



مقياس الإفصاح عن الذات Self-disclosure scale

إعداد

أ.د/ محمد السيد عبدالرحمن

A. Dr. Mohamed El Sayed Abdel Rahman

أستاذ الصحة النفسية وعميد كلية التربية سابقا - كلية التربية - جامعة الزقازيق

د. ولاء حفني عبدالفتاح السيد

Dr. Wolaa hafni Abdel Fattah El Sayed

دكتور الصحة النفسية والتربية الخاصة - كلية التربية - جامعة الزقازيق

Doi: 10.21608/jasep.2023.293227

استلام البحث : ٢٠٢٣/ ٣ / ٩

قبول النشر: ٢٠٢٣ / ٣ / ٢٠

عبدالرحمن ، محمد السيد و السيد ، ولاء حفني عبدالفتاح (٢٠٢٣). مقياس الإفصاح عن الذات. *المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية*، المؤسسة العربية للتربية والعلوم والآداب، مصر، ٧(٣٣) أبريل، ٣٧٩ – ٤٠٤.

<http://jasep.journals.ekb.eg>

مقياس الإفصاح عن الذات

المستخلص:

مقياس الكشف عن الذات هو أداة تستخدم في علم النفس لقياس مدى مشاركة شخص ما للمعلومات الشخصية مع شخص آخر. تم تطوير مقياس الكشف الذاتي من قبل سيدني جورارد في عام ١٩٥٨ ، ويتكون من سلسلة من الأسئلة التي تقيم درجة ارتياح الفرد للانفتاح على الآخرين في مجموعة من الموضوعات. يقيس المقياس الكشف عن الذات على ثلاثة أبعاد: الاتساع والعمق والمدة. يشير الإفصاح الواسع إلى مجموعة الموضوعات التي يرغب الشخص في مشاركتها مع الآخرين ، بينما يشير الإفصاح العميق إلى مستوى التفاصيل التي يتم توفيرها حول كل موضوع. تشير المدة إلى طول الفترة الزمنية التي يتم خلالها الكشف. وأظهرت الأبحاث أن مقياس الكشف عن الذات هو مقياس موثوق وصحيح للإفصاح عن الذات، وأنه يمكن استخدامه للتنبؤ بمجموعة من النتائج، مثل الرضا عن العلاقة، ثقة، والعلاقة الحميمة. بالإضافة إلى ذلك ، تم استخدام المقياس لدراسة الاختلافات الثقافية في الكشف عن الذات ، حيث تشير بعض الدراسات إلى أن الأشخاص في بعض الثقافات قد يكونون أكثر تحفظاً من غيرهم عندما يتعلق الأمر بمشاركة المعلومات الشخصية. وبشكل عام ، يعد مقياس الكشف عن الذات أداة مفيدة للباحثين والأطباء المهتمين بفهم كيفية مشاركة الأشخاص للمعلومات عن أنفسهم مع الآخرين ، وكيف تؤثر هذه العملية على العلاقات والرفاهية.

Abstract:

The self-disclosure scale is a tool used in psychology to measure the extent to which one person shares personal information with another. Developed by Sidney Jourard in 1958, the self-disclosure scale consists of a series of questions that assess the degree to which an individual is comfortable opening up to others on a range of topics. The scale measures self-disclosure along three dimensions: breadth, depth, and duration. Broad disclosure refers to the range of topics that a person is willing to share with others, while deep disclosure refers to the level of detail that is provided about each topic. Duration refers to the length of time over which disclosure takes place. Research has shown that the self-disclosure scale is a reliable and valid measure of self-disclosure, and that it can be used to predict a range of outcomes, such as relationship satisfaction, trust, and intimacy. In addition, the scale has been used to study cultural differences in self-disclosure, with some studies suggesting that people in some cultures may be

more reserved than others when it comes to sharing personal information. Overall, the self-disclosure scale is a useful tool for researchers and clinicians who are interested in understanding how people share information about themselves with others, and how this process affects relationships and well-being.

الإفصاح عن الذات Self-Disclosure

يُعد الإفصاح عن الذات جوهر الاتصال الشخصي، وهو جزء لا يتجزأ من تفاعل الفرد الطبيعي مع من حوله، ويعد كشف الذات أو تقاسم المعلومات مع الأشخاص الآخرين استراتيجية مهمة للتكيف والتواصل مع الذات ومع المجتمع بأكمله (عدنان محمود عباس، ٢٠١٥، ص ١٤٤).

يعد الاهتمام بالإفصاح عن الذات كظاهرة اجتماعية نفسية يمتد جذورها للدراسات المبكرة للوين (١٩٣٥، ١٩٣٦)، ثم استكشف جورارد (١٩٧١) Jourard فكرة الإفصاح الذاتي كسلسلة متصلة من الاتصالات المنخفضة في المحتوى الشخصي مع الغرباء أو المعارف إلى مستويات أعلى من المحتوى الشخصي بين المُراسل والشريك. ثم عرّف كوزبي (١٩٧٣) Cozby الإفصاح الذاتي بأنه "أي معلومات عن نفسه يتصل بها الشخص أ لفظيًا إلى الشخص ب". ثم فرق Wheelless بين الإفصاح والكشف الذاتي، حيث رأى أن الإفصاح هو خاصية فردية، بينما الكشف الذاتي عملية أكثر عمومية لتبادل المعلومات (أحمد أبو جدي، ٢٠٠٨، ص ١٣٩)، ثم قام كل من غرين ودريجا وماتثوز (٢٠٠٦) Green, Dralija and Matthews بتوسيع هذه المفاهيم السابقة، وتم تعريف الإفصاح عن الذات على أنه "التفاعل بين شخصين على الأقل حيث يُنوي المرء الكشف عن شيء شخصي لآخر" (Robinson, S., 2018, p.390).

أما التعبير عن الذات والإفصاح عن الذات، نجد أن المعنى الاصطلاحي للتعبير يلتقي مع المعنى اللغوي في الإفصاح عن أمر ما مستور لنقله من حالة الخفاء إلى حالة الظهور، فهناك علاقة تلازميه بينهما (منى عبد القادر عايد، ٢٠١٥، ص ٢٢٤). ولكن هناك اختلاف في أن التعبير عن الذات يقصد به التعبير الحر عن مشاعر الفرد وأفكاره واتجاهاته، أما الإفصاح عن الذات يتطلب الكشف عن المعلومات لشخص واحد آخر على الأقل (Philipp, K., 2017, p.72)، كما أن موضوعات الإفصاح عن الذات تختلف في مستوى وعمق الكشف عن الذات.

I. مفهوم الإفصاح عن الذات :

عرّفه جورارد (Jourard Sidney, 1971 in Waring, J., 2001, p.9) وعرّفه كوزبي (Cozby, 1973 in Das, M., 2014, p.34) بأنه "العملية التي يكشف بها شخص ما لفظيًا معلومات عن نفسه أو نفسها إلى شخص آخر".

وعرّفه أور (٢٠١٣ ، ص ١١) Orr, E. بأنه "مفهوم متعدد الأبعاد، يعرف على نطاق واسع بأنه عملية توصيل رسائل من الشخص عن ذاته إلى الآخرين".

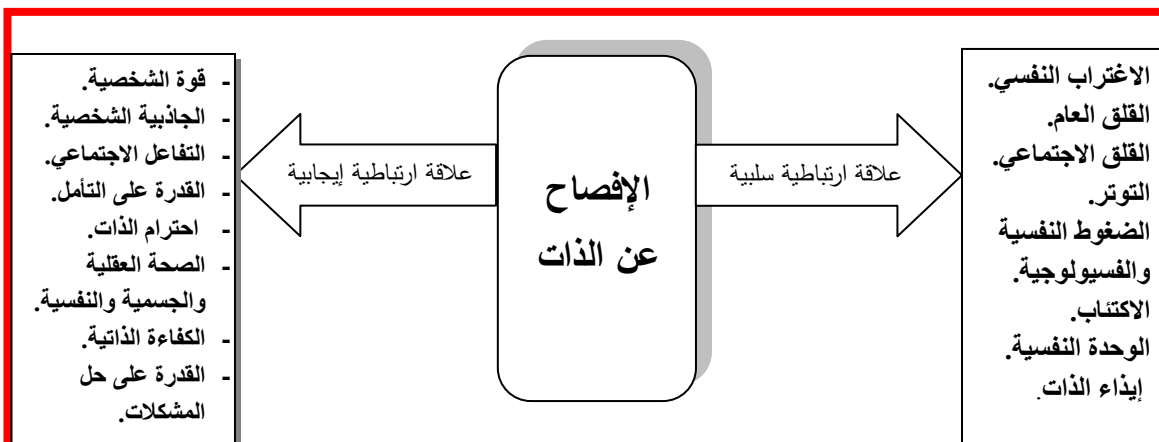
وعرّف رافيشندر وبلاك (٢٠١٨ ، ص ص ٢٥٤-٢٥٥) Ravichander, A. & Black, A. الإفصاح عن الذات وهو المشاركة الطوعية للمعلومات التي يمكن أن تشمل للآراء والأفكار، والخبرات والتفضيلات، والقيم والاعتقادات، والمشاعر والطموحات، والإعجاب والكراهية.

وعرّف كوكيرا وماكي (٢٠٢٠ ، ص ٢) Cokera, B. & McGi, A. الإفصاح عن الذات بأنه كشف الفرد عن أفكار ومشاعر وتفاصيل خاصة عن حياته تجاه الآخرين.

في ضوء ما سبق عرّفت الباحثة الإفصاح عن الذات بأنه "كشف وتقديم معلومات شخصية للآخرين، تتضمن الاتجاهات والاهتمامات والجوانب الدراسية والأمور الشخصية والمظهر البدني والعلاقات الاجتماعية".

II. عوامل مرتبطة بالإفصاح عن الذات:

هناك العديد من الدراسات ربطت الإفصاح عن الذات ببعض المفاهيم، حيث اتضح منها أن الإفصاح عن الذات له العديد من الفوائد في مجالات الحياة المختلفة وفي الإرشاد والعلاج النفسي، كما يتمتع بالعديد من المميزات، حيث يرتبط عكسياً ببعض المتغيرات السلبية، بينما يرتبط بإيجابيه ببعض المتغيرات الإيجابية، كما موضح بالشكل رقم (١):



شكل (١)
علاقة الإفصاح عن الذات ببعض المتغيرات

III. وظائف الإفصاح عن الذات :

أشار ديرليجا Derlega وجرزلاك Grezlak لخمس وظائف للإفصاح عن الذات؛ هي:

- التعبير *Expression*: يعمل على خفض الألم النفسي، كما يعطى معنى لحياته، و طاقة إيجابية بناءة للتغيير، كما يحل مشكلاته (معتر محمد عبيد، ٢٠٠٨، ص ٦١).

