



القلق الاجتماعي كمنبئ بتفضيل الصداقة الافتراضية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة بيشة

إعداد

د/ رانيا محمد محمد أحمد

مدرس علم النفس التربوي- كلية التربية بجامعة عين شمس
أستاذ علم النفس التربوي المساعد-كلية التربية بجامعة بيشة

أ/ العنود عبید حنیف السعدي

باحثة ماجستير تخصص إرشاد نفسي
قسم علم النفس- كلية التربية بجامعة بيشة

القلق الاجتماعي كمنبئ بتفضيل الصداقة الافتراضية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة بيشة

العنود عبید حنیف السعدی، رانیا محمد محمد أحمد.

قسم علم النفس- كلية التربية بجامعة بيشة، المملكة العربية السعودية.

البريد الإلكتروني: alsaadialanoud@gmail.com

المستخلص:

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى كل من القلق الاجتماعي وتفضيل الصداقة الافتراضية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة بيشة، والكشف عن طبيعة العلاقة بين القلق الاجتماعي وتفضيل الصداقة الافتراضية لدى عينة الدراسة، وكذلك التحقق من مدى إمكانية التنبؤ بمستوى تفضيل الصداقة الافتراضية من خلال مستوى القلق الاجتماعي لديهم. وتم استخدام المنهج الوصفي، والاستعانة بمقياس تفضيل الصداقة الافتراضية من إعداد (Shabahang et al, 2022)، ومقياس القلق الاجتماعي من إعداد (السيد وعبد الفتاح، ٢٠٢٣). و بعد التحقق من الخصائص السيكومترية للمقاييس تم تطبيقهما على عينة من طلاب مدارس المرحلة الثانوية بمحافظة بيشة بلغ عددها (٤٠٣) طالب وطالبة. وتوصلت الدراسة إلى أن مستوى كل من القلق الاجتماعي وتفضيل الصداقة الافتراضية لدى عينة الدراسة جاء بدرجة متوسطة، كما تبين وجود علاقة ارتباط موجبة قوية ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين القلق الاجتماعي وتفضيل الصداقة الافتراضية بمعامل ارتباط (٠,٧٤)، وأوضحت نتائج تحليل الانحدار الخطي البسيط أنه يمكن التنبؤ بمستوى تفضيل الصداقة الافتراضية من خلال القلق الاجتماعي للطلاب، حيث أوضحت قيمة معامل التحديد قدرة نموذج الانحدار على تفسير نسبة (٥٤%) من التباين في مستوى تفضيل الصداقة الافتراضية بناء على التباين في القلق الاجتماعي.

الكلمات المفتاحية: الصداقة الافتراضية – القلق الاجتماعي – طلاب المرحلة الثانوية.



Social Anxiety as a Predictor of Online Friendship among Secondary School Students in Bisha

Dr. Rania Mohamed Ahmed

Educational Psychology Lecturer-
Faculty of Education- Ain Shams
University
Assistant Professor Educational
Psychology- Faculty of Education-
University of Bisha

Alanoud Obaied Elsady

Psychological Counseling
Researcher
Department of Psychology-
Faculty of Education-University
of Bisha

Email: alsaadialanoud@gmail.com

Abstract:

The study aimed to identify the level of social anxiety and online friendship preference and the relationship between the two variables among secondary school students in Bisha Governorate, and the predictive ability of social anxiety of online friendship preference. The descriptive approach was used, by applying the online Friendship Preference Scale (Shabahang et al,2022) and the Social Anxiety Scale (Alsayed& Abdelfattah, 2023) to a sample of secondary school students in Bisha Governorate, numbering (403) male and female students. The study concluded that the level of preference for online friendship and social anxiety among the study sample was moderate. It was also shown that there was a strong positive and statistically significant correlation at the level of Significance (0.01) between social anxiety and preference for online friendship with a correlation coefficient (0.74). The results of the simple linear regression analysis showed that it is possible to predict the level of online friendship preference through social anxiety among secondary school students.

Keywords: Online friendship - social anxiety- secondary school students.

المقدمة:

يشهد العصر الحالي تطورات تكنولوجية ضخمة في عالم الاتصال وتقنية المعلومات حيث أصبحت الركيزة الأولى للتنمية والتقدم ومواكبة كل جديد في المجتمعات حيث أحدثت ثورة اتصالية كبيرة في المجتمعات المعاصرة غيرت فيها الكثير من طرق تواصل الانسان وسهلت له اكتساب المعارف والخبرات في حياته متجاوزة بذلك الحدود الجغرافية والسياسية ومعطيات الزمان والمكان واختصار المسافات.

