كشف الذات والقلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة السليمانية

م.د.حسن فخرالدين خالد
جامعة السليمانية /كلية التربية الاساسية
قسم رياض الاطفال

.....

المخلص :-

يعد كشف الذات جزءا مهما من شخصية الانسان والاساس في توجيه السلوك الانساني لدى الافراد، والذي يعتمد بصورة اساسية على الخبرات الاجتماعية والتجارب والصراعات التي مر بها الافراد في حياتهم، وسواء كان الكشف ايجابيا حيث يكون الافراد واثقين من قدراتهم وافكارهم، أم كشفا سلبيا حيث يكونون مترددين في افعالهم واتجاهاتهم، وهذا ما يحدد عملية التفاعل الاجتماعي في العلاقات الشخصية في الحب والصداقة. اما القلق الاجتماعي فهو نوع من انواع القلق الذي يدل على عدم الارتياح عند الوجود بين الاخرين والانزعاج من نظراتهم او التحدث اليهم وتجنب اقامة علاقات اجتماعية. ويرى بعض علماء النفس ان هذا النوع من القلق يمكن ان يؤدي احياناً الى اثر نفسي سيء على الفرد بدلاً من ان يكون عاملاً من عوامل توافقه. **لذا فان البحث الحالي يستهدف ما يأتي:**

١. التعرف على مستوى كشف الذات لدى طلبة جامعة السليمانية.

٢. التعرف على مستوى كشف الذات لدى طلبة جامعة السليمانية وفق متغير النوع (ذكور،اناث).

٣. التعرف على مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة السليمانية.

٤. التعرف على مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة السليمانية وفق متغير النوع (ذكور،اناث).

٥. التعرف على العلاقة بين كشف الذات والقلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة السليمانية.

ولتحقيق أهداف البحث الحالي اعتمد الباحث على تبني مقياس كشف الذات الذي اعدته (الدباغ ٢٠١٣) ، وقد تألف في صيغته النهائية على (٢٧) فقرة، وكذلك تبني مقياس القلق الاجتماعي الذي اعدّه (حجازي ٢٠١٣)، وقد تألف في صيغته النهائية بعد استكمال شروط الصدق والثبات والقدرة على التمييز من (٢٣) فقرة.

وتحقيقاً لأهداف البحث قام الباحث بتطبيق المقياسين على عيّنة من طلبة جامعة السليمانية بلغ عددها (٣٠٠) طالبا وطالبة، ثم حللت البيانات بالاستعانة بالحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS. **وكانت النتائج كما يأتي:**

١. ان كشف الذات لدى طلبة جامعة السليمانية كان مرتفعا وذو دلالة معنوية.

٢. ان مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة السليمانية كان منخفضا.

٣. هنالك علاقة عكسية بين كشف الذات والقلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة السليمانية.

وفي ضوء مناقشة نتائج البحث الحالي قدم الباحث مجموعة من التوصيات للجهات المعنية.

Abstract:-

Self-disclosure is an important part of human personality and the basis for guiding human behaviour in individuals, which depends mainly on the social experiences and conflicts experienced by people, and it also concerns whether the disclosure is positive where individuals are confident of their abilities and ideas, or negative disclosure where they are reluctant in their actions and attitudes. Moreover, this determines the process of social interaction in personal relationships such as love and friendship. Social anxiety is a type of anxiety that indicates discomfort of an individual when they are among people. It shows how strangers' talks, looks, and even a social relation with them scare them away. Some psychologists believe that this kind of anxiety can sometimes lead to a bad psychological effect on the individual rather than being a factor of their compatibility. Therefore, the current study aims at the followings:

1. Identify the level of self-disclosure among students of the University of Sulaymaniyah.
2. Identify the level of self-disclosure among students of the University of Sulaymaniyah depending on their gender (male and female).
3. Recognising the level of social anxiety among students of the University of Sulaymaniyah.
4. Identifying the level of social anxiety among the students of the University of Sulaymaniyah depending on their gender (male and female).
5. Identify the relation between self-disclosure and social anxiety among the students of the University of Sulaymaniyah.

In order to achieve the aims of the current study, the researcher has adopted the self-disclosure scale prepared by (Dabbagh 2013, الدباغ ٢٠١٣), which was finalized in (27) points, as well as the adoption of the measure of social anxiety prepared by (Hijazi 2013, حجازي ٢٠١٣), and was finalized after completing the conditions of honesty Stability and ability to distinguish from (23) points.

In order to meet the objectives of the research, the researcher applied the measurements on a sample of students of the University of Sulaymaniyah (which consist of 300 students), and then the data was analyzed using the statistical bag for social sciences (SPSS). The

results of the study among the students of the University of Sulaymaniyah are as follows:

1. The self-disclosure is high and significant.
2. The level of social anxiety is low.
3. There is an inverse relationship between self-disclosure and social anxiety among students at Sulaymaniyah University.

In the light of the discussion of the current study results, the researcher presented a set of recommendations to the concerned authorities.

مشكلة البحث:-

ان تواصل الفرد مع الاخرين الذي يتمثل بالعلاقات الاجتماعية يعد جانبا اساسيا في الشخصية، والتواصل ظاهرة انسانية موجودة منذ الخلق وهو عملية مستمرة وضرورة في الحياة لا يمكن الاستغناء عنه فالإنسان بطبيعته كائن اجتماعي(علي ٢٠١٢: ١٥)، فضلا عن انه لا يستطيع العيش بمعزل عن الآخرين وتعتمد قدرة الفرد على تفاعله مع الآخرين على ما لديه من مهارات التواصل مع الآخرين لذا فأن الفرد في حاجة دائمة لان يتعلم هذه المهارات لينجح في مسيرة الحياة فلكي يتواصل مع أفراد مجتمعه يجب ان يتحلى بمجموعة من المهارات المستمدة من محيط مجتمعه (الخفاف، ٢٠١٣: ١٢٥).

وقد يكون افصاح الفرد عن افكاره ومشاعره واتجاهاته او اخفاءها هي من اهم المشكلات التي تواجهه عندما يكون مع مجموعة من الاشخاص، كونه يساهم في تطوير علاقاته الشخصية مع الآخرين سواء كان ذلك في أطار الاسرة او المدرسة او الجامعة ، وتعد عملية الإفصاح عن الذات جزئا أساسيا وحيويا في عملية التفاعل الاجتماعي فالإفصاح الصريح عن الذات واحد من السبل المهمة في تقليل المسافة الشخصية بين الافراد وهو شرط أساسي في تطوير العلاقات الحميمة بينه،فضلا عن كونه يعد من المقومات الرئيسة للصحة النفسية وذلك لقيمته المتمثلة في التنفيس الانفعالي لأنه يمكن الفرد من التخلص من انفعالاته بالتعبير عنها لفظيا لشخص آخر مما يعيده الى حالته الطبيعية من الاتزان النفسي حيث يجنبه الوقوع في كثير من المشكلات النفسية (العمري، ٢٠١٣: ٨٣).

ان كشف الذات للأخرين يحتاج الى سياق اجتماعي معين ينطوي على بعض المخاطر مثل التقييم السلبي او التهديد الاجتماعي للشخص الذي يفصح عن ذاته، ولهذا فان الافراد يتجنبون الكشف عن ذواتهم في العديد من المواقف الاجتماعية، لاسيما اذا توفر لدى هؤلاء الاشخاص سمات مثل القلق الاجتماعي (الدباغ،٢٠١٣: ١).

ويمكن القول ان مرحلة التعليم الجامعي هي من اهم المراحل بالنسبة للطلبة نظرا لما يحتاجه هؤلاء الطلبة من قدرات وامكانيات نفسية لمواجهة المشكلات التي تنشئ من الظروف المحيطة بهم في حياتهم الجديدة

كمشكلات الصداقة والاختلاط مع الجنس الأخر، فالقلق الناجم عن الخوف من التفاعل مع الاخرين يولد شعورا بالتوتر وعدم الارتياح والهروب من المواقف التي تتطلب المواجهة او المشاركة او ابداء الرأي (الشمري،٢٠٠١: ١٦). وتتلخص مشكلة البحث الحالي في :

١. ما هو مستويات كشف الذات لدى طلبة جامعة السليمانية.

٢. ما مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة السليمانية.

٣. الإجابة على تساؤل رئيس عن مدى العلاقة بين متغيريّ البحث (كشف الذات والقلق الاجتماعي) واتجاهتها، ونمط تفاعلاتها المحتملة في شخصية طلبة الجامعة.

أهميــة البحث:-

أن نجاح الفرد في حياته يتوقف في جانب كبير منه على تمتعه بمجموعة من السمات والمهارات الذاتية والتي تمكنه من الاستجابة المناسبة لمشاعره ومشاعر الآخرين والتوظيف الفعال للمعلومات سواء على مستوى الحياة الخاصة او المهنية وفق مقتضيات الزمان والمكان(السمادوني، ٢٠٠٧: ٢٤٦). والضعف أو الافتقار لمهارات التواصل الاجتماعي تؤدي إلى عدم قدرة الفرد على تكوين علاقات اجتماعية، وهذه العلاقات الاجتماعية هي من المفاهيم الاساسية المتصلة بشخصية الافراد وبصحتهم النفسية وعلاقاتهم التكيفية مع الوسط البيئي والمجتمعي (الاطرش، ٢٠١٣: ١٥٥٠).

ويعد الافصاح او الكشف عن الذات مظهرا من مظاهر الصحة النفسية اذ يساعد الفرد على تجنب الكثير من الاحباط او عدم التوافق، فقد اثبتت الدراسات ان الافراد الذين يكشفون عن ذواتهم يكونون اكثر رضا عن ذواتهم، واكثر ثقة وايجابية نحو الاخرين من الاشخاص الذين لا يكشفون عن ذواتهم، وان مشاركة الاخرين في الجانب الاجتماعي يقلل من المشكلات النفسية والبين شخصية وهي مهارة مهمة عند الشخص في الحياة الاجتماعية (جرجيس،٢٠٠٧: ١٠).

