كلية العلوم والآداب

قسم التربية والدراسات الإنسانية

بعض سمات الشخصية وعلاقتها بالرهاب الاجتماعي لدى طلبة جامعة نزوى في سلطنة عمان

Some Personality Traits and their relationship with Social Phobia among Students of University of Nizwa in the Sultanate of Oman

رسالة ماجستير مقدمة من

حمد بن هلال بن حمد الحجري

استكمال لمتطلبات الحصول على درجة الماجستير في التربية تخصص إرشاد نفسي

لجنة الإشراف

أ.د. عبدالرزاق فاضل القيسي (مشرفا رئيساً)

د. أمجد محمد هياجنه

د. محمود خالد الشمري

2014

الإهداء

إلى كل نفس لا تعرف اليأس، فليست قيمة الإنسان بما يصل إليه، بل بما يتوق للوصول إليه.

إلى روح والدي الهاجعة في ظلمة اللحود، وإلى أمي الحبيبة التي صبرت على تعليمي، وإلى من تعجز الأفعال عن رد جميله أبي عبدالله، وإلى روح أخي الوحيد " عمار" وإلى زوجتي الجادة، وإلى أبنتي الوحيدة آلاء، وإلى أبنائي هلال وعمار ومحمد، وإلى أخواتي الحبيبات، وإلى صديقي المخلص حيدر، وإلى كل من أفدت من علمهم وروّوا ظمئي بمعرفتهم أساتذتي الكرام، إلى من يُسعده تقدمي ونجاحي، أقاربي وأصدقائي وزملائي، إلى كل هؤلاء أهدي هذا العمل.

حمد بن هلال بن حمد الحجري

شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف خلق، سيدنا محمد وعلى آله أجمعين وبعد.

بعد انتهائي من هذا العمل المتواضع بتوفيق من الله العلي القدير، يسعدني أن أنسب الفضل لأهله لأستاذي والذي أكرمني بقبول الإشراف الأستاذ الدكتور/ عبدالرزاق فاضل القيسي المشرف الرئيس الذي منحني وقته واهتمامه وعمل كل ما من شأنه من أجل تعزيزي وتوجيهي في إخراج هذه الدراسة على ما هي عليه، داعيا الله أن يمن عليه بالصحة والعافية وطول العمر.

كما يطيب لي أن أشكر الدكتور/ أمجد محمد هياجنه، والدكتور خالد الشمري على حسن توجيهاتهما القيمة.

فيسعدني أن أتقدم بجزيل الشكر لجامعة نزوى، رئيسا وأساتذة وإداريين لكونها قدمت لي الكثير، فللقائمين على هذا الصرح العلمي كل الشكر والتقدير.

كما أقدم شكري وتقديري لأستاذتي أعضاء لجنة المناقشة، الذي سيكون لملاحظاتهم وتوجيهاتهم كل التقدير والاهتمام، وكل الشكر لأساتذتي أعضاء لجنة التحكيم.

كما أتقدم بالشكر والعرفان وبالغ الامتنان الى الأخ الدكتور سالم بن محمد بن عامر الحجري على اهتمامه، ووقفته المثالية، وحرصة لإكمال دراستي، والشكر موصول للدكتور باسم الدحادحة، والدكتور خليفة بن علي المفرجي والأستاذ علي بن محمد الحجري والمدقق اللغوي الأستاذ حميد بن عامر الحجري، ومترجم النصوص من الانجليزية إلى العربية الأستاذ حميد بن سالم الحجري، والأستاذ محمد بن راشد الحجري، والأستاذ سالم بن علي البلوشي والأستاذ صالح بن علي الحجري، والأستاذ حميد بن راشد الحجري والمهندس عبدالله العجمي من دولة الكويت، والرائد/ يوسف عواض العوفي من المملكة العربية السعودية.

وكل الشكر لمن وقف بجانبي في إنجاز هذا العمل المتواضع، سواء ذكرته أو لم أذكره.

الباحث/ حمد بن هلال بن حمد الحجري

الملخص

بعض سمات الشخصية وعلاقتها بالرهاب الاجتماعي لدى طلبة جامعة نزوى في سلطنة عمان.

إعداد: حمد بن هلال بن حمد الحجري

إشراف الأستاذ الدكتور: عبد الرزاق فاضل القيسي

هدفت الدراسة إلى التعرف على بعض سمات الشخصية وعلاقتها بالرهاب الاجتماعي لدى طلاب جامعة نزوى في سلطنة عمان، ولتحقيق اهداف الدراسة تم الاستعانة بمقياس قائمة العوامل الخمسة الكبرى (NEO-FFI-S) لكوستا وماكري (Costa, Mccrae, 1992) من تعريب الكلبانية (2006) المكونة من (60) فقرة، كما قام الباحث ببناء مقياس الرهاب الاجتماعي والذي شمل (42) فقرة، وقد تمتع المقياسان بدلالات صدق وثبات عاليين، وتم تطبيقهما على عينة متيسرة طبقية شملت (290) طالبا وطالبة من الطلبة الملتحقين بكليات جامعة نزوى في سلطنة عمان للعام الدراسي 2012-2013م،ومن أبرز النتائج التي توصلت إليها الدراسة كالآتي:

- سجلت سمة يقظة الضمير أعلى المستويات تلاها المقبولية أو الطيبة ثم الانبساطية، وحصلت سمة الانفتاحية على متوسط المستوى، بينما جاءت سمة العصابية في أدنى مستوى.
- مستوى الرهاب الاجتماعي لدى طلاب جامعة نزوى كان منخفضا.
- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين سمة العصابية وبعدي التجنب والخوف، وإجمالي الرهاب، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين سمة العصابية وبُعد التغيرات الجسمية، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين سمة الانفتاحية وبُعد الخوف وإجمالي الرهاب، وعلاقة سالبة بين يقظة الضمير وبُعد التجنب، وعلاقة سالبة بين سمة الطيبة وبُعدي التجنب والخوف وإجمالي الرهاب.
- عدم وجود فروق ذات دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين الذكور والإناث في جميع أبعاد مقياس العوامل الخمسة الكبرى، ماعدا بعد العصابية فقد كان الذكور أكثر عصابية.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين الذكور والإناث في جميع أبعاد مقياس الرهاب الاجتماعي.

Abstract

Some Personality Traits and their relationship to Social Phobia among Students of University of Nizwa in the Sultanate of Oman.

The study aimed at identification of some personal traits and the relation of those traits with social phobia among the students in University of Nizwa. The study sample consisted of (290) students, males and females. Two measures were used:

1. The list of the biggest five factor Inventory scale (Costa, Mccrae,1992)Arabized by AlKalbania (2006) which consists of (60) statements.
2. Social Phobia Measure prepared by the researcher and included (42) statements.

Both measures obtained high level of validity and reliability.

Findings:

- Vigilance of conscience trait recorded highest levels followed by acceptability or kindness then came the extraversion. Openness got an average level , while neuroticism trait was at the lowest level .

- The level of social phobia among students of the University of Nizwa was low .

- There is a positive correlation between neuroticism trait and dimensions of avoidance and fear , and the total phobias. In contrast there is a negative correlation between the following:

1. neuroticism trait and the dimension of physical changes.

2. openness and the dimension of fear and Total phobias

3. vigilance of conscience and dimension of avoidance

4. kindness and the dimensions of avoidance , fear and total phobias .

- Lack of statistically significant differences at the level of $\alpha \leq 0.05$)) between males and females in all dimensions of the scale of the five major factors , except at neuroticism dimension where males ware more neurotic than females .

- Lack of statistically significant differences at the level of $\alpha \leq 0.05$)) between males and females in all dimensions of social phobia scale.

فهرس المحتويات

الموضوع	الصفحة
الإهداء	ب
شكر وتقدير	ج
الملخص باللغة العربية	د
الملخص باللغة الانجليزية	هـ
فهرس المحتويات	و
قائمة الجداول	ز
قائمة الملاحق	ح
الفصل الأول: مشكلة الدراسة وأهميتها	1-7
المقدمة	2
مشكلة الدراسة وأسئلتها	4
أهمية الدراسة	6
أهداف الدراسة	6
محددات الدراسة	6
مصطلحات الدراسة	7
الفصل الثاني: الإطار النظري والدراسات السابقة	8-37
أولاً: الإطار النظري	9
ثانيا: الدراسات السابقة	28
الفصل الثالث: المنهجية والإجراءات	38-47
أولا: منهج الدراسة	39
ثانيا: مجتمع الدراسة	39
ثالثا: عينة الدراسة	40
رابعا: أدوات الدراسة	40
خامسا: إجراءات تطبيق الدراسة	46
سادسا: المعالجة الإحصائية	47
الفصل الرابع: نتائج الدراسة	48-64
الفصل الخامس: مناقشة نتائج الدراسة والتوصيات والمقترحات	65-72
مناقشة النتائج	66
التوصيات والمقترحات	72
قائمة المراجع العربية	74
قائمة المراجع الأجنبية	81
الملاحق	86

قائمة الجداول

رقم الجدول	المحتوى	الصفحة
1	مجتمع الدراسة	39
2	عينة الدراسة	40
3	معامل الثبات لمقياس سمات الشخصية	44
4	معامل الثبات لمقياس الرهاب الاجتماعي	46
5	المعيار المعتمد في تفسير نتائج السؤالين الأول والثاني للدراسة حسب المتوسط الحسابي	49
6	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لجميع أبعاد مقياس سمات الشخصية مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي	50
7	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد العصابية مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي	50
8	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد الانبساطية مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي	52
9	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد الانفتاحية مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي	53
10	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد يقظة الضمير مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي	54
11	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد المقبولية أو الطيبة مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي	55
12	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لأبعاد مقياس الرهاب الاجتماعي مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي	57
13	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد الخوف مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي	57
14	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد التجنب مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي	59
15	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد التغيرات الجسمية مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي	60
16	معامل ارتباط بيرسون بين مجموع مقياس سمات الشخصية ومقياس الرهاب الاجتماعي	62
17	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار T-TEST لمتغير النوع الاجتماعي لجميع أبعاد مقياس سمات الشخصية	63
18	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار T-TEST لمتغير النوع الاجتماعي لجميع أبعاد مقياس الرهاب الاجتماعي	64

قائمة الملاحق

رقم الملحق	المحتوى	الصفحة
1	المقياس في صيغته الأولية المرسل إلى لجنة التحكيم	87
2	قائمة بأسماء المحكمين لقائمة العوامل الخمسة الكبرى ومقياس الرهاب الاجتماعي	94
3	قائمة العوامل الخمسة الكبرى في صورتها النهائية	95
4	المقياس في صيغته الأولية المرسل إلى لجنة التحكيم	99
5	مقياس الرهاب الاجتماعي في صورته النهائية	103
6	خطاب رسمي من جامعة نزوى لتسهيل مهمة الباحث	105

الفصل الأول

مشكلة الدراسة وأهميتها

مقدمة الدراسة.

مشكلة الدراسة وأسئلتها.

أهداف الدراسة.

محددات الدراسة.

مصطلحات الدراسة.

الفصل الأول

مشكلة الدراسة وأهميتها

مقدمة الدراسة:

يعد اهتمام الناس بموضوع الشخصية ومشكلاتها وسماتها منذ القِدم، ومع التطور والتقدم الذي يشهده عصرنا الحديث، ظهرت الحاجة إلى الاهتمام بالفردية، وإلى قيام علم يختص بدراسة الشخصية، وأصبح هذا العلم فرعاً هاماً من فروع علم النفس، وكما أصبح موضوع الشخصية من الموضوعات التي تحتل مكانا مرموقا في مختلف دراسات علم النفس الحديث. والشخصية على كل حالٍ فهي تمثل إحدى القضايا الجوهرية التي تجذب اهتمام الدراسين والباحثين في مجال علم النفس، إذ تدفعهم بقوة إلى التعرف عليها، ودراسة أسرارها وخباياها، لذلك فإن الدراسات النفسية بأشكالها ومواضيعها المتخلفة تهدف إلى التعرف على المظاهر الشخصية للأفراد، والتعرف على قدراتهم وسماتهم الشخصية وارتباطها ببعضها وطرق تفكيرهم وغيرها (عبد الخالق، 1992).

وإن إشباع الحاجات البيولوجية والاجتماعية والنفسية هي من الغايات التي يرتجيها غالبية البشر، ويسعون نحو تحقيقها سعياً دؤوباً. لكن كثيرا ما يواجه الفرد ضروبا متنوعة من العوائق، تحول دون الوصول إلى الإشباعات المرجوة وتحقيق الحاجات الملحة، وقد تتراوح هذه المعوقات بين ما تتضمنه البيئة المحيطة من صراعات وتحديات، وبين السمات الشخصية والخصائص السلوكية والنفسية، التي تؤدي إلى سوء التوافق والاضطراب. ومع تقدم الحياة وتعقدها في المجتمعات المعاصرة وفي ظل الظروف الحاضرة، وما تتسم به من منافسات وصراعات وضغوطات مستمرة، أدى ذلك إلى ظهور الاضطرابات النفسية المختلفة، ومن هنا برزت الحاجة لوجود دراسات نفسية متخصصة، للحد من المعاناة البشرية في مجابهة تلك الاضطرابات النفسية، وذلك لأن هذه الاضطرابات قد تستمر مع هؤلاء البشر، في حياتهم المستقبلية، وقد تكون سببا في إعاقة نموهم الاجتماعي والنفسي، باعتبار أن سلوك الفرد هو سلسلة من التفاعلات الاجتماعية والعلائقية مع الآخرين (الأشقر، 2004).

ويواجه كل فرد منا غالبا القلق في حياته اليومية، وهذا القلق يكمن وراءه أسباب عديدة، منها الأحداث الضاغطة، والمواقف الاجتماعية المخيفة، وعبء العمل، والإحباطات من الأصدقاء والأسرة، والوقوع فريسة للأفكار والاعتقادات السلبية والخاطئة وغيرها من المتغيرات (حسين، 2009)، ويعتبر القلق مساعدا على بقاء الإنسان، ودافعا له للقيام ببعض الأعمال، وشاحنا لهممه في المواقف الصعبة، ذلك أن القلق يدفع صاحبه للجد والاجتهاد والعمل حتى يحصل في عمله على أفضل النتائج، إضافة على ذلك فإن القلق يصقل قدرات الإنسان بعد معايشته تجربة القلق (الحراصي، 2011) حيث إنه يمثل صمام الأمان ويقوم بتحذير الفرد من وجود خطر يهدده وضرورة تجنب هذا الخطر من خلال الهروب من الموقف أو مواجهته، ولكن عندما يصبح القلق شيئا دائما في حياة الإنسان ويؤثر سلبا على حياته الاجتماعية والتعليمية والعملية وعلاقته الشخصية بصورة كبيرة، فإنه يتحول إلى اضطراب نفسي (حسين، 2009).

ويعد كثير من الأطباء النفسيين الخَواف المرضي جزءا من القلق، ولو أن الخوف في حالة الخواف ينشأ مرتبطا ببعض الموضوعات، أو الأشخاص، أو المواقف المحددة، والانفعال الشديد، والفزع والارتياع الذي يتملك الطفل أو البالغ في حالات المخاوف المرضية (العتيبي، 2005). وذكر الخالدي (2006) بأن كتابات المتحدثين عن مرض القلق أشارت بأنه يصيب الفرد عبر مراحل مختلفة ومتباينة الشدة، ومن ضمن هذه المراحل، المرحلة الخامسة وهي مرحلة المخاوف المرضية الاجتماعية، ففي هذه المرحلة ينتقل المريض من المجال الشخصي إلى المجال الاجتماعي فينظر إلى نفسه كفرد منعزل عن الناس حتى يتجنب مراقبتهم له وحديثهم عنه. ويستخدم مصطلح القلق الاجتماعي، أيضا بالفوبيا، أو الخواف الاجتماعي، للإشارة إلى القلق الذي يظهر لدى بعض الأفراد في المواقف الاجتماعية ومواقف الأداء الاجتماعي (حسين، 2009).

ويعِّرف الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع المعدّل (DSM-IV-TR) الصادر عن جمعية الطب النفسي الأمريكية (American Psychiatric Association, 2004) الرهاب الاجتماعي بأنه: الخوف الدائم والشديد والمستمر من موقف واحد أو أكثر من مواقف الأداء الاجتماعي التي قد يتعرض فيه الشخص إلى الفحص والتدقيق من قبل الآخرين مما يصيبه بالارتباك.

وعَّرف زهران (2005) الرهاب الاجتماعي بأنه: خوف مرضي دائم من وضع أو موضوع غير مخيف بطبيعته، ولا يستند إلى أساس واقعي، ولا يمكن ضبطه أو التخلص منه أو السيطرة عليه. ويعرف المريض أنه غير منطقي، ورغم هذا فإن الخوف يتملكه ويحكم سلوكه.

إذ إن الرهاب الاجتماعي لا يقتصر وجوده على بيئة بعينها، فهو اضطراب تتشارك فيه البيئات المختلفة حيث يشير الدليل الرابع المعدّل، إلى أن الرهاب الاجتماعي تتراوح نسبته ما بين إلى (3-13%) من بين الاضطرابات النفسية الأخرى، كما أنه يحتل المرتبة الثانية من حيث الشيوع من بين الاضطرابات العصابية الأخرى (الغامدي، 2006).وقد أظهرت دراسة كبلن و ثومبسون وسيرصوم (Kaplan, Thompson,& Searsom, 1994) بأن الرهاب الاجتماعي يوجد بنسبة (2-5%) من البشر، وتتراوح نسبة مرضى الرهاب الاجتماعي في العيادات الخارجية ما بين (10-20%) من إجمالي حالات الاضطرابات العصابية. وقد أشارت نتائج دراسة مان يوز وآخرون (Mannuzz, et al., 1995) إلى أن الرهاب الاجتماعي يؤثر على حوالي (2-7%) من السكان بشكل عام، أظهرت من خلال الدراسة الأخيرة أن نسبة الرهاب الاجتماعي زادت (2%) مقارنة بالدراسة الأولى، رغم أن الفترة الزمنية بين الدراستين لم تتجاوز سنة واحدة (الأشقر، 2004).

وذكر العتيبي (2005) أنه حسب الدراسات الغربية يتساوى انتشار هذا الاضطراب بين الرجال والنساء، وتتراوح نسبته بين (1%) إلى (2%) بين البالغين. أما في المجتمعات العربية، فإن هناك دراسات متفرقة تم تطبيقها في المستشفيات وليس في المجتمع، ولكن اعتمادا على خبرة الأطباء فإن هذا المرض يبدوا أكثر انتشار في مجتمعاتنا العربية، ولعل ذلك عائد إلى أسلوب التربية في الطفولة، وعدم احترام وتقدير شخصية الطفل.

وتصل نسبة الإصابة بالرهاب الاجتماعي إلى (13%) من الناس، ويؤدي هذا الرهاب إلى تعرض علاقات المريض الاجتماعية والعملية إلى التأثر والتدهور، يصحب ذلك أعراض جسمية عديدة (الحراصي، 2011).

مشكلة الدراسة وأسئلتها:

تتكون سمات الشخصية في المراحل الأولى من حياة الفرد، وتتأثر بالعوامل البيئية والوراثية فضلا عن التنشئة الاجتماعية، وهذا يعني إمكانية التحكم في السمات الشخصية للفرد من خلال التنشئة الاجتماعية السليمة، ومن هذا المنطلق يرى الباحث بأن هذه الدراسة سوف تركز على العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، العصابية والانبساطية والانفتاحية ويقظة الضمير

ويعد الرهاب الاجتماعي من أكثر الإضطرابات النفسية التي ترتبط بالنقص الشديد في المهارات الاجتماعية، بالاضافة إلى ظهور العلامات السكوفسيولوجية غير المرغوب فيها (الأشقر،2004).

بل إن الرهاب الاجتماعي منتشر بين مختلف فئات المجتمع وتصل نسبة إنتشاره بين (14-7%) في المجتمعات الغربية، وهو إضطراب مزمن ومعطل، ولكنه قابل للعلاج، ويظهر عند الإناث والذكور بنسبة (2) إلى (1) ، كما يظهر عادة في سن الطفولة أو المراهقة، وهو يترافق مع إضطرابات القلق الأخرى ومع الإكتئاب، كما يمكن أن يقود لإستعمال الكحول والمخدرات لدى بعض المصابين به (الجهني،2010).

وقد انبثقت مشكلة الدراسة من معايشة الباحث لوضع الطلبة في قاعات المحاضرات، حيث كان يشاهد ويلاحظ كثيرا المعاناة التي يعيشها الطالب عندما يطلب منه عرض بحث، أو الخروج أمام زملائه الطلبة للشرح والتعاطي مع الآخرين، فكثيرا ما يصاب بأعراض الرهاب الاجتماعي التي ستعرض لاحقا في هذا البحث.

وقد تلمس الباحث مشكلة هذه الدراسة من خلال الدراسة الاستطلاعية التي قام بها في جامعة نزوى في سلطنة عمان على عينة عشوائية مكونة من (100) طالب وطالبة، مستخدما مقياسا من تصميم الحراصي (2011)، وقد جاءت النتيجة كالاتي: (35%) لديهم رهاب مرتفع. و(41%) لديهم رهاب اجتماعي متوسط. و(24%) لديهم رهاب اجتماعي منخفض.

وتعزز نتائج الدراسة الاستطلاعية بنتائج دراسة المعمري (2010) التي أجريت على عينة من طلبة جامعة السلطان قابوس، والتي أظهرت مؤشرات مرتفعة لانتشار الرهاب الاجتماعي تجاوزت نسبته (50%) لدى أفراد العينة.

وبناء على ما تقدم حظي الرهاب الاجتماعي، أو المخاوف الاجتماعية، باهتمام الكثير من الباحثين والمختصين في الإرشاد والعلاج النفسي، وقد أجريت الدراسات حوله، وقد حظي المجتمع العماني بالقليل منها:

فقد قام الريامي وآخرون (Al Riyami et al., 2006) بدراسة هدفت إلى تعرُّف أعراض الاكتئاب، وتحديد مدى انتشار بعض الاضطرابات النفسية لدى مرحلة الثانوية العامة، وقد أظهرت النتائج مؤشرا لانتشار الرهاب الاجتماعي لم تتجاوز نسبته (1,6%).

وأجرى الهنائي وآخرون (Al Hinai et al., 2006) دراسة هدفت إلى رصد انتشار الرهاب الاجتماعي ومعرفة مستويات شدته، وتألفت عينة الدراسة من (480) طالبا وطالبة من طلبة جامعة

السلطان قابوس، وقد أظهرت النتائج أن (37%) من عينة الدراسة يُحتمل إصابتهم بالرهاب الاجتماعي.

كما أجرى المعمري (2010) دراسة هدفت الى تعريب قائمة الرهاب الاجتماعي من إعداد كونور وآخرين (Connor et al., 2000) المنقولة عن الانجليزية، وتكييفها على طلبة جامعة السلطان قابوس بسلطنة عمان للتعرف على ملامح انتشار الرهاب الاجتماعي لدى عينة الدراسة، وعلاقتها ببعض المتغيرات، وتكونت عينة الدراسة من (1034) طالبا وطالبة، وأظهرت النتائج مؤشرات مرتفعة لدرجة انتشاره تجاوزت نسبته (50%) لدى أفراد العينة.

كما قام الحراصي (2011) بدراسة هدفت إلى معرفة مستويات القلق وعلاقتها بالمخاوف الاجتماعية، وكانت عينة الدراسة من المراهقين الدارسين في الصفوف الثامن والتاسع والعاشر والحادي عشر، في مدارس منطقة الداخلية وتألفت عينة الدراسة من (1874) طالبا وطالبة، وقد أشارت النتائج إلى أن النسبة الأكبر لأفراد العينة (48.4%) حصلوا على مستوى متوسط من المخاوف الاجتماعية.

وبناء على ما تقدم فإن مرحلة الشباب من أطول المراحل النمائية في حياة الإنسان، وتشكل القاعدة الأساسية والقوية في بناء المجتمع وتقدمه، وذلك لما يتمتع بها أفرادها من طاقات وقدرات خلاقة، فهم مصدر التجديد والإنتاج والابتكار، لذلك كان على المجتمع أن يكفل لهم الحق في التربية السليمة والعلم والثقافة، لإعدادهم الإعداد المناسب الذي يؤهلهم للمشاركة في العلم والإنتاج والتنمية (الحجري، 2005). لذلك فإن الباحث رأى أن تكون عينة الدراسة الحالية مكونة من الشباب لأنهم من أكثر المراحل العمرية التي قد تتعرض للإصابة بالرهاب الاجتماعي.

وفي حدود علم الباحث، لم تجر أي دراسة سابقة تهدف الى تعرُّف بعض سمات الشخصية وعلاقتها بالرهاب الاجتماعي لدى طلاب جامعة نزوى في سلطنة عُمان.

وبناء على ما تقدم تكوَّن لدى الباحث الوعي بمشكلة هذه الدراسة التي تنحصر في الكشف عن طبيعة العلاقة بين بعض سمات الشخصية و الرهاب الاجتماعي لدى طلاب جامعة نزوى.

ومما سبق تتضح أهمية متغيري سمات الشخصية والرهاب الاجتماعي خاصة لدى طلبة الجامعة، ومن هنا فالدراسة الحالية ستحاول الإجابة على التساؤلات الآتية:

1/ ما العوامل الخمسة الكبرى الأكثر انتشارا لدى طلبة جامعة نزوى؟

2/ ما مستوى الرهاب الاجتماعي لدى طلبة جامعة نزوى؟

3/ هل توجد علاقة ارتباطية بين العوامل الخمسة الكبرى والرهاب الاجتماعي؟

4/ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في العوامل الخمسة الكبرى تعزى لمتغير النوع الاجتماعي (ذكور/ اناث) ؟

5/ هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الرهاب الاجتماعي تعزى لمتغيري النوع الاجتماعي (ذكور/ اناث) ؟

أهمية الدراسة:

تكتسب هذه الدراسة أهمية كبيرة من الموضوع الذي تتناوله، ولا سيما أن الرهاب الاجتماعي يرتبط بظهور مشكلات أخرى لدى الفرد كالتأخر أو التدهور الاكاديمي لدى الطلبة، وذلك لما يسببه هذا الاضطراب من فوات للفرص التي يمكن أن تؤدي للتقدم والرقي في سلم العلم.

وتكتسب أهميتها من الناحية العملية من أهمية مرحلة الشباب إذ يمثل الشباب طاقة يجب استثمارها وتوجيهها للإسهام في تنمية الوطن.

كما تبرز أهميتها في التعرف على جوانب معينة من مشكلة الرهاب الاجتماعي، باعتباره احد أكثر الأمراض النفسية شيوعا. ويؤمل أن تكون هذه الدراسة منطلقا جديدا لبحوث علمية تربوية أخرى مستقبلية حول موضوع الرهاب الاجتماعي.

وأما من الناحية التطبيقية تبرز أهمية هذه الدراسة من خلال النتائج التي ستسفر عنها، والتي ستساعد في وضع برامج لتخفيف حدة الرهاب الاجتماعي وإمكانية زيادة التواصل بين الفرد والآخرين، وتكمن أهميتها أيضا في التخطيط لبرامج وقائية من خلال الكشف عن أسباب هذا الاضطراب لدى الآخرين.

أهداف الدراسة:

تهدف هذه الدراسة إلى تحقيق الأهداف التالية:

- التعرف على بعض سمات الشخصية لدى أفراد عينة الدراسة من طلبة جامعة نزوى .
- الكشف عن مستويات الرهاب الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة من طلبة جامعة نزوى بسلطنة عمان.
- التعرف إلى مدى الاختلاف في العلاقة بين الرهاب الاجتماعي عند أفراد عينة الدراسة من طلبة جامعة نزوى باختلاف نوعهم الاجتماعي.
- التعرف إلى مدى الاختلاف في العلاقة بين بعض سمات الشخصية لدى أفراد عينة الدراسة باختلاف نوعهم الاجتماعي.
- الكشف عن العلاقة بين متوسط درجات الرهاب الاجتماعي ومتوسط بعض سمات الشخصية عند أفراد عينة الدراسة من طلبة نزوى.

محددات الدراسة:

تتحدد نتائج هذه الدراسة بعدد من المحددات، منها عينة الدراسة حيث اقتصرت على طلبة جامعة نزوى الدارسين في مرحلة البكالوريوس فقط، المسجلين والمنتظمين في العام الجامعي (2012-2013)، كما تتحدد نتائج هذه الدراسة بأداتيْها: قائمة العوامل الخمسة الكبرى (Five Factor Inventory) لكوستا وماكري (1992, Costa, Mccrae)، الذي قامت بتعريبه

الكلبانية (2006)، و مقياس الرهاب الاجتماعي من إعداد الباحث. لذا فإن نتائج هذه الدراسة تتحدد بالخصائص السيكومترية لهاتين الأداتين وبمدى قدرة هاتين الأداتين على قياس ما وضعتا لأجله.

مصطلحات الدراسة:

ورد في هذه الدراسة العديد من المصطلحات، وكان لكل منها التعريف المحدد إزاء كل منها:

السمات (Trails):

الخصائص المميزة الفريدة في وصف الشخصية مثل منطو، اجتماعي، مفكر، منافق، متروٍّ، مندفع، قائد، خاضع ... الخ. وتمثل السمة بعدا متصلا يمكن إدراكه على أنه ربط بين صفتين متناقضتين، ويحتل الفرد في الغالب مواقع خاصة في السمة تقع بين النهايتين (الطواب، 2008).

ويعرف كاتيل السمة: بأنها عبارة عن ميول واسعة ودائمة نسبيا (الزغول؛ الهنداوي، 2002). ويرى جلفورد (Guilford) بأنها جانب يمكن تمييزه، ويكون ذا دوام نسبي، وعلى أساسه يختلف الفرد عن غيره، ويرى أن السمات لا تلاحظ ولكن الذي يلاحظ هو السلوك، ومن ملاحظته يستدل على السمات. ويطلق جلفورد على السلوك الذي يلاحظ ويشير إلى وجود السمة، اسم مؤشر السمة (الغيلاني، 2013).

الشخصية (Personality):

الشخصية هي التنظيم الدينامي داخل الفرد، للأجهزة النفسية الجسمية التي تحدد خصائص سلوكه وفكره (البدارين، 2003). ويعرف كاتيل الشخصية بأنها: مجموعة السمات المترابطة التي تسمح لنا بالتنبؤ عما سيفعله الشخص في موقف معين (الزغول؛ الهنداوي، 2002).

ويعرف الباحث سمات الشخصية إجرائيا بأنها: الدرجة الكلية التي سيحصل عليها الطالب على قائمة العوامل الخمسة الكبرى.

الرهاب الاجتماعي (Social Phobia):

هو الخوف من الوقوع محل ملاحظة الآخرين؛ مما يؤدي إلى تجنب المواقف الاجتماعية، وعادة ما يصاحب الرهاب الاجتماعي أو المخاوف الاجتماعية تقييم ذاتي منخفض وخوف من النقد. وقد يظهر على شكل شكوى من احتقان الوجه، أو رعشة باليد، أو غثيان أو رغبة في التبول، ويكون المريض مقتنعا أن واحدة من هذه المظاهر الثانوية هي مشكلته الأساسية (عكاشة، 2003).

ويعرف الباحث الرهاب الاجتماعي إجرائيا بأنه: الدرجة الكلية التي سيحصل عليها الطالب على مقياس المخاوف الاجتماعية المستخدم في هذه الدراسة.

الفصل الثاني

الإطار النظري للدارسة والدراسات السابقة

أولا: سمات الشخصية.

- الأصل اللغوي لمصطلح الشخصية.
- تعريفات الشخصية لدى علماء النفس.
- تكامل محددات الشخصية.
- محددات الشخصية.
- الثبات والتغير في الشخصية.
- تعريف السمات.
- نظريات سمات الشخصية.

ثانيا: الرهاب الاجتماعي.

- الرهاب الاجتماعي.
- مفهوم الرهاب الاجتماعي.
- معدل انتشار الرهاب الاجتماعي.
- تأثيرات الرهاب الاجتماعي.
- أنواع الرهاب الاجتماعي.
- أعراض الرهاب الاجتماعي.
- الأسباب الباعثة للرهاب الاجتماعي:
- النظريات المفسرة للرهاب الاجتماعي.

ثالثا: الدراسات السابقة.

الفصل الثاني
الإطار النظري والدراسات السابقة

سيقوم الباحث من خلال هذا الفصل بعرض الإطار النظري للدراسة، الذي يتناول المفاهيم الأساسية والمتمثلة في السمات الشخصية والرهاب الاجتماعي، وعرض بعض الدراسات السابقة المرتبطة بموضوع الدراسة وأهدافها، وتم عرض الدراسات في ثلاثة محاور يلي كل محور مناقشة الدراسات السابقة.

