المعلومات الشخصية لعائلة التلاميذ.

الحالة الأولى:

- البيانات الشخصية :... الاسم: أحمد بن تركي.. ، .. السن: 10 سنوات ، .. الجنس: ذكر..
- المستوى التعليمي : الخامسة ابتدائي
- الخلفية الثقافية للعائلة : منفتحة
- الحالة الإجتماعية :
- عمل الأب : عامل يومي..... - عمل الأم : مأكثة بالبيت
- نوع الأسرة : ممتدة - الترتيب بين الإخوة : 01.....
- معلومات إضافية :
- الطفل يعيش وسط عائلة ممتدة ومدلل من طرف الجدة و الأب ، كما أن العائلة لا يوجد بها مشاكل بل بينهم مودة ومحبة كبيرة .
- مستوى تأثير السيكدوراما من خلال المقياس :
- لدى أحمد درجة خجل متوسطة من خلال المقياس ، أي بدرجة 29 وهي أقل من المتوسط النظري للمقياس قبل حصص السيكدوراما ، و بعد حصص السيكدوراما سجلنا إنخفاض لـ 27 درجة وهذا أقل من المتوسط النظري للمقياس .
- مستوى تأثير السيكدوراما من خلال الملاحظة :
- لاحظنا منذ البداية أن نسبة الخجل متوسطة لدى أحمد ، وبعد ممارسة السيكدوراما تحسن كثيرا عما كان عليه أي أقل من المتوسط بحيث زداد صوته قليلا بعد أن كان خافت نوعا ما ، وأداء لعب الأدوار بارتجالي أكثر على خشبة المسرح .

الحالة الثانية :

- البيانات الشخصية : ..الاسم: طارق حاجي ،..السن : 09 سنوات.. ، ..الجنس: ذكر ...

المستوى : الرابعة ابتدائي

- الخلفية الثقافية للعائلة : منفتحة

- الحالة الإجتماعية :

- عمل الأب :موظف..... - عمل الأم :مأكثة بالبيت.....

- نوع الأسرة : ممتدة..... - الترتيب بين الإخوة :02.....

- معلومات إضافية :

- عائلة متكونة من عدة أفراد و الجد له الكلمة الأولى و الأخيرة .

- مستوى تأثير السيكدوراما من خلال المقياس :

- لدى طارق درجة خجل متوسطة من خلال المقياس ، أي بدرجة 30 وهو نفس من المتوسط

النظري للمقياس قبل حصص السيكدوراما ، و بعد حصص السيكدوراما سجلنا إنخفاض لـ

27 درجة وهذا أقل من المتوسط النظري للمقياس .

- مستوى تأثير السيكدوراما من خلال الملاحظة :

- في البداية كان يتكلم بصوت جد خافت مع إحمرار طفيف في الوجه ، ويضع يديه في جيبه

كثيرا وإنزال رأسه عند لعب الأدوار ، بعد أخذ كم من حصة زائد تقديم له إرشادات و

إرشادات عبر تغيير دور يناسبه أكثر لاحظنا انخفاض من حدة الخجل لديه من خلال عدم

إحمرار وجهه ، كما لم يعد يضع يده في جيبه كما لاحظنا تحسن في أداء للدور المقدم له.

الحالة الثالثة:

- البيانات الشخصية : ..الاسم: إيمان بدودة .. ، ..السن: 10 سنوات .. ،..الجنس : أنثى ..
المستوى : ... الخامسة ابتدائي ...
- الخلفية الثقافية للعائلة : منفتحة
- الحالة الإجتماعية :
- عمل الأب :أستاذ متقاعد..... - عمل الأم :مأكثة بالبيت.....
- نوع الأسرة :.....النووية..... - الترتيب بين الإخوة :05.....
- معلومات إضافية :
- تعاني أسرة إيمان من مشاكل عائلية وذلك بسبب الانفصال بين الوالدين ، بحيث تحدث الكثير من المشاحنات بينهما .
- مستوى تأثير السيكدوراما من خلال المقياس :
- لدى إيمان درجة خجل مرتفعة جدا من خلال المقياس ، أي بدرجة 39 أي أعلى من المتوسط النظري للمقياس قبل حصص السيكدوراما ، و بعد حصص السيكدوراما سجلنا إنخفاض لدرجة 27 درجة وهذا أقل من المتوسط النظري للمقياس .
- مستوى تأثير السيكدوراما من خلال الملاحظة :
- بداية الحصص السيكدرامية الأولى كانت خجولة جدا وهذا ظاهر في وجهها من تصبب في العرق و إحمرار الخدين زائد اضطراب في صوتها ، بعد مرور الحصص لاحظنا تحسن في الأداء من خلال الأدوار التي تلعبها مع تقديم التوجيهات و النصائح لتحسين أدائها لتتحرر من الخجل ، و في الحصص الأخيرة لاحظنا تحسن واضح لدرجة الوقوف في المسرح في حفلة عيد العلم و أداء دورها بدون ارتباك ،كما أن صوتها وتعبير وجهها تحس كثيرا .

الحالة الرابعة :

- البيانات الشخصية : .. الاسم: فاطمة لحول .. ،..السن: 09 سنوات .. ، ..الجنس: أنثى...
- المستوى : ...الرابعة ابتدائي...
- الخلفية الثقافية للعائلة :حسنة منفتحة
- الحالة الإجتماعية :
- عمل الأب :إطار بسونلغاز..... - عمل الأم :ماكثة بالبيت
- نوع الأسرة :...أب و أم...- الترتيب بين الإخوة : الطفلة الوحيدة بين إخوتها الذكور ومدللة
- معلومات إضافية :
- عائلة مستقرة ومتفاهمة يسود بينهم الاحترام والود بين الأبناء و الوالدين .
- مستوى تأثير السيكدوراما من خلال المقياس :
- لدى فاطمة درجة خجل مرتفعة من خلال المقياس ، أي بدرجة 36 وهي أعلى من المتوسط النظري للمقياس قبل حصص السيكدوراما ، وبعد حصص السيكدوراما سجلنا إنخفاض لدرجة 24 درجة وهذا أقل من المتوسط النظري للمقياس .
- مستوى تأثير السيكدوراما من خلال الملاحظة :
- في البداية كانت لا تتكلم إلا إذا حدثناها ترد بصوت خافت جدا ومنطوية ، بعد ممارسة لعب الأدوار وإعطائها عدة أدوار تليق بشخصيتها لاحظنا رغبتها في التخلص من الخجل إذ أصبحت تحدثنا بدون تردد ، وبعد أخذ كم من الحصص ارتفع صوتها ، كما تحسنت كثيرا في أداء أدوارها ، وكانت النتيجة في الأخير أداء الدور الرئيسي في يوم عيد العلم بدون أي خوف أو خطأ أمام كافة التلاميذ و أوليائهم و العاملين بالمؤسسة التربوية .

