القلق الاجتماعي وعلاقته بكل من نمط السلوك (أ) والثقة بالنفس لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت

إعداد

د/ أحمد سعيدان مهدي العازمي

أستاذ علم النفس المنتدب –كلية التربية الأساسية

الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب

القلق الاجتماعي وعلاقته بكل من نمط السلوك (أ) والثقة بالنفس لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت

د/ أحمد سعيدان مهدي العازمي*

المقدمــة:

تصاحب ظاهرة القلق الإنسان منذ مولده، فالرضيع يعيش القلق فى صورة صدمة الميلاد ليتعلم بعد ذلك أن يستأنس جزء من هذا القلق يستخدمه إشارة إنذار لتحريك مبدأ اللذة والألم لاستنهاض الدفاعات. (صلاح مخيمر، ١٩٧٩، ٩٩)، وأحد أنواع القلق الشائعة هو القلق الاجتماعي، والذى يعد ثالث الاضطرابات النفسية انتشاراً بعد الاكتئاب وسوء استعمال المواد المخدرة، حيث يعرفه عكاشة بأنه خوف من الوقوع محل لملاحظة الآخرين مما يؤدي إلي تجنب المواقف الاجتماعية(أحمد عكاشة، ١٩٩٢، ٦٨)– وهو حالة خوف مستديم وملحوظ في المواقف الاجتماعية أو مواقف العمل أو الأداء، قد يحدث فيها للفرد ارتباك، وغالباً ما يؤدي التعرض لهذه المواقف إلى استثارة واستجابة قلق فورية، والتي تأخذ شكل نوبة هلع، يلجأ الفرد إلى تجنب المواقف الاجتماعية أو مواقف الأداء (بشير الرشيدي وآخرون: ٢٠٠١، ٥١٥).

وقد تلعب بعض سمات الشخصية وأنماطها دورا في ظهور أعراض القلق الاجتماعي، ومن بين الأنماط السلوكية التي زاد الاهتمام بها في العقود الأربعة الماضية ما يعرف بالنمطين (أ، ب)، خاصة في علاقتها بالحالة الصحية وخصوصا النمط السلوكي (أ) ومن أهم خصائصه الدافعية للإنجاز ومستوي الطموح والسرعة والمنافسة والعدائية، حيث بدأ روثمان وفريدمان وآخرون Freedman & Rotheman etal أبحاثهم في هذا المجال من الائتلاف بين تيارين هما علم النفس الطبي ومجال الفروق الفردية في ذلك الوقت والطب السلوكي مما أدي إلي ظهور اهتمامات تجمع بين التيارين بأسلوب إجرائي وعياني يظهر في سلوك الأفراد، وقد قاموا بالعديد من الدراسات في إطار مسلمة أساسية وهي وجود نماذج شخصية معينة لديها الاستعداد للإصابة والاضطراب العضوي الناتج عن

* **د/ أحمد سعيدان مهدي العازمي:** أستاذ علم النفس المنتدب كلية التربية الأساسية الهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب.

المعاناة النفسية مع وجود مجموعة من الأعراض مثل فقدان الشهية، تدخين السجائر، القلق، ضغط الدم المرتفع والتعرض للضغوط البيئية الحادة والمزمنة مثل مرضي القلب التاجي ومرضي الشريان التاجي. (آمال عبد السميع باظة، ٢٠٠٠).

وإلى جانب تأثير وعلاقة نمط السلوك (أ) بالصحة النفسية؛ فالثقة بالنفس علاقة وثيقة بالصحة النفسية والإحساس بالسعادة، والشعور بالطمأنينة، والشخص غير الواثق من نفسه يكون غير متوافق نفسيًا وبالتالي يصبح عرضة في أي لحظة للاضطراب. (السقاف، ٢٠٠٦، ١٣)

والثقة بالنفس هي إحدى عوامل الشخصية الأساسية التي ترتبط بالتكيف العام للفرد، ومن ذلك تتضح أهمية هذه السمة بالنسبة للشخصية الإنسانية، فالثقة بالنفس تساعد الفرد على إشباع حاجاته إلى الاستقلال وتمكنه من تحقيق التكامل النفسي والاجتماعي. (العبيد، ١٩٩٥، ١٧)

ولأهمية ودور متغيري نمط السلوك (أ) والثقة بالنفس في توافق الفرد وتعامله مع المواقف الاجتماعية؛ فقد سعت الدراسة الحالية لبحث علاقة القلق الاجتماعي ببعض متغيرات الشخصية مثل نمط السلوك (أ) والثقة بالنفس.

مشكلة الدراسة:

يمكن لتلخيص مشكلة الدراسة فى التساؤلات التالية:

١. هل توجد علاقة دالة إحصائيا بين درجات القلق التفاعلي ودرجات نمط السلوك أ، والثقة بالنفس لدى كل من الذكور والإناث، ومجموعهما من طلبة جامعة الكويت؟
٢. هل تسهم مقاييس نمط السلوك أ، والثقة بالنفس فى التنبؤ بصورة دالة بدرجات القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة الكويت ؟
٣. هل يوجد أثر لتفاعل عامل الجنس (ذكور/ وإناث) ونمط السلوك (أ، ب) على القلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت؟

هدف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى تعرف دور كل من نمط السلوك (أ/ب) والثقة بالنفس فى ظهور أعراض القلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت، ومعرفة الأثر المشترك لكل من نمط السلوك والجنس على القلق الاجتماعي.

أهمية الدراسة:

أولاً- المراجع العربية:

١-تكتسب الدراسة الحالية أهميتها من خلال العلاقة التي تحاول اكتشافها بين القلق الاجتماعي وبين نمط السلوك (أ) والثقة بالنفس، ومحاولة اكتشافها في إطار مجتمع طلبة الجامعة الكويتيين.
٢-كما تكمن أهمية الدراسة الحالية في أهمية متغيراتها حيث أن القلق الاجتماعي ونمط السلوك "أ" والثقة بالنفس لم تلق اهتماماً بحثيا واضحا داخل المجتمع الكويتى.
٣-كما يرجع أهمية الدراسة لعاملي الخطورة فى كل من القلق الاجتماعي ونمط السلوك "أ" فى التنبؤ بالمشكلات النفسية.

ثانيًا- الأهمية التطبيقية:

١-قد تخرج نتائج الدراسة ببعض النتائج التي تفيد المهتمين في مجال الصحة النفسية في إعداد برامج إرشادية لمساعدة الأفراد على التحكم فى القلق الاجتماعي والتخفف من حدة سلوكيات النمط "أ.
٢-إعداد برامج لتنمية مهارات التفاعل الاجتماعي والتواصل في مواقف التفاعل الاجتماعي خاصة.

تعريف المصطلحات:

أولا- تعريف القلق الاجتماعيsocial anxiety:

عرف فاخر عاقل (١٩٨٨) القلق الاجتماعي بأنه الخوف المزمن من مواقف مختلفة يشعر فيها الشخص بأنه محط الأنظار والخوف من القيام بشيء ما.

ويعرفه وحيد مصطفى كامل (٢٠٠٣، ٤) بأنه "استجابة مصحوبة بالتوتر والاضطراب عند مواجهة الآخرين كالأقران، والوالدين، والمدرسين والجيران.

ويعرفه الباحث إجرائيا فى الدراسة الحالية بأنه الدرجة التى يحصل عليها الطلاب على مقياس القلق التفاعلي لبدر الأنصاري.

ثانيًا- نمط السلوك (أ) "Type "A" "Behaviour:

عرفه (أحمد محمد عبد الخالق،٢٠٠٠: ٤) بأنه "نمط سلوكي مركب ثابت إلى حد كبير يميز الفرد ويتكون من تنظيم فريد لمجموعة من الوظائف والسمات.

ويذكر (جمعه سيد يوسف، ٢٠٠٢) أن التعريف الذي قدمه كل من (فريد مان وروزينمان) ما زال هو التعريف الذي يشكل الإطار الذي تنطلق منه معظم الدراسات حيث يشير النمط (أ) إلى أي شخص ينهمك بعدوانية في كفاح مرير ومستمر لإنجاز المزيد والمزيد في أقل وقت ممكن وهو ما يسمى (بمرض العجلة).

وإجرائيا يعرفه الباحث بأنه الدرجة التى يحصل عليها الطلاب على مقياس نمط السلوك (أ) لأحمد عبد الخالق.

ثالثا- الثقة بالنفس:

عرفها (فريح العنزى، ٢٠٠١، ٢) بأنها "قدرة الفرد على أن يستجيب استجابات توافقية تجاه المثيرات التى تواجهه، وإدراكه تقبل الآخرين له وتقبله لذاته بدرجة مرتفعة".

