وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة القادسية
كلية التربية
قسم العلوم النفسية والتربوية

# القلق الاجتماعي لدى طلبة كلية التربية

بحث تقدم به الطالبان

**عقيل عباس جاسم** **فريق راهي كاظم**

الـــــى اللجنة العلمية في كلية التربية /قسم العلوم النفسية والتربوية

وهو جزء من متطلبات نيل شهادة البكالوريوس في العلوم النفسية والتربوية

اشـــراف
أ. م : نبال عباس المهجه

1438 هـ 2017 م

بسم الله الرحمن الرحيم

# [الَّذِينَ آَمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللهِ أَلَا بِذِكْرِ اللهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ]

صدق الله العلي العظيم

سورة الرعد:28

# الإهداء

من كنت لهُ عبداً..... ربي
من بلغ الرسالة وادى الامانة.....ونصح الامة
نبي الرحمة ونور العالمين .....الذي دنى .....فكان قاب قوسين ....
.....نبي الهدى محمد9
**معز الاولياء.... ووارث الانبياء.....وخاتم الاوصياء ..**
**مالئ الارض عدلاً ةقسطا .....**
الامام القائم المنتظر(عجل الله فرجه)
**غريب الغرباء..... الذي احيا مدينة سورى**
الامام القاسم بن الامام موسى الكاظم()
**الى من أزال الاشواك عن دربي ...وتحمل الالم عني**
**ليمهد لي الطريق.....القلب الكبير**
والدي العزيز(رحمه الله)
من قذفت لي الحنان بدعائها فانارت دربي
والدتي الغالية
**من رحل مع والدي إلى دار القرار**
(رحمه الله)
من له مقامات والدي أخي سيد جعفر ألغرابي
**إلى أخي العزيز** سيد محمد ألغرابي
**من ساندتني في مشوري.....** زوجتي الغالية
**من منحني الكثير من وقته وشاركني مشوار البحث**
**أساتذتي الأفاضل .... تواضعاً لسخائهم العلمي**
**إخوتي ، وزملائي .... حباً ووفاءً**

**اهدي ثمرة جهدي المتواضع هذا**

إلى

# شكر وإمتنان

**"ولا تنسو الفضل بينكم"**

الحمد لله الأول قبل الأنشاء والاحياء والآخر بعد فناء الاشياء العليم الذي لا ينسى من ذكره ولا ينقص من شكره ولا يخيب من دعاه ولا يقطع رجاء من رجاه الحمد لله الذي جعل الحمد مفتاحاً لذكره وسبباً لمزيد من فضله ودليل على آلائه وعظمته احمده مع اعترافي بالذنب والتقصير واشكره على ما أعانني ويسر لي العسير ونستغفره ونتوب إليه ونسأله التوفيق لكل ما يرضيه ويبعدنا عن كل سخطه وان لا يكلنا لأنفسنا طرفة عين فنكون من الهالكين والحمد لله الذي بعونه بدأت وعليه توكلت والصلاة والسلام على سيدنا محمد (9).

فأني بعد أنجاز دراستي أتقدم بخالص شكري وأمتناني الى الاستاذة المشرفة التي كانت مشرفة علميةً أمينةً وتتمتع بأخلاق عالية ورصانة علمية فأسأل الله ان يجزيها أفضل الجزاء في الدنيا والآخرة لأنها قدم لنا الكثير خلال مرحلة كتابة البحث الاستاذه أ. م. نبال المهجة.

وخالص الشكر والعرفان للأساتذتي في كلية التربية /قسم العلوم النفسية والتربوية بقبول مناقشة البحث كما اتوجه بالشكر والتقدير الى كل الأساتذة الذين أوهبوني العلم و كما اقدم خالص شكري وتقديري الى جميع اساتذتي الذين تلمذت على ايديهم في مرحلة الدراسة .

وأوجه شكري وامتناني الى عائلتي التي تحملت معي كل الصعوبات بقلب واسع وتشجيع دائم واخص بالذكر (والدتي الحنونه وزوجتي الغالية) الذين كانوا سندي طوال مدة البحث، وختامنا اشكر كل من قدم لي مساعدة علمية توجهيه او النصح ممن لا تسعني الذاكرة من ذكرهم جميعاً راجياً للجميع النجاح والموفقيه ومن الله التوفيق

قائمة المحتويات


| الموضوع | رقم الصفحة |
|---|---|
| الاية القرانية | أ |
| الاهداء | ب |
| شكر وتقدير | ج |
| ثبت المحتويات | د |
| الفصل الاول / التعريف بالبحث | |
| اولا / مشكلة البحث | 1 |
| ثانيا /اهمية البحث وحاجته | 2-4 |
| ثالثا / اهداف البحث | 4 |
| رابعا / حدود البحث | 4 |
| خامسا / تحديد المصطلحات | 4-5 |
| الفصل الثاني / الاطار النظري والدراسات السابقة | |
| اولا / الاطار النظري | 6-15 |
| ثانيا / دراسات سابقة | 16-17 |
| الفصل الثالث /اجراءات البحث | |
| اولا / منهجية البحث | 18 |
| ثانيا / مجتمع البحث | 18 |
| ثالثا / عينة البحث | 18 |
| رابعا / اداة البحث | 18 |
| خامسا / وصف المقياس | 19 |
| سادسا / مؤشرات الصدق والثبات | 19-21 |
| سابعا / الوسائل الاحصائية | 21 |
| الفصل الرابع / عرض النتائج ومناقشتها | |
| اولا / عرض النتائج | 22-23 |
| الهدف الاول / القلق الاجتماعي | 22 |
| الهدف الثاني / في ضوء متغير الجنس | 22 |
| الهدف الثالث / في ضوء متغير الاختصاص | 23 |
| الفصل الخامس | |
| اولا / التوصيات | 24 |
| ثانيا / المقترحات | 24 |
| ملخص البحث | 25 |
| الملاحق | 26-32 |
| المصادر | 33-35 |

# الفصل الأول

أولا :- مشكلة البحث

ثانيا :- أهمية البحث وحاجته

ثالثا :- أهداف البحث

رابعا :- حدود البحث

خامسا :- تحديد المصطلحات

## أولا / مشكلة البحث

تعد التربية عمليه اجتماعيه تهدف إلى تحقيق النمو الأفضل للإنسان الذي يساعده على تحقيق التوافق مع ذاته ومع المجتمع إضافة إلى تحقيق النمو السليم لكل من الفرد والمجتمع ( السليفاني،2001، 20))

أن الاضطراب والقلق من اكبر المصاعب في حياة الناس والنتائج الحاصلة منهما في حياة الفرد والمجتمع واضحة للعيان والاطمئنان واحد من أهم اهتمامات البشر وإذا حاولنا أن جمع سعي وجهاد الإنسانية على طول التاريخ في بحثهم للحصول على الاطمئنان بالطرق الصحيحة وغير الصحيحة .يقول بعض العلماء عند ظهور بعض الإمراض المعدية – كالطاعون – فان من بين عشرة أفراد يموتون بسبب المرض – ظاهرا – أكثرهم يموت بسبب القلق والخوف وعدة قليلة يموتون بسبب المرض حقيقة وبشكل عام الاطمئنان والاضطراب لهما دور مهم في سلامة ومرض الفرد والمجتمع وسعادة وشقاء الإنسانية وهذه مسالة لا يمكن التغافل عنها ولهذا الفت كتب كثيرة في موضوع القلق وطرق التخلص منه . وكيفية الحصول على الراحة ، والتاريخ الإنساني ملئ بالمواقف المؤسفة لتحصيل الراحة ، وكيف أن الإنسان يتشبث بكل وسيلة غير مشروعة كالاعتياد على المواد المخدرة لنيل الاطمئنان النفسي ولكن القران الكريم يبين اقصر الطرق من خلال جملة قصيرة ولكنها كبيرة المعنى حيث يقول بسم الله الرحمن الرحيم (ألا بِذِكرِ اللهِ تَطمَئِنُّ القُلُوبُ) الرعد اية 28(مكارم الشيرازي ،ج6 ص445-446)

وأكد ابن حزم على عمومية القلق بوصفه حالة أساسية من حالات الوجود الإنساني (الأندلسي ،2000،ص25)

وقد تحسست مشكلة البحث والحاجة إليه كوني طالبا جامعيا عشت ضمن هذه الشريحة لمدة أربع سنوات ومن خلال علاقتي بزملائي الطلبة وجدت الأغلب منه يعاني من قلق اجتماعي في مختلف أنواعه.

