

## جامعة المرقب

### المجلة العلمية

مجلة علمية محكمة تحت مسمى (مجلة علوم التربية الرياضية والعلوم الأخرى)

منشورات كلية التربية البدنية - جامعة المرقب

الموقع الإلكتروني

[HTTP://SSJ.ELMERGIB.EDU.LY](http://ssj.elmergib.edu.ly)

العدد الثامن

(ديسمبر) 2021 - 2022 م

## هيئة التحرير

م دكتور / ميلود عمار النفر عميد الكلية رئيس التحرير

## اللجنة العلمية المحلية

الوظيفة	الجامعة	الاسم	م
رئيساً	المرقب	د. مفتاح محمد ابوجناح	1
عضوا	المرقب	د. خالد محمد الكموشي	2
عضوا	الجبل الغربي	د. عبد الحكيم سالم تنتوش	3
عضوا	الزاوية	د. زياد سويدان	4
عضوا	الجفارة	د. عمران جمعة تنتوش	5
عضوا	المرقب	أ. هشام رجب عباد	6
عضوا	المرقب	أ. محمد علي زائد	7

## اللجنة العلمية الدولية

عضوا	الجزائر	د. جمال بكباي	1
عضوا	باتنة1/ الجزائر	د. سامية شينار	2
عضوا	العربي بن مهيدي ام البواقي / الجزائر	د. سامية ابريغم	3
عضوا	الدكتور يحي فارس المدية / الجزائر	د. يزيد شويعل	4
عضوا	العربي التبسي تبسة / الجزائر	د. رضوان بلخيري	5
عضوا	زيان عاشور جلفة / الجزائر	د. مسعودي ظاهر	6
عضوا	اليمن	د. عبد السلام مقبل الريبي	7

## اللجنة الاستشارية

الوظيفة	الجامعة	الاسم	م
رئيساً	طرابلس	د. سعيد سليمان معيوف	1
عضوا	الجفارة	د. سليمان الصادق الامين	2
عضوا	الزقازيق / مصر	د. صبري عمران	3
عضوا	روسيا	د. فتحي البشيني	4
عضوا	المرقب	د. محمد جابر	5

## ملاحظة

كافة البحوث تعبر عن وجهة نظر أصحابها، ولا تعبر بالضرورة عن رأي المجلة أو الكلية

جميع الحقوق محفوظة

2022م

## التعليمات الخاصة بنظم النشر مجلة التربية الرياضية والعلوم الأخرى

### طبيعة المواد المنشورة

تهدف المجلة إلى إتاحة الفرصة لكافة المتخصصين لنشر إنتاجهم العلمي في مجال علوم الرياضة والتربية البدنية والعلوم الأخرى، الذي تتوافر فيه الأصالة والجدية والمنهجية العلمية.

وتقوم المجلة بنشر المواد التي لم يسبق نشرها باللغة العربية أو الإنجليزية وتقبل

### المواد في الفئات التالية:

- البحوث الأصيلة.
- المراجعات العلمية.
- تقارير البحوث.
- المراسلات العلمية القصيرة.
- تقارير المؤتمرات والندوات.

### اللائحة التنظيمية:

- 1- أن تكون الدراسات أصلية ولم يسبق نشرها أو قبولها للنشر.
- 2- تصدر كلية التربية البدنية جامعة المرقب مجلة علمية تسمى (مجلة التربية الرياضية – والعلوم الأخرى).
- 3- تصدر المجلة بصفة دورية كل 6 أشهر من كل عام.

### أهداف المجلة:

- 1- المشاركة في تشجيع حركة البحث العلمي.
- 2- تحقيق إضافة جديدة على الساحة العلمية في المجالات الرياضية.
- 3- نشر وتعزيز الدراسات والأبحاث العلمية الرياضية.

### سياسة النشر:

- 1- تختص المجلة بنشر الأبحاث والمقالات العلمية في المجالات الرياضية والتربية البدنية والعلاج الطبيعي والتأهيل الرياضي والأبحاث التربوية والعلوم الأخرى المرتبطة بها.

- 2- يسمح بالاشتراك في المجلة بالأبحاث أو المقالات التي يجريها أو يشترك فيها أعضاء هيئة التدريس أو الباحثين في الجامعة والمعاهد العلمية ومراكز وهيئات البحث العلمي في ليبيا وخارجها.
- 3- تنشر الأبحاث في المجلة وفق الأسبقية دورها بعد تحكيمها وإعدادها في شكلها النهائي وفق شروط النشر والقواعد التي تقررها المجلة.
- 4- جميع الأبحاث المقدمة للنشر لا ترد لأصحابها سواء نشرت أو لم تنشر وإذا تمت الموافقة على نشرها فإن لهيئة التحرير الحق في نشرها في الوقت الذي تراه مناسباً.
- 5- يخضع ترتيب الموضوعات في المجلة لاعتبارات فنية.

### شروط ومعايير النشر:

- 1- تكون الدراسات أصلية ولم يسبق نشرها أو قبولها للنشر.
- 2- يقدم الباحث أصل + نسخة على CD + ثلاثة نسخ مطبوعة وعلى وجه واحد فقط وعلى ورق كوارتر مقياس 4A مع ضرورة ترك الصفحات بدون ترقيم.
- 3- تتضمن الصفحة الأولى عنوان البحث، اسم الباحث أو الباحثين ووظائفهم.
- 4- يجب ألا يزيد عدد الصفحات عن 20 صفحة وفي حالة الزيادة عن 20 صفحة يتم دفع مبلغ خمسة دنانير عن كل صفحة.

### إجراءات التحكيم:

- 1- تلتزم لجنة المجلة بإشعار الباحث بوصول بحثه وإحالاته إلى هيئة التحرير.
- 2- تتم مراجعة البحوث المقدمة بصورة مبدئية من هيئة التحرير لتقرير مدى صلاحيتها وتمشيها مع سياسة المجلة ويمكن تبعاً لذلك استبعاد بعض البحوث وعدم إرسالها للتحكيم مع ضرورة إبلاغ صاحب البحث بذلك.
- 3- يحال البحث للتقييم من قبل ثلاثة من الأساتذة المحكمين أعضاء اللجنة العلمية الدائمة للتربية البدنية في ليبيا.
- 4- تحال البحوث المقدمة للنشر إلى المحكمين في آن واحد وترفق مع البحث استمارة التحكيم ليقوم كل محكم بملاء هذه الاستمارة خلال فترة محددة.
- 5- تعتمد قرارات المحكمين بالأغلبية من حيث القبول أو الرفض من قبل هيئة التحرير.

