كلية التربية

كلية معتمدة من الهيئة القومية لضمان جودة التعليم

إدارة: البحوث والنشر العلمي (المجلة العلمية)

=======

الذكاء الوجداني وعلاقته بالرهاب الاجتماعي لدى طلاب المرحلة المتوسطة

إعـــداد

الباحث / عبدالرحمن بن محمد بن عبدالرحمن الشهري

معلم بمدرسة عياض بن زهير المتوسطة بجدة

إشــراف

الأستاذ الدكتور / يوسف جلال يوسف

أستاذ علم النفس التربوي

جامعة الملك عبدالعزيز

﴿ المجلد الخامس والثلاثون – العدد السابع – جزء ثانى- يوليو ٢٠١٩م ﴾

http://www.aun.edu.eg/faculty_education/arabic

المستخلص

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني والرهاب الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة بمدينة جدة ، كذلك التعرف على الفروق في مستوى الذكاء الوجداني والرهاب الاجتماعي لدى عينة الدراسة والتي تُعزى لمتغير الصف الدراسي ، وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي ، وتكونت عينة الدراسة من (٢١٠) تلميذاً من تلاميذ المرحلة المتوسطة ، وتم تطبيق مقياس الذكاء الوجداني لأبو العلا (٢٠٠٤) ومقياس الرهاب الاجتماعي من إعداد رولين ووي عام ١٩٩٤ وترجمه إلى العربية مجدي الدسوقي عام ٢٠٠٤.

وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين الذكاء الوجداني والرهاب الاجتماعي لدى عينة الدراسة ، وتوصلت الدراسة كذلك إلى عدم وجود فروق دالة في مستوى الذكاء الوجداني والرهاب الاجتماعي تُعزى للصف الدراسي .

وقد أوصت الدراسة بإعداد برامج تدريبية لتنمية الذكاء الوجداني لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ولدى المراهقين بشكلٍ عام ، كذلك اقترحت الدراسة إجراء دراسة تجريبية بعنوان فعالية برنامج إرشادي لتنمية الذكاء الوجداني وأثره على مرتفعي الرهاب الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة .

Abstract

This study aims to identify the relationship between emotional intelligence and social phobia among students of Intermediate school at Jeddah, in addition to that study aims to identify the differences in emotional intelligence and social phobia level among studied sample. These differences attributed to the school grade variable .The descriptive Correlative method has been used in this study . the study sample consisted of (210) Intermediate school students, Abulola's scale of emotional intelligence applied (2004), and social phobia Scale for Rollin and Woee (1994) which translated into Arabic by Magdi ElDesoki in 2004 .

The results found out that there is a negative correlative relationship between emotional intelligence and social phobia among study sample, the study also resulted that there is no significant differences in the level of emotional intelligence and social phobia attributed to school grade .

The study recommends that Teacher of Educational Psychology prepare of training programs to the develop emotional intelligence among students of Intermediate schools and adolescents in general, as well as the study suggests a pilot study entitled with: Effective Mentoring program to develop the emotional intelligence and its impact on Intermediate school students with high social phobia .

مقدمة :

ألقى التطور المتسارع بظلاله على النواحي النفسية لدى أفراد المجتمع ، من حيث تزايد وتيرة الخوف من المجهول ، والشعور بالنقص أمام الآخرين ، مما يضعف تفاعل الفرد مع مجتمعه ، ويقلل من فرص نجاحه في الحياة بشكلٍ عام ، فقد نجد بعضهم لديه طموحات عالية ، وآفاق تعانق السحاب ، ولا تفارق أحلامه تلك الصور الجميلة عن مستقبله ، لكن مخاوفه تجعل منه مجرد فرد يعيش داخل ذاته ، يخشى مواجهة مجتمعه ؛ لتحقيق أحلامه التي طالما أبحر في تفاصيلها ، وهذا التقوقع داخل الذات يفقده كفرد العلاقات الإنسانية ، واكتساب خبرات جديدة تمكنه من مواجهة ضغوط الحياة .

لذلك كان الاعتقاد في السابق أن سبب نجاح الفرد في حياته الاجتماعية والمهنية ؛ يكمن في مستوى ذكائه العقلي ، بغض النظر عن أي ذكاءات أخرى ، وأن قدراته محكومة بمدى ما يمكن أن يصل به ذكائه العقلي ، حتى اكتشف العلماء أن الأمر لا يقتصر على ذلك بل إن هناك ما هو أهم ، ألا وهو قدرة الفرد على فهم ذاته وفهم مشاعر الآخرين ، فالذكاء العقلي قد يساعد الفرد على تجاوز امتحان أكاديمي ، وقد يصل به إلى أعلى الدرجات التحصيلية ، لكنه حتماً ليس سبباً كافياً للنجاح الاجتماعي والمهني ، فالواقع اليوم أن المؤهلات العلمية والخبرة لم تعد كافية للتقدم في أي مجال ، بل يضاف إليها ذكاء الفرد الوجداني في قدرته على فهم نفسه وفهم مشاعر الآخرين (سنغ، ٢٠٠٦) .

وأما الرهاب الاجتماعي فهو من اضطرابات القلق الشائعة بين الجنسين ، وتشير الدراسات إلى أن اضطراب الرهاب الاجتماعي يمثل المرتبة الثانية من الشيوع والانتشار ٢٥% من جميع حالات الرهاب ، وطبقاً لمعايير الدليل التشخيصي الرابع للاضطرابات العقلية DSM IV, 1994 الذي تصدره الجمعية الأمريكية للطب النفسي ، فإن الرهاب الاجتماعي يصنف ضمن اضطرابات القلق ويتجلى هذا القلق في مشاعر خوف تدفع المريض إلى تجنب بعض المواقف الاجتماعية مثل : الكلام أمام الناس وبخاصةٍ الغرباء ، أو عند النظر في عيون الناس ، أو الخوف من النقد وعدم القبول ، أو عند تناول الطعام في المطاعم العامة (الحريري، ٢٠١٤).

