القلق ألاجتماعي لدى طالبات كلية التربية الرياضية في جامعتي ديالى – كويا

م.م هيام سعدون عبود م.م مؤيد حامد جاسم
مركز ابحاث الطفولة والامومة

مقدمة البحث

القلق الاجتماعي هو الخوف من جميع الحالات الاجتماعية ، وكلما زادت المخـــــاوف الاجتماعية كلما صعب تكوين العلاقات وزاد الابتعاد عن الناس . وأن هذا القلق لـه أعـــراض عاطفية وجسدية، ويبدو الشخص عصبياً حزيناً ومرتبكاً ، و متيقظا مشدود الأعصاب أثنـــــاء المناسبات الاجتماعية ، كما يخشى من مواجهة شيْ أو الشعور بالخوف الشديد ، وان هذا الخوف يمكن أن يسبب أعراضاً جسدية ، مثل الخجل و التعرق والارتجاف ، وتسارع نبضات القلب ، وصعوبة التركيز ويمكن أن يرجع سبب القلق إلى أسباب وراثية وسلوكية ، فالشخص الذي يعاني من القلق الاجتماعي يشعر بالخجل والخوف والانطواء وقد يسبب له الاكتئاب وغيرها من المضاعفات النفسية .

إن القلق الاجتماعي هو حالة مرضية سببها عدة عوامل مختلفة و كما ذكرنا ، منـــها عوامل وراثية ، بيئية ، ونفسية ، وتنشئة اجتماعية ، ومهنية وغيرها ، كل هذه العوامل سوف تؤدي إلى تقليل التفاعل الاجتماعي لدى الفرد والشعور بالوحـــدة والعزلة وضعف الثقة بالنفس وبالآخرين و شعوراً سلبياً تجاه المجتمع .

ومن أجل التخلص من القلق الاجتماعي لدى الفرد يجب التأكيد على تكوين علاقات تفاعلية والاندماج مع الآخرين لتكوين علاقات اجتماعية تساعد على تعزيز الثقة بالنفس وتعزيز العلاقات الايجابية التي تجعل منه شخصا ذا تأثير في الجماعة ويكون عضواً فاعلاً بين الجماعات أو الصداقات التي يكونها ، وهنا تكمن أهمية هذه الدراسة أي جعل الفرد قادراً على الاندماج وتكوين علاقات اجتماعية لكي يستطيع ادخار طاقاته وقدراته لتطوير شخصيته في مكان عملة وبين أصدقائه وأقربائه أو أي تجمعات اجتماعية ، ويكون ذا تأثير فاعل يستطيع أثبات وجوده ، وكل هذا سوف يساعد على تطوير علاقاته وتعزيز ثقته بنفسه وبالآخرين .

مشكلة البحث

أن القلق الاجتماعي من الأمراض النفسية التي تؤدي إلى المعاناة والألم النفسي والجسدي ، وعدم القدرة على التفاعل والاندماج مع الآخرين ويستمر هذا القلق حتى يخلف مفهوما سلبيـــا عن العلاقات الاجتماعية للفرد وعن ذاته وينتج منها الشعور بالوحدة النفسية والانطواء والابتعاد عن كل العلاقات تجنب الفشل والإحراج .

وتبرز مشكلة البحث الحالي من خلال التساؤلات الآتية :-

1. هل تعاني طالبات كلية التربية الرياضية في جامعتي (ديالى - كويا) من القلق الاجتماعي ؟
2. هل توجد فروق ذات دلالة معنوية في القلق الاجتماعي بين طالبات كلية التربية الرياضية في جامعتي (ديالى – كويا) ؟

أهداف البحث

1- التعرف على مستوى القلق الاجتماعي لدى طالبات كليات التربية الرياضية في جامعتـــي (ديالى – كويا).

2- التعرف على الفروق في القلق الاجتماعي بين طالبات كلية التربية الرياضية في جامعتـــي (ديالى – كويا) .

حدود البحث

اقتصر البحث الحالي على طالبات كلية التربية الرياضية في جامعتي (ديالى ، وجامعة كويا في محافظة السليمانية) للعـــام الدراسي (2009-2010) .

تحديد المصطلحات

القلق الاجتماعي Social Anxiety

1. تعريف رضوان :- هو خوف غير واقعي من التقييم السلبي للسلوك من الآخرين (*) .