إن المؤلفات في علم النفس لا تكاد تخلو من فصل أو اكثر عن القلق، وهو اكثر الانفعالات شيوعا بسبب تشعب سبل الحياة في هذا العصر وتعدد المسؤوليات وتزايد التبعات الملقاة على عاتق كل منا (كارنيجي، ١٩٥١،ص١٧). ويعتقد علماء النفس، بعد دراسات كثيرة وتجارب عديدة قاموا بها، بان القلق من الأمراض النفسية الخطيرة التي يتعرض لها الانسان في العصر الحالي، عصر التقدم التكنولوجي المتقدم بسرعة جنونية نحو اكتشاف العوالم الفضائية (غالب،١٩٨٢،ص٥).

ويعد القلق الاجتماعي احد انواع القلق الذي ينشأ عن الصراع بين الحاجة للتقرب من الاخرين وبين الحاجة إلى الاستقلال، والذي يعد من الموضوعات النفسية المهمة التي ركزت عليها العديد من الدراسات والبحوث.

وللدراسة العلمية لطبيعة القلق وتأثيراته المختلفة على الجوانب النفسية والتحصيلية والعلاقات الاجتماعية ذات أهمية تنسجم مع ما تهدف إليه المؤسسات التربوية في أحداث نمو مرغوب في الجانب الاجتماعي لدى الطلبة بشكل يتناسق مع الجوانب العقلية والجسمية والنفسية وذلك لبناء إنسان يسهم مساهمة فعالة في خدمة المجتمع. كما ان التغيرات التي تحدث كل يوم في مشكلات المجتمع والظروف الخاصة التي يعيشها الطلبة ويجعل من اللازم علينا ان نتابع باستمرار ما يطرأ على شخصية الطالب في هذه المرحلة خاصة ما يتعلق بظاهرة القلق. فقد اثبتت الدراسات ان هناك علاقة جدلية بين الفرد والمجتمع ، كما ان هناك فروقاً فردية في مدى قدرة الفرد على تحمل ما يعترضه من مشكلات.

وبما ان البحث الحالي يتناول كشف الذات والقلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة السليمانية، فان اهميته تبرز من خلال جانبين: هما :الجانب النظري،الذي يقدم معلومات نظرية حديثة بشأن مفهومي (كشف الذات والقلق الاجتماعي) ومكوناتهما وعناصرهما ومجالاتهما من خلال التطرق الى النظريات النفسية والاجتماعية التي حاولت اعطاء تفسير علمي لهذين المفهومين، والجانب الاخر هو الجانب العملي فتوفير مقياس نفسي لقياس متغيري البحث ستكون له فائدة للأستخدام من المتخصصين في علم النفس وعلم الاجتماع في البحوث المستقبلية.

أهداف البحـــث:-

يستهدف البحث ما يأتي:

١. التعرف على مستوى كشف الذات لدى طلبة جامعة السليمانية.

٢. التعرف على مستوى كشف الذات لدى طلبة جامعة السليمانية وفق متغير النوع (ذكور ، اناث).

٣. التعرف على مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة السليمانية.

٤. التعرف على مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة السليمانية وفق متغير النوع (ذكور ، اناث).

٥. التعرف على العلاقة بين كشف الذات والقلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة السليمانية.

حدود البحـــث:-

يتحدد البحث الحالي بالطلبة الجامعيين في الدراسة الجامعية الاولية (البكالوريوس) في جامعة السليمانية، من الذكور والإناث، للسنة الدراسية ٢٠١٦ – ٢٠١٧ وتتحدد متغيراته في كل من : كشف الذات والقلق الاجتماعي.

تحديد المصطلحـات:-

أولاً: كشف الذات Self-Disclosure:

١.تعريف جورارد Jourard ١٩٧١:

العملية التي يخبر فيها الفرد شخصا آخر بصدق عن معتقداته ومشاعره، أي يخبره فيها عن شخصيته، عن طريق البوح بمعلومات شخصية عن الذات(Jourard,1971:73).

2. كورسيني Corsini ١٩٨٧:

العملية التي تتم بواسطتها قيام الفرد بالبوح طوعا وبصورة قصدية بمعلومات حقيقية ومهمة وشخصية وسرية لشخص آخر (Corsini,1987:22).

٣. تعريف الكفافي ١٩٩٩:

كشف الذات يعني ان يفصح الفرد عن مشاعره وافكاره الخاصة الى شخص آخر، وتتفاوت درجة الافصاح هذه من شخص الى آخر تبعا لدرجة قرب هذا الشخص. (كفافي،١٩٩٩،ص١٣٩).

٤. تعريف الدباغ ٢٠١٣:

العملية التي يكشف الفرد من خلالها معلومات حول نفسه لشخص آخر ويفصح فيها عن أفكاره وآرائه ومشاعره ورغباته الشخصية تجاه موضوعات مختلفة في الحياة. (الدباغ،٢٠١٣،ص١٢).

التعريف النظري لكشف الذات :

بما ان الباحث تبنى مقياس (الدباغ،٢٠١٣)، لذا فانه يتبنى ايضا تعريفها (المذكور سابقا) تعريفاً نظرياً لكشف الذات.

التعريف الأجرائي لكشف الذات:

هيالدرجة التي يحصل عليها افراد عينة البحث (طلبة جامعة السليمانية) من استجاباتهم لفقرات مقياس كشف الذات المستخدم في البحث الحالي.

ثانياً: القلق الاجتماعي The social Anxiety:

١.تعريف مارتن Marten1983:

القلق الاجتماعي هوالخوفمنالمخاطرالتيتترتبعلىالتواصلمعالاخرينفيالاوضاع الاجتماعيةالمختلفة (Buss,1980:264).

٢. تعريف HenningSass,1996:

هو الخوف الواضح والمستمر من المواقف الاجتماعية التي ينبغي فيها على الشخص ان يواجه أشخاصا غير معروفين أو عندما ينبغي تقيمه من هولاء، حيث يغشى الشخص هنا ان تظهر أعراض القلق أو ان يتصرف بشكل غير لبق ومخجل (Sass Henning, 1996: 479-480.)

٣. تعريف حجازي ٢٠١٣:

هو وشف لحالة مرضية تتكون من الشعور بالقلق والتوتر في المناسبات الاجتماعية او عند التعرض للتركيز من قبل من مجموعة من الناس عند القيام بالواجبات الاجتماعية، وقد تمتد هذه الحالة لتجنب التجمعات عموما او الهروب خشية الاحراج (حجازي،٢٠١٣،ص٨).

٤. تعريف الأوسي وفاضل ٢٠١٤:

عدم الارتياح عند الوجود بين الاخرين والضيف والانزعاج من نظراتهم او التحدث اليهم وتجنب اقامة علاقات اجتماعية. (الأوسي وفاضل، ٢٠١٤،ص١١٠).

التعريف النظري للقلق الاجتماعي :

بما ان الباحث تبنى مقياس (حجازي،٢٠١٣)، لذا فانه يتبنى ايضا تعريفه (المذكور سابقا) تعريفاً نظرياً للقلق الاجتماعي.

التعريف الأجرائي للقلق الاجتماعي:

هيالدرجة التي يحصل عليها افراد عينة البحث (طلبة جامعة السليمانية) من استجاباتهم لفقرات مقياس القلق الاجتماعي المستخدم في البحث الحالي.

الاطار النظري للبحث:-

سيحاول الباحث في هذا الجانب تقديم صورة واضحة عن مفهومي كشف الذات والقلق الاجتماعي، وسبل تطور هذين المفهومين ثم عرض النظريات التي قدمت تفسيراً علمياً لهما بشكل مباشر او النظريات التي تتطرقت الى هذين المفهومين بشكل غير مباشر.

أولاً: كشف الذات Self-Disclosure:

المنظور النفسي:Psychological – Perspective

يتضمن هذا المنظور عدد من النظريات، نوجز أهمها بالأتي:

١. نظرية روجرز Rogers 's Theory:

يرى كارل روجرز أن الانسجام والمظاهر السليمة للعلاقات الاجتماعية يتحقق للفرد عندما تكون الذات المثالية للفرد Self-Ideal والذات الحقيقية Real-Self في حالة إنسجام، ويتحقق ايضا عندما تتسق معظم الأساليب التي يختارها الفرد لسلوكه مع مفهومه عن ذاته، فمفهوم الذات يقصد به فكرة الشخص عن نفسه ويتكون نتيجة احتكاك الشخص مع بيئته الاجتماعية التي يعيش فيها ويمثل عاملاً مهماً في إدراك المواقف التي يتعرض لها في حياته، اذ يعبّر مفهوم الذات الايجابي عن الصحة النفسية، وان تقبل الذات وكشفه للأخرين يرتبط موجبا بقبول الاخرين، في حين ان مفهوم الذات السلبي يعبر عن عدم تقبل الذات وبالتالي رفض الأخرين، أي: أن مفهوم الذات عامل مهم في تحديد نوع علاقة الفرد بالآخرين (المبارك،٢٠٠٧،ص٢٠١).

٢. نظرية كارين هورناي Karen HornyTheory:

بحسب نظرية هورناي فأن الفرد يتبع ثلاثة أساليب للتعامل مع الآخرين والتحرر من القلق وهي: "التحرك نحو الآخرين، والتحرك ضد الآخرين، والتحرك بعيدا عن الآخرين". والاسلوب الأول (التحرك نحو الآخرين) هو الأقرب لمتغير كشف الذات، اذ تفسره هورناي بأنه نمط يسعى الفرد من خلاله الى ان يكون محبوبا من قبل الآخرين ومرغوبا فيه، ويشعر بان الآخرين يتقبلونه ويرحبون به ويوافقون عليه، وان له أهمية عندهم (صالح،٢٠٠٥،ص٨٧).

