

مستوى الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى الطلبة السعوديين في الجامعات الأردنية

نايف فدعوس الحمد، خالد بن ناصر العوهلي، محمود أحمد حميدات*

ملخص

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مستوى الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى الطلبة السعوديين في الجامعات الأردنية (الجامعة الأردنية، جامعة العلوم والتكنولوجيا، جامعة اليرموك)، ضمن مرحلة البكالوريوس، وقد تألفت عينة الدراسة من (180) طالباً تم اختيارهم بطريقة عشوائية من مجتمع الدراسة، واستخدم الباحث مقياس الرهاب الاجتماعي، ومقياس التكيف النفسي والاجتماعي، وقد توصلت الدراسة في نتائجها إلى تدني مستوى الرهاب الاجتماعي لدى عينة الدراسة، وأن الطلبة لديهم شعور مرتفع بالتكيف النفسي والاجتماعي، وأن هناك علاقة عكسية دالة احصائياً بين الرهاب الاجتماعي والتكيف النفسي والاجتماعي لدى الطلبة السعوديين في الجامعات الأردنية.

الكلمات الدالة: الرهاب الاجتماعي؛ التكيف النفسي والاجتماعي؛ الطلبة السعوديين؛ طلبة الجامعة.

المقدمة

به في حياته، وتحويله إلى موضوع رمزي، ليس له علاقة بالسبب الحقيقي الذي غالباً ما يجهله المريض، فالرهاب الاجتماعي إذن؛ عبارة عن عملية دفاع لحماية الفرد من رغبة لا شعورية عدوانية أو مستهجنة لديه (Christopher, 2005)، ويسبب اضطراب الرهاب الاجتماعي قلقاً شديداً وارتباكاً في المواقف الاجتماعية ويعاني المصابون به من خوف شديد من أن ينظر الآخرون إليهم وأن يطلقوا عليهم أحكاماً وتقييمات سلبية، والخوف من أن تسبب أعمالهم وتصرفاتهم إحراجاً لهم، ويمكن لهذا الخوف أن يكون شديداً لدرجة أنه يتدخل في الأداء المهني أو الدراسي، أو الأنشطة الحياتية الأخرى للمصاب به (Blanco, Bragdon, Schneier, Liebowitz, 2012).

ومع أن المصابين بالرهاب الاجتماعي يشعرون بأن خوفهم المرافق لاجتماعهم بالآخرين هو خوف مبالغ فيه وغير منطقي؛ إلا أنهم لا يستطيعون التغلب على هذا الخوف أو مواجهته، وغالباً ما يكونوا قلقين لأيام أو أسابيع قبل حدوث الموقف المرحج (Gilbert, 2001) وكثير ممن يعانون من هذا الاضطراب يقضون وقتاً صعباً في ابتداء الصداقات أو المحافظة عليها، وغالباً ما يرافقه القلق، والتوتر النفسي، واحمرار الوجه، والتعرق الزائد، والرجفة والغثيان، وصعوبة في الكلام، ومن يعاني من هذه الأعراض الجسمية فإنه يشعر بالإحراج الشديد منها، ويشعر أن كل العيون تراقبه وتنتظر إليه، وعندما تحدث هذه الأعراض في موقف ما فإن الشخص يخاف، ويتجنب تلك المواقف المشابهة؛ مما يزيد من مخاوفه

يعد الرهاب الاجتماعي (Social phobia) اضطراباً نفسياً واسع الانتشار، وتشير الدراسات إلى أن نسبة انتشاره تتراوح بين (7%-14%) في أغلب المجتمعات، وهو اضطراب مزمن ومعطل للحياة الاجتماعية، ولكنه قابل للعلاج، كما يترافق مع اضطرابات القلق الأخرى والاكئاب (Pilling, Mayo-Wilson, Mavranezouli, Kew, Taylor, Clark, 2013)، وهناك عدة مصطلحات تصف هذا الاضطراب، منها: الخوف الاجتماعي، والقلق الاجتماعي، والخجل، والارتباك في المواقف الاجتماعية، وهو نوع من أنواع المخاوف المرضية التي حظيت باهتمام أكثر مما كان عليه في السابق كظاهرة مرضية شائعة (الكتاني، 2002)، كما أن انتشاره لا يقتصر على مجتمع دون الآخر أو ثقافة دون الأخرى، ويرى بعض العلماء أن هذا الاضطراب يمثل (25%) من جميع حالات الخوف المرضي (باطه، 2003).

وتُفسر نظرية التحليل النفسي الرهاب الاجتماعي، على أنه حيلة دفاعية لاشعورية، حيث يحاول المريض عن طريق هذا العَرَض عزل القلق الناشئ من فكرة، أو موضوع، أو موقف مرَّ

* كلية العلوم التربوية، جامعة البلقاء التطبيقية؛ جامعة القصيم، السعودية. تاريخ استلام البحث 2015/4/21، وتاريخ قبوله 2015/7/7.

ومكتظة، وبعد حدوث النوبة يصاب الشخص بهذا النوع من الفوبيا خوفاً من تكرار نوبة الذعر ثانية، وخوفاً من عدم القدرة على الهروب من المكان المكتظ إلى مكان أكثر أمناً، وقد يؤدي بالمصاب أن يلازم منزله، وأن ينقطع عن أنشطة حياته اليومية (Bogels & Voncken, 2008).

ويعرف الرهاب الاجتماعي (Phobia Social) بأنه خوف غير طبيعي (مرض) دائم وملزم للفرد من شيء غير مخيف في أصله، وهذا الخوف لا يستند إلى أساس واقعي، ولا يمكن السيطرة عليه من قبل الفرد رغم إدراكه أنه غير منطقي، ومع ذلك فهو يعتره ويتحكم في سلوكه (Lipsitz, 2000)، وهو شعور شديد بالخوف من موقف لا يثير الخوف نفسه لدى أكثر الناس، وهذا ما يجعل الفرد يشعر بالوحدة، والخجل من نفسه، ويتهم ذاته بالجبن وضعف الثقة بالنفس، فهو إذن عبارة عن اضطرابات وظيفية أو علة نفسية المنشأ لا يوجد معها اضطراب جوهري في إدراك الفرد للواقع (Stein & Stein, 2008؛ Chandler, 2006).

ويعرفه (عكاشة، 1998) بأنه: "خوف من الوقوع محل ملاحظة الآخرين، مما يؤدي إلى تجنب المواقف الاجتماعي"، ويعرفه (الرشدي، ومنصور، والنايلسي، والخليفة، 2001) بأنه: "حالة خوف مستديم وملحوظ في المواقف الاجتماعية أو مواقف العمل أو الأداء، قد يحدث فيها للفرد ارتباك، وغالباً ما يؤدي التعرض لهذه المواقف إلى استثارة واستجابة قلق فورية، والتي تأخذ شكل نوبة هلع، يلجأ الفرد إلى تجنب المواقف الاجتماعية أو مواقف الأداء".

لذا؛ نجد أن الرهاب الاجتماعي قلق من التقييم السلبي للذات في مواقف التفاعل الاجتماعي، وشكل من الاضطرابات النفسية الناجمة عن نقص المهارات الاجتماعية وضعف في تقدير الذات (غانم، 2006). وإن هذا الاضطراب المزمن يعطل الفرد وطاقاته في مجال السلوك الاجتماعي فهو يجعله منسحباً منعزلاً خائفاً لا يشارك الآخرين، ولا يستطيع التعبير عن نفسه، كما أن أداءه المهني أو الدراسي أقل من طاقاته وقدراته (Blanco, et al, 2012؛ Davidson, 2000).

ويعدُّ التكيف النفسي والاجتماعي مرادفاً للصحة النفسية، ويتصف الشخص المتوافق نفسياً واجتماعياً بشخصية متكاملة قادرة على التنسيق بين حاجاته وسلوكه الهادف وتفاعله مع بيئته، والذي يتحمل عناء الحاضر من أجل المستقبل متصفاً بتناسق سلوكه، وعدم تناقضه ومنسجماً مع معايير مجتمعه دون التخلي عن استقلاليتيه مع تمتعه بنمو سليم غير متطرف في انفعالاته ومساهم في مجتمعه، وإن الإنسان اجتماعي بطبعة وإن مشكلاته في أغلبها ناتجة عن انفصاله عن مجتمعه

ويؤثر على توافقه النفسي (Hales & Yudofsky, 2003).

وتلعب ظروف التنشئة الأسرية دوراً مهماً في ظهور الرهاب الاجتماعي (شفيق، 2005)، وهناك أمور كثيرة تجعل الثقة بالنفس تتخفف؛ مما يجعل الإنسان لا يجرؤ ولا يستطيع التعبير عن نفسه أمام الآخرين بسهولة، بسبب شكه في قدراته، أو بسبب قسوة من حوله، فيقلق ويتوتر إذا اضطر للتحدث أمام الناس أو مقابلتهم، فمن يعيش ظروفاً في طفولته بهذا الشكل، فإنه قد يصاب بالرهاب الاجتماعي (Shields, 2004؛ Stein & Stein, 2008). وتؤكد النظريات السلوكية على حدوث تعلم شرطي وارتباط سلبي بين تحقيق الفرد لشخصيته ووجوده مع الآخرين، وأن هذا التعلم يحدث خلال بدايات الحياة بين عمر 4-6 سنوات، وهو يؤدي إلى حساسية مرضية تتمثل في القلق والخوف من المواقف الاجتماعية الشبيهة لمواقف قديمة عانى الفرد منها (Hales & Yudofsky, 2003).

إن فهم معظم الاضطرابات النفسية ومنها الرهاب الاجتماعي يتم ضمن إطار النظرية العضوية النفسية الاجتماعية، وهي تنظر للإنسان بشكل شمولي ضمن تكوينه العضوي الوراثي والكيميائي، وتركيبته النفسية، وعقده وظروف تربيته، ونشأته، والأحداث التي أثرت به، وظروف معيشته وأحواله الاجتماعية (Chandler, 2006)، ومن النواحي النفسية يجري التأكيد على أهمية العقد المرتبطة بتحقيق الذات والذنب المرافق التي تجد أصولها في علاقة الطفل بوالديه وصراعاته الذاتية الداخلية في تمتلها، وأيضاً إسقاط الضمير القاسي الذي يحمله الشخص على الآخرين وأنهم ينتقدونه ويقللون من شأنه، إضافة إلى موضوع التمرد، وازدياد الشعور بالفردية والقلق الداخلي المرافق (محمد، 2004)، كما أن صعوبات التعامل مع المشاعر العدوانية والغضب والنقد نجدها شائعة عند من يعاني من الرهاب الاجتماعي، وأيضاً نجد تصورات وأفكار سلبية عن الذات وعن الآخرين يمكن لها أن تغذي مشاعر الخوف المرضي من المواقف الاجتماعية (Bogels & Voncken, 2008).