2.تعريف زهير حسين :- هو الشعور بالخوف ويظهر أثناء التفاعل الاجتماعي كالتحدث مع النـــاس ومقابلتهم وان معظم الذين لديهم قلق يحاولون تجنب المواقف الاجتماعية التي تثير هذا الإحساس (**) .

---

*- رضوان ، سامر جميل . المصدر سابق

*.رضوان ، سامر جميل : (2006) " القلق الاجتماعي دراسة ميدانية لتقنين مقياس القلق الاجتماعي على عينات سورية " مجلة مركز البحوث التربوية ، جامعة قطر العدد9 ص 47 – 77

الإطار النظري

أولاً: القلق الاجتماعي

يحدث القلق الاجتماعي عندما يظهر لدى الفرد عدد من المخاوف في مجموعة مختلفة من مواقف التفاعل الاجتماعي ، حيث يتجلى القلق من خلال الكف الناتج عن وجود الإنسان في موقف اجتماعي أو موقف عام ، الأمر الذي

يقود إلى ظهور ردود فعل القلق عند حدوث هذه المواقف ، وتعد درجة معينة من القلق الاجتماعي سوية وعادية وبخاصة في المواقف التي تتضمن متطلبات جديدة ، وعند الحديث أمام الجمهور ... الخ غير إننا نتحدث عن القلق الاجتماعي بالمعنى أنه تصرف غير سوى عندما يصبح الخوف من المواقف الاجتماعية مزعجا للشخص ومؤثراً عليه ومستمراً وعندما يتضرر الشخص في مجالاته الحياتية بشكل كبير ، وأن هذا القلق غير مقبول ويجنب المواقف التي يفترض فيها للمعني أن يتفاعل أو يتعامل فيها مع الآخرين ويكون معرضاً بنتيجة ذلك إلى نوع من أنواع التقييم . (*)

وقد احتل القلق الاجتماعي في الفترة الأخيرة مكان الصدارة بسبب المشكلات والاضطرابات النفسية ، حيث يعد من الانفعالات الأساسية التي تصيب الإنسان وتتمثل بفقدان الإحساس بالسعادة والرضا وهي حالة من الشعور بعدم الارتياح والاضطراب والهم ، والضيـــــــق وانشغال الفكر (**) .

ثانياً : سمات القلق الاجتماعي

1 . عدم القدرة على التفاعل الاجتماعي والأخذ والعطاء مع الآخرين .
2 . الشعور بالنقص عندما ينظر إلى غيره والشعور بالغيرة من أقرانه .
3 . عدم اندماج الفرد مع الآخرين أو عرقلة مشاركته لأقرانه في نشاطاتهم وتفاعلاتهم مما يؤدي إلى خمول ظاهري وتجنب التواصل معهم .
4 . وضوح الانكماش عن أقامة علاقة أو احتكاك بالضرب لدرجة توثر على دوره الاجتماعي .

. **. حسين ، زهير: 2006 منتديات بوابة العرب ، الفرق بين القلق والخوف ، منتدى التطوير الذات

**- العويضه ، سلطان بن موسى : 2005(مستوى القلق والاكتئاب لدى الطلبة المغتربين وغير المغتربين جامعة الزيتونة) مجلة دراسات تربوية ، للجامعة الأردنية، المجلد 32- العدد1 .

ثالثاً : أسباب القلق الاجتماعي

كشفت عدد من الدراسات بان من لديهم اضطراب القلق الاجتماعي كانـــوا متخـوفين عقلياً و اجتماعياً وحساسين مـن أراء الآخـرين تجـاههم وهنـاك بعـض الأشخاص يكـــون عندهم وراثة استعداد خاص للإصابة بالمرض النفسي تحت ظروف الضغوط المختلفـــــة، فالاضـطرابات النفسية تزيد نسبة الإصـابة بهـا (*).

وهناك عدد من الأسباب التي تؤدي إلى حدوث القلق الاجتماعي منها:

* أسباب ناتجة عن الأفكار المكبوتة والنزعات والغرائز مما يؤدي إلى القلق وهو ما يسمـــى بالعوامل الديناميكية .