كما ساهمت تكنولوجيا الاتصال في تغييرات جوهرية من خلال منصات التواصل الاجتماعي والتي ساهمت في تعزيز تواصل الأفراد فيما بينهم وذلك بتمكينها لمستخدميها من تجاوز العلاقات ضمن النسق الواحد الذي شكله المجتمع إلى الانفتاح على ثقافات المجتمعات الأخرى (بوقلوف، ٢٠١٧).

أدى هذا التقدم التكنولوجي إلى تغيير أنماط العلاقات الاجتماعية في العصر الحالي بشكل عام داخل المجتمع و أنماط الصداقة بشكل خاص حيث نقلت مفهوم الصداقة التقليدي الذي يقوم على العمل والمصالح المشتركة والاختلاف والتشابه والتقابل وجها لوجه لمفهوم اخر من الصداقة يحمل اسم الصداقة الافتراضية Online Friendship وهي الصداقة القائمة على التواصل الالكتروني من خلال وسائل الاتصال الحديثة وشبكات التواصل الاجتماعي دون التواصل وجها لوجه (توفيق، وأحمد، ٢٠٢٤).

وتنبع أهمية تلك العلاقات كونها تنشأ في فضاء افتراضي يتميز بنطاق واسع وحرية الاختيار وعدم التقيد بمحددات الصداقة التقليدية. والصداقة عبر الإنترنت هي شكل من أشكال العلاقة بين الأفراد التي تحدث لبعض الأشخاص في العالم الافتراضي الذين يستخدمون الوسائط عبر الإنترنت، مثل تطبيقات الإنترنت، والمواقع الإلكترونية، ووسائل التواصل الاجتماعي مثل فيسبوك، وإنستجرام، وتويتر، وما إلى ذلك. حيث لا حدود للزمان والمكان، لتكون بذلك إما امتداداً وتدعيماً للصداقة وجهاً لوجه او تكون ميداناً لتكون صداقات جديدة من خلال العالم الافتراضي (Helmi et al., 2017).

وتعد التفاعلات الاجتماعية مع الآخرين دليلاً ملموساً على صحة الأفراد النفسية ودليلاً على أن الأفراد ينعمون بالحركة والنشاط فمن خلال عملية التفاعل مع الآخرين يعبر الفرد عن مشاعره وأفكاره ويشارك همومه ومشاكله مع الآخرين، كما تتيح له الفرصة لتنمية مهارات التحدث لدية واكتساب الخبرات والتعرف على الكثير من الحقائق (Kennair, and Klepepestø, 2018).

بعكس ما إذا فقد الفرد التواصل مع الآخرين وفقد الرغبة في التحدث والمشاركة انخفض لدية كل من تقدير الذات والثقة بالنفس واضطرب أداءه وتشوهت الجوانب المعرفية لدية وهذا أهم ما يميز اضطراب القلق الاجتماعي Social anxiety حيث يتصف مرتفعو القلق الاجتماعي بانخفاض تقدير الذات والتوكيدية والثقة بالنفس والتقييم السلبي للذات، وزيادة الأفكار اللاعقلانية، مما يؤدي الى تجنب المواقف الاجتماعية لعدم قدرتهم على المواجهة إضافة الى ظهور العديد من التغيرات الفسيولوجية الناتجة عن استثارة الجهاز العصبي من احمرار الوجه وسرعة نبضات القلب والتعرق والارتعاش (العوفي، ٢٠٢١). وهو ما يؤثر على أداء الفرد لوظائفه الاجتماعية وعلى حياته العملية والأكاديمية وأنشطته الاجتماعية، ويسبب أضراراً نفسية

وسلوكية كالاكتئاب والإرهاق النفسي، وسوء التكيف الاجتماعي (السوالقه، والحوسني، ٢٠١٨، Liu, 2023)

ويعرف القلق الاجتماعي بأنه خوف من الوقوع محل ملاحظة الآخرين وهو ما يؤدي إلى تجنب المواقف الاجتماعية. وكثيراً ما يصاحب تلك المخاوف الاجتماعية تقييم ذاتي منخفض وخوف من النقد وقد يظهر على شكل شكوى من احتفان الوجه واحمراره او رعشة باليد او غثيان (رفاعي وآخرون، ٢٠١٨).

