



# مجلة الإرشاد النفسي

## Journal of psychological Counseling

مجلة علمية دورية محكمة

تصدر عن مركز التوجيه والإرشاد النفسي

بكلية التربية – جامعة المنيا

ISSN ( Print) 2682- 4566

ISSN (on-line) 2735 - 301X

<https://sjsm.journals.ekb.eg>

المجلد السابع العدد الحادي عشر يوليو ٢٠٢١



## هيئة التحرير

---

رئيس تحرير المجلة

أ.د/ عيد عبد الواحد على درويش

عميد كلية التربية

نائب رئيس تحرير المجلة

أ.د/ أسماء محمد عبد الحميد

وكيل الكلية لخدمة المجتمع

مدير تحرير المجلة

أ.م.د/ فدوي أنور وجدي توفيق

مدير مركز التوجيه والإرشاد النفسي

سكرتير المجلة

أ/ أحمد مصطفى محمد

مدير مكتب عميد كلية التربية – جامعة المنيا

## اللجنة الاستشارية للمجلة (\*)

- أ.د/علي فرح أحمد فرح  
جامعة العلوم والتكنولوجيا - السودان
- أ.د/علي مهدي كاظم  
جامعة السلطان قابوس - سلطنة عمان
- أ.د/عماد الزغول  
جامعة مؤتة - الاردن
- أ.د/فضل ابراهيم عبد الصمد  
جامعة المنيا- مصر
- أ.د/لطفى عبد الباسط إبراهيم  
جامعة المنوفية- مصر
- أ.د/محمد المري إسماعيل  
جامعة الزقازيق - مصر
- أ.د/مختار أحمد الكيال  
جامعة عين شمس- مصر
- أ.د/نعمان محمد صالح الموسوي  
جامعة البحرين- البحرين
- أ.د/ابراهيم علي ابراهيم  
جامعة المنيا -مصر
- أ.د/آمال عبد السميع باظة  
جامعة كفر الشيخ- مصر
- أ.د/أنور عبد الرحيم رياض  
جامعة المنيا- مصر
- أ.د/إيهاب عبد العزيز الببلاوي  
جامعة الزقازيق- مصر
- أ.د/خديجة ضيف الله القرشي  
جامعة الطائف -المملكة العربية السعودية
- أ.د/رياض نايل العاسمي  
جامعة دمشق - سوريا
- أ.د/زينب محمود شقير  
جامعة طنطا -مصر
- أ.د/صلاح الدين فرح بخيت  
جامعة الملك سعود -المملكة العربية السعودية

---

(\*)ملحوظة: تم ترتيب الأسماء أبجديا

## اللجنة العلمية للمجلة (\*)

أ.د/ابراهيم علي ابراهيم

أستاذ الصحة النفسية – جامعة المنيا

أ.د/أحمد محمد الحسن شنان

أستاذ علم النفس – جامعة بيثشة

أ.د/اسماء محمد عبد الحميد

أستاذ علم النفس التربوي – جامعة المنيا

أ.د/اسهام ابو بكر عثمان

أستاذ الصحة النفسية – جامعة المنيا

أ.د/آمال عبد السميع باظة

أستاذ الصحة النفسية – جامعة كفر الشيخ

أ.د/أنور عبد الرحيم رياض

أستاذ علم النفس التربوي – جامعة المنيا

أ.د/إيهاب عبد العزيز الببلاوي

أستاذ الصحة النفسية والتربية الخاصة-جامعة الزقازيق

أ.د/خديجة ضيف الله القرشي

أستاذ القياس النفسي – جامعة الطائف

أ.د/خلف احمد مبارك

أستاذ الصحة النفسية – جامعة سوهاج

أ.د/رأفت عطية باخوم

أستاذ علم النفس التربوي – جامعة المنيا

أ.د/رياض نايل العاسمي

أستاذ الإرشاد النفسي - جامعة دمشق

---

(\*)ملحوظة: تم ترتيب الأسماء أبجدياً

**أ.د/ زينب محمود شقير**

أستاذ الصحة النفسية – جامعة طنطا

**أ.د/سليمان محمد سليمان**

أستاذ الصحة النفسية – جامعة بني سويف

**أ.د/ سيد عبد العظيم محمد**

أستاذ الصحة النفسية – جامعة المنيا

**أ.د/ صبري محمود عبد الفتاح**

أستاذ علم النفس التربوي – جامعة المنيا

**أ.د/ صلاح الدين فرح بخيت**

أستاذ التربية الخاصة – جامعة الملك سعود

**أ.د/ علي فرح أحمد فرح**

أستاذ علم النفس - جامعة العلوم والتكنولوجيا

**أ.د/ علي مهدي كاظم**

أستاذ علم النفس - جامعة السلطان قابوس

**أ.د/ عماد الزغول**

أستاذ علم النفس التربوي -جامعة مؤتة

**أ.د/فضل إبراهيم عبد الصمد**

أستاذ الصحة النفسية – جامعة المنيا

**أ.د/لطفي عبد الباسط إبراهيم**

أستاذ علم النفس التربوي – جامعة المنوفية

**أ.د/ماهر محمد أبو هلاله**

أستاذ علم النفس - جامعة السلطان قابوس

**أ.د/محمد المري إسماعيل**

أستاذ الصحة النفسية – جامعة الزقازيق

**أ.د/محمد عبد التواب معوض**

أستاذ الصحة النفسية – جامعة الفيوم

**أ.د/محمد عبد الظاهر الطيب**

أستاذ الصحة النفسية – جامعة طنطا

**أ.د/محمد فرحان القضاة**

أستاذ علم النفس – جامعة الملك سعود

**أ.د/مختار أحمد الكيال**

أستاذ علم النفس – جامعة عين شمس

**أ.د/مديحة عثمان عبد الفضيل**

أستاذ علم النفس التربوي – جامعة المنيا

**أ.د/مشيره عبد الحميد احمد اليوسفى**

أستاذ الصحة النفسية – جامعة المنيا

**أ.د/مصطفى ابو المجد سليمان مفضل**

أستاذ الصحة النفسية – جامعة قنا

**أ.د/نجاة زكي موسى**

أستاذ علم النفس التربوي – جامعة المنيا

**أ.د/نجدى ونيس حبشى**

أستاذ علم النفس التربوي – جامعة المنيا

**أ.د/نعمان محمد صالح الموسوي**

أستاذ القياس النفسي – جامعة البحرين

**أ.د/يوسف عبد الله عبد الصبور**

أستاذ الصحة النفسية – جامعة سوهاج

## قواعد النشر بمجلة الإرشاد النفسي - كلية التربية - جامعة المنيا

### التعريف بالمجلة:

مجلة علمية دورية متخصصة مُحكمة تصدر عن مركز الإرشاد النفسي - كلية التربية - جامعة المنيا ، وهو ثاني مركز إرشاد نفسي على مستوى الجامعات المصرية، تم إنشاؤه عام ١٩٩٨ على يد الأستاذ الدكتور / عبد الرحيم بخيت عبد الرحيم، والمجلة تُعني بنشر الدراسات والبحوث التي تتوافر فيها مقومات البحث العلمي من حيث أصالة الفكر، ووضوح المنهجية ، ودقة التوثيق ، في مجالات الصحة النفسية، والإرشاد النفسي، وعلم النفس ، والتربية الخاصة بشتي فروعها وتخصصاتها المتنوعة ، من جميع دول الوطن العربي. ويشرف علي إصدارها نخبة من أساتذة الصحة النفسية والإرشاد النفسي وعلم النفس والتربية الخاصة ، وتخضع جميع البحوث والدراسات للتحكيم من قبل متخصصين من ذوي الخبرة البحثية والمكانة العلمية المتميزة في مجال التخصص، بشكل يتفق مع معايير التحكيم في لجان الترقية، وتعد المجلة بمثابة فرصة للباحثين من جميع بلدان العالم لنشر إنتاجهم العلمي، والمواد العلمية التي لم يسبق نشرها باللغة العربية أو الإنجليزية، وتشمل : البحوث الأصلية ، التطبيقية والنظرية ، وتقارير البحوث ومشاريع التخرج ، وتقارير المؤتمرات واللقاءات والندوات وورش العمل، وملخصات الرسائل العلمية. وتصدر المجلة نصف سنوية .

## أهداف المجلة:

- إيجاد وعاء نشر علمي أكاديمي متخصص في مجال الصحة النفسية والإرشاد النفسي وعلم النفس التربوي والتربية الخاصة.
- إيجاد مرجعية علمية للباحثين في مجال الصحة النفسية والإرشاد النفسي والتربية الخاصة وعلم النفس التربوي.
- تلبية حاجة الباحثين على المستويات المحلية والإقليمية والعالمية في مجال الصحة النفسية والإرشاد النفسي.
- المشاركة في بناء مجتمع المعرفة من خلال نشر أبحاث الصحة النفسية والإرشاد النفسي والتربية الخاصة وعلم النفس التربوي بعد تحكيمها من الخبراء في التخصص.

## قواعد النشر بالمجلة:

تؤكد هيئة التحرير على ضرورة الالتزام بشروط النشر بشكل كامل، إذ أن البحوث التي لا تلتزم بشروط النشر لن ينظر فيها، وتعاد إلى أصحابها مباشرة حتي يتم التقيد بشروط النشر، و تتمثل تلك الشروط في ما يلي:

### أولا : الشروط الإدارية:

- ١- تنشر المجلة البحوث والدراسات في مجال الصحة النفسية والتربية الخاصة وعلم النفس والإرشاد النفسي المقدمة من أعضاء هيئة تدريس بالجامعة أو باحثين في الجامعات والمعاهد العلمية والمراكز والهيئات البحثية المختلفة.
- ٢- يقدم الباحث ثلاث نسخ من البحث (الأصل + صورتين) بالإضافة الي أسطوانة الكترونيه ، وذلك إلى سكرتير تحرير المجلة ومعها رسوم التحكيم .

٣- يسجل الباحث بياناته علي موقع المجلة في بنك المعرفة

<https://sjsm.journals.ekb.eg> و يرفق نسخه الكترونية من البحث علي

الموقع .

٤- كل ما ينشر في المجلة يعبر عن رأي صاحبه ، ولا يعبر بالضرورة عن رأي هيئة

التحرير ، أو الهيئة الاستشارية.

٥- تقوم هيئة التحرير باختيار اثنين من المحكمين - ومحكم ثالث إن لزم الأمر- من بين

الأساتذة المتخصصين في مجال البحث لتحكيم البحوث والدراسات وتحديد صلاحيته

للنشر، وذلك وفقاً لنموذج تحكيم محكم من قبل وحدة المكتبة الرقمية بالمجلس الأعلى

للجامعات المصرية.

