الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة محمد بن أحمد – وهران 2 – الجزائر
كلية العلوم الإجتماعية
قسم : علم النفس و الارطوفونيا
التخصص : علم النفس المدرسي

مذكرة مقدمة لنيل شهادة ماستر 2 بعنوان :

الرهاب الإجتماعي و تأثيره على التحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين

(دراسة حالة وفق المنهج العيادي)

إعداد الطالبة :
- بزغـــود زهور

إشراف الأستاذة :
- منصـــوري نفيسة

الموسم الجامعي 2025 -2026

شكر و عرفان

الحمد لله الذي أنار لي درب العلم و المعرفة ووفقني لإنجاز هذا العمل .

و أوجه شكري إلى كل من قدم لي المساعدة في إنجاز هذا العمل خصوصا

الأستاذة المشرفة :منصوري نفيسة

كما أوجه شكري إلى كل أساتذة شعبة علم النفس المدرسي على مجهوداتهم المبذولة.

كما أوجه شكري إلى السيدة مستشارة التوجيه بثانوية باستور التي رافقتني طيلة تربصي الميداني.



إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم و الحمد لله رب العالمين

أولا الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات و الذي وفقني لإنجاز هذا العمل و منحني القوة لأصل إلى بر الأمان

أما بعد، أهدي هذا العمل المتواضع إلى أغلى ما أملك من رافقتني في كل خطواتي و كانت سند لي في نجاحي إلى أمي الحبيبة الغالية حفظها الله و شفاها و رزقها الصحة و العافية و أطال في عمرها.

إلى من كان سندي في الحياة و منحني الحب و الحنان أفضل أب و فخر لي رعاه الله و حفظه.

إلى إخوتي حفظهم الله و رعاهم ووفقهم إلى الخير ، إلى جدي و جدتي الغاليين ، إلى خطيبي ، و أمه الغالية التي طالما شجعتني لأكمل مشواري أطال الله في عمرها، كما أشكر كل صديقاتي و كل من شجعني ووقف معي من قريب أو بعيد.

وفي الأخير أدعو المولى عز و جل أن يوفقني لمزيد من النجاحات في حياتي.

بـــزغود زهـــــور

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة الحالية للكشف عن مستوى تأثير الرهاب الإجتماعي على التحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين ، و من أجل تحليل هذه الدراسة تم الإعتماد على المنهج العيادي لعينة متكونة من ثمانية أفراد (ذكور و إناث) و التي تتراوح أعمارهم ما بين (15 سنة و 19 سنة) ، و تم إختيار العينة بطريقة قصدية و بتطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي حيث كانت الدراسة الميدانية على مستوى ثانوية باستور بمدينة وهران .

و في الأخير أظهرت النتائج على أن :

- يؤثر الرهاب الإجتماعي على التحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين.
- يؤدي الرهاب الإجتماعي إلى ضعف المشاركة الصفية وتراجع الأداء الأكاديمي.

و من هنا نقترح :

- إعطاء الموضوع إهتمام ورعاية أكبر ورصد كل مجرياته .
- ضرورة الإهتمام بالكشف المبكر عن الرهاب الإجتماعي لدى المراهقين المتمدرسين داخل المؤسسات التربوية من أجل الحد من تأثيره السلبي على التحصيل الدراسي .
- تفعيل دور الأخصائي النفسي المدرسي في متابعة التلاميذ الذين يعانون من الرهاب الإجتماعي وتقديم الدعم والإرشاد النفسي المناسب لهم .
- تنظيم حملات توعوية وبرامج إرشادية داخل المدارس والثانويات للتعريف بالرهاب الإجتماعي وأثره على التوافق النفسي والتحصيل الدراسي .

الكلمات المفتاحية : الرهاب الإجتماعي ، التحصيل الدراسي ، المراهقة .

Study Summary

This study aimed to investigate the impact of social phobia on the academic achievement of adolescent students. To analyze this impact, a clinical approach was used with a sample of eight individuals (males and females) aged between 15 and 19 years. The sample was selected purposively, and the Social Phobia Scale was administered. The field study was conducted at Pasteur High School in Oran.

The results showed that:

• Social phobia affects the academic achievement of adolescent students.

• Social phobia leads to decreased class participation and a decline in academic performance.

Based on the above, we propose the following:

– Giving this issue greater attention and care, and closely monitoring all aspects of the situation.

– Prioritizing the early detection of social phobia among students in educational institutions to mitigate its negative impact on academic achievement.

– Activating the role of the school psychologist in monitoring students suffering from social phobia and providing them with appropriate psychological support and guidance.

– Organizing awareness campaigns and guidance programs in middle and high schools to raise awareness about social phobia and its impact on psychological adjustment and academic achievement.

Keywords: Social phobia, academic achievement, adolescence.

قائمة المحتويات

العنوان	الصفحة
▪ الشكر ▪ الإهداء ▪ ملخص الدراسة ▪ فهرس المحتويات	
▪ المقدمة.....	01
الجانب النظري	
الفصل الأول : مدخل الدراسة	
▪ الإشكالية	05
▪ فرضيات الدراسة.....	08
▪ أهداف الدراسة	08
▪ أهمية الدراسة.....	08
▪ تحديد المفاهيم.....	09
الفصل الثاني :الرهاب الإجتماعي في سن المراهقة	
▪ تمهيد.....	12
▪ نشأة و تطور الرهاب الاجتماعي	13
▪ تعريف الرهاب الاجتماعي	14
▪ أنواع الرهاب الاجتماعي.....	16
▪ النظريات المفسرة للرهاب الاجتماعي.....	19
▪ الوقاية و العلاج من الرهاب الاجتماعي	26
▪ خلاصة.....	31
الفصل الثالث :التحصيل الدراسي	
▪ تمهيد	33
▪ تعريف التحصيل الدراسي	34
▪ أنواع التحصيل الدراسي	35
▪ مبادئ التحصيل الدراسي	36
▪ أهداف التحصيل الدراسي	38
▪ العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي	39
▪ الخلاصة	47
الفصل الرابع : مظاهر تأثير الرهاب الاجتماعي على التحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين	
▪ تمهيد	49
▪ مظاهر تأثير الرهاب الإجتماعي على التحصيل الدراسي لدى المراهق	50
▪ العلاقة بين الرهاب الإجتماعي و التحصيل الدراسي لدى المراهق المتمدرس.....	54
▪ الدراسات السابقة عن الرهاب الإجتماعي و التحصيل الدراسي.....	58
▪ التعقيب على الدراسات السابقة	60
▪ الخلاصة.....	61

الجانب التطبيقي	
الفصل الخامس : إجراءات الدراسة المنهجية	
▪ تمهيد	64
▪ منهج الدراسة	65
▪ نوع الدراسة	65
▪ خطوات الدراسة	65
▪ أدوات الدراسة	66
▪ حدود الدراسة	67
▪ مجتمع الدراسة	68
▪ عينة الدراسة و مواصفاتها	68
▪ أداة الدراسة الأساسية	68
▪ مقياس الرهاب الإجتماعي صدقه و ثباته	68
▪ الخلاصة	72
الفصل السادس:عرض و تحليل دراسة حالة	
▪ تمهيد	74
▪ عرض الحالات	75
▪ عرض نتائج الحالة الأولى	75
▪ عرض نتائج الحالة الثانية	77
▪ عرض نتائج الحالة الثالثة	80
▪ عرض نتائج الحالة الرابعة	83
▪ عرض نتائج الحالة الخامسة	86
▪ عرض نتائج الحالة السادسة	89
▪ عرض نتائج الحالة السابعة	93
▪ عرض نتائج الحالة الثامنة	96
▪ الإستنتاج العام للحالات	100
▪ الخلاصة	101
الفصل السابع :مناقشة الفرضيات في ظل النتائج	
▪ تمهيد	103
▪ عرض الفرضيات	104
▪ مناقشة الفرضيات في ظل النتائج	107
▪ الاستنتاج العام	110
▪ الإقتراحات	111
▪ الخلاصة	112
▪ الخاتمة	113
▪ قائمة المصادر و المراجع	116
▪ الملاحق	119

مقدمة

مقدمــة :

يمر الفرد في حياته بعدة مراحل و أكثرها تعقيدا مرحلة المراهقة إذ تعتبر مرحلة حساسة لما يطرأ على الشاب من تحول بيولوجي و نفسي بوثيرة متسارعة حيث يصطدم المراهق في الوسط المدرسي بواقع جديد عليه مما يؤدي به في بعض الظروف إلى الرهاب الإجتماعي .

فالمدرسة هي الوسط المثالي للفرد المراهق ليكتشف فيه قدراته الشخصية ويطور فيها معارفه الأكاديمية من خلال الإحتكاك مع أشخاص من تلاميذ ومعلمين إذ أن المراهق الذي يعاني من الرهاب الإجتماعي قد يكون قادر على التأثر في التحصيل الدراسي .

يعتبر الرهاب الإجتماعي إضطراب نفسي يمر به كثير من الشباب في مرحلة المراهقة وهو عبارة عن خوف زائد فوق الحد مما يؤدي إلى قلق شديد خاصة عند وضع المراهق في مواقف مكشوفة أو تحت الأنظار وهذا ينعكس بالمراهق على سلوكاته اليومية وعلاقاته الإجتماعية حيث يصبح منفرد تماما عن الأخرين ولا يكون له حضور إجتماعي.

إن التحصيل الدراسي عامل رئيسي لتقييم أداء التلميذ في الوسط المدرسي من خلال معارفه ومهاراته المكتسبة في مختلف المجالات والمواد الدراسية.

كما تتأثر نتائج التحصيل الدراسي بعدة عوامل إجتماعية،إقتصادية وثقافية فمثلا هناك علاقة بين الرهاب الإجتماعي والتحصيل الدراسي فالتلميذ الذي يعاني من قلق مستمر وتوتر نفسي والشعور بالفشل قد يدعو تحصيله الدراسي لما لها من إنعكاسات مباشرة على الصحة النفسية للمراهق وعلى مساره الدراسي والتربوي.

ولقد قسمنا المذكرة إلى جانبين منها الجانب النظري الذي ينقسم إلى أربعة فصول حيث:

أن الفصل الأول يتناول مدخل الدراسة يتضمن إشكاليةالدراسة و فرضياتها ، أهدافها ، أهميتها، و أيضا تحديد المفاهيم.

الفصل الثاني يخص الرهاب الإجتماعي في مرحلة المراهقة فهو يتمحور حول دراسة الرهاب الإجتماعي عند المراهق ويتناول نشأته وتطوره،تعريفه، أنواعه، والنظريات المفسرة له، الوقاية و العلاج من الرهاب الإجتماعي .

أما **الفصل الثالث** فهو يتضمن التحصيل الدراسي بمفهومه ، أنواعه، مبادئه،أهدافه، والعوامل المؤثرة فيه.

وفي **الفصل الرابع** فهو يتمحور حول العلاقة بين الرهاب الإجتماعي والتحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين ومن خلال ذكر مظاهر تأثير الرهاب الإجتماعي على التحصيل الدراسي، أيضا ذكر العلاقة بينهم إضافة إلى الدراسات السابقة التي تخص الرهاب الإجتماعي و التحصيل الدراسي و التعقيب عليها .

الجانب التطبيقي فهو أيضا يضم ثلاث فصول منها:

الفصل الخامس الذي يخص الإطار المنهجي للدراسة أما **الفصل الثاني** يكون حول عرض وتحليل دراسة الحالة أيضا تطرقنا إلى بعض العينات مع وصف الأعراض وخرجنا بها بنتائج وتحاليل.

وفي **الفصل السادس** تطرقنا إلى مناقشة وتفسير دراستنا السابقة والمقارنة بين النتائج المتحصل عليها.

وفي الأخير **الفصل السابع** تطرقنا إلى عرض الفرضيات و مناقشتها في ظل النتائج و خرجنا بتقديم إقتراحات تربوية ونفسية من أجل الحد من ظاهرة الرهاب الإجتماعي عند المراهقين وتجنب ضعف التحصيل الدراسي.

الجانب النظري

الفصل الأول : مدخل الدراسة

- **إشكالية الدراسة**
- **فرضية الدراسة**
- **أهداف الدراسة**
- **أهمية الدراسة**
- **التعريفات الإجرائية**

الإشكالية:

المراهق هو الفئة الأكثر عرضة للإضطرابات النفسية كالقلق والخوف الإجتماعي فمرحلة المراهقة هي الأكثر تعقيدا لما يطرأ عليها من تغيرات نفسية وإجتماعية خاصة بإحتكاك المراهق بأشخاص أخرين في الوسط المدرسي مما يدفعه إلى القلق أو الخوف في الصف من الزملاء والمعلمين وإتخاذ مواقف وهذا ما يشكل تهديد على المراهق الذي يعاني من الرهاب الإجتماعي.

يتجنب المصاب بالرهاب الإجتماعي المواقف الإجتماعية والمشاركة في الصف وأداء الأنشطة المدرسية مع الزملاء مما يؤثر على تحصيله الدراسي كما أنه لا يقبل الإنتقاد من قبل الأخرين وهو ما يدفعه دوما إلى كبث شعوره وإنعزاله في الصف كما أن المراهق المصاب بالرهاب الإجتماعي قد يستنزف طاقة كبيرة في محاولة التغلب على قلقه والسيطرة على خوفه للخروج من تلك الحلقة المفرغة بدلا من توظيف تلك الطاقة في المشاركة مع الزملاء في الدراسة وهذا حتما يؤدي إلى فشل المراهق وعدم تحصيله الدراسي.

وقد أدرج في كثير من الدراسات إلى أن الرهاب الإجتماعي المرتفع يُعد من العوامل المعرقلة للأداء الأكاديمي إن لم يكون من أبرزها .

ففي دراسة الرشيدي (2024)، تم التوصل إلى وجود علاقة إرتباطية سالبة دالة إحصائيًا بين الرهاب الإجتماعي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الطور المتوسط، حيث تأكد أن إرتفاع مستوى الرهاب الإجتماعي له علاقة بإنخفاض الأداء الدراسي.

وأثبث هذه النتيجة بن لحبيب و فطام(2017) في دراسته التي أكدت أن الرهاب الإجتماعي له تأثير سلبي على دافعية الإنجاز، وهو ما ينعكس بدوره على التحصيل الدراسي.

وفي نفس السياق ، ذكر الصفتيفي دراسته (2018)إلى أن الرهاب الإجتماعي له بعض من المتغيرات الأكاديمية السلبية، مثل التسويف الأكاديمي وضعف الثقة بالنفس، مما يؤدي إلى تدني مستوى التحصيل الدراسي.

كما أوضحت دراسات أخرى أن التلاميذ الذين يعانون من مستويات مرتفعة من الرهاب الإجتماعي يميلون إلى الإنسحاب من الأنشطة الصفية، وتجنب التفاعل مع المعلمين والأقران، الأمر الذي يحدّ من فرص التعلم النشط ويؤثر على جودة التحصيل العلمي (Khanna et al., 2018).

من جهة أخرى، لا تسير جميع النتائج في اتجاه واحد؛ إذ تشير بعض الدراسات إلى أن الرهاب الإجتماعي بمستوى معتدل قد يؤدي دورًا تحفيزيًا، حيث يدفع التلميذ إلى بذل جهد أكبر لتجنب الفشل أو التقييم السلبي، وهو ما قد ينعكس إيجابًا على التحصيل الدراسي في بعض الحالات.

هذا التباين في النتائج يطرح إشكالية علمية حول طبيعة العلاقة بين الرهاب الإجتماعي والتحصيل الدراسي: هل هي علاقة سلبية فقط ؟ أم أنها علاقة مركبة تتأثر بمتغيرات وسيطة مثل دافعية الإنجاز، تقدير الذات، أو التوافق المدرسي؟

وفي الوسط المدرسي، يُعد التفاعل الإجتماعي عنصرًا أساسيًا في عملية التعلم، حيث يعتمد المتعلم الحديث على المشاركة، الحوار، والعمل الجماعي. وبالتالي، فإن وجود اضطراب مثل الرهاب الإجتماعي قد يشكل عائقًا حقيقيًا أمام التلميذ الذي يعاني من الرهاب الإجتماعي ، مما يؤثر على استيعابه وفهمه للمحتوى الدراسي.

كما أن ضعف التفاعل قد يؤدي إلى سوء العلاقة مع المعلم والأقران، وهو ما يزيد من حدة القلق ويخلق حلقة مفرغة من الفشل الأكاديمي والتجنب الإجتماعي.

فبناءً على ما سبق من عرض نظري ودراسات سابقة، تبرز الحاجة إلى معالجة هذه الإشكالية بشكل علمي ومنهجي، من خلال دراسة العلاقة بين الرهاب الإجتماعي والتحصيل الدراسي لدى المراهق المتمدرس، مع محاولة الكشف عن طبيعة هذه العلاقة واتجاهها، وإمكانية التنبؤ بالأداء الأكاديمي انطلاقًا من مستوى الرهاب الإجتماعي.

التساؤل الرئيسي :

. ما مدى تأثير الرهاب الإجتماعي على التحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين ؟

تساؤلات فرعية:

. كيف يتجلى الرهاب الإجتماعي لدى المراهق وما العوامل النفسية والأسرية والمدرسية المرتبطة به؟

. ما مظاهر الرهاب الإجتماعي لدى المراهق وما إنعكاساته السلوكية والإنفعالية داخل القسم؟

. كيف ينعكس الرهاب الإجتماعي على الأداء والتحصيل الدراسي لدى المراهق وكيف يؤثر على المشاركة الصفية والتركيز والنتائج الدراسية؟

فرضيات الدراسة:

- يؤثر الرهاب الإجتماعي على التحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين.
- يؤدي الرهاب الإجتماعي إلى ضعف المشاركة الصفية وتراجع الأداء الأكاديمي.

أهداف الدراسة :

الهدف العام:

. الكشف عن تأثير الرهاب الإجتماعي على التحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين.

الأهداف الخاصة :

. التعرف على مظاهر الرهاب الإجتماعي لدى المراهقين المتمدرسين مع الكشف عن أسبابه.

. فهم الإنعكاسات السلوكية والنفسية لدى المراهق داخل القسم.

. ربط الحالة النفسية بالأداء والتحصيل الدراسي لدى المراهقين.

. إقتراح سبل دعم والمساهمة في تحسين التكفل النفسي المدرسي.

أهمية الدراسة :

الأهمية النظرية :

. إثراء الدراسات حول الرهاب الإجتماعي عند المراهقين المتمدرسين.

. الإسهام في الأدبيات النفسية والتربوية.

الأهمية التطبيقية :

. مساندة الأخصائي النفسي المدرسي في تشخيص حالة المراهقين.

. تقديم إقتراحات مناسبة.

. توجيه الأسرة والمعلمين لفهم حالة المراهقين المتمدرسين.

تحديد المفاهيم إجرائيا :

الرهاب الإجتماعي:

هو إضطراب نفسي يعاني المصاب به من خوف وقلق شديد في المواقف الإجتماعية والتجمعات والحديث مع الأخرين وغالبا ما يبدأ في سن المراهقة وهو الذي يبتعد على العلاقات بالأخرين أو الأنشطة والدراسة.

التحصيل الدراسي:

هو جهد علمي يتحقق للفرد من خلال الممارسات التعليمية والدراسة التدريبية في نطاق مجال تعليمي مما يحقق مدى الإستفادة التي جناها المتعلم من الدروس والتوجيهات التعليمية والتربوية والتدريبية المعطاة أو المقررة عليه.

المراهقة :

المراهقة كما عرفها الدكتور عبد الحميد محمد الهاشمي بأنها الفترة الممتدة من مرحلة الطفولة إلى سن الرشد وهي في العادة تكون ما بين 12 إلى 13 فالمراهق هو الغلام الذي قارب الحلم حيث تشهد بداية رجولة الفتى وأنوثة الفتاة كما تعرف تطورات جسدية عميقة .

دراسة حالة:

هي الإيطار الذي ينظم فيه الأخصائي كل المعلومات والنتائج التي يحصل عليها من الفرد وذلك عن طريق الملاحظة والمقابلة والتاريخ الإجتماعي والخبرة الشخصية والإختبارات السيكولوجية والفحوص الطبية.

المنهج العيادي:

ظهر المنهج العيادي كردة فعل على التجارب المخبرية التي إفتتحها "فوندنت فيير" و "فنشر" وغيرهم كما أنه منهج يستخدم في دراسة الحالات الفردية بشكل شامل ومعمق بهدف فهم الحالة المدروسة وتقديم حلول علمية ويعتمد هذا المنهج بشكل كبير في مجال علم النفس وعلم الإجتماع ويستخدم أدوات عديدة أثناء دراسة الحالة مثل المقابلة الإكلينيكية والملاحظة وغيرهما.

الفصل الثاني : الرهاب الاجتماعي في سن المراهقة

- تمهيد
- نشأة و تطور الرهاب الاجتماعي
- تعريف الرهاب الاجتماعي
- أنواع الرهاب الاجتماعي
- النظريات المفسرة للرهاب الاجتماعي
- الوقاية و العلاج من الرهاب الاجتماعي
- خلاصة

تمهيد:

يعد الرهاب الإجتماعي من أكثر الإضطرابات النفسية إنتشارا خلال مرحلة المراهقة، حيث يظهر في صورة خوف شديد و مستمر من المواقف الإجتماعية و التفاعل مع الأخرين وتتميز هذه المرحلة بحساسية نفسية و إنفعالية كبيرة تجعل المراهق أكثر عرضة للشعور بالخجل والقلق من تقييم الأخرين له، كما يمكن أن يؤثر الرهاب الإجتماعي سلبا في التحصيل الدراسي و العلاقات الإجتماعية و تقدير الذات.

و قد إهتمت الدراسات النفسية الحديثة بتفسير هذا الإضطراب من خلال عوامل معرفية و أسرية و إجتماعية متعددة لذلك يهدف هذا الفصل إلى تسليط الضوء على مفهوم الرهاب الإجتماعي لدى المراهقين وأسبابه وأعراضه وإنعكاساته النفسية والإجتماعية .

1- نشأة و تطور الرهاب الإجتماعي :

. نبذة تاريخية عن الرهاب الإجتماعي :

ظهر أول وصف لمفهوم الرهاب الإجتماعي في نهاية القرن التاسع عشر، بعدما كانت هناك عدة مصطلحات متداولة منها الخجل المرضي، و الخوف من الإحمرار أمام الناس

و إعتبر "جانه" الذي لا يزال تقسيمه يستعمل لحد الآن من أوائل الأطباء العقليين الذين إقترحوا تقسيم الرهاب ، ففي (1903) ذكره في أحد مؤلفاته و الذي عنوانه "الوسواس و الطب العقلي"، حيث عرض فيه تصنيفا منظما للرهاب و هو :رهاب الأشياء،رهاب الوضعيات،الرهاب الجسدي،رهاب الأفكار.

و بالرغم من أن "جانه " حدد الرهاب الإجتماعي سنة (1903) كمرض ضمن تصنيفات الرهاب،إلا أن إقتراحاته لم تأخذ بعين الإعتبار في الطب العقلي الفرنسي ولا الألماني وبعد ذلك أدخل الرهاب الإجتماعي مفهوم عام في عصاب الرهاب عندما كان يصنف ضمن الإضطرابات الشخصية .

و مع ظهور تيار التحليل النفسي الذي بذل مجهودا في وصف و تفسير الرهاب الإجتماعي حيث إعتبر كإسقاط للقلق و الرغبات الممنوعة داخليا على المواضع الخارجية إلا أنه لم يضع تعريفا محددا للرهاب الإجتماعي و إنما إكتفى بتصنيفه كنوع من أنواع الرهاب.

و في سنة (1957) تم إعادة إدخال مفهوم الرهاب الإجتماعي من طرف الإنجليز "دسون" حيث نشر إختبارا يستطيع تحديد الرهاب الإجتماعي، هذا الإختبار يتكون من 26 عبارة و هو مزدوج

و لقد ظهر مفهوم الرهاب الإجتماعي بوضوح في سنوات الستينات في الولايات المتحدة كما حاول "إسحاق ماركس" فصل الرهاب الإجتماعي عن بقية أنواع الرهابات الأخرى و كان ذلك في بحث نشره عام (1969) ،قسم فيه إضطرابات الرهاب إلى ثلاثة أنواع:

رهاب الساح ، الرهاب البسيط ،الرهاب الإجتماعي.

و بعد إشتداد معانات الأشخاص الذين يعانون من الرهاب الإجتماعي خاصة في حقبة التسعينات و بحثهم عن حل لمشكلتهم و تزامنا مع التطور السريع لشركات الأدوية في أبحاثها الجادة عن علاج دوائي لهذا الإضطراب، الذي بدأ ينتشر بين الناس خاصة منهم فئة الشباب و رغبة المرضى لدفع أي شيء من أجل معالجتهم.

2- تعريف الرهاب الإجتماعي

قبل أن نتطرق إلى تعريف الرهاب الإجتماعي يجب الإشارة إلى تعريف الرهاب بصفة عامة.

تعريف الرهاب :

التعريف اللغوي :رهب بكسر الهاء، يرهب رهب هو رهبا بالضم، و رهبا بالتحريك أي خاف و رهب الشيء معناه خافه.(عادل شكري محمد كريم، 2005 ،28).

التعريف الإصطلاحي :الرهاب كلمة مشتقة من الكلمة الإغريقة **فوبوس** و تعني الفزع و الرعب و الفرار.(خديجة عمر محمد الحارثي، 2003 ،3).

و عرفه "**إيزنك**" و "**بريج**" و "**بيرون**" (1972): أنه خوف غير عادي و هو إما خوف من شيء أو من موقف لا يعتبر في العادة مخيف مثل المصاعد، الحيوانات المستأنسة و ما إلى ذلك، أو خوف شديد بشكل غير عادي من شيء أو موقف يثير عادة شيئا من الخوف عند معظم الناس مثل الجراحة، طب الأسنان.(سامة القطان، 1982 ،01).

و يعرف الرهاب في قوامس الطب النفسي على أنه خوف متزايد من أشياء أو مواقف معينة ليست مخيفة.(علاء فرغلي، 2002 ، 46).

و مما سبق ذكره يمكننا تعريف الرهاب أنه خوف شديد من شيء أو موقف غير مخيف بطبيعته، أي خوف ليس منطقيا و ليس له مبرر.

تعريف الرهاب الإجتماعي :إن مصطلح الرهاب الإجتماعي هو تعبير علمي و مصطلح في الطب النفسي، و قابله عدد من التسميات مثل الخوف الإجتماعي، القلق الإجتماعي.(حسان المالح،1995 ،23).

و لتعدد التعارف التي تناولت الرهاب الاجتماعي نعرض فيما يلي البعض منها :

تعريف دافيد شهيان : الرهاب الإجتماعي هو الخوف من الخزي أو الإرتباك في موقف إجتماعي عام و سرعان ما ينسحب المرضى إلى أماكن آمنة، و يزيد من تجنب المناسبات الإجتماعية من قبل تناول الطعام أو الشراب أو الكتابة بين الناس، حيث يكون تحت الملاحظة أو مركز إهتمام، و قد يفضل الوحدة بدلا من خروجه إلى الأماكن العامة بصحبة الآخرين.(حسين فايد، 2001 ، 68).

تعريف جاك بوستال :عرف"جاك بوستال" الرهاب الإجتماعي أنه خوف من الوضعيات، التي يكون فيها الفرد موضع ملاحظة و إنتقاد من طرف الآخرين مثل الخوف من التحدث أمام العديد من الناس، و التعرض لطرح الأسئلة (postel jacques ,1998,342).

تعريف منظمة الصحة العالمية :تعرف منظمة الصحة العالمية الرهاب الإجتماعي عام (1992) أنه اضطراب يبدأ غالبا في مرحلة المراهقة، و يتمركز حول الخوف من نظرة الآخرين و يؤدي إلى تجنب المواقف الإجتماعية ، و يبدو الرهاب الإجتماعي في أعراض نفسية أو سلوكية أو فسيولوجية، و تظهر في مواقف إجتماعية معينة.(محمد ابراهم عيد، 2002 ،289).

تعريف الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية :

يعرف الرهاب الإجتماعي على أنه الخوف الدائم و الشديد و المستمر من موقف واحد أو أكثر من مواقف الأداء الإجتماعي، التي قد يتعرض فيه الشخص إلى الفحص و التدقيق من قبل الآخرين مما يصيبه بالإرتباك، و هو الخاصية الأساسية للرهاب الإجتماعي.(تاب بن عقلان العتيبي،2005 ،23).