- التصديق/الفاعلية الاجتماعية *Social validation*: بأن يحقق ما لديه من إمكانيات، ويبيدي آراءه، أو يقوم بأعمال نافعة وذات قيمة للآخرين (محمد شحاتة ربيع، ٢٠١١، ص ١٤٤).

- تنمية العلاقات الاجتماعية *Development relationships*: عندما يحدث الإفصاح المتبادل بين الأفراد يؤدي إلى زيادة العلاقة والروابط الشخصية بينهم، كما يؤدي إلى زيادة تبادل الأفكار والخبرات والعواطف الخاصة (Das, M., 2014, p.34)، كما يلعب دوراً رئيسياً في إقامة العلاقات الشخصية بينهم (Liang, C., NaHua, b.,) (Cong Shua, b. & Chen, X., 2019, p.97)، كما يؤدي إلى ترسخ التقارب بين الأشخاص، و فهم أفضل (Emma, S., 2014, p.10)، مما يزيد من فرص التعارف الاجتماعي، والتفهم لظروف الآخرين، والشعور بهم (سناء محمد سليمان، ٢٠١٤، ص ١٠٥).

- الضبط الاجتماعي *Social control*: يعبر الفرد بالإفصاح عن حاجاته وقيمه والحدود الشخصية في علاقته مع الآخرين (رمضان عبداللطيف محمد، ٢٠١٢، ص ٣٢٠).

- التوضيح *Clarification*: نقوم بتوضيح معتقداتنا وأفكارنا واتجاهاتنا ومشاعرنا، بالتحدث عن أنفسنا مع شخص آخر، للحصول على موافقة الشخص الآخر، والحصول على استحسان الآخرين، وتقبلهم لنا ولسلوكلنا (محمد ابراهيم السفسافة، ٢٠١٠، ص ١٧٥).

كما للإفصاح عن الذات وظيفتان أساسيتان وهما: التواصل الجيد مع الآخرين والفهم الجيد للذات (سليمان إبراهيم تركي، ٢٠١٧، ص ٣٢٣).

مما سبق يتضح أهمية الإفصاح عن الذات في تحسين مستوى الصحة النفسية والصحية للفرد، كما تخفف من الضغوط الفسيولوجية والنفسية، كما يتيح للفرد أن يطور العلاقات الاجتماعية مع الآخرين عندما يفصح ويجد من يفصح له، لذلك يجب الاهتمام بتنمية الإفصاح عن الذات، ولكن على الرغم من كل هذه الفوائد المتعددة، فهناك مجموعة من الاسباب التي قد تمنع الفرد من الإفصاح عن ذاته، لذلك يجب استخدام الإفصاح عن الذات بشكل حكيم.

IV. عوائق الإفصاح عن الذات :

يُعتبر الإفصاح الذاتي مهماً وصعباً في آن واحد، وذلك لأسباب مختلفة، ومنها:

- الخوف من أن يصبح رفيقك ناقدا لك : فعندما يطلع أحد على نقاط ضعفك، فإنك بالتالي ستصبح عرضة لهجومه عليك.
 - الخوف من أن تفقد شخصيتك : البعض يرى أن لديهم بعض الأمور الخاصة بهم، والتي لا ينبغي لأحد أن يطلع عليها، وقد يظهر هذا الخوف أكثر في مرحلة المراهقة.
 - الخوف من أن تفقد زميلك، فقد يكون لدى أحدهم سر دفين لو اطلع عليه زميله، فربما أدّى إلى ابتعاده عنه، أو إنهاء الصداقة بينهما(عبدالرحمن سليمان النملة، ٢٠١٦، ص١٩)
 - الخوف من أن يعاملهم الآخرون بشكل مختلف، أو ينظر إليه بنظرة مختلفة أقل إيجابية (Jessica, W. , Jacob, L. & Konstantina, S., 2015, p.195).
 - الخوف من استبعادهم أو التمييز ضدهم، أو أن يصبحوا موضع فضول.
 - الخوف من الرفض : فالكشف عن الجوانب الخصوصية لهوية الفرد يتطلب أن يتقبل الآخر جزء لم يكن معروفاً سابقاً، ومن ثم هناك خطر الرفض من الآخرين.
 - الأشياء غير المعلنة تكون غالباً أعباء ثقيلة، فهناك مخاطرة تحمل أعباء أسرار الآخر.
 - قد يشعر البعض بالخل من أفكاره ومشاعره والتغيرات التي حصلت بشأنها (سعاد محمد علي؛ وباسم محمد علي، ٢٠٠٦، ص١٩).
- على الرغم من كل هذه الأسباب التي تعوق الفرد عن الإفصاح عن ذاته، التي يمكن أن يتفادها الفرد بالإفصاح عن ذاته بشكل سليم ومعتدل، وأن يحدد الوقت والشخص المناسب للإفصاح. مع مراعاة ان الإفصاح عن الذات لدى المعاقين أمراً أكثر تعقيداً وصعوبة، لذلك يجب تهيئة وتدريب المعاقين على الإفصاح عن ذاتهم بشكل ملائم ومناسب.

V. مراحل الإفصاح عن الذات :

لخص رولف (Roloff, 1981) في حنان أسعد، ٢٠١١، ص ص١٩٥-١٩٦) مراحل الإفصاح عن الذات في أربع مراحل، المرحلة الأولى تتمثل في التوجيه، وفيها يكون الحوار روتينياً، ويتم الإفصاح عن المعلومات السطحية، فإذا تم اعتبار العلاقة مجزية، جاء دور الاستكشافية العاطفية، وخلالها يتم التوسع في الإفصاح عن المعلومات السطحية، إضافة إلى البوح بالاتجاهات الشخصية حول القضايا العامة. بعد هذه المرحلة يقوم الفرد بتقدير ثان للعائد من العلاقة، فإذا كان التقدير إيجابياً، اتجهت العلاقة صوب المرحلة العاطفية، وفيها يبدأ الإفصاح عن المعلومات الخاصة، وكشف بعض الجوانب الرئيسية في الشخصية، ثم العلاقة في المرحلة الرابعة وهي مرحلة مستقرة وفيها يكون الاتصال فعالاً، ويتم التبادل والإفصاح الحميمي في موضوعات شخصية عديدة.

هناك عدد من العوامل تؤثر على الإفصاح، لمن ومتى ونفسح ومتى لا نفسح. العامل الأول هو الاختلافات الثقافية بين الأفراد، وللتقافة قواعد وعقوبات تمنع مستويات عالية من الإفصاح عن الذات بين الغرباء. ثانياً: تؤثر السمات الفردية أو الاختلافات في مهارات التعامل مع الآخرين على كيفية ووقت الإفصاح. ثالثاً: تؤثر الفروق بين الجنسين في الإفصاح عن الذات، لأن الرجال يشعرون بالحرَج في الكشف عنها أكثر من النساء

(Masaviru, M., 2016, p.43)، رابعاً: تطور العلاقات بين الأفراد، ونوع العلاقات الشخصية بينهم، ومدى الثقة، ودرجة العاطفة، وتوقع المعاملة بينهم (جيهان أحمد حلمي، ٢٠١٩، ص٧).

لا يُنظر للإفصاح عن الذات كخاصية ثابتة للعلاقات، فهي عملية تتغير مع تغير الأفراد والعلاقات (Sprecher, S. & Hendrick, S., 2004, 857). فالناس لا يفصحون عن ذاتهم بطريقه ثابتة، أي أن الناس يفصحون بالقدر الذي يريدونه، في حين أنهم في أوقات أخرى يصبحون محافظين ويشعرون بالخوف من المشاركة بقدر كبير من الإفصاح عن الذات. ويعتمد محتوى الإفصاح عن الذات على السياقات الاجتماعية المختلفة (Chen, C., 2009, pp.7-9).

VI. النظريات التي فسرت الإفصاح عن الذات :

* نظرية المقايضة والنظرية التبادلية Theory Reciprocity-theory Exchange

المبدأ الأساسي لمفهوم التبادلية التي قامت عليها هذه النظرية أن "الإفصاح يولد الإفصاح" أي أن الفرد عندما يفصح إلى آخر؛ فإن الشخص الآخر سوف يشعر أنه لديه ميل أو أنه مدفوع نوعاً ما لتبادل هذا السلوك. كما تعتمد هذه النظرية على النمذجة، حيث يشير جورارد سيدني (Jourard Sidney) بأن الفرد الذي يقوم بالإفصاح عن أفكاره ومشاعره ومشكلاته، يفصح عن تلك الموضوعات للشخص الجدير بالثقة، والذي لديه نية حسنة تجاهه، وأنه أيضاً سوف يبادله عملية الإفصاح بالمثل وبنفس الدرجة تقريباً، وكذلك ينخفض إفصاح الفرد إذا ما وجد مع أفراد من ذوي الإفصاح المنخفض (إسهام أبوبكر عثمان، ٢٠٠٣، ص١٦٩-١٧٠).

حيث تفترض هذه النظرية أن ثبات السلوك الاجتماعي أو تغييره هو أمر مرهون بعملية تفاوضية يجريها الفرد بينه وبين نفسه أولاً، ثم بينه وبين الآخرين ثانياً بحيث يقيم فيها المنافع التي ستعود عليه في مقابل الخسائر، ومن ثم يتخذ القرار (الأميرة سماح فرج، ٢٠١٥، ص١١٥)

* نظرية المساواة Equality Theory

يجب أن يقابل الإفصاح إفصاحاً، من الطرف الآخر حتى تكون العلاقات مساوية لبعضها البعض، فعند الإفصاح عن الذات يتوقع الدعم الاجتماعي من الآخر كما يتوقع إفصاحاً مساوياً من الآخر (Trepte, S., Masur, & Scharkow, M., 2018, p.430)، فالكلمة المنطوقة نتاج يشترك فيه كل من المتحدث والمستمع (كريستينا سيتورات، ٢٠٠٩، ص١٧٧)، فالسمة المميزة للإفصاح هي المعاملة بالمثل، في معظم العلاقات، يكشف كل طرف للطرف الآخر، ويقدمان معلومات عن أنفسهم مع توقع أن يستجيب الآخر بالمثل، فالأفراد لا ينخرطون فقط في الإفصاح، ولكنهم يتوقعون الإفصاح الذي يطابق أفكارهم من حيث الأهمية ودرجة العلاقة الحميمة في المقابل، فالإفصاح

المتبادل يؤدي لنتائج إيجابية بين الأشخاص مثل الإعجاب والتقارب والتشابه الملحوظ والتمتع (Dutton, H., Kelsey, L. & Bullen, 2020, p.2).