وعادةً ما يبدأ القلق الاجتماعي في الطفولة أو مرحلة المراهقة، وترتبط ارتباطاً شديداً بالقلق المفرط الذي يبلغ حد الهلع panic، الذي يدهم الشخصية علي نحو فجائي، ومن ثم ترتبط نوبة القلق بالمكان الذي حدثت فيه مؤدية إلي القلق الاجتماعي سواء من الناس أو الأماكن العامة أو المغلقة (عيد، ٢٠٠٠).

وتعد مرحلة المراهقة من أكثر المراحل العمرية قلقاً اجتماعياً لارتباطها الوثيق بالتغيرات النفسية والفسولوجية والاجتماعية للفرد. ففي هذه المرحلة العمرية التي يمر بها المراهقين يتعلمون فيها تحمل المسؤوليات الاجتماعية مما يجعلها أزمة يعيشها المراهق يسعى من خلالها لتحقيق هويته وذاتيته واستقلالته (سليم وآخرون، ٢٠١٩).

كما يزداد في هذه المرحلة التفاعلات الاجتماعية للمراهق حيث يظهر تأثير جماعة الأقران في مرحلة المراهقة في اتجاهات المراهق وميوله وقيمه وسلوكه ويزداد أثر جماعة الأقران حدة مع زيادة رغبة المراهق في أن يصبح عضواً مقبولاً في هذه الجماعة. ويبدأ المراهقون في اكتشاف أنفسهم واكتشاف العالم من حولهم، ويقضون الكثير من الوقت مع رفقاتهم، ويهتمون بدرجة كبيرة بزيادة العلاقات والقبول من أقرانهم ومجتمعهم (الجباري والنجيحي، ٢٠١٣).

وتوصلت أحدث الإحصاءات التي أصدرتها الهيئة العامة للإحصاء بالمملكة العربية السعودية من واقع المسح الاجتماعي للسكان ولإستخدام تقنيات المعلومات والاتصالات للأسر والأفراد للعام ٢٠١٨، أن المراهقين هم أكثر الفئات العمرية استخداماً لمواقع التواصل الاجتماعي حيث كانت النسبة ٨٩,١٣% وهم من المراهقين ما بين (١٥ إلى ١٩ عاماً). كما أوضحت أن ٩٣,١٩% من مستخدمي الإنترنت هم من الطلاب (<https://www.stats.gov.sa>).

ونظراً لأهمية العلاقات الاجتماعية القائمة في العالم الافتراضي على وسائل التواصل الاجتماعي التي تنبع من اندماج الفرد داخل المجتمع الافتراضي حيث يصبح لديه قيماً خاصة به تشكل مجالاً لإعادة إنتاج وتكوين هويته عوضاً عن التفاعلات الحقيقية في مجالات الحياة الأخرى، مثل: الأسرة والمدرسة والعلاقات المهنية وخاصة مع مرحلة المراهقة حيث تشكل شخصية الأفراد وما يرتبط بها من زيادة التفاعلات الاجتماعية وتأثيرها على تكوين الشخصية وما يصاحب ذلك من زيادة القلق الاجتماعي تسعى الدراسة الحالية لبحث العلاقة بين تفضيل الصداقة الافتراضية والقلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

مشكلة الدراسة:

يزداد في العصر الحالي انتشار تكوين الصداقات عبر وسائل التواصل الإلكترونية في المجتمع حيث أصبحت جزء مهم في حياة الأفراد اليومية والعملية لسهولة الوصول إليها دون الحاجة إلى اللقاءات المباشرة بين الأفراد.

وقد بدأ إحساس الباحثين بمشكلة الدراسة من خلال ما تم ملاحظته في النطاق الاسري والاجتماعي بوجود العديد من المراهقين الذي يميلون الى الصداقات الافتراضية داخل مواقع التواصل الاجتماعي وكثرة استخدام الاجهزة المحمولة في التواصل مع الآخرين، والتفاعل معهم وقضاء الكثير من الوقت في التحدث معهم رغم تميزهم بالعزلة والهدوء وقلة التواصل داخل الاجتماعات الاسرية، أو بمعنى آخر داخل الواقع الحقيقي، كما أصبح العديد من الأهالي يكثرون الشكوى من استخدام الأبناء للأجهزة المحمولة و الاكتفاء بالتواصل من خلالها ورفض المشاركة في المناسبات العائلية، وما قد ينتج عن ذلك من إهمال لدراساتهم وانعزالهم عن المجتمع الاسري وعدم الرغبة في الحوار والمشاركة والتفاعل مع ذويهم. وهو ما دفع الباحثان إلى الاتجاه للأدب النظري واستعراض الدراسات السابقة للبحث عن طبيعة الصداقة الافتراضية وعلاقتها بالتفاعلات الاجتماعية للأفراد في مرحلة المراهقة، وبشكل أكثر تحديداً القلق الاجتماعي لديهم.