وإجرائيا يعرفها الباحث بأنها الدرجة التي يحصل عليها الفرد على مقياس الثقة بالنفس لفريح العنزى (٢٠٠١) المستخدم بالدراسة الحالية.

الإطار النظرى:

أولا -القلق الاجتماعي:

يعرف الدليل التشخيصي الرابع للأمراض النفسية القلق الاجتماعي بأنه "خوف ملاحظ ومستمر من عدد من المواقف الاجتماعية وخاصة مواقف الأداء، حيث يظهر الفرد أمام أشخاص غير مألوفين أو أن يكون تحت تدقيق أو فحص من الآخرين عندها يشعر المصاب بالارتباط والخوف والقلق المحرج له أثناء المقابلة للآخرين، والفرد يدرك هذا القلق غير عقلانى ويؤثر على النشاطات الاجتماعية والمهنية والدراسية له (DSM-IV,1997,205).

ويعرفه سامر رضوان (٢٠٠١) بأنه الخوف المزمن من مواقف مختلفة يشعر فيها الفرد بأنه محط الأنظار والخوف من القيام بشي مخجل أو فاضح، ومن أعراضه الخوف من الحديث أمام الجمهور، ومن مراقبة الناس للشخص أثناء ممارسة بعض النشاطات.(سامر رضوان، ٢٠٠١- ٤٧)

ويرى رياض العاسمى (٢٠١٢) القلق الاجتماعي هو قلق من التقييم السلبي للذات في مواقف التفاعل الاجتماعي، وهو شكل من الاضطرابات النفسية الناجمة عن نقص المهارات الاجتماعية وضعف في تقدير الذات (رياض العاسمى، ٢٠١٢، ٢٧).

مستويات القلق الاجتماعي:

يظهر القلق الاجتماعي وفق ثلاثة مستويات، هي:

١- **المستوى السلوكي:** ويتجلى في سلوك الهرب من مواقف اجتماعية مختلفة يتجنبها، كعدم تلبية الدعوات الاجتماعية والتقليل من الاتصالات الاجتماعية.

٢- **المستوى المعرفي:** ويتمثل في أفكار تقييميه للذات، وتوقع الفضيحة أو عدم لباقة السلوك والمصائب والانشغال المتكرر بالمواقف الاجتماعية الصعبة والمثيرة للقلق، والقلق الدائم من ارتكاب الأخطاء.

٣- **المستوى الفسيولوجي:** ويتضح من معاناة الشخص من مجموعة مختلفة من الأعراض الجسدية المرتبطة بالمواقف الاجتماعية المرهقة بالنسبة له، كالشعور بالغثيان والأرق والإحساس بالغصة في الحلق والارتجاف والتعرق، وتترابط هذه المستويات مع بعضها بشكل وظيفي، فإن توقع التقييم السلبي للسلوك الشخصي يقود إلى تنشيط في الانتباه الذاتي يتجلى من خلال تكثيف ملاحظة الذات، فالأشخاص الذين يعانون من قلق اجتماعي ينشغلون في إدراك إشارات الأخطاء الممكنة والفشل والفضيحة في سلوكهم ويقود هذا إلى العزو السببي الخاطئ لأعراض القلق كدليل على التقييم السلبي من قبل الآخرين، وهذا بدوره يؤدي إلى ارتفاع حدة الآثار الجسدية وأعراض القلق، الذي يتم عزوها إلى التقييمات الاجتماعية.

(Stangier& Heidenreich , 2003)

تشخيص القلق الاجتماعى: يتم تشخيص القلق الاجتماعي إذا كان القلق ناتجاً عن المواقف الاجتماعية، أي الخوف من المواقف الاجتماعية والذي من شأنه إعاقة النشاطات اليومية المعتادة للفرد. (عبد الستار إبراهيم، ١٩٩٤)

ويمكن تشخيص القلق الاجتماعي بوصفه اضطرابا إكلينيكيا وفق المحكات التالية:

١- القلق أو الخوف الواضح، والمستمر من المواقف الاجتماعية التي ينبغي فيها على الشخص أن يواجه أشخاصاً غير معروفين، أو عندما ينبغي تقييمه من هؤلاء، حيث يخشى الشخص هنا أن تظهر أعراض القلق أو أن يتصرف بشكل غير لبق أو مخجل.

٢- تظهر أعراض القلق دائمًا عندما تتم المواجهة مع المواقف الاجتماعية التي يخشاها الشخص.

٣- يدرك الشخص أن خوفه مبالغ فيه وغير مبرر.

٤- تجنب المواقف الاجتماعية التي يخشاها الفرد.

٥- الضرر الواضح الذي يصيب حياة الفرد نتيجة سلوك التجنب، والتوقعات المقلقة، والضيق الشديد في المواقف الاجتماعية، ومواقف الإنجاز.

٦- يستمر الخوف عند الأشخاص تحت سن ١٨ لأكثر من ستة أشهر على الأقل.

٧- أن سبب الخوف الاجتماعي لا يرجع مباشرة إلى سوء استخدام الأدوية والمواد المسببة للإدمان أو إلى مرض عضوي، ولا يمكن تفسيره من خلال اضطرابات نفسية أخرى كقلق الانفصال أو متلازمة الهلع أو غيرها.

(Wittchen, H. U., & Perkonigg , 1997)

ويبدأ ظهور القلق الاجتماعي أثناء فترة المراهقة، وتكون المخاوف معظمها مرتبطة بالمدرسة أو الأنشطة الاجتماعية، وإذا لم يعالج قد يستمر طوال الحياة، وقد يؤدي إلى ظهور اضطرابات أخرى كالاكتئاب والخوف من الأماكن العامة أو الواسعة، وقد يؤدي في النهاية إلى قصور في شبكة العلاقات الاجتماعية كما يصاحبه زيادة في عدد محاولات الانتحار، وضعف في الصحة الجسمية، وقصور في المساندة الاجتماعية، وأيضاً قصور في الأداء.

(Al-bano,1995)

ثانيا- نمط السلوك (أ):

ويشير نمط السلوك (أ) إلى متصل أو بعد ذي قطبين هما النمط (أ) المتطرف يضاده النمط (ب) في القطب المقابل. نمط السلوك (أ) ذا خصائص نفسية مميزة، والعامل الكامن والمسبب والمسئول عن بدء سلوك النمط (أ) واستمراره هو عدم الأمان الداخلي أو الدرجة غير الكافية من تقدير الذات، أما أكثر الجوانب الملاحظة والظاهرة لسلوك النمط (أ) فهي الإحساس بضغط الوقت، أو نفاذ الصبر الذي يؤدي إلى إحساس مزمن بالتهيج، أو السخط والغضب أما المظهر الانفعالي الظاهر لسلوك النمط (أ) فهو العدائية الطليقة (أحمد محمد عبد الخالق، ٢٠٠٠).

وقد أشار فريدمان وروزينمان (FreidemR Rosenmen,1996.4) إلى وجود خصال شخصية يتميز أصحابها بالرغبة في التنافس والطموح والعدوانية والعدائية والرغبة في النجاح وحب العمل، والقلق، والغضب والرغبة في التحدي والإحساس بضيق الوقت، وقد أطلقا عليه نمط السلوك (أ).

ويذكر أحمد عبد الخالق أن نمط السلوك (أ) من أشهر الأنماط السلوكية التي وضعت في القرن العشرين والحقيقة أن النمط السلوكي (أ) قد نبع عن ملاحظات دقيقة جداً لواضعي المفهوم، ولكن التحليل السيكومتري التالي لذلك لم يكن مناسباً

حيث كان مغفلاً أبعاد الشخصية التي استقرت بشكل جيد في التراث النفسي (أحمد محمد عبد الخالق ٢٠٠٠: ٩).

وللنمط (أ) مكونات مضمرة وأخرى صريحة من بينها عدم الأمان، وانخفاض تقدير الذات. مع محاولات تعويضية لاستبدال غياب العاطفة والإعجاب الوالدي والخوف المستمر من حدوث كوارث في المستقبل والحساسية المتطرفة للنقد وعدم الاستجابة نسبياً للمديح، ويؤدي عدم الأمان وانخفاض تقدير الذات إلى القلق والاكتئاب، مع معاناة من الأرق نتيجة للغضب أو الإحباط فضلاً عن الفشل في تقديم المساعدة التي تستغرق زمناً للآخرين والفشل في عملية التعويض للآخرين ووضع مواعيد نهائية لا حاجة لها والعدائية الحرة الطليقة وتكرار فقد الشخص لأعصابه أثناء قيادة السيارة، وعدم القدرة على الشعور بالسرور تجاه إنجازات الآخرين فضلاً عن عدم تحمل مجرد الأخطاء التافهة وعدم الاعتقاد في الإيثاريه. (Freidem R Rosenmen,1996)

ويذكر (جمعه يوسف، ١٩٩٤) أن هناك عدداً من الدراسات التي نكشف عن الصعوبات الاجتماعية التي يعاني منها أصحاب نمط السلوك (أ) خاصة عندما تسيطر عليهم الحالة الوجدانية المرتبطة بهذا النمط، وليس هذا فقط، فقد أجريت على نمط السلوك (أ) بحوث كثيرة برهنت أنه ينبئ بمرض الشريان التاجي وان هناك خصائص نفسية مرضية كثيرة لأصحاب الدرجة المرتفعة على مقاييس نمط السلوك (أ).

