

Social anxiety among Iraqi students studying in Ukrainian universities and its relationship with some variables

Dr Eman Altaie

القلق الاجتماعي لدى الطلبة العراقيين الدارسين في الجامعات الأوكرانية وعلاقتها ببعض المتغيرات

الاستاذ المساعد الدكتور

ايمان محمد الطائي

Abstract

The current research aims to identify:

- 1- degree of social concern in the sense of Iraqi students studying in Ukraine.
- 2- find about the significance of the differences in the social concern of the Iraqi students studying in Ukraine according to the city's variable. (capital city) (other cities)
- 3- find about the significance of the differences in the social concern of the Iraqi students studying in Ukraine in accordance with the time he spent in Ukraine variable. (One year or less) (more than one year)
- 4- find about the significance of the differences in the social concern of the Iraqi students studying in Ukraine in accordance with the variable arranged between the brothers. (First) (Middle) (Last)

The results showed that the sample suffering from social anxiety and there is no difference between the students studying in the capital, universities and universities in other cities ... The results also showed no statistically significant differences between students differences depending on the duration of their stay in Ukraine in the dimensions of social anxiety and the total score for him and there are no statistically significant differences in the areas of social anxiety according to the order Sequence of Birth. Find out and a number of recommendations and proposals.

ملخص البحث

يستهدف البحث الحالي التعرف على :-

- 1_ درجة الشعور بالقلق الاجتماعي لدى الطلبة العراقيين الدارسين في أوكرانيا . 2_ الكشف عن دلالة الفروق في القلق الاجتماعي لدى الطلبة العراقيين الدارسين في أوكرانيا على وفق متغير المدينة . (العاصمة) (المدن الاخرى)
- 3_ الكشف عن دلالة الفروق في القلق الاجتماعي لدى الطلبة العراقيين الدارسين في أوكرانيا على وفق متغير الفترة التي قضاها في

أوكرانيا . (سنة فأقل) (أكثر من سنة) 4_الكشف عن دلالة الفروق في القلق الاجتماعي لدى الطلبة العراقيين الدارسين في أوكرانيا على وفق متغير ترتيبه بين أخوته . (الاول) (الاوسط) (الآخر)

اظهرت النتائج ان عينة البحث تعاني من القلق الاجتماعي ولا توجد فروق بين الطلاب الدارسين في جامعات العاصمة وجامعات المدن الاخرى ... كما اظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الطلاب باختلاف مدة وجودهم في اوكرانيا في ابعاد القلق الاجتماعي والدرجة الكلية له ولا توجد فروق دالة احصائية في مجالات القلق الاجتماعي تبعاً للترتيب الميلادي . وخرج البحث بعدد من التوصيات والمقترحات .

الفصل الاول

اولا : اهمية البحث والحاجة اليه :

أن القلق الاجتماعي ظاهرة اعتيادية يعيشها الفرد ويتميز بها دون سائر المخلوقات الحية فهو مرافق لتجربة الإنسان واضطراره لاختيار مسالك لا تتفق مع حاجاته ورغباته راضخاً بذلك لمطالب المجتمع وتزداد معوقات التي تواجهه مع تزايد ضغوط الحياة الحديثة التي يعيشها (الوقفي، 1999، 20)

ان القلق الاجتماعي شعور طبيعي لدى الناس ، بل لدى جميع الكائنات الحية ، وكل إنسان يستجيب لهذا الشعور بطريقة مختلفة ، ولكن قد يزيد الخوف عن حده الطبيعي فيصبح عندئذ غير طبيعي .

ويمثل القلق الاجتماعي **Social Anxiety** كما جاء في الدليل التشخيصي للاضطرابات العقلية (DSM.IV, 1994) أحد أنواع اضطرابات القلق النفسي، حيث يتسم بقلق واضح ودائم من موقف أو أكثر من المواقف الاجتماعية التي تتطلب الأداء في الجماعة، ويتم تجنب تلك المواقف الاجتماعية التي يخاف منها الفرد، أو التي تثير القلق الشديد لديه، ويمثل أحد الاضطرابات الأكثر شيوعاً في الطب النفسي .

وإذا كان القلق الاجتماعي يعكس في الحقيقة خوف شديد وثابت وغير منطقي من مواقف اجتماعية أو أدائية قد يحدث فيها الارتباك، ويحاول الفرد تجنب تلك المواقف الاجتماعية خشية التقويم السلبي من الآخرين .

(كفافي والنيال، 1996، ص13).

هناك نوعين للقلق الاجتماعي القلق الاعتيادي البسيط الذي يؤدي بالفرد الى تحسين أدائه والانجاز للوصول الى أعلى مستويات الأداء ويهيئ الفرد للتوافق مع تحديات الموجودة حوله والثاني المعقد الذي يحطم الفرد ويمنعه من التواصل في حياته وحياة المحيطين به الى التوتر ويهدد سلامته النفسية . (سوين، 1979، ص341)

أن مشكلة القلق الاجتماعي ليست جديدة حيث اهتم بها الفلاسفة القدماء وتطرقوا إليها في كتاباتهم حيث أكد علي بن حزم الأندلسي على عمومية القلق بوصفه حالة أساسية من حالات الوجود الإنساني (الأندلسي، 2000، 25)

في دراسات أجريت أكدت ان القلق الاجتماعي من العوامل الأساسية التي تؤثر في الصحة النفسية للفرد حيث تم اعتماد القلق الاجتماعي من أكثر الانفعالات التي تصيب الفرد وعليه تهدد أمنه الشخصي وسلامته النفسية . (الزغي، 1999، 107)

يصنف القلق الاجتماعي ضمن أمراض أو اضطرابات القلق والتي هي عبارة عن زيادة في معدل القلق لحد أعلى من الطبيعي ، والقلق نوع من المشاعر الطبيعية فبسبب أفكار معينة عنوانها الخوف وعدم التأكد مما حدث أو ماسيحدث يبدأ الجسم بالاستجابة لهذه الفكرة بإفراز مادة "الادرينالين" وهي المادة المخفزة التي تجعل كل الجسم يتحفظ للدفاع عن نفسه أو الهروب من مكان الخطر . حيث بين باس من خلال اهتمامه بدراسة القلق الاجتماعي المتمثل بعدم الارتياح والانزعاج الذي يهدد الفرد عند تواجده مع الآخرين والضيق والتوتر في نظراتهم وتجنب إقامة العلاقات الاجتماعية . (Bass, 1980, 204)

للقلق الاجتماعي مظاهر سلوكية متعددة ومن هذه المظاهر تتمثل في الخصائص القلق الاجتماعي وهي تختلف من شخص الى آخر تبعاً لطبيعة استعداداته الفطرية وأساليب التنشئة الاجتماعية