* العوامـل السـلوكية باعتبـاره سـلوكا مكتسـبا مبنيـا علـى مـا يعـرف بالتجـارب الشرطية

* عوامل حيوية بإشارة الجهاز العصبي الذاتي مما يؤدي إلى ظهور زمرة من الأعـــراض الجسمية وذلك يثير مادة الاينفرين على الأجهزة المختلفة وقد وجد ثـلاث نواقـل فـي الجهـــاز العصـبي تلعـب دورا هامـا فـي القلـق هـي (النـورابنفرين) (Norepinephrine) والسـيروتونين (Serotonin) وألقابـا (GABA) فضـلا عـن العامـل الـوراثي كمـا سـبق وان ذكرنـا . حيـث أثبتـت الدراسـات أن العوامـل الوراثيـة واصـفة فـي القلـق سـيما فـي عـرض الفـزع أو الخـــــــــوف(anic Disorder) . (**) .

رابعاً : مكونات القلق الاجتماعي

أن القلق الاجتماعي هو من حقائق الوجود الإنساني وجانب دينـامي فـي بنـاء الشخصية ومتغير من متغيرات السلوك البشري . ويطرأ تـأثيره السلبي فـي بعض الأحيان على العديد من جوانـب الحياة النفسية للفرد فيؤثر علـى علاقاتـه وتفاعلاتـه مع الآخرين فيبدو عليه الانطواء والانسحاب وتشتت وسرعه الاستثارة الانفعاليـة وبعض الأمراض النفسجسمية ، كمـا يـؤثر علـى توافقـــــه النفسي ويضـاف إلـى ذلـك أعراضـه المعرفيـة التـي تبـدو فـي الميـل أكثـر نحـو تفسـير الإشـــارات الاجتماعيـة والبيئيـة بطريقـة خاطئـة والتركيـز علـى فكـرة تقيـيم الـذات مـن قبـل الآخرين وتوقـــع

* . زهران ، حامد عبد السلام: 1984، أسباب القلق الاجتماعي ، القاهرة عالم الكتب – الطبعة 4 -

** . عبد الله ، محمد : 2007 ، القلق والتوتر النفسي ، منتدى كلية الطب – جدة – المملكة العربية السعودية -

النتائج السلبية القاسية والتحدث إلى الذات بطريقة انهزامية والنظرة السلبية للمستقبل . (*)ويتضمن القلق الاجتماعي في رأي زمبارد (Zimbarde) أربع مكونات رئيسية وهي :-

1- المكون السلوكي : مثل تجنب المواقف الاجتماعية التي تثير الخوف للشخص وعدم التعبير عن مشاعره وأفكاره وصعوبة التحدث أمام الآخرين.

2- المكون الفسيولوجي : زيادة ضربات القلب وجفاف الفم وارتجاف وتغير لون الوجه .

3- المكون المعرفي مثل الأفكار التي يحملها الفرد عن المواقف وتجعله غير قادر على التواصل مثل الفكرة السلبية حول الذات والانشغال المفرط بالذات ولوم الذات والثقة السلبية بالذات .

4- المكون الانفعالي :ويتمثل بالشعور بالارتباك والضيق والتردد والقلق والخوف وعـــــدم الارتياح (**) .

خامساً : اضطرابات القلق الاجتماعي

تعتبر اضطرابات القلق الاجتماعي سمة مفردة مركزية للكائن أو مؤسسة أو قائمة علـــى الخبرات السابقة وهي فعلها كباقي السمات الشخصية تتشكل بقوة في مرحلة الشباب والرشد.(*)

والقلق الاجتماعي حالة نفسية وفسيولوجية تتركب من تضافر عناصر إدراكية ، وسلوكية وجسدية ، تخلف شعور غير سار يرتبط عادة بعدم الارتياح والارتباك والخوف والتـــــــردد ،ويختلف القلق عن الخوف الذي يحدث في وجود تهديد ملحوظ ... بالإضافة إلى ذلك يتصـــــل الخوف بسلوكيات محددة كالهروب والتجنب وبحد ذاتها تعتبر هذه المواقف اضطرابات (**).