وتشير الدراسات الخاصة بنمط السلوك (أ) إلى أن أصحاب النمط (أ) سريعو الغضب، وهذا الغضب الحاد له انعكاسات سيئة على ذات الفرد وعلى التعبير عن انفعالاته نحو المواقف التي يتعرض لها، ونحو الأشخاص الذين يتعامل معهم، ويكون له نتائج سيئة على كثير من متغيرات حياة الفرد الاجتماعية ومنها المهارات الاجتماعية، الممثلة في القدرة على التعامل الإيجابي في المواقف الاجتماعية المختلفة (Allen, 1990).

كما أن أصحاب هذا النمط ذوو حساسية للتحدي القادم من البيئة الفيزيقية أو الاجتماعية، وأنه نمط يتكون من عناصر أساسية مثل العدائية والقابلية للاستثارة وعدم التحلي بالصبر والنشاط المتعجل والإحساس بضيق الوقت والتنافس العام ويقيمون أداءهم بطريقة أكثر نقدًا، ويرجعون فشلهم إلى أنفسهم وبهذا المعنى لا يعتبر نمط السلوك (أ) بُعدًا أو سمة شخصية في حد ذاته ولكنه أسلوب سلوكي

وانفعالي مبالغ فيه ويستجيب به الأفراد الذين يملكون خصال شخصية معينة ويؤكد جنيكنزJenkins أن النمط (أ) من السلوك يعكس أسلوبًا سلوكيًا أكثر منه استجابة. (جمعة سيد يوسف، ٢٠٠٠)

ثالثًا- الثقة بالنفس:

يرى فريح العنزى أن مفهوم الثقة بالنفس يعانى مثل غيره من المفاهيم من ازدواجية فى تحديد مصطلح علمى متفق عليه من قبل الباحثين، فيطلق عليه بعض الباحثين: تقدير الذات وبعضهم الآخر السلوك التوكيدي، وآخرون الكفاية النفسية والاجتماعية... إلخ (فريح العنزى، ٢٠٠١).

والثقة بالنفس ترتبط بأن يكون لدى الفرد شعور كاف بأنه قادر على النجاح في هذا الأمر الذي يرغب القيام به (بطرس، ٢٠٠٨، ٥٢٩).

وفسرت نظرية البناء الاجتماعي الثقة بالنفس باعتبارها جزء من البناء الاجتماعي للذات، حيث تتكون في الإطار المرجعي الاجتماعي، ويلعب التقدير الذي يقيم به الفرد ذاته الدور الوسيط بين الذات والعالم الواقعي وعلى ذلك فعندما تحدث تغييرات في بيئة الفرد الاجتماعية فإن الثقة بالنفس هي العامل الذي يحدد نوعية التغييرات التي ستحدث في تقييم الفرد تبعاً لذلك، وطبقاً لما افترضه فإن الثقة بالنفس تربط بين تكامل الشخصية من ناحية وقدرة الفرد على أنَّ يستجيب لمختلف المثيرات التي يتعرض لها من ناحية أخرى ولذلك فإن الشخصية التي تتمتع بدرجة عالية من التكامل تحظى بدرجة عالية من الكفاية في الوسط الاجتماعي الذي توجد فيه. (أبوجادو، ٢٠٠٠، ١٥٤)

بينما يشير جيلفورد إلى أن مظاهر الثقة بالنفس هى الشعور بالكفاية، والشعور بتقبل الآخرين، والإيمان بالنفس والاتزان الانفعالي، بينما أهم مظاهر ضعف الثقة بالنفس التمركز حول الذات والشعور بعدم الرضا. (العنزى، ٢٠٠١)

وبين (لندنفيلد، 2005) صفات الأشخاص الواثقين من أنفسهم وسلوكياتهم، حيث نجد أن الأشخاص الواثقين يتصرفون كما لو أنهم:

١. محبون لذواتهم، ولا يمانعون البتة من نعرف أنهم يهتمون بذواتهم.
٢. متفهمون لذواتهم، ولا يتوقفون عن تعرف ذواتهم بينما ينمون ويتطورون.
٣. يعرفون ما يريدون، ولا يخافون من الاستمرار في وضع أهداف جديدة في حياتهم.

٤. يفكرون بطريقة إيجابية، ولا يشعرون بالتردد والانسحاب تحت وطأة المشكلات التي تواجههم.
٥. يتصرفون بمهارة، ويعرفون أي سلوك يناسب كل موقف فردي.

الدراسات السابقة:

لم يجد الباحث كثير من الدراسات التى تناولت العلاقة بين متغيرات الدراسة الثلاث مجتمعة خاصة في التراث العربى، ولكن هناك العديد من الدراسات التى تناولت كل متغير منهما على حدة في علاقته بالعديد من المتغيرات الأخرى ومن بين هذه الدراسات:

دراسة المشعان (١٩٩٨) وهدف من خلالها إلى تعرف دافع الإنجاز وعلاقته بالقلق والاكتئاب والثقة بالنفس لدى الموظفين الكويتيين وغير الكويتيين في القطاع الحكومي. وتكونت عينة الدراسة من ٣٠٣ من الموظفين في القطاع الحكومي بواقع ١٨٩من الذكور و١١٤ من الإناث، وقد استخدم الباحث في دراسته مقياس الثقة بالنفس، ومقياس الدافع للإنجاز، ومقياس القلق والاكتئاب، وقد أسفرت النتائج عن عدم وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في القلق والاكتئاب والثقة بالنفس، كما لم تظهر فروق إحصائية بين الكويتيين وغير الكويتيين في مقاييس القلق، والاكتئاب، والثقة بالنفس. كما أتضح أن هناك ارتباطا موجباً بين الدافعية والإنجاز، والثقة بالنفس، كما ارتبط القلق سلبيا بالثقة النفس.

وأجرى العنزي (١٩٩٩) دراسة عن الثقة بالنفس وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية، على عينة من ٤١٧ طالباً وطالبة من المرحلة الجامعية بالكويت، طبق عليهم مقياس الثقة بالنفس وقائمة مراجعة الأعراض واستخبار العوامل الخمسة الكبرى للشخصية. وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن الثقة بالنفس سمة على درجة كبيرة من الأهمية، وقد حصل الذكور فيها على متوسط أعلى من الإناث، وأظهرت الدراسة ارتباطات سلبية بين الثقة بالنفس والمقاييس الفرعية لقائمة مراجعة الأعراض، وكذلك بين الثقة بالنفس والعصابية داخل كل عينة، وارتباطات موجبة بين الثقة بالنفس وبين كلاً من الانبساط، والتفتح، والطيبة، ويقظة الضمير في عينة الذكور، في حين بينت نتائج عينة الإناث ارتباط جوهري موجب بين الثقة بالنفس وكلاً من: الانبساط، والتفتح، الطيبة.

وفى دراسة أحمد عبد الخالق (2000) بهدف اختبار العلاقة بين نمط السلوك" أ "وبعض المتغيرات الاجتماعية والنفسية، حيث طبق المقياس العربي لنمط

السلوك" أ "مع عشرين متغيرا أو مقياسا على عينة من طلبة الجامعة من الجنسين عددهم ٢٣٠ طالبًا وطالبة، وأسفرت نتائج الدراسة عن ارتباط غير دال بين نمط السلوك" أ "وكل من: العمر، والجنس، وبرج المولد، والمعدل الدراسي، والتدخين، وتقدير الصحة الجسمية، والقلق، في حين كان الارتباط جوهريا بين نمط السلوك" أ " وكل من: تقدير الفرد لصحته النفسية، وتدينه.