- 6- تقوم لجنة المجلة بإبلاغ أصحاب البحوث بإجازة بحثهم، ولهيئة التحرير أن تطلب إجراء تعديلات شكلية أو موضوعية بناءً على توصية المحكمين قبل إجازة البحث للنشر
- 7- تلتزم المجلة بالسرية التامة بالنسبة لعملية التحكيم وأسماء المحكمين.

### قواعد عامة:

- تقبل البحوث من خارج ليبيا.
- تسديد الرسوم تحدد من قبل هيئة التحرير أو مجلس الكلية أو مجلس الجامعة.

### شروط كتابة البحوث:

- 1- تكتب البحوث المقدمة للمجلة على ورق حجم 4A .
- 2- بالنسبة للهوامش تراعى الشروط التالية:
  - من أعلى 3.5 سم ومن باقي الجوانب 3 سم.
  - خط العنوان الرئيسي للبحث SakkalMajalla حجم **20 Bold** .
  - خط الكتابة العربي SakkalMajalla حجم 14 عادي وتأخذ أسماء الباحثين والعلماء.. **Bold**
  - خط الكتابة الأجنبي Times New Roman حجم **12 Bold** .
  - خط العناوين Simplified Arabic حجم **16 Bold** والعناوين الصغيرة **14 Bold** .
  - خط العناوين الأجنبي Times New Roman حجم **16 Bold** .
- 3- بالنسبة للجداول تكون مفتوحة من الجانبين ومسطرة تحديداً مفرداً أما بداية ونهاية الجدول فيكون التحديد مزدوجاً .

## كلمة العدد

الحمد لله رب العالمين وأصلي وأسلم على خير الخلق أجمعين محمداً النبي الأمين وعلى آله وصحبه أجمعين..... وبعد.

إنه ليسعدني نيابة عن مجلس الكلية أن أقدم العدد الثامن (ديسمبر 2021-2022م) من المجلد الأول العدد الثامن من مجلة التربية الرياضية والعلوم الأخرى الصادرة من كلية التربية البدنية - جامعة المرقب في صورتها الجديدة لتسهم بجهود وافرة في النشر العلمي في مختلف أنشطة التربية الرياضية والبدنية والصحية والفنية والترفيهية وبعض العلوم الأخرى المرتبطة باعتبارها رائدة المجالات العلمية المتخصصة على مستوى كليات التربية البدنية وعلوم الرياضة بدولة ليبيا إيماناً برسالة الجامعة في هذا الصدد مراعية اتسام محتوى المجلة بالتجريب والتطوير والتطبيق في ظل أهداف الجامعات الإقليمية الأمر الذي أصبح ضرورة ملحة في عالم سريع التغيير بابتكارية التكنولوجيا والتقدم العلمي المذهل، حيث حقق العلم وثبة كبيرة في كل المجالات وكان للتربية البدنية نصيباً من هذا التقدم حيث لعب طموح علماءها دوراً أساسياً في الاعتماد على علوم حديثة ليكون منها المنطلق للتقدم.

وقد آلت كلية التربية البدنية بالجامعة على تطوير هذه المجلة حتى تصل إلى المستوى اللائق بالجهد الذي تبذله للنهوض بها بين الجامعات الليبية والعربية والعالمية.

ولا يسعنا إلا أن نتقدم بالشكر لجميع من أسهموا في ظهور المجلة سواء بالنقد البناء أو تقديم المقالات والبحوث والتراجم العلمية ونتوجه إليهم جميعاً لطلب المزيد من التعاون حتى نصل بهذه المجلة إلى المستوى العلمي والفني المتكامل في مجالات أنشطة التربية الرياضية والصحية والتربية.

عميد الكلية

ورئيس هيئة التحرير

د: ميلود عمار النفر



## علاقة بعض السمات الشخصية بالخلج لدى طالبات السنة الأولى في كلية التربية البدنية جامعة صبراتة

د. صالح ابراهيم ابوعجيله

أ. عبد المنعم احمد المختار

أ. نوري عاشور الشماح

### المقدمة وأهمية البحث

بدأ الاهتمام بعلم النفس الرياضي بوصفه علما مهما لتحقيق التفوق الرياضي أنه يأتي في مقدمة العلوم المساعدة على نجاح المدرب و المدرس وتطوير الأداء الرياضي وللمظاهر وسمات الشخصية دور هام في الأداء الرياضي فهي تؤثر في مستوى أداء الشخص وتعد من النواحي النفسية المهمة التي تؤدي دور مهم في تحقيق النجاح وقد استخلصت عموم الدراسات نتيجة دالة مهمة حول تفاوت واختلاف قدرات الأفراد على التعامل مع احداث الحياة واختلاف سماتهم وخصائصهم الشخصية والتي هي محصلة لتفاعل عوامل النسبة البيئية ثم المجتمع فضلا عما يستحث من تطور وتغير في حياته الانفعالية والسلوكية والسمات الشخصية هي واحدة من المواضيع التي اهتم علماء النفس بها لأنها تتناول الفرد في كل جوانبه ومفرداته البدنية والعقلية والاجتماعية وما يتعلق به من أنشطة متنوعة تؤثر عليه من تفاعله مع المحيط فالسمات تبنى على اساس وراثي لكنها تهذب وتصل من خلال مزاولة النشاط الرياضي في كل مراحل تكوين الشخصية او عن طريق المحاولة والخطأ او التقليد وتعد المرحلة الجامعية مرحلة تأهيل الشباب نحو خلق شخصية قوية تستطيع ان تفكر علميا لتحقيق أهدافها وان الخجل والخوف وما يتصل به من قلق وارتباك التي هي احدي الحالات الانفعالية التي يصاب بها الفرد الذي يخشى المواقف المحيطة به وهي مشكلة تحدث من سلوكه الاجتماعي والنفسي.

أما أهمية البحث فهي ترتبط بأهمية المرحلة الدراسية والمرحلة العمرية أو تعتمد على دراسة علاقة بعض سمات الشخصية بالخلج لدى طالبات المرحلة الأولى بكلية التربية البدنية جامعة صبراتة.