ونلاحظ أن أغلبنا يشعر بالعصبية في بعض المواقف الاجتماعية ، كمقابلة مسؤول مـــــا، والقلـــق الاجتماعي غالبا ما يبدأ في مرحلة المراهقة المبكرة وبعض الناس يعاني منه منذ وقت طويـــل لدرجة أنهم لا يتذكرون شيْ نتيجة

---

*محمد ، أسماء عبد الله :2010 ، (فاعلية برنامج أرشادي مصرفي سلوكي في خفض بعض اضطرابات القلق لدى عينة من أطفال دولة قطر ، منتدى أفاق نفسية ، أبحاث ودراسات نفسية ،

** منتديات الشبكة : 2008، القلق الاجتماعي ، منتدى الثقافي والعلمي

* -spielberger C.D.(1975) . ManuaL for the state – Trait Anxiety in rent entory etto –

**هافبلاد ندجوز ، لويس فايلس : 2000 ، الخوف والقلق ، التطورات المعرفية والسريرية وجهات نظر . (Eds) . 573 – 593) (pp . كتب من العواطف ، نيويورك ، مطبعة جولفورد .

تعرضهم للإحراج أما الناس ، ويشعرون كما لو أن الجميع يراقبونهم ويشاهدون مدى ارتباكهم وخوفهم ، وفي اغلب الأحيان يعتقدون بأن قلقهم يعبر عن ضعفهم ودونيتهم ، ويعتقدون أيضا أن الناس الآخرين أكثر ثقة وكفاءة منهم . ومن يعانون من القلق الاجتماعي عادة ما يرون أن مخاوفهم ليست عقلانية أو منطقية ، ولكنهم مع ذلك مازالوا يجدون أنفسهم يخافون من المواقف الاجتماعية وأنهم غالبا ما يتجنبون الذهاب لمثل هذه المواقف ، وأحيانا يجدون أنفسهم في هذه المواقف أو مجبرين على تواجدهم في مثل هذه المواقف وسوف تظهر عليهم علامات الاضطرابات وهي العصبية والتوتر حتى قبل تواجدهم ، وسوف يشعرون
بانزعاج كبير أثناء الحدث وغالبا ما يعانون من اضطرابات جسمية مثل زيادة العرق والنبض ،وجفاف الحلق وصعوبة في الكلام (*).

الدراسات السابقة

حصل الباحثان على مجموعة من الدراسات المشابهة أو المقاربة لموضوع البحث الحالي وحاولا الاستفادة منها : -

1- دراسة الكناني ،2002
(القلق الاجتماعي والعدوانية لدى الأطفال العلاقة بينهما في دور كل منهما في الرفض الاجتماعي) .

تهدف هذه الدراسة إلى :
1- البحث في العلاقة بين القلق الاجتماعي والعدوانية في (البيت ، المدرسة)
2- البحث في الفروق بين الأطفال حسب جنسهم ومستواهم الدراسي في كل من القلق والعدوانية.
3- البحث في الفروق بين أطفال المجموعات السيسومترية :المرفوضة والمهملة والمحبوبة والمثيرة للجدل .

وتكونت عينة البحث من (364طفلا) (179 إناث) (185 ذكور) أما أداة القياس فقد تم استخدام مقياس القلق الاجتماعي المعدل للأطفال إعداد (LaGrec ، 1993) أداة تقييم الطفل العدوانية – أداة تقييم الأمهات العدوانية لأطفالهن – مقياس النية العدائية مقياس ترشيحات السيسومترية ، وأسفرت نتائج

* العنزي ، محمد ابن حران : 2010 ، (اضطرابات القلق الاجتماعي)، منتدى أكاديمية علم النفس
**فاطمة الشريف الكناني : 2002 (القلق الاجتماعي والعدوانية لدى أطفال العلاقة بينهم في دور كل منها في الرفض الاجتماعي ، مجلة علم النفس – العدد

البحث عن عدم وجو د فروق ذات دلالة إحصائية بين والذكـــور والإناث في القلق الاجتماعي .والنية العدوانية حسب تقدير الأقران والإناث كانت أكثر عدوانيــة (**) .