أن ظاهرة القلق تتأثر بعوامل عديدة منها عوامل بيئة واجتماعية ووراثية وأحياناً بالمواقف والظروف التي يمر بها الفرد في حياته العامة حيث أن القلق يتواجد في حياة الأفراد لكن بدرجات متفاوتة ما بين القلق البسيط والشديد والنوعين من القلق تشعر صاحبها بعدم الراحة والاطمئنان . (هريبرت، 1980، ص18)

والقلق الاجتماعي ، والتوترات النفسية - بطبيعة الحال - كثيراً ما تترافق مع الطالب طوال فترة دراسته . والكثير من الدراسات تشير إلى أن طول المدة، وصعوبة الدراسة، والبعد عن الاهل والوطن يؤدي الى التوترات النفسية

وقد أشارت بعض الدراسات، ان القلق الاجتماعي ينتج عن دراسة الطالب بعيداً عن بيئته، وأسرته وقد أظهرت النتائج عدم استطاعة بعض الطلاب من التكيف مع البيئة الجديدة؛ كأن يُقَدِّم الطالب من قرية أو مدينة بعيدة عن مكان دراسته او في بلد غير بلده ويسكن مع أقرانه فيها من الطلاب المغتربين في سكن الطلاب. أو ربما يسكن وحيداً، أو مع واحد أو اثنين من زملائه في شقة ويواجه صعوبات في التكيف مع المجتمع الجديد خاصة اذا كانت عاداته وتقاليده مختلفة تماماً عن بيئته الام .

(Schreier&Abramovitch 1996 .p.5)

والهدف من البحث هو محاولة معرفة هل يعاني الطلبة العراقيين الدارسين بالجامعات الأوكرانية من القلق الاجتماعي نظراً لوجود فوارق كثيرة في العادات والتقاليد بيننا وبين المجتمع الأوكراني .

تتبع أهمية البحث من أهمية الشباب كعنصر منتج في المجتمع ، حيث أنهم مستقبل الوطن ، كما أنه يدرس جانب على قدر كبير من الأهمية وهو القلق الاجتماعي لدى الشباب العراقي الجامعي والذي قد يتمثل في معاناتهم من مشاعر مؤلمة نتيجة لما يواجهون من متغيرات مجتمعية وعادات وتقاليد وحياة مختلفة عن حياتهم ويستمد هذا الموضوع أهميته من كونه أحد المواضيع التي حظيت بعناية الباحثين في مختلف التخصصات وخصوصاً الدراسات النفسية والاجتماعية وهذا فيه دلالة على أهمية المكانة البحثية لظاهرة القلق الاجتماعي وربما يرجع ذلك لما لهذه الظاهرة من دلالات تعبر عن معاناة المغترب وصراعاته مع مجتمعه الجديد، حيث أصبح يحيا حياة روتينية ابتعدت به تدريجياً عن العلاقات الإنسانية الحميمة بالآخرين من خلال ابتعاده عن الاهل والاحباب، أدى به إلى فقدان الشعور بالأمن والطمأنينة حيال واقع

الحياة الجديدة و النظر إلى هذه الحياة وكأنها غريبة عنه أو بمعنى آخر بعدم الانتماء إليها فهو يشير إلى شعور الطالب بعدم الانتماء للآخرين وللمجتمع الذي يعيش فيه أو رفض الآخرين والمجتمع له. ويحدث القلق الاجتماعي بسبب تعرضه للصراع والتناقض بين قيم جديدة وتلك القيم الراسخة في مجتمعه منذ القدم ؟ وهذا ما دفعنا لإجراء هذا البحث .

ثانياً : حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بالطلبة العراقيين الدارسين في الجامعات الأوكرانية من جميع الاختصاصات والجامعات ومن كلا الجنسين للعام الدراسي (2014 – 2015) .

ثالثاً: أهداف البحث :

يستهدف البحث الحالي التعرف على :-

1. درجة الشعور بالقلق الاجتماعي لدى الطلبة العراقيين الدارسين في أوكرانيا .
- 2_الكشف عن دلالة الفروق في القلق الاجتماعي لدى الطلبة العراقيين الدارسين في أوكرانيا على وفق متغير المدينة . (العاصمة (المدن الاخرى)
- 3_الكشف عن دلالة الفروق في القلق الاجتماعي لدى الطلبة العراقيين الدارسين في أوكرانيا على وفق متغير الفترة التي قضاها في أوكرانيا . (سنة فأقل) (أكثر من سنة)
- 4_الكشف عن دلالة الفروق في القلق الاجتماعي لدى الطلبة العراقيين الدارسين في أوكرانيا على وفق متغير ترتيبه بين أخوته . (الاول) (الاوسط) (الآخر)

رابعاً : تحديد المصطلحات :

Social Anxiety القلق الاجتماعي

- 1_ يعرفه المالح ... بأنه: ظهور أعراض القلق المتعددة في المواقف الاجتماعية و يرافق ذلك تجنب أو هروب من هذه المواقف بسبب الألم النفسي و التوتر الشديد الذي يتولد في داخل الإنسان عند تعرضه لهذه المواقف الاجتماعية. (المالح، 2001، ص 20)
 - 2_ ويعرف الدليل التشخيصي الرابع DSM-IV القلق الاجتماعي، بأنه "خوف ملحوظ و مستمر لواحد أو أكثر من الحالات الاجتماعية أو حالات الأداء، حيث يتعرض الشخص لأشخاص غير مألوفين أو لإمكانية التمتع من قبل الآخرين، وكذلك هو الخوف غير المقبول و تجنب المواقف التي يفترض فيها للمعني أن يتعامل أو يتفاعل فيها مع الآخرين، ويكون بذلك معرضاً لنوع من أنواع التقييم. فالسمة الأساسية المميزة للقلق الاجتماعي يتمثل في الخوف غير الواقعي من التقييم السلبي للسلوك من قبل الآخرين و التشوه الإدراكي للمواقف الاجتماعية لدى القلق اجتماعياً". (العاسمي، 2005 ، ص 16)
 - 3_عرفه محمد ، 2006 هو كل توتر أو خوف يشعر به الفرد في جميع المواقف التي تطلب التعامل مع الآخرين مما قد ينتج عنه الشعور بالارتباك في الأماكن العامة والعجز عن المشاركة في الأنشطة الاجتماعية أو الاندماج في الحياة الاجتماعية بالشكل الإيجابي. (محمد، 2006، ص 53).
- التعريف النظري للباحثة : هو التجنب او الهروب من مواقف اجتماعية عندما يتعرض الفرد لاشخاص غير مألوفين ومواقف غير مألوفة مما يسبب له العجز عن الاندماج في الحياة الاجتماعية .
- التعريف الاجرائي : هي الدرجة التي يحصل عليها الطلبة على مقياس القلق الاجتماعي المعد لهذا الغرض .