وهذا ما أدرج في الدليل التشخيصي و الإحصائي للاضطرات العقلية (1994)

من خلال التعريفات السابقة للرهاب الإجتماعي، نستنتج أن الرهاب الإجتماعي هو اضطراب نفسي يعاني منه الفرد و يظهر في تجنبه للمواقف الإجتماعية قدر الإمكان حيث أنه يشعر بالإرتباك و الإنزعاج و النقص في حضور الآخرين، كما أنه يخشى من التقييم السلبي من طرفهم.

3-أنواع الرهاب الإجتماعي :

أولًا: الرهاب الإجتماعي المعمم(Generalized Social Anxiety Disorder)

يُعتبر هذا النوع الأكثر شدة وانتشارًا بين الحالات الإكلينيكية، حيث يمتد الخوف ليشمل **معظم المواقف الإجتماعية** وليس موقفًا واحدًا فقط.

فالفرد يعاني من قلق مستمر عند:

- التحدث مع الآخرين
- حضور المناسبات الإجتماعية
- التعامل مع الغرباء
- التفاعل مع أشخاص ذوي سلطة

ويتميز هذا النوع بكونه مرتبطًا بـ **اضطراب شامل في التفاعل الإجتماعي** وليس موقفًا محددًا، مما يؤدي إلى تدهور واضح في الأداء الإجتماعي والمهني.

ويشير الباحثون إلى أن هذا الشكل يرتبط غالبًا بزيادة شدة التشوهات المعرفية وفرط الحساسية للتقييم الإجتماعي (Social Phobia ، 1997، 743–748)

ثانيًا: الرهاب الإجتماعي المحدد(Specific Social Phobia)

يتميز هذا النوع بكونه **محدودًا في مواقف معينة فقط**، حيث لا يعاني الفرد من قلق إجتماعي عام، بل يظهر الخوف في سياقات محددة مثل:

- التحدث أمام الجمهور
- الأكل أو الكتابة أمام الآخرين
- إجراء مقابلات أو عروض شفوية

ويكون الأداء الإجتماعي في باقي المواقف طبيعيًا نسبيًا، مما يجعل هذا النوع أقل شدة من النوع المعمم، لكنه قد يظل مؤثرًا إذا كانت المواقف المرتبطة به متكررة أو مهمة في حياة الفرد الأكاديمية أو المهنية (Abnormal Psychology ، 2018، 140–143)

ثالثًا: الرهاب الإجتماعي المرتبط بالأداء(Performance Social Anxiety)

يُعد هذا النوع فرعًا من الرهاب المحدد، لكنه يركز بشكل خاص على **مواقف الأداء أمام الآخرين**. في هذا النوع، لا يظهر القلق في التفاعل الإجتماعي العادي، بل فقط عندما يكون الفرد تحت الملاحظة المباشرة أثناء الأداء، مثل:

- إلقاء خطاب
- تقديم عرض شفوي
- المشاركة في عرض فني أو أكاديمي

ويُفسَّر هذا النوع من خلال زيادة التركيز على الذات أثناء الأداء، والخوف من إرتكاب أخطاء مرئية للآخرين، مما يؤدي إلى تدهور الأداء الفعلي نتيجة القلق المسبق (Cognitive Therapy of Anxiety Disorders، 2010، 48–51)

رابعًا: الرهاب الإجتماعي التوقعي(Anticipatory Social Anxiety)

لا يُعتبر هذا النوع تصنيفًا مستقلًا دائمًا، لكنه يُستخدم لوصف حالة القلق التي تسبق المواقف الإجتماعية. حيث يعاني الفرد من:

- توقعات سلبية قبل الحدث الإجتماعي
- تخيل سيناريوهات الفشل أو الإحراج
- ارتفاع القلق حتى قبل حدوث الموقف

هذا النوع يُعد عاملًا مهمًا في استمرار الإضطراب، لأنه يعزز تجنب المواقف الإجتماعية حتى قبل التعرض لها فعليًا.

خامسًا: الرهاب الإجتماعي المصحوب بالتجنب الشديد(Avoidant Pattern)

في هذا النمط، يكون السلوك الأساسي هو **التجنب الواسع للمواقف الإجتماعية**، حيث يقوم الفرد:

- بالإنسحاب من الأنشطة الجماعية
- تجنب العلاقات الجديدة
- تقليل التفاعل الإجتماعي إلى الحد الأدنى

ويُعتبر هذا الشكل من أكثر الأنواع تأثيرًا على جودة الحياة، لأنه يؤدي إلى عزلة إجتماعية واضحة، وقد يتداخل أحيانًا مع سمات اضطراب الشخصية التجنبيةClinical Psychology and Psychotherapy) ، 2002، 224–228)

4-النظريات المفسرة للرهاب الإجتماعي :

النظرية البيولوجية :

التفسير الفيزيولوجي :

تنظر هذه المقاربة إلى الرهاب الإجتماعي باعتباره مرتبطًا بخلل في الوظائف البيولوجية للجسم، خاصة في الجهاز العصبي.

فعند مواجهة موقف إجتماعي، يحدث تنشيط مفرط للجهاز العصبي اللاإرادي، خصوصًا **الجهاز العصبي الودي**، مما يؤدي إلى ظهور أعراض جسدية واضحة مثل:

- تسارع ضربات القلب
- التعرق الزائد
- ارتجاف الأطراف
- احمرار الوجه
- ضيق التنفس

كما تشير بعض الدراسات إلى وجود دور للناقلات العصبية، مثل **السيروتونين والدوبامين**، حيث يؤثر اختلال توازنها على تنظيم القلق والإنفعالات.

إضافة إلى ذلك، يُعتقد أن هناك نشاطًا زائدًا في بعض البنى الدماغية، مثل **اللوزة الدماغية (Amygdala)**، المسؤولة عن معالجة الخوف، مما يجعل الفرد أكثر حساسية للمواقف الإجتماعية.

ومن هذا المنظور، فإن الرهاب الإجتماعي لا يُفهم فقط كخبرة نفسية، بل كإستجابة فيزيولوجية مفرطة لمثيرات إجتماعية يُدركها الدماغ على أنها مهدِّدة.(**Kaplan & Sadock's Synopsis of Psychiatry** ، 2015 ، **402 – 410**)

النظرية السلوكية للرهاب الإجتماعي :

تنظر النظرية السلوكية إلى الرهاب الإجتماعي بوصفه **سلوكًا مكتسبًا** ناتجًا عن عمليات التعلم، وليس اضطرابًا فطريًا بالضرورة.

فهي تفترض أن الفرد لا يولد خائفًا من المواقف الإجتماعية، بل يكتسب هذا الخوف عبر خبرات سابقة مر بها في تفاعلاته مع الآخرين.

في هذا الإطار، يُفسَّر نشوء الرهاب من خلال **الإشراط الكلاسيكي**؛ حيث يرتبط موقف إجتماعي محايد (مثل التحدث أمام الآخرين) بخبرة سلبية (كالتعرض للسخرية أو النقد)، مما يؤدي إلى تكوّن ارتباط شرطي بين الموقف والقلق.

ومع تكرار هذا الإرتباط، يصبح مجرد التعرض للموقف كافيًا لإثارة استجابة الخوف، حتى في غياب الخطر الحقيقي.(Barlow & Durand, 2018, 138–140)

غير أن العامل الحاسم في **استمرار الرهاب الإجتماعي** لا يكمن فقط في التعلم الأولي، بل في آليات **التعزيز السلبي** .

فعندما يتجنب الفرد المواقف الإجتماعية، ينخفض مستوى القلق لديه مؤقتًا، وهذا الإنخفاض يعمل كتعزيز قوي لسلوك التجنب، مما يجعله يتكرر ويترسخ.

وبمرور الوقت، يتحول التجنب إلى إستراتيجية ثابتة، تؤدي إلى حرمان الفرد من فرص تصحيح أفكاره وإكتساب خبرات إجتماعية إيجابية.(Kaplan & Sadock, 2015, 404–406)

كما تشير النظرية السلوكية إلى أن الرهاب الإجتماعي يتغذى على **التعميم**؛ حيث لا يقتصر الخوف على الموقف الأصلي الذي تم تعلمه، بل يمتد ليشمل مواقف إجتماعية مشابهة أو حتى مختلفة، مما يوسع دائرة القلق ويزيد من شدة الاضطراب.

إضافة إلى ذلك، قد يحدث ما يُعرف بـ **الإطفاء غير المكتمل**، حيث لا تتاح للفرد فرصة كافية لمواجهة المواقف المخيفة بشكل متكرر، وبالتالي لا يحدث إنطفاء للإستجابة الشرطية.

ومن منظور أعمق، يمكن القول أن الرهاب الإجتماعي يمثل **حلقة سلوكية مغلقة** تتكون من:

- موقف إجتماعي
- إستجابة قلق
- تجنب
- إنخفاض مؤقت في القلق
- تعزيز التجنب
- زيادة الحساسية للمواقف المستقبلية

نظرية التحليل النفسي للرهاب الإجتماعي :

ينظر التحليل النفسي إلى الرهاب الإجتماعي باعتباره **عرضًا ظاهريًا لصراعات نفسية لاشعورية أعمق**، تعود جذورها إلى خبرات الطفولة المبكرة، خاصة تلك المرتبطة بعلاقات الفرد مع الوالدين وتكوين الأنا. فالفرد لا يخاف من الموقف الإجتماعي في حد ذاته، بل من **الدلالات الرمزية** التي يحملها هذا الموقف في لاشعوره، والتي غالبًا ما ترتبط بالخوف من الرفض أو الإدانة.

وفق هذا المنظور، ينشأ الرهاب نتيجة **صراع بين مكونات الشخصية** (الهو، الأنا، الأنا الأعلى).

فالأنا الأعلى، بما يحمله من معايير صارمة وقيم داخلية، قد يكون مفرطًا في النقد، مما يولد شعورًا دائمًا بعدم الكفاية والخوف من التقييم السلبي.

هذا الصراع الداخلي يخلق حالة من القلق، تقوم الأنا بمحاولة التعامل معها عبر آليات دفاعية.

ومن أبرز هذه الآليات **الإزاحة** و**الإسقاط**؛ حيث يتم تحويل القلق الداخلي المرتبط برغبات أو مشاعر مكبوتة إلى موضوع خارجي أكثر قبولًا، مثل المواقف الإجتماعية.

وهكذا، يصبح الخوف من الآخرين تعبيرًا غير مباشر عن **خوف داخلي من إنكشاف الذات أو فقدان القبول** .(Freud, 1926/1959, 77–85)

كما يؤكد هذا الإتجاه على دور **التجارب الإنفعالية المبكرة،** خاصة تلك التي تتضمن النقد القاسي، الرفض، أو التهديد بفقدان الحب.

فهذه الخبرات تساهم في تكوين "أنا أعلى" صارم، وتؤدي إلى بناء صورة ذاتية هشة، تجعل الفرد أكثر عرضة للشعور بالخجل والقلق في المواقف الإجتماعية.

وبالتالي، فإن الرهاب الإجتماعي يُفهم كإمتداد لهذه الخبرات، وليس كإستجابة معزولة.

وفي سياق أكثر حداثة داخل التحليل النفسي، تشير بعض الطروحات إلى أن الرهاب الإجتماعي يرتبط أيضًا بـ **اضطرابات في التمثلات الداخلية للعلاقات** (Object Relations)، حيث يحمل الفرد تصورًا داخليًا للآخرين بوصفهم ناقدين أو رافضين، حتى في غياب دليل واقعي.

هذا التوقع اللاشعوري يُسقَط على الواقع، فيُدرك الفرد المواقف الإجتماعية كتهديد دائم(Gabbard 2014, 210–215)

النظرية المعرفية للرهاب الإجتماعي :

تنطلق النظرية المعرفية في تفسير الرهاب الإجتماعي من فرضية أساسية مفادها أن الاضطراب لا يرتبط بالموقف الإجتماعي في حد ذاته، بل بكيفية **إدراك الفرد لهذا الموقف وتفسيره ذهنيًا** .فالأشخاص المصابون بالرهاب الإجتماعي لا يعانون من وجود الآخرين، بل من **الطريقة التي يُعاد بها بناء الموقف داخل الذهن بوصفه تهديدًا.**

في هذا السياق، يُنظر إلى الرهاب الإجتماعي باعتباره نتاجًا لـ **تشوهات معرفية متكررة** تشمل المبالغة في تقدير احتمال التقييم السلبي من الآخرين، وتضخيم عواقب الأخطاء الإجتماعية، إضافة إلى التقليل من الكفاءة الذاتية.

هذه التحيزات تجعل الفرد يفسر المواقف المحايدة أو العادية على أنها مواقف تهديد محتملة، مما يرفع مستوى القلق بشكل تلقائي.(Clark & Beck, 2010, 45–52)

ومن أهم العمليات المعرفية التي تساهم في استمرار الرهاب الإجتماعي **الإنتباه الذاتي المفرط**؛ حيث يوجه الفرد تركيزه نحو ذاته بشكل زائد أثناء التفاعل الإجتماعي، فيراقب أدق تفاصيل سلوكه وأعراضه الجسدية (مثل احمرار الوجه أو إرتجاف الصوت).

هذا التركيز الداخلي يقلل من قدرته على معالجة الإشارات الإجتماعية الخارجية بشكل واقعي، ويزيد من الإحساس بالفشل أو الإرتباك.(Rapee & Heimberg, 1997, 741–756)

كما تلعب **المخططات المعرفية السلبية (Schemas)** دورًا محوريًا في تشكيل هذا الاضطراب، إذ يمتلك الفرد معتقدات عميقة ومترسخة مثل: "أنا غير كفء إجتماعيًا" أو "الآخرون سيحكمون عليّ سلبًا".

هذه المخططات تُفعّل تلقائيًا في المواقف الإجتماعية، وتؤثر على تفسير الأحداث بشكل سلبي حتى في غياب أدلة موضوعية.

إضافة إلى ذلك، يُظهر المصابون بالرهاب الإجتماعي نمطًا من **التوقعات الإستباقية السلبية**، حيث يقومون قبل الدخول في الموقف الإجتماعي بتخيّل سيناريوهات فشل وإحراج، مما يؤدي إلى إرتفاع مستوى القلق مسبقًا، وبالتالي يؤثر على الأداء الفعلي، فيتحقق ما كان متوقعًا جزئيًا، مما يعزز المعتقدات السلبية في حلقة معرفية مغلقة.

نظرية العوامل الأسرية في تفسير الرهاب الإجتماعي :

تنطلق نظرية العوامل الأسرية من فكرة أساسية مفادها أن الرهاب الإجتماعي لا ينشأ في فراغ نفسي فردي، بل يتشكل تدريجيًا داخل **سياق عائلي هو أول بيئة إجتماعية للفرد** .

فطريقة التنشئة، ونمط العلاقات داخل الأسرة، والرسائل العاطفية المبكرة، كلها عناصر تُسهم في بناء صورة الذات وتحديد أسلوب التعامل مع الآخرين لاحقًا.

من هذا المنظور، تلعب **أساليب التربية غير السوية** دورًا محوريًا في تكوين قابلية الرهاب الإجتماعي. فالحماية الزائدة، على سبيل المثال، تحد من فرص الطفل في مواجهة المواقف الإجتماعية وتعلم مهارات التفاعل، مما يؤدي إلى ضعف الكفاءة الإجتماعية والشعور بالعجز عند مواجهة الآخرين.

في المقابل، فإن التسلط أو النقد المستمر يرسخ لدى الطفل صورة ذاتية سلبية ويعزز الخوف من الخطأ والتقييم السلبي.(Barlow, 2002, 223–227)

كما تشير هذه النظرية إلى أن **الحرمان العاطفي أو نقص الدعم الوجداني** داخل الأسرة يؤدي إلى اضطراب في بناء التقدير الذاتي، حيث ينشأ الفرد وهو يفتقر إلى الإحساس بالأمان والتقبل غير المشروط.

هذا النقص يجعله أكثر حساسية للنقد الخارجي وأكثر ميلاً لتفسير المواقف الإجتماعية بوصفها تهديدًا لقيمته الشخصية.

ويُضاف إلى ذلك دور **النمذجة الأسرية**؛ إذ قد يكتسب الطفل سلوكيات الرهاب الإجتماعي من خلال ملاحظة أحد الوالدين الذي يتجنب المواقف الإجتماعية أو يظهر خوفًا مفرطًا منها.

هذا التعلم غير المباشر يعزز لدى الطفل فكرة أن التفاعل الإجتماعي يحمل خطرًا يجب تجنبه، مما يرسخ أنماط التجنب المبكرة.(Rapee, 2012, 98–102)

كما أن بعض الدراسات تُبرز أن الأسر التي تعتمد على **المقارنة المستمرة بين الأبناء أو وضع معايير أداء مرتفعة وغير واقعية** تسهم في خلق بيئة ضغط نفسي، تجعل الطفل يعيش حالة دائمة من القلق حول تقييم الآخرين، مما يشكل أرضية خصبة لظهور الرهاب الإجتماعي لاحقًا.

النظرية الإجتماعية والثقافية في تفسير الرهاب الإجتماعي :

تنطلق النظرية الإجتماعية والثقافية من تصور أساسي مفاده أن الرهاب الإجتماعي لا يُفهم فقط كاضطراب فردي، بل كظاهرة تتشكل داخل **نسق إجتماعي وثقافي يحدد معايير السلوك المقبول ويعيد إنتاجها باستمرار** .

فالفرد يتعلم معنى "القبول الإجتماعي" و"الفشل الإجتماعي" من خلال السياق الثقافي الذي يعيش فيه، مما يجعل الرهاب الإجتماعي انعكاسًا لهذه المعايير بقدر ما هو استجابة نفسية داخلية.

في هذا الإطار، تُسهم **البنية الثقافية للمجتمع** في تشكيل درجة حساسية الفرد تجاه التقييم الإجتماعي.

فالمجتمعات التي تُعلي من قيمة الصورة الإجتماعية، وتُشدد على الإلتزام الصارم بالمعايير الأخلاقية أو السلوكية، قد تزيد من إحتمالية ظهور الرهاب الإجتماعي، لأن الفرد يصبح أكثر وعيًا بمراقبة الآخرين له وأكثر خوفًا من الإنحراف عن التوقعات الإجتماعية.(Hofmann, 2007, 307–312)

كما تؤكد هذه النظرية أن **الضغط الإجتماعي المرتبط بالأداء والتقييم** (في المدرسة، العمل، أو العلاقات الإجتماعية) يساهم في تعزيز الشعور بالخوف من الفشل والإحراج.

فالفرد لا يخاف فقط من الموقف الإجتماعي، بل من المعايير الإجتماعية التي تُسقط على هذا الموقف، والتي قد تكون صارمة أو غير واقعية أحيانًا.

ومن جهة أخرى، تلعب **عملية التنشئة الثقافية (Socialization)** دورًا مهمًا في ترسيخ هذه الإستجابات؛ إذ يتعلم الفرد منذ الطفولة أن الأخطاء الإجتماعية قد تُقابل بالرفض أو النقد أو فقدان المكانة، مما يؤدي إلى تكوين حساسية مفرطة تجاه نظرة الآخرين.

هذا التعلم لا يكون مباشرًا فقط، بل يتم أيضًا عبر الرسائل الضمنية التي تنقلها الثقافة مثل: "الخطأ الإجتماعي غير مقبول" أو "الظهور أمام الآخرين يجب أن يكون مثاليًا."

كما تشير هذه المقاربة إلى أن **الفروق الثقافية بين المجتمعات** تؤثر في شدة وانتشار الرهاب الإجتماعي؛ فالثقافات الجماعية التي تعطي أهمية كبيرة لصورة الجماعة والإنسجام الإجتماعي قد تجعل الفرد أكثر عرضة للقلق الإجتماعي مقارنة بثقافات أكثر فردانية، حيث يُسمح بدرجة أكبر من التعبير عن الذات دون خوف مفرط من التقييم.

5-الوقاية و العلاج من الرهاب الإجتماعي :

أولًا: الوقاية من الرهاب الإجتماعي :

تقوم الوقاية من الرهاب الإجتماعي على مجموعة من التدخلات التي تستهدف تقوية عوامل الحماية النفسية والإجتماعية منذ المراحل المبكرة من النمو:

1. تعزيز التنشئة الإجتماعية السليمة:

تلعب الأسرة دورًا محوريًا في الوقاية، من خلال:

- توفير بيئة داعمة خالية من النقد المفرط
- تجنب الحماية الزائدة التي تعيق الإستقلالية
- تعزيز الثقة بالنفس من خلال التشجيع المستمر

تشير الدراسات إلى أن أساليب التنشئة الداعمة تقلل من إحتمالية تطور الرهاب الإجتماعي لاحقًا (Clinical Psychology and Psychotherapy، 2002، 223–227)

.2تنمية المهارات الإجتماعية:

يُعد تدريب الأطفال والمراهقين على:

- الحوار والتواصل
- التعبير عن الذات
- حل المشكلات الإجتماعية

عاملًا وقائيًا مهمًا، لأنه يقلل من الشعور بالعجز في المواقف الإجتماعية ويعزز الكفاءة الذاتية.

3.تعديل الأفكار السلبية المبكرة:

العمل المبكر على تصحيح المعتقدات مثل:

- "الخطأ في الحديث يعني الفشل "
- "الآخرون يحكمون عليّ دائمًا "

يساعد على منع تشكل أنماط التفكير المشوهة التي تمثل أساس الرهاب الإجتماعي لاحقًا (Cognitive Therapy of Anxiety Disorders، 2010، 45–48)

4.التعرض التدريجي للمواقف الإجتماعية:

تشجيع الفرد منذ الصغر على:

- المشاركة في الأنشطة الجماعية
- التحدث أمام الآخرين
- مواجهة المواقف الجديدة تدريجيًا

يساعد على بناء مناعة نفسية ضد الرهاب الإجتماعي.

ثانيًا: علاج الرهاب الإجتماعي :

يعتمد علاج الرهاب الإجتماعي على مقاربة متعددة الأبعاد تشمل العلاج النفسي، الدوائي، والسلوكي.

1 – العلاج المعرفي السلوكي:(CBT)

يُعد العلاج الأكثر فعالية، ويهدف إلى:

- تعديل الأفكار السلبية المشوهة
- إعادة تفسير المواقف الإجتماعية بشكل واقعي
- تقليل سلوك التجنب

كما يعتمد على تقنية **التعرض التدريجي** التي تساعد الفرد على مواجهة المواقف المخيفة بشكل منظم، مما يقلل من استجابة القلق تدريجيًا (Cognitive Therapy of Anxiety Disorders ، 2010، 52–56).

2 – العلاج السلوكي:(Behavior Therapy)

يركز على:

- كسر حلقة التجنب
- التعرض المباشر للمواقف الإجتماعية
- التعلم من خلال التجربة

ويستند إلى مبدأ أن القلق يمكن أن ينطفئ من خلال التكرار والتعرض دون نتائج سلبية (Abnormal Psychology، 2018، 141–145)

3 – العلاج الدوائي:

في الحالات الشديدة، يتم استخدام:

- مضادات الإكتئاب (SSRIs)
- أدوية تنظيم القلق

وتعمل هذه الأدوية على تحسين التوازن الكيميائي في الدماغ، خاصة السيروتونين، مما يقلل من شدة القلق الفيزيولوجي(Kaplan & Sadock’s Synopsis of Psychiatry ، 2015، 402–410)

4 – التدريب على المهارات الإجتماعية:

يهدف إلى:

- تحسين مهارات التواصل
- تعزيز الثقة أثناء التفاعل الإجتماعي
- تقليل الخوف من التقييم

ويتم ذلك عبر التمرين العملي والمحاكاة.

5 – العلاج الجماعي:

يوفر بيئة آمنة للمريض للتفاعل مع الآخرين، مما يساعد على:

- كسر العزلة الإجتماعية
- اكتساب خبرات إيجابية
- تقليل الخوف من التقييم

6 – تقنيات الاسترخاء:

مثل:

- التنفس العميق
- الاسترخاء العضلي التدريجي

وتهدف إلى تقليل الأعراض الفيزيولوجية المصاحبة للقلق.

الخلاصة :

خلص هذا الفصل إلى أن الرهاب الإجتماعي في سن المراهقة يعد إضطرابا نفسيا يؤثر بشكل واضح في التوافق النفسي والإجتماعي للمراهق، نظرا لما يسببه من خوف وقلق في المواقف الإجتماعية المختلفة كما تبين أن ظهور هذا الإضطراب يرتبط بعدة عوامل متداخلة منها العوامل الأسرية والمعرفية والإنفعالية والبيئية.

وقد أظهرت الدراسات أن الرهاب الإجتماعي ينعكس سلبا على الثقة بالنفس والتحصيل الدراسي، والعلاقات الإجتماعية .

ومن خلال ما تم عرضه تتضح أهمية الكشف المبكر والتدخل النفسي والتربوي من أجل الحد من أثار هذا الإضطراب ومساعدة المراهق على تحقيق توافق نفسي وإجتماعي أفضل .

الفصل الثالث : التحصيل الدراسي

- **تمهيد**
- **تعريف التحصيل الدراسي :**
- **أنواع التحصيل الدراسي :**
- **مبادئ التحصيل الدراسي :**
- **أهداف التحصيل الدراسي :**
- **العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي**
- **الخلاصة :**

تمهيد :

يعد التحصيل الدراسي من أهم المؤشرات التي تعكس مستوى نجاح العملية التعليمية و مدى قدرة المتعلم على إكتساب المعارف والمهارات المختلفة، وقد حضي هذا المفهوم بإهتمام واسع في الدراسات النفسية و التربوية لما له من إرتباط مباشر بمستقبل الفرد الأكاديمي و الإجتماعي و يتأثر التحصيل الدراسي بعدة عوامل متداخلة منها العوامل النفسية و المعرفية و الأسرية و المدرسية و الإجتماعية، مما يجعله ظاهرة معقدة تستدعي الدراسة و التحليل.

كما أن مرحلة المراهقة تعد من المراحل الحساسة التي قد تشهد تذبذبا في الأداء الدراسي نتيجة التغيرات النفسية و الإنفعالية التي يمر بها المراهق، لذلك يسعى هذا الفصل إلى تناول مفهوم التحصيل الدراسي والعوامل المؤثرة فيه و أبرز مظاهره و إنعكاساته التربوية و النفسية .

تعريف التحصيل الدراسي :

لغة:

المقصود بـ"الحاصل" من الشيء هو ما يبقى ويثبت بعد زوال غيره، ويُقال: حصل الشيء حصولًا ومحصولًا.

أما "التحصيل" فيدل على تمييز ما تمّ الحصول عليه، ويُطلق إسم "الحصيلة" على الناتج المتبقي، كما أن "تحصّل" بمعنى تجمّع وثبت، و"المحصول" هو ما تحقق وبقي.

وقد ورد في اللغة أيضًا أن الدابة إذا "حصلت" أكلت التراب أو الحصى فإستقر في جوفها (الفيروز، 2008، 371).

ويُستعمل لفظ "الحاصل" كذلك للدلالة على ما يبقى من الحساب أو الأعمال ونحوها، بينما يشير "التحصيل" إلى إبراز وتمييز ما تحقق.

و"الحصائل" جمع "حصيلة"، وتعني البقايا، وقد استُخدم هذا المعنى في قول لبيد:

"كل إمرئ يومًا سيعلم سعيه *** إذا حصلت عند الإله الحصائل"أي عندما تُجمع الأعمال وتُبيَّن نتائجها.

كما ورد في تفسير قوله تعالى: "وحُصِّل ما في الصدور" بمعنى كُشف وبُيّن، وقيل مُيّز أو جُمع (ابن منظور،1994، 901).

إصطلاحا :

يُقصد بالتحصيل الدراسي ما يكتسبه الفرد في المدرسة من معارف خلال دراسته لمادة معينة، إضافةً إلى ما يدركه من علاقات بين هذه المعارف وما يستخلصه منها من حقائق، وهو ما ينعكس في أداءه عند خضوعه لإختبارات تُبنى وفق أسس محددة تسمح بتقدير هذا الأداء كمّيًا فيما يُعرف بدرجات التحصيل (الحامد، 1996، 01).

كما يُشير إلى ما تقيسه الإختبارات التحصيلية في مختلف المراحل التعليمية، حيث يُعبَّر عنه بالمجموع الكلي لدرجات التلميذ في جميع المواد الدراسية (سيد خير الله، 1981، 166).

ويُعرَّف كذلك بأنه مستوى الإنجاز الذي يحققه التلميذ في مادة دراسية واحدة أو في مجموعة من المواد، ويُقدَّر بالدرجات وفق الإمتحانات التي تُنظمها المدرسة في نهاية العام الدراسي، والتي يُبنى عليها الحكم بإنتقاله من صف دراسي إلى آخر (حسين سليمان قرة، 1970، 21).