2- مناقشة وتفسير النتائج :

بناء على النتائج المتوصل إليها في الدراسة الحالية وإعتمادا على الإطار النظري والدراسات السابقة في هذا الموضوع سنحاول تقديم تفسير لنتائج الفرضيات ونتبع ذلك بمناقشة عامة .

1.2- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية العامة :

نص الفرضية العامة: " توجد فروق في مستوى الخجل لدى عينة من تلاميذ الابتدائية بين الإختبار البعدي و الإختبار القبلي لصالح الإختبار القبلي " .

أظهرت نتائج الفرضية العامة أنه توجد فروق في مستوى الخجل لدى تلاميذ الابتدائية بين الإختبار القبلي والبعدي ، وأنه دال إحصائيا لصالح الإختبار القبلي ، الأمر الذي يؤكد دور السيكدوراما المستخدم مع الأطفال في تباين اضطراب الخجل قبل وبعد التطبيق وبفرق جوهري ، وبالتالي تم رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة .

ويمكن تفسير النتائج التي تحصلنا عليها بالرجوع إلى رأي (عبد الفتاح مطر، 2002) الذي يرى أن السيكدوراما أسلوب اسقاطي يقوم على تجسد الفرد لبعض الأدوار أو المواقف أو العلاقات بالآخرين ، مما يحقق استبصاراً بسلوكه الاجتماعي ، وتعلم من خلال خبرة الدور الذي يؤديه وتعديل سلوكه غير الملائمة .

وهذه النتيجة متسقة مع ما توصلت إليه الدراسات السابقة، ففي دراسة (متولي، 2010) مصر، والتي أجريت على عينة قوامها 18 مراهق، توصلت إلى وجود فروق في خفض حدة الخجل بشكل دال إحصائيا لصالح الاختبار القبلي، ودراسة (أمجد عزات ، 2016) فلسطين، التي أجريت أيضا على 12 تلميذ وتلميذة ، اسفرت عن وجد فروق جوهريّة بين القياس القبلي والبعدي للمشكلات السلوكية ورفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة.

ويرجع الباحثين أن التخفيف من الخجل يعود إلى فاعلية أسلوب السيكدوراما التي تتميز عن غيرها من الأساليب أنها تتيح فرصة التعبير الحر عن المشاعر والأفكار والتنفيس الانفعالي ، كما أنها تساعد التلاميذ على الاستبصار بذواتهم وبمشكلاتهم في ظل الجماعة .

2.2- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى :

نص الفرضية : "يعاني تلاميذ الابتدائي من مستوى خجل يفوق المتوسط قبل حصص السيكدوراما".

كشفت نتائج التحليل الإحصائي باستخدام اختبار (ت) لعينة وحيدة أن التلاميذ يعانون من مستوى خجل يفوق المتوسط النظري لمقياس الخجل قبل حصص السيكدوراما ، بحيث نسجل أن متوسط الخجل كان مرتفعا 33,6 مما يعني أن التلاميذ المرحلة الابتدائية لديهم اضطراب الخجل وتفسير ذلك بالعودة إلى الجانب النظري لهذه الدراسة تلخص (النيل مایسة ، 1999) وجهات نظر والاتجاهات المفسرة للخجل التي أرجعته لأسباب وراثية ، وأخرى بيئية أسرية ، فيما يرى الاتجاه التحليلي أن تفسير الخجل في انشغال الآنا بذاته ليأخذ شكل النرجسية ، ويعزو إتجاه التعلم الاجتماعي الخجل إلى القلق الاجتماعي .

وتتفق نتيجة هذه الفرضية مع ماتوصلت إليه دراسة (هادجنس وآخرون ، 2000 ، Hundgins) والتي أجريت على حالة فردية تعاني من أعراض مابعد الصدمة ، أظهرت النتائج على وجود فروق دالة إحصائية بين القياس القبلي والبعدي ، وفي هذا الإطار أكد (إيرك برن ، 1998) أن الأشخاص الذين يخافون من التعامل مع الآخرين ، ويخافون من الحديث أمام الغرباء هم الذين يستفيدون من العلاج الجماعي داخل الجماعة.

ويرى الباحثين أن من أسباب الخجل لدى الأطفال بخلاف ما ذكر في الجانب النظري (النظريات المفسرة للخجل) ، قد يعود لنقص النشاطات المدرسية مثل .. مسرح الطفل ، صحافة المدرسية ، الإذاعة المدرسية .. ، والتي تساعد الطفل وتجعله يتعرض للمواقف الاجتماعية ، واسباب أخرى التي لاحظناها عدم وجود أخصائيين نفسانيين في المدرسة .

3.2- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية :

نص الفرضية : "يتحصل تلاميذ الابتدائية من مستوى خجل دون المتوسط بعد حصص السيكدوراما".

أظهرت نتائج الفرضية الجزئية الثانية أنه يتحصل التلاميذ الابتدائية من مستوى خجل

ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال ما توصلت اليه دراسة (أحمد سليمان 2007) إلى أن السيكدوراما أسلوب من أساليب العلاج النفسي ، تخفف وطأة الاضطرابات ، وتسهم في التنفيس الانفعالي وتجعل الفرد اجتماعياً قادراً على التعبير عن نفسه وعن الآخرين بكفاءة ، والسيكدوراما أيضاً وسيلة تدريب وتعليم الفرد يكتسب من خلالها إجراءات تعليمية جديدة ، إضافة إلى أنها تعد مجالا من مجالات الاسترخاء والترفيه من خلال الحركة الدرامية ، وخلالها يصل الفرد إلى ذاته وأعماقها ، والسيكدوراما في كل مجالاتها تساعد الفرد على الاستبصار بذاته واكتساب مهارات اجتماعية فمن خلالها يتدرب الفرد على التواصل العقلي والنفسي والاجتماعي والجسمي واللفظي ، مما يجعلها تكتسب مكانة كبيرة ، كما أنها تعتبر علاجاً اجتماعياً بشكل خاص تستبدل الأنا ال "نحن" أي تحل الجماعة محل الفردية ، حيث يتدرب فيها الفرد على أن يتفاعل مع أفراد الجماعة ويتبادل معهم الأدوار .