إن؛ فالرهاب من المواقف الاجتماعية (Social phobia) هو خوف شديد وقلق دائم عندما يواجه المصاب بعض المواقف الاجتماعية العامة والخاصة (المالح، 1995)، وقد يصاب بانهيار وارتباك إذا تحدث إلى جمع من الناس، أو ألقى كلمة في حشد من الناس، أو جلس مع الآخرين على مائدة الطعام، خوفاً من أي تصرف خاطئ أمام الآخرين الأمر الذي قد يؤدي إلى النظر إليه باحتقار حسب اعتقاده، أو يؤدي إلى التقليل من قيمته أمام الآخرين (Endersons, 2006)، ويظهر عند بعض الناس بعد تعرضهم لنوبة ذعر في أماكن عامة

(زهران، 2001).

وقد لا يخلو شخص في حياته أحياناً من سوء التكيف النفسي والاجتماعي، فهو سلوك موجه للتغلب على العقبات والصعوبات والآليات التي يتعلمها الإنسان في صراعه مع الحياة، والتي يسعى من خلالها إلى إشباع حاجاته، وإرضاء دوافعه، وتخفيف توتراته؛ ليحقق لنفسه الشعور بالتوازن، والرضا، وهو مسألة شخصية، تتدخل فيها خبرة الشخص والمواقف التي تحيط به (العناني، 2005).

ويعرف (سفيان، 2004) التكيف النفسي والاجتماعي بأنه: إشباع الفرد لحاجاته النفسية، وتقبله لذاته، واستمتاعه بحياة خالية من التوترات، والصراعات، والاضطرابات النفسية، واستمتاعه بعلاقات اجتماعية حميمة، ومشاركته في الأنشطة الاجتماعية، وتقبله لعادات وتقاليد وقيم مجتمعه.

وعرّف الرابطة الأمريكية للطب النفسي اضطراب التكيف النفسي بأنه: اضطراب يتميز بحدوث أعراض انفعالية أو سلوكية، وتكون الأعراض ذات دلالة إكلينيكية إذا كان هناك اختلال في الأداء الاجتماعي والمهني والدراسي، والمزاج المكتئب، والبكاء، ومشاعر اليأس، والعصبية، والقلق، وبالنسبة للأطفال الخوف من الانفصال عن الشخصيات المهمة التي يرتبط بها، وردود الأفعال غير التكيفية مثل الشكاوى الجسدية، والانزواء الاجتماعي، والخمول في العمل أو الدراسة (Brissette & Scheier & Carver, 2002).

وقد ارتبط التكيف النفسي والاجتماعي بالصحة النفسية، ففي تعريف (فهمي، 1998) الذي يرى فيه أن الصحة النفسية هي: "علم التكيف والتوافق النفسي الذي يهدف إلى تماسك الشخصية، ووحدتها، وتقبل الفرد لذاته، وتقبل الآخرين له بحيث يترتب على هذا كله شعوره بالسعادة والراحة النفسية"، ويرى كيلاندر (Kilander) بأن الصحة النفسية تقاس بمدى قدرة الإنسان على التكيف مع الحياة، بما يؤدي بصاحبه إلى قدر معقول من الإشباع الشخصي والكفاءة والسعادة (عبد الغفار، 2007).

والتكيف النفسي والاجتماعي حالة من الاتزان النفسي تتجلى في تكامل شخصية الفرد، والتخطيط لمستقبله، وحل مشكلاته، والتكيف مع الواقع، والتمتع بقدر من الثبات الانفعالي الذي يمكن الفرد من إقامة علاقات اجتماعية ناجحة، والالتزام بقيم توجه سلوكه، والإسهام في بناء المجتمع، والشعور بالطمأنينة والرضا، ويشمل التكيف النفسي والاجتماعي جميع مجالات حياة الإنسان البيولوجية، والاجتماعية، والنفسية؛ لأن الكيان الإنساني يعمل في وحدة متناسقة ومتكاملة ومتراصة (العناني، 2005)؛ أما المستويات الرئيسية للتوافق النفسي

والاجتماعي التي تشتمل عليها شخصية الإنسان، هي:

1- التكيف على المستوى البيولوجي: إن الإنسان كائن حي يبحث دائماً عن طرق جديدة لإشباع حاجاته وإلا أصبح عرضة للموت، وعليه فإن التكيف مع الظروف المتغيرة عملية مستمرة ومرنة يقوم بها الإنسان طوال حياته، وهناك إدراك من جانب الإنسان لطبيعة العلاقة الديناميكية المستمرة بينه وبين البيئة من حوله (عطيه، 2001).

2- التكيف على المستوى الاجتماعي: فالحياة سلسلة من عمليات التكيف يعدل فيها الفرد سلوكه في سبيل الاستجابة للموقف المركب الذي ينتج عن حاجاته، والإنسان السوي لديه القدرة على القيام باستجابات متنوعة تلائم المواقف وتتجح في تحقيق دوافعه، وتتفق مع الأساليب السائدة في مجتمعه، وتكون مرنة وقابلة للتشكل وفقاً للمعايير الثقافية، وعندما يتوافق الفرد في علاقاته الاجتماعية فإنه يحدث تغييراً للأحسن (بطرس، 2008).

3- التكيف على المستوى السيكولوجي: لا يُعد الفرد غير الواقعي والمحبط شخصاً متوافقاً، أما الذي يقابل العقبات والصراعات بطريقة بناءة تحقق له إشباع حاجاته فإنه يُعد شخصاً حسن التكيف؛ لأن العقبات والصراعات لا تعوق قدرته على الإنتاج، والإنسان السوي يتعلم إرجاء الإشباع العاجل في سبيل ما سيحققه من إشباع أجل، مما يعني أنه يتمتع بالنضج الانفعالي (شقيير، 2005).

واهتم علماء النفس بوضع نظريات حول شخصية الإنسان، ووحدة وتكامل جوانب حياته، وكيفية التداخل والتفاعل بين مكونات الشخصية، والعوامل التي تؤثر في توافقها النفسي (Brissette et al, 2002)، ويؤكد أدولف ماير (Adolf Meyer) على أن هناك عوامل تؤثر في الفرد هي: الوراثة، وحياة الجنين، والطفولة، والأمراض، وضغوط الحياة، ومؤثرات البيئة، وفشل الإنسان في مواجهة الواقع، وعدم قدرته على تقبل شخصيته والعالم كما هو يؤثر في توافقه النفسي والاجتماعي (عكاشة، 1998).

ومن وجهة نظر التحليل النفسي لفرويد (Frued) إن الشخصية هي أسلوب الفرد الذي يستخدمه من أجل تحقيق التكيف النفسي، وهذا الأسلوب يتميز بتأثره بالعوامل السيكولوجية والفسولوجية (العناني، 2005). ويرى بيك ورفاقه (Beck & Other) أن سبب الاضطراب النفسي كالرهاب الاجتماعي، هي الأفكار السالبة عن الذات، والخبرات الراهنة، والمستقبل، حيث يؤدي الإدراك السلبي لدى الفرد وتقييمه للموقف إلى المرض، وغالباً ما تكون الأفكار السالبة غير واقعية ومحرفة وغير منطقية، تتحرك عن طريق تفسير خبرات

من (320) طالبًا وطالبةً من الجامعات السعودية، و(400) طالب وطالبة من الجامعة الكويتية، واستخدم الباحثان مقياس الخجل الاجتماعي والتكيف الاجتماعي وأسفرت نتائج الدراسة بأن الطلاب السعوديين أكثر خجلاً من الطلاب الكويتيين وهناك علاقة سلبية بين الخجل الاجتماعي والتكيف ولا توجد فروق بين الجنسين في الخجل والتكيف سواء أكان لدى الطلاب السعوديين أو الكويتيين.

وفي دراسة (عبد المقصود، 2006) التي استهدفت فاعلية برنامج معرفي سلوكي للتغلب على القلق الاجتماعي لدى عينة من طالبات الجامعة السعوديات، وتكونت عينة الدراسة من (300) طالبة، طبق عليهن مقياس القلق الاجتماعي، وقد اختير من هذه العينة مجموعة مكونة من (64) طالبة ممن تتراوح أعمارهن الزمنية ما بين (18-22) سنة، وقد قسمت العينة إلى مجموعتين: الأولى ضابطة (32) طالبة، والثانية تجريبية (32) طالبة، واستخدمت الدراسة أدوات هي: مقياس القلق الاجتماعي، والبرنامج المعرفي السلوكي، ونموذج الأفكار المثيرة للقلق، ومفكرة الأفكار التكيفية العقلانية، والمفكرة اليومية للأفكار، وقائمة العبارات الإيجابية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة بين كل من طالبات المجموعة التجريبية وطالبات المجموعة الضابطة من حيث الشعور بالقلق الاجتماعي بعد تطبيق البرنامج، وجاءت الفروق لصالح طالبات المجموعة التجريبية.

وفي دراسة (ملص، 2007)، حيث هدفت إلى معرفة نسبة انتشار الرهاب الاجتماعي عند طلبة الجامعة الأردنية، وارتباط الرهاب الاجتماعي مع تقدير الذات وعلاقة هذين المتغيرين بمتغيرات الجنس والعمر والكلية والسنة الجامعية ومنطقة السكن، وتكونت العينة من (٩٤٤) طالبا وطالبة، وبلغ عدد الطلاب (٣٥٢) والطالبات (577)، ولأغراض الدراسة تم استخدام مقياسين: مقياس الرهاب الاجتماعي، ودليل تقدير الذات، وأظهرت نتائج الدراسة أن نسبة انتشار الرهاب الاجتماعي بين طلبة الجامعة الأردنية هي (٩,٣%)، وكانت نسبة انتشارها عند الإناث أعلى بشكل دال إحصائيا من نسبة انتشارها عند الذكور، وأن هناك علاقة بين الرهاب الاجتماعي ومنطقة السكن حيث وكانت أدنى درجة للرهاب الاجتماعي التي ظهرت لدى سكان المدينة، كما أظهرت النتائج أن هناك علاقة بين الرهاب الاجتماعي والسنة الدراسية حيث كان الرهاب الاجتماعي عند طلبة السنة الأولى والثانية أعلى بشكل دال إحصائيا من طلبة السنة الثالثة والرابعة.