1. أنواع التحصيل الدراسي :

2-1التحصيل الدراسي الجيد :

يتمثل التحصيل الدراسي المرتفع في السلوك الذي يُظهر فيه الفرد أداءً يتجاوز المستوى المتوقع منه في ضوء قدراته واستعداداته الخاصة أي أن التلميذ المتفوق دراسيًا يكون قادرًا على تحقيق مستويات تحصيل تفوق متوسط أقرانه داخل الصف، سواء من حيث العمر العقلي أو الزمني.

ويُعزى هذا التفوق إلى مجموعة من العوامل، من أبرزها المثابرة، وإرتفاع دافعية الإنجاز، والإستقرار الإنفعالي، و وضوح الأهداف، إضافة إلى روح المنافسة (صالحي، 2013).

2-2التحصيل الدراسي المتوسط :

في هذا النوع من التحصيل الدراسي، تعكس الدرجة التي يحققها التلميذ مستوى يقارب نصف ما يمتلكه من إمكانات وقدرات، حيث يكون أداءه في حدود المتوسط، كما أن قدرته على الإحتفاظ بالمعلومات تكون بدورها متوسطة.

2-3التحصيل الدراسي الضعيف :

يُستعمل مصطلح التحصيل الدراسي الضعيف للإشارة إلى حالة الطفل الذي يُظهر قصورًا ملحوظًا في بلوغ مستوى معين من الأداء الدراسي الذي تسعى المدرسة إلى تحقيقه.

ويُعرّف (نعيم الرفاعي، 1966، 439) هذا الضعف بأنه عجز التلميذ عن إستيعاب محتوى البرنامج الدراسي وإتقانه في مختلف المواد، وهو ما يعكس فجوة واضحة بين ما يُتوقع من الفرد إنجازه وما يحققه فعليًا من تحصيل.

وبالتالي، فإن التلميذ المتأخر دراسيًا يبدو أداءه دون المستوى رغم إمتلاكه قدرات عقلية وإستعدادات قد تكون كافية، مما يشير إلى أن هذا التأخر لا يرتبط دائمًا بإعاقة ذاتية، بل قد يكون ناتجًا عن عوامل بيئية أو ثقافية أخرى (زكية بن لعرج، 2005، 56-57).

2. مبادئ التحصيل الدراسي :

3-1 الإستعداد والميول :

يعد من المبادئ الأساسية التي تُيسّر عملية التعلّم لدى التلميذ؛ إذ كلما تعزّزت إستعداداته ومكتسباته العقلية والجسمية والإنفعالية والإجتماعية، وإزداد ميله نحو مادة دراسية معيّنة، إرتفع مستوى تحصيله فيها.

3-2 التجديد والحداثة :

يؤدي الروتين لدى التلميذ إلى الحدّ من إبداعه، في حين أن التجديد يعزّز روح التحدي وينمّي التفكير المنطقي، مما يسهم في تحسين مستوى التحصيل الدراسي (سعد الله، 1982).

3-3 المشاركة داخل القسم:

- تساعد على تنمية الذكاء والتفكير
- تنمي روح المنافسة لدى التلاميذ
- تساعد على إكتشاف أخطاء بين التلاميذ
- تنمية الرصيد المعرفي
- تحسين التحصيل الدراسي بين التلاميذ

3-4 البيئة :

تتم عملية التحصيل الدراسي داخل بيئة إجتماعية طبيعية خاصة بالتلميذ، حيث تؤدي الأسرة والشارع دورًا مهمًا في التأثير عليه، سواء بتعزيز مستوى تحصيله أو إضعافه، وذلك تبعًا لطبيعة التأثير الذي يُمارس عليه.

3-5 الدافع :

من المعروف أنه لا يصدر أي سلوك دون وجود دوافع أو حوافز تحرّكه؛ فلكل تلميذ دوافع نفسية وإجتماعية قد تدفعه إلى الإقبال على الدراسة أو تُثنيه عنها.

ومن هنا، ينبغي على المعلمين توظيف هذه الدوافع وإستثمارها لتحفيز المتعلمين على تحقيق تحصيل دراسي بنّاء وإيجابي (سعد الله،1982).

3-6 الجزاء :

يؤكد المختصون في المجال النفسي على أهمية التعزيز، ولا سيما الثواب، في تحفيز التلاميذ على الإقبال على الدراسة؛ إذ يسهم التقدير والتشجيع من طرف الأستاذ في تعزيز دافعيتهم، مما ينعكس إيجابًا على مستوى تحصيلهم الدراسي، وعلى العكس من ذلك فإن الإفراط في العقاب قد يؤدي إلى تفاقم المشكلات الدراسية، مثل التسرب المدرسي وضعف التحصيل أو الفشل الدراسي (برو، 2010).

4- أهداف التحصيل الدراسي :

أ -تقويم التلميذ:

يعدّ تقويم التلميذ عملية منهجية قائمة على أسس علمية دقيقة، تهدف إلى قياس مستوى إكتساب المعارف والمهارات والكفاءات في مختلف المواد الدراسية عبر مراحل تعليمية متدرجة.

ويستند هذا التقويم إلى معايير موضوعية تسمح بالحكم على مدى تحقق الأهداف التعليمية، بحيث لا يتم إنتقال التلميذ من مستوى إلى آخر إلا بعد إستيفائه للحد الأدنى من الكفايات المطلوبة، بما يضمن إستمرارية التعلم بشكل تراكمي ومنظم.

ب - تشخيص قدرات التلميذ:

يهدف تشخيص قدرات التلميذ إلى الكشف عن الفروق الفردية بين المتعلمين من حيث الإستعدادات والميول والقدرات العقلية، وذلك من أجل توجيه العملية التعليمية بما يتلاءم مع خصائص كل فئة.

ويسهم هذا التشخيص في توزيع التلاميذ ضمن مجموعات متجانسة نسبيًا، مما يتيح تكييف أساليب التدريس وإستراتيجيات التعلم وفق الإمكانات الفردية، ويعزز فرص تنمية المواهب وتحقيق تعلم فعّال ومتكافئ (العرفاوي، 2021، 194)

5 – العوامل المؤثرة في التحصيل الدراسي

أ – العوامل الفردية (العقلية)

تشير العوامل الفردية إلى جملة الخصائص الذاتية التي تميز التلميذ، والتي تشمل قدراته العقلية وسماته الشخصية، حيث تؤدي هذه العوامل دورًا حاسمًا في تحديد مستوى أدائه الدراسي.

فالفروق الفردية بين المتعلمين، سواء من حيث الإستعدادات أو الإمكانات الذهنية، تنعكس بشكل مباشر على قدرتهم على الفهم والإستيعاب والتحصيل.

وتندرج ضمن هذه العوامل القدرات العقلية، التي تتمثل في جملة الإمكانات المعرفية مثل التفكير، والإنتباه، والإدراك، والذاكرة، والإستدلال، والتي تُعدّ أساسًا في إكتساب المعرفة.

ويُلاحظ أن إنخفاض مستوى هذه القدرات قد يكون من بين الأسباب الرئيسية للتأخر الدراسي (محمد مصطفى ، 1973، 145)

ومن بين أبرز هذه القدرات:

- **الذكاء** :يُعدّ الذكاء من أهم المحددات الأساسية للتحصيل الدراسي، نظرًا لإرتباطه الوثيق بقدرة التلميذ على التعلم والتكيف مع المواقف التعليمية المختلفة.

  فكلما إرتفع مستوى الذكاء، تحسّن الأداء الدراسي، مع الإشارة إلى أن هذا التأثير يختلف بإختلاف المراحل الدراسية (القاضي يوسف مصطفى ، 1981، 427)

- **الذاكرة** :تُعدّ الذاكرة من العمليات المعرفية الأساسية التي يعتمد عليها التعلم، إذ تمكّن المتعلم من ترميز المعلومات وتخزينها ثم إسترجاعها عند الحاجة.

  وتلعب دورًا محوريًا في فهم المحتوى الدراسي وربط المعارف السابقة بالجديدة، مما يسهم في ترسيخ التعلم وتحسين مستوى التحصيل الدراسي.

  كما أن كفاءة الذاكرة، من حيث دقة الإسترجاع وسرعته، تؤثر بشكل مباشر في أداء التلميذ، حيث يرتبط ضعفها بصعوبات في الإستيعاب والتذكر، وهو ما قد ينعكس سلبًا على نتائجه الدراسية (محمد مصطفى، 1973، 145)

- **التفكير**:يمثل التفكير عملية عقلية عليا تتضمن تحليل المعلومات وتنظيمها وربطها بهدف الوصول إلى إستنتاجات أو حلول مناسبة.

ويشهد التفكير خلال مرحلة المراهقة تطورًا ملحوظًا، حيث يصبح أكثر تجريدًا ومنطقية، مما يساعد المتعلم على فهم العلاقات بين المفاهيم وحل المشكلات بفعالية، وهو ما ينعكس إيجابيًا على التحصيل الدراسي (برور مصطفى، 109،1993)

- **القدرات الخاصة :** تشير القدرات الخاصة إلى منظومة من الإستعدادات العقلية النوعية التي ترتبط بمجالات معرفية أو مهارية محددة، كالقدرة اللغوية، والعددية، والمكانية، والتي تُمكّن المتعلم من أداء مهام معينة بكفاءة تفوق غيره.

وتتميّز هذه القدرات بكونها أكثر تخصصًا من الذكاء العام، إذ تعكس جوانب دقيقة من الأداء المعرفي، وتتأثر بعوامل فطرية وأخرى بيئية مكتسبة.

وقد بيّنت العديد من الدراسات التربوية وجود علاقة إرتباطية قوية بين القدرات الخاصة ومستوى التحصيل الدراسي، حيث تسهم هذه القدرات في تسهيل عمليات الفهم والتحليل والتركيب، خاصة في المواد التي تتطلب مهارات نوعية.

فالقدرة اللغوية، على سبيل المثال، تُعدّ من أهم محددات النجاح الأكاديمي، نظرًا لدورها في إستيعاب النصوص، وفهم التعليمات، والتعبير عن الأفكار بصورة دقيقة، في حين ترتبط القدرة العددية بالأداء في المواد العلمية التي تتطلب التفكير الكمي والمنطقي.

كما تبرز أهمية القدرات الخاصة بشكل أكبر في المراحل التعليمية المتقدمة، حيث تتزايد متطلبات التعلم من حيث التعقيد والتخصص، وتتسع الفروق الفردية بين المتعلمين.

ومن ثمّ، فإن عدم مراعاة هذه الفروق قد يؤدي إلى تدني مستوى التحصيل لدى بعض التلاميذ، رغم إمتلاكهم لقدرات كامنة غير مستثمرة بالشكل المناسب.

وعليه، فإن الكشف المبكر عن هذه القدرات وتوجيهها يُعدّ من العوامل الأساسية في تحسين الأداء الدراسي وتحقيق التكيف الأكاديمي (القاضي يوسف مصطفى ، 1981، 332)

ب – العوامل الجسمية:

تُعد العوامل الجسمية من بين العوامل المرتبطة بالصحة العامة، إذ أن سلامة كلٍّ من العقل والجسم تُعتبر شرطًا أساسيًا لإكتساب المعارف المختلفة بصورة جيدة.

فضعف البنية الصحية يجعل الفرد أكثر عرضة للإجتهاد والتعب، ويقلل من إستعداده لبذل الجهد، مما قد يؤدي إلى التأخر الدراسي (زكية بن لعرج،2005، 65).

ومن بين هذه العوامل نذكر:

- **البنية الجسمية:** يُعد ضعف البنية العامة من أبرز العوامل التي تسهم في حدوث التأخر الدراسي، نظرًا لما يترتب عنه من قابلية أكبر للتعب وإنخفاض القدرة على بذل الجهد (أبو الفتوح رضوان، 1994، 65).

كما أن الإضطرابات الوظيفية التي تصيب أجهزة الجسم تؤثر سلبًا على الصحة العامة للتلميذ، مما يؤدي إلى تكرار غياباته عن المدرسة، وبالتالي حدوث فجوات في تحصيله المعرفي. وقد يصاحب ذلك ضعف في القدرة على التركيز، خاصة عند الإصابة بالمرض، الأمر الذي يعوق متابعة الدراسة بشكل طبيعي (مولاي بودحيلي، 2002، 335).

- **الخلو من العاهات الجسمية:** إن خلو التلميذ من العاهات الجسمية، خاصة تلك المرتبطة بإضطرابات النطق والكتابة، يُسهم في جعل نشاطه المدرسي يسير بشكل عادي، خلافًا لمن يعاني من اضطراب ما (إبراهيم عبد الخالق، 120).

فوجود مثل هذه الإضطرابات يعيق التلميذ ويحد من قدرته على الإستفادة من الدروس أو متابعتها، كما قد يجعله عرضة للسخرية من قبل زملائه، إضافة إلى ما يواجهه من صعوبات تعلم.

وينعكس ذلك سلبًا على مردوده الدراسي، حيث يتجه إهتمامه إلى ذاته ويضعف تركيزه على الدراسة (مولاي بودحيلي محمد، 2002، 340).

- **الحواس:** تلعب الحواس دورًا أساسيًا في إستقبال المعلومات وفهمها، لاسيما حاستي السمع والبصر، إذ أن سلامتهما تسهّل على التلميذ متابعة الدروس وإستيعابها بشكل أفضل، مما ينعكس إيجابًا على تحصيله الدراسي.

وفي المقابل، فإن وجود اضطرابات حسية حتى وإن كانت بسيطة قد يؤثر سلبًا على هذا التحصيل، خاصة إذا لم تكن واضحة أو لم يتم الإنتباه إليها.

ومن أمثلة ذلك ضعف البصر الجزئي، وعمى الألوان، وكذا الإضطرابات السمعية الخفيفة أو المتوسطة، والتي غالبًا ما يصعب على المعلم ملاحظتها.

كما قد تعود بعض الحالات الأكثر تعقيدًا إلى اضطرابات عصبية مرتبطة بالمراكز الحسية، أو إلى ضعف في التوافق الحسي الإدراكي، إضافة إلى حالات عسر قراءة الكلمات. ويُعد هذا النوع من الإضطرابات ذا تأثير كبير على مستوى التحصيل، خاصة في مهارتي القراءة والكتابة (محمد خليفة بركات، 1979، 359).

ت – العوامل الإنفعالية:

ومن بين أهمها:

- **قوة الدافعية للتعلم:**

تشير إلى الرغبة القوية لدى التلميذ في المثابرة والإهتمام بالدراسة والتحصيل، حيث تُعد بمثابة قوة دافعة تحفّزه على إستثمار قدراته إلى أقصى حد لتحقيق النجاح والتفوق (يوسف مصطفى القاضي ،1981، 432–434).

وفي المقابل، فإن ضعف الدافعية يؤدي إلى عدة مظاهر سلبية، من بينها فقدان الحماس نحو الدراسة، وعدم وضوح الأهداف أو الإيمان بها، وقد يصل الأمر إلى سلوكيات عدوانية أو لامبالاة، وهي عوامل تعزز الفشل الدراسي بينما تساهم الدوافع القوية في تحفيز التلميذ نحو تحقيق التفوق (مدحت عبد اللطيف، 1990، 20).

- **تكوين مفهوم إيجابي عن الذات:**

تلعب إتجاهات التلميذ نحو ذاته دورًا محوريًا في توجيه سلوكه، كما أن إدراكه لقدراته وإمكاناته يسهم بشكل كبير في تحسين تحصيله الدراسي.

فإمتلاك صورة إيجابية عن الذات يعزز الشعور بالأمن النفسي، ويدعم القدرة على مواصلة الجهد وتحقيق الأهداف.

كما يشكل عامل ضغط إيجابي يدفع نحو تحقيق الذات وتعزيز الثقة بالنفس (يوسف مصطفى القاضي ، 132).

- **مستوى الطموح والرغبة في التفوق:**

يعكس الطموح ما يسعى التلميذ إلى تحقيقه، وهو عامل مؤثر في درجة نشاطه ومثابرته. ويرتبط الطموح بعوامل أسرية وخبرات النجاح السابقة، حيث يسعى التلميذ غالبًا إلى تحقيق النجاح إقتداءً بنماذج ناجحة داخل أسرته (رجاء محمود، 1986، 201).

- **الميل نحو المادة الدراسية:**

يُعد ميل التلميذ نحو مادة دراسية معينة، وكذلك إتجاهه نحو أستاذها، من العوامل المؤثرة في تحصيله.

فكلما زاد إهتمامه بالمادة وشعوره بالمتعة أثناء دراستها، إرتفع مستوى إنتباهه وإستمر نشاطه، مما يؤدي إلى تحقيق نتائج أفضل فيها (إبراهيم عبد الخالق، 1998، 53).

ج – العوامل البيئية

ومن أهمها:

- **العوامل الأسرية:**

تُعد الأسرة المحيط الأول الذي ينشأ فيه الفرد، ومن ثم فهي تؤثر بشكل مباشر في تحصيله الدراسي.

حيث يرى بعض الباحثين أن نجاح الطفل أو فشله الدراسي يرتبط إلى حد كبير بتجاربه المبكرة داخل الأسرة، وبطبيعة العلاقات السائدة بين أفرادها، خاصة العلاقة بين الوالدين والطفل (زكية بن لعرج،2005، 65).

كما أن توفر جو أسري يتسم بالهدوء والإستقرار يسهم في تحقيق الراحة النفسية والجسمية والعقلية للطفل، مما ينعكس إيجابًا على نمو شخصيته وتحصيله الدراسي .

- **العوامل الإقتصادية:**

تؤثر الوضعية الإقتصادية للأسرة بشكل مباشر في التحصيل الدراسي؛ إذ أن الظروف المادية الصعبة قد تُفضي إلى اضطرابات في الإستقرار النفسي والسلوكي للطفل، كما تحدّ من إمكانية توفير بيئة ملائمة للمذاكرة، فضلًا عن العجز عن تأمين الوسائل واللوازم الدراسية الضرورية.

ويترتب عن ذلك ضعف إستجابة التلميذ لمتطلبات التعلم، مما ينعكس في تدني نتائجه الدراسية وصعوبة تكيفه مع الوسط المدرسي (زكية بن لعرج،2005، 55).

- **العوامل الثقافية:**

يُعدّ المستوى الثقافي للوالدين من المحددات الأساسية للتحصيل الدراسي؛ حيث تسهم البيئة الأسرية الواعية في تنمية دافعية الطفل نحو التعلم، من خلال تشجيعه على المطالعة والمتابعة المستمرة لدروسه في المقابل، قد يؤدي تدني المستوى الثقافي لدى بعض الأسر إلى إهمال متابعة الأبناء وعدم توجيههم، بل وقد يصل الأمر إلى التقليل من أهمية التعليم، الأمر الذي ينعكس سلبًا على مردودهم الدراسي (عبد الحميد مرسي، 1973، 314).

- **العوامل المدرسية :**

تُعتبر المدرسة مؤسسة تربوية محورية تلي الأسرة في الأهمية، حيث تضطلع بدور تكميلي يتمثل في تعديل السلوكات غير السوية وتهيئة الظروف الملائمة لتحقيق نمو متكامل للتلميذ ومن بين أبرز مكونات هذا المحيط:

المعلم:

يُعدّ المعلم الركيزة الأساسية في العملية التعليمية–التعلمية، لما له من تأثير مباشر في مستوى التحصيل الدراسي.

فالمعلم الكفء هو الذي يراعي الفروق الفردية بين التلاميذ، ويتسم بالحيوية والمرونة، ويمتلك كفاءات مهنية في التخطيط والتقويم، مما يعزز دافعية التعلم لدى التلاميذ ويشجعهم على الإنخراط الفعّال في النشاطات الصفية (علي راشد، 2002، 40).

في حين أن المعلم الذي يفتقر إلى الكفاءة المهنية ولا يحسن ضبط إنفعالاته ويلجأ إلى أساليب القسوة، قد يُسهم في توليد مشاعر سلبية لدى التلميذ، كالإحساس بالنقص والذنب، وهو ما قد ينتهي إلى الإخفاق الدراسي (خليل وديع شكور، 60–61).

أساليب التدريس:

تلعب طرائق التدريس دورًا حاسمًا في تحديد جودة التعلم ،فالأساليب الحديثة التي تعتمد على التفاعل والحوار وإشتراك التلميذ في بناء المعرفة، من شأنها أن تجعل التعلم أكثر تشويقًا، وتسهم في تثبيت المعلومات وتنمية التفكير التأملي (طه فرج عبد القادر، 1982، 104).

أما الأساليب التقليدية القائمة على التلقين والحفظ الآلي، فإنها غالبًا ما تؤدي إلى الملل وضعف التركيز، مما يؤثر سلبًا في مستوى التحصيل الدراسي (محمد أحمد سعفان ، 2002، 56).

المنهاج الدراسي:

يُعرَّف المنهاج الدراسي بأنه مجموع الخبرات التربوية التي تتيحها المدرسة قصد تحقيق النمو الشامل والمتكامل للتلميذ (محمد أحمد سعفان ، 2002، 78).

ويتوقف أثر المنهاج في التحصيل الدراسي على مدى تكامله وتنظيمه، ومدى توافقه مع الخصائص النمائية (الفسيولوجية والنفسية) للتلاميذ، إضافة إلى مدى مسايرته للتغيرات الإجتماعية والإقتصادية (زكية بن لعرج ، 1972، 279).

الثواب والعقاب:

يمثل التعزيز بنوعيه (الإيجابي والسلبي) آلية مهمة في توجيه سلوك التلميذ؛ إذ يعمل الثواب على تدعيم السلوكات المرغوبة وزيادة دافعية التحصيل، في حين يهدف العقاب إلى الحد من السلوكات غير المقبولة (عبد الرحيم نصر الله، 2004، 136-137).

غير أن الإفراط في إستخدام العقاب، خاصة إذا كان ذا طابع جسدي أو نفسي قاسٍ، قد يؤدي إلى نتائج عكسية، تتمثل في إضعاف الدافعية وتحطيم الثقة بالنفس، مما ينعكس سلبًا على المسار الدراسي للتلميذ (أحمد مصطفى زيدان، 1975، 187).

مواظبة التلميذ على الدراسة :

تُعدّ المواظبة على حضور الدروس من العوامل الأساسية في تحقيق النجاح الدراسي؛ إذ أن الإنقطاع المتكرر يُفضي إلى تراكم الثغرات المعرفية، لا سيما في المواد ذات الطابع التراكمي كالرياضيات، التي يستلزم فهمها إستيعابًا متسلسلًا للمفاهيم.

ويرتبط عدم الإنتظام في الحضور بعدة عوامل، من بينها:

المشكلات الصحية، والتنقل المستمر للأسرة، وسوء التكيف مع البيئة المدرسية، إضافة إلى ضعف المتابعة الأسرية (نعيم الرفاعي ، 1966، 456).

الخلاصة :

خلص هذا الفصل إلى أن التحصيل الدراسي يمثل عنصرا أساسيا في تقييم مستوى التعلم و الكفاءة الأكاديمية لدى التلميذ، و أنه يتأثر بمجموعة من العوامل النفسية و الإجتماعية و الأسرية و المدرسية المتداخلة كما تبين أن الصحة النفسية و التوافق الإجتماعي و الدافعية للتعلم تلعب دورا مهما في تحسين الأداء الدراسي أو تراجعه.

وقد أظهرت الدراسات أن ضعف التحصيل الدراسي لا يرتبط فقط بالقدرات العقلية بل قد يكون نتيجة لإضطرابات إنفعالية أو ظروف بيئية غير ملائمة .

ومن خلال ما تم عرضه، تتضح أهمية توفير بيئة تربوية و نفسية داعمة تساعد المتعلم على تنمية قدراته وتحقيق نجاحه الأكاديمي بصورة أفضل

الفصل الرابع: مظاهر تأثير الرهاب الاجتماعي على التحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين

- تمهيد
- مظاهر تأثير الرهاب الإجتماعي على التحصيل الدراسي لدى المراهق
- العلاقة بين الرهاب الإجتماعي و التحصيل الدراسي لدى المراهق المتمدرس
- الدراسات السابقة عن الرهاب الإجتماعي و التحصيل الدراسي
- التعقيب على الدراسات السابقة
- الخلاصة

تمهيد :

يشهد سن المراهقة تغيرات نفسية وانفعالية واجتماعية عميقة تجعل المراهق أكثر حساسية للتقييم الاجتماعي ولمواقف التفاعل داخل البيئة المدرسية. ويُعد الرهاب الاجتماعي من أكثر الاضطرابات النفسية تأثيرًا على التوافق المدرسي والتحصيل الدراسي، لما يسببه من خوف مفرط من المواقف الاجتماعية والتقييم السلبي من الآخرين. وتظهر انعكاسات هذا الاضطراب في عدة مظاهر أكاديمية وسلوكية وانفعالية تؤثر بشكل مباشر أو غير مباشر على الأداء الدراسي للمراهق، سواء من خلال ضعف المشاركة الصفية أو تجنب الأنشطة المدرسية أو انخفاض الثقة بالنفس والدافعية للتعلم. ومن هذا المنطلق، يهدف هذا الفصل إلى إبراز أهم مظاهر تأثير الرهاب الاجتماعي على التحصيل الدراسي لدى المراهق من خلال تحليل أبعاده النفسية والتربوية و السلوكية داخل الوسط المدرسي .

1 . مظاهر تأثير الرهاب الإجتماعي على التحصيل الدراسي لدى المراهق :

يؤثر الرهاب الإجتماعي بشكل واضح على التحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين إذ ينعكس على مختلف الجوانب النفسية والمعرفية والسلوكية داخل الوسط المدرسي، فالمراهق الذي يعاني من الرهاب الإجتماعي يعيش حالة مستمرة من القلق والخوف من المواقف الإجتماعية التي تتطلب التفاعل مع الأخرين خاصة داخل القسم الدراسي مما يؤثر على أدائه الأكاديمي وتوافقه المدرسي (الطراونة، 2017، 94).

فمن بين مظاهر الرهاب الإجتماعي التي تؤثر على التحصيل الدراسي نذكر ما يلي:

- **ضعف المشاركة الصفية و التفاعل داخل القسم:** يعتبر ضعف المشاركة الصفية من أبرز المظاهر التي تظهر لدى المراهق المصاب بالرهاب الإجتماعي حيث يشعر التلميذ بخوف شديد عند التحدث أمام زملاءه أو الإجابة عن أسئلة الأستاذ داخل القسم ويكون هذا الخوف ناتجا عن توقعه المستمر للتعرض للسخرية أو الإنتقاد أو الإحراج، وهذا الأمر الذي يدفعه إلى تجنب المواقف التي تتطلب منه التفاعل أو التعبير عن رأيه، كما يفضل الجلوس في أماكن بعيدة عن الأنظار داخل القسم ويتجنب رفع يده للمشاركة حتى وإن كان يعرف الإجابة الصحيحة .

ويؤدي هذا السلوك الإنسحابي إلى حرمان التلميذ من فرص التعلم النشط والتفاعل الصفي الذي يساعد على تنمية الفهم والإستيعاب وإكتساب المهارات المعرفية والإجتماعية، كما أن ضعف المشاركة الصفية يجعل الأستاذ يعتقد أحيانا أن التلميذ غير مهتم بالدراسة أو يعاني من ضعف في المستوى الدراسي في حين أن السبب الحقيقي يكون مرتبطا بالخوف والرهاب الإجتماعي .

وترى **سليمان** أن المراهق الذي يعاني من الرهاب الإجتماعي يتجنب الظهور داخل الجماعة بسبب خوفه من تقييم الأخرين له، مما يؤدي إلى ضعف تفاعله داخل القسم وإنخفاض مشاركته في الأنشطة التعليمية المختلفة. (سليمان، 2015، 121) .

كما يؤكد **الطراونة** أن المشاركة الصفية تعتبر عنصرا أساسيا في العملية التعليمية وغيابها يؤدي إلى ضعف التفاعل المعرفي والانفعالي للتلميذ داخل القسم مما ينعكس سلبا على تحصيله الدراسي ومستوى توافقه المدرسي. (**الطراونة**، 2017، 94).

- **إضطراب التركيز وضعف الإنتباه أثناء الحصص الدراسية:** يعاني المراهق المصاب بالرهاب الإجتماعي من صعوبة كبيرة في التركيز والإنتباه أثناء الحصص الدراسية بسبب سيطرة القلق والخوف على تفكيره، فبدل أن يركز على شرح الأستاذ أو إستيعاب المعلومات المقدمة يصبح منشغلا بمراقبة تصرفاته وطريقة حديثه ونظرة الأخرين إليه كما يخشى الوقوع في الخطأ أو التعرض للإحراج أمام زملائه .