### ثانيا / أهمية البحث والحاجة أليه

آن القلق الاجتماعي من الأمراض النفسية واسعة الانتشار حيث أصبح ظاهرة ملحوظة في العصر الحاضر وذلك نتيجة لظروف الحياة الصعبة والمعقدة التي يعيشها الفرد حيث يتطلب منه القيام بادوار اجتماعية مختلفة لإشباع حاجاته بالنجاح وتفوق فعندما لا يجد الفرد سبيل لإشباع هذه الاحتياجات ولا يحقق رغباته بشكل صحيح وسليم يكون ربما عرضة للكثير من الأمراض النفسية منها الشعور بالإحباط والإخفاق والقلق وغيرها مما يؤثر سلبا على شخصيته (النداوي ،2006،ص2) .لذلك علينا أن نعلم أن ظاهرة القلق ليست جديدة وقد تناولها الكثير من الفلاسفة القدماء

وقد اهتم الكثير من الباحثين بالقلق الاجتماعي ومنها هذه الدراسة من اجل التخفيف من وتيرة القلق لدى الطلبة وتعريف الطلبة بأنواعه ومسبباته سواء أن كانت على المستوى المعنوي أو المستوى المادي

لذلك أكدت مجموعة من الدراسات والأبحاث الحديثة عن تزايد القلق وانعكاساته على صحة الفرد النفسية حيث يشكل 30% الى 40% من الاضطرابات النفسية وهنالك أنواع مختلفة من القلق حيث تم تصنيفه تبعا لأسس مختلفة :-

1- هناك تصنيف من حيث وعي الفرد به ويكون أما القلق شعوري وهو الذي يدرك الفرد أسبابه ويمكنه تحديدها والتصدي لها وأحيانا يزول هذا القلق بزوال الأسباب وهناك قلق لا شعوري لا يدرك الفرد أسبابه

2- هناك أنواع من القلق من حيث مستوى الأداء بدوره ينقسم الى القلق ميسر ومنشط للأداء والقلق المضعف للأداء

3-هناك أنواع من القلق من حيث شدة درجته هناك اليسير السهل الذي من الممكن تجاوزه والحاد الذي من الصعب تجاوزه

4- أما النوع الأخير من القلق فهو في توافق الفرد وصحته النفسية وهو ينقسم الى القلق الاعتيادي الواقعي والقلق الخلقي والقلق العصابي (القريطي ،1998،ص125)

وعلى الفرد أن يعرف أهمية هذه الدراسات لما لها مردود ايجابي على شخصيته بكل جوانبها .

لذلك أكدت دراسات أجريت أكدت أن القلق الاجتماعي من العوامل الأساسية التي تؤثر في الصحة النفسية للفرد حيث تم الاعتماد القلق الاجتماعي من أكثر الانفعالات التي تصيب الفرد وعليه تهدد آمنه الشخصي وسلامته النفسية (ألزغبي،1999،ص107)

اجمع العديد من علماء النفس أن أساس بدور الصحة النفسية تنمو من البيئة الأسرية باعتبارها أول محطة في حياة الطفل ويكون لها الدور الكبير في توفير جو نفسي واجتماعي سليم للفرد يساعد على التوافق الايجابي والاندماج في مواقف التفاعل الاجتماعي مع المحيطين به وعكس من ذلك في حالة عدم توفر أساليب التنشئة السليمة والصحيحة واعتماد أساليب التسلط والتقيد والإهمال يدفع بهم الى احد إشكال السلوك غير المقبول اجتماعيا ويظهر ذلك من خلال تعاملهم مع المحيطين بهم بشكل غير سليم (الكشر ، دراسة من الانترنيت)

وتكمن اهمية البحث بالنقاط الآتية :-

1- الأهمية النظرية :-

من خلال التأكيد على المنطلقات النظرية والأطر النظرية لتغير القلق الاجتماعي من مؤثر سلبي يؤدي الإحباط وجعله دافعا لتحقيق الاستقرار النفسي والنجاح بكل المجالات وتسليط الضوء على هذا المتغير لاغناء المكتبة الإرشادية والنفسية

2- الأهمية التطبيقية :-

من خلال تطبيق مقياس القلق الاجتماعي والكشف عن الطلبة الذين يعانون من قلق اجتماعي عال وإعداد برامج إرشادية لتنمية الثقة بالنفس

3- أهمية الدراسة

تتناول القلق الاجتماعي الذي يعد مرض العصر الذي يلعب دور في تكيف الفرد مع بيئته الخارجية مما يؤثر في عملياته التفاعلية

ثالثا / أهداف البحث :

يهدف البحث الحالي الى تعرف الأتي :-

1-القلق الاجتماعي لدى طلبة كلية ألتربيه – جامعة القادسية

2-مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة كلية ألتربيه وفق متغير الجنس

3-معرفة نسبة انتشار القلق الاجتماعي لدى طلبة كلية التربية وفق متغير الاختصاص

رابعا / حدود البحث :_

1-حدود زمانية : للعام الدراسي 2016-2017

2-حدود مكانية :الديوانية – جامعة القادسية – كلية التربية – قسم العلوم التربوية والنفسية

3-حدود مادية : موضوعة القلق الاجتماعي لدى كلية التربية

الأقسام العلمية ،الإنسانية

الذكور . الإناث

خامسا / تحديد المصطلحات

القـلـــق

تعريف عاقل 1988

- شعور مختلط من الرهبة والفزع بخصوص المستقبل دون سبب محدد (معجم العلوم النفسية ،50)

-

القلق الاجتماعي

-عرفة ليري 1983

استجابة الفرد الانية في مواقف التفاعل غير المتوقعة وتكون النتيجة لردود فعل الاخرين المشاركين في تلك العملية (Leary,1983,44)

-عرفه عبد الرحمن 1998

حالة التوتر تنتج عن التوقع او الحدوث الفعلي للتقييم في مواقف التفاعل الشخصي (عبد الرحمن ،1998، 149-206)

-التعريف الإجرائي:

لقد تبنا الباحثان تعريف مارتن 1983

الخوف من المخاطر التي تترتب على التواصل مع الآخرين في الأوضاع الاجتماعية المختلفة (مشكلات الطفولة ،20)

# الفصل الثاني

## أولا / إطار نظري

## ثانيا / دراسات السابقة

## أولا :_ إطار نظري

### 1- مفهوم القلق الاجتماعي

إن القلق الاجتماعي من الأمراض النفسية واسعة الانتشار حيث أصبح ظاهرة ملحوظة في العصر الحاضر وذلك نتيجة لظروف الحياة الصعبة والمعقدة التي يعيشها الفرد حيث يتطلب منه القيام بادوار مختلفة لإشباع حاجاته بالنجاح والتفوق ، فعندما لا يجد الفرد سبيل لإشباع هذه الاحتياجات ولا يحقق رغباته بشكل صحيح وسليم يكون ربما عرضه للكثير من الإمراض النفسية منها الشعور بالإحباط والإخفاق والقلق وغيرها مما يؤثر سلبا على شخصيته (النداوي ،2006، 2)

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

وهناك نوعين من القلق الاجتماعي

* القلق العادي البسيط الذي يؤدي بالفرد إلى تحسين أداءه والانجاز للوصول إلى أعلى مستويات الأداء ويهيئ الفرد للتوافق مع التحديات الموجودة حوله

* القلق الاجتماعي المعقد الذي يحطم الفرد ويمنعه من التواصل في حياته وحياة المحيطين به إلى التوتر ويهدد سلامته النفسية (سوين ،1979، 341 )

وكما يعد القلق جانبا ديناميكيا في بناء الشخصية ومتغيرا مهما من متغيرات السلوك البشري ويطرأ تأثيره السلبي على العديد من الجوانب النفسية حيث ترجع مصادر القلق الاجتماعي بالدرجة الأولى إلى العلاقات الاجتماعية والى الصراعات التي تتولد عن علاقة بين الأشخاص

لذلك أكدت مجموعة من الدراسات والأبحاث الحديثة عن تزايد القلق وانعكاساته على صحة الفرد النفسية حيث يشكل 30% إلى 40% من الاضطرابات النفسية وهنالك أنواع مختلفة من القلق حيث تم تصنيفه تبعا لأسس مختلفة :-

1- هناك تصنيف من حيث وعي الفرد به ويكون إما القلق شعوري وهو الذي يدرك الفرد أسبابه ويمكنه تحديدها والتصدي لها وأحيانا يزول هذا القلق بزوال الأسباب وهناك قلق لا شعوري لا يدرك الفرد أسبابه
2- هناك أنواع من القلق من حيث مستوى الأداء بدوره ينقسم إلى القلق ميسر ومنشط للأداء والقلق المضعف للأداء
3- هناك أنواع من القلق من حيث شدة درجته هناك اليسير السهل الذي من الممكن تجاوزه والحاد الذي من الصعب تجاوزه
4- أما النوع الأخير من القلق فهو في توافق الفرد وصحته النفسية وهو ينقسم إلى القلق الاعتيادي الواقعي والقلق الخلقي والقلق العصابي (القريطي ،1998،ص125)

واهتم بمشكلة القلق العديد من الفلاسفة مثل ابن حزم في كتاب (الأخلاق والسير ) حيث أكد على عمومية القلق بوصفه حالة أساسيه من حالات الوجود الإنساني ( الأندلسي ،2000، 25 ))

وهناك مجموعة من العوامل المؤدية له منها النظرية الكيميائية إي الاضطراب في مستوى عمل بعض الهرمونات في الدماغ والنظرية السلوكية التي ترى إن فشل المرء في تجنب المؤثرات المؤلمة في إعطاء نتائج ايجابية له عندها يحدث ما يعرف بالقلق وهناك النظرية السيكولوجية التي فسرته على انه نتائج لصراعات من الرغبات والمشاعر والسلوك في اللاوعي (عبد الباسط ،دراسة من الانترنيت )

ويشير فرويد إلى القلق على انه حالة من الخوف الغامض الشديد الذي يمتلك الإنسان ويسبب له الكثير من الكدر والضيق والألم والقلق يعني الانزعاج والشخص القلق يتوقع الشر ودائما ويبدو متشائما ومتوتر الأعصاب ومضطربا كما أن الشخص القلق يفقد الثقة بنفسه ويبدو مترددا عاجزا عن البت في الأمور ويفقد القدرة على التركيز ( فرويد 1983 ،40 )

حيث بين باس من خلال اهتماماته 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)

وللقلق مكانة هامة في علم النفس الحديث فهو المفهوم المركزي في علم الإمراض النفسية بل في الإمراض ألعضويه المختلفة ويعتبره فرويد القاعدة الأساسية والمشكلة المحورية في كل العاصبة .