* نظرية الاختراق الاجتماعي Social Penetration Theory

الفكرة الأساسية لهذه النظرية أن العلاقات تصبح أكثر حميمية مع مرور الوقت، حيث يكشف الشركاء المزيد والمزيد من المعلومات عن أنفسهم. فعملية بناء العلاقة تتدرج من السطحية للعمق بطريقة منظمة، بمعنى أن تطور العلاقات له نسق محدد، وعلى اختلاف أشكالها إلا أنها كلها تتطور بطريقة محددة نحو الحميمية (حسنا سعد عبدالسميع، ٢٠١٧، ص ٢٧١).

فالأفراد الذين يقابلون الناس بصورة متكررة سيكون لديهم فرص أكبر للتأمل في خبراتهم الإيجابية والسلبية، وتعديل سلوكهم، وتطوير استراتيجيات لتساعدهم في تحقيق أهدافهم، ولتقديم أنفسهم بشكل ملائم (Jennifer, L., Nicole, B. & Rebecca, D., 2006, p.158). على الرغم من تبنى كل نظرية مبدأ أساسي إلا أنها جميعا متقاربة، ولا يمكن الفصل بينهم، لأنهم جميعا يصلوا لنفس الهدف وهو ان الإفصاح يؤدي لإفصاح الاخر عن ذاته.

مقياس الإفصاح عن الذات

- قام الباحثين بإجراء دراسة استطلاعية على عدد من المراهقين ضعاف السمع للتعرف على أهم الجوانب والموضوعات التي يمكن أن يفصحوا عنها.
- وقام الباحثين بإجراء دراسة استطلاعية للتعرف على أهم الأشخاص التي يمكن أن يفصحوا معهم عن هذه الجوانب والموضوعات، وقد كان هناك نسبة كبيرة تفصح لأربع أشخاص هم (الأب- والأم- والأخ/ الأخت- وصديق المفضل)، ثم اختلفوا في الشخص الخامس أن كان الخال أو الخالة أو العم أو العمة أو الجد أو الجدة أو أحد الجيران أو أحد أصدقاء العائلة مما دفع الباحثة لوضع اختيار عام وهو آخرين.
- ثم قاموا بدراسة مسحية لما هو موجود في المراجع والأبحاث العربية والأجنبية، ولم تحصل الباحثة على مقياس للإفصاح عن الذات للمراهقين ضعاف السمع في حدود علم الباحثة، ومن مقاييس الإفصاح عن الذات التي تم التوصل إليها:
 ١. ومقياس جونزاليس (Gonzalez, T (١٩٨٠)، يتكون المقياس من صورتين، صورته عند التواصل مع شخص أصم وصورة عند التواصل مع الشخص الذي يسمع بطريقة طبيعية، موزعة على (٥) أبعاد، وهم: العمق، والدقة، والكمية، والتكافؤ، والقصد والنية.
 ٢. مقياس سيدني جورارد (The Jourard Sixty-Item Self-Disclosure Questionnaire) يتضمن (٦٠) عبارة، ينقسموا لـ (٦) أبعاد هم الإتجاهات والآراء، الأذواق والاهتمامات، العمل/ الدراسة، النواحي المالية، الشخصية، النواحي الجسمية. استخدمه ماكينوش (McIntosh, R.) (١٩٩٥) لمعرفة مدى ارتباطه بالإشباع والرضا

- الزواجي للصم وعاديين. واستخدمته رشا احمد محمد (٢٠٠٨) لمعرفة أثره على خفض الاكتئاب لدى المراهقين.
٣. مقياس الإفشاء عن الذات لجمال محمد الباكر (١٩٩٧)، يتكون من (٣٠) عبارة، أبعاده هي (المشكلات الخاصة، المشكلات النفسية، الطموحات المستقبلية، الإتجاهات السلبية والسلوك السلبي، إفشاء حول سلوك أفراد الأسرة، الإتجاهات الاجتماعية والاقتصادية، الإسرار الخاصة، الآراء والإتجاهات الدينية). يتم تطبيقه بطريقة فردية أو جماعية.
٤. مقياس الإفصاح عن الذات إعداد يونج (٢٠٠٢) Leung، ترجمته حنان أسعد خوج (٢٠١١)، يتكون من (١٩) بنداً، موزعة على (٥) أبعاد وهي (العمق، والدقة، والكمية، والتكافؤ، والقصد والنية)، عدد عباراته (٧، ٤، ٣، ٣، ٢) عبارة على التوالي.
٥. مقياس الإفصاح عن الذات إعداد مانغو (٢٠٠٩) Mango, C.، وإعداد اترر (٢٠١٢) Attrill, A. لقياس الإفصاح عن الذات عبر الانترنت، يتكون من (٦٠) عبارة، مقسمة إلى (٥) أبعاد: الأمور الشخصية، الاهتمامات، مشاعر حميمة، معتقدات، العلاقات.
٦. مقياس الإفصاح عن الذات، إعداد إسهم أبو بكر عثمان (٢٠١٣)، يتكون من (٥٠) عبارة، أبعاده (التعبير، المواقف والآراء، العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، الشخصية).
٧. مقياس الإفصاح عن الذات العاطفي (ESDS) إعداد سنيل وميلر وبيلك (٢٠١٣) Snell, W., Miller, R., & Belk, S.، يتناول أنواع العواطف للناس، يتضمن (٤٠) عبارة مقسمة لـ (٨) أبعاد (الاكتئاب العاطفي، السعادة العاطفية، الغيرة العاطفية، القلق العاطفي، الغضب العاطفي، الهدوء العاطفي، اللامبالاة العاطفية، الخوف من العاطفة).
٨. مقياس كشف الذات لدى طلبة الجامعة إعداد عدنان محمود عباس (٢٠١٥)، يتضمن المقياس من (٤٤) فقره. يتم الاستجابة على (أحدث عنه دائماً، أحدث عنه غالباً، أحدث عنه أحياناً، أحدث عنه نادراً، لا أحدث عنه أبداً)، تتراوح الاستجابة من (١-٥) درجة على التوالي لجميع الفقرات، وتكون الدرجة القصوى للمقياس (٢٢٠) درجة والدرجة الدنيا للمقياس (٤٤) درجة وبمتوسط فرضي (١٣٢) درجة.
- كما تم الاطلاع على بعض الأطر النظرية والأبحاث العلمية العربية والأجنبية المتعلقة بموضوع الإفصاح عن الذات لتحديد أهم الأبعاد التي يمكن إضافتها وتلائم مع عينة الدراسة.
 - في ضوء تحليل الأبعاد المستخدمة في مقاييس الإفصاح عن الذات في الدراسات السابقة تم تحديد ستة أبعاد وهي :
- (١) الإفصاح عن الإتجاهات (Attitudes): هي مجموعته من استجابات القبول أو الرفض نحو أشخاص أو أفكار أو موضوعات كالعلاقة بين الرجل والمرأة والأسرة والدين والسياسة والفن والإدمان.

(٢) الإفصاح عن الاهتمامات (Interests): هي ما يفضله الفرد من أشخاص أو مواقف أو أشياء، كالأماكن والهوايات والأفلام والأطعمة والمشروبات والملابس والموسيقى والهدايا الذي يميل لها الفرد.

(٣) الإفصاح عن الأمور الدراسية (Studies): هي إتجاهات ومشاعر الفرد نحو الأمور التي ترتبط بالدراسة كالمواد والمقررات، ونقاط قوته وضعفه، ورأيه في زملائه وأساتذته ومدرسته، ومدى تقديرهم وتقبلهم له.

(٤) الإفصاح عن الأمور الشخصية (Personality): هو إدراك الفرد لمظاهر القوة والضعف في شخصيته، والأفكار والأسرار الخاصة، والأمور التي يخجل منها، والتي تجرح مشاعره، ومدى إعجاب الآخرين به، والمشاعر التي يصعب التعبير عنها، ومشاعر السعادة والفرح، أو الخوف والقلق.

(٥) الإفصاح عن المظهر البدني (Body): هو إدراك الفرد لجسمه، وما يصاحبه من مشاعر سلبية وإيجابية لمظهره العام، وأجزاء جسمه، وملامح وجهه، ومهاراته وقدراته، ولياقته البدنية، ومشكلاته الصحية، وتاريخه المرضي، وطرق علاجه، وقلقه على صحته في المستقبل.

(٦) الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية (Social relations): هو السلوك المتبادل بين الفرد وغيره من الأفراد في المواقف والمناسبات المختلفة، والذي يعبر عن مدى امتلاك الفرد للمهارات الاجتماعية والتواصلية التي تتيح له حرية التواصل مع الآخرين والاندماج معهم.

- حيث تتضمن المقياس في صورته الأولية (٦٠) عبارة.
- قاموا الباحثين بصياغة أولية لعبارات كل بُعد، وعرضها على (٢٣) محكم من أساتذة علم النفس والصحة النفسية للحكم على مدى صلاحية هذه العبارات، ومدى ملائمتها لأبعاد.
- وبعد التحكيم تم حساب نسبة الاتفاق لكل عبارة من عبارات المقياس، وتم الإبقاء على العبارات التي حصلت على نسبة اتفاق بين المحكمين (٨٠ %) فأكثر.
- تم حذف عبارة: (وجهة نظري حول بقية الأديان، والشكل والأسلوب الذي أتمنى أن يكون عليه علاقتي بأسرتي) من البعد الأول، (أرائي حول الروايات والقصص المفضلة لي، ونوعيه الأثاث التي أفضلها في المنزل) من البعد الثاني، (التحدث عن علاقتي الخاصة بدون تردد) من البعد الرابع (أعبر عن نوعية الحفلات والمناسبات الاجتماعية التي أفضل حضورها) من البعد السادس.
- تم عرض عبارات مقياس الإفصاح عن الذات قبل وبعد عرضها على المحكمين، كي يتضح ذلك في جدول رقم (١) كالاتي:

جدول (١): عبارات مقياس الإفصاح عن الذات قبل وبعد التعديل بعد عرضها على المحكمين

العبارة قبل التعديل	العبارة بعد التعديل	البعد
- أوضح المعايير الخاصة حول جمال وجاذبيه الرجل والمرأة	- أوضح ما يعجبني ويجذبني تجاه الجنس الآخر.	البعد الأول الإفصاح عن : الاتجاهات
- أعبر عن المواد التي أجد أنها تضغط عليه وتجهديني. - أوضح المواد التي أراها مملة وغير ممتعه في دراستي.	- أعبر عن المواد غير الممتعة في دراستي - أوضح نقاط القوة والضعف في دراستي.	البعد الثالث الإفصاح عن : الأمور الدراسية
- أتكلم عن شعوري حول ما إذا كنت جذاب في عيون الآخرين.	- أتكلم عن شعوري حول إعجاب الآخرين بي.	البعد الرابع الإفصاح عن : الأمور الشخصية
- أتحدث عن القصور في حواسي. - أتحدث عن ما أحبه ولا أحبه في وجهي كالأنف والعين والشعر والأسنان	- أتحدث عن القصور في مهاراتي وقدراتي. - أتحدث عن نظرتي لملامح وجهي.	البعد الخامس الإفصاح عن: المظهر البدني
- أوضح المعاناة النفسية بسبب إفشاء بعض الإسرار الخاصة للآخرين.	- أوضح المشكلات التي تواجهني من اقرب الناس.	البعد السادس الإفصاح عن: العلاقات الاجتماعية

- وقد بلغ عدد العبارات بعد الحذف والتعديل (٥٤) عبارة موزعة على ستة أبعاد، بحيث يمثل كل بعد تسع عبارات. تم استخدام طريقة التدوير عند توزيع العبارات على الأبعاد.
- والأبعاد وعبارات كل بُعد هي:
- ♦ البعد الأول (الإفصاح عن: الاتجاهات)، ويحتوي على العبارات الآتية: (١، ٧، ١٣، ١٩، ٢٥، ٣١، ٣٧، ٤٣، ٤٩).
- ♦ البعد الثاني (الإفصاح عن: الاهتمامات)، ويحتوي على العبارات الآتية: (٢، ٨، ١٤، ٢٠، ٢٦، ٣٢، ٣٨، ٤٤، ٥٠).
- ♦ البعد الثالث (الإفصاح عن: الجوانب الدراسية)، ويحتوي على العبارات الآتية: (٣، ٩، ١٥، ٢١، ٢٧، ٣٣، ٣٩، ٤٥، ٥١).
- ♦ البعد الرابع (الإفصاح عن: الأمور الشخصية)، ويحتوي على العبارات الآتية: (٤، ١٠، ١٦، ٢٢، ٢٨، ٣٤، ٤٠، ٤٦، ٥٢).
- ♦ البعد الخامس (الإفصاح عن: المظهر البدني)، ويحتوي على العبارات الآتية: (٥، ١١، ١٧، ٢٣، ٢٩، ٣٥، ٤١، ٤٧، ٥٣).
- ♦ البعد السادس (الإفصاح عن: العلاقات الاجتماعية)، ويحتوي على العبارات الآتية: (٦، ١٢، ١٨، ٢٤، ٣٠، ٣٦، ٤٢، ٤٨، ٥٤).

■ مفتاح التصحيح: بوضع علامة تحت (نعم) و(لا) في كل من الأب، الأم، أخ/ أخت، صديق، آخرين.

- إن وضع علامة تحت (نعم) يحصل على درجة (١).
- إن وضع علامة تحت (لا) يحصل على درجة (٠).

الخصائص السيكومترية للمقياس:

الثبات:

تم تطبيق المقياس على العينة المبدئية، المكونة من (٦٠) مرافقاً ضعيف السمع، تم حساب الثبات كما يلي:

(١) الاتساق الداخلي:

تم حساب معاملات الارتباط بين درجات المفردات ودرجات الأبعاد التي تنتمي لها، والنتائج موضحة علي النحو التالي:

جدول (٢) معاملات الارتباط بين درجات مفردات المقياس الإفصاح عن الذات (ن = ٦٠ مرافق) لبعدي الإفصاح عن الاتجاهات والإفصاح عن الاهتمامات

البعدي الثاني : الإفصاح عن الاهتمامات						البعدي الأول : الإفصاح عن الاتجاهات					
رقم	للأب	للأم	للأخ/ للأخت	لصديق مقرب	للآخرين	رقم	للأب	للأم	للأخ/ للأخت	لصديق مقرب	للآخرين
معامل الارتباط						معامل الارتباط					
٢	**٠,٤٩٨	**٠,٣٣٦	**٠,٣٧٥	**٠,٥٣٤	*٠,٢٥٠	١	**٠,٤٠٧	٠,١٦٧	**٠,٢٥١	*٠,٢٥٠	٠,٠٨٥ -
٨	**٠,٥٣٤	٠,١٢٤	**٠,٣٥٧	**٠,٤٩٥	*٠,٢٥٣	٧	**٠,٥٦٣	**٠,٤٢٩	٠,١٤٧	*٠,٢٥١	*٠,٢٥٠
١٤	*٠,٢٧٨	**٠,٣٨٧	**٠,٤٩٢	**٠,٦٤٢	**٠,٣٦٣	١٣	*٠,٢٦٨	**٠,٤٦٠	٠,١٩٩	**٠,٣٥٧	٠,١٣٧ -
٢٠	**٠,٤٦١	**٠,٤١٨	**٠,٤٨٣	**٠,٤٠٧	**٠,٤٥٣	١٩	**٠,٣٧١	٠,١٨٢	*٠,٣٣٢	*٠,٣٢٣	٠,١٥٣ -
٢٦	**٠,٥٧٩	**٠,٤٨٢	**٠,٣٧٨	**٠,٥٤٨	**٠,٤٦٧	٢٥	**٠,٥٩٩	**٠,٥٨١	**٠,٣٨٦	**٠,٤٧٨	*٠,٢٥٠
٣٢	**٠,٣٨٥	**٠,٣٦٣	*٠,٣٣٦	**٠,٤٩٨	**٠,٤٧٠	٣١	٠,٢١٥	**٠,٣٣٦	*٠,٣٣٢	*٠,٢٥٢	**٠,٣٩٢
٣٨	**٠,٣٧٨	**٠,٣٧٩	*٠,٥٤٦	٠,٢١٧	*٠,٤١٢	٣٧	**٠,٤٨٦	*٠,٢٨٢	*٠,٢٥١	*٠,٣٠٣	*٠,٢٥١
٤٤	**٠,٤٥٠	**٠,٥١١	*٠,٤٩٨	٠,٢٣٤	**٠,٤١٥	٤٣	**٠,٤٧٥	*٠,٢٩٧	*٠,٢٥٠	*٠,٢٩٠	**٠,٤٥٢
٥٠	**٠,٤٧١	**٠,٣٥٧	*٠,٢٨١	**٠,٣٨١	*٠,٣٢٥	٤٩	**٠,٤٥٠	**٠,٥٢٥	*٠,٢٧٠	*٠,٢٨٢	*٠,٢٨٢

* * دال عند مستوى ٠.٠١

* دال عند مستوى ٠.٠٥

يتضح من الجدول رقم (٢) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، عدا (٥) مفردات من بُعد الإفصاح عن الاتجاهات، كانت معاملات ارتباط درجات كل منها بدرجة البعد الذي تنتمي له غير دالة إحصائياً، وهي المفردات رقم : (٣١) من صورة الأب، ورقم (١)، (١٩) من صورة الأم، ورقم (٧)، (١٣) من صورة الأخ/الأخت، ورقم (١)، (١٣)، (١٩) من صورة الآخرين، وهذا يعني ثبات جميع المفردات عدا الخمس مفردات، فهي غير ثابتة، ويتم حذفها.

كما يتضح من الجدول رقم (٢) أن جميع معاملات الارتباط من بُعد الإفصاح عن الاهتمامات دالة إحصائياً، عدا (٣) مفردات كانت معاملات ارتباط درجات كل منها بدرجة البُعد الذي تنتمي له غير دالة إحصائياً، وهي المفردات هي : رقم (٨) من صورة الأم، ورقم (٣٨)، (٤٤) من صورة الصديق المقرب، وهذا يعني ثبات جميع المفردات عدا ثلاث مفردات، فهم غير ثابتين، ويتم حذفها.

جدول (٣) يوضح معاملات الارتباط بين درجات مفردات الإفصاح عن الذات (ن=٦٠ مراهق) لبعد الإفصاح عن الأمور الدراسية والإفصاح عن الأمور الشخصية

البعد الرابع : الإفصاح عن الأمور الشخصية						البعد الثالث : الإفصاح عن الأمور الدراسية					
رقم	للأب	للأم	للاخت/للاخ	لصديق مقرب	للآخرين	رقم	للأب	للأم	للاخت/للاخ	لصديق مقرب	للآخرين
معامل الارتباط						معامل الارتباط					
٤	*،٢٩٧	**،٣٦٦	**،٣٣٢	،١٩٠	*،٢٥٢	٣	،٤٥٨ **	**،٤٧٩	**،٤٣٠	*،٢٦٠	،١٥٢
١٠	*،٣١٢	**،٥١٥	*،٢٥٣	**،٣٨٨	**،٥٠٦	٩	،٣٩٦ **	*،٣١٣	**،٤٩٠	**،٥٠٨	،٠٦
١٦	**،٤٨٧	**،٥٨١	**،٣٧١	*،٢٥٠	،١٨٧	١٥	،٤٤٣ *	**،٥٢٨	**،٣٨٩	،١٥٦-	،١٥٢-
٢٢	**،٦٣١	**،٤٠٦	**،٤٠٩	،١٥٣	،١٤٨	٢١	،٣٢٥ *	**،٤٤٣	**،٥٢٤	**،٤٣٩	*،٢٥٠
٢٨	**،٥٣٢	**،٥١٥	*،٢٥٨	*،٣٢٤	*،٢٥٤	٢٧	،٥٩١ **	**،٤٩٤	**،٤٦٧	**،٤٤٨	*،٢٥١
٣٤	*،٣١٩	**،٥٦٣	*،٢٦٤	*،٢٥٣	*،٢٧٨	٣٣	،٤٠٥ **	*،٢٦٨	**،٤٩٩	*،٤٦٩	**،٤٦٣
٤٠	*،٣١٩	**،٥٣٦	*،٢٥١	*،٣١	*،٢٥٣	٣٩	،٤١٨ **	**،٣٦٦	**،٣٧٠	*،٣١١	،١٢١
٤٦	،٢٠٤	،٠٧٧	*،٣٠٦	*،٣٠٠	**،٣٤٩	٤٥	،٤١٤ **	**،٤٣٠	**،٣٩٥	**،٥٧١	*،٢٨٩
٥٢	**،٤٧٢	**،٥٨٣	**،٤٠٠	**،٣٧٠	**،٤٩٢	٥١	،٢٩٩ *	**،٣٨٣	**،٣٩٨	**،٣٦٨	*،٢٥١

** دال عند مستوى ٠،٠١

* دال عند مستوى ٠،٠٥

يتضح من الجدول رقم (٣) أن جميع معاملات الارتباط من بُعد الإفصاح عن الأمور الدراسية دالة إحصائياً، عدا (٤) مفردات كانت معاملات ارتباط درجات كل منها بدرجة البُعد الذي تنتمي له غير دالة إحصائياً، وهي المفردات رقم : هي رقم (١٥) من صورة صديق مقرب، ورقم (٣)، (٩)، (١٥)، (٣٩) من صورة الآخرين، وهذا يعني ثبات جميع المفردات عدا أربع مفردات، فهم غير ثابتين، ويتم حذفها.