الفصل الثاني

أولاً : الاطار النظري

1_المحاكات التشخيصية للقلق الاجتماعي :

- 1-وجود خوف مستديم وملحوظ من واحد أو أكثر من المواقف الاجتماعية أو مواقف العمل أو الأداء، التي يتعرض فيها الفرد للأشخاص غير مألوفين له أو حالات تفحصهم له بنظرات أو إمعانهم النظر فيه.
 - 2- إن التعرض للمواقف الاجتماعية الباعثة على الخوف غالباً ما يستثير القلق بشكل ثابت، ويأخذ القلق شكل نوبة الملح المحتومة موقفياً أو نوبة الملح المهيأة موقفياً.
 - 3- إن الفرد يدرك أن قلقه زائد أو غير معقول.
 - 4- إن الفرد يحجم عن المواقف الاجتماعية أو مواقف العمل أو الأداء الباعثة على الخوف، أو أن يتحملها بقلق أو كدر شديد.
- إن الإحجام أو التوقع القلق أو الكدر في المواقف الاجتماعية أو مواقف العمل يعطل أو يعوق بشكل جوهري النظام اليومي حياة الفرد، أو أدائه لوظيفته المهنية أو الأنشطة أو العلاقات الاجتماعية أو أن يمتلك الفرد كدر ملحوظ إزاء ما لديه من قلق

(Mouret,2002,p23)

2_النظريات المفسرة للقلق الاجتماعي :

تناولت الكثير من النظريات القلق الاجتماعي بعدة رؤى وهذا عرض مختصر لاهم النظريات التي تناولت القلق الاجتماعي.

• مدرسة التحليل النفسي :

لعل أهم المدارس التي أولت عناية كبيرة في التصدي لتفسير اضطرابات القلق بشكل عام والمخاوف المرضية بشكل خاص مدرسة التحليل النفسي ويرى رائد تلك المدرسة (سيجمون فرويد) بأن القلق هو لب الاضطرابات النفسية , وحجر الزاوية والقاسم المشترك فيها , وإذا ما أردنا معالجة المريض, فانه يجب الاتجاه مباشرة الى السببالمباشر وهو القلق وعلاجه. وقد أطلق فرويد على

المخاوف المرضية في كتاباته المبكرة مصطلح هستيريا القلق **Anxityusteria**

وعده نتائج الصراع بين عناصر الشخصية الثلاث "الهو، والأنا، والأنا الأعلى". ورأى فرويد إن القلق هو شعور غامض غير سار بالخوف والتخلف والتوتر مصحوب ببعض الأعراض الجسمية، وعلى إن القلق يظهر في الأصل كرد فعل لحالة خطرويميز فرويد بين ثلاثة أنواع من القلق وهي:

أ- القلق الموضوعي: وهو الشعور الموضوعي والحقيقي اقرب مايكون للخطر الاعتيادي إذ يدرك الشخص مصدر الخطر الخارجي في محيطه الخارجي وربما يكون هذا الخطر حقيقي وواقعي ومتوقع ومحتمل .

ب - القلق العصبي: أن هذا النوع من القلق يعد من أكثر واشد أنواع القلق شدة وانه عرض مرضي ويعوق التوافق السوي والسلوك الاعتيادي للشخص ويكون مصدره من داخل نفسه وليس من الخارج فهو قلق لاشعوري أي الشخص لا يعرف أسبابه ومن ثم لا يجد مسوغا له .

ج- القلق المعنوي: يأتي نتيجة حكم "الأنا الأعلى"، عندما يخشى الفرد من تأنيب الضمير عند القيام بأي فعل ينافي القيم أو الأعراف الدينية أو الاجتماعية أو الأسرية، ومن شأنه خلق الصراع داخل النفس وليس صراعاً بين الشخص والعالم الخارج. (الأمارة، 2005، ص 20) (راغب ، 2003، 16)

أما كارين هورني فتري أن فرويد لا يولي أهمية للعوامل الاجتماعية التي برأيها تؤثر في أدراك طبيعة القلق من خلال فهم الظروف الاجتماعية التي يعيشها الفرد (ال اطميش ، 2005 ، 22)

وأما فروم فربط بين القلق والحاجات الأساسية الى الانتماء والارتباط والهوية والحاجة الى إطار توجيهي، التي يُعدّها فروم جزء من طبيعة الإنسان وضرورة لتطوره وارتقاءه، وإن إعاقه إشباع هذه الحاجات نتيجة الظروف السيئة والصراع الاجتماعي، سيقود الى القلق (تونسي، 2002، ص 25).

• المدرسة السلوكية Behavior School:

قدمت المدرسة السلوكية تفسيرات مهمة لفهم اضطرابات الرهاب، تعتمد هذه التفسيرات على عمليات الإشرط التقليدي **Classical Conditioning**، ففي الإشرط التقليدي تشير النظرية السلوكية للقلق الاجتماعي إلى أن تعرض الشخص لموقف اجتماعي مؤلم ومزعج كثيراً أو تكرر ذلك سيعم هذا الموقف والمواقف المشابهة له ستكون مزعجة ومؤلمة، وهكذا يتكون للقلق الاجتماعي بعد تجربته السلبية أمام الآخرين التي تعرض فيها للتلعثم أو الارتجاف أو الانتقاد ولم يستطع التخلص من التأثير السلبي. (فايد، 2003، ص 180)

ويرى سكينر إن السلوك إجمالاً ينتج عن مرور الفرد بخبرات مثيرة للقلق عززت بدرجة جعلت منها مثيراً قوياً ومستمراً. وأما ولي فقد وصف القلق بأنه أمر مؤلم وغير سار يؤدي سوء سلوك الذي يكتسب عن طريق التعلم. (باترسون، 1989، 459)

• النظرية الاجتماعية

القلق عند باندورا رائد نظرية التعلم الاجتماعي هو حالة متزقة من التخوف من احتمال وقوع حوادث مؤلم، ويعزو ظهور القلق الى حدوث متغيرات غير مرغوبة مع وجود استعداد نفسي لظهوره لدى الفرد نتيجة المفهوم السلبي لقدراته. لذا فإن القلق ورغم كونه يعبر عن استجابات لمثيرات خارجية، لكنه يرتبط بالسمات الشخصية (العقلية والوجدانية) (تونس، 2002، ص 27)

● النظرية الإنسانية

رأى ماسلو أن هناك عوامل نمو الفرد مكتسبة أكثر من أن تكون بيولوجية. ويظهر تأثير هذه العوامل على الفرد خلال علاقاته الشخصية المتبادلة وتفاعله مع البيئة، والتي بدورها تشكل عالم الخبرة والواقع للفرد، وإن أقوى هذه العوامل هو عامل ميل الفرد إلى تحقيق الذات الذي يوجه سلوكه ويحدد سمات شخصيته (عسيري، 2003، ص30).