اجمع العديد من علماء النفس إن أساس بدور الصحة النفسية تنمو من البيئة الأسرية باعتبارها أول محطة في حياة الطفل ويكون لها الدور الكبير في توفير جو نفسي واجتماعي سليم للفرد يساعد على التوافق الايجابي والاندماج في مواقف التفاعل الاجتماعي مع المحيطين به وعكس من ذلك في حالة عدم توفر أساليب التنشئة السليمة والصحيحة واعتماد أساليب التسلط والتقيد والإهمال يدفع بهم إلى احد أشكال السلوك غير المقبول اجتماعيا ويظهر ذلك من خلال تعاملهم مع المحيطين بهم بشكل غير سليم .حيث أجريت مجموعة من الدراسات التي أكدت أن الأطفال الذين تكون لديهم طفولة غير سعيدة ومعانين من الحرمان النفسي والمادي تتولد لديهم مشاعر الإحباط والتوتر وعدم الرضا وبالتالي يكونون عرضه للإصابة بمختلف الاضطرابات النفسية (الكشر ، دراسة من الانترنيت)

تتعرض أحيانا الأسرة للتفكك والتصدع نتيجة الكوارث الاجتماعية كموت احد الأبوين أو انفصالهما وغيرها من الأسباب لكن النتيجة واحدة هو التأثير على الأسرة وجوها العام الذي من المفروض انه جو اجتماعي مبني على أسس سليمة حيث تنعكس الصورة فيشعر الطفل فيه بالقلق وعدم الاستقرار حيث يفقد ثقته بنفسه .وأكد علماء النفس إن الخبرات المؤلمة هي التي تكسب الطفل مواقف يدرك عدم تقبله وبالتالي تشعره بعدم الطمأنينة التي تؤدي إلى الاستعداد للقلق ويؤثر توافقه في مراحل حياته (حسين ،دراسة من الانترنيت).

حيث يعد فرويد من أوائل الباحثين الذين اهتموا بتناول المعاملة الأسرية في إصابة الأطفال بالأمراض النفسية حيث أن ما يتم زراعته في نفوس أبنائهم من مرحلة الطفولة بالسنوات الأولى تكون أساس لشخصيتهم في المستقبل (هول ،1969، 75)

يقوم الوالدين بدور كبير في تشكيل شخصية أبنائهم عن طريق توفير بيئة غنية ترفدهم بالخبرات عن طريق تدريبهم على إصدار استجابات والسلوكيات الايجابية لأنهم في مرحلة الطفولة يكونون غير قادرين على إصدار الإحكام السليمة وذلك نتيجة لخبراتهم المتواضعة أو البسيطة (صادق ،1990 ، 279).فهم يستفيدون من ما يعطي لهم في مراحل عمرهم المقبلة (السمالوطي ،1984 ، 190) تعتبر مرحلة المراهقة من أهم الفترات في حياة الفرد حيث أنها تمثل في النمو الجسمي والعقلي والنفسي حيث أجمعت الدراسات الحديثة على أساس إن المراهقين فئة حساسة يجب الاهتمام بهم في مختلف النواحي العقلية والجسمية والنفسية ،فمرحلة المراهقة تمر بمشكلات وأزمات نفسية عديدة وتكون في نهايتها يتحول المراهق إلى الانطواء والخجل والمخاوف التي تشكل جميعها عائق أمام تكيفه الاجتماعي وتحد من اندماجه بإطار الأسرة والمجتمع (راجح،1985، 145) (ماسترز وآخرون ،1998، 124)

ومن خلال ما تقدم يمكن وضع القلق الاجتماعي في عدة جوانب كما يلي:

## الجانب الأول / المظاهر السلوكية للقلق الاجتماعي :

للقلق الاجتماعي مظاهر متعددة تتضمن استجابة سلوكية تمثل خصائص القلق الاجتماعي وتختلف من شخص إلى أخر تبعا لطبيعة استعداداته

الفطرية ومكوناته البيولوجية وأساليب التنشئة الاجتماعية وخزين خبراته

(هربت ،1980، 125 )

وحدد نيكولاس 1974 عددا منها :

1-الحساسية والخوف من أن يكون ملاحظا من قبل الآخرين

2-التغذية الراجعة السلبية وملاحظة رفض واستنكار الآخرين له

3-الانتباه الزائد من قبل الفرد نفسه (نيكولاس،1974، 301)

## المجال الثاني / الخصائص ألمميزه للقلق الاجتماعي :

أن أبعاد القلق الاجتماعي تشترك بأسباب معينه وقد بين ((باس 1980 ))

أن لكل بعد أسبابه الخاصة فالامتداح المفرط يمكن أن يسبب الارتباك وتغطية الوجه تحدث في الارتباك والشعور بالخزي ولا تظهر في قلق الجمهور ولا الخجل ولوم الذات يظهر في بعد الخجل وقلق التقويم يظهر في قلق الجمهور وأحيانا في الخجل ولا يظهر في بعد الارتباك ولا الشعور بالخزي وكشف الذات يحدث في الارتباك والشعور بالخزي ولا يظهر في قلق الجمهور ولا الخجل

## المجال الثالث / مكونات القلق الاجتماعي :

لقد أشار (باس 1980) بان انفعالات القلق الاجتماعي تتضمن عدة مكونات رئيسيه منها

1-مشاعر أو عواطف ذاتيه مثل الشعور بالانضغاط أو الخوف أو الوحدة أو الحزن والانزعاج

2-سلوكيات ظاهره مثل تجنب مصادر الأذى أو الألم والانسحاب متمثلة بإبعاده الأربعة الارتباك والشعور بالخزي وقلق الجمهور والخجل

3-تعبيرات فسيولوجية من شانها مساعدة الجسم على أداء السلوك ألتجنبي أو الدفاعي مثل زيادة التعرف والاحمرار والارتعاش

## المجال الرابع / أسباب القلق الاجتماعي:

أشار (باس 1980 ) بان الإشكال الأربعة للقلق الاجتماعي تشترك ببعض تكفي لأن تسمى أسبابا شائعة للقلق الاجتماعي والتي تكون مقسمة إلى نوعين رئيسيين :

أولا :- البيئات الاجتماعية : وهي تحدد بما يلي:

1-حجم المجموعة : ويتضمن

أ – عدد الناس يتراوح بين شخص أو مجموعة كبيرة

ب – بدء الكلام مع شخصين يستلزم خوفا معتدلا يقابله الكلام مع مجموعة من الناس يتضمن إدراكا أكثر

ج – المجموعة الكبيرة من الناس يجعلون بعض الإفراد أكثر نرفزه من المجوعات الصغيرة

2-حجم الإصغاء

إن التحدث مع شخص واحد فقط يأخذ شكل اخذ وعطاء في جو مريح أما أن يكون الشخص أمام مجموعة كبيرة من الناس أو عندما يحين دوره ليتكلم أو لمجرد أن يركز الآخرون علية لأنه مركز لهذا الانتباه الكبير قد يثير لدية درجة مناسبة من القلق الاجتماعي (باس 1980)

ثانيا / سلوك الآخرين

وهو من الأسباب التي تحدث قلقا اجتماعيا لدى الفرد إذ أشار (باس 1980) بان مجموعة من الناس يمكنها ان تحدث القلق الاجتماعي بدون التفوه بكلمة واحدة

إذا أوضح (كورن 1977) إلى إن الأفراد القلقين اجتماعيا فضلا عن اهتمامهم حول ذواتهم فهنالك اهتمام واضح حول تقديرات الناس الآخرين لهم فان الشخص المجتنب يحتمل أن يصبح مرتكبا أو يشعر بالخزي وحتى خجولا أو شخصا متجاهلا يحاول أن ينسحب ويكبح استجابات اجتماعية تثير في نفسه الخجل كما أن المراقبة الفاحصة او التحديق من قبل

المجموعة يسبب للبعض قلقا اجتماعيا والشخص البارز المنافي للذوق السليم يحتمل ان يبدي علاقات الشعور بالخزي والارتباك

## المجال الخامس / أبعاد القلق الاجتماعي :

هنالك أربعة أبعاد للقلق الاجتماعي الارتباك يكون مصحوبا بالضحك أو المصحوب بقهقهة أو بعصبية وشعور بالغباء أما الشعور بالخزي فيوصف بأنة ازدراء الذات وإذلال بالإضافة إلى إن الشخص يبدو كئيبا وقلق الجمهور يكشف عنه بوجود التوتر والشعور بالخوف والانزعاج وعدم الانتظام بالنسبة للخجل يستدل علية من كبح سلوك اجتماعي متوقع مع مشاعر توتر وإحراج (باس 1980)

وتناول (موراس 1983) دراسة أبعاد قلق الاجتماعي وتوصل في بحثه إلى أن الخجل وقلق الجمهور هما بعدان للقلق الاجتماعي إذ يمكن التميز بينهما

وسوف يتم تناول احد أبعاد القلق الاجتماعي مع سلوكه الخاص الممكن ملاحظته والمشاعر والأسباب والنتائج التي تخصه .