حيث أكدت نتائج عدة دراسات بالفعل تأثير استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على نمط حياة الأفراد، منها دراسة الشهري (٢٠٢٠) والتي أقر فيها أفراد عينة الدراسة أنه رغم ما يسرته وسائل التواصل الاجتماعي من فرص التواصل مع الزملاء والأصحاب، إلا أنها أثرت سلبياً على أنشطتهم الحياتية، وكذلك أدت إلى قلة التفاعل الاجتماعي المباشر مع أفراد الأسرة. وكذلك وجدت دراسة صغير (٢٠٢٢) علاقة طردية بين مدة استخدام مواقع التواصل وكل من العزلة الاجتماعية وأن مدة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي تتنبأ بالعزلة الاجتماعية في كل من المجتمع المصري والسعودي.

وفي عصر المعلومات والتكنولوجيا الرقمية ظهر مفهوم الصداقة الافتراضية أو الصداقة الإلكترونية كشكل جديد للعلاقات الاجتماعية في مقابل المفهوم التقليدي للصداقة الواقعية التي تعتمد على اللقاءات المباشرة وجهاً لوجه بين الأصدقاء. وفي إطار استكشاف هذا النمط الجديد من العلاقات الاجتماعية وخاصة لدى جيل الشباب، اهتمت عدة دراسات ببحث هذا النوع من الصداقات، ومنها ما بحث مفهوم وخصائص الصداقة الافتراضية، مثل دراسة Helmi et al.,2017، Chesney,2014، الضبع، ٢٠١٥، والقرني، ٢٠١٦، ومحمد، ٢٠٢٠، وعبد الكافي، ٢٠٢١، وعبد القادر، ٢٠٢٤، وكذلك دراسة علاقة الصداقة الافتراضية ببعض المتغيرات، كالأمن المجتمعي، مثل دراسة توفيق وأحمد، ٢٠٢٤، والسعادة، مثل دراسة Griggs et al.,2021. ومنها ما هدف إلى الكشف عن طبيعة الفروق بينها وبين الصداقات الواقعية، مثل دراسة لعليجي، ٢٠١٥، والعقبى وبركات، ٢٠١٦، Griggs et al.,2021، Shabahang et al.,2022.

وفي إطار مزيد من البحث في الكشف عن طبيعة الصداقة الافتراضية لمزيد من الفهم للعلاقات الاجتماعية المتطورة حديثاً والأكثر استخداماً بين جيل الشباب والمراهقين، تهدف الدراسة الحالية لبحث القلق الاجتماعي كأحد العوامل التي قد تسهم في تفضيل الصداقة الافتراضية مقارنة بالصداقة وجهاً لوجه لدى طلاب المرحلة الثانوية.

حيث أشارت نتائج عدة دراسات إلى وجود علاقة بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وزيادة القلق الاجتماعي مثل دراسة كل من Krol Baltaci,2019, Selfhout,et al.,2009, Huges,2017, et al.,2015, و صوالحة وجلاد، ٢٠١٩، عبد الرازق، ٢٠٢٠، وفيود، ٢٠٢٢. وقد فسرت تلك العلاقة في ضوء أن القلق الاجتماعي هو أحد الآثار السلبية لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وما يترتب على الانخراط في هذا النوع من الصداقات من مضاعفات على أفراد المجتمع قد تنعكس على التوافق النفسي و الاجتماعي لديهم.

إلا أن الدراسة الحالية تفترض أنه يمكن تفسير تلك العلاقة بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي والقلق الاجتماعي بشكل آخر، وهو أن الأفراد وخاصة الأكثر قلقاً اجتماعياً قد يفضلون استخدام مواقع التواصل الاجتماعي كوسيلة للهروب من الواقع، وتعويضاً لضعف العلاقات الاجتماعية المباشرة لديهم. وهو ما يتفق مع ما افترضه (Walthers et al., 2015) في نموذج التواصل بين الشخصي Interpersonal Communication Model من أن التواصل عبر الكمبيوتر computer mediated communication قد يوفر مزايا مقارنة بالتواصل التقليدي وجهاً لوجه لأولئك الذين يعانون من القلق بين الأشخاص، حيث يسمح الاتصال عبر الإنترنت للقائمين بالاتصال بالتحكم في العرض الذاتي عن طريق نشر المعلومات بشكل انتقائي لتعزيز المرغوبة الاجتماعية وتجنب التقييم السلبي.

