(MIJ) 2023, Vol. No. 9, Special Issue **e-ISSN: 2454-924X; p-ISSN: 2454-8103**

Social Phobia Among University Students[1]

***Prof Dr. Zainab Hashim Abuod, **Hani Allawi Radam**
*University of Mustansiriyah, College of Basic Education, Iraq
**Directorate of Education in Baghdad, Al-Karkh, Iraq

الرهاب الاجتماعي لدى طلبة الجامعة

أ.د. زينب هاشم عبود **م.م. هاني علاوي ردام**
الجامعة المستنصرية /كلية التربية الأساسية **المديرية العامة لتربية بغداد/الكرخ 2**

ملخص البحث

الرهاب الاجتماعي خبرة نفسية تتشكل لدى الشخص نتيجة لبعض المثيرات التي تواجههم في حياتهم الاجتماعية، مما يجعل لها دور أساسي في ترسيخ الخوف او القلق.

استهدف البحث الحالي دراسة الرهاب الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، للتعرف على :

1 – مستوى الرهاب الاجتماعي لدى طلبة الجامعة.

2 – التعرف على دلالة الفروق في مستوى الرهاب الاجتماعي بين طلبة الجامعة وفقا لمتغيري الجنس (ذكور – اناث) والتخصص (علمي – انساني).

اذ تكونت عينة البحث من (50) طالب وطالبة وقد تبنى الباحثان مقياس (الكناني، 2014) معتمدا على النظرية السلوكية , اذ تكون المقياس من(37) فقرة .

وتوصل البحث الحالي الى الاستنتاجات باستعمال المعالجات الإحصائية SPSS وكانت النتائج كالاتي:

1– ان افراد عينة البحث لديهم رهاب اجتماعي.

2– لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرهاب الاجتماعي وفقا لمتغيري الجنس والتخصص.

ومن خلال هذه النتائج وضع الباحثان عدد من التوصيات التي قد تسهم في الحد من الرهاب الاجتماعي وهي على النحو الاتي:

1– ضرورة اهتمام الوحدات الارشادية في المؤسسات التربوية والتعليمية في الحد من الرهاب الاجتماعي.

2– إقامة دورات وورش عمل توضيح مخاطر الرهاب الاجتماعي ووضع الحلول العلاجية.

[1] *How to cite the article:* Abuod Z.H., Radam H.A. (2023), Social Phobia Among University Students, *Multidisciplinary International Journal*, Vol 9 (Special Issue), 88-106

- اســـتكمالا للبحث الحالي وتطويرا له يقترح الباحثان اجراء دراســـة وصـــفي ارتباطية بين الرهاب الاجتماعي والذكاء الانفعالي لدى طلبة الجامعة، واجراء دراسة تجريبية عن تأثير برنامج ارشادي في خفض مستوى الرهاب الاجتماعي لدى طلبة الجامعة.

الكلمات المفتاحية:

(الرهاب الاجتماعي، طلبة الجامعة).

RESEARCH SUMMARY

Social phobia is a psychological experience that develops in individuals as a result of certain stimuli they encounter in their social lives, which plays a fundamental role in establishing fear or anxiety.

The current research aimed to study social phobia among university students in order to:

1-Determine the level of social phobia among university students.

2-Identify the significance of differences in the level of social phobia among university students according to gender (males vs. females) and major (scientific vs. humanities).

The research sample consisted of 50 male and female students. The researchers adopted the scale developed by Al-Kanani (2014), based on behavioral theory. The scale comprised 37 items.

The research findings, analyzed using SPSS statistical software, are as follows:

1-The research sample exhibits social phobia.

2-There are no statistically significant differences in the level of social phobia according to gender and major.

Based on these results, the researchers proposed several recommendations that could contribute to reducing social phobia, as follows:

1-The counseling units in educational institutions should prioritize addressing social phobia.

2-Conducting workshops and training sessions to raise awareness about the risks of social phobia and provide therapeutic solutions.

-To expand on the current research and further develop it, the researchers suggest conducting a descriptive correlational study on the relationship between social phobia and emotional intelligence among university students. Additionally, an experimental study could be conducted to examine the impact of a counseling program on reducing social phobia among university students.

Keywords: *Social phobia; university students*

(MIJ) 2023, Vol. No. 9, Special Issue **e-ISSN: 2454-924X; p-ISSN: 2454-8103**

الفصل الاول
التعريف بالبحث

مشكلة البحث:

تعد مشكلة الرهاب الاجتماعي نوعاً من أنواع المخاوف المرضية، واضطراب يشكل خطورة على التفاعل الاجتماعي للشباب , فتتمثل السمات الأساسية لهذا الاضطراب في الخوف المستمر وتجنب المواقف الاجتماعية، ومرضى الرهاب الاجتماعي يعانون من التشوه الإدراكي للواقع ويتوقعون الجوانب السلبية، ويميلون نحو التمركز حول الذات والتفكير الذاتي الموجه، فالأحكام التي يصدرها الفرد على المواقف الاجتماعية ترتبط إلى حد ما بتوقعه، إذا اضطراب الرهاب الاجتماعي له تأثير سلبي في الصحة النفسية لدى الفرد, فالعرض الرئيس للرهاب الاجتماعي هو قلق وخوف زائد عن الحد، وهذا العرض ينعكس سلباً على سلوك الفرد، ويعتبر أي موقف اجتماعي بمثابة تهديد ويشير دهلوي بأن الرهاب الاجتماعي له أسباب متعددة لكنه قد يعود إلى بعض الأفكار السلبية التي تعلمها من محيطه الاجتماعي(دهلوي2010 20:) وهناك دراسة عدة تناولت نسب الرهاب الاجتماعي كدراسة, دهراب حيث هدفت إلى الكشف عن نسبة الرهاب الاجتماعي بين طلبة جامعة الكويت، وأشارت النتائج إلى نسبه انتشاره بلغت (13) من طلبة جامعة الكويت. وفي استراليا فقد بلغت نسبة انتشار اضطراب الرهاب الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الأولى (18,3%) (دهراب, 2008), وانطلاقاً من هذا الواقع الذي يعاني منه الطلبة الجامعيون في مختلف مراحلهم الدراسية وخصوصاً طلبة المرحلة الأولى الذين يجتازون مرحلة انتقالية من الدراسة الثانوية الى الدراسة الجامعية ,ومحاولة المهتمين والباحثين في البحث عن اسباب هذه الظاهرة انبثقت الحاجة لمثل هذه الدراسة للتعرف على مستوى الرهاب الاجتماعي لدى طلبة الجامعة.

وعليه فان مشكلة البحث الحالي تتجلى في الاجابة عن التساؤل الاتي : ما مستوى الرهاب الاجتماعي لدى طلبة الجامعة ؟

أهمية البحث:

يُعد الخوف حالة انفعالية طبيعية تشعر بها كل الكائنات الحية، ويظهر في أشكال متعددة وبدرجات تتفاوت بين الحذر والحيطة إلى الهلع والفزع والرعب ربما الهروب، وكلّما كانت درجة الخوف في الحدود المعقولة غير المتطرفة كان الإنسان سوياً في هذا الانفعال ويمكنه التحكم في انفعاله، ولكن كلما كانت درجة الخوف كبيرة بحيث يتعذر معها السيطرة والتعقل فإن الموقف يكون حالة مرضية تعاني من اضطراب نفسي يكون من مؤشراته إصدار سلوك شاذ أو عمل تصرف شاذ بهدف البعد عن مصدر الخوف (الشربيني: 2010 159:). ويعد الرهاب الاجتماعي (Social Phobia) أحد أنواع الخوف المرضي غير المنطقي أو المعقول حيث يرفض الشخص المصاب بهذا الاضطراب التواجد في أماكن التجمعات وكما يرفض التواجد في المواقف الاجتماعية ويحاول جاهداً البقاء في معزل عن الآخرين (قاسم :340:2012)

وكذلك تشير الأدبيات التربوية أن الرهاب الاجتماعي يبدأ في مرحلة الطفولة، أو المراهقة، ونادراً ما يبدأ بعد سن العشرين، وتكمن خطورته في استمراريته لفترة طويلة من حياة الفرد، حيث ينتقل عبر المراحل العمرية المختلفة، إذا لم يُحسن التعامل معه وعلاجه أو تخفيف آثاره، وقد بينت نتائج البحوث المسحية في هذا المجال أن حوالي (3.5) مليون فرداً من الشعب الأمريكي يعانوا من اضطراب الرهاب الاجتماعي (Mental Health). National Institute Of, 2003

كما أن (3–13%) من الناس يعانوا من الرهاب الاجتماعي في إحدى مراحل حياتهم، وهناك نسبة (1–5,2) يتعرضون مرة واحدة في حياتهم للرهاب الاجتماعي، وتبرز مظاهره بالخجل، وهذا ما أكدته الأدبيات التربوية أن (80) 90%) من الأفراد

الذين يصابوا بالرهاب الاجتماعي يشعرون بالخجل، وينتشر هذا الاضطراب النفسي بشكل كبير بين المراهقين من أعمار 15- 20 سنة .

