المملكة العربية السعودية
وزارة التعليم العالي
جامعة أم القرى
مكة المكرمة- كلية التربية
قسم علم النفس

الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بقسميها العلمي والأدبي بمدينة مكة المكرمة

إعداد الطالبة

دانية عثمان عبد الحي دهلوي

إشراف الدكتورة

وفاء محمد عبد الله بنجر

بحث مقدم لقسم علم النفس بكلية التربية بجامعة أم القرى
متطلب تكميلي لنيل درجة الماجستير في علم النفس تخصص إرشاد نفسي

الفصل الدراسي الثاني
لعام ١٤٣١هـ - ٢٠١٠م

مدخل إلى الدراسة

مقدمة :

لقد أودع الخالق عز وجل في الإنسان كتلة من المشاعر والعواطف داخل وجدانه، فمنها ما هو موروث ومنها ما هو مكتسب، ومنها ما يحقق السعادة والاطمئنان ،ومنها ما يورث الكآبة وقلة الأمان.

ويعد الشعور بالخوف Fear من المشاعر التي تنتاب الفرد، ويصاحبها انفعال نفسي وبدني ووجداني، وذلك بسبب مؤثر خارجي يهدد أمن الإنسان ويشعره بالخطر، كما يعد الخوف أحد الميكانيزمات التي أوجدها الله جل وعلا في النفس البشرية بشكل خاص و في الكائنات الحية بشكل عام، و لعل أبرز وظائف تلك الميكانيزمات هي القدرة على الحفاظ على الحياة، و بقاء النوع، وتجنب المخاطر، وتحقيق الاستقرار والأمن و الأمان و الاطمئنان.

أما الخوف الزائد Phobia المصاحب للانفعالات و السلوكيات غير الطبيعية من وضع أو موضع أو موقف أو فعل أو مكان معين بحيث لا يستند هذا الخوف على أساس واقعي يمكن تشخيصه أو التعرف عليه أو التخلص منه، فيخرج بذلك من دائرة المخاوف الطبيعية إلى الاضطرابات النفسية ذات الطبيعة القهرية غير المنطقية و التي لا يعرف لها سبب، ولا يستطيع الفرد التحكم فيها بسلوكه وانفعالاته أثناء الإصابة بها.(سليمان،٢٠٠٨:١١٨)

ويعد الرهاب الاجتماعي Social Phobia أحد أنواع الخوف المرضي غير المنطقي أو المعقول، حيث يرفض الشخص المصاب بهذا الاضطراب التواجد في أماكن التجمعات ، كما يرفض التواجد في المواقف الاجتماعية، و يحاول جاهداً البقاء في معزل عن الآخرين، ويأتي ذلك بالإضافة إلى الخوف و القلق و الخجل الملازم له أثناء اختلاطه بغيره من الأشخاص (قاسم،٢٠٠١)

وقد تم وصف الرهاب الاجتماعي لأول مرة في الولايات المتحدة الأمريكية على يد العالم بيرد1897Beard، وفي فرنسا على يد العالم جانيت1903Janet،

ولقد تم الفصل بين هذا الاضطراب و اضطرابات المخاوف الأخرى على يد العالمين ماركس و جليدر Marks&Gilder1966 (Marks,1987)

وقد أجريت عدة دراسات عن الرهاب الاجتماعي، خاصة في العقد الأخير من القرن الماضي و بداية القرن الحالي. وكانت معظم الدراسات تبحث في العلاج والمآل لهذا الاضطراب الذي يعد واحد من أكثر الاضطرابات انتشارا في العالم، وواحد من أكثر الأمراض النفسية شيوعاً بين المراهقين على وجه الخصوص.

ففي الولايات المتحدة الأمريكية يعتبر الرهاب الاجتماعي المرض النفسي الثالث من حيث الانتشار بين عامة الناس بعد الإدمان و الاكتئاب.(خضر،٢٠٠٦)

وبشكل عام تشير الدراسات المسحية حسب الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات العقلية DSMIV أن انتشار الرهاب الاجتماعي يتراوح بين ٣-١٣% بين عامة الناس.

و أورد فهلين (١٩٩٥) أن الخوف الاجتماعي في أمريكا يشكل ٣-١٣% وأنه قد يستمر مدى الحياة. (الخليفي،٢٠٠٥)

وفي المملكة العربية السعودية نجد أن الرهاب الاجتماعي أكثر الاضطرابات انتشارا بين المراهقين والشباب، حيث أوضحت دراسة الخاني وعرفة (١٩٩٥) أن نسبة من يعانون من الرهاب الاجتماعي في المملكة العربية السعودية و يراجعون العيادات الخاصة تبلغ٧٩% من اضطرابات الخوف عموما (العواد،٢٠٠٤).