### مشكلة البحث

ان طالبة السنة الأولى تواجه امور عديدة عند دخولها في كلية التربية البدنية فهي ليست لديها فكرة واضحة عن طبيعة المنتسبين فيها ولكن رغبتها دفعتها للانتماء اليها وأحد هذه المشاكل هو تقبل الافراد الاخرين للسلوك المظهري لها فينتابها الخجل من ارتداء هذا الزي الرياضي وتبقى في حيرة من امرها في كيفية ايجاد توازن بين تقبل المجتمع لهذا الامر وحتى باقي الفتيات في الكليات الاخرى تنحرج من مجال التربية البدنية بسبب هذا الزي والمفاهيم الخاطئة لديهم عن طبيعة طالبات هذه الكلية وكيفية تأثير الرياضة في نفسية الافراد وخلق التجدد والرغبة في الحياة لذا فإن طالبة التربية البدنية تبقى حائرة في كيفية تحقيق رغبتها في ارتداء هذا الزي الرياضي

المواكب للموضة وكيفية رفع الخلج الناتج من كلام الآخرين اضافة الى الخلج من التدريس او زملائها الطلبة وهذا مما دعا الباحثون الخوض في هذه المشكلة.

وذكر ساندرا (1996) ان التغييرات في السلوك والمتمثلة بالمراقبة وتوقع الفرد بأنه مراقب جميعها تفرض عليه في مواقف معينة ابداء السلوك المظهري وهذا عند الفتيات خاصة يحتم عليها الابقاء على مظهرها الذي قد لا ينتهي عما بداخلها يتبعها طول الوقت تحت قناع تتحرك به امام المجتمع وخصوصا في مجالها. (شيماء: 2010).

### هدف البحث

1. التعرف علي المستويات النسبية لأبعاد الشخصية لدي طالبات كلية التربية البدنية جامعة صبراتة .
  2. التعرف علي المستوي النسبي لحالة الخلج لدي الطالبات بكلية التربية البدنية جامعة صبراتة .
  3. التعرف علي العلاقة الإرتباطية بين ابعاد الشخصية وحالة الخلج لدي الطالبات عينة البحث .
- التعرف على بعض سمات الشخصية وعلاقتها بالخلج لدى طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية.

### فروض البحث

- 1- توجد مستويات متباينة من ابعاد الشخصية لدي طالبات كلية التربية البدنية جامعة صبراتة.
- 2- تتميز طالبات كلية التربية البدنية بدرجة متوسطة من حالة الخلج.
- 3- توجد علاقة ارتباط ذات دالة احصائيا بين ابعاد الشخصية وحالة الخلج لدي طالبات كلية التربية البدنية جامعة صبراتة.

### مجالات البحث

#### المجال البشري

طالبات المرحلة الاولى في كلية التربية البدنية جامعة صبراتة للعام الدراسي 2021/2020.

#### المجال المكاني

قاعات اقسام التربية البدنية جامعة صبراتة.

#### المجال الزمني

2021/5/22 إلى 2021/6/30.

### الدراسات النظرية

#### مفهوم الشخصية في علم النفس

يرجع أصل كلمة الشخصية الى اللغة اللاتينية وهي كلمة مشتقة من لفضه وتعني القناع وهذه الكلمة يعود تاريخ استعمالها الى الزمن الذي كان فيه الممثل الاغريقي يضع القناع على وجهه اثناء التمثيل لغرض اظهار الصفات الواضحة في شخصية الفرد الذي يقوم الممثل بتمثيل دوره على المسرح ويقال ايضا بان استعمال

القناع جاء بسبب الضرورة التي شعر بها احد الممثلين لإخفاء عيب في وجهه فلبس القناع لأول مرة لإخفاء النشوء فمن هذه البداية تطور استعمالها الى ما تعنيه اليوم من مفاهيم عديدة ولعل من المناسب هنا ان نشير ان العالم النفسي (كارل يونغ) قد استعمل لفظه للدلالة على ان القناع الذي يجب على كل انسان يرتديه لكي يستطيع ان يؤدي دوره بنجاح على مسرح الحياة (علي : 1983).

والشخصية بمعناها الحديث استعملت لأول مرة سنة (1985) وكانت ترتبط بمعنى الفردية بحيث ان الكلمتين كثيرا ما تستعمل بنفس معنى الشخصية (عباس : 1986).

ويقول احمد زكي (الشخصية هي النظام الكامل من النزاعات الثابتة نسبيا الجسمية والنفسية التي تميز فردا معنيا والتي تفرّد الاسباب المميزة لتكيفه مع بيئته المادية والاجتماعية).

وهي أيضا (الشكل الفريد الذي ينتظم فيه استعداداتنا الديناميكية) (غادة: 1999).

#### مفهوم الشخصية والشخصية الرياضية

ان كلمة الشخصية تعني الشخصية بحد ذاتها حالة ديناميكية خاضعة للتغيير والتبديل من فترة واخرى حينما يتوسع الحديث ليشمل المؤثرات الخارجية الاخرى علي الشخصية وتمتاز الشخصية الفردية بالثبات مقارنة بالشخصية العامة للفرد وعلى الرغم من ان الشخص هو نفس اليوم وامس ولكن الاحداث اليومية والمتطلبات تفرض عليه ان يكون شخصا اخر حيث تعمل على تغيير شخصيته وتعتبر هذه الحقيقة من الحقائق المهمة التي يجب الانتباه اليها من قبل المدرسة والمدرسين الرياضيين عند التعامل مع اللاعبين ولان التعامل الرياضي النبيل هو من ارقى التعاملات الانسانية وحب العمل الجماعي من الافراد (احمد: 1975).

#### سمات الشخصية

لقد تناول العلماء السمة في التعليل ولكنهم اختلفوا في وضع تعريفات خاصة للمفهوم فالسمات الشخصية هي اما ان تبقى على اساس وراثي وتصلح خلال التدريب داخل البيئة وخارجها في كافة واصل تكوين الشخصية او يستعملها الفرد عن طريق المحاولة والخطأ او عن طريق التقليد فالسمة تكون في اداء مجاميع مكونة من ظواهر متجانسة في مضمون واحد.

وعرفها جيلفورد بانها ( طريقة مميزة ثابتة نسبيا يتميز بها الفرد عن غيره من الافراد ) (احمد: 1979).

واما هوك والنذري عرفها انها (ميل وحدة واستعداد مسبق للاستجابة) (ك.هوك : 1971).

#### مفهوم الخجل

تباينت وجهات النظر الخاصة بمفهوم الخجل نظرا لطبيعة الحركة من هذه الناحية فلقد عرفه السمدادوني بأنه (تأثير انفعالي بالأخريين في المواقف الاجتماعية) (السمدادوني: 1994).

واشار اليكر على انه (حالة من حالات العجز عن التكيف مع المحيط الاجتماعي) (اليكر: 1986).

وعرفه عبد الهادي بانها (حالة انفعالية قد يصاحبها الخوف عندما يخشى الموقف الراهن المحيط به) (عبد الهادي: 1999).