(Klinger, Legaron, Roy, Chemin, Louerand Nugues 2006). وينتشر هذا لاضطراب النفسي بين الإناث أكثر منه عند الذكور (Institute Of Mental Health). National, 2000 أما على الصعيد العربي، نجد أن الرهاب الاجتماعي أكثر الاضطرابات انتشاراً بين الشباب، حيث أوضحت دراسة الخاني (1995) التي أجريت في المملكة العربية السعودية والمشار إليها في العواد (2004) أن نسبة من يعانون من الرهاب الاجتماعي في المملكة العربية السعودية ويراجعون العيادات الخاصة تبلغ (79%) من اضطرابات الخوف عموماً، وقد بين فايد (2004) أن نسبة انتشار الرهاب الاجتماعي بين الشباب العربي تتراوح ما بين (8 – 10 %). وبينت دراسة ملص (2007) التي أجريت في الأردن أن نسبة انتشار الرهاب الاجتماعي بين طلبة الجامعة هي (9,3%) وكانت نسبة انتشاره عند الإناث (10,1%) أعلى بشكل دال إحصائياً من نسبة انتشارها عند الذكور (8%).

والرهاب الاجتماعي يتصف بالخوف المتفاقم من التعرض للمواقف الاجتماعية التي تتضمن أشخاصاً يصوبون أنظارهم لبعض الشباب ، ويعد الرهاب الاجتماعي من المشكلات النفسية المنتشرة بين الشباب، خاصة الذين يعانون من القلق الشديد والاضطرابات المزاجية (2007، 32)

كذلك فإن الرهاب الاجتماعي نوع من أنواع الخوف المرضي غير المنطقي، كونه لا يرتبط بمثيرات تبعث الخوف، حيث يرفض الفرد المصاب بهذا الاضطراب التواجد في أماكن التجمعات أو المشاركة في المواقف الاجتماعية، ويحاول جاهداً البقاء في معزل عن الآخرين إذ أن الرهاب الاجتماعي يبدأ في مرحلة الطفولة المتأخرة، أو الشباب ، ونادراً ما يبدأ بعد سن العشرين، وتكمن خطورته في استمراريته لفترة طويلة من حياة الفرد حيث ينتقل عبر المراحل العمرية المختلفة، إذا لم يُحسن التعامل معه وعلاجه أو التخفيف من حدته وآثاره (قاسم،123:2012).

وتكمن خطورة الرهاب الاجتماعي الذي يسمى بالخوف الاجتماعي في أن له آثاراً على الأداء الوظيفي، والمهني والاجتماعي والأكاديمي للفرد، حيث إن أداء الفرد للمهام المنوطة به بحاجة إلى مشاركة الآخرين والتفاعل معهم، والعزلة والوحدة التي تنشأ عن الرهاب الاجتماعي تؤثر في قيام الفرد بأدواره الاجتماعية والوظيفية، فضلاً عن أن القلق في المواقف الاجتماعية يُظهر ضعفاً شديداً على أداء الفرد في شتى مجالات الحياة، إذ يشتت الانتباه، ويمنعه من التفاعل الناجح كما أكد حمادنة على أن الرهاب الاجتماعي يصيب كافة طبقات المجتمع ذكوراً وإناثاً، متفوقين ومتأخرين، ويتأثر بعامل العمر (حمادنة، 2013، 710).

وتكمن اهمية البحث الحالي في الاهمية النظرية والتطبيقية نذكرها بالات :-

اولا: الأهمية النظرية :

تتمثل الاهمية العلمية في الاضافة التي تقدمها الدراسة في جملة البحوث المتخصصة لا ثراء التراث العلمي.

ثانيا : الأهمية التطبيقية :

القاء الضوء على الرهاب الاجتماعي لدى طلبة الجامعة يسهم في تقديم نتائج علمية ملموسة من خلال تعزيز امكانية تطبيقها على الواقع.

أهداف البحث

يستهدف البحث الحالي التعرف الى :

1- مستوى الرهاب الاجتماعي لدى طلبة الجامعة.

2- التعرف دلالة الفروق في الرهاب الاجتماعي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور- إناث) لدى طلبة الجامعة.

3- التعرف على دلالة الفروق في الرهاب الاجتماعي وفقاً لمتغير التخصص (علمي – إنساني) لدى طلبة الجامعة.

حدود البحث

يتحدد البحث الحالي بطلبة الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية ، لكلا الجنسين (ذكور-اناث) ،وللتخصص (علمي ، إنساني) للدراسات الصباحية ، للعام الدراسي (2022-2023).

مصطلحات البحث :

1-**عرفه furmark** هو خوف ملحوظ ومستمر يتعرض له الفرد لواحد أو أكثر من المواقف أو الأنشطة الاجتماعية كمقابلته لأشخاص غرباء أو من احتمال نظر الآخرين إليه" (Furmark, 2002: 84).

2- **عرفه (شاهين و جرادات)**هو شعور الفرد بأنه محط أنظار الآخرين عند قيامه بأي نشاط، والخوف من التفاعل الاجتماعي مع الآخرين والتحدث معهم (شاهين وجرادات، 2012 :171).

3-**عرفه (أبو زيد)** هو جزء من اضطراب القلق، حيث اعتبره أعراض انفعالية من مثير غير مخيف واقعياً، ولا يشكل تعرض الفرد إلى الموقف أو المثير تهديداً فعلياً، أو خطراً على حياته، لكن ردة فعله تكون غير عقلانية ولا يتحكم المصاب بالرهاب بسلوكه أثناء هذا الموقف أو المثير، ويتفاعل معه بالعزلة والهروب (أبو زيد،2008، 33).

التعريف النظري

استندت الباحثان على النظرية السلوكية للرهاب الاجتماعي هو استجابة انفعالية ومعرفية وسلوكية لموقف اجتماعي يدرك على أنه يتضمن تهديداً للذات وخوفاً من التقييم السلبي الذي يؤدي إلى مشاعر الانزعاج والضيق وقد يؤدي إلى الانسحاب الاجتماعي والتحفظ والكف (الكتاني، 2004 :19) .

التعريف الاجرائي :

بأنه الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطلبة وفقا للمقياس المعد لهذا الغرض.

الفصل الثاني

الاطار النظري ودراسات سابقة

الاطار النظري:

أولا:مفهوم الرهاب الاجتماعي

تعرف جمعية الطب النفسي الأمريكي الرهاب الاجتماعي هو الخوف المستمر، والملحوظ من موقف أو أكثر من مواقف الأداء أو المواقف الاجتماعية؛ لأنه قد يحدث الارتباك لدى الشخص أمام الآخرين (A.P.A, 1994. 205,).

يعرف الرهاب الاجتماعي على أنه أحد أنواع الخوف في المواقف الاجتماعية المختلفة، والتي يبدو فيها خوف الفرد أن يكون محط انتباه الآخرين وتركيزهم؛ وبالتالي يترتب عليه التعرض للحكم والانتقاد من الآخرين (Roche ,1999.13) .

اذ يرى عكاشة (2003 :102) الرهاب الاجتماعي على أنه خوف الفرد من وقوعه محط أنظار الآخرين من حوله مما يدفعه إلى تجنب المواقف والتفاعل الاجتماعي خوفاً من انتقاد الآخرين لسلوكه وتصرفاته.