وفي دراسة (بنجابي، 2008) والتي استهدفت إلى الكشف عن العلاقة المحتملة بين الرهاب الاجتماعي وبعض المتغيرات

الفرد ضمن حدود الحرمان والنقص والانهازم (شقيير، 2005). ويؤكد الاتجاه الإنساني على أن الإنسان يجاهد لكي يحقق ذاته كإنسان، من خلال تحقق الاتساق بين الخبرات وصورة الذات، وينتج سوء التكيف النفسي عن شعور الفرد بعدم القدرة وتكوين مفهوم سلبي عن الذات (عكاشة، 1998)، فمثلا يرى روجر (Rogers) أن الشخص الفعال هو الذي يعمل إلى أقصى مستوى، ويتصف بالانفتاح على الخبرات، ويكون مدركا وواعيا، لديه قدرة على العيش والسعادة، ويتصرف بشكل سوي، ويوظف طاقاته إلى أقصى حد، وسوء التكيف النفسي يمكن أن يستمر إذا حاول الفرد الاحتفاظ ببعض الخبرات الانفعالية بعيدا عن مجال الوعي (زهران، 2001)، والتكيف النفسي كما يرى ماسلو (Maslow) يعني الاستمرارية في الكفاح، والفاعلية المستمرة لإشباع الإنسان حاجاته التي تتدرج في أهميتها من الحاجات البيولوجية، إلى الحاجات النفسية، وقد حدد ماسلو عدة معايير للتوافق شملت الإدراك الفعال للواقع، وقبول الذات، والتلقائية، والتمركز حول المشكلات لحلها، والاستقلال الذاتي، والاهتمام الاجتماعي، والعلاقات الاجتماعية السوية، والشعور بالحب تجاه الآخرين، (الرشيدي وآخرون، 2001).

وأضاف ماسلو (Maslow) احتياجات الاحترام (Esteem needs) بعد توفير الاحتياجات الأساسية، ثم الأمان، ثم الاحتياجات الاجتماعية، فإن الإنسان يبحث عن التقدير ممن حوله، فهو يبحث عن النجاح وعن تقدير الناس لذلك (Maslow, 1954)، ونجد أن الرهاب الاجتماعي من الاضطرابات النفسية التي يعاني منها بعض الأفراد تعزز من تدني توافقيهم النفسي والاجتماعي، وتحد من علاقاتهم الاجتماعية وتفاعلهم مع من حولهم، والتكيف النفسي والاجتماعي يعزز ويؤكد ثقة الفرد بنفسه وتقبله لذاته وتكامل في شخصيته (يوسف، 2001).

الدراسات السابقة

ومن الدراسات السابقة التي اطلع عليها الباحثون وتناولت اضطراب الرهاب الاجتماعي، والتكيف النفسي والاجتماعي، وعلاقة كل منهما ببعض الاضطرابات النفسية والتكيف والصحة النفسية، ومتغيرات الشخصية المختلفة.

الدراسات العربية

ففي دراسة (يوسف، 2003) في (أميره الدليمي وأحلام العززي، 2011) استهدفت التعرف إلى الخجل الاجتماعي والتكيف الاجتماعي. وهي دراسة ثقافية مقارنة بين مجموعتين من طلاب الجامعة السعودية والكويتية، وتألفت عينة الدراسة

والانتشار والمتغيرات الاجتماعية الديمغرافية. وقد تكونت عينة الدراسة من (729) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة الأردنية، وأظهرت نتائج الدراسة أن نسبة انتشار الرهاب الاجتماعي لدى أفراد العينة قد بلغت (17.7%). وتبين أن نسبة انتشاره بين الإناث أعلى من الذكور؛ وبين الطلبة الذين آبائهم وأمهاتهم مستواهم التعليمي ثانوي فما دون أعلى من الطلبة الذين آبائهم وأمهاتهم مستواهم التعليمي كلية فأعلى؛ وبين الطلبة الذين يأتون من أسر كبيرة أعلى من الطلبة الذين يأتون من أسر متوسطة أو صغيرة؛ وبين الطلبة الذين يأتون من أسر دخلها منخفض أعلى من الطلبة الذين يأتون من أسر دخلها متوسط أو مرتفع؛ وبين الطلبة الذين تخرجوا في مدارس حكومية أعلى من الطلبة الذين تخرجوا في مدارس خاصة، ولم تظهر هناك فروق في نسب انتشار الرهاب الاجتماعي تعزى إلى المستوى الدراسي أو الترتيب الولادي أو مكان الإقامة.

وفي دراسة (حمدان، 2012) التي استهدفت الكشف عن علاقة أساليب المعاملة الوالدية بالرهاب الاجتماعي لدى عينة من طلبة مرحلة المراهقة المبكرة. وتكونت عينة الدراسة من (1028) طالباً وطالبة، من طلبة الصفين السابع والثامن في محافظة اردب، واستخدمت الباحثة مقياس أساليب المعاملة الوالدية، ومقياس الرهاب الاجتماعي، وتوصلت الدراسة في نتائجها إلى أن هناك فروقاً دالة إحصائية على مقياس الرهاب الاجتماعي تعزى للجنس والمستوى الصفي والتفاعل بينهما، وكانت درجات الإناث أعلى من الذكور، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة دالة بين كل من أساليب المعاملة الوالدية والرهاب الاجتماعي.

وهدف (العاسمي، 2012) في دراسته التعرف إلى العلاقة بين تناقض إدراك الذات وكل من القلق الاجتماعي والاكتئاب لدى عينة من طلاب جامعة دمشق، إضافة إلى معرفة الفروق بين الذكور والإناث من خلال عينة مكونة من (230) طالباً وطالبة، بواقع (94) طالباً و(136) طالباً، واستخدم الباحث استبيان تناقض إدراك الذات، ومقياس القلق الاجتماعي، ومقياس الاكتئاب، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة دالة بين تناقض إدراك الذات الواقعية، والقلق الاجتماعي، ووجود علاقة بين تناقض إدراك الذات الواقعية /المثالية والاكتئاب النفسي، وأشارت النتائج أيضاً إلى أن الإناث أكثر تناقضاً في معظم أبعاد تناقض إدراك الذات، كما أشارت النتائج إلى أن الذكور الذين حصلوا على درجات مرتفعة في تناقض إدراك الذات الواقعي/ المثالي حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس الاكتئاب، بينما الذين حصلوا على درجات مرتفعة في تناقض إدراك الذات الواقعية، حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس

النفسي لدى المراهقات السعوديات، وتكونت عينة الدراسة الكلية من (300) طالبة من طالبات المرحلة الثانوية، واشتملت أدوات الدراسة على مقياس الرهاب الاجتماعي، ومقياس الاكتئاب، ومقياس تقدير الذات، استمارة المقابلة الإكلينيكية العميقة، واستمارة تقييم الحالة، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة دالة بين متوسط درجات أفراد العينة في الرهاب الاجتماعي بعوامله والاكتئاب بأبعاده، وتوجد علاقة عكسية دالة بين الرهاب الاجتماعي وعوامله وتقدير الذات، وتوجد اختلافات في ديناميات البناء النفسي والشخصية بين الإناث ذوي الرهاب الاجتماعي المنخفض الشدة وبين الإناث ذوي الرهاب الاجتماعي المنخفض الشدة وكل من الاكتئاب وتقدير الذات وبمستويات مختلفة.

كما وفي دراسة (بركات، 2008) فقد استهدفت التعرف إلى مستوى التوافق النفسي لدى عينة من طالبات كلية التربية بجامعة أم القرى بمكة المكرمة، في ضوء بعض المتغيرات، وتكونت عينة الدراسة من (105) طالبة، واستخدمت الدراسة استمارة للبيانات الشخصية تناولت المتغيرات المرغوب في دراستها المرتبطة بالتكيف النفسي، ومقياس التكيف النفسي، وتوصلت النتائج إلى أن ما يقارب 82% من الطالبات لديهن شعور مرتفع بالتكيف النفسي، وأن التكيف النفسي العام الذي يتضمن الشعور بالتكيف الشخصي والانفعالي، والتكيف الصحي (الجسمي)، والتكيف الأسري، والتكيف الاجتماعي، لا يختلف لدى عينة الدراسة باختلاف متغير المعدل التراكمي، والحالة الاجتماعية، والحالة الاقتصادية، ولا يوجد تأثير دال للتفاعل بين متغيري المعدل التراكمي، والحالة الاجتماعية، ولا للتفاعل بين متغيري المعدل التراكمي والحالة الاقتصادية، ولا للتفاعل بين متغيري الحالة الاجتماعية، والحالة الاقتصادية، في تباين الدرجات التي حصل عليها الطالبات في التكيف النفسي العام.

وأجرى (اليوسفي، 2008) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين دافع الإنجاز الدراسي وعلاقة بالقلق الاجتماعي، وبلغ حجم العينة (194) طالبه تم اختيارهن بالطريقة العشوائية البسيطة، استخدم الباحث مقياس لدافع الإنجاز الدراسي، ومقياس القلق الاجتماعي، فتوصل الباحث إلى أن مستوى الإنجاز الدراسي لدى الطالبات كان مرتفعاً، وأن مستوى القلق الاجتماعي لدى الطالبات كان متوسطاً أي ينحصر بين (22-66) درجة، وهناك علاقة ارتباطية إيجابية ذات دلالة معنوية بين دافع الإنجاز الدراسي والقلق الاجتماعي لدى الطالبات.