٦- يتم إرسال الأبحاث بصورة سرية خالية من اسم الباحث أو مكان عمله للمحكم لضمان

حيادية التحكيم ، وفي حالة تجاوز المحكم الفتره الزمنية المخصصه للتحكيم ، نقوم

هيئة تحرير المجلة بإرسال البحث إلى محكم آخر.

٧- يجوز لصاحب البحث أن يقترح أحد الأساتذة الذين يرغب في أن يحكموا بحثه ، علي

أن تختار هيئة التحرير من الأسماء المقترحة.

٨- كل ما ينشر في المجلة لا يجوز نشره بأي طريقة في أي مجلة أخرى إلا بموافقة كتابية

من هيئة التحرير.

٩- يقدم الباحث تعهداً موقعاً منه ومن جميع الباحثين المشاركين (إن وجدوا) يفيد بأن البحث

لم يسبق نشره ، وأنه غير مقدم للنشر في جهة أخرى حتي تنتهي إجراءات تحكيمية،

ونشره ، أو أن البحث ليس جزءاً من كتاب منشور ( وذلك من خلال نموذج بيانات

الباحث والتعهد بنشر بحث )، ويتم ارسالهم علي الايميل الخاص بالمجلة

[cpc\\_guide@mu.edu.eg](mailto:cpc_guide@mu.edu.eg)

### ثانياً: الشروط الفنية:

- يجب توافر الشروط الفنية التالية عند تسليم البحث:

١- أن يكون نوع الخط في المتن كما يلي:

- للبحوث العربية باستخدام خط simplified Arabic بحجم (١٤) ، والعناوين الرئيسية بحجم (١٦) بولد، والعناوين الفرعية بحجم (١٤) بولد، وبهامش حجم الواحد منها (٣.٢٥) سم يمين ويسار الصفحة)، (٣.٢٥ سم أعلي وأسفل الصفحة). وترك مسافة مفردة بين السطور ، وأن يكون نوع الخط في الجداول للبحوث العربية simplified Arabic بحجم (١٠).

- للبحوث الإنجليزية باستخدام خط Time New Romans بحجم (١١) والعناوين الرئيسية بحجم (١٣) بولد، والعناوين الفرعية بحجم (١١) بولد ، وبهامش حجم الواحد منها (٣.٢٥) سم يمين ويسار الصفحة ، (٣.٥ أعلى وأسفل الصفحة)). وترك مسافة مفردة بين السور كما ، وأن يكون نوع الخط في الجداول للبحوث الإنجليزية Time New Romans بحجم (٨).

- تستخدم الأرقام العربية ١ ، ٢ ، ٣ ... في جميع ثنايا البحث ، وأن يكون ترقيم صفحات البحث في منتصف أسفل الصفحة.

٢- لا تزيد كلمات ملخص البحث عن (٢٠٠) كلمة ، ويشترط في البحث المقدم بلغة أجنبيه أن يدرج فيه ملخص باللغة العربية.

٣- ألا يزيد عدد صفحات البحث عن ٣٠ صفحة (٨٠٠٠) كلمة بما في ذلك الملخصين العربي والإنجليزي ، والكلمات المفتاحية ، والأشكال والمراجع والملاحق (نموذج ملخص البحث باللغة العربية واللغة الإنجليزية).

٤- أن يكتب عنوان البحث ، واسم الباحث/ الباحثين ، والجامعة / المؤسسة التي ينتمي إليها وعنوان المراسلة ، على صفحة مستقلة قبل صفحات البحث ، ثم تتبع بصفحات البحث بدءاً بالصفحة الأولى حيث يكتب عنوان البحث فقط متبوعاً بكامل البحث.

٥- أن يتكون البحث من العناصر التالي: المقدمة والخلفية النظرية، مشكلة الدراسة وأسئلتها/فرضياتها ، ثم أهدافها ، ثم أهمية الدراسة ، ثم محددات الدراسة ، ثم مصطلحات الدراسة، الإطار النظري والدراسات السابقة ، ثم الطريقة وإجراءات الدراسة، وتتضمن (منهج الدراسة ، والعينة ، وأدوات الدراسة ، الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة ، وإجراءات الدراسة ، والأساليب الإحصائية) ثم نتائج الدراسة ومناقشاتها ويشتمل هذا القسم على نتائج التحليل والجدول والأشكال والتعليق عليها، ثم التوصيات المنبثقة عنها، وأخيراً توضع قائمة المراجع "مرتبة أبجدياً والملاحق إن وجدت.

٦- تدرج الجداول في النص وترقم ترقيماً متسلسلاً وتكتب عناوينها فوقها. أما الملاحظات التوضيحية فتكتب تحت الجدول.

٧- تذكر الهوامش وملاحظات وتوضيحات الباحث في آخر الصفحة عند الضرورة.

٨- أسلوب التوثيق المعتمد في المجلة هو نظام جمعية علم النفس الأمريكية .

٩- لهيئة التحرير حق الفحص الأولي للبحث ، وتقرير أهليته ، أو رفضه للنشر .

١٠- في حالة قبول البحث للنشر تؤول كل حقوق النشر للمجلة، ولا يجوز نشره في أي منفذ نشر آخر ورقياً أو إلكترونياً ، دون إذن كتابي من رئيس هيئة التحرير .

- ١١- يتم تقديم البحوث إلكترونياً على برنامج Word من خلال البريد الإلكتروني مع تعبئة إقرار يفيد بعدم قيام الباحث بنشر البحث في أي مجلة أخرى.
- ١٢- في حالة نشر البحث، يعطي الباحث نسخة من المجلة ، وعدد (٥) مستلقات من البحث ، ويتحمل الباحث تكلفة الإرسال بالبريد .

### ثالثاً : الرسوم المقررة للنشر :

- أ- رسوم التحكيم : يتم دفع (٣٠٠) جنيه مصري للتحكيم للباحثين المصريين من داخل مصر، و (١٠٠) دولار للباحثين المصريين من خارج مصر والباحثين غير المصريين.
- ب- تكلفة النشر:
- ١- بالنسبة للبحوث المقدمة للنشر بالمجلة للباحثين من داخل جمهورية مصر العربية تكون رسوم النشر ثلاثمائة جنيهها رسوم نشر البحث لعدد (٢٠ عشرون صفحة) ، و يتم دفع (١٥) جنيه مصري عن كل صفحة زائدة.
- ٢- بالنسبة للبحوث المقدمة للنشر بالمجلة للباحثين المصريين المعارين بالخارج أو غير المصريين من خارج جمهورية مصر العربية ، تكون رسوم النشر : يتم دفع مبلغ (٢٠٠) دولار للبحث المقدم من باحثين من خارج الوطن لعدد (٢٠ عشرون صفحة) ، ويتم دفع (٥) دولار عن كل صفحة زائدة.

<https://sjsm.journals.ekb.eg>

موقع المجلة علي بنك المعرفة:

[cpc\\_guide@mu.edu.eg](mailto:cpc_guide@mu.edu.eg)

البريد الإلكتروني للمجلة :

للتواصل و الاستفسارات :

مدير تحرير المجلة

أ.م.د/ فدوى أنور وجدي توفيق

**WhatsApp number: 01011550474**

**Mobile phone: 01009914425**

01009914425

**E-mail - [dr.fadwa\\_3@yahoo.com](mailto:dr.fadwa_3@yahoo.com)**





# الخصائص السيكومترية لمقياس الإفصاح

عن الذات

لدى عينة من طلاب الجامعة

إعداد

أ/ أحمد محمد خليفة عبد المقصود

## الخصائص السيكومترية لمقياس الإفصاح عن الذات لدى عينة من طلاب الجامعة

إعداد

أ/ أحمد محمد خليفة عبد المقصود \*

### ملخص :

هدفت الدراسة الحالية إلى بناء مقياس الإفصاح عن الذات لطلاب المرحلة الجامعية , وتكونت عينة الدراسة من ( ٦٦٦ ) طالب وطالبة من طلاب جامعة المنيا , وتم استخدام طريقتي الاتساق الداخلى والتحليل العاملى للتأكد من صدق المقياس , واستخدام معامل ألفا كرونباخ للتأكد من ثبات المقياس , وقد أسفرت النتائج عن صدق وثبات مرتفع للمقياس وصلاحيته للتطبيق .

الكلمات المفتاحية : الإفصاح عن الذات , طلاب الجامعة .

### Psychometric properties of the Self–disclosure scale on a sample of university students .

#### Abstract:

The study aimed at designing self–disclosure scale for university students , the sample consisted of ( 666 ) students of Minia university , the internal consistency and factor analysis was measured Alpha cronbach co–efficient was used to ensure the reliability of the scale , the result revealed high validity and reliability of the scale to be accepted to apply .

**Key words :** self–disclosure – university students .

\* باحث بقسم الصحة النفسية – كلية التربية - جامعة المنيا

## مقدمة :

لقد خلق الله سبحانه وتعالى البشر وأسكنهم الأرض لعبادته ولإعمار الأرض ولن يحدث هذا الإعمار للأرض حينما يعيش الإنسان منفردا في عزلة عن حوله من الكائنات فكان لزاما على الإنسان التفاعل مع ما حوله في الأرض لتحقيق الهدف الذي يسعى خلفه جميع البشر منذ بداية الخلق وحتى يوم البعث هذا الهدف الذي ينشده البشر هو تحقيق الراحة والسعادة والرضا عن الحياة التي يحيها الإنسان ومع تطور الحياة شيئا فشيئا وتطور متطلبات الإنسان وأهدافه نشأت بين البشر العديد من العلاقات المختلفة التي تكفل للفرد تحقيق الأهداف التي يتطلع لها الأفراد كلا حسب أولوياته فاندماج الأفراد فيما بينهم في علاقات يسودها التعاون والتواصل البناء لتوفير قدرا من الراحة والسعادة والرضا عما يقدمه الفرد وعما يكتسبه من تلك العلاقات وحيث يعد الإفصاح بجانب أنه محور لصحة الأفراد شرطاً مهما لقوة العلاقات بين أفراد المجتمع (Farber,2006:11).

