القلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية في ضوء بعض المتغيرات

Social anxiety in a sample of secondary school students in light of some variables

د. عبد الله عادل شراب

وزارة التربية والتعليم العالي الفلسطينية–محافظات غزة

Abdullah_Shorap@hotmail.com

تاريخ الارسال:04-06-2017 تاريخ القبول: 28-11-2018

الملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى القلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية، ولجمع البيانات أعد الباحث مقياس القلق الاجتماعي مكون من (14) فقرة، من خلال عينة ضمت (220) طالباً وطالبة، تم اختيارهم بطريقة العينة العشوائية البسيطة من طلبة الصف الأول الثانوي لمديرية تعليم شرق محافظة خان يونس، وتوصلت نتائج الدراسة إلى:

- المستوى العام للقلق الاجتماعي كان متوسطاً؛ بوزن نسبي (64.20%).
- وجود فروق ذات دلالة احصائية تبعاً لمتغير النوع، لصالح الطالبات.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية تبعاً لمتغير التخصص، لصالح التخصص العلمي.
- وجود فروق ذات دلالة احصائية تبعا لمتغير التحصيل الدراسي، لصالح الطلبة الذين تقديرهم التحصيلي (70%) فأقل.

الكلمات المفتاحية: القلق الاجتماعي–المرحلة الثانوية–المراهقة.

Abstract:

This study aimed to identify the level of social anxiety in a sample of secondary school students. In order to collect the data, the researcher prepared a social anxiety scale consisted of (14) paragraphs, through a random sample consisted of 220 students from Students of the first grade secondary school in directorate of education east of Khan Younis Governorate .

The results of the study showed that:

- The general level of social anxiety was average with a relative weight (64.20%)

- There were statistically significant differences depending on the gender variable, in favor of female students.

- There were statistically significant differences depending on the variable of specialization, in favor of scientific specialization.

-There were statistically significant differences according to the variable of scholastic achievement, for the benefit of students who have an estimated achievement (70%) or less.

Keywords : social anxiety - secondary stage - adolescence.

1. مقدمة:

تعتبر مرحلة المراهقة من أهم مراحل حياة الإنسان، فهي بداية لميلاد جديد للفرد، ينتقل خلالها من مرحلة الطفولة إلى الرشد، وتصاحب هذه مرحلة تغيرات فسيولوجية ونفسية وعقلية وانفعالية واجتماعية، لذا تُعد مرحلة حرجة في حياة الفرد، وحلقة من حلقات النمو، تتأثر بالمرحلة التي تسبقها، وتؤثر على المراحل التي تليها، لذا تتطلب مرحلة المراهقة وعياً من قبل المحيطين بالمراهق، لتفهم ما يطرأ على طباعه وسلوكياته، ومساعدته على تجاوزها والتغلب عليها، فالبيئة الاجتماعية المحيطة بالمراهق قد تمارس ضغطاً على سلوكياته وتصرفاته، مما قد يوتره ويقلقه ويخلق له مشكلات تحتاج لعلاج مهني، وتوضح (محمود، 2001: 141) بأن مرحلة المراهقة هي فترة استيقاظ الانفعالات والحاجات المختلفة وفترة ظهور أو وضوح القدرات والإمكانيات الحسية والعقلية والاجتماعية، إضافة إلى أنها تتسم في كثير من الأحوال بالقلق والضيق والثورة والشك فهي محفوفة بالألم والأسى.

وللقلق مكانة هامة في علم النفس الحديث، فهو المفهوم المركزي في علم الأمراض النفسية، بل وفي أمراض عضوية مختلفة، ويعتبره "Freud" القاعدة الأساسية والمشكلة المحورية في كل الأعصبة، كما تعتبره "Horney" المحور الدينامي للعصاب النفسي، ليس في الأمراض النفسية، بل في سلوك الناس السوي وغير السوي، ويشير "May" كذلك إلى أن القلق القاسم المشترك في جميع المراض النفسية والجسمية، والاختلالات العقلية والانحرافات السلوكية، وعلى نفس المنحنى يؤكد "Sarbin" على أن القلق هو المحرك الأساس لكل سلوك سوي وغير سوي لدى الإنسان. (عيد، 2000: 349)

ويمثل القلق الاجتماعي جانباً من جوانب القلق الذي تستثيره المواقف الاجتماعية، ويعبر عن مشكلة نفسية انفعالية فردية يمر بها الفرد خلال المواقف الاجتماعية، تتمثل في الخوف من التقييم السلبي من الآخرين. (البناء، وآخرون، 2006: 294).

ويعد مفهوم القلق الاجتماعي من المفاهيم التي ترتبط بالتفاعل بين الفرد والآخرين، وهو جزء من عملية الاتصال، وقد يشار إليها في بعض الأدبيات المتخصصة بالخجل أو الرهاب. (السيد، 2001: 85)

بينما يرى كلاً من (John and Murray, 2002) أن القلق الاجتماعي هو ما يشعر به الفرد من قلق وعدم ارتياح عندما يكون محاطاً بالآخرين، وعادة يصاحب القلق الاجتماعي الشعور بالقلق من أن يكون موضع تفحص وتدقيق من الآخرين، حينها يشعر الفرد بالقلق الاجتماعي، إن فكرة القلق الاجتماعي تتداخل بشكل كبير مع الحياء، كما تتداخل مع غيرها من المفاهيم كالخجل، وعندما يواجه هؤلاء المصابين بالقلق الاجتماعي موقفاً سيكونون فيه موضع ملاحظة الآخرين، فإنهم يشعرون بقلق بالغ،

وقد يتخذ هذا القلق بعض الأعراض البدنية مثل تسارع دقات القلب، والارتجاف، والعرق، و احمرار الوجه، وفي حالات أخرى قد تكون الأعراض أقل، ولكنها تبقى لوقت أطول، قد تكون هذه هي الحال عندما يقلق شخص ما لمدة أيام وأسابيع وربما شهور بسبب ما.