ويؤدي هذا الإنشغال النفسي إلى تشتث الإنتباه وضعف القدرة على الفهم والإستيعاب والتذكر مما يجعل التلميذ أقل قدرة على متابعة الدروس أو الإحتفاظ بالمعلومات لفترة طويلة، كما أن القلق المستمر يضعف العمليات العقلية المعرفية كالتفكير والتركيز والتحليل وهو ما ينعكس بشكل مباشر على نتائج التلميذ الدراسية .

ويشير **الداهري** إلى أن الرهاب الإجتماعي يؤدي إلى إستنزاف الطاقة النفسية والعقلية للفرد مما يسبب ضعف الإنتباه والتركيز أثناء التعلم ويؤثر على الأداء الأكاديمي للتلميذ.(الداهري، 2013، 88) .

كما يرى **عبد الستار إبراهيم** أن التلميذ الذي يعيش في حالة خوف وتوتر دائم يصبح أقل قدرة على تنظيم أفكاره وإستيعاب المعلومات حيث يسيطر عليه التفكير السلبي والقلق بدل التركيز على عملية التعلم . (عبد الستار إبراهيم، 2000، 177) .

- **الخوف من الإمتحانات والمواقف التقويمية :** يعد الخوف من الإمتحانات والمواقف التقويمية من أكثر المظاهر المرتبطة بالرهاب الإجتماعي لدى المراهقين المتمدرسين خاصة الإمتحانات الشفوية والعروض التقديمية التي تتطلب مواجهة الأخرين والتحدث أمامهم، فالمراهق المصاب بالرهاب الإجتماعي يشعر بقلق شديد عند الوقوف أمام الأستاذ أو الزملاء ويخشى أن يخطئ أو يتعرض للسخرية أو الفشل .

كما تظهر على التلميذ أثناء هذه المواقف مجموعة من الأعراض النفسية والجسمية مثل الإرتجاف والتعرق وتسارع ضربات القلب أيضا جفاف الحلق وصعوبة الكلام إضافة إلى الإرتباك والتلعثم أثناء الإجابة، وقد يكون التلميذ متمكنا من المادة الدراسية إلى أن شده القلق والخوف تمنعه من التعبير عن معلوماته بشكل جيد أثناء الإمتحان .

ويرى **ملحم** أن القلق المرتبط بالمواقف التقويمية يؤدي إلى إضطراب الأداء الأكاديمي لدى التلميذ حيث يفقد القدرة على التركيز والتفكير السليم أثناء الإمتحانات مما يؤثر سلبا على نتائجه الدراسية (ملحم، 2004 ، 210) .

كما يشير **الخالدي** إلى أن المراهق المصاب بالرهاب الإجتماعي ينظر إلى الإمتحانات الشفوية على أنها مواقف تهديد نفسي وإجتماعي فيصبح أكثر خوفا وتوترا مقارنة بغيره من التلاميذ. (الخالدي،2016 ، 66) .

- **التغيب المدرسي وتجنب الأنشطة التعليمية:** من المظاهر المهمة لتأثير الرهاب الإجتماعي على التحصيل الدراسي التغيب المتكرر عن المدرسة أو تجنب بعض الأنشطة التعليمية التي تتطلب التفاعل مع الأخرين كالعروض الجماعية أو المناقشات الصفية أو الأنشطة الثقافية ويكون هدف التلميذ من هذا السلوك هو الهروب من المواقف التي تثير لديه القلق والخوف وقد يتطور الأمر في بعض الحالات إلى رفض الذهاب إلى المدرسة نهائيا بسبب شدة التوتر النفسي الذي يشعر به المراهق داخل الوسط المدرسي، كما أن التغيب المتكرر يؤدي إلى تراكم الدروس وضعف المتابعة المستمرة للمقررات الدراسية مما ينعكس بشكل واضح على التحصيل الدراسي للتلميذ.

ويؤكد **القذافي** أن المراهق الذي يعاني من الرهاب الإجتماعي يميل إلى تجنب المواقف المدرسية التي تسبب له التوتر والخوف مما يجعله أكثر عرضة للغياب والإنقطاع عن الدراسة . (القذافي، 2011، 143) .

كما يرى **الزغول** أن ضعف التكيف الإجتماعي داخل المدرسة يؤدي إلى إنسحاب التلميذ من الأنشطة التعليمية والجماعية وهو ما يضعف إندماجه المدرسي ويؤثر على نجاحه الأكاديمي . (الزغول، 2012، 233) .

- **إنخفاض الثقة بالنفس والشعور بالنقص:** يعاني المراهق المصاب بالرهاب الإجتماعي من ضعف الثقة بالنفس والشعور بعدم الكفاءة مقارنة بالأخرين حيث يرى نفسه أقل قدرة على النجاح أو التفاعل الإجتماعي ويشعر بالخوف من الفشل أو إرتكاب الأخطاء أمام الأخرين كما يميل إلى تضخيم نقاط ضعفه والتقليل من قدراته وإمكانياته ويؤدي هذا الشعور بالنقص إلى ضعف الدافعية للتعلم وقلة المبادرة والمشاركة حيث يصبح التلميذ مترددا في خوض التجارب التعليمية أو التعبير عن أرائه داخل القسم، كما يفقد ثقته في قدرته على النجاح الدراسي وهذا الأمر الذي ينعكس على مستوى إنجازه الأكاديمي.

ويشير **الخالدي** إلى أن إنخفاض تقدير الذات لدى المراهق يؤدي إلى ضعف الشعور بالكفاءة النفسية والإجتماعية كما يجعله أكثر حساسية للنقد وأكثر خوفا من الفشل . (الخالدي، 2016، 66) .
كما يؤكد **العدوان** أن ضعف الثقة بالنفس يؤثر بشكل مباشرعلى الدافعية والتحصيل الدراسي لأن التلميذ يصبح أقل رغبة في الإنجاز وأكثر ميلا إلى الإنسحاب والعزلة .(العدوان، 2014، 119) .

- **صعوبة إقامة العلاقات الإجتماعية داخل المدرسة :** يؤدي الرهاب الإجتماعي إلى ضعف قدرة المراهق على إقامة علاقات إجتماعية سليمة داخل الوسط المدرسي حيث يشعر بالخوف من التواصل مع الزملاء أو الأساتذة ويتجنب تكوين الصداقات أو المشاركة في الأنشطة الجماعية خوفا من الرفض أو الإحراج.

كما يفضل المراهق المصاب بالرهاب الإجتماعي العزلة والإنطواء ويجد صعوبة في التعبير عن مشاعره أو طلب المساعدة من الأخرين مما يزيد من شعوره بالوحدة وعدم الإنتماء داخل المدرسة وقد يؤدي ذلك إلى ضعف التوافق النفسي والإجتماعي وبالتالي التأثير السلبي على التحصيل الدراسي.
ويرى **الزغول** أن العلاقات الإجتماعية الإيجابية داخل المدرسة تساعد التلميذ على تحقيق التوافق النفسي والدراسي بينما يؤدي ضعف هذه العلاقات إلى زيادة القلق والإنطواء والشعور بالعزلة . (الزغول ، 2012، 233) .

كما تشير **سليمان** إلى أن المراهق الذي يعاني من الرهاب الإجتماعي يميل إلى تجنب التفاعل الإجتماعي خوفا من نظرة الأخرين إليه وهو ما يحرمه من الدعم النفسي والإجتماعي الذي يحتاجه داخل الوسط المدرسي . (سليمان، 2015، 121) .

– **إنخفاض الدافعية للتعلم والإنجاز:** يؤدي الرهاب الإجتماعي إلى إنخفاض دافعية المراهق نحو التعلم والإنجاز الدراسي نتيجة شعوره المستمر بالخوف والإحباط وعدم القدرة على النجاح فالتلميذ المصاب بالرهاب الإجتماعي يفقد الحماس للمشاركة في الأنشطة التعليمية، كما يصبح أقل إهتمام بالواجبات والدروس بسبب خوفه من الفشل أو التقييم السلبي.

كما أن الرهاب الإجتماعي يجعل التلميذ يشعر بعدم جدوى المحاولة أو الإنجاز فيصبح أكثر ميلا إلى الإنسحاب والإهمال الدراسي ويؤدي ضعف الدافعية إلى إنخفاض مستوى الإجتهاد والمثابرة وبالتالي تدني التحصيل الدراسي.

ويؤكد **العدوان** أن القلق والرهاب الإجتماعي يؤديان إلى ضعف الدافعية للتعلم نتيجة إنخفاض الثقة بالنفس والخوف المستمر من الفشل مما ينعكس على الأداء الأكاديمي للتلميذ . (العدوان، 2014، 119) .

كما يرى **الطراونة** أن الدافعية تعتبر من العوامل الأساسية لتحقيق النجاح الدراسي وأي إضطراب نفسي يؤثر عليها سينعكس بشكل مباشر على مستوى التحصيل الأكاديمي للتلميذ(الطراونة،2017 ،94)

2. العلاقة بين الرهاب الإجتماعي و التحصيل الدراسي لدى المراهق المتمدرس :

تعد العلاقة بين الرهاب الإجتماعي والتحصيل الدراسي من المواضيع التي حضيت بإهتمام كبير في مجال علم النفس المدرسي خاصة خلال مرحلة المراهقة التي تتميز بحساسية نفسية وإنفعالية كبيرة حيث يسعى المراهق خلالها إلى تكوين صورة إيجابية عن ذاته وتحقيق التقبل الإجتماعي داخل الوسط المدرسي وعندما يعاني المراهق من الرهاب الإجتماعي فإنه يصبح أكثر خوفا من المواقف التي تتطلب التفاعل مع الأخرين كالإجابة داخل القسم أو التحدث أمام الزملاء أو المشاركة في الأنشطة الجماعية وهذا الأمر الذي يؤثر بشكل واضح على توافقه الدراسي ومستوى تحصيله الأكاديمي .

ويشير **منصور** إلى أن الرهاب الإجتماعي يؤدي إلى إضطراب التفاعل الصفي لدى التلميذ حيث يصبح أكثر ميلا إلى الصمت والإنطواء وتجنب المشاركة خوفا من الإحراج والإنتقاد وهو ما يقلل من فرص التعلم والتفاعل الإيجابي داخل القسم . (منصور، 2010، 141) .

كما أن المراهق المصاب بالرهاب الإجتماعي يعيش حالة من التوتر النفسي المستمر داخل المؤسسة التعليمية حيث ينشغل بالتفكير في نظرة الأخرين إليه وطريقة تقييمهم له أكثر من إنشغاله بالعملية التعليمية نفسها مما يؤدي إلى ضعف التركيز والإنتباه أثناء الحصص الدراسية وبالتالي إنخفاض القدرة على الفهم والإستيعاب والتحصيل الدراسي .

ويؤكد **الشربيني** أن الرهاب الإجتماعي يؤثر على الوظائف المعرفية للتلميذ خاصة الإنتباه والذاكرة والتفكير حيث يصبح التلميذ أقل قدرة على تنظيم أفكاره وإسترجاع المعلومات أثناء المواقف التعليمية والتقويمية . (الشربيني، 2001، 98) .

كما أن الخوف من الفشل أو الوقوع في الخطأ يجعل المراهق يتجنب الأنشطة الصفية والمواقف التعليمية التي تتطلب المواجهة فيفقد بذلك فرصا مهمة للتعلم وإكتساب الخبرات الدراسية والإجتماعية وقد يؤدي هذا التجنب المستمر إلى ضعف الثقة بالنفس والشعور بالنقص مقارنة بالزملاء مما يزيد من حدة الرهاب الإجتماعي ويؤثر بشكل أكبرعلى التحصيل الدراسي .

ويرى **كفافي** أن التلميذ الذي يعاني من الرهاب الإجتماعي غالبا ما تكون لديه صورة سلبية عن ذاته ويشعر بعدم الكفاءة وعدم القدرة على النجاح وهذا الأمر الذي يضعف دافعيته للتعلم ويؤثر على مستوى إنجازه الأكاديمي . (كفافي، 1999، 211) .

كما يظهر تأثير الرهاب الإجتماعي أيضا في ضعف قدرة التلميذ على إقامة علاقات إجتماعية سليمة داخل المدرسة حيث يميل إلى العزلة وتجنب التواصل داخل القسم وهو ما يحرمه من الدعم النفسي والإجتماعي الضروري لتحقيق التوافق الدراسي، فالعلاقات الإجتماعية الإيجابية داخل البيئة المدرسية تساعد التلميذ على الشعور بالأمان والثقة والإنتماء بينما يؤدي ضعف هذه العلاقات إلى زيادة الخجل والتوتر والشعور بالوحدة .

ويشير **أبو جادو** إلى أن التوافق المدرسي يرتبط بدرجة كبيرة بقدرة التلميذ على التفاعل الإجتماعي والتكيف مع البيئة المدرسية وأن الإضطرابات النفسية كالرهاب الإجتماعي تؤثر بشكل مباشر على الأداء الأكاديمي والتحصيل الدراسي . (أبو جادو، 2004، 176) .

كما يؤكد أيضا **عكاشة** أن المراهق المصاب بالرهاب الإجتماعي يعاني من حساسية مفرطة تجاه النقد والتقييم الإجتماعي وهذا الأمر الذي يجعله يعيش حالة دائمة من التوتر والإنشغال النفسي داخل الوسط المدرسي وهو ما ينعكس سلبا على تحصيله الدراسي وتوافقه النفسي والإجتماعي . (عكاشة ، 2003، 254) .

ويرى **الزيات** أن النجاح الدراسي لا يعتمد فقط على القدرات العقلية والمعرفية بل يتأثر أيضا بالحالة النفسية والإنفعالية للتلميذ وأن الإضطرابات النفسية كالقلق والرهاب الإجتماعي قد تعيق إستثمار القدرات العقلية بشكل فعال مما يؤدي إلى ضعف التحصيل الدراسي . (الزيات، 2001، 322) .

و من خلال ما سبق يمكن القول أن العديد من الدراسات النفسية بينت أن العلاقة بين الرهاب الإجتماعي والتحصيل الدراسي هي علاقة عكسية حيث كلما إرتفع مستوى الرهاب الإجتماعي لدى المراهق إنخفض مستوى تحصيله الدراسي، نتيجة تأثير القلق والخوف على الجوانب المعرفية والإنفعالية والسلوكية المرتبطة بعملية التعلم .

3. العوامل التي تزيد من تأثير الرهاب الاجتماعي على التحصيل الدراسي:

يتأثر التحصيل الدراسي للمراهق المصاب بالرهاب الاجتماعي بعدة عوامل نفسية وأسرية ومدرسية تسهم في تعميق الآثار السلبية لهذا الاضطراب على الأداء الأكاديمي. ومن أبرز هذه العوامل طبيعة المناخ المدرسي القائم على التقييم العلني والمقارنات المستمرة بين التلاميذ، حيث يؤدي ذلك إلى زيادة خوف المراهق من الوقوع في الخطأ أو التعرض للإحراج أمام زملائه. كما يمثل التنمر المدرسي والرفض الاجتماعي عاملًا أساسيًا في تعزيز الرهاب الإجتماعي وتجنب المواقف الصفية، خاصة لدى المراهقين الذين يعانون أصلًا من ضعف الثقة بالنفس والحساسية المفرطة للنقد. وعلى المستوى الأسري، قد تسهم أساليب التنشئة القائمة على الحماية الزائدة أو النقد المستمر أو القسوة في تنمية مشاعر الخوف والانسحاب الاجتماعي لدى الأبناء، مما ينعكس لاحقًا على توافقهم الدراسي والاجتماعي. كذلك تلعب الضغوط الأكاديمية المرتفعة وكثرة الاختبارات والتوقعات الأسرية المبالغ فيها دورًا في زيادة القلق والتوتر لدى المراهق الرهابي، فيصبح أكثر عرضة لصعوبات التركيز وضعف الدافعية للتعلم. ومن جهة أخرى، يؤدي غياب الدعم النفسي داخل المدرسة وضعف العلاقة بين المعلم والتلميذ إلى تفاقم مشاعر العزلة وعدم الأمان النفسي. وتشير الأدبيات النفسية إلى أن التأثير السلبي للرهاب الاجتماعي على التحصيل الدراسي لا يرتبط فقط بشدة الاضطراب، بل أيضًا بتفاعل مجموعة من العوامل البيئية والانفعالية والاجتماعية المحيطة بالمراهق (Essau, Conradt, & Petermann, 1999; Rapee & Spence, 2004; Spence & Rapee, 2016).

4. المظاهر الانفعالية والسلوكية المصاحبة للرهاب الاجتماعي داخل المدرسة:

تتجلى المظاهر الانفعالية والسلوكية للرهاب الاجتماعي لدى المراهق داخل الوسط المدرسي في مجموعة من الاستجابات النفسية والسلوكية التي تعيق توافقه الأكاديمي والاجتماعي. ويُعد الخوف المفرط من التقييم السلبي أحد أبرز السمات الانفعالية المرتبطة بهذا الاضطراب، حيث يعيش المراهق حالة مستمرة من القلق والتوتر أثناء المواقف الصفية التي تتطلب التفاعل أو التعبير أمام الآخرين، مثل الإجابة الشفوية أو تقديم العروض أو المشاركة الجماعية. وغالبًا ما يصاحب هذا القلق أعراض فسيولوجية كاحمرار الوجه، تسارع ضربات القلب، التعرق، الارتجاف، وصعوبة التركيز، مما يزيد من شعور المراهق بالإحراج وفقدان الثقة بالنفس. كما تظهر مظاهر سلوكية تتمثل في الانسحاب الاجتماعي، تجنب المشاركة داخل القسم، الصمت المفرط، وتفادي الأنشطة المدرسية التي تتطلب الاحتكاك بالآخرين. وقد يدفع الخوف من السخرية أو الفشل بعض المراهقين إلى التغيب المتكرر عن الدراسة أو تجنب الامتحانات الشفوية، الأمر الذي ينعكس سلبًا على تحصيلهم الدراسي وتوافقهم المدرسي.

وتشير العديد من الدراسات إلى أن الرهاب الاجتماعي يرتبط بانخفاض تقدير الذات والشعور بالدونية والعزلة النفسية، وهي عوامل تزيد من حدة الصعوبات الأكاديمية والانفعالية لدى المراهقين داخل البيئة المدرسية. كما أن استمرار هذه الأعراض دون تدخل نفسي أو تربوي مناسب قد يؤدي إلى تفاقم القلق والاكتئاب وضعف الاندماج الاجتماعي على المدى البعيد (Beidel & Turner, 2007; Stein & Stein, 2008; Albano & DiBartolo, 2007).

5. آليات التخفيف والدعم المدرسي للمراهق المصاب بالرهاب الاجتماعي:

تتطلب مواجهة تأثيرات الرهاب الاجتماعي على التحصيل الدراسي اعتماد تدخلات نفسية وتربوية متكاملة تهدف إلى تعزيز التوافق النفسي والمدرسي لدى المراهق. ويُعد الدعم النفسي المدرسي من أهم الآليات المساعدة، حيث يسهم الإرشاد النفسي في مساعدة التلاميذ على التعبير عن مخاوفهم الانفعالية واكتساب مهارات المواجهة والتفاعل الاجتماعي. كما أثبت العلاج المعرفي السلوكي فعاليته في خفض أعراض الرهاب الاجتماعي من خلال تعديل الأفكار السلبية المرتبطة بالخوف من التقييم الاجتماعي، وتنمية الثقة بالنفس، وتعليم مهارات الاسترخاء والتعرض التدريجي للمواقف الاجتماعية المثيرة للقلق.

ويؤدي المعلم أيضًا دورًا محوريًا في تخفيف حدة الرهاب الإجتماعي من خلال توفير مناخ صفي داعم وآمن نفسيًا، وتجنب أساليب السخرية أو الإحراج العلني، وتشجيع المشاركة التدريجية للتلاميذ الخجولين بطرق تراعي فروقهم الفردية. إضافة إلى ذلك، يسهم الدعم الأسري القائم على التفهم والتشجيع والتواصل الإيجابي في تعزيز شعور المراهق بالأمان والثقة، مما ينعكس إيجابًا على أدائه الدراسي. كما

تساعد البرامج المدرسية الخاصة بتنمية المهارات الاجتماعية والذكاء الانفعالي في تحسين قدرة المراهق على التفاعل والتكيف داخل البيئة المدرسية. وتؤكد الدراسات الحديثة أن التدخل المبكر والتعاون بين الأسرة والمدرسة والأخصائي النفسي يمثل عنصرًا أساسيًا في الحد من الآثار الأكاديمية والانفعالية للرهاب الاجتماعي وتعزيز الصحة النفسية للمراهقين (Kendall, 2011; Masia Warner et al., 2005; Neil & Christensen, 2009).

6. ملخص لبعض الدراسات السابقة عن الرهاب الإجتماعي و التحصيل الدراسي:

- **دراسة الشمري** (2018) بعنوان " الرهاب الإجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية " حيث هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الرهاب الإجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية وقد تكونت عينة الدراسة من 120 تلميذا وتلميذة من المرحلة الثانوية وإعتمد الباحث على مقياس الرهاب الإجتماعي والسجلات المدرسية الخاصة بالتحصيل الدراسي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الرهاب الإجتماعي والتحصيل الدراسي حيث تبين أن التلاميذ الذين يعانون من مستوى مرتفع من الرهاب الإجتماعي يحققون نتائج دراسية منخفضة مقارنة بغيرهم، كما بينت الدراسة أيضا أن ضعف المشاركة الصفية والخوف من التفاعل مع الأخرين يؤثران بشكل مباشر على الأداء الدراسي . (الشمري، 2018، 91) .

- أجرى **عبد الحميد** (2020) دراسة بعنوان " الرهاب الإجتماعي لدى المراهقين وعلاقته بالتوافق والتحصيل الدراسي" وهدفت الدراسة إلى التعرف على تأثير الرهاب الإجتماعي على التوافق الدراسي والتحصيل الأكاديمي لدى المراهقين المتمدرسين وشملت عينة الدراسة 80 مراهقا من المرحلة الثانوية وقد إستخدم الباحث مقياس الرهاب الإجتماعي ومقياس التوافق الدراسي، وأظهرت نتائج الدراسة أن الرهاب الإجتماعي يؤثر سلبا على التوافق المدرسي والتحصيل الدراسي حيث يعاني التلاميذ ذو الرهاب الإجتماعي المرتفع من ضعف الثقة بالنفس وقلة المشاركة داخل القسم وصعوبة التواصل مع الأساتذة والزملاء وهو ما ينعكس سلبا على نتائجهم الدراسية . (عبد الحميد، 2020، 133) .

- **دراسة بن يوسف** (2021) بعنوان" القلق الإجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي" حيث هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الرهاب الإجتماعي والتحصيل الدراسي لدى المراهقين وتكونت العينة من 100 تلميذ بالمرحلة الثانوية وتم إستخدام إستبيان الرهاب الإجتماعي والسجلات المدرسية، وقد توصلت الدراسة إلى وجود علاقة سلبية بين الرهاب الإجتماعي والتحصيل الدراسي، كما أظهرت النتائج أن التلاميذ الذين يعانون من الرهاب الإجتماعي المرتفع يميلون إلى الإنطواء وضعف التفاعل داخل القسم وهذا الأمر الذي ينعكس سلبا على مستواهم الدراسي . (بن يوسف، 2021، 58) .

- **دراسة أبو ريالة** (2017) بعنوان" الرهاب الإجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى طلبة المرحلة الثانوية" حيث هدفت الدراسة إلى معرفة أثر الرهاب الإجتماعي على الدافعية للتعلم لدى التلاميذ وقد تكونت عينة الدراسة من 150 تلميذا من المرحلة الثانوية، وأظهرت نتائج الدراسة أن إرتفاع مستوى الرهاب الإجتماعي قد يؤدي إلى إنخفاض الدافعية للتعلم وضعف المشاركة في الأنشطة التعليمية كما يؤثرعلى ثقة التلميذ بنفسه ويجعله أقل قدرة على الإنجاز الدراسي . (ابو ريالة، 2017، 104) .

- **دراسة (jystad 2021 و أخرون)** التي هدفت إلى الكشف عن تأثير الرهاب الإجتماعي على الأداء المدرسي والطموحات التعليمية لدى المراهقين حيث أجريت الدراسة بالنرويج على عينة من المراهقين المتمدرسين ضمن مشروع" young HUNT3 " وإعتمد الباحثون على المنهج الوصفي الإرتباطي بإستخدام مقاييس خاصة بالقلق والرهاب الإجتماعي والتوافق المدرسي، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن المراهقين الذين يعانون من الرهاب الإجتماعي يواجهون صعوبات في التكيف داخل الوسط المدرسي وضعفا في التركيز والمشاركة الصفية، إضافة إلى إنخفاض مستوى الطموح الدراسي والرضا عن المدرسة كما يميلون إلى الإنسحاب الإجتماعي وتجنب المواقف التفاعلية .

- **دراسة (إبريعم سامية 2016)** التي هدفت إلى التعرف على مستوى الرهاب الإجتماعي لدى المراهقين المتمدرسين في المرحلة الثانوية بمدينة تبسة، حيث إعتمدت الباحثة على المنهج

الوصفي وطبقت مقياس الرهاب الإجتماعي على عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية، وقد أظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى مرتفع نسبيا من الرهاب الإجتماعي لدى بعض المراهقين خاصة في المواقف التي تتطلب التفاعل والتواصل مع الأخرين داخل الوسط المدرسي كما بينت الدراسة أن الرهاب الإجتماعي يرتبط بالخوف من التقييم السلبي وتجنب المشاركة الصفية وضعف التكيف المدرسي .

7. التعقيب على الدراسات السابقة :

من خلال إستعراض الدراسات السابقة يتضح أن أغلب الدراسات أكدت وجود علاقة سلبية بين الرهاب الإجتماعي والتحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين حيث يؤثر الرهاب الإجتماعي على المشاركة الصفية والثقة بالنفس والدافعية للتعلم والتفاعل الإجتماعي داخل الوسط المدرسي مما يؤدي إلى إنخفاض مستوى التحصيل الدراسي .

كما إستفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في تحديد الإطار النظري لمتغيرات الدراسة وإختيار الأدوات المناسبة وفهم طبيعة العلاقة بين الرهاب الإجتماعي والتحصيل الدراسي، وتتميز الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة بتركيزها على المنهج العيادي ودراسة الحالة مما يسمح بفهم أعمق للجوانب النفسية والإنفعالية والإجتماعية المرتبطة بالرهاب الإجتماعي وتأثيره على التحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين .

الخلاصة :

في نهاية الفصل، يمكن استخلاص أن الرهاب الاجتماعي لا يقتصر تأثيره على الجانب النفسي فقط، بل يمتد ليشمل مختلف أبعاد الحياة المدرسية للمراهق، خاصة التحصيل الدراسي والتفاعل الاجتماعي والدافعية للتعلم. كما أن شدة هذه التأثيرات تختلف تبعًا للعوامل الشخصية والأسرية والمدرسية المحيطة بالمراهق، الأمر الذي يبرز أهمية التدخل النفسي والتربوي المبكر للحد من انعكاسات الرهاب الاجتماعي وتعزيز التوافق الدراسي والنفسي لدى التلاميذ المراهقين.

الجانب التطبيقي

الفصل الخامس : إجراءات الدراسة المنهجية

- تمهيد
- منهج الدراسة
- نوع الدراسة
- أدوات الدراسة
- حدود الدراسة
- مجتمع الدراسة
- عينة الدراسة و مواصفاتها
- أداة الدراسة الأساسية
- مقياس الرهاب الإجتماعي صدقه و ثباته
- الخلاصة

تمهيد

يتناول هذا الفصل الجانب التطبيقي للدراسة، والذي يمثل المرحلة الميدانية التي يتم من خلالها إختبار الفرضيات والإجابة عن تساؤلات البحث بصورة علمية ومنهجية، وقد تم فيه عرض المنهج المعتمد ونوع الدراسة، إضافة إلى تحديد أدوات جمع البيانات والإجراءات المتبعة في الدراسة الإستطلاعية والأساسية، مع توضيح حدود الدراسة المكانية والزمنية والبشرية، كما تم التطرق إلى مجتمع الدراسة وعينتها، إلى جانب عرض أداة القياس المتمثلة في مقياس الرهاب الإجتماعي و بيان خصائصه السيكومترية من صدق وثبات وكيفية تصحيحه، ويهدف هذا الفصل إلى تقديم إطار تطبيقي منظم يساعد على فهم كيفية معالجة موضوع الدراسة ميدانيا والوصول إلى نتائج دقيقة وموضوعية.

