# التوكيدية وعلاقتها بالقلق الاجتماعي لدى الطالب الجامعي

**د/ لونيس سعيدة**
**جامعة الجزائر -2-**

**ملخص:**

يعد مفهوم توكيد الذات من المهارات الاجتماعية الأساسية التي نالت اهتمام الباحثين في الصحة النفسية، نظرا لكونه مؤشرا هاما من مؤشرات التوافق النفسي و الاجتماعي .

وتتعدد المتغيرات النفسية التي لها ارتباط بالسلوك التوكيدي من بينها القلق الاجتماعي، لكونهما يحدثان عادة في سياق التفاعل الاجتماعي. وعليه تتلخص إشكالية الدراسة الحالية في الكشف عن العلاقة بين التوكيدية و القلق الاجتماعي لدى الطالب الجامعي.

وقد أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين التوكيدية و القلق الاجتماعي. كما انه لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين فيما يخص متغير توكيد الذات و القلق الاجتماعي.

## 1- مقدمة وإشكالية الدراسة:

يعد القلق والخوف من الانفعالات الإنسانية الأساسية، وهما مترادفان أو مترابطان تبعا لوجهات النظر السيكولوجية وموجودان منذ بداية الحياة الإنسانية، والقلق حالة نفسية مؤلمة تنتج عن شعور الإنسان بالعجز والدونية في مواقف الإحباط والصراع ( أيمن غريب ناصر،2001، ص70) .

وقد أوضحت العديد من الدراسات الحديثة أن القلق يعتبر المفهوم المركزي في علم الأمراض النفسية والعقلية، والمحرك الأساسي لكثير من الاضطرابات النفسية ولكل سلوك سوي أو مرضي، كما يعتبر القلق العرض الجوهري المشترك في معظم الاضطرابات النفسية والذهانية والانحرافات السلوكية وفي جميع الأمراض النفسجسمية.

ويعد مفهوم القلق "Anxiety" من المفاهيم التي نالت حظا وفيرا في الدراسات النفسية، ويعرف بأنه "حالة توتر شامل ومستمر نتيجة توقع تهديد بخطر فعلي أو رمزي قد يحدث، ويصحبها خوف غامض وأعراض نفسية وجسمية" (حامد زهران،1990، ص 397).

ولقد اتجهت العديد من الدراسات في التراث النفسي إلى تناول القلق في جوانبه وأنواعه المحددة والمتعددة مثل القلق الموضوعي والقلق الخلقي وقلق الانفصال وقلق الموت وقلقي النجاح والامتحان، وقلقي الحالة والسمة وأخيرا القلق الاجتماعي.

ويمثل القلق الاجتماعي جانبا من جوانب القلق الذي تستثيره المواقف الاجتماعية، ويعبر عن مشكلة نفسية انفعالية فردية يمر بها الفرد خلال المواقف الاجتماعية تتمثل في الخوف من التقييم السلبي من الآخرين، كما أنه أكثر أنواع اضطرابات القلق شيوعا، حيث يتسم بخوف واضح ودائم من موقف أو أكثر من المواقف الاجتماعية التي يخاف منها الفرد أو التي تثير لديه القلق دائما، ويرتبط مفهوم القلق الاجتماعي بالتفاعل بين الفرد والآخر، وهو جزء من عملية الاتصال (بشير معمرية،2009، ص136).

ويحتل اضطراب القلق الاجتماعي موقعا في تصنيف الأمم المتحدة المعروف بالتصنيف الدولي العاشر للاضطرابات النفسية والسلوكية ICD -10 الذي أصدرته منظمة الصحة العالمية WHO في عام 1992، حيث يضع القلق الاجتماعي ضمن فئة "إضطرابات القلق الرهابي "Phobic anxiety disorders " مستخدما مفهوم الرهاب الاجتماعي "Social phobia". والذي يتحدد في هذه الوثيقة الدولية بأنه "إضطراب يبدأ غالبا في مرحلة المراهقة، ويتمركز حول الخوف من نظرة الآخرين "A Fear of Scrutiny" ويؤدي إلى تجنب المواقف الاجتماعية، ويبدو الرهاب الاجتماعي في أعراض نفسية أو سلوكية أو فسيولوجية، ويظهر في مواقف اجتماعية معينة، حيث يعتبر الإحجام عن المواقف الرهابية "Phobic Situation" من أبرز معالم الرهاب الاجتماعي، الذي يبلغ في الحالات الشديدة إلى العزلة الاجتماعية الكاملة" (محمد إبراهيم عيد،2006، ص 224).