واشار الدريني على انه (ميل الى تجنب التفاعل الاجتماعي مع المشاركة في المواقف الاجتماعية بصورة غير مناسبة) (الدريني: 1986).

### أغراض الخجل

رغم تعدد اغراض الخجل تختلف نسبتها من فرد الى اخر ومن مستوى الى اخر ومن فئة لأخرى وتلك الاغراض ما يلي :

- 1- الاغراض الفيزيولوجية (احمرار الوجه، جفاف الحلق، زيادة خفقان القلب).
  - 2- الأغراض الاجتماعية (ضعف القدرة على التفاعل او التواصل، تفضيل الوحدة والرغبة في الانسحاب).
  - 3- الأغراض المعرفية (قلة التركيز، تداخل الأفكار، ضعف قدرة الفهم).
  - 4- الأغراض الانفعالية و الوحدانية (التوتر، الخوف، ضعف الثقة بالنفس).
- وعليه فان جملة تلك الأغراض لا تحدث دفعة واحدة بل يحدث بعضها وفقا لشدة الموقف وطبيعة الشخص نفسه ووجه خالي الخجل (غلام: 2001).

### أسباب وأشكال الخجل

هناك الكثير من العوامل المسببة لخلج ومن اهمها ما يلي :

- 1- عوامل نفسية متمثلة بالتنشئة الاجتماعية كالسخرية من سلوك الطفل وعدم تشجيعه على السلوك الصحيح.
  - 2- عوامل اجتماعية متمثلة في عدم الرعاية الاجتماعية والتفكك الاسري.
  - 3- عوامل جسدية متمثلة في العاهات والعجز.
- وعليه يمكن التوصل الى اهم اسباب الخجل وهي كالآتي :
- 1- مشاعر النقص في الجسم "الحواس" وفي المصروف.
  - 2- اسلوب التربية الخاطئة.
  - 3- التأخر الدراسي.
  - 4- افتقاده الشعور بالأمان والاحساس الدائم بالخوف.
  - 5- نشأة المراهق في اسرة خجولة.

وعن أشكال الخجل أوضح عبد الهادي محمد ما يلي :

- 1- الخجل الاجتماعي الانطوائي ويتميز الفرد بالعزلة مع عدم القدرة على العمل بكفاءة الجماعة.
- 2- الخجل الاجتماعي العصبي وهو قلق ناتج عن الشعور بالوحدة النفسية مع وجود صراعات نفسية في تكوين علاقات اجتماعية مع الاخرين.
- 3- الخجل العام يتميز بعيوب في اداء المهارات ويظهر في الجلسات الجماعية والاماكن العامة.
- 4- الخجل الخاص وينصب حول احداث ذاتية تتعلق بالعلاقات الشخصية.

- 5- الخجل المزمن يقلق صاحبه ويخفض من مهاراته الاجتماعية ويزيد من انطوائه.
- 6- الخجل الموقفي يتعرض الفرد لمواقف اجتماعية معينة تقضى الخجل وتزول بزوال الموقف.
- 7- الخجل الموجب كصفات مستحسنة كالهدهوء.
- 8- الخجل السالب كصفات غير مستحسنة اجتماعيا كالعزلة "الخوف" القلق.
- 9- الخجل المتوازن دون افراط وبشكل مقبول اجتماعيا.
- 10- الخجل المزاجي ويرتبط بالمزاج وتقلباته.
- 11- الخجل المتصنع من أجل تحقيق هدف ما.
- 12- خجل عاطفي متعلق بالحب والعشق. (عبد الهادي: 1999).

### مكونات الخجل

اقترح عبد الرحمن العيسوي نموذج المكونات الأربعة للخجل وهي :

- 1- المكون الانفعالي : ويظهر من خلال تنبيه الاحاسيس النفسية التي تدفع الفرد الى استجابة التفادي والانسحاب بعيدا عن مصدر التنبيه كخفقات القلب واحمرار الوجه وبرودة اليدين.
- 2- المكون العرفي : حيث اشار عبد الرحمن الى ذلك المكون بأنه انتباه مفرط للذات ووعي زائد بالذات وصعوبات في الاقناع والاتصال.
- 3- المكون السلوكي : نقص السلوك الظاهر ويركز على الكفاءة الاجتماعية للأشخاص الخجولين ويتصفوا بنقص في الاستجابة السوية.
- 4- أضاف أيضا مكون الوجداني للخجل : والمتمثل في الحساسية "ضعف الثقة بالنفس" واضطراب المحافظة على الذات. (عبد الرحمن: 2004).

### الدراسات المشابهة

#### دراسة راند عبد الأمير (2008)

عنوان الدراسة : دراسة مقارنة في السمات الشخصية عند ناشئين منتخبات بعض ألعاب الرياضة الفردية.  
أهداف الدراسة : التعرف على السمات الشخصية عند ناشئين منتخبات بعض الألعاب الفردية.  
العينة : تكونت عينة الدراسة من (33 لاعب) يمثلون ناشئين الألعاب الفردية وصف الريشة، الطائرة، الملاكمة، السكواش، الجمبناستك في محافظة بابل.  
التوصيات :

- 1- تميز ناشئين الملاكمة بالعصبية والعدوانية.
- 2- تميز ناشئين الجمبناستك بسمة الهدهوء والاجتماعية.
- 3- ممارسة الالعاب تقلل من سمة الاكتئابية.

#### دراسة فاطمة سالم خالد المدني (2006)

عنوان الدراسة : الخجل وعلاقته بالتحصيل الدراسي.

هدف الدراسة : تهدف الدراسة الى :

- 1- هل هناك فروق ذات دلالة احصائية في الخجل وفقا لمتغير التخصص.
  - 2- هل هناك فروق ذات دلالة احصائية في الخجل حسب السنوات الدراسية.
  - 3- هل هناك فروق ذات دلالة احصائية في الخجل وفقا لمتغيري الجنس.
  - 4- معرفة العلاقة بين الخجل والتحصيل لدى طلاب أقسام العلوم الانسانية.
- عينة الدراسة : تكونت عينة الدراسة من ثلاثة أقسام يتكون كل قسم من أربعة سنوات (علم النفس ، علم الاجتماع ، علم التربية).

#### أداة الدراسة

- 1- استخدمت الباحثة مقياس الحرج الموقفي لبناء فقرات المقياس والمتكون من 28 فقرة.
- 2- استخدمت تحليل التباين ذو الاتجاه الواحد باستخدام البرنامج الاحصائي.

#### نتائج الدراسة

- 1- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين السنوات الدراسية على مقياس الخجل.