1. منهج الدراسة:

تم الإعتماد في هذه الدراسة على المنهج العيادي بإعتباره المنهج المناسب حسب طبيعة الموضوع .

- **تعريف المنهج العيادي :**

حسب **ويتمر و هيلي** سنة 1909 هو الدراسة العميقة للحالات الفردية سواء كانت مرضية أو سوية خاصة التي تعاني من سوء التوافق المدرسي و المهني و النفسي و الإجتماعي و الإنفعالي ، و يستعمل في الطفولة و الرشد و الشيخوخة.

كما يعرف أنه وسيلة لمعرفة الجهاز النفسي و يستخدم أيضا لمعرفة العلاجات للحالات المرضية .

2. نوع الدراسة:

تندرج هذه الدراسة ضمن دراسة الحالة حيث تعتبر من أهم الأساليب المعتمدة في المنهج العيادي فهي تسمح بفهم عميق و تحليل شامل و مفصل للفرد من خلال دراسة كل أبعاده النفسية و السلوكية و المعرفية في بيئته الحقيقية .

- **تعريف دراسة الحالة :**

هي الدراسة أو البحث العميق والمكثف عن فرد أو عدة أفراد والتي تتناول وحدة من خلال الدراسة المرتبطة بالعديد من المتغيرات التي تتعلق بالحالة والهدف منها هو إيجاد التعميم المناسب للعديد من الفئات في الدراسة.

كما يمكن تعريفها بالدراسة التفصيلية المرتبطة بفرد أو أكثر والتي تتخذ كنموذج لإحدى الظواهر الإجتماعية أو الطبية أو النفسية.

3, خطوات الدراسة :

أ- **الدراسة الإستطلاعية :** تعد الدراسة الإستطلاعية مرحلة تمهيدية تسبق الدراسة الأساسية وتهدف إلى إستكشاف مختلف جوانب البحث والتعرف على أهم معالمه وإجراءاته.

كما تسهم في تحديد خصائص العينة المستهدفة والتأكد من مدى توفر الإمكانيات المادية والبشرية اللازمة، إضافة إلى ضبط فرضيات البحث بشكل نهائي وإختيار الأدوات والوسائل المناسبة لجمع البيانات .

ب- الدراسة الأساسية : الدراسة الأساسية هي المرحلة المهمة من البحث العلمي، وتهدف إلى جمع المعلومات والمعطيات المتعلقة بموضوع البحث، وفهم المشكلة محل الدراسة، وتحديد أبعادها

وأسبابها، وذلك من خلال مراجعة الأدبيات والدراسات السابقة، والملاحظة، والمقابلات، أو غيرها من وسائل جمع البيانات. وتُعد هذه الدراسة أساسًا يُبنى عليه تصميم البحث، وصياغة الفرضيات أو التساؤلات، واختيار المنهج والأدوات المناسبة.

4, أدوات الدراسة :

أ – **الملاحظة** : حسب محمد سرحان علي المحمودي عرف الملاحظة أنها المشاهدة و المراقبة الدقيقة لسلوك أو ظاهرة معينة ما و تسجيل كل الملاحظات و أيضا الإستعانة بأساليب الدراسة المناسبة لطبيعة السلوك و الظاهرة و ذلك بهدف تحقيق أفضل النتائج و التحصل على أدق المعلومات (محمد سرحان علي المحمودي ، 2019 ،149).

ب . تحليل الوثائق المدرسية: يعد تحليل الوثائق المدرسية من الأساليب الأساسية حيث يتيح للباحث جمع معلومات موضوعية حول المسار الدراسي للتلميذ و ذلك بهدف التعرف على مستوى الأداء الدراسي والصعوبات التعليمية التي يعاني منها ويتم هذا من خلال دراسة مختلف الوثائق التربوية مثل كشوف النقاط ، تقارير الأساتذة، سجلات الغيابات والتأخرات، أيضا الملف المدرسي ، نتائج الإختبارات والفروض، وذلك يساعد على فهم أعمق للحالة وربط المعطيات الدراسية بالجوانب النفسية والسلوكية.

ت. المقابلة : حسب ريم القريوي تعرف المقابلة أنها أداة مهمة للحصول على المعلومات من خلال مصادرها البشرية أيضا تمكن الباحث من دراسة و فهم التعبيرات النفسية للمبحوث و الإطلاع على مدى إنفعاله و تأثره بالمعلومات التي يقدمها ويستطيع الباحث من خلال المقابلة أن يختبر مدى صدق المبحوث و مدى دقة إجاباته عن طريق توجيه أسئلة أخرى مرتبطة بالمجالات التي شك فيها الباحث (ريم القريوي ، 03).

ج . الإختبارات و المقاييس النفسية: تعد الإختبارات والمقاييس النفسية من الأدوات الأساسية التي يعتمد عليها الباحثون والمختصون في علم النفس، حيث تسهم في معالجة العديد من المشكلات التي تواجه الأفراد في حياتهم اليومية.

كما تحتل مكانة مهمة في البحوث العلمية لكونها تمكن من جمع بيانات دقيقة حول الظواهر النفسية المختلفة وتساعد على فهمها وتحليلها بشكل موضوعي.

فتتنوع هذه الأدوات لتشمل إختبارات الذكاء، إختبار ويكسلر، إختبار رسم العائلة، إختبار رسم الشجرة، إضافة إلى مقاييس متخصصة مثل مقياس الرهاب الإجتماعي الذي يستخدم للكشف عن مستوى الرهاب الإجتماعي لدى الأفراد وتحديد شدته. (زهران، 1872004،).

د- الإستبيان : يعرف على أنه مجموعة من الأسئلة و الإستفسارات المتنوعة و المرتبطة ببعضها البعض بشكل يحقق الهدف الذي يسعى إليه الباحث بضوء موضوعه و المشكلة التي إختارها لبحثه لكي يتحصل على معلومات معينة المراد فحصها (محمد سرحان علي المحمودي،2019 ،126)

5 . حدود الدراسة الإستطلاعية :

1. **الحدود المكانية :** تمت الدراسة في ثانوية باستور بمدينة وهران .
2. **الحدود الزمنية :** تم القيام بالدراسة في الفترة الممتدة من 05 أفريل 2026 إلى 30 أفريل 2026 مرتين كل أسبوع .

جدول (1) يبين الحدود الزمنية و المكانية للدراسة:

الحدود المكانية	الحدود الزمنية
تمت الدراسة في ثانوية باستور بمدينة وهران .	تم القيام بالدراسة في الفترة الممتدة من 05 أفريل 2026 إلى 30 أفريل 2026 مرتين كل أسبوع .

6 . حدود الدراسة الأساسية :

1. **الحدود المكانية و الزمنية :** كانت بنفس المدة و نفس المكان التي أجريت فيه الدراسة الإستطلاعية.

7 . مجتمع الدراسة : يتكون مجتمع الدراسة من الطاقم التربوي والإداري داخل ثانوية باستور، حيث يضم أساتذة في مختلف التخصصات ومستشارة التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، إلى جانب الإدارة المتمثلة في مدير المؤسسة ونوابه، إضافة إلى الموظفين الإداريين ، كما يشمل تلاميذ الثانوية بمختلف مستوياتهم الدراسية والذين يمثلون الفئة الأساسية محل الدراسة .

8- عينة الدراسة و مواصفاتها :

تم إختيار عينة الدراسة بطريقة قصدية حيث تكونت هذه الدراسة من ثمانية حالات ذكور منهم و إناث أعمارهم تتراوح ما بين 15 سنة إلى19 سنة.

جدول (2) : يبين مواصفات العينة حسب الجنس و السن

الجنس		السن	
ذكور	إناث	ذكور	إناث
03	05	15 إلى 17 سنة	15 إلى 19 سنة

9 . أداة الدراسة الأساسية : تم الاعتماد على مقياس الرهاب الاجتماعي و تم بنائه و تطبيقه و التحقق من خصائصه السيكومترية في بيئة جزائرية بهذف التعرف على مستوى الرهاب الإجتماعي لدى المراهقين المتمدرسين و كيفية تأثيره على التحصيل الدراسي.

10 . مقياس الرهاب الإجتماعي صدق و ثبات المقياس :

مقياس رولين ووي (Raulin & Wee, 1994) :

اعتمدت الدراسة الحالية على مقياس الرهاب الاجتماعي من إعداد رولين ووي (Raulin & Wee, 1994)، والمعرب والمقنن من طرف مجدي محمد الدسوقي، والذي يعد من المقاييس النفسية المستخدمة في الكشف عن مستوى الرهاب الاجتماعي لدى الأفراد وتحديد درجة الخوف والقلق المصاحب للمواقف الاجتماعية المختلفة.

ويتكون المقياس من 33 بنداً صيغت في شكل عبارات تقريرية تعكس مجموعة من الأفكار والمشاعر والسلوكات المرتبطة بالرهاب الاجتماعي، ويطلب من المفحوص الإجابة عن كل عبارة باختيار: (دائما)، (أحيانا) أو (أبدا) وفقاً لما ينطبق عليه في حياته اليومية. وتغطي بنود المقياس مختلف المظاهر النفسية والسلوكية والاجتماعية للرهاب الاجتماعي، مثل الخوف من التفاعل مع الآخرين، والقلق أثناء التواجد في المواقف الاجتماعية، وتجنب المشاركة في الأنشطة الجماعية، والشعور بعدم الارتياح أثناء الحديث أو التواصل مع الآخرين، إضافة إلى الميل إلى العزلة والانسحاب الاجتماعي.

وتتوزع فقرات المقياس على مجموعة من المؤشرات التي تقيس أبعاد الرهاب الاجتماعي بصورة غير مباشرة، حيث تتناول بعض البنود البعد الانفعالي الذي يظهر في مشاعر القلق والتوتر والخوف عند مواجهة الآخرين، بينما تقيس بنود أخرى البعد المعرفي المتمثل في الأفكار السلبية وتوقع التقييم أو النقد من قبل الآخرين، كما تتناول بعض الفقرات البعد السلوكي الذي يتجسد في التجنب والانسحاب من المواقف الاجتماعية وتفضيل العزلة والانفراد. وتكامل هذه الأبعاد يسمح بالحصول على صورة شاملة عن مستوى الرهاب الاجتماعي لدى المفحوص.

ويتميز المقياس بسهولة التطبيق والتصحيح، إذ يمنح للمفحوص درجتان أو درجة واحدة أو درجة و نصف حسب نوع الاستجابة وطبيعة البند، مع وجود عدد من البنود المصاغة في الاتجاه العكسي لضبط الاستجابات وزيادة دقة القياس. وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين 32 و64 درجة، حيث تشير الدرجات المرتفعة إلى ارتفاع مستوى الرهاب الاجتماعي، في حين تدل الدرجات المنخفضة على انخفاضه.

ويعد هذا المقياس من الأدوات المناسبة للاستخدام مع فئة المراهقين المتمدرسين، نظراً لشموله لأهم المظاهر المرتبطة بالرهاب الاجتماعي التي قد تؤثر في التفاعل المدرسي والمشاركة الصفية والعلاقات الاجتماعية والتحصيل الدراسي.

و قد تم تطبيق المقياس ميدانياً على أفراد الدراسة داخل ثانوية باستور، حيث قُدمت لكل حالة نسخة ورقية من المقياس مع قلم للإجابة على البنود، بعد شرح التعليمات وتوضيح طريقة الإجابة. كما تم

توظيف نتائج المقياس بالاستعانة بالمعطيات المستخلصة من الملاحظة داخل القسم والمقابلة العيادية، وذلك من أجل الوصول إلى فهم أكثر شمولاً ودقة لمستوى الرهاب الاجتماعي لدى الحالات المدروسة.

صدق المقياس:

تم التأكد من صدق مقياس الرهاب الاجتماعي من خلال مجموعة من الإجراءات السيكومترية التي هدفت إلى التحقق من مدى قدرة المقياس على قياس السمة التي وضع من أجلها، حيث عُرضت بنوده على عدد من المحكمين المختصين في علم النفس والصحة النفسية للتأكد من ملاءمة العبارات ووضوحها وانتمائها لمجال الرهاب الاجتماعي، وقد أبدى المحكمون اتفاقاً مرتفعاً حول صلاحية البنود. كما تم التحقق من الصدق التلازمي للمقياس عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجاته ودرجات مقاييس أخرى تقيس مفاهيم قريبة كالرهاب الاجتماعي والخجل والانطواء، وأسفرت النتائج عن وجود معاملات ارتباط دالة إحصائياً، الأمر الذي يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة جيدة من الصدق، ويعد أداة مناسبة للكشف عن مستوى الرهاب الاجتماعي لدى الأفراد.

ثبات المقياس :

1. **الثبات بطريقة ألفا كرونباخ:** تم حساب معامل ألفا كرونباخ لقياس الإتساق الداخلي لفقرات المقياس، وقد بلغت قيمته في الدراسات الأصلية والأجنبية (0,80) وهي قيمة مرتفعة تدل على قوة الإتساق الداخلي بين الفقرات و أن المقياس يقيس سمة نفسية واحدة بدرجة عالية من الدقة.
2. **الثبات بطريقة إعادة الإختبار** : تم تطبيق المقياس على عدة أفراد ثم إعادة تطبيقه بعد فترة زمنية محددة وقد أظهرت النتائج معاملات إرتباط مرتفعة، مما يدل على إستقرار نتائج المقياس عبر الزمن وعدم تأثره بالعوامل المؤقتة.

طريقة تصحيح المقياس :

- يعطى المفحوص درجتان إدا كانت إجابته (نعم) و درجة واحدة إدا كانت إجابتـه (لا) مع ملاحظة أن العبارات التي تحمل أرقام(3 – 7 – 14 – 16 – 17 – 27 – 28) تصحح في الاتجاه العكسي يعني يعطى المفحوص درجتان اذا كانت إجابته (لا) و درجة واحدة إذا كانت إجابته (نعم)
- تعطى المفحوص درجة و نصف إذا كانت إجابته (أحيانا)

- يستخدم الجمع الجبري العادي في حساب الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على المقياس و بذلك تتراوح درجات المقياس بين (32 و 64)
- الدرجة العالية تشير الى رهاب إجتماعي مرتفع و العكس صحيح.

جدول (3) يوضح درجات بدائل الإجابة لإستبيان الرهاب الاجتماعي :

الفحص		**الفحص العكسي(03،07،14،16،17،27،28)**	
نعم	درجة واحدة	لا	درجتان
لا	درجتان	نعم	درجة واحدة
أحيانا	درجة و نصف	أحيانا	درجة و نصف

الخلاصة :

من خلال هذا الفصل تم التعرف على مختلف الإجراءات المنهجية المعتمدة في الجانب التطبيقي للدراسة، حيث تم الإعتماد على المنهج العيادي ودراسة الحالة بإعتبارهما الأنسب لطبيعة الموضوع، كما تم توضيح أدوات الدراسة المستخدمة، والتي شملت الملاحظة، المقابلة، تحليل الوثائق المدرسية، والإستبيان، إضافة إلى توظيف مقياس الرهاب الإجتماعي للكشف عن مستوى الرهاب لدى أفراد العينة. كذلك تم تحديد حدود الدراسة ومجتمعها وعينتها بصورة دقيقة، مع إبراز الخصائص السيكومترية للمقياس من حيث الصدق والثبات، مما يعزز من مصداقية النتائج المتوصل إليها، وبذلك يشكل هذا الفصل قاعدة منهجية أساسية للإنتقال إلى عرض وتحليل نتائج الدراسة ومناقشتها في الفصول اللاحقة.

الفصل السادس عرض و تحليل دراسة حالة

- تمهيد
- عرض الحالات
- عرض نتائج الحالة الأولى
- عرض نتائج الحالة الثانية
- عرض نتائج الحالة الثالثة
- عرض نتائج الحالة الرابعة
- عرض نتائج الحالة الخامسة
- عرض نتائج الحالة السادسة
- عرض نتائج الحالة السابعة
- عرض نتائج الحالة الثامنة
- الإستنتاج العام للحالات
- الخلاصة

تمهيد :

يتناول هذا الفصل الجانب التطبيقي للدراسة من خلال عرض وتحليل مجموعة من الحالات التي تم إختيارها قصد التعرف على مظاهر الرهاب الإجتماعي لدى التلاميذ ومدى تأثيره على تحصيلهم الدراسي وتوافقهم داخل الوسط المدرسي، وقد تم الإعتماد في دراسة هذه الحالات على مجموعة من الأدوات والإجراءات المنهجية كالملاحظة داخل القسم، والمقابلة، وتطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي، وذلك بهدف جمع معلومات دقيقة وشاملة حول الجوانب النفسية والسلوكية والتربوية لكل حالة، كما يهدف هذا الفصل إلى إبراز الفروق بين الحالات من حيث شدة الرهاب الإجتماعي وإنعكاساته على المشاركة الصفية، والتفاعل الإجتماعي، والأداء الدراسي، بما يسمح بفهم أعمق لطبيعة المشكلة محل الدراسة.

عرض الحالات :

1. عرض نتائج الحالة الأولى :

1.1. البيانات الأولية للحالة:

- **الإسم:** م.طارق
- **الجنس:** ذكر
- **السن:** 17 سنة
- **تاريخ الميلاد:** 26\12\2008
- **المستوى الدراسي:** السنة الثانية ثانوي
- **المؤسسة التعليمية:** ثانوية باستور
- **عدد الإخوة:**05
- **ترتيبه بين الإخوة:**الأصغر بين إخوته
- **المستوى الإجتماعي و الإقتصادي:** متوسط

2.1. سبب إختيار الحالة: تم إختيار هذه الحالة بعد ملاحظته داخل القسم حيث ظهرت عليه بعض السلوكات الدالة على الرهاب الإجتماعي كالعزلة وقلة المشاركة الصفية والخوف من التفاعل مع الزملاء والأساتذة إضافة إلى وجود تراجع في المستوى الدراسي.

3,1, جدول (4) الملاحظة داخل القسم:

الملاحظة	التاريخ	المدة	الغرض
الملاحظة الأولى	22 أفريل 2026	ساعة	ملاحظة الحالة داخل القسم من خلال المشاركة الصفية و تفاعله مع أصدقائه

4,1, جدول (5) المقابلة مع الحالة :

المقابلة	التاريخ	المدة	الغرض
المقابلة الأولى	23 أفريل 2026	ساعة	التعرف على الحالة و جمع المعلومات عنه و كسب ثقته و كسر الخجل و تطبيق الاستبيان عليه

5.1, عرض و تحليل الملاحظات و المقابلات مع الحالة :

عرض و تحليل الملاحظات المسجلة داخل القسم: تم إجراء الملاحظة للحالة (م.طارق) داخل القسم بتاريخ 22 أفريل 2026 و دامت لمدة ساعة حيث تبين أنه قليل التفاعل مع زملائه و يتجنب المشاركة الصفية أو الإجابة عن الأسئلة المطروحة من طرف الأستاذة كما بدت عليه علامات التوتر و الخجل عند توجيه الحديث إليه خاصة عندما قالت له الأستاذة أكتب الإجابة على السبورة.

أيضا لوحظ أنه يفضل الجلوس وحده و في المقاعد الخلفية كما يتجنب الإحتكاك المباشر بالأخرين.

عرض و تحليل المقابلة مع الحالة: تمت المقابلة بتاريخ 23 أفريل 2026 دامت لمدة ساعة حيث تم التعرف عليه و كسب ثقته و جمع المعلومات الخاصة به و لقد كشفت هذه المقابلة أن الحالة (م.طارق) يعاني من خوف شديد أثناء التحدث أمام الأخرين خاصة داخل القسم كما صرح أنه يخشى التعرض للسخرية أو الإنتقاد من طرف زملائه،فهذا الأمر هو الذي يدفعه إلى تجنب المشاركة الصفية.

6,1, الإجراءات و التدخلات:

- ملاحظة الحالة و التعرف عليه
- الإنصات للحالة و كسر الخجل و إظهار التفهم و التعاطف معه
- محاولة إرجاع ثقته بنفسه و بالأخرين
- تقديم توجيهات للحالة
- تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي

7,1,الملاحظات المسجلة أثناء تطبيق المقياس: عند تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي على الحالة (م.طارق) لوحظ أنه كان متوتر و متردد في الإجابة عن بعض العبارات كما كان لديه إنخفاض في نبرة الصوت و تجنب التواصل البصري .

أيضا أظهر نوعا من القلق و الخجل أثناء الإجابة عن العبارات المتعلقة بالتفاعل الإجتماعي و التحدث أمام الأخرين .

8,1,نتائج تطبيق المقياس: تم تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي بتاريخ 29 أفريل 2026 و أظهرت النتائج أن الحالة (م.طارق) لديه درجة مرتفعة تشير إلى وجود مستوى مرتفع من الرهاب الإجتماعي.

1,9,الإستنتاج العام للحالة: من خلال نتائج الملاحظة و المقابلة و الإستبيان يتبين أن الحالة (م.طارق) يعاني من مستوى مرتفع من الرهاب الإجتماعي حيث يظهر ذلك من خلال الخوف من التفاعل داخل القسم وتجنب المشاركة الصفية والشعور المستمر بالقلق أثناء المواقف الإجتماعية المدرسية.

كما إنعكس ذلك سلبا على التحصيل الدراسي للحالة من خلال ضعف المشاركة وقلة التركيز وتراجع الأداء الدراسي مما يدل على وجود تأثير للرهاب الإجتماعي على التحصيل الدراسي لدى الحالة.

2. عرض نتائج الحالة الثانية:

1,2, البيانات الأولية للحالة:

- **الإسم:** هـ.ربيعة
- **الجنس:** أنثى
- **السن:** 18 سنة
- **تاريخ الميلاد:** 22\03\2008
- **المستوى الدراسي:** السنة الثانية ثانوي
- **المؤسسة التعليمية:** ثانوية باستور
- **عدد الإخوة:** 03
- **ترتيبه بين الإخوة:** الكبرى بين أخواتها

المستوى الإجتماعي و الإقتصادي: متوسط

2.2, سبب إختيار الحالة:

تم إختيار هذه الحالة بعد ملاحظة بعض السلوكات المرتبطة بالرهاب الإجتماعي داخل القسم كالتردد أثناء المشاركة وضعف التفاعل مع الزملاء دون أن يصل ذلك إلى الإنسحاب الكامل من النشاطات الصفية.

3,2, جدول (6) الملاحظة داخل القسم:

الملاحظة	التاريخ	المدة	الغرض
الملاحظة الأولى	23 أفريل 2026	ساعة	ملاحظة الحالة داخل القسم من خلال المشاركة الصفية و تفاعلها مع زميلاتها

4,2,جدول (7) المقابلة مع الحالة :

المقابلة	التاريخ	المدة	الغرض
المقابلة الأولى	26 أفريل 2026	ساعة	التعرف على الحالة و جمع المعلومات عنها و كسب ثقتها و كسر الخجل و تطبيق الاستبيان عليها

2. 5.عرض و تحليل الملاحظات و المقابلات مع الحالة :

عرض و تحليل الملاحظات المسجلة داخل القسم: تم إجراء الملاحظة للحالة (هـ.ربيعة) داخل القسم بتاريخ 23 أفريل 2026 و دامت لمدة ساعة حيث لوحظ أن التلميذة تشارك أحيانا داخل القسم إلا أنها تبدو مترددة ومتوثرة أثناء الإجابة عن الأسئلة كما تفضل عدم التحدث أمام عدد كبير من التلاميذ مع ميل نسبي إلى الهدوء والإنطواء.

عرض و تحليل المقابلة مع الحالة: تمت المقابلة بتاريخ 26 أفريل 2026 دامت لمدة ساعة حيث تم التعرف على الحالة (هـ.ربيعة) وجمع المعلومات عنها كما أوضحت التلميذة من خلال هذه

المقابلة أنها تشعر ببعض القلق أثناء التحدث أمام الأخرين خاصة في المواقف التي تتطلب المشاركة الشفوية لكنها تحاول التكيف مع الوضع رغم شعورها بالخوف أحيانا.

6.2.الإجراءات و التدخلات:

- ملاحظة الحالة و التعرف عليها
- الإنصات للحالة وإظهار التفهم و التعاطف معها
- محاولة كسر القلق و التوتر أثناء التحدث أمام الأخرين
- تقديم توجيهات للحالة
- تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي

7.2.الملاحظات المسجلة أثناء تطبيق المقياس: عند تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي على الحالة (هـ.ربيعة) بدت التلميذة تعاونا و إهتماما بالإجابة عن العبارات إلا أنها كانت مترددة في الإجابة عن بعض البنود المتعلقة بالتفاعل الإجتماعي و التحدث أمام الأخرين.

كما لوحظ عليها شيء من التوتر و الخجل أثناء الإجابة مع إنخفاض نسبي في نبرة الصوت و تجنب متقطع للتواصل البصري .

8.2. نتائج تطبيق المقياس: تم تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي بتاريخ 29 أفريل 2026 و أظهرت النتائج أن الحالة (هـ.ربيعة) لديها درجة متوسطة تشير إلى وجود مستوى متوسط من الرهاب الإجتماعي.

2. 9.الإستنتاج العام للحالة: من خلال نتائج الملاحظة و المقابلة و الإستبيان يتبين أن الحالة (هـ.ربيعة) تعاني من مستوى متوسط من الرهاب الإجتماعي حيث يظهر ذلك في التردد و الخوف النسبي أثناء التفاعل داخل القسم و قد أثر ذلك بشكل محدود على التحصيل الدراسي للحالة .

3. عرض نتائج الحالة الثالثة:

1.3.البيانات الأولية للحالة:

- **الإسم:** ع.إكرام
- **الجنس:** أنثى

- **السن:** 15 سنة
- **تاريخ الميلاد:** 01\08\2010
- **المستوى الدراسي:** السنة الأولى ثانوي
- **المؤسسة التعليمية:** ثانوية باستور
- **عدد الإخوة:** 02
- **ترتيبه بين الإخوة:** الأصغر على أختها
- **المستوى الإجتماعي و الإقتصادي:** ضعيف

2.3. سبب إختيار الحالة:

تم إختيار هذه الحالة بسبب ظهور صعوبات في التفاعل الإجتماعي داخل القسم إضافة إلى ميل التلميذة إلى الإنطواء و العزلة أيضا تسجيل إنخفاض في نتائجها الدراسية كما لها بعض السلوكات المرتبطة بالرهاب الإجتماعي و كثرة التوتر و الخوف و الخجل داخل الوسط المدرسي .

3.3 جدول(8) الملاحظة داخل القسم:

الملاحظة	التاريخ	المدة	الغرض
الملاحظة الأولى	22 أفريل 2026	ساعة	ملاحظة الحالة داخل القسم من خلال المشاركة الصفية و تفاعلها مع زميلاتها

4.3.جدول (9) المقابلة مع الحالة :

المقابلة	التاريخ	المدة	الغرض
المقابلة الأولى	23 أفريل 2026	ساعة	التعرف على الحالة و جمع المعلومات عنها و كسب ثقتها و كسر الخجل و تطبيق الاستبيان عليها

5.3. عرض و تحليل الملاحظات و المقابلات مع الحالة :

عرض و تحليل الملاحظات المسجلة داخل القسم:

تم إجراء الملاحظة للحالة (ع.إكرام) داخل القسم بتاريخ 22 أفريل 2026 و دامت لمدة ساعة حيث لوحظ على التلميذة نزوعها إلى الإنسحاب وتجنب التفاعل الإجتماعي مع زميلاتها داخل القسم وكانت قليلة المبادرة في التواصل والمشاركة في الأنشطة الصفية،كما بدت محدودة التفاعل أثناء سير الحصة الدراسية و قد ظهرت عليها علامات الإرتباك والتوتر بشكل واضح عند مطالبتها بالإجابة عن الأسئلة أو القراءة أمام زملائها، إذ كانت تتحدث بصوت منخفض وتتردد قبل الإجابة،مع ميلها إلى تجنب النظر إلى الأخرين،هذا الأمر الذي يعكس حالة من الخجل وعدم الإرتياح في المواقف الإجتماعية والتربوية التي تتطلب منها التعبير أمام الجماعة .

عرض و تحليل المقابلة مع الحالة: تمت المقابلة بتاريخ 23 أفريل 2026 دامت لمدة ساعة حيث تم التعرف على الحالة (ع.إكرام) وجمع المعلومات عنها كما تبين من خلال هذه المقابلة أن التلميذة تعاني من صعوبة في التفاعل الإجتماعي داخل الوسط المدرسي،حيث بدت متحفظة أثناء الحديث وتميل إلى الإجابات القصيرة مع إنخفاض مستوى الثقة بالنفس،كما صرحت بشعورها بالخوف والقلق عند التحدث أمام الأخرين أو المشاركة داخل القسم خاصة في المواقف التي تتطلب منها الإجابة أو القراءة أمام زملائها،كذلك أنها تخشى التعرض للصخرية أو النقد من طرف الأخرين وهذا الأمر الذي يدفعها إلى تجنب المشاركة والتواصل الإجتماعي قدر الإمكان.