كما يذهب كل من واطسون وفريند (1969) إلى أن جوهر القلق الاجتماعي أو الرهاب الاجتماعي هو المواقف التي يدرك فيها الفرد ذاته على أنه موضع تقييم الآخرين أو نقدهم أو تفحصهم له، وهو ما يسمونه بمصطلح "القلق التقييمي الاجتماعي "Social evalutive anxiety (محمد إبراهيم عيد ،2006،ص ص 229-230).

وعليه يشكل القلق الاجتماعي حالة مرضية مزمنة، بحيث تصبح سلوكيات التجنب للمواقف الاجتماعية تمثل مظهرا عاما لسلوك الفرد، مما يؤثر على أدائه وتوافقه، ويقيد مجاله الحيوي، ويذكر الدليل التشخيصي الإحصائي الرابع المعدل (DSM IV (TR, 2000 أن الدراسات الوبائية تشير إلى أن نسبة انتشار القلق أو الرهاب الاجتماعي يتراوح بين (3%) و(13%) من مجموع السكان في أي مجتمع، ويشكل الرهاب الاجتماعي نسبة (10 إلى 20%) من المرضى المراجعين للعيادات النفسية من مجموع مرضى القلق (APA, 2003, p52).

ويتزامن ظهور اضطراب القلق الاجتماعي مع نهاية المراهقة وبدايات سن الرشد، حيث يحتاج الفرد إلى خلق حضور اجتماعي ملائم خلال التفاعلات الاجتماعية، تمكنه من تقديم انطباع مرضٍ عن الذات للآخر، الأمر الذي يجعل الطلبة الجامعيين أكثر عرضة للإصابة به والمعاناة من أعراضه، كونهم يعيشون مرحلة مهمة لإثبات الذات وبناء العلاقات والخوف من القبول الاجتماعي، إذ تشير بعض الدراسات التي أجريت على طلبة الجامعة، كما هو الحال في دراسة ماركس (marks, 1987) أن نسبة انتشار القلق أو الرهاب الاجتماعي بين الطلبة الجامعيين يتراوح بين (2 – 10%) (Marks, 1987, P 364).

كما أشار أيضا آرون بيك (Beck, 2000) إلى أن القلق الاجتماعي هو مظهر آخر للقلق الذي يعانيه الطلبة بعد قلق الامتحان، فالحديث أمام الآخرين يشكل محكا للجاذبية الاجتماعية مما يصيب الكثيرين منهم بالخوف من الأداء المستهجن، فيبعث عندهم كربا وإعاقة متلازمين (آرون بيك، 2000، ص 186).

وكنتيجة لذلك يؤثر القلق الاجتماعي على أداء الأفراد لوظائفهم وأدوارهم الاجتماعية والمهنية، فقد يحول العجز المتولد عن القلق الاجتماعي لدى الطلبة بينهم وبين إنجازهم الأكاديمي والعلمي، فسلوكيات التجنب تجعل منهم أكثر ميلا للانغلاق والاعتمادية، مما يعرقل إمكانية التطور والنجاح في مشوارهم الجامعي، وفي هذا الصدد يشير بيدل وآخرون (beidel& al, 1985) أن حوالي (90%) من الأفراد الذين يعانون من القلق الاجتماعي يجدون صعوبة بشكل دال في الوظائف الأكاديمية والمهنية والاجتماعية (طه عبد العظيم حسين،2009، ص60).

ومن بين المتغيرات الشخصية التي تمارس دورا نشطا في كف القلق الاجتماعي ما يعرف بالتوكيدية أو توكيد الذات، باعتباره مؤشر هام من مؤشرات الصحة النفسية والكفاءة الشخصية في العلاقات الاجتماعية الناجحة سواء في الأسرة أو العمل أو كافة مناحي الحياة المختلفة.

ويدل مصطلح توكيد الذات "Self – assertiveness" على قدرة الفرد على التعبير عن انفعالاته وآرائه ووجهات نظره حول أي أمر من الأمور سواء كان متعلقا بذاته أو بالآخرين، وذلك بصورة سوية وإيجابية بحيث تكون مقبولة من طرف المجتمع الذي يعيش فيه( ماهر محمد عمر،2003، ص389).

وعلى نفس المنحى يرى "إبراهيم عبد الستار" أن مفهوم توكيد الذات يشير إلى ضرورة أن يعبر الفرد عن مشاعره بصدق وأمانة في المواقف المختلفة ومع أشخاص مختلفين، وهذا ما يؤدي إلى خفض القلق والاكتئاب ويساعده على إقامة علاقات اجتماعية ناجحة (إبراهيم عبد الستار ،1998، ص 258).