ونستطيع القول بأن معظم الأفراد يمرون بتجربة التعاطف ، لكنهم يتباينون فيما بينهم في الاستجابة العاطفية ، وبعض الأفراد الكارهين للحياة الاجتماعية المصابون بدرجة من درجات الرهاب الاجتماعي ؛ يعانون بشكل واضح من عدم القدرة على الشعور بالتعاطف ، لذلك نجد أن كفاءتهم الوجدانية توضح مقدار قدرتهم على التأقلم مع مجتمعهم وترجمة ذلك بشكل عملي (سعد ، ٢٠٠٩) .

ومما سبق يرى الباحث أن الذكاء الوجداني والرهاب الاجتماعي لا غنى عن معرفة تفاصيلهما ، وفهم العلاقة بينهما لكل مرشد ومعلم يطمحان للرقي بالطالب اجتماعياً ، وتحقيق توافقه النفسي .

مشكلة الدراسة :

أكدت نتائج الدراسات أن الأفراد الذين يعانون من مخاوف مختلفة ؛ لديهم ضعف في جوانب وسمات الشخصية، فقد وجد أن نسبة كبيرة منهم اتكاليين وعدوانيين ويميلون إلى الانسحاب والعزلة وتتميز شخصياتهم بالقلق المستمر ، وضعف واضح في قدراتهم على المبادءة والمشاركة ، ومتعلقون بأمهاتهم تعلقاً مرضياً ، وغير ناضجين اجتماعياً ، ولا يتحملون المسؤولية (إبراهيم ، ٢٠١٠ ب) .

ومن خلال عمل الباحث كمعلم في المرحلة المتوسطة لاحظ أن بعض الطلاب لديهم ضعف في فهم مشاعر الآخرين، بالتالي عدم تكوين علاقات اجتماعية متعددة ، أي أن ذكاءهم الوجداني منخفض ويرافق ذلك رهاب اجتماعي ملاحظ من خلال المواقف اليومية داخل المدرسة والعزلة أثناء الفسحة ، وبعد اطلاع الباحث على أدبيات الذكاء الوجداني تأكد لديه أهمية هذا النوع من الذكاء للأفراد تجاه مخاوفهم وسوء فهمهم لأنفسهم وضعف تواصلهم مع الآخرين . ويمكن صياغة مشكلة الدراسة في الإجابة عن التساؤلات التالية :

١–هل توجد علاقة ارتباطية بين الذكاء الوجداني والرهاب الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ؟

٢–هل توجد فروق في الذكاء الوجداني لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة وفقاً لمتغير الصف الدراسي ؟

٣–هل توجد فروق في الرهاب الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة وفقاً لمتغير الصف الدراسي ؟

أهداف الدراسة :

يمكننا تحديد الأهداف الرئيسية للدراسة بالآتي :

١– التعرف على العلاقة بين الذكاء الوجداني والرهاب الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة .

٢– التعرف على الفروق في الذكاء الوجداني لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة وفقاً لمتغير الصف الدراسي .

٣– التعرف على الفروق في الرهاب الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة وفقاً لمتغير الصف الدراسي .

أهمية الدراسة :

تتمثل أهمية الدراسة في أن الذكاء الوجداني من متطلبات النجاح في الحياة بشكل عام ، وكلما كان مرتفعاً فهو يحقق للفرد توافق نفسي وشعور بالثقة والسعادة وانخفاضاً في الشعور بالخوف والحزن.

أولاً: الأهمية النظرية :

تكمن الأهمية النظرية في الإضافة العلمية التي يقدمها البحث إلى المكتبة العربية ، وتسعى هذه الدراسة إلى تقديم أدلة على دور الذكاء الوجداني في الرفع من مستوى الطالب وإنتاجيته ، وتوضيح تأثير المستوى المرتفع للمشاعر الذاتية والتعاطف مع الآخرين على دراسة الطالب وحياته بشكلٍ عام والذي يرفع من مستوى أدائه ويزيد من إنتاجيته ، كذلك فإن مستوى الرهاب الاجتماعي المرتفع يؤثر سلباً على مشاعر الطالب الذاتية وتعاطفه مع الآخرين ، ويقلل من إنتاجيته .

ثانياً: الأهمية التطبيقية :

يمكن الاستفادة من نتائج الدراسة في التالي :

١- عقد دورات تدريبية لتدريب المعلمين على كيفية تشخيص الطلاب منخفضي الذكاء الوجداني بمدارسهم .
٢- عقد دورات تدريبية لتدريب المعلمين على كيفية تشخيص الطلاب مرتفعي الرهاب الاجتماعي بمدارسهم .
٣- إعداد برامج إرشادية للرفع من مستوى الطلاب منخفضي الذكاء الوجداني .
٤- إعداد برامج إرشادية للطلاب الذين يعانون من الرهاب الاجتماعي ومساعدتهم على التخلص من مشكلاتهم .

مصطلحات الدراسة :

١ . الذكاء الوجداني Emotional intelligence :

هو قدرة الفرد على الانتباه والإدراك والوعي الجيد للمشاعر والانفعالات الذاتية ، والقدرة على التحكم في مشاعره وانفعالاته السلبية وتحويلها إلى مشاعر إيجابية ، وتنظيمها وتوجيهها نحو تحقيق أهدافه ، والقدرة على إدراك وفهم مشاعر وانفعالات الآخرين ، والتأثير الإيجابي في الآخرين وتطوير مشاعرهم وانفعالاتهم ؛ للدخول معهم في علاقات انفعالية اجتماعية إيجابية ، تساعدهم على الرقي العقلي والانفعالي والمهني ، وتعلم المزيد من المهارات الإيجابية للحياة (أبو العلا ، ٢٠٠٤ : ٢٧٥) .

ويعرف الباحث الذكاء الوجداني إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على المقياس الذي أعده (أبو العلا ، ٢٠٠٤) والذي يتضمن خمسة أبعاد وهي : الوعي الانفعالي ، إدارة الانفعالات الشخصية ، الدافعية الذاتية ، التعاطف ، إدارة انفعالات الآخرين .