الإطار النظري:

ويتضمن الإطار النظري للدراسة الحالية عرضا للجانب النظري لسمات الشخصية، والرهاب الاجتماعي، وتم تقديمها في محورين:

أولا: سمات الشخصية:

ازداد الاهتمام بدراسة الشخصية زيادة ملحوظة، وأخذت الدراسات التي تختص بها تتشكل وتنتظم منذ ثلاثينيات القرن الماضي، بداء من أعمال ألبورت (Allport) إلى ما تبعتها من دراسات وأبحاث وكتابات متخصصة متواصلة في مجمل جوانبها (العنزي، 2010). فالشخصية من أهم الموضوعات الرئيسة في فروع علم النفس كلها.

ويعد مفهوم الشخصية من أكثر مفاهيم علم النفس تعقيدا، لأنها تشمل الصفات الجسمية والعقلية والوجدانية كافة، المتفاعلة مع بعضها البعض داخل كيان الفرد، ولهذا تعددت الآراء وتباينت المفاهيم في معالجتها لمفهوم الشخصية؛ من حيث طبيعتها وخصائصها ومكوناتها وعملياتها ونظرياتها (الداهري و العبيدي، 1999).

وفي القِدم كان علماء النفس يهتمون بالمظاهر الخارجية للشخصية، وما يترتب عليه من سلوك معين يؤثر على الأفراد الآخرين؛ أي أنهم اهتموا بالسلوك الظاهر وتجاهلوا المظاهر الداخلية للشخصية التي تتضمن اتجاهات الفرد ودوافعه وقيمه وغير ذلك من السمات التي لا تظهر في السلوك الخارجي بصورة مباشرة (الشهري، 2009). أما في العصر الحديث فقد ظهرت بعض النظريات، والأفكار التي تعد بمثابة نقطة ارتكاز هامة أفادت فروع العلم المختلفة، وانعكس أثرها واضحا على دراسة الشخصية فيما بعد، وساهمت في ظهور علم نفس الشخصية كعلم مستقل بذاته، ومنها: العلوم التطبيقية و القياس وعلم النفس الفارق، وسيكولوجية الانماط، وسيكولوجية الجشتلط، وعلم النفس الإكلينيكي (غنام، 2005).

الأصل اللغوي لمصطلح الشخصية:

الشخص في اللغة العربية هو سواد الأنسان وغيره يظهر من بعد، وهي لفظة مشتقة من الفعل شَخَصَ؛ ويراد به عين الفرد أو ذاته، وتشاخص القوم، اختلفوا أو تفاوتوا (ابن منظور، 2001). وفي معجم المصباح المنير في غريب الشرح الكبير، فإن شَخَصَ (بفتحتين) يشخص شخوصاً، خرج من موضع الى غيره، وشَخَص شخوصاً ايضا بمعنى ارتفع، وشَخَص البصر أي فتح الرجل عينيه لا يطرف، ولا يسمى شَخْصاً إلا جسم مؤلف له شخوص وارتفاع (عبدالخالق، 1992).

والشخصية كمصطلح تعادل (Personality) باللغة الإنجليزية، وهو مصطلح لاتيني مشتق من كلمة برسونا (Persona) وهي القناع، ويعود استعمالها إلى زمن الإغريق، حين كان الممثل المسرحي يضع قناعاً على وجهه في حال تمثيله للشخصيات بغية توضيح الصفات المميزة لكل دور. فالمقصود بمصطلح الشخصية هو المظهر، فيقابله في علم النفس الحديث السلوك الذي يتفق مع القيام بدور معين (الغيلاني، 2013).

تعريفات الشخصية لدى علماء النفس:

تعريف الشخصية مسألة افتراضية بحتة، فليس هناك تعريف واحد صحيح، وباقي التعريفات خاطئة، والوقوف عند تعريف مقبول يقتضي دراسة مختلف التعريفات التي وضعت لدراسة الشخصية، ومن الطبيعي أن يكون لمصطلح واسع الانتشار كالشخصية تعريفات كثيرة متعددة ومختلفة (المنصوري، 2009).

إن التعريف الجيد لابد أن يتضمن الاتساق الذي يساعد على تمكين الآخرين من التنبؤ بسلوك الفرد، ولابد أن يُضفي عليه إحساساً داخليا بالتماسك، ولابد لهذا التعريف أن يفسر تفُّرد الفرد أو على الأقل تمايزه (جابر، 1990). وبالإضافة إلى ذلك يجب أن يركز التعريف الجيد على اعتبارات منها:

- الدينامية: وتشير إلى أهمية التفاعل المستمر بين عناصر الشخصية المختلفة.

- الصفات الثابتة نسبيا في الشخصية: وهي تلك التي لا تتغير كثيرا على طول الزمن (أحمد،2003).

يعرف برنس (Prince) الشخصية بأنها: كل الاستعدادات والنزعات والميول والغرائز والقوى البيولوجية الفطرية الموروثة، وهي كذلك كل الاستعدادات والميول المكتسبة من الخبرة (العيسوي، 2002: ص54). حيث إنه ينظر الى الشخصية على أنها اجتماع لعدد من العناصر أو لعدد من المكونات الأساسية (رياض، 2005).

أما وران (Warran) فإنه يعرف الشخصية بأنها ذلك التنظيم المتكامل لكل خصائص الفرد المعرفية، والوجدانية، والنزعوية، والجسمية كما تكشف عن نفسها في تميز واضح عن الآخرين (الثبيتي، 2008: ص15).

وتعريف ماي (May) للشخصية هو: ما يجعل الفرد فعالاً، أو مؤثراً في الآخرين (العجمي، 2005:ص18).

وتعريف الشخصية لدى فروم (Fromm) هو: نتاج لتفاعل العوامل البيئية، والنفسية، والاجتماعية (دشيشه، 2010:ص22).

أما أيزنك (Eysenck) فقد عرف الشخصية بأنها ذلك التنظيم الثابت والدائم إلى حد ما لطباع الفرد، ومزاجه، وعقله، وبنية جسمه، والذي يحدد توافقه الفريد لبيئته (عبدالخالق، 1995).

وذكر مخيمر (1996) أن خير تعريف للشخصية يستريح إليه العلم اليوم، هو هذا الذي نجده عند البورت، والذي يعتبر ترجمة لمفاهيم الوحدة الكلية الدينامية - الجشتطلت - والوظيفية، فهو يجعل من الشخصية هذا الانتظام الدينامي عند الفرد للأجهزة النفسية الفسيولوجية، الذي يحدد توافقاته الأصلية مع بيئته. وفي مناسبة أخرى ذكر البورت أن الشخصية هي تلك الصيغة التي يتطور إليها الشخص ليضمن بقاءه وسيادته ضمن إطار وجوده (رياض،2005).

وقد عرف ريموند كاتل (Cattell) الشخصية بأنها: ما يُمَكِّننا من التنبؤ بما سيفعله الشخص عندما يوضع في موقف معين. ويضع تعريفه على شكل معادلة كما يلي:

س= د(م×ش)

حيث س= استجابة الفرد السلوكية

م= المنبه

ش= الشخصية

د= دالة

وتعني أن الاستجابة دالة لخصائص كل من المنبه والشخصية (عبدالخالق، 1992)

ومن التعاريف الأشمل للشخصية تعريف دريفر (Drever) حيث ينظر إلى الشخصية بأنها اصطلاح يستخدم لمعانٍ مختلفة، بعضها دارج، وبعضها نفسي، وأفضل معنى للشخصية شمولاً وقبولاً هو التنظيم المتكامل والدينامي للخصائص الجسمية، والعقلية، والخُلقية، والاجتماعية للفرد كما يعبِّر عن نفسه أمام الاخرين في مظاهر الأخذ والعطاء في الحياة الاجتماعية، وبتحليل أكثر فهي تبدو بصفة أساسية تشمل الطبيعي، والمكتسب من الدوافع، والعادات، والميول، والعواطف، والمثل، والآراء، والمعتقدات، كما تتضح من علاقاته بوسطه الاجتماعي (غنام، 2005).

تكامل الشخصية:

إن التكامل بمعناه العام هو انتظام وحدات صغيرة في وحدة أكبر وأرقى. والوحدة المتكاملة ليست مجموعة مرصوصة، بل أجزاء متفاعلة بينها علاقات ويجمعها تنظيم معين. ومن أمثلة

التكامل في العالم الفيزيقي المجموعة الشمسية، وفي العالم البيولوجي جسم الكائن الحي، وفي العالم الاجتماعي الأمة المستقرة، وفي العالم السيكولوجي الشخصية السوية المتزنة (سراج، 2007).

ويقصد بمفهوم تكامل الشخصية؛ انتظام مكوناتها وظيفياً، وديناميا في بناءٍ متكامل منسجم متوازن الأجزاء، متسق العلاقات بين هذه الأجزاء كشرط أساسي لتحقيق التوافق النفسي والصحة النفسية (زهران، 2005). إذ أن أي خلل ربما يؤدي إلى عدم انتظام مكونات الشخصية، أو خلل في بعض جوانبها مما ينتج عنه اضطراب أو عدم توازن في الشخصية، ويمكن القول بأن الشخصية المتكاملة هي دليل الصحة النفسية، في حين أن الشخصية المضطربة هي دليل اعتلال الصحة النفسية (عبدالله، 2001). ويلاحظ أن تكامل الشخصية يشمل جوانب متعددة، منها الجانب البيولوجي، والوجداني، والعقلي، واللغوي، والاجتماعي (الزغول والهنداوي، 2002). فأهم عامل لتحقيق التكامل هو: خلو الشخصية من الصراعات النفسية الموصولة العنيفة، الشعورية واللاشعورية، كالصراع بين غرائز الفرد وضميره، بين نزواته وعاطفة احترامه لنفسه، أو بين ما يريده الفرد وما يقدر عليه، أو بين ما تنطوي عليه نفسه من معتقدات وأفكار ومبادئ وقيم وانحيازات وأطماع مختلفة. لذا تعرف الشخصية بأنها تنظيم متكامل لجميع ما لدى الفرد من سمات جسمية، ومعرفية، ووجدانية، واجتماعية تميزه عن غيره (العنزي، 1996).

محددات الشخصية:

الشخصية الإنسانية جزء من المجتمع، وليست آلة جامدة، ولذلك تكون الشخصية عرضة للتغيير بناء على البيئة التي تعيش فيها، أو الظروف التي يتعرض لها الشخص، وقد اتضح من خلال الدراسات العديدة أن الشخصية تتحدد بالعديد من المحددات، فقد ذهب كلوكهون وموري وشنيدر (Klawchone, Moori, Sneighder) إلى أن تكوين الشخصية يمكن النظر إليه في ضوء المحددات التالية (رياض، 2005):

1- المحددات البيولوجية للشخصية:

يميل بعض علماء النفس إلى توكيد أن الطبيعة الإنسانية اجتماعية في أساسها، وأن الأساس البيولوجي للسلوك هو القدر المشترك بين الإنسان والحيوانات الأخرى (الأغاء، 2009). ويركز أنصار الاتجاه البيولوجي في دراسة الشخصية اهتماماتهم على مجالات متعددة، أهمها:

دراسة الوراثة: فالأفراد يختلف بعضهم عن بعض تحت تأثير العوامل الوراثية، وبصرف النظر عن الظروف والتأثيرات البيئية المحيطة بهم (شقير، 2005).

دراسة الأجهزة العضوية، والعلاقة بين وظائفها، وأنماط الشخصية: فقد أثبت العلم الحديث تأثير الجهاز العصبي وتكوينه على شخصية الإنسان وتحديد سلوكياته، فللثدييات جهاز عصبي مركزي يتكون أساساً من مسالك عصبية طويلة، تصل بين كل أجزاء الجسم والمخ. وبالإضافة إلى هذا الجهاز يوجد جهاز مستقل، ينقسم الى قسمين؛ السمبثاوي والباراسمبثاوي. فالأول هو جهاز الطوارئ الذي يعد الجسم للقتال أو الهرب، وكذلك يوقف الهضم، ويزيد دقات القلب، ويزيد معدل

سرعة التنفس، ويعد الجسم بطرق عديدة أخرى لمواجهة الأوضاع الخطيرة التي تواجه الفرد. وأما الجهاز الباراسمبثاوي فيوضح عمله الجهاز السمبثاوي (رياض، 2005).

دراسة التكوين البيوكيميائي والغددي للفرد: الغدة الدرقية، الغدة النخامية، الغدة الإدرينالية، الغدد الجنسية. الغدة الدرقية: إن افراز الغدة الدرقية له صلة مباشرة بالتغيرات البنائية و الهدمية في الأنسجة. فإن أفرط نشاطها زاد نشاط العمليات الحيوية، وأصبح الفرد قلقا ضجراً سريع الاهتياج غير مستقر انفعاليا وحركيا، وإن قل إفرازها أصبح الفرد خاملا بليدا، وأصابه البطء في تفكيره وتذكره وحركاته، وسارع إليه التعب، وأصيب بالهبوط وفقد الشهية (عبدالرحمن، 1998).

الغدة الإدرينالية: يترتب على ضعف نشاط هذا الهرمون ونقصه الإحساس بالضعف، والكسل، وعدم الاهتمام بالجنس الآخر، وهبوط عام في الحيوية والنشاط، وفساد الحكم، وعدم الميل إلى التعاون، وقلة الصبر (رياض، 2005).

الغدد الجنسية: وهي الخصيتان عند الذكر، والمبيضان عند الأنثى، تفرز هذه الغدد هرمونات أهم وظائفها الخواص الجنسية الثانوية (خشونة الصوت عند المراهق، ونبت الشعر في المناطق المختلفة من الجسم)، وكذلك من الصفات السيكولوجية الميل الاستقلالي للاعتداء، وحب الزعامة، والميل للمخاطرة والميل نحو الجنس الآخر. أما عند الفتاة فتتضح الخواص الجنسية الثانوية في نبت الشعر في مواضع معينة من الجسم وكبر الثديين ونشاط الغدد اللبنية والميل إلى الجنس الآخر (المنصوري، 2009).

2- محددات عضوية الجماعة:

إن الشخصية ليست شيئا ثابتا لا يقبل التغير منذ الولادة، فمن الخصائص الأساسية للإنسان قدرته على التغيير نتيجة ما يمر به من خبرات وتعلم، وإذا أردنا معرفة تاريخ حياة الإنسان من أجل التنبؤ بسلوكه، فإننا نحتاج الى معرفة خبرات الفرد الماضية وبيئته التي نشأ فيها من أجل الحكم على سلوكه ونمو شخصيته، وبدون المعرفة يتعذر علينا فهم حتى أبرز الخصائص في شخصية الفرد (الحسين، 2002).

وقد قسم لويس (Luwis) البيئة إلى ثلاثة أقسام، هي في الحقيقة مترابطة بشكل وثيق، وهذه الأقسام هي : البيئة الطبيعية، ويتضح أثرها إذا نظرنا إلى اختلاف أساليب تكيف الناس ومعيشتهم، وطرق مواجهتهم للحياة في البيئات المختلفة، فعلى الرغم من تشابه الناس في حاجاتهم ودوافعهم الأساسية، إلا أننا نلاحظ ثمة اختلافا واضحاً بينهم في طرق مواجهتهم وإشباعهم لهذه الحاجات (رياض، 2005).

البيئة الثقافية: وبما تشمل من جوانب اقتصادية، ودينية، وتعليمية، وثقافية تسهم في تكوين شخصية الفرد، وبنائها، واتساقها، وتكاملها، فالانحراف عن هذه المعايير ربما ينعكس سلبا في شخصية الفرد. ويتباين تأثير العوامل الثقافية في شخصية الفرد تبعاً لثرائها وفقرها، أو مرونتها وانعزالها (الزغول و الهنداوي، 2002).

البيئة الاجتماعية: وهي المسئولة عن تشكيل السلوك الاجتماعي للفرد، وعن إستدخال ثقافة المجتمع في بناء شخصيته، وعن طريقها يصبح الفرد متوافقا اجتماعيا إذا كانت سليمة، أو غير متوافق إذا كانت غير سليمة. ويقوم بعملية التنشئة الاجتماعية مؤسسات ووكالات عديدة هي الأسرة، والمدرسة، وجماعة الرفاق، ودور العبادة، ووسائل الإعلام والثقافة بصفة عامة (زهران، 2005).

3- محددات الدور الذي يقوم به الفرد:

الدور هو نمط السلوك الذي تنتظره الجماعة من فرد ذي مركز معين فيها. وهو سلوك يميز الفرد عن غيره ممن يشغلون مراكز أخرى. فالمجتمع ينتظر من الرجل غير ما ينتظر من المرأة، ومن الراشد غير ما ينتظره من الطفل. فكل دور يفرض على صاحبه أن يتسم بسمات معينة، وأن يتخلى عن سمات أخرى (العنزي، 2010).

4- محددات الموقف:

لا يمكن النظر إلى الشخصية كما لو كانت مستقلة عن المواقف التي تمر بها، أو توجد فيها. فحتى العلميات البيولوجية أو الفسيولوجية تتطلب وجود أجهزة داخلية، أو عوامل بيئية ومواقف تتحقق فيها (الزهراني، 2008). ومن المؤسسات الاجتماعية المسئولة عن محددات الموقف: الأسرة، والمدرسة، وجماعة الرفاق، ووسائل الاعلام المختلفة (جبر، 2012).

الثبات والتغير في الشخصية:

تجتمع في الشخصية خاصيتان أساسيتان، تظهر الأولى على شكل ثبات في الشخصية، وتظهر الثانية في التغير والتطور اللذين ينالانها خلال تاريخ حياتها (السبعاوي، 2010). ذلك أنه بالرغم من أن بعض الأفراد قد كشفوا عن ثبات شخصياتهم بدرجة مرتفعة عبر حياتهم، فقد كشف الآخرون عن تغيرات كبيرة في الشخصية، ومع أن التغيرات في الشخصية يمكن أن تحدث في أي وقت من الحياة، فإنها أكثر عرضة للحدوث أثناء فترة المراهقة، والرشد المبكر (عبد الخالق،1990).

ثبات الأعمال: يظهر هذا النوع من الثبات في اتجاهاتنا المختلفة، التي يعكسها سلوكنا في أشكاله المختلفة، وبخاصة ما كان متصلاً بطريقة تعاملنا مع الآخرين، واحترامهم، والتصرف بشؤونهم.

الثبات في الأسلوب: ونعني به ما يظهر عليه أي عمل مقصود نقوم به، فالطريقة التي تتبع في الإمساك بالقلم حين الكتابة يمكن أن تكون مثالاً واضحاً لما هو مقصود هنا في الأسلوب.

الثبات في البناء الداخلي: إن اقوى ما يظهر عليه الثبات هو الثبات الداخلي، ونعني به الأسس العميقة التي تقوم عليها الشخصية، ومن هنا نفهم تعريف باودن (Bowden) للشخصية حين يقول: إنها تلك الميول الثابتة عند الفرد التي تنظم عملية التكيف بينه وبين البيئة.

الثبات في الشعور الداخلي: وهذا النوع يظهر في شعور الفرد داخليا، وعبر حياته باستمرار وحدة شخصيته، وثباتها ضمن الظروف المتعددة التي تمر بها، كما يظهر بوضوح في وحدة الخبرة، التي يمر بها في الحاضر، واستمرار مع الخبرة الماضية التي كان يمر بها (السبعاوي، 2010).

إن ثبات الشخصية ليس في الواقع إلا ثباتاً نسبياً. وهو بهذا المعنى بعيد عن أن يكون سكوناً، أو استمراراً أبديا في وضع واحد، إن صفات الحركة، والنمو، والتغير، والانطلاق التي تعبر عن ديناميكية الشخصية صفات أساسية لها، فالشخص يمر خلال طفولته بأشكال مختلفة من النمو في نواح متعددة من بنائه، وهو يتغير ويتطور خلال هذا النمو، إنه ينمو من حيث معارفه، ومن حيث قدراته، ونوعيتها ومستواها، وينمو في أشكال خبراته، ومواقفه من المؤثرات التي تحيط به، إنه يتفاعل بشكل مستمر مع ما يحيط به، ويترك هذا التفاعل آثاره في مكونات شخصيته، إن صفة التغير أساسية عنده. وحين يصل إلى مرحلة الرشد التي نستطيع أن نقول عنها إن مظهر الثبات قد أصبح الغالب فيها، فإن التطور في الشخص يبقى مع ذلك مستمراً، وإلا لما أمكن فهم ما يصيب الفرد والمجتمع من تطور وتقدم. وبناء على ذلك فإن التغير في الشخصية ملاصق لثباتها النسبي، وغير متعارض معه (رياض، 2005).

تعريف السمات:

السمة في اللغة: هي السكينة، والوقار، والهيبة (مجمع اللغة العربية، 1406هـ). والمقصود بلفظ السمة: أي خاصية يختلف فيها الناس، أو تتباين من فرد لآخر؛ مثال لذلك نقول: إن فلاناً مسيطر، وأخر مستكين، وقد تكون السمة استعداداً فطرياً، كالسمات المزاجية مثل شدة الانفعال، أو ضعفه، وقد تكون السمة مكتسبة كالسمات الاجتماعية مثل الأمانة، والخداع، فالسمة إذن هي صفة فطرية، أو مكتسبة يمكن أن تفرق على أساسها بين فرد وآخر (مأمون، 2008). والسمات الشخصية لدى الفرد ثابتة رغم أنها تتباين من فرد لآخر، ولكن هذه الفروق توجد في مستويات مختلفة، ويمثل الطرفين أو القطبين المتطرفين لها ما يلي:

أولا: المظاهر الموضوعية للسلوك: فهناك الخصائص الجسمية مثل سمات الطول والوزن.

ثانيا: أحداث سيكولوجية ذاتية: وهي أحداث داخلية لا تلاحظ مباشرة من خارج الفرد، كالمشاعر والرغبات (المليجي، 2001).

في كل دراسة للشخصية يقوم بها علماء النفس نجد أن دراسة مفهوم السمة يكون في الصدارة، وذلك لأنها تعبر عن مظاهر السلوك الفردي الذي يبدو أكثر وضوحاً فيما يصدر عن الإنسان في مختلف مواقف حياته بما يشير إلى محددات الشخصية ونمطها (غنام، 2005).

قبل البدء بالتعريفات الواردة في السمة، هناك بعض الأسس الهامة التي يجب إدراكها حتى يتضح مفهوم السمة وهي:

1- أن كل سمة هي نزوع لدى الشخص للاستجابة بطريقة معينة نحو نوع معين من المؤثرات.

2- أن لدى كل شخص عددا من السمات، ومجموعها هو الذي يميز الشخصية.

3- كل سمة تنطوي على عدد العناصر، أو الصفات، وأن اجتماع صفات بينها ترابط عالٍ في أشكال وجودها هو الذي يؤكد وجود السمة (حامد، 2003).

أما تعريف السمة عند علماء النفس فقد تعددت كما تعددت تعاريفهم للشخصية:

فيعرفها كاتل (Cattel) بأنها: التكوينات أو البنية العقلية التي نستطيع أن نستدل على وجودها من ملاحظة سلوك الفرد، والتي تفسر استقرار سلوكه أو ثباته نسبيا. ويرى أيضا أنها: مجموعة من الخصائص النفسية التي لها صفة الثبات النسبي، تكون في مجملها تنظيما ديناميا متكاملا، ويمكن في ضوئها وصف الشخص والتنبؤ بسلوكه بدرجة كبيرة من الثبات. (كرميان، 2007).

ويعرفها ألبورت: هي البناءات الداخلية الموجهة لسوك الفرد نشأ من الثبات والخاصية، وهي وحدات مستقلة داخل الفرد، ولكنها متوافقة تتجمع لإحداث الآثار السلوكية، وعلى ذلك فالاستجابة لا يمكن إرجاعها الى سمة واحدة بل هي نتاج مجموعة من السمات المتوافقة، والفردية لدى ألبورت لا تأتي من خلال سمة فريدة فحسب، وإنما في تنظيم السمات في كل متكامل السمات هي البناءات الداخلية الموجهة لسلوك الفرد نشأ من الثبات، والخاصية، وهي وحدات مستقلة داخل الفرد، ولكنها متوافقة تتجمع لإحداث الآثار السلوكية، وعلى ذلك فالاستجابة لا يمكن إرجاعها إلى سمة واحدة بل هي نتاج مجموعة من السمات المتوافقة، والفردية لدى ألبورت لا تأتي من خلال سمة فريدة فحسب، وإنما في تنظيم السمات في كل متكامل (القحطاني، 2004).

ويعرفها جيلفورد (Guilford) بأنها أسلوب ثابت متميز يمكن أن يوضح ما بين الأفراد من فروق فردية (غنام، 2005).

ويعرفها سفيان (2004) بأنها الصفة الجسمية، أو العقلية، أو الانفعالية، أو الاجتماعية الفطرية، أو المكتسبة التي يتميز بها الشخص، وهي استعداد ثابت نسبيا لنوع معين من السلوك.

أما إيزنك فيعرف السمة بأنها: تجمع ملحوظ من النزعات الفردية، أو مجموعة من الأفعال السلوكية التي تتغير معا. وتعد السمات عنده مفاهيم نظرية أكثر منها وحدات حسية (عبدالخالق، 1992). ويعتبر إيزنك من أبرز من أسهموا في نظرية السمات، حيث قدم وصفاً منظماً للشخصية، فالعادات أساساً تقوم عليها سمات الشخصية، وهذه بدورها تتجمع في أبعاد قليلة بناء على تحليل عاملي أدى إلى التوصل إلى الأبعاد الآتية:

الانبساط (أي الاجتماعية والمرونة) عكسه الانطواء والعصابية (أي الاستعداد للمرض العصابي)، والذهانية (أي الاستعداد للمرض الذهاني)، ويضاف إلى ذلك أبعاد مثل: المحافظة، والتطرف، والبساطة والتعقيد، والصلابة والليونة، والديمقراطية والتسلية (غنام، 2005).

وقد قسم القذافي (1990) السمات إلى ثلاثة أقسام وهي:

السمات الفسيولوجية: ومن أشهرها السمات الكيميائية التي قادت إلى ربط الشخصية بإفرازات الغدد، وأقدم هذه النظريات هي التي وضعها أبيقراط (Hippocrates) فأشار فيها الى ارتباط الصفات المزاجية بسوائل الجسم.

السمات المورفولوجية: وهي السمات المتعلقة بالشكل العام الخارجي للجسم، وللسمات الجسمية تأثير على شخصية الفرد، ويمكن قياسها والتعامل معها بطرق متعددة.

السمات السلوكية: وهي الاستجابة للمثيرات بطريقة معينة في المواقف المتشابهة، أو ذات العلاقة ببعضها البعض (الشاذلي، 2001).

نظريات سمات الشخصية:

تعد نظرية السمات من بين النظريات التي لها تأثير ودور كبيران في تحليل الشخصية. وعلى وفق منظورها، تميز خواص الشخصية وتحدد سلوك الفرد طبقا لقياس الصفات الشخصية لديه. تفترض هذه النظرية بأن الاستجابات المختلفة للفرد في المواقف الخاصة تستند إلى الاستعدادات المحددة المتوفرة لديه. وتطلق على هذه الاستعدادات الصفات الفردية. أي بعبارة أخرى، أنه بالإمكان وصف الأفراد والتعرّف عليهم تبعا للسلوك الخاص بهم (كرميان، 2007).

ومن أشهر نظريات السمات:

1- نظرية السمات الإنسانية جوردن ألبورت (Gordon Allport):

2-نظرية العوامل الستة عشر (Raymond Cattell):

3- نظرية العوامل الخمسة (Costa & McCrae,1992):

أولا: نظرية جوردن ألبورت:

يعد ألبورت مؤسس سيكولوجية سمات الشخصية، فقد نظر إلى السمات باعتبارها الوحدة المناسبة لوصف الشخصية، والسمة لديه ليست صفة مميزة لسلوك الفرد فقط، بل إنها أكثر من ذلك فهي استعداد أو قوة، أو دافع داخل الفرد يدفع سلوكه، ويوجهه بطريقة معينة. فالشخص الذي يتصف بالكرم مثلا يكون لديه الاستعداد دائما بأن يمارس الكرم في جميع الظروف والمواقف، ويبحث دائما عن المواقف التي يتصرف فيها بكرم (العجمي، 2005).

ويرى ألبورت بأن السمة ميل محدد، أو استعداد مسبق للاستجابة، وهي نظام نفسي عصبي يتميز بالتعميم والتمركز، ولديه القدرة على نقل العديد من المنبهات المتعادلة وظيفيا (شيبي، 2009). وعموما فإن هذه النظرية تعد من الإسهامات الهامة في مجال علم النفس، إلا أنها فشلت في إيجاد العلاقة التبادلية بين السلوك والموقف البيئي، إضافة إلى ذلك فان ألبورت وجَّه اهتماما بالغا إلى ما يحدث داخل الفرد، ولكنه لم يوجِّه اهتماما كافيا لتأثير القوى الخارجية (الشهري، 2009).

وقسم ألبورت السمات إلى عامة وخاصة، العامة التي تنشأ عند الجميع، بحيث يكونون مشتركين فيها. أما السمات الخاصة الفردية والتي أعتبرها منظومات نفسية وعصبية، تعمل على تحريك السلوك وتوجيهه في اتجاه ما (بيت دشيشة، 2011).

السمات العامة أو المشتركة هي: التي يشترك فيها كثير من الناس بدرجات متفاوتة، ويمكن على أساسها المقارنة بين معظم الأفراد الذين يعيشون في ثقافة معينة، والسمة عادة سمة متصلة، وتتوزع بين الناس توزعا معتدلا (الجودي، 2000).

السمات الفردية: وهي التي لا توجد لدى الجميع بل خاصة بفرد معين، وهي التي يجب أخذها في الاعتبار في حالة وصف شخصية الفرد وصفا دقيقا (العجمي، 2005).

كما صنف البورت السمات الفردية أو الخاصة الى صنفين:

سمات رئيسية: وهي التي لها تأثيرات مباشرة على أنماط السلوك الإنساني.

سمات ثانوية: وهي الأقل وضوحا من السمات الرئيسية (أبو حويج، 2002).

ثانيا: نظرية ريموند كاتل:

يعد مفهوم السمات محور نظرية كاتل، وتعد السمة بالنسبة له بنيانا عقليا، أو استنتاجا تقوم به من السلوك الملاحظ لتفسير النظام، أو اتساق السلوك (أحمد، 2003). ونظرية كاتل تعكس التركيز الراهن على الطرق الكمية، والتي لم يعطها حقها وأهميتها إلا عدد قليل من أصحاب النظريات، لذلك تعد نظرية كاتل نموذجا جديرا بالتقدير في مجال البحث، وأسلوب علمي كفء لدراسة الشخصية (الشهري، 2009).

ويتفق كاتل مع ألبورت حول وجود سمات مشتركة لدى الناس. واعتبر السمة أساس بناء الشخصية، واعتمدها كمفهوم رئيسي في نظريته وقسم كاتل السمات إلى قسمين: سمات مصدرية أو أساسية وهي تلك السمات التي تعتبر ذات أهمية كبيرة، ولها ثبات ودوام ومن أمثلتها متحفظ، متفتح، متهيج، منفر.... الخ. وسمات سطحية: وهي تمثل خصائص الشخصية وتعتبر غير ثابتة نسبيا (Ryckman, 1993).

ثالثا: نظرية العوامل الخمسة كوستا وماكرى:

وجد علماء النفس والباحثون في مجال الشخصية الحاجة الماسة إلى نموذج وصفي، أو تصنيف يشكِّل الأبعاد الأساسية للشخصية الإنسانية عن طريق تجميع الصفات المرتبطة معا، وتصنيفها تحت نمط أو بُعد أو عامل مستقل يمكن تعميمه عبر الأفراد ومختلف الثقافات (الأنصاري، 1997).

تركز اهتمام كوستا وماكري حول موضوع الصدق التلازمي، والصدق التمييزي للعوامل الخمسة الكبرى عبر مختلف الأدوات القياسية للمحكمين، حيث افترضا أنه اذا كانت العوامل الخمسة الكبرى تمثل الشخصية الإنسانية، فلابد أن تستخرج وتشتق من خلال اختبارات الشخصية، وقوائم الصفات، وعن طريق التقديرات الذاتية وتقدير الملاحظين، ولقد قاما بسلسة من الدراسات الأمبيريقية للتحقق من وجود العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وبدا اهتمامهما ببعدي إيزنك:

الانبساط والعصابية، ومن ثم قاما بتحليل اختبار كاتل لعوامل الشخصية الستة عشر، حيث استخرجا ثلاثة عوامل كبرى: الانبساط، والعصابية، والانفتاح مقابل الانغلاق للخبرة (الكلبانية، 2006). ثم قاما ببناء مقياس جديد في عام 1985 للعوامل الخمسة الكبرى وهي العصابية، والانبساط، والانفتاحية، والطيبة، ويقظة الضمير، وأطلقا عليه استخبار الشخصية المنفتح للعصابية والانبساطية والطيبة أو المقبولية، ويتكون من 181 بندا تم الحصول عليها عن طريق التحليل العاملي لوعاء بنود مشتق من العديد من استخبارات الشخصية (Costa & McCrae, 1992).