وتتفق الدراسة الحالية مع كل من دراسة (غريب ، 1994) على دور استخدام السيكدوراما لخفض الاضطرابات الانفعالية لدى الأطفال ، ودراسة (سهيل مصطفى ، 2015) فاعلية برنامج إرشادي جماعي بالسيكدوراما للتخفيف من حدة الخجل لدى المراهقين .

ونلاحظ أن أفراد المجموعة التجريبية تأثرت عند ممارسة السيكدوراما بشكل ملحوظ ، وهذا من خلال حصول الباحثين على تغذية راجعة من المعلمين ومديرة الابتدائية وأوليائهم ، حيث ذكروا أنهم لاحظوا تغيراً في تفاعل التلاميذ المستهدفين مع زملائهم في الصف ، ومع اهلهم في البيت ، بالإضافة إلى تحسن علاقتهم الاجتماعية بشكل عام ، بحيث قالت مديرة المدرسة " كنت عند التحدث معهم يحمرّون .. اما الان تغيروا "

4.2- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة :

تشير الفرضية الثالثة على تأثير المتغيرات الشخصية في تباين تأثير السيكدوراما في مستوى الخجل لدى تلاميذ الإبتدائي "

ومن أجل هذه الفرضية قمنا بدراسة حالة لمعرفة مدى تأثير المتغيرات الشخصية في تباين السيكدوراما أم لا ، بحيث أجرينا دراسة حالة على أربعة تلاميذ من عينة الدراسة ، من خلال مقياس الخجل ومن خلال الملاحظة ، وسنعرض ذلك في جزئين تباينت مستوى الخجل لديهم بين مرتفعة جدا و متوسطة .

ونلاحظ أن الحالة (1) و (2) لديهم مستوى خجل متوسط ، كلاهما ينتميان لعائلة ممتدة و أن الحالة الإجتماعية عادية والترتيب بين الإخوة للحالتين كانوا هم الأكبر بين اخوتهم عكس الحاليتين الاخرى كانوا الأصغر بين اخوتهم ، بحيث أن الجد هو أساس الأسرة ويعيشون في منزل به كل أفراد العائلة الكبيرة .

و من خلال ممارسة السيكدوراما يمكن لنا أن نقول أن لها أثر من خلال المقياس ، و مستوى تأثير السيكدوراما من خلال الملاحظة قد خفف من مستوى الخجل لديهم .

وقد تكون مزايا الإنتماء لعائلة الممتدة أن الأطفال يتسلون أكثر ، فكل فرد وإخوته من العائلة الكبيرة متزوج له أولاد ، فسيرغب أولاده بالتأكد أن يلعبوا مع أولاد أخوته ، وكلما زاد العدد كلما أصبح الأمر أجمل وأفضل ، وفي مثل هذه الأنواع من العائلات يتعرض الطفل إلى عدة مواقف إجتماعية.

<https://www.lahamag.com>

ومن ملحظتنا لمسنا رغبة من قبل التلميذين في التحرر من الخجل من خلال تغير في سلوكهم ومن خلال أساتذهم بحيث قالو لنا أصبحو يشاركون في القسم أكثر ، كما أن المديرة أخبرتنا أنهم تحسنوا على ما كانوا عليه.

أما الحالة (3) و (4) لديهم مستوى خجل مرتفع ، بحيث أن الحالة (3) تنتمي لعائلة تتميز بالإنفتاح والعصرنة، وترتيبها بين اخوتها الخامسة ، والحالة الاجتماعية صعبة بسبب الأب متقاعد كما أن الوالدين منفصلين وكل مدة زمنية يتشاجران بسبب إقامة الأم في منزله . أما الحالة (4) تنتمي لعائلة منفتحة ، و الحالة الاجتماعية جيدة ، اما نوع الأسرة فهي من أب و أم فقط وترتيب هذه الحالة الاخيرة و الفتاة الأصغر والوحيدة بين إخواتها الذكور .

وقد أكدت (مربوكة بولحبال نوار، 2004) أن التفكك الأسري بين الأبوين وبمجرد اختفاء هذه العلاقة نتيجة الطلاق بين الزوجين أو انفصالهما وفقدان جانب من السلطة الوالدية مما ينعكس بالدرجة الأولى على الأطفال في سلوكهم أو يؤدي الى اضطرابات نفسية داخل البيت وخارجه . كما تؤكد (فايزة قنطار ، 1992) أن ترتيب بين الإخوة أو التمايز الجنسي بين البنات و الصبيان يؤثر في سلوك الطفل ، والفروق المعاملة تدفع بالجنسين الى التوجه النفسي المختلف حيث يشجع الاهل السلوك المناسب للجنس ويتجاهلون السلوك غير المناسب ، كما يكون سلوك الأب أكثر ليونة اتجاه الصبي بينما يضع القيود الكثيرة على البنت ويتكلم الاب اكثر ويلعب اكثر مع الصبي بالمقارنة مع البنت .

وتقول (جرجس ملاك ، 1984) أن الطفل المدلل ينشأ متوقعا أن كل الناس يعاملونه المعاملة الناعمة الحسنة المتميزة التي يعامل بها في المنزل ، وما يحدث هو العكس في غالب الأحيان ، فان التدليل يؤدي إلى الخجل وعد القدرة على الأخذ والعطاء.

ويرى (الطيب ، 1996) أن الأطفال الذين ينشأون في بيئات منعزلة ، تحرم الأطفال من اكتساب خبرات اجتماعية متعددة تجعلهم ينشأون غير مزودين بذخيرة من السلوكيات الاجتماعية ومن ثم ينشأ الخجل عن عدم مقدرة الطفل على مجاراة أقرانه.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (علي محمود شعيب) على وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في سمة الخجل لصالح مجموعة الاناث. وتبدو هذه النتيجة منطقية اذا نظرنا للتكوين النفسي للاناث ومقارنته بما لدى الذكور فالاناث اكثر عاطفية واحساسا بمواقف الخجل من الذكور .