### الخجل:

يعد الخجل بعدا من أبعاد القلق الاجتماعي إذ عرفه (الدريني،ب.ت ) بأنه

"ميل لتجنب التفاعل الاجتماعي والمشاركة في المواقف الاجتماعية بصورة غير قاسية "

(الدريني،ب.ت)

–عرفه زومباردو 1977 بأنه "رد فعل شخصي ينشأ ويتأكد من خلال القيم الاجتماعية السائدة والمبرمجة للحضارة ويكون أعلى من الحضارات الموجهة نحو الذات من الحضارات الموجهة نحو الجماعة" (Zimbardo,1977,pp.36.37). كل إنسان يمتلك مقدارا من الخجل الاجتماعي وهو أمر ضروري حيث أن انعدام الإحساس بالخجل يعتبر ظاهره شاذة أو غير صحيحة على المستوى النفسي ولكن الخجل يصبح أمرا غير طبيعي إذا كان شديدا أو يعيق

نمو الشخصية ويحد من تفاعلها الاجتماعي (النملة، 1995، 12) . ويرى زيمباردو 1977 في دراسته أن سبب لمشاكل عديدة في حياة الشخص خاصة عندما يتعارض مع قدراته على تكوين صداقات أو عندما يجعله يشعر بالتعاسة في وجوده بين الآخرين ويكون سبب رئيس في عدم القدرة على التحصيل الجيد مما يؤثر على حياته المدرسية والجامعية لأنه يصبح واثق من نفسه ولا يستطيع الكلام عندما يسأله المدرسون عن أي شيء (السبعاوي ،2009، 4).

فهذا التأثير السلبي للخجل قد يكون احد العوامل التي تسبب له الضعف في التحصيل فغالبية الطلبة الخجولين يعيشون بصفات مشتركة وهي قلة الحركة وعدم التفاعل مع المدرسين والتردد في الإجابة ويكون الخجل بمثابة حاجز يمنع الطالب من المشاركة ويسبب له كثير من الأزمات داخل نفسه وخاصة أذا ما وجد التوبيخ من الأساتذة والاستهزاء من اقرأنه داخل الصف (الشربيني، 2001، 93).وهذا ما أكدته دراسة (شقير 1996) أن الخجل يظهر بشكل كبير في مرحلة المراهقة مع أمكانية ظهوره قبل او بعد هذا السن وهذا ما أكده المالح في دراسته بأنها فترة حرجة في حياة الفرد وهي فترة غامضة بالنسبة للمراهقين بحيث يسيطر عليهم الارتباك لعدم معرفتهم بالدور الذي يجب أن يقوموا به (جرجس ، 1985، 12) . لقد اختلف العلماء في تحديد أسباب الخجل إذ يرجع أسبابها إلى تغيرات في إفراز الغدد والبعض الأخر يرجعها إلى عوامل بيئية او إلى كلاهما(غالب، 1991، 4) .أن نسبة الإصابات في الخجل خلال هذه المرحلة تتباين تماما في المواقف المختلفة العائلية ، المهنية ، الاجتماعية إذ تشير الدراسات التي أجراها كاتل إلى إن نسبة الخجل خلال هذه المرحلة تتباين حتى في الظروف والمواقف المتشابهة ،وأشار كمبل في دراسته حول النسب المئوية للخجل لدى الأفراد في المواقف والظروف المختلفة خاصة لدى المراهق فعندما يكون وسط جمع من الغرباء وعليه أن يتكلم فان نسبة الخجل عنده تكون كبيرة (خضر،1994، 13).

2 – النظريات التي تناولت القلق الاجتماعي:

اهتم علماء النفس والباحثين بالقلق في دراساتهم وأبحاثهم منذ الثلاثينات من القرن الماضي ،وخصوصا بعد أن تناوله فرويد في كتاباته حيث استخدمه أصحاب نظرية التحليل النفسي للآخرين . وأصحاب النظريات السلوكية والإنسانية والوجودية من بعده وعرف القلق بتعاريف متعددة تعكس منطلقات أصحاب تلك النظريات النفسية وفيما يلي الضوء على أهم تلك النظريات التي فسرت القلق :

1- نظرية التحليل النفسي :-

يعتبر فرويد من أوائل الذين تناولوا تناولوا القلق وعده نتاج الصراع بين عناصر الشخصية الثلاث "ألهو، الأنا ، الأنا العليا" ورأى فروي دان القلق هو شعور غامض غير سار بالخوف والتحفز والتوتر مصحوب ببعض الأعراض الجسمية وعلى أن القلق يظهر في الأصل كرد فعل لحالة خطر( Crow ,1968,p.316) ويميز فرويد بين ثلاثة أنواع من القلق وهي :

أ- القلق الموضوعي : وهو الشعور الموضوعي والحقيقي اقرب ما يكون للخوف الاعتيادي اذ يدرك الشخص مصدر الخطر الخارجي في محيطه الخارجي وربما يكون هذا الخطر حقيقي وواقعي ومتوقع ومحتمل (القريطي ، 1998، 125).هذا النوع من القلق دور بالغ في حياة الفرد والجماعة لما له من وظائف دافعية وتوجيهية مثل هذا القلق هناك مجموعة من العقبات التي تواجهه في مسيرته القادمة (راغب ،2003، 25).

ب- القلق العصابي : أن هذا النوع من القلق يعد من أكثر وأشد أنواع القلق شدة وأنه عرض مرضي ويعوق التوافق السوي والسلوك الاعتيادي للشخص ويكون مصدره من داخل نفسه وليس من الخارج فهو قلق لاشعوري أي الشخص لا يعي أسبابه ومن ثم لا يجد مسوغ له (راغب ،2003، 26).

ت- القلق المعنوي : يأتي نتيجة حكم الأنا الأعلى عندما يخشى الفرد من تأنيب الضمير عند ألقيام بأي فعل ينافي القيم أو الأعراف الدينية أو الاجتماعية أو الأسرية ومن شأنه خلق ألصراع داخل ألنفس وليس صراعا بين الشخص و العالم الخارجي (الامارة ،2005، 30).

أما ادلر فيرى أن القلق ينشأ نتيجة التفاعل الديناميكي بين الفرد والمجتمع ويؤكد بأنه يمكن للفرد التغلب على القلق بتحقيق الانتماء إلى المجتمع (موكيالي ،1996، 82) .أما كارين هورني فترى أن فرويد لا يولي أهمية للعوامل الاجتماعية التي برأيها تؤثر في إدراك طبيعة القلق من خلال فهم الظروف الاجتماعية التي يعيشها الشخص (آل اطيمش ،2005، 12).

2- النظرية السلوكية :

يرى السلوكيون ان القلق سلوك متعلم او هو استجابة خوف اشتراطية مكتسبة من حيث تكوينها ونشأتها يرى السلوكيون ان القلق له دور مزدوج فهو يمثل حافزا ويعد مصدر تعزيز عن طريق خفض القلق ،فمثلا يؤدي العقاب إلى كف السلوك غير المرغوب فيه وبالتالي يتولد القلق كصفة تعزيزية سلبية تؤدي إلى تعديل السلوك (عثمان ،2001، 25) .ويرى سكينر ان السلوك اجمالا ينتج عن مرور الفرد بخبرات مثيرة للقلق عززت بدرجة جعلت منه مثيرا قويا ومستمرا واما ولبي فقد وصف القلق بانه امر مؤلم وغير سار يؤدي سوء سلوك الذي يكتسب عن طريق التعلم (باترسون ،1989، 459).

