المخاوف الاجتماعية وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز

إعـــــداد

د/ إقبال احمد عبدالغفور عطار

أستاذ الإرشاد النفسي المشارك
جامعة الملك عبدالعزيز

المخاوف الاجتماعية وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز

د/ إقبال احمد عبدالغفور عطار*

المقدمة:

يعيش الإنسان في عصر يملأه العديد من التفاعلات والتغيرات التي تتبعها تعقيدات في العديد من المجالات التي تركت آثاراً واضحة على كافة مجالات الحياة، حيث رافقت تلك التعقيدات اضطرابات سلوكية ونفسية سببتها ضغوطات الحياة، ومع التطور التكنولوجي السريع الذي تشهده الحياة، أصبح الفرد يعاني من الكثير من المواقف التي تهدد مستقبله وحياته، وترفع نسبة قلقه من الأمور التي قد تواجهه في حياته، حيث يعد القلق جزءاً أساسياً من حياة الفرد، ودلالة على إنسانيته وإحدى الحقائق الوجودية التي تؤثر في سلوكياته وفي بناء شخصيته، حيث ينشأ القلق عند جميع الأفراد على اختلاف مواقف التحدي التي تواجههم، حيث يعد القلق أمراً طبيعياً لأنه بمثابة دافع للفرد لاتخاذ الإجراءات السلوكية المناسبة لمواجهة الموقف، في حين أنه يصبح خطراً إذا زاد عن حده الطبيعي، إذ يرتبط عندها بالاضطرابات السلوكية التي تتداخل مع الصراع والخوف والوهم الذي يتعرض لها الإنسان في حياته[١].

ويعد كل من القلق والمخاوف (الخوف) من أبرز الانفعالات الإنسانية المترادفة التي ترتبط معاً، وهي موجودة منذ بداية وجود الإنسان، إذ تمت الإشارة إلى هذين المصطلحين منذ العصور القديمة وفي الكتابات الهيروغليفية القديمة، كما وجدت في آراء فلاسفة العصور المختلفة، وتعد المخاوف من الحالات النفسية المؤلمة التي تصيب الفرد وتشعره بالعجز والدونية في العديد من مواقف الصراع والإحباط، كما أنها من أبرز الحالات الوجدانية الشائعة والتي تترك آثاراً نفسية وسلوكية على الإنسان؛ مما جعلها تحظى باهتمام كبير من قِبل الفلاسفة والباحثين[٢].

* **د/إقبال احمد عبدالغفور عطار**: أستاذ الإرشاد النفسي المشارك–جامعة الملك عبدالعزيز.

وتصنف المخاوف الاجتماعية بأنها إحدى المشكلات التي يعاني منها الأفراد خصوصاً طلبة المدارس والجامعات، إذ تعمل هذه المخاوف الاجتماعية على إفقادهم الإحساس بالسعادة مع أنفسهم ومع الآخرين، فالمخاوف الاجتماعية هي مخاوف غير مقبولة تفرض على الفرد الابتعاد عن المواقف التي كان من الضروري عليه أن يتفاعل فيها مع الآخرين، فيكون معرضاً لنوعٍ من أنواع التقييم، إذ تتميز المخاوف الاجتماعية بأنها مخاوف غير واقعية من التقييم السلبي للسلوك من قبل الأفراد الآخرين، وتشمل التشوه الإدراكي للمواقف الاجتماعية لدى الخواف اجتماعياً، وغالباً ما يشعر الشخص المصاب بالمخاوف الاجتماعية بأنه محط اهتمام الآخرين، وأنهم يهتمون به بشكلٍ كبير يتجاوز الحد الطبيعي، ويتصور أن محيطه ليس له اهتمام آخر سوى تقييمه له، حيث يتصور هذا الشخص أن تقييمه عادةً ما يكون سلبياً[٣].

وتترك المخاوف الاجتماعية آثاراً سلبية كبيرة على الفرد المصاب بها، حيث تحول بينه وبين مزاولته لحياته بشكلٍ طبيعي[٤]، كما تؤثر على شخصيته التي تعد الأساس المسيطر على جسم الإنسان، كما أنها المؤسسة التي تستمر بالعمل دون توقف منذ ولادة الإنسان وحتى وفاته، فالشخصية هي بمثابة التنظيم المتكامل الدينامي للسمات الجسدية والنفسية والعقلية والخلقية والاجتماعية للفرد، كما أنها تبرز للآخرين من خلال الأخذ والعطاء في الحياة الاجتماعية، والتعاون والتفاعل مع الآخرين، وتشمل الدوافع المكتسبة والموروثة والقيم والعادات والعواطف والمعتقدات والسمات والميول والقدرات والاستعدادات والأمراض، فالشخصية هي جوهر الإنسان وهي ومرآته أي أنها حقيقته التي يكون عليها[٥].

فشخصية الفرد تتأثر بالعديد من الأمور التي تحدث في حياة الإنسان، وهي كي تنضج وتكتمل لا بد بأن يمر الإنسان في حياته بمراحل نمو متعددة منذ ولادته وحتى الشيخوخة، إذ أن هذه المراحل هي التي تشكل شخصيته وتنشؤها اجتماعياً، وتبعاً لعنصر الفروق الفردية فإن الشخصية تختلف من فردٍ لآخر، وهذا يعود إلى عددٍ من المتغيرات والسمات التي تطبع كل شخصية وتجعلها فريدة في سلوكها وتعاملاتها، فهذه السمات والمتغيرات تؤدي دوراً بارزاً في تحديد المسار النفسي والسلوكي للفرد، وتعمل على بناء شخصيته، فهذه السمات هي مؤشرات نفسية وانفعالية تحرك شخصية الإنسان وتعبر عن معاشه الاجتماعي والنفسي،

فهذه السمات والمتغيرات هي صفات نفسية أو عقلية أو جسمية أو اجتماعية فطرية أو مكتسبة تميز كل فردٍ عن الآخر، كما أنها استعداد ثابت لنوعٍ محددٍ من السلوك[٦].

وفيما يخص متغيرات الشخصية فإنها تشير إلى ميول الفرد للاستجابة لمؤثر معين من خلال طريقة ما، حيث تختلف هذه المتغيرات من فردٍ لآخر، وينطوي كل متغير منها على عددٍ من العناصر[٧]، حتى أصبح هناك ما يعرف بنظرية السمات، حيث أثبتت هذه النظرية دورها البارز في تحليل الشخصية، وذلك من خلال تميز خواص الشخصية وتحديد سلوك الأفراد تبعاً لقياس الصفات الشخصية لديهم، وتقوم هذه النظرية على ان الاستجابات المختلفة للفرد في المواقف الخاصة تستند إلى الاستعدادات المحددة التي تتوفر لديه، حيث تطلق هذه الاستعدادات الصفات الفردية، وهذا يعني أنه يمكن وصف الأشخاص والتعرف عليهم من خلال سلوكياتهم الخاصة[٨]، لذا لابد من تعرف متغيرات الشخصية التي تعد نموذجاً للعوامل الخمسة الكبرى للشخصية وهي باعتبار هيكل هرمي من سمات الشخصية، وهذه المتغيرات هي: (العصابية، الانبساطية، الانفتاح على الخبرة، المقبولية (الطيبة)، يقظة الضمير)[٩].

وتعد فئة طلبة الجامعات من أهم الفئات في المجتمع إذ أنهم أمل المستقبل وحاملو مسؤوليته، كما أنهم أكثر الفئات تفكيراً في المستقبل وما يحمله لهم؛ مما يزيد من قلقهم ومخاوفهم، وتمثل هذه فئة الشريحة الأكبر التي يتكون منها المجتمع، كما أنها أكثرها عطاءً وتفاعلاً، حيث تحاول جاهدةً تطوير المجتمع والنهوض به، لذا فحين تعاني هذه الشريحة من الاضطرابات النفسية فإن من المجتمع بأكمله سيكون عرضةً للإصابة بتلك الاضطرابات، وتمثل فئة الطلبة الجامعيين صلب فئة الشباب، لذا كان المهم أن تتمتع هذه الفئة بالصحة النفسية الجيدة، بعيداً عن ضغوطات الحياة للحفاظ على شخصياتهم متزنة ومعتدلة، فطلبة الجامعة هم قادة المستقبل ومعدوا الأجيال القادمة[١٠].

مشكلة البحث:

لقد حاز موضوع المخاوف الاجتماعية على اهتمامٍ كبير من قِبل الباحثين والدارسين منذ أن أُدرِجَ كفئة تشخيصية مستقلة ضمن الطبعة الثالثة من دليل الاضطرابات النفسية التشخصية والإحصائي الذي صدر سنة (١٩٨٠) عن رابطة الطب النفسي الأمريكية، فقد ازدادت الأبحاث التجريبية والوصفية حول طبيعة هذه

المخاوف وكيفية علاجها، وقد اعتمدوا في ذلك على العديد من الأطر النظرية، وحُدِدَت المخاوف الاجتماعية بأنها اضطراب يتركز على الخوف من ملاحظة الآخرين والتي تعد سلبية كبيرة، إذ يصبح الفرد قلقاً من التصرف أمام الآخرين أو التكلم أمامهم خوفاً من التعرض للانتقادات السلبية، حيث يظهر الأفراد المصابون بالمخاوف الاجتماعية استثارة فيزيولوجية مرتفعة في المواقف الاجتماعية، إضافة إلى إتباعهم للأسلوب تجنب الاختلاط بالآخرين[١١].