وقبل الانتهاء من الدراسة الميدانية وبما أن أحد الباحثين يعمل في مجال المسرح طلبت المديرية منا مساعدتهم في تقديم مسرحية لنفس العينة يوم عيد العلم ، وأنها فرصة للأطفال ولنا كباحثين لمعرفة مدى فعالية السيكدوراما في التخفيف من الخجل ، وبعد تحضير مسرحية (أدوات نور) الموضحة في الملحق رقم (07) سجلنا نتائج جيدة ، فالحالة الثالثة والرابعة كانتا منشوقتين للصعود للمسرح للتمثيل أمام الجمهور (أولياء ، أساتذة والتلاميذ ..) ، كما أن إحدى الحالتين لعبت الدور الرئيسي بدون أي ارتباك أوخوف أونسيان كما تم الكشف عن موهبة في المسرح بحكم خبرة أحد الباحثين العامل في مجال المسرح ، كما أن أولياء المجموعة التجريبية عبروا عن رضاهم في تحسن أولادهم مما أدى إلى إرسال طلبات إدماج أبنائهم في المسرح الذي يشغله الباحث.

وفي نهاية هذه الدراسة تم الحصول على تغذية راجعة من خلال النتائج المتحصل عليها ، ومن أولياء وأساتذة التلاميذ يثبت مدى فعالية السيكدوراما في التخفيف من حدة اضطراب الخجل ، والمشكلات النفسية الأخرى.

الإستنتاج العام :

انتهت الدراسة بمجموعة من النتائج ، تم تفسيرها في ضوء التراث النظري المتاح ،
والدراسات السابقة المتوفرة ، ويمكن إجمال ما انتهت إليه الدراسة فيما يلي :

استهدفت الفرضية الأولى في الدراسة المتعلقة بالقياس القبلي ، من التحقق من وجود
إضطراب الخجل لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائي وذلك قبل البدء في العلاج بالسيكودراما
(قياس قبلي) ، كما حاولت الفرضية الوقوف على أسباب الخجل الأطفال وقد جاءت النتائج مؤيدة
للفرضية المطروحة أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية ، وأن التلاميذ يعانون من مستوى خجل
يفوق المتوسط النظري للمقياس قبل حصص السيكودراما.

وتفسير هذه النتيجة أن الخجل ظاهر على الأطفال ويتمثل في إحمرار الوجع ، تصيب
العرق ، انحناء الرأس ، والتكلم بصوت خافت ووضع اليدين على الفم أو الجيب...إلخ ، ومن
خلال إعتادنا على منهج الملاحظة في الحصص الأولى لاحظنا أنهم ينسحبون بسرعة ، وعدم
قدرتهم على المبادرة ، والخوف من الموقف الجماعي.. إلخ ، وقد تعود هذه الأسباب إلى التنشئة
الأسرية الغير السوية للأطفال في المراحل العمرية الأولى التي قد تسبب مشاكل نفسية وسلوكية
، وعدم دمج الطفل في المجتمع يجعله منطوي وخجول ، فالمواقف الاجتماعية تساعد الطفل
على التحرر من اضطراب الخجل ، أما من الناحية التربوية هناك نقص في الأنشطة المدرسية
إلا في بعض المناسبات مثل عيد العلم ، كما يمكن أن يكون سبب في هذه النتيجة عدم توفر
أخصائي نفسي أو مرشد قد ينعكس بالسلب على الطفل.

أما الفرضية الثانية المتعلقة بالقياس البعدي ، هدفت إلى مدى فاعلية السيكودراما في
التخفيف من الخجل لدى عينة من تلاميذ مرحلة الإبتدائية (قياس بعدي) ، بحيث أظهرت نتائج
الفرضية وجود فروق ذات دلالة إحصائية ، وإلى دور السيكودراما للتخفيف من وطأة اضطراب
الخجل لدى الأطفال.

وتفسر هذه النتيجة أن دور العلاج بالسيكودراما فعالة وذلك ظاهر من خلال النتائج المتوصل إليها ، وهذا ما لمسناه من خلال الملاحظة فقد كان معظم التلاميذ من خجولين منطويين وعدم تفاعلهم في المجموعة ، ومن خلال الحصص إنتقلو من خجولين منطويين إلى منبسطين واثقين من أنفسهم ، وزادت درجة التفاعل لديهم . إن السيكودراما تسهم في تخطي عدة مشكلات نفسية عامة واضطراب الخجل خاصة ، بحيث تجمع أغلب الدراسات على فعالية السيكودراما في تخطي عدة مشكلات نفسية ، وتجعل الطفل منبسط غير خجول .

وفيما يخص الفرضية الثالثة المتعلقة بدراسة الحالة ، هدفت إلى مدى تأثير المتغيرات الشخصية في تباين تأثير السيكودراما في مستوى الخجل لدى أربعة تلاميذ ، بحيث أظهرت نتائج أن المتغيرات الشخصية لها أثر على حالتين ، وأن المتغيرات الشخصية ليس لها أثر على حالتين .

وتفسير هذه النتيجة أن للمتغيرات الشخصية تأثير لكن من خلال ممارسة السيكودراما لاحظنا نتائج من خلال المقياس ومن خلال الملاحظة تغيير كبير للحالتين ذو درجة خجل مرتفعة فقد كانتا متفاعلتين في المجموعة ، كما أن الأطفال عموماً كانوا منبسطين أكثر ومتشوقين للعب الأدوار ، فلم نلاحظ حالة واحدة منطوية أو غير منبسطة بعد أخذ عدد من الحصص وهذا بفضل استخدام السيكودراما في علاجات النفسية التي أثبتت فعاليتها في التخفيف من حدة الخجل لدى أطفال هذه الدراسة.

وفي الأخير ، وبناء على ماتقدم يمكن القول أن الدراسة الحالية قد حققت أهدافها ، واستطاعت الإجابة على التساؤلات المطروحة من خلال الفرضيات المتبناة ، والتي تمت مناقشة نتائجها تفسيرها في ضوء ما أتيح للباحثين من تراث نظري ودراسات سابقة متعلقة بالموضوع.