#### التوصيات

- 1- اهتمام الاسرة بفتح المجال امام الطفل منذ البداية وتشجيعه على التحدث والتعبير عن رأيه بكل حرية وصراحة.
- 2- تعيين اخصائيين منذ المرحلة الثانوية ومحاولة تخفيض نسبة الخجل لدى الطلاب.
- 3- تفعيل دور الجامعة في تخفيض الخجل بالنسبة لطلابها من خلال زيادة الاهتمام بالندوات الثقافية والانشطة ومشاركة الطلاب فيها.
- 4- حث الأستاذة الطلاب على تحضير المحاضرات وتعويدهم على القاها بأنفسهم امام الطلاب الاخرين.

#### اجراءات البحث

##### منهج البحث

تم استخدام المنهج الوصفي لملائمته لطبيعة البحث .

##### مجتمع البحث

تكون مجتمع البحث من طالبات كلية التربية البدنية جامعة صبراتة والبالغ عددهم (22) طالبة للعام

الجامعي 2021/2020

##### عينة البحث

عينة البحث تكونت من جميع طالبات مجتمع البحث باستثناء عدد خمس طالبات تم اختيارهن كعينة

استطلاعية لحساب المعاملات العلمية للمقياسين . وبذلك اصبح عدد عينة البحث الاساسية (17) طالبة .

##### ادوات جمع بيانات البحث

استخدم مجموعة البحث في جمع بيانات البحث المصادر العلمية التالية .

- المراجع العلمية المتخصصة في مجالات علم النفس وعلم الاجتماع والاختبارات و القياس والتقويم .
- البحوث والدراسات السابقة المرتبطة فيما توصلت اليه من نتائج ، وكذا ما اتبعته من خطوات اجرائية علمية في بناء واعداد وتقنين المقاييس .
- المقبلات الشخصية مع ذوي الخبرة والرأي من الاساتذة اعضاء هيئة التدريس .
- مقياسي السمات الشخصية والخلج .

#### توصيف المقاييس

اولا :- مقياس السمات الشخصية الذي اعدده فرايبورج سنة (1970) وهو احد اختبارات قياس الشخصية المعتمدة عالميا الذي طبق في العديد من البيئات الدولية والعربية والذي عرّبه واعاد اعداده في صورته المختصرة (محمد علاوي) . ويتكون من (56) فقرة موزعة علي (8) ابعاد وهي بالترتيب (العصبية ، العدوانية ، القابلة للاستثارة ، الاكتئابية ، الاجتماعية ، الهدوء ، السيطرة ، الكف) ، وكل بعد يتكون من سبع عبارات تتم الاجابة عليهما من طرف المفحوص باستخدام مدرج ثنائي (نعم - لا) حيث تعطي الاجابة بنعم (درجتان) والاجابة بلا (درجة واحدة) ولتحديد النسبة المئوية لمستوي ابعاد الشخصية ، يتم من خلال مجموع ناتج درجات اجابات العينة علي فقرات البعد مقسوما علي الدرجة الكلية لدرجة البعد  $\times 100$  وكلما ارتفعت قيمة النسبة المئوية كلما زاد مستوي السمة لدي المفحوص ..

ثانيا :- مقياس الخجل الذي اعدده (سيد يوسف) ويتكون من (15) فقرة لقياس الخجل ، وتتم الاجابة علي فقراته باستخدام مدرج ثنائي (نعم - لا) وتعطي الاجابة نعم (درجتان) والاجابة بلا ( صفر) . ولتحديد النسبة المئوية لمستوي حالة الخجل ، يتم من خلال مجموع ناتج درجات اجابات العينة علي فقرات المقياس مقسوما علي الدرجة الكلية للمقياس  $\times 100$  . وكلما ارتفعت قيمة النسبة المئوية كلما زاد مستوي حالة الخجل اجراءات تقنين مقياسي جمع البيانات

قامت مجموعة الباحث بإعدادهم في استمارة وتم عرضهم علي بعض الخبراء في علم النفس لمعرفة مدي وضوح عباراتهم ومناسبتهم لعينة البحث كمرحلة اولي لمعرفة صدق محتوى المقاييس .وبعد تجميع الاستمارات والاطلاع علي ملاحظات الخبراء اتضح ان جميع الخبراء اكدوا في ملاحظاتهم علي وضوح لغة وصياغة العبارات ومناسبتها لقياس كل من ابعاد الشخصية وحالة الخجل للافراد بليبيا .

#### الدراسة الاستطلاعية

بعد التحقق من صدق محتوى المقاييس عن طريق الخبراء، تم تطبيقهم علي عينة استطلاعية من الطالبات من مجتمع البحث ومن خارج عينة البحث بلغ عددها (5) طالبات. وقد استخدمت طريقة التطبيق واعادة التطبيق بعد مدة اسبوع من التطبيق الاول. وقد استهدفت هذه الدراسة التعرف علي الاتي :

- 1 - درجة استعداد الطالبات للمشاركة في الاجابة علي فقرات المقاييس .
- 2 - معامل الارتباط بين التطبيقين والصدق الذاتي للمقياسين .
- استنتاج بعض الحلول لحل المشكلات التي قد تواجه الباحثون اثناء الدراسة الاساسية.

بعد تطبيق المقياسين وتجميع الاستمارات ، توصلت مجموعة البحث علي النتائج التالية :

- درجة استعداد ايجابية من طالبات العينة الاستطلاعية في الاجابة علي فقرات المقياسين .
- تحديد بعض الحلول المناسبة في حالة حدوث بعض المشكلات اثناء الدراسة الاساسية .
- من خلال نتائج الدراسة الاستطلاعية تم حساب المعاملات العلمية للمقياسين معامل الثبات والصدق الذاتي . والجدول رقم (1) يبينان ذلك المعاملات .

#### جدول رقم (1)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للمقياسين الاول والثانيوقيم معامل الارتباط بين التطبيقين ومعامل

#### الصدق الذاتي

الاحصاء المقياس	س1	ع1	س2	ع2	معامل الثبات	مستوي الدلالة	الصدق الذاتي
ابعاد الشخصية	9.00	1.00	9.20	0.83	0.90*	0.04	0.81
الخلج	21.40	2.42	21.20	2.38	0.96**	0.01	0.92

يتضح من نتائج الجدول رقم (1) ان قيم معاملات الارتباط بين التطبيقين الاول والثاني لمقياس ابعاد الشخصية قد بلغ (0.90) ، ومقياس الخلج (0.96) وهي دالة احصائيا وهذا ما تؤكدته مستوي دلالة الاختبار بين القياسين وهي جميعها اصغر من مستوي المعنوية 0.05 . كما يتضح من نفس الجدول ان معاملات الصدق الذاتي الناتج من تربيع قيمة معامل الارتباط قد بلغت (0.81) بالنسبة لمقياس ابعاد الشخصية ومقياس الخلج (0.92) هذه النتيجة الاحصائية تؤكد ان المقياسين يتميزان بمعاملات ثبات وصدق ذاتي ومحتوي عالية في قياس ابعاد الشخصية والخلج في البيئة الليبية .