وتعد المخاوف الاجتماعية من أبرز المشكلات التي ترتبط بعددٍ من متغيرات الشخصية، ويعاني أغلب طلاب الجامعات من مشكلة المخاوف الاجتماعية، وذلك لأن تلك المخاوف هي حصيلة ذكريات وخبرات مؤلمة ارتبطت بمواقف اجتماعية معينة تعرض لها الطالب في طفولته؛ مما نجم عنها إصابته بالخوف من مواجهة الآخرين والتفاعل معهم في المواقف الاجتماعية[١٢]، لذا جاء هذا البحث ليبين علاقة المخاوف الاجتماعية ببعض متغيرات الشخصية (العصابية، الانبساطية، الانفتاح على الخبرة، المقبولية (الطيبة)، يقظة الضمير) لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز، وذلك من خلال الإجابة عن سؤال البحث الرئيس والذي يتمثل في

- **ما علاقة المخاوف الاجتماعية ببعض متغيرات الشخصية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز؟**

ويتفرع من هذا السؤال الأسئلة الفرعية التالية:

- ما علاقة المخاوف الاجتماعية بمتغير العصابية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز؟
- ما علاقة المخاوف الاجتماعية بمتغير الانبساطية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز؟
- ما علاقة المخاوف الاجتماعية بمتغير الانفتاح على الخبرة لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز؟
- ما علاقة المخاوف الاجتماعية بمتغير المقبولية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز؟
- ما علاقة المخاوف الاجتماعية بمتغير يقظة الضمير لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز؟

أهداف البحث:

يسعى البحث الحالي إلى تحقيق الهدف الرئيس التالي:

- الكشف عن علاقة المخاوف الاجتماعية ببعض متغيرات الشخصية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز؟

ويتفرع من هذا الهدف الرئيس الأهداف الفرعية التالية:

- الكشف عن علاقة المخاوف الاجتماعية بمتغير العصابية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز.
- الكشف عن علاقة المخاوف الاجتماعية بمتغير الانبساطية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز.
- الكشف عن علاقة المخاوف الاجتماعية بمتغير الانفتاح على الخبرة لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز.
- الكشف عن علاقة المخاوف الاجتماعية بمتغير المقبولية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز.
- الكشف عن علاقة المخاوف الاجتماعية بمتغير يقظة الضمير لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز.

أهمية البحث:

تكمن أهمية هذا البحث من أنها تتحدث عن المخاوف الاجتماعية وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز، حيث لم يتم تناول هذا العنوان من قبل في أي دراسة أو بحث سابق، لذا سيحظى هذا البحث بأهمية كبيرة كونه سيبحث في موضوع فريد لم يسبق أن تم تناوله، كما تنبع أهمية البحث من أنه سيحاول تعرف المخاوف الاجتماعية التي تؤثر على طالبات جامعة الملك عبد العزيز والتي من الممكن معالجتها والتخلص منها.

وتأتي أهمية البحث الحالي من أن نتائجه ستكشف عن علاقة المخاوف الاجتماعية ببعض المتغيرات الشخصية (العصابية، الانبساطية، الانفتاح على الخبرة، المقبولية، يقظة الضمير) لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز؛ حيث سيبحث بعلاقة المخاوف الاجتماعية مع كل متغير من هذه المتغيرات على حدة؛ مما ستسهم هذه النتائج في حل المشكلات الناجمة عن هذه العلاقة، إضافةً إلى أنها ستكون مرجعاً مهماً يعود إليها الباحثون في هذا المجال، والطلبة الذين

يرغبون في دراسة المخاوف الاجتماعية ومتغيرات الشخصية، فهذا البحث سيكون إضافةً نوعية للمكتبة العربية.

الفرضيات:

يفترض هذا البحث أن يكون للمخاوف الاجتماعية علاقة ببعض المتغيرات الشخصية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز، وتندرج تحت هذه الفرضية عدداً من الفرضيات الفرعية كالتالي:

- الفرضية الفرعية الأولى: هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغير العصابية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز.
- الفرضية الفرعية الثانية: هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغير الانبساطية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز.
- الفرضية الفرعية الثالثة: هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغير الانفتاح على الخبرة لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز.
- الفرضية الفرعية الرابعة: هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغير المقبولية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز.
- الفرضية الفرعية الخامسة: هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية يقظة الضمير لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز.

حدود البحث:

الحدود المكانية: جامعة الملك عبد العزيز في جدة.

الحدود الزمانية: الفصل الدراسي الأول من العام (١٤٣٨هـ).

الحدود الموضوعية: الكشف عن المخاوف الاجتماعية وعلاقتها ببعض متغيرات الشخصية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز في جدة.

التعريفات الإجرائية:

المتغيرات الشخصية: وهي العوامل المرتبطة بشخص الفرد المبحوث وتتمثل في: (العصابية، الانبساطية، الانفتاح على الخبرة، المقبولية، ويقظة الضمير.

المخاوف الاجتماعية: وهي إحدى اضطرابات القلق التي تصيب الفرد وتتمثل بحساسيته الزائدة تجاه الانتقاد؛ مما يجعله يتجنب لقاء الآخرين والتواجد

في المواقف الاجتماعية، واقتصار علاقاته الاجتماعية على فئة قليلة جداً من الأشخاص.

العصابية: وهي إحدى متغيرات الشخصية التي يتمتع صاحبها بعدم الاستقرار والانفعالات السلبية وعدم قدرته على التحمل.

الشخصية الانبساطية: وهي إحدى متغيرات الشخصية التي تميز الفرد وتجعله يميل إلى الاختلاط ومعاشرة الآخرين.

الانفتاح على الخبرة: وهو أن يتمتع الفرد بتنوع الاهتمامات والرغبة في الاكتشاف والإبداع والاستطلاع وربط الأمور مع بعضها البعض.

المقبولية: وهي تمتع الفرد بالكفاءة الذاتية والتعاطف مع الآخرين والشعور بالثقة بالنفس.

يقظة الضمير: وهو أن يتسم الفرد بالكفاءة والتنظيم والتأني والتفكير قبل اتخاذ أي قرار أو القيام بأي فعل.

الإطار النظري:

أولاً– المخاوف الاجتماعية:

تعد المخاوف الاجتماعية من أبرز الاضطرابات النفسية التي تم تصنيفها ضمن اضطرابات القلق الرهابي، إذ أنها عبارة عن اضطرابات نفسية سريعة الانتشار، حيث بلغت نسبة انتشارها في المجتمعات الغربية ما بين (٧–١٤%)، وهي اضطرابات مزمنة ومعطلة ترافقها أعراض كثيرة حتى تصل إلى حد الاكتئاب، حيث تحدث هذه المخاوف في مجموعة متعددة من مواقف التفاعل الاجتماعي، وتظهر هذه المخاوف الاجتماعية من خلال التخلي الناجم عن وجود الفرد في موقف اجتماعي معين أو موقف عام؛ مما يؤدي إلى ظهور ردود فعل القلق عند وقوع هذه المواقف، وتتمثل أهم هذه المظاهر في الخوف من التقييم السلبي، فهو من أهم الأسباب الكامنة وراء المخاوف الاجتماعي، حتى أن الأفراد المصابون بها يتسمون بحساسية شديدة والخشية مع التعامل مع الآخرين، إذ يبدوا أنهم مراقبون ومحاصرون من خلال نظرات الناس لهم[١٣].

وللمخاوف الاجتماعية مكانة بارزة في علم النفس الحديث، إذ تشكل المفهوم الرئيسي في علم الأمراض النفسية والأمراض العضوية، كما يعده فرويد القاعدة الأساسية في كل الأعصبة، وتعدها كارن مورني المحور الدينامي للعصاب النفسي ليس فقط على مستوى الأمراض النفسية وإنما في سلوك الأفراد

السوي وغير السوي، ويرى ماي أن المخاوف الاجتماعية تعد القاسم المشترك في جميع الأمراض الجسدية والنفسية والاختلالات والانحرافات السلوكية والعقلية، وللمخاوف الاجتماعية وجهان يتمثلان في أن هذه المخاوف قد تساعد الإنسان في تحسين نفسه دفعه للإنجاز وتحقيق مستويات أعلى من الكفاءة، ومن ناحية أخرى فإن تلك المخاوف الاجتماعية قد تجعل حياة الفرد مليئة بالتعاسة والحزن، ويرى الباحثون أن هناك نوعين من اضطرابات المخاوف الاجتماعية، حيث يتمثل النوع الأول بالمخاوف الاجتماعية الأولية، والذي يتميز بحدوث تلك المخاوف في مجال واسع من السياقات الاجتماعية، أما النوع الثاني فيطلق عليه المخاوف الاجتماعية الثانوية ويتميز هذا النوع بأن المخاوف الاجتماعية لا تكون ناجمة عن المواقف الاجتماعية في حد ذاتها، بل تنجم عن نقص المهارات الاجتماعية لدى الفرج مما يؤدي إلى إصابته بالمخاوف الاجتماعية، التي تجعله يعاني من صعوبات في التعامل مع الآخرين، وصعوبة في البدء في محادثة ما وإنهائها أو التصرف في المواقف الاجتماعية؛ مما يؤدي في نهاية المطاف إلى إصابته بالاكتئاب[١٤].