يتضح من الجدول أن جميع معاملات الارتباط من بُعد الإفصاح عن الأمور الشخصية دالة إحصائياً، عدا (٤) مفردات كانت معاملات ارتباط درجات كل منها بدرجة

البُعد الذي تنتمي له (محدوفاً منها درجة المفردة) غير دالة إحصائياً، وهي المفردات رقم : هي رقم (٤٦) من صورة الأب، ورقم (٤)، (٢٢) من صورة صديق مقرب، ورقم (١٦)، (٢٢) من صورة الآخرين، وهذا يعني ثبات جميع المفردات عدا أربع مفردات، فهم غير ثابتين، ويتم حذفها.

جدول (٤) يوضح معاملات الارتباط بين درجات مفردات مقياس الإفصاح عن الذات (ن) = ٦٠ (مراهق) لبُعدي الإفصاح عن المظهر البدني والإفصاح عن العلاقات الاجتماعية

البعد السادس : الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية						البعد الخامس : الإفصاح عن المظهر البدني					
رقم	للأب	للأم	للأخ/ للأخت	لصديق مقرب	للآخرين	رقم	للأب	للأم	للأخ/ للأخت	لصديق مقرب	للآخرين
معامل الارتباط						معامل الارتباط					
٦	٠,٤٢ **٦	٠,٣٣ **٧	٠,٣٦ **٣	٠,٤٨ **١	٠,٣٦ **٦	٥	٠,٤١ **٤	٠,٥٦ **٠	٠,٣٥ **٨	٠,٤٤ **٤	٠,٤٠ **٤
١٢	٠,٥٨ **٨	٠,٤٤ **٢	٠,٣٨ **٠	٠,٢٥ **٦	٠,٤٥ **٧	١١	٠,٣٢ **٣	٠,٥٢ **٩	٠,١٨ ٩	٠,٣٩ **٨	٠,٣٤ **٠
١٨	٠,٥٨ **٥	٠,٥٤ **٢	٠,٤٠ **٦	٠,٣٩ **٨	٠,١٥ ٤	١٧	٠,٥٢ **٤	٠,٦٦ **١	٠,٣٩ **٨	٠,٥٣ **٩	٠,٤٤ **٦
٢٤	٠,٤١ **٧	٠,٤٥ **٥	٠,٣٥ **٩	٠,٤٧ **١	٠,٥٨ **٣	٢٣	٠,٤١ **١	٠,٣٨ **٠	٠,٣٩ **٨	٠,٥٢ **٥	٠,٢٥ **٣
٣٠	٠,٤٥ **٦	٠,٢٨ *٨	٠,٣٦ **٠	٠,٥٣ **٥	٠,٣٦ **٢	٢٩	٠,٤٩ **٦	٠,٥٨ **٦	٠,٥٦ **٩	٠,٤٧ **٥	٠,١٧ ٧
٣٦	٠,٥٦ **٧	٠,٥٠ **٢	٠,٣٨ **٠	٠,٤٤ **٦	٠,٣٥ **٦	٣٥	٠,٤٥ **٥	٠,٤٨ **٩	٠,٢٥ **٢	٠,٤٣ **٢	٠,٢٥ **٠
٤٢	٠,٤٨ **٧	٠,٣٢ *٥	٠,٢١ ٣	٠,٢١ ٩	٠,١٨ ٨	٤١	٠,٤٤ **٧	٠,٤٧ **٣	٠,٥٠ **٩	٠,٣٨ **٣	٠,٣٧ **٥
٤٨	٠,١٤ .	٠,٤٠ **٢	٠,٣٤ **٣	٠,٤٨ **١	٠,٢٥ *٠	٤٧	٠,٤٢ **٨	٠,٤٣ **١	٠,٤٤ **٠	٠,٣٥ **٤	٠,٢٩ *٤
٥٤	٠,٥٠ **٣	٠,٤٣ **٤	٠,٣٦ **٥	٠,٣٥ **٠	٠,٢٥ *١	٥٣	٠,٥٣ **٦	٠,٥٤ **٤	٠,٤١ **٩	٠,٣٩ **٦	٠,٤٣ **٤

* دال عند مستوى ٠,٠١

* دال عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول رقم (٤) أن جميع معاملات الارتباط من بُعد الإفصاح عن المظهر البدني دالة إحصائياً، عدا (٢) مفردات كانت معاملات ارتباط درجات كل منها بدرجة البُعد الذي تنتمي له غير دالة إحصائياً، وهي المفردات رقم : هي رقم (١١) من صورة الأخ/الأخت، ورقم (٢٩) من صورة الآخرين، وهذا يعني ثبات جميع المفردات عدا مفردتين، فهما غير ثابتين، ويتم حذفها.

يتضح من الجدول أن جميع معاملات الارتباط من بُعد الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية دالة إحصائياً، عدا (٣) مفردات كانت معاملات ارتباط درجات كل منها بدرجة

البُعد الذي تنتمي له غير دالة إحصائياً، وهي المفردات رقم: هي رقم (٤٨) من صورة الأب، ورقم (٤٢) من صورة الأخ/ الأخت وصورة الصديق المقرب، ورقم (١٨)، (٤٢) من صورة الآخرين، وهذا يعني ثبات جميع المفردات عدا ثلاث مفردات، فهم غير ثابتين، ويتم حذفها.

(٢) معامل ألفا كرونباخ:

تم حساب معامل ألفا كرونباخ لكل بُعد وجميع مفرداته، ثم حُسبت معاملات ألفا كرونباخ لكل بُعد من الدرجة الكلية للبُعد، والنتائج موضحة كما يلي:

جدول (٥) يوضح معاملات ألفا كرونباخ (مع حذف درجة المفردة) لمقياس الإفصاح عن الذات (ن=٦٠ مراهق) لبُعدي الإفصاح عن الإتجاهات والإفصاح عن الاهتمامات

البُعد الثاني: الإفصاح عن الاهتمامات					البُعد الأول: الإفصاح عن الإتجاهات				
للآخرين	لصديق مقرب	للأخ/الأخت	للأم	للأب	للآخرين	لصديق مقرب	للأخ/الأخت	للأم	للأب
معامل ألفا مع حذف درجة المفردة					معامل ألفا مع حذف درجة المفردة				
معامل ألفا للبُعد = ٠,٧٠٣	معامل ألفا للبُعد = ٠,٧٥٦	معامل ألفا للبُعد = ٠,٧٤٠	معامل ألفا للبُعد = ٠,٦٩٧	معامل ألفا للبُعد = ٠,٧٧٦	معامل ألفا للبُعد = ٠,٤٤٢	معامل ألفا للبُعد = ٠,٦١٣	معامل ألفا للبُعد = ٠,٥٧٠	معامل ألفا للبُعد = ٠,٦٨٦	معامل ألفا للبُعد = ٠,٧٤٨
٠,٧٠٣	٠,٧١٨	٠,٧٢٣	٠,٦٨٧	٠,٧٤٩	٠,٤٩٤	٠,٦٠٦	٠,٥٥٤	٠,٦٩٧	٠,٧٢٩
٠,٧٠٢	٠,٧٢٤	٠,٧٢٦	٠,٧١٩	٠,٧٤٣	٠,٤٠٣	٠,٦٠١	٠,٥٧٤	٠,٦٤٦	٠,٧٠٢
٠,٦٨٠	٠,٦٩٩	٠,٧٠٣	٠,٦٦٨	٠,٧٨٠	٠,٥٦٣	٠,٥٦٨	٠,٥٥٩	٠,٦٣٩	٠,٧٤٧
٠,٦٦٢	٠,٧٣٨	٠,٧٠٥	٠,٦٦٣	٠,٧٥٤	٠,٥٠٤	٠,٥٧٧	٠,٥٢١	٠,٦٩٤	٠,٧٣٤
٠,٦٥٩	٠,٧١٦	٠,٧٢٣	٠,٦٤٩	٠,٧٣٨	٠,٤٣١	٠,٥٣٥	٠,٥٠٤	٠,٦١٢	٠,٦٩٦
٠,٦٥٩	٠,٧٢٥	٠,٧٢٩	٠,٦٧٣	٠,٧٦٥	٠,٤٢٢	٠,٦٠٨	٠,٥٢١	٠,٦٦٥	٠,٧٦٠
٠,٦٧٢	٠,٧٦٦	٠,٦٩٣	٠,٦٧٠	٠,٧٦٦	٠,٣٢٩	٠,٥٨٢	٠,٥٤٤	٠,٦٧٥	٠,٧١٥
٠,٦٧٠	٠,٧٦٦	٠,٧٠٢	٠,٦٤١	٠,٧٤٠	٠,٤٢٠	٠,٥٨٦	٠,٥٤٥	٠,٦٧٣	٠,٧١٧
٠,٦٨٧	٠,٧٤٣	٠,٧٤٠	٠,٦٧٤	٠,٧٥٣	٠,٢٧٤	٠,٥٨٨	٠,٥٣٩	٠,٦٢٤	٠,٧٢١

يتضح من الجدول رقم (٥) أن جميع معاملات ألفا من بُعد الإفصاح عن الإتجاهات (مع حذف درجة المفردة) أقل من أو تساوي معامل ألفا للبُعد الذي تنتمي له المفردة، عدا (٦) مفردات، كانت معاملات ألفا للبُعد (مع حذف درجة كل منها) أكبر من معامل ألفا للبُعد، وهذه المفردات هي رقم (٣١) من صورة الأب، ورقم (١) من صورة الأم، ورقم (٧) من صورة الأخ/الأخت، ورقم (١)، (١٣)، (١٩) من صورة الآخرين، وهذا يعني ثبات جميع المفردات عدا ست مفردات، فهم غير ثابتين، ويتم حذفها.