خاتمة

خاتمة :

تعتبر السيكودراما من أهم أساليب العلاج لتخفيف من حدة الخجل للأطفال الابتدائي نظرا لما تمتلكه من قدرة

على التنفيس الانفعالي والمناقشة الجماعية فكثيراً من التلاميذ يقف وراء خجلهم مشكلات دفينية لايفصح عنها بسهولة ، لكن عن طريق الممارسة التلقائية للأدوار التمثيلية على خشبة المسرح يمكن استنطاق واستبصار خبايا خفايا الخجل على الأقل من الناحية الرمزية التي أثبت جدواها بقوة في هذا المجال.

أيضا هناك بعض التلاميذ من الصعب كسب ثقتهم سواء من طرف مديرة المدرسة أو الاستاذ أو الإخصائي النفسي أو الإخصائي الإجتماعي ، لكن يمكن في ظل وجودهم مع جماعة تلاميذ (جماعة) السيكودراما كسب ثقتهم ومن ثم مساعدتهم بما يتماشى ومشكلاتهم ، كما تعمل السيكودراما على زيادة وعي التلميذ بذاته وسلوكه لأن الجماعة تعمل على تعميق وتصحيح أفكار التلميذ عن ذاته.

وعموما يمكن القول أن السيكودراما تعتبر خيار استراتيجي فعال في التخفيف من اضطراب الخجل للتلاميذ بمختلف مستوياتهم الاجتماعية ، والخلفية الثقافية والدينية وهذا لما تتفرد به من خصائص ومميزات بحث أن لها القدرة على إرضاء دوافع التلميذ وإشباع حاجاته ومن ثم تخفيف حدة مشكلاته وتوتراته.

إقتراحات الدراسة :

- إستنادا إلى النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية ، يمكن تقديم بعض الاقتراحات كما يلي :
- توفير الخدمات النفسية في صورها الوقائية والتشخيصية والعلاجية للأطفال ، لتحقيق الصحة النفسية والتوافق النفسي.
 - الاهتمام بالأنشطة المسرحية وإعطاء الفرصة للطلبة لتفريغ ما لديهم من طاقات وإنفعالات عن طريق التمثيل المسرحي ، للتفيس عما بداخله.
 - تفعيل دور التربية في المدارس وتخصيص حصة للتربية المسرحية على غرار التربية الفنية والتربية الرياضية والموسيقية لاتاحة الفرصة لجميع الطلبة للمشاركة في التمثيل المسرحي.
 - الإهتمام بالجوانب النفسية للتلاميذ وتوفير ملف خاص بكل تلميذ منذ التحاقه بالمدرسة ، يسجل فيه جميع التطورات النفسية والمشكلات التي تطرأ عليه.

قائمة المراجع

قائمة الكتب باللغة العربية :

1. الطيب محمد ، (1996) ، مشكلات الأبناء من الجنين إلى المراهق ، ط2 ، دار المعرفة الجامعية ، الاسكندرية، مصر .
2. الزغبى محمد ، (2005) ، مشكلات الأطفال النفسية والسلوكية والدراسية ، ط1 ، دار الفكر ، دمشق ، سوريا.
3. السيد فؤاد ، (1974) ، الأسس النفسية للنمو من الطفولة إلى الشيخوخة ، ط3 ، دار الفكر العربي ، القاهرة .
4. النيال مایسة ومدحت أبو زيد ، (1999) ، الخجل وبعض أبعاد الشخصية ، دار المعرفة الجامعية ، مصر.
5. برن إريك ، (1998) ، الطب النفسي و التحليل النفسي ، ت ، إبراهيم سلامة ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، القاهرة .
6. جودت عطوي ، (2007) ، أساليب البحث العلمي : مفاهيمه أدواته ، طرقه الإحصائية ، دار الثقافة للنشر والتوزيع .
7. حامد زهران ، (1980) ، التوجيه والارشاد النفسي ، ط2، عالم الكتب ، القاهرة
8. حسن مصطفى ، علم النفس النمو ، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة .
9. سيد غيث ، (2017) فنيات الكتابة الأدبية ، ط1 ، أطلس للنشر والإنتاج الإعلامي ، مصر.
10. ستانيسلافسكي ، (1954) إعداد الممثل " في المعانات الإبداعية " ، ترجمة شريف شاكر، (2008) ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، مصر
11. شبل بدران ، (2002) ، القيم التربوية في مسرح الطفل ، ط1 ، دار المعرفة الجامعية ، الاسكندرية ، مصر.
12. عباس عبد الغني ، (2014) الموجز في المسرح الإغريقي ، دار صفحات للدراسات والنشر ، دمشق .

13. عبد الرحمن العيسوي ، (1995)، الإرشاد النفسي ، ط1 ، دار المعرفة الإسكندرية ، مصر.
14. فاطمة النوايسة ، (2015) ، أساسيات علم النفس ، دار المناهج للنشر والتوزيع ، عمان.
15. فايز قنطار ، (1992) ، الأمومة " نمو العلاقة بين الطفل والام ، عالم المعرفة .
16. فيصل عباس ، (1996) ، الاختبارات النفسية " تقنياتها وإجراءاتها " ، ط1 ، دار الفكر العربي ، بيروت .
17. محمد أو غزلة و آخرون ، (1999) ، دليل المعلم في الدراما في التربية و التعليم للصفوف الاربعة الأولى ، ط1 ، وزارة التربية و التعليم ، الأردن .
18. ملاك جرجس ، (1984) ، مشاكل الصحة النفسية للأطفال ، ط1 ، الدار العربية للكتاب .
19. مريوحة بولحبال نوار ، (2004) ، محاضرات في علم الاجتماع التربية ، الجزء الأول ، دار الغرب للنشر والتوزيع ، عنابة ، الجزائر .
20. هالة الأبلم ، (2016) ، أسرار العلاج بالسيكودراما ، دار الهدهد للنشر والتوزيع ، دبي .

قائمة الرسائل العلمية :

21. أمجد عزات ، (2005) مدى فعالية برنامج إرشادي مقترح في السيكدوراما للتخفيف من حدة بعض المشكلات السلوكية لطلاب المرحلة الإعدادية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، فلسطين .
22. بلحسيني وردة ، (2011) ، أثر برنامج معرفي سلوكي في علاج الرهاب الاجتماعي لدى عينة من الطلبة ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، جامعة قاصدي مرباح ورقلة ، كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية .
23. سهيل مصطفى ، (2015) ، فاعلية برنامج إرشادي جماعي بالسيكودراما للتخفيف من حدة الخجل لدى المراهقين، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية، جامعة دمشق .