٢. الرهاب الاجتماعي Social Phobia :

يعرف الدليل التشخيصي والإحصائي للأمراض النفسية (DSM-IV-TR, 2000) الصادر عن رابطة الطب النفسي الأمريكي (APA) الرهاب الاجتماعي بأنه الخوف الدائم والشديد والمستمر من موقف واحد أو أكثر من مواقف الأداء الجماعي ، التي قد يتعرض فيه الشخص إلى الفحص والتدقيق من قبل الآخرين مما يصيبه بالارتباك وهو الخاصية الأساسية للرهاب الاجتماعي ، خشية القيام بعمل يبعث على سخرية الآخرين منه ، كأن يتلعثم أثناء الحديث أمام جمع من الناس ، ويؤدي التعرض إلى هذه المواقف إلى نشأة القلق ، وظهور الدلائل الفسيولوجية الدالة عليه ، مثل أحمرار الوجه ، وزيادة ضربات القلب والتعرق .

يعرف الباحث الرهاب الاجتماعي إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها أفراد عينة الدراسة على المقياس الذي أعده رولين ووي Raulin & Wee عام ١٩٩٤ وترجمه إلى العربية مجدي محمد الدسوقي عام ٢٠٠٤ (الجهني ، ٢٠١٠) .

حدود الدراسة :

- الحدود الموضوعية:

اقتصرت هذه الدراسة على دراسة الذكاء الوجداني وعلاقته بالرهاب الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ، وكذلك دراسة الفروق في الذكاء الوجداني والرهاب الاجتماعي باختلاف الصف الدراسي .

- الحدود المكانية:

تم إجراء الدراسة على عينة من طلاب المرحلة المتوسطة بمدينة جدة .

- الحدود الزمانية:

تم تطبيق الدراسة خلال الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي ١٤٣٦ – ١٤٣٧هـ .

الإطار النظري

أولاً : الذكاء الوجداني :

الذكاء الوجداني من منظور تاريخي :

وضع ثورنديك عام ١٩٢٠ البذور الأولى لمفهوم الذكاء الوجداني عندما تحدث عن مصطلح "الذكاء الاجتماعي" ، ولكن بعد ذلك لم يحدث لهذا المصطلح أي تعديل أو دراسة جادة ، حتى قام هاوارد غاردنر عام ١٩٨٣ بالحديث عما أسماه "الذكاءات المتعددة" ، وفي عام ١٩٩٠ قام الأستاذان الجامعيان جون ماير وبيتر سالوفي بنشر مقالتين علميتين حول الموضوع ، حيث قاما ببناء اختبار لقياس الذكاء الوجداني ، ثم جاء دانيال جولمان عام ١٩٩٥ وأصدر كتاب بعنوان "الذكاء العاطفي" ، وقد انتشر هذا الكتاب انتشاراً واسعاً (مبيض ، ٢٠٠٣) .

مفهوم الذكاء الوجداني :

تمت ترجمة مصطلح Emotional Intelligence إلى عدة ترجمات وهي : الذكاء الانفعالي ، الذكاء العاطفي ، ذكاء المشاعر ، الذكاء الوجداني ، لكن الإشكال أن هذه الترجمات تختلف في تفسيرها عند الحديث عن التعلم الوجداني ، حيث أن الانفعال يركز على اضطراب حاد يشمل الفرد كله وقد يكون سلبياً أو إيجابياً مثل "انفعال الحب في مقابل انفعال الكره" ، أما العاطفة فهي تركز على الاستعداد للشعور بالانفعال والقيام بسلوكٍ ما ، وأما المشاعر فهي تركز على إدراك المرء لذاته ولحالته النفسية ، ولكن إذا نظرنا للوجدان نجد أنه يشملها جميعاً : الانفعال والعاطفة والشعور ، حيث أن الوجدان يمثل جملة الظواهر النفسية السلبية والإيجابية لدى الإنسان ، ونستخلص من ذلك كله أن أفضل ترجمة لمصطلح Emotional Intelligence هي الذكاء الوجداني (سعفان ، ٢٠١١) .

وقد حظي مفهوم الذكاء الوجداني باهتمام العديد من الباحثين وقد انقسموا في دراساتهم إلى فريقين : فريق يرى أن الذكاء الوجداني يتكون من مجموعة من القدرات العقلية ومنفصل عن سمات الشخصية ، والفريق الآخر يرى انه يتكون من مجموعة من المهارات والخصائص غير المعرفية وغير مستقل عن سمات الشخصية ، ونتيجة لذلك تعددت تعريفات الذكاء الوجداني على أساس أنه قدرات أو مهارات أو سمات شخصية (إبراهيم ، ٢٠١٠ أ) .

النماذج المفسرة للذكاء الوجداني :

تعددت النماذج التي قدمها العلماء لتفسير الذكاء الوجداني إلا أنه يمكن تصنيفها إلى نمطين أساسيين وهما :

١- نموذج القدرة في تفسير الذكاء الوجداني :

ويمثله ماير وسالوفي Myer & Salovey حيث قدما نموذجا للذكاء الوجداني في كتابهما الخيال والمعرفة الشخصية ، ومن خلال الدراسات التجريبية والتصورات النظرية تمكنا من وضع نموذج للذكاء الوجداني ١٩٩٠ تضمن خمسة مكونات أساسية وهي : فهم الفرد لانفعالاته – معرفة كيفية السيطرة عليها – السيطرة الذاتية على الانفعالات والتي تتضمن القدرة على تأجيل الإشباعات – فهم مشاعر الآخرين والاحساس بهم – وإدارة العلاقات (في : موسى ، ٢٠١٢) .

٢- النماذج المختلطة في الذكاء الوجداني :

أ- نموذج الذكاء الوجداني لبار أون Bar-On :

استطاع بار أون تصميم مقياس لتقييم الذكاء الوجداني معتمداً على مفهوم الذكاء ، ويقيس نموذجه قدرات وإمكانات الأفراد الوظيفية والمهنية ، وهذا المقياس يوصل إلى نتائج جيدة

يستفيد منها الفرد في معرفة مستواه الوجداني ، ويقيس نموذج بار أون مجموعة من القدرات الاجتماعية والوجدانية من حيث مهارة الفرد في إدراك المشاعر الخاصة به وفهمها والتعبير عنها ، وكذلك القدرة على التعامل مع المواقف الوجدانية والانفعالية التي تواجهه ، والقدرة على تغيير سلوكه وحل مشكلاته ، ويتضمن هذا النموذج خمسة أبعاد للذكاء الوجداني : الذكاء الشخصي – الذكاء البينشخصي – القدرة على التكيف – إدارة الضغوط – الحالة المزاجية العامة (حسين وحسين ، ٢٠٠٦) .