حيث يعد الرهاب الاجتماعي عبارة عن استجابة انفعالية ومعرفية وسلوكية لموقف اجتماعي يدرك على أنه يتضمن تهديداً للذات وخوفاً من التقييم السلبي الذي يؤدي إلى مشاعر الانزعاج والضيق وقد يؤدي إلى الانسحاب الاجتماعي والتحفظ والكف (الكتاني، 16:2004:).

اذ يرى أبو زيد,2008 أن الرهاب الاجتماعي جزء من اضطراب القلق، حيث اعتبره أعراض انفعالية من مثير غير مخيف واقعياً، ولا يشكل تعرض الفرد إلى الموقف أو المثير تهديداً فعلياً، أو خطراً على حياته، لكن ردة فعله تكون غير عقلانية ولا يتحكم المصاب بالرهاب بسلوكه أثناء هذا الموقف أو المثير، ويتفاعل معه بالعزلة والهروب.

وعرف الدليل التشخيصي الإحصائي الخامس للاضطرابات العقلية الصادر على الجمعية الأمريكية للطب النفسي (DSM-V) بأنه خوف مستمر من معظم المواقف الاجتماعية، أو مواقف الأداء التي قد يتعرض لها الفرد لتفحص من الآخرين، ويتصرف بطريقة تسبب له شعوراً بالخزي والعار أو الارتباك أو يبدي أعراضاً للقلق؛ تتسبب كذلك في معاناته من العار اوالارتباك American Psychiatrist Association, 2013. P. 202), ويكون الفرد الذي يعاني الخوف الشديد جزءاً من هذا الموقف، وإن لم يكن متفاعلاً فيه.

وعرف (حمادنة2013: 71)الرهاب على أنه الخوف الشديد، وليس خوفاً عادياً عقلانياً، وغالباً ما ينال هذا الخوف من قيمة الذات التي تصبح عاجزة عن تحمله في موقف معين، والاجتماعي تعني كون هذا الخوف يحدث في وجود آخرين أثناء موقف اجتماعي محدد، ويُعرف(الركيبات 3:2015) الرهاب الاجتماعي بأنه استجابة انفعالية ومعرفية لموقف يتوقع أن يكون مؤذياً، أو مخيفاً، أو مهدداً، أهم ما يميزه حضور الآخر، أو توقع حضوره وبالتالي التأثير السلبي على عمليات التفاعل الاجتماعي.

وعرف (عبد الجواد وأحمد 196:205) الرهاب الاجتماعي بأنه استجابة الخوف الشديد غير المنطقي للفرد في المواقف الاجتماعية التي تتضمن التفاعل مع الآخرين، لإدراك الفرد بأنه في وضع تقييم وانتقاد من قبل الآخرين ومن اعتقادات الفرد أيضاً بأنه مرفوض من الآخرين مما يؤدي إلى ارتباك وحيرة من التواصل والاندماج مع الآخرين مع ظهور بعض المظاهر الانفعالية والفسيولوجية عليه في المواقف الاجتماعية المختلفة.

ثانيا : أبعاد الرهاب الاجتماعي

يظهر الرهاب الاجتماعي لدى كافة الأفراد، وينعكس على الجوانب المعرفية والوجدانية والسلوكية، وبالتالي فإن أبعاد الرهاب الاجتماعي تتضمن أربعة أبعاد وهي على النحو الآتي

(عكاشة: 2003 :44) و (شاهين ،وجرادات:137 2012)و (الشريف، 4 :2014).

1- البعد المعرفي : ويكمن البعد المعرفي في اعتقاد الفرد أنه محط أنظار الآخرين، ومحط انتقاداتهم، وينشأ الرهاب الاجتماعي المعرفي عندما يقيم الفرد نفسه سلبياً، ويتوقع أن يكون تقييم الآخرين تجاهه سلبياً، والانشغال بما يعتقده الشخص عن أفكار الآخرين تجاهه.

2- البعد النفسي: حيث يشعر المصاب بالرهاب بالتوتر المستمر في معظم المواقف الاجتماعية التي يشارك فيها، ويفقد الشعور بالأمان، ويتأثر كثيراً بأجراء الآخرين، ويندم إذا تعرف على أصدقاء جدد، ويميل للوحدة والانعزال

3-البعد السلوكي: ويظهر الرهاب الاجتماعي السلوكي في مظاهر متعددة أهمها محاولة الفرد تجنب المواقف الاجتماعية، والهرب منها كالابتعاد عن الحفلات العامة والتقليل من العلاقات والصلات الاجتماعية، وعدم حضور المناسبات الاجتماعية.

4-البعد الفسيولوجي: ويتجلى من خلال معاناة الشخص من أعراض جسدية مرتبطة بمواقف اجتماعية مؤثرة، ويرى بأنها مزعجة من حيث توقع التقييم السلبي من الآخرين فينعكس ذلك أعراضاً جسدية كالتعرق، واحمرار الوجه والارتجاف والشعور بالغثيان، والأرق وغيرها.

ثالثا : اسباب ظهور الرهاب الاجتماعي

تشير معظم الأدبيات النفسية أن اضطراب الرهاب الاجتماعي لا يحدث فجأة، أو من فراغ، وهناك أسباب وعوامل متعددة تساعد على ظهور الرهاب الاجتماعي عند الشباب ويلي توضيح لهذه الأسباب:-

1-أسباب أسرية.

تعد الأسرة النواة الأولى، والمؤسسة الاجتماعية التي يتم فيها اكتساب المهارات والقدرات والميول، وتؤثر في تشكل الشخصية عند الأطفال والشباب ، وينشأ ويكتسب الفرد شخصيته من خلال احتكاكه المباشر بأفراد أسرته.

وتنعكس العلاقة الاجتماعية داخل الأسرة بشكل مباشر على الرهاب الاجتماعي كتدليل الطفل بطريقة زائدة، والرعاية المفرطة للطفل، والتي تسلبه حقه الطبيعي في الاعتماد على ذاته، كذلك التسلط والسيطرة في التربية تفقده عنصر المبادأة وتجعله غير قادر على التوافق مع متطلبات الحياة الاجتماعية

(شاهين وجرادات,2012 :121)كما يؤدي التوتر الأسري والمشكلات الأسرية بين الأبوين إلى خلق جو من القلق لدى الأبناء، ويساهم هذا الجو في زيادة السلوك الانسحابي لديهم وتفضيل الذكور على الإناث له انعكاس سلبي على الأبناء سواء الذكور أو الإناث، وقد تشعر الأنثى بالدونية، وهذا يسهم في انتشار حالات الرهاب الاجتماعي، في المقابل فإن الذكر يصبح لا يقبل التسامح وقد يترسخ له حب الذات والعزلة عن الآخرين، وهذا أيضاً يسبب الرهاب الاجتماعي (المومني و جرادات2011 77).

2- أسباب حضارية ثقافية.

تعد الحضارة أو الثقافة والبيئة الاجتماعية ذات أثر في تكوين شخصية الفرد، وعليه فإن القيم تعد أطراً مرجعية تحدد نسق استجابة الفرد تجاه مجتمعه، لكي يتحقق التوافق والتكيف الاجتماعي، وظهور التكنولوجيا، وسرعة التطورات قد يقف أمامها الأفراد منبهرين غير قادرين على التكيف مما يحدث لديهم استجابات عكسية تجاه التكنولوجيا والمعارف الجديدة، وهذا يسهم في العزلة والانسحاب في المواقف الاجتماعية، وقد تصل الحالة إلى الرهاب الاجتماعي.(Heideman : 2008,. 17).

3- أسباب وراثية.

يعتقد بعض علماء النفس بأن هناك اضطراباً داخلياً أساسياً يرتبط بالتكوين الجسمي والخلقي للفرد؛ جوهره الاستعداد الوراثي للإصابة بالقلق الذي يهيئ لظهور حالات قلق حاد وخوف شديد من الأماكن والأشخاص والرهاب الاجتماعي، أي أن جزءً من حالات الرهاب الاجتماعي تكون وراثية جسمية، فصورة الجسم قد تنعكس إيجاباً وسلباً على التكيف الاجتماعي، كذلك فإن الأسرة التي تتمتع بعلاقات اجتماعية جيدة غالباً ينشأ أطفالها بحالة اجتماعية سوية، أما الأسرة المنغلقة فقد يصاب أبناؤها بالقلق والرهاب الاجتماعي، والخوف الشديد من المظاهر الاجتماعية، كذلك فإن الفرد ينشأ ولديه رهبة من مجتمعه ومحيطه، وبإمكان الأسرة التأثير في تأقلمه وتكيف مع متطلبات الحياة، وإن لم يحدث ذلك فإن حالة الخوف والرهاب الاجتماعي التي بداخله تتنامى بشكل سريع .(Stoddard4: 2007:44,).