٣.نظرية سوليفان SullivanTheory:

يشير سوليفان الى ان طبيعة العلاقات الشخصية المتبادلة هي التي تحدد درجة الاحساس بالانتماء الاجتماعي، وبالتالي تحدد درجة قدرة الفرد على الاتفاق مع الآخرين. ويؤكد ان تقويم الآخرين للشخص بأنه صديق ومقبول من قبلهم يساعده في تعظيم مشاعره بالأمن واحترام الذات، وان تمتعه بهذا المركز يحرره من القلق، فالحصول على القبول الاجتماعي يزيد من قدرة الفرد على الانسجام والتكيف مع الآخرين، وبالتالي تزيد من مظاهر قدرته على الافصاح عن ذاته للاخرين. وكل ذلك يتم من خلال التفاعل مع الاخرين (المبارك،٢٠٠٧،ص١٩٦).

المنظور الإجتماعي:Social – Perspective

ينضوي تحت هذا المنظور عدد من النظريات، نوجز أهمها بالأتي:

١.نظرية التغلغل الاجتماعي Social Penetration:

يطلق على نظرية التغلغل الاجتماعي التي قدمها آلتمان وتايلور احيانا اسم (نظرية البصل) وذلك لانها تشّبه الشخصية بالبصل الذي يتميز بانه متعدد الطبقات، فالطبقة السطحية هي (الذات العام) والتي تؤكد بان الناس في بداية التفاعل الاجتماعي يتجهون نحو الكشف عن مساحات ضيقة جدا عن أنفسهم للآخرين ويبدأون بمستوى كشف سطحي عن الذات ويتقاسمونها مع مع عدد مختلف من الناس. اما الطبقة الداخلية فهي (الذات الخاص) والمتمثلة في مستوى عمق كشف الذات، ففي هذا المستوى يتغير ويتوسع عملية كشف الذات لتصبح اكثر تلقائية حيث تزداد انسيابية التفاعل الاجتماعي وتصبح الصداقة اكثر قوة، ويبدأ الفرد بالكشف المتدرج عن جوهره. (Burgoon M, 2012:242-243).

٢. نظرية المقارنة الاجتماعية Social Comparison:

يعتقد فستنكر Festinger صاحب نظرية (المقارنة الاجتماعية) الى ان الأفراد يندفعون بتلقائية لمطابقة آرائهم مع آراء الآخرين بهدف خلق نوع من التناسق بينهم وبين من يحيطون بهم، وان الانسان يقارن نفسه دائما بالآخرين الذين يدركون انهم متشابهون معه، وقد اعطى فستنكر في فرضيته تلك اهمية خاصة للواقع الاجتماعي على انها قوة دافعة للقدرة على الأتفاق مع الآخرين. ووفقا لهذه النظرية فأن كشف الذات للآخرين تحدث بسبب

حاجة الفرد الى ان يكون محبوباً ومقرباً من الآخرين، وذلك لان الناس يحبون الافراد الذين يحملون اتجاهات مماثلة لأتجاهاتهم، وعندما يتطلب من الناس دمج أنفسهم مع الآخرين فان احدى التقنيات التي يستعملونها هي اعلان الآراء المماثلة لآراء الآخرين والاتفاق معهم (عسكر، ٢٠٠٩،ص٣٩).

٣. نظرية السلوك بين الجماعات Behavior among Groups Theory

تؤكد هذه النظرية التي اسسها تاجفل Tajfel الدور الذي تؤديه العمليات المعرفية والتصورات والمخططات العقلية، في تحديد افكار الأفراد في الجماعات التي ينتمون اليها والجماعات الاخرى التي لاينتمون اليها في المجتمع(Tajfel,1981,p.231). وقد اشار تاجفل الى ان الناس يحابون جماعتهم مقايسة بالجماعات الاخرى، وتعود هذه المحاباة الى ان الناس ينزعون الى تصنيف عالمهم الاجتماعي الى صنفين (نحن) او الجماعة الخاصة بالفرد،و(هم) او الجماعة الاخرى،ويرى تاجفل ان التمييز لا يحدث الا اذا تم هذا التقسيم، الأمر الذي يجعل التقسيم شرطا ضروريا للافصاح عن الذات للجماعة الخاصة، ومن المعايير التي تعتمد في عملية التصنيف الاجتماعي العرق والقومية والدين والجنس، وتشير الدراسات حول الجماعة الخاصة (نحن) والجماعة الاخرى (هم) الى ان اعضاء الجماعة الواحدة يرون انفسهم بمنظار المحاباة، اذ يرون انهم يمتلكون خصائص مرغوبة وانهم محبوبون للغاية، وهذا يفسح المجال امامهم لتبادل المشاعر والافكار بصورة اعمق(مكلفين وغروس،٢٠٠٢،ص٢٥٨).

مناقشة النظريات الخاصة بكشف الذات: -

منخلالماذكرعنمتغير كشف الذات نستطيعاننستنتج ان نظرية التغلغل الاجتماعي التي قدمها كل من (ألتمان وتايلر) هي الأقرب لمتغير كشف الذات وذلك للأسبلب التالية:

١. تؤكد هذه النظرية على التدرج في كشف الذات، وهذا امر موضوعي لان الفرد لا يكشف عن مشاعره الشخصية والذاتية من اول لقاء مع الاخرين
٢. تحدد بوضوح مراحل تطور مستويات الكشف عن الذات.
٣. يمكن ملاحظة مستويات الكشف عن الذات لدى الافراد على وفق ما ورد في هذه النظرية.

ثانياَ: القلق الاجتماعي The social Anxiety:

توجهات نظرية في تفسير القلق الاجتماعي:

سيحاول الباحث في هذا الجانب تقديم صورة واضحة عن مفهوم القلق الاجتماعي ثم عرض أبرز التوجهات النظرية التي قدمت تفسيراً علمياً لها، ومن هذه التوجهات:

١. التوجه السايكودينامي Psychodynamic approach

تؤكد نظرية فرويد أن القلق العصابي والقلق الموضوعي هما رد فعل لحالة خطر، وان الفرق بينهما أن القلق العصابي يعود لخطر غريزي داخلي، أما القلق الموضوعي فيعود إلى خطر خارجي موضوعي. فالقلق من وجهة نظر

فرويد هو الظاهرة الأساسية والمشكلة الرئيسة في العصاب وهو ليس ناتجا عن التحول المباشر للبيدو، بل هو رد فعل للأخطار الخارجية (غالب،١٩٨٢، ص٣٥). ويلخص فرويد رأيه في العلاقة بين القلق الموضوعي والقلق العصابي بإن الخطر الموضوعي خطر معروف، والقلق الموضوعي قلق حول خطر معروف من هذا النوع. والقلق العصابي قلق حول خطر غير معروف. فالخطر العصابي إذاً، خطر يجب أن يُعرف وقد بيّن التحليل انه خطر غريزي(فرويد، ١٩٦٢،ص٢٠). ومن هذا المنطلق فان القلق الاجتماعي يدخل ضمن سياقات القلق الموضوعي في نظرية فرويد.

ويؤكد أدلر Adler الذي أبدى إهتماماً كبيراً بالسياق الإجتماعي للشخصية، على مفهوم تقدير الذات في تفسير العلاقات مع الأخرين، فعندما يضعف احترام الذات لدى الفرد يقود ذلك الى ظهور مشاعر العداء ضد الأخرين، كما يرى ادلر، الى قيام الفرد بكثير من المحاولات للتغلب على هذا الشعور. ويتغلب الانسان على شعوره بالنقص أو بالقلق بتقوية الروابط التي تربطه بالناس المحيطين به وبالإنسانية على وجه عام عن طريق العمل الاجتماعي النافع ومحبة الناس وصداقتهم (شلتز،١٩٨٣، ص٨٠). ويستطيع الانسان أن يعيش بدون أن يشعر بالقلق إذا حقق هذا الانتماء إلى الإنسانية. أما الشخصيات العصابية فتقوم بمحاولات تعويضية عصابية لغرض التخلص من الشعور بالنقص. وتهدف هذه المحاولات التعويضية إلى تحقيق الأمن عن طريق التفوق والسيطرة على الآخرين. من ذلك نرى اهتمام آدلر بالتفاعل بين الفرد والمجتمع او بالذات نحو الجماعات المختلفة عنه، ويستند احترام الذات الى المقارنة التقويمية للذات مع الأخرين (الركابي،٢٠٠٤ ،ص٢٩).

٢. التوجه المعرفي Cognitive approach

تعتقد النظريات المعرفية ان الناس يكتسبون مخزونا كبيرا من المعلومات والمفاهيم وصيغ للتعامل مع ظروف حياتهم، فالمعارف لدى الفرد تؤثر في انفعالاته وسلوكه بطريقتين هما (محتوى المعرفة، ومعالجة المعرفة) وعندما يقوم الفرد بالقراءة الذاتية للمواقف الحياتية من خلال العمليات الذهنية يتمكن بها من ادراك العالم الخارجي والداخلي. ويرى اصحاب هذه النظرية ان اضطراب القلق يظهر حينما يركز الفرد على نواحي سلبية ويشوه الحقيقة التي من خلالها تضعف استجاباته السلوكية المتوافقة، كما رأت ان الافراد الذين يتسمون بالقلق الاجتماعي يعطون اهتماما اكبر الى الكلمات التي تحمل تهديدا اجتماعيا وتعبيرات سلبية وينشغلون بتوقع الفشل في المستقبل (فايد،٢٠٠٤،ص٩٥).