24. عزازي عزة ، (1999) ، استخدام السيكدوراما في علاج بعض المشكلات النفسية لأطفال سن ما قبل المدرسة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة جامعة عين شمس ، القاهرة.
25. عزازي عزة ، (1990) استخدام السيكدوراما في علاج بعض المشكلات النفسية لأطفال ما قبل المدرسة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة جامعة عين ، القاهرة.
26. غريب محمد، (1999) ، مدى فاعلية برنامج سيكدورامي للتخفيف من القلق النفسي عند النفسي عند أطفال المؤسسة الإيوائية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس ، القاهرة.
27. محمد النوي ،(2004) فاعلية السيكدوراما في خفض حدة اضطراب الانتباه المصحوب بالنشاط الحركي الزائد و أثره في الوفاق النفسي لدى الأطفال ذوي الإعاقة السمعية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق .

قائمة المجلات:

28. أحمد سليمان ، (2007) ، أطفالنا بين جدلية الأنا - الآخرين كما تبدو في التمثيل الدراما ، مجلة الطفولة العربية ، الجمعية الكويتية لتقدم الطفولة العربية ، العدد 8 .
29. أمجد عزات ، (2016) ، فاعلية برنامج إرشادي قائم على السيكدوراما للتخفيف من حدة بعض المشكلات السلوكية عند طلاب المرحلة الإعدادية ، مجلة العلوم النفسية والتربوية ، غزة.
30. سليمان رجب ، (2007) أطفالنا بين جدلية الأنا الآخرين كما تبدو في التمثيل " الدراما " ، مجلة الطفولة العربية ، الجمعية الكويتية لتقدم الطفولة ، العدد 31 .
31. سليمان جميلة ، (2017) ، الارشاد الجماعي بأسلوب التمثيل النفسي المسرحي ودوره في خفض سلوك العنف لدى التلميذ المتمدرس، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية ، العدد 28 ، قسم علم النفس جامعة الجزائر

32. صقوت عبد العزيز ، (2013) ، حل المشكلات السلوكية لطلاب المرحلة الابتدائية ،
مدرسة الأكاديمية العصرية بنين ، وزارة التربية والتعليم ، المملكة العربية السعودية
33. عبد الرحمن سيد سليمان ، (1994) ، السيكدوراما ، مفهومها وعناصرها واستخداماتها ،
حولية كلية التربية ، العدد 11 ، جامعة قطر .
34. محمود شعيب ، الخجل لدى الأطفال " دراسة لبعض المتغيرات المتصلة به ، كلية التربية ،
جامعة المنوفية .

قائمة المراجع باللغة الأجنبية :

35. Blatener,Adem (2006) historical distortions regarding
psychodrama in the professional literature.
36. Corey ,g (2000) , what psychodrama is-and what us not .
37. Moreno , J.L,(1964) psychodrama , vol .i .(rev.ed) beacon N.y
beacin house .
38. Greenberg,ira A.(1974) moreno psychodrama and the group
process (in) pyschodrama theory and therapy , souvnir press
educational academic ,ltd acondor book .
39. Kaplan , (1972) on shyness , interational journal of psycho-
analysis.
40. Pilkonis & zimbardo , (1979) the vehavioral consequences of
shyness , journal of personality.
41. Schaefer & millman , (1981) haw to help chidren with common
problems , new youk : van nostrand reinhold co.
42. Starr , Adaline (1977) , psychodrama “rehearsal for living”
illustrated therapeutic techniques , Chicago : nelson hall.
43. Wolman , benjamin B.(1973) , dictionray of behavioral
scoence,littan educational publishing .

قائمة مراجع الانترنت

44. www.coloringtherapy.com
45. <http://www.acofps.com/vb/showthread.php?t=7949>
46. <https://arabic.sputniknews.com/mosaic/201802041029749658-18->
47. <https://www.lahamag.com>

الحق

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي



جامعة عمار ثليجي الأغواط

كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية

قسم علم النفس

عزيزي التلميذ تحية طيبة وبعد :

- ❖ يجرى هذا المقياس بغرض بحث علمي ، لذا نرجو أن تكون صادقاً وصريحاً في إجابتك.
- ❖ فيما يلي مجموعة من العبارات، قم بقراءتها جيداً وتفهم معناها وضع علامة (X) في الخانة التي تراها تنطبق عليك.
- ❖ رجاءاً قم بالإجابة على جميع الأسئلة ولا تترك سؤال لأن إجابتك تضيف الكثير إلى هذا البحث.
- 🌈 للتوضيح إليك المثال التالي :

الفقرة	توجد	توجد بدرجة متوسطة	توجد بدرجة كبيرة
أخجل من نفسي عندما أكذب	X		

البيانات الشخصية :

الاسم واللقب :

الجنس : ذكر ☐ ، أنثى ☐

السن :

المستوى التعليمي : الثالثة ابتدائي ☐ الرابعة ابتدائي ☐ الخامسة ابتدائي ☐

الرقم	الفقرات	توجد	توجد بدرجة متوسطة	توجد بدرجة كبيرة
01	تشعر بالخجل عند الكتابة على السبورة			
02	تحس بالخجل عند حصولك على علامات ضعيفة في الإمتحان			
03	تخجل من نفسك عندما تقوم بأعمال غير لائقة			
04	تخجل من نفسك عندما تنسى حل واجب منزلي			
05	تشعر بالخجل حين تضيع أشياءك			
06	لا تستطيع أن تطلب ماتريد من الأبوين			
07	لما تضيع مصروفك في حاجة تافهة تخجل من أبويك			
08	تخجل من نفسك عندما تتأخر عن موعد دخول المدرسي			
09	تحس بالخجل لما تكون ملابسك غير نظيفة أو غير أنيقة			
10	تشعر بالخجل عند قيامك بعمل ما لا يقبله أبويك			
11	تخجل من نفسك لو كسرت شيء ما في المنزل			
12	تخجل من نفسك عند التحدث مع أقاربك أو الغرباء			
13	تحس بالخجل عند إبداء معلوماتك			
14	تخجل من نفسك عند القراءة أمام زملائك في القسم			
15	تشعر بالخجل من أبويك أو أستاذك لما يأخذ زميلك علامة أفضل منك			