وفي محاولة لإعادة صياغة مفهوم العوامل الخمسة الكبرى في اطار جديد، قام جون (John) بإجراء دراسة حديثة بهذا الخصوص، وبرهنت على استخراج خمسة عوامل كبرى للشخصية تطابق العوامل الخمسة الكبرى التي توصل لها كوستا وماكرى، ويرى جون أن تصنيف العوامل الخمسة الكبرى يؤدي وظيفة تكاملية، لأنها يمكن أن تمثل الأنظمة المختلفة والمتنوعة لوصف الشخصية في إطار عمومي (Mcadams, 1990).

لهذا تعد قائمة كوستا وماكرى للعوامل الخمسة الكبرى، أول أداة موضوعية تهدف إلى قياس العوامل الأساسية الكبرى للشخصية بواسطة مجموعة من البنود وصلت الى (60) بندا. وتختلف هذه القائمة عن القوائم الأخرى لأنها اعتمدت على منهج الاستخبارات التي تعتمد على عبارات في قياسها للشخصية (الأنصاري، 2000). ويهدف نموذج العوامل الخمسة الكبرى إلى تجميع أشتات السمات المتناثرة في فئات أساسية، وهذه الفئات مهما أُضيف اليها أو حُذف منها تبقى محافظة على وجودها، كفئات لا يمكن الاستغناء عنها بأي حال في وصف الشخصية الإنسانية (Goldberg, 1993).

ويعرف نموذج العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية من خلال خمسة مجالات وهي: العصابية، والانبساطية، والانفتاحية، والمقبولية، ويقظة الضمير. فقائمة العوامل الخمسة توضح بشكل كبير وجيد أسباب اختلاف الافراد فيما بينهم، فهي تتضمن عددا كبيرا من السمات، حيث تندرج تحت العصابية: عدم التكيف، والذهانية، والكرب، والسمات الانفعالية والسلوكية السلبية مثل القلق والغضب والعدائية والاكتئاب (Piedmont & Chae, 1997). أما الانبساطية فالسمات التي تمثلها: الدفء والاجتماعية وتوكيد الذات والنشاط والبحث عن الإثارة والانفعالات الإيجابية. أما الانفتاحية فتمثل: الخيال، والجمال والمشاعر والأفعال والأفكار والقيم. أما الطيبة فتمثلها السمات: الثقة والاستقامة والإيثار والإذعان والتواضع والاعتدال في الرأي. أما يقظة الضمير فتمثل السلوك الموجه نحو الهدف، ومراعاة القانون وسمات الضبط والاندفاعية (بيت دشيشة، 2011).

ثانيا: الرهاب الاجتماعي.

الرهاب الاجتماعي:

يعد القلق أحد الانفعالات التي يشعر بها كل إنسان في ظرف من الظروف، وهو إحساس داخلي ذاتي يتسم في كثير من مظاهره بالغموض، ويظل في نطاق العواطف والانفعالات الطبيعية طالما

كان استجابة مناسبة لموقف محدد، فهو بذلك لا يختلف عن غيره من المشاعر الإيجابية والسلبية المعتادة (الشربيني، 2004). ويواجه كل فرد منا غالبا القلق في حياته اليومية، وهذا القلق تكمن وراءه أسباب عديدة، منها الأحداث الضاغطة، والمواقف الاجتماعية المخيفة، وعبء العمل، والإحباطات من الأصدقاء والأسرة، والوقوع فريسة للأفكار والاعتقادات السلبية والخاطئة (حسين، 2009). ويعد القلق مساعداً على بقاء الإنسان، وشاحناً لهممه في المواقف الصعبة، ودافعا هاماً كي يحسن من مظهره، وسلوكه، وتصرفاته (سرحان والتكريتي وحباشنة، 2004).

ويعد القلق المرضي من أكثر الأمراض شيوعا لدى البشر خاصة في عصرنا الحاضر، الذي يطلق عليه البعض عصر التوترات والقلق، وذلك أن القلق إضافة إلى انتشاره بين الناس كمرض مستقل بذاته، إلا أنه يشترك مع العديد من أبسط أنواع الأمراض العضوية والجسدية (النفيسة، 2010).

وقبل الحديث عن الرهاب الاجتماعي، نحتاج إلى ذكر نبذة مختصرة عن المخاوف المرضية التي تندرج تحت اضطرابات القلق وفقا للدليل التشخيصي والإحصائي الرابع المعدل (TR-DSM-IV) الصادر عن رابطة الطب النفسي الأمريكي (American Psychiatric Association, 2004).

ويرى ناردون (Nardone, 1996) أن المخاوف المرضية تكون من أشياء، أو موضوعات لا تثير الخوف بطبيعتها عند عامة الناس، أو لا تثيره بالدرجة نفسها من الشدة، حيث لا تتناسب شدة الخوف مع حجم المؤثر والموقف. بمعنى أن الخوف المرضي، هو خوف غير منطقي، ولا عقلاني من موقف أو شيء ما، بحيث يستدعي هذه الدرجة من الخوف، مع محاولة الفرد تجنب هذه المواقف بسرعة (السفاسفة، 2003). ويختلف الناس باختلاف مصدر المخاوف فهناك الخوف من الأماكن المتسعة، وهناك الخوف من الأماكن المغلقة، وهناك الرهاب الاجتماعي (الحراصي، 2010). وهذا الأخير هو محور الدارسة الحالية.

مفهوم الرهاب الاجتماعي:

إن مصطلح الرهاب الاجتماعي **(**Social Phobia**)** هو تعبير علمي، ومصطلح في الطب النفسي، ويقابله عدد من التعبيرات المشابهة مثل الخوف الاجتماعي، والمخاوف الاجتماعية، وأيضا القلق الاجتماعي (Social anxiety). واللغة الدارجة تستعمل مصطلح الخجل، أو الحياء، وأحيانا الارتباك في المواقف الاجتماعية (المالح، 1993؛ حسين، 2009؛ السبعاوي، 2010؛ النفيسة، 2010). تداخلت مصطلحات القلق الاجتماعي والقلق العام، والرهاب الاجتماعي على مستوى التنظير وعلى مستوى القياس، وقل أن نجد تحديدا لهذه المفاهيم، بل ساوى بعض الباحثين بين القلق الاجتماعي، والرهاب الاجتماعي، والخجل الاجتماعي.

التعاريف الواردة في الرهاب الاجتماعي:

يعرفه باترسون بأنه: عبارة عن خوف في موقف يعتبر من وجهة النظر الاجتماعية، ومن وجهة نظر الخائف نفسه غير مخيف إطلاقا، وليس بالدرجة التي يستأهل منه هذا الحجم الكبير من الخوف، ويكتشف هذه الحقيقة لما يكون بعيدا عن الموقف الذي يسبب له الخوف (باترسون، 1992: ص200).

وعرفه متولي بأنه: حالة من القلق الاجتماعي التي تظهر في مواقف التفاعلات بين الأشخاص، ويتصف فيها الفرد بالخجل الشديد خوفا من أن يكون ملاحظا من الآخرين (متولي، 1993: ص67).

ووضح المالح ما يعنيه الخوف الاجتماعي بشكل مبسط حيث قال: "هو ظهور أعراض القلق المتعدد في المواقف الاجتماعية، ويرافق تجنبا، أو هروبا من هذه المواقف بسبب الألم النفسي، والتوتر الشديد الذي يتولد في داخل الإنسان، عند تعرضه لهذه المواقف الاجتماعية" (المالح، 1993: ص7).

وعَّرف كل من ماركراف و رادلوف (Margraf & Rudolf, 1999) الرهاب الاجتماعي: بأنه الخوف غير المقبول، وتجنب المواقف التي يفترض فيها الفرد أن يتفاعل مع الآخرين، أو قد يكون معرّضا إلى نوع من التقييم.

ويعرف الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع المُعدّل الرهاب الاجتماعي بأنه: خوف ملحوظ ومستمر يظهره الفرد في موقف واحد، أو أكثر من المواقف الاجتماعية، أو مواقف الأداء، والتي من خلالها يتعرض الفرد لأشخاص غير مألوفين لديه، ولإمعان النظر والتدقيق فيه من الآخرين (A.P.A, 2004: ص 53).

ويعرفه أتماكا (Atmaca) بأنه: اضطراب من اضطرابات القلق، التي تتميز بالخوف من المواقف الاجتماعية، التي يكون فيها الفرد موضع تقييم (دبابش، 2011: ص12).

وهو خوف مرضي دائم من وضع، أو موضوع غير مخيف بطبيعته، ولا يستند إلى أساس واقعي، ولا يمكن ضبطه، أو التخلص منه، أو السيطرة عليه. ويعرف المريض أنه غير منطقي، ورغم هذا فإن هذا الخوف يتملكه ويحكم سلوكه (زهران، 2005: ص153).

وهو جملة من مخاوف غير عقلانية، مرتبطة بمواقف اجتماعية تتطلب تفاعلا، ومواجهة مع الاخرين، ويدرك الشخص عدم عقلانيتها، ويتضمن ثلاثة أبعاد اساسية هي: الخوف من التقويم السلبي من الاخرين، واضطرابات التجنب أو تحاشي المواقف الاجتماعية، وتوقع الأداء السيئ من الشخص في المواقف الاجتماعية (ابراهيم و القرني، 2010: ص98).

وهو خوف مرضي مبالغ فيه وغير معقول، يوصف بأنه مباغت، هائم، طليق، يصاحبه تغيرات فسيولوجية تشير إلى النشاط الزائد للجهاز العصبي الإرادي (دبابش، 2011: ص14).

ويعرف الباحث الرهاب الاجتماعي: بأنه خوف وإرتباك وقلق يداهم الشخص عند قيامه بأداء عمل ما أمام أعين الآخرين أو مسامعهم، وبتكرار مثل هذه المواقف يشعر الفرد بالرغبة في تفادي المواقف والمناسبات الاجتماعية.

معدل انتشار الرهاب الاجتماعي:

يعد الرهاب الاجتماعي أحد أكثر الأمراض النفسية شيوعا، وتكمن خطورته في أمرين: أولهما شلل وتعطيل الكثير من نشاطات الحياة للفرد نتيجة القلق الدائم الذي يشعر به خوفا من تعرضه لموقف اجتماعي معين لا يستطيع مواجهته بشكل جيد مما يثير سخرية الآخرين وانتقادهم له، والأمر الآخر هو الأمراض النفسية التي تنشأ عنه، كالاكتئاب، والانسحاب، والعزلة، والوساوس القهرية، الأمر الذي يؤدي الى تدمير حياة الفرد المصاب بهذا الاضطراب ما لم تتداركه عناية طبية. حيث يقع في المرتبة الثالثة من حيث نسبة انتشاره بين الاضطرابات النفسية (Murray, et al., 1999) وفي المرتبة الأولى في قائمة اضطرابات القلق الأكثر شيوعا (المعمري، 2010). وتختلف تقديرات نسبة انتشار الرهاب الاجتماعي، ولا يوجد اتفاق بين المعنيين به حول هذه النسبة، وبالرغم من أن معدلات الانتشار التي توصلت إليها بعض الدراسات تراوحت بين (3-6%) (المطيري، 2000). إلا أن الدراسات الوبائية المسحية مثل دراسة ابي (Abby) تشير أن نسبة انتشار الرهاب الاجتماعي تتراوح بين (8-7%) من مجموع السكان البالغين، وهو معدل يفوق بكثير المعدل الذي تشير اليه الممارسات الإكلينيكية من قبل الممارسين العموم في مجال الطب العام (ابراهيم والقرني، 2010).

وقد ذكر عبد الرحمن (2000) عدة إحصاءات ذكر فيها أن دراسة أجريت بأمريكا توصلت أن حوالي (2.4) مليون أمريكي راشد يعانون من الرهاب الاجتماعي، وأن (5) مليون أمريكي قد خبروا في يوم ما شعوراً بالفوبيا الاجتماعية، وذكر أيضا بأنَّ دراسة أخرى أجريت في بريطانيا وأظهرت أن (8%) من المجتمع البريطاني يعانون الخواف الاجتماعي.

كما أظهرت الدراسات اختلاف انتشار الرهاب الاجتماعي من دراسة لأخرى، ومن دولة لأخرى، ولعل السبب الذي يكمن وراء هذا التباين الكبير في معدلات انتشار الرهاب الاجتماعي يرجع إلى وجود فروق في طرق القياس، وإلى الفروق عبر الثقافة، فقد انتهى زيمباردو (Zimbardo,) من دراسته على عينات من الطلاب في المرحلة العمرية من (18-21) في ثماني ثقافات مختلفة إلى وجود تفاوت في انتشار نسبة الرهاب الاجتماعي، وذلك بالترتيب التالي (57%) من اليابانيين، (55%) من التيوانيين، (47%) من الهنود، (44%) من الامريكيين، (44%) من الفنلنديين، (43%) من الالمان، (39%) ، من المكسيكيين، (31%) من الإسرائيليين (يوسف وخليفة، 2000).

وأظهرت مجموعة من الدراسات مدى انتشاره بنسبة تتراوح بين (4.2-9.1%) معتمدة على مستوى الضيق النفسي الذي استخدم كمعيار في تحديد مثل هذه الحالات (Leary & Meadows, 1991).

من الدراسات الحديثة تلك التي قام بها الأنصاري و أجراها على عينة من الطلاب الجامعيين ذكوراً وإناثاً تتراوح أعمارهم بين (31-18) سنة من ثلاث ثقافات مختلفة، وانتهى إلى أنَّ هناك فروقا ثقافية ذات دلالة إحصائية في الخجل، حيث كان الكويتيون أكثر خجلا من البريطانيين والأمريكيين، وكان البريطانيون أكثر خجلا بشكل جوهري من الأمريكيين (الأنصاري، 1996).

وأيضا من الدراسات الحديثة التي قام بها كزلر (Kessler) في أمريكا عام 1994 والمبنية على المعايير التشخيصية المتناغمة مع الدليل التشخيصي والإحصائي، والمبنية على استخدام مدى واسع من المواقف الاجتماعية، فقد أظهرت أن معدل انتشار القلق الاجتماعي يبلغ حوالي (13.3%) (حسين،2009). ويؤيد هذه النسبة دراسة رابي (Rapee 1997).

ويحدث الرهاب الاجتماعي بشكل أكبر لدى الإناث عن الرجال، وأن معدل انتشاره بين النساء يبلغ حوالي (9.5%) ، وبين الرجال حوالي (4.9%) (الريامي، 2010). في حين يرى أيزال ماركس (المشار إليه في دبابش، 2011: ص23) أن نسبته تتساوى بين الرجال والنساء.

وعلى الرغم من هذه الطفرة الكبيرة التي شهدتها دراسات الرهاب الاجتماعي، إلا أنها كما يبدو مقتصرة على الدراسات الأجنبية، ولم يمتد أثرها كثيرا إلى الساحة العربية، يظهر ذلك من خلال الندرة النسبية للدراسات العربية التي أجريت حول الرهاب الاجتماعي (رضوان،2001) فهناك دراسات متفرقة تم تطبيقها في المستشفيات وليس في المجتمع، ولكن اعتماداً على خبرة الأطباء فإن هذا المرض يبدو أكثر انتشارا في مجتمعاتنا العربية، فقد ذكر الرشيدي (المشار إليه في العتيبي، 2005:ص30) إلى أن معدلات الرهاب الاجتماعي في المجتمع العربي تتراوح بين (3 -13%).

تأثيرات الرهاب الاجتماعي:

ويعد الرهاب الاجتماعي أحد الأسباب التي تعوق الفرد عن إشباع حاجاته، وعن تحقيق التوافق الناجح المنشود، لأنه يحول دون تحقيق التفاعل الاجتماعي الناجح للفرد (الأنصاري، 1996). وفي أحيان كثيرة قد يتلف فاعلية السلوك الذي سبق تعلمه، كما أنه يعمل على تنمية شعور توقع الأسوأ، فضلا عن الحساسية المفرطة من الأحكام والتقويم السلبي الذي قد يصدره الآخرون عليه، هذا إلى جانب الميل إلى تقويم الذات سلبيا (النيال وأبو زيد، 1999). وبالتالي فإن الرهاب الاجتماعي ينشأ عن الصراع بين دافع الاقتراب من الآخرين، والخوف من القيام بذلك (Duggan & Brennan, 1994).

إن أهم ما يميز الرهاب الاجتماعي، تضمنه بعدين أساسيين هما: الخوف من التقييم السلبي من قبل الآخرين، وسلوكيات تجنب أو تحاشي المواجهة مع الآخرين، وقد أظهرت دراسة ريس وزملائه (Ries et al., 1998) ودراسة سميث وتليش (Smith & Telch, 2004) بعداً ثالثاً وهو: توقع الأداء السيئ من قبل الشخص نفسه في المواقف الاجتماعية. ويقصد بالمواقف الاجتماعية التي تتضمن الخوف المزمن وهي سمة أساسية في الرهاب الاجتماعي يشعر فيها الشخص بأنه محط الأنظار والخوف من القيام بشيء ما، وهذه المواقف على سبيل المثال، موقف الخطابة الجماهيرية، أو التحدث أمام الآخرين، الخوف من الأكل أمام الناس، أو الأداء الكتابي، أو التوقيع على الوثائق في حضور أو أمام الآخرين (البنا، 2002).

أعراض الرهاب الاجتماعي:

إن المصاب بالرهاب الاجتماعي عادة، عندما يقوم بأداء بعض الأنشطة في العلن كالكلام أمام الآخرين، فإن هذا الموقف الاجتماعي يعد موقفا ضاغطا، حيث يشتد القلق لديه، وغالبا ما يصحب هذا الموقف أعراض فسيولوجية داخلية: كزيادة معدل ضربات القلب، والإحساس بالإعياء والغثيان، وجفاف الحلق، وخارجية: كاحمرار الوجه وتعرق وارتعاش اليدين وصعوبة التنفس وغيرها، وتعمل هذه الأعراض الداخلية والخارجية على مضاعفة الشعور بالقلق، حيث لا يكون هذا القلق بسبب الموقف الضاغط فحسب، وإنما بسبب الخوف من وضوح هذه الأعراض (Menninger, 1995).

إن الرهاب الاجتماعي يؤثر على سلوك الفرد، ويظهر بسببه اضطراب في الشخصية، فيعيش الفرد غير متكيف مع محيطه الاجتماعي والبيئي مثل بقية الأسوياء، ولا يستطيع أيضا مواجهة توترات الحياة، ولا مواجهة أي نشاط آخر بسبب ذلك الخوف المسيطر عليه (الأحمدي، 2000).

ويصاحب الرهاب الاجتماعي ثلاثة أعراض بارزة هي:

1- أعراض جسدية وتشمل: الدوخة والشعور بالوهن، والغثيان، وفقدان الذاكرة المؤقت، والعرق الغزير واحمرار الوجه، وتشنج عضلات الوجه، وارتجاف اليدين أو القدمين، وشعور بضيق في التنفس، وتسارع لضربات القلب (Clark, Mcmanus, Hackman, Fennele, & Campbell, 2003).

2- أعراض سلوكية: ويقصد بها تلك السلوكيات اللفظية، أو غير اللفظية التي تظهر في المواقف الاجتماعية، كالنظر دائما لأي شيء عدا من يتحدث معه، وتجنب لقاء الغرباء، أو الأفراد غير المعروفين له، ومشاعر ضيق عند الاضطرار للبدء بالحديث أو لا، وعدم القدرة على الحديث والتكلم في المناسبات الاجتماعية، والشعور بالإحراج الشديد إذا تم تكليفه بذلك، والتردد في التطوع لأداء مهام فردية أو مع الآخرين، وقلة التحدث والكلام بحضور الغرباء (Francis & Radka, 1995). حيث تبين أن الرهاب الاجتماعي المرتفع يرتبط بقلة الحديث، وأن كثرة استخدام تعابير الشكر والتقدير والثناء، وحسن إعطاء المديح، وطرح الأسئلة التي تعبر عن اهتمام الفرد بما يقوله في الموقف الاجتماعي وتفاعله معه، والتي تساهم في استمرارية المحادثة من شأنها أن تشعر الفرد بنقص الأخطار الاجتماعية التي قد كان يتوقعها أو يتخيلها وبالتالي نقص الرهاب الاجتماعي لديه (أبو جدي، 2004).

3- أعراض انفعالية داخلية: ويقصد بها المعلومات الاجتماعية التي يدركها الفرد عن ذاته، وعن الآخرين في المواقف التي أثارت رهابه وخوفه الاجتماعي. وتشمل الميل بعيدا عن الناس، وعدم الشعور بالأمن النفسي، والشعور بالوحدة النفسية، والشعور بالإحراج، والشعور بالدونية (السبعاوي، 2010؛ البنا، 2002).

الأسباب الباعثة للرهاب الاجتماعي:

تعددت الآراء عن الأسباب الباعثة للرهاب الاجتماعي، فهناك من يرى أن الشعور بعدم الثقة، من أهم الأسباب التي تؤدي إلى الرهاب الاجتماعي، كما يمكن أن يُكتسب الرهاب الاجتماعي عن طريق التعلم المباشر، وذلك بطريقة تقليد النموذج، فمثلا إذا تكرر ظهور استجابات الخوف المرضي في المواقف الاجتماعية لدى الأم، مثل الخوف من مواجهة الناس، أو الحضور مناسبات أو حفلات، فهذا يتيح للطفل نموذجا يقلده (Fadem & Simring, 1997). ويرى صادق (المشار إليه في الأشقر، 2004:ص40) إلى أن الأحداث والخبرات النفسية التي يمر بها الفرد، تؤثر عليه في مستقبل حياته، فمخاوف الطفولة تتجدد في الكبر إذا مر بها الفرد من جديد تحت الظروف نفسها. كما إن أهمية دور التعلم من الممارسات السلبية، كعامل باعث ومساعد على استمرارية الرهاب الاجتماعي، في المواقف الاجتماعية المختلفة؛ بمعنى أن الفرد لو وضع في موقف قام فيه بأداء ضعيف، فإنه يشعر بالأسى والخوف لو وضع في ظروف مماثلة مرة أخرى (تعميم الاستجابة) خوفا من تكرار الخبرة السابقة من خلال القياس بالأداء الضعيف نفسه وغير المرضِي، وبالتالي يسعى مستقبلا إلى تفادي المواقف الاجتماعية (الريامي، 2010). وفي الحقيقة توجد عدة عوامل تفسر أسباب الرهاب الاجتماعي، ولكنها مهما تعددت فهي تجسد النظريات المفسرة له، وهي تتضمن كلاً من العوامل الوراثية البيولوجية، والعوامل المعرفية، والعوامل الأسرية، والعوامل البيئية، وتسهم جميعها في ظهور واستمرار الرهاب الاجتماعي (حسين، 2009). ولكن في المقابل ركزت الدراسات النفسية على محوريين أساسيين في نشأة الرهاب الاجتماعي هما: دور التنشئة الاجتماعية، ودور الوراثة (الشبانات، 1996). وهذان المحوران اللذان سيركز عليهما الباحث.

أثر الوراثة في نشأة الرهاب الاجتماعي:

تلعب الوراثة دورا كبيرا في شدة الرهاب أو الخجل، فالجينات الوراثية لها تأثير كبير على خجل أو رهاب الطفل من عدمه، فالخجل يولد مع الطفل منذ ولادته وهذا ما أكدته التجارب، ولأن الجينات تنقل الصفات الوراثية من الوالدين إلى الجنين والطفل الخجول غالبا ما يكون له أب يتمتع بصفة الخجل، وإن لم يكن الأب كذلك فقد يكون أحد أقارب الأب كالجد والعم، فالطفل يرث صفات والديه (السبعاوي، 2010). فإذا ما نظرنا إلى توأمين متماثلين، تتشابه الجينات لديهما بنسبة (100%) ، نجد أن مستويات الرهاب الاجتماعي والخجل متقاربة إلى حد ما، وبدرجة أكبر من تقاربها لدى التوائم غير المتشابهة (بي شتاين و آرووكر، 2002). فقد دلت الكثير من الدراسات عن انتقال الجانب الوراثي في الرهاب الاجتماعي، وكذلك الممارسات العلاجية المستمرة في العيادات النفسية، حيث أفاد الكثير من مراجعي هذه العيادات أن في أسرهم أشخاصاً يعانون من الرهاب الاجتماعي، كما أوضحت بعض الدراسات أن آباء الأطفال ذوي الرهاب الاجتماعي يميلون الى أن يكونوا هم انفسهم قلقين اجتماعيا، فقد أشارت نتائج دراسة كوبر Cooper (المشار إليه في حسين، 2009:ص32) الى تزايد معدلات انتشار الرهاب الاجتماعي بين أطفال الأمهات الخجولات.

أثر البيئة (التنشئة الأسرية والاجتماعية) في تعزيز الرهاب الاجتماعي:

تلعب العوامل الأسرية دوراً هاماً في نشوء حالات الرهاب الاجتماعي، وقد بينت بعض الدراسات أن المرضى المصابين بالرهاب الاجتماعي يذكرون في تاريخ شخصيتهم أن طفولتهم كانت غير سعيدة، وأنهم عانوا من الحرمان النفسي والمادي، وأن علاقتهم بوالديهم كان يسودها البعد العاطفي والبرود، إضافة إلى عدم التقبل والرفض من الأهل، ومن هذه الدراسات الدراسة التي قام بها شلبي ورسلان (Chaleby & Raslan, 1999) حيث وصف المرضى آباءهم بالقسوة، والميل إلى عقابهم جسديا، مع التأكيد على إذلالهم. وقد أكدت هذه الدراسة على أن فرض الآباء سيطرتهم على الأبناء وأسلوبهم القاسي في المعاملة، ولد الشعور بالرهاب الاجتماعي لدى هؤلاء الأبناء، وأن نسبة (90%) منهم عانوا من اعتداء عليهم في الطفولة. ومن الدراسات أيضا التي قام بها القرني (1994) فقد أشارت إلى أن سوء معاملة المربين من الآباء والأمهات، واستخدامهم للعقاب الجسدي القاسي، والصرامة في المعاملة، والحماية الزائدة ساهمت بشكل كبير في ظهور الرهاب الاجتماعي لدى هؤلاء الأفراد، كما أن استخدام القسوة والشدة والعقاب البدني في وجود الآخرين، يشعر الأفراد المعرضين لذلك بالإهانة والذل مما يؤثر في شخصياتهم، وعلى نموهم الفكري والاجتماعي في مختلف المراحل، إذ يصبح الخوف من العقاب هو الدافع وراء كل سلوك يقوم به هذا الفرد، كما يترتب على ذلك الإحساس بالعدوانية والرفض والنبذ والتردد. وفي المقابل أن الحماية الزائدة تؤدي إلى ظهور الرهاب الاجتماعي، فقد ذكر المالح (1993) بأن دراسات قيمت مرضى الرهاب الاجتماعي لعلاقتهم مع أهلهم في المراحل المبكرة في حياتهم بأنها تتصف بالحماية الزائدة بشكل عام، ومن أية احتمال للخطر.

ويرى الباحث أن من أسباب الرهاب الاجتماعي، منع الاطفال من مجالسة ومشاركة أكابر القوم، وكبار السن، وذلك لخوف الآباء من إساءة الأدب من جانب الأطفال.

النظريات المفسرة للرهاب الاجتماعي:

أولاً: نظرية التحليل النفسي:

لعل أهم المدارس التي أولت عناية كبيرة في التصدي لتفسير اضطرابات القلق بشكل عام، والمخاوف المرضية التي يتفرع منها الرهاب الاجتماعي بشكل خاص، مدرسة التحليل النفسي. ويرى فرويد (Freud) بأن القلق هو جوهر الاضطرابات النفسية، وحجر الزاوية، والقاسم المشترك فيها، وإذا ما أردنا معالجة المريض، فلابد من معرفة السبب المباشر وهو القلق ومن ثَم علاجه (العتيبي، 2005).

فترى مدرسة التحليل النفسي أن المخاوف المرضية عملية تحويل القلق الداخلي المرتبط بنزعات أو رغبات مكبوتة إلى موضوع الخوف نفسه ثم الخوف منه (الغامدي، 2006). فالمخاوف تنتج إذن من القلق الناتج من الكبت أي أن كبت الدوافع يزيح القلق، أو ينقله من الدوافع التي يخافها الفرد إلى شيء أو موقف له صلة رمزية بهذا التهديد، وتصبح هذه الأشياء والمواقف موضوعا للمخاوف المرضية (الحراصي، 2011). ولو نظرنا إلى استجابة الخوف فإننا سنجدها عبارة عن حيل

دفاعية لا شعورية، يحاول المريض من خلالها عزل القلق الناشئ عن فكرة أو موضوع أو موقف معين في حياته اليومية، وتحويله الى فكرة أو موضوع أو موقف رمزي ليس له علاقة مباشرة بالسبب الأصلي (عكاشة، 1992).وتعد المخاوف المرضية بشكل مختصر من وجهة نظر فرويد ما هي إلا رغبة جنسية تحولت إلى قلق لأنها لم تشبع (مارية، 2000).

وأشار الرشيدي وأخرون (المشار إليه في العتيبي، 2005:ص77) إلى أن المحللين النفسيين بعد فرويد قدموا إسهامات كبيرة في فهم الأصول النفسية للخوف بعيدا عن الحوافز الجنسية، والصراع الأوديبي، حيث وجهوا الانتباه إلى الدور التي تقوم به الحوافز العدوانية.

ثانياً: النظرية السلوكية:

أهتمت المدرسة السلوكية في تفسير حالات الرهاب الاجتماعي، بدراسة التجارب المؤلمة، والصدمات التي يتعرض لها الشخص خلال تاريخ حياته. وقد استعملت مفاهيم بسيطة تعتمد على التعليم والتعلم الشرطي، والمكافآت، والنتائج المترتبة على سلوك معين (المالح، 1993). حيث يُرجع السلوكيون الخوف إلى التعلم الشرطي، فتنتقل استجابة الخوف من المثير الأصلي المسبب للخوف إلى مثير اقترن به شرطيا، واكتسب صفات المثير الأصلي (زهران، 2005).

ويمكن القول إن التفسيرات السلوكية لاضطرابات الرهاب الاجتماعي تستند إلى مبادئ التعلم الشرطي، وهذه المبادئ بدورها تستند إلى خلفية واسعة من نتائج البحوث المعملية التي ينظر إليها بثقة ومصداقية كبيرة. ومنها التجربة التي قام بها واطسون وراينر(Watson & Rayner) والتي أحدثت الخوف لدى الطفل البرت البالغ من العمر أحد عشر شهراً، بأن قاما بتقريب أرنب كان مألوفا للطفل، ثم ربطا ظهور الأرنب بإصدار صوت مزعج، مما ولّد الفزع لدى الطفل من ذلك الأرنب، ثم عمم الطفل خوفه على المثيرات الأخرى قريبة الشبه (الشناوي، 1996).

إذ إن المثير الشرطي بعد اقترانه عدة مرات بالمثير غير الشرطي يكتسب خاصية المثير الشرطي، ويصبح له نفس القدرة على إحداث الاستجابة الشرطية، والتي تقوى كلما وجدت دعماً من البيئة الخارجية (حسين، 2009).

ثالثاً : النظرية المعرفية:

تنطلق المدرسة المعرفية في تفسيرها للرهاب الاجتماعي من فرضية أساسية فحواها، أن الفرد يختزن أسبابا معرفية للخوف والقلق، فالطريقة التي يفكر بها في ذاته وبيئته، تحدد الاستجابات الانفعالية والسلوكية والتوافق النفسي والاجتماعي، والافكار وأحاديث الذات السلبية، والتحريفات المعرفية، والاعتقادات اللاعقلانية تلعب دورا هاما في إحداث الاضطرابات النفسية (العتيبي، 2005؛ حسين، 2009). فإذا أردنا تخليص الشخص المصاب بشكل عام، وجب علينا مساعدته في التخلص من البقع المظلمة، ومن الإدراك العشوائي، ومن خداع الذات، ومن الأحكام غير

الصحيحة. ولما كانت ردود الافعال الانفعالية التي تؤدي بالمريض إلى طلب العلاج نتيجة التفكير الخاطئ، فإنه يمكن تهدئتها بتصحيح التفكير (باترسون، 1992).

ثالثا: الدراسات السابقة:

يتناول هذا الجزء من الفصل الثاني عرضا للدراسات السابقة والتي سيتم تناولها من خلال ثلاثة محاور هي:

المحور الأول: دراسات تناولت سمات الشخصية.

المحور الثاني: دراسات تناولت الرهاب الاجتماعي.

المحور الثالث: دراسات تناولت سمات الشخصية وعلاقتها بالرهاب الاجتماعي.

المحور الأول: دراسات تناولت سمات الشخصية:

أجرى العنزي (2004) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين العدوانية وبعض سمات الشخصية، وذلك على عينة قوامها (303) من طلبة وطالبات المرحلة الثانوية بدولة الكويت، واستخدم العنزي عددا من المقاييس (العدوان- تقدير الذات- الانبساط- القلق)، وانتهت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الانطوائية/ الانبساطية وتقدير الذات لدى العينة الكلية، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المرتفعين والمنخفضين في العدوانية على متغير القلق العام لصالح مرتفعي العدوانية، وعدم وجود فروق دالة إحصائيا بين المرتفعين والمنخفضين في العدوانية على متغير الانطواء / الانبساط. وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية على متغير القلق العام بين المجموعتين (المرتفعة – المنخفضة) على مقياس العدوانية لصالح المجموعة المرتفعة. ولم تظهر النتائج أية فروق ذات دلالة إحصائية بين ذوي الدرجات المرتفعة والمنخفضة في العدوانية على متغير تقدير الذات، وانتهت الدراسة الى مكونات مشتركة في متغير العدوانية لدى عينات الذكور والاناث والعينة الكلية.