ويؤكد ويلز (٢٠٠١) الذي طوّر نموذجا يفسر فيها الخوف الاجتماعي بان الافراد ذووي القلق الاجتماعي يميلون الى استخدام المعلومات الداخلية مثل افكارهم ومشاعرهم الشخصية في بناء وتكوين انطباع عن الطريقة التي يظهرون بها للأخرين، وان هذا الانطباع يمكن ان يكون بشكل صور عقلية بصرية، هذه الصور تكون عادة سلبية.والفرد تبعا لذلك يركز انتباهه نحو ذاته مراقبا اياه كموضوع اجتماعي مما يساهم في استمرار القلق الاجتماعي لديه (العباسي،٢٠١٣،ص٢٥٣).

٣. التوجه السلوكي Behavioral approach

حسب رأي واطسن، ان تطور الفرد يعتمد على عدة مبادئ اساسية في التعلم، فالقلق ظاهرة متعلمة ومكتسبة من البيئة المادية والاجتماعية المحيطة بالفرد. إذ ان أي مثير محايد لا علاقة له بانفعال الخوف يمكنه ان يكتسب صفة المثير الاصلي (مثير الخوف) بالاقتران المتكرر معه فيؤدي الى نفس الاستجابة . فان ارتباط موضوعات او اشخاص باستجابة معينة مثيرة للخوف، يؤدي الى الخوف من تلك الموضوعات او الاشخاص، فالطفل قد يتجنب الراشد الذي يعاقبه ويتجنب الاحداث المثيرة للالم (الكتاني ٢٠٠٠، ص١١٤).

ويرى كل من دولارد وميلر أن الخوف دافع مكتسب، أي دافع ثانوي مشتق من الألم، اذ يتعلم الانسان مخاوفه وقلقه بطريقة الاقتران مع مثير آخر كتعلم الطفل الصغير الخوف من الوحدة عند تكرر اقترانه بالآم الجوع، أو الطفل الذي يتكرر عقابه عند اعتدائه على أخته قد يتعلم الخوف من العدوان.وكلما تكررت عملية التدعيم كلما ساعد ذلك على تقوية الدافع المكتسب (القلق). ينطبق مبدأ مدرج التدعيم ومبدأ التعميم في تعلم الخوف، فاقرب المثيرات لعملية التدعيم هي أكثرها إثارة للخوف، واستجابة الخوف تعمم على المثيرات المشابهة لتلك التي تعلم الكائن أن يخاف منها، وان أكثرها شبها بها هي أكثرها إثارة للخوف (الزكابي،٢٠٠٤ ،ص٣٣).

الدراسات السابقة لمتغيري البحث:-

سيعرض الباحث في هذا الجزء من الفصل عددا من الدراسات السابقة ذات العلاقة بمتغيري البحث الحالي قدر ما تسنى له الحصول عليها.

أولا: دراســات سابقة حول كشف الذات:-

دراسة ابو جدي (٢٠٠٨):

استهدفت هذه الدراسة التعرف الى الادمان على الهاتف النقال وعلاقته بكشف الذات لدى طلبة الجامعة الاردنية وجامعة عمان الاهلية، واعتمد الباحث على مقياسي الادمان وكشف الذات كأدوات لبحثه، حيث طبق المقياس على عينة من طلبة الجامعة بلغت عددها (٤٨٠) طالبا وطالبة موزعين على الكليات العلمية والانسانية في الجامعتين، وبعد تحليل النتائج توصلت الدراسة الى ان طلبة الجامعة يتمتعون بمستوى جيد من كشف الذات، وان هناك علاقة دالة بين الادمان على الهاتف النقال وكشف الذات(ابو جدي،٢٠٠٨،ص١٣٧).

دراسة الدباغ (٢٠١٣):-

استهدفت هذه الدراسة التعرف الى مستوى كشف الذات وعلاقته بمستوى التفاعل الاجتماعي لدى طلبة جامعة صلاح الدين في اربيل، وتم اعتماد مقياس كشف الذات الذي قامت الباحثة ببناءه اداة لبحثه،وكذلك تبني مقياس التفاعل الاجتماعي، حيث طبق المقياس على عينة من طلبة جامعة صلاح الدين بلغت عددها (٣٣٠) طالبا وطالبة موزعين على الكليات العلمية والانسانية في الجامعة، وبعد تحليل النتائج توصلت الدراسة الى ما ياتي:

١. ان كشف الذات لدى طلبة جامعة صلاح الدين ذو مستوى عال.

٢. وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في كشف الذات ولصالح الذكور.

٣. ان التفاعل الاجتماعي لدى العينة ذو مستوى عال.

٤. عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في مستوى التفاعل الاجتماعي.

٥. هناك علاقة ارتباطية موجبة بين كل من كشف الذات والتفاعل الاجتماعي لدى طلبة جامعة صلاح الدين (الدباغ،٢٠١٣،ص٧١).

دراسة المهداوي والطائي (٢٠١٥):-

استهدفت هذه الدراسة التعرف على مستوى كشف الذات لدى طلبة جامعة ديالى وفق متغيري (الجنس والتخصص)، وقد قام الباحثان ببناء مقياس لكشف الذات تضمن (٤٤) فقرة، حيث طبق المقياس على عينة من طلبة جامعة ديالى بلغت عددها (٦٦٧) طالبا وطالبة موزعين على الكليات العلمية والانسانية في الجامعة، وبعد تحليل النتائج توصلت الدراسة الى ما يأتي:

١. يتمتع طلبة جامعة ديالى بمستوى عال من كشف الذات.

٢. وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في كشف الذات ولصالح الاناث.

٣. لا يوجد فروق ذات دلالة احصائية وفق متغير الاختصاص (علمي وانساني) في كشف الذات. (المهداوي والطائي،٢٠١٥،ص١٣٨).

مناقشة الدراسات سابقة:-

كان هناك تقارب كبير بين الدراسات السابقة فيما يخص الاهداف والعينة والاداة، بل وحتى النتائج، اذ كانت اهداف الدراسات الثلاث هي التعرف مستوى كشف الذات لدى طلبة الجامعة، وكانت عينة الدراسات الثلاث هم طلبة الجامعة من الذكور والاناث، اما فيما يخص النتائج فقد اجمعت الدراسات الثلاث ان هناك مستوى عال في كشف الذات لدى طلبة الجامعة، وسيستفيد الباحث من هذه الدراسات بمقارنة النتائج التي سيحصل عليها مع نتائج هذه الدراسات.

ثانيا: دراسات سابقة حول القلق الاجتماعي:

دراسة رضوان (٢٠٠١):

استهدفت هذه الدراسة التعرف الى مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة دمشق في سوريا، وتم اعتماد مقياس كشف الذات الذي قامت الباحثة ببناءه اداة لبحثه،وكذلك تبني مقياس التفاعل الاجتماعي، حيث طبق المقياس على عينة من طلبة جامعة دمشق بلغت عددها (٤٣٧) طالبا وطالبة موزعين على الكليات العلمية والانسانية في الجامعة، وبعد تحليل النتائج توصلت الدراسة الى ما ياتي:

١. ان مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة دمشق مرتفع.

٢. وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في القلق الاجتماعي ولصالح الاناث.(رضوان ،٢٠٠١،ص١١٤).

دراسة قلندر (٢٠٠٣):-

استهدفت الدراسة التعرف على القلق الاجتماعي وعلاقته بالتكيف الدراسي لدى طلبة الجامعة استخدمت الباحثة أداتين الأولى أداة القلق الاجتماعي المعدة من قبل جمال (١٩٩٧) ، واعدت الباحثه مقياس للتكيف الدراسي، وطبقت الباحثه الأداتين على عينة من طلبة الجامعة عددهم (٤٣٥) طالبا وطالبه من التخصصات (الطبية والهندسية والعلمية والإنسانية) وتوصلت الباحثة إلى النتائج التالية -:

١. توجد علاقة داله إحصائيا بين مستوى القلق الاجتماعي والتكيف الدراسي .

٢. كان متوسط القلق الاجتماعي لطلبة الصف الأول متوسط منخفضا.

٣. كان مستوى التكيف لطلبة الصف الأول عاليا. (قلندر،٢٠٠٣،ص١٣٧).

دراسة الأوسي وفاضل (٢٠١٤):

استهدفت هذه الدراسة التعرف على مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة الاعدادية وفق متغيري (الجنس والفرع الدراسي علمي- ادبي)، وقد قام الباحثان بتبني مقياس القلق الاجتماعي الذي أعده (جمال ١٩٩٧) تضمن (٤٤) فقرة، حيث طبق المقياس على عينة من طلبة المرحلة الاعدادية في محافظة ديالى بلغت عددها (٣٥٦) طالبا وطالبة موزعين على المدارس الاعدادية في مركز محافظة ديالى، وبعد تحليل النتائج توصلت الدراسة الى ما يأتي:

١. يتمتع طلبة الاعدادية في مدينة ديالى بمستوى منخفض من القلق الاجتماعي.

٢. وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في القلق الاجتماعي ولصالح الاناث.

٣. وجود فروق ذات دلالة احصائية بين طلبة الفرع الادبي والفرع العلمي في القلق الاجتماعي ولصالح طلبة الفرع الادبي (الأوسي وفاضل،٢٠١٤،ص١٠٦).

مناقشة الدراسات سابقة:-

هناك تقارب كبير بين الدراسات السابقة فيما يخص الاهداف والعينة والاداة، بل وحتى النتائج، اذ كانت اهداف الدراسات الثلاث هي التعرف مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة ما عدا دراسة (الاوسي وفاضل ٢٠١٤) اذ هدفت الى التعرف مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الاعدادية، اما فيما يخص النتائج فقد اجمعت الدراسات الثلاث ان هناك مستوى منخفض في القلق الاجتماعي لدى افراد العينة، وسيستفيد الباحث من هذه الدراسات بمقارنة النتائج التي سيحصل عليها مع نتائج هذه الدراسات.