وفي دراسة (المومني وجردات، 2011) التي هدفت إلى الكشف عن الرهاب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين،

(1999)، وهي دراسة طولية استهدفت الكشف عن مدى انتشار المخاوف الاجتماعية والرهاب الاجتماعي لدى عينة من المراهقين والشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 14-24، وجدت الدراسة أن نسبة انتشار الرهاب الاجتماعي لدى الذكور 5-9% وبين الإناث 4-9%، من عمر 14-24 عام، وان ثلث العينة يعانون من الرهاب الاجتماعي.

وفي دراسة موراي وآخرين (Murray & Martina & Nina, & Michael; Roselind, 2001)، استهدفت التعرف إلى اضطراب القلق الاجتماعي وخطر الاكتئاب (دراسة طولية مستقبلية جماعة من المراهقين والشباب)، وتألفت عينة الدراسة من (25478) تراوحت أعمارهم بين (14-24)، وتوصلت الدراسة إلى أن هناك علاقة ارتباط بين القلق الاجتماعي والاكتئاب، وأن اضطراب القلق الاجتماعي خلال فترة المراهقة أو مرحلة الشباب مؤشر مهم من الاضطرابات الاكتئابية اللاحقة.

وأجرى ميركانجاس وآخرون (Merikangas, Avenevoli, Acharyya, Zhang, Angst, 2002) دراسة طولية تتبعية استغرقت (15) سنة، على عينة تكونت من (591) شخصاً، تراوحت أعمارهم بين (18-19) عام) بمدينة زيوريخ في سويسرا، حيث تم تتبعهم إلى عمر (35) عاماً، وقد كشفت نتائج الدراسة أن (6%) من أفراد العينة انطبقت عليهم المحكات التشخيصية للقلق الاجتماعي، وأظهرت النتائج أن القلق الاجتماعي لدى الإناث أعلى من الذكور.

وفي دراسة فيردا وآخرين (Ferda & Gamze & Orhan & Nesim, 2004) استهدفت الكشف عن مستوى انتشار الرهاب الاجتماعي لدى الطلبة، وعلاقته بتقدير الذات وصورة الجسم. وتكونت عينة الدراسة من (1003) طلاب جامعيين (391) إناثاً، و(612) ذكوراً، واستخدمت الدراسة مقياس الرهاب الاجتماعي، ومقياس تقدير الذات، ومقياس صورة الجسم المتعدد، وتوصلت الدراسة في نتائجها إلى أن معدل انتشار الرهاب الاجتماعي بنسبة 9.6%، وأن الطلبة ذوي تقدير الذات المرتفع أقل رهابة اجتماعياً، وأظهرت النتائج أن الأشخاص الذين يعانون من الرهاب الاجتماعي لديهم انخفاض في تقدير الذات، وصورة الجسم مشوهة.

من خلال عرض الدراسات السابقة يتضح أنها تباينت في عيناتها وأهدافها ومتغيراتها، كما أن استخدامها للأدوات وفق طبيعة كل دراسة من حيث كونها وصفية أو تجريبية، ويعود الاختلاف بينها لاختلاف الهدف في كل منها، ولم تكن هناك أي دراسة سابقة بحثت في علاقة التكيف النفسي والاجتماعي بالرهاب الاجتماعي، وانفردت هذه الدراسة بدراسة موضوع الرهاب الاجتماعي والتكيف النفسي والاجتماعي، وبعينتها من

القلق الاجتماعي، وذلك مقارنة بالطلاب الذين حصلوا على درجات منخفضة.

وفي دراسة (يوسف، 2013) استهدفت التعرف إلى طبيعة العلاقة بين القلق الاجتماعي ومستوى الطموح لدى طلبة المرحلة الثانوية، وتكونت عينة الدراسة من (160) طالباً وطالبة، واستخدمت الباحثة مقياس القلق الاجتماعي ومقياس الطموح، وتوصلت الدراسة في نتائجها إلى أن الطلبة لديهم قلق اجتماعي بدرجة متوسطة، ومستوى طموح عالٍ، ووجود علاقة سلبية بين القلق الاجتماعي ومستوى الطموح، وأن الإناث لديهن قلق اجتماعي أكثر من الذكور، وعدم وجود فروق بين الجنسين في مستوى الطموح.

وأجرت (المجنوني، 2013) دراسة هدفت التعرف إلى العلاقة الارتباطية بين القلق العام والرهاب الاجتماعي، وذلك تبعاً لمتغيري العمر والتخصص الدراسي، وتكون مجتمع الدراسة من طالبات في جامعة أم القرى بمكة المكرمة، وقد طبق عليهن مقياس القلق العام، ومقياس الرهاب الاجتماعي، وقد بلغ عدد العينة (89) طالبة، وتوصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين القلق العام والرهاب الاجتماعي، كذلك وجدت الدراسة فروقاً في درجة القلق العام بين كلية العلوم التطبيقية واللغة العربية لصالح اللغة العربية الأكثر قلقاً، إلا أنه لم توجد فروق في درجة القلق العام بين التخصصات الدراسية الأخرى (التربية، الشريعة، الدعوة وأصول الدين، العلوم الاجتماعية)، كما لم توجد فروق في درجة القلق العام تبعاً للعمر الزمني، ولم توجد فروق في درجة الرهاب الاجتماعي تبعاً للعمر الزمني والتخصص الدراسي.

وفي دراسة (بني يونس، 2014) التي استهدفت الكشف عن العلاقة بين مستويات الإحباط الاجتماعي، وأنماط الاستجابات الانفعالية لدى عينة من طلبة الجامعتين الأردنية، والملك فيصل السعودية، وفقاً لبعض المتغيرات الديموغرافية، وبلغت العينة (426) طالباً وطالبة، للعام الجامعي 2011-2012م. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام أداتين: الأولى تقيس مستويات الإحباط الاجتماعي، والثانية تقيس أنماط الاستجابات الانفعالية، وأظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين مستويات الإحباط الاجتماعي، والنمط الانفعالي السار المفرط من جهة، ووجود علاقة ارتباطية سلبية بين مستويات الإحباط الاجتماعي، والنمط الانفعالي غير السار المفرط من جهة ثانية.

الدراسات الأجنبية:

ففي دراسة ويتشن وزملائه (Wittche, Stein & Kessler,

الاجتماعي لمساندتهم، وحل مشكلاتهم الاجتماعية والنفسية ورفع المعاناة النفسية التي تواجههم.

• وتأتي أهمية الدراسة من أهمية العلاقة بين جانبيين مهمين من جوانب شخصية الطالب الجامعي، هما: الرهاب الاجتماعي وتكيفه النفسي والاجتماعي، كما وتُعد المرحلة الجامعية مرحلة حاسمة في حياة كل شاب، ولا شك أن الشباب بحاجة إلى الكثير من الاهتمام في المجالات الحياتية كافة.

أهداف الدراسة

هدفت الدراسة إلى الآتي:

- التعرف إلى مستوى الرهاب الاجتماعي لدى الطلبة السعوديين في الجامعات الأردنية.
- التعرف إلى مستوى التكيف النفسي والاجتماعي لدى الطلبة السعوديين في الجامعات الأردنية.
- التعرف إلى العلاقة بين الرهاب الاجتماعي والتكيف النفسي والاجتماعي.

حدود الدراسة

اقتصرت الدراسة على الطلبة السعوديين في الجامعات الأردنية (الأردنية، العلوم والتكنولوجيا، اليرموك) في جميع السنوات الدراسية خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2014/2015.

مصطلحات الدراسة وتعريفاتها الإجرائية:

- **الرهاب الاجتماعي** (Phobia Social): يعرف ليبويتز وسكنير (Liebowitz and Schneier, 1995) الرهاب الاجتماعي بأنه: "خوف مستمر ومستديم من المواقف الاجتماعية، أو مواقف الأداء، والتي يتعرض فيها الأفراد إلى التفتيش، حيث يخشون من التصرف بطريقة تعرضهم إلى الشعور بالإحراج أو الإذلال، ويتم تجنب مواقف الأداء أو المواقف الاجتماعية التي يهابها الفرد نتيجة لذلك، أو يتم تحملها بقدر كبير من الضيق والقلق الشديد".

وإجرائياً يعرف الرهاب الاجتماعي في هذه الدراسة من خلال الدرجة التي يحصل عليها المفحوص من خلال الإجابة عن مقياس الرهاب الاجتماعي المستخدم في الدراسة.

- **التكيف النفسي والاجتماعي**: هو "العملية الدينامية المستمرة التي يقوم بها الفرد مستهدفاً تغيير سلوكه ليحدث علاقة أكثر توافقاً بينه وبين نفسه من جهة، وبينه وبين البيئة من جهة أخرى، وهو الانسجام مع البيئة، كما أنه مفهوم خاص بالإنسان

خلال دراسة واقع الظروف النفسية التي يعيشها الطلبة السعوديون المغتربون في الجامعات الأردنية.

مشكلة الدراسة

يُعد الرهاب الاجتماعي أحد الاضطرابات النفسية التي صُنفت ضمن اضطرابات القلق التجنبي الرهابي، ويُعد متغيراً مهماً وحيوياً في عملية التكيف النفسي والاجتماعي لدى الطلبة في مختلف الأعمار، كما ويرتبط الرهاب الاجتماعي بالخلج وتدني مستوى التكيف النفسي والاجتماعي، حيث يدخل ضمن المخاوف الاجتماعية للشخص فبعيش في حالة من العزلة وخوف من الناس؛ مما يؤثر سلباً في ثقة الشخص بنفسه وفي علاقاته الاجتماعية (زهران، 2001).

وقد لاحظ الباحثون من خلال العلاقة المباشرة مع الطلبة السعوديين أن هناك فئة من الطلبة يعانون من بعض المخاوف في حياتهم اليومية الجامعية ومواقفها المتعددة من الرهاب الاجتماعي؛ مما يجعلهم غير مستقرين تجاه بعض المواقف الاجتماعية المعينة، وضعف واضح في إقامة علاقات صداقة متشعبة أو المشاركة في الأنشطة الجامعية وتجنبهم بعض المواقف الاجتماعية؛ مما دفع الباحثون إلى إجراء هذه الدراسة، وتتلخص مشكلة الدراسة بالأسئلة الآتية:

1. ما مستوى الرهاب الاجتماعي لدى الطلبة السعوديين في الجامعات الأردنية؟
2. ما مستوى التكيف النفسي والاجتماعي لدى الطلبة السعوديين في الجامعات الأردنية؟
3. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha = 0.05$) بين الرهاب الاجتماعي والتكيف النفسي والاجتماعي لدى الطلبة السعوديين في الجامعات الأردنية؟

أهمية الدراسة

تتفق أهمية الدراسة مما يلي:

- تلقي الضوء على أهمية التكيف النفسي والاجتماعي لدى الطلبة السعوديين الدارسين في الجامعات الأردنية.
- نتيج الفرصة للتعرف إلى مستوى الرهاب الاجتماعي، انطلاقاً من الحاجة إلى القيام بدراسات يمكن أن يستفاد منها في تحسين الخدمات التربوية والأكاديمية والاجتماعية والنفسية المقدمة للطلاب الجامعي.