ويبين (عيد، 2000: 249) أن القلق الاجتماعي أو الرهاب الاجتماعي احتل موقعاً هاماً في التصنيف الدولي العاشر للاضطرابات النفسية الذي اصدرته منظمة الصحة العالمية عام (1992)، حيث يضع القلق ضمن فئة "اضطرابات القلق الرهابي"، ويتحدد الرهاب الاجتماعي في هذا التصنيف بأنه " اضطراب يبدأ غالباً في مرحلة المراهقة، ويتمركز حول الخوف من نظرة الآخرين، ويؤدي إلى تجنب المواقف الاجتماعية، ويبدو الرهاب الاجتماعي في أعراض نفسية أو سلوكية أو فيزيولوجية، ويظهر في مواقف اجتماعية معينة، حيث يعتبر الاحجام عن المواقف الرهابيه من أبرز معالم الرهاب الاجتماعي الذي يؤدي في الحالات الشديدة إلى العزلة الاجتماعية الكاملة.

أما (رضوان، 2001: 47) فقد ذهب إلى أن السمة الأساسية للقلق الاجتماعي هي الخوف المزمن من مواقف مختلفة يشعر فيها الفرد بأنه محط الأنظار، والخوف من القيام بسلوك مخجل أو فاضح، والخوف من تقييم الآخرين، ومن أعراض القلق الاجتماعي الأساسية الخوف من الحديث أمام الجمهور، ومن مراقبة الناس للفرد أثناء ممارسة بعض الأنشطة.

أما من حيث المكونات فقد قسم (Baron, 1998: 390- 393) مكونات القلق الاجتماعي إلى ثلاث مكونات أساسية، هي:

- **المكون المعرفي**: ويتضمن (تدني احترام الذات، ارتفاع الشعور بالذات أو الانشغال بها، الخوف من الرفض أو التقييم السلبي، أفكار غير منطقية "ذاتية" عن الذات)، المكون المعرفي يلعب دوراً حاسماً في استمرار وبقاء القلق الاجتماعي.
- **المكون الانفعالي**: ويتضمن (ويتضمن الاستثارة العصبية أثناء المواقف الاجتماعية ومعاناة الشخص من أعراض جسدية، كاحمرار الوجه، الرعشة، الشعور بالغثيان، والتعرق، وجفاف الحلق، وارتفاع معدل ضربات القلب).
- **المكون السلوكي**: ويتضمن (كف السلوك الاجتماعي، وتجنب الآخرين، ونقص المهارات الاجتماعية، والحديث المنخفض وغير الجذاب أو الصمت، وتجنب الاحتكاك البصري).

بينما يرى (السيد، 2001: 54) أن للقلق الاجتماعي مكونين أساسيين، الأول: قلق التفاعل: وهو القلق الناشئ من التفاعل المتوقع بين الفرد والآخرين، وهو يحدث نتيجة الخجل أو التفاعل مع أُناس جدد أو غرباء، والمكون الثاني: قلق المواجهة: وهو القلق الناشئ من المواجهة غير المتوقعة، ويظهر ذلك من خلال التحدث والاتصال.

لقد نال موضوع القلق الاجتماعي اهتمام الباحثين الغربيين والعرب على حد سواء، حيث أجريت العديد من الأبحاث والدراسات حول هذا الموضوع وعلاقته بمتغيرات مختلفة، إلا أن هناك قلة- على حسب اطلاع الباحث- من البحوث والدراسات على المستوى المحلي، فقد قام (الريماوي، 2013) بدراسة هدفت إلى درجة انتشار القلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة جامعة

القدس، ومعرفة إن كان هناك فروق دالة احصائياً وفق متغيرات (الجنس، التخصص، المعدل التراكمي)، كما أجرى (دبابش، 2011) دراسة هدف من خلالها إلى استقصاء مدى فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض القلق الاجتماعي من خلال قياس القلق الاجتماعي وتشخيصه عند عينة من طلبة الصف الحادي عشر ثانوي وأثره على تقدير الذات من خلال قياس تقدير الذات، وبناء على ما تقدم فإن مشكلة القلق الاجتماعي تظهر بشكل أكبر في فترة المراهقة- كما أوضحت كثير من الدراسات-، إضافة إلى أن الاحصاءات حول نسبة انتشار القلق الاجتماعي تختلف أرقامها من مجتمع لآخر، ولعل السبب في هذا الاختلاف يرجع إلى وجود فروق في طرق القياس وتنوع الثقافات من مجتمع لآخر، لذا حاولت الدراسة الحالية التعرف على مستوى القلق الاجتماعي تبعاً لمتغيرات النوع، والتخصص، والتحصيل الدراسي، وذلك من خلال عينة من طلبة المرحلة الثانوية في المدارس الحكومية التابعة لمديرية تعليم شرق محافظة خان يونس بفلسطين، **وتتلخص مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:**

1. ما مستوى القلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية في مديرية تعليم شرق محافظة خان يونس؟
2. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في المتوسطات الحسابية للقلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية تبعاً لمتغير النوع الاجتماعي؟
3. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في المتوسطات الحسابية للقلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية تبعاً لمتغير التخصص؟
4. هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في المتوسطات الحسابية للقلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية تبعاً لمتغير التقدير العام للتحصيل الدراسي؟

2. أهمية الدراسة:

تنبع أهمية الدراسة من قلة الدراسات التي تناولت القلق الاجتماعي في فلسطين، وهو حسب ما أشارت إليه الدراسات والجمعيات المختصة: يعد ثالث أكبر مشكلة من مشاكل الرعاية الصحية النفسية في العالم اليوم، حيث تناولت الدراسة الفئة الأكثر أهمية والتي تُعتبر فئة هامة لارتباطها بمرحلة دراسية مهمة وهي المرحلة الثانوية، التي تقابل مرحلة المراهقة، حيث تُعتبر نتائجها ومخرجاتها أساساً لإعداد الكوادر العلمية المتخصصة، مما ستسهم في التطور العلمي للمجتمع، **ويمكن بيان أهمية الدراسة فيما يلي:**

1. إلقاء الضوء على أهمية القلق الاجتماعي، ومدى تأثيره على فئة الطلبة المراهقين في المرحلة الثانوية.

2. تقدم هذه الدراسة أداة تهدف إلى قياس القلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية من الجنسين.

3. الإثراء المعرفي لمعلمي ومعلمات المرحلة الثانوية للقلق الاجتماعي، مما يمكنهم من إيجاد حلول تربوية وأنشطة وتدريبات تساعد طلابهم على التفاعل والمشاركة داخل القاعة الدراسية.