#### الاجراءات الاحصائية

- التوصيف الاحصائي ( المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، النسب المئوية) .
- معامل الارتباط .

#### الدراسة الاساسية

طبقة الدراسة الاساسية علي عينة البحث وفقا لتعليمات تطبيق المقياسين في الفترة من 2021/5/22 إلى 2021/6/30.

#### عرض النتائج

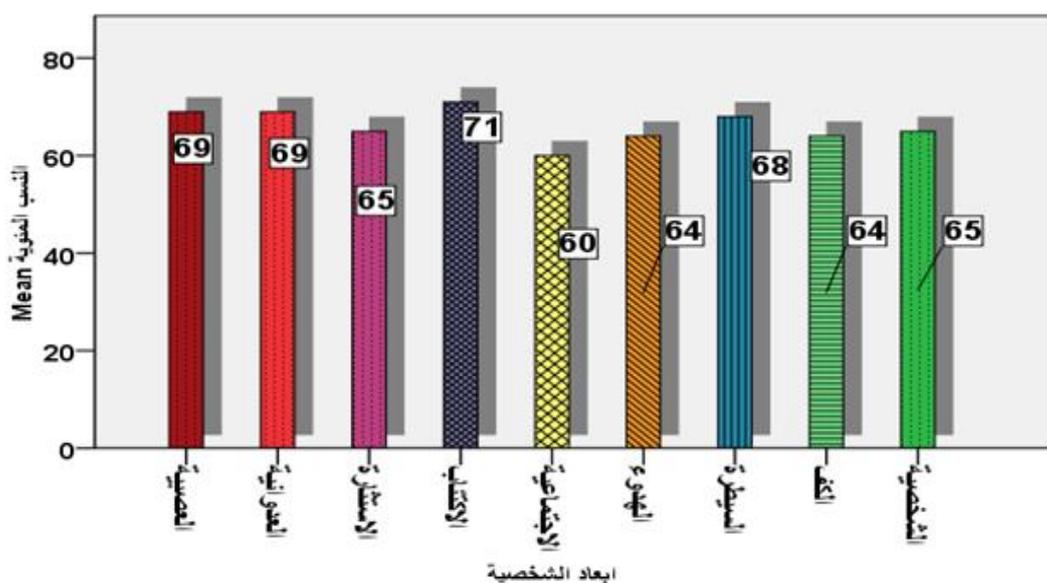
يتضمن هذا الجزء من الفصل الرابع عرض نتائج التحليل الاحصائي لبيانات البحث والجدول التالية تبين ذلك .

## الجدول رقم (2)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واصغر واكبر قيمة والنسب المئوية لمستوي ابعاد الشخصية لدي طالبات عينة البحث من كلية التربية البدنية

جامعة صبراتة

النسبة المئوية	اكبر قيمة	اصغر قيمة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الاحصاء ابعاد الشخصية
%69	12	7	1.17	9.65	العصبية
%69	11	8	0.93	9.65	العدوانية
%65	12	7	1.43	9.06	القابلية للاستشارة
%71	13	8	1.41	10.00	الاكتئاب .
%60	11	7	0.99	8.35	الاجتماعية .
%64	12	8	1.14	8.94	الهدوء .
%68	11	7	1.18	9.47	السيطرة .
%64	11	7	1.14	8.94	الكف .
%65	83	64	9.39	74.06	الشخصية



الشكل البياني رقم (1) يبين نسب مستويات أبعاد الشخصية لدى طالبات كلية التربية البدنية جامعة صبراتة

يتضح من نتائج الجدول رقم (2) والشكل البياني رقم (1) ان قيم متوسطات ابعاد الشخصية لدى طالبات كلية التربية البدنية جامعة صبراتة قد بلغت من ( 8.35 درجة الي 10.00 درجات ) وبانحراف معياري تراوح من ( 0.93 الي 1.43 من الدرجة ) وبمستوي نسبي بلغ من ( 60% الي 71% ) . كما بلغ المتوسط الحسابي لدرجات ابعاد الشخصية لدى الطالبات ( 73 ) درجة وبانحراف معياري بلغ ( 6.13 من الدرجة ، ومستوي نسبي للشخصية لدى الطالبات بلغ ( 65% ) .

### الجدول رقم (3)

يبين المتوسط الحسابي والانحراف المعياري واصغر واكبر قيمة والنسب المئوية لمستوي الخجل لدى طالبات عينة البحث من كلية التربية البدنية جامعة صبراتة.

النسبة المئوية	اكبر قيمة	اصغر قيمة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الاحصاء المتغير
%69	25	17	2.45	20.82	الخجل

يتضح من الجدول رقم (3) ان المتوسط الحسابي لدرجات الخجل لدى الطالبات قد بلغ (20.82) درجة وبانحراف معياري (2.45) درجة ومستوي نسبي لحالة الخجل لدى الطالبات بلغ (69%)

### الجدول رقم (4)

مصفوفة معاملات الارتباط بين درجة الخجل ودرجات ابعاد الشخصية لدى طالبات عينة البحث

الكف	السيطرة	الهدوء	الاجتماعية	الاكتئابية	الاستثارة	العدوانية	العصبية	ابعاد الشخصية الاحصاء
0.42	0.33	0.04	0.15	0.31	0.12	0.11	0.52*	معامل الارتباط
0.09	0.19	0.87	0.56	0.23	0.62	0.66	0.03	مستوي الدلالة

يتضح من نتائج الجدول رقم (4) بوجود ارتباط دال احصائيا وفي الاتجاه الموجب بين مستوي بعد العصبية و حالة الخجل لدى الطالبات عينة البحث وهذا ما اكدته مستوي دلالة الاختبار وهي اصغر من مستوي المعنوية 0.05 . كما اظهرت النتائج عدم وجود ارتباط دال احصائيا بين ابعاد الشخصية الاخرى وحالة الخجل لدى الطالبات عينة البحث.