رابعا : مظاهر الرهاب الاجتماعي:

تناول العديد من المختصـــين مظاهر وأعراض أخرى للرهاب الاجتماعي، لاســـيما وأن الرهاب الاجتماعي أصـــبح من أكثر المشكلات النفسية انتشاراً، وعلى الرغم من أن منظمة الصحة العالمية

(Who 136 1992) أكدت على الرهاب الاجتماعي جزء من القلق العام، إلا أن له أعراضاً ومظاهر تختلف إلى حد ما من أعراض ومظاهر القلق المعروفة، حيث أن هناك من قسـم هذه المظاهر والأعراض إلى معرفية وسـلوكية، وفسـيولوجية، وذلك على النحو الآتي (عزو وسمور،6:2016)

1: أعراض معرفية.

يدرك الفرد المصـــــاب بالرهاب الاجتماعي بأن كل المشـــاعر المحيطة به غير منطقية، ولكن ذلك لا يمكن له تجاهلها أو مقاومتها، كذلك فإن الأفكار غير الســـوية لدى المصـــــاب بالرهاب مع الاجتماعي تكون ظاهرة لمن حوله من المحيطين به، وبالتالي فإن أفكاره ومعارفه تدفعه للهروب من المواقف الاجتماعية، حيث يعتبر أن تلك المواقف تشـــكل له تهديداً، ومصـــاب الرهاب الاجتماعي يميل إلى تفسير الأشياء والمثيرات والمواقف بحوار ذاتي سلبي، ويضع لنفسه معايير عالية الأداء، وتتضمن الأعراض المعرفية أفكار المصـاب وتقييمه لذاته، ووعيه المفرط والاسـتغراق في الذات، وتوقع الظهور بشـكل لبق أمام الآخرين مع توقعه لاســـتنجائهم، والانزعاج من النقد والملاحظات، ويرى بأن جميع الأفراد حوله يراقبون تصـــرفاته، والتفكير بالوحدة والانعزال .

2 :أعراض سلوكية.

يظهر على المضـطرب بالرهاب الاجتماعي تصـرفات تميزه عن الشـخص السـوي، فهو يصـدر سـلوكيات في محاولة للتحكم في المواقف الاجتماعية التي تواجهه، ويسعى جاهداً لتخفيف حدة قلقه، فيتميز الفرد المصاب بالرهاب الاجتماعي بالهدوء، وقلة الحديث مع الآخرين، والهروب من المواقف التي يعتقد بأنـه صـــــعبـة، وتجنب كـافـة أو معظم المواقف الاجتمـاعيـة، وهذه السـلوكيات مرتبطة بشـكل مباشـر بالتقييم السـلبي، وتهدف إلى تجنب حدوث نتائج سـلبية مثل تقليل فرص التواصـل البصـري، وإمسـاك الأشـياء بإحكام، وإخفاء اليدين وارتجافها، وارتداء ملابس خفيفة حتى لا يظهر التعرق، وغالباً ما يكون التفاعل اللفظي مع أشخاص محددين ومقربين يعتقد بأنهم لا يسعون لتقييمه.

3 :أعراض فسيولوجية.

تظهر على المصـاب بالرهاب الاجتماعي أعراضـاً فسـيولوجية متعددة أهمها احمرار الوجه وارتعاش اليدين والغثيان وتصـبب العرق، وسرعة ضربات القلب وضيق التنفس، ويولي مصاب الرهاب الاجتماعي الأعراض الفسيولوجية أهمية خاصـة لاعتقاده أن الآخرين يلاحظونها، ويفسرونها كمؤشرات على فضل تحقيق المعايير أو المستويات المرغوبة في الأداء الاجتماعي، وعلى الرغم أن هذه الأعراض قد تظهر لدى بعض الأشخاص الأسوياء إلا أن شدتها تميز المصاب بالرهاب الاجتماعي.

إضـافة لتلك الأعراض أورد الدليل التشـخيصـي والاحصـائي الخامس (DSM-V) أن الرهاب الاجتماعي يختص بالخوف من الأداء، والإذلال والحرج، والخزي والعار، وظهور كافة أعراض القلق العام، وتكون أعراض القلق العام على شـــكل نوبات هلع، فيلجأ المصـــــاب بالرهاب الاجتماعي إلى الهروب من المواقف الاجتماعية، أو يســـتمر في مواجهتها بأعراض التوتر والقلق والخوف، فلا يرفع رأسه ولا يتواصل بصرياً مع المحيطين، ولا يتحدث كثيراً . وينتبه لكافة معهم الأفعال والأقوال الصادرة عنهم وتفسيرها بأنها متعلقة بتصرفاته، وأن الجميع يحاولون تقييمه.

خامسا: تشخيص الرهاب الاجتماعي

وفقاً للدليل التشخيصي للاضطرابات النفسية الأمريكي لا بد أن تتوفر بعض المعايير التي يمكن من خلالها تشخيص المصاب بالرهاب الاجتماعي، وتمثل هذه المعايير فوارق بين الرهاب الاجتماعي وبعض الاضطرابات النفسية الأخرى (APA:217:2013)

1 – الخوف المستمر لموقف أو أكثر يكون فيها الفرد معرضاً لاحتمال الفحص، والتقييم، والتدقيق من قبل الآخرين، ويخاف من أن يعمل عملاً ما أو يتصرف بطريقة تؤدي إلى إهانته أو التقليل من شأنه والارتباك الشديد في هذا الموقف، ويظهر ذلك في عدم القدرة على الاستمرار في التحدث أمام الآخرين، ويصعب عليه الإجابة على الأسئلة في المواقف الاجتماعية.

2–حدوث القلق والشعور بالتوتر والارتباك مباشرة بعد التعرض للموقف المثير الخوف.

3– تجنب الفرد المواقف المسببة يؤثر على أداء الفرد المهني والاجتماعي وفي علاقته بالآخرين، ويغلب عليه السلوك التجنبي.

4–إدراك الفرد أن خوفه غير منطقي، ومبالغ فيه مقارنة بالمثير أو الموقف الاجتماعي.

5–الأفراد الذين تقل أعمارهم عن 18 سنة يشترط ألا تقل فترة المعاناة عن سته أشهر 6 ألا يكون الخوف ناتج عن آثار فسيولوجية مباشرة لمادة كيمائية، أو حالة طبية، أو الإصابة بمرض نفسي آخر، بمعنى أن تشخيص الرهاب الاجتماعي يأتي بعد التأكد أن الفرد لم يتعرض لمواد كيميائية تسبب الخوف.

سادسا : النظريات المفسرة لإرهاب الاجتماعي

١–نظرية التحليل النفسي.

يرى رواد نظرية التحليل النفسي خاصة فرويد أن الرهاب الاجتماعي هو دفاع عن التوتر الذي ينشأ عن الهو، ويحل التوتر بدلاً من الخوف، ويتحول الخوف من موقف ما أو شيء ما له صلة رمزية فيه، والرهاب الاجتماعي حسب نظرية التحليل النفسي عبارة عن أسلوب دفاع الأنا، المواجهة مشكلة حقيقة والآثار السلبية التي تواجهها صراعات الطفولة، وقد تظهر في الحال أو بعد مرور الزمن (davison,Neale,& Krng:107–108:2004)

٢–لنظرية السلوكية.