كذلك يتضح من الجدول رقم (٥) أن جميع معاملات ألفا من بُعد الإفصاح عن الاهتمامات (مع حذف درجة المفردة) أقل من أو تساوي معامل ألفا للبُعد الذي تنتمي له المفردة، عدا (٤) مفردات، كانت معاملات ألفا للبُعد (مع حذف درجة كل منها) أكبر من معامل ألفا للبُعد، وهذه المفردات هي رقم (١٤) من صورة الأب، ورقم (٨) من صورة الأم،

ورقم (٣٨)، (٤٤) من صورة الصديق المقرب، وهذا يعني ثبات جميع المفردات عدا أربع مفردات، فهم غير ثابتين، ويتم حذفها.

جدول (٦) يوضح معاملات ألفا كرونباخ (مع حذف درجة المفردة) لمقياس الإفصاح عن الذات (ن=٦٠ مراهق) لبعدي الإفصاح عن الأمور الدراسية والإفصاح عن الأمور الشخصية

البعيد الرابع: الإفصاح عن الأمور الشخصية					البعيد الثالث: الإفصاح عن الأمور الدراسية				
للآخرين	لصديق مقرب	للاخ/للأخت	للأم	للأب	للآخرين	لصديق مقرب	للاخ/للأخت	للأم	للأب
معامل ألفا مع حذف درجة المفردة					معامل ألفا مع حذف درجة المفردة				
معامل ألفا للبعيد =	معامل ألفا للبعيد =	معامل ألفا للبعيد =	معامل ألفا للبعيد =	معامل ألفا للبعيد =	معامل ألفا للبعيد =	معامل ألفا للبعيد =	معامل ألفا للبعيد =	معامل ألفا للبعيد =	معامل ألفا للبعيد =
٠,٦٠٩	٠,٥٨١	٠,٦٣٧	٠,٧٨١	٠,٧٢٦	٠,٤٦٤	٠,٦٧٣	٠,٧٦١	٠,٧٣٤	٠,٧٤٠
٠,٦٠٤	٠,٥٧٥	٠,٦٠٨	٠,٧٧٢	٠,٧٢٢	٠,٤٥٥	٠,٦٦٤	٠,٧٤٠	٠,٦٩٧	٠,٧١٠
٠,٥٢٩	٠,٥٧٨	٠,٦٢٣	٠,٧٥٣	٠,٧١٧	٠,٥٠٨	٠,٦١٠	٠,٧٣١	٠,٧٢٦	٠,٧٢٠
٠,٦٠٣	٠,٥٧٠	٠,٥٩٢	٠,٧٤٣	٠,٦٨٦	٠,٤٥٠	٠,٧٤٥	٠,٧٤٧	٠,٦٨٩	٠,٧١٢
٠,٦١٠	٠,٥٨٣	٠,٥٨٥	٠,٧٦٩	٠,٦٥٩	٠,٤٢٨	٠,٦٢٦	٠,٧٢٥	٠,٧٠٤	٠,٧٣٣
٠,٥٩٢	٠,٥٣٦	٠,٦٢٣	٠,٧٥٣	٠,٦٧٩	٠,٤٢١	٠,٦٢٥	٠,٧٣٥	٠,٦٩٨	٠,٦٨٧
٠,٥٨٥	٠,٥٦١	٠,٦٢٢	٠,٧٤٦	٠,٧٠٣	٠,٣١٤	٠,٦٢٠	٠,٧٣٠	٠,٧٣٥	٠,٧١٩
٠,٥٩٣	٠,٥٤٠	٠,٦٢٥	٠,٧٥٠	٠,٧١٥	٠,٤٦١	٠,٦٥٤	٠,٧٥٠	٠,٧١٧	٠,٧١٧
٠,٥٦٩	٠,٥٥٣	٠,٦١٢	٠,٨٠٤	٠,٧٣٧	٠,٤٠٩	٠,٥٩٨	٠,٧٤٦	٠,٧٠٦	٠,٧١٧
٠,٥٢٣	٠,٥٢٣	٠,٥٨٧	٠,٧٤٣	٠,٦٨٨	٠,٤٤٠	٠,٦٤٢	٠,٧٤٥	٠,٧١٥	٠,٧٣٥

يتضح من الجدول رقم (٦) أن جميع معاملات ألفا من بُعد الإفصاح عن الأمور الدراسية (مع حذف درجة المفردة) أقل من أو تساوي معامل ألفا للبعيد الذي تنتمي له المفردة، عدا (٣) مفردات، كانت معاملات ألفا للبعيد (مع حذف درجة كل منها) أكبر من معامل ألفا للبعيد، وهذه المفردات هي رقم (٣٣) من صورة الأم، ورقم (١٥) من صورة صديق مقرب، ورقم (٩) من صورة الآخرين، وهذا يعني ثبات جميع المفردات عدا ثلاث مفردات، فهم غير ثابتين، ويتم حذفها.

كذلك يتضح من الجدول رقم (٦) أن جميع معاملات ألفا من بُعد الإفصاح عن الأمور الشخصية (مع حذف درجة المفردة) أقل من أو تساوي معامل ألفا للبعيد الذي تنتمي له المفردة، عدا (٢) مفردات، كانت معاملات ألفا للبعيد (مع حذف درجة كل منها) أكبر من معامل ألفا للبعيد، وهذه المفردات هي رقم (٤٦) من صورة الأب والأم، ورقم (٢٢) من صورة الآخرين، وهذا يعني ثبات جميع المفردات عدا المفردتين، فهم غير ثابتين، ويتم حذفها.

جدول (٧) يوضح معاملات ألفا كرونباخ (مع حذف درجة المفردة) لمقياس الإفصاح عن الذات (ن = ٦٠ مراهق) لبعدي الإفصاح عن المظهر البدني والإفصاح عن العلاقات الاجتماعية

البعد السادس : الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية						البعد الخامس : الإفصاح عن المظهر البدني					
للآخرين	لصديق مقرب	للاخ/لاخت	للأم	للأب	رقم	للآخرين	لصديق مقرب	للاخ/لاخت	للأم	للأب	رقم
معامل ألفا مع حذف درجة المفردة						معامل ألفا مع حذف درجة المفردة					
معامل ألفا للبعد =	معامل ألفا للبعد =	معامل ألفا للبعد =	معامل ألفا للبعد =	معامل ألفا للبعد =	رقم	معامل ألفا للبعد =	معامل ألفا للبعد =	معامل ألفا للبعد =	معامل ألفا للبعد =	معامل ألفا للبعد =	رقم
٠,٦٢٢	٠,٧٢٨	٠,٦٨٩	٠,٧٧٦	٠,٧٨٧		٠,٦٣٥	٠,٧٦٠	٠,٧١٥	٠,٨١٨	٠,٧٦٧	
٠,٥٧٩	٠,٦٩٠	٠,٦٦٣	٠,٧٢٨	٠,٧٦٢	٦	٠,٥٨٣	٠,٧٣٦	٠,٦٩٦	٠,٧٩٥	٠,٧٥١	٥
٠,٥٥٢	٠,٧٢٩	٠,٦٦٠	٠,٧١٠	٠,٧٣٨	١٢	٠,٦١١	٠,٧٤٣	٠,٧٢٥	٠,٧٩٨	٠,٧٦٣	١١
٠,٦٢٧	٠,٧٠٥	٠,٦٥٤	٠,٦٩٣	٠,٧٣٩	١٨	٠,٥٩٥	٠,٧٢١	٠,٦٨٨	٠,٧٨٢	٠,٧٣٤	١٧
٠,٥٥٩	٠,٦٩٢	٠,٦٦٤	٠,٧٠٨	٠,٧٦٣	٢٤	٠,٦٢١	٠,٧٢٤	٠,٦٨٨	٠,٨١٥	٠,٧٥١	٢٣
٠,٥٧٨	٠,٦٨١	٠,٦٦٤	٠,٧٣٥	٠,٧٥٨	٣٠	٠,٦٣٦	٠,٧٣٢	٠,٦٥٥	٠,٧٩١	٠,٧٣٩	٢٩
٠,٥٨٢	٠,٦٩٦	٠,٦٣٩	٠,٧٠٠	٠,٧٤١	٣٦	٠,٦٣٢	٠,٧٣٨	٠,٧١٥	٠,٨٠٣	٠,٧٤٥	٣٥
٠,٦٢٦	٠,٧٣٦	٠,٦٩٣	٠,٧٣٠	٠,٧٥٣	٤٢	٠,٥٩٣	٠,٧٤٦	٠,٦٦٧	٠,٨٠٥	٠,٧٤٦	٤١
٠,٦١٩	٠,٦٩٠	٠,٦٦٧	٠,٧١٧	٠,٨٠٠	٤٨	٠,٦١٣	٠,٧٥١	٠,٦٨١	٠,٨١٠	٠,٧٤٩	٤٧
٠,٦١٥	٠,٧١٣	٠,٦٦٣	٠,٧١٢	٠,٧٥١	٥٤	٠,٥٧٨	٠,٧٤٤	٠,٦٨٤	٠,٧٩٦	٠,٧٣٣	٥٣

يتضح من الجدول رقم (٧) أن جميع معاملات ألفا من بُعد الإفصاح عن المظهر البدني (مع حذف درجة المفردة) أقل من أو تساوي معامل ألفا للبعد الذي تنتمي له المفردة، عدا (٢) مفردات، كانت معاملات ألفا للبعد (مع حذف درجة كل منها) أكبر من معامل ألفا للبعد، وهذه المفردات هي رقم (١١) من صورة الأخ/الأخت، ورقم (٢٩) من صورة الآخرين، وهذا يعني ثبات جميع المفردات عدا المفردتين، فهم غير ثابتتين، ويتم حذفها.

كذلك يتضح من الجدول رقم (٧) أن جميع معاملات ألفا من بُعد الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية (مع حذف درجة المفردة) أقل من أو تساوي معامل ألفا للبعد الذي تنتمي له المفردة، عدا (٤) مفردات، كانت معاملات ألفا للبعد (مع حذف درجة كل منها) أكبر من معامل ألفا للبعد، وهذه المفردات هي رقم (٤٨) من صورة الأب، ورقم (١٢) من صورة الصديق المقرب، ورقم (١٨)، (٤٢) من صورة الآخرين، وهذا يعني ثبات جميع المفردات عدا أربع مفردات، فهم غير ثابتتين، ويتم حذفها.