وتعيق المخاوف الاجتماعية تفاعل الفرد اجتماعياً مع الآخرين، فالأفراد المصابين بتلك المخاوف يخشون من تقييم الآخرين لهم في المواقف الاجتماعية، كما يخافوا من النظرة الدونية لهم عند قيامهم بأنشطة معينة أمام الناس كتحدث أمام الآخرين أو الأكل أو الشرب أمامهم؛ مما يصيبهم بالقلق والارتباك والضيق، التي تعد استجابةً تلقائية للضغوط كجفاف الفم والارتعاش وزيادة ضربات القلب، وتجنب المواقف المثيرة للخوف، وتعد المخاوف الاجتماعية من أبرز المشكلات التي تعاني منها فئة كبيرة من المجتمع السعودي، إذ تنتشر بين الأفراد بنسبة تصل إلى (١٣%) من المرضى الذين يترددون على العيادات النفسية بحسب إحصائية عيادية، وأكدت بعض الدراسات أن هناك فئة كبيرة من أفراد المجتمع السعودي يعانون من المخاوف الاجتماعية إلا أنهم لا يلجؤون للعلاج[١٥].

وقد حظيت المخاوف الاجتماعية باهتمام العلماء والباحثين وقد أطلقوا عليها مسميات عدة كالقلق الاجتماعي والرهاب الاجتماعي والخوف الاجتماعي، غير أن جميع هذه المسميات تحمل معناً واحداً، ومن أبرز التعريفات التي حظيت بها المخاوف الاجتماعية ما يلي:"هي انفعالات غير سارة يختبرها الفرد نتيجة الخوف من التقييم الاجتماعي، مما يسبب التجنب المتكرر للتفاعل الاجتماعي،

الأمر الذي يترتب عليه انخفاض القيام للمبادرة بفعاليات وأنشطة اجتماعية، فيكون كلامه قليلاً، وينخفض مستوى كشفه لذاته"[١٦]، وورد تعريف المخاوف الاجتماعي في التصنيف الدولي العاشر للاضطرابات الصادر عن منظمة الصحة العالمية، حيث أشار إلى: "الخوف من التدقيق وإمعان النظر في الفرد من خلال الناس الآخرين، وهذا يؤدي بالفرد إلى تجنب المواقف الاجتماعية، وأن الكثير من المخاوف الاجتماعية لدى الفرد ترتبط بانخفاض تقدير الذات لديه والخوف من النقد"، وتم تعريفها أيضاً بأنها: المخاوف الاجتماعية التي تعبر عن شعور الفرد بخوف متواصل وملحوظ جراء تعرضه لموقف اجتماعي أو أكثر حصل عند تعامله مع أشخاص جدد لا يعرفهم؛ وهذا بدوره سبب له شعوراً بالخوف والارتباك[١٧].

ومن خلال التعريفات السابقة يمكن تعريف المخاوف الاجتماعية بأنها: إحدى اضطرابات القلق التي تصيب الفرد وتتمثل بحساسيته الزائدة تجاه الانتقاد؛ مما يجعله يتجنب لقاء الآخرين والتواجد في المواقف الاجتماعية، واقتصار علاقاته الاجتماعية على فئة قليلة جداً من الأشخاص.

وفيما يخص أبعاد المخاوف الاجتماعية، فقد تمثلت أبعادها بما يلي[١٨]:

١- **الأعراض الجسدية:** يعاني الفرد المصاب بالمخاوف الاجتماعية من مجموعة أعراض جسدية من أبرزها الشعور بالتعب وضعف الطاقة والحيوية، والإصابة بالصداع وصعوبة التنفس، إضافةً إلى اضطرابات في المعدة، واضطرابات النوم، وعسر الهضم، والغثيان، أما الأعراض الجسدية التي تصيب الفرد الذي يعاني من مخاوف اجتماعية حادة فتأتي على شكل زيادة سرعة التنفس، وفقدان الشهية، وارتفاع ضغط الدم، وزيادة ضربات القلق، وزيادة إفراز العرق.

٢- **صعوبة التواصل مع الآخرين والتعبير عن النفس:** يعاني الشخص المصاب بالمخاوف الاجتماعية من صعوبة بالتواصل مع الآخرين، وارتباك بالتعبير عما يدور في نفسه من آراء.

٣- **الخوف من المواقف الاجتماعية والدخول فيها:** يحاول الفرد المصاب بالمخاوف الاجتماعية تجنب مشاركة الآخرين المناسبة الاجتماعية وعدم الالتفات للنقاشات والأحاديث الاجتماعية التي تدور بين الأفراد.

٤- **تشتت الأفكار**: يعاني الشخص المصاب بالمخاوف الاجتماعية من تشتت أفكاره وعدم القدرة على تجميع تلك الأفكار والآراء ووضعها في المكان المناسب في المواقف الاجتماعية.

وتتمثل مظاهر المخاوف الاجتماعية أيضاً فيما يلي[١٩]:

١- عدم قدرة الفرد على التفاعل الاجتماعي مع الآخرين والشعور بالنقص والغيرة منهم.

٢- شعور الفرد بعدم الراحة في المواقف الاجتماعية وصعوبة التعبير عن الذات.

٣- عدم اندماج الفرد مع الآخرين في نشاطاتهم وتفاعلاتهم؛ مما يؤدي الى الخمول الظاهري وتجنب التواصل.

ثانيًا- متغيرات الشخصية:

تعد دراسة شخصية الفرد من الدراسات القديمة قِدم الإنسان، نظراً لاهتمام الإنسان بالآخرين من أبناء جنسه، واعتنائه بانفعالاتهم وانطباعاتهم، إذ يسعى الفرد إلى تمييز سلوكيات الآخرين وتصرفاتهم في بعض المواقف، ومن ثم تقييما وإصدار الحكم عليها، فموضوع الشخصية هو من أبزر الموضوعات التي اهتم بها الباحثون من خلال ربطها بالمتغيرات النفسية والتربوية والاجتماعية التي تطرأ على الفرد[٢٠]، وتعبر الشخصية الإنسانية عن الأنماط السلوكية والمعرفية للفرد، حيث تتسم بالاستقرار والثبات، فهي الصنف الثابت من الأفكار والسلوك والدوافع التي تميز الإنسان، وتعد الشخصية الإنسانية بمثابة أفكار وسلوكيات تميز طريقة الإنسان في تعامله مع العالم الخارجي وتكيفه مع المحيط، فشخصية الإنسان تتسم بالثبات والاستقرار[٢١].

وفيما يخص متغيرات الشخصية فإنها تعد نزوعاً لدى الشخص يمكنه من الاستجابة لمؤثر معين من خلال طريقة محددة، حيث تختلف هذه المتغيرات من شخصٍ لآخر، وتنطوي كل سمة على عددٍ من العناصر[٢٢]، لذا فإن قياسها يعتمد على عددٍ من الخصائص التي تتوفر لها مقاييس معينة، وتقوم في ذات الوقت على مفاهيم حظيت بدعمٍ تجريبي كبير[٢٣].

وتمثل متغيرات الشخصية مكانةً مهمة في العديد من المجالات النظرية والتطبيقية كالدعاية والتربية والعلاقات والصحافة؛ وذلك لأن هذه المتغيرات هي

التي تميز الأفراد عن بعضهم البعض، إذ تتميز شخصيات بعض الأفراد بامتلاكهم لبعض المتغيرات أو السمات الشخصية بدرجة كبيرة، في حين قد تنخفض هذه السمات أو المتغيرات عند أفرادٍ آخرين، فالمتغيرات الشخصية هي نظام متكامل في الاستعدادات الجسمية والعقلية والميول الثابتة إلى حدٍ ما، والتي تميز الفرد وتحدد طريقته في التعامل مع البيئة الاجتماعية والمادية، وتتبع أهمية دراسة شخصية الفرد من أنها موضع اهتمام العديد من الباحثين لأنها من الموضوعات التي يشترك في دراسته علوم عديدة من أهمها علم النفس، وتتم دراستها من خلال تركيبها وأبعادها الرئيسة ونموها ومحدداتها وعلى أساس نظريات مختلفة تهدف إلى تعرف ما سيكون عليه الفرد في موقف محدد حتى يمكن ضبطه والتحكم فيه[٢٤].

وقد حظي مفهوم متغيرات الشخصية بالعديد من التعريفات على الرغم من تعدد المصطلحات التي تطلق عليه، إذ استعمل بعض الباحثون مصطلحي (سمات الشخصية وعوامل الشخصية) بمعنى متغيرات الشخصية، وكان من أبرز التعريفات التي حظي بها هذا المفهوم برغم اختلاف تسميته ما يلي: "نموذج يقوم على تصور مؤداه أنه يمكن وصف الشخصية وصفاً اقتصادياً كاملاً من خلال خمسة عوامل أساسية وهي: العصابية، الانبساطية، الانفتاح على الخبرة، المقبولية، ويقظة الضمير"[٢٥]، وتعرف أيضاً بأنها: مجموعة من الصفات العقلية والانفعالية والجسمية والاجتماعية التي يتميز بها الشخص عن غيره وتكون وراثية أو مكتسبة، وهي وحدات رئيسية في تنظيم الشخصية يمكن استنتاجها من خلال سلوك[٢٦].