إجراءات البحث

اولا: مجتمع البحث

يتحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة جامعة السليمانية للعام الدراسي (٢٠١٦- ٢٠١٧) ممثلة بالكليات العلمية والانسانية، ومن الذكور والاناث. ويتكون المجتمع الاصلي من (٢٤٦٣٤) طالباً وطالبةً.

ثانيا: عينة البحث

شملت عينة البحث (٣٠٠) طالبا وطالبة من جامعة السليمانية، وقد تم اختيار هذه العينة بالأسلوب الطبقي العشوائي، اذ تم اختيار (١٤٣) طالبًامن الذكور، و(١٥٧) طالبةً من الإناث، والجدول (١) يوضح ذلك.

الجدول (١)
توزيع أفراد عينة البحث في جامعة السليمانية على وفق متغير النوع

الكلية	الذكور	الاناث	المجموع	النسبة المئوية
التربية الاساس	١٥	١٧	٣٢	%١٠.٦٦
الإدارة والاقتصاد	١١	١٣	٢٤	%٨
العلوم الانسانية	١٤	١٦	٣٠	%١٠
العلوم	١٥	١٨	٣٣	%١١
القانون	١٤	١١	٢٥	%٨.٣٣
اللغات	٩	١١	٢٠	%٦.٦٦
التربية الرياضية	١٦	٨	٢٤	%٨
الفنون الجميلة	١٠	١٦	٢٦	%٨.٦٦
الهندسة	١٥	١٥	٣٠	%١٠
الزراعة	١٦	١٨	٣٤	%١١.٣٣
التمريض	٨	١٤	٢٢	%٧.٣٣
المجموع	١٤٣	١٥٧	٣٠٠	%٩٩.٩٧

ثالثاً: أدوات البحث:

١. مقياس كشف الذات:-

تطلب تحقيق اهداف البحث الحالي تبني مقياس كشف الذات، وقد تبنى الباحث المقياس الذي أعدّته (الدباغ ٢٠١٣) الذي تكزن من (٢٧) فقرة، لحداثته وملائمته للبيئة الكوردية ولأنه الأنسب لعينة البحث الحالي. وقد ارتأى الباحث استخراج الخصائص السايكومترية للمقياس وذلك من خلال ما يآتي:

أ. رأي الخبراء بفقرات مقياس كشف الذات وتعليماته

لغرض التعرف على مدى صلاحية فقرات المقياس، عرض الباحث المقياس على (٥) من الخبراء الاختصاصين في علم النفس وعلم الاجتماع لتقويم صلاحية فقرات المقياس(ملحق ١)، وبعد استرجاعه وتفريغ بياناته وتحليله اتضح أن هناك اتفاقاً بين جميع الخبراء على إبقاء الفقرات كما هي، وعلى تعديل بعضها. وفي ضوء تلك الملاحظات وباعتماد نسبة ٨٠% فأعلى لغرض قبول أو رفض الفقرة تم استبقاء جميع فقرات المقياس البالغة (٢٧) فقرة.

ب. صدق الترجمة

عرض الباحث النصّان (العربي والكوردي) للمقياس على مجموعة من الخبراء. وأسفرت ملاحظات الخبراء عن تعديلات لغوية بسيطة في بعض الفقرات والمقايسة بين صيغة المقياس الأصلية والمترجمة من دون الإخلال بمحتوى الفقرات.وبهذا اطمأن الباحث على صدق ترجمة المقياس.

ج.التحليل الإحصائي لفقرات المقياس

اخضعت الفقرات للتحليل الإحصائي باعتماد أسلوبين هما:

اولا– اسلوب المجموعتين المتطرفتين :–

لغرض حساب القوة التمييزية لفقرات مقياس كشف الذات طبق الباحث أسلوبالمجموعتين المتطرفتين وباعتماد الخطوات الآتية:

١. تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة.

٢. ترتيب الدرجات التي حصلت عليها العينة من أعلى درجة إلى أدنى درجة.

٣. تعيين نسبة الـ٢٧% العليا من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا والتي بلغ عددها (٨١) استمارة، ونسبة ٢٧% الدنيا من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا والتي بلغ عددها (٨١) استمارة ايضا، ثم طبق الاختبار التائي (t–test) لعينتين مستقلتين لأختبار الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا، في درجات كل فقرة، لان القيمة التائية المحسوبة تمثل القوة التميزية للفقرة بين المجموعتين، ومن خلال مقايستها بالقيمة الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) و درجة حرية (١٦٠) ، وتبين ان جميع الفقرات مميزة، كما هو موضح في الجدول (٢).

الجدول (٢)

معاملات تمييز فقرات مقياس كشف الذات بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

تسلسل الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	٣.٨٦١	٠.٣١٢	٣.٣٩٧	٠.٦٦١	٦.١٥٠
٢	٣.٦٦٢	٠.٥٠٠	٣.١٥٦	٠.٦٥٣	٥.٦٠٣
٣	٣.٧١٠	٠.٦١٥	٣.٠٦٠	٠.٨١٦	٥.٧٩٦
٤	٣.٧١٠	٠.٤٥٦	٣.٠٨٤	٠.٧٣٥	٦.٥٩٢
٥	٣.٧٥٩	٠.٤٥٧	٣.٢١٦	٠.٧١٦	٥.٨٠٩
٦	٣.١٣٢	٠.٨٦٦	٢.٦٨٦	٠.٩٨٦	٣.٠٩٣
٧	٢.٧٥٩	٠.٩٨٢	٢.٢١٦	٠.٨٨٤	٣.٧٣٧
٨	٣.٣٦١	٠.٩٥٧	٢.٢٥٣	١.١٢٤	٦.٨٣٨
٩	٣.٧٧١	٠.٤٢٢	٣.١٣٢	٠.٥٣٥	٨.٥٢٤
١٠	٣.٥٤٢	٠.٥٤٧	٢.٩٢٧	٠.٥٥٨	٧.١٥٧
١١	٣.٨٥٥	٠.٣٨٦	٣.٢١٦	٠.٥٤٢	٨.٧٣٦
١٢	٣.٦٢٦	٠.٥١١	٢.٩٦٣	٠.٧٥٦	٦.٦١٤
١٣	٣.٦٣٨	٠.٥٣١	٢.٩٣٩	٠.٧٥٤	٦.٨٩٨
١٤	٣.٦٩٨	٠.٦٤١	٣.٠٧٢	٠.٥٥٨	٧.٨٧٩
١٥	٣.٧٩٥	٠.٤٠٦	٣.٢٢٨	٠.٦٥٠	٦.٧٣١
١٦	٢.٩٥١	٠.٨٦٨	٢.١٨٠	٠.٨٤٣	٥.٨٠٥
١٧	٣.٧٤٧	٠.٤٣٧	٣.٢٨٩	٠.٧٠٧	٥.٠١٤
١٨	٣.٧٣٤	٠.٤٧٠	٣.١٠٨	٠.٦٢٤	٧.٢٩٥
١٩	٣.٨١٩	٠.٣٨٧	٣.٤٣٣	٠.٦٦٦	٤.٥٥٩
٢٠	٣.٧٥٩	٠.٤٣٠	٣.٢٨٩	٠.٦١٥	٥.٧٠١
٢١	٣.٨١٩	٠.٣٨٧	٣.٣١٣	٠.٥٦١	٦.٧٥٩
٢٢	٣.٧١٠	٠.٤٥٦	٣.٠٦٠	٠.٦١١	٧.٧٦٧
٢٣	٣.١٦٨	٠.٧٩٣	٢.٣٤٩	٠.٨٧٥	٦.٣١٦
٢٤	٣.٨٦٧	٠.٣٤١	٣.١٦٨	٠.٥٣٦	١٠.٠٠٨
٢٥	٣.٧٢٢	٠.٤٥٠	٣.٠٦٠	٠.٥٤٨	٨.٥٠٤
٢٦	٣.٦٣٨	٠.٥٣١	٢.٩١٥	٠.٦٤٧	٧.٨٦٠
٢٧	٣.٦٣٨	٠.٦٣٥	٣.٠٩٦	٠.٨٢٠	٤.٧٥٨

ثانيا: علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون لاستخراج معامل الارتباط بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية للأفراد على المقياس، حيث كانت الاستمارات الخاضعة للتحليل (٣٠٠) استمارة. وتبين أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، كما هو موضح الجدول (٣).

جدول (٣)
معاملات ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس كشف الذات

تسلسل الفقرة	معامل الارتباط	تسلسل الفقرة	معامل الارتباط
١	٠.٢١٩	١٥	٠.٤٩١
٢	٠.٥٩٥	١٦	٠.٣٧٩
٣	٠.٢٠٥	١٧	٠.٤٣٠
٤	٠.٢١٩	١٨	٠.٤٦٥
٥	٠.٣٦٥	١٩	٠.٤٣٣
٦	٠.٢١٤	٢٠	٠.٣٧٥
٧	٠.٤٣٤	٢١	٠.٢٧١
٨	٠.٣٤٦	٢٢	٠.٣٤١
٩	٠.٢٥٥	٢٣	٠.٢٨٠
١٠	٠.٣٦٢	٢٤	٠.٣٤١
١١	٠.٥٩٣	٢٥	٠.٤٠٩
١٢	٠.٥٤٤	٢٦	٠.٤٩١
١٣	٠.٣١٢	٢٧	٠.٣٧٩
١٤	٠.٣٣٥	/	/

مؤشرات صدق وثبات مقياس كشف الذات:

اولا: الصدق Validity:

تحقق الصدق في مقياس كشف الذات من خلال :

الصدق الظاهري Face Validity

وقد تحقق هذا النوع من الصدق للمقياس من خلال عرضه على مجموعة من الخبراء في علم النفس وعلم الاجتماع، والأخذ بآرائهم حول صلاحية فقرات وتعليمات المقياس.