● النظرية الوجودية

● ان وجهات نظر أصحاب المدارس التقنية حول تفسير القلق والقلق الاجتماعي ففي الوقت الذي يربط فيه فروم بين القلق والحاجات الأساسية إلى الانتماء والارتباط والهوية والحاجة إلى إطار توجيهي وإن إعاقة إشباع هذه الحاجات نتيجة الظروف السيئة والصراع الاجتماعي، سيقود إلى القلق الاجتماعي، نجد أن سكينر يرى إن السلوك إجمالاً ينتج عن مرور الفرد بخبرات مثيرة للقلق عززت بدرجة جعلت منها مثيراً قوياً ومستمرّاً أما باندورا يعتقد أن القلق يمثل الخوف من المجهول ويتبين من العرض النظري وجود علاقة ارتباطية بين الخطر الخارجي و القلق الاجتماعي، وأنه كلما كانت البيئة سلبية كلما كان الفرد يعاني سوء في التوافق النفسي والاجتماعي، وكلما كانت البيئة إيجابية كلما انعكس ذلك إيجابياً في تفاعل الفرد مع الآخرين، وهذا الارتباطات على المستوى النظري أثبتتها الدراسات السابقة في هذا المجال ما سبق يوضح لنا صعوبة وتعقيد الاستغناء عن أي منها ، لذا فقد اختارت الباحثة المنهج التوليفي التكاملي وذلك للاستدلال بالسمات الأساسية والمهمة في نظريات علم النفس .

(العزي والحشاش , 2010 , ص25)

ثانيا : الدراسات السابقة

— دراسة أوكازاكي (kazaki, 1997)

هدف الدراسة إلى الكشف عن الفروق في الرهاب الاجتماعي بين الأمريكيين واليابانيين. وتكونت العينة من (348) طالباً جامعياً من قسم علم النفس بجامعة كاليفورنيا، اشتملت على (147) من الأمريكيين، و(165) من الأمريكيين من أصول آسيوية. وكانت أدوات الدراسة متمثلة في استخدام الباحث مقياس القلق الاجتماعي ومقياس بيك للاكتئاب ومقياس واتسون للقلق والاضغوط والتجنب الاجتماعي. وأظهرت النتائج وجود فروق بين العيّنتين في القلق الاجتماعي والاكتئاب لصالح العينة الآسيوية.

— دراسة عيد (2000)

هدفت الدراسة إلى بحث المظاهر الأساسية للقلق الاجتماعي وعلاقته بمتغيري الجنس والتخصص لدى عينة من الشباب، وهدفت إلى التحقق من إمكانية تحديد المكونات الأساسية للقلق الاجتماعي ومعرفة الفروق بين الجنسين. وتكونت العينة من (419) طالباً من طلبة جامعة عين شمس، بواقع (102) ذكور و(317) إناث، ومن كليات التربية والآداب والعلوم. وكانت

أدوات الدراسة متمثلة في استخدام الباحث مقياس الخوف من التقييم الاجتماعي، ومقياس الحساسية الزائدة، ومقياس التقدير الذاتي للقلق. وأظهرت النتائج إلى وجود (4) عوامل للقلق الاجتماعي تعتبر من المظاهر الأساسية لهذا الاضطراب وهي الخوف من التقييم السلبي، والشعور بالانزعاج وسرعة الاستثارة (القلق العام)، والتغيرات الفسيولوجية المصاحبة للقلق الاجتماعي. كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث وكذلك التخصص الدراسي في القلق الاجتماعي.

– دراسة قطب (2001) :

هدفت الدراسة إلى الوصول إلى تحليل عاملي للرهاب الاجتماعي فقد قام قطب (2001) بدراسة للتعرف على البنية العاملية لمكونات القلق الاجتماعي. وقد طبق الباحث على عينات من الشباب المصري والسعودي وقد تكونت العينة من (74) طالباً سعودياً و(50) طالباً مصرياً، بمتوسط عمري قدره (22.1) وانحراف معياري (1.07) وهم من طلبة الجامعة، وتمثلت أدوات الدراسة في استخدام الباحث مقياس القلق الاجتماعي لـ ماتيك وكلاك (Mattick & Clark, 1989). وأظهرت النتائج وجود ثلاثة عوامل فرعية للقلق الاجتماعي هي: الخوف الاجتماعي، والخجل التفاعلي، التفاعل الاجتماعي. (عرفج، 2011، ص71)

ان الدراسات التي تناولت القلق الاجتماعي فقد تناولته بهدف الكشف بينه وبين عدد من المتغيرات تختلف باختلاف الدراسة، فدراسة عيد (2000) هدفت إلى التحقق من إمكانية تحديد المكونات الأساسية للقلق الاجتماعي ومعرفة الفروق بين الجنسين. وكانت دراسة قطب (2001) بهدف الوصول إلى تحليل عاملي للرهاب الاجتماعي فقد قام قطب (2001) بدراسة للتعرف على البنية العاملية لمكونات القلق الاجتماعي، أما دراسة عيد (2000) هدفت إلى دراسة المظاهر الأساسية للقلق الاجتماعي وعلاقته بمتغيري الجنس والتخصص، وقد تناولت دراسة أوكازاكي (kazaki, 1997) الهدف حول معرفة الفروق في الرهاب الاجتماعي بين الأمريكيين واليابانيين .

الفصل الثالث

يتضمن هذا الفصل عرضاً للإجراءات التي أتبعها الباحثة لتحقيق أهداف البحث من تحديد المجتمع وأسلوب اختيار العينة وخطوات أعداد الأداة وخصائصها القياسية والوسائل الإحصائية التي استخدمت لمعالجة البيانات .

أولاً : مجتمع البحث

يتكون البحث من الطلبة العراقيين الدارسين بالجامعات الأوكرانية من جميع المدن والاختصاصات والمختلف المراحل الدراسية والإنساني للعام الدراسي (2013-2014) وقد بلغ العدد الكلي لهم (2394) والجدول رقم (1) يوضح ذلك .

جدول رقم (1)

الطلبة العراقيين الدارسين في أوكرانيا

اسم	دكتوراه	ماجستير	بكالوريوس	المجموع
خاركوف	41	83	882	1006
لوغانسك	14	103	144	261
اوديسا	18	24	206	248
ترنوبل	-	-	204	204
تسومي	11	5	188	204
فينتسيا	-	1	143	144
فينتسيا	-	1	143	144
دانتسك	9	9	67	85
ايفان فرانكوفسك	-	-	75	70
بولتافا	1	-	52	53
كييف	12	7	32	56
القرم	1	5	18	24
دينبرو و تروفسك	1	1	12	14
زابروجيا	-	1	13	14
دونباس	1	-	4	5
لفوف	-	-	2	2
تاويردا	1	1	-	2
كيروفغراد	-	-	1	1
المجموع	110	240	2043	2393

ثانياً : عينة البحث

بعد أن جمعت المعلومات المتعلقة بالمجتمع الأصلي للبحث والمتمثلة بالطلبة العراقيين الدارسين بالجامعات الأوكرانية ، قامت الباحثة

باختيار عينة طبقية عشوائية من الجامعات الأوكرانية المختلفة بلغ عددها (111) طالب منهم 56 طالب يدرسون في جامعات

العاصمة كييف، 55 طالب في جامعات المدن المجاورة، وتتراوح مدة إقامتهم في أوكرانيا بين شهر، 3 سنوات. والجدول (2) يوضح ذلك .