وفى دراسة محمد إبراهيم عيد (٢٠٠٠) التى هدفت إلى تحديد المكونات الأساسية لاضطراب القلق الاجتماعي، والكشف عن الفروق في القلق الاجتماعي لدى طلاب الجامعة تبعاً لمتغيري النوع والتخصص، وتكونت عينة الدراسة من ٤١٩ من طلبة جامعة عين شمس ١٠٢ ذكور، و٣١٧ إناث، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق تعزى إلى التفاعل بين النوع والتخصص في الخوف من التقييم السلبي، وكذلك في القلق الاجتماعي العام، وفي زملة الأعراض الفسيولوجية، والاستغراق في الذات، وأشارت النتائج إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الخوف من التقييم السلبي وفي القلق الاجتماعي العام، وكذلك عدم وجود فروق نتيجة للتفاعل بين النوع والتخصص في القلق الاجتماعي.

وفى دراسة سامر رضوان (٢٠٠١) والتى هدفت إلى إعداد مقياس للقلق الاجتماعي وفحص البنية العاملية له، واختبار صدقه وثباته، وتكونت عينة الدراسة من ٤٣٧ مفحوصا من طلبة جامعة دمشق، واعتمد الباحث على مقياسين أجنبيين لبناء مقياسه، وأشارت نتائج التحليل العاملي إلى وجود خمسة أبعاد للمقياس أكبر من الواحد الصحيح تتضمن ٢٩ بندا، وإلى استخراج معاملات ثبات مقبولة للمقياس وتحديد انتشار ظاهرة القلق الاجتماعى فى عينة الدراسة واستخراج معايير مبدئية له.

وفى دراسة حنان بنت محمد أمين محبوب (٢٠٠١)، والتى هدفت إلى معرفة العلاقة الارتباطية بين نمط السلوك والخصائص المزاجية لعينة مرضى ضغط الدم من ذوي النمط السلوكي (أ)، والتعرف على الفروق في النمط السلوكي (أ)، والخصائص المزاجية بين عينة من مرضى ضغط الدم الأساسي والأسوياء، وتم اختيار عينة من مرضى ضغط الدم الأساسي عددهم (٢٦٦)، واختيار عينة الأسوياء عددهم ٢٦٦، من الذكور والإناث.وتكونت أدوات الدراسة من: مقياس النمط السلوكي (أ) لعبد الرحمن وعبد الحميد / مقياس الخصائص المزاجية لعبده. وأشارت **نتائج الدراسة** إلى أنه لا توجد علاقة ارتباطية دالة بين نمط السلوك (أ)

والخصائص المزاجية لمرضى ضغط الدم من ذوي النمط (أ). وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في النمط السلوكي (أ) بين مرضى ضغط الدم الأساسي والأسوياء لصالح مرضى ضغط الدم، وذلك في البعد الأول (الميل للسرعة وانعدام الصبر)، والبعد الثاني (التنافس وصعوبة الانقياد) والدرجة الكلية للمقياس. ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في نمط السلوك (أ) تبعاً لاختلاف الجنس فيما ماعدا البعد الثاني في نمط السلوك (أ).

ودراسة فخرية الجارودى (٢٠٠١) التى هدفت لمعرفة العلاقة بين نمط السلوك (أ) وكل من أبعاد الانبساط والعصابية لدى طلبة جامعة الإمارات العربية المتحدة، وتكونت عينة الدراسة من ٢٠٠ طالب وطالبة من طلبة جامعة الإمارات. وأشارت النتائج إلى وجود فروق بين الطلبة والطالبات من ذوى النمط أ فى مكونات بعد العصابية، وبعد الانبساطية.

ودراسة منار سعيد بنى (٢٠٠٣) والتى هدفت إلى تعرف مستوى الاضطرابات النفسجسمية ونمط السلوك أ، والعلاقة بينهما، وذلك لدى أعضاء هيئة التدريس بجامعة اليرموك وعددهم ١٤٢ عضو هيئة تدريس من الجنسين، واستخدمت الباحثة مقياس للإضرابات النفسجسمية من إعدادها، ومقياس نمط السلوك (أ) للفرح والعتوم، وقد أشارت النتائج إلى وجود علاقة ايجابية دالة إحصائيا بين الاضطرابات النفسجسمية وبين نمط السلوك أ، بينما لم تكن هناك فروق دالة إحصائيا فيما تعود للجنس.

ودراسة ريتشارد وآخرون (Richard et al,2004) والتى هدفت لمعرفة العلاقة بين القلق الاجتماعي، واستراتيجيات تقديم الذات، الخجل، وتناقض إدراك الذات الواقعي والواجب، وذلك في مواقف التفاعل الاجتماعي مع الغرباء لدى عينة مكونة من(133) طالباً جامعياً، بواقع 71 طالبة، و62 طالباً، متوسط أعمارهم 19,6سنة. أما الأدوات فكانت استبيان سمة الخجل ومقياس الذوات الذي أعد هيغنز ومقياس استراتجيات تقديم الذات في التفاعلات الاجتماعية الذي أعده جلاسمير ليزي ولارسن ومقياس القلق كسمة وحالة لسبيلبيرجر ورفاقه. وقد طلب من المفحوصين أن يجروا مقابلة مع فرد من الجنس الآخر، ومراقبة أشكال التفاعل والقلق الذي يبديه المفحوص من جراء هذه المقابلة. وأشارت النتائج إلى أن الأفراد الذين يعانون من درجة عالية من القلق والخجل في المواقف الاجتماعية يتسمون بدرجة عالية من تناقض إدراك الذات الوجوبي أو الواجب بالمقابل مع

إدراك الـذات الـواقعي، كـذلك اسـتخدام اسـتراتيجيات دفاعيـة أكثـر مـن اسـتخدام الاستراتيجيات التوكيدية أثناء تقديم أنفسهم للآخرين.

وأشارت دراسة جولى وآخرون (Julie,2009) التى هدفت لفحص أثر أساليب المعاملة الوالدية على إدراك الثقة وتقدير الذات والاكتئاب لدى طلاب الجامعة. وتكونت عينة الدراسة من 441 طالب وطالبة بالمرحلة الجامعية. طبقت عليهم اختبارات لأساليب المعاملة ومقاييس لإدراك الثقة بالنفس وتقدير الذات والاكتئاب، وأشارت النتائج إلى أن أساليب معاملة الآباء التى تتسم بمنح الثقة وحرية اتخاذ القرار تمنح وقاية من الاكتئاب لدى الأبناء. بينما كان لأسلوب الحماية الزائدة والتسلط أثرا عكسيا على تقدير الذات لدى الأبناء.

ودراسة لمياء العزى، ودعاء الخشاب (٢٠١٠) والتى هدفت إلى فى تعرف مستوى القلق الاجتماعي، والعلاقة بين القلق الاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طالبات الصف الخامس في معهدي إعداد المعلمات (نينوى/ الموصل) في مركز محافظة نينوى، وتكونت عينة الدراسة من طالبات الصف الخامس في معهدي إعداد المعلمات (نينوى/ الموصل) في مركز محافظة نينوى وعددهم ١٠٢ طالبة، وتم استخدام مقياس للقلق الاجتماعي، وأشارت النتائج إلى أن مستوى القلق الاجتماعي لدى الطالبات منخفض مقارنة مع الوسط النظري للمقياس. ولا توجد علاقة ارتباطية بين القلق الاجتماعي للطالبات مع درجة تحصيلهن.

ودراسة عبد العزيز النفيسة (٢٠١٠) والتى هدفت إلى مقارنة تأثير القلق الاجتماعي والاكتئاب على بعض العمليات المعرفية ومقارنة ذلك بين المرضى النفسيين والأسوياء. وتكونت عينة الدراسة من مجموعة المرضى وعددهم ٧٣، منهم ٣٩ يعانون القلق الاجتماعي و٣٤ يعانون الاكتئاب البسيط، ومجموعة الأسوياء وعددها ٩٥من جامعة الملك سعود. وأستخدم الباحث اختبار المصفوفات المتدرجة، واختبار التفكير الاستدلالي، والذاكرة السمعية البصرية المباشرة، ومقياس الطمأنينة النفسية. وقد أشارت النتائج إلى وجود فروق بين المجموعات الثلاث فى عمليات التفكير والذاكرة والإدراك لصالح الأسوياء.

وفى دراسة على موسى دبابش (٢٠١١) التى هدفت إلى معرفة أثر فعالية برنامج إرشادي مقترح للتخفيف من القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية وأثره على تقدير الذات، أجريت على عينة قوامها ٢٤ طالبا من الطلاب الملتحقين بمدرسة خالد الحسن الثانوية بمحافظة خان يونس، حيث تم تقسيمهم إلى

مجموعتين تجريبية وضابطة قوام كل منهما (١٢) طالب، طبق عليهم مقياس محمد السيد عبد الرحمن للقلق الاجتماعى، ومقياس لتقدير الذات، وبرنامج إرشادي معرفى سلوكى، وقد أشارت النتائج إلى وجود أثر إيجابي للبرنامج الإرشادى فى خفض القلق الاجتماعي وتحسين تقدير الذات لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالضابطة، ودلالة فاعلية البرنامج.