ثانيا:الثبات Reliability

تم حساب الثبات لمقياس كشف الذات باسلوب أعادة الاختبار Test – Retest method حيث طبق الباحث مقياس كشف الذات على عينة مكونة من (٢٠) طالبا وطالبة اختيرت عشوائيا من اربع كليات من جامعة السليمانية، وبعد مرور (١٤) يوما من التطبيق الاول تم اعادة التطبيق على نفس العينة، وبعد تصحيح الاستمارات والحصول على الدرجات، حسبت العلاقة بين التطبيق الاول والتطبيق الثاني باستخدام معامل ارتباط بيرسون. وقد اشارت النتائج ان درجة معامل الثبات بلغت(٠.٧٨).وهو معامل ثبات جيد.

هـ. تدرج الاستجابة و تصحيح المقياس

اعتمد الباحث أسلوب (ليكرت) في وضع بدائل الإجابة لمقياس كشف الذات. وقد اختار الباحث البدائل الآتية للإجابة اوافق تماما، اوافق، لا اوافق، لا اوافق تماما. والتي تمنح الأوزان الآتية في حالة الفقرات الإيجابية: ٤، ٣، ٢، ١ على التوالي والأوزان: ١، ٢، ٣، ٤ على التوالي في حالة الفقرات السلبية.

٢. مقياس القلق الاجتماعي

بعد الاطلاع على الادبيات السابقة في موضوع القلق الاجتماعي تم اختيار مقياس (القلق الاجتماعي) الذي اعدّه (حجازي٢٠١٣) والذي تألف من (٢٣) فقرة لكون المقياس مناسب للبحث الحالي. وقد ارتأى الباحث استخراج الخصائص السايكومترية للمقياس وذلك من خلال ما يآتي:

أ. رأي الخبراء بفقرات مقياس كشفوتعليماته

لغرض التعرف على مدى صلاحية فقرات المقياس، عرض الباحث المقياس على (٥) من الخبراء الاختصاصين في علم النفس وعلم الاجتماع لتقويم صلاحية فقرات المقياس(ملحق ١)، وبعد استرجاعه وتفريغ بياناته وتحليله اتضح أن هناك اتفاقاً بين جميع الخبراء على إبقاء الفقرات كما هي، وعلى تعديل بعضها. وفي ضوء تلك الملاحظات وباعتماد نسبة ٨٠% فأعلى لغرض قبول أو رفض الفقرة تم استبقاء جميع فقرات المقياس البالغة (٢٣) فقرة .

ب. صدق الترجمة

عرض الباحث النصّان (العربي والكوردي) للمقياس على مجموعة من الخبراء. وأسفرت ملاحظات الخبراء عن تعديلات لغوية بسيطة في بعض الفقرات والمقايسة بين صيغة المقياس الأصلية والمترجمة من دون الإخلال بمحتوى الفقرات.وبهذا اطمأن الباحثان على صدق ترجمة المقياس.

ج.التحليل الإحصائي لفقرات المقياس:

اخضعت الفقرات للتحليل الإحصائي باعتماد أسلوبين هما:

اولا– اسلوب المجموعتين المتطرفتين :

لغرض حساب القوة التمييزية لفقرات مقياس كشف الذات طبق الباحث أسلوبالمجموعتين المتطرفتين وباعتماد الخطوات الآتية:

١. تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة.

٢. ترتيب الدرجات التي حصلت عليها العينة من أعلى درجة إلى أدنى درجة.

٣. تعيين نسبة الـ٢٧% العليا من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا والتي بلغ عددها (٨١) استمارة، ونسبة ٢٧% الدنيا من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا والتي بلغ عددها (٨١) استمارة ايضا، ثم طبق الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لأختبار الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا، في درجات كل فقرة، لان القيمة التائية المحسوبة تمثل القوة التميزية للفقرة بين المجموعتين، ومن خلال مقايستها بالقيمة الجدولية البالغة (١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) و درجة حرية (١٦٠) ، وتبين ان جميع الفقرات مميزة، كما هو موضح في الجدول (٤).

الجدول (٤)

معاملات تمييز فقرات مقياس القلق الاجتماعي بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
١	٣.٣٢٥	٠.٨١٣	٢.٧٥٩	٠.٨٤٩	٤.٣٨٧
٢	٣.٧٥٩	٠.٤٣٠	٣.١٢٠	٠.٥٩٢	٧.٩٤٤
٣	٣.٦٣٨	٠.٥٥٣	٣.٠٩٦	٠.٥٧٦	٦.١٨٠
٤	٢.٦٩٨	٠.٩٩٦	٢.٣٩٧	٠.٨٤٠	٢.١٠٥
٥	٣.٥٦٦	٠.٥٦٧	٢.٨٤٣	٠.٨٧٦	٦.٣٠٩
٦	٣.٦٦٢	٠.٥٤٧	٣.٠٤٨	٠.٦٦٠	٦.٥٢٥
٧	٣.٧٩٥	٠.٤٠٦	٣.١٥٦	٠.٦٣٤	٧.٧٢٧
٨	٢.٥٥٤	٠.٩٤٠	٢.٣٦١	٠.٧٨٩	٢.٤٣٠
٩	٣.٩٥١	٠.٢١٥	٣.٤٣٣	٠.٦٠٨	٧.٣٠٩
١٠	٣.٦٢٦	٠.٥٣٤	٢.٧٨٣	٠.٦٤٤	٩.١٧٤
١١	٣.٨٣١	٠.٣٧٦	٣.٣٤٩	٠.٦٧٠	٥.٧٠٩
١٢	١.٩٦٣	٠.٨٧٥	١.٩٥١	٠.٧٩٤	٤.٠٩٣
١٣	٣.٦٦٢	٠.٥٠٠	٣.١٦٨	٠.٦٤٠	٥.٥٣٦
١٤	٣.٦١٤	٠.٦٠١	٢.٨٥٥	٠.٧٥١	٧.١٨٦
١٥	٣.٥٧٨	٠.٥٦٥	٣.٠٤٨	٠.٦٢٢	٥.٧٤٠
١٦	٣.٢٧٧	٠.٥٤٨	٢.٨٤٣	٠.٧٢٣	٤.٣٥٢
١٧	٣.٨١٩	٠.٣٨٧	٣.٠٤٨	٠.٦٦٠	٩.١٧٣
١٨	٣.٦٩٨	٠.٤٦١	٣.٠٧٢	٠.٤٦٢	٨.٧٣٢
١٩	٣.٦٠٢	٠.٤٩٢	٢.٨١٩	٠.٦٦٥	٨.٦٢١

الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
٢٠	٣.٨٣١	٠.٣٧٦	٣.١٣٢	٠.٦٢٠	**٨.٧٧٣**
٢١	٣.٧٥٩	٠.٤٥٧	٣.٠٤٨	٠.٧٣٠	**٧.٥٠٩**
٢٢	٣.٤٨١	٠.٧٠٤	٢.٦١٤	٠.٨٣٨	**٧.٢١٥**
٢٣	٣.٦٨٦	٠.٥٦١	٣.١٥٦	٠.٦٥٣	**٥.٦٠٨**

ثانيا: علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

استخدم الباحث معامل ارتباط بيرسون لاستخراج معامل الارتباط بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية للأفراد على المقياس، حيث كانت الاستمارات الخاضعة للتحليل (٣٠٠) استمارة. وتبين أن جميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥)، كما هو موضح الجدول (٥).

جدول (٥)
معاملات ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس القلق الاجتماعي

تسلسل الفقرة	معامل الارتباط	تسلسل الفقرة	معامل الارتباط	تسلسل الفقرة	معامل الارتباط
١	٠.٤١١	٩	٠.٤٦٤	١٧	٠.٥٤١
٢	٠.٤٧٩	١٠	٠.٤٥٠	١٨	٠.٣١٦
٣	٠.٤٥٢	١١	٠.٤٣٨	١٩	٠.٥١٥
٤	٠.٤٤٢	١٢	٠.٣٣١	٢٠	٠.٣٣٢
٥	٠.٤٣٤	١٣	٠.٢٢٩	٢١	٠.٦٤١
٦	٠.٢٦٩	١٤	٠.٣٩٩	٢٢	٠.٧١٥
٧	٠.٣٣٢	١٥	٠.٤٦٥	٢٣	٠.٦٤٧
٨	٠.٣٥٤	١٦	٠.٤٣٩	/	/

مؤشرات صدق وثبات مقياس القلق الاجتماعي:

اولا: الصدق Validity:

تحقق الصدق في مقياس القلق الاجتماعي من خلال الصدق الظاهري Face Validityوقد تحقق هذا النوع من الصدق للمقياس من خلال عرضه على مجموعة من الخبراء في علم النفس وعلم الاجتماع، والأخذ بآرائهم حول صلاحية فقرات وتعليمات المقياس.

ثانيا:الثبات Reliability

تم حساب الثبات لمقياس القلق الاجتماعي بطريقة أعادة الاختبار Test – Retest method حيث طبق الباحث مقياس القلق الاجتماعي على عينة مكونة من (٢٠) طالبا وطالبة اختيرت عشوائيا من اربع كليات من جامعة السليمانية، وبعد مرور (١٤) يوما من التطبيق الاول تم اعادة التطبيق على نفس العينة، وبعد تصحيح الاستمارات والحصول على الدرجات، حسبت العلاقة بين التطبيق الاول والتطبيق الثاني باستخدام معامل ارتباط بيرسون. وقد اشارت النتائج ان درجة معامل الثبات بلغت(٠.٨١).وهو معامل ثبات جيد.