وقام دي فرويت (De Fruyt, 2004) بدراسة هدفت إلى مقارنة تطبيق مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية على ثلاث عينات من ثقافات مختلفة، تكونت العينة من (265) من بلجيكا، و(116) من أمريكا، و(320) من هنغاريا. وأظهرت النتائج تشابهاً في العينات الثلاث، كما أظهرت التحليلات الإحصائية للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية في العينات الثلاث بأن الاستقرار الانفعالي والانبساطية والطيبة كانت متماثلة.

وأجريا شامور وجوانا وفرنهام (Chamorro, Joanna & Furnham, 2004) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية مع كل من التقدير الذاتي للذكاء،

والذكاء السائل، تكونت عينة الدراسة من طلبة أمريكان وبريطانيين عددهم (186) عدد الذكور (49) وعدد الإناث (132)، تراوحت أعمارهم بين 53-18، تم استخدام مقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، واختبار المصفوفات المتتابعة المعيارية لتقدير قدراتهم العقلية، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية اجابية دالة إحصائيا بين الانفتاحية والتقدير الذاتي للذكاء، وعلاقة إيجابية بين الانفتاحية والذكاء السائل، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين التقدير الذاتي للذكاء والعصابية.

وأجرت شيبي (2005) دراسة هدفت الى الكشف عن الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بسمات الشخصية، وبلغ حجم العينة (400) طالبة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة، استخدمت شيبي مقياس الوحدة النفسية من إعدادها، ومقياس أريكسون لسمات الشخصية. وأظهرت النتائج وجود ارتباط سالب دال إحصائيا يشير الى ارتفاع الشعور بالوحدة النفسية، مقابل انخفاض في درجة سمات الشخصية، وظهرت النتيجة ايضا بعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات سمات الشخصية تعزى لمتغير العمر.

كما أجريا شامور وبرموذ وفرنهام وأكرمان (Chamorro, Premuzic, Furnham & Ackerman, 2006) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين المعرفة العامة وكل من الذكاء والتفكير المجرد والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلبة الجامعة البريطانية، تألفت عينة الدارسة من (201) طالبا، (67) ذكرا و (134) اناث، أستخدم في الدراسة اختبار المعرفة العامة، وقائمة التفكير التقاربي واختبار بادلي للتفكير وقائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، وأسفرت النتائج عن وجود علاقة إرتباطية إيجابية بين المعرفة العامة والذكاء والتفكير المجرد والتفكير التقاربي والانفتاحية، وعلاقة إرتباطية سالبة بين المعرفة العامة والذكاء والتفكير المجدر والتفكير التقاربي والعصابية والانبساطية.

وهدفت دراسة عبد النبي (2007) إلى التعرف على العلاقة بين سمات الشخصية بالتواصل اللغوي لدى مديري المدارس والمعلمين في بعض المدارس المتوسطة والثانوية بمنطقة حائل بالسعودية، وتكونت عينة الدراسة من(148) فردا، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية طردية دالة بين التواصل الفعال والانبساط، ولم تظهر النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة بين التواصل الفعال والعصابية.

أما دراسة بيت دشيشه (2011) فقد هدفت إلى التعرف على أكثر سمات الشخصية شيوعا لدى الأحداث الجانحين بسلطنة عمان، ومعرفة مدى اختلاف هذه السمات في ضوء متغيرات الدراسة، كما هدفت إلى التعرف على الفروق في السمات الشخصية بين الأحداث الجانحين، وأقرانهم غير الجانحين. وتكونت عينة الدراسة من جميع الأحداث الجانحين المودعين بالسجن المركزي بولاية سمائل، والبالغ عددهم (40) حدثا جانحا تراوحت أعمارهم بين 17-12 عاما، كما تكونت عينة الدراسة من (100) طالب من ثلاث مدارس بمحافظة مسقط، بنفس العمر. وأُستخدم مقياس العوامل الخمسة الكبرى. وأظهرت نتائج الدراسة أن أكثر سمات الشخصية شيوعا لدى الاحداث الجانحين كانت العصابية ثم الانفتاحية بدرجة مرتفعة، في حين كانتا سمتا المقبولية والانبساطية سائدتين بدرجة متوسطة، أما سمة يقظة الضمير فأظهرت النتائج أنها ليست من سماتهم. كما أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في سمات الشخصية لدى الأحداث الجانحين تعزى

لمتغيرات الدراسة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في جميع سمات الشخصية بين الأحداث الجانحين والأحداث غير الجانحين.

تعقيب على دراسات المحور الأول:

يرى الباحث بعد عرض دراسات المحور الأول إبداء الملاحظات العامة الآتية:

- هدفت دراسات هذا المحور إلى التعرف على بعض سمات الشخصية ، كما تناولت بعض سمات الشخصية وعلاقتها ببعض المتغيرات مثل العدوانية ، سوء ظروف العمل، التواصل اللغوي ، والتقدير الذاتي للذكاء والذكاء السائل، المعرفة العامة والذكاء والتفكير المجدر والتفكير التقاربي...

- استخدمت دراسات هذا المحور عينات مختلفة من الطلبة فكانت العينة في دراسة العنزي (2004) من طلبة وطالبات المرحلة الثانوية بدولة الكويت، وكانت عينة دراسة شامور وأخرين (2004) من طلبة أمريكيين وبريطانيين، وكانت العينة في دراسة عبد النبي (2007) من مديري المدارس والمعلمين في بعض المدارس المتوسطة والثانوية بمنطقة حائل بالسعودية، وفي دراسة شيبي (2005) من طالبات جامعة أم القرى.

- اتفقت الدراسة الحالية مع معظم دراسات هذا المحور في استخدام مقياس العوامل الخمسة الكبرى.

- توزعت دراسات هذا المحور على بيئات مختلفة ومنها: دولة الكويت في دراسة العنزي (2004)، في المملكة العربية السعودية شيبي (2005) و دراسة دي فرويت (De.Fruyt, 2004) كانت من بلجيكا، و من أمريكا، ومن هنغاريا، ودراسة شامور وأخرين (2004) في أمريكا وبريطانيا.

- استفادت الدراسة الحالية من دراسات هذا المحور في:

أ- استخدام مقياس العوامل الخمسة الكبرى كأداة للدراسة الحالية.
ب- تحديد بعض مصطلحات الدراسة الحالية وصياغتها إجرائيا.
ج- الإعداد للإطار النظري للدراسة.

المحور الثاني: دراسات تناولت الرهاب الاجتماعي:

أجرى القرني (1994) دراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين الخوف الاجتماعي وبعض أساليب المعاملة الوالدية كما يراها الأبناء في السعودية، وقد اشتملت عينة الدراسة على (380) طالبا من طلاب المرحلة المتوسطة والثانوية بالمدارس الحكومية بمدينة الرياض، واستخدم الباحث مقياس الخواف الاجتماعي، ومقياس أساليب المعاملة الوالدية من إعداده، وأظهرت النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الخواف الاجتماعي والقسوة والحماية الزائدة من الأبوين.

كما هدفت دراسة كلارك وآخرين (Clark, et al., 1995) إلى تقييم شدة الرهاب الاجتماعي لدى المراهقين، وتكونت عينة الدراسة من (223) طالبا من طلبة المدارس تم اختيارهم من المراحل الابتدائية، والمتوسطة، والثانوية، تراوحت أعمارهم بين (8-12) سنة، واستخدم الباحثون المنهج الوصفي حيث تم تطبيق مقياس الرهاب الاجتماعي للأطفال، والتقدير الذاتي، واستبيان المواقف الخاصة بالتفاعل الاجتماعية. فأظهرت النتائج أن الرهاب الاجتماعي أكثر ارتفاعا لدى الإناث من الذكور، كما أن شدته لدى المراهقين أدنى من البالغين.

وقام ألبانو وأخرون (Albano, Marten, Holt, Heimberg& Barlow, 1995) بدراسة هدفت إلى فحص فاعلية العلاج السلوكي المعرفي الجمعي في خفض الرهاب الاجتماعي، لدى عينة من المراهقين، حيث تكونت عينة الدراسة من (5) مراهقين (3) ذكور و فتاتين من القوقازيين، تراوحت أعمارهم بين (13-17) سنة. وقد أُستخدم في الدراسة أدواتٌ: كالتقييم السلوكي، والمقابلة الشخصية، والمقياس الأتوماتيكي لمعدل نبضات القلب، والتقدير الذاتي وتقرير الآباء، فأسفرت النتائج عن فاعلية العلاج السلوكي المعرفي الجمعي في خفض الرهاب الاجتماعي، وانخفاض معدلاته لدى افراد العينة.

كما قام الهنائي وأخرون (Al Hinai et al., 2006) بدراسة هدفت إلى رصد انتشار الرهاب الاجتماعي وتعرف مستويات شدته لدى طلبة وطالبات جامعة السلطان قابوس بسلطنة عمان، وبلغ حجم العينة (480) طالبا وطالبة، واستخدم الباحثون مقياس ليبيوتر للقلق الاجتماعي (Leibowitz). وأظهرت النتائج أن (37%) من عينة الدراسة يحتمل إصابتهم بالرهاب الاجتماعي، اعتماد على المقياس المستخدم في الدراسة، وذلك مقارنة مع (45%) من عينة الدراسة تم الكشف عن إصابتهم اعتمادا على إحدى المقابلات الإكلينيكية التي جرى تطبيقها على جزء من عينة الدراسة(240) فردا.

وهدفت دراسة الغامدي (2006) إلى التعرف على الدلالات الرمزية لرسوم مرضى الرهاب الاجتماعي وتفهم مغزاها كمدخل للعلاج النفسي عن طريق الفن، وشملت عينة الدراسة ثلاثة أفراد ممن يعانون من اضطراب الرهاب الاجتماعي، واستخدم الغامدي مقياس الخوف الاجتماعي من إعداد القرني، واختبار سلسلة الرسم التشخيصية من ترجمة عوض، وأظهرت النتائج أن التعبير الفني عكس مشكلات الأفراد وكشف عن جوانب شخصيتهم من خلال رموزهم الخاصة، كما أن التعبيرات الفنية وما تحمله من رموز ودلالات تعد وسيلة اتصال للكشف عن الصراعات الداخلية، وكذلك التطلعات والطموح، ويساعد العمل الفني الجماعي مرضى الرهاب على التفاعل والمبادرة مع الآخرين، مما يعزز الثقة بالنفس لديهم ويدفعهم لمواجهة المواقف الاجتماعية المختلفة.

وأجرى الخلف (2007) دراسة هدفت إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين تناقض إدراك الذات والرهاب الاجتماعي والاكتئاب لدى عينة من طلاب جامعة الملك سعود في السعودية، والتعرف على أثر الجنس في هذه العلاقة، وقام الباحث باختيار عينة تكونت من (800) طالب وطالبة بالطريقة العشوائية، وقد أُستخدم مقياس التراجع المعدل، ومقياس الرهاب الاجتماعي ثلاثي الأبعاد، ومقياس بك للاكتئاب، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق بين النوعين في إدراك الذات الواقعية المثالية، ووجود فروق بين النوعين في تناقض ادراك الذات الواقعية الواجبة.

وقام رنتا وآخرون (Ranta et al., 2007) بدراسة هدفت إلى تعرُّف أثر كل من العمر الزمني، والجنس على مظاهر الرهاب الاجتماعي في أثناء مرحلة المراهقة من خلال قائمة الرهاب الاجتماعي كمقياس أساسي لدى (5252) مراهقا، منهم (2592) من الذكور، و(2650) من الإناث من فنلندا. وأظهرت النتائج وجود فروق دالة بين المفحوصين من الأعمار المختلفة (14-15-16) سنة في الرهاب الاجتماعي، لصالح من هم في عمر الخامسة عشرة؛ إذ كانوا أكثر رهابا اجتماعيا ممن هم في عمر الرابعة عشرة ومن هم في عمر السادسة عشرة، كما ظهرت فروق دالة بين النوعين في العمر نفسه لصالح الإناث، وأظهرت النتائج أن أعراض الرهاب الاجتماعي ومظاهره تبدأ عادية، ثم تزداد في منتصف المراهقة.

كما أجرى الريامي وآخرون (Al Riyami et al., 2009) بدراسة هدفت إلى دراسة أعراض الاكتئاب، وتحديد مدى انتشار بعض الاضطرابات النفسية لدى طلاب المرحلة الثانوية في سلطنة عمان، وقد أظهرت نتائج الدراسة مؤشرا لانتشار الرهاب الاجتماعي لم تتجاوز نسبته (1,6 %)، تاليا بذلك الرهاب المحدد (5,8 %)، واضطراب الاكتئاب الحاد (3 %). وفي دراسة أخرى للريامي وآخرين (2009) مكملة للدراسة السابقة، هدفت إلى التعرف على مدى لجوء مرضى الاضطرابات النفسية للعلاج، والفترة الزمنية الفاصلة بين أول ظهور للاضطراب وبين اللجوء للعلاج النفسي في سلطنة عمان، وقد أشارت النتائج إلى أن الذكور هم الأقل لجوءًا للعلاج النفسي مقارنة بالإناث، وذلك في حالات الرهاب الاجتماعي.

كما هدفت دراسة الريامي (2010) إلى بناء برنامج إرشاد جمعي قائم على العلاج السلوكي المعرفي، وتقصي فاعليته في خفض القلق الاجتماعي لدى عينة من المعاقين جسميا بسلطنة عمان، وتكونت عينة الدراسة من (20) من الذكور والإناث، حيث قام الباحث بتوزيع هذه العينة عشوائيا الى مجموعتين: تجريبية، وضابطة. في كل مجموعة (10) معاقين، (5) ذكورا، و(5) إناثاً، وقد خضعت المجموعة التجريبية لبرنامج الإرشاد الجمعي الذي استمر قرابة الشهرين، بواقع جلستين في الأسبوع، أما المجموعة الضابطة لم تخضع لأي برنامج أو معالجة. وقد أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا بين درجات القلق الاجتماعي. وأظهرت نتائج الدراسة وجود فروق دالة احصائيا بين درجات القلق الاجتماعي لدى المجموعتين التجريبية والضابطة، لصالح المجموعة التجريبية على القياسين البعدي والمتابعة، حيث لوحظ انخفاض في درجات القلق الاجتماعي لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة، ويُعزى ذلك لبرنامج الإرشاد الجمعي الذي خضعت له المجموعة التجريبية.

كما أجرى المعمري (2010) دراسة هدفت إلى تعريب قائمة الرهاب الاجتماعي المنقولة عن الإنجليزية، وتكييفها على طلبة جامعة السلطان قابوس بسلطنة عمان للتعرف على ملامح انتشار الرهاب الاجتماعي لدى عينة الدراسة، وعلاقتها ببعض المتغيرات، وتكونت عينة الدراسة من (1034) طالبا وطالبة، وأظهرت النتائج مؤشرات مرتفعة لدرجة انتشاره تجاوزت نسبته (50%) لدى أفراد العينة.، وأظهرت النتائج فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الرهاب الاجتماعي تعزى لمتغيرات النوع الاجتماعي والعمر.

وقامت عبدالله (2011) بدراسة هدفت الى الكشف عن الخوف الاجتماعي وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء لدى طلاب المستوى الأول بمجمع الوسط جامعة الخرطوم،

وتكونت عينة الدراسة من طلبة وطالبات السنة الأولى حيث بلغ حجم العينة (250) طالبا وطالبة. وأُستخدم في الدراسة مقياس الخوف الاجتماعي من إعداد المالح، ومقياس أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء من إعداد رياض. وأظهرت النتائج أن الخوف الاجتماعي ينتشر بدرجة متوسطة بين أفراد العينة، وتوجد علاقة ارتباطية عكسية بين معاملة الآباء ودرجات الخوف الاجتماعي في كل أبعاد المقياس ما عدا التشجيع والتثبيط، كما ظهرت النتيجة انه لا توجد علاقة ارتباط في معاملة الأمهات في الأبعاد التشجيع والتسامح والحماية الزائدة ودرجات الخوف الاجتماعي، وتوجد علاقة ارتباط عكسية في معاملة الأمهات في بعدي المساواة والتقبل.

وهدفت دراسة الحراصي (2011) إلى معرفة مستويات القلق وعلاقتها بالمخاوف الاجتماعية، وكانت عينة الدراسة من المراهقين الدارسين في الصفوف الثامن والتاسع والعاشر والحادي عشر، في مدارس منطقة الداخلية وتألفت عينة الدراسة من (1874) طالبا وطالبة، واستخدم الحراصي مقياسي القلق والمخاوف الاجتماعية من إعداده، وقد أشارت النتائج إلى أن النسبة الأكبر لأفراد العينة (48.4%) حصلوا على مستوى متوسط من المخاوف الاجتماعية.

تعقيب على دراسات المحور الثاني:

يرى الباحث بعد عرض دراسات المحور الثاني إبداء الملاحظات العامة التالية:

- تتفق الدراسة الحالية مع معظم دراسات هذا المحور في تناولها للرهاب الاجتماعي .

- توزعت دراسات هذا المحور على عينات مختلفة مثل: طلاب المرحلة المتوسطة والثانوية في دراسة القرني (1994)، وطلاب المراحل الابتدائية، والمتوسطة، والثانوية في دراسة كلارك وآخرين (Clark, et al., 1995) ودراسة الريامي وآخرين (Al Riyami et al., 2009)، وطلاب الجامعة في دراسة الهنائي وآخرين (Al Hinai et al., 2006)، والخلف (2007)، و المعمري (2010)، ومرضى الرهاب الاجتماعي في دراسة الغامدي (2006)، والمعاقين جسميا في دراسة الريامي (2010)، والمراهقين في دراسة الحراصي (2011)، ودراسة رنتا وآخرين (Ranta, et al., 2007).

- توزعت دراسات هذا المحور على بيئات مختلفة ومنها: المملكة العربية السعودية في دراسة القرني (1994)، و الخلف (2007) ، و سلطنة عمان في دراسة الهنائي وآخرين (Al Hinai et al., 2006)، ودراسة الريامي (2010)، ودراسة المعمري (2010)، ودراسة الحراصي (2011)، والسودان في دراسة عبدالله (2011)، و القوقاز في دراسة رنتا وآخرين (Ranta et al., 2007).

- استفادت الدراسة الحالية من دراسات هذا المحور في:

أ- تحديد بعض مصطلحات الدراسة الحالية وصياغتها إجرائيا.
ب- مقارنة نتائج هذه الدراسات بنتائج الدراسة الحالية.
ج- الاطلاع على الجانب النظري لبعض دراسات هذا المحور.

المحور الثالث: دراسات تناولت سمات الشخصية وعلاقتها بالرهاب الاجتماعي:

قام لورانس وبينت (Lawrenece & Bennett, 1992) بدراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين الرهاب الاجتماعي وسمات الشخصية، فكانت عينة الدراسة مكونة من (650) طالبا وطالبة، استخدما فيها مقياس إيزنك للشخصية وقائمة القلق، ومقياس الرهاب الاجتماعي. وقد أظهرت النتائج أن المستويات المرتفعة من الرهاب الاجتماعي بشقيه المعمم وغير المعمم يرتبطان بمستويات مرتفعة من القلق، في حين ترتبط المستويات المنخفضة من الرهاب المعمم وغير المعمم بمستويات تقدير الذات.

كما قام الأنصاري (1997) بدراسة قريبة من الرهاب الاجتماعي وهدفت إلى قياس الحرج الموقفي لدى طلاب المرحلة الجامعية ذكورا واناثا وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية في المجتمع الكويتي، وكانت عينة الدراسة (345) طالبا وطالبة بالمرحلة الجامعية، استخدم الأنصاري عددا من المقاييس، قائمة العوامل الخمسة، استخبار أيزنك للشخصية ، مقياس التفاعل الاجتماعي، ومقياس التجنب الاجتماعي، ومقياس الخجل، ومقياس قلة الكلام من إعداده. وأظهرت النتائج وجود فروق جوهرية بين الجنسيين في الحرج الموقفي لصالح الإناث، وجود فروق في السمات الشخصية بين الأفراد الأكثر حرجا عن الأفراد الأقل حرجا، حيث يتسم الأفراد الحرجون بالخجل والقلق التفاعلي والتكتم الاجتماعي والعصابية. وكشفت نتائج معاملات الارتباط بين مقاييس الدراسة عن ارتباط الحرج الموقفي بارتباطات جوهرية موجبة بالقلق الاجتماعي، والتكتم الاجتماعي، والخجل والتجنب الاجتماعي والذنب والعصابية، بينما ارتبط الحرج الموقفي سلبيا بالانبساط، وأظهرت النتائج تجمع الحرج الموقفي تحت عامل ثنائي القطب وأطلق عليه عامل القلق الاجتماعي.

وهدفت دراسة كراميروس (Cramerus, 1998) إلى التعرف على أن القلق والرهاب الاجتماعي يرتبطان إيجابيا مع التقييم السلبي للذات، والنقد الذاتي، والخوف. وتكونت عينة الدراسة من (130) طالبا من طلبة جامعة سميث للخدمة الاجتماعية، قسمت العينة إلى ثلاث مجموعات (87) طالبا من قسم الخدمة الاجتماعية، و(36) طالبا من مجموعة مستخدمي الكمبيوتر، و(7) طالب تُدرس استجاباتهم. وقد جاءت نتائج الدراسة كالاتي: وجود علاقة بين الرهاب الاجتماعي ومتغيرات البحث، التقييم السلبي للذات، والنقد الذاتي، والخوف. كما أظهرت النتائج تأكيد التناقض للذات، وأنه يرتبط مع الرهاب الاجتماعي.

وقامت المطيري (2000) بدراسة تهدف إلى الوقوف على المخاوف الاجتماعية بعدد من متغيرات الشخصية، على عينة من طلبة جامعة الكويت بلغ حجمها (310) ذكورا واناثا، واستخدمت المطيري عددا من المقاييس: مقياس العصابية والانبساط، ومقياس المخاوف الاجتماعية، ومقياس القلق. وأظهرت النتائج وجود ارتباط سلبي بين المخاوف الاجتماعية والانبساط وقوة الأنا ومفهوم الذات، ووجود ارتباط ايجابي بين المخاوف الاجتماعية وكل من مصدر الضبط الخارجي والعصابية والخجل والقلق، كما ظهرت النتيجة وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في المخاوف الاجتماعية لصالح الإناث فهن يعانين أكثر من الذكور.

وأجرت الخليفي (2005) دراسة هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين المخاوف الاجتماعية وسمات الشخصية، ومعرفة طبيعة الفروق بين الفتيات (ذوات الظروف الخاصة والعاديات) في

المخاوف الاجتماعية في مرحلتي الطفولة والمراهقة في السعودية، وتكونت عينة الدارسة من (300) طالبة، وقامت الخليفي بإعداد مقياسٍ للمخاوف الاجتماعية ومقياس سمات الشخصية لكاتل، وتوصلت النتائج الى عدم وجود علاقة دالة بين المخاوف الاجتماعية وسمات الشخصية، ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين المخاوف الاجتماعية والاتزان الانفعالي، والمخاوف الخيالية.

كما قام بنفنيو ونيل (Bienvenu, Neal.,2007) بدراسة في أمريكا هدفت إلى معرفة العلاقة بين كل من الانبساط والعصابية كأحد أهم أبعاد الشخصية، وثلاثة أنواع من المخاوف المرضية هي الرهاب الاجتماعي، ورهاب الأماكن المفتوحة، ورهاب الحيوانات في ضوء كل من العوامل الجينية والمؤثرات البيئية لدى (7800) فرد من التوائم الجنس: إناث- إناث، ذكور- ذكور، وتوائم مختلفة الجنس: ذكور وإناث، وأظهرت النتائج وجود علاقات ارتباطية عكسية بين الانبساط والأنواع الثلاثة من الرهاب موضوع الدراسة لدى التوائم على اختلاف أنواعها، ووجود علاقة ارتباطية طردية دالة بين العصابية والأنواع الثلاثة السابقة الذكر، كما ظهر أن العوامل الجينية تؤثر على كل من: الرهاب الاجتماعي، ورهاب الحيوانات بما يعادل (16%) من حجم التأثير المحسوب. في حين لم تؤثر العوامل البيئية الخطرة ممثلة في الخبرات السابقة السالبة التي مرّ بها هؤلاء الأفراد على الارتباط بين الانبساط والعصابية من ناحية، والرهاب بأنواعه الثلاثةمن ناحية أخرى.

كما أجرى إبراهيم والقرني (2010) دراسة هدفت إلى بحث رهاب الكلام بكل من القلق الاجتماعي، والرهاب الاجتماعي، والعصابية، والانبساط لدى (600) من طلاب جامعة الملك خالد وطالباتها بالسعودية. طبق عليهم مقاييس لقياس كل من رهاب الكلام، والقلق الاجتماعي، والرهاب الاجتماعي، والعصابية، وقائمة أيزنك للشخصية الصورة (ب). أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية طردية دالة بين رهاب الكلام وكل من: القلق الاجتماعي والرهاب الاجتماعي والعصابية، وكانت الصورة واحدة لدى كل من الذكور والإناث، كما ظهرت علاقة ارتباطية عكسية دالة بين رهاب الكلام والانبساط، في حين توجد فروق دالة بين الطلاب من الجنسين في بعض المتغيرات: رهاب الكلام والعصابية لصالح الإناث، ولم تظهر فروق دالة بين الجنسين في كل من القلق الاجتماعي، والانبساط، واتضح أن المتغيرات موضوع البحث تسهم في التنبؤ برهاب الكلام إلا أن نتائج التنبؤ ليست متماثلة للذكور والإناث.

وقامت السبعاوي (2010) بدراسة هدفت إلى قياس مستوى الخجل الاجتماعي، والتعرف على العلاقة بينه وبين أساليب المعاملة الوالدية، والتعرف على العلاقة بين الخجل الاجتماعي وسمات الشخصية لدى طلاب وطالبات جامعة الموصل في العراق. ولتحقيق أهداف الدراسة قامت السبعاوي ببناء مقياس للخجل الاجتماعي، واستخدمت مقياس أساليب المعاملة والوالدية للمعماري، ومقياس سمات الشخصية لريموند كاتل. وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة بين الخجل الاجتماعي واساليب المعاملة والوالدية، كما أظهرت النتائج وجود علاقة دالة بين الخجل الاجتماعي وسمات الشخصية، ووجود علاقة ارتباطية بين متغير الخجل الاجتماعي ومتغير النوع لصالح الإناث.

تعقيب على دراسات المحور الثالث:

بعد عرض دراسات المحور الثالث تم التوصل إلى مجموعة من الملاحظات وفيما يلي أهمها:

- تتفق الدراسة الحالية مع معظم دراسات هذا المحور في تناول سمات الشخصية وعلاقتها بالرهاب الاجتماعي .

- تشابهت معظم دراسات هذا المحور مع هذه الدراسة في تناولها للمرحلة الجامعية مثل: دراسة الأنصاري (1997)، وكراميروس (Cramerus,1998)، والمطيري (2000)، إبراهيم والقرني (2010)، السبعاوي (2010).

- توزعت دراسات هذا المحور على بيئات مختلفة ومنها: دولة الكويت في دراسة الأنصاري (1997) ،المطيري (2000)، والمملكة العربية السعودية في دراسة الخليفي (2005)، وفي العراق دراسة السبعاوي (2010).

- اتفقت الدراسة الحالية مع معظم دراسات هذا المحور في استخدام مقياس سمات الشخصية وعلاقته ببعض المتغيرات.

- استفادت الدراسة الحالية من دراسات هذا المحور في:

أ- بناء أداة الدراسة.
ب- تحديد بعض مصطلحات الدراسة الحالية وصياغتها إجرائيا.
ج- مقارنة نتائج هذه الدراسات بنتائج الدراسة الحالية.
د- الاطلاع على الجانب النظري لبعض دراسات هذا المحور.

تعليق عام على الدراسات السابقة:

استفاد الباحث من الدراسات السابقة في عدة أمور منها:

1- كتابة مقدمة الدراسة وصياغة مشكلتها.

2- بناء وصياغة بعض فقرات أداة الدراسة.

3- الاستفادة من الطريقة والإجراءات التي سارت عليها الدراسات السابقة، والتي تناسب هذه الدراسة.

4- التعرف على الأساليب الإحصائية التي يمكن أن تفيد الدراسة.

5- تحليل وتفسير نتائج الدراسة ومناقشتها وإعطاء بعض التوصيات.

6- تداخلت مصطلحات القلق الاجتماعي والقلق العام والرهاب الاجتماعي على مستوى التنظير وعلى مستوى القياس. وقل أن نجد تحديدا لهذه المفاهيم، بل ساوى بعض الباحثين بين القلق الاجتماعي والرهاب الاجتماعي والخجل الاجتماعي أنظر دراسة (Lawrenece & Bennett, 1992)، ودراسة (Crameus, 1998) ودراسة (السبعاوي، 2010)، ودراسة (ابراهيم والقرني، 2010) و دراسة (الريامي، 2010)، ودراسة (المعمري، 2011).

7- تناقضت نتائج الدراسات السابقة فيما يتعلق بالفروق بين النوعين الاجتماعيين في الرهاب الاجتماعي، أو القلق الاجتماعي، فهناك دراسات أظهرت نتائجها وجود فروق دالة بين النوعين لصالح الاناث (Ranta, 2007) ودراسة (المعمري، 2010)، وهناك دراسات لم تظهر نتائجها فروقا دالة بين النوعين، كما في دراسة (الخلف، 2007)، ودراسة (ابراهيم والقرني، 2010).

الفصل الثالث

منهجية الدراسة وإجراءاتها

أولا: منهج الدراسة.

ثانيا: مجتمع الدراسة.

ثالثا: عينة الدراسة.

رابعا: أدوات الدراسة.

- بناء الأدوات.
- صدق الأدوات.
- ثبات الأدوات.

خامسا: إجراءات تطبيق الدراسة.

سادسا: المعالجة الإحصائية.

الفصل الثالث

منهجية الدراسة وإجراءاتها

يتضمن هذا الفصل وصفاً لإجراءات الدراسة من حيث استعراض المنهج المتبع في الدراسة الحالية، والتعريف بمجتمعها وعينتها، والأدوات المستخدمة فيها، وإجراءات بناء الأدوات والتحقق من صدقها وثباتها، والأساليب الإحصائية المستخدمة للإجابة على أسئلة الدراسة.

أولا: منهج الدراسة:

استخدمت الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطي والذي يُعد أكثر ملائمة لطبيعة الدراسة الحالية، ويفيد هذا النوع من الدراسات في تقدير العلاقة بين متغيرين أو أكثر من ناحية، ومعرفة مدى هذه العلاقة من ناحية أخرى (داؤد، 2006).

ثانيا: مجتمع الدراسة:

تألف مجتمع الدراسة من جميع طلاب وطالبات جامعة نزوى للعام الدراسي (2013 -2012) ويضم كلية العلوم والآداب، وكلية الإدارة والاقتصاد ونظم المعلومات، وكلية الهندسة والعمارة، وكلية الصيدلة والتمريض، والبالغ عددهم (5769) طالبا وطالبة، حسب إحصاءات عمادة القبول والتسجيل في جامعة نزوى للعام الدراسي (2013-2012)، منهم (696) طالبا بنسبة (12%)، و(5073) طالبة بنسبة (88%)، كما هو موضح في جدول (1).

جدول (1)

مجتمع الدراسة

الكلية	عدد الذكور	عدد الاناث	المجموع
العلوم والآداب	121	1655	1776
الاقتصاد ونظم المعلومات	298	1531	1829
الهندسة والعمارة	184	990	1174
الصيدلة والتمريض	93	897	990
المجموع الكلي	696	5073	5769

ثالثا: عينة الدارسة:

تكونت عينة الدراسة من (290) طالبا وطالبة من الطلبة الملتحقين بكليات جامعة نزوى في سلطنة عمان للعام الدراسي (2012-2013)، تم استخدام العينة المتيسرة الطبقية حيث شكل الذكور ما نسبته (12%) من العينة، والإناث ما نسبته (88%) من العينة، وهي نسبة متوافقة مع نسبة الذكور والإناث في مجتمع الدراسة، وتمثل العينة نسبة (5%) من إجمالي عدد الطلبة في كليات جامعة نزوى. وكيفية اختيار العينة قام الباحث بسؤال كل طالب عن كليته ومن ثم تقديم المقياسين له، وبهذا الإجراء تم الحصول على العدد المطلوب أنظر جدول (2).