2- دراسة الأنصاري ، 2004
(القلق لدى الشباب في بعض الدول العربية دراســـة ثقافية مقارنة)

كان هدف هذه الدراسة التعرف على معدلات القلق لدى الشباب في بعض الدول العربيـة فضلا عن التعرف على الفروق في معدلات القلق بين الشباب في تسعة بلدان عربية (الكويت ، السعودية ، الأمارات ، عمان ، مصر ، فلسطين ، الأردن ، سوريا ، لبنان) ، إما العينة فقـد فبلغت (2620) طالبا وطالبة يدرسون في جامعات هذه الدول واستخدم الباحـــث مقيـاس جامعه الكويت للقلق ، وقد كشفت النتائج عن فروق جوهرية بين عينات الدراسة في القلـــق وذلك على النحو التالي – الكويتيون أكثر قلقاً من الإماراتيون واقل قلقاً من المصريـــيـــن والفلسطينيين والعمانيين والسوريين واللبنانيين وهكذا أي إن نسبة القلق تتفاوت بين الـــدول العربية التي تم دراستها . (*) .

3- دراسة رضوان 2009
(القلق الاجتماعي ، دراسة ميدانية لتقنين مقياس للقلـق الاجتماعي على عينات سورية)

هدفت هذه الدراسة إلى إعداد مقياس للقلق الاجتماعي وفحص البنية العاملية له واختبار صدقة وثباته اشتملت عينة الدراسة على (437) مفحوصا من طلاب وطالبات جامعه دمشق واعتمـــد الباحث في أعداد المقياس على اختبارين من اللغة الألمانية لقياس القلق الاجتماعي أختار منها بنوداً لتشمل المكونات المعرفية ، الانفعالية ، السلوكية للقلق الاجتماعي بالإضافة إلى مجموعة من البنود التي تمت صياغتها استنادا للوصف الإكلينيكي لصورة القلق الاجتماعي . والتحليـــل العاملي إلى أيجاد خمسة عوامل جذرها أكثر من (29) بندا تشبع لبند مقداره (0,40) فما فوق ، إلى استخراج معاملات ثبات مقبولة للمقياس وتحديد انتشار ظاهرة القلق الاجتماعي فـــي عينة الدراسة واستخراج معايير مبدئية له(*) .

---

*بدر محمد الأنصاري : 2004 ، القلق لدى الشباب في بعض الدول العربية دراسة ثقافية مقارنة ،منتدى أفاق . نفسية أبحاث ودراسات نفسية واجتماعية
*- سامر جميل رضوان ، المصدر سابق

4- دراسة الخفاجي والشاوي 2009

(أثر التربية في خفض القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة البصرة)

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على اثر التربية العملية في خفض القلق الاجتماعي لـــــدى عينة من طلبة كلية التربية المرحلة الرابعة ، ولكافة الأقسام ومن كلا الجنسين البالغ عددهم (100) طالب وطالبة ممن حصل على درجات أعلى من المتوسط النظري للمقياس . طبق مقياس القلق الاجتماعي تطبيق (قبلي) قبل فترة التربية العملية وتطبيق (بعدي) بعد انقضاء التربية العملية .

وتم التحقق من الفرضيات وأسفرت النتائج على أن :-

1- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الطلبة حسب متغير الجنس (ذكور ، إناث) .

على مقياس القلق الاجتماعي فـــي الاختبار البعدي ولصالح الإناث .

2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الطلبة حسب التخصص الدراسي (علمي ، إنساني) على مقياس القلق الاجتماعي في الاختبار البعدي ولصالح التخصص الإنساني . (**)

5 . دراسة العزاوي ، 2007

(دراسة مقارنة للقلق الإجتماعي للأطفال المهجريـــن وأقرانهم من المستقرين)

وتهدف الدراسة إلى مقارنة مستوى القلق الاجتماعي للأطفال المهجرين وأقرانهم مـــن المستقرين في محافظة ديالى من خلال التحقق من الفرضيات التالية

1 . لاتوجد فروق ذات دلالة معنوية في متوسط درجات القلق الاجتماعي بين الأطفال المهجرين (ذكور وإناث) وأطفال المستقرين مع عوائلهم (ذكور وإناث)

2 . لاتوجد فروق ذات دلالة معنوية في متوسطات درجات القلق الاجتماعي بين الأطفال الذكور المهجرين والمستقرين مع عوائلهم .

3 . لا توجد فروق ذات دلالة معنوية في متوسطات درجات القلق الاجتماعي من الأطفال الإناث المهجرات والمستقرات مع عوائلهن .

**- زينب حياوي الخفاجي وزينب فالح الشناوي : 2009، (أثر التربية في خفض القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة البصرة) ، منتدى ملتقى التعليم والحياة المهنية ، مجلة الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية- العدد 62

4 . لاتوجود فروق ذات دلالة معنوية في متوسطات درجات القلق الاجتماعي بين الأطفال المهجرين (ذكور ، إناث) .