(٣) ثبات الأبعاد:

تم حساب معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية للمقياس، والنتائج كما يلي:

جدول (٨) معاملات الارتباط بين درجات الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الإفصاح عن الذات (ن = ٦٠ مراهق)

معامل الارتباط مع الدرجة الكلية للمقياس	أبعاد مقياس الإفصاح عن الذات
**٠,٦٨٥	الإفصاح عن الإتجاهات
**٠,٧٧٠	الإفصاح عن الاهتمامات
**٠,٧٤٤	الإفصاح عن الأمور الدراسية
**٠,٨٠٤	الإفصاح عن الأمور الشخصية
**٠,٨٠٨	الإفصاح عن المظهر البدني
**٠,٧٨٩	الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية

* دال عند مستوى ٠.٠٥ ، ** دال عند مستوى ٠.٠١
يتضح من الجدول رقم (٨)، أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، مما يدل على ثبات جميع الأبعاد، وثبات المقياس ككل.
(٤) الثبات بالتجزئة النصفية:
تم حساب ثبات الأبعاد والثبات الكلي للمقياس بالتجزئة النصفية، وكانت نتائج معاملات الثبات كما يلي:

جدول (٩): يوضح معاملات الثبات لمقياس الإفصاح عن الذات (ن = ٦٠ مراهق)

مقياس الإفصاح عن الذات	الثبات بمعادلة سبيرمان/ براون	الثبات بمعادلة جتمان
الإفصاح عن الإتجاهات	٠,٤٧٧	٠,٤٧٥
الإفصاح عن الاهتمامات	٠,٨١٦	٠,٧٧٨
الإفصاح عن الأمور الدراسية	٠,٤٦٦	٠,٤٢٥
الإفصاح عن الأمور الشخصية	٠,٤٥٤	٠,٤٥٢
الككل عن المظهر البدني	٠,٦٦٢	٠,٦٩٥
الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية	٠,٦٥٩	٠,٦٤٦
الدرجة الكلية للإفصاح عن الذات	٠,٨٠١	٠,٧٩٨

يتضح من النتائج بالجدول رقم (٩)، أن جميع قيم معاملات الثبات مرتفعة نسبياً مما يدل على ثبات جميع الأبعاد وثبات المقياس ككل.

صدق المقياس :

صدق المقياس :

تم حساب صدق المفردات بحساب معاملات الارتباط بين درجات المفردات والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي له (محذوفاً منها درجة المفردة)، باعتبار مجموع درجات بقية المفردات محكاً للمفردة، وكانت النتائج كما يلي:

جدول (١٠) يوضح معاملات الارتباط بين درجات المفردات والأبعاد (محذوفاً منها درجة المفردة) لمقياس الإفصاح عن الذات (ن = ٦٠ مراهق)
* دال عند مستوى ٠.٠٥ ** دال عند مستوى ٠.٠١

الإفصاح عن الأمور الشخصية		الإفصاح عن الدراسة		الإفصاح عن الاهتمامات		الإفصاح عن الإتجاهات	
معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	الرقم
*.٣١٢	٤	*.٣٠٦	٣	**٠.٥٩٩	٢	٠.١٢٦	١
**٠.٣٦٧	١٠	**٠.٤٥٦	٩	**٠.٤٨٣	٨	*.٣٢٩	٧
**٠.٤٨٤	١٦	*.٣٣٥	١٥	**٠.٥٤٤	١٤	٠.٠٨٥	١٣
*.٢٩٢	٢٢	**٠.٣٧٧	٢١	**٠.٥٨٣	٢٠	*.٣١٥	١٩
*.٢٨٥	٢٨	**٠.٥٤٥	٢٧	**٠.٧١١	٢٦	**٠.٤١٦	٢٥
*.٣١١	٣٤	**٠.٤٣٨	٣٣	**٠.٤٣٩	٣٢	*.٣٤٣	٣١
*.٢٩٨	٤٠	**٠.٣٦٩	٣٩	**٠.٤٠٩	٣٨	**٠.٤٢٦	٣٧
٠.١١٩	٤٦	٠.١٨١	٤٥	**٠.٥٩٢	٤٤	**٠.٥١٩	٤٣
**٠.٥١٢	٥٢	٠.١٦٤	٥١	**٠.٤٣٠	٥٠	*.٢٨٧	٤٩
الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية				الإفصاح عن المظهر البدني			
معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	الرقم	معامل الارتباط	الرقم
**٠.٥٣٢	٣٦	**٠.٣٩٤	٦	*.٣٥٦	٣٥	**٠.٤٢٣	٥
*.٢٧٦	٤٢	**٠.٤٤٧	١٢	**٠.٣٩٧	٤١	*.٢٨٧	١١
٠.١٢٠	٤٨	**٠.٣٩٩	١٨	*.٢٩٧	٤٧	**٠.٤٢٠	١٧
*.٣١٥	٥٤	**٠.٥٤٢	٢٤	*.٣١٢	٥٣	*.٢٩٨	٢٣
		*.٢٨٤	٣٠			**٠.٤٦٨	٢٩

يتضح من الجدول رقم (١٠) أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً، عدا (٦) مفردات كانت معاملات ارتباط درجات كل منها بدرجة البعد الذي تنتمي له (محذوفاً منها درجة المفردة) غير دالة إحصائياً، وهي المفردات أرقام: (١)، (١٣) من بعد الإفصاح عن الإتجاهات، وأرقام (٤٥)، (٥١) من بعد الإفصاح عن الأمور الدراسية، ورقم (٤٦) من بعد الإفصاح عن الأمور الشخصية، ورقم (٤٨) من بعد الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية، وهذا يعني صدق جميع المفردات عدا هذه المفردات الستة، فهم غير صادقين، ويتم حذفها من الإجراءات السابقة للثبات والصدق أصبحت الصورة النهائية لمقياس الإفصاح عن الذات مكون علي النحو التالي:
أ- في صورة الاب:

من الإجراءات السابقة للثبات والصدق تم حذف (٤) مفردات غير ثابتة أو غير صادقة، وهي المفردات أرقام: (٣١) من بُعد الإفصاح عن الإتجاهات، ورقم (١٤) من بُعد الإفصاح عن الاهتمامات، ورقم (٤٦) من بُعد الإفصاح عن الأمور الشخصية، ورقم (٤٨) من بُعد الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية، وأصبحت الصورة النهائية لمقياس الإفصاح عن الذات مكونة من (٥٠) عبارة، موزعة علي الأبعاد علي النحو التالي:

البعد الأول: الإفصاح عن الإتجاهات (٨) مفردات، والبعد الثاني: الإفصاح عن الاهتمامات (٨) مفردات، والبعد الثالث: الإفصاح عن الأمور الدراسية (٩) مفردات، والبعد الرابع: الإفصاح عن الأمور الشخصية (٨) مفردات، والبعد الخامس: الإفصاح عن المظهر البدني (٩) مفردات، والبعد السادس: الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية (٨) مفردات، وهذه الصورة صالحة للتطبيق علي العينة الأساسية في البحث الحالي.

ب- في صورة الام:

من الإجراءات السابقة للثبات والصدق تم حذف (٤) مفردات غير ثابتة أو غير صادقة، وهي المفردات أرقام: رقم (١)، (١٩) من بُعد الإفصاح عن الإتجاهات، ورقم (٨) من بُعد الإفصاح عن الاهتمامات، ورقم (٣٣) من بُعد الإفصاح عن الأمور الدراسية، وأصبحت الصورة النهائية لمقياس الإفصاح عن الذات مكونة من (٥٠) عبارة، موزعة علي الأبعاد علي النحو التالي:

البعد الأول: الإفصاح عن الإتجاهات (٧) مفردات، والبعد الثاني: الإفصاح عن الاهتمامات (٨) مفردات، والبعد الثالث: الإفصاح عن الأمور الدراسية (٨) مفردات، والبعد الرابع: الإفصاح عن الأمور الشخصية (٩) مفردات، والبعد الخامس: الإفصاح عن المظهر البدني (٩) مفردات، والبعد السادس: الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية (٩) مفردات، وهذه الصورة صالحة للتطبيق علي العينة الأساسية في البحث الحالي.

ج- في صورة الأخ/الأخت:

من الإجراءات السابقة للثبات والصدق تم حذف (٦) مفردات غير ثابتة أو غير صادقة، وهي المفردات أرقام: (١)، (١٣) من بُعد الإفصاح عن الإتجاهات، وأرقام (٤٥)، (٥١) من بُعد الإفصاح عن الأمور الدراسية، ورقم (٤٦) من بُعد الإفصاح عن الأمور الشخصية، ورقم (٤٨) من بُعد الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية، وأصبحت الصورة النهائية لمقياس الإفصاح عن الذات مكونة من (٤٨) عبارة، موزعة علي الأبعاد علي النحو التالي:

البعد الأول: الإفصاح عن الإتجاهات (٧) مفردات، و**البعد الثاني:** الإفصاح عن الاهتمامات (٩) مفردات، و**البعد الثالث:** الإفصاح عن الأمور الدراسية (٧) مفردات، و**البعد الرابع:** الإفصاح عن الأمور الشخصية (٨) مفردات، و**البعد الخامس:** الإفصاح عن المظهر البدني (٩) مفردات، و**البعد السادس:** الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية (٨) مفردات، وهذه الصورة صالحة للتطبيق علي العينة الأساسية في البحث الحالي.

د- في صورة صديق مقرب:

من الإجراءات السابقة للثبات والصدق تم حذف (٧) مفردات غير ثابتة أو غير صادقة، وهي المفردات أرقام : (١)، (١٣) من بُعد الإفصاح عن الإتجاهات، وأرقام (٤٥)، (٥١) من بُعد الإفصاح عن الأمور الدراسية، ورقم (٤٦) من بُعد الإفصاح عن الأمور الشخصية، ورقم (١٢)، (٤٨) من بُعد الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية، وأصبحت الصورة النهائية لمقياس الإفصاح عن الذات مكونة من (٤٧) عبارة، موزعة علي الأبعاد علي النحو التالي:

البعد الأول: الإفصاح عن الإتجاهات (٧) مفردات، و**البعد الثاني:** الإفصاح عن الاهتمامات (٩) مفردات، و**البعد الثالث:** الإفصاح عن الأمور الدراسية (٧) مفردات، و**البعد الرابع:** الإفصاح عن الأمور الشخصية (٨) مفردات، و**البعد الخامس:** الإفصاح عن المظهر البدني (٩) مفردات، و**البعد السادس:** الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية (٧) مفردات، وهذه الصورة صالحة للتطبيق علي العينة الأساسية في البحث الحالي.