وتعرف متغيرات الشخصية أيضاً بأنها: "نزوع إيجابي لدى الشخص للاستجابة بطريقة معينة نحو نوع من المؤثرات، وهي من الصفات الجسمية والعقلية والانفعالية والاجتماعية الفطرية أو المكتسبة التي تميز الفرد بنوع معين من السلوك"[٢٧].

وقد تعددت متغيرات الشخصية وتنوعت، وكان من أبرز النماذج التي كشفت عن متغيرات الشخصية وكانت أكثرها انتشاراً نموذج العوامل الخمسة الكبرى للشخصية لكوستا وماكري، وقد ضم هذا النموذج عدداً من المتغيرات وهي:

١–**العصابية:** يتسم الأفراد أصحاب هذا النمط بامتلاكهم للصفات الانفعالية السلوكية السلبية مثل الاكتئاب والقلق والخجل، حيث يمتلكون استجابةً انفعالية

كبيرة مع صعوبة الرجوع إلى حالتهم السليمة التي كانوا عليها قبل مرورهم بالخبرات الانفعالية السلبية، وتتصف هذه الفئة بعدم الرضا عن النفس وعدم الاستقرار العاطفي وضعف التكيف مع الحياة وعدم الثقة بالنفس، وترتبط الشخصية العصابية مع المشاعر السلبية والضغوطات إيجابياً[٢٨].

٢- **الانبساطية:** يرتبط هذا المتغير بالتكوين الشبكي في المخ، وهو نموذج للفرد الاجتماعي الذي يمتلك العديد من الصداقات ويحتاج إلى وجود الآخرين حوله للتحدث معهم ومشاركتهم مناسباتهم الاجتماعية، كما أنه يتسم بحب المغامرة والمخاطرة وعدم القدرة على السيطرة على مشاعره[٢٩].

٣- **الانفتاح على الخبرة:** وهي إحدى متغيرات الشخصية التي تميز الفرد بحب الاستطلاع والفضول، مع امتلاكه للعديد من الخبرات والقيم الخارجة عن المألوف، كما يتميز الفرد المنفتح على الخبرة برغبته في خلق حالة من الانسجام بين أفكاره وفعالياته والمواقف الجديدة[٣٠].

٤- **المقبولية:** ويمتاز أصحاب هذا المتغير بالثقة بالنفس والكفاءة الذاتية، إضافةً إلى ميلهم لإجهاد أنفسهم من أجل إرضاء الآخرين ومساعدتهم، وترتبط المقبولية مع الشعور بالسعادة والفرح إيجابياً[٣١].

٥- **يقظة الضمير:** ويشير هذا المتغير إلى الفروق الفردية في التنظيم والتخطيط وتنفيذ المهام، إذ يشمل معالم مشتركة من التحكم بالانفعالات والتفكير، ويقوم هذا المتغير بتمييز الفرد بالكفاح وقوة الإرادة والسعي نحو ضبط النفس والانجاز[٣٢].

الدراسات السابقة:

الدراسات العربية:

دراسة ملص (٢٠٠٧): وهدفت إلى تعرف نسبة انتشار الرهاب الاجتماعي عند طلبة الجامعة الأردنية، كما هدفت أيضاً إلى تعرف على ارتباط الرهاب الاجتماعي مع تقدير الذات وعلاقة هذين المتغيرين بمتغيرات الجنس والعمر والكلية والسنة الجامعية ومنطقة السكن، وتكونت عينة الدراسة من (٩٤٤) طالباً وطالبة، تم اختيارهم بشكلٍ عشوائي موزعين بين (٣٥٢) طالباً و(٥٧٧) طالبة، وتم استعمال الاستبانة كأداة للدراسة من خلال مقياسين الرهاب الاجتماعي لليبوتز ودليل تقدير الذات لهدسون، وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن نسبة انتشار الرهاب

الاجتماعي بين طلبة الجامعة الأردنية وصلت إلى (٩,٣%)، وكانت نسبة انتشار الرهاب الاجتماعي بين الطالبات أعلى منها بين الطلاب، كما أكدت النتائج أن هناك علاقة بين الرهاب الاجتماعي ومنطقة السكن، وتوصلت النتائج أيضاً إلى أن هناك علاقة بين الرهاب الاجتماعي والسنة الدراسية، حيث كانت انتشاره بين طلبة السنة الأولى والثانية أعلى منه بين طلبة السنة الثالثة والرابعة، وأخيراً أكدت النتائج أن هناك ارتباط بين الرهاب الاجتماعي وتقدير الذات، وكان هذا الارتباط أعلى لدى الذكور منه لدى الإناث[٣٣].

دراسة دبابش (٢٠١١): وهدفت إلى استقصاء مدى فاعلية برنامج إرشادي سلوكي في خفض القلق الاجتماعي من خلال قياس القلق الاجتماعي وتشخيصه لدى عينة من طلبة الصف الحادي عشر ثانوي وأثره على تقدير الذات من خلال قياس تقدير الذات، وقد تم تصميم البرنامج الإرشادي وتطبيقه على عينة الدراسة، وتم التحقق من الفروق بين المجموعتين الضابطة والتجريبية في القياس البعدي، والفروق بين المجموعة التجريبية في القياسين القبلي والبعدي والتتبعي والكشف عن فاعلية البرنامج الإرشادي في خفض القلق الاجتماعي وأثره على تقدير الذات للطلاب، وتكونت عينة الدراسة من ٢٤ طالباً موزعين بين (١٢) طالباً في المجموعة التجريبية، و(١٢) طالباً في المجموعة الضابطة، وتمثلت أدوات الدراسة بالاستبانة والبرنامج الإرشادي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين رتب درجات المجموعة الضابطة ورتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس القلق الاجتماعي في القياس البعدي لصالح المجموعة التجريبية، كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس القلق الاجتماعي في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدين، وأخيراً أكدت النتائج وجود فاعلية للبرنامج الارشادي في خفض القلق الاجتماعي لأفراد العينة، مع وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي رتب درجات المجموعة التجريبية على مقياس تقدير الذات في القياسين القبلي والبعدي لصالح القياس البعدي[٣٤].

دراسة الحجري (٢٠١٤): وقد هدفت إلى تعرف بعض سمات الشخصية وعلاقتها بالرهاب الاجتماعي لدى طلاب جامعة نزوى في سلطنة عمان، ولتحقيق أهداف الدراسة تمت الاستعانة بمقياس قائمة العوامل الخمسة الكبرى لكوستا وماكري، وأعد الباحث أيضاً مقاس الرهاب الاجتماعي، وتكونت عينة الدراسة من

٢٩٠ طالباً وطالبة من الطلبة الملتحقين بكليات جامعة نزوى في سلطنة عمان، وتوصلت الدراسة إلى عددٍ من النتائج أهمها: سجلت سمة يقظة الضمير أعلى المستويات تلاها المقبولية ثم الانبساطية، وحصلت سمة الانفتاحية على متوسط المستوى، في حين جاءت سمة العصابية في أدنى مستوى، وأكدت النتائج أن مستوى الرهاب الاجتماعي لدى طلاب جامعة نزوى كان منخفضاً، كما توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين سمة العصابية وبعدي التجنب والخوف، وإجمالي الرهاب الاجتماعي[٣٥].

دراسة شما (٢٠١٥): وقد هدفت إلى تعرف علاقة القلق الاجتماعي بتقدير الذات لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعلم الأساسي في مدينة حمص، كما هدفت إلى تقدير الفرق بين الجنسين في أدائهم على كل من مقياس القلق الاجتماعي ومقياس تقدير الذات، ولتحقيق أهداف الدراسة تم تطبيقها على عينة مكونة من (٤٢٦) تلميذا وتلميذة من تلاميذ الحلقة الأولى من التعلم الأساسي، وتم استخدام حزمة التحليل الإحصائي الاجتماعي Spss لإيجاد المتوسطات الحسابية ومعاملات الارتباط واختبار t–test لدلالة الفروق بين المتوسطات، وتم التوصل إلى عددٍ من النتائج أبرزها: وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين القلق الاجتماعي وتقدير الذات لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، كما توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث من تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي على مقياس القلق الاجتماعي[٣٦].

الدراسات الأجنبية:

دراسة Ingman (1999): وهدفت الدراسة إلى اختبار القلق الاجتماعي والمخاوف الاجتماعية والمهارات الاجتماعية والتكيف الاجتماعي واستنتاج الذات للطلبة الأجانب والأمريكيين في الجامعة الأمريكية، وقد أظهرت التقارير أن الطلبة الأجانب لديهم مشكلة في التكيف الاجتماعي مع الطلبة الأمريكيين في بداية السنة الدراسية الأولى، وأظهرت كذلك فشل الطلبة الأجانب في تكوين علاقات شخصية مع الطلاب الأمريكيين، كما وأشارت النتائج إلى أن تجربة الطلبة الصينيين للتكيف الاجتماعي كانت قليلة، مع ارتفاع مستويات القلق والمخاوف الاجتماعية لديهم، وتم العثور على علاقة عكسية بين القلق والمخاوف الاجتماعية

والتكييف الاجتماعي للطلبة الأمريكيين فقط في المرحلة الأولى من الفحص والاختبار، أما المرحلة الثانية فقد أثبتت ازدياد نسبة القلق والمخاوف الاجتماعية لدى الطلبة الأمريكيين بدرجة أعلى من الطلبة الصينيين، وأن التكييف الاجتماعي لعب دورا افصل لدى الصينيين في الاختبار الثاني الذي طبق في المرحلة الدراسية الثانية، كما وأكدت الدراسة عن وجود مهارات اجتماعية لدى الطلبة الامريكيين أفضل من الطلبة الصينيين[٣٧].