ب- نموذج الذكاء الوجداني لدانيال جولمان Goleman :

اعتمد جولمان في نموذجه على نموذج ماير وسالوفي لكنه مزج قدرات الذكاء الوجداني مع سمات وخصائص الشخصية من خلال خصائص الصحة النفسية والدافعية والقدرات ، وبذلك يكون الفرد فعَّالاً في المشاركة الاجتماعية ، لذلك يعد نموذج جولمان من النماذج المختلطة ، وقد حدد جولمان الذكاء الوجداني بأنه القدرة في التعرف على مشاعرنا ومشاعر الآخرين ، وعلى تحفيز ذواتنا ، وعلى إدارة انفعالاتنا وعلاقتنا مع الآخرين بشكل فعَّال ، لذلك وضع جولمان للذكاء الوجداني خمسة أبعاد هي : الوعي بالذات ، إدارة الانفعالات ، الدافعية الذاتية ، التعاطف ، التعامل مع العلاقات (السمادوني ، ٢٠٠٧) .

ثانياً : الرهاب الاجتماعي :

مفهوم الرهاب الاجتماعي :

تعد المخاوف الاجتماعية أقل أنواع القلق فهماً ، رغم أن النمو المذهل في دراسة هذه الحالات أتاح معلومات جديدة عن خصائصها واستجابات العلاج ، وهذه المخاوف الاجتماعية تظهر في الفرد على شكل خجل و رهبة و تشكك ، بحيث يصبح الفرد غير متوافق اجتماعياً ، تصل ببعضهم إلى رفض الخروج من المنزل ، فهو يفضل ألا يذهب مع رفقةٍ ما خوفاً من أن يساء استغلاله ، أو أن يوضع في موقف محرج ، أو يتفوه بكلام غير لائق قد يجعله محط أنظار الجميع ، أو يُحط من شأنه من قبل أحد الحضور ، أو يجاوز حد الاعتدال في أحاديث أو إيماءات ، أو أن يناله السقم والخوف حيث يظن أن كل رجل يلاحظه (شكشك ، ٢٠٠٩) .

ويمكن وصف الرهاب الاجتماعي بأنه الخوف من المواقف الاجتماعية ، وخصوصاً الخوف من الشعور بالحرج أو التسبب في إثارة القلق لدى الآخرين ، ودائماً ما يحاول تجنب المواقف التي قد يلتقي خلالها بأشخاص جدد نتيجة اعتقاده أن الآخرين سيركزون نظرهم عليه ، وبالرغم من إدراك المصاب أن هذا الشعور بالخوف مبالغاً فيه ولا عقلانياً فإنه يستمر في الشعور بذلك الخوف ، وبذلك يعد إلقاء خطبةٍ ما أو المرور بالامتحان الشفوي أو الذهاب إلى المناسبات الاجتماعية من الأشياء المؤلمة بالنسبة له (جاردنر وبل ، ٢٠٠٦) .

النظريات المفسرة للرهاب الاجتماعي :

أ- نظرية التحليل النفسي :

يرى فرويد رائد مدرسة التحليل النفسي أن الخوف أو القلق أساس جميع الحالات العصابية ، غير أن الخوف يرتبط بالمسائل والمواقف الجنسية ويتعلق بها ، فالفوبيا من وجهة نظر مدرسة التحليل النفسي مرض عصابي يتميز بخوف مرضي من شيء بعينه ، أو موقف بعينه ، والمحاولات الناجمة عن ذلك هدفها تجنب الشيء (سليمان ، ٢٠١١) .

ب- النظرية السلوكية :

المخاوف من وجهة نظر السلوكيين أو معدلي السلوك تحدث نتيجة وجود ارتباط بين مثيرين أحدهما طبيعي والآخر شرطي ، ونتيجة هذا الارتباط يكتسب المثير غير الطبيعي "الشرطي" صفات المثير الطبيعي ، فيحدث الخوف ، ولأن التعلم الشرطي يتميز بأن العلاقة فيه بين المثير الأصلي والمثير الشرطي أحياناً تكون غير واضحة في ذهن المتعلم ؛ فمن الممكن أن يستجيب المريض لمؤثرات شبيهة للمثير الشرطي ، دون أن يعرف العلاقة بين هذه المثيرات والمثير الأصلي (سليمان ، ٢٠١١) .

جـ - النظرية المعرفية :

ركزت هذه النظرية على أفكار الإنسان عن نفسه وعن الآخرين وعن المستقبل ، وترى النظرية أن السبب الرئيسي للرهاب الاجتماعي عند الأفراد هو في طريقة تفكير الفرد حول نفسه من حيث نظرته السلبية عن نفسه وأنها عقيمة لا إنجاز فيها ، وأنه شخص غير مقبول من الآخرين ، وبذلك فإن نقاط ضعفه تتضخم ، فيعطي إنطباعاً للآخرين عن أهمية آرائهم فيه ويحاول إرضاءهم باستمرار (شاهين وجرادات ، ٢٠١٢) .

د- نظرية التعلم الاجتماعي :

يرى باندورا بأن المخاوف المرضية تُعزى إلى اكتساب الفرد وتعلمه أنماط سلوكية من خلال إدراكه وملاحظته الوقتية أو المباشرة لردود أفعال الآخرين ، ولو افترضنا أن أحد الآباء يرفض الظهور أمام الناس والحديث معهم بصوت واضح ومرتفع فإن طفله سيشعر بتلك المخاوف ويتعلم الخوف منها ويصبح مثل أبيه (المالح ، ١٩٩٥) .

معدلات انتشار الرهاب الاجتماعي :

يعد الرهاب الاجتماعي من أكثر الأمراض النفسية انتشاراً ، حيث أنه يقع في المرتبة الثالثة من حيث نسبة انتشاره بين الاضطرابات النفسية ، ويقع في المرتبة الأولى في قائمة اضطرابات القلق الأكثر شيوعاً ، وتختلف تقديرات نسب انتشار الرهاب الاجتماعي ، حيث تشير الدراسات

الوبائية المسحية أن نسبة انتشار الرهاب الاجتماعي تتراوح بين ٧ – ٨ % من مجموع البالغين ، وقد قام زيمباردو بدراسة على عينات مختلفة من الطلاب في المرحلة العمرية (١٨ – ٢١) في ثمان ثقافات مختلفة ووجد تفاوت في انتشار الرهاب الاجتماعي ولكنها بشكل عام مرتفعة تتراوح بين ٣٩ – ٥٧ % (الحجري ، ٢٠١٤) .