وهو ما قد تدعمه نتائج دراسة Çevik and Yıldız (2017) والتي توصلت إلى وجود علاقة دالة بين الدعم الاجتماعي المدرك والعزلة وإدمان الانترنت لدى المراهقين. ودراسة Mozafari et al. (2018) والتي توصلت إلى وجود علاقة دالة بين القلق الاجتماعي وإدمان الانترنت. وكذلك نتائج دراسة Smahel et al. (2012) إذ كان الأفراد منخفضي تقدير الذات يفضلون التواصل الإلكتروني، وهم أكثر إدماناً للإنترنت. وكذلك نتائج دراسة المرواني (٢٠١٦) والتي وجدت علاقة دالة بين إدمان شبكات التواصل الاجتماعي و انخفاض تقييم الذات لدى الطلاب مدمي شبكات التواصل الاجتماعي. حيث أنه يمكن أن يلجأ من يتسم بالقلق الاجتماعي والعزلة وانخفاض الدعم الاجتماعي المدرك و انخفاض تقدير الذات وتقييم الذات وخاصة المراهقين إلى الإنترنت وشبكات التواصل الاجتماعي كفرصة لتحقيق تفاعلات اجتماعية آمنة بعيداً عن ما يتوقعونه من تهديدات في التفاعلات الاجتماعية المباشرة.

كما يدعم افتراض الدراسة الحالية ما توصلت إليه نتائج دراسة المطيري (٢٠٢٣) والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين استخدام مواقع التواصل الاجتماعي ومستوى التكيف الاجتماعي لدى المراهقين، حيث توصلت إلى أنه يوجد علاقة طردية ذات دلالة احصائية بين التكيف الاجتماعي وزيادة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وبينت الدراسة أنه كلما زاد استخدام المراهقين لمواقع التواصل الاجتماعي كلما تحسن مستوى التكيف الاجتماعي لديهم، وهو ما يمكن تفسيره، في ضوء افتراض الدراسة الحالية، حيث أن الأفراد الأكثر قلقاً قد يكونون علاقات في مواقع التواصل الاجتماعي بدلاً من الصداقة وجهاً لوجه أو الصداقة التقليدية كأحد أشكال التكيف الاجتماعي لديهم وهو ما سوف تسعى الدراسة الحالية للتحقق من صحته في ضوء بحث طبيعة العلاقة بين مستوى تفضيل الصداقة الافتراضية والقلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

كما وتنطلق مشكلة الدراسة الحالية من توصيات الدراسات السابقة، مثل دراسة Shabahang,et al. (2022) والتي أوصت بضرورة بحث ما إذا كان تفضيل الصداقة الافتراضية هو سبب أم نتيجة للآثار السلبية لاستخدام التواصل عبر الانترنت، وخاصة لدى الأفراد الأكثر ميلاً للعزلة الاجتماعية. بالإضافة إلى دراسات كل من الضبع (٢٠١٥)، وأبو بكر (٢٠١٦)، Pouwels et al. (2021) تلك التي أشارت إلى ضرورة الاهتمام بدراسة أشكال الصداقة في المجتمعات الافتراضية وأدوارها في تشكيل أفراد المجتمع وخاصة المراهقين.

ومما سبق يمكن تلخيص مشكلة الدراسة في الإجابة عن الأسئلة التالية:

أسئلة الدراسة:

١. ما مستوى القلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة بيشة؟
٢. ما مستوى تفضيل الصداقة الافتراضية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة بيشة؟
٣. هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين القلق الاجتماعي ومستوى تفضيل الصداقة الافتراضية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة بيشة؟
٤. هل يمكن التنبؤ بمستوى تفضيل الصداقة الافتراضية من خلال القلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة بيشة؟

أهداف الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على:

١. التعرف على مستوى كل من القلق الاجتماعي وتفضيل الصداقة الافتراضية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة بيشة.
٢. الكشف عن طبيعة العلاقة الارتباطية بين تفضيل الصداقة الافتراضية ومستوى القلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية.
٣. التحقق من مدى إمكانية التنبؤ بمستوى تفضيل الصداقة الافتراضية لدى طلاب المرحلة الثانوية في ضوء مستوى القلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة بيشة.