وبلغت عينة الدراسة الكلية (60) طفلاً (30) إناث مقسمة إلى (14) طفلة مهجرة و (16) طفلة مستقرة و (30) ذكور مقسمين إلى (16) طفل مهجر و(14) طفل مستقر ، وقام الباحث ببناء أداة لقياس القلق الاجتماعي .

وتوصلت الدراسة إلى:-

1.وجود فروق ذات دلالة معنوية بين الأطفال الذكور والإناث المستقرين مع عوائلهم والمهجرين في مستوى القلق الاجتماعي ولصالح الأطفال المهجرين .

2. وجود فروق ذات دلالة معنوية في متوسطات القلق الاجتماعي .

3 . عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية في متوسطات القلق الاجتماعي بين الأطفال الإناث المهجرات والمستقرات مع عوائلهن .

4 . وجود فروق ذات دلالة معنوية بين متوسطات القلق الاجتماعي بين الأطفال المهجرين الذكور والإناث ولصالح الأطفال المهجرون من الإناث . (*)

إجراءات البحث

أولاً: منهج البحث :

تم استخدام منهج البحث الوصفي وذلك لملاءمته لموضوع البحث إذ تتميز الدراسة الوصفية بتحديد هدف الدراسة ومفاهيمها وأدواتها ومجالاتها ثم جمع البيانات وتعريفها وتبويبها وتحليلها وصولاً إلى النتائج والتوصيات .

ثانياً : عينة البحث

تكونت عينة البحث من (80) طالبة من طالبات كلية التربية الرياضية في جامعتي (ديالى- كويا) بواقع (40) طالبة من جامعة ديالى و (40) طالبة من جامعة كويا .

ثالثا : أداة البحث

أستخدم الباحثان مقياس ليري (Leary 1983) والذي تم تعريبه من قبل (محمد السيد هاشم ،1998) حيث بلغت عدد فقرات المقياس (27) فقرة (15) منها

*العزاوي ،سامي مهدي: 2008 ، (دراسة مقارنة للقلق الاجتماعي للأطفال المهجرين وأقرانهم من المستقرين ، كتاب نساء وأطفال : قضايا الحاضر والمستقبل ، بغداد – مطبعة القبس ص205- ص227

تتعلق ببعد قلق التفاعل و (12) فقرة تتعلق ببعد المواجهة فيما تم أبعاد إحدى فقرات قلق التفاعل لعدم ملاءمتها للثقافة العـربية ، أما صدق الصورة العربية من المقياس فقد استخدمت من خلال حساب الصدق العاملي ، إذ أسفر
التحليل العاملي عن وجود عامل واحد يستوعب 74،7% من التباين و يتبع إليه كلا البعدين بقيم قدرها 86، 0 و 85 ، 0 على التوالي .

وأستخرج الثبات بطريقة الاتساق الداخلي إذ بلغت معاملات ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للبعد الذي ينتمي إليه معاملات الارتباط بين 36 ، 0 – 63 ،0 للبعد الأول ، وبين 34، 0– 67 ، 0 للبعد الثاني .

وقد بلغت معاملات ارتباط بعدي المقياس بالدرجة الكلية لـه 85 ، 0 ، 87 ، 0 على التوالي مما يؤكد الاتساق الداخلي للمقياس .

رابعا : طريقة تصحيح المقياس

تكون المقياس من خمسة بدائل للاستجابة وهي (لا تنطبق أطلاقا ، تنطبق بدرجة بسيطة ، تنطبـــق بدرجة متوسطة ، تنطبق كثيراً ، تنطبق تماما) وقد أعطيت الدرجات (1،2،3،4،5) على التوالي إذا كانت الفقرة ايجابية لا تدل على القلق الاجتماعي و الدرجات (5،4،3،2،1) إذا كانت الفقرة سلبية تدل على القلق الاجتماعي وبما أن عدد الفقرات (26) فقرة فأن درجـــات المقيـــاس تتراوح مابين (26-130) والدرجة العالية تدل على ارتفاع مستوى القلق الاجتماعي والدرجات الواطئة تدل على عكس ذلك .