4. المساعدة في وضع برامج تدريبية للحد من القلق الاجتماعي لدى المراهقين مما يساعدهم في تحقيق قدر معقول من التكيف في المجتمع.

3. أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى:

1. التعرف على مستوى القلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية.

2. الكشف عما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في المتوسطات الحسابية للقلق الاجتماعي لدى عينة من الفئة المستهدفة تبعاً لمتغير: النوع الاجتماعي.

3. الكشف عما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في المتوسطات الحسابية للقلق الاجتماعي لدى عينة من الفئة المستهدفة تبعاً للتخصص.

4. الكشف عما إذا كان هناك فروق ذات دلالة إحصائية في المتوسطات الحسابية للقلق الاجتماعي لدى عينة من الفئة المستهدفة تبعاً لمتغير التقدير العام للتحصيل الدراسي.

5. حدود الدراسة:

تقتصر الدراسة على عينة مكونة من (220) طالباً وطالبة، من طلبة المرحلة الثانوية للمدارس الحكومية التابعة لمديرية تعليم شرق محافظة خان يونس **كحد مكاني وبشري**، وكما تقتصر الدراسة على مصطلح القلق الاجتماعي **كحد مفاهيمي**، وتمثلت أدواتها بمقياس القلق الاجتماعي، واتخذت من العام الدراسي 2016/ 2017 **الحد الزماني**.

6. مصطلحات الدراسة:

* **القلق الاجتماعي**: تعرف الجمعية الأمريكية للأمراض النفسية (APA) القلق الاجتماعي أنه " خوف ملحوظ ودائم من واحد أو أكثر من المواقف الاجتماعية أو مواقف الأداء التي يكون الشخص فيها عرضة للتفحص من قبل الآخرين فيخاف من أن يتصرف بطريقة مخزية أو أن تظهر عليه أعراض القلق التي قد تأخذ شكل نوبة هلع مرتبطة بالموقف ويدرك الشخص أن الخوف زائد أو غير معقول". (APA, 2003: 518)

كما تعرفه (Kennerley, 2008: 48) بأنه "خوف يعتري الشخص بحيث يشعر في كل الوضعيات التي تحتمل تقييما، كالحديث أمام الجمهور أنه سيكون موضع النقد، حيث يؤدي فيها الخوف إلى تقويض مهارات الشخص وينشط دورة القلق لديه".

أما (الشريف، 2014: 7) فيعرفه بأنه "الخوف من مواجهة الآخرين والتفاعل معهم لتجنب الاحراج، مع ضعف الثقة بالنفس وصعوبة التواصل والتعبير".

ويعرف القلق الاجتماعي إجرائيا في الدراسة الحالية: عن طريق الدرجة المرتفعة التي يحصل عليها الطلبة على مقياس القلق الاجتماعي، من إعداد الباحث والمستخدم في هذه الدراسة.

* **النوع الاجتماعي**: الجنس الذي ينتمي إليه الطلبة، ويصنف إلى (الذكور، الإناث).

* **التخصص الدراسي**: الفرع الدراسي للمرحلة الثانوية، ويصنف إلى: (علمي، علوم إنسانية، علوم شرعية).

* **التحصيل الدراسي**: ويعرف إجرائيا في هذه الدراسة: بأنه المعدل التراكمي الذي حصل عليه الطلبة في الفصل الأول، ويصنف ضمن أربعة تقديرات: (أقل من 70%، من 70-79%، من 80-89%، 90% فما فوق).

7. الدراسات السابقة:

دراسة الشريف (2014): هدفت الدراسة لمعرفة الفروق في القلق الاجتماعي، تبعاً لمتغيرات (النوع الاجتماعي، التخصص، التحصيل الدراسي)، على عينة مكونة من (570) طالباً وطالبة، من طلبة جامعة طيبة وفروعها، وأعد الباحث مقياس القلق الاجتماعي لتحقيق هدف الدراسة، وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق في القلق الاجتماعي تبعاً لمتغيرات الدراسة.

دراسة الغافري (2013): هدفت التعرف إلى التعرف إلى مستوى الشعور بالخوف الاجتماعي لدى طلبة كليات العلوم التطبيقية، على عينة مكونة من (282) طالباً وطالبة، كما قام الباحث بتطوير أداة لقياس الخوف الاجتماعي، وأظهرت نتائج الدراسة مستوى متوسط للخوف الاجتماعي، ولم تظهر الدراسة أية فروق وفق متغيري (النوع، التخصص) لمقياس الخوف الاجتماعي.

دراسة الريماوي (2013): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى القلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة جامعة القدس، والتي تعزى لمتغيرات (الجنس، التخصص، المعدل التراكمي)، ولجمع البيانات تم استخدام استبانة للقلق الاجتماعي، من خلال عينة ضمت (386) طالباً وطالبة، وأظهرت نتائج الدراسة أن مستوى القلق الاجتماعي جاء بدرجة عالية وبمتوسط قدرة (3.44)، كما تبين عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في متوسطات القلق الاجتماعي تعزى لمتغيرات الدراسة.

دراسة الرمادي (2012): هدفت الدراسة إلى التعرف على القلق الاجتماعي وعلاقته ببعض متغيرات اضطرابات الشخصية، وتكونت عينة الدراسة من (145) طالباً وطالبة بجامعة الفيوم، وطبق عليهم مقاييس القلق الاجتماعي والحرج والتكتم الاجتماعي والتجنب الاجتماعي والخجل والشعور بالذنب، وتوصلت الدراسة إلى أن الطالبات أكثر قلقا من الطلاب، ووجود فروق ذات دلالة احصائية موجبة في القلق الاجتماعي لصالح الطالبات.

دراسة بلحسيني (2011): هدفت الدراسة إلى التعرف على مستويات الرهاب الاجتماعي لدى طلبة علم النفس بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة ورقلة بالجزائر، وكذا معرفة الفروق في الرهاب الاجتماعي تبعا لمتغير الجنس، وللتأكد من صحة فرضيات الدراسة تم استخدام مقياس الرهاب الاجتماعي من إعداد الباحثة، وقد تم تطبيق المقياس على عينة الدراسة التي تكونت من (429) طالباً وطالبة، وكشفت نتائج الدراسة انخفاض نسبة ذوي الرهاب الاجتماعي المرتفع بين أفراد العينة والذين قدروا بـ (7.69%) مقارنة بذوي الرهاب الاجتماعي المتوسط والذين قدروا بـ (50.58%) وذوي الرهاب الاجتماعي المنخفض والذين قدروا بـ (41.72%)، كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الرهاب الاجتماعي لدى أفراد العينة تعزى إلى متغير الجنس لصالح الإناث.