• تقدم للقائمين على العملية التعليمية والتعليم العالي معلومات لزيادة جهودهم لتطوير أفكار إيجابية عن أساليب متطورة للإرشاد والعلاج النفسي للطلاب الذين يعانون من مظاهر تدني مستوى التكيف النفسي والاجتماعي والرهاب

أداتا الدراسة

استخدم الباحثون مقياسين لتحقيق أهداف الدراسة، هما: (مقياس الرهاب الاجتماعي، ومقياس التكيف النفسي والاجتماعي).

مقياس الرهاب الاجتماعي

أعدّ الباحثون مقياس الرهاب الاجتماعي، بعد مراجعة ما أمكن من الأدب النظري وبعض الدراسات السابقة، ومن خلال الرجوع إلى النظريات النفسية، كما تم الاطلاع على بعض مقاييس الرهاب الاجتماعي في (كامل، 2004؛ عبد المقصود، 2006؛ فايد، 2005؛ رضوان، 2001؛ العاسمي، 2012؛ يوسف، 2013؛ قلندر، 2003).

الصدق

- عُرض المقياس على (6) محكمين من المختصين في الإرشاد النفسي والصحة النفسية وعلم الاجتماع والإرشاد النفسي والتربوي، لبيان مدى درجة صدق المقياس، وقد تمتع المقياس بدرجة صدق مرتفعه بدلالة موافقة (80%) من المحكمين على صلاحية المقياس.
- تكوّن مقياس الرهاب الاجتماعي في صورته النهائية من (17) فقرة، وأربعة بدائل هي: (دائماً، غالباً، نادراً، لم يحدث)، وتتراوح درجات فقرات المقياس بين (0-3) درجات، وأعلى درجة على المقياس ككل (114) درجة.

مقياس التكيف النفسي والاجتماعي

أعدّ الباحثون مقياس التكيف النفسي والاجتماعي بعد مراجعة ما أمكن من الأدب النظري وبعض الدراسات السابقة، ومن خلال الرجوع إلى النظريات النفسية، كما تم الاطلاع على العديد من مقاييس التكيف النفسي والاجتماعي (بركات، 2008؛ سفيان، 1997؛ الدايري، 1997).

الصدق

- عُرض المقياس على (6) محكمين من المختصين في الإرشاد النفسي والصحة النفسية وعلم الاجتماع والإرشاد النفسي والتربوي، لبيان مدى درجة صدق المقياس، وقد تمتع المقياس بدرجة صدق مرتفعه بدلالة موافقة (80%) من المحكمين على صلاحية المقياس.
- تكوّن مقياس التكيف النفسي الاجتماعي في صورته النهائية من (40) فقرة، تكون طريقة تصحيح المقياس من خلال العبارات، حيث يحتوي على عبارات موجبة وهي (20)

في سعيه لتنظيم حياته وحل صراعاته ومواجهة مشكلاته وصولاً إلى الصحة النفسية والانسجام والتناغم مع الذات ومع الآخرين في الأسرة والعمل والمجتمع" (عطية، 2001).

وفي حدود هذه الدراسة: هو الدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس التكيف النفسي والاجتماعي المستخدم في الدراسة.

منهج وإجراءات الدراسة

اقتضت طبيعة هذه الدراسة الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي الذي يعتمد على دراسة الظاهرة في الواقع كما هي موجودة، ويهتم بوصفها بدقة والتعبير عنها كمياً وكيفياً، ويسهم في تصنيف المعلومات وتنظيمها، بهدف الوصول إلى استنتاجات تسهم في التعرف إلى مستوى كل من الرهاب الاجتماعي والتكيف النفسي والاجتماعي لدى الطلبة السعوديين في الجامعات الأردنية والعلاقة بينهما.

مجتمع الدراسة وعينتها

تكون مجتمع الدراسة من جميع الطلبة السعوديين الذين يلتحقون في الجامعات الأردنية لمرحلة البكالوريوس (السنة الأولى حتى السنة الرابعة)، في الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي 2014/2015، وقد اختيرت عينة الدراسة من ثلاث جامعات أردنية بطريقة عشوائية، كما يلي:

- قام الباحثون بتوزيع أنفسهم على الجامعات الثلاث لتوزيع أداتي الدراسة.

- قام كل باحث على حدى بالاستئذان من المدرسين ودخول الشعب التي من الممكن أن يكون فيها طلبة سعوديون والطلب إليهم بتعبئة الاستبانات ومن ثم إعادتها للباحث.

- بعد ذلك قام الباحثون بتجميع الاستبانات التي تم الإجابة عنها.

وتألفت العينة من (180) طالباً سعودياً من الذكور، وذلك كما هو موضح في الجدول (1).

جدول (1)**توزيع أفراد عينة الدراسة**

الجامعة	العدد	النسبة
الأردنية	63	35%
اليرموك	57	31%
العلوم والتكنولوجيا	60	34%
المجموع	180 طالب	100%

فقرة، إذا أجاب عنها المفحوص بـ(نعم) تعطي له (1) درجة، أما إذا أجاب (لا) فتعطي له (0)، والعبارات السالبة هي (20) فقرة، إذا أجاب المفحوص بـ (لا) تعطي له درجة (1)، أما إذا أجاب بـ(نعم) يعطي له صفر (0)، والحد الأدنى للدرجة الكلية للمقياس هي (0)، والحد الأعلى هي: (40) درجة.

ثبات أداتي الدراسة

استخدم الباحثون أسلوبين للتحقق من ثبات أداتي الدراسة، الأول: إعادة الاختبار عن طريق اختيار عينة استطلاعية من الطلبة السعوديين في الجامعات الثلاث، وبلغ عددهم (38) طالباً، ثم طبق عليهم المقياسان مرتين بفواصل زمني قدره أسبوعان، وحسب معامل الارتباط بين التطبيقين، والثاني: بإيجاد معاملات كرونباخ - ألفا، والجدول رقم (2) يوضح ذلك.

الجدول (2)

ثبات أداتي الدراسة بإيجاد معاملات كرونباخ - ألفا، وباستخدام طريقة إعادة الاختبار

المقياس	كرونباخ - ألفا	إعادة الاختبار
الرهاب الاجتماعي	*0,87	0,82*
التكيف النفسي والاجتماعي	*0,93	0,91*

* دالة عند مستوى الدلالة (0,01).

يتبين من الجدول (2) أن مقياس الرهاب الاجتماعي ومقياس التكيف النفسي والاجتماعي تمتعا بدرجة عالية من الثبات، الأمر الذي يطمئن الباحثين لصحة البيانات التي يتم الحصول عليها، وأن جميع معاملات الثبات صالحة لغايات الدراسة.

الجدول (3)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسبة المئوية ل فقرات مقياس الرهاب الاجتماعي

الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	درجة الموافقة
أفعل أي شيء كي أتجنب الانتقاد.	2,92	1,414	58,4	متوسطة
من أشد مخاوفي أن أكون محرماً مرتكباً أو أن أبوء غيباً.	2,82	1,514	56,4	متوسطة
يزعجني ازدياد ضربات قلبي عندما أكون بين الناس	2,71	1,34	54,2	متوسطة
النقد يخيفني جداً	2,68	1,279	53,6	متوسطة
أنزعج من احمرار وجهي أمام الآخرين	2,59	1,302	51,8	متوسطة
أتجنب الحديث إلى أشخاص غرباء لا أعرفهم	2,57	1,299	51,4	متوسطة
أتجنب إلقاء كلمة أمام الآخرين	2,51	1,266	50,2	متوسطة

المعالجة الإحصائية للبيانات لاستخلاص النتائج:

- معاملات كرونباخ - ألفا، وإعادة الاختبار.
- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية.

- إيجاد المجاميع والنسب المئوية والدرجات.

المعيار الإحصائي: وللإجابة عن أسئلة الدراسة وتفسير النتائج تم توزيع المتوسطات الحسابية لاستجابات أفراد عينة الدراسة عن أسئلة الاختبار باعتماد المعايير الآتية:

- الدرجة المرتفعة: وتشمل الفقرات التي حصلت على متوسطات حسابية أكبر من (3,66)، ونسبة مئوية أكبر من (69,2%).

- الدرجة المتوسطة: وتشمل مجموعة الفقرات التي تراوحت متوسطاتها الحسابية بين (2,34-3,66)، ونسبة مئوية (46,8%-69,2%).

- الدرجة المتدنية: وتشمل مجموعة الفقرات التي حصلت على متوسطات حسابية أقل من (2,34)، ونسبة مئوية أقل من (46,8%).

نتائج الدراسة ومناقشتها

• **النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:** ما مستوى الرهاب الاجتماعي لدى الطلبة السعوديين في الجامعات الأردنية؟

وللإجابة عن هذا السؤال فقد تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والنسب المئوية لدرجات الطلبة على مقياس الرهاب الاجتماعي، فقد بلغ المتوسط الحسابي الكلي (2,33)، وانحراف معياري بلغ (1,24)، ونسبة مئوية بلغت (46,5)، والجدول رقم (3) يوضح ذلك.

الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	النسبة المئوية	درجة الموافقة
أخاف من القيام بأعمال معينة إذا كان الناس ينظرون إلي	2,48	1,184	49,6	متوسطة
تزعجني الرجفة أو الرعشة أمام الآخرين	2,46	1,412	49,2	متوسطة
الخوف من الارتباك والإحراج يجنبني التحدث مع الآخرين	2,41	1,357	48,2	متوسطة
يخيفني السفر إلى الخارج	2,31	1,373	46,2	متدنية
أتجنب الحديث إلى أي شخص له سلطة	2,16	1,265	43,2	متدنية
أتجنب النشاطات التي أكون فيها محط الانتباه	2,11	1,049	42,2	متدنية
أخاف من الأشخاص في مراكز السلطة	1,99	1,06	39,8	متدنية
أتعرق أمام الآخرين مما يسبب لي توتراً وانزعاجاً	1,97	1,248	39,4	متدنية
أتجنب الذهاب إلى الحفلات	1,53	0,906	30,6	متدنية
تخيفني الحفلات والمناسبات الاجتماعية	1,34	0,847	26,8	متدنية
المقياس ككل	2,33	1,242	46,5	متدنية

لديهم، فهي تمثل نوعاً من الدعم المعنوي والمساندة التي تعمل على تحفيز قدرات الطلاب لمواجهة الصعوبات التي قد تؤثر في توافقيهم، ويرى جانيلين وآخرون (Ganellen et al 1983)، أنها تخفف من حدة وقع الضغوط على الفرد، وتقوي المصادر النفسية، وتزيد من شعور الفرد بالقيمة والأهمية، والقدرة على التحدي مما يجعله أكثر نجاحاً في مواجهة تحديات الحياة.

كما ويشير المستوى المنخفض من الرهاب الاجتماعي لدى عينة الدراسة إلى توفر بعض السمات الشخصية الإيجابية لديهم، مما أثر في تحملهم مصاعب الدراسة والسفر والغربة، وقدرتهم على مواجهة مصادر القلق الاجتماعي، عن طريق ما يمتلكونه من قدرات، تمكنهم من تقييم المواقف المهددة، واستخدام المصادر النفسية والاجتماعية المتاحة، خاصة وأن وصول الطالب إلى المرحلة الجامعية يُعد نقلة نوعية في حياته، تساعده في تقييم ومواجهة المصاعب المهددة لتوافقها النفسي. وفي المرحلة الجامعية يعطى الطالب قدراً من الحرية التي لم يعتدها خلال مراحل التعليم السابقة، الأمر الذي يسهم إلى حد كبير في بناء شخصيته، ورفع مستوى الشعور بالتكيف الجامعي والاطمئنان الاجتماعي، حيث يعتمد الطالب على مجهوده الذاتي في مواجهة المشكلات المرتبطة بالإطار الأكاديمي والشخصي، الأمر الذي يخفف من مشاعر الخوف والرهاب الاجتماعي، ويعزز لديه الشعور بالثقة بالنفس، ويفتح له أفقاً رحبة تنمي شخصيته وتزيد من مستوى التكيف النفسي والاجتماعي لديه. وتختلف نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (يوسف، 2003) حيث أسفرت نتائجها بأن الطلاب السعوديين أكثر خجلاً من الطلاب الكويتيين وهناك علاقة سلبية بين

يتبين من الجدول رقم (3) أن معدل الرهاب الاجتماعي الكلي بلغ (2,33) بنسبة مئوية بلغت (46,54) وهي نسبة ذات درجة متدنية، حيث إن درجات بعض الفقرات كانت متوسطة، مثل: " أفعل أي شيء كي أتجنب الانتقاد بمتوسط حسابي (2,92)، ومن أشد مخاوفي أن أكون محرراً مرتباً أو أن أبدو غيبياً بمتوسط حسابي (2,82)، ويزعجني ازدياد ضربات قلبي عندما أكون بين الناس بمتوسط حسابي (2,71)، النقد يخيفني جداً بمتوسط حسابي (2,68)، أنزعج من احمرار وجهي أمام الآخرين بمتوسط حسابي (2,59)، بينما حصلت فقرات على متوسطات حسابية بدرجات متدنية، مثل: " يخيفني السفر إلى الخارج بمتوسط حسابي (2,31)، أتجنب الحديث إلى أي شخص له سلطة بمتوسط حسابي (2,16)، أتجنب النشاطات التي أكون فيها محط الانتباه بمتوسط حسابي (2,11)، أخاف من الأشخاص في مراكز السلطة بمتوسط حسابي (1,99).

ويفسر الباحثون المستوى المتدني في الرهاب الاجتماعي لدى عينة الدراسة، بتوفر عوامل من المتوقع أنها ساعدت الطلاب في التكيف النفسي والشعور بالأمن والأمان والطمأنينة، كالظروف الاجتماعية والاقتصادية المستقرة، ونوعية الخدمات التي تقدمها الجامعة، والأوضاع التي تشهروهم بالأهمية، وتشد من أزرهم، وترفع من معنوياتهم، وتمكنهم من مواجهة الآثار النفسية التي تترتب على المصاعب التي قد تمر بهم في أثناء الدراسة الجامعية في الغربة عن الوطن.

ويرى الباحثون أن من الممكن أن تلك العوامل أسهمت في الانخفاض الملحوظ في درجة الشعور بالرهاب الاجتماعي

الأردنية؟

وللإجابة عن هذا السؤال، تم إيجاد المجاميع والنسب المئوية والدرجات، حيث بلغ المعدل الكلي على مقياس التكيف النفسي والاجتماعي (126,37)، ونسبة (70,2%)، والجدول رقم (4) يوضح ذلك:

الخلل الاجتماعي والتكيف. وتختلف مع نتيجة دراسة (ملص، 2007) ودراسة (Merikangas, et al, 2002)، ونتائج دراسة (يوسف، 2013) وتوصلت الدراسة في نتائجها إلى أن الطلبة لديهم قلق اجتماعي بدرجة متوسطة.

• النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما مستوى التكيف النفسي والاجتماعي لدى الطلبة السعوديين في الجامعات

الجدول (4)

المجاميع والنسب المئوية والدرجة لفقرات الدراسة المعبرة عن مقياس التكيف النفسي

الدرجة	النسبة	المجموع	الفقرة
مرتفعة	93,9	169	علاقتي حسنة وناجحة مع الآخرين
مرتفعة	92,2	166	لا أسباب الكثير من المشكلات لأسرتي
مرتفعة	91,7	165	أتطوع لعمل الخير ومساعدة المحتاجين
مرتفعة	88,3	159	لا أجد صعوبة في الاختلاط مع الناس
مرتفعة	87,8	158	لا أشعر بالنقص وبأنني أقل من غيري
مرتفعة	87,2	157	أشعر في حياتي بالأمن الشخصي
مرتفعة	87,2	157	أسرتي متماسكة
مرتفعة	86,7	156	لا أشعر بالغربة وأنا بين أفراد أسرتي
مرتفعة	86,1	155	أبذل كل جهدي لإسعاد أسرتي
مرتفعة	83,9	151	إذا فشلت في أي موقف فإنني أحاول من جديد
مرتفعة	85,0	153	أخطط لنفسى أهدافا و أسعى لتحقيقها
مرتفعة	84,4	152	أتصرف بمرونة في معظم أموري الشخصية
مرتفعة	83,9	151	لا أحاول أن أرح شعور الآخرين
مرتفعة	83,9	151	أحب أفراد أسرتي
مرتفعة	81,7	147	لا تتدخل أسرتي في شؤوني الخاصة
مرتفعة	80,6	145	أقدم بثقة كبيرة على مواجهة مشكلاتي الشخصية
مرتفعة	79,4	143	من المؤكد أنني لا ينقصني الثقة في نفسي
مرتفعة	79,4	143	أقبل نقد الآخرين بصدر رحب
مرتفعة	77,8	140	لا ترهقني مطالب أسرتي الكثيرة
مرتفعة	76,7	138	أنتشاور مع أفراد أسرتي في اتخاذ قراراتي الهامة
مرتفعة	75,6	136	أشعر أنّ معظم زملائي يحبونني
مرتفعة	75,0	135	لا أشكو من القلق معظم الوقت
مرتفعة	73,9	133	أملأ حياتي اليومية بكل ما يثير اهتمامي
مرتفعة	73,3	132	يكون سلوكي طبيعيا في تعاملتي مع أفراد الجنس
مرتفعة	71,1	128	تسود الثقة والاحترام المتبادل بيني وبين أفراد أسرتي
متوسطة	67,8	122	حياتي الانفعالية هادئة ومستقرة
متوسطة	66,7	120	أقضي كثيرا من وقت فراغي مع أفراد أسرتي
متوسطة	66,1	119	لا أتردد كثيرا في اتخاذ قراراتي في المسائل البسيطة

الدرجة	النسبة	المجموع	الفقرة
متوسطة	60,6	109	عادة ما أتماسك عندما أتعرض لصدمات انفعالية
متوسطة	58,3	105	لا تتقضي القدرة على التصرف في المواقف
متوسطة	56,1	101	أشارك في نواحي النشاط العديدة
متوسطة	53,9	97	لا يتسم سلوكي بالاندفاع
متوسطة	53,3	96	لا أشعر غالباً بالاكئاب
متوسطة	50,0	90	أشعر أحياناً بالوحدة رغم وجودي مع الآخرين
متوسطة	48,3	87	أعاني من تقلبات في المزاج دون سبب ظاهر
متدنية	43,9	79	تمر عليّ فترات أكره فيها نفسي وحياتي
متدنية	34,4	62	من الصعب أن يملكني الغضب إذا تعرضت لما
متدنية	30,0	54	لم يحدث أن نغصت حياتي مشكلة انفعالية
متدنية	26,1	47	ظروفي البيئية صعبة التغيير وتؤدي إلى سوء حالتي
متدنية	26,1	47	من الصعب أن ينجرح شعوري
مرتفعة	70,2	126,37	المقياس ككل

يتحصل فيها الطلبة على معارف أكاديمية، وثقافية، ترتقي بفكرهم، وتمنحهم قدراً من الثقة بالنفس، وقدراً من الحرية في التعبير، إضافة إلى ما تمنحه لهم تفاعلاتهم مع زملائهم من مشاركة وجدانية، وتقبل، ومساندة اجتماعية، وحوار فكري، وتنوع في الخبرات، الأمر الذي قد يسهم إلى حد كبير في تكيفهم النفسي وبناء شخصياتهم، وفرصة التفاعل مع فئات جديدة متنوعة من المجتمع، والخروج من دائرة الاعتماد على الأسرة إلى الاعتماد على الذات في مواجهة المشكلات، ويعزز فيهم الشعور بالتكيف النفسي والاجتماعي، ويفتح لهم أفقاً رحباً تنمي شخصيتهم وتزيد من مستوى التكيف النفسي والاجتماعي وتخفف من شعورهم بالرهاب الاجتماعي.