هـ. تدرج الاستجابة و تصحيح المقياس

اعتمد الباحث أسلوب (ليكرت) في وضع بدائل الإجابة لمقياس القلق الاجتماعي. وقد اختار الباحث البدائل الآتية للإجابة اوافق تماما، اوافق، لا اوافق، لا اوافق تماما. والتي تمنح الأوزان الآتية في حالة الفقرات الإيجابية: ٤، ٣، ٢، ١ على التوالي والأوزان: ١، ٢، ٣، ٤ على التوالي في حالة الفقرات السلبية.

رابعاً: الوسائل الإحصائية:

استعان الباحث لاستخراج نتائج البحث الحالي بالوسائل الإحصائية آلاتية:

١. **الاختبار التائي(T. test) لعينة واحدة** لاختبار الفرق بين المتوسط الحسابي لدرجات العينة على مقياسي البحث والمتوسط الفرضي لهما.

٢. **الاختبار التائي (T. test) لعينتين مستقلتين** لاستخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس، وللمقارنة في متغيري البحث على وفق متغيري النوع والاختصاص الدراسي.

٣. **معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation Coefficient**لمعرفة العلاقة بين درجات كل فقرة من فقرات المقياس والمجموع الكلي لها. فضلاً عن استخراج الثبات بطريقة اعادة الاختبار، وكذلك ايجاد العلاقة بين كشف الذات والقلق الاجتماعي.

عرض نتائج البحث ومناقشتها

أولا: عرض النتائج:

١. **التعرف على مستوى كشف الذات لدى طلبة جامعة السليمانية.**

أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث بلغ (٧١.١٤) درجة وبانحراف معياري قدره (٧.٤٩٣) درجة. وعند مقارنة هذا المتوسط الحسابي بالمتوسط الفرضيللمقياس البالغ (٦٧.٥)[١٠] درجة،

[١٠] تم استخراج الوسط الفرضي لمقياس كشف الذات عن طريق جمع أوزان بدائل المقياس الأربعة،وقسمتها على عددها،ثم ضرب النتائج في عدد الفقرات.فمجموع أوزان البدائل (١،٢،٣،٤) هو (١٠) وعددها (٤)،اذن متوسط اوزان البدائل هو

معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة، تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت(٨.٤٢٥) درجة، وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية والبالغة (١.٩٦) وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٢٩٩)، وهذا يدل على ان مستوى كشف الذات لدى طلبة جامعة السليمانية عال، وكما هو موضح في الجدول (٦).

الجدول (٦)

الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي لدرجات افراد العينة

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	الخطأ المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
٣٠٠	٧١.١٤	٧.٤٩٣	٦٧.٥	٠.٣٩٢	٨.٤٢٥	١.٩٦	دالّة

٢. التعرف على مستوى كشف الذات لدى العينة على وفق متغير النوع (ذكور ،اناث).

تم استخراج المتوسط الحسابي لدرجات عينة الذكور البالغ عددهم (١٤٣) طالباً على المقياس (٦٩.٧٨) درجة وبانحراف معياري قدره (٩.٨١٣) درجة، فيما كان المتوسط الحسابي لدرجات عينة الإناث البالغ عددهن (١٥٧) طالبةً على المقياس نفسه (٦٨.٢٢) وبانحراف معياري قدره (٧.٢٦٤) درجة. وباستعمال معادلة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين تبين ان القيمة التائية المحسوبة قد بلغت (١٩.٢٨٧) درجة وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٢٩٨) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١.٩٦). مما يشير إلى انه يوجد فرق بين الذكور والإناث في عينة البحث في مستوى الكشف عن الذات ولصالح الذكور. وكما هو موضح في الجدول(٧).

الجدول (٧)

الاختبار التائي لدلالة الفرق في درجات طلبة الجامعة على وفق متغير النوع (ذكور- إناث)

العينة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعيار	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
الذكور	١٤٣	٦٩.٧٨	٩.٨١٣	٠.٧٣٥	١٩.٢٨٧	١.٩٦	دالّة
الإناث	١٥٧	٦٨.٢٢	٧.٢٦٤	٠.٦٥٧			

٣. التعرف علىمستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة السليمانية:

أظهرت النتائج أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث بلغ (٥٦.٣٢) درجة وبانحراف معياري قدره (١١.٩٣٢) درجة. وعند مقارنة هذا المتوسط الحسابي بالمتوسط الفرضيللمقياس البالغ (٥٧.٥) درجة، وباستخدام

(٢.٥) وبضربه في عدد الفقرات ،ينتج عنه المتوسط الفرضي الذي بلغ في هذا المقياس (١٣٧.٥)،وقد اتبعت الاسلوب نفسه في استخراج المتوسط الفرضي لمقياس القلق الاجتماعي.

معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة، تبين أن القيمة التائية المحسوبة بلغت(١.٧١٢) درجة، وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية والبالغة (١.٩٦) وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٢٩٩)، وهذا يدل على ان مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة السليمانية منخفض، وكما هو موضح في الجدول (٨).

الجدول (٨)

الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسط الحسابي لدرجات افراد العينة

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	الخطأ المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
٣٠٠	٥٦.٣٢	١١.٩٣٢	٥٧.٥	٠.٣٩٢	١.٧١٢	١.٩٦	دالّة

٤. التعرف على مستوى القلق الاجتماعي لدى العينة وفق متغير النوع (ذكور ،اناث).

للتحقق من هذا الهدف تم استخراج المتوسط الحسابي لدرجات عينة الذكور البالغ عددهم (١٤٣) طالباً على المقياس (٥٥.١٥) درجة وبانحراف معياري قدره (٨.٧١٣) درجة، فيما كان المتوسط الحسابي لدرجات عينة الإناث البالغ عددهن (١٥٧) طالبةً على المقياس نفسه (٥٦.٤٥) وبانحراف معياري قدره (٧.٩١٢) درجة. وباستعمال معادلة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين تبين ان القيمة التائية المحسوبة قد بلغت (١٥.٣٨٤) درجة وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٢٩٨) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١.٩٦). مما يشير إلى انه هنالك فرق بين الذكور والإناث في عينة البحث في مستوى القلق الاجتماعي ولصالح الاناث. وكما هو موضح في الجدول(٩).

الجدول (٩)

الاختبار التائي لدلالة الفرق في درجات طلبة الجامعة على وفق متغير النوع (ذكور- إناث)

العينة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الخطأ المعيار	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
الذكور	١٤٣	٥٥.١٥	٨.٧١٣	٠.٤٣٨	١٥.٣٨٤	١.٩٦	دالّة
الإناث	١٥٧	٥٦.٤٥	٧.٩١٢	٠.٥١١			

٥. التعرف على العلاقة بين كشف الذات والقلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة:

بهدف التعرف على العلاقة بين كشف الذات والقلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة، تم تطبيق معامل ارتباط بيرسون بين المتغيرين، فكانت قيمته (-٠.٣١٥) مما يشير إلى وجود علاقة ارتباط سلبية (عكسية) بين كشف الذات والقلق الاجتماعي.

ثانيا: تفسير النتائج:-

سيحاول الباحث في هذا الجانب تقديم تفسير علمي عن النتائج التي توصل اليها، ووفق اهداف البحث والتي تم عرض البيانات في اعلاه وكالتالي:

الهدف الاول: اظهرت النتائج الخاصة بالهدف الاول للبحث الحالي ان طلبة جامعة السليمانية يمتلكون مستويات عالية في كشف الذات،واتفقت هذه النتيج مع دراسة كل من (ابو جدي٢٠٠٨) و (الدباغ ٢٠١٣)، ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن إن أفراد العينة (طلبة جامعة السليمانية) من مجتمع ذي إطار ثقافي يعلّي من قيمة العلاقات الاجتماعية، تلك الثقافة التي اكتسبوها من خلال عملية التنشئة الاجتماعية. فمن ناحية الأثر المهم للعلاقات الاجتماعية في منح الأفراد الإحساس بمعنى العلاقات الاجتماعية في سياق الجماعات المحلية بوصفها شبكات اجتماعية متماسكة تعزز العلاقات الإنسانية الهادفة عبر تفعيل القيم والاتجاهات والفعاليات المشتركة.

الهدف الثاني: اما فيما يتعلق بالتعرف على الفرق في مستوى كشف الذات لدى طلبة الجامعةعلى وفق متغير النوع (ذكور، إناث) فقد اشارت بيانات الجدول (٧) الى ان هناك فروق ذات دلالة معنوية بين درجات الاناث وبين الذكور ولصالح الذكور، اي ان كشف الذات لدى الذكور هو اعلى منه لدى الاناث، وجاءت هذه النتيجة متفقة مع دراسة (الدباغ٢٠١٣) التي أشارت الى الذكور يتمتعون بمستوى كشف الذات اكثر من الاناث، ويمكن تفسير النتيجة السابقة بإن لثقافة جنس الفرد تأثيراً على الطريقة التي يفسر فيها الفرد ذاته، حيث يطور الذكور والإناث إحساسات مختلفة للذات، فلدى الذكور تكون متمركزة على النظرة الغربية المتمثلة بـ(التحكم الذاتي والاستقلالية، وكفاءة الذات والتأثر بالقيم التي تتمحور على الجماعة).