وقد قام Izgiç et al. (2004) بإجراء دراسة هدفت إلى إظهار مدى انتشار المخاوف الاجتماعية وعلاقتها بصورة الجسم واحترام الذات، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة من ١٠٠٣ طالب وطالبة من جامعة كومهوريت، وتم تطبيق أداة الدراسة المتمثلة في مقياس المخاوف الاجتماعية (DIS-III-R)، ومقياس تقدير الذات روزنبرغ، واستبيان العلاقات بين الأجسام المتعددة الأبعاد (MBSRQ) والمقابلات التشخيصية. وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج أهمها: بلغ معدل انتشار المخاوف الاجتماعية بين طلاب الجامعات ٩.٦٪، وبلغ معدل الانتشار في العام الماضي ٧.٩٪. وكان تقدير الذات أقل ($P < 0.05$) بين أولئك الذين يعانون من المخاوف الاجتماعية مقارنةً مع أولئك الذين لا يعانون من مخاوف اجتماعية، كما وتوصلت الدراسة إلى أن الطلاب الذين يعانون من المخاوف الاجتماعية لديهم درجات أقل على مقياس MBSRQ من أولئك الذين لا يعانون من المخاوف الاجتماعية ($P < 0.0001$)، وخلصت الدراسة إلى أن الأشخاص الذين يعانون من المخاوف الاجتماعية يعانون من قلة تقدير الذات، كما أن صورة الجسم لديهم أكثر تشوهاً من أولئك الذين لا يعانون من المخاوف الاجتماعية[٣٨].

دراسة Alhabees and Alkhutaba (2015): وقد هدفت الدراسة إلى الكشف عن المخاوف الاجتماعية بين طلبة جامعة الإسراء في ضوء بعض المتغيرات، واستخدم الباحث المنهج الوصفي لجمع البيانات عن طريق الاستبانة، وتكونت عينة الدراسة من١٣٦ طالبا وطالبة من جامعة الإسراء. ومن النتائج الهامة التي توصلت لها الدراسة وجود فرق ثابت في المخاوف الاجتماعية بين الطلاب على أساس مستوى دراستهم في حين لم يكن هناك فرق ثابت في المخاوف الاجتماعية بين طلبة الجامعات على أساس متغير الجنس ($\alpha \leq 0.05$)[٣٩].

وقدم (Agha et al. 2016) دراسة هدفت إلى تحديد العلاقة بين القلق الاجتماعي وأبعاد الشخصية بين طلاب جامعة رفسنجان للعلوم الطبية في إيران في عام ٢٠١٣، واتبعت الدراسة المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من ٢٨٤ فردا من طلاب جامعة رفسنجان للعلوم الطبية في عام ٢٠١٣. وتم توزيع أداة الدراسة المتمثلة في مقياس المخاوف والرهاب الاجتماعي (SPIN)، الذي يقيم المخاوف والرهاب الاجتماعي ومكوناته (الخوف، وتجنب، والعلامات الفسيولوجية، ومقياس (NEO PI-R) الذي يقيم خمس سمات شخصية[٤٠].

وتوصلت الدراسة إلى عدد من النتائج أهمها: انتشار المخاوف والرهاب الاجتماعي البسيط بين الأشخاص بنسبة ٥٨.٥%، كما توصلت أيضاً أن ١٩.٤٪ منهم يعانون من مخاوف ورهاب اجتماعي حاد، و ١٠.٢٪ كانوا يعانون من مخاوف ورهاب اجتماعي شديد الخطورة، كما وتوصلت الدراسة الى ان بعد الشخصية (العصبية) كان له علاقة ذات أثر مباشر مع المخاوف والرهاب الاجتماعي وجوانبه، وبالإضافة إلى ذلك، كان كل من بُعد الانبساط، والقبول، والانفتاح على الخبرة، والضمير مرتبط ارتباط عكسيا مع المخاوف والرهاب الاجتماعي، كما وتوصلت النتائج إلى أن بعدي الشخصية (العصبية، والانفتاح) كانا ذو تأثير فعال على المخاوف والرهاب الاجتماعي. كما وأشارت النتائج إلى ارتفاع معدل انتشار المخاوف والرهاب الاجتماعي بين طلاب الطب، وأن المخاوف والرهاب الاجتماعي وأبعاده له علاقة ذات أثر مباشر مع بعد الشخصية العصبية؛ حيث كان للعصبية وأبعاد الشخصية المقبولة القدرة اللازمة للتنبؤ بخوف الرهاب الاجتماعي.

التعقيب على الدراسات السابقة:

تناولت الدراسات السابقة الحديث عن المخاوف الاجتماعية ومتغيرات الشخصية، حيث تنوعت عناوين الدراسات السابقة فمنها ما بحث في العلاقة بين الرهاب الاجتماعي وتقدير الذات لدى عينة من طلاب الجامعة الأردنية، ومنها ما تناول الحديث عن فعالية برنامج إرشادي مقترح للتخفيف من القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية وأثره على تقدير الذات، وتحدثت بعض الدراسات السابقة أيضاً عن بعض السمات الشخصية وعلاقتها بالرهاب الاجتماعي لدى طلبة جامعة نزوى في سلطنة عمان، ومنها ما بحث في القلق الاجتماعي وعلاقته

بتقدير الذات، ودراسات أخرى تحدثت عن فحص القلق الاجتماعي والمهارات الاجتماعية والتكيف الاجتماعي والاكتفاء الذاتي للاستنتاج على الطلبة الأمريكيين والصينيين في الجامعة الأمريكية، كما تناولت الدراسات السابقة الحديث عن المخاوف الاجتماعية بين طلاب الجامعة وعلاقته بتقدير الذات وصورة الجسم، وتحدثت بعض الدراسات عن المخاوف الاجتماعية بين طلاب جامعة الإسراء في ضوء بعض المتغيرات، وهناك بعض الدراسات تناولت موضوع انتشار الرهاب الاجتماعي بين طلبة جامعة رفسنجان للعلوم الطبية في إيران، فمن الملاحظ أن هذه الدراسات قد تحدثت عن المخاوف الاجتماعية وبحثتها مع موضوعات أخرى، غير أن بعض الدراسات السابقة قد استعملت مصطلحات أخرى غير مصطلح المخاوف، فمنها ما استخدم مصطلح الرهاب الاجتماعي، ومنها ما استعمل مصطلح القلق الاجتماعي، كذلك فيما يخص متغيرات الشخصية، فبعض الدراسات التي بحثت في علاقة المخاوف الاجتماعية بالمتغيرات الشخصية استعملت مصطلحات أخرى غير مصطلح متغيرات الشخصية ولكنه بالمعنى ذاته، فبعض الدراسات استعملت مصطلح العوامل الخمسة الكبرى، ودراسات أخرى استعملت مصطلح السمات الشخصية.

توافق هذا البحث مع اغلب الدراسات السابقة في استعمل الاستبانة كأداة للدراسة وفي إتباع المنهج الوصفي التحليلي، ولكن تميز هذا البحث باستعماله لمقياس الغافري (٢٠١٣) للمخاوف الاجتماعية، والمقياس المتبع في دراسة جبر (٢٠١٢) لقياس متغيرات الشخصية، إذ لم تستعمل أية دراسة من الدراسات السابقة هذين المقياسين، كما تميز هذا البحث أنه الوحيد التي سيبحث في علاقة المخاوف الاجتماعية بمتغيرات الشخصية بهذين المصطلحين، إذ أن الدراسات السابقة جميعها لم تجمع بين هذين المصطلحين معاً، وإنما كانت تستعمل مصطلح واحد منهما وتبحثه مع موضوع آخر أو لم تكن تستعمل أي من المصطلحين.

الطرق والإجراءات:

منهج البحث:

بما أن البحث الحالي يبحث في المخاوف الاجتماعية وعلاقتها بمتغيرات الشخصية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز في جدة فإن الباحثة ستعتمد على المنهج الوصفي التحليلي للوصول إلى النتائج المطلوبة، نظراً لمناسبة هذا

المنهج لموضوع البحث، وقدرته على تفسير الظاهرة وتحديد العلاقات بين متغيرات الدراسة، حيث سيتم جمع البيانات المطلوبة ومن ثم تحليلها وربطها مع بعضها البعض للوصول إلى النتائج المرادة.

مجتمع البحث:

يشمل مجتمع البحث جميع الطالبات اللواتي يدرسن في جامعة الملك عبد العزيز في جدة بمختلف درجاتهن العلمية وتخصصاتهن الأكاديمية.