## مناقشة النتائج

في ضوء النتائج التي تم عرضها في جداول الجزء الأول من الفصل الرابع قام الباحث بمناقشة نتائجها وفقاً لترتيب فروض البحث وقد اعتمد الباحث في تحديد ومعرفة مستويات ابعاد الشخصية لدى الطالبات عينة البحث علي مقياس النسب المئوية المستخدم في تقييم المعلومات والمعارف والأداء محلياً ودولياً .

ولمناقشة الفرضية الأولى التي تستهدف معرفة المستويات النسبية لابعاد الشخصية لدى الطالبات عينة البحث من كلية التربية البدنية جامعة صبراتة ، اتضح من نتائج الجدول رقم (4) ان الترتيب النسبي لمستوي ابعاد الشخصية قد تراوحت نسبها من (60 % الي 71 %) وهو مستوي تقديري من (متوسط الي جيد). حيث أظهرت النتائج ان نسبة مستوي العصبية والعدوانية بلغ (69%) والقابلة للاستثارة (65%) والاكثابية (71%) والاجتماعية (60%) وبعدي الهدوء والكف (60%) ، ثم بعد السيطرة بنسبة (68%) . بينما بلغت نسبة مكون الشخصية بشكل عام (65%) لدى الطالبات عينة البحث وهو مستوي تقديري جيد . هذه النتيجة تظهر ان عينة البحث تتميز بالدرجة الأولى بمستوي من الاكثابية والذي يتمثل في حالات عدم الرضاء والشعور بالتعاسة والخوف. وفي الدرجة الثانية والثالثة بالعصبية والعدوانية والسيطرة تظهر وهي حالات في شكل اضطرابات عصبية ونفسية وبعض الأفعال العدوانية البدنية والفضية ، بالإضافة الي عدم السيطرة علي الذات ومحاولة فرض آرائهن علي الاخرين . بينما تظهر ابعاد الاجتماعية والهدوء والكف لدى الطالبات عينة البحث بمستوي منخفض والذي يتمثل في القدرة علي التفاعل مع الاخرين وسرعة الاندماج والمرح والنشاط والثقة بالنفس وعدم الارتباك والابتعاد عن السلوك العدواني.

كما يتضح من نفس الجدول ان نسبة مكون الشخصية بشكل عام لدي طالبات العينة بلغت نسبته (65%) وهو مستوي تقديري جيد الي حدا ما .

ولمناقشة الفرضية الثانية يتضح من نتائج الجدول رقم (3) والخاص بحالة الخجل لدي الطالبات عينة البحث والتي قد بلغت نسبتها (69%) وهو مستوي تقديري جيد لمستوي هذه الحالة من الخجل لدي الطالبات والتي تمكنهن من القدرة علي التكيف والاختلاط مع بيئتهن والانسجام مع انفسهن ومع المحيط الذي يعشن فيه .

اتفقت نتائج البحث مع بحث رائد عبد الأمير (2008) في ان الطالبات يتميزون بالاكثابية والعصبية والعدوانية.

ولمناقشة الفرضية الثالثة التي توقع فيها مجموعة البحث بوجود علاقة ارتباط دالة احصائياً بين مستوي حالة الخجل لدي الطالبات وابعاد الشخصية. حيث اتضح من نتائج الجدول رقم (4) الخاص بمصفوفة معاملات الارتباط بين درجات الخجل ودرجات ابعاد الشخصية ، بوجود علاقة ارتباط واحدة فقط دالة احصائياً وفي الاتجاه الموجب بين درجات حالة الخجل ودرجات بعد العصبية لدي الطالبات وهذه النتيجة تظهر كلما ازدادت درجة العصبية كلما زادت حالة الخجل لدي عينة البحث . كما اظهرت النتائج عدم وجود

ارتباط دال احصائيا بين درجات حالة الخجل وابعاد الشخصية الاخرى. بالرغم من ان العديد من الدراسات السابقة اظهرت بوجود علاقات دالة احصائيا بين حالات الخجل وابعاد الشخصية.

## الاستنتاجات والتوصيات

### الاستنتاجات

في ضوء اهداف وفروض وحدود العينة والإجراءات الإحصائية لبيانات البحث تم التوصل إلى الاستنتاجات التالية:

1. تميزت شخصية عينة البحث بالدرجة الأولى بالاكتئابية والدرجة الثانية بالعصبية والعدوانية وفي الدرجة الثالثة بالسيطرة وهي حالات تظهر في شكل اضطرابات عصبية ونفسية وبعض الأفعال العدوانية بدنية او لفضية، بالإضافة الي عدم السيطرة علي الذات ومحاولة فرض آرائهن علي الاخرين .
2. أظهرت النتائج ان ابعاد الشخصية الاجتماعية والهدوء والكف لدي الطالبات عينة البحث بمستوي منخفض والذي يتمثل في القدرة على التفاعل مع الاخرين وسرعة الاندماج والمرح والنشاط والثقة بالنفس والابتعاد عن السلوك العدواني.
3. اظهر النتائج ان مكون الشخصية بشكل عام بلغت نسبته (65%) لدي الطالبات عينة البحث وهو مستوي تقديري جيد الي حدا ما.
4. بلغت نسبت حالة الخجل (69%) وهو مستوي تقديري جيد لمستوي هذه الحالة من الخجل لدي الطالبات والتي تمكنهن من القدرة علي التكيف والاختلاط مع بيئتهن والانسجام مع انفسهن والمحيط الذي يعيشن فيه.
5. وجود علاقة ارتباط دالة احصائيا بين حالة الخجل لدي الطالبات وبعد العصبية فقط لدي الطالبات.
6. عدم وجود علاقات دالة احصائيا بين حالة الخجل وابعاد الشخصية (العدوانية والاكتئابية والسيطرة والاجتماعية والهدوء والكف).

### التوصيات

1. ضرورة الاهتمام برفع معنوياتهن من السنة الأولى عن طريق ورش العمل.
2. ضرورة الاهتمام بالجوانب الشخصية عن طريق تطوير السمات الشخصية عند تدريس الطالبات في السنة الأولى.
3. اجراء دراسات مشابهة على المراحل الدراسية الاخرى.
4. اجراء دراسات مشابهة على متغيرات نفسية اخرى.