ولعل اللبنة الأولى في أية علاقة هي التفاعل للتعبير والتوضيح عما يتشاركه الفرد مع الآخرين طواعية دون إجبار من اية تدخلات خارجية وهذا ما يمكننا القول بأنه الإفصاح عن الذات وهو كشف الفرد طواعية لبعض المعلومات للآخرين لتحقيق نوعا من الألفة وتوثيق العلاقات بينه وبين الآخرين والفرد منا يفصح عما بداخله لأحد الأفراد ويعزف عن الإفصاح لآخر ذلك بدافع احساس الفرد وشعوره بالامن والراحة تجاه أحد الافراد فيفصح أو شعوره بالخوف والقلق تجاة آخر فيمتنع عن الافصاح وكذلك يختلف مقدار المعلومات التي يفصح عنها الفرد من حيث الكم والكيف تبعا لمدي علاقته بالفرد المستقبل للمعلومات فالمعلومات التي يفصح عنها الفرد لأحد أفراد العائلة تختلف كما وكيفا عن المعلومات التي يفصح عنها للأصدقاء ويلجأ الفرد للإفصاح عن الذات لأسباب عدة منها الرغبة في تكوين العلاقات مع الآخرين وتوثيق تلك العلاقات و رغبة منه في التخفيف منالكبت الذي يقع على النفس البشرية من الكتمان المستمر فيشعر بالرغبة في الإفصاح من أجل انتفيس عن النفس من الضغوط المتعرضة لهامن الكتمان الذي دائما يصاحبه الاضطراب النفسي لذلك نجد أن الإفصاح عن الذات يعتبر من الضروريات التي تساعد الإنسان على التوجه نحو الحياة ومجابهة كل الصعاب التي قد تقابل الأفراد في حياتهم (إسهام أبوبكر , ٢٠١٣ ) .

وقد يكون الإفصاح عن الذات رغبة من الفرد في إكساب الآخرين بعض الخبرات والتجارب السابقة التي مر بها الفرد ويسعى لتميرها لمن هم أقل منه سننا وخبرة وهذا النوع من الإفصاح يكثر عند الآباء موجه للابناء لمساعدتهم في مواجهة عراقيل الحياة وصعوباتها وقد يكون الإفصاح عن الذات هو بمثابة الضوء الأخضر الذي يعطيه الفرد للآخرين من أجل

التدخل والمساعدة في حل بعض المشكلات أو المواقف والتي يعجز عن مواجهتها منفردا فكلا منها له قدرا خاصا من القدرات التي يأتي عليه الوقت وتكون قدراته غير متحملة لبعض المعوقات فيسعى للإفصاح عن تلك المعوقات سعيا في كسب بعض النصائح والخبرات والمساعدات من المستقبلين والفرد في عملية الإفصاح عن الذات ينتهج العديد من الأنماط التي يفصح من خلالها عن ذاته فربما يكون بكلمة أو جملة أو حديث ممتد وهذا النمط يعرف بالإفصاح اللفظي عن الذات .

وقد يكون بعض الحركات والإشارات والأيماءات وتعبيرات الوجه والجسم وهذا ما يعرف بالإفصاح الغير لفظي عن الذات ويتدرج الإفصاح عن الذات ببتدرج الفرد في مراحل عمره المختلفة فالاشياء التي يفصح عنها الطفل تختلف اختلافات كليا عن الاشياء والمعلومات التي يفصح عنها المراهق أو الشاب أو الراشد فكلا منهم يسرد ويفصح عما يتضمنه ذاته من معلومات والتي تختلف كما وكيف مع تقدمه في العمر وعند الحديث عن الإفصاح عن الذات لدى طلاب الجامعة فنحن نسلط الضوء على مرحلة تعج بالكثير من التدخلات والتغيرات التي تطرأ على حياة الفرد المفصح فالطالب الجامعي ينتقل من المحدود على الانفتاح في كل مناحي حياته فالطالب الجامعي انتقل من علاقاته البسيطة والتي ييمثل في الأصدقاء والعائلة والمعلمين والذين يتمتعون بنفس القدر من العادات والتقاليد انتقل الى خليط هائل ومتنوع من الثقافات التي يحملها كل طالب من طلاب الجامعة فكل طالب جامعي في في حد ذاته هو مجموعة متكاملة من الخبرات والمعلومات التي يسعى الى اكسابها للآخرين او الاستزادة من الآخرين من خلال الاحتكاك والتفاعل بينه وبين زملائه من طلاب الجامعة بل تختلف طبيعة الطالب الجامعي تبعا للمرحلة التي يعيشها فهو تعرف بمرحلة تكوين العلاقات من الآخرين وتلك المرحلة هي مرحلة ما قبل الاندماج مع المجتمع وسوق العمل فتلك المرحلة لها الكثير من الاختلافات عما سبقها من المراحل سواء تعليميا او ثقافيا أو اجتماعيا فهو مرحلة البلورة التي تسبق الاندماج مع الحياة الواقعية فهي بمثابة المرحلة الختامية من تكوين شخصية الفرد واطلاقه في معمعة الحياة المتكاملة التي يسعى فيها الفرد جاهد للوصول الى الرضا الذي يعتبر أسمى حالات الصحة النفسية التي يصبو لها الفرد طوال حياته .

### مشكلة البحث :

بمراجعة بعض الأدبيات التي تناولت الإفصاح عن الذات , تتضح الحاجة إلى مقياس لتقدير الإفصاح عن الذات لدى طلاب المرحلة الجامعية , حيث يمثل الإفصاح عن الذات متغير هام يجب تناوله بالبحث والدراسة بإعتباره متغير ذو علاقة بالتوافق النفسي للفرد مع ذاته ومع الآخرين وكذلك له أثر هام في توطيد العلاقات مع الآخرين . حيث أن الإفصاح عن الذات

هو لبنة بناء العلاقات مع الآخرين حيث أن الإفصاح عن الذات يتكون من مرسل وهو الشخص الذى يفصح عن ذاته ورسالة وهي تلك المعلومات التى يريد الشخص الإفصاح عنها وأخيرا المستقبل وهو الشخص أو المجموعة التى تستقبل تلك المعلومات التى يفصح عنها المرسل وقد يتبادل المرسل والمستقبل الأدوار ولذلك تعرف علاقة الإفصاح بالعلاقة التبادلية فالمرسل فى بعض الوقت يصبح مستقبلا وكذلك فى بعض الوقت يصبح المستقبل مرسلا ويعد من أهم الأسباب فى التركيز على طلاب المرحلة الجامعية تعرضه لنقلة نوعيه فى شتى مناحى حياته وتفرض عليه الانخراط فى علاقات متنوعة ومتشعبة ومتسعة عما كان لديه من العلاقات حيث أنه فى المرحلة الجامعية يتشارك نهل العلم مع العديد من اللاب من بيئات متنوعة اجتماعيا واقتصاديا وثقافيا ولعل الهدف الأسمى للإفصاح عن الذات هو الوصول لمرحلة الرضا ولن يحدث الرضا عن الحياة التى يحيها الطالب الجامعى إلا بالانخراط فى تكون العلاقات مع الزملاء والاقربان والاساتذة وغيرهم من المجتمع الجامعى متعدد البيئات والثقافات .

لذا تتبلور مشكلة البحث فى التأكد من صدق وثبات مقياس الإفصاح عن الذات لدى طلاب المرحلة الجامعية .

#### هدف البحث :

يهدف البحث الحالى لبناء مقياس للإفصاح عن الذات لدى طلاب الجامعة يتمتع بصدق وثبات جيدين بإستخدام أساليب إحصائية ملائمة.

#### أهمية البحث :

أ- الأهمية النظرية : يعد محاولة للتحقق من صدق وثبات مقياس الإفصاح عن الذات لدى طلاب المرحلة الجامعية , حيث تعد هذه الفئة تشكل عنصراً هاماً فى المجتمع وبناء مستقبل البلاد , وهناك عدد قليل من المقاييس الخاصة بهم .

ب- الأهمية التطبيقية : يعتبر محاولة لإعداد مقياس الإفصاح عن الذات لدى طلاب المرحلة الجامعية يمكن الاعتماد عليه من قبل العاملين فى المجال التربوى والنفسي .

#### مصطلح البحث :

أ- التعريف المعجمى للإفصاح عن الذات :

فى اللغة العربية تشتق كلمة الإفصاح من فصح , والقول أفصح الصبح أى بدا ضوءه وظهر , وأفصح الأمر أى وضح وبان وظهر , وأفصح عن مراده أى بينه ولخصه . ( المعجم الوجيز ٢٠٠٥ , ٤٧٢ ) .

## ب- التعريف السيكولوجي :

يستخدم مصطلح الإفصاح عن الذات ليشير إلى مفاهيم عديدة حسب توجهات الباحثين , فقد يستخدم المصطلح ليشير إلى أنه عملية توصيل رسائل من الشخص عن ذاته إلى الآخرين ( Orr,E,2013,11 ). والإفصاح عن الذات هو السلوك الذي يقوم به الفرد بشكل مقصود ليجعل نفسه واضحاً ومعروفاً للآخرين لكي يتمكنوا من فهمه ( محمد درويش , ٢٠٠١ ).

وتعرفه إسهم أبوبكر ( ٢٠١٣ , ١٦٦ ) بأنه السلوك الذي من خلاله يجعل الفرد نفسه واضحاً ومعروفاً للآخرين حتى يتمكنوا من التفاعل معه بصورة مناسبة ويحدث ذلك عندما يكون إفصاح الآخرين مؤيداً لما عبر عنه الشخص من آراء واتجاهات مما يساعد على تقوية العلاقات الاجتماعية بين الأفراد . ويعرفه درليجا وآخرون بأنه سلوك لفظي ينطوي على نشاط متعدد وطوعية للكشف عن سلوكيات أو أفكار أو مشاعر خاصة بين طرفين على الأقل أثناء عملية الإتصال . ( Derlega , et al ,2008,153 ) .

ويعرف الإفصاح عن الذات إجرائياً بأنه تعبير الفرد عن المعلومات التي يبغى كشفها طوعية للآخرين , و إيضاها إن أحتاجت إلى الإيضاح لتكوين علاقات مع الآخرين , وتشمل تلك المعلومات التجارب الشخصية التي مر بها الفرد المفصح في علاقاته المختلفة , وبعض الآراء و الإتجاهات التي تعكس شخصية الفرد بشكل متعمد من المفصح عن ذاته وتقاس في هذه الدراسة بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص على المقياس المعد لذلك .