كما لوحظ أيضا أثناء المقابلة ظهور بعض المؤشرات الدالة على كثرة القلق مثل التردد في الكلام وإنخفاض نبرة الصوت وتجنب التواصل البصري إضافة إلى شعورها بالتوتر في المواقف الإجتماعية والمدرسية وتشير هذه المعطيات إلى وجود أعراض مرتبطة بالرهاب الإجتماعي وهذا ما أثر على توافقها النفسي وتفاعلها داخل القسم .

6.3. الإجراءات و التدخلات:

- ملاحظة الحالة و التعرف عليها
- الإنصات للحالة وإظهار التفهم و التعاطف معها
- محاولة كسر القلق و التوتر و الخجل أثناء التحدث أمام الأخرين

- محاولة إرجاع ثقتها بنفسها و بالأخرين
- تقديم توجيهات للحالة
- تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي

7.3. الملاحظات المسجلة أثناء تطبيق المقياس: تم خلال تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي على الحالة (ع.إكرام) ملاحظة أن التلميذة أبدت نوعا من التردد و الحذر أثناء الإجابة عن فقرات المقياس حيث كانت تستغرق وقتا نسبيا قبل إختيار الإجابة المناسبة،كما بدت عليها علامات القلق و الإرتباك خاصة عند قراءة بعض العبارات المرتبطة بالمواقف الإجتماعية و التفاعل مع الأخرين،أيضا لوحظ إنخفاض نبرة صوتها مع قلة التواصل البصري إضافة إلى ميلها إلى الإنطواء و الهدوء أثناء تطبيق المقياس كما كانت تسأل أحيانا عن معنى بعض العبارات خوفا من الإجابة الخاطئة و هذا الذي يعكس حساسية واضحة تجاه المواقف الإجتماعية و التقييم من طرف الأخرين.

8.3. نتائج تطبيق المقياس: تم تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي بتاريخ 27 أفريل 2026 و أظهرت النتائج أن الحالة (ع.إكرام) تحصلت على درجة مرتفعة و هذا يدل على معاناتها من مستوى عالي من الرهاب الإجتماعي .

9.3 الإستنتاج العام للحالة: من خلال نتائج الملاحظة و المقابلة و الإستبيان يتبين أن التلميذة تعاني من أعراض واضحة للرهاب الإجتماعي و تجلت في تجنبها للتفاعل و التواصل مع زميلاتها أيضا ضعف مشاركتها داخل القسم إضافة إلى شعورها بالخوف و التوتر في المواقف التي تتطلب منها التحدث أو القراءة أمام الأخرين،كما أظهرت الحالة إنخفاضا في مستوى الثقة بالنفس و حساسية تجاه نظرة الأخرين و تقييمهم،هذا الأمر الذي أثر على توافقها النفسي و الإجتماعي داخل الوسط المدرسي و قد إنعكس ذلك على مستوى إندماجها و مشاركتها الصفية،حيث تميل إلى الإنسحاب و الإنطواء و تجنب المواقف الإجتماعية المختلفة.

وعليه يمكن القول أن الحالة (ع.إكرام) لديها مستوى مرتفع من الرهاب الإجتماعي .

4. عرض نتائج الحالة الرابعة:

1.4. البيانات الأولية للحالة:

- **الإسم:** ح.سعيد
- **الجنس:** ذكر
- **السن:** 16 سنة
- **تاريخ الميلاد:** 23\07\2009
- **المستوى الدراسي:** السنة الأولى ثانوي
- **المؤسسة التعليمية:** ثانوية باستور
- **عدد الإخوة:** 08
- **ترتيبه بين الإخوة:** الأصغر بين إخوته
- **المستوى الإجتماعي و الإقتصادي:** متوسط

2.4. سبب إختيار الحالة:

تم إختيار هذه الحالة نظرا لما لوحظ على التلميذ من ضعف في المشاركة داخل القسم وقلة التفاعل مع زملائه إضافة إلى ميله إلى الإنسحاب أثناء الأنشطة الصفية،وهذا الأمر الذي إنعكس سلبا على مستوى تحصيله الدراسي وأدائه الأكاديمي،كما أظهرت الحالة صعوبة في الإندماج والتواصل داخل الوسط المدرسي مما إستدعى دراستها بشكل معمق للكشف عن العوامل النفسية المؤثرة في سلوكه وتوافقه الدراسي والإجتماعي .

3.4, جدول (10) الملاحظة داخل القسم:

الملاحظة	التاريخ	المدة	الغرض
الملاحظة الأولى	22 أفريل 2026	ساعة	التعرف على الحالة و جمع المعلومات عنه و كسب ثقته و كسر الخجل و تطبيق الاستبيان عليه

4.4 جدول (11) المقابلة مع الحالة :

المقابلة	التاريخ	المدة	الغرض
المقابلة الأولى	26 أفريل 2026	ساعة	التعرف على الحالة و جمع المعلومات عنه و كسب ثقته و كسر الخجل و تطبيق الاستبيان عليه

5.4. عرض و تحليل الملاحظات و المقابلات مع الحالة :

عرض و تحليل الملاحظات المسجلة داخل القسم:

تم إجراء الملاحظة للحالة (ح.سعيد) داخل القسم بتاريخ 22 أفريل 2026 و دامت لمدة ساعة حيث لوحظ أثناء التواجد داخل القسم أن التلميذ يميل إلى الجلوس بهدوء مع قلة التفاعل والمشاركة في الأنشطة الصفية كما بدا متجنبا للتواصل مع زملائه إلا في حدود ضيقة، وقد ظهر عليه التردد، الإرتباك عند توجيه الأسئلة إليه من طرف الأستاذ حيث كان يتحدث بصوت منخفض ويتجنب الإجابة أمام الجماعة،أيضا تم ملاحظة ضعف إندماجه داخل القسم وقلة مبادرته للمشاركة في المناقشات الصفية، إضافة إلى ميله للعزلة والإنشغال بنفسه أغلب الوقت، و قد بدت عليه بعد مظاهر القلق والتوتر في المواقف التي تتطلب التفاعل أو التعبير أمام الأخرين هذا الأمر الذي إنعكس على مستوى تركيزه ومشاركته الدراسية داخل القسم .

عرض و تحليل المقابلة مع الحالة: تمت المقابلة بتاريخ 26 أفريل 2026 دامت لمدة ساعة حيث تم التعرف على الحالة (ح.سعيد) وجمع المعلومات عنه ومن خلال المقابلة تبين أن التلميذ يعاني من صعوبات في الإندماج والتواصل داخل الوسط المدرسي، حيث اتسم حديثه بالإختصار والتردد مع ميل واضح إلى التحفظ وعدم المبادرة في التعبير، كما أشار إلى شعوره بالإنزعاج والقلق في الوضعيات التي تتطلب منه التحدث أمام الأخرين أو المشاركة العلنية داخل القسم، وقد أفاد كذلك بأنه يتجنب قدر الإمكان المواقف الإجتماعية التي قد يكون فيها محل ملاحظة أو تقييم من طرف زملائه أو الأستاذ خوفا من الوقوع في الخطأ أو التعرض للإحراج مما يدفعه إلى الإنسحاب وقلة التفاعل، كما أظهرت عليه أيضا

من خلال هذه المقابلة بعض السلوكات الدالة على التوتر مثل إنخفاض نبرة الصوت والتردد في إختيارالكلمات وتجنب التواصل البصري وهو ما يعكس وجود مؤشرات تتماشى مع الرهاب الإجتماعي .

6.4. الإجراءات و التدخلات:

- ملاحظة الحالة و التعرف عليه
- الإنصات للحالة وإظهار التفهم و التعاطف معه
- محاولة كسر القلق و التوترأثناء التحدث أمام الأخرين
- محاولة إرجاع ثقته بنفسه و بالأخرين
- تقديم توجيهات للحالة
- تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي

7.4. الملاحظات المسجلة أثناء تطبيق المقياس: تم خلال تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي على الحالة (ح.سعيد) ملاحظة أن التلميذ بدا متحفظا في تعامله مع بنود المقياس حيث اتسمت إجاباته بالحذر والتأني قبل إختيار البديل المناسب، كما ظهرت عليه بعض مظاهر الإنشغال والقلق خاصة عند التعرض للعبارات المرتبطة بالمواقف الإجتماعية أو التفاعل مع الأخرين داخل القسم.

وقد لوحظ كذلك ميله إلى الصمت وقلة الحديث أثناء التطبيق مع إنخفاض واضح في نبرة صوته وتجنب النظر المباشر إضافة إلى تردده في بعض الإجابات ورغبته في التأكد من فهم المطلوب قبل الإجابة ورغم ذلك، أبدى التلميذ درجة مقبولة من التعاون والإنضباط خلال عملية التطبيق مع إستمرار ظهور مؤشرات التوتر وعدم الإرتياح في المواقف ذات الطابع الإجتماعي.

8.4. نتائج تطبيق المقياس: تم تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي بتاريخ 29 أفريل 2026 و أظهرت النتائج أن الحالة (ح.سعيد) لديه درجة مرتفعة تشير إلى وجود مستوى مرتفع من الرهاب الإجتماعي .

9. 4 الإستنتاج العام للحالة: في ضوء المعطيات التي تم جمعها من خلال الملاحظة داخل القسم والمقابلة و نتائج تطبيق الإستبيان تبين أن التلميذ(ح.سعيد) يواجه صعوبة في التكيف و التفاعل داخل المحيط المدرسي حيث يظهر ضعفا في المشاركة الصفية و ميلا إلى الإنعزال و قلة التواصل مع زملائه

كما تترافق هذه الصعوبات مع شعور مستمر بالخوف و الإرتباك في المواقف التي تستدعي التعبير أو الحديث أمام الأخرين.

و قد إنعكست هذه الحالة على أدائه الدراسي و علاقاته الإجتماعية داخل القسم إذ بدا مترددا في إبداء أرائه و المساهمة في الأنشطة الصفية مع حساسية واضحة تجاه نظرة الأخرين و تقييمهم ، و تشير هذه المؤشرات إلى وجود إضطراب في التفاعل الإجتماعي يتوافق مع خصائص الرهاب الإجتماعي بدرجة أثرت على توافقه النفسي و المدرسي .

و عليه يمكن القول أن الحالة (ح.سعيد) لديه مستوى مرتفع من الرهاب الإجتماعي .

5. عرض نتائج الحالة الخامسة:

1.5 البيانات الأولية للحالة:

- **الإسم:** ر.سيف الدين
- **الجنس:** ذكر
- **السن:** 15سنة
- **تاريخ الميلاد:** 08\09\2010
- **المستوى الدراسي:** السنة الأولى ثانوي
- **المؤسسة التعليمية:** ثانوية باستور
- **عدد الإخوة:** 02
- **ترتيبه بين الإخوة:** الأصغر بين إخوته
- **المستوى الإجتماعي و الإقتصادي:** ضعيف

2.5. سبب إختيار الحالة:

تم إختيار هذه الحالة بسبب المظاهر السلوكية التي أظهرها التلميذ (ر.سيف الدين) داخل القسم والمتمثلة في الإنسحاب الإجتماعي وضعف التفاعل مع الزملاء إضافة إلى قلة المشاركة الصفية والتردد الدائم أثناء الإجابة،وهذا الأمر الذي أثر على مردوده الدراسي وتوافقه داخل الوسط المدرسي .

3.5. جدول (12) الملاحظة داخل القسم:

الملاحظة	التاريخ	المدة	الغرض
الملاحظة الأولى	22 أفريل 2026	ساعة	التعرف على الحالة و جمع المعلومات عنه و كسب ثقته و كسر الخجل و تطبيق الاستبيان عليه

4.5. جدول (13)المقابلة مع الحالة :

المقابلة	التاريخ	المدة	الغرض
المقابلة الأولى	23 أفريل 2026	ساعة	التعرف على الحالة و جمع المعلومات عنه و كسب ثقته و كسر الخجل و تطبيق الاستبيان عليه

5.5 عرض و تحليل الملاحظات و المقابلات مع الحالة :

عرض و تحليل الملاحظات المسجلة داخل القسم:

تم إجراء الملاحظة للحالة (ر.سيف الدين) داخل القسم بتاريخ 22 أفريل 2026 و دامت لمدة ساعة حيث لوحظ على التلميذ ميله إلى العزلة داخل القسم إذ كان يتجنب الإختلاط بزملائه أو الدخول في أحاديث معهم كما بدا قليل المشاركة أثناء الحصة الدراسية مع ظهور علامات التوتر والإرتباك عند توجيه الأسئلة إليه من طرف الأستاذة،وقد ظهر عليه التردد الواضح أثناء الحديث مع إنخفاض نبرة صوته وتجنبه للنظر إلى الأخرين إضافة إلى محاولته تفادي المواقف التي تتطلب القراءة أو التحدث أمام الجماعة مما يعكس شعوره بعدم الإرتياح في المواقف الإجتماعية داخل القسم .

عرض و تحليل المقابلة مع الحالة: تمت المقابلة بتاريخ 23 أفريل 2026 دامت لمدة ساعة حيث تم التعرف على الحالة (ر.سيف الدين) وجمع المعلومات عنه ومن خلال المقابلة تبين أن التلميذ يعاني من خوف واضح من التفاعل مع الأخرين خاصة داخل الوسط المدرسي حيث صرح بأنه يشعر بالتوتر والإنزعاج عند التحدث أمام زملائه أو عند لفت الإنتباه إليه داخل القسم كما أبدى تخوفا من الوقوع في الخطأ أو التعرض للسخرية،هذا الأمر الذي يدفعه إلى تجنب المشاركة والإنسحاب من المواقف الإجتماعية.

كما تبين من خلال المقابلة أن التلميذ يعاني من ضعف الثقة بالنفس وصعوبة في التعبير عن أرائه أمام الجماعة إضافة إلى ظهور بعض مؤشرات القلق مثل التردد في الكلام والإرتباك أثناء الحديث.

6.5. الإجراءات و التدخلات:

- ملاحظة الحالة و التعرف عليه
- الإنصات للحالة وإظهار التفهم و التعاطف معه
- محاولة كسر القلق و التوترأثناء التحدث أمام الأخرين
- محاولة إرجاع ثقته بنفسه و بالأخرين
- تقديم توجيهات للحالة
- تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي

7.5.الملاحظات المسجلة أثناء تطبيق المقياس: خلال تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي إتسم سلوك التلميذ بالحذر والتردد أثناء تعامله مع فقرات المقياس حيث كان يتأنى في قراءة العبارات و يفكر مطولا قبل تحديد الإجابة المناسبة كما بدت عليه علامات القلق وعدم الإرتياح عند الوصول إلى البنود المرتبطة بالمواقف الإجتماعية والتفاعل مع الأخرين إذ ظهرعليه نوع من الإنشغال والتوتر أثناء الإجابة.

ولوحظ كذلك أن التلميذ كان قليل الكلام أثناء التطبيق مع إنخفاض واضح في نبرة صوته وتجنب التواصل البصري المباشر، إضافة إلى تكرار طلبه للتأكد من فهم بعض العبارات قبل الإجابة عنها كما ظهرعليه شيء من الإرتباك عند الحديث عن المواقف التي تتطلب المشاركة أو الظهور أمام الجماعة، ورغم ذلك حافظ على درجة مقبولة من التعاون والإنضباط طوال فترة التطبيق مما يعكس حساسية نفسية تجاه المواقف الإجتماعية والتقييم من طرف الأخرين .

8.5. نتائج تطبيق المقياس: تم تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي على الحالة (ر.سيف الدين) بتاريخ 26 أفريل 2026 و أسفرت النتائج أن التلميذ تحصل على درجة مرتفعة، مما يشير إلى معاناته من مستوى عالي من الرهاب الإجتماعي.

و قد بينت النتائج أيضا وجود خوف واضح من المواقف الإجتماعية التي تتطلب التفاعل أو التحدث أمام الأخرين إضافة إلى ميله إلى تجنب المشاركة داخل القسم و الشعور بالقلق في المواقف الإجتماعية المختلفة.

9.5 الإستنتاج العام للحالة: إنطلاقا من نتائج الملاحظة داخل القسم والمقابلة وتطبيق الإستبيان على الحالة (ر.سيف الدين) تبين أن التلميذ يعاني من إضطراب واضح في التفاعل الإجتماعي داخل البيئة المدرسية حيث يظهر صعوبة في التواصل والإندماج مع زملائه مع ميل ملحوظ إلى الإنسحاب وتجنب المواقف التي تستوجب المشاركة أو التعبير أمام الجماعة، كما إتضح أن هذه الصعوبات ترتبط بحالة من القلق والخوف من التعرض للنقد أو الإحراج وهذا الأمرالذي يؤثر بشكل مباشر على سلوكه ومردوده الدراسي.

وقد إنعكست هذه الحالة على مستوى ثقته بنفسه وتوافقه النفسي والإجتماعي إذ بدا مترددا في إبداء أرائه والمشاركة الصفية، مع ظهور مؤشرات واضحة للتوتر والإنزعاج في المواقف الإجتماعية المختلفة وتشير المعطيات المتحصل عليها إلى أن التلميذ يعاني من مستوى مرتفع من الرهاب الإجتماعي وهو ما أثر سلبا على إندماجه داخل القسم وعلى تحصيله الدراسي وعلاقاته مع المحيط المدرسي.

6. عرض نتائج الحالة السادسة:

1.6. البيانات الأولية للحالة:

- **الإسم:** ع.شيماء
- **الجنس:** أنثى
- **السن:** 15سنة
- **تاريخ الميلاد:** 28\12\2010
- **المستوى الدراسي:** السنة الأولى ثانوي

- **المؤسسة التعليمية:** ثانوية باستور
- **عدد الإخوة:** 03
- **ترتيبه بين الإخوة:** الأصغر بين إخوتها
- **المستوى الإجتماعي و الإقتصادي:** متوسط

2.6 سبب إختيار الحالة: تم إختيار هذه الحالة بسبب المظاهر السلوكية التي أبدتها التلميذة داخل القسم والمتمثلة في الخجل أثناء المشاركة الصفية وقلة التفاعل مع الزميلات إضافة إلى تراجع نسبي في مستوى التحصيل الدراسي مقارنة بقدراتها وهذا الأمر الذي إستدعى دراسة حالتها للكشف عن طبيعة الصعوبات التي تعاني منها داخل الوسط المدرسي.

3.6.جدول (14) الملاحظة داخل القسم:

الملاحظة	التاريخ	المدة	الغرض
الملاحظة الأولى	22 أفريل 2026	ساعة	التعرف على الحالة و جمع المعلومات عنها و كسب ثقتها و كسر الخجل و تطبيق الاستبيان عليها

4.6.جدول (15) المقابلة مع الحالة :

المقابلة	التاريخ	المدة	الغرض
المقابلة الأولى	26 أفريل 2026	ساعة	التعرف على الحالة و جمع المعلومات عنها و كسب ثقتها و كسر الخجل و تطبيق الاستبيان عليها

5.6.عرض و تحليل الملاحظات و المقابلات مع الحالة :

عرض و تحليل الملاحظات المسجلة داخل القسم:

تم إجراء الملاحظة للحالة (ع.شيماء) داخل القسم بتاريخ 22 أفريل 2026 و دامت لمدة ساعة إذ لوحظ على التلميذة أنها تميل إلى الهدوء داخل القسم حيث كانت تشارك أحيانا في الأنشطة الصفية لكن بتردد واضح، كما بدت محدودة التفاعل مع زميلاتها إلا في نطاق ضيق وقد ظهرت عليها بعد علامات الإرتباك عند مطالبتها بالإجابة أمام القسم خاصة في المواقف التي تستوجب التحدث أمام الجماعة، أيضا ظهرعليها أنها تتجنب لفت الإنتباه إليها داخل الحصة الدراسية مع ميلها إلى الجلوس بهدوء وعدم المبادرة بالمشاركة إلا بعد تشجيع من الأستاذ غيرأنها كانت تحاول الإندماج بدرجة أفضل مقارنة بالحالات ذات الرهاب الإجتماعي المرتفع .

عرض و تحليل المقابلة مع الحالة: تمت المقابلة بتاريخ 26 أفريل 2026 دامت لمدة ساعة حيث تم التعرف على الحالة (ع.شيماء) وجمع المعلومات عنها ومن خلال المقابلة تبين أن التلميذة تشعر بنوع من القلق والتوتر في المواقف الإجتماعية خاصة أثناء التحدث أمام الأخرين أو المشاركة داخل القسم إلا أن هذا الشعورلا يصل إلى درجة الإنسحاب الكامل أو التجنب الشديد للمواقف الإجتماعية، كما صرحت بأنها تخشى أحيانا الوقوع في الخطأ أو التعرض لتعليقات زميلاتها وهذا الأمر الذي يجعلها مترددة في التعبير عن أرائها أمام الجماعة.

وقد لوحظ أيضا أثناء المقابلة أنها قادرة على التواصل بشكل مقبول بعد الشعور بالإرتياح مع وجود مستوى متوسط من الثقة بالنفس.

6.6 الإجراءات و التدخلات:

- ملاحظة الحالة و التعرف عليها
- الإنصات للحالة وإظهار التفهم و التعاطف معها
- محاولة كسر القلق و التوترأثناء التحدث أمام الأخرين
- محاولة إرجاع ثقتها بنفسها و بالأخرين
- تقديم توجيهات للحالة
- تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي

7.6. الملاحظات المسجلة أثناء تطبيق المقياس: خلال تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي على الحالة (ع.شيماء) بدت التلميذة متعاونة وهادئة إلا أنها أظهرت بعض التردد عند الإجابة عن البنود المرتبطة بالمواقف الإجتماعية والتفاعل مع الأخرين كما إستغرقت وقتا نسبيا في التفكير قبل إختيار بعض الإجابات مع ظهورعلامات خفيفة للإرتباك أثناء التطبيق، ولوحظ كذلك أنها كانت تحاول التأكد من فهم بعض العبارات مع إنخفاض بسيط في نبرة الصوت وتجنب التواصل البصري أحيانا غيرأنها حافظت على مستوى جيد من التركيز والتعاون طوال عملية التطبيق .

8.6. نتائج تطبيق المقياس: تم تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي على الحالة (ع.شيماء) بتاريخ 28 أفريل 2026 و أسفرت النتائج أن التلميذة تحصلت على درجة متوسطة مما يشير إلى معاناتها من مستوى متوسط من الرهاب الإجتماعي.

وقد أظهرت النتائج أيضا وجود بعض الصعوبات المرتبطة بالتفاعل الإجتماعي والمشاركة أمام الأخرين إلا أنها لا تعيق تفاعلها بشكل كامل داخل الوسط المدرسي.

6. **9. الإستنتاج العام للحالة:** إستنادا إلى نتائج الملاحظة داخل القسم والمقابلة وتطبيق الإستبيان تبين أن التلميذة تعاني من مستوى متوسط من الرهاب الإجتماعي حيث تظهر لديها بعض مظاهرالقلق والتردد في المواقف التي تتطلب التفاعل أو المشاركة أمام الأخرين خاصة داخل القسم، وقد تجلت هذه الصعوبات في محدودية مشاركتها الصفية وتحفظها أثناء التواصل مع زميلاتها إضافة إلى شعورها بشيء من الإرتباك عند لفت الإنتباه إليها أو مطالبتها بالإجابة أمام الجماعة .

ورغم ذلك، فإن الحالة لا تتسم بالإنسحاب الكامل أو التجنب الشديد للمواقف الإجتماعية إذ تبدي التلميذة قدرة نسبية على التفاعل والإندماج بعد الشعور بالأمان والإرتياح النفسي كما تحاول المشاركة في بعض الأنشطة الصفية وإن كان ذلك بدرجة من الحذر والتردد، وتشير هذه المعطيات إلى أن الرهاب الإجتماعي لديها ما يزال ضمن المستوى المتوسط دون أن يصل إلى درجة تعيق توافقها المدرسي بشكل حاد.

7. عرض نتائج الحالة السابعة:

1.7. البيانات الأولية للحالة:

- **الإسم:** ح.ملاك
- **الجنس:** أنثى
- **السن:** 15سنة
- **تاريخ الميلاد:** 04\07\2010
- **المستوى الدراسي:** السنة الأولى ثانوي
- **المؤسسة التعليمية:** ثانوية باستور
- **عدد الإخوة:** 03
- **ترتيبه بين الإخوة:** الوسطى بين إخوتها
- **المستوى الإجتماعي و الإقتصادي:** جيد

2.7. سبب إختيار الحالة: تم إختيار هذه الحالة بسبب ملاحظة مجموعة من السلوكات التي تعكس صعوبة واضحة في التفاعل الإجتماعي داخل الوسط المدرسي، حيث بدت التلميذة كثيرة الإنعزال وضعيفة المشاركة داخل القسم إضافة إلى تراجع مستواها الدراسي وظهور علامات القلق والتوتر في المواقف التي تتطلب منها التواصل أو التحدث أمام الأخرين مما إستدعى دراسة حالتها بصورة معمقة .

3.7 جدول (16) الملاحظة داخل القسم:

الملاحظة	التاريخ	المدة	الغرض
الملاحظة الأولى	22 أفريل 2026	ساعة	التعرف على الحالة و جمع المعلومات عنها و كسب ثقتها و كسر الخجل و تطبيق الاستبيان عليها

4.7. جدول (17) المقابلة مع الحالة :

المقابلة	التاريخ	المدة	الغرض
المقابلة الأولى	27 أفريل 2026	ساعة	التعرف على الحالة و جمع المعلومات عنها و كسب ثقتها و كسر الخجل و تطبيق الاستبيان عليها

5.7.عرض و تحليل الملاحظات و المقابلات مع الحالة :

عرض و تحليل الملاحظات المسجلة داخل القسم: تم إجراء الملاحظة للحالة (ح.ملاك) داخل القسم بتاريخ 22 أفريل 2026 و دامت لمدة ساعة إذ لوحظ على التلميذة ميلها الواضح إلى الإنطواء داخل القسم إذ كانت تتجنب الإختلاط بزملائها وتفضل البقاء بمفردها أغلب الوقت كما بدت قليلة المشاركة أثناء الحصة الدراسية مع إمتناعها عن رفع يدها أو المبادرة بالإجابة رغم متابعتها لسير الدرس، وعند توجيه الأسئلة إليها ظهرت عليها علامات الإرتباك والتوتر بشكل واضح حيث كانت تتحدث بصوت منخفض ومتقطع مع تجنب النظر إلى الأستاذة أو زملائها إضافة إلى محاولتها تفادي المواقف التي تستوجب القراءة أو الحديث أمام الجماعة وهذا الأمر الذي أثرعلى إندماجها وتفاعلها داخل القسم .

عرض و تحليل المقابلة مع الحالة: تمت المقابلة بتاريخ 27 أفريل 2026 دامت لمدة ساعة حيث تم التعرف على الحالة (ح.ملاك) وجمع المعلومات عنها ومن خلال المقابلة تبين أن التلميذة لها معاناة واضحة من القلق في المواقف الإجتماعية حيث بدت متحفظة أثناء الحديث مع ميل إلى التردد وقلة التعبير التلقائي عن أفكارها ومشاعرها كما عبرت عن شعورها بعدم الإرتياح عند التواجد في المواقف التي تستوجب منها التحدث أمام الأخرين أو المشاركة داخل القسم موضحة أنها تخشى لفت الإنتباه إليها أو التعرض للنقد والسخرية من طرف زملائها، وقد تبين كذلك أن التلميذة تتجنب قدر الإمكان المواقف

الإجتماعية التي تشعر فيها بأنها محل ملاحظة أو تقييم وهذا الأمر الذي يدفعها إلى الإنسحاب وتقليل إحتكاكها بالأخرين داخل الوسط المدرسي.

وخلال سير المقابلة ظهرت عليها عدة مؤشرات دالة على التوتر النفسي تمثلت في إنخفاض نبرة الصوت، بطء الإجابة، تشابك اليدين، وتجنب التواصل البصري، إضافة إلى صعوبة واضحة في التعبير بحرية وثقة .