خامسا :الوسائل الإحصائية

الاختبار التائي t-test لعينة واحدة .

2- الاختبار التائي t-test لعينتين مستقلتين .

عرض النتائج وتفسيرها

الهدف الأول : الذي يهدف إلى قياس القلق الاجتماعي لدى عينتي البحث (طالبات كلية التربية الرياضية في جامعتي ديالى – كويا) فقد أظهرت النتائج إن المتوسط الحسابي لدرجات أفـــراد عينة البحث البالغ عددها(80) طالبة على مقياس القلق الاجتماعي قد بلغ (26 ،70) وبانحراف معيـــــاري (30 ، 77) وباستخدام الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة تبين أن القيمة التائية المحسوبة (89 ، 0) وهي أقل من القيمة التائية الجدولية (98 ، 1) وان الفرق غير دال عنـــد مستوى (05،0) ودرجة حرية (79) وكما موضح في الجدول التالي :-

جدول رقم (1)
يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية على مستوى القلق الاجتماعي للجامعتين (ديالى _ كويا)

عدد أفراد العينة	المتوسط لحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية		ستوى الدلالة *
					المحسوبة	الجدولية	
80	70، 26	77، 30	78	79	0 ، 89	1,98	0 ،05

* غير دال عند مستوى 05 ، 0

وهذا يعني إن طالبات كلية التربية الرياضية في كلا الجامعتين لا يوجد لديهن قلق اجتماعي ، ويرجع الباحثان هذه النتيجة إلى طبيعة الدراسة في هذه الكلية ومالها من خصوصية تميزها عن بقية الكليات الأخرى والتي تتطلب القيام بممارسة الأنشطة الرياضية الجماعية والفردية المختلفة والقيام برحلات والمشاركة في البطولات والإقامة والاختلاط ، كل هذه الأمور تساعد على تقوية شخصية الفتاة وتعديل أفكارها السلبية عن نفسها وبالتالي تساعد على أقامة علاقات اجتماعية سليمة ومتميزة مع الآخرين والتغلب على كافة العوامل والأسباب التي تؤدي إلى القلق الذي يرجعه سوليفان (Sulivan) إلى اضطراب في العلاقات المتبادلة بين الفرد والمجتمع الذي يعيش فيه . (*)

الهدف الثاني : والذي يهدف إلى التعرف على الفرق في القلق الاجتماعي بين طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة ديالى وطالبات كلية التربية الرياضية في جامعة كويا ،فقد تم استخدام الاختبار(t-test) التائي لعينتين مستقلتين وكما موضح في الجدول التالي :-

*. غالي ، محمد أحمد ، أبو علام ، رجاء محمود : 1977 ، القلق وأمراض الجسم ، مكتبة الفلاح الكويت ،

جدول رقم (2)
يبين الوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية للفرق في القلق الاجتماعي للجامعتين (ديالى _ كويا)

عينة البحث	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة
جامعة ديالى	40	97، 71	55 ، 53	78	0، 37 *
جامعة كويا	40	55 ، 68	24 ، 60		

* غير دال عند مستوى 05 ، 0

وهذا يعني عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة ديالى وطالبات كلية التربية الرياضية في جامعة كويا ، وتختلف هذه النتيجة مع دراسة (الأنصاري ، 2004) التي تنص على وجود فروق جوهرية بين عينات الدراسة بحسب الظروف التي يمر بها الفرد .

وقد يعود سبب ذلك إلى تشابه الدراسة في هذه الكلية في الجانب النظري والعملي المتمثل بممارسة النشاطات الرياضية والمسابقات والتمارين وطبيعة التفاعل بين الطلبة والتي تعطي قدراً من الحرية والانفتاح ، كل هذه الأمور تؤدي إلى خلق جو من العلاقات الاجتماعية السليمة وبالتالي الابتعاد عن العوامل والأسباب التي تؤدي إلى القلق الاجتماعي ، فطالبات التربية الرياضية في ديالى يتمتعن بهذا القدر من العلاقات الاجتماعية بنفس القدر الذي يتمتعن به طالبات جامعة كويا .

الاستنتاجات :

1 . أن طالبات كلية التربية الرياضية في جامعتي ديالى وكويا لا يوجد لديهن قلق اجتماعي .