فبعض الأفراد أصبحوا منعزلين عن الحياة و عن التفاعل مع المحيطين بهم بسبب هذا الاضطراب، و من وجهة نظر الباحثة فإن الرهاب الاجتماعي و الخوف من المجتمع و من أن يكون الفرد محطاً للأنظار فإنه ناتجاً عن أفكار خاطئة و لا عقلانية تسيطر على تفكير الفرد مما يجعله يتراجع ويبدأ بالانعزال .

فأساليب " التفكير اللاعقلاني " تسبب الاضطراب النفسي للفرد، حتى يشمل جميع جوانب الشخصية ويظهر ذلك في سلوك الفرد الظاهري، وفي انفعالاته وما يصاحبها من تغيرات فسيولوجية، كما تحدث اضطراب في التفكير والمعتقدات والقيم، حيث تكون معتقدات الفرد خاطئة عن نفسه، وعن العالم المحيط به.

وقد نال موضوع الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالأفكار العقلانية وغير العقلانية اهتمام العديد من الباحثين أمثال : لورنار وريشارد (١٩٨٨) وغيرهم. وفي الدراسة الحالية تقوم الباحثة بدراسة العلاقة بين الرهاب الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الثانوية بقسميها العلمي والأدبي.

مشكلة الدراسة :

يعتبر الرهاب الاجتماعي نوعاً من أنواع المخاوف المرضية، وهو أحد الاضطرابات التي تشكل خطراً على التفاعل الاجتماعي للمراهقين في بداية حياتهم، وتتمثل السمات الأساسية لهذا الاضطراب في الخوف المستمر والتجنب للمواقف التي قد يتعرض فيها الفرد للفحص و التدقيق من قبل الآخرين .

كما أن مرضى الرهاب الاجتماعي يعانون من التشويه الإدراكي للواقع، والتوقعات السلبية، والتمركز حول الذات، والتفكير الذاتي الموجه، فالأحكام التي يصدرها الفرد على المواقف الاجتماعية ترتبط بما كان يتوقعه أو يتقبله أو يرغبه في هذه المواقف من حيث المستوى والهدف، ومن ثم فإن التعارض بين مستوى قدرات الفرد الاجتماعية ومعلوماته الاجتماعية واعتقاداته تتحدد بمستوى القلق الاجتماعي والتجنب السلوكي للآخرين، وهذه العوامل مجتمعة توضح مستوى السلوك الاجتماعي المتقبل عند الاندماج مع الآخرين . (صالح، ٢٠٠٤) .

فالعرض الرئيس للرهاب الاجتماعي هو الكرب أو الضيق الانفعالي على شكل قلق أو خوف زائد عن الحد، والتأثير السلوكي الأكثر وضوحاً هو ميل واضح لتجنب أي موقف اجتماعي يتم إدراكه على أنه موقف مهدد ، وقد يكون ذلك بتعلم سلوك خاطئ متأثر بأفكار لاعقلانية من مجتمعه أو من الأشخاص المهمين في حياته. وقد يكون هناك متغيرات كثيرة لها دور في حدوث الرهاب الاجتماعي ، إلا أن الباحثة ترى أن الأفكار اللاعقلانية لها دورٌ كبير في تحديد سلوك الفرد نحو العطاء والنجاح أو نحو الاضطراب النفسي. ومن هذا المنطلق تكمن مشكلة البحث في التعرف على العلاقة بين الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طالبات المرحلة الثانوية .

ملخص الدراسة

عنوان الدراسة : الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى عينة من طالبات المرحلة الثانوية بقسميها العلمي والأدبي بمدينة مكة المكرمة .

أهداف الدراسة :

١ – معرفة الفروق بين الرهاب الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية بين طالبات القسم العلمي وطالبات القسم الأدبي .

٢ – معرفة الارتباط بين الرهاب الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية بين طالبات القسم العلمي وطالبات القسم الأدبي .

٣ – معرفة مدى تأثير الأفكار اللاعقلانية على الرهاب الاجتماعي في مرحلة المراهقة .

تساؤلات الدراسة :

١ – هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الرهاب الاجتماعي بسبب اختلاف تخصص الطالبات ؟

٢ – هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الأفكار اللاعقلانية بسبب اختلاف تخصص الطالبات ؟

٣ – هل توجد علاقة ارتباطيه ذات دلالة إحصائية بين درجات الرهاب الاجتماعي ودرجات الأفكار اللاعقلانية ؟

٤ – هل يمكن التنبؤ بدرجات الرهاب الاجتماعي لدى الطالبات من خلال درجات الأفكار اللاعقلانية ؟

وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

١ – النتائج الخاصة بالمقارنة بين متوسطات درجات الرهاب الاجتماعي حسب التخصص .