دراسة أبو حميدان (2010): هدفت الدراسة إلى معرفة مدى انتشار ظاهرة القلق الاجتماعي بين طلبة جامعة مؤتة، وذلك لمعرفة فيما إذا كانت هناك فروقا ذات دلالة إحصائية تعزي لمتغيرات: الجنس والكلية، وتكونت عينة الدراسة من (187)

طالباً وطالبة، وقد استخدم الباحث مقياس القلق الاجتماعي الذي أعده (Roline Wye, 1994)، وقد أظهرت النتائج وجود القلق الاجتماعي لدى أفراد العينة بدرجات متفاوتة حيث تبين أن ما نسبته (4.28%) من أفراد العينة يعانون من قلق اجتماعي مرتفع، وما نسبته (83.96%) يعانون من قلق متوسط، وأن (11.76%) يعانون من مستوى قلق اجتماعي متدني، وقد أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائيًا تعزى لمتغيرات الجنس والكلية.

دراسة Ingles, et al (2010): هدفت الدراسة إلى التأكد من ثبات مقياس القلق الاجتماعي في مرحلة المراهقة والفروق الكامنة لمقياس القلق الاجتماعي على المراهقين، وتكونت عينة الدراسة من (1570) مراهقاً ومراهقةً من الاسبانيين، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن الإناث أعلى قلقا اجتماعيا من الفتيان في الخوف من التقييم السلبي وتجنب العلاقات الاجتماعية.

دراسة قاسم (2009): هدفت الدراسة إلى الكشف عن إيجاد الفروق في القلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغير الجنس والتخصص، وتكونت العينة من (288) طالباً وطالبة من جامعة بغداد، واستخدمت الباحثة مقياس القلق الاجتماعي المعد من قبل الباحثة، وأظهرت النتائج أنه لم تظهر فروق ذات دالة إحصائيا بين متغيري الجنس والتخصص.

دراسة Ahmad (2009): هدفت الدراسة إلى التحقق من العلاقة بين التحصيل الدراسي مع القلق الاجتماعي لدى طلاب المدارس من الجنسين. وتكونت عينة الدراسة من (1000) طالباً وطالبة، وقد تم قياس التحصيل الدراسي من خلال اختبار الإنجاز والذي أعده الباحث لهذه الدراسة. وقد استخدم الباحث نسخة معدلة من مقياس (Leary, 1983) لتقييم شدة القلق الاجتماعي، وقد أظهرت النتائج أن التحصيل الدراسي له علاقة سلبية مع القلق الاجتماعي، كما توصلت الدراسة إلى أن الطالبات أكثر قلقاً اجتماعياً من الطلاب الذكور.

دراسة الشهراني (2007): هدفت إلى معرفة الفروق بين متوسط دراجات الخوف الاجتماعي باختلاف (التخصص، المعدل التراكمي)، على عينة تكونت من (752) طالباً وطالبة من جامعة الملك خالد. وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية باختلاف التخصص، وعدم وجود فروق باختلاف المعدل التراكمي.

دراسة ملص (2007): هدفت الدراسة إلى معرفة نسبة انتشار الرهاب الاجتماعي عند طلبة الجامعة الأردنية، وتكونت عينة الدراسة من (944) طالباً وطالبة، ولأغراض الدراسة تم استخدام مقياس الرهاب الاجتماعي لـ (Liebowitz)، وكشفت

نتائج الدراسة أن نسبة انتشار الرهاب الاجتماعي بين طلبة الجامعة الأردنية هي (9.3%)، وكانت نسبة انتشارها عند الإناث (10.1%) أعلى بشكل دال إحصائيا من نسبة انتشارها عند الذكور (8%).

دراسة البناء، وآخرون(2006): هدفت الدراسة إلى تحديد معدلات انتشار القلق الاجتماعي لدى عينة من طلاب جامعة الكويت والفروق بين الجنسين، وتكونت عينة الدراسة من (440) طالباً وطالبة، وقد استخدم مقياسان هما: قائمة القلق والخوف الاجتماعي، وكشفت الدراسة عن فروق جوهرية بين الذكور والاناث في معدل انتشار القلق الاجتماعي حيث بلغ معدل انتشار القلق الاجتماعي لدى الذكور (1.36%)، و(5.00%) عند الإناث، بينما كان لدى العينة الكلية (3.18%).

- **موقع الدراسة الحالية من الدراسات السابقة:**

يتضح من خلال استعراض الدراسات السابقة، أن جميع الدراسات اعتمدت على المنهجية العلمية الصحيحة من حيث اختيار العينة والأدوات المستخدمة في الدراسة سواءً كانت هذه الأدوات معدة من قبل الباحثين أو تم تقنينها من قبل الباحثين، وهذا الإجراء ساعد الباحث في رسم إطار عام على الصعيد المنهجي والتطبيقي الذي أجراه فيما يتعلق بتحديد المجتمع وطريقة أخذ العينة منه، وما تجدر الإشارة إليه استفادة الباحث من الدراسات السابقة التي حصل عليها في صياغة أسئلة الدراسة وتحديد أهدافها، واختيار الأساليب الإحصائية المناسبة لها، كما استفاد أيضاً من المعلومات والمفاهيم النظرية وإثراء الإطار النظري الخاص بالدراسة الحالية.

8. إجراءات الدراسة:

– منهج الدراسة: وفقاً لطبيعة الدراسة الحالية فقد استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، الذي يصف الظاهرة محل الدراسة، كما هي في الواقع وذلك بجمع الحقائق والبيانات، ومن ثم تصنيفها وتحليلها للوصول إلى نتائج وتعميمات فيما يخص موضوع الدراسة.