عينة البحث:

نظراً لصعوبة تطبيق البحث على المجتمع كاملاً الذي يتكون من جميع الطالبات اللواتي يدرسن في جامعة الملك عبد العزيز في جدة، تم اختيار عينة عشوائية مكونة من (١٢٠) طالبةً من طالبات جامعة الملك عبد العزيز في جدة بمختلف التخصصات والدرجات العلمية، حيث وزعت عليهن استبانة صممت خصيصاً لتحقيق هدف البحث المتمثل في التعرف على المخاوف الاجتماعية وعلاقتها بمتغيرات الشخصية (العصابية، الانبساطية، الانفتاح على الخبرة، المقبولية، ويقظة الضمير) لدى لطالبات جامعة الملك عبد العزيز في جدة، وتوضح الجداول التالية: توزيع العينة بحسب المتغيرات الديموغرافية:

جدول (١) توزيع العينة بحسب الكلية

المتغير	البيان	التكرار	النسب المئوية
الكلية	اقتصاد منزلي	٦٠	%٥٠
	العلوم	٣٦	%٣٠
	الآداب	٢٤	%٢٠
	الطب	٠	٠
	المجموع	١٢٠	%١٠٠

يتضح من خلال الجدول (١) أن طالبات كلية الاقتصاد المنزلي قد شكلن النسبة الأكبر من مجموع العينة، حيث بلغت نسبتهم (٥٠%)، وتلاهن طالبات كلية العلوم بنسبة بلغت (٣٠%)، ومن ثم طالبات كلية الآداب اللواتي بلغت نسبتهن (٢٠%) في حين لم يكن لطالبات كلية الطب نصيب من هذه الاستبانة.

جدول (٢) توزيع العينة بحسب السنة الدراسية:

المتغير	البيان	التكرار	النسب المئوية
السنة الدراسية	الأولى	١٢	%١٠
	الثانية	٨٤	%٧٠
	الثالثة	٢٤	%٢٠
	الرابعة	٠	٠
	المجموع	١٢٠	%١٠٠

يتبين من خلال الجدول (٢) أن طالبات السنة الدراسية الثانية قد شكلن النسبة الأكبر من مجموع العينة، حيث بلغت نسبتهن (٧٠%)، تلتها طالبات السنة الدراسية الثالثة بنسبة (٢٠%) ومن ثم طالبات السنة الدراسية الأولى بنسبة (١٠%).

جدول (٣) توزيع العينة بحسب الدرجة العلمية

المتغير	البيان	التكرار	النسب المئوية
الدرجة العلمية	بكالوريوس	٩٦	%٨٠
	ماجستير	٢٤	%٢٠
	المجموع	١٢٠	%١٠٠

يلحظ من خلال الجدول (٣) أن طالبات البكالوريوس قد شكلن ما نسبته (٨٠%) من مجموع العينة، في حين بلغت نسبة طالبات الماجستير (٢٠%) من مجموع العينة.

أدوات البحث:

ستستعين الباحثة في هذا البحث بمقياسين تم اختبارهما في دراسات سابقة وهما: مقياس المخاوف الاجتماعية، ومقياس متغيرات الشخصية ويتمثل هذين المقياسين فيما يلي:

أولاً: استبانة المخاوف الاجتماعية التي أعدتها الغافري (٢٠١٣) والتي تكونت في صورتها النهائية من (٤٢) فقرة.

ثانياً: استبانة متغيرات الشخصية التي أعدها جبر (٢٠١٢) والتي تكونت في صورتها النهائية من ٥٦ فقرة موزعين على خمسة متغيرات وهي: (العصابية، الانبساطية، المقبولية، الانفتاح على الخبرة، يقظة الضمير).

الصدق والثبات:

أولاً- الصدق:

تم التأكد من صدق المقياسين من خلال صدق المحكمين حيث عُرضت الاستبانة على لجنة مختصة لتحكيمها من عدة جوانب أهمها: وضوح صياغة المفردات، وصحة المادة العلمية للسؤال، ومدى مناسبة كل سؤال لمستوى المجال المعرفي الذي تقيسه.

ثانياً- الثبات:

تم حساب ثبات الأداة من خلال معامل ألفا كرونباخ، حيث وصل معامل الثبات الى (٠.٩٢)، وهذا يشير إلى درجة ثبات ممتازة، كما يعكس مدى اتساق فقرات الاستبانة ومناسبتها لقياس الأسئلة التي يسعى البحث للإجابة عليها.

النتائــج:

توصل البحث الحالي إلى عددٍ من النتائج وفق الفرضيات التي تم وضعها، وجاءت وفق ما يلي:

في إطار التأكد من الفرضية الرئيسة التي تشير إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغيرات الشخصية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز في جدة توصل البحث النتائج التالية:

جدول (٤) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للمتغيرات

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
المخاوف الاجتماعية	٣.٠٥	١.٠١
متغيرات الشخصية	٣.٠٠	٠.١٠
متغير العصابية	٢.٨٤	٠.٢٨
متغير الانبساطية	٢.٩٤	٠.٤١
متغير الانفتاح على الخبرة	٣.١٥	٠.٢٣
متغير المقبولية	٣.٠٥	٠.١١
متغير يقظة الضمير	٣.٠٠	٠.١٠

يتبين من خلال الجدول (٤) أن المتوسط الحسابي لجميع الفقرات المتعلقة بالمخاوف الاجتماعية قد بلغ ٣.٠٥، وهذا يدل على مستوى اتفاق مرتفع بين الطالبات فيما يخص الاجتماعية، كما بلغت قيمة الانحراف المعياري ١.٠١ وهذا يشير إلى مدى التقارب في استجابات العينة.

واتضح أيضا من خلال الجدول السابق أن المتوسط الحسابي العام لجميع الفقرات المرتبطة بمتغيرات الشخصية قد بلغ ٣.٠٠، حيث يؤكد هذا على أن مستوى اتفاق الطالبات كان مرتفعاً، مما يشير إلى تمتعهم بدرجة عالية من متغيرات الشخصية، في حين بلغت قيمة الانحراف المعياري لجميع فقرات متغيرات الشخصية ٠.١٠، ويدل هذا على أن هناك تقارب بين استجابات طالبات العينة.

ووصل المتوسط الحسابي العام لمتغير العصابية إلى ٢.٨٤ مما يؤكد أن مستوى اتفاق الطالبات كان مرتفعاً، في حين بلغت قيمة الانحراف المعياري لهذا المتغير ٠.٢٨، مما يشير إلى قرب استجابات الطالبات.

وفيما يخص متغير الانبساطية فقد اتضح من خلال الجدول السابق أن المتوسط الحسابي العام لجميع فقرات متغير الانبساطية قد بلغ ٢.٩٤ وهذا يؤكد تمتع الطالبات بالانبساطية بدرجة مرتفعة، في حين بلغت قيمة الانحراف المعياري لهذا المتغير ٠.٤١، وهذا يعني تقارب استجابات العينة فيما يخص هذا المتغير.

أما المتوسط الحسابي العام لجميع الفقرات المرتبطة بعنصر الانفتاح على الخبرة فقد وصل إلى ٣.١٥ أي أن المتوسط العام للطالبات في العبارات المرتبطة بمتغير الانفتاح على الخبرة كان بدرجة عالية، كما بلغت قيمة الانحراف المعياري ٠.٢٣، مما يعكس مدى قرب استجابات الطالبات، وكان المتوسط الحسابي لمتغير المقبولية قد وصل إلى ٣.٠٥، وهذا يؤكد تمتع الطالبات بدرجة عالية من المقبولية، كما عكست قيمة الانحراف المعياري التي بلغت ٠.١١ مدى تشابه استجابات الطالبات.

وأخيراً فيما يخص متغير يقظة الضمير فقد بلغ المتوسط الحسابي العام له ٣.٠٠، أي تمتع الطالبات بدرجة مرتفعة من يقظة الضمير، إضافةً إلى أن ارتفاع مستوى الاتفاق بين الطالبات، في حين بلغت قيمة الانحراف المعياري لهذا المتغير ٠.١٠ مما يشير إلى قرب استجابات الطالبات.

مناقشة النتائج مع الفرضيات:

نتائج الفرضية الرئيسة التي تنص على أن يكون "للمخاوف الاجتماعية علاقة ببعض المتغيرات الشخصية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز"، ويندرج تحت هذه الفرضية عدداً من الفرضيات الفرعية كالتالي:

- **الفرضية الفرعية الأولى:** هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغير العصابية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز.
- **الفرضية الفرعية الثانية:** هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغير الانبساطية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز.
- **الفرضية الفرعية الثالثة:** هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغير الانفتاح على الخبرة لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز.
- **الفرضية الفرعية الرابعة:** هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغير المقبولية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز.
- **الفرضية الفرعية الخامسة:** هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية يقظة الضمير لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز.