## الاطار النظرى:

يعد الإفصاح عن الذات حجر بناء مهم للغاية فى الوصول الى الالفة والحميمية فى علاقاتنا مع الاخرين إذ أنه لا يمكن تحقيق تلك الالفة والحميمية بدون الإفصاح عن الذات ونتوقع أن يكون الإفصاح عن الذات أمراً متبادلاً أن يتم بالدرجة المناسبة ويمكن تحليله على أساس ما نسمسه بالتكاليف والمكافآت العائدة على الفرد المفصح عن ذاته وهذا ما يقودنا للبحث عن بعض الاجابات للأسئلة مثل ما نوع المعلومات التى يفصح عنها الشخص ؟ وما دور الافصاح فى الوصول لقدر مقبول من الصحة النفسية ؟ وماالنظريات التى فسرات الإفصاح عن الذات والتي نسوقها فيما يلى :

المعلومات التي يفصح عنها الفرد:

عند الحديث عن نوع المعلومات التي يفصح عنها الشخص في عملية الإفصاح عن الذات نستخلصها من بعض التعريفات المختلفة للإفصاح عن الذات كتعريف رشا أحمد ( ٢٠٠٨ ، ٧ ) الإفصاح عن الذات سلوك مقصود يقوم به الفرد حيث يعبر من خلاله عن آرائه وأذواقه واهتماماته ومجالات عمله وجميع جوانبه الشخصية والمالية والجسمية الى شخص يثق فيه يختاره بحرية.

وعند تحليل التعريف السابق نجد أن المعلومات التي يقدمها الفرد المفصح هي مجموعة أنواع متنوعة ومتداخلة من المعلومات فنجده يفصح عن الآراء والذوق الخاص به والاهتمامات الشخصية وطبيعة عمله وجوانبه الشخصية والاسرية وماله الذي يمتلكه وكذلك معلومات جسمية في حالة تعرضه لبعض الاصابات أو وجود بعض الاعاقات الجسدية ومعلومات عن طموحاته المستقبلية ورغباته وآماله التي يسعى لتحقيقها فطبيعة المعلومات التي يفصح عنها الفرد هي حصيلة متنوعة لمعلومات شتى لجميع جوانب الفرد المتعددة.

وظائف الإفصاح عن الذات :

للإفصاح عن الذات العديد من الوظائف والتي تهدف الى وصل الفرد لحالة الرضا والسعادة والراحة في حياته وقد حدد الكثير من الباحثين وظائف الإفصاح عن الذات نسوق منها ما حدده محمد درويش وصالح الخطيب ( ٢٠٠١ ) فقد حددا وظائف للإفصاح عن الذات هي :

التعبير : يهدف التعبير بكونه أول وظائف الإفصاح عن الذات التخفيف عن النفس عقب حدوث عملية الإفصاح عن المعاناة وظروف المشقة الشخصية وقد يكون التعبير غي عملية الإفصاح بطريقة لفظية أو غير لفظية.

التوضيح : وتلك الوظيفة تتيح للمفصح عن ذاته بتكوين صورة واضحة عن نفسه للآخرين حتى يحدث التفاعل فيما بينهم دون أى غموض فالتوضيح يزيل اللبس والغموض عن المعلومات التي يقدمها الفرد في عملية الإفصاح بل ويخلق جوا أكثر راحة لطرفي عملية الإفصاح عن الذات .

المصداقية الاجتماعية : يقصد بتلك الوظيفة موافقة وتأييد إفصاح الآخرين لما عبر عنه الشخص من آراء واتجاهات أثناء قيامه بعملية الإفصاح ويمكن القول بأن إفصاح الفرد يتوافق ومؤيد من إفصاح الآخرين .

تنمية العلاقات الاجتماعية مع الآخرين :حيث أن الإفصاح عن الذات يعد اللبنة الاولى فنكون أية علاقة وهو علاقة تبادلية بين طرفى عملية الإفصاح وكذلك عملية متنامية مما يساعد على تقوية العلاقات الاجتماعية بين الافراد بعضهم البعض.

الضبط الاجتماعى : ويقصد بالضبط الاجتماعى هو وضع الفرد حدود شخصية لا يسمح للآخرين بتجاوزها فى علاقاتهم معه وحينما يفصح الفرد عن حاجاته ورغابته ومعتقداته وقيمه وتفضيلاته وآرائه واتجاهاته فهو بذلك يضع الحدود والاطر الذى لا يسمح بتجاوزه من الاخرين فى علاقاتهم معه.

#### نظريات مفسرة للإفصاح عن الذات :

النظرية التبادلية ونظرية المقايضة : وتقوم تلك النظرية على أن الإفصاح يولد الإفصاح وهذا يعنى أن الإفصاح عملية متنامية ومتزايدة عندما يستمر طرفى الإفصاح فى عملية الإفصاح عن الذات ويعتبر هذا هوالمبدأالاول فى الإفصاح عن الذات حيث أنهالفرد حينما يدخل فى عملية الإفصاح عن الذات فإنه يشعر برغبة فى مواصلة الحديث والكشف عن المزيد من المعلومات للشخص المستقبل حيث أن الإفصاح يقابه إفصاح مثلهم الطرف الآخر بنفس القدر كما وكيفا تقريبا وهكو ما يتماشى مع مبدأ النظرية التبادلية .

وتعتمد نظرية المقايضة علة عملية النمذجة حيث أن الفرد يفصح عن أفكاره ومشاعره ومشكلاته حينما يجد الشخص المستقبل لعملية الإفصاح هو شخص جدير بالثقة وأنه لديه النية الحسنة تجاهه وأنه أيضا سوف يبادلها بعملية الإفصاح عن الذات بالمثل وبنفس الدرجة تقريبا وينخفض الإفصاح عن الذات اذا شعر الفرد بالقلق وسوء نية المستقبل أوأنه لا يبادلها بعملية الإفصاح بنفس القدر من المعلومات كما وكيفا تقريبا.(إسهام أبويكر , ٢٠١٣ , ١٧٠ )

#### نظرية الإختراق الاجتماعى :

وتعد نظرية الإختراق الاجتماعى من أهم النظريات التى تتعلق بالإفصاح عن الذات ووفقا لهذه النظرية التى أعدها كلا من ( ألتمان . تيلور ) التى تعتبر الإفصاح عن الذات عملية أساسية عندما يريد الفرد إقامة علاقات اجتماعية بين أفراد المجتمع وتتم عملية الإفصاح عن الذات تدريجيا عن طريق تبادل الافراد المعلومات الخاصة بهم والتى قد تتسم فى بعض الاحيان بالسرية ويرى أصحاب هذه النظرية أن الإفصاح عن الذات وكذلك العلاقات الاجتماعية والشخصية تنتقل من مستوى غير محسوس وغير حميمى إلى مستوى حساس حميمى بواسطة الإفصاح عن الذات وذلك يعنى أن العلاقات الشخصية تنمو تدريجيا من علاقات سطحية إلى علاقات أكبر عمقا من خلال الإفصاح عن الذات.( Wright Paul,1994,34 )

وتفترض نظرية الاختراق الاجتماعي فرضين أساسيين :

الفرض الأول : عملية الاختراق الاجتماعي عملية منظمة مرحلية تدريجية من الالفة السطحية الى الالفة العميقة وذلك بالتدرج في الإفصاح عن الذات من مستوى السيرة الذاتية ( المعلومات المكشوفة للجميع ) الى مستويات أعمق مثل العواطف والمشاعر والآراء والأفكار ( المعلومات الخفية الذاتية )

الفرض الثاني :عملية الاختراق الاجتماعي تعتمد على أن الناس يحاولون الحصول على أكبر مكاسب في العلاقات الاجتماعية كالرضا عن الذات وعن الآخرين والتمتع بالمشاركة في العلاقات بالاجتماعية ويسعى الناس أيضا الى التقليل من من الحرج والصراع والجهد الذي يبذله الفرد في تكوين العلاقات .

وتستند نظرية الاختراق الاجتماعي على عملية التكلفة ( الفائدة ) بمعنى ان المحبة تقود الى الإفصاح وكذلك الإفصاح عن الذات يؤدي الى المحبة ولكن ياخذ في الحسبان ان الإفصاح عن الذات يجعل الفرد حساسا ومعرضا للنقد وهذه تكلفة يجب أن تحسب عند أخذ القرار بعملية الإفصاح الذاتي وعملية الاختراق الاجتماعي يجب ان يكون محدد فيها مقدار الإفصاح ولمن والى أى مدى . ( Wright Paul, 1994 : 34 )

الدراسات السابقة المتعلقة بالإفصاح عن الذات :

- دراسة كريمة سيد ( ٢٠١١ ) :

قامت بدراسة بعنوان " فعالية الذات كمحدد نفسى لكل من الإفصاح عن الذات وأنماط السلوك الصحى لدى عينة من الراشدين " وتهدف الدراسة إلى توضيح دور فعالية الذات كأحد المنبئات النفسية لكا من الإفصاح الذاتى وأنماط السلوك الصحى وتكونت عينة الدراسة من (١٠٠) راشد موزعين على عينتين عينة من الذكور عددها ( ٥٠ ) راشد وعينة من الإناث عددها ( ٥٠ ) راشدة وأظهرت نتائج الدراسة عن وجود ارتباط دال إيجابى بين فعالية الذات من ناحية والإفصاح عن الذات والسلوك الصحى من ناحية أخرى كما وجدت فروق دالة بين الذكور والإناث فى أغلب متغيرات الدراسة حيث جاء الذكور أكثر فعالية للذات وإفصاحًا عن الذات مقارنة بالإناث فى حين لم تظهر لم تظهر فروق بينهم فى ممارسة السلوك الصحى الكلى لدى الراشدين كما جاء عامل فعالية الذات قادرًا على التنبؤ بكل من الإفصاح عن الذات والسلوك الصحى بمستويات عالية الدلالة .

دراسة إسهم أبوبكر ( ٢٠١٣ ) :هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الإفصاح عن الذات والاعتراب النفسى وقد أعمدت الدراسة على عينة من طلاب المرحلة الثانوية وبلغ عدد عينة الدراسة ( ٤٠٠ ) طالبًا وطالبة بالفرقة الأولى والثانية من المرحلة الثانوية تتراوح أعمارهم ما بين ( ١٦ . ١٧ ) سنة وبمستوى عمرى ( ١٦.٥٢ ) المقيدى بالمدارس الحكومية بمدينة المنيا واعتمدت الدراسة على مقياس الإفصاح عن الذات الذى أعدته الباحثة ومقياس الاعتراب النفسى من إعداد عادل عز الدين الأشول وآخرون وقد نتجت عن الدراسة عدة نتائج : وجود علاقة ارتباطية سالبة ذات دلالة إحصائية بين أبعاد الإفصاح عن الذات والاعتراب النفسى لدى طلاب المرحلة الثانوية كما وجد فرق دال بين متوسطى درجات الذكور والإناث على مقياس الإفصاح عن الذات فى الاتجاه الإحصائى للإناث وعدم وجود فرق دالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس الإفصاح عن الذات ترجع لمتغير التخصص ( علمى . أدبى ) كما وجد فرق دال إحصائياً بين متوسطى درجات الذكور والإناث على تفضيلات الإفصاح عن الذات ( الأب . الأم . الأصدقاء ) كما توصلت الدراسة إلى أن الإفصاح عن الذات يسهم فى التنبؤ بالإعتراب النفسى للعينة .