جدول رقم (2)

العدد	اسم الجامعة
20	ترنوبل
10	ايفان فرانكوفسك
10	فيينتسا
10	خاركوف
5	لوغانسك
56	كييف
111	المجموع

ثالثاً : أداة البحث

استخدمت الباحثة في هذا البحث المنهج الوصفي، والذي يقوم على وصف الظاهرة وتفسيرها، ويهتم بتحديد الظروف والعلاقات التي توجد بين المتغيرات. ولا يقتصر المنهج الوصفي على جمع البيانات وتبويبها، وإنما يمضي إلى ما هو أبعد من ذلك لأنه يتضمن قدراً من التفسير لهذه البيانات .

بعد الاطلاع على الأسس النظرية المختلفة على وفق مراجعة الأدبيات والدراسات السابقة تبنت الباحثة مقياس القلق الاجتماعي الذي أعده العاسمي(2001)، قسم الإرشاد النفسي كلية التربية - جامعة دمشق ، حيث يتسم بالصدق والثبات والموضوعية .

ويشتمل المقياس على (28) فقره موزعة على أربعة أبعاد: التجنب الانفعالي، التوكيدية، المؤشرات الجسمية، التششت الذهني. ويجب المفحوص عن كل فقره من فقر المقياس تبعاً للاستجابات التالية: نعم ، أحياناً ، لا، وتدرج الاستجابات على فقرات المقياس على النحو التالي: (1 ، 2 ، 3) للفقرات السالبة (عددها 21 فقره) ، و (1 ، 2 ، 3) للفقرات الموجبة (عددها 7 فقره)، حيث تتراوح درجات المقياس من (28) درجة كحد أدنى، و(84) درجة كحد أقصى، وتشير الدرجة المرتفعة إلى أن المفحوص يعاني من القلق الاجتماعي

الفقرات السلبية هي (1, 2 , 5 , 6 , 7 , 8 , 9 , 10 , 11 , 13 , 14 , 16 , 17 , 18 , 20 , 21 , 22 , 23 , 24 , 25 , 26)

الفقرات الايجابية وهي (3 , 4 , 12 , 15 , 19 , 27 , 28)

تم عرض المقياس المكون من 28 فقرة حسب المجالات الاربعه مجال التجنب الانفعالي 7 فقرات والمؤشرات الجسمية 7 فقرات والتوكيدية 7 فقرات والتشتت الذهني 7 فقرات على لجنة من الخبراء في ميدان العلوم التربوية والنفسية لأبداء ارائهم في صلاحية الفقرات ومدى تمثلها السمة المراد قياسها وملائمتها للسمة المراد قياسها والتي وضعت المقياس من اجلها وازافة ما يقترح من تعديل ، وفي ضوء اراء الخبراء ابقى على جميع الفقرات حيث حصلت على نسبة اتفاق (80%) فأكثر .

الجدول (3)

توزيع فقرات المقياس حسب المجالات الاربعة

7	25	21	17	13	9	5	1	التجنب الانفعالي
7	26	22	18	14	10	6	2	المؤشرات الجسمية
7	27	23	19	15	11	7	3	التوكيدية
7	28	24	20	16	12	8	4	التشتت الذهني
28								

رابعا : التحليل الاحصائي لفقرات المقياس :

أ_ القوة التمييزية للفقرة (DISERIMINATION POWER OF LTEM)

استخدمت الباحثة لحساب القوة التمييزية لفقرات هذه الاداة المجموعتين المتطرفتين في الدرجة الكلية ونسبة (27 %) بعد تطبيق الأداتين على افراد العينة البالغ (111) طالب في الدراسة الأكاديمية ، وتم تصحيح الاستمارات واستخراج الدرجة الكلية لكل استمارة ، حيث رتبست هذه الاستمارات تنازلياً (من اعلى درجة) الى (أوطأ درجة) وأخذ نسبة (27 %) عليا ، (27 %) دنيا في الاستمارات حيث بلغ عدد الاستمارات لكل مجموعه 29 استماره ، وتم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة دلالة الفروق في درجات كل فقرة بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا لأن القيمة التائية لدلالة الفروق تمثل القوة التمييزية للفقرة (الزبيدي ، 2002 ، ص 93) .

وتعد عملية تحليل الفقرة خطوة أساسية في بناء الاداة الى ان الهدف من هذا الاجراء هو الابقاء على الفقرات الجيدة في اي اداة علمية ، ويبدو من نتائج التحليل الاحصائي جميع الفقرات كانت بدلالة احصائية عند مستوى (0,05) اذا كانت قيمتها التائية المحسوبة اكبر من القيمة التائية الجدولية والجدول في ادناه رقم (4) يوضح ذلك .

الجدول (4)

القوة التمييزية لفقرات مقياس القلق الاجتماعي

بأسلوب العينتين المتطرفتين

القيمة التائية المحسوبة	ت
9.19	1
12.2	2
7.13	3
10.3	4
8.66	5
7.19	6
6.45	7
11.07	8
9.09	9
8.78	10
12.02	11
11.11	12
6.53	13
4.16	14
3.92	15
10.10	16

8.17	17
4.64	18
5.52	19
5.13	20
3.44	21
4.14	22
3.34	23
2.47	24
3.41	25
3.42	26
2.81	27
2.67	28

ب- علاقة درجة الفقرة بالمجموعة الكلية

لقد كانت الاستمارات الخاضعة للتحليل (111) استمارة وقد تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين درجة كل فقرة من الفقرات والدرجة الكلية للمقياس وقد تراوحت معاملات الارتباط بين (0.22-0.44) وجميعها دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0.05) لان معامل ارتباطها أكثر من معامل ارتباط ايبيل البالغ (0.19) والجدول (5) يوضح ذلك.

الجدول (5)

معاملات ارتباط درجة كل فقرة من فقرات مقياس القلق الاجتماعي بالمجموع الكلي للمقياس

10	9	8	7	6	5	4	3	2	1
0.28	0.41	0.36	0.27	0.24	0.22	0.37	0.29	0.24	0.31
20	19	18	17	16	15	14	13	12	11
0.27	0.36	0.33	0.26	0.28	0.37	0.34	0.42	0.40	0.28
		28	27	26	25	24	23	22	21
		0.29	0.28	0.31	0.44	0.26	0.33	0.43	0.31

خامساً: الصدق:

أ. الصدق الظاهري

لقد تم التأكيد منه عن طريق اجراء تحليل منطقي لمواد وفقرات المقياس من اجل تحديد مدى تمثيلها للسمة المراد قياسها وذلك عن طريق عرض الفقرات على الخبراء الملحق (2).