## المراجع

- 1- احمد عزت راجح، أصول علم النفس، ط4، القاهرة، دار المعارف العربي، سنة 1975م.
- 2- اليكر، العلاج النفسي الحديث قوة الانسان، مكتبة وريولي، القاهرة، ط1، سنة 1986.
- 3- الدبرني، مقياس الخجل، دار الفكر العربي، القاهرة، ط4، سنة 1986.
- 4- رائد عبد الامير، دراسة مقارنة بالسمات الشخصية عند ناشئين منتخبات بعض الالعب الفردية، بحث منشور، جامعة بابل، مجلد 2008.
- 5- السمادوني، التقويم والمقياس التربوي، دار الفكر العربي، ط3، سنة 1994م.
- 6- شيماء علي خميس، علاقة الشخصية بالخلج، مجلة علوم التربية الرياضية، العدد الثاني، المجلد الثالث 2010.
- 7- عباس مهدي البغدادي، الشخصين بين النجاح والنفس، بغداد، مطبعة الزهراء، سنة 1986.
- 8- عبد الرحمن العيسوي، ميادين علم النفس، دار الرتب الجامعية، بيروت، ط1، سنة 2004.
- 9- عبد الهادي، الموسوعة العلمية، دراسات للنشر والتوزيع، الاردن، ط6، سنة 1999م.
- 10- عبد الهادي محمد، الموسوعة النفسية، دار اسامة للنشر والتوزيع، الاردن، ط6، سنة 1999م.
- 11- علي كمال، النفس وانفعالاتها وامراضها وعلاجها، ط2، بغداد، دار واسط، سنة 1983.
- 12- غادة ربيع حسن وسناء حمود مأمون، الاداء في التمرينات والتغير الحركي، المجلة العلمية، العدد2، كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة للبنين، جامعة سلوان، سنة 1999م.
- 13- غلام على افروز، البخل من الناحية النفسية وسبل معالجته، مؤسسة الهدى للنشر والتوزيع، طهران، ط1، سنة 2001.
- 14- فاطمة سالم خالد المدني، الخجل وعلاقته بالتحصيل الدراسي، سنة 2006.
- 15- ك. هوك النذري، نظريات الشخصية، ترجمة احمد فرج، القاهرة، سنة 1971.
- 16- محمد حسن علاوي، علم النفس الرياضي، ط4، القاهرة، دار المعارف، سنة 1979.

### قائمة المحتويات

رقم الصفحة	عنوان البحث	اسم الباحث	ت
8 - 1	دور العلاج الطبيعي في إعادة تأهيل عضلات الساقين ما بعد الإصابة بدوالي الساقين السيدات من العمر (30-50)	اسامة اعطية قدارة سمير فرج ضو	1
29 – 9	Validation of an Arabic version of the brief pain inventory in Libyan patients with chronic pain	عادل بن يونس	2
50 - 30	A Taxonomic Study of Medicinal Plants in Al Shaafin Reserve, in Musallata - Libya	Adel D. El Werfalyi Salem A. Hassan Alhusein M Ezarzah	3
65 - 51	تأثير برنامج تدريبي لتطوير بعض المتغيرات البدنية والمهارية والمستوى الرقعي لمسابقة دفع الجلة لطلاب كلية التربية البدنية بجامعة المرقب	مصطفى محمد العويمري فتح الله لامين عبدالعزيز ميلود عمار محمد	4
75 - 66	Physical, Chemical, and Microbiological Analysis of Mud Sediment from Lapindo, Sidoarjo	Emad Eldin Dagdag Salah Eldin Elgarmadi Fathi Ghanem	5
85 -76	دور الاعلام في ترسيخ ثقافة القبول بنتائج الانتخابات	جمعة عبد الحميد شنيب عائشة صالح كجمان	6
91 - 86	الملاحة البحرية عند الفينيقيين 1200ق.م – 450ق.م	عبد الكريم علي نامو	7
104 – 92	علاقة بعض السمات الشخصية بالخلج لدى طالبات السنة الأولى في كلية التربية البدنية جامعة صبراتة	صالح ابراهيم ابوعجيلة عبد المنعم احمد المختار نوري عاشور الشماح	8
132 – 105	الثقافة التنظيمية وعلاقتها بالالتزام التنظيمي لدى عينة من أعضاء هيئة التدريس بكلية الآداب بالجامعة الأسمرية الإسلامية	هدى فتحي مخلوف نعيمه عمر بص	9
167 – 133	نادي الاتحاد الرياضي ودوره الثقافي والاجتماعي والسياسي في مدينة طرابلس 1943-1969م	جميلة مفتاح الجنزوري عزيزة سليمان اقجام	10
187 - 168	إمكانية تطبيق إدارة الجودة على خدمات التعليم العالي من أجل الحصول على الاعتمادية بجامعة المرقب	حميد رجب السويح محمد مفتاح جابر محمد مسعود عبد الرازق	11
211 - 188	تشاد بين التدخلات الفرنسية والاضطرابات المحلية (1960-1982م) دراسة تاريخية	علي أحمد الدوماني	12
224 - 212	قضية الانتحال في الشعر الجاهلي	فاطمة علي الطبال	13
243 -225	أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بمستوى الصلابة النفسية لدى أعضاء هيئة التدريس بكلية العلوم الإنسانية.	فتحية علي رمضان بن خير	14

262 - 244	متطلبات اختيار القادة للعمل الإداري بأندية الرياضات البحرية في ليبيا	أسامة سالم محمد الشريف	15
282 - 263	دور الإشراف التربوي في توجيه المعلم المبتدئ أثناء الزيارات الصفية	فوزية أمحمد صابر	16
294 - 283	واقع مستوى الصلابة النفسية لدى معلمات مرحلة التعليم الأساسي بمراقبة تعليم قصر الأخيار "دراسة ميدانية	نجاهة سالم عبد الله زريق نجمة عمار الأحيمر	17
318 - 295	مدى فاعلية برنامج إرشادي باللعب في تخفيض النشاط الزائد للأطفال المتأخرين عقلياً بمركز الأمل لدوي الاحتياجات الخاصة مصراتة.	عبد الحميد عبد القادر الريعي	18
325 - 319	التوتر النفسي لمدربي كرة الطاولة في بطولة ليبيا (2021)	فاطمة سالم الشعاب	19
353 - 326	" تأثير انزيمات العضلات الهيكلية والمتغيرات الفسيولوجية على الكفاءة البدنية لدى لاعبي المسافات المتوسطة"	محمد بركة عبد الله حسين الشيخ أحمد محمد المختار أبوبكر محمد	20
391 - 354	ظاهرة الفقر وبعض العوامل المؤدية لها في المجتمع الليبي.	مفتاح ميلاد الهديف د-ونيس محمد الكراتي	21
410 - 392	الآثار الاجتماعية للمخدرات على الشباب الليبي تعاطي المخدرات بين الشباب الليبي	فرج نجم الدين الحراري موسى أحمد موسى	22