جدول (2)

عينة الدراسة

الكلية	عدد الذكور	عدد الاناث	المجموع
العلوم والآداب	6	85	91
الاقتصاد ونظم المعلومات	15	75	90
الهندسة والعمارة	9	50	59
الصيدلة والتمريض	5	45	50
المجموع الكلي	35	255	290

رابعا: أدوات الدراسة:

استخدم الباحث في الدراسة الحالية الأدوات الآتية:

1/ قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (Five Factor Inventory) لكوستا وماكري (Costa, Mccrae, 1992).

أستخدم الباحث قائمة العوامل الخمسة الكبرى لكوستا وماكري، من تعريب الكلبانية (2006)، وتعد أول أداة موضوعية تهدف إلى قياس العوامل الأساسية الكبرى للشخصية بواسطة مجموعة فقرات، بلغ عددها (60) فقرة، وتم استخراجها عن طريق التحليل العاملي لفقرات مشتقة من عدة استخبارات للشخصية. وكانت الصيغة الأولى للقائمة قد ظهرت عام 1989، تكونت من (180) بندا، أجريت عليها دراسات كثيرة، وعلى عينات سوية متنوعة تراوحت أعمارهم بين (21-65) عاما، ثم أدخلت عليها بعض التعديلات بغية اختزال عدد البنود، إلى أن صدرت الصيغة الثانية للقائمة في عام 1992، تكونت من (60) بندا، وشملت خمسة مقاييس فرعية هي: العصابية، والانبساطية، والانفتاحية، ويقظة الضمير، والمقبولية أو الطيبة (الأنصاري، 2002؛ المنصوري، 2006). ويتألف كل منها من (12) فقرة، حيث تتم الإجابة عنها من خلال مقياس ليكرت الخماسي، باختيار بديل من البدائل الخمسة المعطاة،(لا مطلقا، قليلا، متوسطا، كثيرا، كثيرا جدا) الحراصي (2011).

ترجمة فقرات القائمة وثباتها:

قامت الكلبانية (2006) بترجمة بنود قائمة العوامل الخمسة الكبرى لكوستا وماكري من الإنجليزية الى العربية الفصحى، وقد وجدت الكلبانية أن القائمة تتمتع بخصائص سيكومترية مقبولة، حيث كان معامل الثبات المحسوب بمعامل ألفا كرونباخ كما يأتي: العصابية (0.77)، والانبساطية (0.54)، والانفتاحية (0.42)، ويقظة الضمير (0.77)، والطيبة (0.49)، والمقياس كاملا (0.81).

وفيما يلي وصف للسمات النموذجية لكل عامل من العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية: (الكلبانية، 2006؛ سراج،2007 ؛ ملحم، 2010).

أ/ العصابية:

هي شخصية يتسم صاحبها بأنه قلق خائف عصبي ومهموم، لديه مخاوف مرضية، يميل إلى الغضب، ويشعر بالإحباط والمرارة والتشاؤم، لديه خجل اجتماعي كبير ناتج عن عدم الظهور أمام الآخرين في صورة مقبولة، ويتسم أيضا بأنه كثير الاندفاع يستثار بسرعة.

ب/ الانبساطية: وتتسم هذه الشخصية بالآتي:

- الدفء أو المودة: ودود حسن المعشر، لطيف يميل الى الصداقة.
- الاجتماعية: يحب الحفلات، له أصدقاء كثيرون يحتاج إلى أناس حوله يتحدث معهم، يسعى وراء الإثارة، ينصرف بسرعة دون تردد.
- توكيد الذات: محب للسيطرة، والسيادة، والخشونة، وحب التنافس، ويتكلم دون تردد، واثق من نفسه مؤكد لها.
- النشاط: يشعر بالحيوية وسرعة الحركة أحيانا ما يكون اندفاعيا، ومحباً للعمل.
- البحث عن الإثارة: مغرم بالبحث عن المواقف المثيرة الاستفزازية، ويحب الألوان الساطعة، والأماكن المزدحمة والصاخبة.
- الانفعالات الإيجابية: يشعر بالبهجة، والسعادة، والحب، والمتعة، وسرعة الضحك، والابتسام والتفاؤل.

ج/ الانفتاحية: وتتسم هذه الشخصية بالآتي:

- الخيال: لديه تصورات قوية وكثيرة، وحياة مفعمة بالخيال، عنده أحلام كثيرة وطموحات غريبة، وكثرة أحلام اليقظة ليس هروبا من الواقع؛ وإنما بهدف توفير بيئة تناسب خيالاته، ويعتقد بأن هذه الخيالات جزء مهم في حياته، وتساعده على البقاء والاستمتاع.
- جمالي: محب للفن والأدب، ولديه اهتمامات بارزة في تذوق جميع أنواع الفنون والجماليات.
- المشاعر: يعبر عن انفعالاته بشكل أقوى من الآخرين، ويتطرف في انفعالاته حيث يشعر الفرد بقمة السعادة ثم ينتقل إلى قمة الحزن، كما تظهر عليه علامات الانفعالات الخارجية كالمظاهر الفيزيولوجية المصاحبة للانفعال في أقل المواقف الضاغطة أو المفاجئة.
- الأفعال: لديه اهتمام في تجديد الأنشطة والاهتمامات، والذهاب الى أماكن لم يسبق زيارتها في السابق، ويحب أن يجرب وجبات جديدة وغريبة من الطعام، ويرغب في التخلص من الروتين اليومي، والمغامرة.

- الأفكار: متفتح عقليا، ومحب للتجديد مبتكر في أفكاره، ومتبصر.
- القيم: يميل لإعادة النظر نحو القيم الاجتماعية، والسياسية، والدينية، فالفرد المتفتح للقيم تجده يؤكد القيم التي يعتنقها ويناضل من أجلها، على حين تجد العكس بالنسبة للفرد غير المتفتح فأنه مساير للأحزاب السياسية على سبيل المثال، ويقبل التشريعات التقليدية.

د/ يقظة الضمير: وتتسم هذه الشخصية بالآتي:

- الاقتدار أو الكفاءة: بارع كفء متبصر، ويتصرف بحكمة مع المواقف الحياتية المختلفة.
- منظم: مرتب مهذب وأنيق، يضع الأشياء في مواضعها الصحيحة.
- ملتزم بالواجبات: ملتزم بما يميله عليه ضميره، ويتقيد بالقيم الأخلاقية بصرامة.
- مناضل في سبيل الإنجاز مكافح، ومثابر، ومجتهد ذو أهداف محددة في الحياة، ومخطط جاد.
- ضبط الذات: لديه القدرة على البدء في عمل ما أو مهمة، ومن ثم الاستمرار حتى إنجازها دون ملل أو كلل، قادر على إنجاز الأعمال دون الحاجة إلى التشجيع من قبل الآخرين.
- التأني والروية: لديه نزعة إلى التفكير قبل القيام بأي فعل، ولذلك يتسم بالحذر والحرص واليقظة والتروي قبل اتخاذ القرار أو القيام بأي فعل.

صاحب هذه الشخصية يمتلك ضميرا متيقظا، وهو شخص حكيم يتصرف بحكمة في المواقف الحياتية المختلفة، ويمتلك من المواهب بأن يكون أنيقا ومهذبا، ويمتاز بالأخلاق العالية، ينجز أعماله دون ملل أو كلل مناضل في سبيل الإنجاز، وكذلك هو حذر وحريص حيث إنه يتصف بالتأني والروية قبل القيام أو التفكير في عمل شيء ما.

هـ/ المقبولية أو الطيبة: وتتسم هذه الشخصية بالآتي:

- الثقة: يشعر بالثقة اتجاه الآخرين، واثق من نفسه، يشعر بالكفاءة وجذاب من الناحية الاجتماعية، غير متمركز حول ذاته، ويثق في نوايا الآخرين.
- الاستقامة: مخلص مباشر، وصريح، وجذاب.
- الإيثار: محب للغير، والرغبة في مساعدة الآخرين، ومتعاون ومشارك وجدانيا في السراء والضراء مع الآخرين.
- الإذعان أو القبول: قمع المشاعر العدوانية، والعفو والنسيان اتجاه المعتدين، واللطف والتروي في المعاملة مع الآخرين أثناء الصراعات.
- التواضع: متواضع غير متكبر، ولا يتنافس مع الآخرين.
- الاعتدال في الرأي: متعاطف مع الآخرين، ومعين لهم، ويدافع عن حقوق الآخرين وبالذات الحقوق الاجتماعية، والسياسية.

أ/ اجراءات صدق المقياس:

بناء على الإجراءات التي قامت بها الكلبانية (2006)، ومن أجل أن يطمئن الباحث إلى سلامة مقياس سمات الشخصية ومناسبته، وتوخيا للدقة والموضوعية فقد قام الباحث بالتحقق من صدق

فقرات المقياس، بطريقة صدق المحكمين للأداة، حيث عرضت القائمة في صورتها الأصلية الملحق (1) على (15) متخصصاً من أعضاء هيئة التدريس في جامعة نزوى، وجامعة السلطان قابوس، وجامعة الشرقية، والمديرية العامة للتربية والتعليم بمحافظة شمال الشرقية، ووزارة الصحة، ووزارة التعليم العالي، وقد طلب منهم تحكيم المقياس وفقا للآتي:

- الصياغة اللغوية لكل فقرة من فقرات المقياس (واضحة- غير واضحة).
- مدى انتماء كل فقرة من الفقرات الى المقياس (تنتمي- لا تنتمي).
- مدى مناسبة كل فقرة من الفقرات للبيئة العمانية (مناسبة- غير مناسبة).
- اقتراح ما يرونه مناسبا من ملاحظات أو تعديلات.

وتبنى الباحث نسبة (80%) من اتفاق المحكمين البالغ عددهم (11) بعد استرجاع الاستمارات الملحق(2)، ومن أجل معرفة القيمة المحكية لصلاحية فقرات المقياس، وفي ضوء القيمة المحكية المتبناة تم تعديل الفقرات ملحق (3) كالآتي:

العصابية: (3،4،5،13)/الانبساطية: (6،7،11،12)/ الانفتاحية: (3،6،13)/ يقظة الضمير: (3) المقبولية أو الطيبة: (1،12،13،14). ومن أمثلة التعديل:

م	العامل	قبل التعديل	بعد التعديل
1	العصابية	أفقد أعصابي بسهولة ولأسباب تافهة	أفقد السيطرة على أعصابي لأسباب تافهة
2	الانبساطية	أصدق الآخرين ولو كانت أقوالهم غير منطقية.	أصدق الآخرين ولو كانت أقوالهم غريبة بعض الشيء.
3	الانفتاحية	أتأثر عند قراءتي للشعر الوجداني.	أتأثر عند قراءة الشعر العاطفي.
4	يقظة الضمير	أنجز المهام التي أكلف بها ما يمليه على ضميري.	أنجز المهام التي أكلف بها حسب ما يمليه على ضميري.
5	المقبولية أو الطيبة	أميل إلى الشك والسخرية من نوايا الآخرين.	أميل إلى الشك في نوايا الآخرين والسخرية منها.

وتم حذف كالآتي: العصابية: (11)/ الانبساطية: (5،10)/ الانفتاحية: (5،7،12)/ يقظة الضمير: (5،10،11)/ المقبولية أو الطيبة: (5،8،11).

ب/ ثبات المقياس:

للتحقق من ثبات أداة الدراسة تم تطبيقها عشوائيا على عينة من خارج عينة الدراسة ضمت (30) طالبا من طلبة المعهد التأسيسي من طلبة جامعة نزوى، ثم قام الباحث بعد ذلك بحساب الاتساق الداخلي للمقياس ككل، ولكل عامل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بمعادلة ألفا- كرونباخ Alpha Cronbachs، والجدول (3) يوضح معامل الثبات.

جدول (3)

معاملات الثبات ألفا- كرونباخ لقائمة العوامل الخمسة الكبرى (ن=30)

م	العوامل الخمسة الكبرى	معاملات الثبات (ألفا- كرونباخ)

1	العصابية	0.754
2	الانبساطية	0.763
3	الانفتاحية	0.735
4	يقظة الضمير	0.873
5	المقبولية أو الطيبة	0.728
6	المقياس ككل	0.848

ويتضح من الجدول (3) أن قيمة معامل الثبات الكلي (0.848)، وتراوحت قيم الثبات للعوامل الخمسة الكبرى ما بين (0.873) لعامل يقظة الضمير و (0.728) لعامل المقبولية أو الطيبة، وتعد هذه القيم مناسبة وجيدة لأغراض إجراءات هذه الدراسة، وذلك أن قيم الثبات جاءت متشابهة مع الدراسات السابقة.

ج/ تصحيح قائمة العوامل الخمسة الكبرى:

لقد قام الباحث بوضع خمس بدائل لقياس قائمة العوامل الخمسة هي: لا مطلقا، قليلا، متوسطا، كثيرا، كثيرا جدا، ولغايات التصحيح أعطيت لها الأوزان (5-4-3-2-1) على الترتيب. وتكون مفتاح التصحيح للعبارات لكل عامل كالآتي:

م	العامل	الفقرات الموجبة	الفقرات السالبة
1	العصابية	59	1-10-12-18-30-39-42-44-47-52-53-55
2	الانبساطية	2-9-11-25-31-38-40-57	22-26-32
3	الانفتاحية	3-8-13-23-27-33-34-41	28-43
4	يقظة الضمير	4-7-14-15-19-20-24-29	
5	المقبوليةأو الطيبة	5-16-17-21-36-37-45-49-50-51-51-60	6-54

1/ مقياس الرهاب الاجتماعي.

أ/ إجراءات بناء المقياس:

بغرض تحقيق أهداف الدراسة قام الباحث ببناء مقياس للرهاب الاجتماعي، وكانت إجراءات بناء المقياس على النحو الآتي:

1/ مراجعة الأدب النظري المتعلق بالرهاب الاجتماعي، والاطلاع على المقاييس التي تناولت الرهاب الاجتماعي (المالح، 1993؛ الأشقر، 2004؛ المعمري، 2010؛ الريامي، 2010؛ الحراصي، 2011؛ دباش، 2011).

2/ تم تحديد المقصود بالرهاب الاجتماعي بأنه جملة مخاوف غير عقلانية، مرتبطة بمواقف. (القرني، 2010).

3/ القيام بدراسة استطلاعية على عينة عشوائية من طلاب وطالبات جامعة الشرقية قوامها (50) طالبا وطالبة، حيث تم توجيه السؤال الآتي:

- ما المواقف الاجتماعية التي يشعر فيها الطالب بالخوف أو الرهبة من الآخرين؟

وبعد تفريغ إجابات الطلبة تكونت لدى الباحث قائمة الرهاب الاجتماعي التي يعاني منها الطلاب بالجامعة، وقد ضمت هذه القائمة (30) فقرة مما اتفق عليها أكثر من (85%) من الطلبة. وأضيف إلى القائمة فقرات من المقاييس التي ذكرت سابقا والتي اطلع عليها الباحث، وكان عددها (20) فقرة، وبذلك تكون لدى الباحث صورة أولية للمقياس تتألف من (50) فقرة الملحق (4).

ب/ صدق فقرات المقياس:

للتحقق من صدق فقرات المقياس استخدم الباحث الصدق الظاهري حيث قام بتوزيع الصيغة الأولية للمقياس على لجنة مكونة من (15) محكما، من أعضاء هيئة التدريس في جامعة نزوى، وجامعة السلطان قابوس، وجامعة الشرقية، والمديرية العامة للتربية والتعليم بمحافظة شمال الشرقية، ووزارة الصحة، ووزارة التعليم العالي، حيث طلب منهم تحكيم المقياس وفقا للآتي:

- الصياغة اللغوية لكل فقرة من فقرات المقياس (واضحة- غير واضحة).
- مدى انتماء كل فقرة من الفقرات إلى المقياس (تنتمي- لا تنتمي).
- مدى مناسبة كل فقرة من الفقرات للبيئة العمانية (مناسبة- غير مناسبة).
- اقتراح ما يرونه مناسبا من ملاحظات أو تعديلات.

تم استرجاع (11) نسخة من مجموع الاستمارات الموزعة على لجنة التحكيم، انظر للملحق (2) قائمة بأسماء أعضاء لجنة التحكيم. وقد تم اعتماد نسبة اتفاق (80%) فأكثر في إجابات أعضاء لجنة التحكيم لتحديد مدى صلاحية فقرات المقياس في صورته الأولية، بينما عُدت كل فقرة حصلت على أقل من تلك النسبة غير صالحة، حيث تم حذفها أو تعديلها. واستنادا إلى آراء المحكمين وفي ضوء القيمة المحكية المتبناة، تم تعديل الفقرات الملحق (5).

ارقام الفقرات التي تم تعديلها.	1-2-3-5-8-14-25-28-29-32-34-35-37-38-39-41-42-45-48
أرقام الفقرات التي تم حذفها.	6-13-19-30-36-46-47-49

ومن أمثلة التعديل: تعديل الفقرة رقم (1)، فقد كانت قبل التحكيم: "أخاف من الأشخاص في مركز السلطة" وأصبحت بعد التحكيم "أخاف من مواجهة المسؤولين في الجامعة".

ج/ ثبات مقياس الرهاب الاجتماعي:

للتحقق من ثبات أداة الدراسة تم تطبيقها عشوائيا على عينة من خارج عينة الدراسة ضمت (30) طالبا من طلبة المعهد التأسيسي من طلبة جامعة نزوى، ثم قام الباحث بعد ذلك بحساب الاتساق الداخلي للمقياس ككل، ولكل عامل من العوامل الخمسة الكبرى للشخصية بمعادلة ألفا- كرونباخ Alpha Cronbachs، والجدول (4) يوضح معامل ثبات المقياس.

جدول (4)

معامل الثبات لمقياس الرهاب الاجتماعي (ن=30)

م	المحاور	معاملات الثبات (ألفا- كرونباخ)
1	الخوف	0.860
2	التجنب	0.820
3	التغيرات الجسمية	0.765
4	المقياس ككل	0.929

ويتضح من الجدول أن قيمة معامل الثبات الكلي (0.929)، وتراوحت قيم الثبات لمقياس الرهاب ما بين (0.860) لمحور الخوف و(0.765) لمحور التغيرات الجسمية، وتعد هذه القيم مناسبة، وبذلك اطمئن الباحث لتطبيق الأدوات في التجربة الأساسية للدراسة.

خامسا: اجراءات تطبيق الدراسة:

تم اتباع الاجراءات الآتية من أجل تنفيذ الدراسة:

- القيام بحصر مجتمع الدراسة والمتمثل في جميع طلبة كليات جامعة نزوى، ذلك باستقاء البيانات من عمادة القبول والتسجيل في جامعة نزوى.
- تحديد أداتي الدراسة بعد الاطلاع على مجموعة واسعة من الأدوات المستخدمة لقياس متغيري الدراسة وهما سمات الشخصية والرهاب الاجتماعي.
- تم التأكد من صدق أداتي الدراسة من خلال عرضها على (11) محكمٍ من جامعة نزوى، وجامعة السلطان قابوس، وجامعة الشرقية، ووزارة التربية والتعليم، ووزارة التعليم العالي، ووزارة الصحة، الملحق (2).
- التأكد من ثبات الأداتين عن طريقة معادلة ألفا- كرونباخ.
- تكوين فريق عمل مكون بعض الطلبة من مجتمع الدراسة وخارج عينتها، وإعطائهم التوجيهات بكيفية توزيع المقياس وكيفية الإجابة عليه، وكيفية اختيار عينة الدراسة من مجتمع الدراسة بطريقة متيسرة طبقية حيث طُلب من فريق العمل توجيه السؤال لكل طالب عن كليته، وتم إعطائهم عدد كاف من الاستبانات وقد تم الاتفاق على تسليم الإجابات للباحث خلال ثلاثة أسابيع من الاجتماع.
- فرز الاستبانات الصالحة والمستوفية للإجابات.
- تم إعطاء الاختبارات الصالة أرقاما متسلسلة وإعدادها لإدخالها للحاسوب.
- تم تصحيح الاختبارات وتفريغ البيانات وتعبئتها في نماذج خاصة.
- استخدام البرنامج الإحصائي SPSS لتحليل البيانات واستخراج النتائج.

سادسا: المعالجة الإحصائية:

تم استخدام الأساليب الإحصائية الآتية:

1- معامل الفا- كرونباخ لمعرفة درجة الاتساق الداخلي لمقياس العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ومقياس الرهاب الاجتماعي.

2- المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وأختبار -ت- للاجابة على السؤال الأول والثاني والرابع والخامس، المتعلق بأكثر العوامل الخمسة الكبرى للشخصية شيوعا لدى طلبة جامعة نزوى، ومستوى الرهاب الاجتماعي لديهم، والسؤالين الرابع والخامس، من أجل معرفة الفروق بين النوعين في مقياس العوامل الخمسة الكبرى ومقياس الرهاب الاجتماعي.

3- معامل ارتباط بيرسون لتعرف على العلاقة بين العومال الخمسة الكبرى للشخصية والرهاب الاجتماعي.

الفصل الرابع

عرض نتائج الدراسة

اولاً: عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الأول.

ثانيا: عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني.

ثالثا: عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث.

رابعا: عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع.

خامسا: عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس.

عرض نتائج الدراسة

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج التي توصلت إليها الدراسة والتي هدفت إلى التعرف على سمات الشخصية وعلاقتها الرهاب الاجتماعي لدى طلاب جامعة نزوى.

اولاً: عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الأول:

ما أكثر العوامل الخمسة الكبرى للشخصية شيوعا لدى طلبة جامعة نزوى؟

من أجل الإجابة على هذا السؤال تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع ابعاد مقياس العوامل الخمسة الكبرى وكذلك لكل بعد على حدَة، وقام الباحث بوضع خمس بدائل لقياس العوامل الخمسة وهي: (لا مطلقا، قليلا، متوسطا، كثيرا، كثيرا جدا) ولغايات التصحيح أعطيت لها الأوزان (1.2.3.4.5) على الترتيب لتفسير نتائج هذا السؤال، حيث تم اعتماد تقديرات المقياس اعتمادا على الدراسات السابقة في مجالات مشابهة كدراسة الكلبانية (2006) ودراسة كرميان (2007) ودراسة بيت دشيشة (2011)، وكذلك في ضوء آراء الساده المحكمين للمقياس.

جدول (5)

المعيار المعتمد في تفسير نتائج السؤالين الأول والثاني للدراسة حسب المتوسط الحسابي

المتوسط الحسابي	درجة تواجد السمة
5.00- 4.20	كبيرة جدا
4.19- 3.40	كبيرة
3.39- 2.60	متوسطة
2.59- 1.80	قليلة
1.79- 1.00	قليلة جدا

1/ المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية بالنسبة لجميع أبعاد مقياس سمات الشخصية.

حيث يظهر جدول (6) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لجميع أبعاد مقياس سمات الشخصية، مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي.

جدول(6)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لجميع أبعاد مقياس سمات الشخصية مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي (ن=290)

م	أبعاد مقياس سمات الشخصية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة تواجد السمة
1	يقظة الضمير	4.01	0.601	كبيرة
2	المقبولية أو الطيبة	3.92	0.493	كبيرة
3	الانبساطية	3.41	0.428	كبيرة
4	الانفتاحية	3.28	0.361	متوسطة
5	العصابية	3.27	0.551	متوسطة

يتضح من خلال الجدول (6) أن درجة تواجد سمات الشخصية بالنسبة لأبعاد المقياس لدى عينة الدراسة قد تراوحت بين الدرجة الكبيرة والمتوسطة ، فنجد أن أبعاد يقظة الضمير والمقبولية والانبساطية نالت الدرجة الكبيرة، حيث حصل بعد يقظة الضمير على متوسط حسابي بلغ (4.01) وبإنحراف معياري (0.601)، والمقبولية حصلت على متوسط حسابي (3.92) وبإنحراف معياري (0.493)، ونال بعد الانبساطية على متوسط حسابي (3.41) وبإنحراف معياري (0.428) بينما نجد أن بعدي الانفتاحية والعصابية أخذا درجة متوسطة، حيث حصل بعد الانفتاحية على متوسط حسابي بلغ (3.92) وبإنحراف معياري (0.361).

2/ المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد العصابية

يوضح الجدول (7) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد العصابية مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي.

جدول (7)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد العصابية مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي (ن=290)

م	العبارة	المتوسط	الانحراف	درجة تواجد

		الحسابي	المعياري	السمة
1	أشعر باني أقل شأنا من الآخرين	4.63	0.680	كبيرة جدا
2	أفكر في الاستسلام عندما تسوء الأمور	3.80	1.047	كبيرة
3	أشعر بالحزن والاكتئاب	3.57	1.027	كبيرة
4	أشعر بالخوف والقلق من الآخرين	3.56	1.155	كبيرة
5	أفقد السيطرة على أعصابي لأسباب تافهة	3.54	1.223	كبيرة
6	أشعر بالوحدة والكآبة في كثير من الأحيان	3.47	1.123	كبيرة
7	أشعر بالضعف وأحتاج الى من يساعدني على حل مشكلاتي	3.38	1.097	متوسطة
8	أعتبر نفسي شخصا غير قلق	3.02	1.083	متوسطة
9	أغضب من الطريقة التي يعاملني بها الناس	3.00	1.111	متوسطة
10	لدي رغبة الاختفاء عن الآخرين في الأوقات التي أكون فيها خجلا جدا	2.92	1.269	متوسطة
11	أشعر بالانهيار عندما تصادفني ضغوطات هائلة	2.86	1.194	متوسطة
12	أغضب بسهولة عندما لا تتحقق رغباتي	2.82	1.128	متوسطة
13	أقلق عندما أسبب إساءة للآخرين	2.02	0.982	قليلة

يتضح من خلال الجدول (7) إن درجة تواجد سمات الشخصية بالنسبة لبعد العصابية قد تراوحت بين الدرجة الكبيرة جدا والمتوسطة والقليلة، فنجد أن هنالك عبارة واحدة فقط في هذا البعد قد نالت الدرجة الكبيرة جدا وهي "أشعر بأني اقل شأناً من الآخرين" حيث نالت على متوسط حسابي بلغ (4.63) وبإنحراف معياري (0.680)، وفي المقابل نجد أن هنالك عبارة واحدة فقط أخذت الدرجة القليلة وهي "أقلق عندما أسبب إساءة للآخرين" حيث حصلت على متوسط حسابي (2.02) وبإنحراف معياري (0.982) بينما نجد أن باقي عبارات هذا البعد قد نالت الدرجة الكبيرة والدرجة المتوسطة. ومن أمثلة العبارات التي نالت على الدرجة الكبيرة "أشعر بالخوف والقلق من الآخرين" حيث حصلت على متوسط حسابي (3.56) وبإنحراف معياري (1.155)، ومن أمثلة العبارات التي حصلت على الدرجة المتوسطة "أعتبر نفسي شخصا غير قلق" حيث بلغ متوسطها الحسابي (3.02) بإنحراف معياري (1.083).

3/ المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد الانبساطية.

يوضح جدول (8) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد الانبساطية مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي.

جدول(8)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد الانبساطية مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي (ن=290)

م	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة تواجد السمة
1	أفضل الحياة في الأماكن المزدحمة	3.90	1.171	كبيرة
2	أكره الذهاب إلى الحفلات والمناسبات	3.60	1.261	كبيرة
3	أشعر اني شخص مبتهج ونشط	3.59	0.981	كبيرة
4	أعتز بأن أكون قائدا للآخرين	3.59	1.123	كبيرة
5	أفضل إنجاز الأعمال بمفردي	3.51	1.144	كبيرة
6	أتقبل الانتقادات البناءة	3.43	1.109	كبيرة
7	أصدق الآخرين ولو كانت أقوالهم غريبة بعض الشيء	3.43	1.031	كبيرة
8	أحب أن يكون حولي عدد كبير من الناس	3.28	1.203	متوسطة
9	أضحك بسهولة في بعض الأحيان	3.24	1.149	متوسطة
10	أعتبر نفسي خفيف الظل	3.17	1.130	متوسطة
11	أحب التحدث إلى الغرباء الذين لا أعرفهم	2.80	1.248	متوسطة

يتضح من خلال الجدول (8) أن درجة تواجد السمة لدى عينة الدراسة بالنسبة لبعد الانبساطية كانت بين الدرجة الكبيرة والمتوسطة حيث نلاحظ أن هنالك سبع عبارات قد أخذت الدرجة الكبيرة وأربع عبارات أخذت الدرجة المتوسطة، حيث نالت عبارة "أفضل الحياة في الأماكن المزدحمة على درجة كبيرة بلغ متوسطها الحسابي (3.90) وبإنحراف معياري (1.171)، وعبارة "أكره الذهاب إلى الحفلات والمناسبات" حيث بلغ متوسطها الحسابي (3.60) وبإنحراف معياري (1.261). ومن أمثلة العبارات الحاصلة على درجات متوسطة عبارة "أحب أن يكون حولي عدد كبير من الناس" حيث بلغ متوسطها الحسابي (3.28) وبإنحراف معياري (1.203)، وعبارة "اضحك بسهولة في بعض الاحيان" حيث حصلت على متوسط حسابي (3.24) وبإنحراف معياري (1.149).

4/ المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد الانفتاحية.

يوضح الجدول (9) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد الانفتاحية مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي.

الجدول (9)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد الانفتاحية مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي (ن=290)

م	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة تواجد السمة
1	أتطلع إلى ما هو جديد	3.83	0.924	كبيرة
2	لدي اهتمام كبير اتجاه العلم والمعرفة	3.80	0.933	كبيرة
3	أتصرف مع المواقف الحياتية ببصيرة وحكمة	3.55	0.945	كبيرة
4	تثير اهتمامي الأنماط الفنية	3.51	1.135	كبيرة
5	أناضل من أجل أفكاري ومعتقداتي	3.42	1.030	كبيرة
6	أتمسك بالطرق التقليدية عندما أعمل شيئا ما	3.28	1.010	متوسطة
7	أتأثر عند قراءة الشعر العاطفي	3.14	1.307	متوسطة
8	أميل إلى تجريب الأكلات الجديدة والأجنبية	2.84	1.228	متوسطة
9	اختلاف البيئات لا يؤثر على مزاجي	2.78	1.107	متوسطة
10	أستمتع بأحلام اليقظة	2.67	1.231	متوسطة

يتضح من خلال الجدول (9) أن درجة تواجد السمة بالنسبة لبعد الانفتاحية كانت بين الدرجة الكبيرة والمتوسطة فيلاحظ أن نصف عبارات المقياس أخذت درجة كبيرة والنصف الأخر من العبارات أخذ الدرجة المتوسطة، ومن أمثلة العبارات التي أخذت الدرجة الكبيرة عبارة "أتطلع إلى ما هو جديد" حيث حصلت على متوسط حسابي (3.83) وبإنحراف معياري (0.924)، وعبارة "لدي إهتمام كبير أتجاه العلم والمعرفة" بلغ متوسطها الحسابي (3.80) وبإنحراف معياري (0.933)، أما الأمثلة على العبارات التي أخذت الدرجة المتوسطة، عبارة "أتمسك بالطرق التقليدية عندما أعمل شيئا ما" بلغ

متوسطها الحسابي (3.28) وبإنحراف معياري (1.010)، وعبارة "أستمتع بأحلام اليقظة" بلغ المتوسط الحسابي (2.17) وبإنحراف معياري (1.231).

5/ المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد يقظة الضمير

يوضح الجدول (10) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد يقظة الضمير مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي.

جدول (10)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد يقظة الضمير مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي (ن=290)

م	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة تواجد السمة
1	أهتم بترتيب ونظافة ممتلكاتي	4.45	0.911	كبيرة جدا
2	أحب أن أنظم الأعمال التي أنجزها	4.22	0.908	كبيرة جدا
3	أتفاءل بالنجاح من خلال تنفيذ الأعمال المكلف بها	4.13	0.963	كبيرة
4	أنجز الأعمال التي أكلف بها حسب ما يمليه ضميري	4.10	0.919	كبيرة
5	أعمل بجد في سبيل تحقيق أهدافي	4.09	0.905	كبيرة
6	أسعى إلى تحقيق أهدافي مهما كانت الظروف	4.02	0.909	كبيرة
7	أساعد الزملاء في العمل	4.01	0.819	كبيرة
8	لدي القدرة على تحقيق أهدافي المستقبلية	4.01	0.998	كبيرة
9	أراجع نفسي في حالة ارتكابي أخطاء أثناء عملي	3.99	0.950	كبيرة
م	العبارة	م-س	الانحراف-م.ع	د-تواجد-السمة
10	أكون جديرا بالثقة كما ينبغي أن أكون	3.92	1.032	كبيرة
11	أتابع إنجاز الأعمال التي أقوم بها إلى نهايتها	3.88	0.957	كبيرة
12	أنجز أي عمل أقوم به	3.71	0.969	كبيرة
13	أشعر بأني شخص مجتهد ومثابر	3.70	0.885	كبيرة

يتضح من خلال جدول (10) أن درجة تواجد السمة بالنسبة لبعد يقظة الضمير قد تراوحت بين الدرجة الكبيرة جدا والكبيرة فنجد أن هنالك عبارتين قد نالتا الدرجة الكبيرة جدا وهما "أهتم بترتيب ونظافة ممتلكاتي" حيث حصلت على متوسط حسابي (4.45) وبإنحراف معياري (0.911) وعبارة "أحب أن أنظم الأعمال التي أنجزها" حيث بلغ متوسطها الحسابي (4.22) وبإنحراف معياري (0.908)، بينما نالت بقية العبارات الدرجة الكبيرة، من أمثلة العبارات عبارة "أتفاءل بالنجاح من خلال تنفيذ الأعمال المكلف بها" حصلت على متوسط حسابي (4.13) بإنحراف معياري (0.963)، وعبارة "أشعر بأني شخص مجتهد ومثابر" بلغ متوسطها الحسابي (3.70) بإنحراف معياري (0.885).