6.7. الإجراءات و التدخلات:

- ملاحظة الحالة و التعرف عليها
- الإنصات للحالة وإظهار التفهم و التعاطف معها
- محاولة كسر القلق و التوثرو الخجل أثناء التحدث أمام الأخرين
- محاولة إرجاع ثقتها بنفسها و بالأخرين
- تقديم توجيهات للحالة
- تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي

7.7. الملاحظات المسجلة أثناء تطبيق المقياس: خلال تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي على الحالة (ح.ملاك) ظهر على التلميذة قدر ملحوظ من التوثر وعدم الإرتياح حيث كانت تتعامل مع فقرات المقياس بحذر واضح وتتوقف لوقت نسبي قبل الإجابة عن بعض البنود خاصة تلك المتعلقة بالمواقف الإجتماعية والتفاعل مع الأخرين كما بدت عليها صعوبة في إتخاذ القرار أثناء إختيار الإجابة المناسبة وهذا الأمر الذي يعكس حالة من القلق والتردد، ولوحظ كذلك أن التلميذة كانت قليلة الكلام أثناء التطبيق مع ميلها إلى تجنب التواصل البصري والإنشغال بتحريك اليدين أو خفض الرأس أثناء الإجابة كما إتسمت نبرة صوتها بالإنخفاض والتقطع عند طلب توضيح بعض العبارات إضافة إلى ظهور علامات إرتباك واضحة كلما تعلق الأمر بالمواقف التي تتضمن المشاركة أو التحدث أمام الجماعة .

ورغم حالة التوثر التي بدت عليها، فقد أظهرت التلميذة درجة مقبولة من التعاون والإنضباط طوال فترة التطبيق غيرأن سلوكها العام أثناء الإجابة عكس حساسية نفسية مرتفعة تجاه المواقف الإجتماعية والخوف من تقييم الأخرين لها .

8.7. نتائج تطبيق المقياس: تم تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي على الحالة (ح.ملاك) بتاريخ 29 أفريل 2026 و لقد بينت النتائج أن التلميذة تحصلت على درجة مرتفعة مما يدل على معاناتها من مستوى عالي من الرهاب الإجتماعي .

وقد أظهرت النتائج أيضا وجود خوف واضح ومستمر من المواقف الإجتماعية التي تكون فيها محل إنتباه أو تقييم من طرف الأخرين خاصة تلك التي تتطلب منها التحدث أو المشاركة أمام الجماعة، كما كشفت النتائج عن ميل التلميذة إلى تجنب التفاعل الإجتماعي والإنسحاب من المواقف التي تشعر فيها بالإحراج أو القلق إضافة إلى معاناتها من توتر ملحوظ أثناء التواصل مع الأخرين داخل الوسط المدرسي، وتشير هذه المعطيات إلى أن الرهاب الإجتماعي لديها يؤثر بشكل مباشر على إندماجها داخل القسم وعلى مستوى مشاركتها الصفية وعلاقاتها بزملائها وهذا ما إنعكس سلبا على توافقها النفسي والدراسي

9.7 . الإستنتاج العام للحالة: إعتمادا على النتائج المتوصل إليها عبر أدوات الدراسة المختلفة التي تمثلت في الملاحظة داخل القسم والمقابلة وتطبيق الإستبيان تبين أن التلميذة(ح.ملاك) تعاني من مستوى مرتفع من الرهاب الاجتماعي.

حيث يظهر لديها قلق واضح في المواقف الإجتماعية التي تتطلب التواصل أو التعبيرأمام الأخرين وقد إنعكس ذلك في سلوكها داخل القسم من خلال قلة التفاعل وضعف المشاركة الصفية وميلها إلى الإنعزال وتجنب المواقف التي تجعلها محل ملاحظة أو تقييم، كما إتضح أن هذه الصعوبات أثرت بصورة سلبية على توافقها النفسي والإجتماعي إذ بدت مترددة في بناء علاقات مع زملائها أو الإنخراط في الأنشطة الصفية مع شعور دائم بالخوف من إرتكاب الأخطاء أو التعرض للإحراج وقد ساهم هذا الوضع في التأثير على مردودها الدراسي وعلى درجة إندماجها داخل البيئة المدرسية .

8. عرض نتائج الحالة الثامنة:

1.8. البيانات الأولية للحالة:

- **الإسم:** ع.كلثوم
- **الجنس:** أنثى
- **السن:** 19سنة
- **تاريخ الميلاد:** 18\02\2007

- **المستوى الدراسي:** السنة الثالثة ثانوي
- **المؤسسة التعليمية:** ثانوية باستور
- **عدد الإخوة:** 02
- **ترتيبه بين الإخوة:** الأكبر بين إخوتها
- **المستوى الإجتماعي و الإقتصادي:** ضعيف

2.8. سبب إختيار الحالة: تم إختيار هذه الحالة نظرا لما لوحظ على التلميذة من صعوبة في التفاعل الإجتماعي داخل القسم حيث بدت قليلة المشاركة في الأنشطة الصفية وتميل إلى الإنعزال عن زميلاتها إضافة إلى ظهورعلامات القلق والتوتر أثناء المواقف التي تتطلب منها التحدث أو الإجابة أمام الجماعة، هذا الأمر أثرعلى مردودها الدراسي وتوافقها داخل البيئة المدرسية.

3.8. جدول (18) الملاحظة داخل القسم:

الملاحظة	التاريخ	المدة	الغرض
الملاحظة الأولى	23 أفريل 2026	ساعة	التعرف على الحالة و جمع المعلومات عنها و كسب ثقتها و كسر الخجل و تطبيق الاستبيان عليها

4.8. جدول(19) المقابلة مع الحالة :

المقابلة	التاريخ	المدة	الغرض
المقابلة الأولى	26 أفريل 2026	ساعة	التعرف على الحالة و جمع المعلومات عنها و كسب ثقتها و كسر الخجل و تطبيق الاستبيان عليها

5.8. عرض و تحليل الملاحظات و المقابلات مع الحالة :

عرض و تحليل الملاحظات المسجلة داخل القسم: تم إجراء الملاحظة للحالة (ع.كلثوم) داخل القسم بتاريخ 23 أفريل 2026 و دامت لمدة ساعة إذ لوحظ على التلميذة أنها تفضل الجلوس في أماكن بعيدة عن مركز الإنتباه داخل القسم كما كانت قليلة المبادرة في التواصل مع زميلاتها وتميل إلى الصمت أغلب الوقت، وقد بدت مترددة أثناء المشاركة الصفية حيث كانت تتجنب رفع يدها للإجابة حتى في الحالات التي تبدو فيها على دراية بالمحتوى الدراسي.

كما ظهرت عليها علامات الإرتباك بشكل واضح عند مطالبتها بالقراءة أو الإجابة أمام القسم إذ كانت تتحدث بصوت منخفض مع تجنب النظر إلى الأخرين إضافة إلى ظهور توتر ملحوظ على تعابير وجهها وحركاتها، وهذا يعكس شعورها بعدم الإرتياح في المواقف الإجتماعية داخل الوسط المدرسي.

عرض و تحليل المقابلة مع الحالة: تمت المقابلة بتاريخ 26 أفريل 2026 دامت لمدة ساعة حيث تم التعرف على الحالة (ع.كلثوم) وجمع المعلومات عنها ومن خلال المقابلة تبين أن التلميذة تعاني من خوف واضح من التفاعل مع الأخرين خاصة في المواقف التي تكون فيها محل ملاحظة أو تقييم، كما صرحت بأنها تشعر بقلق شديد عند التحدث أمام زميلاتها أو عند مطالبتها بالمشاركة داخل القسم خوفا من الوقوع في الخطأ أو التعرض للإحراج أو السخرية وقد تبين كذلك أنها تميل إلى تجنب الأنشطة التي تتطلب منها الظهور أمام الجماعة مع شعور دائم بعدم الثقة بالنفس وصعوبة التعبير بحرية أمام الأخرين، وخلال المقابلة ظهرت عليها مؤشرات واضحة للتوتر النفسي مثل التردد في الحديث، إنخفاض نبرة الصوت، وتجنب التواصل البصري.

6.8. الإجراءات و التدخلات:

- ملاحظة الحالة و التعرف عليها
- الإنصات للحالة وإظهار التفهم و التعاطف معها
- محاولة كسر القلق و التوثرو الخجل أثناء التحدث أمام الأخرين
- محاولة إرجاع ثقتها بنفسها و بالأخرين
- تقديم توجيهات للحالة
- تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي

7.8. الملاحظات المسجلة أثناء تطبيق المقياس: خلال تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي على الحالة (ع.كلثوم) ظهر على التلميذة قدر واضح من التوتر والإنشغال أثناء تعاملها مع فقرات المقياس، حيث كانت تقرأ العبارات ببطء وتتردد قبل تحديد الإجابة المناسبة خاصة في البنود المتعلقة بالمشاركة أمام الأخرين أو التفاعل داخل الجماعة كما بدت حذرة في إجاباتها مع ميل إلى التفكير المطول قبل الإختيار وكأنها تخشى الوقوع في إجابة غير مناسبة.

وقد ظهرت عليها أيضا بعض المؤشرات السلوكية الدالة على القلق وتمثلت في خفض الرأس أثناء الإجابة، تشابك اليدين، وتجنب التواصل البصري المباشر إضافة إلى إنخفاض نبرة صوتها عند الإستفسار عن بعض العبارات، وكما لوحظ أيضا أنها كانت قليلة الكلام وتميل إلى الصمت طوال فترة التطبيق مع ظهور إرتباك واضح كلما تعلق الأمر بالمواقف الإجتماعية أو التقييم من طرف الأخرين.

ورغم هذه المظاهر أبدت التلميذة درجة مقبولة من الإنضباط والتعاون أثناء تطبيق المقياس إلا أن سلوكها العام عكس حالة من الحساسية النفسية والقلق المرتبط بالمواقف الإجتماعية وهو ما يتماشى مع خصائص الرهاب الإجتماعي المرتفع.

8.8 نتائج تطبيق المقياس: تم تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي على الحالة (ع.كلثوم) بتاريخ 28 أفريل 2026 و أسفرت النتائج أن التلميذة تحصلت على درجة مرتفعة مما يدل على معاناتها من مستوى عالي من الرهاب الإجتماعي.

وقد بينت النتائج أيضا وجود خوف واضح من المواقف الإجتماعية التي تتطلب منها التفاعل أو التحدث أمام الأخرين إضافة إلى شعورها المستمر بالتوتر والقلق عند التعرض للمواقف التي تكون فيها محل ملاحظة أو تقييم، كما كشفت النتائج أيضا عن ميل التلميذة إلى تجنب المشاركة الصفية والإبتعاد عن المواقف الإجتماعية التي قد تسبب لها الإحراج أو عدم الإرتياح وهذا ما يحد من تفاعلها وإندماجها داخل القسم، وتشير هذه المعطيات إلى أن الرهاب الإجتماعي لديها يؤثر بصورة واضحة على توافقها النفسي والإجتماعي وينعكس سلبا على مستوى مشاركتها الدراسية وعلاقاتها داخل الوسط المدرسي .

8. 9. الإستنتاج العام للحالة: من خلال تحليل النتائج المتحصل عليها عبر مختلف أدوات الدراسة التي تمثلت في الملاحظة داخل القسم والمقابلة وتطبيق الإستبيان، إتضح أن التلميذة تعاني من مستوى مرتفع من الرهاب الإجتماعي.

حيث تظهر لديها صعوبة واضحة في التفاعل والتواصل داخل الوسط المدرسي خاصة في المواقف التي تتطلب المشاركة أو التحدث أمام الجماعة وقد تجسد ذلك في ميلها إلى الإنسحاب الإجتماعي وضعف مشاركتها الصفية إضافة إلى شعورها المستمر بالخوف والإرتباك عند التعرض للمواقف الإجتماعية المختلفة، كما بينت المعطيات أيضا أن التلميذة تعاني من حساسية مفرطة تجاه نظرة الأخرين وأراءهم مع إنخفاض في مستوى الثقة بالنفس، وهذا الأمر الذي ساهم في زيادة حدة القلق والتوتر لديها داخل البيئة المدرسية كما إنعكست هذه الصعوبات بشكل واضح على توافقها النفسي والإجتماعي وعلى مستوى إندماجها ومردودها الدراسي.

الخلاصة :

من خلال عرض وتحليل الحالات المدروسة تبين أن الرهاب الإجتماعي يظهر بدرجات متفاوتة لدى التلاميذ، حيث تراوحت الحالات بين المستوى المتوسط والمرتفع وقد كشفت نتائج الملاحظة والمقابلات وتطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي عن وجود مجموعة من المظاهر المشتركة بين الحالات، تمثلت في الخوف من التحدث أمام الآخرين، وضعف المشاركة الصفية، وتجنب التفاعل الإجتماعي، إضافة إلى الشعور المستمر بالقلق والتوتر والخوف من النقد أو السخرية، كما أظهرت النتائج أن إرتفاع مستوى الرهاب الإجتماعي ينعكس سلبا على التحصيل الدراسي والتوافق النفسي والإجتماعي للتلاميذ، إذ يؤدي إلى الإنسحاب والعزلة وضعف الثقة بالنفس وقلة الإندماج داخل القسم.

وعليه يمكن القول أن الرهاب الإجتماعي يعد من العوامل النفسية المؤثرة بشكل واضح على الأداء الدراسي والتكيف المدرسي لدى التلاميذ.

الفصل السابع : مناقشة الفرضيات في ظل النتائج

- تمهيد
- عرض الفرضيات
- مناقشة الفرضيات في ظل النتائج
- الاستنتاج العام
- التوصيات و الإقتراحات
- الخلاصة

تمهيد :

يتناول هذا الفصل عرض الإستنتاجات العامة للدراسة ومناقشة الفرضيات في ضوء النتائج المتوصل إليها من خلال الجانب التطبيقي، وذلك بالإعتماد على المعطيات التي تم جمعها بواسطة الملاحظة والمقابلة وتطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي على الحالات المدروسة، كما يهدف هذا الفصل إلى تفسير النتائج وربطها بالإطار النظري والدراسات السابقة من أجل الكشف عن طبيعة العلاقة بين الرهاب الإجتماعي والتحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين، إضافة إلى ذلك يتضمن الفصل مجموعة من التوصيات والإقتراحات التي يمكن أن تسهم في الحد من آثار الرهاب الإجتماعي داخل الوسط المدرسي وتحسين التوافق النفسي والإجتماعي والتحصيل الدراسي لدى التلاميذ.

2- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الأولى :

- **تنص الفرضية الأولى على أن :** " يؤثر الرهاب الإجتماعي على التحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين" .

و لقد تم إختبار نتائج هذه الفرضية بإتباع الأساليب التالية :

- **بإستعمال الملاحظة :**

من خلال الملاحظة المباشرة داخل القسم، لوحظ على الحالات المدروسة وجود بعض السلوكات الدالة على الرهاب الإجتماعي، مثل التردد في المشاركة الصفية، وتجنب الإجابة عن أسئلة الأستاذ، والخجل أثناء التفاعل مع الزملاء، إضافة إلى الميل نحو الإنسحاب من بعض الأنشطة الجماعية، كما تبين أن هذه السلوكات تؤثر على إندماج التلميذ في العملية التعليمية، مما قد ينعكس سلبًا على مستوى تحصيله الدراسي.

- **بإستعمال المقابلة:**

للتأكد من المعطيات المتحصل عليها من خلال الملاحظة، تم إجراء مقابلات مع الحالات المدروسة، حيث كشفت النتائج عن وجود مشاعر القلق والخوف من تقييم الآخرين، خاصة في المواقف التي تتطلب التحدث أمام الزملاء أو المشاركة داخل القسم، كما عبرت بعض الحالات عن تخوفها من الوقوع في الخطأ أو التعرض للنقد، الأمر الذي يدفعها إلى تجنب العديد من المواقف الإجتماعية المدرسية وهو ما يؤثر على أدائها الدراسي.

- **بإستعمال الإستبيان:**

لقد أكدت نتائج إستبيان الرهاب الإجتماعي ما تم التوصل إليه من خلال الملاحظة والمقابلة، حيث أظهرت النتائج أن الحالات الثمانية تعاني من مستويات تتراوح بين المتوسطة والمرتفعة من الرهاب الإجتماعي، وتدل هذه النتائج على أن الحالات المدروسة تعاني من قدر معتبر من الرهاب الإجتماعي الذي يؤثر على تفاعلها داخل الوسط المدرسي وعلى مستوى تحصيلها الدراسي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء العديد من النظريات منها النظرية المعرفية السلوكية التي ترى أن الخوف من تقييم الآخرين والأفكار السلبية حول الذات يؤديان إلى تجنب المواقف الإجتماعية المختلفة، بما فيها المواقف التعليمية، مما ينعكس على المشاركة الصفية والأداء الأكاديمي، كما تتفق أيضا هذه النتيجة مع ما أشارت إليه العديد من الدراسات السابقة التي أكدت وجود تأثير سلبي للرهاب الإجتماعي على التحصيل الدراسي.

وعليه، فإن النتائج المتحصل عليها من خلال الملاحظة والمقابلة والإستبيان تؤكد صحة الفرضية الأولى التي تنص على أن يؤثر الرهاب الإجتماعي على التحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين، وبالتالي تُقبل الفرضية.

3- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

- **تنص الفرضية الثانية على أن :** " يؤدي الرهاب الإجتماعي إلى ضعف المشاركة الصفية وتراجع الأداء الأكاديمي" .

و لقد تم إختبار نتائج هذه الفرضية بإتباع الأساليب التالية :

- **بإستعمال الملاحظة:**

أثناء متابعة الحالات داخل القسم، تبين أن التلاميذ الذين يعانون من الرهاب الإجتماعي يميلون إلى إلتزام الصمت وتجنب التفاعل خلال الحصص الدراسية، كما لوحظ إحجامهم عن المشاركة في المناقشات الصفية أو المبادرة بالإجابة عن الأسئلة المطروحة، بالإضافة إلى ظهور علامات التوتر والإرتباك عند توجيه الإنتباه إليهم، وقد أدى هذا السلوك إلى تقليل إندماجهم في النشاط التعليمي.

- **بإستعمال المقابلة:**

أظهرت المقابلات أن أغلب الحالات تشعر بعدم الإرتياح في المواقف التي تتطلب الحديث أمام الآخرين أو المشاركة داخل القسم، كما عبر بعض التلاميذ عن تخوفهم من إرتكاب الأخطاء أو من نظرة الزملاء إليهم، وهذا الذي يجعلهم يفضلون الإنسحاب أو تجنب المواقف الصفية وقد إنعكس ذلك على مستوى تفاعلهم مع الدروس وإستفادتهم من الأنشطة التعليمية.

- **بإستعمال الإستبيان:**

كشفت نتائج إستبيان الرهاب الإجتماعي أن الحالات المدروسة سجلت مستويات تتراوح بين المتوسطة والمرتفعة من الرهاب الإجتماعي، وهو ما يعكس وجود صعوبات في التعامل مع المواقف الإجتماعية المدرسية وتدعم هذه النتائج ما تمت ملاحظته وما صرحت به الحالات خلال المقابلات، حيث تبين أن إرتفاع مستوى الرهاب الإجتماعي يترافق مع إنخفاض مستوى المشاركة داخل القسم وضعف الحضور الفعلي في الأنشطة التعليمية، إذ أن الرهاب الإجتماعي يجعل التلميذ منشغلًا بمشاعر الخوف والقلق أكثر من تركيزه على عملية التعلم، مما يحد من مساهمته في الأنشطة الصفية ويؤثر على ثقته بنفسه وقدرته على

إبراز إمكاناته الأكاديمية، كما أن تجنب المشاركة يحرم التلميذ من فرص التعلم والتفاعل التي تسهم في تحسين مستواه الدراسي.

أيضا يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء النظرية السلوكية التي ترى أن سلوك التجنب يتعزز كلما نجح الفرد في الإبتعاد عن المواقف التي تثير لديه القلق والخوف، فيصبح الإنسحاب من المشاركة الصفية سلوكًا متكررًا لدى التلميذ، مما يقلل من فرص التعلم والتفاعل داخل القسم.

كذلك لا يمكن إغفال دور العوامل الأسرية، إذ تشير بعض التفسيرات إلى أن أساليب التنشئة الأسرية القائمة على الحماية الزائدة أو النقد المستمر قد تسهم في تنمية مشاعر الخوف وإنخفاض الثقة بالنفس، وهو ما يزيد من إحتمال ظهور الرهاب الإجتماعي وإنعكاساته السلبية على الحياة الدراسية.

وتتفق هذه النتيجة أيضا مع العديد من الدراسات السابقة التي أكدت أن التلاميذ ذوي المستويات المرتفعة من الرهاب الإجتماعي يعانون من ضعف المشاركة داخل القسم وتراجع الأداء الأكاديمي مقارنة بأقرانهم، حيث أوضحت تلك الدراسات أن الخوف من التقييم السلبي والرهاب الإجتماعي يحدان من قدرة التلميذ على التفاعل مع المواقف التعليمية والإستفادة منها، مما يؤثر في تحصيله ومردوده الدراسي.

وعليه، فإن المعطيات المستخلصة من خلال الملاحظة والمقابلة والإستبيان تدعم الفرضية الثانية، وتبين أن يؤدي الرهاب الإجتماعي إلى ضعف المشاركة الصفية و تراجع الأداء الأكاديمي لدى المراهقين المتمدرسين، وبالتالي تُقبل الفرضية.

جدول (6) توضيحي يبين الفرضيتين و الأساليب المستعملة فيها :

	الملاحظة	المقابلة	الاستبيان
الفرضية1	-التردد في المشاركة الصفية. -تجنب الإجابة عن أسئلة الأستاذ. -الخجل أثناء التفاعل مع الزملاء. -الميل نحو الإنسحاب من بعض الأنشطة الجماعية.	-وجود مشاعر القلق والخوف من تقييم الآخرين -التخوف من الوقوع في الخطأ أو التعرض للنقد. -تجنب العديد من المواقف الإجتماعية المدرسية.	-أن الحالات الثمانية تعاني من مستويات تتراوح بين المتوسطة والمرتفعة من الرهاب الإجتماعي
الفرضية2	-إلتزام الصمت وتجنب التفاعل خلال الحصص الدراسية. -الإحجام عن المشاركة في المناقشات الصفية. -عدم المبادرة بالإجابة عن الأسئلة المطروحة. - ظهور علامات التوتر والإرتباك عند توجيه الإنتباه إليهم.	- الشعور بعدم الإرتياح في المواقف التي تتطلب الحديث أمام الآخرين. - التخوف من إرتكاب الأخطاء أو من نظرة الزملاء إليهم. -الإنسحاب أو تجنب المواقف الصفية. -عدم تفاعلهم مع الدروس وعدم إستفادتهم من الأنشطة التعليمية.	- سجلت مستويات تتراوح بين المتوسطة والمرتفعة من الرهاب الإجتماعي. -وجود صعوبات في التعامل مع المواقف الإجتماعية المدرسية. - إنخفاض مستوى المشاركة داخل القسم ضعف الحضور الفعلي في الأنشطة التعليمية.

3. مناقشة الفرضيات في ظل النتائج :

من خلال دراسة الحالة لأفراد عينة الدراسة المتمثلة في ثمانية حالات والتي تمثلت في مراهقين متمدرسين يعانون من درجات متفاوتة من الرهاب الإجتماعي، تبين أن درجات تطبيق المقياس تراوحت ما بين (39) و (62) درجة وهي درجات تشير إلى وجود مستوى متوسط إلى مرتفع نسبيا من الرهاب الإجتماعي لدى الحالات المدروسة .

وقد إنعكس ذلك بصورة واضحة على التحصيل الدراسي والتوافق المدرسي لديهم، حيث لوحظ أن الحالات التي سجلت درجات مرتفعة في المقياس كانت أكثر ميلا إلى الإنسحاب الإجتماعي والخوف من التفاعل داخل القسم وتجنب المشاركة الصفية إضافة إلى صعوبة التعبير الشفهي أمام الزملاء والأساتذة .

كما كشفت المقابلات والملاحظات المسجلة أثناء الدراسة أن المراهقين الذين يعانون من الرهاب الإجتماعي يعيشون حالة من القلق والتوتر المستمر داخل الوسط المدرسي خاصة في المواقف التي تتطلب التفاعل الإجتماعي أو التقييم من طرف الأخرين، مثل الإجابة داخل القسم أو تقديم العروض الشفوية أو المشاركة في الأنشطة الجماعية مما يؤدي إلى ضعف التركيز وتشتت الإنتباه وإنخفاض الدافعية للتعلم وهو ما ينعكس سلبا على مستوى التحصيل الدراسي لديهم.

ومن جهة أخرى بينت النتائج أن الرهاب الإجتماعي يؤثر على الجانب النفسي والإنفعالي للمراهق حيث تظهر لديهم مشاعر الخجل المفرط وضعف الثقة بالنفس والخوف من النقد أو السخرية وهذا الأمر الذي يدفعهم إلى تجنب المواقف الإجتماعية داخل المدرسة، وبالتالي ضعف التفاعل مع الزملاء والأساتذة مما يساهم في تراجع الأداء الأكاديمي لديهم مقارنة بالمراهقين الذين يتمتعون بتوافق نفسي وإجتماعي أفضل.

و تتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (بوكريطة كوثر ولونيس سعيدة 2023) بعنوان " مستوى الرهاب الإجتماعي لدى المراهقين المتمدرسين " حيث هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستوى الرهاب الإجتماعي لدى المراهقين المتمدرسين، ولقد أجريت على عينة مكونة من(120) تلميذا وتلميذة من مرحلتي التعليم المتوسط والثانوي بمدينة الجزائر العاصمة، بإستخدام المنهج الوصفي ومقياس الرهاب الإجتماعي للمراهقين والشباب، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى وجود مستوى من الرهاب الإجتماعي لدى المراهقين مع وجود فروق بين الجنسين لصالح الإناث، كما أكدت الدراسة أن الرهاب الإجتماعي يؤثر على تفاعل المراهق داخل الوسط المدرسي ويؤدي إلى ضعف الثقة بالنفس وتجنب المواقف الإجتماعية، وهو ما يتفق مع نتائج الدراسة الحالية التي أظهرت أن إرتفاع مستوى الرهاب الإجتماعي لدى الحالات المدروسة إنعكس سلبا على المشاركة الصفية والتوافق المدرسي والتحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين.

كما تتفق نتائج الدراسة الحالية أيضا مع دراسة (ابريعم سامية 2016) التي هدفت إلى التعرف على مستوى الرهاب الإجتماعي لدى المراهقين المتمدرسين في المرحلة الثانوية بمدينة تبسة، حيث إعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي وطبقت مقياس الرهاب الإجتماعي على عينة من تلاميذ المرحلة الثانوية، وقد

أظهرت نتائج الدراسة وجود مستوى مرتفع نسبيا من الرهاب الإجتماعي لدى بعض المراهقين خاصة في المواقف التي تتطلب التفاعل والتواصل مع الأخرين داخل الوسط المدرسي كما بينت الدراسة أن الرهاب الإجتماعي يرتبط بالخوف من التقييم السلبي وتجنب المشاركة الصفية وضعف التكيف المدرسي، وهو ما يتفق مع نتائج الدراسة الحالية التي كشفت أن المراهقين الذين يعانون من الرهاب الإجتماعي يظهرون ضعفا في التفاعل داخل القسم وتراجعا في مستوى التحصيل الدراسي نتيجة القلق والخوف الإجتماعي المستمر.

أيضا تتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (الشمري 2018) بعنوان " الرهاب الإجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية " حيث هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الرهاب الإجتماعي والتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية وقد تكونت عينة الدراسة من 120 تلميذا وتلميذة من المرحلة الثانوية وإعتمد الباحث على مقياس الرهاب الإجتماعي والسجلات المدرسية الخاصة بالتحصيل الدراسي، وتوصلت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الرهاب الإجتماعي والتحصيل الدراسي حيث تبين أن التلاميذ الذين يعانون من مستوى مرتفع من الرهاب الإجتماعي يحققون نتائج دراسية منخفضة مقارنة بغيرهم، كما بينت الدراسة أيضا أن ضعف المشاركة الصفية والخوف من التفاعل مع الأخرين يؤثران بشكل مباشرعلى الأداء الدراسي، و هو ما يتفق مع نتائج الدراسة الحالية التي أظهرت أن المراهقين الذين يعانون من الرهاب الإجتماعي ينتج عنهم ضعف و تراجع في مستوى تحصيلهم الدراسي .