الهدف الثالث: اشارت بيانات الجدول (٨) إلى ان مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة السليمانية يعد منخفضا وفق درجاتهم التي حصلوا عليها من مقياس القلق الاجتماعي، وتتفق هذه النتيجة مع نتائج (دراسة الأوسي وفاضل ٢٠١٥) وكذلك (دراسة رضوان ٢٠٠١) التان اشارتا الى ان القلق الاجتماعي لدى الطلبة منخفض، وتعد النتيجة أعلاه متوقعة لتجانس أفراد العينة من جهة الإطار الثقافي الذي نشأوا فيه والخبرات التي تعرضوا لها ذات الصلة بمظاهر التعامل مع الآخرين ، فضلاً عن أن الفرص امام الطلبة أصبحت متاحة في التعبير عن أرائهم وأفكارهم وإختيار الطريقة المناسبة لحل المشكلات التي تواجههم وبالتالي اصبحت لديهم نفس الفرص في الاطلاع وأكتساب الخبرات المعرفية.

الهدف الرابع: اما فيما يتعلق بالتعرف على الفروق في مستوى القلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعةعلى وفق متغير النوع (ذكور، إناث) فقد اشارت بيانات الجدول (٩) الى ان هناك فروق ذات دلالة معنوية بينهم ولصالح الاناث، وجاءت هذه النتيجة متفقة مع دراسة (رضوان٢٠٠١) ودراسة (الاوسي وفاضل) التان أشارتا الى الاناث لديهن قلق اجتماعي اكثر من الذكور، ويمكن تفسير هذه النتيجة الى ان الاناث يعطين اهمية لبعض القيم اكثر من الذكور مثل (الانسجام الداخلي، والحب، والتقدير الاجتماعي). ويرجع ذلك الى عوامل التنشئة الاجتماعية.

الهدف الخامس: اظهرت نتائج البحث الحالي ان هنالك علاقة ارتباطية سلبية (عكسية) بين كشف الذات والقلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة السليمانية، اذ بلغ معامل هذا الارتباط (٠.٣١٥-)، اي انه كلما زاد مستوى كشف الذات إنخفض مستوى القلق الاجتماعي، ويرى الباحث في تفسيره النتيجة أعلاه ان العلاقة السلبية بين المتغيرين قد تكون منطقية ذلك ان القدرة على كشف الذات تتضمن اقامة علاقات اجتماعية مع الاخرين والتوحد مع الآخرين، والاندماج معهم بطريقة تعاونية، وهذه أنماط سلوكية وخصائص تتقاطع مع مشاعر القلق الاجتماعي التي يثيرها الخوف من الأخرين.

ثالثا: التوصيات:

بناءً على النتائج التي تم التوصل اليها يوصي الباحث بما يأتي:

١. التأكيد على الفعاليات والأنشطة الجماعية التي تدعم التفاعل الاجتماعي بين الطلبة.

٢. التشجيع على اعداد البرامج التربوية والإعلامية التي تظهر مهارات الشباب في المجتمع الكوردي في مختلف المجالات (السياسية، الاقتصادية، الامنية، والتنمية الاجتماعية) وذلك لزرع الثقة بالنفس لدى الطلبة الجامعيين.

٣. تشجيع الممارسات الدالة على السلوك المتسامي والتي تعزز اتجاهات طلبة الجامعة الايجابية بصورة عامة نحو بعضهم.

المصادر

المصادر العربية:-

١. ابو جدي، امجد (٢٠٠٨): **الادمان على الهاتف النقال وعلاقته بالكشف عن الذات لدى عينة من طلبة الجامعتين الاردنية وعمان الاهلية**، المجلة الاردنية في العلوم التربوية، مجلد٤، العدد٢.

٢. الأطرش، محمود(٢٠١٣): **العلاقات الاجتماعية لدى طلبة كلية التربية الرياضية في جامعة النجاح الوطنية**. مجلة جامعة النجاح للأبحاث (العلوم الانسانية)، المجلد٢٨(٧)، ٢٠١٤.

٣. الأوسي وفاضل، علي ابراهيم وايمان محمد (٢٠١٤): **قياس القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الاعدادية**، جامعة ديالى، مجلة الفتح، العدد ٥٩.

٤. جرجيس، مؤيد اسماعيل (٢٠٠٧): **كشف الذات وعلاقته بالعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى تدريسي الجامعة والمحاميين والصحفيين، جامعة بغداد، كلية التربية ابن رشد**، اطروحة دكتوراه غير منشورة.

٥. حجازي، علاء علي (٢٠١٣): **القلق الاجتماعي وعلاقته بالافكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الاعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة**، الجامعة الاسلامية _ غزة، رسالة ماجستير غير منشورة.

٦. الخفاف، أيمان(٢٠١٣): **الذكاء الانفعالي. تعلم كيف تفكر انفعاليا**. ط١، دار المناهج للنشر والتوزيع، الاردن.

٧. الدباغ، لمياء كمال عبدالله (٢٠١٣): **كشف الذات وعلاقته بمستوى التفاعل الاجتماعي لدى طلبة جامعة صلاح الدين**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة صلاح الدين، أربيل.

٨. رضوان،سامر جميل (٢٠٠١): **دراسة ميدانية لتقنين مقياس القلق الاجتماعي على عينات سورية** ، مجلة مركز البحوث التربوية، جامعة قطر، السنة العاشرة، العدد١٩.

٩. الركابي، لمياء ياسين (٢٠٠٤): **اتجاهات أساتذة وطلبة الجامعة نحو العولمة**، اطروحة دكتوراه غير منشورة، الجامعة المستنصرية، كلية التربية.

١٠. السمادوني، السيد ابراهيم(٢٠٠٧): **الذكاء الوجداني اسسه– تطبيقاته– تنميته**. ط١، دار الفكر، عمان، الاردن.

١١. شلتز، دوان،(١٩٨٣): **نظريات الشخصية**، ترجمة حمد دلي الكربولي وعبد الرحمن القيسي، مطبعة جامعة بغداد.

١٢. الشمري، محمد سعود (٢٠٠١): **الخصائص الشخصية لذوي قوة التحمل النفسي العالي والواطئ وعلاقتها بأساليب المعاملة الوالدية**، أطروحة دكتوراه غير منشورة، الجامعة المستنصرية.

١٣. صالح، قاسم حسين (٢٠٠٥): **علم النفس الشواذ والاضطرابات العقلية والنفسية**، مطبعة جامعة صلاح الدين، أربيل.

١٤. العباسي، ياسر احمد ميكائيل (٢٠١٣): **الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالنقص لدى طلبة كلية التربية الأساس جامعة الموصل**، مجلة جامعة تكريت للعلوم الانسانية، العدد(٨).

١٥. عسكر، سهيلة عبدالرضا (٢٠٠٩): **الشخصية التسلطية وعلاقتها بالتعصب**، مجلة القادسية للعلوم الانسانية، المجلد ١٢، العدد٣، جامعة القادسية.

١٦. علي، أماني عبد الفتاح(٢٠١٢): **مهارات الاتصال والتفاعل والعلاقات الانسانية**، ط١، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة.

١٧. العمري، خالد علي صالح(٢٠١٣): **كشف الذات وعلاقته بالشعور بالوحدة والاعراض الاكتئابية لدى عينة من طلبة جامعة اليرموك**، رسالة دكتوراه غير منشوره، جامعة اليرموك، الاردن.

١٨. غالب، مصطفى،(١٩٨٢): **في سبيل موسوعة نفسية، كتاب تغلب على القلق**، ط٤، بيروت.

١٩. فايد ،حسين (٢٠٠٤): **علم النفس المرضي**، سلسلة علم النفس مؤسسة حورس الدولية، الاسكندرية ،مصر،ط١.

٢٠. فرويد، سجموند،(١٩٦٢): **القلق**، ترجمة محمد عثمان نجاتي، دار النهضة العربية، القاهرة.

٢١. قلندر، سهله حسين،(٢٠٠٣): **القلق الاجتماعي وعلاقته بالتكيف الدراسي لدى طلبة جامعة الموصل**، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الموصل.

٢٢. كارنيجي، ديل،(١٩٥١): **دع القلق وابدأ الحياة**، ترجمة عبد المنعم محمد الزيادي، ط٢، مكتبة الخانجي بمصر.

٢٣. الكتاني، فاطمة (٢٠٠٠): **القلق الاجتماعي والعدوانية لدى الاطفال، العلاقة بينهما ودور كل منهما في الرفض الاجتماعي**، دار وحي القلم، بيروت.

٢٤. كفافي، علاء الدين(١٩٩٩): **الارشاد والعلاج النفسي الأسري**، ط١،دار الفكر العربي، القاهرة.

٢٥. المبارك، سليمان سعيد (٢٠٠٧): المظاهر النفسية للحداثة وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلبة جامعة الموصل، مجلة آبحاث كلية التربية الاساسية، المجلد(٦)، العدد (٣).

٢٦. مكلفين، روبرت وغروس، ريتشارد (٢٠٠٢): **مدخل الى علم النفس الأجتماعي**، ترجمة: ياسين حداد وآخرون، دار وائل للنشر، الأردن.

٢٧. المهداوي والطائي،عدنان محمود و اقبال محمد (٢٠١٥): **كشف الذات لدى طلبة الجامعة**، جامعة ديالى، مجلة الفتح، العدد ٦٤.

المصادر الاجنبية:-

1. Burgoon, M (2012): Communication,ThirdAvenue, Newyork,Tay & Francis Group in formation.
2. Buss, A.H. (1980) ,self consciousness and social Anxiety, the university of taxas at Anstin, W.H. Freemant and company San Francisco.
3. Corsini , R. (1987): Encyclopedia of Psychology. New York: John Willey and Sons.
4. Jourard , (1971) : Self - Disclosure An Experminted analysis of the transparent self , New York.
5. Sass, Hnning, Wittchen, Hans-Unich &Zadig, Michael (1996): Diagnostisches and statistisnes Manual psychischer stoeun,Dsm-lv.goelgeh,Bemtorento,Hogrefe, verlagfuer psychology.
6. Tajfel, H. (1981): Human Groups & Social Categories, Studies in Social psychology, Cambridge, Cambridge Univ.