الدراسات السابقة :

أولاً : دراسات تناولت الذكاء الوجداني وعلاقته ببعض المتغيرات :

قام مافروفلي وآخرون (Mavroveli, et al., 2007) بإجراء دراسة تناولت العلاقة بين الذكاء الوجداني والسعادة والكفاءة الاجتماعية ، لدى عينة من المراهقين الهولنديين مكونة من (٢٨٢) مقسمين إلى (١٤٦) ذكور و (١٣٦) إناث ، واستُخدِم في البحث مقياس الذكاء الوجداني (بيتريدس وآخرون ، ٢٠٠٦) ومقياس للسعادة ومقياس للكفاءة الاجتماعية ، وأظهرت النتائج وجود علاقة موجبة بين الذكاء الوجداني والسعادة ومستويات أعلى من الكفاءة الاجتماعية .

قام الزهراني (٢٠١٤) بدراسة العلاقة بين الذكاء الوجداني والضغوط الحياتية ، والفروق في الذكاء الوجداني والضغوط الحياتية والتي تعزى إلى كل من : الجنس ، العمر، والمعدل التراكمي ، نوع التخصص الدراسي (علمي، أدبي) ، وقد تكونت عينة الدراسة من (٤٢٦) طالبًا وطالبة بجامعة الملك سعود ، وقام الباحث بإعداد مقياسي الدراسة وهما مقياس الذكاء الوجداني ومقياس الضغوط الحياتية ، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية سالبة بين الذكاء الوجداني والضغوط الحياتية التي يواجهها الطلاب والطالبات ، ووجود فروق بين الذكور والإناث في الذكاء الوجداني لصالح الإناث ، بينما لا توجد فروق ترجع إلى كلٍ من التخصص والعمر، وأخيراً توجد فروق في الضغوط الحياتية تعزى إلى العمر لصالح الفئة العمرية ما بين من ١٩– ٢٥ ، بينما لا توجد فروق ترجع إلى كلٍ من النوع والتخصص .

ثانياً: دراسات تناولت الرهاب الاجتماعي وعلاقته ببعض المتغيرات :

كشفت دراسة ألفانو وآخرين (Alfano, et al., 2006) عن العلاقة بين العلاقات المعرفية والرهاب الاجتماعي لدى الأطفال والمراهقين ، وتكونت عينة الدراسة من (٥٠) طفلاً ومراهقاً يعانون من الرهاب الاجتماعي ، و (٣٠) طفلاً ومراهقاً من العاديين ، وتم استخدام مقياس الرهاب الاجتماعي ومقياس التوقعات الاجتماعية ، وملاحظة الأفراد عينة الدراسة من خلال أداء مهمتين من المهمات الاجتماعية ، وأشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين الطموحات المستقبلية والرهاب الاجتماعي وكانت لصالح الأطفال والمراهقين العاديين ، وأن المراهقين ممن يعانون من الرهاب الاجتماعي لديهم مستويات أقل من الطموحات المرتبطة بأدائهم خلال أحداث اجتماعية مقارنة بالأطفال العاديين.

أجرى بينفنو وآخرون (Bienvenu, et al., 2007) دراسة في أمريكا هدفت إلى معرفة العلاقة بين كلٍ من الانبساط والعصابية كأحد أهم أبعاد الشخصية ، وثلاثة أنواع من المخاوف المرضية هي الرهاب الاجتماعي ، ورهاب الأماكن المفتوحة ، ورهاب الحيوانات ، في ضوء كلٌ من العوامل الجينية والمؤثرات البيئية ، وقد شملت العينة (٧٨٠٠) فرد من التوائم المتوافقة في نوع الجنس (ذكور – ذكور ، إناث – إناث) والتوائم المختلفة في نوع الجنس (ذكور – إناث) ، وقد استخدم الباحث عدة مقاييس ، بحيث استخدم لكل متغير مقياس خاص به ، وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية عكسية بين الانبساط والأنواع الثلاثة من الرهاب ، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين العصابية والأنواع الثلاثة من الرهاب .

فروض الدراسة :

في ضوء الإطار النظري والدراسات السابقة يمكن صياغة الفروض على النحو التالي :

١- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة بين الذكاء الوجداني والرهاب الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (عينة الدراسة ن = ٢١٠) .
٢- لا توجد فروق دالة في الذكاء الوجداني لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (عينة الدراسة ن = ٢١٠) وفقاً لمتغير الصف الدراسي .
٣- لا توجد فروق دالة في الرهاب الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة (عينة الدراسة ن = ٢١٠) وفقاً لمتغير الصف الدراسي .

إجراءات الدراسة

منهج الدراسة :

استخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي بهدف الوصول إلى تحقيق أهدافه ، وذلك لأنه يدرس العلاقة بين الذكاء الوجداني والرهاب الاجتماعي كما هما في الواقع .

مجتمع الدراسة :

شمل مجتمع الدراسة طلاب المرحلة المتوسطة في مدينة جدة للفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ١٤٣٦/١٤٣٧هـ .

عينة الدراسة :

تم تطبيق الدراسة على عينة من التلاميذ وعددهم (٢١٠) تلميذاً من مدرسة عياض بن زهير المتوسطة ، وفي الجدول (١) توصيف العينة من حيث العدد والعمر الزمني والانحراف المعياري :

جدول (١)

وصف عينة الدراسة من حيث العدد والعمر الزمني والانحراف المعياري

الصف	العدد	العمر الزمني	الانحراف المعياري
الأول متوسط	٧٠	١٣,٦	١,٠٨
الثاني متوسط	٧٠	١٤,٣	٠,٩
الثالث متوسط	٧٠	١٥,٤	٠,٩

أدوات الدراسة :

أولا : مقياس الذكاء الوجداني من إعداد أبو العلا (٢٠٠٤) :

وصف المقياس :

المقياس في صورته الأولية يتكون من (٣٥) عبارة موزعة على خمسة أبعاد هي : (الوعي الانفعالي – إدارة الانفعالات الشخصية – الدافعية الذاتية – التعاطف – إدارة انفعالات الآخرين).