- لوحظ عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الاستجابات .

٢ – النتائج الخاصة بالمقارنة بين متوسطات درجات الأفكار اللاعقلانية حسب التخصص .

- مقياس الأفكار اللاعقلانية : دلت النتائج على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات الاستجابات .

٣ – النتائج الخاصة بالعلاقة الارتباطية بين درجات الرهاب الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية .

وجود علاقات ارتباطيه موجبة وذات دلالة إحصائية بين درجات الأفكار اللاعقلاني ودرجات الرهاب الاجتماعي سواء على مستوى المقاييس الفرعية الإحدى عشر أو على مستوى الدرجة الكلية للأفكار اللاعقلانية ، وتراوحت معاملات الارتباط من (٠,٢٠) (٠,٤٧) .

٤ –النتائج الخاصة بإمكانية التنبؤ بالرهاب الاجتماعي من خلال الأفكار اللاعقلانية .

- عينة طالبات التخصص الأدبي : وجود انحدار كبير بين متغير الرهاب الاجتماعي ومتغير الأفكار اللاعقلانية ، وبالتالي إمكانية التنبؤ بدرجات الرهاب الاجتماعي من خلال درجات الأفكار اللاعقلانية مرتفعة ، البعد الثاني من مقياس الأفكار اللاعقلانية (ابتغاء الكمال الشخصي) ويليه البعد الأول (طلب الاستحسان) هما أعلى المقاييس الفرعية للأفكار اللاعقلانية والتي يمكن استخدامه في التنبؤ بالرهاب الاجتماعي لدى طالبات التخصص الأدبي ويلاحظ أن البعدين المذكورين (ابتغاء الكمال اشخصي وطلب الاستحسان) يساهمان بنسبة (٢٩,٣%) في التنبؤ بالرهاب الاجتماعي وهذا ما أشارت إليه قيمة معامل التقدير (R^2) .
- عينة طالبات التخصص العلمي : وجود انحدار مرتفع بين متغير الرهاب الاجتماعي ومتغير الأفكار اللاعقلانية ، وبالتالي إمكانية التنبؤ بدرجات الرهاب الاجتماعي من خلال درجات الأفكار اللاعقلانية مرتفعة ، البعد الخامس من مقياس الأفكار اللاعقلانية (التهور الإنفعالي) ويليه البعد الأول (طلب الاستحسان) هما أعلى المقاييس الفرعية للأفكار اللاعقلانية التي يمكن استخدامها في التنبؤ بالرهاب الاجتماعي لدى طالبات التخصص العلمي ، يلاحظ أن البعدين المذكورين (التهور الانفعالي وطلب الاستحسان) يساهمان بنسبة (٢٦,٢%) في التنبؤ بالرهاب الاجتماعي ، وهذا ما أشارت إليه قيمة معامل التقدير(R^2) .
- عينة الطالبات الكية : وجود انحدار كبير بين متغير الرهاب الاجتماعي ومتغير الأفكار اللاعقلانية ، وبالتالي إمكانية التنبؤ بدرجات الرهاب الاجتماعي من خلال درجات الأفكار اللاعقلانية مرتفعة ، البعد الأول (طلب الاستحسان) والبعد الخامس (التهور الانفعالي) والبعد الثاني (ابتغاء الكمال الشخصي) من مقياس الأفكار اللاعقلانية هما أعلى المقاييس الفرعية للأفكار اللاعقلانية التي يمكن استخدامها في التنبؤ بالرهاب الاجتماعي لدى الطالبات بصفة عامة ، ويلاحظ أن الأبعاد المذكورة (طلب الاستحسان والتهور الانفعالي وابتغاء الكمال الشخصي) يساهمان بنسبة (٢٧,٤%) في التنبؤ بالرهاب الاجتماعي وهذا ما أشارت إليه قيمة معامل التقدير (R^2)

التوصيات :

١ –تستنتج الباحثة بأن الرهاب الاجتماعي لا يقتصر على تخصص دون آخر ، وبالتالي توصي عند تدريب الطالبات على مواجهة المواقف الاجتماعية ، فإن ذلك لا يقتصر على تخصص معين ، وإنما يشمل جميع الطالبات .

٢ –توصي الباحثة عند موجهة الأفكار اللاعقلانية بأن ذلك لا يقتصر على تخص معين ، وإنما يشمل جميع الطالبات .

٣ –توصي الباحثة بعمل برامج للتغلب على الأفكار اللاعقلانية ، وبالتالي هناك إمكانية أن يصاحب ذلك انخفاض درجات الرهاب الاجتماعي .

Abstract

Research's title: The Social Phobia and its relationship with the irrational thinking of female students in the secondary schools with their tow natural and literary department in Holy Makkah city.