ودراسة رياض العاسمى (٢٠١٢) التى هدفت لتعرف العلاقة بين تناقض إدراك الذات وكل من القلق الاجتماعي والاكتئاب، إضافة إلى معرفة الفروق بين الذكور والإناث من طلاب جامعة دمشق من خلال عينة مكونة من (٢٣٠) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية والعلوم بواقع (٩٤) طالبا و(١٣٦) طالبة. أما الأدوات التي تم استخدامها فكانت: استبيان تناقضات إدراك الذوات لهيغينز، ومقياس القلق الاجتماعي من إعداد الباحث، ومقياس الاكتئاب لبيك. قد أظهرت النتائج وجود علاقة دالة بين تناقض إدراك الذات الواقعية /الواجبة والقلق الاجتماعي، ووجود علاقة بين تناقض اًإدراك الذات الواقعية /المثالية والاكتئاب النفسي.

ودراسة أحمد صمادى ومأمون غواتمة (٢٠١٢) التى هدفت إلى تعرف مستوى نمط السلوك "أ" لدى مرضى القلب في مركز الملكة علياء لأمراض وجراحة القلب في الأردن، وإلى معرفة مدى قدرة متغيرات الجنس الالتزام الدينى، الدعم الاجتماعي، المستوى التعليمى، وكمية التدخين، والعمر في التنبؤ بمستوى نمط السلوك " أ" لدى مرضى القلب. وتكونت العينة من (١٩٧) مريضا بالقلب استجابوا على مقياس نمط السلوك "أ". أشارت النتائج إلى أن هناك درجة متوسطة من نمط السلوك "أ" لدى مرض القلب، وكانت المتغيرات التى استطاعت تفسير جزء من التباين بنسبة٤٠% في نمط السلوك أ هى متغيرات الالتزام الديني والدعم الاجتماعي والجنس والتدخين.

ودراسة جميلة الوائلى (٢٠١٢) والتى هدفت إلى تعرف مستوى المعنى في الحياة ونمط السلوك "أ" والفروق بين الجنسين فيهما لدى طلبة الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من ٤٠٠ طالب وطالبة من طلبة جامعة بغداد. واستخدمت الباحثة مقياسين لكل من معنى الحياة ونمط السلوك "أ" من إعدادها. وأشارت النتائج إلى ميل طلبة الجامعة نحو نمط السلوك "أ"، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى نمط السلوك أ تعود للجنس أو التخصص العلمى لدى طلبة الجامعة.

فروض الدراسة:

١. توجد علاقة دالة إحصائيا بين درجات القلق التفاعلي ودرجات نمط السلوك أ، والثقة بالنفس لدى كل من الذكور والإناث، ومجموعهما من طلبة جامعة الكويت.

٢. تسهم مقاييس نمط السلوك أ، والثقة بالنفس فى التنبؤ بصورة دالة بدرجات القلق الاجتماعى لدى طلبة جامعة الكويت.

٣. يوجد أثر لتفاعل عامل الجنس (ذكور/ وإناث) ونمط السلوك (أ، ب) على القلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت.

الإجراءات المنهجية للدراسة:

منهج الدراسة: تتبع الدراسة الحالية المنهج الوصفي الارتباطى المقارن.

عينة الدراسة:

عينة الدراسة الأساسية من (٢٠٠) من طلبة جامعة الكويت من عدة كليات، ومن مختلف الفرق الدراسية، وقد بلغ الطلاب الذكور (١٠٢)، و(٩٨) من الطالبات الإناث، وتراوح المدى العمرى للعينة الكلية بين ١٨-٢٧عام بمتوسط قدره (٢١.٠٢) عام وانحراف معيارى (٤.٠٩) سنة.

الأدوات:

أولا- مقياس القلق التفاعلى: Interaction Anxiety Scale (IAS): وهو من إعداد لارى (Leary,1983)، وتعريب بدر الأنصارى (١٩٩٣) الذى أعده للتطبيق بالبيئة الكويتية. ويتكون المقياس فى صورته الأخيرة من ١٥ بندا، قبل كل منها ٥ اختيارات، تقيس الجوانب المعرفية والوجدانية للقلق الاجتماعي والخجل، وقد عرف لارى القلق التفاعلى بأنه نزعة لدى الفرد للاستجابة بنرفزة وتوتر فى مواقف المواجهة والشعور بالكف والتكتم أو عدم الرغبة فى المخالطة والتجنب الاجتماعى. ويتمتع المقياس بمعاملات صدق وثبات مقبولة فى العديد من العينات الأجنبية والمحلية. (بدر الأنصارى، ١٩٩٣)

وقام الأنصارى بحساب صدق المقياس بالبيئة الكويتية من خلال تطبيقه على عينة من ٣٤٥ طالبًا وطالبة من طلبة جامعة الكويت وذلك على النحو التالى:

- تحليل البنود: حيث قام بحساب معامل ارتباط كل بند بالدرجة الكلية للمقياس بعينات الذكور والإناث والعينة الكلية، وقد جاءت جميع معاملات الارتباط دالة إحصائيًا لكل البنود بالعينات الثلاث.

- كما قام بحساب الصدق العاملى للمقياس، واستخرج من خلاله ٥ عوامل فرعية للقلق التفاعلى وتبين تشبع جميع البنود على العوامل المستخرجة من التحليل، وبلغت نسبة التباين الكلى للعوامل المستخرجة ٥٦.٥%.
- كما قام بدر الأنصارى بحساب الصدق التقاربى/ الاختلافى بحساب علاقة القلق التفاعلى بالعديد من سمات الشخصية مثل مقياسي الخجل والخجل المعدل والغضب، وتأكيد الذات والمسئولية والعداوة، وحصل على معاملات ارتباط ذات دلالة إحصائية أكدت صدق المقياس فيما وضع لقياسه(بدر الأنصارى، ٢٠٠٢، ٣٠: ٤١).

كما قام بدر الأنصاري بحساب ثبات المقياس على عينة قوامها (٤٣٠) من طلبة جامعة الكويت، واستخدم كل من معاملى التجزئة النصفية ومعامل ألفا كرونباخ وإعادة الاختبار لحساب الثبات، وبلغ معامل الثبات للمقياس بطريقة التجزئة النصفية (٠.٩١) وبمعامل ألفا كرونباخ (٠.٧٧) وبإعادة الاختبار (٠.٨٩).

وقام الباحث الحالي بإعادة حساب الثبات بالدراسة الحالية على عينة من ١٠٠ طالب وطالبة من طلبة جامعة الكويت وحصل على ويعرض لذلك الجدول التالى:

جدول (١)
قيم الثبات لمقياس القلق التفاعلى

المقياس	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
مقياس القلق التفاعلى	*732.*	*716.*

تبين معاملات الثبات المعروضة فى الجدول (١) تأكيد تمتع المقياس بمستوى جيد من الثبات.

ثانيا– مقياس نمط السلوك (أ): Type A behaviorإعداد (أحمد محمد عبد الخالق، ٢٠٠٠):

يشتمل المقياس على (٢٠) عشرين بنداً استخلصت من خمسة مقاييس تضم ستة وتسعين بندًا، والمقياس يشمل خمسة عوامل هي الدقة، المثابرة، السرعة، وضغط الوقت، الرغبة في التقدم، الجدية، والتنظيم، الانشغال وحب العمل ويتم الإجابة عليه من خلال متصل لخمسة بدائل هي (لا مطلقاً – قليلاً – متوسط – كثيراً – كثيراً جداً). وقد تم استخدام المقياس من قبل معد المقياس في أكثر من

دراسة كما تم استخدام المقياس أيضا في عدة دراسات عربية وقد توصل معد المقياس والباحثون إلى معاملات صدق وثبات مرتفعة.

وقام الباحث الحالي بإعادة حساب الثبات بالدراسة الحالية على عينة من ١٠٠ طالب وطالبة من طلبة جامعة الكويت ويعرض لذلك الجدول التالى:

جدول (٢)

قيم الثبات لمقياس نمط السلوك (أ)

المقياس	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
نمط السلوك أ	.860	.861

تبين معاملات الثبات المعروضة فى الجدول (٢) تأكيد تمتع المقياس بمستوى جيد من الثبات.