الخصائص السيكومترية للمقياس :

١- صدق المقياس :

قام الباحث بحساب الصدق للمقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٣٥) طالباً، وأظهرت نتائج صدق الاتساق الداخلي من خلال حساب معامل ارتباط درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس أن هناك ثمان عبارات غير دالة وهي (٨ – ١٠ – ١٤ – ١٧ – ٢١ – ٢٤ – ٢٧ – ٢٨) وقد قام الباحث بحذفها من المقياس ، وأصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من (٢٧) عبارة موزعة على خمسة أبعاد ، وأعاد الباحث تنظيم المقياس ليصبح من (١) إلى (٢٧) .

٢- ثبات المقياس :

بالنسبة لثبات المقياس فقد تم حساب معاملات الثبات باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ وأظهرت قيمته (٠,٨٦) وهي قيمة مرتفعة ومقبولة وتدل على ثبات المقياس .

تصحيح المقياس :

يتم الاستجابة على العبارات من خلال أحد ثلاثة بدائل (دائماً – أحياناً – أبداً) وتأخذ التقديرات (٣ – ٢ – ١) وأما الدرجة الكلية للمقياس فتتراوح ما بين (٢٧) و (٨١) درجة ، حيث أن الدرجة المرتفعة تشير إلى ذكاء وجداني مرتفع والدرجة المنخفضة تشير إلى ذكاء وجداني منخفض .

ثانيا : مقياس الرهاب الاجتماعي ترجمة الدسوقي (٢٠٠٤) :

وصف المقياس :

أعد رولين ووي Raulin & Wee عام ١٩٩٤ هذا المقياس وقام بترجمته إلى العربية إلى العربية مجدي محمد الدسوقي عام ٢٠٠٤ (الجهني ، ٢٠١٠) والمقياس في صورته الأولية يتكون من (٣٦) عبارة ما بين موجبة وسالبة .

الخصائص السيكومترية للمقياس :

١- صدق المقياس :

قام الباحث بحساب الصدق للمقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٣٥) طالباً، وأظهرت نتائج صدق الاتساق الداخلي من خلال حساب معامل ارتباط درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس أن هناك ثلاث عبارات غير دالة وهي (٩ – ١٠ – ١٥) وقد قام الباحث بحذفها من المقياس، وأصبح المقياس في صورته النهائية يتكون من (٣٣) عبارة ما بين موجبة وسالبة.

٢- ثبات المقياس :

بالنسبة لثبات المقياس فقد تم حساب معاملات الثبات باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباخ وأظهرت قيمته (٠,٩٥) وهي قيمة مرتفعة ومقبولة وتدل على ثبات المقياس .

تصحيح المقياس :

يتم الاستجابة على العبارات من خلال أحد ثلاثة بدائل (دائماً – أحياناً – أبداً) وتأخذ التقديرات (٣ – ٢ – ١) في حالة العبارات الموجبة ، وفي حالة العبارات السالبة فتأخذ التقديرات (١ – ٢ – ٣) ، وأما الدرجة الكلية للمقياس فتتراوح ما بين (٣٣) و (٩٩) درجة ، حيث أن الدرجة المرتفعة تشير إلى رهاب اجتماعي مرتفع والدرجة المنخفضة تشير إلى رهاب اجتماعي منخفض .

إجراءات الدراسة :

١- اختيار عينة الدراسة من مدرسة عياض بن زهير المتوسطة وبلغ عددها (٢١٠) طالباً .
٢- تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونة من (٣٥) طالباً للتحقق من صدق وثبات المقياسين .
٣- تطبيق المقياسين في صورتهما النهائية على العينة المختارة .
٤- تصحيح المقياسين وتفريغ البيانات في برنامج SPSS ومعالجتها إحصائياً .

الأساليب الإحصائية :

- معامل ارتباط بيرسون لقياس صدق الاتساق الداخلي لأدوات الدراسة .
- معامل ألفا كرونباخ لقياس الثبات .
- معامل ارتباط بيرسون لقياس ارتباط المتغيرات .
- تحليل التباين أحادي الاتجاه لإيجاد الفروق وفقاً لمتغير الصف ANOVA (مراد ، ٢٠١١) .

النتائج ومناقشتها وتفسيرها

أولاً : الفرض الأول :

والذي ينص على أنه " يوجد معامل ارتباط سالب ودال بين درجات تلاميذ المرحلة المتوسطة على مقياسي الذكاء الوجداني والرهاب الاجتماعي " وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التلاميذ عينة الدراسة على مقياسي الذكاء الوجداني والرهاب الاجتماعي ، كما يتضح في الجدول (٢) :

جدول (٢)

العلاقة بين الذكاء الوجداني والرهاب الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة

	الرهاب الاجتماعي	
الذكاء الوجداني	معامل الارتباط	الدلالة
	-٠,٢٩٧ -**	٠,٠١

يتضح من الجدول السابق أنه توجد علاقة سالبة ودالة بين درجات التلاميذ على مقياسي الذكاء الوجداني والرهاب الاجتماعي، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط عند (-٠,٢٩٧ -**) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) ، وبذلك يكون الفرض صحيح أي أنه كلما ارتفع الذكاء الوجداني انخفض الرهاب الاجتماعي والعكس صحيح .

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع دراسة (بينفنو وآخرون ، ٢٠٠٧) حيث ذكرت أنه توجد علاقة ارتباطية سالبة بين الانبساط وبين إجمالي الرهاب الاجتماعي ، على اعتبار أن الانبساط يعبر عن حب التواجد مع الآخرين والتعامل معهم لذلك يشبه بعدي التعاطف وإدارة انفعالات الآخرين من أبعاد الذكاء الوجداني ، كذلك تتفق مع دراسة (الزهراني ، ٢٠١٤) حيث أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين الذكاء الوجداني والضغوط الحياتية والتي تتشابه إلى حدٍ ما مع الرهاب الاجتماعي في سلبيتها .