وهنا يؤكد الباحثون على أهمية توفير المناخ النفسي للطلبة، وإشباع حاجات الطالب الجامعي، كالحاجة إلى الأمن، والشعور بالانتماء والحب، والحاجة إلى تقدير الذات، والطمأنينة، والاستقلال الذاتي، والاندماج، والثقة، والدعم، والشعور بالرضا، والثقة في الله سبحانه وتعالى، والتحرر من الآلام النفسية، والتفاؤل، والقدرة على إشباع الحاجات العضوية والاجتماعية، والانفتاح على الخبرة، والمساندة الاجتماعية، وتوفير استراتيجيات مناسبة لمواجهة العقبات التي قد تعترض الطالب الجامعي.

ويحدث التكيف النفسي والاجتماعي للطلبة السعوديين عندما يتم إشباعهم لحاجاتهم النفسية، وتكيفهم النفسي، وتقبلهم لذاتهم، واستمتاعهم بحياة خالية من التوترات، والصراعات، والاضطرابات النفسية، واستمتاعهم بعلاقات اجتماعية حميمة،

يتبين من الجدول رقم (4) أن درجات التكيف النفسي والاجتماعي لدى عينة الدراسة كانت مرتفعة، وبلغ المعدل الكلي على مقياس التكيف النفسي والاجتماعي (126,37)، ونسبة (70,2%)، وهو معدل ذو درجة مرتفعة، فمثلاً: من الفقرات التي جاءت الدرجات عليها مرتفعة: "علاقتي حسنة وناجحة مع الآخرين بنسبة مئوية (93,9)، لا أسباب الكثير من المشكلات لأسترتي بنسبة مئوية (92,2)، أتطوع لعمل الخير ومساعدة المحتاجين بنسبة مئوية (91,7)، لا أجد صعوبة في الاختلاط مع الناس بنسبة مئوية (88,3)، لا أشعر بالنقص وبأنني أقل من غيري بنسبة مئوية (87,8)، أشعر في حياتي بالأمن الشخصي بنسبة مئوية (87,2)، أسرتي متماسكة بنسبة مئوية (87,2)، ومن الفقرات التي جاءت درجاتها متوسطة: "تسود الثقة والاحترام المتبادل بيني وبين أفراد أسرتي بنسبة مئوية (71,1)، حياتي الانفعالية هادئة ومستقرة بنسبة مئوية (67,8)، أقضي كثيراً من وقت فراغي مع أفراد أسرتي بنسبة مئوية (66,7)، لا أتردد كثيراً في اتخاذ قراراتي في المسائل البسيطة بنسبة مئوية (66,1)، كما وجاءت الدرجات متدنية للفقرات: " نادراً ما تمر عليّ فترات أكره فيها نفسي وحياتي بنسبة مئوية (43,9)، من الصعب أن يملكني الغضب إذا تعرضت لما يثيرني بنسبة مئوية (34,4)، لم يحدث أن نغصت حياتي مشكلة انفعالية بنسبة مئوية (30)، ظروفي البيئية صعبة التغيير وتؤدي إلى سوء حالتي النفسية بنسبة مئوية (26,1)، من الصعب أن ينجرح شعوري بنسبة مئوية (26,1). وفسر الباحثون هذه النتيجة إلى أن المرحلة الجامعية

مستوى الدلالة (0,05)، ومن خلال القيمة السالبة نستنتج أنه يوجد علاقة عكسية بين الرهاب الاجتماعي والتكيف النفسي، أي أنه كلما كان للطلاب توافق نفسي واجتماعي كلما انخفض لديه الرهاب الاجتماعي والعكس صحيح.

وهذا يعني وجود علاقة ارتباط سالبة بين كل من متغيري التكيف النفسي والاجتماعي والرهاب الاجتماعي، إذ إن الشخص الذي يمتلك توافقاً نفسياً واجتماعياً عالياً لا يكون لديه رهاب اجتماعي، وأنه أكثر توافقاً مع زملائه كما أن توافقه يجنبه الإصابة بالأمراض النفسية، بالإضافة إلى أن التكيف النفسي والاجتماعي يكسب العديد من المهارات الاجتماعية والتفاعل الإيجابي والواقعي مع البيئة والشعور بالمسؤولية، كما أن التكيف النفسي والاجتماعي العالي يؤهل الطالب إلى السعي حول تنظيم الحياة ومواجهة الصراعات والمشكلات النفسية بسهولة، ويشعر بالصحة النفسية أو الانسجام والتناغم مع الذات، حيث يمتلك الطلبة السعوديون التكيف النفسي والاجتماعي وهذا بدوره يعزز شعورهم بالاندماج الاجتماعي ويخفض من مستوى الرهاب الاجتماعي لديهم. وفي دراسة (اليوسفي، 2008) توصلت إلى أن مستوى الإنجاز الدراسي لدى الطالبات كان مرتفعاً، وأن مستوى القلق الاجتماعي لدى الطالبات كان متوسطاً، وهناك علاقة ارتباطية ايجابية ذات دلالة معنوية بين دافع الإنجاز الدراسي والقلق الاجتماعي. وجاءت نتيجة دراسة (بنجابي، 2008) لتعزيز هذه النتيجة حيث وجدت علاقة ارتباطية عكسية دالة بين الرهاب الاجتماعي وعوامله وتقدير الذات، فحيث يكون الرهاب الاجتماعي يغيب عن الفرد تقديره لذاته، وحيث يتلاشي الرهاب الاجتماعي يكون الإحساس بتقدير الذات كبيراً.

التوصيات

- 1- تشكيل لجان للإرشاد النفسي والتربوي لغرض عقد لقاءات شهرية مع الطلبة المغتربين لمعرفة المشكلات التي يتعرضون لها.
- 2- إعداد وتنفيذ ورش عمل وبرامج خاصة بالطلبة المغتربين السعوديين من أجل رفع مستوى السلوك التكيفي لديهم في البيئة الجامعية.
- 3- إجراء دراسات مماثلة لبحث مشكلات أخرى: كالأمّن النفسي والاغتراب النفسي.

ومشاركتهم في الأنشطة الاجتماعية، كما أن للجامعات الأردنية إسهامات رائدة في استقطاب الطلبة العرب والأجانب لما تتميز به الجامعات الأردنية من القدرة على تهيئة الأجواء الدراسية المناسبة لطلبتها التي تشبه إلى حد كبير الأجواء الأسرية، بحيث لا يشعر الطالب المغترب بأنه مغترب عن أهله وأسرته ووطنه.

كما أن الجامعات الأردنية توفر للطلبة المغتربين قسماً خاصاً للطلبة المغتربين يُعنى بحل كل قضاياهم ومشكلاتهم على المستويين الشخصي والدراسي، وإقامة الندوات والنشاطات المختلفة لإشراك الطلبة المغتربين بشكل عام والسعوديين بشكل خاص فتزيد لديهم فرصة إقامة العلاقات الاجتماعية والتفاعل مع الزملاء في الجامعة وخارجها، وتهتم الجامعات الأردنية بموضوع الإرشاد والتوجيه التربوي والتنفسي لطلبتها وهناك قسم خاص للإرشاد النفسي للطلبة في كل الجامعات الأردنية، وهذا يسهم في عدم شعور الطلبة المغتربين السعوديين بالرهاب الاجتماعي ويحسن من مستوى التكيف النفسي والاجتماعي لديهم.

وفي الجامعات الأردنية بشكل عام يحبط الطالب في أثناء دراسته في الجامعة جو أكاديمي وثقافي وحيوي، وحرصت الجامعات على عمله بأتم صورة وأكمل وجه، فنظمت الفعاليات والنشاطات، وأنشأت مرافق ترفيهية واجتماعية وأكاديمية، بهدف تأمين جو حافل وزاخر للطلاب، يصقل شخصيته الجامعية في المجالات كافة، وتؤمن الجامعة للطلاب حياة جامعية متكاملة، وهذا ينعكس على صحة الطالب النفسية بشكل عام.

وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (بركات، 2008) فقد توصلت النتائج إلى أن ما يقارب 82% من الطالبات لديهن شعور مرتفع بالتكيف النفسي، وأن التكيف النفسي العام يتضمن الشعور بالتكيف الشخصي والانفعالي، والتكيف الصحي (الجسمي)، والتكيف الأسري، والتكيف الاجتماعي.

• النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند $(\alpha = 0,05)$ بين الرهاب الاجتماعي والتكيف النفسي لدى الطلبة السعوديين في الجامعات الأردنية؟

وللإجابة عن هذا السؤال، تم إيجاد معامل ارتباط بيرسون حيث بلغ (-0,409) وهو معامل ذو دلالة إحصائية عند