3- النظرية الاجتماعية :

القلق عند باندورا رائد النظرية التعلم الاجتماعي هو حالة مترقبة من الخوف من احتمال وقوع حوادث مؤلمة ويعزو ظهور القلق إلى حدوث متغيرات غير مرغوبة مع وجود استعداد نفسي

لظهوره لدى الفرد نتيجة المفهوم السلبي لقدراته . لذا فان القلق ورغم كونه يعبر عن استجابات لمثيرات خارجية لكنه يرتبط بالسمات الشخصية العقلية والوجدانية (تونسي،2002، 27)

4- النظرية الإنسانية :

رأى ماسلو أن هناك عوامل نمو الفرد المكتسبة أكثر من أن تكون بيولوجية ويظهر تأثير هذه العوامل على الفرد من خلال علاقاته الشخصية المتبادلة وتفاعله مع البيئة والتي بدورها تشكل عالم الخبرة والواقع للفرد وان أقوى هذه العوامل هو عامل ميل الفرد إلى تحقيق الذات الذي يوجه سلوكه ويحدد سمات شخصيته (عسيري ،2003، 30).

1- دراسة ناصر2001

عنوان الدراسة (**العاملية لمكونات القلق الاجتماعي لدى عينات من الشباب المصري والسعودي** )

هدفت الدراسة الكشف عن البنية العاملية لمكونات القلق الاجتماعي لدى عينات الشباب المصري والسعودي وتحديد أوجه الاتفاق والتباين لبنية عينتي الدراسة وإمكانية استخلاص نموذج عام لمكونات القلق (البنية الاجتماعي وشملت الدراسة 216 مدرسا وطالبا من الشباب السعودي و205 من الشباب المصري من سنوات وتخصصات متنوعة واستخدم مقياس القلق الاجتماعي لماتيك وكلارك 1989 وتم ثبات المقياسين بأسلوب أعادة التطبيق لمدة أسبوعين

بعد ترجمتها وملائمتها للبيئية العربية بعد عرضها على عينة 50 طالبا على كل من العينيتين وتم حساب صدق المقياسين بارتباطهما بقياسات أخرى للقلق الاجتماعي وعدم ارتباطهما بالمرغوبية الاجتماعية وذلك لدى عينات إكلينيكية وغير إكلينيكية وبعد التحليل ألعاملي لكل من عينتي الدراسة كل على حدة وبذلك أسفرت النتائج للعينية المصرية والسعودية وجود ثلاث عوامل فرعية للقلق الاجتماعي يطلق عليها تسميات الخوف الاجتماعي والخجل التفاعلي أو الخوف من مراقبة الآخرين . والتفاعل الاجتماعي كما أشارت النتائج الى تشابه البنية العاملية لدى كل من عينتي الدراسة المصرية والسعودية وهذا يرجع الى تشابه الظروف الثقافية والاجتماعية والدينية والحضارية للبلدين الشقيقين (ناصر 2001)

2- دراسة علاء علي حجازي 2013

عنوان الدراسة ((**القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة** ))

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزه معرفة مدى انتشار كل من القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية والتعرف على الفروق بين الطلبة تبعا للجنس منطقة السكن المستوى التعليمي للطلبة المستوى التعليمي للأب المستوى التعليمي للام حجم الأسرة والترتيب الولادي وأجريت هذه الدراسة خلال الفصل الأول من العام الدراسي 2012- 2013 وتكونت عينة الدراسة من 888 من طلبة المدارس الحكومية موزعين على جميع محافظات غزة وقد استخدم الباحث في دراسته مقياس القلق الاجتماعي ومقياس الأفكار اللاعقلانية وهما من إعداد الباحث واستخدم الباحث العديد من الأساليب الإحصائية وهي معامل الارتباط بيرسون ومعامل الارتباط كرونباخ ألفا واختبار ت واختبار شيفية واختبار تحليل التباين الأحادي وتوصلت الدراسة الى النتائج التالية

توجد علاقة ارتباطيه موجبه بين القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية أي انه كلما زادت الأفكار اللاعقلانية زاد القلق الاجتماعي والعكس صحيح

أن مستوى القلق الاجتماعي وزنه النسبي 70.8% وان الوزن النسبي للأفكار اللاعقلانية 69.1% وان فكرة توقع الكوارث لمقياس الأفكار اللاعقلانية قد احتلت المرتبة الأولى ويليها فكرة طلب الاستحسان ويليها فكرة ابتغاء الكمال الشخصي

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى عينة الدراسة من طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى الى متغير (الجنس والمستوى التعليمي للأب وألام وحجم الأسرة والترتيب الولادي للطلبة )

توجد فروق فردية ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى عينة الدراسة تعزى (مكان السكن والمستوى التعليمي للطلبة)

لا توجد فروق فردية ذات دلالة إحصائية في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى عينة الدراسة من طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة تعزى الى متغير (الجنس والمستوى التعليمي للأب وألام وحجم الأسرة والترتيب الولادي للطلبة )

توجد فروق ذات دلالة احصائيه في مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى عينية البحث تعزى الى متغير الجنس لصالح الإناث .

# الفصل الثالث

**أولا / منهجية البحث**

**ثانيا / مجتمع البحث**

**ثالثا/ عينة البحث**

**رابعا / أداة البحث**

**خامسا / وصف المقياس**

**سادسا / مؤشرات الصدق والثبات**

سابعا / الوسائل الإحصائية

## الفصل الثالث : إجراءات البحث

ويضم هذا الفصل تحديد المنهج المستخدم في البحث الحالي وإجراءاته من حيث مجتمعه واختيار عينته فضلا عن تحديد أهم الوسائل الإحصائية التي استخدمت في تحليل البنات الدراسية وكما يأتي :-

### أولا : منهجية البحث

يستهدف البحث الحالي وصفا للقلق الاجتماعي لدى طلبة كلية التربية وعليها اعتمدت المنهج الوصفي الذي يسعى الى تحديد الوضع الحالي للظاهرة المدروسة ومن ثم وصفها بالنتيجة فكان الاعتماد على دراسة الظاهرة على ما توجد في الوضع ووصفها وصفا دقيقا

### ثانيا / مجتمع البحث

لغرض بناء مقياس للقلق الاجتماعي تحدد مجتمع البحث الحالي طلبة جامعة القادسية كلية التربية علمي وأنساني المرحلة الرابعة للعام الدراسي 2016-2017

1- العينة الاستطلاعية :- وتمت على 20 طالب وطالبه
2- العينة التنفيذية :- وتمت على 100 طالب وطالبة

### ثالثا / عينة البحث

تم اختيار عينة استطلاعية 20 طالب وطالبة 10 ذكور و 10 إناث بعد مرور 15 يوم لغرض معرفة ثبات القياس كما تم اختيار 100 طالب وطالبة من كلية ألتربيه مرحلة رابعة 50 طالب وطالبة علمي و50 طالب وطالبة أنساني بواقع 25 طالب و25 طالبة لطل قسم وبالطريقة العشوائية الطبقية ذات الاختيار المتساوي فقد تم اعتماد هذه العينة لتحقيق أهداف البحث الحالي وحسب الجدول أدناه

| القسم | الجنس | | المجموع |
|---|---|---|---|
| | ذكور | إناث | |
| العلمي | 25 | 25 | 50 |
| الإنساني | 25 | 25 | 50 |
| المجموع | 50 | 50 | 100 |

### رابعا / أداة البحث

لغرض قياس القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة القادسية كلية التربية قمنا بتبني مقياس جمال 1997 (اثر برنامج إرشادي في خفض القلق الاجتماعي للطلبة الجدد في المعاهد الفنية)

خامسا / وصف المقياس

يتكون مقياس جمال 1997 من 44 فقرة السلبية منها 1 والايجابية 43 وأمام كل فقرة ثلاث بدائل متدرجة (غالبا – أحيانا – أبدا ) وتعطي لهذه البدائل (3 –2–1) للفقرات الايجابية وتعطى للفقرات السلبية (1 – 2 – 3) وقد تم التحقق من صدق المقياس بطريقة الصدق الظاهري وصدق البناء من الثابت بطريقتي التجزئة النصفية ومعامل الفاكرونباخ وكما في الإجراءات التالية :

إجراءات تبني مقياس جمال :

1–تم عرض مقياس جمال 1997 على مجموعة من ألأساتذة الخبراء في قسم العلوم التربوية والنفسية وقد عرض المقياس بصيغته النهائية وطلبنا من الأساتذة الخبراء الأفاضل أبداء آراءهم حول صلاحية المقياس للتطبيق في الوقت الحاضر وقد اتفق الخبراء وبنسبة صلاحية المقياس وعد على وفق هذا الإجراء

2- التطبيق النهائي :

تم تطبيق المقياس على عينة قوامها 100 طالب وطالبة مرحلة رابعة علمي وأنساني وقد اختيرت العينة بالطريق الطبقية العشوائية ذات الاختيار المتساوي بواقع 50 طالب وطالبة قسم علمي و50 طالب وطالبة قسم أنساني وقد كان تاريخ التطبيق هو يوم الأحد 2017/2/26

سادسا / مؤشرات الصدق والثبات:

تتضمن الخصائص السيكومترية للمقياس قدرة المقياس على قياس ما اعد للقياس وانه يقيس درجة مقبولة من الدقة وبأقل خطأ ممكن (عوده 1998 ص 235) . واتفق المختصون

في مجال القياس والتقويم النفسي على أن الصدق والثبات هما الخاصتين المهتمتين بالخصائص السيكومترية للقياس النفسي إذ يؤمل الى توفر هذه الإجراءات مقياسا يقيس ما اعد للقياس بمعنى أن يكون صادقا كما ومن المفروض أيضا أن توفر الإجراءات مقياس يقيس بدرجة من الدقة وبأقل خطأ ممكن بمعنى ان يكون ثابتا (عوده ،2000 ،50)

مؤشرات الصدق:

أن مفهوم الصدق وان كان يعد من أكثر المفاهيم الأساسية ألمعتمده في القياس النفسي فان صدق المقياس يعني انه يقيس ما أعده للقياس (Fanagy Higgitt 1984 p 21) وان يكون المقياس قادرا على أن يميز بين المتغير أو الظاهرة المدروسة وبين المتغيرات أو الظواهر التي يحتمل أن تخلط بها أو الحد الى أن الصدق هو تجمع للأدلة التي نستدل بها على ألقدره على قياس ما اعد للقياس (Ahstasi 1988 p134) وقد تحقق في المقياس الحالي الصدق الظاهري (Facevaliduty)ويأتي :

الصدق الظاهري لقد تحقق هذا النوع من الصدق وذلك من خلال عرض فقرات المقياس قبل تطبيقه على مجموعة من المحكمين الذين يتمتعون بخبرة علمية تمكنهم من الحكم على صلاحية فقرات القياس وقد بين (Aiken) أن الصدق الظاهري لأي مقياس يتحقق أذا تم عرضه قبل التطبيق على مجموعة من المحكمين الذين يتمتعون بخبرة تمكنهم من الحكم على صلاحية فقرات المقياس للخاصية المراد قياسها بحيث تجعل معدل المقياس مطمئنا الى أرائهم

مؤشرات الثبات :

يعد حساب الثبات من الخصائص المقياس الجيد لأنه يؤثر على اتساق فقرات المقياس في قياس ما يفترض أن يقيسه المقياس بدرجة مقبولة من الدقة (عوده 1992 ص 235 )

وقد تم استخراج الثبات بطريقة التجزئة النصفية وكما يلي

من اجل استخراج ثبات بهذه الطريقة تم تقسيم فقرات المقياس البالغة 44 فقره الى نصفين متساويين فقرات فردية وزوجية وتم حساب قيمة معامل الارتباط بين نصفي المقياس باستخدام معامل الارتباط بين نصفي المقياس باستخدام معامل الارتباط بيرسون ( Ferguson &Taken, Pearson, carrelation Coefficient ,1989 p.125)

وقد ظهر أن قيمة معامل الارتباط (0,71 ) وعند تصحيحه بمعادلة السبيرمان براون ظهر أن قيمته ارتفعت (0,83 ) وهذا الثبات يعد جيد ومقبول

سابعا :الوسائل الاحصائيه :

1-الاختبار التائي لعينة واحدة (T- test Fornee Simple) لمعرفة القلق الاجتماعي لدى طلبة كلية التربية

2-الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (T-Farttwo Simple) لمعرفة دلالة الفروق الفردية في القلق الاجتماعي لدى طلبة كلية التربية على وفق متغير النوع الذكور والإناث

3- اختبار التائي لعينتين مستقلتين (T-Farttwo Simple) لمعرفة دلالة الفروق الفردية في القلق الاجتماعي لدى طلبة كلية ألتربيه على وفق متغير النوع علمي والإنساني

4-معامل الارتباط بيرسون لإيجاد الثبات بطريقة التجزئة النصفية

5-معادلة سبيرمان براون التصحيحية لتصحيح المقياس لحساب معامل الثبات

# الفصل الرابع

## عرض النتائج ومناقشتها

- الاستنتاجات

## عرض النتائج ومناقشتها :

الهدف الاول / بدلاله متغير القلق الاجتماعي

| العينة | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الدرجة T المحسوبة | الدرجة الجدولية | الدلاله |
|---|---|---|---|---|---|
| 100 | 89.39 | 12.7 | 3.52 | 2 | داله يوجد قلق اجتماعي |

يتبين من الجدول أعلاه انه توجد فروق ذات دلاله إحصائية بين ألطلبه في متغير القلق الاجتماعي فقد كانت القيمة التائية المحسوبة والبالغة (3.52 ) وهي اكبر من القيمة ألجدوليه (2) تحت مستوى دلاله (0,05) ودرجة حرية (99) وهذا يدل أن هناك قلق اجتماعي لدى طلبة كلية ألتربيه.

الهدف الثاني / بدلالة متغير الجنس / ذكور وإناث

| العينة | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الدرجة T المحسوبة | الدرجة الجدولية | الدلاله |
|---|---|---|---|---|---|---|
| ذكور | 50 | 88.62 | 12.92 | 0.6 | 2 | غير داله |
| اناث | 50 | 90.16 | 12.56 | 0.6 | 2 | غير داله |

يتبين من الجدول أعلاه انه لا توجد فروق ذات دلاله احصائيه بين ألطلبه حسب متغير الجنس فقد كانت القيمة التائية المحسوبة والبالغة (0.6) وهي اصغر من ألقيمه ألجدوليه والبالغة (2)

تحت مستوى دلاله (0,05) ودرجة حرية (98) وهذا يدل انه لا يوجد فرق إحصائيا بين الذكور والإناث في القلق الاجتماعي

الهدف الثالث / بدلالة متغير التخصص

| العينة | العدد | المتوسط الحسابي | الانحراف المعياري | الدرجة T المحسوبة | الدرجة الجدولية | الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|
| علمي | 50 | 89.22 | 12.65 | 0.9 | 2 | غير داله |
| أنساني | 50 | 89.46 | 13.00 | 0.9 | 2 | غير داله |

يتبين من الجدول أعلاه انه لا توجد فروق ذات دلاله احصائيه بين ألطلبه حسب متغير الجنس فقد كانت القيمة التائية المحسوبة والبالغة (0.9) وهي اصغر من ألقيمه ألجدوليه والبالغة (2) تحت مستوى دلاله (0,05) ودرجة حرية (98) وهذا يدل انه لا يوجد فرق إحصائيا بين التخصصات الإنسانية والعلمية في القلق الاجتماعي .

الاستنتاجات:

- أن طلبة كلية ألتربيه من ذوي القلق الاجتماعي
- لا توجد فروق في مستوى القلق الاجتماعي وفق متغير الجنس
- لا توجد فروق في نسبة انتشار القلق الاجتماعي وفق متغير الاختصاص

# الفصل الخامس

## التوصيات

## المقترحات

## اولا:التوصيات

1-يوصي الباحثان إدارة الجامعة بعقد ندوات في بداية السنة والترحيب بالطلبة الجدد وتعريفهم بالنظام الجامعة للتقليل من قلق الطلبة

2-الاهتمام ببناء شخصية الطلبة عن طريق الاهتمام بهواياتهم وتطويرها

3-تعريف ألطلبه بمخاطر القلق السلبي وغير المبرر على التحصيل الدراسي

## ثانيا :المقترحات

1-أجراء دراسة مماثلة تستخدم مقاييس أخرى مثل القلق التحصيل وقلق المستقبل وقلق الخجل الاجتماعي

2-أجراء دراسة مماثلة لمراحل الإعدادية والمتوسطة والابتدائية

3-إجراء دراسة عن علاقة القلق الاجتماعي بمتغيرات أخرى كالذكاء والتحصيل والثقة بالنفس والدافعية والقدرات العقلية

ملخص البحث

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة كلية التربية وتاثير بعض المتغيرات كالجنس والاختصاص قمنا باختيار عينة مكونة من 100 طالب وطالبة وقد اعتمدنا على مقياس جمال 1997 لقياس القلق الاجتماعي لدى العينة وباستخدام الوسائل الاحصائية المناسبة (الاختبار التائي لعينة واحدة ،الاختبار التائي لعينتين ،ومعامل ارتباط بيرسون، معادلة سبيرمان براون)

ومن خلاله توصلنا إلى عدة نتائج منها ان الطلبة لديهم قلق اجتماعي .وكذلك تبين انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية وفق متغير الجنس والاختصاص بين الذكور والاناث

وكذلك اوصينا الجامعات العراقية الاهتمام بالانشطة الثقافية والاجتماعية وتعزيز الثقة لدى الطلبة واقترحنا اجراء دراسة كالدراسة الحالية على المراحل الدراسية الاخرى

ملحق رقم 1(استبانه مقياس القلق الاجتماعي بصورته الأولية)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة القادسية