ولتحقق من الفرضية الرئيسة والفرضيات المتفرعة منها تم حساب قيمة سيجما وقيمة معامل الارتباط لكل متغير من متغيرات الشخصية مع المخاوف الاجتماعية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز في جدة، والجدول (٥) ويوضح ذلك:

جدول (٥) الدلالة الإحصائية ومعامل الارتباط

المتغير	الدلالة الإحصائية	معامل الارتباط
المخاوف الاجتماعية مع متغيرات الشخصية.	٠.٠٠٠	-٠.٦٣
المخاوف الاجتماعية مع متغير العصابية.	٠.٨٦	٠.٠١٦
المخاوف الاجتماعية مع متغير الانبساطية.	٠.٠٠٠	-٠.٦٣
المخاوف الاجتماعية مع متغير الانفتاح على الخبرة.	٠.٠٥٠	-٠.١٨
المخاوف الاجتماعية مع متغير المقبولية.	٠.٢٧	٠.١٠٠
المخاوف الاجتماعية مع متغير يقظة الضمير.	٠.٠٠٠	-٠.٥٨

- اتضح من خلال الجدول السابق أن قيمة الدلالة الإحصائية لعلاقة المخاوف الاجتماعية مع متغيرات الشخصية قد بلغت (٠.٠٠٠) أي أنها قيمة سيجما أقل من (٠.٠٥) مما يشير إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغيرات الشخصية لدى طالبات جامعة الملك عبد

العزيز، وبالاطلاع على قيمة معامل الارتباط نلحظ أنه بلغ (–٠.٦٣) أي أن قيمة معامل الارتباط جاءت سالبة؛ مما يؤكد أن العلاقة عكسية، أي كلما زادت المخاوف الاجتماعية عند الطالبات كلما قل تمتعهن بمتغيرات الشخصية، وبهذا تُقبل الفرضية الرئيسة التي تشير إلى وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغيرات الشخصية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز في جدة.

- تبين من خلال الجدول السابق أن قيمة سيجما لعلاقة المخاوف الاجتماعية مع متغير العصابية قد بلغت (٠.٨٦)، أي أنه لا يوجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغير العصابية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز في جدة، حيث إن قيمة سيجما كانت أعلى من (٠.٠٥)، وبهذا تُرفض الفرضية الفرعية الأولى.
- تشير نتائج الجدول السابق أن قيمة سيجما لعلاقة المخاوف الاجتماعية مع متغير الانبساطية قد بلغت (٠.٠٠) أي أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغير الانبساطية، وكانت هذه العلاقة عكسية تبعاً لقيمة معامل الارتباط الذي بلغ (–٠.٦٣)، أي كلما زادت المخاوف الاجتماعية عند الطالبات كلما قل تمتعهن بالشخصية الانبساطية، وبهذا تُقبل الفرضية الفرعية الثانية والتي تؤكد وجود علاقة (عكسية) ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغير الانبساطية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز في جدة.
- اتضح من خلال النتائج التي توصلت إليها البحث أن قيمة سيجما لعلاقة المخاوف الاجتماعية بمتغير الانفتاح على الخبرة قد بلغت (٠.٠٥) أي أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغير الانفتاح على الخبرة، حيث أكدت قيمة معامل الارتباط التي بلغت (–٠.١٨) أن هذه العلاقة عكسية، أي كلما زادت المخاوف الاجتماعية لدى الطالبات قل تمتعهن بمتغير الانفتاح على الخبرة، وبهذا تقبل الفرضية الفرعية الثالثة التي تشير إلى وجود علاقة (عكسية) ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغير الانفتاح على الخبرة لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز في جدة.

- تبين من خلال الجدول السابق ان قيمة سيجما لعلاقة المخاوف الاجتماعية مع متغير المقبولية بلغت (٠.٢٧) مما يشير إلى عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغير المقبولية لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز في جدة، لذا تُرفض الفرضية الفرعية الرابعة.
- تشير نتائج الجدول السابق أن قيمة سيجما لعلاقة المخاوف الاجتماعية مع متغير يقظة الضمير قد بلغت (٠.٠٠) مما يشير إلى أن هناك علاقة ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغير يقظة الضمير، وتؤكد قيمة معامل الارتباط الذي بلغ (-٠.٥٨) أن هذه العلاقة عكسية، أي كلما زادت المخاوف الاجتماعية عند الطالبات كلما قل تمتعهن بيقظة الضمير، وبهذا تُقبل الفرضية الفرعية الخامسة والتي تؤكد وجود علاقة (عكسية) ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغير يقظة الضمير لدى طالبات جامعة الملك عبد العزيز في جدة.

مناقشة نتائج البحث مع نتائج الدراسات السابقة:

اتضح من خلال مقارنة نتائج البحث الحالي مع النتائج التي توصلت إليها الدراسات السابقة، اختلاف بعض النتائج التي توصل إليها هذا البحث مع ما توصلت إليه الدراسات السابقة، ويعود السبب الأساسي لاختلاف النتائج بينهما إلى اختلاف متغيرات الشخصية التي تم تناولها في بعض الدراسات السابقة، إضافةً إلى اختلاف المتغير الذي تمت دراسته مع المخاوف الاجتماعية، وفيما يلي تفصيل لتلك النتائج ومقارنتها مع نتائج البحث الحالي:

توصلت نتائج البحث الحالي إلى وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغيرات الشخصية، كما أكدت النتائج عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين متغير العصابية والمخاوف الاجتماعية وتختلف هذه النتيجة مع دراسة الحجري (٢٠١٤) التي أكدت وجود علاقة ارتباطية موجبة بين سمة العصابية وبعدي التجنب والخوف، وإجمالي الرهاب الاجتماعي، واختلفت أيضاً مع دراسة (Agha et al. 2016) التي أشارت إلى وجود علاقة بين المخاوف والرهاب الاجتماعي وبعد الشخصية العصبية.

ومن النتائج التي توصل إليها البحث الحالي وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغير الانبساطية واتفقت هذه النتيجة مع النتائج التي توصلت إليها دراسة الحجري (٢٠١٤) والتي أشارت إلى وجود علاقة عكسية بين الرهاب الاجتماعي وسمة الانبساطية، واتفقت أيضاً هذه النتيجة مع ما أشارت إليه دراسة Agha et al. (2016) والتي أكدت وجود علاقة عكسية بين المخاوف والرهاب الاجتماعية وبُعد الانبساط.

وفي ظل مناقشة نتائج البحث الحالي مع نتائج الدراسات السابقة تبين اتفاق ما توصلت إليه نتائج البحث الحالي في وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعي ومتغير الانفتاح على الخبر مع ما توصلت إليه دراسة الحجري (٢٠١٤) والتي أشارت إلى وجود علاقة عكسية بين كل من الرهاب الاجتماعي وسمة الانفتاح على الخبرة، إضافةً إلى تشابه نتيجة البحث هذه مع ما توصلت إليه دراسة (Agha et al. 2016) والتي أكدت وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الرهاب الاجتماعي والانفتاح على الخبرة، وأكدت هذه الدراسة أيضاً أن سمة الانفتاح على الخبرة كانت ذو تأثير كبير على المخاوف والرهاب الاجتماعي.

واختلفت نتائج البحث الحالي فيما يخص متغير المقبولية مع ما ذهبت إليه دراسة الحجري (٢٠٢٤) والتي أكدت وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين سمة المقبولية والرهاب الاجتماعي، حيث جاءت هذه النتيجة بعكس ما توصلت إليه نتائج البحث الحالي، حيث أشارت نتائج هذا البحث عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغير المقبولية، أما فيما يخص متغير يقظة الضمير وعلاقته بالمخاوف الاجتماعية، فبعد البحث وتحليل البيانات التي حصلت عليها الباحثة تبين وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين المخاوف الاجتماعية ومتغير يقظة الضمير، وحيث تشابهت هذه النتيجة مع دراسة الحجري (٢٠١٤) التي أشارت إلى وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الرهاب الاجتماعي وسمة يقظة الضمير، ولكن اختلفت نتيجة هذا البحث مع باقي الدراسات السابقة نظراً لاختلاف المتغيرات التي درستها، فقد

اختلفت النتائج التي توصل إليها البحث الحالي مع دراسة ملص (٢٠٠٧) والتي أشارت إلى أن نسبة انتشار الرهاب الاجتماعي بين طلبة الجامعة الأردنية وصلت إلى (٩,٣%)، وأن هناك ارتباط بين الرهاب الاجتماعي وتقدير الذات، حيث اختلفت المتغيرات المدروسة في هذه الدراسة عن متغيرات البحث الحالي، كما اختلفت النتائج التي توصل إليها البحث الحالي مع نتائج دراسة دبابش (٢٠١١) والتي أكدت على وجود فاعلية للبرنامج الإرشادي في خفض القلق الاجتماعي لأفراد العينة، وقد اختلفت نتائج هذه الدراسة مع البحث الحالي نظراً لاختلاف الموضوع، حيث إن لم يعتمد البحث الحالي على برنامج إرشادي، وإنما اعتمد على دراسة العلاقة بين متغيرات الشخصية والمخاوف الاجتماعية فكان من الطبيعي اختلاف النتائج بين هاتين الدراستين.

واختلفت نتائج هذا البحث مع دراسات كل من شما (٢٠١٥) حيث أكدت على وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين القلق الاجتماعي وتقدير الذات لدى تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي، ومع دراسة Ingman (1999) التي أكدت وجود علاقة عكسية بين القلق والمخاوف الاجتماعية والتكييف الاجتماعي للطلبة الأمريكيين فقط في المرحلة الأولى من الفحص، ومع دراسة Izgiç et al. (2004) والتي خلصت نتائجها إلى أن الأشخاص الذين يعانون من المخاوف الاجتماعية يعانون من قلة تقدير الذات، واختلفت نتائج البحث الحالي أيضاً مع دراسة Alhabees and Alkhutaba (2015) التي كشفت وجود فرق ثابت في المخاوف الاجتماعية بين الطلاب على أساس مستوى دراستهم، وعدم وجود فرق ثابت في المخاوف الاجتماعية بين طلبة الجامعات على أساس متغير الجنس، ويكمن السبب في اختلاف نتائج البحث الحالي مع نتائج هذه الدراسات نتيجة اختلاف الأهداف التي يسعى كل منهم إلى تحقيقها، ونظراً لاختلاف المتغيرات التي تناولتها تلك الدراسات السابقة عن التي تمت دراستها بالبحث الحالي، فكان من الطبيعي أن تأتي النتائج مختلفة عما توصل إليه هذا البحث.