6/ المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد المقبولية والطيبة

يوضح الجدول (11) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد المقبولية والطيبة مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي.

الجدول (11)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة لبعد المقبولية والطيبة مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي (ن=290)

م	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة تواجد السمة
1	أحب مساعدة الآخرين	4.34	0.797	كبيرة جدا
2	أحاول أن أكون متسامحا ومراعيا لمشاعر الآخرين	4.29	0.900	كبيرة جدا
3	أحول أن أكون لطيفا مع كل فرد ألتقي به	4.26	0.906	كبيرة جدا
4	أفضل منافسة الآخرين وعدم التعاون معهم	4.13	1.014	كبيرة
5	أتفاعل بود مع الآخرين	4.03	0.864	كبيرة
6	أتقبل تصحيح الآخرين لأفكاري أثناء العمل	3.92	0.990	كبيرة
م	العبارة	م-س	الانحراف-م.ع	د-تواجد السمة
7	يحبني معظم الذين أعرفهم	3.90	0.943	كبيرة
8	أعفو عن إساءة الآخرين لي	3.84	1.006	كبيرة
9	أميل إلى الشك في نوايا الآخرين والسخرية منها	3.80	1.119	كبيرة
10	أشعر بأني لست أنانيا	3.79	1.122	كبيرة
11	أقدم النصح للآخرين في مواقف عديدة	3.68	1.070	كبيرة

12	أشعر بأني لين الجانب سريع النسيان وأغفر للآخرين أخطاءهم	3.57	1.195	كبيرة
13	أصارح الشخص الذي يخطئ	3.40	1.216	كبيرة

يتضح من خلال الجدول (11) أن درجة تواجد السمة لدى أفراد عينة الدراسة بالنسبة لبعد المقبولية والطيبة قد تراوحت بين الدرجة الكبيرة جدا والكبيرة فنجد أن هنالك ثلاث عبارات قد نالتا الدرجة الكبيرة جدا وهي "أحب مساعدة الاخرين" حيث بلغ متوسطها الحسابي (4.34) بإنحراف معياري (0.797)، وعبارة "أحاول أن أكون متسامحا ومراعيا لمشاعر الاخرين" بلغ المتوسط الحسابي (4.29) بإنحراف معياري (0.900) وكذلك عبارة "أحاول أن أكون لطيفا مع كل فرد ألتقي به" حيث بلغ المتوسط الحسابي (4.26) بإنحراف معيا ري (0.906)، بينما نالت بقية العبارات الدرجة الكبيرة، من أمثلة العبارات عبارة "أفضل منافسة الآخرين وعدم التعاون معهم" حيث حصلت على متوسط حسابي (4.13) بإنحراف معياري (1.014)، وعبارة "أصارح الشخص الذي يخطئ" بلغ متوسطها الحسابي (3.40) بإنحراف معياري (1,216).

ثانياً: عرض النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني:

ما مستوى الرهاب الاجتماعي لدى طلبة جامعة نزوى؟

من أجل الإجابة على هذا السؤال تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لجميع أبعاد مقياس الرهاب الاجتماعي وكذلك لكل بعد على حدَة ، وقد تم استخدام المعيار السابق الموضح في جدول (5) لتفسير نتائج هذا السؤال.

1/ المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية بالنسبة لأبعاد مقياس الرهاب الاجتماعي.

حيث يظهر الجدول (12) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية و درجة تواجد السمة بالنسبة لأبعاد مقياس الرهاب الاجتماعي مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي.

الجدول (12)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة بالنسبة لأبعاد مقياس الرهاب الاجتماعي مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي (ن=290)

م	أبعاد مقياس الرهاب الاجتماعي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة تواجد السمة
1	التجنب	2.54	0.623	قليلة

2	الخوف	2.53	0.614	قليلة
3	التغيرات الجسمية	2.26	0.784	قليلة
الإجمالي		2.50	0.591	قليلة

يتضح من خلال الجدول (12) أن درجة تواجد السمة لدى عينة الدراسة بالنسبة لجميع أبعاد مقياس الرهاب الاجتماعي وكذلك للمجموع الكلي للمقياس كانت بدرجة قليلة على حسب المتوسطات الحسابية، حيث حصل بعد التجنب على متوسط حسابي (2.54) بإنحراف معياري (0.623)، بينما حصل بعد الخوف على متوسط حسابي (2.53) بإنحراف معياري (0.614)، ونال بعد التغيرات الجسمية على متوسط حسابي (2.26) بإنحراف معياري (0.784)، وأما المجموع الكلي للمقياس حصل على متوسط حسابي (2.50) بإنحراف معياري (0.591).

2/ المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة بالنسبة لبعد الخوف:

يوضح الجدول (13) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة بالنسبة لبعد الخوف مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي.

الجدول (13)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة بالنسبة لبعد الخوف مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي (ن=290)

م	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة تواجد السمة
1	أتمنى لو كنت أحظى بمستوى أكبر من الثقة بالنفس في مختلف المواقف الاجتماعية	3.60	1.341	كبيرة
2	لا أخاف من التعامل مع الجنس الآخر	3.50	1.101	كبيرة
3	أشعر بالسعادة عندما يطلب مني إلقاء بحث أكاديمي	3.49	1.209	كبيرة
م	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة تواجد السمة
4	أشعر بالخوف عندما أصعد المنصة لإلقاء كلمة ما أمام الآخرين	3.02	1.234	متوسطة
5	أخشى القيام ببعض الأعمال عند احتمال مراقبة الآخرين لي	2.66	1.106	متوسطة
6	تخيفني المواقف التي تعرضني للنقد	2.63	1.122	متوسطة

7	تتطاير الإجابة مباشرة من ذهني عندما يوجه لي سؤال على الملأ	2.59	1.281	قليلة
8	تتشتت أفكاري قبل البدء في الحديث أمام الآخرين	2.57	1.167	قليلة
9	أشعر بأن خوفي من المشاركة في المحاضرات لها أثر سلبي على مستواي الدراسي	2.55	1.336	قليلة
10	أخشى تجاهل الآخرين لي	2.46	1.200	قليلة
11	أبدو قلقا عندما أكون في مجموعة اناس لا أعرفهم	2.43	1.108	قليلة
12	أرى أنني مهتم أكثر من اللازم بالناس وطريقة تفكيرهم عني	2.39	1.130	قليلة
13	أتأثر بانطباع الآخرين عني	2.38	1.237	قليلة
14	أشعر بالتوتر في المواقف الاجتماعية	2.36	1.130	قليلة
15	تضايقني آراء الناس عند تقييمي	2.36	1.186	قليلة
16	أتخوف من الأشخاص الغرباء	2.34	1.163	قليلة
17	ليس لدي القدرة على التحدث مع أساتذتي بطلاقة	2.33	1.205	قليلة
18	أتردد في الدخول إلى القاعة الدراسية إذا وصلت متأخرا	2.30	1.290	قليلة
19	أشعر بالارتباك عند اهتمام الآخرين بي	2.22	1.153	قليلة
20	أخاف من مواجهة المسؤولين في الجامعة	2.02	1.075	قليلة
21	أجد صعوبة في التحدث أمام الآخرين	1.98	1.111	قليلة
22	أتعمد الغياب عن إلقاء البحث في موعده المحدد	1.67	1.026	قليلة جدا

يتضح من خلال الجدول (13) أن درجة تواجد السمة بالنسبة لبعد الخوف قد تراوحت بين الدرجة الكبيرة والدرجة القليلة جدا حيث نجد أن ثلاث عبارات قد نالت الدرجة الكبيرة مثل عبارة "لا اخاف من التعامل مع الجنس الأخر" حصلت على متوسط حسابي (3.50) بإنحراف معياري (1.101)، وأيضا ثلاث عبارات نالت الدرجة المتوسطة من أمثلة العبارات "أشعر بالسعادة عندما يطلب مني إلقاء بحث أكاديمي" حيث حصلت على متوسط حسابي (3.39) بإنحراف معياري (1.209)، وأغلب العبارات كانت بدرجة قليلة مثال على ذلك عبارة "أخاف مواجهة المسؤولين في الجامعة" حيث بلغ متوسطها الحسابي (2.02) بإنحراف معياري (1.075) ونلاحظ أن هنالك عبارة واحدة فقط كانت

درجـة تواجـد السـمة قليلـة جـدا وهـي "أتعمـد الغيـاب عـن إلقـاء البحـث فـي الموعـد المحـدد" حيث بلغ متوسطها الحسابي (1.67) بإنحراف معياري (1.026).

3/ المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة بالنسبة لبعد التجنب

يوضح الجدول (14) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة بالنسبة لبعد التجنب مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي.

الجدول (14)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة بالنسبة لبعد التجنب مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي (ن=290)

م	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة تواجد السمة
1	أتجنب المواقف التي تؤدي إلى الاحراج أمام الآخرين	3.37	1.333	متوسطة
2	أرى أن لدي ثقة كبيرة في المواقف الاجتماعية	2.93	1.234	متوسطة
3	لا أملك الشجاعة الكافية لتقديم برنامج في احتفال الجامعة	2.87	1.354	متوسطة
4	أفعل أي شيء كي أتجنب التعرض للنقد	2.86	1.286	متوسطة
5	أتجنب إلقاء الكلمات والخطب أمام الآخرين	2.82	1.175	متوسطة
6	أفضل العمل الفردي على العمل الجماعي	2.80	1.397	متوسطة
7	أشعر بأني أمتلك أساليب التعامل الناجح مع الآخرين	2.77	1.160	متوسطة
8	أمتنع عن المشاركة في المناقشات بالرغم من امتلاكي معلومات قيمة	2.57	1.235	قليلة
9	أتجنب التعبير عن آرائي علانية خشية السخرية	2.50	1.260	قليلة
10	أتجنب حضور اللقاءات والحفلات والمناسبات الاجتماعية	2.22	1.243	قليلة
م	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة تواجد السمة
11	أعتقد بأن بناء صداقات جديدة أمر صعب	2.22	1.213	قليلة
12	أتجنب مشاركة الآخرين الحديث والمناقشة ما أمكن	2.15	1.146	قليلة

13	أبحث عن مبررات تمنعني من حضور التجمعات الاجتماعية	2.10	1.139	قليلة
14	لا أحب الجلوس مع الضيوف خلال زيارتهم لي	2.07	1.247	قليلة
15	أختلق الأعذار حتى لا ألتقي بالآخرين في حفلة أو رحلة	1.98	1.142	قليلة

يلاحظ من خلال الجدول (14) أن درجة تواجد السمة حسب رأي عينة الدراسة بالنسبة لبعد التجنب قد تراوحت بين الدرجة المتوسطة والدرجة القليلة حسب المتوسطات الحسابية. حيث حصلت عبارة "اتجنب المواقف التي تؤدي إلى الإحراج أمام الأخرين" على متوسط حسابي (3.37) بإنحراف معياري (1.333)، وعبارة "أفعل أي شيء كي أتجنب التعرض للنقد" بلغ متوسط الحسابي (2.86) بإنحراف معياري (1.286)، أما أمثلة العبارات الحاصلة على درجة قليلة مثل عبارة "لا أحب الجلوس مع الضيوف خلال زيارتهم لي" بلغ متوسطها الحسابي (2.07) بإنحراف معياري (1.247).

4/ المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة بالنسبة لبعد التغيرات الجسمية.

يوضح الجدول (15) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة بالنسبة لبعد التغيرات الجسمية مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي

الجدول (15)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة تواجد السمة بالنسبة لبعد التغيرات الجسمية مرتبة تنازليا حسب المتوسط الحسابي (ن=290)

م	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة تواجد السمة
1	تضايقني الرجفة أو الرعشة أمام الآخرين	2.73	1.406	متوسطة
2	أخشى من الضيق والتوتر نتيجة تعرقي أمام الآخرين	2.24	1.235	قليلة
3	تؤثر الأحكام التي يذكرها الآخرون على سلوكي	2.23	1.045	قليلة
م	العبارة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة تواجد السمة
4	أتلعثم عندما أتحدث أمام الآخرين	2.16	1.088	قليلة
5	يحمر وجهي وترتجف يداي عندما أكون أمام زملائي الطلاب	1.96	1.193	قليلة

يتضح من خلال الجدول (15) أن درجة تواجد السمة بالنسبة لبعد التغيرات الجسمية قد تراوحت بين الدرجة المتوسطة والقليلة فنجد أن هنالك عبارة واحدة فقط قد نالت الدرجة المتوسطة وهي "تضايقني الرجفة أو الرعشة أمام الآخرين" حيث بلغ متوسطها الحسابي (1.406)بينما نجد أن باقي عبارات هذا البعد قد نالت درجة قليلة كعبارة "يحمر وجهي وترتجف يداي عندما أكون أمام زملائي الطلاب" حيث بلغ متوسطها الحسابي (1.96) بإنحراف معياري (1.193).

ثالثاً: عرض نتائج السؤال الثالث :

هل توجد علاقة ارتباطيه بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والرهاب الاجتماعي؟

من أجل الاجابة على هذا السؤال تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لإختبار طبيعة العلاقة بين العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والرهاب الاجتماعي، وقد أظهرت النتائج وجود نوعان من العلاقات: علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين كل من:

- سمة العصابية وبُعد التجنب عند مستوى الدلالة (.004)
- سمة العصابية وبُعد الخوف عند مستوى الدلالة (.047)
- سمة العصابية واجمالي الرهاب عند مستوى الدلالة (.017).

وعلاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا بين كل من:

- سمة العصابية وبُعد التغيرات الجسمية عند مستوى الدلالة (-.018).
- سمة الانبساطية وبُعد التجنب عند مستوى الدلالة (-.034).
- سمة الانفتاحية وبُعد الخوف عند مستوى الدلالة (-.014).
- سمة الانفتاحية وإجمالي الرهاب عند مستوى الدلالة (-.049).
- سمة يقظة الضمير وبُعد التجنب عند مستوى الدلالة (-.035).
- سمة المقبولية أو الطيبة وبُعد التجنب عند مستوى الدلالة (-.034).
- سمة المقبولية أو الطيبة وبُعد الخوف عند مستوى الدلالة (-.018).
- سمة المقبولية أو الطيبة وإجمالي الرهاب عند مستوى الدلالة (-.041).

والجدول (16) يوضح معاملات الارتباط بين تلك المتغيرات.

الجدول (16)

ارتباط بيرسون (ن=290)

معاملات الارتباط بين درجات مقياس العوامل الخمسة الكبرى ودرجات مقياس الرهاب الاجتماعي.

أبعاد الرهاب	العوامل الخمسة الكبرى				
	العصابية	الانبساطية	الانفتاحية	يقظة الضمير	المقبولية أو الطيبة
التجنب	.004	-.034-	-.058-	-.035-	-.034-
الخوف	.047	-.085-	-.014-	-.050-	-.018-
التغيرات الجسمية	-.018-	-.085-	-.080-	-.104-	-.101-
إجمالي الرهاب وعلاقتها بسمات الشخصية	.017	-.064-	-.049-	-.054-	-.041-

رابعا: عرض نتائج السؤال الرابع:

هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في أبعاد مقياس سمات الشخصية تعزى لمتغير النوع الاجتماعي (ذكور/ اناث) ؟

من اجل الاجابة على هذا السؤال تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار T-Test وهذا ما يوضحه جدول (17).

جدول (17)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار T-TEST بالنسبة لمتغير النوع لجميع أبعاد مقياس سمات الشخصية (ن=290)

أبعاد مقياس سمات الشخصية	النوع الاجتماعي	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الدلالة
العصابية	ذكور	33	3.61	0.572	3.48	*.000	في أتجاه الذكور
	اناث	257	3.23	0.534			
الانبساطية	ذكور	33	3.37	0.493	0.587	.558	غير دالة
	اناث	257	3.41	0.420			
الانفتاحية	ذكور	33	3.22	0.318	0.960	.338	غير دالة
	اناث	257	3.29	0.366			
يقظة الضمير	ذكور	33	3.77	0.827	1.88	.068	غير دالة
	اناث	257	4.05	0.560			
المقبولية	ذكور	33	3.82	0.622	0.949	.349	غير دالة
	اناث	257	3.93	0.473			

*دالة عند مستوى$\alpha \leq 0.05$

يلاحظ من خلال الجدول (17) عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين الذكور والإناث في جميع أبعاد المقياس ما عدا بعد العصابية فقد كانت الفروق باتجاه الذكور.

خامسا: عرض نتائج السؤال الخامس

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في أبعاد مقياس الرهاب الاجتماعي تعزى لمتغير النوع الاجتماعي (ذكور/ اناث) ؟

من أجل الاجابة على هذا السؤال تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار T-Test وهذا ما يوضحه جدول (18).

جدول (18)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية واختبار T-TEST بالنسبة لمتغير النوع لجميع أبعاد مقياس الرهاب الاجتماعي (ن=290)

أبعاد مقياس سمات الرهاب الاجتماعي	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة	اتجاه الدلالة
الخوف	ذكور	28	2.57	0.609	.346	.730	غير دالة
	إناث	262	2.53	0.615			
التجنب	ذكور	28	2.44	0.604	-.894-	.372	غير دالة
	إناث	262	2.55	0.625			
التغيرات الجسمية	ذكور	28	2.10	0.755	-1.156-	.249	غير دالة
	إناث	262	2.28	0.786			
الإجمالي	ذكور	28	2.47	0.588	-.331-	.741	غير دالة
	إناث	262	2.51	0.592			

يلاحظ من خلال الجدول (18) عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) بين الذكور والإناث في جميع أبعاد مقياس الرهاب الاجتماعي وكذلك بالنسبة للمجموع الكلي للمقياس.

الفصل الخامس

مناقشة نتائج الدراسة والتوصيات والمقترحات

- مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول.
- مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني.
- مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث.
- مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع.
- مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس.
- التوصيات والمقترحات.

سوف يتناول هذا الفصل مناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها، كما سيشمل تقديم مجموعة من التوصيات والمقترحات المنبثقة من نتائج الدراسة، وسيتم مناقشة نتائج الدراسة وفقا لأسئلتها كما يلي:

1/ مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الأول: ما أكثر العوامل الخمسة الكبرى للشخصية شيوعا لدى طلبة جامعة نزوى؟

أظهرت النتائج أن درجة تواجد سمات الشخصية بالنسبة لأبعاد المقياس لدى عينة الدراسة قد تراوحت بين الدرجة الكبيرة والمتوسطة، وقد يعزى حصول البعد المرتبط بيقظة الضمير على أعلى المتوسطات الحسابية (4.01) إلى أن الطلاب في هذه المرحلة الجامعية قد وصلوا إلى مرحلة جيدة من النضج العقلي والسلوكي والوجداني لذا فإن تصرفاتهم بصورة عامة تتسم بالاقتدار والكفاءة والتنظيم والالتزام بالواجبات، والنضال لأجل تحقيق الأهداف التي يطمحون إليها، كما أنهم يتسمون بالتأني وضبط النفس حتى يتحاشوا الوقوع في الأخطاء والتعرض للنقد.

كما تشير النتائج الى أن البعد المتعلق بالعصابية قد حصل على أدنى المتوسطات الحسابية وبدرجة تواجد متوسطة (3.27) وقد يكون ذلك بسبب أن أفراد عينة الدراسة هم من فئة الشباب الذي وصلوا إلى مرحلة متقدمة من التعليم والنضج وبالتالي أصبحوا أكثر اتزاناً وفهماً كما أصبح لديهم قدر أكبر من الثقة بالنفس وتحمل المسؤولية ومواجهة الآخرين، ولكن رغم حصول هذا البعد على أدنى الدرجات إلا أنه يتضح وجود مستوى متوسط من العصابية لدى الطلاب وقد يعطي ذلك مؤشراً لوجود بعض سمات العصابية عند بعض أفراد العينة مثل الإحباط والمرارة والتشاؤم، والخجل.

وفيما يأتي سيتم مناقشة أبرز نتائج فقرات كل بعد من أبعاد سمات الشخصية كلاً على حدَة:

أ/ **مناقشة البعد المتعلق بالعصابية:**

يلاحظ من خلال النتائج الى أن العبارة "أشعر بأني أقل شأناً من الاخرين" قد حصلت على أعلى المتوسطات الحسابية في هذا البعد وبدرجة توافر كبيرة جدا (4.63)، ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى العوامل الأسرية التي تأثر على الطفولة، فالحرمان النفسي والمادي والبعد العاطفي الذي يسود العلاقة بين الأبن أو البنت والوالدين وكذلك عدم التقبل والرفض من الأهل، كل هذا يسهم في تكوين مشاعر النقص، كما تؤدي إلى ازدياد الإحباط والعدوانية والتوتر وعدم الرضا عن النفس، بالاضافة إلى العوامل الأسرية توجد هناك عوامل تربوية واجتماعية تلعب دورها، ويتلخص هذا كله في كيفية تطور صورة الإنسان عن نفسه ومدى ثقته بها وقدرته على التعبير عن نفسه ورغباته أمام الآخرين. ويلاحظ أيضا أن العبارة "أفكر في الاستسلام عندما تسوء الأمور" قد حصلت أيضا على أعلى المتوسطات الحسابية وبدرجة كبيرة وقد يعود ذلك إلى وجود مؤشر للخوف ونقص في العزيمة والإرادة عند بعض الطلاب وضعف ثقة البعض بنفسه ربما يكون نتيجة للتنشئة الاجتماعية أو الثقافية.

كما يلاحظ أيضا من خلال النتائج أن العبارة "أقلق عندما أسبب إساءة للآخرين " "قد حصلت على أدنى المتوسطات الحسابية في هذا البعد وبدرجة قليلة وقد يعود ذلك إلى أن أفراد العينة لديهم حس الضمير المتيقض في إحترام الآخرين وعدم مضايقتهم بقول أو فعل، فهم يحملون مشاعر إيجابية نحو الآخرين ويشعرون بحالة مزاجية جيدة في التعامل معهم، مما يجعلهم يتسمون بمفهوم عالٍ نحو عدم الإساءة لمن حولهم.

ب/ **مناقشة البعد المتعلق بالانبساطية:**

يتبين من خلال النتائج أن العبارة " أفضل الحياة في الأماكن المزدحمة " قد حصلت على أعلى المتوسطات الحسابية في هذا المحور وبدرجة توافر كبيرة (3.90) وقد يعزى ذلك إلى أن مجتمعاتنا يسود فيها الترابط الأسري والتواصل الاجتماعي وتفضيل العيش مع أفراد العائلة وخاصة في هذه المرحلة وعدم الاستقلال عنهم ، كما إن مرحلة الشباب هي مرحلة تدفع الشاب إلى الاحتكاك بالآخرين والتقرب منهم لإشباع ميوله الاجتماعية وتكوين جماعة الأصدقاء والرفاق كما أن المرحلة الجامعية تتطلب الاندماج مع الآخرين بسبب وجود الأعداد الكبيرة من الطلاب داخل الحرم الجامعي أو في السكن الخارجي.

وتشير النتائج أن عبارة "أكره الذهاب إلى الحفلات والمناسبات " قد حصلت أيضا على أعلى المتوسطات الحسابية وبدرجة كبيرة (3.60) وقد يعود ذلك إلى ارتباط هذه الحفلات والمناسبات في الغالب بضوابط وقيود يفرضها المجتمع وبالتالي لا يرغب الشاب بالتقيد بذلك وهي تحد من حريته لأن عليه مراعاة من حوله والالتزام بالعادات والتقاليد، ربما يعود ذلك لضيق الوقت بسبب التزامات الطالب الدراسية.

كما يتضح أن العبارة "أحب التحدث إلى الغرباء الذين لا أعرفهم" قد حصلت على درجة متوسطة (2.80)، وقد يعزى ذلك بسبب أن المجتمع العماني بطبعة يحترم الآخرين وينظر إليهم نظرة تتسم بالتسامح والاحترام والتقدير، لذا لا نجد هناك حواجز أو ما يمنع من التحدث مع الغرباء.

ج/ مناقشة البعد المتعلق بالانفتاحية:

يتضح من خلال النتائج أن العبارة " أتطلع إلى ما هو جديد " نالت على أعلى المتوسطات الحسابية في هذا البعد (3.83)، وقد يكون ذلك بسبب أن الشاب في هذه المرحلة يكون لديه اهتمام بتجديد الأنشطة والاهتمامات، والذهاب إلى أماكن لم يسبق زيارتها في السابق، وحب تجريب وجبات جديدة وغريبة من الطعام، والرغبة في التخلص من الروتين اليومي، والقيام بالمغامرة وطبيعة المرحلة الجامعية تجعل من الطالب يبحث عن الجديد دائما.

وتشير النتائج أن العبارة " لدي اهتمام كبير اتجاه العلم والمعرفة" نالت أيضا على أعلى المتوسطات الحسابية في هذا البعد وبدرجة توافر كبيرة (3.80)، وقد يكون ذلك لشعور أفراد العينة بأهمية العلم والمعرفة بسبب كونهم طلابا في الجامعة وهي تشكل بيئة علمية ومعرفية وتتيح لهم الفرصة للتعرف والاحتكاك بأساتذة جامعيين على قدر عالٍ وكبير من العلم والمعرفة، بالإضافة إلى إدراكهم بأن مستقبل الغد سيكون لصالح من يملك المعرفة والعلم وأن جميع هذه الأمور تشكل لهم دافعاً قوياً يقودهم إلى الاهتمام بالعلم والمعرفة.

وتبين النتائج أن العبارة "أستمتع بأحلام اليقظة" نالت على درجة متوسطة (2.67)، وقد يعزى ذلك إدراك أفراد العينة أن الأحلام والخيال رغم أنهم قد يستمتعون بها إلا أنها لا تعني هروبا من الواقع، بل عليهم تحمل المسئولية وأن النجاح لن يتحقق إلا بالجد والعمل وليس بالأحلام.

د/ مناقشة البعد المتعلق بيقظة الضمير:

يتضح من خلال النتائج أن العبارة " أهتم بترتيب ونظافة ممتلكاتي" نالت على أعلى المتوسطات الحسابية في هذا البعد وبدرجة توافر كبيرة جدا (4.45) وقد يكون ذلك لإدراك أفراد العينة أهمية ترتيب ونظافة ممتلكاتهم لأنها تعكس المدى الذي يكون فيه الفرد مرتباً مهذباً وأنيقاً، وهذا يعطي انطباعاً حول شخصية الشاب أمام الآخرين، كما أن أفراد العينة يتواجدون في البيئة الجامعية وبها كلا الجنسين وبالتالي سيحاول كل جنس أن يبدو بمظهر لائق أتجاه الجنس الآخر حتى لا يعرض نفسه للنقد أو الإحراج ويظهر بالمظهر الحسن المقبول.

وتبين النتائج أن العبارة "أحب أن أنظم الأعمال التي أنجزها" نالت أيضا على أعلى المتوسطات الحسابية في هذا البعد وبدرجة كبيرة جدا (4.22) وقد يعزى ذلك لمعرفة أفراد العينة لأهمية عملية تنظيم الأعمال وبالتالي التحكم بالوقت وعدم ضياعه مما يقود إلى إنجاز الأعمال التي يكلف بها في الجامعة ويستطيع تحقيق الأهداف التي يخطط لها.

وأظهرت النتائج أن العبارة " أشعر بأني شخص مجتهد ومثابر" نالت على درجة كبيرة (3.70) وقد يعزى ذلك بسبب وجود نوع من الرضى من قبل عينة الدراسة و أنهم يشعرون بأنهم مجتهدون ومتفوقون وذلك من أجل الحصول على وظيفة يطمحون إليها بعد التخرج.

هـ/ مناقشة البعد المتعلق بالمقبولية أو الطيبة:

تشير النتائج أن العبارة " أحب مساعدة الآخرين" نالت على أعلى المتوسطات الحسابية في هذا البعد وبدرجة توافر كبيرة جدا (4.34) وقد يعزى ذلك لإدراك أفراد العينة أن قيمنا الاسلامية وعاداتنا وتقاليدنا الحميدة تدعونا إلى التعاون مع الآخرين ومساعدتهم والأخذ بأيديهم.

ويتبين من خلال النتائج أن العبارة "أحاول أن أكون متسامحا ومراعيا لمشاعر الآخرين" نالت أيضا على أعلى المتوسطات الحسابية في هذا البعد وبدرجة كبيرة جدا (4.29) وقد يعزى ذلك لإدراك أفراد العينة بأن هذه الصفات هي من الصفات النبيلة التي ينبغي التحلي بها وهي تكسب الفرد احترام الآخرين وثقتهم به وتقديرهم لهم .

كما أظهرت النتائج أن العبارة "أصارح الشخص الذي يخطئ " نالت على درجة كبيرة (3.40) وقد يعزى ذلك إلى أن أفراد عينة الدراسة ليسوا خجولين وأنهم يتمتعون بقدر كبير من الجراءة تجعلهم يصارحون أي شخص يشعرون بأنه مخطئ وديننا الاسلامي أمر المسلم أن يصارح أخاه المسلم إذا شعر بأنه أخطأ.

2/ مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني: ما مستوى الرهاب الاجتماعي لدى طلبة جامعة نزوى؟

تشير النتائج المتعلقة بهذا السؤال الى أن درجة تواجد السمة لدى عينة الدراسة بالنسبة لجميع أبعاد مقياس الرهاب الاجتماعي وكذلك للمجموع الكلي للمقياس كانت بدرجة قليلة على حسب المتوسطات الحسابية، وقد اختلفت نتيجة هذه الدراسة مع الدراسة الاستطلاعية التي قام بها الباحث، ويفسر الباحث هذا الاختلاف بأن أغلبية طلاب جامعة نزوى ليس لديهم رهاب اجتماعي نتيجة لسمات الشخصية الإيجابية التي يتمتعون بها، وكذلك بسبب أن الدراسة الاستطلاعية كانت على (100) طالب وطالبة من السنة التأسيسية الذين لا تزال تجاربهم في البداية، ولم يحتكوا بمواقف اجتماعية متنوعة، بينما طلبة العينة هم من طلبة السنوات الثانية والثالثة والرابعة ممن أكتسبوا خبرة كافية في التعامل في المواقف الاجتماعية المختلفة وكذلك اختلفت مع نتائج دراسة المعمري (2010) التي أظهرت مؤشرات من ارتفاعه لدى طلبة جامعة السلطان قابوس، ودراسة عبدالله (2011) التي أظهرت أن درجة انتشاره كانت بدرجة متوسطة لدى طلاب جامعة الخرطوم، ودراسة الحراصي (2011) التي توصلت إلى أن النسبة الأكبر من أفراد العينة حصلوا على مستوى متوسط من المخاوف الاجتماعية، وقد يعزو الباحث للبيئة التعليمية في جامعة نزوى دور هام في رفع ثقة الطلبة بأنفسم، من حيث توفر البرامج التوعوية التي تحرص على نشر الصحة النفسية في نفوس الطلبة وإشراكهم في المحافل المتنوعة.

وفيما يأتي سيتم مناقشة أبرز نتائج فقرات كل بعد من أبعاد سمات الشخصية كلا على حدَة:

أ/ مناقشة البعد المتعلق بالخوف:

أشارت النتائج الى أن العبارة " أتمنى لو كنت أحظى بمستوى أكبر من الثقة بالنفس في مختلف المواقف الاجتماعية" قد حصلت على أعلى المتوسطات الحسابية في هذا البعد وبدرجة توافر كبيرة (3.60) وقد يعزى ذلك إلى شعور أفراد العينة برغبتهم في مستوى عالٍ من تقدير الذات والثقة بالنفس عند تعرضهم لبعض المواقف الاجتماعية مثل مواجهته جمهوراً كبيراً أو مقابلة المسؤولين بالجامعة، وربما يكون ذلك ناتج عن تحفظ المجتمع أو نتيجة للتنشئة الاجتماعية والتي تبث الخوف وعدم الثقة في الفرد منذ الصغر.