وبعد "جوزيف ولبي" أول من اقترح مفهوم توكيد الذات، وأوضح أن الاستجابة التوكيدية تستخدم ضد نوبات القلق الناتجة عن علاقات وتعاملات الفرد المباشرة مع الآخرين، وان ظهور القلق لدى الفرد في مثل هذه الحالات يكف تعبيره عن الانفعالات المناسبة، كما يكف أيضا سلوكه التكيفي (غريب عبد الفتاح غريب،1995 ،ص3) .

كما أن اكتساب وتعلم المهارات التوكيدية تساعد الفرد علي حل مشاكله بطريقة إيجابية ملائمة ويزيد من الثقة بالنفس ويحسن من مفهوم الذات لديه، ويساعده على تجنب الكثير من جوانب الإحباط ومواجهة الضغوط، ويعمل على خفض القلق والخوف الذي يستثار في المواقف الاجتماعية، مما يؤدي إلى رفع مستوى قيمة إدراك الذات، والقدرة على تحقيق الأهداف الشخصية والاجتماعية بفعالية اكبر، خصوصا إذا ما تعلق الأمر بالطالب الجامعي الذي يمر بمرحلة تحول هامة قد تمثل للبعض أزمة، مما يستدعي تنمية بعض مهارات التواصل الإنساني لديه، والتي تساعده على التصرف بشكل توكيدي في المواقف الاجتماعية، حيث أن الشباب في المرحلة الجامعية تشتد حاجتهم إلى الاستقلالية وتوكيد الذات، وإقامة العلاقات الاجتماعية وتدعيم المكانة الاجتماعية والاهتمام بالحديث والنقاش مع الآخرين.

وتشير الملاحظات الميدانية إلى شيوع انخفاض السلوك التوكيدي لدى الطلبة، ففي دراسة أجراها "إبراهيم عبد الستار" (1994) على 300 طالب جامعي وجد أن حوالي 52% منهم لديهم قصورا في توكيد ذاتهم وقدرا منخفضا من الثقة بالنفس في مواقف التفاعل الاجتماعي.

كما تبين في دراسة أخرى أجريت على عينة من طلاب الجامعة القاهرة، والذي بلغ عددهم 3987 طالبا جامعيا، أن أهم المشكلات الدراسية والعلمية التي يواجهونها تمثلت في تشويش بعض الزملاء عليهم أثناء المحاضرة، وعجزهم عن مواجهتهم والشعور بالوحدة والخجل، وصعوبة التعبير عن الأفكار والمشاعر أمام الآخرين، والارتباك عند الحديث مع زميل من الجنس الآخر، وهذا ما يبرر بوضوح الدور المحوري لانخفاض السلوك التوكيدي في نشأة تلك الصعوبات التي يسهل التغلب عليها بالتدريب على توكيد الذات (طريف شوقي ،1998 ، ص ص 211-212).

وعليه يشير عبد الرحمن العيسوي (1997) إلى أهمية التدريب على مهارة توكيد الذات " Assertive training" في التغلب على المخاوف الاجتماعية والكف أو المنع أو الشعور بالنقص والدونية، حيث أن القلق يعيق التعبير عن العلاقات المتبادلة بين الأفراد والتوكيد أو يمنع القلق ويفسح المجال أمام الفرد للتعامل مع الآخرين، ويكسبه

الشعور بالثقة في ذاته وبالقدرة على ممارسة حياته العادية وإقامة علاقات سوية ومتكافئة مع المحيطين به (أماني عبد المقصود، 2006، ص20 ).

وفي نفس السياق تؤكد فرجينيا بندر (1976) على أن التدريب على مهارة التوكيدية تهتم في المقام الأول بهدفين أساسيين هما خفض القلق والتدريب على المهارات الاجتماعية (طه عبد العظيم حسين، 2006 ، ص141 ).

ولما كان القلق الاجتماعي ينطوي على الخوف من التقييم السلبي للآخر و استنكاره ورفضه، أي إدراك تهديد يمس هوية الفرد و يعكس قلقه حول كيفية ظهوره في الحياة الاجتماعية، من هنا كانت التوكيدية طريقة لعلاج الهيابين والخجولين، باعتبارها أسلوب حياة وفنية علاجية ضد ضروب القلق اللاتوافقي الذي يتولد في إطار العلاقات البينشخصية.