ثالثا- مقياس الثقة بالنفس: إعداد فريح العنزي (٢٠٠١):

ويتكون المقياس من ٢٥ عبارة تقيس مدى ثقة الأفراد بأنفسهم، وتتم الاستجابة عليه على مدرج خماسي للاستجابة تتراوح الإجابة عليها بين (١- ٥)، وتتراوح الإجابة الكلية على المقياس بين (٢٥) إلى (١٢٥) درجة وجميع عبارات المقياس في الاتجاه الإيجابي لقياس الثقة، وتشير درجات الأفراد الواقعة بين (١٠٠-١٢٥) إلى ارتفاع في تقدير الفرد لذاته والثقة بالنفس، وتشير الدرجات الواقعة بين (٩٩ الي٧٥) بدرجة متوسطة بثقة الفرد في النفس وتقديره لذاته، وتشير الدرجة بين(٧٤-٥٠) بانخفاض في الثقة بالنفس وتقدير الذات، وتشير الدرجة بين(٤٩-٢٥) بانخفاض شديد في الثقة بالنفس وتقدير الذات، وتشير الدرجة (٢٥) وأقل إلى عدم الثقة في النفس وعدم تقدير الذات، وقام معد المقياس بحساب الصدق والثبات على عينة من طلبة جامعة الكويت، والهيئة العامة للتعليم التطبيقي والتدريب كالتالى:

١- **حساب صدق المقياس:** قام معد المقياس بحساب صدقه بعدة طرق منها (العنزى، ٢٠٠١، ٦):

- **الصدق الظاهرى:** حيث تم عرضه على عدد من الأساتذة المتخصصين فى قسم علم النفس بكلية العلوم الاجتماعية بجامعة الكويت، واستقرت آراء المحكمين على الموافقة على عبارات المقياس.
- **الصدق العاملى:** وتحقق معد المقياس منه بحساب معامل الارتباط بين درجات الطلبة على بنود مقياس الثقة بالنفس ودرجاتهم على مقياسي تقدير

الذات لروزنبرج، ومقياس الثقة بالنفس لبيرنرويتر على عينة ضمت (٤٠٥) من الطلبة، وتبين ارتباط (٢٥) بندا من المقياس بصورة دالة بهذه المقاييس.

- **الصدق العاملى:** وأجراه معد المقياس بطريقة المكونات الأساسية لهوتلينج مع التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس، وأسفرت نتائج الصدق العاملى عن استخراج (٤) عوامل فرعية للثقة بالنفس تشبعت بصورة دالة على بنود المقياس.
- **الصدق الاختلافى:** وتم الحصول عليه بحساب معاملات الارتباط بين المقياس ومقياس الخجل إعداد لولوه حمادة وحسن عبد اللطيف على عينة من (٣٤٢) طالبات وطالبة وتبين وجود معامل ارتباط سالب دال بينهما.

٢- حساب الثبات: قام العنزى بحساب ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا كرونباخ عند كل من الذكور والإناث والعينة الكلية وحصل المعد على معاملات ثبات تراوحت بين (٠.٨٩، ٠.٩٣، ٠.٩٢) وهى معاملات ثبات جيدة ومرتفعة (العنزى، ٢٠٠١، ٧)

وقام الباحث الحالي بإعادة حساب الثبات بالدراسة الحالية على عينة من ١٠٠ طالب وطالبة من طلبة جامعة الكويت وحصل على ويعرض لذلك الجدول التالى:

جدول (٣)
قيم الثبات لمقياس الثقة بالنفس

المقياس	معامل ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية
الثقة بالنفس	951.	965.

تبين معاملات الثبات المعروضة فى الجدول (٢) تأكيد تمتع المقياس بمستوى جيد من الثبات.

نتائج الدراسة:

الفرض الأول: توجد علاقة دالة إحصائيا بين درجات القلق التفاعلي ودرجات نمط السلوك أ، والثقة بالنفس لدى كل من الذكور والإناث، ومجموعهما من طلبة جامعة الكويت.

استخدم معامل ارتباط بيرسون لحساب طبيعة العلاقة الارتباطية بين القلق الاجتماعي ونمط السلوك أ والثقة بالنفس، ويعرض الجدول (٤) قيم الارتباط لدى كل من الذكور والإناث والعينة الكلية.

جدول (٤)
معاملات ارتباط القلق الاجتماعي مع مقياس نمط السلوك أ
والثقة بالنفس لدى العينات الثلاث

المقياس	عينة الذكور (ن = ١٠٢)	عينة الإناث (ن = ٩٨)	العينة الكلية (ن = ٢٠٠)
مقياس نمط السلوك أ	-.171-*	-.175-*	-.243-**
مقياس الثقة بالنفس	-.363-**	-.405-**	-.432-**

*دالة عند مستوى ٠.٠٥ **دالة عند مستوى ٠.٠١

تبين نتائج الجدول (٤):

- ارتبط القلق الاجتماعي بصورة إحصائية دالة سالبة بنمط السلوك(أ) بكل من عينة الذكور والإناث عند مستوى (٠.٠٥)، وفي العينة الكلية عند مستوى (٠.٠١).
- ارتبط القلق الاجتماعي بصورة إحصائية دالة سالبة بالثقة بالنفس بكل من عينة الذكور والإناث عند مستوى (٠.٠٥)، وفي العينة الكلية عند مستوى (٠.٠١).
- كما يلاحظ ارتفاع قيم معاملات ارتباط القلق الاجتماعي بمقياس الثقة بالنفس مقارنة بقيم معاملات ارتباطه بنمط السلوك وذلك بالعينات الثلاث الذكور والإناث والعينة الكلية.

أظهر مقياس القلق التفاعلى العلاقة بالعديد من سمات الشخصية مثل مقياسي الخجل والخجل المعدل والغضب، وتأكيد الذات والمسئولية والعداوة، وظهور معاملات ارتباط ذات دلالة إحصائية بعلاقة القلق التفاعلي بالعديد من سمات الشخصية، وتشير نتائج الفرض المبدئي إلى وجود انخفاض في درجات مقياس (نمط السلوك والثقة بالنفس)، مما يدل علي وجود علاقة ارتباطية سالبة في انخفاض مستوي الثقة بالنفس ونمط السلوك، وارتفاع القلق الاجتماعي، حيث يرتفع القلق الاجتماعي بانخفاض نمط السلوك أ، والثقة بالنفس.

- **<u>الفرض الثانى</u>: تسهم مقاييس نمط السلوك أ، والثقة بالنفس فى التنبؤ بصورة دالة بدرجات القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة الكويت.**

استخدم تحليل الانحدار الخطى Linear regression للتعرف على الدلالة التنبؤية لقائمة الغضب على الثقة بالنفس. ويعرض الجدول (٥) لها:

جدول (٥)
تحليل الانحدار للمقاييس المنبئة بالقلق الاجتماعى

المتغير المستقل	R معامل الارتباط	R^2 معامل التحديد	ف	B	Beta	ت	الدلالة
الثابت				57.520		22.794	000.
الثقة بالنفس	.432	.187	22.628	-.212	-.450-	-5.563-	000.
نمط السلوك أ				.023	.030	.375	.708

تشير نتائج تحليل الانحدار إلى دلالة المعادلة التنبؤية حيث كانت قيمة ف لها ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٠١)، وتبين النتائج أن المتغيرات المنبئة يعود إليها نسبة (١٨.٧%) من تباين درجات القلق الاجتماعى لدى الطلاب. وتبين المعادلة أن متغير الثقة يسهم بالتنبؤ بصورة دالة إحصائيا بالقلق الاجتماعي وكانت قيمة بيتا تسهم بنسبة ٠.٤٥ وهي درجة لا تصل إلي مستوى القبول فى درجات القلق الاجتماعي، في حين لم يكن متغير نمط السلوك أ ذا إسهام دال بالقلق الاجتماعي.

ومن نتائج الفرض الثانى يتبين أن الثقة بالنفس تسهم فى التنبؤ بصورة تصل إلي مستوى مقبول من الدالة في درجات القلق الاجتماعي، بينما لا يسهم نمط السلوك فى التنبؤ بالقلق الاجتماعي لدى الطلبة.

الفرض الثالث: يوجد أثر لتفاعل عامل الجنس (ذكور/ وإناث) ونمط السلوك (أ، ب) على القلق الاجتماعى لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت:

لمعرفة الأثر المشترك لتفاعل عامل الجنس ونمط السلوك على القلق الاجتماعى، قام الباحث بتقسيم درجات عينة الدراسة على مقياس نمط السلوك إلى ذوى النمط (أ) وهم ذوى الدرجات المرتفعة على المقياس، وذوى النمط (ب) وهم ذوى الدرجات المنخفضة على المقياس. واستخدم تحليل التباين ثنائى الاتجاه (٢X٢) 2 way anova.