أهمية الدراسة:

- إلقاء الضوء على متغير الصداقة الافتراضية باعتباره من المتغيرات الحديثة التي ظهرت مع التقدم التكنولوجي الحديث وعالم الاتصال وتقنية المعلومات.
- بحث الجانب الإيجابي لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي في علاقته بالقلق الاجتماعي، والذي كثيراً ما ركزت الدراسات على دراسة الآثار السلبية لهذا الاستخدام.
- إثراء المكتبة العربية النفسية بمزيد من المعرفة حول متغيرات الدراسة وطبيعة العلاقة بينهم.

- أهمية المرحلة الدراسية التي يتناولها البحث (المرحلة الثانوية) باعتبارها بوابة الالتحاق بالجامعة وسوق العمل، والتعرف على طبيعة عوامل كتفضيل الصداقة الافتراضية والقلق الاجتماعي قد تؤثر على التوافق النفسي والاجتماعي والأكاديمي لدى الطلاب في تلك المرحلة.
- إمكانية الاستفادة من نتائج الدراسة في تشجيع الوالدين والمعلمين والمختصين وكل من يتعامل مع هذه الفئة العمرية على مساعدة أبنائهم على إقامة علاقات صداقة جيدة .
- الاستفادة من نتائج البحث في توجيه أنظار العاملين في الحقل التربوي والسيكولوجي إلى الاهتمام بذوي اضطراب القلق الاجتماعي والسعي نحو تقديم خدمات إرشادية وعلاجية لهذه الفئة؛ لمساعدتهم على التخلص من هذا الاضطراب، أو التكيف معه.

حدود الدراسة:

تتمثل حدود البحث فيما يلي:

- الحدود الموضوعية: اقتصرت الدراسة على متغيري مستوى تفضيل الصداقة الافتراضية وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية
- الحدود البشرية: طلبة المدارس الثانوية في مدارس التعليم العام بنين وبنات في مدارس محافظة بيشة للعام الدراسي ١٤٤٤/١٤٤٥هـ.
- الحدود المكانية: مدارس محافظة بيشة بالمملكة العربية السعودية
- الحدود الزمانية: تم تطبيق البحث خلال الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي ١٤٤٤/١٤٤٥هـ.

مصطلحات الدراسة:

الصداقة Friendship:

يعرف Cleary et al. (2018, P.279) الصداقة باعتبارها رابطة أو علاقة بين فردين أو أكثر يسودها المودة والثقة والدعم المتبادل، والتي يمكن أن تزيد السعادة وتساعد في تلبية الاحتياجات الأساسية، مما يفيد الصحة النفسية للأفراد.

الصداقة الافتراضية Online Friendship / Electronic Friendship :

تعرف الصداقة الافتراضية أو الصداقة الالكترونية باعتبارها الصداقة القائمة على التواصل الإلكتروني من خلال شبكات التواصل الاجتماعي دون التواصل وجها لوجه، وهي علاقة ثنائية الاتجاه؛ حيث تنشأ بعد قبول طلب الصداقة أو المتابعة، وينتج عنها المشاركات في الأنشطة والبوستات والتعليقات وتبادل المعلومات والمشاعر ويمكن أن تلغى من قبل أي من الأصدقاء (توفيق وأحمد، ٢٠٢٤، ص. ٦٨٣).

تفضيل الصداقة الافتراضية Preference Online friendship:

يعرفها Shabahang et al. (2022, P.121) بأنها "ميل الأفراد الى تكوين صداقات عبر الانترنت بدلا من الصداقة وجها لوجه".

القلق الاجتماعي **Social anxiety**: يعرفه السيد وعبد الفتاح (٢٠٢٣، ص. ٥٦٩) بأنه "شعور غير سار من التوتر والخوف المستمر من واحد أو أكثر من المواقف الاجتماعية، عندما يتعرض الفرد للتقييم أو الفحص الاجتماعي من قبل الآخرين أو يشعر بأنه مراقب، مما يؤدي لتجنب مواجهة المواقف والتفاعلات الاجتماعية مع الآخرين بسبب خوفه من التعرض للإهانة أو الإحراج، وقد يصاحبه أعراض نفسية جسدية وفسولوجية".