وانطلاقا مما سبق، تسعى الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين التوكيدية والقلق الاجتماعي لدى الطالب الجامعي، و ذلك من خلال الإجابة على التساؤلات التالية:

- هل هناك علاقة ارتباطية بين توكيد الذات و القلق الاجتماعي لدى الطالب الجامعي؟
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى توكيد الذات تعزى لمتغير الجنس؟
- هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس ؟

## 2- فروض الدراسة:

من خلال الإطار النظري للبحث ونتائج الدراسات السابقة تم صياغة فرضيات الدراسة الحالية على النحو الآتي:

- هناك علاقة ارتباطية دالة بين توكيد الذات والقلق الاجتماعي لدى الطالب الجامعي.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى توكيد الذات تعزى لمتغير الجنس.
- هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس.

## 3- إجراءات الدراسة الميدانية:

- منهج الدراسة:

تتطلب مقتضيات البحث العلمي تحديد نوع المنهج المتبع من طرف الباحث، وذلك بغرض التوصل إلى نتائج موضوعية ودقيقة موثوق فيها قابلة للتحليل والتفسير والتأويل.

وعلى هذا الأساس فإن المنهج المناسب الذي اعتمدت عليه هذه الدراسة يتمثل في المنهج الوصفي الارتباطي، والذي يهتم بالتحليل والتفسير العلمي المنظم لوصف ظاهرة أو مشكلة محددة، والكشف عن العلاقات بين متغيرين أو أكثر لمعرفة مدى الارتباط بين هذه المتغيرات والتعبير عنها بصورة رقمية (ملحم سامي، 2000، ص 329).

### ● عينة الدراسة:

أجرى هذا البحث على عينة من الطلبة الجامعيين، والذي بلغ عددهم 100 طالب جامعي (12 ذكور، 88 بنات)، و تتراوح أعمارهم ما بين (19 إلى 31 سنة) تم اختيارهم بطريقة عشوائية، لكونها أكثر الطرق شيوعا واستعمالا في البحوث النفسية والاجتماعية.

### ● الأدوات المستخدمة في الدراسة الحالية:

لدراسة أي ظاهرة لابد من أداة قياس مناسبة لتحقيق الأهداف المراد الوصول إليها، وفي الدراسة الحالية قامت الباحثة باستخدام المقياسين التاليين هما: مقياس القلق الاجتماعي لـــ "هارون توفيق الرشيدي"، ومقياس توكيد الذات لـــ "غريب عبد الفتاح غريب" وفيما يلي عرض تفصيلي لكل منهما.

#### أ- مقياس القلق الاجتماعي:

أعد هذا المقياس ليري (Leary، 1983)، وقد قام هارون توفيق الرشيدي بترجمته إلى اللغة العربية، ويتكون من 27 عبارة يطلب من المستجيب أن يختار بين أربع اختيارات هي (بدرجة كبيرة، بدرجة متوسطة، بدرجة قليلة، لا أشعر إطلاقا)، وقد شملت الأداة عبارات تشير إلى كل من الجانب الواقعي والجانب المتخيل في المقابلات الاجتماعية، والعبارات من 1-15 تختبر قلق التفاعل والعبارات من 16 – 27 تختبر قلق المواجهة (هارون توفيق الرشيدي،1997،ص ص 269-270 ).

وفي إطار الدراسة الحالية، تم حساب صدق المقياس بطريقة الصدق الذاتي، فتبين أنه يساوي 0.94، كما تم أيضا حساب ثبات المقياس عن طريق إعادة تطبيق الاختبار "Test- Retest"، فبلغ معامل الارتباط ر=0.89.وعليه يتضح أن للمقياس صدق وثبات عاليان على عينة الدراسة الاستطلاعية، لذلك تم الاعتماد عليه.

#### ب-مقياس توكيد الذات:

يتكون المقياس من خمسة وعشرين سؤالا عن كيف يتصرف الأفراد في مواقف الحياة المختلفة، ويطلب من المفحوص أن يضع علامة (×) تحت كلمة "نعم" وأمام رقم العبارة لو كان يتصرف عادة بالطريقة التي تصفها العبارة،

أو يضع العلامة (x) تحت كلمة "لا" أمام رقم العبارة إذا لم يكن يتصرف بالطريقة التي تصفها العبارة (غريب عبد الفتاح غريب، 1995، ص 05).