– مجتمع وعينة الدراسة: يتكون المجتمع الأصلي للدراسة من طلبة الصف الأول الثانوي بفروعه الثلاث (علمي، علوم إنسانية، علوم شرعية) من الذكور والإناث، من مختلف المدارس التابعة لمديرية تعليم شرق محافظة خان يونس، والذي يبلغ عدد أفراده حسب

الإحصائيات الرسمية لقسم التخطيط والمعلومات التابع لمديرية تعليم شرق خان يونس (2464) طالباً وطالبة، للعام الدراسي 2016/ 2017.

وقام الباحث باختيار المدارس مع مراعاة توزعها الجغرافي، والتوازن بين مدارس الذكور ومدارس الإناث، وكذا بين التخصصات الدراسية، بحيث تمثل العينة المجتمع الأصلي تمثيلاً جيداً، وسحبت العينة بالطريقة العشوائية البسيطة، وهذه الطريقة تستخدم في حالة توافر شرطين أساسيين هما: أن يكون جميع أفرد المجتمع الأصلي معروفين، وأن يكون هناك تجانس بين هؤلاء الأفراد، واختيرت العينة بنسبة (9.2 %) تقريباً من حجم المجتمع الأصلي، وقد بلغ عدد أفرادها (220) طالباً وطالبة، والجدول التالي يوضح توزيع عينة الدراسة وفقاً لمتغيرات الدراسة.

جدول (1): توزيع عينة الدراسة وفقاً لمتغيرات الدراسة

متغيرات الدراسة	مستويات المتغير	التكرار	النسبة المئوية
النوع الاجتماعي	طالب	110	%50
	طالبة	110	%50
التخصص	علمي	80	%36.4
	علوم إنسانية	100	%45.5
	علوم شرعية	40	%18.1
التقدير العام للتحصيل الدراسي	أقل من 70%	60	%27.3
	من 70- 79%	39	%17.7
	من 80- 89%	58	%26.4
	90% فما فوق	63	%28.6

9. أداة الدراسة:

* **مقياس القلق الاجتماعي**: هي أداة تعطي تقديراً كمياً لمستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية، وقد اتبع الباحث الخطوات العلمية في بناء الاستبانة، بالاعتماد على الأدب النظري وبعض الدراسات المتعلقة بموضوع الدراسة، مثل دراسة (دبابش، 2011)، ودراسة (الريماوي، 2013)، ودراسة (الشريف، 2014)، تم صوغ (16) فقرة في صورتها الأولية.

صدق المحتوى: للتحقق من صدق محتوى المقياس قام الباحث بعرضها على عدد من المحكمين من أساتذة الجامعات الفلسطينية في محافظة غزة، وذلك لقراءة فقراتها، وإبداء ملاحظاتهم عليها من حيث: مدى مناسبة العبارات لما وضعت له، ودقة الصياغة اللغوية، وحذف غير المناسب من العبارات، واقتراح فقرات مناسبة، وأي ملاحظات أخرى يرونها مناسبة، وبعد الأخذ بملاحظات المحكمين

وتوجيهاتهم، تم حذف فقرتين بسبب التكرار، إضافة إلى تعديل صياغة بعض الفقرات، والجدول التالي يوضح تعديل الفقرات بناء على رأي السادة المحكمين.

جدول (2): الفقرات المعدلة بناء على رأي السادة المحكمين

الفقرات قبل التعديل	الفقرات بعد التعديل
اهرب من المواقف التي تتطلب المواجهة.	أتجنب المواقف التي تتطلب مواجهة الجمهور.
أحب المشاركة في الرحلات التي تقيمها المدرسة.	أشارك زملائي في الرحلات التي تنظمها المدرسة.
لدي القدرة على التكيف في المواقف الاجتماعية.	أمتلك القدرة على التكيف في المواقف الاجتماعية.

وبذلك تكون المقياس بصورته النهائية من (14) فقرة، ومن أجل الحصول على تساوي أوزان فقرات المقياس أُعطيت تقديرات (5، 4، 3، 2، 1) وفق سلم متدرج خماسي (كبيرة جدا، كبيرة، متوسطة، قليلة، قليلة جدا)، وبذلك يتراوح مدى الدرجات بين (14، 70) درجة تعكس الدرجة الكلية لمستوى القلق الاجتماعي لطلبة المرحلة الثانوية.

الاتساق الداخلي: تم التأكد من الاتساق الداخلي بحساب معاملات ارتباط بيرسون بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية للمقياس، وذلك من خلال تطبيق المقياس على عينة استطلاعية تكونت من (55) مفحوصاً من طلبة المرحلة الثانوية لمديرية تعليم شرق خان يونس، والجدول التالي يوضح النتيجة:

جدول (3): نتائج الاتساق الداخلي للمقياس موضع الدراسة

م	الفقرات	معامل الارتباط
1	أبادر الأصدقاء بالترحيب والسلام.	0.586*
2	تزداد دقات قلبي عند مقابلة ناس جدد	0.467*
3	لا أتردد في سؤال الآخرين للتعرف على عنوان أو مكان ارغب الوصول إليه.	0.405*
4	أجد صعوبة في التعبير عما يدور بخاطري أمام الناس.	0.416*
5	أتجنب المواقف التي تتطلب مواجهة الجمهور.	0.457*
6	يضطرب صوتي عند التحدث أمام مجموعة من الأفراد.	0.391*
7	ترتجف أطرافي عند التحدث أمام مجموعة من الأفراد.	0.544*
8	أشعر بالقلق في الأماكن العامة.	0.677*
9	أناقش الآخرين بجرأة.	0.535*
10	أشارم زملائي في الرحلات التي تنظمها المدرسة.	0.416*
11	أتفاعل بمرونة مع الآخرين عندما أكون وسط جماعة.	0.495*
12	اشعر بالخجل عندما أعرض رأيي أما أصدقائي.	0.459*
13	ارتبك حينما أشعر بأن الآخرين ينظرون إليَّ.	0.473*
14	أمتلك القدرة على التكيف في المواقف الاجتماعية.	0.641*

*** دالة عند مستوى (0.05 ≥ a)**

ثبات المقياس: تم التحقق من ثبات المقياس، باستخراج معامل الثبات للمقياس بمعادلة ألفا كرونباخ حيث بلغت قيمة الثبات (0.758)، كما تم استخدام طريقة التجزئة النصفية، بحساب معامل الارتباط بين الفقرات الفردية، والفقرات الزوجية، وبعد ذلك تم تصحيح معامل الارتباط بمعادلة سبيرمان براون= معامل الارتباط المعدل، وبلغت معامل الارتباط (0.628)، ومعامل الارتباط المعدل (0. 768)، وبذلك يمكن الاعتماد على المقياس وعلى نتائجه في الدراسة الحالية.