ويمكن تفسير هذه النتيجة أن تلميذ المرحلة المتوسطة يعد في مرحلة المراهقة والتي تتصف بعدم الاتزان الانفعالي حيث أنه كلما كان التلميذ متزناً انفعالياً انخفضت لديه المخاوف وارتفعت لديه قدراته الوجدانية من حيث التعاطف والوعي الانفعالي وإدارة الانفعالات الشخصية ودافعيته الذاتية وقدرته على إدارة انفعالات الآخرين ، والعكس كذلك كلما كان التلميذ غير متزن انفعالياً ارتفعت لديه المخاوف وانخفض قدراته الوجدانية ، وأن تمتع التلاميذ بذكاء وجداني مرتفع انعكس ذلك عليهم بالسعادة وانخفاض المخاوف لديهم .

ثانيــاً : الفرض الثاني :

والذي ينص على أنه " لا توجد فروق دالة في الذكاء الوجداني لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة وفقاً لمتغير الصف الدراسي " وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث باستخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه ANOVA بين درجات التلاميذ عينة الدراسة بالصفوف الثلاثة على مقياس الذكاء الوجداني ، كما يتضح في الجدول (٣) :

جدول (٣)

اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه ANOVA للفروق بين درجات التلاميذ على مقياس الذكاء الوجداني وفقاً لمتغير الصف الدراسي

المقياس		مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	(ف)	الدلالة
الذكاء الوجداني	بين المجموعات	١٨٧,١٥٢	٢	٩٣,٥٧٦	٢,١٧٥	٠,١١٦
	داخل المجموعات	٨٩٠٦,٩٤٣	٢٠٧	٤٣,٠٢٩		
	المجموع	٩٠٩٤,٠٩٥	٢٠٩			

يتضح من الجدول السابق صحة الفرض بعدم وجود فروق دالة في الذكاء الوجداني لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة وفقاً لمتغير الصف الدراسي ، حيث بلغت قيمة ف (٢,١٧٥) وهي قيمة غير دالة عند مستوى دلالة (٠,١١٦) .

وتتفق نتيجة هذا الفرض مع دراسة (الزهراني ٢٠١٤) حيث وجد عدم وجود فروق في الذكاء الوجداني وفقاً لمتغير الصف الدراسي .

وتُعزى هذه النتيجة إلى أن التلاميذ في المرحلة المتوسطة جميعهم من نفس الفئة العمرية ، ونفس مرحلة النمو وهي مرحلة المراهقة ويتشاركون إلى حدٍ كبير في كثير من الاهتمامات وأساليب الحياة ، ويواجهون إلى حدٍ كبير نفس المثيرات والمشكلات ، وهي مرحلة بداية تولي المسؤولية في كثير من جوانب الحياة الشخصية والأسرية .

ثالثــاً : الفرض الثالث :

والذي ينص على أنه "لا توجد فروق دالة في الرهاب الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة وفقاً لمتغير الصف الدراسي" وللتحقق من صحة هذا الفرض قام الباحث باستخدام تحليل التباين أحادي الاتجاه ANOVA بين درجات التلاميذ عينة الدراسة بالصفوف الثلاثة على مقياس الرهاب الاجتماعي، كما يتضح في الجدول (٤) :

جدول (٤)

اختبار تحليل التباين أحادي الاتجاه ANOVA للفروق بين درجات التلاميذ على مقياس الرهاب الاجتماعي وفقاً لمتغير الصف الدراسي

المقياس		مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	(ف)	الدلالة
الرهاب الاجتماعي	بين المجموعات	٥٤,٢٥٧	٢	٢٧,١٢٩	٠,١٧٨	٠,٨٣٧
	داخل المجموعات	٣١٥٩٨,٧٧١	٢٠٧	١٥٢,٦٥١		
	المجموع	٣١٦٥٣,٠٢٩	٢٠٩			

يتضح من الجدول السابق صحة الفرض بعدم وجود فروق دالة في الرهاب الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة وفقاً لمتغير الصف الدراسي ، حيث بلغت قيمة ف (٠,١٧٨) وهي قيمة غير دالة عند مستوى دلالة (٠,٨٣٧) .

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (عاصلة ، ٢٠١٣) حيث كشفت عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمستوى الرهاب الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية وفقاً للصف الدراسي .

ويمكن تفسير هذه النتيجة أن أكثر الدراسات تشير إلى ارتباط المخاوف الاجتماعية بالوراثة والبيئة ، وعينة الدراسة من بيئة واحدة و جميعهم من نفس الفئة العمرية فئة المرحلة المتوسطة ، ونفس المستوى من المراهقة ويتشاركون إلى حدٍ كبير في كثير من الاهتمامات وأساليب الحياة ، ويواجهون إلى حدٍ كبير نفس المثيرات والمشكلات ، وهي مرحلة بداية تولي المسؤولية في كثير من جوانب الحياة الشخصية والأسرية .

توصيات الدراسة :

في ضوء ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج فيمكن التوصية بالتالي :

- إعداد برامج تدريبية لتنمية الذكاء الوجداني لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة ولدى المراهقين بشكلٍ عام .
- استخدام وسائل اكتشاف مرتفعي الرهاب الاجتماعي كالملاحظة وأداة القياس الخاصة بذلك ، ثم تشخيص كل حالة من ناحية الأسباب وتاريخ النمو والتاريخ الأسري والاجتماعي والتعليمي والجوانب الشخصية والسلوكية ، ثم علاج الحالة ومتابعتها .
- عقد اجتماعات مع أولياء الأمور وشرح مفهوم الذكاء الوجداني وأهمية تعميق وتطوير العلاقة مع الأبناء ، وحثهم على جعل أبنائهم يتفاعلون بشكل إيجابي مع محيطهم الاجتماعي .
- توعية المعلمين والوالدين بخطورة استخدام أساليب تؤدي إلى إحباط المراهق ، أو التعامل معه بقسوة ، بل يجب زرع الثقة بنفسه وبمجتمعه ، وأنه جزء مهم في المجتمع يؤثر فيه ويتأثر به ، وهذا يوفر له الشعور بالطمأنينة والسعادة .