دراسة سارة ( Sarah,P,2017 ) :هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين القلق الاجتماعى والافصاح عن الذات وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٢٢) طالبا جامعيا ممكن قاموا باستكمال الاستبيان عبر الانترنت وقد استعانت الدراسة بمقياسا تم تصميمه خصيصا يتناسب مع عينة الدراسة واسفرت الدراسة عن وجود علاقة منخفضة بين ارتفاع القلق الاجتماعى و انخفاض الافصاح عن الذات فى الصداقات الحميمة ولكن ليس للعلاقات مع المعارف وكذلك اسارت النتائج الى اهمية الصداقات الحميمة للأفراد الذين يعانون من قلق اجتماعى كبير وكذلك فإن للإفصاح دور هام فى علاج القلق الاجتماعى الذى قد يعانى منه بعض الافراد فى المجتمع .

دراسة ( Aniljeet singh , Peul Gnannselvam 2018 ) هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الافصاح عن الذات للمعلمين المحتملين و التواصل مع الطلاب خارج الصف الدراسى واعتمدت الدراسة على عينة من طلاب السنة الاولى بالجامعة كان قوامها ( ١٤٤ ) طالب جامعى واستخدمت الدراسة مقياس الافصاح عن الذات الذى اعده مارتن ( ٢٠٠٨ ) وقد اظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ايجابية بين الافصاح عن الذات والتواصل بين المعلمين المحتملين والطلاب خارج الصف الدراسى الامر الذى يقوى من العلاقة المعلمين وطلابهم ويخلق نوع من الالفة المحبة التى تدعم عملية التعلم وتحسن من مستوى الطلاب وتزيد من تقدير الطلاب واحترامهم للمعلمين.

## إجراءات البحث :

### أولاً - منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي التحليلي الذي يعتمد على دراسة الظاهرة ووصفها والتعبير عنها كمًا وكيفًا بهدف التعرف على الإفصاح عن الذات وعلاقته بالتوجه نحو الحياة لدى طلاب جامعة المنيا .

### ثانياً- مجتمع الدراسة:

تكون مجتمع الدراسة الحالية من طلبة وطالبات كليات جامعة المنيا.

### ثالثاً: عينة الدراسة:

تكونت العينة من (٦٦٦) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الجامعية من كليات التربية و التربية النوعية و التربية الرياضية والعلوم والهندسة و دار العلوم والتمريض والآداب جامعة المنيا ممن تراوحت أعمارهم ما بين ( ٢٠ - ٢١ ) بمتوسط عمري ( ٢٠.٧ ) وانحراف معياري ( ٠.٩٣ ) ( للتحقق من الخصائص السيكومترية لمقياسي الدراسة.

### جدول ( ١ )

توزيع عينة الدراسة الأساسية على كليات الجامعة ( ن = ٦٦٦ )

م	الكلية	نوع الدراسة	عدد الذكور	عدد الإناث	مجموع الكلية	المجموع النهائي
١	التربية	دراسة نظرية	٣٢	٣٠	٦٢	٣٣٣
٢	التربية النوعية		٣٣	٣٨	٧١	
٣	التربية الرياضية		٥٣	٢٧	٨٠	
٤	دار العلوم		٢٥	٤٠	٦٥	
٥	الآداب		٢٥	٣٠	٥٥	
٦	العلوم	دراسة عملية	٨٠	٦٥	١٤٥	٣٣٣
٧	الهندسة		٥٠	٣٠	٨٠	
٨	التمريض		٣٠	٧٨	١٠٨	
المجموع النهائي			٣٢٨	٣٣٨	٦٦٦	

## مبررات إعداد البحث :

تم إعداد مقياس الإفصاح عن الذات لدى طلاب المرحلة الجامعية , وذلك لتحقيق هدف الدراسة الحالية وهو ( قياس الإفصاح عن الذات لدى طلاب المرحلة الجامعية لدى عينة الدراسة) :

- يختلف المقياس الحالي مع مقياس حنان أسعد ( ٢٠١١ ) والذي طبق على عينة من الطلاب المعاقين جسدياً وهذا يخالف بيعة عينة الدراسة الحالية التي تطبق على الطلاب العاديين .
- كما يختلف المقياس الحالي مع مقياس إسهام أويكر ( ٢٠١٣ ) حيث تم إجراؤه على عينة من طلاب المرحلة الثانوية قوامها ( ٤٠٠ ) طالب وطالبة وهذا ما يخالف عينة الدراسة الحالية وهي طلاب المرحلة الجامعية .
- يختلف المقياس الحالي مع مقياس وائل أحمد ( ٢٠١٤ ) الذي تم تطبيقه على عينة من الطلاب الموهوبين والمقياس الحالي يطبق على الطلاب العاديين .
- يختلف المقياس الحالي مع جميع المقاييس الأجنبية في طبيعة البيئة التي طبق فيها المقاييس عن البيئة المصرية وهي البيئة التي يطبق فيها المقياس الحالي , المقاييس الأجنبية التي أعدت لقياس الإفصاح عن الذات مثل مقياس (Hendrick 1990) و مقياس (Billeter 2002) ومقياس (Leung 2002) ومقياس (Putten et al 2011) هي مقاييس لا تتناسب مع الدراسة الحالية لاختلاف البيئة البحثية.

## خطوات إعداد المقياس : مر المقياس في إعداده بعدة خطوات تمثلت في :

الاطلاع على محتوى بعض الدراسات السابقة والآراء والأطر النظرية التي تناولت الإفصاح عن الذات بصفة خاصة مثل دراسة لينج ( Leung , 2002 ) و دراسة هارمان وآخرون ( Harman, et al ., 2005 ) و دراسة شعبان جاب الله رضوان ( ٢٠٠٦ ) و دراسة سلطان موسى ( ٢٠٠٩ ) و دراسة برونو وآخرون ( Brune ,et al ., 2009 ) و دراسة سبارفوهن و رابي ( Sparrevohn & Rapee 2009 ) و دراسة لطيفة عثمان ( ٢٠١٠ ) و دراسة كريمة سيد ( ٢٠١١ ) و دراسة رمضان عبداللطيف ( ٢٠١٢ ) ودراسة إسهام أويكر ( ٢٠١٣ ) و دراسة ليو و وانج ( Liu & Wang 2013 ) ودراسة وائل أحمد ( ٢٠١٤ ) و دراسة عبدالرحمن سليمان ( ٢٠١٦ ) و دراسة أسماء فراج ( ٢٠١٧ ) و دراسة NihanArslan ( Aydin Kiper 2018 ) و دراسة ( Ibrahim yildirm 2018 ) و دراسة ( Aniljeet , singh , Peul Gnannselvam 2018 ) و دراسة ( Tatsu ya Imaia , Ayakolmaib ) و دراسة ولاء حنفى ( ٢٠٢٠ ) .

٢. الإطلاع على مجموعة من المقاييس التي تم إعدادها لقياس الإفصاح عن الذات مثل مقياس الإفصاح عن الذات إعداد حنان أسعد تم تطبيقه على الطلاب المعاقين جسدياً ( ٢٠١١ ) ومقياس الإفصاح عن الذات إعداد رمضان عبداللطيف ( ٢٠١٢ ) تم تطبيقه على المتزوجين حديثاً ومقياس الإفصاح عن الذات إعداد إسهم أبو بكر ( ٢٠١٣ ) تم تطبيقه على طلاب المرحلة الثانوية ومقياس الإفصاح عن الذات إعداد وائل أحمد ( ٢٠١٤ ) تم تطبيقه على الطلاب الموهوبين ومقياس الإفصاح عن الذات إعداد ولاء حنفى ( ٢٠٢٠ ) وتم تطبيقه على المراهقين ضعاف السمع وكان ذلك مبرراً لبناء الباحث مقياس الإفصاح عن الذات حيث أن المقاييس السابقة الذكر تم تطبيقها على عينات مختلفة كالمراهقين أو المتزوجين حديثاً أو الموهوبين أو الطلاب ضعاف السمع أو طلاب المرحلة الثانوية أو المراهقين وهو ما لا يتناسب مع طبيعة الدراسة الحالية وأهدافها .

٣. الإطلاع على مجموعة من المقاييس الأجنبية التي أعدت لقياس الإفصاح عن الذات مثل مقياس (Hendrick (1990) و مقياس (Billeter (2002) ومقياس (Leung (2002) ومقياس (Putten et al (2011) هي مقاييس لا تتناسب مع الدراسة الحالية لاختلاف البيئة البحثية.

٤. وضع صورة مبدئية للمقياس من خلال ما تم الإطلاع عليه من الأطر النظرية العربية والأجنبية وتكون المقياس في صورته الأولية من ( ) عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد هي بعد التعبير والإيضاح ويحتوى على ( ) عبارة وبعد التجارب الشخصية يحتوى على ( ) عبارة وبعد الآراء والإتجاهات يحتوى على ( ) عبارة و هذا التقسيم للأبعاد وكذلك تقسيم العبارات داخل كل بعد يحتمل الحذف أو التعديل وذلك بعد إجراء التحليل العاملى للمقياس حيث أن تلك الأبعاد وكذلك عدد العبارات داخل كل بعد نابعة من رؤية الباحث الأولية للمقياس .

٥. تم عرض المقياس في صورته الأولية للتحكيم للتحقق من صدق المحتوى الظاهري، حيث عُرض على مجموعة من أساتذة التربية تخصص الصحة النفسية وعلم النفس التربوي بلغ عددهم ( ٩ ) محكمًا ، وقد حاول الباحث الأخذ بآراء المحكمين - قدر المستطاع وبما يتوافق وأهداف الدراسة- من حيث الحذف والإضافة والتعديل لعبارات المقياس ، حيث تم تعديل صياغة بعض العبارات بلغ عددها ( ٥ ) عبارة وذلك وفقاً لآراء السادة المحكمين وكذلك تم حذف بعض العبارات بلغ عددها ( ٧ ) أيضاً وفق آراء المحكمين وبلغ عدد العبارات المتبقية في المقياس ( ٤٨ ) عبارة وبلغت نسبة إتفاق المحكمين ( ٨٠ % ) .