يرى رواد النظرية السلوكية أن الفرد يكتسب سلوكه من خلال الارتباط الكلاسيكي، بحيث يكون الإشراط من خلال اقتران موقف ما مع شيء مؤلم؛ مما يؤدي إلى تجنب السلوك مستقبلاً، ومن هنا تفسر هذه النظرية الرهاب والرهاب الاجتماعي من خلال الطريقة التي يكتسب بها الفرد هذه الظاهرة، كما أنها تفسر هذه الظاهرة أحيانا من خلال إرجاعها إلى نقص المهارات الاجتماعية والتي تقود الفرد إلى تجنب الموقف نتيجة لعدم معرفته كيف يتصرف، وعدم شعوره بالراحة مع الآخرين، ويعتقد رواد النظرية السلوكية أن التعرض لبعض المواقف الاجتماعية التي تبعث إلى الخوف والتوتر ، والتعرض لانتقادات الآخرين في مراحل العمر الأولى، جميعها عوامل تنمي أعراض ومظاهر الرهاب الاجتماعي مستقبلاً (الكتاني،2004: 66).

٣: النظرية المعرفية.

ترى المدرسة المعرفية أن الناس يكتسبون مخزوناً كبيرا من المعلومات والمفاهيم والصيغ تعامل مع ظروف حياتهم، وتستخدم هذه المعرفة من خلال الملاحظة وتنمية واختبار الفرض اجراء الأحكام والتصرف بشكل أقرب ما يكون إلى العالم الواقعي، وعلى هذا فالمعارف لدى الفرد تؤثر انفعالاته وسلوكه بطريقتين وهما : من خلال محتوى المعارف، ومن خلال معالجة المعارف، فمحتوى المعارف يؤثر في الانفعالات والسلوك، والجوانب الفيسيولوجية للفرد، وذلك من خلال تقديرات الفرد لذاته

وللأخرين وللعالم من حوله، وتفسيرات الفرد للأحداث فمثلا لو اعتقد الفرد أنه شخص فاشل فإنه يشعر بالاكتئاب اما معالجة المعارف العمليات المعرفية فهي تؤثر في خبرات الفرد عن العالم، وذلك من خلال درجة المرونة التي تكون لديه في التغيير بين أساليب المعالجة المختلفة (عبد العظيم: 173 2007) .

وقد أظهرت الدراسات أن مرضى الرهاب الاجتماعي يعطون اهتماما أكبر إلى الكلمات التي تحمل تهديدا اجتماعيا، وتعبيرات وجه سلبية، اختصارا، إنهم يركزون على الفشل، إنهم لا يرون الأوقات التي يؤدون فيها اجتماعيا بصورة جيدة، لأنهم مشغولون بتوقع الفشل أو الكارثة في المستقبل، هذا يلقي بضلاله الكثيفة على أية خبرة إيجابية، مع توقع الخبرة الفاشلة، ويمنع ظهور صورة الحقيقة المتوازنة

(بيل: 179 : 2011).

واعتمد الباحثان النظرية السلوكية لكونها نظرية مهمة فسرت الرهاب الاجتماعي وفقا لنقص المهارات الاجتماعية , وتعرض الفرد للمواقف الاجتماعية كالخوف والتوتر ,اي الوقوف على عوامل تنمية هذه الظاهرة لدى الشباب .

دراسات سابقة:

دراسة الرقاد (2017) بعنوان الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالتوافق الجامعي لدى طلبة الجامعة الهاشمية.

هدفت الدراسة إلى معرفة مستوى الرهاب الاجتماعي، ومستوى التوافق الجامعي وعلاقتهما لدى عينة من طلبة الجامعة الهاشمية بالأردن، والكشف عن الفروق تبعاً لبعض المتغيرات في مستوى الرهاب الاجتماعي، والتوافق الجامعي، ولتحقيق الأهداف تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي وتكونت عينة الدراسة من (456) طالباً ، و 344 طالبة، وكانت أدوات الدراسة عبارة عن مقياس الرهاب الاجتماعي، ومقياس التوافق الجامعي.

وخلصت الدراسة إلى أن مستوى الرهاب الاجتماعي متوسطاً، وأن مستوى التوافق الجامعي متوسطاً، واتضح وجود علاقة بين الرهاب الاجتماعي والتوافق الجامعي، تبين عدم وجود في مستوى الرهاب الاجتماعي بين الطلبة والطالبات، ولم تظهر فروق تعزى لمتغير التخصص.

دراسة حمدان والجوارنة (2015) بعنوان : علاقة أساليب المعاملة الوالدية بالرهاب الاجتماعي في مرحلة المراهقة المبكرة.

هدفت الدراسة إلى توضيح علاقة أساليب المعاملة الوالدية بالرهاب الاجتماعي لدى عينة من طلبة مرحلة المراهقة المبكرة، وتم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي، وقد تكونت عينة الدراسة من (1028) طالبا وطالبة من طلبة الصفين السابع والثامن وكانت أدوات الدراسة عبارة عن مقياس الرهاب الاجتماعي، ومقياس أساليب المعاملة الوالدية.

وأظهرت نتائج الدراسة مستوى الرهاب الاجتماعي جاء متوسطاً، وأن أعلى درجات أفراد العينة كانت على الأسلوبي الحازم للأب والحازم للأم. وفيما يتعلق بتفاعل الجنس والمستوى الصفي فكان هناك تفاعل دالّ إحصائيا على جميع أساليب المعاملة الوالدية. كما أظهرت النتائج فروقاً دالة إحصائياً على مقياس الرهاب الاجتماعي تعزى إلى الجنس لصالح الإناث، والمستوى الصفي لصالح طلبة الصف الثامن والتفاعل بينهما، وفيما يتعلق بالأساليب التي تنبأت بالرهاب الاجتماعي لدى كل من الجنسين، فقد كان الأسلوب المتساهل للأم، وتلاه الأسلوب المتسلط للأب، أما فيما يتعلق بالأساليب التي تنبات بالرهاب الاجتماعي لدى كل من الصفين، فقد أشارت النتائج إلى أن الأساليب المتنبئة لدى طلبة الصف السابع هي على التوالي: الأسلوب المتساهل للأم والأسلوب المتساهل للأب والأسلوب الحازم للأب. أما لدى طلبة الصف الثامن، فقد كانت على التوالي: الأسلوب المتساهل للأب والأسلوب المتساهل للأم، والأسلوب المتسلط للأب.

دراسة المومني وجرادات (2011) بعنوان: الرهاب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين: الانتشار والمتغيرات الاجتماعية والديمغرافية.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الرهاب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين من حيث الانتشار وعلاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية، وتم استخدام المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (729) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة الأردنية، تم اختيارهم بطريقة عشوائية.

وأظهرت النتائج أن النسبة المئوية لانتشار الرهاب الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة بلغت (7.17%)، كما تبين أن نسبة الانتشار كانت أعلى لدى الإناث في حين لم تظهر فروق في نسبة الانتشار تعزى للمستوى الدراسي أو الترتيب الولادي أو مكان الإقامة.

دراسة الركيبات (2015) بعنوان: درجة الرهاب الاجتماعي وعلاقتها بمستوى التحصيل الدراسي والجنس لدى طلبة الصف العاشر الأساسي في الأردن.

هدفت هذه الدراسة التعرف إلى درجة الرهاب الاجتماعي وعلاقتها بمستوى التحصيل الدراسي والجنس لدى طلبة الصف العاشر الأساسي في الأردن، وتم استخدام المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من (105) طالباً وطالبة اختيروا من مديرية تربية البادية الجنوبية، وقد تم استخدام مقياس ليبوتز للرهاب الاجتماعي (Liebowitz, 1987)

وأظهرت النتائج أن النسبة المئوية لانتشار للرهاب الاجتماعي لدى أفراد العينة بلغت (20.15%)، كما أظهرت النتائج عدم وجود علاقة ارتباطية بين درجة الرهاب الاجتماعي ومستوى التحصيل الدراسي، ووجود فروق بين أفراد العينة في درجات الرهاب الاجتماعي تعزى للجنس وذلك لصالح الإناث.

دراسة العجيمان وتان (Aljughaiman & Tan, 2008) بعنوان الرهاب الاجتماعي لدى الطالبات الموهوبات في المملكة العربية السعودية.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الرهاب الاجتماعي لدى الطالبات الموهوبات في المملكة العربية السعودية والكشف عن الفروق في ضوء متغير المستوى الصفي، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (66) موهوبة في الصفين السادس والسابع، تم اختيارهن عشوائياً من برنامج إثرائي مقدم للطالبات الموهوبات بمحافظة جدة، وطبق عليهن مقياس القلق الاجتماعي .