ب. صدق البناء

عبارة عن المدى الذي يمكن ان تقرر بموجبه ان المقياس يقيس بناءً نظرياً محدداً أو خاصية معينة حيث تعد الدرجة الكلية للمقياس بمثابة قياسات محكية انية من خلال ارتباطها بدرجة الافراد على الفقرات ومن ثم فإن ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس يعني ان الفقرة تقيس المفهوم نفسه الذي تقيسه الدرجة الكلية وفي ضوء هذا المؤشر يتم الإبقاء على الفقرات التي تكون معاملات ارتباط درجاتها بالدرجة الكلية للمقياس دالة إحصائياً والمقياس الذي تنتخب فقراته على وفق هذا المؤشر يمتلك صدقاً بنائياً تعني ان هناك اتساقاً داخلياً بين الفقرات في قياس السمة موضوع القياس وعلى وفق هذا المؤشر يعد المقياس الحالي صادقاً بنائياً وكما ذكر سابقاً في علاقة درجة الفقرة بالمجموع الكلي .

سادساً : الثبات :

استخدمت الباحثة طريقة اعادة الاختبار (T- test – Retest) لايجاد ثبات المقياس الحالي على عينة من طلبة الكلية التربوية المفتوحة بلغت (20) طالباً وطالبة وقد كانت المدة الفاصلة بين التطبيق الأول والثاني (14) يوماً اذ تم استخدام معامل ارتباط بيرسون وبلغ معامل الثبات للمقياس (75%) لذلك فإن المقياس يتمتع باستقرار عال وبدلالة معنوية.

سابعاً: التطبيق النهائي:

تم تطبيق المقياس على عينة البحث البالغة (111) طالب وحسبت الدرجة الكلية للمستجيب وذلك بجمع درجاته التي حصل عليها على المقياس ولما كان عدد فقرات المقياس (28) فقرة (الملحق 1) فإن أعلى درجة محتملة للمستجيب هي (84) وادنى درجة كلية محتملة للمستجيب هي (28) والمتوسط الفرضي للمقياس هو (56) .

وكلما ارتفعت درجة المستجيب الكلية على المقياس كان ذلك مؤشر على معاناة العينة من القلق الاجتماعي وإذا انخفضت درجته عن المتوسط الفرضي كان ذلك مؤشر على ضعف الإحساس به .

ثامناً : الوسائل الإحصائية:

لمعالجة البيانات إحصائياً بما يحقق أهداف البحوثات الباحثة بتحليل الدرجات الخام التي حصلت عليها من خلال تفريغ نتائج الاختبارات باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وذلك باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة.

الفصل الرابععرض النتائج ومناقشتها :

يتناول الفصل الحالي عرض النتائج ومناقشتها في ضوء الأهداف المحددة وكما يلي :-

أولاً/ التعرف على مستوى القلق الاجتماعي لدى الطلبة العراقيين الدارسين في الجامعات الاوكرانية .

بعد معالجة البيانات إحصائياً لأفراد عينة البحث التطبيقية البالغة (111) طالب فقد أظهرت النتائج ان المتوسط الحسابي لأفراد العينة على مقياس القلق الاجتماعي بلغ (59.39) والانحراف المعياري (6.99) بينما كان المتوسط الفرضي للمقياس (56) وباستخدام الاختبار التائي (T-test) لعينة واحدة لاختبار الفروق بين المتوسطين ظهر ان القيمة التائية المحسوبة (5.11) وبموازنتها مع القيمة التائية الجدولية البالغة (1.671) تبين ان الفرق دال معنوياً عند مستوى دلالة (0.01) وبدرجة حرية (100) مما يعني أن هناك فروق دالة احصائياً وبالتالي يشير الى ان عينة البحث تعاني من القلق الاجتماعي والجدول (6) يوضح ذلك.

جدول (6)

نتائج الاختبار التائي لإيجاد دلالة الفروق بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي لمقياس القلق الاجتماعي

البعد	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	فروق المتوسطات	القيمة التائية المحسوبة	مستوى الدلالة
القلق الاجتماعي	111	59.39	6.99	56	3.39	5.11	0.01

وتفسير الباحثة لهذه النتيجة بان هنالك اشياء كثيرة تجعل الثقة بالنفس مهزوزة مما يجعل الفرد لا يستطيع التعبير عن نفسه بسبب قسوة من حوالبه وفقدان الشعور بالأمن النفسي وبالتالي سيعاني من الشعور بالقلق الاجتماعي وهذا ما يعاني منه الطلبة العراقيين في غربتهم فهم يفتقدون للأهل والاحبة والصدر الرحب والحنان ودفع

العلاقات الاجتماعية ويعيشون في بيئة غريبة وقاسية عليهم وهذه النتيجة تتفق مع النظرية السلوكية للقلق الاجتماعي والتي تؤكد إلى أن تعرض الفرد لموقف اجتماعي مؤلم ومزعج كثيراً أو تكرر ذلك سيعم هذا الموقف والمواقف المشابهة له ستكون مزعجة ومؤلمة، وهكذا يتكون القلق الاجتماعي .

ثانياً... الكشف عن دلالة الفروق في القلق الاجتماعي لدى الطلبة العراقيين الدارسين في أوكرانيا على وفق متغير المدينة . (العاصمة) (المدين الاخرى) لتحقيق هذا الهدف تم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للتعرف على الفروق في القلق الاجتماعي على وفق متغير المدن (العاصمة , المدين الاخرى) وحسب مجالات المقياس والجدول (7) يوضح ذلك .

الجدول (7)

نتائج الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للتعرف على الفروق في القلق الاجتماعي على وفق متغير جامعات العاصمة والمدن الاخرى

أبعاد القلق الاجتماعي	جامعات العاصمة ن=56		جامعات خارج العاصمة ن=55		قيمة تائية المحسوبة	مستوى الدلالة
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري		
التجنب الانفعالي	15,31	2,65	15,25	3,18	0,09	غير دالة
المؤشرات الجسمية	17,82	2,49	17,96	2,89	0,28	غير دالة
التوكيدية	12,32	1,81	12,73	2,32	1,03	غير دالة
التشتت الذهني	13,43	1,65	13,96	2,15	1,47	غير دالة
الدرجة الكلية للقلق الاجتماعي	58,88	5,60	59,91	8,18	0,78	غير دالة

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعات التي توجد في منطقة العاصمة الأوكرانية

"كيف" والتي توجد خارج العاصمة في أبعاد القلق الاجتماعي والدرجة الكلية له.

وتعزو الباحثة هذه النتيجة بسببان جميع الطلبة العراقيين اللذين يدرسون في الجامعات الأوكرانية سواء في العاصمة او في المدن الاخرى يواجهون المشاكل والمعوقات نفسها فضلا عن كونهم يجهلون اللغة الاوكرانية التي تتيح لهم التفاهم

والتواصل مع المجتمع وتتفق هذه النتيجة مع توجهات فرويد حيث ذكر بأن الفرد يدرك مصدر الخطر الخارجي في محيطه الخارجي وقد يكون هذا الخطر حقيقي وواقعي يدفعه للشعور بالقلق الاجتماعي .