المصادر والمراجع

- مكتبة النهضة المصرية.
- العاسمي، ر. (2012) "تناقضات إدراك الذات وعلاقتها بكل من القلق الاجتماعي والانتئاب لدى طلاب جامعة دمشق". مجلة جامعة دمشق (مجلة العلوم التربوية والنفسية)، مجلد 28، العدد (3).
- عبد الغفار، ع. (2007) مقدمة في الصحة النفسية. ط1، القاهرة: دار النهضة العربية.
- عبد المقصود، أ. (2006) "فاعلية برنامج معرفي سلوكي للتغلب على القلق الاجتماعي لدى عينة من طالبات الجامعة السعوديات". مجلة جامعة عين شمس (العلوم التربوية)، مجلد 30، العدد (2).
- عطية، ن. (2001) علم النفس والتكيف النفسي والاجتماعي، ط1، القاهرة: دار القاهرة للكتاب.
- عكاشة، ا. (1998) الطب النفسي المعاصر، ط2، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- العناني، ح. (2005) الصحة النفسية. ط2، عمان: دار الفكر للطباعة والنشر.
- غانم، ح. (2006) الاضطرابات النفسية والعقلية والسلوكية. ط1، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- فايد، ح. (2005) مقياس الرهاب الاجتماعي. ط1، الرياض: مؤسسة طبية للنشر.
- فهيم، م. (1998) الصحة النفسية- دراسات في سيكولوجية التكيف. ط5، القاهرة: مكتبة الخانجي.
- قلندر، س. (2003) "القلق الاجتماعي وعلاقته بالتكيف الدراسي لدى طلبة جامعة الموصل". رسالة ماجستير، جامعة الموصل، العراق.
- كامل، و. (2004) "علاقة تقدير الذات بالقلق الاجتماعي لدى الأطفال ضعاف السمع"، مجلة مركز الإرشاد النفسي في القاهرة (دراسات نفسية)، القاهرة.
- الكتاني، ف. (2002) القلق الاجتماعي والعدوانية لدى الأطفال. لبنان: دار وحي القلم.
- المالح، ح. (1995) الخوف الاجتماعي (الخلج) دراسة علمية للاضطراب النفسي مظاهره أسبابه وطرق العلاج، ط2، دمشق: دار الإشراف للنشر.
- المجنوني، س. (2013) "القلق العام وعلاقته بالرهاب الاجتماعي لدى طالبات جامعة أم القرى في ضوء متغيري العمر والتخصص الدراسي"، مجلة عالم التربية، مصر، المجلد 1، العدد (14)، ص: 85-135.
- محمد، م. (2004) مشكلات الصحة النفسية- أمراضها وعلاجها، ط1، عمان: دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- ملص، ز. (2007) "العلاقة بين الرهاب الاجتماعي وتقدير الذات عند عينة من طلاب الجامعة الأردنية"، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الأردنية، الأردن.
- مومني، ف؛ وجرادات، ع. (2011) "الرهاب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين: الانتشار والمتغيرات الاجتماعية الديمغرافية"، مجلة
- بازمه، آ. (2003) الصحة النفسية والعلاج النفسي. ط2، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- بركات، أ. (2008) التكيف النفسي لدى الفتاة الجامعية وعلاقته بالحالة الاجتماعية والمستوى الاقتصادي والمعدل التراكمي، جامعة أم القرى.
- بطرس، ب. (2008) التكيف والصحة النفسية للطفل. عمان: دار المسيرة للنشر.
- البينا، ح؛ وعبد الخالق، أ؛ وصلاح مراد. (2006) "القلق الاجتماعي وعلاقته بالتفكير السلبي التلقائي لدى طلاب جامعة الكويت". مجلة دراسات نفسية (القاهرة)، مجلد 16، العدد (2).
- بنجابي، إ. (2008) "الرهاب الاجتماعي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى المراهقات السعوديات دراسة سيكومترية كLINIكية". رسالة دكتوراه، جامعة الزقازيق.
- بني يونس، م. (2014) مستويات الإحباط الاجتماعي وعلاقتها بأنماط الاستجابات الانفعالية لدى عينة من طلبة الجامعتين الأردنية والملك فيصل، مجلة دراسات الجامعة الأردنية (العلوم الإنسانية)، 41 (3).
- حمدان، إ. (2012) علاقة أساليب المعاملة الوالدية بالرهاب الاجتماعي لدى عينة من طلبة مرحلة المراهقة المبكرة، رسالة ماجستير، جامعة اليرموك.
- الداهري، ص؛ وسفيان، ن. (1997) "الذكاء الاجتماعي والقيم الاجتماعية وعلاقتها بالتكيف النفسي والاجتماعي لدى طلبة علم النفس في جامعة تعز". مجلة مركز أطفال الخليج، مركز دراسات وبحوث المعوقين.
- الدليمي، أ؛ والعزي، أ. (2011) "الخلج الاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طالبات معهد إعداد المعلمات". مجلة جامعة ديالى (مجلة العلوم التربوية والنفسية)، العدد (47).
- الرشدي، ب؛ ومنصور، ط؛ والنابلسي، م؛ والخليفة، أ. (2001) سلسلة تشخيص الاضطرابات النفسية. مجلة مكتب الإنماء الاجتماعي (الكويت)، مجلد 9.
- رضوان، س. (2001) القلق الاجتماعي (دراسة ميدانية لثنتين مقياس القلق الاجتماعي على عينات سورية). مجلة جامعة قطر (مركز البحوث التربوية)، مجلد 10، العدد (19).
- زهران، ح. (2001) الصحة النفسية والعلاج النفسي. ط3، القاهرة: عالم الكتب.
- سفيان، ن. (1997) "الذكاء الاجتماعي القيم الاجتماعية وعلاقتها بالتكيف النفسي لدى طلبة جامعة تعز". رسالة دكتوراه، جامعة بغداد.
- شاهين، ف. (2012) "مقارنة العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي بالتدريب على المهارات الاجتماعية في معالجة الرهاب الاجتماعي"، مجلة جامعة النجاح (العلوم الإنسانية)، مجلد 26، العدد (6).
- شقيير، ز. (2005) الشخصية السوية والمضطربة. ط3، القاهرة:

- attraction, social competition, and social hierarchies". *Psychiatric. Clin. North Am*, 24 (4),723–51.
- Hales, R; Yudofsky,S. (2003). "Social phobia. In Textbook of Clinical Psychiatry". Washington, *American Psychiatric Publishing*. (4th ed, pp. 572–580.
- Liebowitz, R. G. and Schneier, F. (1995). *Social Phobia: Diagnosis, Assessment and Treatment*, New York: Guilford Press.
- Lipsitz J; Schneier F. (2000). "Social phobia, Epidemiology and cost of illness", *Pharmacoeconomics*,18(58).
- Maslow, A.(1954). *Motivation and personality*. New York, NY:Harper.
- Merikangas, K, Avenevoli, S, Acharyya, S, Zhang, H, Angst, J. (2002). "The spectrum of social phobia in the Zurich Cohort Study of young adults". *Biol. Psychiatry*, 51, 81-91.
- Murray B. Stein, MD; Martina Fuetsch, Magrenat; Nina Muller, DiplPsych; Michael Höfler, DiplStat; Roselind Lieb. (2001)." Social Anxiety Disorder and the Risk of Depression A Prospective Community Study of Adolescents and Young Adults". *Arch Gen Psychiatry*. 58(3):251-256.
- Pilling, S; Mayo-Wilson, E; Mavranzouli, I; Kew, K; Taylor, C; Clark, D. (2014). *Guideline Development, Group, Recognition, assessment and treatment of social anxiety disorder: summary of NICE guidance*. Cite uses deprecated parameters
- Regier D,Rae DS, Narrow WE. (1998). "Prevalence of anxiety disorders and their comorbidity wit mood and addictive disorders". *British, Journal of Psychiatry Supplement*,(34), p:24-8.
- Cite uses deprecated parameters Shields, M.(2004), " Social anxiety disorder— beyond shyness". How Healthy are Canadians. *Statistics Canada Annual Report*. 15: 58.
- Stein, M; Stein, D.(2008). *Social anxiety disorder*.
- Wittchen HU, Stein MB, Kessler RC.(1999)."Social fears and social phobia in a community sample of adolescents and young adults: prevalence, risk factors and co-morbidity", *Psychological Medicine*, 29(2), pp 309-323.
- العلوم الاجتماعية، الجامعة الأردنية، 4(1).
- يوسف، ج. (2001) النظريات الحديثة في تفسير الأمراض النفسية. ط1، القاهرة: دار غريب.
- يوسفي، د. (2013)"القلق الاجتماعي وعلاقته بمستوى الطموح لدى تلاميذ الثانية ثانوي"، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة محمد خيضر بسكرة، الجزائر.
- اليوسفي، ع. (2008) "العلاقة بين دافع الإنجاز الدراسي وعلاقة بالقلق الاجتماعي لدى طالبات كلية التربية"، مركز تطوير التدريس والتدريب الجامعي، جامعة الكوفة، العراق.
- Blanco, C; Bragdon, L; Schneier, F; Liebowitz, M. (2012)."The evidence-based pharmacotherapy of social anxiety disorder". *The International Journal of Neuropsychopharmacology*, 16 (1), 235–249.
- Bogels, S; Voncken, M. (2008)."Social Skills Training Versus Cognitive Therapy for Social Anxiety Disorder Characterized by Fear of Blushing", Trembling, or Sweating. *International Journal of Cognitive Therapy*,1(2).
- Brissette, I, Scheier, M., Carver, C.(2002)." The role of optimism in social network development, coping, and psychological adjustment during a life transition". *Journal of Personality and Social Psychology*, 82, p102-111.
- Chandler, J.(2006).*Social Anxiety Disorder In Children and Adolescents*. National center for Health and wellness.71-handler.National center for Health and wellness.
- Christopher A. (2005). *Social Anxiety and Social Phobia in Youth: Characteristics, Assessment, and Psychological Treatment*.
- Davidson, J. (2000). "Defining an appropriate management strategy for social anxiety disorder".*Int Clin Psychopharmacol*,15:S13-7.
- Enderson's, A. (2006). "Shyness social anxiety, How does treatment for shyness / social anxiety work".Gronoweski clinic. *Psychotherapy Assessments Research*.
- Ferda Izgiç, Gamze Akyüz, Orhan Doan, Nesim Kuu,(2004). "Social Phobia Among University Students and Its Relation to Self-Esteem and Body Image", *Can J Psychiatry*;49(9):630–634.
- Gilbert.P (2001)."Evolution and social anxiety. The role of

The Level of Social Phobia and Its Relationship with Psycho-social Adjustment among Saudi Students in The Jordanian Universities.

*Nayef Fadous Alhamad, Khalid Bin Nasser Al-Ohali, Mahmoud Ahmad Humidat **

ABSTRACT

The study aimed to detect the level of social phobia and its relationship psychological adjustment and social among Saudi students in Jordanian universities (Yarmouk University, University of Science and Technology, University of Jordan), within the undergraduate, The study sample consisted of (180) students were randomly selected from the study population, the researchers used scale social phobia, and scale of psychological adjustment and social, the study concluded in their findings to the low level of social phobia among a sample study, and that the students have a sense of high psychological adjustment, social, and that there is an inverse relationship statistically significant between social phobia and psychological adjustment and social among Saudi students in Jordanian universities.

Keywords: Social Phobia, psychological And Social Adjustment, Saudi Students, University Students.

* Al-Balqa'a Applied University, Jordan; College of Education, Qassim University, Saudi Arabia. Received on 21/4/2015 and Accepted for Publication on 7/7/2015.