وبالمثل فقد تم حساب الصدق في الدراسة الحالية عن طريق الصدق الذاتي، فتبين أنه يساوي 0.88، كما تم أيضا حساب ثبات المقياس عن طريق إعادة تطبيق الاختبار "Test-Retest" فبلغ معامل الارتباط ر = 0.79. وبالتالي فإن مقياس توكيد الذات يتمتع بالصدق والثبات، لذا تم الاستعانة به في هذه الدراسة.

- **الأساليب الإحصائية المستخدمة:**

لما كان التحقق من فرضيات الدراسة يحتاج إلى معالجة البيانات معالجة إحصائية دقيقة بالاعتماد على الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS)، فقد تقرر تحقيقا لأهداف البحث الحالي استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

- معامل ارتباط بيرسون.
- المتوسط الحسابي.
- الانحراف المعياري.
- اختبار "ت" لمتوسطين غير مرتبطين.

## 4- عرض النتائج ومناقشتها:

### أ- عرض النتائج والتعليق عليها:

- **عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى:**

نص الفرضية: "هناك علاقة ارتباطيه بين توكيد الذات والقلق الاجتماعي لدى الطالب الجامعي".

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام معامل الارتباط "بيرسون" بين الدرجات التي تحصل عليها أفراد عينة الدراسة على مقياس توكيد الذات، وبين الدرجات التي تحصل عليها نفس أفراد العينة على مقياس القلق الاجتماعي، وكانت نتائج هذه الفرضية مدونة في الجدول الموالي:

**جدول رقم (01): يوضح معامل الارتباط بين درجة توكيد الذات والقلق الاجتماعي لدى الطالب الجامعي.**

| المتغيرات | معامل الارتباط | مستوى الدلالة |
|---|---|---|
| توكيد الذات – القلق الاجتماعي | - 0.52 | 0.01 دال |

يتضح من الجدول السابق أن قيمة معامل الارتباط بين درجة توكيد الذات والقلق الاجتماعي والمساوية لـــ (0.52 -) دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01)، وهذه العلاقة الارتباطية هي علاقة عكسية (سالبة) ، والتي تعني أنه كلما زادت درجة توكيد الذات نقصت درجة القلق الاجتماعي، وكلما قلت درجة توكيد الذات زادت درجة القلق الاجتماعي، وبهذا تحققت صحة الفرضية الأولى.

- **عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية:**

نص الفرضية: "هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى توكيد الذات تعزى لمتغير الجنس ".

وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث على مقياس "توكيد الذات"، فكانت نتائج هذه الفرضية موضحة على النحو التالي:

**جدول رقم (2): يوضح نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث على مقياس توكيد الذات.**

| الجنس | المجموع | المتوسط الحسابي × | الانحراف المعياري SD | الخطأ المعياري للمتوسط الحسابي | درجة الحرية df | قيمة "ت" | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| الذكور | 12 | 16.41 | 3.28 | 0.94 | 98 | 1.04 | 0.01<br>غير دالة |
| الإناث | 88 | 15.06 | 4.31 | 0.45 | | | |

يتضح من النتائج المدونة في الجدول أعلاه، أن قيمة المتوسط الحسابي للذكور بلغت (16.41) بانحراف معياري يقدر بـــ (3.28)، بينما بلغت قيمة المتوسط الحسابي للإناث (15.06) بانحراف معياري يقدر

ب(4.31). وأن قيمة "ت" المحسوبة تساوي (1.04) وهي قيمة غير دالة إحصائيا عد مستوى الدلالة (0.01)، وبالتالي تم رفض الفرضية الثانية.

- **عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة:**

نص الفرضية: "هناك فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس".

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم استخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث على مقياس القلق الاجتماعي، فكانت نتائج هذه الفرضية مبينة في الجدول الموالي:

**جدول رقم (03): يوضح نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين متوسط درجات الذكور ومتوسط درجات الإناث على مقياس القلق الاجتماعي**

| الجنس | المجموع | المتوسط الحسابي $\bar{x}$ | الانحراف المعياري SD | الخطأ المعياري للمتوسط الحسابي | درجة الحرية *df* | قيمة "ت" | مستوى الدلالة |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| الذكور | 12 | 62 | 15.57 | 4.49 | 98 | - 0.80 | 0.01<br>غير دالة |
| الإناث | 88 | 64.97 | 11.45 | 1.22 | | | |

يتبين من الجدول رقم (03) أن قيمة المتوسط الحسابي للذكور بلغت (62) بانحراف معياري يقدر بـــ (15.57)، في حين بلغت قيمة المتوسط الحسابي للإناث (64.97) بانحراف معياري قدره (11.45). وأن قيمة "ت" المحسوبة تساوي (0.8 –) وهي قيمة غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01)، وبالتالي تم رفض الفرضية الثالثة.