ويعرض الجدول (٦) للمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمجموعات الأربع على مقياس القلق الاجتماعى:

جدول (٦)
المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية
لمجموعات التحليل على القلق الاجتماعى

النمط	النوع	المتوسط	الانحراف المعيارى	العدد

النمط ب	ذكر	50.2419	7.35446	62
	أنثى	46.5385	9.57202	39
	المجموع	48.8119	8.43174	101
النمط أ	ذكر	48.7250	5.68393	40
	أنثى	42.2712	7.79219	59
	المجموع	44.8788	7.67619	99
المجموع	ذكر	49.6471	6.75988	102
	أنثى	43.9694	8.75256	98
	المجموع	46.8650	8.28432	200

ويعرض الجدول (٧) لمعادلة تحليل التباين ثنائي الاتجاه

جدول (٧)

تحليل التباين ثنائى الاتجاه لأثر كل من نمط السلوك والنوع على القلق الاجتماعى

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
النموذج الثابت	2094.656[a]	3	698.219	11.836	.000
نمط السلوك	399.635	1	399.635	6.774	.010
النوع	1232.339	1	1232.339	20.889	.000
نمط السلوك Xالنوع	90.354	1	90.354	1.532	.217
الخطأ	11562.699	196	58.993		
المجموع	452923.000	200			
المجموع المصحح	13657.355	199			

من نتائج جدول (٧) يتبين التالى:

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى القلق الاجتماعي بين الذكور والإناث من طلبة الجامعة، حيث كانت قيمة ف ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٠١)، وتبين نتائج قيم المتوسطات ارتفاع القلق الاجتماعي لدى الذكور (٤٩.٦) مقابل الإناث (٤٣.٦).
- وجود فروق ذات دلالة إحصائية فى القلق الاجتماعي بين ذوى نمط السلوك أ، ونمط السلوك ب من طلبة الجامعة، حيث كانت قيمة ف ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٠١)، وتبين نتائج قيم المتوسطات ارتفاع القلق الاجتماعي لدى ذوى النمط ب (٤٨.٨) مقابل ذوى النمط أ (٤٤.٨).
- عدم وجود أثر لتفاعل عامل نمط السلوك والنوع على القلق الاجتماعي، حيث كانت قيمة ف غير ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) أو أقل.

وتبين نتائج الفرض الثالث على وجود ارتفاع القلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة الذكور عن الطالبات، وارتفاع القلق الاجتماعي لدى ذوى النمط (ب) عن ذوى النمط (أ). بينما لا يوجد تفاعل بين عاملي النوع ونمط السلوك على القلق الاجتماعي

تفسير ومناقشة النتائج:

أشارت نتائج الفرض الأول إلى وجود علاقة سلبية بين (نمط الشخصية والثقة بالنفس) ووجود القلق الاجتماعي، حيث يرتفع القلق الاجتماعي بانخفاض (نمط السلوك أ) وكانت قيم ارتباط نمط السلوك (أ) مع الصعوبات الاجتماعية والقلق الاجتماعي، تظهر وجود الاستعداد للإصابة بالاضطرابات العضوية الناتجة عن المعاناة النفسية ووجود مجموعة من الأعراض مثل فقدان الشهية، تدخين السجائر، القلق، وعدم الشعور بالأمان، وانخفاض تقدير الذات. مع محاولات تعويضية لاستبدال غياب العاطفة والإعجاب الوالدي والخوف المستمر من حدوث كوارث في المستقبل والحساسية المتطرفة للنقد، وعدم الاستجابة نسبياً للمديح ويؤدي عدم الأمان وانخفاض تقدير الذات إلى القلق والاكتئاب مع معاناة من الأرق، تزيد من احتمال عدم وجود علاقة إيجابية بين القلق الاجتماعي ونمط السلوك (أ)، إلا أن الدراسة الحالية خرجت بوجود ارتباط يصل إلي مستوى مقبول من الدلالة، يرجعه الباحث لسببين، الأول طبيعة العينة وهم من طلبة المرحلة الجامعية، وبطبيعة هذه المرحلة فإن الخبرات التى يمرون بها لا تسمح بظهور جميع المكونات السلبية للنمط (أ) مثل الانغماس فى العمل والتحدي والعجلة فى الأداء والشعور القوى بضغط الوقت، والسبب الثانى أن مستوى معين من النمط (أ) هو الذى يرتبط إيجابيا بالقلق الاجتماعي، وقد تعود النتيجة بحكم مستوى مقبول من الدلالة إلى قيمتها للصدفة والعشوائية فى الاستجابة.

وقد جاءت العلاقة الارتباطية بين القلق الاجتماعي والثقة بالنفس علي مستوى مقبول من الدلالة، وهو ما يدل على ضعف تقدير الفرد لذاته، وشعوره بعدم امتلاك القدرة على التعامل مع الآخرين، يجعل إدراكه للمواقف الاجتماعية مشوها وغير منطقي ويقف وراء أعراض القلق، بحيث يتمثل القلق الاجتماعي في أفكار تقييمه للذات، وتوقع الفضيحة أو عدم لباقة السلوك والمصائب والانشغال المتكرر بالمواقف الاجتماعية الصعبة والمثيرة للقلق، والقلق الدائم من ارتكاب الأخطاء وجميعها علامات على ضعف الثقة بالنفس. وتتفق النتائج مع نتائج

دراسات **ريتشارد وآخرون** (Richard et al,2004) (Julie,2009) عبدالعزيز النفيسة (٢٠١٠)، رياض العاسمى (٢٠١٢).

وقد أكدت نتائج الفرض الثانى نتائج الفرض الأول حيث كانت الثقة بالنفس هى العامل الوحيد الذى يسهم في التنبؤ بدرجات القلق الاجتماعي، وذا تأثير عليه، ويرجع ذلك إلى أن الثقة بالنفس تكشف إدراك الفرد لذاته وتقييمه لما يمتلكه من مهارات وخبرات تسمح تمكنه من تحقيق أهدافه الاجتماعية والذاتية، وأن تقييم الفرد السلبى لقدراته وأهدافه يقابله تقييم مشوه للموقف الاجتماعي والآخرين وهو ما يكون البعد المعرفى للقلق الاجتماعى وكأن نمط السلوك (أ) ذو قيمة تنبؤية ذات دالة مقبولة مؤكدا بذلك تفسير الباحث للفرض الأول. وتتفق نتائج الفرض الثانى مع نتائج دراسات **ريتشارد وآخرون** (Richard et al,2004) (Julie,2009)عبد العزيز النفيسة (٢٠١٠)، رياض العاسمى (٢٠١٢).

وأشارت نتائج الفرض الثالث على وجود ارتفاع القلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة الذكور عن الإناث، وارتفاع القلق الاجتماعي لدى ذوى النمط (ب) عن ذوى النمط (أ). بينما لا يوجد تفاعل بين عاملي النوع ونمط السلوك على القلق الاجتماعي. ويرى الباحث أن ارتفاع القلق الاجتماعي لدى الذكور يعود لكون الطلبة بالمرحلة الجامعية يرتفع تقييمهم للحياة الاجتماعية والأدوار الاجتماعية لهم والتي تعد جزءا من تقييمهم للدور الذكور والرجولى، وربما يرتبط إعطاء الذكور أهمية مرتفعة للأدوار الاجتماعية إلى ارتفاع حساسيتهم تجاهها وزيادة إدراكها كمواقف تقييميه بما يزيد من مستوى توترهم وظهور أعراض القلق بها.

وأظهرت النتائج عدم وجود أثر لتفاعلي عاملى الجنس ونمط الشخصية في التأثير على القلق الاجتماعي.

ونخلص من دراستنا إلى أن الثقة بالنفس وعامل الجنس هما العاملان الأساسيان المؤثران على مستوى أعراض القلق النفسي لدى طلبة الجامعة بدولة الكويت.

وفى ضوء هذه النتائج فإن الباحث يوصى:

- بتدريب الطلاب مهارات الثقة بالنفس خاصة بالمراحل التى تسبق المرحلة الجامعية
- تدريب الآباء على تربية البناء بطريقة تعزز ثقتهم بأنفسهم

- عمل برامج إرشادية للطلاب الذى يعانون من القلق الاجتماعي تهدف لزيادة ثقتهم فى أنفسهم وقدراتهم.

كما يقترح الباحث الدراسات التالية:

- دراسة علاقة القلق الاجتماعي بالمهارات الاجتماعية.
- علاقة القلق الاجتماعي بالشعور بنوعية الحياة والرضا عن الحياة لدى الطلبة.
- علاقة الثقة بالنفس بالذكاء الاجتماعي لدى طلبة الجامعة.

المراجـــع

أولاً- المراجع العربية:

عبد الستار إبراهيم (١٩٩٤) : **العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث**، القاهرة: دار الفجر للنشر والتوزيع.

صالح محمد علي أبو جادو(٢٠٠٠): **سيكولوجية التنشئة الاجتماعية**. دار الميسرة للنشر والتوزيع. ط٢. الأردن.