- **المحك المعتمد لتحديد مستوى القلق الاجتماعي:**

حدد الباحث المحك المعتمد في الدراسة الحالية، بتحديد طول الخلايا في مقياس ليكرت الخماسي، من خلال حساب المدى بين درجات المقياس (5- 1= 4)، ومن ثم تقسيمة على أكبر قيمة في المقياس للحصول على طول الخلية أي (5/4= 0.80)، وبعد ذلك تم إضافة هذه القيمة إلى أقل قيمة في المقياس (واحد صحيح)، لتحديد الحد الأعلى لهذه الخلية، والجدول التالي يوضح النتيجة.

جدول (4): المحك المعتمد بالدراسة

طول الخلية	الوزن النسبي المقابل له	درجة الموافقة
من 1- 1.80	من 20%- 36%	قليلة جداً
أكبر من 1.80- 2.60	أكبر من 36%- 52%	قليلة
أكبر من 2.60- 3.40	أكبر من 52%- 68%	متوسطة
أكبر من 3.40- 4.20	أكبر من 68%- 84%	كبيرة
أكبر من 4.20- 5	أكبر من 84%- 100%	كبيرة جداً

10.الأساليب الإحصائية:

- الاحصاء الوصفي: (المتوسطات الحسابية، الانحرافات المعيارية، النسب المئوية).
- الاحصاء الاستدلالي: (اختبار T-test، تحليل التباين الأحادي، اختبار شيفيه، معامل ارتباط بيرسون).

نتائج الدراسة ومناقشتها:

نتائج ومناقشة السؤال الأول: والذي ينص على: ما مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية تعليم شرق خان يونس؟

لمعرفة مستوى القلق الاجتماعي للعينة المستهدفة، تم إيجاد المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والوزن النسبي للمقياس موضع الدراسة، والجدول رقم (5) يوضح **النتيجة.**

جدول (5): المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والوزن النسبي للمقياس موضع الدراسة

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوزن النسبي
القلق الاجتماعي	3.21	0.583	% 64.20

أشارت المعطيات الإحصائية في الجدول أعلاه: أن الدرجة الكلية لمستوى القلق الاجتماعي عند طلبة المرحلة الثانوية كانت متوسطة، بمتوسط حسابي (3.21)، وبوزن نسبي (64.20 %)، ويفسر الباحث ذلك من منطلق نموذج الأثر الداعم؛ إلى أن الطلبة في المرحلة الثانوية والتي تقابل مرحلة المراهقة، يتلقون كامل الدعم الاجتماعي والنفسي الحقيقي, والذي مكنهم من القدرة على التكيف في المواقف الاجتماعية المختلفة، وهذا ما أكدته (Faytout M, Swendsen J. 2009) بأن مرضى القلق الاجتماعي عادة ما يعبرون عن خوفهم من العلاقة مع الآخر، وهذا ما يؤدي إلى تجنب الدخول في علاقات اجتماعية، ولكن في المقابل فهم يخبرون سعادة وحالة انفعالية جيدة في وجود الآخرين المقربين منهم كالأصدقاء، والعائلة، وهو ما يدعو لمساعدتهم على عدم التجنب وتحمل القليل من القلق حتى يحصلوا على ثراء أكثر في حياتهم الانفعالية، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسات (الغافري، 2013، بلحسيني، 2011، أبو حميدان، 2010، ملص، 2007، البناء وآخرون، 2006)، حيث أظهرت نتائجهم إلى أن معدل انتشار القلق الاجتماعي بين أوساط الطلبة كانت متوسطة، بينما تختلف مع نتيجة دراسة (الريماوي، 2013) حيث اظهرت نتائج دراسته إلى نسبة عالية من القلق الاجتماعي بين أوساط الطلبة في جامعة القدس.

نتائج ومناقشة السؤال الثاني: والذي ينص على: هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في المتوسطات الحسابية للقلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية تبعاً لمتغير النوع: (طالب، طالبة)؟

لاستكشاف الفروق بين طلبة المرحلة الثانوية؛ تبعا لمتغير النوع الاجتماعي، تم استخدام اختبار T-test ، والجدول التالي يوضح النتيجة.

جدول (6): الفروق في القلق الاجتماعي، تبعاً لمتغير النوع

المتغير		التكرار	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	t-test اختبار		اتجاه الدلالة
					المحسوبة	Sig.	
النوع	طالب	110	3.08	0.579	3.374	0.000	لصالح الطالبات
	طالبة	110	3.40	0.560			

الفروق دالة عند مستوى دلالة 0.05 القيمة الجدولية عند درجة حرية 218= 1.96

يتضح من الجدول أعلاه: وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلبة المرحلة الثانوية في القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير النوع، لصالح الطالبات، حيث بلغ المتوسط الحسابي لهن (3.40)، في حين بلغ المتوسط الحسابي للطلاب (3.08)، وتختلف هذه النتيجة مع نتائج دراسات (الشريف،2014، الغافري، 2013، الريماوي، 2013، أبو حميدان، 2010، قاسم، 2009) حيث أشارت نتائجهم إلى أن نسبة القلق الاجتماعي بين الذكور والإناث متساوية وأن الذكور والإناث يصابون بالقلق الاجتماعي على حد سواء، بينما اتفقت نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراسات (الرمادي، 2012، بلحسين، 2011، Ahmad, ,Ingles, et al, 2010 2009، ملص، 2007، البناء وآخرون، 2006) حيث أكدت نتائجهم إلى أن الإناث أكثر قلقاً اجتماعياً من الذكور، ويمكننا عزو النتيجة من خلال المرحلة المعاشة من قبل الطالبات والتي تقابل في مراحل النمو مرحلة المراهقة، حيث يشتد فيها القلق الاجتماعي لديهن بسبب عدم سيطرتهن على مشاعر الخوف من المواقف الاجتماعية وخصوصاً من التقييم السلبي لهن، كونه – التقييم السلبي- المكون الرئيس للقلق الاجتماعي، وهذا ما أكده (معمريه، 2009: 148) بأن اضطراب القلق الاجتماعي يتأثر بالعمر لدى الإناث، حيث يشتد هذا الاضطراب لديهن في المراهقة ثم تقل وطأته في الشباب المتوسط، والشباب المتأخر، حيث تستطيع الأنثى السيطرة على مشاعر الخوف من المواقف الاجتماعية والتحكم فيها، ثم يرتفع عندما يتقدمن في العمر إلى مرحلة الكهولة.