وبينت النتائج أن العبارة "لا أخاف من التعامل مع الجنس الآخر" قد حصلت أيضا على أعلى المتوسطات الحسابية وبدرجة كبيرة (3.50) ويعزو الباحث هذه النتيجة إلى أساليب التنشئة الاجتماعية والمعاملة والوالدية، وذلك في ضوء الإطار الثقافي والاتجاهات الاجتماعية والقيم الدينية القائمة في المجتمع، حيث يتم تنشئة الذكور على ان يكونوا أكثر قوة وشجاعة وعدوانية، فلا يتسامحون في العدوان الذي يقع عليهم، ولا يفرطون في التعبير عن انفعالاتهم في اثناء التعامل مع الآخرين، وتكون الإناث أكثر هدوءا واستكانة، وأيضا فإن تنشئة الإناث تحتم عليهن عدم التعرض للعديد من المثيرات الاجتماعية، مما يقلل من خبرتهن في الاحتكاك بالمواقف الاجتماعية المتنوعة التي يتعرض لها الذكور، وقد يرجع السبب أيضا إلى الحماية الزائدة عن الحد في معاملة الأمهات والآباء للإناث، والتي تشكل البذرة الأولى للرهاب الاجتماعي، في حين تكون معاملتهما للذكور أكثر ميلا للقسوة والتسلط، فالقسوة على الطفل تجعله يميل إلى الخوف والإحجام وتفادي النقد والإحساس، أما الحماية الزائدة والحنان المفرط فيحرمان الطفل في طفولته من فرصة تأكيد ذاته مع أقرانه. كما أظهرت النتائج أن العبارة " أتعمد الغياب عن إلقاء البحث في موعده المحدد" قد حصلت على أدنى المتوسطات الحسابية في هذا البعد وبدرجة قليلة جدا (1.64) وقد يعود ذلك إلى

تشجيع وتعزيز أعضاء هيئة التدريس لطلابهم بالالتزام بالواجبات، أو بسبب طبيعة النظام الدراسي ومتطلباته ، ولاسيما أن الطلبة في الجامعة قد بلغوا مرحلة متقدمة من التعليم وأصبح تقديم العرض من الأمور الاعتيادية معهم .

ب/ **مناقشة البعد المتعلق بالتجنب:**

يتبين من خلال النتائج أن العبارة "أتجنب المواقف التي تؤدي إلى الإحراج أمام الآخرين" قد حصلت على أعلى المتوسطات الحسابية في هذا البعد وبدرجة توافر متوسطة (3.37) وقد يعزى الخوف من الوقوع في الحرج إلى أن الفرد السوي لا يريد أن يقلل من شأنه أو قيمته أمام الآخرين ولا يشعرهم بأنه دون المستوى وأن هنالك درجة من الوعي يتمتع بها الطالب الجامعي .

ويتضح من خلال النتائج أن العبارة "أرى أن لدي ثقة كبيرة في المواقف الاجتماعية" قد حصلت أيضا على متوسط درجات المتوسطات الحسابية ولكن بدرجة متوسطة (2.93) وقد يعود ذلك إلى شعور أفراد العينة بأن لديهم ثقة في التعامل عند مواجهة بعض المواقف الاجتماعية مثل بعض المواقف المتعلقة بالعادات والتقاليد العمانية التي تربوا عليها واعتادوا عليها ولكن ليس في كل المواقف الاجتماعية وذلك لأن درجة تقديرهم لهذه السمة كانت بدرجة متوسطة.

كما أظهرت النتائج أن العبارة "أختلق الأعذار حتى لا ألتقي بالآخرين في حفلة أو رحلة" قد حصلت على أدنى المتوسطات الحسابية في هذا البعد وبدرجة قليلة جدا (1.98) وقد يدل هذا على أن الطالب في هذه المرحلة تعود على الحياة الاجتماعية وبالتالي يحب أن يلتقي بزملائه لا سيما عند القيام بحفلة ما أو القيام برحلة خارجية ولا يحاول اختلاق الأعذار حتى لا يلتقي بهم وهذا الشي ينطبق على الإناث.

ج/ **مناقشة البعد المتعلق بالتغيرات الجسمية:**

تشير النتائج أن العبارة "تضايقني الرجفة أو الرعشة أمام الآخرين" قد حصلت على أعلى المتوسطات الحسابية في هذا البعد وبدرجة توافر متوسطة (2.73)، وقد يعزى ذلك إلى خوف أفراد العينة من ظهور هذه الأعراض أمام الآخرين لأنه قد يعطي انطباعاً بضعف الشخصية أو المرض وقد يقلل من شأن الفرد الذي يعاني من هذه الأعراض إذا ظهرت أمام الآخرين، وهم لا يحبون الظهور بهذا المظهر أمام الغير.

كما تشير النتائج أن العبارة "يحمر وجهي وترتجف يداي عندما أكون أمام زملائي الطلاب" قد حصلت على أدنى المتوسطات الحسابية في هذا البعد وبدرجة قليلة (1.96)، وقد يعود ذلك إلى أن الطلاب لا يشعرون بهذه المشكلة فهم يتعاملون مع زملائهم بصورة طبيعية ودون تكلف، وقد يعود ذلك إلى الشخصية السوية السليمة التي يتمتع بها الكثير من هؤلاء الطلاب وأن طبيعة الدراسة الجامعية تتطلب من الطالب إلقاء العروض أمام الطلبة في قاعة المحاضرة، والمشاركة في العروض الأخرى.

3/ **مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث: هل توجد علاقة ارتباطية بين العوامل الخمسة الكبرى والرهاب الاجتماعي؟**

تشير النتائج المتعلقة بهذا السؤال إلى وجود نوعين من العلاقات، علاقة موجبة دالة إحصائيا، وعلاقة سالبة دالة إحصائيا، حيث جاءت العلاقة بين سمة العصابية وجميع أبعاد مقياس الرهاب الاجتماعي ما عداء بُعد التغيرات الجسمية علاقة موجبة دالة إحصائيا، وأما بُعد التغيرات الجسمية فرتبط بعلاقة سالبة دالة إحصائيا مع سمة العصابية. وكذلك تشير النتائج الى وجود علاقة سالبة دالة إحصائيا بين عوامل الشخصية الأخرى وأبعاد مقياس الرهاب الاجتماعي، فسمة الانبساطية علاقتها ببُعد التجنب علاقة سالبة دالة إحصائيا، وأما سمة الانفتاحية فقد أرتبطت بعلاقة سالبة دالة إحصائيا مع بُعد الخوف وإجمالي الرهاب الاجتماعي، وأما سمة يقظة الضمير فقد أرتبطت بعلاقة سالبة دالة إحصائيا ببُعد التجنب، وجاءت سمة المقبولية أو الطيبة لترتبط بعلاقة سالبة دالة إحصائيا بجميع أبعاد الرهاب الاجتماعي والإجمالي ما عدا بُعد التغيرات الجسمية. ويمكن تفسير وجود علاقة ارتباطية موجبة، نظرا للسمات التي تندرج تحت سمة العصابية، فصاحب هذه السمة يتسم بأنه، قلق خائف وعصبي ومهموم، لديه مخاوف مرضية، يميل إلى الغضب ويشعر بالإحباط والمرارة والتشاؤم، ولديه رهاب اجتماعي ناتج عن عدم الظهور أمام الآخرين في صورة مقبولة، ويتسم أيضا بأنه كثير الإندفاع ويستثار بسرعة. وأما العوامل الأربعة الباقية وهي الانبساطية والانفتاحية ويقظة الضمير والمقبولية أو الطيبة فقد جاءت العلاقة بينها وبين الرهاب الاجتماعي علاقة سالبة دالة إحصائيا، وذلك نظرا للسمات التي تندرج تحت هذه العوامل، فسمة الانبساطية يتسم صاحبها بأنه ودود حسن المعشر لطيف يميل إلى الصداقة، ويحب الحفلات وله أصدقاء كثر، ويحتاج إلى أناس حوله يتحدث معهم، ويشعر بالحيوية ويحب الأماكن المزدحمة والصاخبة. وأما سمة الانفتاحية فأن صاحبها يتسم بأنه لديه تصورات قوية وكثيرة، وحياته مفعمة بالخيال، لديه أحلام كثيرة وطموحات غريبة، ومحب للفن والأدب، ويعبر عن انفعالاته بشكل أقوى من الآخرين، و متفتح عقليا ومحب للتجديد. وأما سمة يقظة الضمير فصاحبها يتسم بأنه مقتدر ذو كفاءة وبارع كفء، ومتبصر ويتصرف بحكمة في المواقف الحياتية المختلفة، ملتزم بما يمليه عليه ضميره، ومنظم ومرتب ولديه نزعة إلى التفكير قبل القيام بأي فعل. وأما سمة المقبولية أو الطيبة فيتسم صاحباه بالثقة أتجاه الآخرين، ويشعر بالكفاءة والجاذبية من الناحية الاجتماعية، ومخلص صريح ومحب للغير والرغبة في مساعدة الآخرين في السراء والضراء، لديه تواضع يخوله بأن يكون صاحب علاقات اجتماعية جيدة.

4/مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الرابع: هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في أبعاد مقياس سمات الشخصية تعزى لمتغير النوع الاجتماعي (ذكور-إناث)؟

تشير النتائج المتعلقة بهذا السؤال إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة $\alpha \leq$ (0.05) بين الذكور والإناث في جميع أبعاد المقياس ما عدا بعد العصابية فقد كانت الفروق باتجاه الذكور وقد يعود وجود هذه الفروق لدور الأسرة، حيث ان الأسرة تلعب دوراً هاماً وبارزاً في تكوين شخصية الفرد من خلال عملية التنشئة الاجتماعية، فإذا كانت التنشئة غير سوية فإنها تضعف حاجة الطفل في إشباع حاجاته النفسية، كعدم الشعور بالأمن والطمأنينة، وعدم الإحساس بقيمته الذاتية، وتتمثل أساليب التنشئة الاجتماعية بالتسلط والقوة والتدليل والإهمال، والتذبذب بالمعاملة والتفرقة، وهذا كله يُوجد عند الطفل خبرات إنفعالية غير سارة، إذ من الممكن أن تدفع أعراض العصابية لدى الذكور، وخلاصة القول بأن عدم التأقلم مع معايير وعادات وثقافة المجتمع،

سيولد لدى الفرد عدم القدرة على التكيف، مما قد يوجد لديه أعراض عصابية لعدم التوافق مع الثقافة التي يعيش فيها، وقد اختلفت نتيجة هذه الدراسة مع دراسة إبراهيم والقرني (2010) والتي توصلت الى وجود فروق دالة بين الطلاب من الجنسين في بعض المتغيرات: رهاب الكلام والعصابية لصالح الاناث، ودراسة الانصاري (1997) التي أظهرت وجود فروق جوهرية بين النوعين في الحرج الموقفي لصالح الإناث، كما اتفقت هذه الدراسة مع دراسة كرميان (2007) التي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين بعض سمات الشخصية وقلق المستقبل في النوع الاجتماعي باستثناء وجود فروق ذات دلالة إحصائية حسب النوع الاجتماعي في سمة الانفتاحية في إتجاه الذكور.

5- مناقشة النتائج المتعلقة بالسؤال الخامس: هل توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى الدلالة ($\alpha \leq 0.05$) في أبعاد مقياس الرهاب الاجتماعي تعزى لمتغير النوع الاجتماعي (ذكور/ إناث) ؟

تشير النتائج المتعلقة بهذا السؤال إلى عدم وجود فروق دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة $\alpha \leq$ (0.05) بين الذكور والإناث في جميع أبعاد مقياس الرهاب الاجتماعي وكذلك بالنسبة للمجموع الكلي للمقياس، وهذه النتيجة تختلف مع دراسة المعمري (2010) التي أظهرت فروقاً دالة إحصائيا في مستوى الرهاب الاجتماعي تعزى لمتغير النوع، واختلفت مع دراسة كلارك وآخرين (Clark, et al., 1995) التي أظهرت أن الرهاب الاجتماعي أكثر ارتفاعا لدى الإناث من الذكور.

التوصيات والمقترحات:

أ/ التوصيات:

بناء على ما توصلت إليه الدراسة الحالية من نتائج، فإن الباحث يوصي بالآتي:

1/ دعم الجوانب الإيجابية في سمات الشخصية لدى الذكور وخاصة في سمة العصابية، وذلك بنشر ثقافة الصحة النفسية لدى الآباء والمجتمع اللذان يشكلان ضغطا نفسيا لدى الذكور نتيجة مطالبتهم بالتفوق في الدراسة والحياة العامة، من أجل إيجاد فرص العمل وتنشئة الأسر، فالضغط المتواصل يولد القلق والخوف والرهبة في مختلف المواقف الاجتماعية.

2/ نشر الوعي وتثقيف الطلبة بتفاوت القدرات بينهم، فالقدرات تختلف من شخص لأخر، فلا يحمل الإنسان نفسه فوق طاقتها بأن يضع مفهوم الدونية نصب عينيه إن أخفق في بعض المجالات، أو لم يحصل على المقدر الذي وضعه لنفسه، فيشعر بالسرعة الفائقة بأنه أقل شأننا من الآخرين.

3/ نشر ثقافة احترام الآخرين بين الطلبة، وبث روح الأخوة بينهم، والاعتراف بالإساءة في حالة صدورها للأخر، ونبذ عدم المبالاة بمشاعر الآخرين.

4/ تفعيل دور المكاتب الإرشادية والنفسية داخل الجامعات، عن طريق تزويدها بأخصائيين نفسيين، ومرشدين تربويين للتعامل مع مشكلات الطلبة بأنسب الطرق العلاجية، والتي تتوافق مع المشكلة نفسها.

ب/ المقترحات:

يقترح الباحث القيام بالبحوث الآتية:

1/ إجراء دراسات حول بعض سمات الشخصية وعلاقتها بالرهاب الاجتماعي في مراحل تعليمية مختلفة.

2/ إجراء دراسات عن سمات الشخصية لدى طلاب الجامعة وعلاقتها ببعض المتغيرات مثل المعاملة الوالدية، قلق المستقبل..

3/ إجراء دراسات عن الرهاب الاجتماعي لدى طلاب الجامعة وعلاقتها ببعض المتغيرات مثل أساليب القيادة، التواصل اللغوي..

4/ بناء برنامج إرشادي لخفض الرهاب الاجتماعي.

قائمة المراجع

أولا المراجع العربية:

ابراهيم، الشافعي والقرني، مهدي علي. (2010) رهاب الكلام لدى طلاب الجامعة السعوديين وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية: دراسة تنبئية مقارنة. **مجلة العلوم الاجتماعية**، المجلد 38 العدد 3 جامعة الكويت.

أبن منظور، محمد بن مكرم. (2001). **لسان** العرب. دار الكتب العلمية، بيروت.

أبوجدي، أمجد أحمد. (2004). **أثر القلق الاجتماعي والشعور بالوحدة وكشف الذات في إدمان الانترنت**. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الاردنية، عمان.

أبو حويج، مروان. (2002). **المدخل الى علم النفس العام.** دار اليازوري العالمية للنشر والتوزيع، عمان الاردن.

أبو موسى، سمية محمد جمعة. (2008). **التوافق الزواجي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى المعاقين**. رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين.

أحمد، سهير كامل. (2003). **سيكولوجية الشخصية.** مركز الاسكندرية للكتاب، الاسكندرية، مصر.

الأحمدي، مارية. (2000). **المخاوف المرضية الشائعة لدى تلميذات المرحلة الابتدائية بالمدينة المنورة وعلاقتها بمتغيرات السن والمستوى التعليمي والاقتصادي للأسرة.** رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، المدينة المنورة.

الأشقر، هيفاء بنت عبد المحسن. (2004). **اثر برنامج علاجي عقلاني انفعالي سلوكي جمعي في خفض قلق التحدث أمام الأخريات لدى عينة من طالبات الإقامة الداخلية بجامعة الملك سعود**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود، الرياض.

الانصاري، بدر. (1996). **قياس الخجل**. دار الكتاب الجامعي للنشر والتوزيع، الكويت.

الأنصاري، بدر. (1997). السمات المميزة لدى الشباب الكويتي من الجنسيين. بحث مقدم الى المؤتمر الدولي الرابع لمركز الارشاد النفسي، جامعة عين شمس، القاهرة، **المجلة العربية للعلوم الانسانية** المجلد 59 العدد 15 جامعة الكويت.

الأنصاري، بدر. (1997). قياس الحرج الموقف لدى طلاب المرحلة الجامعية من الجنسيين وعلاقته ببعض اضطرابات الشخصية في المجتمع الكويتي. **مجلة حوليات كلية الآداب،**

مجلد 217 العدد 118، الكويت.

الأنصاري، بدر محمد. (2001). بعض الحالات الانفعالية لدى الكويتيين والمصريين : دراسة ثقافية مقارنة. **مجلة دراسات الخليج والجزيرة العربية**، السنة 27 العدد 100 جامعة الكويت.

باترسون، س.هـ. (1992). **نظريات الإرشاد والعلاج النفسي** (حامد عبد العزيز الفقي، مترجم). دار القلم للنشر والتوزيع، الكويت.

البدارين، غالب سليمان عليان. (2003). **أساليب التفكير وعلاقتها بأنماط الشخصية لدى طلاب جامعة اليرموك.** رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن.

بقيون، سمير. (2007). **الطب النفسي**. دار اليازوري العلمية للنشر والتوزيع، الاردن، عمان.

بي شتاين، موري وحون، آرووكر. (2002). **قهر الخجل والقلق الاجتماعي التغلب على الخجل**. مكتبة جرير، الرياض.

بيت دشيشه، أسماء بنت أحمد. (2011). **بعض سمات الشخصية لدى الأحداث الجانحين وعلاقتها ببعض المتغيرات في سلطنة عمان**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نزوى، سلطنة عمان.

البنا، عادل السعيد. (2002). مخاوف الاتصال الشفهي وعلاقتها بالقلق الاجتماعي واساليب التعلم. **مجلة العلوم الاجتماعية**، المجلد 8 العدد 27 جامعة الكويت.

الثبيتي، ضيف الله بن محمد(2008). **قيم العمل وبعض سمات الشخصية لدى المرشدين**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية.

جبر، أحمد محمود. (2012). **العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بحافظات غزة.** رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر غزة، فلسطين.

الجهني، علي حسين. (2003). **أثر برنامج إرشاد جمعي سلوكي في خفض رهاب التحدث.** رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية، الأردن.

حامد، سامر محمد. (2003). **السمات الشخصية – العقلية – لدى طلبة جامعة النجاح الوطنية وعلاقتها ببعض المتغيرات الديمغرافية**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة النجاح الوطنية، نابلس فلسطين.

الحجري، علي بن محمد. (2005). **مدى ادراك طلبة كليات التربية في سلطنة عمان لأهمية الارشاد الاكاديمي ومدى فاعليته**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مؤتة، الاردن.

حسين، عبدالعظيم طه. (2009). **استراتيجيات إدارة الخجل والقلق الاجتماعي**. الطبعة الاولى، دار الفكر، عمان.

الحراصي، أحمد بن حمدان. (2011). **مستويات القلق وعلاقتها بالمخاوف الاجتماعية لدى عينة من المراهقين ببعض مدارس المنطقة الداخلية بسلطنة عمان**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نزوى، سلطنة عمان.

الحسين، أسماء عبدالعزيز. (2002). **المدخل الميسر الى الصحة النفسية والعلاج النفسي.** دار عالم الكتب للطباعة والنشر والتوزيع، كلية التربية الرياض.

الخالدي، أديب محمد. (2006). **مرجع في علم النفس الاكلينيكي (المرضي) الفحص والعلاج**. الطبعة الأولى، دار وائل للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

الخلف، خلف عبدالله. (2007). **تناقض إدراك الذات وعلاقتها بكل من الرهاب الاجتماعي والاكتئاب لدى عينة من طلاب جامعة الملك سعود.** رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود، الرياض.

الخليفي، سمر صالح. (2006). **المخاوف الاجتماعية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى بعض ذوات الظروف الخاصة والعاديات في مرحلتي الطفولة والمراهقة.** رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود، السعودية.

داؤود، عزيز حنا. (2006). **مناهج البحث العلمي**. دار أسامة للنشر والتوزيع، عمان الاردن.

الداهري، صالح حسن والعبيدي، ناظم هاشم. (1999). **الشخصية والصحة النفسية**. دار الكندي

للنشر والتوزيع، الاردن.

دبابش، علي موسى. (2011). **فعالية برنامج إرشادي مقترح للتخفيف من القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية وأثره على تقدير الذات.** رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الازهر غزة فلسطين.

رضوان، سامر جميل. (2001). دراسة ميدانية لتقنين مقياس القلق الاجتماعي على عينات سورية. **مجلة مركز البحوث التربوية**، العدد 19، السنة 10، جامعة قطر.

الريامي، سعود بن حارب. (2010). **فاعلية برنامج ارشاد جمعي في خفض القلق الاجتماعي لدى المعاقين جسميا في سلطنة عمان.** رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نزوى سلطنة عمان.

رياض، سعد. (2005). **الشخصية أنواعها وأمراضها وفن التعامل معها.** مؤسسة اقرأ للنشر والتوزيع والترجمة، القاهرة.

الزغول، عماد عبد الرحيم، الهنداوي، علي فالح. (2002). **مدخل الى علم النفس**. دار الكتاب الجامعي، العين الإمارات العربية المتحدة.

زهران، حامد عبد السلام. (2005). **الصحة النفسية والعلاج النفسي**. عالم الكتب، القاهرة.

الزهراني، نوال بنت عثمان. (2008). **الاحتراق النفسي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى العاملات مع ذوي الاحتياجات الخاصة**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية.

السبعاوي، فضيلة. (2011). **التغلب على الخجل الاجتماعي**. دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان.

سراج، ثريا محمد. (2007). **سوء استخدام الانترنت وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من طلاب الجامعة (دراسة سيكومترية اكلينيكية)**. اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة الزقازيق، مصر.

سرحان، وليد و التكريتي، عدنان وحباشنة، محمد. (2004). **القلق**. دار مجدلاوي للنشر، عمان.

السفاسفة، محمد ابراهيم. (2003). **اساسيات في الارشاد والتوجيه النفسي والتربوي**. مكتبة

الفلاح للنشر، العين الامارات.

سفيان، نبيل. (2004). **المختصر في الشخصية والارشاد النفسي**. القاهرة، إيتراك للطباعة والنشر والتوزيع.

الشاذلي، عبدالحميد. (2001). **الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية**. المكتبة الجامعية، القاهرة.

الشبانات، عبدالرحمن. (1996). **تقييم العلاج العقلاني الانفعالي لحالات الرهاب الاجتماعي.** رسالة ماجستير غير منشورة، المركز العربي للدراسات الامنية، الرياض.

الشربيني، لطفي عبدالعزيز. (2004). **كيف تتغلب على القلق**. الاسكندرية، دار النهضة العربية للطباعة والنشر.

شقير، زينب محمود. (2005). **الشخصية السوية والمضطربة.** مكتبة النهضة العربية، القاهرة.

شيبي، الجوهرة بنت عبدالقادر.(2009). **الوحدة النفسية وعلاقتها بسمات الشخصية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة.** رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية.

الشناوي، محمد محروس. (1996). **نظريات الإرشاد النفسي والعلاج النفسي**. دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.

الشهري، وليد بن محمد.(2009). **التوافق الزواجي وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من المعلمين المتزوجين بمحافظة جدة**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية.

الطواب، سيد محمود. (2008). **الصحة النفسية والإرشاد النفسي**. مركز الإسكندرية للكتاب، الإسكندرية.

عبدالخالق، احمد. (1990). **أسس العلم النفس العام**. دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية.

عبد الخالق، احمد(1992). **الأبعاد الأساسية للشخصية**. دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية.

عبد الخالق، أحمد(1995). **قياس الشخصية**. دار المعرفة الجامعية، الاسكندرية.

عبدالرحمن، محمد. (1998). **نظريات الشخصية**. دار قباء للطباعة والنشر، القاهرة مصر.

عبدالرحمن، محمد السيد. (2000). **علم الأمراض النفسية والعقلية**. دار قباء للطباعة والنشر

والتوزيع، القاهرة.

عبدالله، منار أحمد.(2011). **الخوف الاجتماعي وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء لدى طلاب المستوى الأول مجمع الوسط بجامعة الخرطوم.** رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الخرطوم، السودان.

العتيبي، كتاب بن عقلان. (2005). **الرهاب الاجتماعي لدى مدمني المسكرات والحشيش وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نايف العربية للعوم الأمنية، السعودية.

العجمي، سعيد رفعان. (2003). **علاقة بعض سمات الشخصية بانحراف الأحداث في مدينة الرياض**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نايف للعلوم الأمنية، السعودية.

عكاشة، أحمد. (1992). **الطب النفسي المعاصر**. مطبعة الأنجلو، القاهرة.

العنزي، فريح عويد. (1996). **علم نفس الشخصية**. مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت.

العنزي، فريح عويد. (2004). العدوانية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية في مرحلة المراهقة. **المجلة التربوية**، العدد 73 المجلد 19، جامعة الكويت.

العنزي، يوسف بن سطام. (2010). **الذكاء الانفعالي والسمات الشخصية لدى المنتكسين وغير المنتكسين على المخدرات**. أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة نايف العربية للعوم الأمنية، الرياض.

الغامدي، طلال. (2006). **خصائص رسوم عينة من مرضى الرهاب الاجتماعي ودلالاتها الرمزية " دراسة حالة".** رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية.

غنام، ختام عبدالله علي. (2005). **السمات الشخصية والولاء التنظيمي لدى معلمات المرحلة الاساسية في المدارس الحكومية في محافظة نابلس**. رسالة ماجستير غير منشورة: جامعة النجاح الوطنية نابلس، فلسطين.

الغيلاني، سالم بن محمد. (2013). **بعض سمات الشخصية وعلاقتها بالاحتراق النفسي لدى مدربي الفرق الأولى والاتحادات الرياضية في محافظة مسقط بسلطنة عمان**. رسالة ماجستير

غير منشورة، جامعة نزوى، سلطنة عمان.

القحطاني، غانم بن مذكر. (2004). **جريمة السرقة وعلاقتها ببعض سمات الشخصية والمتغيرات الديمغرافية لدى عينة من السجناء والعاديين في منطقة مكة المكرمة**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية.

القذافي، رمضان محمد. (1990). **سيكولوجية الإعاقة**. الدار العربية للطباعة والنشر، طرابلس.

القرني، محمد. (1994). **الخواف الاجتماعي وعلاقته ببعض أساليب المعاملة الوالدية كما يراها الأبناء**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الملك سعود، الرياض.

كرميان، صلاح. (2007). **سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين صورة وقتية من الجالية العراقية في إستراليا.** اطروحة دكتوراه غير منشورة، الأكاديمية العربية المفتوحة، الدانمارك.

الكلبانية، منى بنت سيف. (2006). **تقنين قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية على طلبة السلطان قابوس.** رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة السلطان قابوس، سلطنة عمان.

مأمون، صالح. (2008). **الشخصية بناؤها تكوينها انماطها اضطراباتها.** دار اسامة للنشر والتوزيع، عمان.

المالح، حسان. (1993). **الخوف الاجتماعي الخجل**. دار المنارة للنشر والتوزيع، السعودية.

متولي، أحمد متولي. (1993). **مدى فاعلية التدريب على المهارات الاجتماعية والعلاج السلوكي المعرفي في تخفيف الفوبيا الاجتماعية لدى طلاب الجامعة**. اطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة طنطا، مصر.

مخيمر، صلاح. (1996). **المدخل الى الصحة النفسية.** مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

المطيري، شيخة. (2000). **المخاوف الاجتماعية وعلاقتها بعدد من متغيرات الشخصية لدى طلاب جامعة الكويت.** رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الكويت، دولة الكويت.

المعمري، خالد بن سيف. (2010). **الخصائص السيكومترية لقائمة الرهاب الاجتماعي على عينة جامعة السلطان قابوس**. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة السلطان قابوس، سلطنة عمان.

المليجي، حلمي. (2001). **علم نفس الشخصية**. بيروت لبنان دار النهضة.

المنصوري، خالد بن أحمد.(2009). **المشكلات النفسية الاجتماعية الأكثر شيوعا وبعض سمات الشخصية لدى عينة من طلبة كلية المعلمين بجامعة الطائف.** رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية.

النفيسة، عبدالعزيز علي. (2010). **تأثير القلق الاجتماعي والاكتئاب على بعض العمليات المعرفية.** أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الامنية، الرياض.

النيال، مايسة أحمد وأبو زيد، مدحت عبدالحميد. (1999). **الخجل وبعض أبعاد الشخصية**. دار المعرفية الجامعية الاسكندرية.

يوسف، جمعة سيد وخليفة، عبداللطيف محمد. (2000). الخجل والتوافق الاجتماعي: دراسة ثقافية مقارنة بين مجموعتين من طلاب الجامعة السعوديين والكويتيين. **مجلة العلوم الاجتماعية،** المجلد 28 العدد 3 جامعة الكويت.

ثانيا: المراجع الأجنبية

Albno, AM. Martenp, P. Holt, C. Heimberg, R. & Barlow, D. (1995). Cognitive and behavioral group treatment of Social Phobia in adolescents. A preliminary study. **The Journal of Nervous and Mental Disease, 183**, 649- 656.

Al-Hini, Saleh S. ALSaidy, Obaid. Dorvlo, Atsu S. Al-Riyami, Bazdawi M. Bhargava, Kamlesh. Northway, Margaret G. Al-Sharbati, Marwan. Al-Hussaini, Ala Aldin. Al-Adawi, Samir. (2006). **Prevalence of social phobia in college student population in Oman.** In Mery V. Landow, College students: mental health and strategies (115-132). New York: Nova Science Publishers.

Al-Riyami, Asya A. Al-Adawi, Samir H. Al-Kharusi, Hilal A. Morsi, Magdi, M. Jaju, Sanjay, S. (2009). Health services utilization by school going Omani adolescents and youths with DSM IV mental disorders and barriers to service use. **International journal of mental health systems, 3**(1), 22.

American Psychiatric Association. (2004). **Diagnostic and statistical manual of mental disorders (4th ed).** Washington, DC: American Psychiatric Association.

Bienvenu, S. Neal, m. (2007). Low extraversion and high neuroticism as Indices of genetic and environmental risk of social Phobia, agoraphobia and animal Phobia**. American Psychiatric Foundation, 164**: 1714-1712.

Chaleby, K. & Raslan, A. (1999). Delineation of **Social Phobia in Saudi Arabia.** Journal Social Psychiatry: 324-327.

Clark, D. Mcmanus, F. Hackman, A. Fennele, M. & Campbll, H. (2003). Cognitive therapy versus fluoxetine in generalized social phobia: A randomized placebo – controlled trial **Consulting and Clinical Psychology Journal, 71(6)**: 1058 – 1067.

Clark, DB. Turner, SM. Beidel, DC. (1995). Reliability and validity of the social phobia and anxiety inventory for adolescents. **Psychological Assessment, 6** (2), 135-140.

Cramerus, Maryke. (1998). A Psychoanalytic Model of Social. **Anxiety shyness DAI, 58,** (8), 3307-3308.

Costa, P. T. Jr, and McCrae, R.R. (1992). **The revised NEO personality inventory (NEO-PI-R) and NEO five factor inventory (NEO-FFI) professional manual.** Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.

De Fruyt, F. McCrae, R, R. Szirmak, Z. Nagy, J. (2004). The Five-factor Personality Inventory as a measure of the Five-factor Model: Belgian, American, and Hungarian comparisons with the NEO-PI-R Assessment. **London: SAGE Publications, 11**(3), 149-162.

Duggan, E.S. & Brennan, KA. (1994). Social avoidance and relation to Bartholomew's adult attachment typology. **Social and Personal Relationships Journal, 11**, 147-153.

Fadem, B. & Simring, S. (1997). **Psychosomatics Medicine and Medication Induce Psychiatric Symptoms.** Psychiatry recall, Williams and Wilkins publisher: 137-139.

Francis, G. & Radka, DF. (1995). **Social Anxiety in adolescents, Social Phobia Clinical and Research Perspires.** Edited by MB Steen, American Psychiatric Press: 119-143.

Goldberg, L. R. (1993). The structure of phenotypic personality traits. **American Psychologist**, **48** (1), 26-34.

Issever, H. Onen, L. Sabuncu, H, H. & Altunkaynak, O. (2004). Personality characteristics, psychological symptoms and anxiety levels of drivers in charge of urban transportation in Istanbul occupy. **Society of Occupational Medicine, London, 52**, 297-303.

Kaplan, CA. Thompson, AE. & Searson, SM. (1995). Long term follow- up of cognitive behavior therapy in children and adolescents. **Archives of childhood Disease, 73**, 472-475.

Leary, M. & Meadows, S. (1991). Predictors and Concomitants of Social Blushing. **Personality and Social Psychology Journal, 60** (1), 254-258.

Mannzz, S. Schneier, F. R. Champman, T. F. Leibowitz, M. R. Klein, D. F. & Fyer, A. J. (1995). **Generalized social phobia, Reliability**

and Validity. Archives of General Psychiatry, 76-79.

Margraf, J. & Rudolf, K. (1999). **Angst in Sozialen situation, Das concept der Social Phobia in Maragraf Hrsg Social Kompetenz Social Phobia.** Hohengehren Germany Schneidr Verlay: 3-24.

Mcadams, Dan P. (1990). **The person., An introduction to personality psychology.** San Diego: Harcourt Brace Jovanovich.