الإطار النظري:

المحور الاول: الصداقة الافتراضية **Online / Electronic Friendship** :

الصداقة هي علاقة خاصة بين شخصين أو أكثر يهتمون ببعضهم البعض ويستمتعون بقضاء الوقت معاً. إنها رابطة مبنية على الثقة والاحترام المتبادل والدعم. قد يشارك الأصدقاء مجموعة من الأنشطة والخبرات، بدءاً من الأشياء البسيطة مثل الذهاب للزهة أو تناول القهوة إلى الأحداث الأكثر أهمية مثل السفر أو دعم بعضهم البعض خلال الأوقات الصعبة (Encyclopedia, Friendship, 2018).

فهي علاقة وثيقة بين طرفين أو أكثر أساسها الاحترام، والود والتقارب نظراً للاهتمامات والاتجاهات المشتركة، وتقوم على تقديم الدعم والمساعدة المتبادلة مع غياب أي أطماع أو مصالح شخصية، مع الرغبة المشتركة في الحفاظ على استمرارية هذه العلاقة ودوامها (منصور، ٢٠٢١).

كما يرى Demir & Ozdemir (2010) أن الصداقة تشير إلى الاعتماد المتبادل الطوعي بين شخصين مع مرور الوقت، والذي يهدف إلى تسهيل الأهداف الاجتماعية والوجدانية للمشاركين، وقد تنطوي على أنواع ودرجات مختلفة من الرفقة والحميمية والمودة والمساعدة المتبادلة.

وفي عصر المعلومات والتكنولوجيا الرقمية الحالي، يظهر شكل جديد من الصداقة؛ يعرف بالصداقة الافتراضية أو الصداقة الإلكترونية والتي ينظر إليها باعتبارها الصداقة القائمة على التواصل الإلكتروني من خلال شبكات التواصل الاجتماعي دون التواصل وجهاً لوجه، وهي علاقة ثنائية الاتجاه؛ حيث تنشأ بعد قبول طلب الصداقة أو المتابعة، وينتج عنها المشاركات في الأنشطة والبوستات والتعليقات وتبادل المعلومات والمشاعر ويمكن أن تلغى من قبل أي من الأصدقاء (توفيق وأحمد، ٢٠٢٤).

فهي تعبر عن علاقات تفاعل ذات طبيعة اجتماعية تحدث عن طريق وسيط إلكتروني؛ إذ تعبر عن سلوك هادف بين شخصين أو عدة أشخاص قد تتضمن وجود معرفة مسبقة بين أطرافها أو لا تتضمن بالضرورة ذلك، وقد تستمر تلك العلاقات الافتراضية فترة طويلة من الزمن، أو تكون ذات مدى زمني قصير، ويراعي فيها كل شخص سلوك الآخر كما يتوقعه في ضوء خبراته (عبد القادر، ٢٠٢٤).

ويتفق Huang et al. (2020) و عبد الكافي (٢٠٢١) في تعريف الصداقة الافتراضية بأنها الصداقة القائمة على التواصل الإلكتروني بشكل أساسي من خلال وسائل الاتصال الحديثة و شبكات التواصل الاجتماعي، أو الشبكات الرقمية، وفي أغلب الأوقات تكون هذه الصداقات بأعداد كبيرة وقد تكون بين أجناس مختلفة ومناطق مختلفة من العالم، وقد تؤدي أعراض أو وظائف مشابهة للصداقة وجهاً لوجه، من تحقيق الدعم النفسي والاجتماعي للفرد.

ويعرف (Shabahang et al., 2022) مفهوم تفضيل الصداقة الافتراضية Preference **online friendship** بأنه "ميل الأفراد الى تكوين صداقات عبر الانترنت بدلا من الصداقة وجها لوجه" (P. 121).

وتتسم الصداقة بعدة خصائص، منها:

- طوعية أو اختيارية: وليست إجبارية حيث يختار الشخص أصدقاؤه ويختاره أصدقاؤه (توفيق، وأحمد، ٢٠٢٤).

- تركز على مبدأ المساواة: فكل فرد لديه نفس القدر من القوة أو السلطة في العلاقة (عبد القادر، ٢٠٢٤).

- الاعتماد المتبادل والأنشطة المشتركة (Shabahang et al., 2022)

- علاقة تتميز بالثقة المتبادلة والاحترام والقبول والدعم النفسي (Griggs et al., 2021).