نتائج ومناقشة السؤال الثالث: والذي ينص على: هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في المتوسطات الحسابية للقلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية تبعاً لمتغير التخصص (علمي، علوم إنسانية، علوم شرعية)؟

لاستكشاف الفروق بين طلبة المرحلة الثانوية؛ تبعا لمتغير التخصص، تم استخدام اسلوب تحليل التباين الأحادي، والجدول التالي يوضح النتيجة.

جدول (7): نتائج اختبار تحليل التبيان الأحادي، تبعاً لمتغير التخصص

المقياس	المتوسطات			قيمة الاختبار	القيمة الاحتمالية
	علمي	علوم إنسانية	علوم شرعية		
القلق الاجتماعي	3.45	3.21	3.08	5.562	0.004

يتضح من الجدول أعلاه: وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلبة المرحلة الثانوية في القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير التخصص، ومن خلال المتوسطات تبين أعلى معدلات القلق الاجتماعي لدى الطلبة الدارسين في التخصص العلمي، وهذا ما تؤكده نتائج اختبار شيفيه للفروق الثنائية، والجدول التالي يوضح النتيجة.

جدول (8): نتائج اختبار شيفيه للفروق الثنائية

المقياس	المتوسط (i)	المتوسط (j)	الفروق في المتوسطات	القيمة الاحتمالية
القلق الاجتماعي	علمي	علوم شرعية	-0.36917	*0.004
		علوم إنسانية	-0.12983	0.320
	علوم إنسانية	علوم شرعية	-0.23933	0.084

الفروق دالة عند مستوى دلالة 0.05

أكدت النتائج الواردة في الجدول أعلاه، إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلبة المرحلة الثانوية في القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير التخصص، لصالح الطلبة الدارسين في التخصص العلمي، وقد اتفقت هذه النتيجة مع النتيجة التي أشارت إليها دراسة (الشهراني، 2007)، بينما اختلفت مع النتائج التي أشارت إليها دراسات (الشريف، 2014، الغافري، 2013، الريماوي، 2013، أبو حميدان، 2010، قاسم، 2009)، ويبرر ذلك كون المواد الدراسية في التخصص الشرعي هي الأقرب في التعامل مع الآخرين، ففيه يكون الاحتكاك مباشراً بباقي الأفراد، إضافة إلى تعلم المواد الشرعية يعزز لدى الطلبة المسؤولية المجتمعية كونهم تعلموا أحد العلوم الدينية والتي من المفترض أن يعلموها للآخرين كما تعلموها حتى تعم الفائدة والمعرفة، ونظراً لهذا التعارض في النتائج المعنية بمتغير التخصص، فإن الدراسة الحالية توصي بمزيد من البحث لحسم هذا الخلاف.

نتائج ومناقشة السؤال الرابع: والذي ينص على: هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في المتوسطات الحسابية للقلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية تبعاً لمتغير التقدير العام للتحصيل الدراسي (أقل من 70%، من 70-79%، من 80-89%، 90% فما فوق)؟

لاستكشاف الفروق بين طلبة المرحلة الثانوية؛ تبعا لمتغير التقدير العام للتحصيل الدراسي، تم استخدام اسلوب تحليل التباين الأحادي، والجدول التالي يوضح النتيجة.

جدول (9): نتائج اختبار تحليل التبيان الأحادي، تبعاً لمتغير التقدير العام للتحصيل الدراسي

المقياس	المتوسطات				قيمة الاختبار	القيمة الاحتمالية
	90% فأكثر	80%- 89%	71% - 79%	70% فأقل		
القلق الاجتماعي	2.96	3.24	3.29	3.42	6.442	0.000

الفروق دالة عند مستوى دلالة 0.05 **القيمة الجدولية عند درجة حرية 3.216= 2.64**

يتضح من الجدول أعلاه: وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلبة المرحلة الثانوية في القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير التقدير العام للتحصيل الدراسي، ومن خلال المتوسطات تبين أن أعلى معدلات القلق الاجتماعي لدى الطلبة الذين تقديرهم التحصيلي (70%) فأقل، ثم يليهم الذين تقديرهم التحصيلي ما بين (71%-79%)، وهذا ما تؤكده نتائج اختبار شيفيه للفروق الثنائية، والجدول التالي يوضح النتيجة.

جدول (10): نتائج اختبار شيفيه للفروق الثنائية

المقياس	المتوسط (i)	المتوسط (j)	الفروق في المتوسطات	القيمة الاحتمالية
القلق الاجتماعي	90% فأكثر	80%- 89%	-0.27966	0.062
		71%- 79%	-0.33376	0.014
		70% فأقل	-0.45991	*0.001
	80%- 89%	71%- 79%	-0.05410	0.965
		70% فأقل	-0.18025	0.497
	71%- 79%	70% فأقل	-0.12615	0.756

أكدت النتائج الواردة في الجدول أعلاه، إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلبة المرحلة الثانوية في القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير التقدير العام للتحصيل الدراسي، لصالح الطلبة الذين تقديرهم التحصيلي (70%) فأقل، ويمكننا تسيير النتيجة لخوف الطلبة ذوي التحصيل المنخفض من نظرة الآخرين لهم، كونهم لا يستحقون التقدير من قبلهم، فيتولد إلى أنفسهم الضيق والألم، ويشعرون بعدم القبول والتقبل الاجتماعي، حيث يعتبر – التقبل الاجتماعي– من الحاجات الأساسية لبناء العلاقات الاجتماعية، إضافة إلى عدم التقبل الاجتماعي أهم مكونات القلق الاجتماعي، وجاءت هذه النتيجة مدعمة لما كشفت عنه دراسة (Ahmad, 2009) بأن التحصيل الدراسي يرتبط بعلاقة سالبة مع القلق الاجتماعي، وقد اختلفت نتيجة البحث الحالي مع نتائج دراسات (الشريف، 2014، الريماوي، 2013، الشهراني، 2007) حيث كشفت نتائجهم إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير التحصيل الدراسي أو المعدل العام للطلبة، ويخلص الباحث إلى أن النتائج لم تثبت تأثر أو عدم تأثر التحصيل الدراسي بالقلق الاجتماعي، وعلى ذلك يوصي الباحث بإجراء المزيد من الدراسات في هذا الشأن.