الدراسات المقترحة :

- تطبيق نفس الدراسة العلاقة بين الذكاء الوجداني والرهاب الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة مع إضافة متغيرات (الجنس ، تعليم الوالدين ، الحالة الاقتصادية للأسرة ، الحالة الاجتماعية للأسرة) .
- إجراء دراسة تجريبية بعنوان فعالية برنامج إرشادي لتنمية الذكاء الوجداني و أثره على مرتفعي الرهاب الاجتماعي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة .
- دراسة العلاقة بين الذكاء الوجداني والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة .
- إجراء دراسة تجريبية بعنوان فعالية برنامج إرشادي لتنمية الذكاء الوجداني و أثره على منخفضي التحصيل الدراسي لدى تلاميذ المرحلة المتوسطة .

المراجع

ثانياً : المراجع العربية :

- إبراهيم ، سليمان عبدالواحد (٢٠١٠ أ) : **المخ الإنساني والذكاء الوجداني** ، الإسكندرية ، دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر .
- إبراهيم ، علا عبدالباقي (٢٠١٠ ب) : **الخوف والقلق** ، القاهرة ، عالم الكتب .
- أبو العلا ، مسعد ربيع (٢٠٠٤) : علاقة الذكاء الوجداني وبعض متغيرات دافعية التعلم بالنجاح الأكاديمي لدى طلاب الجامعة ذوي العمر التقليدي وذوي العمر غير التقليدي ، **مجلة كلية التربية بجامعة الأزهر** ، المجلد (٢) ، العدد (١٢٦) ، ص ص ٢٦٥ – ٢٩٧ .
- جاردنر ، جيمس ، بل ، آرثر (٢٠٠٦) : **إدارة الخوف** ، ترجمة العامري ، خالد ، القاهرة ، دار الفاروق للنشر والتوزيع .
- الجهني ، عبدالرحمن عيد (٢٠١٠) : الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالطمأنينة النفسية والتحصيل لدى طلبة الجامعة ، **مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس** ، الرياض ، المجلد (٤) ، العدد (١) ، ص ص ٦١ – ٩١ .
- الحجري ، حمد هلال (٢٠١٤) : بعض سمات الشخصية وعلاقتها بالرهاب الاجتماعي لدى طلبة جامعة نزوى في سلطنة عُمان ، **رسالة ماجستير غير منشورة** ، جامعة نزوى ، كلية العلوم والآداب ، نزوى .
- الحريري ، عبدالله (٢٠١٤) : **الرهاب الاجتماعي** ، بيروت ، منشورات ضفاف .
- حسين ، سلامة عبدالعظيم ، حسين ، طه عبدالعظيم (٢٠٠٦) : **الذكاء الوجداني للقيادة التربوية** ، عمَّان ، دار الفكر للنشر والتوزيع .
- الزهراني ، عبدالله أحمد (٢٠١٤) : الذكاء الوجداني وعلاقته بالضغوط الحياتية لدى طلبة جامعة الملك سعود ، **دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية بالأردن** ، المجلد (٤١) ، العدد (٣) ، ص ص ٧٦٣ – ٧٩٣ .
- سعد ، مراد علي (٢٠٠٩) : **الذكاء الوجداني من منظوري علم النفس التربوي وعلم النفس الإيجابي** ، القاهرة ، دار الكتب العلمية للنشر والتوزيع .
- سعفان ، محمد أحمد (٢٠١١) : **التعلم الاجتماعي الوجداني الطريق لتحقيق جودة الحياة** ، القاهرة ، دار الكتاب الحديث .
- سليمان ، عبدالرحمن سيد (٢٠١١) : **المخاوف الاكتساب والعلاج** ، القاهرة ، عالم الكتب .
- السمادوني ، السيد إبراهيم (٢٠٠٧) : **الذكاء الوجداني أسسه وتطبيقاته وتنميته** ، عمان ، دار الفكر .

- سنغ ، داليب (٢٠٠٦) : **الذكاء الإنفعالي في العمل** ، ترجمة الخزامي ، عبدالحكيم ، القاهرة ، دار الكتب العلمية للنشر والتوزيع .
- شاهين ، فرنسيس ، جرادات ، عبدالكريم (٢٠١٢) : مقارنة العلاج العقلاني الانفعالي السلوكي بالتدريب على المهارات الاجتماعية في معالجة الرهاب الاجتماعي ، **مجلة جامعة النجاح للعلوم الإنسانية** ، فلسطين ، المجلد (٢٦) ، العدد (٦) ، ص ص ١٢٥٩ – ١٢٩٢ .
- شكشك ، أنس (٢٠٠٩) : **القلق رهاب العصر أسبابه وعلاجه** ، بيروت ، دار الكتاب العربي .
- المالح ، حسان (١٩٩٥) : **الخوف الاجتماعي** "**الخجل**" ، جدة ، دارة المنارة للنشر والتوزيع .
- مبيض ، مأمون (٢٠٠٣) : **الذكاء العاطفي والصحة العاطفية** ، بلفاست ، المكتب الإسلامي .
- مراد ، صلاح أحمد (٢٠١١) : **الأساليب الإحصائية في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية** ، القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية .
- موسى ، رشاد علي (٢٠١٢) : **الذكاء الوجداني وتنميته في مرحلتي الطفولة والمراهقة** ، القاهرة ، عالم الكتب .

ثالثاً : المراجع الأجنبية :

- American Psychiatric Association, (2000) : Diagnostical and Statistical manual of mental disorders , DSM-IV-TR, 2000, Washington D. C. , American Psychiatric Association .
- Alfano, C. , Beidel, D. , Turner, S. (2006) : Cognitive Correlates of Social Phobia Among Children and Adolescents, **Journal of Abnormal Child Psychology**, vol. 34 (2), pp 182 - 194.
- Bienvenu, O. , Hettema, J. , Neale, M. , Prescott, C. , Kendler, K. (2007) : Low extraversion and high neuroticism as Indices of genetic and environmental risk of social Phobia, agoraphobia and animal Phobia. **American Psychiatric Foundation**, vol. 164 (11) , pp 1714-1721 .
- Mavroveli, S., Petrides, K., Rieffe, C., Bakker, F. (2007) : Trait emotional intelligence, psychological well-being and peer- rated social competence in adolescence, **british journal of developmental psychology**, vol. 25 (2), pp 263-275.