استمارة تحكيم مقياس الخجل

جامعة عمار ثلجي الأغواط

السنة الجامعية : 2018/2017

استمارة التحكيم

كلية العلوم الانسانية و الإجتماعية إعداد الطالبين : بريدية آدم

قسم علم النفس و علوم التربية والأرطفونيا حديد عيسى

الإسم واللقب :

الدرجة العلمية :

التخصص :

الأستاذ(ة) الفاضل(ة) : بعد التحية الطيبة

في إطار التحضير لإنجاز مذكرة التخرج ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علم النفس تخصص " علم النفس التربوي " بعنوان: " دور السيكدوراما في التخفيف من حدة الخجل لدى عينة من تلاميذ المرحلة الابتدائية "

نتقدم إلى سيادتكم بفقرات مقياس الخجل و المكون من 15 فقرة موزعة وثلاثة بدائل وتتمثل البدائل في :
(توجد ، توجد بدرجة متوسطة ، توجد بدرجة كبيرة) وعليه نرجو منكم تحكيم هذا المقياس وإبداء آرائكم في مدى :

- محتوى كل فقرة وصلاحيته لمقياس الخجل.

- التعريف الإجرائي للخجل:

هو الدرجة التي يحصل عليها الأطفال من خلال الاجابة على فقرات مقياس الخجل المستخدم في هذه الدراسة .

- التعريف الإجرائي للسيكدوراما :

عبارة عن أداء تمثيلي يقوم به تلاميذ الابتدائية بطريقة تلقائية ، بالاعتماد على بعض الفنيات السيكدرامية للتخفيف من حدة الخجل.

وشكرا لتعاونكم

أخي التلميذ اختي التلميذة :

في اطار اعداد مذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر في تخصص علم النفس التربوي نضع أمامك مجموعة من العبارات المطلوب منك أن تجيب بما يناسب بوضع علامة (X) أمام الخانة المناسبة ، الرجاء الإجابة على كل العبارات.

وأعلم أن اجابتك لن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي كما نؤكد لك سرية البيانات التي تدلي بها ، شاكرين لك حسن تعاونك .

البيانات الشخصية للطفل :

الاسم واللقب :

الجنس : ذكر ☐ ، أنثى ☐

السن :

المستوى التعليمي : الثالثة ابتدائي ☐ الرابعة ابتدائي ☐ الخامسة ابتدائي ☐

الرقم	الفقرات	مدى ملائمة الفقرة لقياس ما وضعت لقياسه		التعديل
		واضحة	تقيس	
01	تشعر بالخجل عند الكتابة على السبورة			
02	تحس بالخجل عند حصولك على علامات ضعيفة في الإمتحان			
03	تخجل من نفسك عندما تقوم بأعمال غير لائقة			
04	تخجل من نفسك عندما تنسى حل واجب منزلي			
05	تشعر بالخجل حين تضيع أشياءك			
06	لا تستطيع أن تطلب ماتريد من الأبوين			
07	لما تضيع مصروفك في حاجة تافهة تخجل من أبويك			
08	تخجل من نفسك عندما تتأخر عن موعد دخول			

المدرسي			
09	تحس بالخجل لما تكون ملابسك غير نظيفة أو غير أنيقة		
10	تشعر بالخجل عند قيامك بعمل ما لا يقبله أبويك		
11	تخجل من نفسك لو كسرت شيء ما في المنزل		
12	تخجل من نفسك عند التحدث مع أقاربك أو الغرباء		
13	تحس بالخجل عند إبداء معلوماتك		
14	تخجل من نفسك عند القراءة أمام زملائك في القسم		
15	تشعر بالخجل من أبويك أو أستاذك لما يأخذ زميلك علامة أفضل منك		

جدول تحكيم التعليمات :

البيانات الشخصية	غير كافية	كافية	التعديل

جدول تحكيم البدائل : (لا توجد / توجد بدرجة متوسطة / توجد بدرجة كبيرة)

البديل	مناسبة	غير مناسبة	التعديل

جدول تحكيم عدد الفقرات :

عدد الفقرات	غير كافي	كافي	التعديل

جدول تحكيم ترتيب الفقرات :

ترتيب الفقرات	مرتبة	غير مرتبة	التعديل

جدول تحكيم لغة الفقرات :

لغة الفقرات	مناسبة	غير مناسبة	التعديل

جدول الأساتذة المحكمين وتخصصاتهم والدرجة العلمية

الرقم	الإسم و اللقب	التخصص	الدرجة العلمية
01	بوفاتح محمد	علم النفس العمل والتنظيم	أستاذ محاضر " أ "
02	عموم رمضان	علم النفس العمل والتنظيم	أستاذ محاضر " أ "
03	بدوي عائشة	علم التدريس	أستاذ محاضر " ب "
04	عياط لمين	علم التدريس	أستاذ مساعد " أ "
05	قويدري علي	علم النفس العيادي	أستاذ محاضر " أ "
06	صخري محمد	علم النفس التربوي	أستاذ محاضر " أ "
07	بن بوقرين عبد الباقي	الصحة النفسية	أستاذ "مؤقت"

دراسة الحالة :

- بيانات الشخصية : ...الاسم..... ، ...السن : ،الجنس :

المستوى :

- الخلفية الثقافية للعائلة :

- الحالة الإجتماعية :

– عمل الأب : – عمل الأم :

– نوع الأسرة : – الترتيب بين الإخوة :

- معلومات إضافية :

–

.....

- مستوى تأثير السيكودراما من خلال المقياس :

–

.....

.....

- مستوى تأثير السيكودراما من خلال الملاحظة :

–

.....

.....