التعقيب على الدراسات:

1:من حيث الأهداف .

تناولت بعض دراسات الرهاب الاجتماعي، حيث هدفت دراسة (الرقاد 2017) إلى الكشف عن علاقة الرهاب الاجتماعي بالتوافق الجامعي، وهدفت دراسة (حمدان والجوارنة ،2015) إلى تحديد العلاقة بين أساليب المعاملة الوالدية والرهاب الاجتماعي، وهدفت دراسة (الركيبات ،2015) إلى الكشف عن العلاقة بين درجة الرهاب الاجتماعي والتحصيل الدراسي، وهدفت دراسة (المومني وجرادات ، 2011) إلى الكشف عن مستوى الرهاب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين، كما هدفت دراسة (العجيمان وتان، 2008) إلى الكشف عن مستوى الرهاب الاجتماعي لدى الموهوبات.

2:من حيث النتائج.

اظهرت نتائج بعض دراسات الرهاب الاجتماعي، حيث اظهرت دراسة (الرقاد،2017) وجود علاقة بين الرهاب الاجتماعي والتوافق الجامعي ، و دراسة (حمدان والجوارنة ،2015) اظهرت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائية على مقياس الرهاب الاجتماعي تعزى إلى الجنس لصالح الإناث، و دراسة (الركيبات ،2015) أظهرت النتائج عدم وجود علاقة ارتباطية بين درجة الرهاب الاجتماعي ومستوى التحصيل الدراسي، و دراسة (المومني وجرادات ، 2011) أظهرت النتائج أن النسبة المئوية

لانتشار الرهاب الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة بلغت (7.17%)، كما تبين أن نسبة الانتشار كانت أعلى لدى الإناث في حين لم تظهر فروق في نسبة الانتشار تعزى للمستوى الدراسي أو الترتيب الولادي أو مكان الإقامة، و دراسة (العجيمان وتان، 2008) واظهرت النتائج إلى أن مستوى الرهاب الاجتماعي لدى الطالبات الموهوبات كان متوسطاً و أن الموهوبات من الصف السادس أعلى من الصف السابع في درجات الرهاب الاجتماعي.

الفصل الثالث
إجراءات البحث المنهجية

يتضمن هذا الفصل الإجراءات التي قام بها الباحثان بدءاً بتحديد منهج البحث , ومجتمع البحث , واختيار العينة المناسبة والأداة المستخدمة في قياس متغير البحث (الرهاب الاجتماعي) وإجراء الخصائص السايكومترية لها المتمثلة بالصدق والثبات, واستخدام الوسائل الإحصائية في معالجة البيانات من إجل تحقيق أهداف البحث الحالي , وفيما يأتي استعراض لهذه الإجراءات .

اولاً : منهج البحث :

يعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي من أجل ملائمة طبيعة متغيرات البحث , حيث يعرف المنهج الوصفي بأنه أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة وتصويرها بالأرقام من خلال جمع البيانات والمعلومات وتحليلها وتفسيرها بطريقة علمية دقيقة . (المنزل والعتوم ,2010: 269)

ثانياً : مجتمع البحث :

يشتمل مجتمع البحث الحالي على طلبة كلية التربية الاساسية من قسمي العلوم والارشاد والبالغ عددهم (9127) طالب وطالبة , بواقع (4190) من الذكور , و(4937) من الاناث للعام الدراسي 2022م – 2023م.

ت	القسم	الذكور	الإناث	المجموع
1	تربية خاصة	**269**	**196**	**465**
2	ارشاد نفسي	**321**	**297**	**600**
3	معلم صف اول	**348**	**230**	**578**
4	رياض اطفال	**0**	**562**	**562**
5	فنية	**181**	**409**	**590**
6	الاسرية	**66**	**111**	**177**
7	الإسلامية	**298**	**277**	**575**
8	التاريخ	**340**	**248**	**588**
9	الجغرافية	**289**	**366**	**655**
10	التربية البدنية	**363**	**153**	**516**
11	اللغة العربية	**259**	**566**	**861**
12	اللغة الإنجليزية	**329**	**383**	**712**
13	الرياضيات	**568**	**414**	**982**
14	الحاسبات	**116**	**205**	**317**

العلوم				
1	عام			**283**
2	الأحياء	**59**	**164**	**283**
3	كيمياء	**69**	**120**	**189**
4	فيزياء	**113**	**132**	**245**
المجموع		**4190**	**4937**	**9127**

ثالثاً : عينة البحث :

تتحد عينة البحث على (50) طالب وطالبة , الذين تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة من مجتمع البحث بواقع (25) طالب وطالبة من المرحلة الثالثة و(25) طالب وطالبة من قسمي الرياضيات و التاريخ , والجدول رقم (1) يبين ذلك.

جدول (1)
توزيع أفراد عينة البحث

القسم	المجموع
الرياضيات	**25**
التاريخ	**25**
المجموع	**50**

رابعاً : أداة البحث :

مقياس الرهاب الاجتماعي :

بعد اطلاع الباحثان على الادبيات والدراسات السابقة الخاصة بمتغير الرهاب الاجتماعي تبنى الباحثان مقياس الرهاب الاجتماعي من (الكناني , 2004) المكون من (37) فقرة ووضعت له البدائل (دائماً , غالباً , احياناً, نادراً , ابداً) , وبلغت الإوزان للفقرات الإيجابية (5–1) في حين بلغت الأوزان للفقرات السلبية (1– 5).

صدق المقياس Validity:

يعد الصدق من الخصائص السيكومترية الأساسية للمقاييس والاختبارات التربوية والنفسية، فالاختبار الصادق هو الاختبار الذي يصلح للاستخدام في ضوء الأهداف التي وضع من أجلها
(عبد الهادي، 111:1999). واعتمد الباحثان على الإجراء التالي في التحقق من صدق المقياس.

الصدق الظاهري للمقياسFace Validity

ويقصد به مدى تمثيل المقياس للمحتوى المراد قياسه (العساف: 1995: 43–4) ويشير ايبل (Ebell: 1972) الى ان افضل طريقة للتأكد من صدق المقياس هو عرض فقراته على مجموعة من الخبراء للحكم على مدى صلاحيتها في قياس الخاصية

التي وضع لاجلها وقد تحقق هذا النوع من الصدق عندما عرض المقياس (ملحق 1) على مجموعة من المتخصصين في علم النفس والاختبارات والمقاييس في كلية التربية الاساسية, وفي ضوء ملاحظات الخبراء نالت اغلب فقرات المقياس نسبة اتفاق 90% وبذلك اصبح المقياس مكوناً من (37) فقرة بصيغته النهائية كما مبين في ملحق (3) .

ثبات المقياس :

يعد الثبات من المفاهيم الأساسية في المقياس النفسي والتربوي ولكي تكون الأداة صالحة للتطبيق والاستخدام لابد من توفير الثبات فيها (الأمام ,1990: 143).

واستخرج الباحثان معامل الثبات للمقياس بطريقة :

أسلوب إيجاد الثبات باستعمال الفا كر ونباخ :-

يعتمد هذا الأسلوب الاتساق الداخلي الفرد من فقرة إلى أخرى، ويشير إلى الدرجة التي تشترك بها جميع فقرات الاختبار في قياس خاصية معينة عند الفرد،(ثورندايك وهيجن،1989،79).واستخرج معامل الاتساق الداخلي لمقياس الرهاب الاجتماعي باستعمال معادلة الفا كرونباخ لدرجات أفراد العينة البالغ عددهم(50) طالب وطالبة وبلغ معامل الثبات للمقياس (0,81) ، و هو معامل ثبات عال .

جدول (2)

قيم معامل الثبات بطريقة الفاكورنباخ لمقياس الرهاب الاجتماعي

المقياس	معامل الثبات
	الفاكورنباخ
الرهاب الاجتماعي	**81,0**
عدد الفقرات	**37**
حجم العينة	**50**

مفتاح التصحيح :

ويقصد بها وضع درجة استجابة المفحوص على كل فقرة من فقرات الاستبانة ومن ثم جمع هذه الدرجات للحصول على الدرجة الكلية لكل استبانة , فالنسبة لفقرات مقياس الرهاب الاجتماعي وإن عدد فقراته (37) وخمسة بدائل , وضعت درجة لكل بديل , حيث تراوحت الدرجة ما بين (1- 5) بالنسبة للفقرات الإيجابية وبصورة عكسية للفقرات السلبية وبذلك وبذلك فان الدرجة العليا للمقياس هي (185) والدرجة الدنيا (37) حيث بلغ المتوسط الفرضي للمقياس (111) درجة , والجدول رقم (3) يبين ذلك.