2. لا توجد فروق ذات دلالة معنوية في القلق الاجتماعي بين طالبات كلية التربية الرياضية في جامعة ديالى وطالبات كلية التربية الرياضية في جامعة كويا

التوصيات والمقترحات

1. الاستمرار بالنشاطات الرياضية والترفيهية في الحياة الجامعية لما لها من دور مهم في تدعيم شخصية الطالبات كم تسهم في خلق علاقات اجتماعية سليمة بين الطلبة .
2. يمكن سحب النقطة أعلاه على طلبة المدارس الثانوية والابتدائية وذلك لدور النشاطات
3. الرياضية والترفيهية في أبعاد الطلبة وخاصة تلاميذ المرحلة الابتدائية عن العزلة والوحدة المسببة للقلق الاجتماعي .
4. ضرورة إجراء دراسة مماثلة للقلق الاجتماعي على عينات من طلبة الكليات الأخرى في الجامعة ديالى .
5. . إجراء دراسة مشابهة على طالبات التربية الرياضية تأخذ متغيرات أخرى (كالذكاء الاجتماعي ، والإبداع ، والموهبة والتفوق ، وسمات الشخصية)

المصادر

1. الأنصاري ، بدر محمد : 2004 **" القلق لدى الشباب في بعض الدول العربية دراسة ثقافية "** رابطة الأخصائيين النفسيين ، المجلد الرابع عشر ، العدد الثالث .
2 .حسين ، زهير: 2006 منتديات بوابة العرب **" الفرق بين القلق والخوف"** منتدى التطوير الذات .
3. الخفاجي ، زينب حياوي والشاوي ، زينب فالح : 2009، **" أثر التربية في خفض القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة البصرة "** ، منتدى ملتقى التعليم والحياة المهنية ، مجلة الجمعية العراقية للعلوم التربوية والنفسية ، العدد 62 .
4 . رضوان ، سامر جميل : (2006) **" القلق الاجتماعي دراسة ميدانية لتقنين مقياس القلق الاجتماعي على عينات سورية "** مجلة مركز البحوث التربوية ، جامعة قطر العدد9 .
5 . زهران ، حامد عبد السلام : 1984 **" أسباب القلق الاجتماعي "** ،القاهرة عالم الكتب ، الطبعة 4
6 . عبد الله ، محمد : 2007 **" القلق والتوتر النفسي "** منتدى كلية الطب ، جدة ، المملكة العربية السعودية .
7 . العزاوي ،سامي مهدي: 2008 **"دراسة مقارنة للقلق الاجتماعي للأطفال المهجرين وأقرانهم المستقرين "** كتاب نساء وأطفال : قضايا الحاضر والمستقبل ، بغداد ، مطبعة القبس .

8 . العنزي ، محمد ابن حران : 2010 " **اضطرابات القلق الاجتماعي** " منتدى أكاديمية علم النفس .
9. - العويضه ، سلطان بن موسى : 2005 " **مستوى القلق والاكتئاب لدى الطلبة المغتربين وغير المغتربين جامعة الزيتونة** " مجلة دراسات تربوية ، للجامعة الأردنية، المجـــلد 32 - العدد1 .
10. . غالي ، محمد أحمد ، أبو علام ، رجاء محمود : 1977 " **القلق وأمراض الجسم** " مكتبة الفلاح ، الكويت ، ط2
11 . الكناني ، فاطمة الشريف : 2002 " **القلق الاجتماعي والعدوانية لدى الأطفال والعلاقة بينهم و دور كل منها في الرفض الاجتماعي** " مجلة علم النفس – العدد .63
12 . محمد ، أسماء عبد الله :2010 " **فاعلية برنامج أرشادي معرفي سلوكي في خفض بعض اضطرابات القلق لدى عينة من أطفال دولة قطر** " منتدى أفاق نفسية ، أبحاث ودراسات نفسية .
13. منتديات الشبكة : 2008 " **القلق الاجتماعي** " منتدى الثقافي والعلمي
14 . هافبلاد ندجوز ، لويس فايلس : 2000 " **الخوف والقلق ، التطورات المعرفيـــــــة يرية وجهات نظر " (Eds)** . كتب من العواطف (593 – 573 . pp) نيويورك ، مطبعة جولفورد .
15 . 1-spielberger C.D.(1975) . ManuaL for the state – Trait . elto .Anxiety in rent ventory