أحمد صمادى ومأمون غواتمة (٢٠١٢). نمط السلوك أ لدى مرضى القلب، مجلة دراسات نفسية وتربوية. مخبر تطوير الممارسات التربوية والنفسية، العدد ٩، ص ص ٣٣ – ٥٦.

أحمد عبد الخالق (٢٠٠٠): نمط السلوك" أ" دراسة لبعض الارتباطات الاجتماعية. مجلة دراسات نفسية، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية، ١٠ (٤).

أحمد محمد عبد الخالق (٢٠٠٠): نمط السلوك " أ " دراسة لبعض الارتباطات الاجتماعية والنفسية.**مجلة دراسات نفسية**، رابطة الأخصائيين النفسيين المصرية العدد " ٤ " القاهرة المجلد (١٠).

آمال عبد السميع باظه (٢٠٠٠): **الأنماط السلوكية للشخصية**. القاهرة. مكتبة الانجلو المصرية.

بشير الرشيدى، طلعت منصور، محمد النابلسي، إبراهيم الخليفى بدر الناصر فهد بورسلي، وحمود القشعان :(2001) سلسلة تشخيص الاضطرابات النفسية، المجلد التاسع، الكويت :مكتب الإنماء الاجتماعي.

بطرس. بطرس حافظ. (٢٠٠٨). **التكيف والصحة النفسية للطفل**. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

جمعه سيد يوسف (١٩٩٤) العلاقة بين نمط السلوك " أ " وبعض متغيرات الشخصية ذات الدلالة التشخيصية. **مجلة علم النفس**. الهيئة المصرية العامة للكتاب.

جمعه سيد يوسف (٢٠٠٠م): **دراسات في علم النفس الإكلينيكي**. القاهرة، دار غريب. للطباعة والنشر

جميلة الوائلى (٢٠١٢): المعنى فى الحياة وعلاقته بنمط الشخصية (A/B) لدى طلبة جامعة بغداد. **مجلة الأستاذ**، جامعة بغداد، العدد ٢٠١، ص ص ٦٠٩ – ٦٤٤.

سهلة حسين قلندر (2003): القلق الاجتماعي وعلاقته بالتكيف الدراسي لدى طلبة جامعة الموصل، **حسين، رسالة ماجستير غير منشورة**، كلية التربية، جامعة الموصل.

حنان بنت محمد أمين محبوب (٢٠٠١). النمط السلوكي (أ) للشخصية، والخصائص المزاجية لدى عينة من مرضى ضغط الدم الأساسي ومقارنتهم بعينة من الأسوياء بمنطقة مكة المكرمة. **رسالة ماجستير غير منشورة**، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

رياض العاسمى (٢٠١٢) تناقضات إدراك الذات وعلاقته بكل من القلق الاجتماعي والاكتئاب لدى طلاب جامعة دمشق.**مجلة جامعة دمشق**– المجلد ٢٨ – العدد الثالث. ص ص ١٧– ٦٠.

سامر رضوان (٢٠٠١) القلق الاجتماعى– دراسة ميدانية لتقنين مقياس القلق الاجتماعى على عينات سورية. **مجلة مركز البحوث التربوية**، جامعة قطر، السنة العاشرة، العدد ١٩، ص ص ٤٧ – ٧٧.

صلاح مخيمر (١٩٧٩) **المدخل للصحة النفسية**. القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

عبد العزيز النفيسة (٢٠١٠) تأثير القلق الاجتماعى والاكتئاب على بعض العمليات المعرفية، **رسالة دكتوراه**، كلية الدراسات العليا، جامعة نايف للعلوم الأمنية.

محمد حسين الثلجي. العبيد (١٩٩٥). الثقة بالنفس لدى طلبة المدارس الحكومية في منطقة إربد التعليمية وعلاقتها ببعض المتغيرات. **رسالة ماجستير منشورة**. فلسطين: كلية الدراسات العليا. جامعة النجاح الوطنية.

أحمد عكاشة (1992) . الطب النفسي المعاصر. القاهرة :مكتبة الأنجلو المصرية.

فاخر، عاقل (1988)، **معجم العلوم النفسية**، دار الرائد العربي، بيروت.

فخرية الجارودى (٢٠٠١): سلوك الشخصية من ذوى النمط (أ) وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلبة وطالبات جامعة الإمارات العربية المتحدة، **رسالة ماجستير**. معهد البحوث والدراسات التربوية، جامعة القاهرة.

فرح عبد القادر طه، شاكر قنديل، حسن عبدالقادر، مصطفى كامل (١٩٩٣) **موسوعة علم النفس والتحليل النفسي**. الكويت. دار سعاد الصباح.

فريح عويد العنزي (١٩٩٩) الثقة بالنفس وعلاقتها بالعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية القاهرة. دراسات نفسية تصدر عن رابطة الأخصائيين النفسين المصرية. (٣) مجلد ٩. ص ص ٤١٧- ٤٣٩.

فريح عويد العنزي (٢٠٠١): مقياس الثقة بالنفس. **مجلة العلوم الاجتماعية.** مجلس النشر العلمى، جامعة الكويت، العدد (٢٩) مجلد (٣).

لمياء العزى، ودعاء الخشاب (٢٠٠٥): القلق الاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طالبات الصف الخامس في معهدي إعداد المعلمات، نينوى / الموصل. **مجلة، دراسات تربوية**، العدد التاسع، ص ص ١٨٣- ٢٠٦

جيل لندنفيلد .(2005): **الثقة الفائقة**: مكتبة جرير، جدة.

محمد إبراهيم عيد (٢٠٠٠): دراسة المظاهر الأساسية للقلق الاجتماعي وعلاقته بمتغيري الجنس والتخصص لدى عينة من الشباب. **مجلة كلية التربية** " **التربية وعلم النفس**"، القاهرة، مكتبة دار زهراء الشرق، العدد ٢٤. الجزء ٤.

المشعان، عويد (١٩٩٨): دافع الإنجاز وعلاقته بالقلق والاكتئاب والثقة بالنفس لدى الموظفين الكويتيين وغير الكويتيين بالقطاع الحكومى، الكويت، **حوليات الآداب والعلوم الاجتماعية** (٢٠) الرسالة ١٣٩.

منار سعيد بنى (٢٠٠٣) العلاقة بين الاضطرابات النفسجسمية ونمط السلوك أ لدى أعضاء هيئة التدريس فى جامعة اليرموك. **رسالة ماجستير**، جامعة اليرموك.

منال محمد عمر السقاف :(2006) الثقة بالنفس وانفعال الغضب لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة الملك عبد العزيز بجدة وجامعة أم القرى بمكة المكرمة. **رسالة ماجستير غير منشورة**،قسم علم النفس، كلية التربية، جامعة ام القرى، مكة المكرمة.

وحيد مصطفى كامل (٢٠٠٣) علاقة تقدير الذات بالقلق الاجتماعي لدى الأطفال ضعاف السمع. موقع أطفال الخليج، المكتبة الالكترونية www.gulfkids.com.

ثانيًا- المراجع الأجنبية:

Al bano, Ann, Barlow.D.H., (1995): cognitive Behavioral group treatment for adolescent social:A: prelim Mary study. **Journal of Nervous and mental of Nervous and Mental Disease** , 187,pp 649-566.

Allen, Bem (1990): **Personality. Social and Biological Perspectives on Personal Adjustment**. U.S.A. Cole Publishing

American Psychological Association (1997).**Diagnostic criteria for DSM-IV**,6Ed.APA New York.

Friedman, M. (1996):**Type "A" Behaviour. its diagnosis and treatment**. New York. Plenum.

Friendman, M; Mlmar, D. (1984):**Treating type "A" Behaviour and your heart**. New York Alfred A. Knopp.

Julie A. Patock-Peckham and Antonio A. Morgan-Lopez.(2009) Mediational Links Among Parenting Styles، Perceptions of Parental Confidence، Self-Esteem، and Depression on Alcohol-Related Problems in Emerging Adulthood. **J Stud Alcohol Drugs**. March; 70(2): 215–226.

Richard F. Haase and Paul J. Sturmer. (2004).Trait shyness actual-ought selfdiscrepancy and discomfort in social interaction, **Personality and Individual Differences**,Volume 36, 7, pp; 1597-1610

Stangier, U., Heidenreich, T., & Peitz, M. (2003). **Soziale Phobien. Ein kognitivverhaltens- therapeutisches Behandlungsmanual.** Weinheim: Beltz.

Wittchen, H. U., & Perkonigg, A. (1997). **DIA-X-Screening-Verfahren: Fragebogen**. **psychische Störungen**. Frankfurt: Swets & Zeitlinger

.