The research's objectives and literary :

1- Identifying the differences between the social phobia and the irrational thinking of the female students in the natural and the literary departments .
2- Identifying the relationship between the social phobia and the irrational thinking of female of the female students in the natural and the literary departments.
3- Identifying the effects of the irrational thinking on the social phobia in the teenage.

The research's questions:

1- Is there statistical significance among the means of social phobia according to the students' specializations?
2- Is there statistical significance among the means of irrational thinking according to the students' specializations?
3- Is there statistical significance among the means of social phobia and the irrational thinking?
4- Is the means of social phobia among the female students predictable according to their irrational thinking?

The research reached the following findings:

1- Findings related to the comparison of social phobia means according to the students' specializations.

- There is no statistical significance among the students' responses.

2- Findings related to the comparison of irrational thinking means according to the students' specializations. The irrational thinking measurement: The findings refer to that there is no statistical significance among the students' responses.

3- Findings related to the correlation among the social phobia and the irrational thinking:

- There is correlation relationship among the students' irrational thinking and the social phobia means in the branched 12 factors and the total values of the irrational thinking as all. The correlations are significant among (0.20) and (0.47).

4- Findings related to the prediction of social phobia according to the students' irrational thinking degrees.

- The literary department student sample: There is a high degree of determination Coefficient between the social phobia and the irrational thinking. So that, it is possible to predict the social phobia from the high degrees of irrational thinking. The second factor of the irrational thinking (looking for the personal perfection) and follower by the first factor (Looking for admiration) were the two highly factors of irrational thinking. These two factors can be used in predicting the social phobia among the literary department students. The two mentioned factors taking part in predicting the social phobia with percentage of (29.3%) according to the prediction coefficient (R2).
- The natural department student sample: There is a high degree of determination Coefficient between the social phobia and the irrational thinking. So that, it is possible to predict the social phobia from the high degrees of irrational thinking. The fifth factor of the irrational thinking (emotional Impulsivity) and followed by the first factor (Looking for admiration) were the two highly factors of irrational thinking. These two factors can be used in predicting the social phobia among the literary department students. The two mentioned factors taking part in predicting the social phobia with percentage of (26.2%) according to the prediction coefficient (R2).
- The total sample of the students: There is a high degree of determination Coefficient between the social phobia and the irrational thinking. So that, it is possible to predict the social phobia from the high degrees of irrational thinking. The first factor of the irrational thinking (Looking for admiration), the fifth factor (emotional impulsivity), and the second of (looking for personal perfection) were the two highly factors of irrational thinking. These mentioned factors (Looking for admiration, emotional impulsivity, looking for personal perfection) could be used in predicting the social phobia among the literary department students. The two mentioned factors taking part in predicting the social phobia with percentage of (27.4%) according to the prediction coefficient (R2).

Recommendations:

1- The researcher found out that the social phobia spread all over the two specializations, and the students should be trained to meet the different social situations.
2- The researcher recommends meeting the irrational thinking all over the students in different specializations.
3- The researcher recommends overcoming the irrational thinking and decreasing the social phobia.

قائمة المحتويات

ملخص الرسالة باللغة العربية ..... أ

ملخص الرسالة باللغة الانجليزية ..... ب

الإهداء ..... ج

الشكر والتقدير ..... د

قائمة المحتويات ..... و

قائمة الجداول ..... ح

قائمة الأشكال ..... ط

قائمة الملاحق ..... ط

الفصل الأول

مدخل الدراسة

مقدمة ٢

مشكلة الدراسة ٤

تساؤلات الدراسة ٥

أهداف الدراسة ٥

أهمية الدراسة ٥

تحديد مصطلحات الدراسة ٦

حدود الدراسة ٨

الفصل الثاني

أدبيات الدراسة

أولاً : الإطار النظري ٩

١- الرهاب الاجتماعي ١٠

٢- الأفكار اللاعقلانية ٣٠

ثانياً : دراسات وبحوث سابقة ٥٤

- التعليق على الدراسات السابقة ٨١

- فروض الدراسة ٨٣

الفصل الثالث

إجراءات الدراسة

منهج الدراسة ٨٥

خطوات التطبيق ٨٥

مجتمع الدراسة ٨٦

عينة الدراسة ٨٦

أدوات الدراسة ٨٧

الأساليب الإحصائية ٩٨

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

اختبار فروض الدراسة وتحليل النتائج ١٠٠

الفصل الخامس

خاتمة الدراسة

ملخص نتائج الدراسة ١١٣

توصيات الدراسة ١١٥

البحوث والدراسات المقترحة ١١٦

المراجع العربية ١١٧

المراجع الإليكترونية ١٢٤

المراجع الأجنبية ١٢٥

قائمة الملاحق ١٢٦