كلية ألتربيه للعلوم الإنسانية

قسم العلوم ألتربويه و الانسانيه

الدراسات الاوليه - البكالوريوس

م/ استبانه مقياس القلق الاجتماعي بصورته الاوليه

يروم الباحثان القيام بدراسة علميه بعنوان القلق الاجتماعي لدى طلبة كلية ألتربيه وقد تبنى الباحثان مقياس القلق الاجتماعي الذي أعدته جمال 1997 والذي عرفته (هو حاله من التوتر ينشأ من خلال الصراع )) ونظرا لما تتمتعون به من خبره ودراية علميه في مجال تخصصكم يتوجه الباحثان أليكم للاستعانة بآرائكم ومقترحاتكم ببيان صلاحية فقرات المقياس (( غالبا / أحيانا / أبدا ))

مع فائق شكري واحترامي

المشرف

نبال عباس المهجة

الباحثان

عقيل عباس جاسم ألغرابي

فريق راهي كاظم

| ت | العبارات | تصلح | لا تصلح | التعديل |
|---|---|---|---|---|
| 1 | اشعر بالحرج عندما يصفني الآخرون بالسذاجة | | | |
| 2 | يتشتت انتباهي فأنسى ما أتحدث به مع الآخرين | | | |
| 3 | ينتابني شعور أن الآخرين يعرفون عيوبي | | | |
| 4 | اشعر أن أحكامي ليست ذات قيمه | | | |
| 5 | اشعر بالكابه | | | |
| 6 | ينتابني خوف من نسيان كلامي عند التحدث أمام الناس | | | |
| 7 | أتخير مكانا في مؤخرة قاعة المحاضرات أو الاجتماعات | | | |
| 8 | انزعج عندما يطلب مني التكلم أمام الآخرين | | | |
| 9 | يزعجني النظر ألي بشكل مباشر | | | |
| 10 | أتردد في طلب المساعدة من الآخرين | | | |
| 11 | اشعر بالخجل من الجنس الأخر | | | |
| 12 | اشعر بالعصبية عندما أتحدث مع احد له سلطه | | | |
| 13 | أجد صعوبة في البدء بحديث مع الآخرين | | | |
| 14 | أفضل أن أكون منصتا أكثر من أن أكون متكلما في المناقشات ألصفيه | | | |
| 15 | إميل الى ألعزله والابتعاد عن الناس | | | |
| 16 | أتردد في ألقاء التحية على الأشخاص الذين لا اعرفهم معرفة تامة | | | |
| 17 | أتجنب الكلام في مكان عام | | | |
| 18 | أتضايق عند دخولي متجر بمفردي | | | |
| 19 | اشعر أن نبضات قلبي أصبحت مسموعة عند وقوفي أمام الناس | | | |
| 20 | يهتز صوتي عندما أتحدث إمام الآخرين | | | |
| 21 | أصبح عصبيا جدا قيامي بعمل أمام الآخرين | | | |
| 22 | يرتعش جسمي عندما أتكلم أمام الناس | | | |
| 23 | اشعر أني على الهامش من دائرة أصدقائي | | | |
| 24 | تضايقني نظرة الناس لنوع التعليم الذي التحقت به | | | |
| 25 | اشعر بالحيرة عندما لا اعرف ما هو متوقع مني في | | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | موقف اجتماعي معين | | | |
| 26 | اشعر أني مرفوض من قبل الآخرين | | | |
| 27 | ابتسم واضحك في مواقف اجتماعية غير مناسبة | | | |
| 28 | أضع كفي على وجهي وأغمض عيني عندما أتحدث مع الآخرين | | | |
| 29 | أتلعثم في كلامي عند مواجهة الآخرين ألي | | | |
| 30 | يحمر وجهي خجلا عندما أتعرض الى مواقف اجتماعية جديدة | | | |
| 31 | يزعجني كثرة المديح | | | |
| 32 | أتردد في دخولي الصف أو الاجتماع عند حضوري متأخرا | | | |
| 33 | اشعر بعدم الارتياح عندما أكون في حشد من الناس لا اعرفهم | | | |
| 34 | أجد تبريرا لعدم حضوري في حفل أو مناسبة اجتماعية | | | |
| 35 | ينتابني شعور أن الآخرين يسخرون مني | | | |
| 36 | اشعر بعدم الرضا عن مظهري الشخصي | | | |
| 37 | اشعر بعدم أني اقل قيمة من زملائي | | | |
| 38 | اشعر أن تصرفاتي تثير ضحك الآخرين | | | |
| 39 | ألوم نفسي لتفوهي بكلمات غير مقبولة مع زملائي | | | |
| 40 | أتردد في إبداء رأيي حول موضوع ما | | | |
| 41 | انزعج حول ما يعتقده أساتذتي عني | | | |
| 42 | أجد صعوبة في تكوين صداقات جديدة | | | |
| 43 | أفضل الجلوس بمفردي عندما يزورنا ضيوف في بيتنا | | | |
| 44 | أخاف من فكرة التحدث أمام الآخرين | | | |

ملحق رقم 2(استبانه /مقياس القلق الاجتماعي بصورته النهائية)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة القادسية

كلية ألتربيه للعلوم الإنسانية

قسم العلوم ألتربويه والإنسانية

م/ استبانه مقياس القلق الاجتماعي بصورته ألنهائيه

تحية طيبه ..... وبعد

يروم الباحثان دراسة احد الظواهر النفسية لدى طلبة كلية ألتربيه للعلوم الإنسانية يرجى قراءة كل فقرة من فقرات المقياس واختيار البديل المناسب علما انه لا توجد أي إجابة صحيحة أو خاطئة ولا داعي لذكر الاسم والإجابة تكون سريه وتستخدم لأغراض البحث العلمي وتكون الإجابة وفقا للمثال التالي

| ت | الفقرات | غالبا | أحيانا | أبدا |
|---|---|---|---|---|
| 1 | اشعر بالحرج عندما يصفني الآخرون بالسذاجة | | | |

ولان عزيزي الطالب ..... عزيزتي الطالبة قبل أجابتك على هذا المقياس يرجى تدوين المعلومات التالية

الجنس ذكر ( ) انثى ( )

مع جزيل الشكر والتقدير

| ت | العبارات | غالبا | أحيانا | أبدا |
|---|---|---|---|---|
| 1 | اشعر بالحرج عندما يصفني الآخرون بالسذاجة | | | |
| 2 | يتشتت انتباهي فأنسى ما أتحدث به مع الآخرين | | | |
| 3 | ينتابني شعور أن الآخرين يعرفون عيوبي | | | |
| 4 | اشعر أن أحكامي ليست ذات قيمه | | | |
| 5 | اشعر بالكابه | | | |
| 6 | ينتابني خوف من نسيان كلامي عند التحدث أمام الناس | | | |
| 7 | أتخير مكانا في مؤخرة قاعة المحاضرات أو الاجتماعات | | | |
| 8 | انزعج عندما يطلب مني التكلم أمام الآخرين | | | |
| 9 | يزعجني النظر ألي بشكل مباشر | | | |
| 10 | أتردد في طلب المساعدة من الآخرين | | | |
| 11 | اشعر بالخجل من الجنس الأخر | | | |
| 12 | اشعر بالعصبية عندما أتحدث مع احد له سلطه | | | |
| 13 | أجد صعوبة في البدء بحديث مع الآخرين | | | |
| 14 | أفضل أن أكون منصتا أكثر من أن أكون متكلما في المناقشات ألصفيه | | | |
| 15 | إميل الى ألعزله والابتعاد عن الناس | | | |
| 16 | أتردد في ألقاء التحية على الأشخاص الذين لا اعرفهم معرفة تامة | | | |
| 17 | أتجنب الكلام في مكان عام | | | |
| 18 | أتضايق عند دخولي متجر بمفردي | | | |
| 19 | اشعر أن نبضات قلبي أصبحت مسموعة عند وقوفي أمام الناس | | | |
| 20 | يهتز صوتي عندما أتحدث إمام الآخرين | | | |
| 21 | أصبح عصبيا جدا  قيامي بعمل أمام الآخرين | | | |
| 22 | يرتعش جسمي عندما أتكلم أمام الناس | | | |
| 23 | اشعر أني على الهامش من دائرة أصدقائي | | | |
| 24 | تضايقني نظرة الناس لنوع التعليم الذي التحقت به | | | |
| 25 | اشعر بالحيرة عندما لا اعرف ما هو متوقع مني في موقف اجتماعي معين | | | |
| 26 | اشعر أني مرفوض من قبل الآخرين | | | |
| 27 | ابتسم واضحك في مواقف اجتماعية غير مناسبة | | | |
| 28 | أضع كفي على وجهي وأغمض عيني عندما أتحدث مع | | | |

| | | | | |
|---|---|---|---|---|
| | الآخرين | | | |
| 29 | أتلعثم في كلامي عند مواجهة الآخرين ألي | | | |
| 30 | يحمر وجهي خجلا عندما أتعرض الى مواقف اجتماعية جديدة | | | |
| 31 | يزعجني كثرة المديح | | | |
| 32 | أتردد في دخولي الصف أو الاجتماع عند حضوري متأخرا | | | |
| 33 | اشعر بعدم الارتياح عندما أكون في حشد من الناس لا اعرفهم | | | |
| 34 | أجد تبريرا لعدم حضوري في حفل أو مناسبة اجتماعية | | | |
| 35 | ينتابني شعور أن الآخرين يسخرون مني | | | |
| 36 | اشعر بعدم الرضا عن مظهري الشخصي | | | |
| 37 | اشعر بعدم أني اقل قيمة من زملائي | | | |
| 38 | اشعر أن تصرفاتي تثير ضحك الآخرين | | | |
| 39 | ألوم نفسي لتفوهي بكلمات غير مقبولة مع زملائي | | | |
| 40 | أتردد في إبداء رأيي حول موضوع ما | | | |
| 41 | انزعج حول ما يعتقده أساتذتي عني | | | |
| 42 | أجد صعوبة في تكوين صداقات جديدة | | | |
| 43 | أفضل الجلوس بمفردي عندما يزورنا ضيوف في بيتنا | | | |
| 44 | أخاف من فكرة التحدث أمام الآخرين | | | |