جدول ( ٢ )

العبارات المعدلة لمقياس الإفصاح عن الذات وفق آراء المحكمين

م	العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل
١	أبدى رأبي في أى أمر طالما طلب منى ذلك	أبدى الرأى فيما يطلب منى
٢	أفشى تجارىبى الماضىة دون خجل أو ضيق	أفصح عن تجارىبى الماضىة دون خجل أو ضيق
٣	استخدم أكثر من طريقة للتعبير عن رأبى للطرف الأخر	استخدم أكثر من طريقة للتعبير عن رأبى للآخرين
٤	أسارع بالكلمة الأولى لفتح حديث مع الآخرين	أبادر بالكلمة الأولى لفتح حديث مع الآخرين
٥	أتناقش مع من يخالفنى الرأى مناقشة متحيزة لرأبى الشخصى	أتناقش مع من يخالفنى الرأى مناقشة موضوعية

جدول ( ٣ )

العبارات المحذوفة من مقياس الإفصاح عن الذات وفق آراء المحكمين

م	العبارة المحذوفة من المقياس
١	أخجل عند الحديث مع شخص أو جماعة للمرة الأولى
٢	أقوم بإيضاح اللبس فى المعلومات المتعلقة بى
٣	أتلعم عند الحديث أمام شخص أو جماعة
٤	أصف ببساطة شريكة حياتى و أطفالى وعددهم
٥	أنسجم مع الآخرين عند مقابلتهم للمرة الأولى
٦	أتردد فى إعطاء المعلومات للآخرين
٧	ألتزم الصمت إذا فقدت الثقة فى المستقبل

هـ - الخصائص السيكومترية لمقياس الإفصاح عن الذات :

- ١- حساب مؤشرات الاتساق الداخلى : وذلك بحساب ارتباط درجة كل عبارة والدرجة الكلية لمقياس الإفصاح عن الذات ككل، كما هو موضح جدول ( ٤ ) التالي.

## جدول ( ٤ )

مؤشرات الاتساق الداخلي لمقياس الإفصاح عن الذات ، ن = (٦٦٦)

العبارة	معاملات الارتباط						
١	**٠.٣٧١	١٣	**٠.٢٥١	٢٥	**٠.١١٨	٣٧	**٠.٣٢٩
٢	**٠.٣٦٩	١٤	**٠.٣٥٦	٢٦	٠.٠٥٧	٣٨	**٠.١٠٤
٣	**٠.٢٥٩	١٥	**٠.٣٢١	٢٧	**٠.١٨٣	٣٩	**٠.٢٢٩
٤	**٠.٢٨٩	١٦	**٠.٤٦٢	٢٨	**٠.٢٢٠	٤٠	**٠.٣٣٥
٥	**٠.١٥٤	١٧	**٠.٣٠٨	٢٩	**٠.١٢٤	٤١	**٠.٢٣٥
٦	**٠.٣٨٥	١٨	**٠.٢٩٧	٣٠	٠.٠٥	٤٢	**٠.٣١٨
٧	**٠.٣٧١	١٩	**٠.٤١٩	٣١	**٠.١٢٦	٤٣	**٠.٣٨٣
٨	**٠.٣٤٨	٢٠	**٠.٣٧٨	٣٢	**٠.٢٥٩	٤٤	٠.٠٤٦
٩	**٠.٣٢٠	٢١	**٠.٤٠٣	٣٣	**٠.١٤٨	٤٥	**٠.١١٣
١٠	**٠.٤٥٦	٢٢	**٠.٣٨٦	٣٤	**٠.١٩١	٤٦	**٠.٢٠٢
١١	**٠.٣٤٨	٢٣	**٠.٣١١	٣٥	**٠.٣٥٩	٤٧	**٠.٣٠٠
١٢	**٠.٣٠٣	٢٤	**٠.٣٦١	٣٦	**٠.٣٧٣	٤٨	**٠.١٦٥

ومن الجدول السابق، يلاحظ أن جميع العبارات دالة إحصائياً عند مستوى (٠.٠١) ما ما عدا العبارات (٢٦، ٣٠، ٤٤) لذا تم حذفها قبل إجراء التحليل العاملي ، وأصبح المقياس قبل إجراء التحليل العاملي (٤٥) عبارة .

٢- صدق المقياس : تم حسابه بطريقتين:

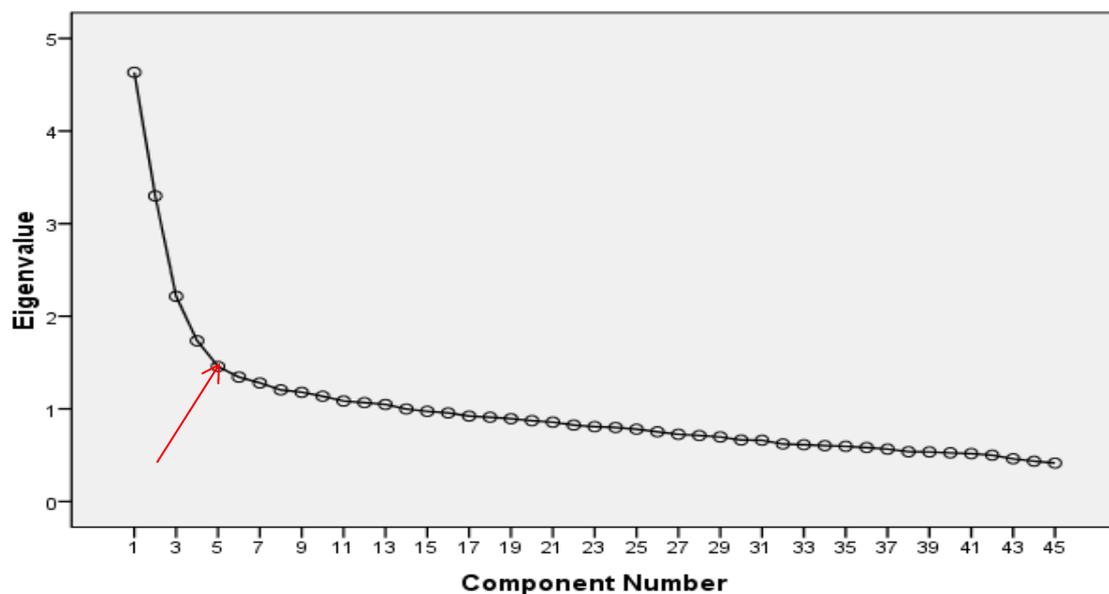
أ- صدق المحكمين : تم عرض المقياس على مجموعة المحكمين المتخصصين في الصحة النفسية وعلم النفس التربوي كما سبق الإشارة إليه في خطوات إعداد المقياس، حتى تم الوصول إلى الصورة الأولية للمقياس.

ب- صدق التحليل العاملي: أُجْرِيَ التحليل العاملي لعبارات المقياس وعددها (٤٥) عبارة بطريقة المكونات الأساسية Principal Component لمصفوفة معاملات الارتباط لتوضيح تشعبات

العينة الاستطلاعية على عبارات المقياس، ثم إجراء التدوير المتعامد Varimax Rotation للعوامل، وقد أسفرت النتائج عن أربعة عوامل (أبعاد) تشبعت عليها (٤٢) عبارة، وذلك بناء على محك التشبع الجوهرى للعبارة بالعامل  $\leq 0.3$ ، وفقاً لمحك جيلفورد، ومحك العامل الجوهرى ما كان له جذر كامن  $\leq 1$ .

ولاستخلاص العوامل (الأبعاد) تم استخدام معيار الرسم البياني للجذور الكامنة ( ويسمى بـ Scree Plot ) للإبقاء على العوامل التي تظهر في الجزء شديد الانحدار من المنحنى قبل أن يبدأ المنحنى في الاعتدال (رجاء أبوعلام، ٢٠٠٦، ٣٩٩)، فمن خلال الشكل التالي ( ١ ) لل Scree Plot الذي يوضح أن نقطة انعطاف (انكسار) المنحنى تبدأ من بعد العامل الرابع؛ وبالتالي فقد أسفرت النتائج عن أربعة عوامل (أبعاد) مستقلة تشبعت عليها ( ) عبارة.

Scree Plot



واعتماداً على هذه المحكات أصبح عدد العبارات في الصورة النهائية للمقياس (٤٢) عبارة بعد حذف العبارات (٢٧، ٥، ٣٣) نتيجة عدم تشبعهم على أي من العوامل الأربعة، واستوعبت هذه العوامل (٢٦.٤١) من التباين الكلي

وهذه العوامل موضحة في الجداول (٤)، (٥)، (٦)، (٧).

## العامل الأول : التعبير والإيضاح

## جدول ( ٥ )

قيم تشبعات العبارات على العامل الأول لمقياس الإفصاح عن الذات

رقم العبارة	العبارة	التشبع
١٦	أعرض رأبي بسهولة فى المجالات المختلفة .	٠.٥٩٥
١٥	أنخرط فى الحوارات الفكرية والعلمية .	٠.٥٥٥
١٤	أقدم الحلول لأهم الصعاب التى قد يتعرض لها الآخريين .	٠.٥١٧
٧	أعبر عن رأبي ولا أخشى الآخريين .	٠.٥١١
٤٣	أناظر فى نقل المعلومات للآخريين وأناقشهم فى المعلومات الغامضة .	٠.٤٨٠
١	أبدى رأبي فى الحياة بكل سهولة .	٠.٤٧٦
٩	أناقش مع من يخالفنى الرأى مناقشة موضوعية .	٠.٤٥٩
٣	أقع الآخريين بوجهة نظرى على الرغم من اختلافهم معى .	٠.٤٤٢
١٩	أنخرط فى حديث الآخريين حول المشكلات العامة .	٠.٤٣٧
١٠	أتحدث مع الآخريين بثقة .	٠.٤٠٦
٤٠	أستخدم أكثر من طريقة للتعبير عن رأبي للآخريين .	٠.٣٨١
٢٤	أعرض أفكارى ومعتقداتى مع مراعاة أفكار ومعتقدات الآخريين .	٠.٣٦٤
٦	أشارك فى النقاش فى الحوارات العامة التى يجريها الأصدقاء .	٠.٣٤٩
٣٦	أظهر إعتقادى الفكرى والدينى بسهولة ويسر .	٠.٣٠٩
	الجذر الكامن	٣.٤٤٤
	نسبة التباين	٧.٦٥٣

يتضح من الجدول السابق أن البعد الأول بلغت قيمة الجذر الكامن له (٣.٤٤) ، وتراوحت تشبعات هذا العامل ما بين (٠.٣٠٩ - ٠.٥٩٥) وجميع عبارات هذا العامل موجبة وقد تشبعت على هذا العامل عدد (١٤) عبارة ، حيث حصلت العبارة ( ١٦ ) على أعلى نسبة تشبع ، وقد فسر هذا البعد حوالي (٧.٦٥) من التباين الكلي .