### ب- مناقشة وتفسير النتائج:

بالرجوع إلى النتائج المدونة في الجدول رقم (01) يتضح أن هناك علاقة ارتباطية عكسية ذات دلالة إحصائية بين مهارة توكيد الذات والقلق الاجتماعي، وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى أن القلق الاجتماعي والتوكيدية نقيضان لا يجتمعان، إذ أن القلق الاجتماعي يؤدي إلى اختلال التوازن النفسي والانفعالي، ويفضي إلى العزلة والاكتئاب والخوف من الآخرين والرهبة من المشاركة الاجتماعية والتواصل مع الآخرين، وذلك أن الميل إلى الأحجام

الاجتماعي يخفي وراءه شحنات إنفعالية تعبر عن قلق حاد، وتقدير منخفض للذات وعجز عن توكيد الذات يظهرونها في المواقف البينشخصية. في حين أن التوكيدية تعد مفهوم آخر من مفاهيم التوافق الاجتماعي، و الذي يعمل على تعزيز و تقوية استجابات مضادة لهذا النوع من القلق، والتي تؤدي بالفرد إلى الحصول على قدر أكبر من حرية و الضبط للمواقف الاجتماعية (فائقة محمد بدر، 2006، ص20).

ويأخذ الدور الذي يؤديه القلق في حدوث التوكيدية، أهمية تاريخية من خلال أعمال ولبي "Wolpe" بحوثه في الكف التبادلي، والذي يفترض وجود علاقة تبادلية بين القلق والتوكيدية، حيث أن القلق المرتفع يؤدي إلى كف السلوك التوكيدي، وبالمثل فإن التوكيد المرتفع يقلل من القلق، ويحدث ذلك من خلال مبدأ الكف التبادلي، والذي يشير إلى أنه إذا أمكن حدوث الاستجابة التي تكف القلق (التوكيدية) في وجود المنبهات التي تستثيره، فإن الرابطة بينهما ستضعف"، وقد استخدمه "ولبي" في القضاء على القلق الذي يمنع الأفراد من التصرف على نحو مؤكد، حتى يشجعهم ويدربهم على أن يتصرفوا في المواقف الاجتماعية المثيرة للتوتر على نحو مرتفع التوكيد( طريف شوقي،1998، ص158).

وعليه اتسقت نتيجة هذه الدراسة مع نتائج بعض الدراسات التي تناولت هذا الموضوع نذكر منها ما توصلت فيه دراسة ميشل (Michael, 1988) ودراسة أرينديل وآخرون (Arrindell et al, 1987) ودراسة ليتمان (Litman, 1985) كما تتفق أيضا مع دراسة أورشتين (Orestien, 1975) ودراسة سي وسي وإينو (Sue, sue & Ino, 1991)، بالإضافة إلى دراسة بيرسل (Perecell, 1973) ودراسة ليفيفر وويست (Lefever & West, 1981)، حيث أوضحت النتائج أن التوكيدية هي المكون الجوهري في التغلب على القلق الاجتماعي، وذلك عن طريق التواصل اللفظي وغير اللفظي مع الآخرين، وتوكيد الحقوق والدفاع عنها والتعبير عن المشاعر والأفكار، فهي بهذا تمثل سمة شخصية خاصة تميز الأفراد الناجحين في الحياة، وتساعد على تحقيق أكبر قدر ممكن من الفاعلية والنجاح فيما يتعلق بالعلاقات الاجتماعية.

أما فيما يتعلق بالفرضية الثانية، فقد توصلت النتائج المتحصل عليها في الجدول رقم (02) إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الجنسين فيما يخص متغير توكيد الذات، وقد اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج بعض الدراسات السابقة نذكر من بينها دراسة هولاندوورث (Hoallandworth, 1977)، ودراسة سامية قطان (1981)، بالإضافة إلى دراسة طريف شوقي (1998) و دراسة مريم عيسى الخليفي (1992)، حيث توصلت النتائج إلى أن هناك فروق بين الجنسين في المهارات التوكيدية وذلك لصالح الذكور، بمعنى أن الذكور أكثر توكيدية من الإناث، وهذه الاختلافات الواضحة بين الجنسين تعزو إلى التوقعات الاجتماعية و الأطر الثقافية للمجتمع

حيث يتم تشجيع الذكور على ممارسة المهارات التوكيدية ويعاقبون الإناث على الإتيان بمثل هذه السلوكيات، وهذا يعني أن أساليب التنشئة الاجتماعية تلعب دورا هاما في تشكيل السلوك التوكيدي، إذ أن التنميط الاجتماعي هو الذي يحدد الأنماط السلوكية المتوقعة من الذكور والإناث.