جدول جلسات السيكودراما وماتحتوية من فنيات وأنشطة و الهدف منها (سهيل مصطفى ، 2015)

الهدف	الفنيات والأنشطة	المدة	الحصة
التهيئة ،التعارف ، تعريف الخجل ، السيكودراما	الكرة المسماة	60 د	الأولى
التشجيع على الحديث حول النفس ومعرفة المشاعر و الأفكار التي تظهر في المواقف الاجتماعية.	تقديم الذات - النحات والعجينة	60 د	الثانية
التحرر من الخجل داخل المنزل أمام الوالدين	المذيع	120 د	الثالثة
التحرر من الخجل عند مواجهة الضيوف والغرباء	لعب الدور - المونولوج - الحارس الشخصي	90 د	الرابعة
التحرر من الخجل عند القراءة والكتابة أمام الآخرين	لعب الدور - المونولوج - سؤال وجواب	90 د	الخامسة
التحرر من الخجل عند الاحتكاك بالآخرين في المدرسة	لعب الدور - تكملة القصة	90 د	السادسة
التحرر من الخجل عند التعامل مع الآخرين بالشارع	لعب الدور - الدكان السحري	90 د	السابعة
المشاركة الايجابية في الحديث وإبداء الرأي	لعب الدور - قلب الدور - الحديث معا	90 د	الثامنة
التخفيف من الخجل في المواقف التي لم يتم التخفيف منها من قبل بالجلديات السابقة	لعب الدور - المونولوج - الجواب على اليمين	90 د	التاسعة
التخفيف من الخجل في المواقف التي لم يتم التخفيف منها من قبل بالجلديات السابقة	لعب الدور - الكرسي الخالي - العرفان واليوميات	90 د	العاشرة
التحرر من خجل نظرات الآخرين	لعب الدور المنورولج - الصنم	90 د	الحادية عشر
زيادة الثقة بالنفس ، المرونة وعدم الخجل عند أي موقف .	الدكان السحري - الباراشوت	90 د	الثانية عشر
التخفيف من الخجل في المواقف التي لم يتم التخفيف عنها من قبل بالجلسات السابقة - التقييم النهائي	حوار ومناقشة- رسم	90 د	الثالثة عشر

جدول الأنشطة وفتيات السيكودراما (لسهيل مصطفى، 2015)

الهدف	مدة النشاط	اسم النشاط
كرة قدم تعطى لكل طفل للتعرف عليه وكسر الجليد	30 د	الكرة المسماة
التعرف على أهدافهم بالحياة وربطها بالخجل	40 د	النحات والعجينة
التحرر من الخجل داخل المنزل أمام الوالدين	30 د	المذيع
أي تقمص دور حارس ملك وهذا للتحرر من الخجل عند مواجهة الضيوف والغرباء	30 د	الحارس الشخصي
التحرر من الخجل عند القراءة والكتابة أمام الآخرين	30 د	سؤال وجواب
التشجيع على الحديث.	35 د	تكملة القصة
التحرر من الخجل عند التعامل مع الآخرين بالشارع	40 د	الدكان السحري
تعلم الغصغاء الفعال	40 د	الحديث معاً
التخفيف من الخجل في المواقف التي لم يتم التخفيف منها من قبل بالجلديات السابقة	40 د	الجواب على اليمين
التخفيف من الخجل في المواقف التي لم يتم التخفيف منها من قبل بالجلديات السابقة	40 د	العرفان واليوميات
التحكم بالمشاعر وضبط الانفعالات	30 د	الصنم
خلق مساحة آمنة وجو من الفرح والتفاعل بين الطلبة	40 د	الباراشوت

جدول محتوى مسرحية (أدوات نور)

اسم أدوار المسرحية	الدور
نور	يمثل تلميذ(ة) دور نور التي تعود من المدرسة ، وترمي المحفظة بحيث تكسر الأدوات الموجودة بها.
جدة نور	تلميذة اخرى تمثل دور الجدة التي تحدث نور وتنصحها بعدم رمي المحفظة ويجري بينهم حوار.
القلم	تلميذ(ة) يمثل دور القلم الذي كسر جراء رمي نور المحفظة .
مبراة القلم	يقوم تلميذ آخر بدور مبراة القلم والتي كسرت أيضاً ولا تستطيع تقديم المساعدة للقلم .
المقلمة	بحيث تُحدث القلم والمبراة عن الضرر الذي لحق بها هيا أيضاً، وأن السبب يعود للمحفظة .
الكتاب	يتحدث الكتاب ويقول مزقت أوراقى وخربشت صفحاتى.
المحفظة	تتحدث المحفظة مع الأدوات وتقول لهم أن نور هيا من رمتها.
جميع أدوات نور	يتحدثون مع نور ويقولون لها بأن لا ترمينا لأنه سلوك ليس جيد .
نور	تتصالح مع الجميع وتعزم على عدم العودة على رمي أدواتها.

Statistiques sur échantillon uniques

	N	Moyenne	Ecart type	Moyenne erreur standard
Post.Test	15	26,13	2,232	,576
Pre.Test	15	33,67	2,920	,754

Test sur échantillon unique

	Valeur de test = 30					
	t	ddl	Sig. (bilatéral)	Différence moyenne	Intervalle de confiance de la différence à 95 %	
					Inférieur	Supérieur
Post.Test	-6,710	14	,000	-3,867	-5,10	-2,63
Pre.Test	4,864	14	,000	3,667	2,05	5,28

Statistiques descriptives

	N	Minimum	Maximum	Moyenne		Ecart type
	Statistiques	Statistiques	Statistiques	Statistiques	Erreur std.	Statistiques
Pre.Test	15	29	39	33,67	,754	2,920
Post.Test	15	23	30	26,13	,576	2,232
N valide (liste)	15					

Test de classement de Wilcoxon

Rangs		N	Rang moyen :	Somme des rangs
Pre.Test - Post.Test	Rangs négatifs	0 ^a	,00	,00
	Rangs positifs	15 ^b	8,00	120,00
	Ex aequo	0 ^c		
	Total	15		

a. Pre.Test < Post.Test

b. Pre.Test > Post.Test

c. Pre.Test = Post.Test

Tests statistiques ^a	
	Pre.Test - Post.Test
Z	-3,413 ^b
Sig. asymptotique (bilatérale)	,001

a. Test de classement de Wilcoxon

b. Basée sur les rangs négatifs.

T-Test

Group Statistics

	grub	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
total	الدنيا المجموعة	4	2.1000	.12766	.06383
	العليا المجموعة	4	2.7167	.10000	.05000

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means			
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
total	Equal variances assumed	.458	.524	-7.606	6	.000	
	Equal variances not assumed			-7.606	5.675	.000	-.61667

Reliability Statistics

Cronbach's Alpha	N of Items
.614	15