ومن خلال فحص هذه العبارات يلاحظ أنها تدور حول تعبير الطالب الجامعي عن آرائه بسهولة ووضوح ، وقدرته على الاندماج في الحوارات العلمية وتقديمه للحلول المختلفة ، وعرض أفكاره بأكثر من طريقة مع مراعاة أفكار الآخرين، وعليه يمكن تسميه هذا البعد " التعبير والايضاح "

العامل الثاني : العلاقات مع الآخرين

### جدول ( ٦ )

قيم تشبعات العبارات على العامل الثاني لمقياس الإفصاح عن الذات

رقم العبارة	العبارة	التشبع
٤٧	أجمل من الحديث عن بعض المواقف المؤلمة فى حياتى .	٠.٦٣٢
٣٧	أتهرب من الإجابة عن أسئلة الآخرين التى تتعلق بشخصيتى .	٠.٦٠٩
٣٢	أشعر بالضيق عند الحديث عن الماضى .	٠.٦٠٣
٢٣	أجمل من الحديث عن بعض المواقف فى حياتى .	٠.٥٢٥
٣٤	أشعر بالقلق من قدر المعلومات التى يعرفها الآخريين عنى .	٠.٥٠١
٤٦	أخفى مشاعرى الداخلية ولا أظهرها لأى شخص .	٠.٤٦٧
٢٨	أناقش الأصدقاء فى أمور حياتهم ولا أستطيع بالمثل عنى .	٠.٤٥٩
٣١	أغير مجرى الحديث عندما لا أرغب فى الحديث عن موضوع ما .	٠.٤١٥
٤٥	أجد صعوبة فى إقناع الآخريين برأىى .	٠.٣٨٠
٢٩	أميل بالإحتفاظ ببعض الماضى فى منطقة لا يعرفها غيرى .	٠.٣٧٤
٤٨	أخفى الآراء السياسية لنفسى ولا أبديها لأحد .	٠.٣٤٩
٢٥	أعطى معلومات خاطئة عن نفسى عند مقابلة أشخاص للمرة الاولى .	٠.٣٣٩
	الجزر الكامن	٣.١٦٥
	نسبة التباين	٧.٠٣٣

يتضح من الجدول السابق أن البعد الثاني بلغت قيمة الجزر الكامن له (٣.١٦)، وتراوحت تشبعات هذا العامل ما بين (٠.٣٣٩ - ٠.٦٣٢) وجميع عبارات هذا العامل سلبية ما عدا عبارة واحدة موجبة هى العبارة رقم (٤٥) وقد تشبعت به (١٢) عبارة، حيث حصلت العبارة (٤٧) على أعلى نسبة تشبع وقد فسر هذا البعد حوالي (٧.٠٣) من التباين الكلي.

ومن خلال فحص هذه العبارات يلاحظ أنها تدور حول علاقة الطالب الجامعي مع الآخرين وشعوره بالخل عند الحديث عن المواقف المؤلمة والتهرب من أسئلة الآخرين وشعوره بالضيق عند الحديث مع الآخرين وتغيير مجرى الحديث والأمور التي تزعجه من المقربين له ومعاناته بسبب إفشائه لأسراره أمام الآخرين وإخفاء الآراء التي قدر تشعره بالقلق من الآخرين واحتفاظه ببعض الماضي وعدم إظهارها للآخرين وقلقه من مقدار المعلومات التي يعرفها عنه الآخرين ، وعليه يمكن تسميه هذا البعد "العلاقات مع الآخرين "

العامل الثالث : التجارب الشخصية

### جدول ( ٧ )

قيم تشبعات العبارات على العامل الثالث لمقياس الإفصاح عن الذات

رقم العبارة	العبارة	التشبع
٤١	أتحدث عن الأمور التي تسبب لي الإكتئاب والضيق والحزن .	٠.٥٣٥
٢٠	أظهر الأمور التي أثرت في حياتي العملية والعلمية للآخرين .	٠.٥٣٠
١١	أظهر الأمور التي أثرت في حياتي غيرتها وتغيرت معها حياتي .	٠.٤٢٧
٣٨	أفضل الذهاب للمختص عندما أشعر بالضيق .	٠.٤٢٣
١٨	أعرض رؤيتي في حياتي الأسرية المستقبلية .	٠.٤٢٠
٢٢	أعبر عن نفسي جيداً أمام الآخرين .	٠.٤٠٥
٢	أفصح عن تجاربي الماضية دون خجل أو ضيق .	٠.٣٧٣
٣٥	أظهر المحن التي حولتها إلى منح .	٠.٣٥٧
٤	أبادر بالكلمة الأولى لفتح حديث مع الآخرين .	٠.٣٢٦
	الجذر الكامن	٢.٦٤٩
	نسبة التباين	٥.٨٨٧

يتضح من الجدول السابق أن البعد الثالث بلغت قيمة الجذر الكامن له (٢.٦٤)، وتراوحت تشبعات هذا العامل ما بين (٠.٣٢٦ - ٠.٥٣٥) وجميع عبارات هذا العامل موجبة وقد تشبعت به (٩) عبارات، حيث حصلت العبارة (٤١) على أعلى نسبة تشبع وقد فسر هذا البعد حوالي (٥.٨٨ من التباين الكلي).

ومن خلال فحص هذه العبارات يلاحظ أنها تدور حول تجارب الطالب الجامعي الشخصية التي قد تسبب له الضيق والقلق أو التي تجعله يخجل من الآخرين وكذلك رؤيته المستقبلية في حياته الأسرية المستقبلية من خلال الظروف السابقة والحالية وإظهار المحن والصعاب التي مر بها والتي استغلها وحولها الى منح وكذلك قدرته على التعبير عن نفسه أمام الآخرين وكذلك عدم ممانعته الذهاب للمختص إذا استلزم الامر لذلك وإظهار الأمور التي غيرها في الماضي وأثرت على مجرى حياته في الوقت الحاضر وفيما هو قادم في المستقبل ، وعليه يمكن تسميه هذا البعد "التجارب الشخصية " .

العامل الرابع : الآراء والاتجاهات

### جدول ( ٨ )

قيم تشبعات العبارات على العامل الرابع لمقياس الإفصاح عن الذات

رقم العبارة	العبارة	التشبع
١٣	أفضل الحديث مع من أشعر تجاههم بالراحة والأمان .	٠.٥٩٠
١٧	أستقيض في عرض الأمور التي تشعرنى بالسرور والفرح .	٠.٥٣٠
٨	أشعر بالراحة عند الحديث عن الأهداف التي أتمناها .	٠.٤٩٠
٢١	أظهر تطلعاتي للمستقبل في ظل الظروف المعاصرة .	٠.٤٤٩
٣٩	أخجل عند الحديث عن هواياتي المفضلة .	٠.٤٢٩
١٢	أبدى الرأي فيما يطلب مني .	٠.٣٦٣
٤٢	أبدى ذوقى ورأى في الملابس والمأكل والمشرب ولا أخجل منه .	٠.٣٢٢
	الجزر الكامن	٢.٦٢٦
	نسبة التباين	٥.٨٣٥

يتضح من الجدول السابق أن البعد الثاني بلغت قيمة الجزر الكامن له (٢.٦٢)، وتراوحت تشبعات هذا العامل ما بين (٠.٣٢٢ - ٠.٥٩٠) وجميع عبارات هذا العامل موجبة ماعدا عبارة واحدة سلبية وهي العبارة رقم (٣٩) وقد تشبعت به (٧) عبارات ،حيث حصلت العبارة (١٣) على أعلى نسبة تشبع وقد فسر هذا البعد حوالي ( ٥.٨٣ ) من التباين الكلي .

ومن خلال فحص هذه العبارات يلاحظ أنها تدور حول آراء و إتجاهات الطالب الجامعي والتي يفضل الحديث عنها أمام الآخرين التي يشعر تجاههم بالراحة والأمان وعرض الأمور والأحداث التي تشعره بالسرور والفرح والحديث عن الأهداف التي يتمناها وأبداء الرأي فيما يطلب منه وإظهار رأيه وذوقه في الموضوعات المختلفة ، وعليه يمكن تسميه هذا البعد " الآراء والاتجاهات " .

٣- ثبات المقياس : تم حساب ثبات مقياس الإفصاح عن الذات بطريقة ألفا كرونباخ ، والتجزئة النصفية كما هو موضح بجدول ( ٩ ) .

### جدول ( ٩ )

معاملات الثبات بطريقة ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس الإفصاح عن الذات والمقياس ككل

أبعاد المقياس	عدد العبارات	معامل ثبات ألفا كرونباخ	معامل ثبات التجزئة النصفية
البعد الأول	١٤	٠.٧٤٧	٠.٧٤٩
البعد الثاني	١٢	٠.٤٩٠	٠.٥١١
البعد الثالث	٩	٠.٥٩٦	٠.٦٠٨
البعد الرابع	٧	٠.٥٣٣	٠.٥٠٨
المقياس ككل	٤٢	٠.٧٢٩	٠.٧٦٢

يتضح من الجدول السابق أن جميع معاملات الثبات مرتفعة، وتراوحت معاملات الثبات ما بين ( ٠.٤٩٠ ) و ( ٠.٧٤٧ ) بينما كان معامل ثبات المقياس ككل ( ٠.٧٢٩ ) وذلك في حالة استخدام معامل الثبات ألفا كرونباخ وتراوحت معاملات الثبات ما بين ( ٠.٥٠٨ ) و ( ٠.٧٤٩ ) ( بينما كان معامل الثبات ككل ( ٠.٧٦٢ ) باستخدام معامل ثبات التجزئة النصفية مما يؤكد تمتع مقياس الإفصاح عن الذات بدرجة مقبولة من الثبات، ويدل على صلاحيته للتطبيق على عينة الدراسة .

### الصورة النهائية لمقياس الإفصاح عن الذات :

يتكون مقياس الإفصاح عن الذات في صورتها النهائية - بعد إتباع جميع الخطوات لبناء المقياس وتحكيمة والتحقق من مدى صدق المقياس وثباته - من ( ٤٢ ) عبارة تتدرج تحت أربعة أبعاد والجدول ( ١٠ ) يوضح هذه الأبعاد و أرقام العبارات التي تتدرج تحت كل بعد.