التوصيات:

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث فإن الباحثة توصي بعددٍ من التوصيات أهمها:

- ضرورة عقد ورشات عمل لرفع مستوى وعي الطالبات بمتغيرات الشخصية وبيان أهميتها في مكافحة المخاوف الاجتماعية.
- يوصي البحث بأهمية عمل المزيد من الدراسات والأبحاث التي تبين دور متغيرات الشخصية في الحد من المخاوف الاجتماعية لدى طلبة الجامعات.
- يوصي البحث بضرورة تقديم الدعم النفسي والاجتماعي للطلبة الذين يعانون من المخاوف الاجتماعية، وذلك من خلال برامج مختصة تسهم في خلق شخصية متوازنة وقادرة على التكيف الاجتماعي.
- يوصي البحث أيضاً بضرورة إضافة مواد متخصصة في الصحة النفسية وتدريسها بشكلٍ إجباري للطلبة لزيادة وعيهم بأهمية الصحة النفسية.

المراجـع

المومني، محمد؛ نعيم، مازن (٢٠١٣). قلق المستقبل لدى طلبة كليات المجتمع في منطقة الجليل في ضوء بعض المتغيرات، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد ٩، العدد ٢، ص ١٧٣.

معمرية، بشير (٢٠٠٩). القلق الاجتماعي المواقف المثيرة نسب الانتشار الفروق بين الجنسين، مجلة شبكة العلوم النفسية العربية، الجزائر، العدد ٢١، ص ١٣٥.

الغافري، نصراء (٢٠١٣). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالخوف الاجتماعي لدى طلبة كليات العلوم التطبيقية بسلطنة عمان، رسالة ماجستير، جامعة نزوي، سلطنة عمان، ص ٣.

ملص، زينب (٢٠٠٧). العلاقة بين الرهاب الاجتماعي وتقدير الذات لدى عينة من طلاب الجامعة الأردنية، رسالة ماجستير، الجامعة الأردنية، كلية الدراسات العليا، ص ١-٢.

عوض الله، يوسف (٢٠٠٨). التدخين وعلاقته بمستوى القلق وبعض سمات الشخصية للأطباء المدخنين في قطاع غزة، رسالة ماجستير، الجامعة الإسلامية، غزة، ص ٢.

زيادة، مي (٢٠١٥). صورة الجسم وبعض متغيرات الشخصية وعلاقتها بالشعور بالسعادة لدى طلبة جامعة الأزهر في غزة، رسالة ماجستير، جامعة الأزهر، غزة، ص ٣.

الاغا، بشار (٢٠٠٩)، دراسة سمات شخصية مرضى الوسواس القهري في البيئية الفلسطينية باستخدام برنامج تدريبي علاجي، رسالة ماجستير. الجامعة الإسلامية. غزة، كلية التربية، ص ١١.

كرميان، صلاح (٢٠٠٧). سمات الشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى العاملين بصورة وقتية من الجالية العراقية في استراليا، رسالة دكتوراه، الأكاديمية العربية المفتوحة، الدانمارك، كلية الآداب والتربية، ص ٢١.

جبر، أحمد (٢٠١٢). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بقلق المستقبل لدى طلبة الجامعات الفلسطينية في محافظة غزة، رسالة ماجستير، جامعة الأزهر، غزة، ص ٢٠-٢١.

عبد العزيز، حسان (٢٠١٥)، "اضطرابات الشخصية الوسواسية القهرية وعلاقتها ببعض المتغيرات"، مجلة جامعة البعث، المجلد ٣٧، العدد٨، ص ١١٩.

بلحسيني، وردة (٢٠١١). أثر برنامج معرفي سلوكي في علاج الرهاب الاجتماعي لدى عينة من طلبة الجامعة، رسالة دكتوراه، جامعة قاصدي مرباح ورقلة، الجزائر، ص ٥.

طنطاوي، حازم (٢٠١٥). فعالية العلاج بضبط حركة العين وإعادة المعالجة في تخفيف اضطراب القلق الاجتماعي لدى طلاب الجامعة، رسالة دكتوراه، جامعة بنها، كلية التربية، ص ١٠.

دبابش، علي (٢٠١١). فعالية برنامج إرشادي مقترح للتخفيف من القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية وأثره على تقدير الذات. قسم علم النفس– كلية التربية، جامعة الأزهر بغزة، ص ٢-٣.

معمرية، مرجع سابق، ص ١٣٩، ١٣٧.

القرني، محمد (٢٠١١). الخواف الاجتماعي وعلاقته ببعض أساليب المعاملة الوالدية كما يراها الأبناء، رسالة ماجستير، جامعة الملك عبد العزيز، المملكة العربية السعودية، كلية المعلمين بمحافظة جدة، ص ١.

لعويضة، ٢٠٠٩، ص ٤٢٠.

Aletan, S., and Akinsola, S. (2014). Investigating the effects of social anxiety disorder on adolescents' manifested social skills and adjustment in Lagos metropolis. Journal of Emerging Trends in Educational Research and Policy Studies, 5(8), 165.

أبو سلامة، ماجد (٢٠١٤). فاعلية برنامج تدريبي في خفض الاغتراب النفسي والقلق الاجتماعي وأثره على فاعلية الذات والكفاءة الاجتماعية والاتزان الانفعالي لدى طلاب المرحلة الثانوية. رسالة دكتوراه، جامعة الدول العربية، القاهرة، معهد البحوث والدراسات العربية، ص ٢٤.

Ashbaugh, A. R., Antony, M. M., McCabe, R. E., Schmidt, L. A., and Swinson, R. P. (2005). Self-evaluative biases in social anxiety. Cognitive Therapy and Research, 29(4), 387-398.

زيادة، مرجع سابق، ص ٣٥.

بقيعي، نافز (٢٠١٥). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى معلمي وكال الغوث الدولية في منطقة اربد التعليمية، المجلة الأردنية في العلوم التربوية، مجلد ١١، عدد ٤، ص ٤٢٧.

الاغا، بشار (٢٠٠٩)، دراسة سمات شخصية مرضى الوسواس القهري في البيئية الفلسطينية باستخدام برنامج تدريبي علاجي، رسالة ماجستير. الجامعة الإسلامية. غزة، كلية التربية، ص ١١.

فرج، صفوت (١٩٩٩)، "العلاقة بين السمات الشخصية والوسواس القهري"، مجلة دراسات نفسية، مجلد ٩، العدد ٢، ص ١٩٨.

الاغا، مرجع سابق، ص ٤٧.

جبر، مرجع سابق، ص ٦.

غنام، ختام (٢٠٠٥)، السمات الشخصية والولاء التنظيمي لدى معلمات المرحلة الأساسية في المدارس الحكومية في محافظة نابلس. رسالة ماجستير، جامعة النجاح، فلسطين، كلية الدراسات العليا، ص ٢٥.

الاغا، مرجع سابق، ص ١٦.

البقيعي، مرجع سابق، ص ٤٢٨.

الرويتع، عبد الله؛ الشريف، حمود (٢٠٠٥). أبعاد الشخصية وعلاقتها ببعض المتغيرات، بحث علمي، جامعة الملك سعود، كلية التربية، المملكة العربية السعودية، ص٤.

مصطفى، يوسف؛ بتو، اسيل (٢٠٠٤). العوامل الخمسة الكبرى في الشخصية وعلاقتها بتقييم الذات التحصيلي لدى طلبة الجامعة، مجلة كلية الآداب، جامعة صلاح الدين، أربيل، العدد ٧٧، ص ٧.

البقيعي، مرجع سابق، ص ٤٢٨.

جبر، مرجع سابق، ص ٢٢.

ملص، مرجع سابق، ص١.
دبابش، مرجع سابق، ص ١.
الحجري، حمد (٢٠١٤). بعض سمات الشخصية وعلاقتها بالرهاب الاجتماعي لدى طلبة جامعة نزوى في سلطنة عمان، رسالة ماجستير، جامعة نزوى، سلطنة عمان، كلية الآداب، الملخص.
[٣٦]شما، يمان (٢٠١٥). القلق الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات، مجلة جامعة البعث، سوريا، المجلد ٣٦، العدد ٦، ص ١٣٩.
Ingman, K. (1999). *An Examination of Social Anxiety, Social Skills, Social Adjustment, and Self-Construal in Chinese and American Students at American University*. Blacksburg, Virginia.
Izgiç, F., Akyüz, G., Doğan, O., &Kuğu, N. (2004). Social phobia among university students and its relation to self-esteem and body image. The Canadian Journal of Psychiatry, 49(9), 630-634.
Alhabees., F &Alkhutaba., M (2015). Social phobia among Isra University students in light of some variables. Global Journal of Psychology and Behavioural Education, 3(2), 89-91.
Agha, M. H. P., Mokhtaree, M., Asadollahi, Z., &Fereidoni, M. (2016). The Prevalence Of Social Phobia Among Students Of Rafsanjan University Of Medical Sciences, Iran, And Its Relation With Personality Traits In 2013.