Menninger, W,W.(1995). **Comorbidity In Social Phobia Implications For Cognitive Behavioral Treatment.** Rear of Humiliation Integrated Treatment of Social Phobia and co morbid conditions. Jason Aronson INC: 41-54.

Moss, S, A. & Ngu, S. (2006). The relationship between personality and leadership preferences. **Current Research in Social Psychology Melbourne: Monash University, 11**(6), 70-91.

Murry, B. Abby, M. Fyer, M. Jonathan, R. Davidson, M. Mark, H. Pollack, M. & Brinda, W. (1999). Fluvoxamine treatment of social phobia and social anxiety disorder: A Double – blind placebo – controlled study**. Psychiatry American Journal 156**: 756- 760.

Nardone,G. (1996). **The strategic approach and other models of psychotherapy.** Brief Strategic solution- oriented therapy of phobic and Obsessive Disorders. Jason Aronson INC, 91-92.

Piedmont, R. L. & Chae, J. H. (1997). Cross cultural generalizability of the five factor model of personality: Development and validation of the NEO PI-R for Koreans. **Journal of Cross-Cultural Psychology, 28**(2), 131-155.

Ranta, K. Heino, R. Koivisto, A. Tuomisto, M. Pelkonen, M. & Marttunen, M.(2007). Age and gender differences in social anxiety symptoms during adolescence: The Social Phobia Inventory

SPIN as measure. **Psychiatry Research, 153 (3)**: 261-270

Rapee, R. (1997). The potential role of childrearing practices role of childrearing practices in the de elopement of anxiety and depression. **Clinical Psychology Review, 17**, 47-67.

Ries, B. Mc Neil, D. Boone, M. Turk, C. Carter, L. & Heimberg, R. (1998). Assessment of contemporary Social Phobia, verbal report Instruments. **Behavior Research and Therapy, 36** (10), 983-994.

Ryckman, R.M.(1993). **Theory of Personality, 5th edition**. California, Book/Cole Publishing Company.

Smith, Y. and Telch, M. (2004). The Speech Anxiety Thoughts Inventory: scale development and preliminary psychometric data. **Behavior and Therapy, 421**: 13-25.

الملاحق

الملحق (1)

المقياس في صيغته الأولية المرسل الى لجنة التحكيم

جامعة نزوى

كلية العلوم والآداب

قسم التربية والدراسات الإنسانية

الدراسات العليا / ماجستير تربية

تخصص إرشاد نفسي

الدكتور / المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ،، وبعد

الموضوع / تحكيم مقياس سمات الشخصية.

يود الباحث إجراء دراسة بعنوان: بعض سمات الشخصية وعلاقتها بالرهاب الاجتماعي لدى طلاب جامعة نزوى في سلطنة عمان. كأحد متطلبات حصوله على درجة الماجستير في التربية تخصص إرشاد نفسي من جامعة نزوى.

بهدف تطوير قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية (Five Factor Inventory) لكوستا وماكري (Costa, Mccrae, 1992).

من تعريب الكلبانية (2006)، واستخدامه كأداة اختبارية تتناسب مع البيئة العمانية في الدراسة الحالية، ومن أجل ذلك فأن الباحث يعرض المقياس عليكم باعتباركم من المختصين في الجوانب النفسية للاستفادة من اقتراحاتكم وملاحظاتكم حول تعليماته وفقراته ومجالاته وما تقترحونه من تعديلات. وذلك بوضع علامة (√) في المكان المناسب على مقياس التقييم المحدد في القائمة طبقا لما يأتي:

1/ الصياغة اللغوية (واضحة- غير واضحة).

2/ مدى انتماء كل فقرة من فقرات المقياس للبعد (منتمية- غير منتمية).

3/ مدى مناسبة كل فقرة في المقياس للبيئة العمانية (مناسبة- غير مناسبة).

4/ إجراء التعديلات المناسبة (إن وجدت) على كل فقرة من فقرات المقياس.

5/ مدى ملائمة بدائل الاستجابة في المقياس الأصلي (لا مطلقا- قليلا- متوسطا- كثيرا- كثيرا جدا).

علما بأن المقصود بسمات الشخصية هي: أسلوب ثابت متميز يمكن أن يوضح ما بين الأفراد من فروق فردية.

وفي الختام يشكر الباحث لكم سلفا جهودكم وما تقدمونه من ملاحظات ومقترحات وتعديلات خدمة للبحث العلمي والعلم.

الباحث/ حمد بن هلال بن حمد الحجري

جامعة نزوى

بعد العصابية.	تعريف العصابية: هي شخصية يتسم صاحبها بأنه قلق خائف عصبي ومهموم، لديه مخاوف مرضية، يميل الى الغضب، ويشعر بالإحباط والمرارة والتشاؤم، لديه خجل اجتماعي كبير الناتج عن عدم الظهور امام الاخرين في صورة مقبولة، ويتسم ايضا بأنه كثير الاندفاع يستثار بسرعة.

م	العبـــارة	الصياغة اللغوية		انتماءها للبعد		مناسبتها للبيئة العمانية		التعديلات
		واضحة	غير واضحة	منتمية	غير منتمية	مناسبة	غير مناسبة	
1	أشعر بأني أقل شأنا من الآخرين							
2	أشعر بالانهيار عندما تصادفني ضغوطات هائلة.							
3	افقد أعصابي بسهولة ولأسباب تافهة.							
4	لدي رغبة الاختفاء في الاوقات التي أكون فيها خجلا جدا.							
5	أشعر بالعجز وأحتاج الى من يحل مشاكلي.							
6	أشعر بالوحدة والكآبة في كثير من الأوقات.							
7	أشعر بالحزن والاكتئاب.							
8	أفكر بالاستسلام عندما تسوء الأمور.							
9	أغضب من الطريقة التي يعاملني بها الناس.							
10	اشعر بالخوف والقلق من الاخرين.							
11	أشعر أحيانا بأنه لا قيمة لي نهائيا.							
12	أعتبر نفسي شخصا غير قلق.							
13	أعصب بسهولة عندما لا تتحقق رغباتي.							
14	أقلق عندما أسبب إساءة للآخرين.							

بعد الانبساطية:	تعريف الانبساطية: شخص اجتماعي له العديد من الأصدقاء، يحب الحفلات ويسعى وراء الإثارة، محب للسيطرة والسيادة والخشونة، يحب التنافس واثق من نفسه، نشيط في العمل، ويحب الألوان الساطعة، والأماكن المزدحمة، وسريع الضحك متفاءل.

م	العبـــارة	الصياغة اللغوية		انتماءها للبعد		مناسبتها للبيئة العمانية		التعديلات
		واضحة	غير واضحة	منتمية	غير منتمية	مناسبة	غير مناسبة	
1	أحب أن يكون حولي عدد كبير من الناس.							
2	أضحك بسهولة في معظم الأحيان.							
3	أحب التحدث الى الغرباء الذين لا أعرفهم.							
4	أشعر أني شخص مبتهج ونشط.							
5	أشعر بأن حياتي تجري بسرعة.							
6	أصدق الآخرين ولو كانت أقوالهم غير منطقية.							
7	أفضل عمل الأشياء بمفردي.							
8	أعتبر نفسي خفيف الظل.							
9	أعتز بأن أكون قائدا للآخرين.							
10	أحب أن أكون في مكان النشاط.							
11	أفضل الحياة في مدينة صاخبة مزدحمة، أكثر من قرية هادئة أو منطقة ريفية.							
12	أكره الذهاب الى الحفلات والمناسبات، وأفضل التقوقع على نفسي.							
13	أتقبل الانتقادات البناءة.							

بعد الإنفتاحية.	تعريف الإنفتاحية: شخص خيالي حالم، محب للفن والأدب، متذوق للفنون والجماليات، يمتلك مشاعر جياشة، حيث أنه يعبر عن انفعالاته بشكل قوي أتجاه الآخرين، فتارة تراه في قمة السعادة وتارة أخرى في قمة الحزن، يحب أن يجرب كل ما هو غريب وجديد، يملك عقلية متفتحة، حيث أنه يجدد أفكاره دوما، يميل لإعادة النظر نحو القيم الاجتماعية والسياسية والدينية.

م	العبـــارة	الصياغة اللغوية		انتماءها للبعد		مناسبتها للبيئة العمانية		التعديلات
		واضحة	غير واضحة	منتمية	غير منتمية	مناسبة	غير مناسبة	
1	تثير اهتمامي الأنماط الفنية.							
2	أميل الى تجريب الأكلات الجديدة والأجنبية.							
3	أتأثر عند قراتي للشعر الوجداني.							
4	لدي اهتمام كبير أتجاه العلم والمعرفة.							
5	أشعر بالنشوة وموجة من الاثارة عندما أمعن النظر في قطعة فنية، أو أقرا قصيدة شعرية.							
6	أستمتع كثيرا بأحلام اليقظة.							
7	أعتقد أن ترك الطلاب يستمعون الى متحدثين يتجادلون يمكن أن يستدلوا على الطريقة الصحيحة في النقاش.							
8	أناضل من أجل أفكاري ومعتقداتي.							
9	أتصرف مع المواقف الحياتية ببصيرة وحكمة.							
10	أتمسك بالطرق الصحيحة عندما أعمل شيء ما.							
11	اختلاف البيئات لا يؤثر على مزاجي.							
12	أستمتع بالتفكير في النظريات والأفكار المجردة.							
13	أتطلع الى ما هو جديد.							

بعد يقظة الضمير:	تعريف يقظة الضمير: صاحب هذه الشخصية يمتلك ضميرا متيقظا، وهو شخص حكيم يتصرف بحكمة في المواقف الحياتية المختلفة، ويمتلك من المواهب بأن يكون أنيقا ومهذبا، ويمتاز بالأخلاق الصارمة، ينجز أعماله دون ملل أو كلل مناضل في سبيل الانجاز، وكذلك هو حذر وحريص حيث أنه يتصف بالتأني والروية قبل القيام او التفكير في عمل شيء ما.

م	العبـــارة	الصياغة اللغوية		انتماءها للبعد		مناسبتها للبيئة العمانية		التعديلات
		واضحة	غير واضحة	منتمية	غير منتمية	مناسبة	غير مناسبة	
1	أهتم بترتيب ونظافة ممتلكاتي.							
2	أنجز أي عمل أقوم به.							
3	أنجز المهام التي أكلف بها ما يمليه علي ضميري.							
4	أتابع إنجاز الاعمال التي أقوم بها الى نهايتها.							
5	أشعر بأني لست شخصا نظاميا.							
6	أعمل بجد في سبيل تحقيق أهدافي.							
7	أسعى الى تحقيق أهدافي مهما كانت الظروف.							
8	أشعر بأني شخص مجتهد ومثابر.							
9	أضيع كثيرا من الوقت قبل أن أبدأ العمل.							
10	أكون جديرا بالثقة كما ينبغي أن أكون.							
11	أشعر بأني حذر جدا في المواقف الجديدة، ولدي القدرة في التأني باتخاذ القرار.							
12	أحب أن أنظم الاعمال التي أنجزها.							
13	أتفاءل بالنجاح من خلال تنفيذ الأعمال المكلف بها.							
14	أراجع نفسي في حالة ارتكابي أخطاء أثناء عملي.							
15	لدي القدرة على تحقيق أهدافي المستقبلية.							
16	أساعد الزملاء في العمل.							

بعد المقبولية أو الطيبة	تعريف الطيبة: صاحب هذه الشخصية يتسم بالثقة في نفسه، ويثق في نوايا الآخرين. مخلص صريح مبدع جذاب يساعد الناس في السراء والضراء، ويمتاز بأنه سريع النسيان ويعفو عن الناس دائما، وكذلك لا ينافس الاخرين معتدل في رأيه ومتواضع.

م	العبـــارة	الصياغة اللغوية		انتماءها للبعد		مناسبتها للبيئة العمانية		التعديلات
		واضحة	غير واضحة	منتمية	غير منتمية	مناسبة	غير مناسبة	
1	أميل الى الشك والسخرية من نوايا الآخرين.							
2	أحب مساعدة الآخرين.							
3	أشعر بأني لست أنانيا.							
4	أفضل منافسة الآخرين وعدم التعاون معهم.							
5	أشعر بأني صلب الرأي ومتشدد في اتجاهاتي.							
6	أحاول أن أكون لطيفا مع كل فرد ألتقي به.							
7	أشعر بأني لين الجانب سريع النسيان، وأغفر للآخرين أخطائهم.							
8	أعتقد بأن معظم الناس يستغلوني اذا سمحت لهم بذلك.							
9	أصارح الشخص الذي يخطأ.							
10	يحبني معظم الذين أعرفهم.							
11	أتحايل على الناس للحصول على ما أريد.							
12	أسدي النصائح للآخرين بسبب أو بدون سبب.							
13	أتقبل تصحيح الآخرين أثناء العمل.							
14	أحاول أن أكون يقظا ومراعيا لمشاعر الآخرين.							
15	اتفاعل بود مع الآخرين.							
16	أعفو عن إساءة الآخرين لي بسهولة.							

الملحق (2)

قائمة بأسماء المحكمين للقائمة العوامل الخمسة الكبرى ومقياس الرهاب الاجتماعي في صورتهما الأصلية.

م	الاسم	التخصص	المرتبة العلمية وجهة العمل
1	د. علي مهدي كاظم	القياس والتقويم	استاذ مشارك بقسم علم النفس كلية التربية بجامعة السلطان قابوس.
2	د. عواطف عبد المجيد السامرائي	علم نفس	أستاذ مساعد بقسم التربية والدراسات الانسانية بجامعة نزوى.
3	د. هدى أحمد الضوي	علم نفس	أستاذ مساعد بقسم التربية والدراسات الانسانية بجامعة نزوى.
4	د. أسامة سعد أبو سريع	علم النفس الاجتماعي	أستاذ مساعد بقسم علم النفس كلية التربية بجامعة السلطان قابوس.
5	د. محمد أحمد نقادي	القياس والتقويم	أستاذ مشارك بقسم التربية والدراسات الانسانية بجامعة نزوى.
6	د. آمال محمد بدوي	تربية الطفل	أستاذ مساعد بقسم التربية والدراسات الانسانية بجامعة نزوى.
7	د. سالم بن محمد الحجري	إدارة تربوية واقتصاديات تعليم	خبير تربوي بمديرية التربية والتعليم بمحافظة شمال الشرقية.
8	هلال بن سليمان السالمي	إرشاد وتوجيه	ماجستير إرشاد وتوجيه بقسم الصحة النفسية وزارة الصحة.
9	حميد بن عامر الحجري	الأدب الحديث	ماجستير آداب لغة عربية بقسم العلوم الإنسانية بجامعة الشرقية.
10	علي بن محمد الحجري	إرشاد نفسي	ماجستير إرشاد نفسي مركز الخدمات الطلابية بوزارة التعليم العالي.
11	محمد بن حمد البراشدي	إرشاد نفسي	ماجستير إرشاد نفسي بقسم شؤون الطلبة بجامعة الشرقية.

الملحق (3)

قائمة العوامل الخمسة الكبرى في صورتها النهائية

النوع/ ذكر ، أنثى الكلية:

السنة الدراسية:

أخي العزيز / أختي العزيزة

فيما يلي مجموعة من الفقرات يرجى قراءة كل فقرة بدقة وتمعن، ثم بين ما إذا كان مدلول هذه الفقرة ينطبق عليك أم لا، ثم ضع أو ضعي دائرة حول الرقم المناسب تبعا للاستجابات التالية:

1 ويعني لا مطلقا

2 ويعني قليلا

3 ويعني متوسطا

4 ويعني كثيرا

5 ويعني كثيرا جدا

ليست هناك إجابات صحيحة وأخرى خاطئة، ولكن المهم أن تكون دقيقا في تحديد ما ينطبق عليك تماما وتذكر أن تضع دائرة حول رقم واحد فقط أمام كل من الأرقام الموجودة أمام الفقرات، وأجب عن كل الفقرات، وأرجو أن تجيب بسرعة، وألا تقضي وقتا طويلا في التفكير في كل بند.

م	نص العبارة	لا مطلقا 1	قليلا 2	متوسطا 3	كثيرا 4	كثيرا جدا 5
1	أشعر بأني أقل شأنا من الآخرين.					
2	أحب أن يكون حولي عدد كبير من الناس.					
3	تثير اهتمامي الأنماط الفنية.					
4	أهتم بترتيب ونظافة ممتلكاتي.					
5	أحب مساعدة الآخرين.					
6	أفضل منافسة الآخرين وعدم التعاون معهم.					
7	أنجز أي عمل أقوم به.					
8	أميل إلى تجريب الأكلات الجديدة والأجنبية.					
9	أضحك بسهولة في معظم الاحيان.					
10	أغضب من الطريقة التي يعاملني بها الناس.					
11	أشعر أني شخص مبتهج ونشط.					
12	أشعر بالحزن والاكتئاب.					
13	أتصرف مع المواقف الحياتية ببصيرة وحكمة.					
14	أسعى إلى تحقيق أهدافي مهما كانت الظروف.					
15	أنجز المهام التي أكلف بها حسب ما يمليه علي ضميري.					
16	أحاول ان أكون متسامحا ومراعيا لمشاعر الآخرين.					
17	أشعر بأني لست أنانيا.					
18	أشعر بالخوف والقلق من الآخرين.					
19	أكون جديرا بالثقة كما ينبغي أن أكون.					
20	لدي القدرة على تحقيق أهدافي المستقبلية.					
21	أتقبل تصحيح الآخرين لأفكاري أثناء العمل.					
22	أكره الذهاب إلى الحفلات والمناسبات.					

م	نص العبارة	لا مطلقا 1	قليلا 2	متوسطا 3	كثيرا 4	كثيرا جدا 5
23	أتطلع الى ما هو جديد.					
24	أراجع نفسي في حالة ارتكابي أخطاء أثناء عملي.					
25	أعتز بأن أكون قائدا للآخرين.					
26	أصدق الآخرين ولو كانت اقوالهم غريبة بعض الشيء.					
27	لدي اهتمام كبير أتجاه العلم والمعرفة.					
28	أستمتع بأحلام اليقظة.					
29	أعمل بجد في سبيل تحقيق أهدافي.					
30	أشعر بالانهيار عندما تصادفني ضغوطات هائلة.					
31	أتقبل الانتقادات البناءة.					
32	أفضل الحياة في الأماكن المزدحمة.					
33	اختلاف البيئات لا يؤثر على مزاجي.					
34	أتأثر عند قراءة الشعر العاطفي.					
35	أشعر بأني شخص مجتهد ومثابر.					
36	أعفو عن إساءة الآخرين لي.					
37	أقدم النصح للآخرين في مواقف عديدة.					
38	أفضل إنجاز الأعمال بمفردي.					
39	أشعر بالوحدة والكآبة في كثير من الأوقات.					
40	أحب التحدث إلى الغرباء الذين لا أعرفهم.					
41	أناضل من أجل أفكاري ومعتقداتي.					
42	أشعر بالضعف وأحتاج الى من يساعدني على حل مشاكلي.					
43	أتمسك بالطرق التقليدية عندما أعمل شيئا ما.					
44	أفكر في الاستسلام عندما تسوء الأمور.					
45	أتفاعل بود مع الآخرين.					

م	نص العبارة	لا مطلقا 1	قليلا 2	متوسطا 3	كثيرا 4	كثيرا جدا 5
46	أتفاءل بالنجاح من خلال تنفيذ الأعمال المكلف بها.					
47	أقلق عندما أسبب إساءة للآخرين.					
48	أحب أن أنظم الأعمال التي أنجزها.					
49	يحبني معظم الذين أعرفهم.					
50	أحاول أن أكون لطيفا مع كل فرد ألتقي به.					
51	أصارح الشخص الذي يخطئ					
52	أغضب بسهولة عندما لا تتحقق رغباتي.					
53	لدي رغبة الاختفاء عن الآخرين في الأوقات التي أكون فيها خجلا جدا.					
54	أميل إلى الشك في نوايا الآخرين والسخرية منها.					
55	أفقد السيطرة على أعصابي لأسباب تافهة.					
56	أساعد الزملاء في العمل.					
57	أعتبر نفسي خفيف الظل.					
58	أتابع إنجاز الأعمال التي أقوم بها إلى نهايتها.					
59	أعتبر نفسي شخص غير قلق.					
60	أشعر بأني لين الجانب سريع النسيان وأغفر للآخرين أخطاءهم					

الملحق (4)

المقياس في صيغته الأولية المرسل الى لجنة التحكيم

جامعة نزوى

كلية العلوم والآداب

قسم التربية والدراسات الإنسانية

الدراسات العليا / ماجستير تربية

تخصص إرشاد نفسي

الدكتور / المحترم

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته ،، وبعد

الموضوع / **تحكيم مقياس الرهاب الاجتماعي.**

يود الباحث إجراء دراسة بعنوان: بعض سمات الشخصية وعلاقتها بالرهاب الاجتماعي لدى طلاب جامعة نزوى في سلطنة عمان. كأحد متطلبات حصوله على درجة الماجستير في التربية تخصص إرشاد نفسي من جامعة نزوى.

بهدف بناء مقياسا للرهاب الاجتماعي واستخدامه كأداة اختبارية تتناسب مع البيئة العمانية في الدراسة الحالية، ومن أجل ذلك فأن الباحث يعرض المقياس عليكم باعتباركم من المختصين في الجوانب النفسية للاستفادة من اقتراحاتكم وملاحظاتكم حول تعليماته وفقراته ومجالاته وما تقترحونه من تعديلات. وذلك بوضع علامة (√) في المكان المناسب على مقياس التقييم المحدد في القائمة طبقا لما يأتي:

1/ الصياغة اللغوية (واضحة- غير واضحة).

2/ مدى انتماء كل فقرة من فقرات المقياس للبعد (منتمية- غير منتمية).

3/ مدى مناسبة كل فقرة في المقياس للبيئة العمانية (مناسبة- غير مناسبة).

4/ إجراء التعديلات المناسبة (إن وجدت) على كل فقرة من فقرات المقياس.

5/ مدى ملائمة بدائل الاستجابة في المقياس الأصلي (لا مطلقا- قليلا- متوسطا- كثيرا- كثيرا جدا).

علما بأن المقصود بالرهاب الاجتماعي هو: جملة من مخاوف غير عقلانية، مرتبطة بمواقف اجتماعية تتطلب تفاعلا، ومواجهة الآخرين.

وفي الختام يشكر الباحث لكم سلفا جهودكم وما تقدمونه من ملاحظات ومقترحات وتعديلات خدمة للبحث العلمي والعلم.

الباحث/ حمد بن هلال بن حمد الحجري

جامعة نزوى

	العبارة	الصياغة اللغوية		انتماءها لمقياس		مناسبتها للبيئة العمانية		التعديلات
م		واضحة	غير واضحة	منتمية	غير منتمية	مناسبة	غير مناسبة	
1	أخاف الاشخاص في مركز السلطة							
2	أتجنب القاء الكلمات والخطابات							
3	ليس لدي خوف من التحدث للجنس الاخر							
4	اجد صعوبة في التحدث امام الاخرين							
5	اشعر بالسعادة عندما اصعد المنصة لإلقاء كلمة ما امام الاخرين							
6	التزم الصمت عندما يخطئ احد في حقي مخافة منه							
7	اتجنب مشاركة الاخرين الحديث والمناقشة ما امكن							
8	اخشى نسيان بعض اجزاء حديثي عندما اكون امام الاخرين							
9	اعتقد بان بناء صداقات جديدة امر سهل							
10	اخشى القيام ببعض الاعمال عند احتمال مراقبة الاخرين لي							
11	اتجنب المواقف التي تؤدي الى الاحراج امام الاخرين							
12	تضايقني الرجفة او الرعشة امام الاخرين							
13	تناول الطعام امام الاخرين							
14	اخشى الضيقة والتوتر نتيجة تعرقي امام الاخرين							
15	اتعمد الغياب عن إلقاء البحث في موعده المحدد							
16	يحمر وجهي وترتجف يداي عندما اكون امام زملائي الطلاب							
17	اتخوف من الاشخاص الغرباء							
18	اخشى تجاهل الاخرين لي							
19	امتنع من الذهاب الى الحفلات							
20	تتطاير الاجابة مباشرة من ذهني عندما يوجه لي سؤال على الملاء							
21	اتجنب التعبير عن آرائي علانية خشية الاخرين							
22	اتمنى لو احظى بمستوى اكبر من الثقة بالنفس في مختلف المواقف الاجتماعية							
23	اشعر بالسعادة عندما يطلب مني إلقاء بحث اكاديمي							
24	اتجنب حضور الحفلات واللقاءات والمناسبات الاجتماعية							
25	تخيفني المواقف التي تعرضني للنقد							
26	افعل اي شيء كي اتجنب							
27	تتشتت افكاري قبل البدء في الحديث امام الاخرين							
28	امتنع عن المشاركة في المناقشات مع ان لدي معلومات قيمة							
29	اشعر بان خوفي واحجامي عن المشاركة الصفية لها اثر سلبي على مستواي الدراسي							

30	اخشى من ان اضطر الحديث بلغة اجنبية امام الاخرين							
31	تضايقني اراء الاخرين عند تقيمي							
32	يخيفني اهتمام الاخرين الزائد لي							
33	أتأثر بانطباع الاخرين عني							
34	تؤثر الاحكام التي تطلق بحقي على سلوكي							
35	ارى انني مهتم بالناس الذين يفكرون بي							
36	اعتقد اني لست من الذين يخلقون الاعذار عندما يطلب مني الحضور لاجتماع ما							
37	احب الجلوس مع الضيوف خلال زيارتهم لي							
38	اخلق الاعذار عندما تتاح لي فرصة الاجتماع بالآخرين، او الالتقاء بهم في حفلة او رحلة							
39	املك الشجاعة الكافية لتقديم برنامج احتفال بالجامعة							
40	ارى ان لدي ثقة كبيرة في المواقف الاجتماعية							
41	اشعر بالهدوء حتى وانا في المواقف الاجتماعية غير المألوفة							
42	ابدو مرتاحا عندما اكون في مجموعة اناس لا اعرفهم							
43	ابحث عن مبررات تمنعني من حضور التجمعات العامة							
44	اتردد في الدخول الى القاعة الدراسية اذا وصلت متأخرا							
45	اشعر باني امتلك اساليب التعامل الناجحة مع الاخرين							
46	استطيع التحدث الى الجنس الاخر بسهولة							
47	اختفي وراء زملائي عند دخولي قاعة الدرس							
48	لدي القدرة على التحدث مع اساتذتي بطلاقة							
49	افضل الجلوس في غرفتي وحيدا عند زيارة الضيوف لنا							
50	افضل العمل الفردي على العمل الجماعي							

الملحق (5)

مقياس الرهاب الاجتماعي في صورته النهائية

النوع (ذكر / أنثى): الكلية:

السنة الدراسية:

أخي العزيز / أختي العزيزة

فيما يلي مجموعة من الفقرات يرجى قراءة كل فقرة بدقة وتمعن، ثم بين ما إذا كان مدلول هذه الفقرة ينطبق عليك أم لا، ثم ضع أو ضعي دائرة حول الرقم المناسب تبعا للاستجابات التالية:

1 ويعني لا مطلقا

2 ويعني قليلا

3 ويعني متوسطا

4 ويعني كثيرا

5 ويعني كثيرا جدا

ليست هناك إجابات صحيحة وأخرى خاطئة، ولكن المهم أن تكون دقيقا في تحديد ما ينطبق عليك تماما وتذكر أن تضع دائرة حول رقم واحد فقط أمام كل من الأرقام الموجودة أمام الفقرات، وأجب عن كل الفقرات، وأرجو أن تجيب بسرعة، وألا تقضي وقتا طويلا في التفكير في كل بند.

م	نص العبارة	لا مطلقا	قليلا	متوسطا	كثيرا	كثيرا جدا
1	أخاف من مواجهة المسؤولين في الجامعة.					
2	أتجنب إلقاء الكلمات والخطابات أمام الآخرين.					
3	لا أخاف من التعامل مع الجنس الأخر.					
4	أشعر بالخوف عندما أصعد المنصة لإلقاء كلمة ما أمام الآخرين.					
5	أتلعثم عندما أتحدث أمام الآخرين.					
6	أعتقد بأن بناء صداقات جديدة أمر صعب.					
7	أخشى من الضيق والتوتر نتيجة تعرقي أمام الآخرين.					
8	تخيفني المواقف التي قد تعرضني للنقد.					
9	أمتنع عن المشاركة في المناقشات بالرغم من امتلاكي معلومات قيمة.					
10	أشعر بأن خوفي من المشاركة في المحاضرات لها أثر سلبي على مستواي الدراسي.					
11	أشعر بالارتباك عند اهتمام الآخرين بي.					
12	تؤثر الأحكام التي يذكرها الآخرون على سلوكي.					

م	نص العبارة	لا مطلقا	قليلا	متوسطا	كثيرا	كثيرا جدا
13	أرى أنني مهتم من اللازم بالناس وطريقة تفكيرهم عني.					
14	لا أحب الجلوس مع الضيوف خلال زيارتهم لي.					
15	أختلق الأعذار حتى لا ألتقي بالآخرين في حفلة أو رحلة.					
16	أشعر بأني أمتلك أساليب التعامل الناجح مع الآخرين.					
17	لا أملك الشجاعة الكافية لتقديم برنامج احتفال بالجامعة.					
18	أرى أن لدي ثقة كبيرة في المواقف الاجتماعية					
19	أشعر بالسعادة عندما يطلب مني إلقاء بحث أكاديمي.					
20	أشعر بالتوتر في المواقف الاجتماعية.					
21	أبدو قلقا عندما أكون في مجموعة أناس لا أعرفهم.					
22	ليس لدي القدرة على التحدث مع أساتذتي بطلاقة.					
23	أتأثر بانطباع الآخرين عني.					
24	تضايقني آراء الناس عند تقييمي.					
25	تتشتت أفكاري قبل البدء في الحديث أمام الآخرين.					
26	أفعل أي شيء كي أتجنب التعرض للنقد.					
27	أتمنى لو كنت أحظى بمستوى أكبر من الثقة بالنفس في مختلف المواقف الاجتماعية.					
28	أتجنب التعبير عن آرائي علانية خشية السخرية.					
29	تتطاير الإجابة مباشرة من ذهني عندما يوجه لي سؤال على الملأ.					
30	أخشى تجاهل الآخرين لي.					
31	أتخوف من الأشخاص الغرباء.					
32	يحمر وجهي وترتجف يداي عندما أكون أمام زملائي الطلاب.					
33	أتعمد الغياب عن إلقاء البحث في موعده المحدد.					
34	تضايقني الرجفة أو الرعشة أمام الآخرين.					
35	أتجنب المواقف التي تؤدي إلى الإحراج أمام الآخرين					
36	أخشى القيام ببعض الأعمال عند احتمال مراقبة الآخرين لي.					
37	أتجنب مشاركة الآخرين الحديث والمناقشة ما أمكن.					
38	أجد صعوبة في التحدث أمام الآخرين.					
39	أبحث عن مبررات تمنعني من حضور التجمعات الاجتماعية.					
40	أتردد في الدخول إلى القاعة الدراسية إذا وصلت متأخرا.					
41	أفضل العمل الفردي على العمل الجماعي.					
42	أتجنب حضور اللقاءات والحفلات والمناسبات الاجتماعية.					

الملحق (6)

خطاب رسمي من جامعة نزوى لتسهيل مهمة الباحث

بسم الله الرحمن الرحيم

University of Nizwa
College of Arts & Sciences
Dean's Office

جامعة نزوى
كلية العلوم والآداب
مكتب العميد

الموافق: 02 أكتوبر 2012م

لمن يهمه الأمر

السلام عليكم ورحمة الله وبركاته وبعد:

الموضوع: ***تسهيل مهمة باحث***

يقوم الطالب/ ***حمد بن هلال بن حمد الحجري***، تخصص ماجستير في الإرشاد والتوجيه ورقمه الجامعي **(04160713)** بإعداد بحث ضمن متطلبات الحصول على درجة الماجستير، ولتطبيق دراسته يحتاج إلى الاطلاع على العديد من المصادر الأولية والمراجع والإحصائيات المتعلقة بدراسته ؛ لذا نرجو تسهيل مهمته البحثية.

شاكرين ومقدرين لكم حسن تعاونكم معنا.

وتفضلوا بقبول فائق التقدير والاحترام،،،

د/محمد محمد العاصي
رئيس قسم التربية والدراسات الإنسانية
بالوكالة

د/ عبدالله بن سيف التوبي
عميد كلية العلوم والآداب

Initial campus at Birkat Al Mouz, P.O. Box 33, Postal Code 616,
Nizwa, Sultanate of Oman.
Tel. : 25446602-25446319 , Fax : 25446289
Email address : info@unizwa.edu.om
Website : www.unizwa.edu.om

الحرم المبدئي ص.ب : ٣٣ ، الرمز البريدي : ٦١٦
بركة الموز – نزوى – سلطنة عُمان
هاتف : ٢٥٤٤٦٦٠٢-٢٥٤٤٦٣١٩ ، فاكس : ٢٥٤٤٦٢٨٩