كذلك تتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (jystad 2021 و أخرون) التي هدفت إلى الكشف عن تأثير الرهاب الإجتماعي على الأداء المدرسي والطموحات التعليمية لدى المراهقين حيث أجريت الدراسة بالنرويج على عينة من المراهقين المتمدرسين ضمن مشروع" young HUNT3 " وإعتمد الباحثون على المنهج الوصفي الإرتباطي بإستخدام مقاييس خاصة بالقلق والرهاب الإجتماعي والتوافق المدرسي، وقد توصلت نتائج الدراسة إلى أن المراهقين الذين يعانون من الرهاب الإجتماعي يواجهون صعوبات في التكيف داخل الوسط المدرسي وضعفا في التركيز والمشاركة الصفية، إضافة إلى إنخفاض مستوى الطموح الدراسي والرضا عن المدرسة كما يميلون إلى الإنسحاب الإجتماعي وتجنب المواقف التفاعلية، وهو ما يتوافق مع نتائج الدراسة الحالية التي بينت أن إرتفاع مستوى الرهاب الإجتماعي لدى الحالات المدروسة إنعكس سلبا على التحصيل الدراسي والتفاعل داخل القسم لدى المراهقين المتمدرسين .

أيضا تتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (الرشيدي 2024) حيث تم التوصل إلى وجود علاقة إرتباطية سالبة دالة إحصائيا بين الرهاب الإجتماعي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الطور المتوسط حيث تؤكد أن إرتفاع مستوى الرهاب الإجتماعي له علاقة بإنخفاض الأداء الدراسي، وفي نفس السياق ذكر (الصفتيفي 2018) دراسته إلى أن الرهاب الإجتماعي له بعض من المتغيرات الأكاديمية السلبية مثل التسويف الأكاديمي وضعف الثقة بالنفس مما يؤدي إلى تدني مستوى التحصيل الدراسي.

ومن خلال النتائج المتوصل إليها يمكن القول أن الدراسة الحالية أكدت صحة الفرضيات المطروحة، حيث تبين أن الرهاب الإجتماعي يعد من العوامل النفسية المؤثرة في التحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين نظرا لما يسببه من قلق وخوف وإنسحاب إجتماعي وضعف في التفاعل داخل البيئة المدرسية وهذا الأمر الذي ينعكس سلبا على الأداء الأكاديمي والتوافق النفسي والإجتماعي للمراهق المتمدرس.

4. الاستنتاج العام :

من خلال دراسة الحالة للأفراد عينة الدراسة المتمثلة في ثمانية حالات من المراهقين المتمدرسين بثانوية باستور بمدينة وهران، أسفرت نتائج تطبيق مقياس الرهاب الإجتماعي على درجات تراوحت ما بين (39 إلى 62) درجة ضمن المجال الكلي للمقياس المحدد بين(32 إلى 64) درجة ، وهذا إن دل على شيء فإنه يدل على وجود مستويات متفاوتة من الرهاب الاجتماعي لدى الحالات المدروسة والتي انعكست بصورة واضحة على مستوى التحصيل الدراسي والتوافق المدرسي لديهم.

ومن خلال هذه الدراسة تم التوصل في الأخير إلى أن الرهاب الاجتماعي يؤثر سلبا على المشاركة الصفية والتفاعل داخل القسم كما يؤدي إلى الخوف من التحدث أمام الأخرين وضعف الثقة بالنفس والإنطواء، وهو ما ينعكس على الأداء الأكاديمي للمراهق ويسبب له صعوبات نفسية و اجتماعية داخل الوسط المدرسي .

5. الإقتراحات :

- إعطاء الموضوع إهتمام ورعاية أكبر ورصد كل مجرياته .
- ضرورة الإهتمام بالكشف المبكر عن الرهاب الإجتماعي لدى المراهقين المتمدرسين داخل المؤسسات التربوية من أجل الحد من تأثيره السلبي على التحصيل الدراسي .
- تفعيل دور الأخصائي النفسي المدرسي في متابعة التلاميذ الذين يعانون من الرهاب الإجتماعي وتقديم الدعم والإرشاد النفسي المناسب لهم .
- تنظيم حملات توعوية وبرامج إرشادية داخل المدارس والثانويات للتعريف بالرهاب الإجتماعي وأثره على التوافق النفسي والتحصيل الدراسي .
- تشجيع التلاميذ على المشاركة الصفية و الأنشطة الجماعية و الثقافية لتنمية الثقة بالنفس و التقليل من الخوف و الرهاب الإجتماعي .
- تعزيز العلاقة الإيجابية بين الأستاذ و التلميذ داخل القسم من خلال توفير جو تربوي يسوده التقبل و التشجيع و الإبتعاد عن النقد و السخرية .
- توعية الأولياء بأهمية الدعم الأسري في مساعدة الأبناء المراهقين على تجاوز مشاعر الخوف و الإنطواء الإجتماعي .
- إعداد برامج علاجية و إرشادية نفسية تساعد على التخفيف من حدة الرهاب الإجتماعي لدى المراهقين المتمدرسين .
- إجراء دراسات مستقبلية حول الرهاب الإجتماعي و علاقته بمتغيرات نفسية و تربوية أخرى مثل تقدير الذات،القلق،الإكتئاب و التوافق النفسي .
- توسيع مجال الدراسات العيادية المتعلقة بالرهاب الإجتماعي لتشمل عينات أكبر و مراحل تعليمية مختلفة .
- إدماج برامج الدعم النفسي و التوجيه المدرسي ضمن الأنشطة التربوية للمؤسسات التعليمية من أجل تحسين التوافق النفسي و الإجتماعي للمراهقين .

الخلاصة :

من خلال مناقشة نتائج الدراسة تبين أن الرهاب الاجتماعي يعد من العوامل النفسية المؤثرة بشكل واضح على التحصيل الدراسي والتوافق المدرسي لدى المراهقين المتمدرسين، حيث أظهرت الحالات المدروسة مستويات متفاوتة من الرهاب الاجتماعي تراوحت بين المتوسط والمرتفع. وقد انعكس ذلك على سلوك التلاميذ داخل القسم من خلال ضعف المشاركة الصفية، والخوف من التحدث أمام الآخرين، والانطواء، وتجنب التفاعل الاجتماعي، إضافة إلى الشعور المستمر بالقلق والخوف من النقد أو السخرية. كما أكدت نتائج الدراسة صحة الفرضيات المطروحة، وتوافقت مع العديد من الدراسات السابقة التي أشارت إلى وجود علاقة سلبية بين الرهاب الاجتماعي والتحصيل الدراسي. وفي ضوء هذه النتائج تم التأكيد على أهمية الكشف المبكر عن الرهاب الاجتماعي، وتفعيل دور الإرشاد النفسي المدرسي، وتوفير بيئة تربوية داعمة تساعد التلاميذ على تنمية الثقة بالنفس وتحسين توافقهم النفسي والاجتماعي والدراسي.

الخاتمة

الخاتمة :

تعتبر مرحلة المراهقة من أهم المراحل النمائية التي يمر بها الفرد نظرا لما تتسم به من تغيرات جسمية و نفسية و إجتماعية تؤثر بشكل مباشر على شخصية المراهق و توافقه مع محيطه، و في خضم هذه التغيرات قد يتعرض المراهق لبعض الإضطرابات النفسية التي تعيق تكيفه السليم و من أبرزها الرهاب الإجتماعي الذي أصبح من المشكلات النفسية المنتشرة داخل الوسط المدرسي لما له من تأثيرات سلبية على الحياة الإجتماعية و الدراسية للمراهق .

فلقد جاءت هذه الدراسة بهدف الكشف عن تأثير الرهاب الإجتماعي على التحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين من خلال الإعتماد على المنهج العيادي و دراسة الحالة لما يتيحه هذا المنهج من فهم عميق للجوانب النفسية والإنفعالية والسلوكية المرتبطة بالحالات المدروسة ، كما سمحت الدراسة بالتعرف على مختلف المظاهر التي يعاني منها المراهق المصاب بالرهاب الإجتماعي كالشعور بالخوف و القلق أثناء التفاعل مع الأخرين و تجنب المشاركة الصفية،ضعف الثقة بالنفس و الخوف من تقييم الأخرين و إنتقادهم .

أيضا من خلال النتائج المتوصل إليها تبين أن الرهاب الإجتماعي يؤثر بشكل واضح على التحصيل الدراسي لدى المراهق حيث يؤدي إلى ضعف التركيز و قلة المشاركة داخل القسم أيضا الإنعزال الإجتماعي، إضافة إلى التردد و الخوف من التعبير و المناقشة مما ينعكس سلبا على الأداء الدراسي و التحصيل الأكاديمي، كما أن إستمرار هذه الأعراض دون تدخل نفسي أو تربوي مناسب قد يزيد من حدة المشكلات النفسية و الدراسية لدى التلميذ .

و في ضوء ما سبق، يمكن التأكيد على أهمية الإهتمام بالصحة النفسية للمراهق داخل المؤسسات التربوية و العمل على توفير بيئة مدرسية داعمة تساعد التلميذ على التعبير عن نفسه دون خوف أو قلق، كما تبرز ضرورة تعزيز دور الأخصائي النفسي المدرسي في الكشف المبكر عن حالات الرهاب الإجتماعي و مرافقتها نفسيا و تربويا ، إلى جانب توعية الأسرة و الأساتذة بأهمية الدعم النفسي و التشجيع المستمر للمراهق لما لذلك من دور فعال في تحسين توافقه النفسي و الإجتماعي و الرفع من مستوى تحصيله الدراسي.

و في الأخير تبقى هذه الدراسة محاولة لفهم العلاقة بين الرهاب الإجتماعي و التحصيل الدراسي لدى المراهقين المتمدرسين، و فتح المجال أمام دراسات أخرى تهتم بهذا الموضوع لما له من أهمية كبيرة في المجال النفسي و التربوي .

و من هنا نقترح :

- إعطاء الموضوع إهتمام ورعاية أكبر ورصد كل مجرياته .
- ضرورة الإهتمام بالكشف المبكر عن الرهاب الإجتماعي لدى المراهقين المتمدرسين داخل المؤسسات التربوية من أجل الحد من تأثيره السلبي على التحصيل الدراسي .
- تفعيل دور الأخصائي النفسي المدرسي في متابعة التلاميذ الذين يعانون من الرهاب الإجتماعي وتقديم الدعم والإرشاد النفسي المناسب لهم .
- تنظيم حملات توعوية وبرامج إرشادية داخل المدارس والثانويات للتعريف بالرهاب الإجتماعي وأثره على التوافق النفسي والتحصيل الدراسي .

قائمة المراجع و الملاحق

قائمة المراجع :

المراجع العربية:

- ابن منظور. (1994) .(*لسان العرب*)ج1. دار المعارف
- أبو جادو، صالح محمد. (2004).*علم النفس التربوي* .عمّان: دار المسيرة للنشر والتوزيع .
- بركات، محمد خليفة (1979) *التأخر الدراسي وصعوبات التعلم: دراسة في أسبابها وطرق علاجها* .القاهرة: دار المعارف .
- برور مصطفى. (1993)*علم النفس التربوي: نمو التفكير عند المراهق* .الجزائر: ديوان المطبوعات الجامعية .
- بن معجب الحامد محمد. (1996) *التحصيل الدراسي: دراسته، نظرياته، واقعه والعوامل المؤثرة فيه* .الرياض: دار الصوتية .
- بودحيلي مولاي. (2002) *التأخر الدراسي: أسبابه وطرق علاجه* .الجزائر: دار الهدى للطباعة والنشر .
- خير الله سيد. (1981)، *دراسات في علم النفس والتعلم* .القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية .
- الداهري صالح.(2013)،علم *النفس التربوي وتطبيقاته* .عمّان: دار وائل للنشر والتوزيع .
- رضوان أبو الفتوح. (1994)، *التأخر الدراسي: أسبابه وطرق علاجه* .القاهرة: دار الفكر العربي .
- راشد علي. (2002) *خصائص المعلم الناجح وأساليب التدريس* .القاهرة: دار الفكر العربي .
- الرفاعي نعيم. (1966) *الصحة النفسية: دراسة في سيكولوجية التكيف* .دمشق: مطبعة جامعة دمشق .
- زيدان أحمد مصطفى. (1975)، *سيكولوجية التعلم* .القاهرة: دار النهضة العربية .
- الزيات فتحي عبد الرحمن. (2001).، *القياس والتقويم في التربية وعلم النفس* .القاهرة: دار النشر للجامعات .
- سعد الله الطاهر. (1982)، *مستوى التحصيل في المدرسة الابتدائية الجزائرية* .الجزائر .
- سعفان محمد أحمد، ومحمود سعد طه. (2002)، *أساسيات في المناهج وطرق التدريس* .القاهرة: دار الفكر العربي .
- الشربيني زكريا. (2001)، *علم النفس التربوي: الأسس النفسية للتعلم* .القاهرة: دار الفكر العربي .
- شكور خليل وديع. (د.ت) *مشكلات التعلم لدى الأطفال* .بيروت: دار النهضة العربية .
- عبد الخالق إبراهيم. (1998) ، *الدافعية للتعلم والتحصيل الدراسي* .القاهرة: دار الفكر العربي .
- فرج عبد القادر طه (1982)،*علم النفس التربوي* ط1، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية .
- عبد اللطيف مدحت (1990)، *الدافعية للتعلم وعلاقتها بالتحصيل الدراسي* .القاهرة: دار الفكر العربي .
- العدوان محمد. (2014) ، *الدافعية للتعلم وعلاقتها بالتحصيل الدراسي* .عمّان: دار الفكر للطباعة والنشر .
- عكاشة أحمد. (2003)، *الطب النفسي المعاصر* .القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية .
- فايد حسين. (2001)، *سيكولوجية القلق: بحوث ودراسات في السلوك الإنساني* .الإسكندرية: مؤسسة حورس الدولية للنشر والتوزيع .
- الفيروزآبادي. (2008) ، *القاموس المحيط* (ط371) .
- القاضي يوسف مصطفى. (1981)، *الذكاء والتحصيل الدراسي: دراسة في علم النفس التربوي* .القاهرة: دار المعارف .
- قرة حسين سليمان. (1970) ، *القياس والتقويم التربوي* .القاهرة: دار المعارف .
- كريم عادل شكري محمد. (2005) ، *المخاوف المرضية: قياسها وتصنيفها وتشخيصها* .القاهرة: دار المعرفة الجامعية .
- كفافي علاء. (1999) ، *علم النفس الإكلينيكي: دراسات في الاضطرابات النفسية* .القاهرة: دار الفكر العربي .
- المالح حسان. (1995)، *الخوف الاجتماعي (الخجل): دراسة علمية للاضطراب النفسي، مظاهره، أسبابه، وطرق العلاج* دمشق: دار الإشراقات للنشر والتوزيع .
- مرسي عبد الحميد. (1973) ، *علم النفس التربوي: النمو والتحصيل الدراسي* .القاهرة: دار المعارف .
- مصطفى محمد. (1973) ، *التخلف الدراسي: أسبابه وعلاجه* .القاهرة: دار المعارف .
- محمود رجاء. (1986) ، *الدافعية والاتجاهات النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي* .القاهرة: دار الفكر العربي .
- نصر الله عبد الرحيم. (2004) .*علم النفس التربوي* .عمّان: دار المسيرة.

- أبو ريالة. (2017)، *الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى طلبة المرحلة الثانوية* .رسالة جامعية، جامعة عربية .
- إبريعم سامية. (2016)، *مستوى الرهاب الاجتماعي لدى المراهقين المتمدرسين في المرحلة الثانوية بمدينة تبسة* . رسالة جامعية، جامعة الشاذلي بن جديد – تبسة .
- بن لعرج زكية. (2005)، *التأخر الدراسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية لدى المراهق المتمدرس* . رسالة ماجستير في علم النفس، جامعة الجزائر .
- بن يوسف. (2021) ، *القلق الاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ التعليم الثانوي* .رسالة جامعية، جامعة جزائرية .
- الحارثي خديجة عمر محمد. (2003) ، *فعالية برنامج علاج عقلاني انفعالي سلوكي في خفض درجة الرهاب الاجتماعي: دراسة إكلينيكية مقارنة* .رسالة ماجستير، قسم علم النفس، كلية الآداب، جامعة عين شمس، مصر .
- سليمان. (2015) ، *الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى المراهقين* .رسالة ماجستير، جامعة عربية .
- سعد الله الطاهر. (1982) .*مستوى التحصيل في المدرسة الابتدائية الجزائرية* .مذكرة ماجستير، جامعة الجزائر .
- الشمري. (2018)، *الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة المتوسطة/الثانوية* .رسالة جامعية، جامعة عراقية/خليجية .
- الطراونة. (2017)، *أثر الرهاب الاجتماعي على التحصيل الدراسي لدى طلبة المرحلة الثانوية* .رسالة جامعية، جامعة أردنية .
- عبد الحميد. (2020) ، *الرهاب الاجتماعي لدى المراهقين وعلاقته بالتوافق والتحصيل الدراسي* .رسالة جامعية، جامعة عربية .
- منصور. (2010)، *الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالتفاعل الصفي لدى التلاميذ* .رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة عربية .

المراجع الأجنبية :

- Barlow, D. H. (2002). *Anxiety and Its Disorders: The Nature and Treatment of Anxiety and Panic* (2nd ed.). New York, NY: Guilford Press.
- Barlow, D. H., Durand, V. M., & Hofmann, S. G. (2018). *Abnormal Psychology: An Integrative Approach* (8th ed.). Boston, MA: Cengage Learning.
- Beidel, D. C., & Turner, S. M. (2007). *Shy Children, Phobic Adults: Nature and Treatment of Social Anxiety Disorder* (2nd ed.). Washington, DC: American Psychological Association.
- Clark, D. A., & Beck, A. T. (2010). *Cognitive Therapy of Anxiety Disorders: Science and Practice*. New York: The Guilford Press.
- Freud, S. (1959). *Inhibitions, Symptoms and Anxiety* (J. Strachey, Trans.). New York: W. W. Norton & Company. (Original work published 1926).
- Gabbard, G. O. (2014). *Psychodynamic Psychiatry in Clinical Practice* (5th ed.). Washington, DC: American Psychiatric Publishing.
- Kendall, P. C. (2011). *Child and Adolescent Therapy: Cognitive-Behavioral Procedures* (4th ed.). New York: Guilford Press.

- Sadock, B. J., Sadock, V. A., & Ruiz, P. (2015). *Kaplan & Sadock's Synopsis of Psychiatry: Behavioral Sciences/Clinical Psychiatry* (11th ed.). Philadelphia: Wolters Kluwer.

- ocial fears in adolescents. *Behaviour Research and Therapy*, *37*(9), 831–843.
- Hofmann, S. G. (2007). Cognitive factors that maintain social anxiety disorder: A comprehensive model and its treatment implications. *Cognitive Behaviour Therapy*, *36*(4), 193–209.
- Khanna, L., Singh, S. N., & Alam, M. (2018). Multidimensional Analysis of Psychological Factors Affecting Students' Academic Performance. *arXiv*.

- Rapee, R. M., & Heimberg, R. G. (1997). A cognitive-behavioral model of anxiety in social phobia. *Behaviour Research and Therapy*, *35*(8), 741–756.

قائمة الجداول:

جدول(1) ص (67) : يبين الحدود الزمنية و المكانية للدراسة:

الحدود المكانية	الحدود الزمنية
تمت الدراسة في ثانوية باستور بمدينة وهران .	تم القيام بالدراسة في الفترة الممتدة من 05 أفريل 2026 إلى 30 أفريل 2026 مرتين كل أسبوع .

جدول (2) ص (68): يبين مواصفات العينة حسب الجنس و السن

الجنس		السن	
ذكور	إناث	ذكور	إناث
03	05	15 إلى 17 سنة	15 إلى 19 سنة

جدول (3) ص (71): يوضح درجات بدائل الإجابة لإستبيان الرهاب الاجتماعي :

الفحص		الفحص العكسي(03،07،14،16،17،27،28)	
نعم	درجة واحدة	لا	درجتان
لا	درجتان	نعم	درجة واحدة
أحيانا	درجة و نصف	أحيانا	درجة و نصف

جدول (4) ص (75) : الملاحظة داخل القسم:

الملاحظة	التاريخ	المدة	الغرض
الملاحظة الأولى	22 أفريل 2026	ساعة	ملاحظة الحالة داخل القسم من خلال المشاركة الصفية و تفاعله مع أصدقائه

جدول (5) ص (75): المقابلة مع الحالة :

المقابلة	التاريخ	المدة	الغرض
المقابلة الأولى	23 أفريل 2026	ساعة	التعرف على الحالة و جمع المعلومات عنه و كسب ثقته و كسر الخجل و تطبيق الاستبيان عليه

جدول (6) ص(107): توضيحي يبين الفرضيتين و الأساليب المستعملة فيها :

	الملاحظة	المقابلة	الاستبيان
الفرضية1	-التردد في المشاركة الصفية. -تجنب الإجابة عن أسئلة الأستاذ. -الخجل أثناء التفاعل مع الزملاء. -الميل نحو الإنسحاب من بعض الأنشطة الجماعية.	-وجود مشاعر القلق والخوف من تقييم الآخرين -التخوف من الوقوع في الخطأ أو التعرض للنقد. -تجنب العديد من المواقف الإجتماعية المدرسية.	-أن الحالات الثمانية تعاني من مستويات تتراوح بين المتوسطة والمرتفعة من الرهاب الإجتماعي
الفرضية2	-إلتزام الصمت وتجنب التفاعل خلال الحصص الدراسية. -الإحجام عن المشاركة في المناقشات الصفية. -عدم المبادرة بالإجابة عن الأسئلة المطروحة. - ظهور علامات التوتر والإرتباك عند توجيه الإنتباه إليهم.	- الشعور بعدم الإرتياح في المواقف التي تتطلب الحديث أمام الآخرين. - التخوف من إرتكاب الأخطاء أو من نظرة الزملاء إليهم. -الإنسحاب أو تجنب المواقف الصفية. -عدم تفاعلهم مع الدروس وعدم إستفادتهم من الأنشطة التعليمية.	- سجلت مستويات تتراوح بين المتوسطة والمرتفعة من الرهاب الإجتماعي. -وجود صعوبات في التعامل مع المواقف الإجتماعية المدرسية. - إنخفاض مستوى المشاركة داخل القسم ضعف الحضور الفعلي في الأنشطة التعليمية.

ملحق رقم 1 : طلب ترخيص بإجراء تربص ميداني.

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية وهران
مصلحة التنظيم التربوي

وهران في: 2026/03/04

الرقم: 612 /م.ت.و.و/م.ت.ت/ 2026

الوارد
ثانوية باستور وهران
التاريخ: 26/03/11
الرقم: 440
التوقيع:

إلى
السيد رئيس قسم علم النفس والأرطفونيا
كلية العلوم الإجتماعية
جامعة محمد بن أحمد
- وهران -

الموضوع :رخصة القيام بتربص ميداني.
المرجع :مراسلة رئيس قسم علم النفس والأرطفونيا.

ردا على مراسلتكم المشار إليها في المرجع أعلاه، وتسهيلا لمهمة الطالبة"**بزغود زهور**"التابعة لقسم علم النفس والأرطفونيا.

يشرفني منح الطالبة رخصة الإتصال **بثانوية باستور - وهران -** قصد إجراء تربص ميداني في اطار التحضير لشهادة الماستر تخصص علن النفس المدرسي على أن يتم التقيد بمايلي:

- تقديم موضوع البحث وحصيلة الإستقصاء والدراسة للمصلحة المعنية .
- تحدد فترة التربص خلال السنة الدراسية 2026/2025. .
- تسطير برنامج الزيارات بالتنسيق مع مدير(ة) المؤسسة المعنية.
- التقيد بالنظام الداخلي واحترام التنظيم التربوي للمؤسسة .
- عدم طلب مستحقات مالية مقابل هذه الدراسة.

مدير التربية
بالتفويض منه
رئيس المصلحة العام

مديرية التربية لولاية وهران – مصلحة التنظيم التربوي
العنوان: 104 شارع مولود فرعون، وهران – رقم الهاتف 041.40.99.33 – رقم الفاكس: 041.40.99.33
الموقع الإلكتروني WWWde-oran.com
البريد الإلكتروني oraneducationpedag@gmail.com

ملحق رقم2 : طلب ترخيص بإجراء تربص ميداني.



الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
The People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research
جامعة وهران 2 محمد بن أحمد
University of Oran 2 "Mohamed Ben Ahmed"
كلية العلوم الاجتماعية
Faculty of Social Sciences

جامعة وهران 2

الوارد
ثانوية باستور وهران
التاريخ: 11/03/2026
الرقم: 440
الترتيب:

قسم علم النفس والأرطفونيا

شعبة: علم النفس

الرقم : ...3../ق ع ن أ/ك ع إ/ج و 2026/2

وهران في 11/02/2026

إلى السيد : ...المدير مؤسسة...
...ثانوية باستور بوهران...

الموضوع: طلب إجراء تربص تطبيقي من اجل المذكرة لنيل "شهادة ماستر"

سيدي،

تحية طيبة وبعد، بهدف تحضير الطلبة الآتية أسماؤهم:

1) الطالب (ة): ...بزعمود زهور...

2) الطالب (ة): .....

والمسجلين في السنة الثانية ماستر (ل م د) تخصص: ...علم النفس المدرسي...

يشرفنا أن نطلب خدمتكم بقبول إجراء التربص التطبيقي في هيئتكم، استكمالا للمسار البيداغوجي لتكوين في طور ماستر . والذي يمكن الطالب من التأقلم مع الجوانب العملية والميدانية وتطبيق معارفه نظرية.

وفي الأخير فإننا نبقى مستعدين لتقديم كل معلومة إضافية ضرورية ونشكركم مسبقاً على تعاونكم.

مسؤول الشعبة علم النفس و الارطوفونيا

الدكتور محمد مومي
رئيس قسم علم النفس
و الأرطوفونيا
جامعة وهران 2

عضاء الهيئة المستقبلة

ير الثانوية
عمر منصور

العنوان: ص.ب 1015 الأمير وهران 31000 الجزائر B.P 1015 El M'naouer Oran 31000 Algérie

إستبيان الرهاب الاجتماعي :

الرقم	بنود الاختبار	دائما	أحيانا	أبدا
1	أحب البقاء في الفراش حتى لا أرى أي شخص			
2	أستمتع بالوحدة			
3	أفضل عادة أن أكون في صحبة الأصدقاء على أن أكون وحيدا			
4	أشعر برغبة ملحة في أن أرحل على الفور عند دخولي حجرة مكتظة بالناس			
5	يمثل التفاعل أو التواصل مع الآخرين عبئا نفسيا علي			
6	لا أستطيع أن أشعر بالإسترخاء إلا إذا كنت بمفردي			
7	أستمتع بالتعامل مع نوعيات مختلفة من الناس			
8	أبتعد عن الآخرين قدر الإمكان			
9	أمارس هواياتي المفضلة بمفردي			
10	أخبر الآخرين أنني لست على ما يرام لأتجنب مشاركتهم في القيام ببعض المهام			
11	أشعر بالإرتياح عندما أكون بمفردي			
12	أشعر بالقلق أثناء تواجدي مع الآخرين			
13	أفضل تناول الطعام بمفردي عن ان اتناوله مع الآخرين			
14	أفضل السفر مع الأصدقاء عن السفر بمفردي			
15	أفضل الذهاب إلى السينما بمفردي			
16	أستمتع دائما بوجودي مع الآخرين			
17	أفضل الخروج مع الأصدقاء عن الجلوس وحدي بالبيت			
18	عندما أتحدث مع الآخرين تتملكني رغبة قوية في التوقف عن الكلام و الإبتعاد عنهم			
19	تواجدي مع الآخرين يسبب لي الإرهاق			
20	أشعر غالبا بالرغبة في مغادرة الحفلات دون وداع الأصدقاء			
21	حتى عندما أكون في حالة نفسية جيدة لا أفضل التواجد مع الآخرين			
22	أتمنى مرور اليوم سريعا حتى أصبح بمفردي			
23	أتمنى أن يتركني الآخرين وحدي			
24	أشعر بالأمان عندما أكون بمفردي			
25	عندما أجلس في مكان مزدحم أشعر بدافع قوي في ترك المكان			
26	أحتاج أن أكون بمفردي تماما لعدة أيام			
27	أشعر بالإرتياح عندما أكون مع الآخرين			
28	أحب قضاء وقت فراغي مع الآخرين			
29	عندما أقرر أن أكون مع الآخرين أندم على ذلك فيما بعد			
30	يصبني إرهاق شديد لا يمكن إحتماله نتيجة تواجدي مع الآخرين			
31	أعتبر نفسي شخصا وحيدا أو منعزلا عن الآخرين			
32	أتمنى أن أكون بمفردي أو وحيدا معظم الوقت			
33	أشعر بالإرتجاف أثناء التحدث مع الآخرين			
	مجموع الدرجـــات			