التوصيات:

استكمالاً للجوانب ذات العلاقة بهذه الدراسة فقد خرج الباحث بالتوصيات الآتية:

- إجراء المزيد من الأبحاث والدراسات النفسية المتعلقة بالمراهقين والمراهقات، والتي تتناول السيطرة على مشاعر الخوف من المواقف الاجتماعية والتحكم فيها.
- دعم الجوانب الايجابية لدى طلبة المرحلة الثانوية بشكل عام، والطالبات بشكل خاص، من خلال نشر الوعي والتثقيف للطلبة بتفاوت القدرات بينهم.
- العمل على تصميم برامج التدريب على السلوكيات الاجتماعية في برامج المدرسة، ضمن النشاطات اللامنهجية، لما لها من آثار ايجابية في الوقاية والعلاج من اضطراب القلق الاجتماعي.
- العمل من قبل قسم المناهج في وزارة التربية والتعليم الفلسطينية، إلى إقرار مادتي علم النفس وعلم الاجتماع من ضمن المقررات الدراسية للمرحلة الثانوية بفروعه المختلفة.
- إجراء مزيد من الدراسات لاستقصاء أثر بعض المتغيرات في القلق الاجتماعي.

أولاً: المراجع العربية:

- أبو حميدان، يوسف. (2010). مدى انتشار ظاهرة القلق الاجتماعي بين طلبة جامعة مؤتة وعلاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية. مجلة كلية التربية، جامعة الأزهر، 144 (2). 235- 552.

- بلحسيني، وردة. (2011). أثر برنامج معرفي – سلوكي في علاج الرهاب الاجتماعي لدى عينة من طلبة الجامعة. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، الجزائر.

- البناء، حياة وعبد الخالق، أحمد ومراد، صلاح. (2006). القلق الاجتماعي وعلاقته بالتفكير السلبي التلقائي لدى طلاب من جامعة الكويت. دراسات نفسية، رابطة الأخصائيين النفسية المصرية (رانم)، 16 (2). 291- 312.

- دبابش، علي موسى. (2011). فعالية برنامج ارشادي مقترح للتخفيف من القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية وأثرة على تقدير الذات. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الزهر، غزة.

- رضوان، سامر جميل. (2001). القلق الاجتماعي: دراسة ميدانية لتقنين مقياس القلق الاجتماعي على عينات سورية. مجلة مركز البحوث التربوية، (19). 47- 77.

- الرمادي، نور. (2012). القلق الاجتماعي وعلاقته ببعض اضطرابات الشخصية لدى طلبة جامعة الفيوم. مجلة الطفولة والتربية، 12 (2). 87- 127.

- الريماوي، عمر. (2013). مستوى القلق الاجتماعي لدى عينة من طلبة جامعة القدس في ضوء بعض المتغيرات. مجلة الجامعة العربية الأمريكية للبحوث، 1 (1). 47- 65.

- السيد، عثمان. (2001). القلق وادارة الضغوط النفسية، ط1. القاهرة، دار الفكر العربي.

- الشريف، بندر بن عبد الله. (2014). بعض أبعاد القلق الاجتماعي المنبئة بالتحصيل الدراسي لدى طلبة جامعة طيبة. المجلة الدولية التربوية المتخصصة، 3 (9). 1- 22.

- الشهراني، خالد. (2007). علاقة الخوف الاجتماعي بالمناخ الجامعي لدى طلاب جامعة الملك خالد. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك خالد، السعودية.

- عيد، محمد إبراهيم. (2000). دراسة للمظاهر الأساسية للقلق الاجتماعي وعلاقته بمتغيري الجنس والتخصص لدى عينة من الشباب. مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس. (24).

- الغافري، نصراء مسلم. (2013). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالخوف الاجتماعي لدى طلبة كليات العلوم التطبيقية بسلطنة عمان. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نزوي. عُمان.

- قاسم، انتصار. (2009). القلق الاجتماعي وعلاقته بالصلابة النفسية لدى طلبة الجامعة. مجلة العلوم النفسية، 15 (1). 271- 317.

- محمود، ماجدة. (2001). محاضرات في علم النفس النمو. القاهرة، بدون ناشر.

- معمريه، بشير. (2009). القلق الاجتماعي-المواقف المثيرة، نسب الانتشار، الفروق بين الجنسين، وبين مراحل عمرية. مجلة شبكة العلوم النفسية العربية، 22 (21). 135- 149.

- ملص، زينب ماجد. (2007). العلاقة بين الرهاب الاجتماعي وتقدير الذات لدى عينة من طلاب الجامعة الأردنية. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، الأردن.

ثانياً: المراجع الأجنبية:

-**Ahmad, N**. (2009). Academic Achievement and Its Relationship with Social Anxiety and Self Esteem in Male and Female School Students. PhD thesis, University of the Punjab, Lahore.

-**American** psychatric Association, (2003). Manuel diagnostique et statistique des troubles mentaux, Texte révisé Traduction J .D Guelfi et coll, Masson Paris.

-**Baron R A** (1998). Psychology, the essential science. Allyn & Bacon, London.

-**Faytout M, Swendsen** J(2009). Phobie Sociale et Vie Quotidienne, Journal detherapie comportementale et cognitive. 19 (3). 87-92.

-**Ingles, C. J., La Greca A. M., Marzo . J.C., Garcia-Lopez S. J., Garcia-Fernandez J. M**. (2010). Social Anxiety Scale for Adolescents : Factorial invariance and latent mean differences across gender and age in Spanish adolescents. Journal of Anxiety Disorders, doi : 10.1016/ j. janxdis.

-**Kennerly, H** (2008). Peurs, Anxiété et Phobies, Dunod, Paris.

-**Murray B,. and John R**. (2002). Riumph over Shyness Conquering Shyness and Social Anxiety, Jarir Bookstore.