الجدول (3)

درجات بدائل مقياس الرهاب الاجتماعي في الفقرات الايجابية والسلبية

ت	درجات البدائل للفقرات الايجابية	الدرجات	درجات البدائل للفقرات السلبية	الدرجات
1	دائما	5	دائما	1

2	غالبا	4	غالبا	2
3	أحيانا	3	احيانا	3
4	نادراً	2	نادراً	4
5	أبدا	1	ابدا	5
اعلى درجة للمقياس		185	أدنى درجة للمقياس	37
الوسط الفرضي			111	

التطبيق النهائي :

قام الباحثان بتطبيق المقياس (الرهاب الاجتماعي) بصيغته النهائية المكونة من (37) فقرة على افراد عينة البحث البالغة (50) طالب وطالبة , وبتوضيح كيفية الإجابة على فقرات المقياس لأفراد عينة البحث وتم توزيع واسترجاع المقياس من قبل الباحثان .

خامساً : الوسائل الإحصائية : أستخراج نتائج البحث نظام الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Statistical Package for Social Sciences) (SPSS) والتي أستخدم من خلاله الوسائل الإتية :

1- الاختبار التائي لعينة واحدة لقياس الرهاب الاجتماعي وكذلك ايجاد الفروق بين الوسط الحسابي للمقياس والمتوسط الفرضي له .

2- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لأيجاد الفروق بين الذكور والاناث في مستوى الرهاب الاجتماعي

3- معادلة ألفا كرونباخ للحساب معامل الثبات .

4- نسبة الاتفاق= عدد الخبراء الذين اتفقوا على الفقرة X 100
عدد الخبراء الكلي

وتم حساب المتوسط الفرضي من خلال

اعلى درجة للمقياس + إدنى درجة للمقياس
2

الفصل الرابع
عرض النتائج و مناقشتها

سيتناول هذا الفصل عرض النتائج ومناقشتها وفق أهداف البحث الحالي وكما يأتي :

الهدف الأول : التعرف على مستوى الرهاب الاجتماعي لدى طلبة الجامعة

من أجل تحقيق هذا الهدف طبق الباحثان مقياس الرهاب الاجتماعي على أفراد عينة البحث البالغة (50) طالب وطالبة , حيث بلغ المتوسط الحسابي للمقياس (121,03) بأنحراف معياري قدره (7,279) , بينما بلغ المتوسط الفرضي للمقياس (111) درجة , وبأستخدام الاختبار التائي

(T–test) لعينة واحدة لاختبار الفروق بين المتوسطين , أظهرت نتائج التحليل الإحصائي أن القيمة التأئية المحسوبة بلغت (12,724) هي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (1,67) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (49) مما يدل على إن افراد عينة البحث الحالي يعانون من الرهاب الاجتماعي والجدول (4) يبين ذلك

جدول (٤)

نتائج الاختبار التائي T–test لعينة واحدة للتعرف على مستوى الرهاب الاجتماعي

الرهاب الاجتماعي	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		مستوى الدلالة **05,0**
						المحسوبة	الجدولية	
	50	**03.121**	**279.7**	**111**	**49**	**724,12**	**67,1**	الدالة

قيمة (ت) الجدولية =(1.67) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية ن–1=49 .

يتضح من الجدول اعلاه ان افراد عينة البحث يعانون من الرهاب الاجتماعي , واتفقت النتائج السابقة مع نتائج دراسة (الرقاد ,2017)، ودراسة (حمدان والجوارنة 2015) ودراسة (عاصلة 2013)، ودراسة (المجنوني، 2013)، ودراسة حمدان، 2012) و شاهين وجرادات ،2012) لكن اختلفت هذه النتائج مع نتائج دراسة (الركيبات ،2015) و دراسة (حمادنة ، 2013)

الهدف الثاني : معرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية في الرهاب الاجتماعي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير الجنس(ذكور / إناث) .

لتحقيق هذا الهدف ولأيجاد الفروق في الرهاب الاجتماعي بين الذكور والإناث استخرج الباحثان المتوسط الحسابي لعينة الاناث حيث بلغ (123,40) بأنحراف معياري قدره (6,882) , بينما بلغ المتوسط الحسابي لعينة الذكور (122,67) بأنحراف معياري قدره (5,328) , ولأختبار الفروق بين المتوسطين استخدم الباحثان الاختبار التائي(T–test) لعينتين مستقلتين , حيث بلغت القيمة التائية المحسوبة (0,762) وهي اصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,67) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (58) , مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرهاب الاجتماعي بين الذكور والإناث , والجدول (5) يبين ذلك.

جدول (5)

نتائج الاختبار التائي (T–test) لعينتين مستقلتين لاختبار الفروق بين الذكور والإناث في مستوى الرهاب الاجتماعي

الرهاب الاجتماعي	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	الدرجة التائية		مستوى الدلالة
						المحسوبة	الجدولية	
	اناث	**25**	**40,123**	**882,6**				**05,0**
	ذكور	**25**	**67,122**	**325,5**	**58**	**762,0**	**67,1**	غير دالة

يتضح من الجدول اعلاه بانه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في الرهاب الاجتماعي , وتتفق هذه النتائج السابقة مع نتائج دراسة (الرقاد 2017)، ودراسة (عاصلة 2013)، ونتائج دراسة (رتيب، 2000) بينما اختلفت مع نتائج دراسة (الركيبات ،2015) ، ونتائج دراسة (حمادنة، 2013) ، واختلفت أيضاً مع نتائج دراسة (بورستن وآخرون، 2011)، واختلفت أيضاً مع نتائج دراسة (ملص، 2007)، ونتائج دراسة (البناء، 2006) .

الهدف الثالث : معرفة الفروق ذات الدلالة الإحصائية في الرهاب الاجتماعي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير التخصص (علمي / انساني) .

لتحقيق هذا الهدف ولأيجاد الفروق في الرهاب الاجتماعي بين العلمي والانساني استخرجت الباحثة المتوسط الحسابي لعينة العلمي حيث بلغ (120,33) بأنحراف معياري قدره (4,232) , بينما بلغ المتوسط الحسابي لعينة الانساني(121,42)

بأنحراف معياري قدره (5,032) , ولأختبار الفروق بين المتوسطين استخدم الباحثةالاختبار التائي(T–test) لعينتين مستقلتين , حيث بلغت القيمة التائية المحسـوبة (0,943) وهي اصـغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1,67) عند مسـتوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (58) , مما يدل على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصـائية في مستوى الرهاب الاجتماعي بين العلمي والانساني, والجدول (6) يبين ذلك.

جدول (6)

نتائج الأختبار التائي (T–test)لعينتين مستقلتين لأختبار الفروق بين العلمي والانساني في مستوى الرهاب الاجتماعي

الرهاب الاجتماعي	التخصص	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	الدرجة التائية		مستوى الدلالة
						المحسوبة	الجدولية	
	العلمي	**25**	**33,120**	**232,4**				**05,0**
	الانساني	**25**	**42,121**	**032,5**	**58**	**943,0**	**67,1**	غير دالة

يتضـح من الجدول اعلاه بانه لا توجد فروق ذات دلالة احصـائية بين العلمي والانسـاني في الرهاب الاجتماعي وتتفق هذه النتائج السـابقة مع نتائج دراسـة المجنوني ،2011)، و(المومني وجرادات، 2011)، بينما اختلفت مع نتائج دراسـة (العجيمان ،وتان ،2008)، ونتائج دراسة(حمدان والجوارنة، 2015).

الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات :

اولاً : الاستنتاجات **Conclusion**

في ضوء نتائج البحث الحالي تستنتج مايلي :

1. يعاني افراد عينة البحث الحالي من الرهاب الاجتماعي .
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرهاب الاجتماعي بين الذكور والإناث
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرهاب الاجتماعي بين العلمي والانساني

ثانياً : التوصيات **Recommendations**

على وفق ما أسفرت عنه نتائج هذا البحث خرج الباحثان بمجموعة من التوصيات وكما يلي :

1. ضرورة اهتمام الوحدات الارشادية في الجامعات العراقية بظاهرة الرهاب الاجتماعي من اجل الوقاية من مخاطرها .
2. على المؤسسات التربوية والتعليمية ضرورة اقامة ندوات وحلقات نقاشية حول سلبيات الرهاب الاجتماعي .
3. من الضـروري ان تهتم ادارة الجامعات في الاكثار من الانشـطة الاجتماعية والثقافية التي تنمي شـخصـية الطلبة للتخلص من حالة الرهاب الاجتماعي للذين يعانون منه .

ثالثاً : المقترحات **Suggestions**

استكمالاً للبحث الحالي وتطويراً له يقترح الباحثان مايلي :

1. إجراء دراسة وصفية ارتباطية حول الرهاب الاجتماعي والضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة.

2.إجراء دراسة مماثلة للبحث الحالي على عينات اخرى في المجتمع.

3.إجراء دراسة تجريبية لتطبيق برنامج ارشادي في خفض الرهاب الاجتماعي لدى الطلبة .

المصادر

اولا: المصادر العربية.

– الكتاني، فاطمة الشريف. (2004), القلق الاجتماعي والعدوانية لدى الأطفال: العلاقة بينهما ودور كل منهما في الرفض الاجتماعي، لبنان: دار وحي القلم.

– دهلوي، دانية عثمان عبدالحي (2010) الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بقسميها العلمي والأدبي بمدينة مكة المكرمة. (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة أم القرى بمكة المكرمة.

– دهراب، سميرة (2008) برنامج ارشاد جمعي للتعامل مع الرهاب الاجتماعي موقع الرؤية الالكتروني، استرجعت بتاريخ 25/11/2014 .

– ملص، زينب (٢٠٠٧م). العلاقة بين الرهاب الاجتماعي وتقدير الذات لدى عينة من طلاب الجامعة الأردنية (رسالة ماجستير غير منشورة). الجامعة الأردنية، عمان.

–الشربيني، زكريا. (٢٠١٠). المشكلات النفسية عند الأطفال، القاهرة: دار الفكر العربي.

–قاسم محمد (٢٠١٢) مدخل إلى الصحة النفسية عمان: دار الفكر ناشرون وموزعون.

–الصبوة، محمد نجيب أحمد (٢٠٠٧م). العلاج المعرفي السلوكي لحالة رهاب اجتماعي نوعي رهاب الإملاء – مجلة الطفولة العربية، (٣٠): ٣١ – ٥٧ .

–حمادنة برهان محمود (٢٠١٣م) مستوى الرهاب الاجتماعي لدى الطلبة الموهوبين في مدارس الملك عبد الله الثاني للتميز في الأردن المجلة الدولية التربوية المتخصصة . ٢(٧):٧٢١–٧٠٩.

–شاهين فرنسيس وجرادات عبد الكريم. (٢٠١٢م) مقارنة العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي بالتدريب على المهارات الاجتماعية في معالجة الرهاب الاجتماعي، مجلة جامعة النجاح للأبحاث، ٢٦(٦): ١٢٥٩ – ١٣٩٢.

–أبو زيد، إبراهيم أحمد (٢٠٠٨). سيكولوجية الذات والتوافق الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

–عكاشة، أحمد. (٢٠٠٣). الطب النفسي المعاصر، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

–الركيبات، أسجد فرحان (٢٠١٥م). درجة الرهاب الاجتماعي وعلاقتها بمستوى التحصيل الدراسي والجنس لدى طلبة الصف العاشر الأساسي في الأردن، المجلة الدولية التربوية المتخصصة، (٢) ١ – ١٣.

–عبد الجواد ميرفت عزمي وأحمد أسماء فتحى (٢٠١٥م). الفروق في بعض سمات الشخصية والقلق الاجتماعي لدى مستخدمي وغير مستخدمي شبكات التواصل الاجتماعي لعينة من طلاب كلية التربية جامعة المنيا. مجلة العلوم التربوية والنفسية.١٦(٤):١٧٨–٢٠٨.

–الشريف، بندر بن عبدالله (٢٠١٤م). بعض أبعاد القلق الاجتماعي المنبئة بالتحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة طيبة. المجلة الدولية التربوية المتخصصة، ٣(٩) ١ – ٢٢ .

-شاهين فرنسيس وجرادات عبد الكريم. (٢٠١٢م) مقارنة العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي بالتدريب على المهارات الاجتماعية في معالجة الرهاب الاجتماعي، مجلة جامعة النجاح للأبحاث، ٢٦(٦): ١٣٥٩ – ١٣٩٢.

-عزو، أحمد وسمور، قاسم. (٢٠١٦م). فاعلية برنامجين إرشاديين في خفض أعراض اضطراب الرهاب الاجتماعي لدى عينة من طلبة السنة الأولى في جامعة اليرموك. المجلة الأردنية في العلوم التربوية. ١٢(١): ٥٩ – ٦٩.

-حسين . طه .(٢٠٠٩) . استراتيجيات ادارة الخجل والقلق الاجتماعي عمان . دار الفكر للنشر والتوزيع .

-عبد العظيم، طه (2007) العلاج النفسي المعرفي الإسكندرية: دار الوفاء.

-بيل، أرثر (2011). الفوبيا، ترجمة عبد الحكيم الخزامي . مصر الجديدة الدار الأكاديمية للعلوم.

-الصبوة، محمد نجيب أحمد (٢٠٠٧). العلاج المعرفي السلوكي لحالة رهاب اجتماعي نوعي رهاب الإملاء – مجلة الطفولة العربية (٣٠) ٣١ – ٥٧.

-الرقاد هناء خالد (٢٠١٧م). الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالتوافق الجامعي لدى طلبة الجامعة الهاشمية. المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث مجلة العلوم التربوية والنفسية، ١(٣):٢٣٢-٢٤٨.

-المومني، فواز ،وجرادات عبدالكريم (٢٠١١م) الرهاب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين: الانتشار والمتغيرات الاجتماعية والديمغرافية. المجلة الأردنية للعلوم الاجتماعية، ٤(١):٧١-٨٨.

ثانيا:المصادر الأجنبية.

1. Aljughaiman, A; & Tan, M. (2008). Anxiety In Gifted Female Students In the Kingdom of Saudi Arabia. Gifted .and Talented International Journal, 23 (2): 49-54
2. National Institute of Mental Health. (2003). Social phobia: Areal Illness.Bethesda: National Institute of Mental .Health
3. Klinger, E., Legaron, P., Roy, S., Chemin, M., Louer, F and Nugues, P.(2006)Virtually reality Exposure in the .treatment social phobia. Amsterdam: syberthpy
4. Furmark, T (2000). Social phobia; from epidemiolohy to brain function act universitatis upsaliensis comprehensive summaries of Uppsala dissertaions from the faculty of social sciences. New York: Combridge .University pess
5. American Psychiatric Association (1994). Diagnostic and Statistical Manual for Mental Disorders. DSM-IV .D. C. Washington .(1994)
6. .Roche, C. (1998). What Is social phobia? London. Royal college of psychiatrist
7. .American Psychiatric Association. (2013). Diagnostic and statistica Manual of mental Disorders. (5th ed.) .Washington
8. Heideman, Paul W. (2008). Combining cognitive behavioral therapy with an alcohol intervention to reduce alcohol problems among socially anxious college students. (Unpublished Ph.D. Dissertation). University of .Wisconsin-Milwaukee
9. Stoddard, J. A. (2007). Development and single case evaluation of intensive cognitive behavioral treatment for .social phobia. (Unpublished Ph.D. DIssertation). Boston University
10. World Health Organization. (1992). The International classification of mental and behavioral disorders. Clinical .Desriptions and Diagnostic Guidelines (ICD-10). Geneva, Switzerland
11. Davison, G. C. Neale, J. M. & Kring, A.M. (2004). Abnormal Psychology. (9th edition). NY: Wiley.