جدول ( ١٠ )

توزيع عبارات مقياس الإفصاح عن الذات طبقاً لأبعاده الأربعة

المفردات	الأبعاد
١ - ٣ - ٦ - ٧ - ٩ - ١٠ - ١٤ - ١٥ - ١٦ - ١٩ - ٢٤ - ٣٦ - ٤٠ - ٤٣	التعبير والإيضاح
٢٣ - ٢٥ - ٢٨ - ٢٩ - ٣١ - ٣٢ - ٣٤ - ٣٧ - ٤٥ - ٤٦ - ٤٧ - ٤٨	العلاقات مع الآخرين
٢ - ٤ - ١١ - ١٨ - ٢٠ - ٢٢ - ٣٥ - ٣٨ - ٤١	التجارب الشخصية
٨ - ١٢ - ١٣ - ١٧ - ٢١ - ٣٩ - ٤٢	الآراء و الإتجاهات
٤٢	المجموع

ج - طريقة التطبيق والتصحيح :

طبق المقياس بطريقة جماعية على طلاب جامعة المنيا وصحح وفقاً لمعايير التصحيح حيث وضعت ثلاثة بدائل للإجابة عن كل بند/ عبارة ( دائماً ٣، أحياناً ٢، نادراً ١) على أن تكون درجة الإجابة على البدائل بالترتيب هي ( ٣ ، ٢ ، ١ ) في حالة العبارات الموجبة ، وتُعكس في حالة العبارات السلبية وتكون بالترتيب هي ( ١ ، ٢ ، ٣ ) والعبارات السلبية في المقياس أرقامها هي ( ٢٣ ، ٢٥ ، ٢٦ ، ٢٨ ، ٢٩ ، ٣١ ، ٣٢ ، ٣٤ ، ٣٧ ، ٣٩ ، ٤٦ ، ٤٧ ، ٤٨). ولا يوجد زمن محدد للإجابة وبذلك تصبح الدرجة العليا التي يحصل عليها الطالب على المقياس هي ( ١٤٤ ) درجة وأقل درجة يحصل عليها الطالب على المقياس هي ( ٤٨ ) درجة وتدل الدرجة المرتفعة على مستوى مرتفع من الإفصاح عن الذات في حين تدل الدرجة المنخفضة على مستوى منخفض من الإفصاح عن الذات .

طُبقَ المقياس على عينة الدراسة الاستطلاعية - المُشار إليها سابقاً- من طلبة وطالبات بعض كليات جامعة المنيا والبالغ عددهم (٦٦٦) طالباً وطالبة.

مناقشة النتائج :

استهدفت الإجراءات السابقة التأكد من مناسبة الخصائص السيكومترية لمقياس الإفصاح عن الذات ليكون صالحاً للتطبيق على طلاب المرحلة الجامعية ، حيث يتمتع المقياس بمعامل ثبات قدره ( ٠,٧٢ ) وهو معامل ثبات مقبول ، بينما يتمتع المقياس بإتساق داخلي مقبول وصدق عامل جيد يمكن الاعتماد عليه لقياس الإفصاح عن الذات ، وبذلك يعتبر هذا المقياس - على حد علم الباحث - هو المقياس الوحيد الذي يقيس الإفصاح عن الذات لدى طلاب المرحلة الجامعية في البيئة المصرية .

## توصيات البحث :

- فى ضوء النتائج التى أسفر عنها البحث الحالى والتى تشير إلى تمتع المقياس بصدق وثبات مقبول يوصى الباحث بإمكانية استخدام المقياس فى البحوث التربوية والنفسية المستقبلية وعلم النفس الإيجابى .
- ضرورة إجراء المزيد من الدراسات على الإفصاح عن الذات كونه سمة إيجابية تحتاج إلى المزيد من الدراسات لتحسينها لدى الطلاب .
- يوصى بإعداد مقاييس للإفصاح عن الذات لدى الفئات الأخرى كذوى الإحتياجات الخاصة والمراحل العمرية المختلفة .

## المراجع

- المعجم الوجيز ( ٢٠٠٥ ) . المطابع الأميرية . القاهرة , ( ٤٧٢ ) .
- إسهم أبو بكر عثمان ( ٢٠١٣ ) . الإفصاح عن الذات كمنبئ بالاعتراب النفسى لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية . دراسات عربية فى التربية وعلم النفس . ع ( ٣٨ ) ١٦٦, .
- رمضان عبداللطيف محمد ( ٢٠١٢ ) . الإفصاح عن الذات وعلاقته بالاكنتاب وفاعلية برنامج للتدريب على الإفصاح عن الذات فى خفض الاكنتاب لدى الأزواج . مجلة كلية التربية جامعة سوهاج , ع ( ٣٢ ) : ٢٦٥ - ٣١٦ .
- سلطان موسى العويضة ( ٢٠٠٩ ) . علاقة الاتصال المفضل الشائع لكل من القلق الاجتماعى والشعور بالوحدة وكشف الذات لدى عينة من طلبة جامعة عمان الاهلية . دراسات العلوم التربوية . ع ( ٣٦ ) : ٤١٢ - ٤٣٢ .
- كريمة سيد محمود ( ٢٠١١ ) . فعالية الذات كمحدد نفسى لكل من الإفصاح عن الذات وأنماط السلوك الصحى لدى عينة من الراشدين . دراسات عربية فى علم النفس , ١٠ ( ١ ) : ١١٩ - ١٥٤ .
- لطيفة عثمان الشعلان ( ٢٠١٠ ) . الإفصاح عن الذات لدى ذوى الاضطرابات العصابية فى ضوء نموذج العوامل الخمسة للشخصية , دراسة إكلينيكية وصفية على المراجعين للعيادات الخارجية لمجمع الأمل للصحة النفسية بالرياض . المجلة المصرية للدراسات النفسية , ٢٠ ( ٦٦ ) .
- محمد درويش محمد ( ٢٠٠١ ) . إفشاء الذات - دراسة لبعض الشروط الميسرة للعمل فى سياق المقابلات البيئشخصية . مجلة علم النفس : الهيئة المصرية العامة للكتاب ١٥ ( ٥٧ ) : ٢٦ - ٤٩ .

- ولاء حنفى عبدالفتاح , محمد السيد عبدالرحمن , صفاء أحمد عجاة ( ٢٠٢٠ ) . الإفصاح عن الذات وعلاقته بالقلق الاجتماعى لدى المراهقين ضعاف السمع . المجلة العربية لعلوم الإعاقة والموهبة . ٤ ( ١٠ ) ١ - ٣٤ .
- شعبان جاب الله رضوان ( ٢٠٠٦ ) . دور المساندة الاجتماعية فى الإفصاح عن الذات والتوجه الاجتماعى لدى الفصاميين والاكنتأبيين . مجلة دراسات نفسية . ١٦ ( ٣ ) : ١٧١ - ٢٢١ .
- وائل أحمد سليمان ( ٢٠١٤ ) . فاعلية برنامج إرشادى سلوكى لتنمية الإفصاح عن الذات فى خفض الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من الطلاب الموهوبين . رسالة دكتوراة , كلية التربية تخصص الصحة النفسية جامعة سوهاج .
- عبدالرحمن سليمان النملة ( ٢٠١٦ ) . الإفصاح عن الذات وعلاقته بكل من المساندة الاجتماعية ووجهة الضبط لدى طلاب و طالبات جامعة الامام محمد بن سعود الاسلامية . محلة العلوم الانسانية والاجتماعية . ( ٤٠ ) ( ١١ ) .
- حنان أسعد ( ٢٠١١ ) . الإفصاح عن الذات وعلاقته بالإكتئاب لدى المعاقين جسديا . مجلة القراءة والمعرفة . ( ١١٦ ) . ( ١٩٥ : ٢٠٠ ) .
- أسماء فراج حسن ( ٢٠١٧ ) . الإفصاح عن الذات كمنبئ ببعض الاضطرابات النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة .رسالة ماجستير . كلية الآداب جامعة طنطا .
- عدنان محمود عباس ( ٢٠١٥ ) . كشف الذات لدى طلاب الجامعة جامعة ديالى . مجلة الفتح كلية التربية للعلوم الانسانية جامعة ديالى . ( ٦٤ ) . ( ١٤٢ - ١٥٠ ) .
- Harman, J., Hanson, C., Cochran, M. & Lindse, C. (2005) . Liar,Liar:Internet faking but not frequency of use affects skills, self-esteem, social emxiety and aggression cyber psychology Behavior,8 ( 1 ) : 1- 6.
- Bruno, s.;Lutwak, N. Agin, M. (2009). Conceptualizations of guilt and the corresponding relationships to emotional ambivalence, self-disclosure, loneliness and alienation personality and Individual differences, (47),487- 491.
- Derlega, V.,Wenstead, B.&Green,K.(2008): self disclosure and starting a close relationship , in spresher , s.& Wenzel, A.&

- Hervey,J. (2008) : Handbook of relationship Initiation. New York: Psychology prees.
- Orr,E. (2013) . Blending in at the cost of losing One Self : The Cyclical Relationship between Social Anxiety , Self Disclosure , and Self – Uncertainty . PhD , philosophy in Psychology , University of Waterloo, canada.
  - Billeter , C. B. (2002): An Exploration of Eight Dimensions of Self – Disclosure with Relationship satisfaction . M.A. Dissertation , Virginia Polytechnic Institute and State University.
  - Leung , L. (2002) . Loneliness , Self – disclosure , and ICQ (I speak you) use . Cyber Psychology&behavior , 5(3):214–251.
  - Nihan Arslan.(2018). Self – disclosure and internet Addiction , Malaysian online Journal of Educational Technology . (6)(1).
  - Farber, A,B. (2006) . Self disclosure Psychotherapy, The Guilford Press – New York.
  - Arslan,N,& Kiper,A.(2018) self Disclosure and internet Addiction , Malaysian online journal of Educational Technology , 6 (1),56–63.
  - FSMVakıf University, narслан@fsm.edu.tr
  - Sakarya University, akiper@sakarya.edu.tr
  - Sarah ,P.(2017) the Association of High social Anxiety and perceived Responsiveness with self Disclosure master of Arts department of Psychology , University of manitobe winnipeg manitobe .
  - Çağ, P., & Yıldırım, İ. (2018). The mediator role of spousal self-disclosure in the relationship between marital satisfaction and spousal support. Educational Sciences:Theory&Practice,18,701–736. <http://dx.doi.org/10.12738/estp.2018.3.0086>
  - Hendrick,s,s,(1981) self disclosure and marital satisfaction ,journal of personality and social psychology ,(40),(6) 1150:1159.