الملحق 3(أسماء السادة الخبراء)

| ت | أسماء السادة الخبراء | اللقب العلمي | التخصص | مكان عملهم |
|---|---|---|---|---|
| 1 | عبد العزيز حيدر | م. م | علم نفس | قسم العلوم التربوية والنفسية |
| 2 | علاء احمد عبد الواحد | أ.م.د | طرائق تدريس علوم حياة | قسم العلوم التربوية والنفسية |
| 3 | علي رحيم | أ.م.د | طرائق تدريس علوم حياة | قسم العلوم التربوية والنفسية |
| 4 | علي صكر | أ.د | علم نفس | قسم العلوم التربوية والنفسية |
| 5 | علي كاظم ياسين | م.م | طرائق تدريس اللغة عربية | قسم العلوم التربوية والنفسية |
| 6 | مازن ثامر | أ.م.د | طرائق تدريس علوم حياة | قسم العلوم التربوية والنفسية |
| 7 | يحيى خليفة | أ.م | طرائق تدريس للغة عربية | قسم العلوم التربوية والنفسية |

# المصادر والملاحق

# المصادر

القران الكريم

المصادر العربية


1-السليفاني، اميرمحمود طه،2001،اثر استخدام نموذج رايحلوت في التحصيل الدراسي وتنمية التفكير العلمي لدى طلاب الصف الخامس العلمي في علم الإحياء،رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية ،جامعة الموصل

2-الأندلسي ،علي احمد بن حزم ،2000 ،كتاب الأخلاق والسير، ترجمة عبد الحق التركماني ،دار بن حزم للنشر والتوزيع ،بيروت

3- النداوي ، عدنان علي حمزة ،2006 ،الشخصية المتقلبة وعلاقتها بالتوافق المهني لدى العاملين في المؤسسات الدولة . رسالة ماجستر غيرمنشورة مقدمة إلى كلية الاداب ،جامعة بغداد

4-ناصر مكارم الشيرازي . تفسير الامثل ،ج6،مؤسسة الاعلمي للطباعة والنشر ،بيروت

5-القريطي ،عبد المطلب امين 1989،الصحة النفسية ،ط1 ،دار الفكر العربي ،القاهرة

6- الزغبي ،احمد محمد ،1997 ، مستوى القلق كحالة وكسمة لدى طلبة جامعة صنعاء ،مجلة مركز البحوث التربوية بجامعة قطر ،العدد62، لسنة 2001

7- الكشر ،محمد، الحرمان الابوي وعلاقته بالمخاوف الشائعة بين تلاميذ الصف الاول والثاني ،مقالة من موقع الصفاء www.elssfa.com

8- عاقل فاخر 1988،معجم العلوم النفسية ،ط1 ،دار الرائد العربي ،بيروت

9- عبد الرحمن ،محمد السيد ،1998،دراسات في الصحة النفسية ج2،دار القباء للطباعة والنشر والتوزيع ،القاهرة

10- هربرت ،مارتن،1980مشكلات الطفولة ،ترجمة المجيد نشوان ،منشورات وزارة الثقافة والارشاد القومي ، دمشق

11- الوقفي ،راضي 1998،مقدمة في علم النفس ط31،دار الشؤون للطباعة والنشر والتوزيع ،عمان

12- سوين ،ريتشارد 1979،علم الامراض النفسية والعقلية ،ترجمة احمد سلامة ،دار النهضة العربي،القاهرة

13- عبد الباسط ،محمود،القلق النفسي ،منتدى مجلة العلوم الاجتماعية www.swmsa.com

14- فرويد ،سجموند 1983،الكف والعرض والقلق ،ترجمة محمد عثمان نجاتي ،ط3،دار الشؤون ،القاهرة

15- حسين ،رواية محمود،الحرمان الابوي وعلاقته بكل من التوافق النفسي ومفهوم الذات والاكتئاب لدى طلبة الجامعة مقالة من موقع الصفاء www.elssfa.com

16- هول ، نظريات الشخصية ،ترجمة فرج احمد فرج ،دار الفكر العربي ، القاهرة 1969

17- صادق ،منصور عادل ،1990 ،في بيتنا مريض نفسي ،دار السعودية للنشر والتوزيع ،جده

18- السمالوطي ،توفيق محمد نبيل ،علم الحديث النفسي وقضايا الاسلام ، دار الشؤون ،جده

19- راجح ،احمد عزت 1974،اصول علم النفس ،مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة

20- ماسترز واخرون ،1998،المراهق والبلوغ ،ط1،دار المناهل للطباعة والنشر والتوزيع ،بيروت

21- الدريني ،حسين عبد العزيز ،(ب.ت) مقياس الخجل ،دار الفكر العربي ، القاهرة

22- النملة ،عبد الرحمن بن سليمان ،1995،برنامج العلاج النفسي لحالات الخجل دراسة تجريبية لمجموعة من طلاب المرحلة الثانوية بالرياض . رسالة ماجستير

23- السبعاوي ،فضيلة عرفان 2009،الخجل الاجتماعي وعلاقته باساليب المعاملةالدلالية ، دار الصفا للطباعة والنشر والتوزيع

24- شقير ، زينب محمد،2000،الشخصية السوية والمضطربة ،مكتبة النهضة العربية، القاهرة

25- الشربيني ،زكريا 2001، المشكلات النفسيةعند الاطفال ،ط1،دار الفكر العربي، مصر

26- جرجس ،ملاك،1985، الطفل الخجول ،ط1،دار الفكر العربي ،الرياض

27- غالب ، مصطفى 1991،سكيولوجية الطفولة والمراهقة ،المجلة النفسية ،العدد12، دار مكتبة الهلال ، بيروت

28- خضر ،علي السيد ،1994 ، الفروق بين الجنسين في الخجل وبعض خصائص الشخصية الاخرى في مرحلة المتوسطة ،مجلة الارشاد النفسي ،العدد 2،جامعة عين الشمس

29- راغب، نبيل ، 2003، اخطر مشكلات الشباب، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة

30- الامارة، سعد شريف ،2005، القلق وقرحة المعدة، منتدى الحوار المتمدن الالكتروني www.rezgar.com

31- موكيالي ،1996 ،علم النفس الجديد ترجمة حيدر ، بيروت

32- ال اطميش ،سناء نعيم ،2005،القلق من المستقبل وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الاعتيادية ،رسالة ماجستير ، الجامعة المستنصرية

33- عثمان ،فاروق السيد ،2001،القلق وادارة الضغوط النفسية ،دار الفكر العربي ، القاهرة

الباحث

34- باترسون 1989،نظريات الارشاد والاعلاج النفسي ،ترجمة حامد عبد العزة،القاهرة

35- تونسي ،عديلة حسن طاهر ،2002،القلق والاكتئاب لدى عينة من المطلقات وغير المطلقات في مدينة مكة المكرمة رسالة ماجستير ،مقدمة إلى كلية التربية ،جامعة ام القرى ،مكة المكرمة

36- عسيري ،عبير بنت محمد حسن ،2003،علاقة تشكيل هوية الانا بكل من مفهوم الذات والتوافق النفسي والاجتماعي والعام لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بمدينة الطائف ،رسالة ماجستير مقدمة إلى كلية التربية ،جامعة ام القرى ،مكة المكرمة

37- عودة،احمد سليمان ،2002،الاحصاء للباحث في التربية والعلوم الانسانية ،ط2،دار الامل للنشر ، الاردن

## المصادر

1- Bass,Arnold,H.1980,self.Conscionsnss and SocialAnxiety,W.H , Frteeman and company ,sanfrancisco
2- Nicholas ,K.A,1974,social anxiety britsh,journal of medical psychology
3- Zimbardo P.G,1977,shgness,whatitis and what do about it reading mass ,nowyork ,Addison wesle
4- Crow,lester,b,1968,pyschologe of human adjustment new York,Alfred,knopd
5- Leary .M.B1983,social anxiousness the construct and Its measurement , Journal of personality assessment