ثالثا : الكشف عن دلالة الفروق في القلق الاجتماعي لدى الطلبة العراقيين الدارسين في أوكرانيا على وفق متغير الفترة التي قضاها في أوكرانيا . (سنة فأقل) (أكثر من سنة)

لتحقيق هذا الهدف تم استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين للتعرف على الفروق في القلق الاجتماعي على وفق متغير مدة إقامته في اوكرانيا (سنة فأقل , أكثر من سنة) وحسب مجالات المقياس والجدول (8) يوضح ذلك .

الجدول (8)

مستوى الدلالة	القيمة التائية المحسوبة	مدة الإقامة أكثر من سنة ن=34		مدة الإقامة سنة فأقل ن=77		أبعاد القلق الاجتماعي
		الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	
غير دالة	1,68	3,19	14,59	2,75	15,58	التجنب الانفعالي
غير دالة	1,02	3,05	17,50	2,51	18,06	المؤشرات الجسمية
غير دالة	1,67	1,90	12,03	2,13	12,74	التوكيدية
غير دالة	0,49	1,98	13,56	1,91	13,75	التشتت الذهني
غير دالة	1,73	7,99	57,68	6,41	60,14	الدرجة الكلية للقلق الاجتماعي

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب باختلاف مدة وجودهم في أوكرانيا (سنة فأقل)، (أكثر

من سنة) في أبعاد القلق الاجتماعي والدرجة الكلية له.

ويعود سبب ذلك الى ان الطلبة منذ اليوم الاول لوصولهم يشعرون بالغربة والحاجة الى العودة الى حضن الوطن والى خلفيتهم الاجتماعية والى بيئتهم التي ترعرعوا فيها وتبقى هذه الحاجات تسيطر على تفكيرهم وتستمر هذه الرغبة والاحاسيس تلح عليهم طيلة فترة دراستهم وتأتي هذه النتيجة منسجمة مع رأي فروم حيث ربط بين القلق والحاجات الاساسية الى الانتماء والارتباط والهوية والحاجة الى اطار اجتماعي توجيهي وان اعاقا اشباع هذه الحاجات سيقود الى القلق الاجتماعي .

رابعا : الكشف عن دلالة الفروق في القلق الاجتماعي لدى الطلبة العراقيين الدارسين في أوكرانيا على وفق متغير ترتيبه بين أخوته .

(الاول) (الاوسط) (الاخير)

لتحقيق هذا الهدف تم استخدام تحليل التباين الاحادي للتعرف على الفروق في القلق الاجتماعي على وفق متغير ترتيبه بين أخوته .

(الاول) (الاوسط) (الاخير)

وحسب مجالات المقياس والجدول (9) يوضح ذلك .

الجدول (9)

جدول البيانات الوصفية لأبعاد مقياس القلق الاجتماعي والدرجة الكلية له في ضوء الترتيب الميلادي لعينة الدراسة

الأبعاد	الترتيب الميلادي	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	
التجنب الانفعالي	الأول	27	14.37	3.18	
	الأوسط	51	15.26	2.54	
	الأخير	33	16.06	3.07	
	المجموع	111	15.28	2.91	
المؤشرات الجسمية	الأول	27	17.11	3.31	
	الأوسط	51	18.16	2.34	
	الأخير	33	18.12	2.57	
	المجموع	111	17.89	2.68	
التوكيدية	الأول	27	12.82	2.80	
	الأوسط	51	12.20	1.67	
	الأخير	33	12.79	1.95	
	المجموع	111	12.52	2.79	
التشتت الذهني	الأول	27	13.52	2.46	

	1.74	13.61	51	الأوسط	الدرجة الكلية للقلق الاجتماعي
	1.72	13.97	33	الأخير	
	1.92	13.70	111	المجموع	
	9.47	57.81	27	الأول	
	5.74	59.22	51	الأوسط	
	6.23	60.94	33	الأخير	
	6.99	59.39	111	المجموع	

أبعاد القلق الاجتماعي	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
التجنب الانفعالي	بين المجموعات	42.48	2	21.24	2.58	غير دالة
	داخل المجموعات	887.86	108	8.22		
	المجموع	930.34	110			
المؤشرات الجسمية	بين المجموعات	21.78	2	10.89	1.52	غير دالة
	داخل المجموعات	770.92	108	7.14		
	المجموع	792.70	110			
التوكيدية	بين المجموعات	10.07	2	5.03	1.17	غير دالة
	داخل المجموعات	466.63	108	4.31		
	المجموع	475.69	110			
التشتت الذهني	بين المجموعات	3.72	2	1.86	0.50	غير دالة
	داخل المجموعات	403.87	108	3.74		
	المجموع	407.59	110			

		73.88	2	147.76	بين المجموعات	الدرجة الكلية للقلق الاجتماعي
غير دالة	1.53	48.36	108	5222.58	داخل المجموعات	
			110	5370.34	المجموع	

تشير النتيجة اعلاه الى انه ليس هناك فروق دالة احصائية في مجالات القلق الاجتماعي تبعا للترتيب الميلادي (الاول، والاولى والاخير) وذلك لان النتيجة الفائية المحسوبة اقل من الفائية الجدولية حيث ان القيمة الفائية الجدولية عند مستوى 5 % ودرجة حرية (2_108) تساوي 3,07 . تفسر الباحثة هذه النتيجة بانه لا يوجد اثر للترتيب الميلادي اي ان الطالب اذا كان الاول او الاوسط او الاخير في الأسرة يواجه في غربته نفس الصعوبات والمعوقات وتكون لديه نفس الرغبات والحاجات في الحنين الى الوطن والى دفع العلاقات الحميمة فضلاً عن انهم يفتقدون الى المساندة وقت الازمات من قبل الاهل والاقارب والاصحاب ، كون ان طبيعة الحياة قد تغيرت عليهم في بلد آخر يفتقدون الى مهارة التواصل الاجتماعي كونهم لا يعرفون اللغة الأوكرانية مما يفقدهم التواصل مع الآخرين ان اختلاف البيئة وحرمانهم من اشباع حاجاتهم النفسية يدفعهم الى القلق الاجتماعي

التوصيات

- 1_ اسهام الطلبة العراقيين في نشاطات وفعاليات الجامعات الأوكرانية .
- 2_ توجيه الجامعات الأوكرانية من قبل الملحقيات الثقافية لزياد الاهتمام بالطلبة العراقيين ومساعدتهم للتخلص من مشاكلهم .
- 3_ الاهتمام بفتح مراكز للإرشاد الطلابي لتوعية الطلبة الراغبين في الدراسة خارج العراق .
- 4_ إتاحة الفرصة امام الطلبة للحصول على الشهادات من بلدهم دون الحاجة الى تحمل عناء السفر والغربة .
- 5_ تقديم الدعم الكامل من قبل العاملين في الملحقيات الثقافية للطلبة المغتربين وتذليل الصعوبات التي تواجههم .
- 6_ التأكيد على اهمية تعلم الطلبة لغة البلد الذي يذهبون للدراسة فيه .