ويمكن تفسير نتيجة الدراسة الحالية إلى كون أن التوكيدية تعبر عن اتزان نفسي داخلي، فهي توجد حينما يوجد اتزان نفسي، وهذا يمكن إرجاعه إلى عوامل ثقافية وليس إلى عوامل بيولوجية، فلا توجد طبيعة ذكورية قائمة بذاتها، ولا توجد طبيعة أنثوية قائمة بذاتها، و إنما الأمر مردود لثقافة المجتمع بما ينطوي عليه من معايير وعادات وتقاليد، إذ مهما تحققت الفروق بين الجنسين في بعض الحاجات النفسية والاجتماعية، إلا أن الحاجة إلى توكيد الذات- بوصفه أحد ركائز الشخصية- تبقى الهدف الإنساني الأسمى الذي يسعى إليه كل من يرغب في تحقيق النجاح والتقدم في مختلف مجالات الحياة سواء كان الفرد ذكرا أو أنثى.

أما فيما يخص الفرضية الثالثة فإن النتائج الموضحة في الجدول رقم (03) تشير إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي تعزى لمتغير الجنس، وقد اختلفت نتيجة هذه الدراسة مع نتائج الدراسات السابقة أين توصلت إلى وجود فروق بين الجنسين في مستوى القلق الاجتماعي وذلك لصالح الإناث، من بينها دراسة ريهيشر (reinecher, 1994)، شابمان وآخرون (Chapman et al, 1995) ومارقراف ورودولف (margraf & Rudolf, 1999). بالإضافة إلى دراسة سامر جميل (2001) ودراسة محمد عيد (2000)، حيث أشارت نتائج هذه الدراسات إلى أن القلق الاجتماعي أكثر انتشارا بين الإناث عنه عند الذكور. وذلك راجع إلى كون أن المجتمع يفرض على الإناث الكثير من القيود والضوابط على سلوكها عكس الذكور.

في حين تتفق نتيجة الدراسة الحالية مع نتائج بعض الدراسات التي أكدت عدم وجود فروق في القلق الاجتماعي بين الذكور والإناث، مثل دراسة بايدل (Beidel, 1995)، وفي نفس السياق يرى حنفي إمام ونور الرمادي (2001) أن الرهاب الاجتماعي ينتشر بنسبة (3- 5 %) من عامة الناس ويستوي فيه الذكور والإناث (حنفي إمام و نور الرمادي، 2001، ص220 ).

ويمكن تفسير النتيجة المتحصل عليها في الدراسة الحالية إلى كون أن اضطراب القلق الاجتماعي عرض إنساني يعاني منه الإنسان، وهذا الاضطراب قد يتجاوز الفروق بين الجنسين، فهو يظهر عندما تكون الظروف النفسية والاجتماعية والمعرفية والسلوكية مهيئة لظهورها سواء كان الفرد ذكرا أو أنثى، وهذا ما أكده كولبرج

"Kohlberg" في قوله" أن الاختلافات بين الجنسين لا يمكن أن تعزى لمتغير الجنس، بل إنها تختفي عندما يتساوى نظام التربية بين الذكور والإناث" (دانيا الشبؤون،2011، ص 788).

ومن جهة أخرى أن حدة الفروق بين الذكور والإناث تناقصت نسبيا في الأطر الثقافية مما سبق، وبدأت الأسر تتفهم قضية المساواة بين الذكور والإناث في التربية، وتلاشت تدريجيا فكرة الاهتمام بالذكور مقابل إهمال الإناث، فكلاهما صار يتلقى نفس المعاملة الوالدية و الرعاية و الاهتمام في غرس مفاهيم الاستقلال والاعتماد على النفس، كما أن كلا الجنسين يتعرضان لنفس الخبرات الاجتماعية و الضغوط الحياتية. وفي هذا الصدد يرى كارل روجرز (1982) "أن التأثيرات الثقافية هي العامل المحوري في سلوكنا، وأن الثقافة ليست قدرا، وإنما هي شيء من صنعنا" (محمد إبراهيم عيد،2002، ص 251). وبهذا يمكن القول أن البناء النفسي والتنشئة الاجتماعية يعتبران عوامل تكوينية تتشكل من خلالها سلوكيات الأفراد وردود أفعالهم.