هـ- في صورة الآخرين:

من الإجراءات السابقة من الإجراءات السابقة للثبات والصدق تم حذف (١٣) مفردات غير ثابتة أو غير صادقة، وهي المفردات أرقام : (١)، (١٣)، (١٩)، (٤٣) من بُعد الإفصاح عن الإتجاهات، وأرقام (٣)، (٩)، (١٥)، (٣٩) من بُعد الإفصاح عن الأمور الدراسية، ورقم (١٦)، (٢٢) من بُعد الإفصاح عن الأمور الشخصية، ورقم (٢٩) من بُعد الإفصاح عن المظهر البدني، ورقم (١٨)، (٤٢) من بُعد الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية، وأصبحت الصورة النهائية لمقياس الإفصاح عن الذات مكونة من (٤١) عبارة، موزعة علي الأبعاد علي النحو التالي:

البعد الأول: الإفصاح عن الإتجاهات (٥) مفردات، و**البعد الثاني:** الإفصاح عن الاهتمامات (٩) مفردات، و**البعد الثالث:** الإفصاح عن الأمور الدراسية (٥) مفردات، و**البعد الرابع:** الإفصاح عن الأمور الشخصية (٧) مفردات، و**البعد الخامس:** الإفصاح عن المظهر البدني (٨) مفردات، و**البعد السادس:** الإفصاح عن العلاقات الاجتماعية (٧) مفردات، وهذه الصورة صالحة للتطبيق علي العينة الأساسية في البحث الحالي.

يمكن تلخيص كل ما سبق في الجدول التالي:

الجدول (١١) الصورة النهائية لأبعاد مقياس الإفصاح عن الذات

عدد العبارات المحذوفة	عدد عبارات المقياس	البعد الأول الإتجاهات	البعد الثاني الاهتمامات	البعد الثالث الأمور الدراسية	البعد الرابع الأمور الشخصية	البعد الخامس المظهر البدني	البعد السادس العلاقات الاجتماعية	
بعد حذف العبارات								
٤	٥٠	٨	٨	٩	٨	٩	٨	صورة الأب
٤	٥٠	٧	٨	٨	٩	٩	٩	صورة الأم
٦	٤٨	٧	٩	٧	٨	٩	٨	صورة الأخ/ لأخت
٧	٤٧	٧	٩	٧	٨	٩	٧	صورة صديق مقرب
١٣	٤١	٥	٩	٥	٧	٨	٧	صورة الآخرين

المراجع

- إسهام أبو بكر عثمان (٢٠١٣). الإفصاح عن الذات كمنبئ بالاغتراب النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية. **مجلة دراسات عربية في التربية،** السعودية، يونيو، ٤(٣٨)، ١٦٣-١٩٤.
- الأميرة سماح فرج (٢٠١٥). ثقافة الخصوصية عبر مواقع التواصل الاجتماعي بين مزايا الإفصاح عن الذات ومخاطرة: دراسة في توجهات الجمهور العام المصري، **المجلة المصرية لبحوث الرأي العام،** جامعة القاهرة - كلية الإعلام - مركز بحوث الرأي العام، ١٤(١)، مارس، ١١١-١٨٦.
- أمجد أحمد أبو جدي (٢٠٠٨). الإدمان على الهاتف النقال وعلاقته بالكشف عن الذات لدى عينة من طلبة الجامعتين الأردنية وعمان الأهلية. **المجلة الأردنية،** ٤(٢)، ١٣٧-١٥٠.
- جيهان أحمد حلمي (٢٠١٩). الإفصاح عن الذات كمنبئ بمناصرة الذات لدى عينه من الطلاب العاملين بالمرحلة الإعدادية. **مجلة البحث العلمي في التربية،** جامعة عين شمس - كلية البنات للآداب والعلوم والتربية، ٥(٢٠)، ١-٣٠.
- حسنا سعد عبدالسميع (٢٠١٧). تأثيرات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على درجة الإفصاح عن الذات لدى الفتاة السعودية وعلاقته برأس المال الاجتماعي. **المجلة المصرية لبحوث الإعلام،** جامعة القاهرة - كلية الإعلام، ٨٥(٨)، ٢٥٧-٣١١.
- حنان أسعد خوخ (٢٠١١). الإفصاح عن الذات وعلاقته بالمعاقين جسديا بالمملكة العربية السعودية. **مجلة القراءة والمعرفة،** ١١٦، يونيو، ١٩٢-٢٢٠.
- رشا أحمد محمد (٢٠٠٨). فاعلية برنامج للتدريب على الإفصاح الذاتي في خفض الاكتئاب لدى المراهقين. رسالة ماجستير في التربية تخصص إرشاد نفسي. معهد الدراسات التربوية جامعة القاهرة.
- رمضان عبد اللطيف محمد (٢٠١٢). الإفصاح عن الذات وعلاقته بالاكتئاب وفاعلية برنامج للتدريب على الإفصاح عن الذات في خفض الاكتئاب لدى الأزواج. **المجلة التربوية،** يوليو، ٣٢(٣)، ٣١٩-٣٥٩.
- سعاد محمد علي؛ وباسم محمد علي (٢٠٠٦). مستوى كشف الذات لدى طلبة جامعة السلطان قابوس في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية. **مجلة العلوم التربوية،** جامعة قطر - كلية التربية، ٩(٩)، ١٧-٤٩.
- سليمان إبراهيم تركي (٢٠١٧). الإفشاء عن الذات وعلاقته بكل من الاكتئاب وتقدير الذات طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، **مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية،** جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية - عمادة البحث العلمي. ٤٦(٤)، ٣٠٩-٣٦٧.
- سنا محمد سليمان (٢٠١٤). سيكولوجية الاتصال الإنساني ومهاراته. القاهرة: عالم الكتب.

عبد الرحمن سليمان النملة (٢٠١٦). الإفصاح عن الذات وعلاقته بكل من المساندة الاجتماعية ووجهه الضبط لدي طلاب وطالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية. *مجلة جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، العلوم الإنسانية والاجتماعية السعودية*، (٤٠)، أبريل، ١٣-٨٤.

عدنان محمود عباس (٢٠١٥). كشف الذات لدي طلبة الجامعة جامعة ديالى. *مجلة الفتح، كلية التربية للعلوم الإنسانية جامعة ديالى*. (٦٤)، ديسمبر، ١٤٠-١٦٦. كريستينا سيتورات (٢٠٠٩). *التعبير عن الذات*. (قسم الترجمة بدار الفاروق). القاهرة: دار الفاروق.

محمد إبراهيم السفاسفة (٢٠١٠). علاقة كشف الذات بالتحكم الذاتي في السلوك لدي المرشدين التربويين في ضوء بعض المتغيرات. *مؤته للبحوث والدراسات - سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة مؤته*، ٢٥(٤)، ١٧٣-٢٠٤.

محمد شحاتة ربيع (٢٠١١). *علم النفس الاجتماعي*. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع. معتز محمد عبيد (٢٠٠٨). *الشخصية السوية وأساليب التعبير عن الذات*. القاهرة: دار العالم العربي.

منى عبد القادر عايدة (٢٠١٥). أساليب التعبير عن الذات والرأي وضوابطها دراسة تربوية في ضوء السنة النبوية. *مجلة جامعة القدس المقننة للأبحاث والدراسات، فبراير*، ٣٥(٢)، ٢٠١-٢٤٠.

Self disclosure, and Social anxiety. In Partial Fulfillment of the Requirements for the *Degree Master of Arts*, Department of Psychology and the Faculty of the Graduate College, University of Nebraska at Omaha.

Cokera, B. & McGi, A. (2020). Arousal increases self-disclosure, *Journal of Experimental Social Psychology*, 87, 1-7.

Das, M. (2014). Using Social Networking Sites (SNS): Mediating Role of Self Disclosure and Effect on Well-being, *Indore Management Journal*, July - December, 6(2), 30-38.

Dutton, H., Kelsey, L. & Bullen, P. (2020). Opening up: An exploration of youth mentor self-disclosure using laboratory-based direct observation, *Children and Youth Services Review*, 108, January 2020, 1-10.

Emma, S. (2014). Clinicians' self-disclosure of personal experience with an anxiety and/or mood disorder. *Master of social work*. Northampton, Massachusetts.

- Jennifer, L., Nicole, B., & Rebecca, D. (2006). Self-Presentation in Online Personals The Role of Anticipated Future Interaction, Self-Disclosure, and Perceived Success in Internet Dating. *Communication Research*, April, 33(2), 152-177.
- Jessica, W., Jacob, L., & Konstantina, S. (2015). Revealing Hearing Loss: A Survey of How People Verbally Disclose Their Hearing Loss, *west et al. / ear & hearing, Wolters Kluwer Health, Inc., U.S.A.*, 37(2), 194-205.
- Liang., NaHua, b., Cong Shua,b. & Chen, X. (2019). Adult attachment and self-disclosure on social networking site: A contentanalysis of Sina Weibo, *Personality and Individual Differences*, 138, February, 96-105.
- Masaviru, M. (2016). Self-Disclosure: Theories and Model Review. *Journal of Culture, Society and Development, An International Peer-reviewed Journal*, 18, 43-47.
- McIntosh, R. (1995). Self-disclosure in Deaf-hearing, Deaf-Deaf, and hearing-hearing married couples: A look at frequency, value, and contexts in relation to marital satisfaction. *ProQuest Dissertations Publishing*.
- Orr, E. (2013). Blending in at the Cost of Losing Oneself: The Cyclical Relationship between Social Anxiety, Self-Disclosure, and Self-Uncertainty. *PhD, Philosophy in Psychology, University of Waterloo, Canada*.
- Philipp, K. (2017). *Situational Privacy and Self-Disclosure Communication Processes in Online Environments*. Dissertation, Universität Hohenheim, Stuttgart, Germany.
- Ravichander, A. & Black, A. (2018). An Empirical Study of Self-Disclosure in Spoken Dialogue Systems, *Proceedings of the SIGDIAL Conference*, 12-14 July, Melbourne, Australia, 253-263.
- Robinson, S. (2018). Self-disclosure and managing privacy: Implications for interpersonal and online communication for consumers and marketers. *Journal of Internet Commerce*, 16(4), 385-404.

- Snell, W., Miller, R., & Belk, S. (2013). The Emotional Self-Disclosure Scale (ESDS), *Measurement Instrument Database for the Social Science*. Retrieved from www.midss.ie.
- Sprecher, S. & Hendrick, S. (2004). Self-disclosure in intimate Relationships: associations with Individual and relationship Characteristics over time, *Journal of Social and Clinical Psychology*, 23(6), 857-877.
- Trepte, S., Masur, P., & Scharkow, M. (2018). Mutual friends' social support and self-disclosure in face-to-face and instant messenger communication, *The Journal of Social Psychology*, 158(4), 430-445.
- Waring, J. (2001). The marital self-disclosure questionnaire a validation study. Master of Arts, *The Faculty of graduate studies*, the University of British Columbia.