المقترحات

- 1_ اجراء دراسة تهدف الى التعرف على العلاقة بين القلق الاجتماعي والمتغيرات الاخرى .
- 2_ اجراء دراسة مماثلة على الطلبة العراقيين الدارسين في جامعات دول اخرى .
- 3_ دراسة العلاقة بين القلق الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى الطلبة المغتربين .

المصادر

- 1- الأطميش، سناء نعيم، 2005، القلق من المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الاعدادية ،رسالة ماجستير ،الجامعة المستنصرية.
- 2_ الامارة، سعد شريف، 2005، القلق وقرحة المعدة /منتدى الحوار المتمدن الالكتروني www.rezgar.com
- 3_ الاندلسي، علي احمد أبين حزم، 2000، كتاب الاخلاق والسير ،ترجمة عبد الحق التركماني، دار أبين حزم ،بيروت
- 4_ الزبيدي ، كامل علوان ، 2000 ، الضغوط النفسية وعلاقتها بالرضا المهني والصحة النفسية لدى اعضاء هيئة التدريس في الجامعة، اطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية الآداب ، جامعة بغداد.
- 5_ الزعبي، احمد محمد ، 1999 ، مستوى القلق كحالة وكسمة لدى طلبة جامعة صنعاء ،مجلة مركز البحوث التربوية بجامعة قطر ،العدد 2، السنة ،2001
- 6_ العاسمي، رياض نايل(2005)، علم النفس المرضي، دمشق، مطابع الإدارة السياسية .
- 7_ العزي والحشاش ، لمياء حسن ودعاء اباد ، 2010 ، القلق الاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طالبات الصف الخامس في معهد المعلمات /نينوى بحث منشور في مجلة دراسات تربوية العدد التاسع
- 8_ المالح، خلدون(2001): القلق الاجتماعي، دمشق، دار الفكر.
- 9- الوقفي، راضي،(1999)، مقدمة في علم النفس ،ط31، عمان، دار الشؤون للنشر والتوزيع.
- 10_ باترسون، 1989، نظريات الارشاد والعلاج النفسي ،ترجمة حامد عبد العزة ،القاهرة.
- 11_ تونسي، عديلة حسن طاهر، 2002، القلق والاكئاب لدى عينة من المطلقات وغير المطلقات في مدينة مكة المكرمة رسالة ماجستير /مقدمة الى كلية التربية ،جامعة أم القرى مكة المكرمة.
- 12_ راغب، نبيل، 2003، أخطر مشكلات الشباب ،دار غريب للطباعة والنشر، القاهرة .
- 13_ سوين ،ريتشارد ، 1979، علم الامراض النفسية والقلبية ، ترجمة أحمد سلامة ،دار النهضة العربية ،القاهرة
- 14_ هريوت، مارتين، 1980، مشكلات الطفولة ،ترجمة عبد المجيد نشوان، منشورات وزارة الثقافة والإرشاد القومي ،دمشق.
- 15_ عرفج ، هادي محمد (2011) ، صورة الجسم وعلاقته بالرهاب الاجتماعي لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمدينة أمها ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة الملك خالد ، السعودية
- 16_ عسيري، عبير بنت محمد حسن (2003). علاقة تشكل هوية الأنا بكل من مفهوم الذات والتوافق "النفسي والاجتماعي والعام" لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الطائف. رسالة ماجستير مقدمة الى كلية التربية، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
- 17_ فايد، حسين علي (2003): صورة الجسم والقلق الاجتماعي وفقدان الشهية العصبي لدى الإناث المراهقات، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد 9، العدد 23.

18_ كفاي، علاء الدين النبال، مایسة (1996): صورة الجسم وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من المراهقات، الإسكندرية، دار المعرفة الجامعية.

19_ محمد، إيمان عبد العظيم (2006): فعالية برنامج للتدريب على التوكيدية في خفض مستوى الرهاب الاجتماعي لدى عينة من المراهقات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية جامعة الزقازيق .

1_ Bass, Arnold. H. 1980, self-consciousness and Social Anxiety W. H Freeman and Company, San Francisco.

2_ Schreier, A. R. & Abramovitch H. 1996. American medical students in Israel: stress and coping. Journal of Medical Education 30(6):445-452.

3_ Mouret, G. M. L. 2002. Stress in a graduate medical degree. The Medical Journal of Australia 177 (1 suppl): S10-S11

ملحق (1)

مقياس القلق الاجتماعي

ت	الفقرات	نعم	أحياناً	لا
1	اتضايق عندما يطلب مني القاء كلمة أمام الآخرين			
2	أشعر بالغبثان عندما أكون مع جماعة لا أعرفها			
3	أجلس دائماً في المقاعد الأمامية عند حضور أي محاضرة			
4	أعبر عن رأي بصراحة عندما يختلف في الرأي مع الآخرين			
5	أشعر بالتوتر عندما أكون موضع ملاحظة من الآخرين			
6	أشعر بجفاف الفم عندما أتحدث أمام جمع من الناس			
7	أجنب المواقف الاجتماعية التي تتطلب مني المشاركة الفعالة			

8	عندما يطلب مني الحديث مع الآخرين لا أعرف من أين أبدأ			
9	أشعر بالانقباض عندما أقوم بعمل ما أمام الآخرين			

10	ترتجف يداي عندما اقوم بكتابة شيء ما امام الآخرين		
11	اتجنب دائما دخول الاماكن المزدحمة بالناس		
12	اتحدث بطلاقة مع الآخرين		
13	اتضايق عندما يقول الناس عني انني غير قادر على اداء عمل ما		
14	ابتعد عن الآخرين خوفا من الاصابة بنوبة اغماء		
15	ارغب في الالتحاق بوظيفة تتطلب التعامل مع الناس		

16	لا استطيع تجميع افكاري عندما اتحدث مع مسؤول ما		
17	تجرح مشاعري بسهولة عندما ينتقدني الآخرون		
18	اتلعثم في الكلام عندما ابادر في الحديث مع الآخرين		
19	اشعر بالسعادة عندما اقوم برحلة مع اصحابي		
20	اتجنب المواقف التي تتطلب مني التعليق على موضوع ما		
21	عندما اتكلم مع أي شخص لا استطيع تركيز نظري في عينيه		
22	اشعر بالآلام في معدتي عندما يطلب مني ان اتكلم امام الآخرين		
23	اتجنب العمل مع الآخرين خوفا من الوقوع في الخطأ		
24	تتطاير وتتداخل افكاري عندما اتحدث مع الآخرين		
25	اخجل عندما ينادي علي شخص ما لا اعرفه امام الآخرين		
26	يعرق جسمي عندما الاحب ان الآخرين يراقبوني		
27	من السهل علي التحدث مع الآخرين اللذين اقابلهم لأول مرة		
28	يمكنني التركيز في أي عمل اقوم به امام الآخرين		