وكخلاصة لكل ما تقدم، فإن القلق سمة متأصلة وكامنة في الوجود الإنساني، فهو القاسم المشترك للحياة السوية واللاسوية على حد سواء، وأن قدرا من القلق الدافعي لا مناص منه، لمن أراد أن يطور حياته ويستجيب لحركة الحياة سموا وتوكيدا للذات وتحقيقا للإمكانات من اجل بلوغ الغايات المنشودة.

## قائمة المراجع:

### أولا: المراجع العربية

1- إبراهيم عبد الستار (1998). الاكتئاب: اضطراب العصر الحديث فهمه وأساليب علاجه. الكويت: المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.

2- آرون بيك ترجمة عادل مصطفى (2000). العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية. بيروت: دار النهضة العربية.

3- أماني عبد المقصود (2006). فاعلية برنامج معرفي سلوكي للتغلب على القلق الاجتماعي لدى عينة من طالبات الجامعة السعوديات. مجلة كلية التربية. العدد 30. الجزء الثاني. مكتبة زهران الشرق. ص ص 20- 24.

4- أيمن غريب ناصر (2001). البنية العاملية لمكونات القلق الاجتماعي لدى عينات من الشباب المصري والسعودي. مجلة علم النفس. العدد 57. القاهرة: الهيئة المصرية العامة للكتاب، ص 70.

5- بشير معمرية (2009). القلق الاجتماعي. مجلة شبكة العلوم النفسية العربية. العدد 21 -22، ص 136.

6- حامد عبد السلام زهران (1990). الصحة النفسية والعلاج النفسي. الطبعة الثانية. كلية التربية. جامعة عين الشمس.

7- حنفي إمام ونور الرمادي (2001). علم النفس الشواذ. القاهرة: الأنجلو مصرية.

8- دانيا الشبؤون (2011). القلق وعلاقته بالاكتئاب عند المراهقين . مجلة جامعة دمشق. المجلد27. العدد الثالث و الرابع. ص 788.

9- سامي محمد ملحم (2000). مناهج البحث في التربية وعلم النفس. الطبعة الأولى. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.

10- طريف شوقي محمد فرج (1998). توكيد الذات: مدخل لتنمية الكفاءة الشخصية. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.

11- طه عبد العظيم حسين (2006). مهارات توكيد الذات. الإسكندرية: دار الوفاء لدنيا الطباعة والنشر.

12- طه عبد العظم حسين (2009). إستراتيجيات إدارة الخجل والقلق الاجتماعي. عمان: دار الفكر.

13- فائقة محمد بدر (2006). وجهة الضبط و توكيد الذات:دراسة مقارنة بين طلاب الجامعة المقيمين في المملكة العربية السعودية و خارجها.دراسات عربية في علم النفس . المجلد الخامس. العدد الأول. القاهرة:دار غريب للطباعة و النشر و التوزيع.

14- غريب عبد الفتاح غريب (1995). مقياس توكيد الذات: التعليمات ودراسات الثبات والصدق وقوائم المعايير. الطبعة الثانية. القاهرة: مكتبة الأنجلو مصرية.

15- فاطمة الشريف الكتاني (2004). القلق الاجتماعي والعدوانية لدى الأطفال: العلاقة بينهما ودور كل منها في الرفض الاجتماعي. الطبعة الأولى. بيروت: دار وحي القلم.

16- ماهر محمد عمر (2003). سيكولوجية العلاقات الاجتماعية. دار المعرفة الجامعية.

17- محمد إبراهيم عيد (2002). الهوية والقلق والإبداع. الطبعة الأولى. جمهورية مصر العربية :دار القاهرة.

18- محمد إبراهيم عيد (2006). مقدمة في الإرشاد النفسي. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

19- هارون توفيق الرشيدي (1997). الاستجابة المعرفية والإكلينيكية كمنبئات بالقلق الاجتماعي. المجلة المصرية للتقويم التربوي. المجلد الخامس. ص ص303-305.

## ثانيا: المراجع الأجنبية

20- American psychatric Association (2003). Manuel diagnostique et statistiques des troubles mentaux .Texte révisé traduction J.D Guelfi et Coll. Masson paris.

21- Marks IM (1987). Fears, Phobias and Rituals Panic, Anxiety and their disorders.Oxford University Press.

22- Nollet, d et Thomas, J (2001). Dictionnaire de Psychothérapie Cognitive et Comportementale. Ellipse éditions. Marketing S.A Paris.