ومما سبق يمكن استنتاج أن الصداقة الافتراضية تنشأ بين مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي وتبدأ من خلال قبول الإضافة وتبادل الخبرات والمشاعر في فضاء افتراضي دون التقابل وجهاً لوجه ويمكن أن تكون علاقة تفاعلية يعدهد من الأشخاص المختلفين من حول العالم. ويعد تفضيل الصداقة الافتراضية هو ميل الأفراد إلى هذا النوع من الصداقات بدرجة أكبر من الصداقات وجهاً لوجه.

الصداقة الافتراضية والمراهقين:

يرى زهران (١٩٩٠) أن مرحلة المراهقة إحدى حلقات النمو النفسي التي تتأثر بالحلقات السابقة وتؤثر بدورها في الحلقات التالية لها فمرحلة المراهقة وحده متكاملة مع ما قبلها وما بعدها من مراحل النمو.

فمرحلة المراهقة مرحلة مهمة يكتسب الفرد خلالها العديد من القيم والمهارات الاجتماعية من جماعة الأصدقاء المحيطة به، وذلك من خلال الاعتماد على جماعة الأقران مع قلة الاعتماد النسبي على الأسرة والوالدين. وتؤدي الصداقة دوراً مهماً في تحقيق ذلك حيث يبدأ المراهقون في الاستقلال وتحمل المسؤولية الفردية، وتكوين علاقات وطيدة مع أصدقائهم (منصور، ٢٠٢١)

إن الحاجة إلى الصداقة تظهر بوضوح في فترة المراهقة، حيث تعطي تلك الصداقة موافقة جماعية على القيم الشخصية وتعمل على توفير المناخ الذي يتعلم الفرد فيه المشاعر والأحاسيس الناضجة والاهتمام بمصالح الآخرين. وفي فترة المراهقة يتكون مثل هذا الشكل الناضج من أشكال الصداقة لذلك يحرص المراهق على البحث عن صديق يتفهم مشاعره ويستطيع معه أن يعبر عن ذاته بحرية دون التقييد بالضغوط الاجتماعية (قشقوش، ١٩٨٠). وفي الوقت الحاضر تحل الصداقة الإلكترونية محل الصداقة التقليدية في العالم الرقمي، حيث تحولت الكثير من الصداقات الواقعية إلى صداقة إلكترونية كما تحولت الصداقة الإلكترونية إلى صداقة واقعية، أصبح المراهقين غالباً لا يتواصلون عن طريق الحديث المباشر، وإنما يستخدمون وسائل اتصال حديثة، مثل: الموبايل والانترنت، ويتطور نظم الاتصال الحديث عبر مواقع الانترنت برز ما يعرف بمواقع التواصل الاجتماعي والمتمثل في الفيسبوك والتويتير واليوتيوب وغيرها من

المواقع الخاصة بالدردشة وتبادل الصور ومقاطع الفيديو، ضمن بيئة افتراضية تشكلها هذه المواقع والتي تتيح ربط المراهقين بعضهم البعض والتواصل بينهم ضمن شبكة من العلاقات الافتراضية مما سهل ربط جميع مناطق العالم لتصبح كقريبة واحدة تسهل تبادل الأفكار بكل حرية ودون قيود (نعمان وآخرون، ٢٠٢٣).

وتسهم الصداقة الافتراضية في نمو الإحساس بالهوية والكينونة لدى المراهقين خاصة الصداقات ذات العلاقات غير المباشرة، أو ما يعرف بالأصدقاء المختبئين، وعندما يصل هذا الشاب الى إحساسه بالهوية لمستوى معين من القوى والتماسك، فإنه يشعر بنوع من الدفء والألفة مع هؤلاء الأصدقاء (Buhrmester & Furman, 1986).

دور الصداقة الافتراضية في التواصل مع الآخرين:

إذا كانت إمكانات الصداقة قد توسعت مع ثورة المعلومات، فيمكن اعتبار الصداقة الافتراضية تطور طبيعي في مسار الحياة، وتطويراً لأسلوبها الذي يتناسب مع إيقاع السرعة في عصرنا، فالصداقة مع أشخاص واثقون وموثوق فيهم بحسب مكانتهم من العلم والمعرفة والفهم باعتبار الصداقة رباطاً مقدساً مهما اختلفت الوسيلة، فالإنسان كائن اجتماعي، وتسعد حياته حينما تحمل أسماء أصدقاء، وليست مجرد انعكاس لوجود الانترنت، أو صداقة لهدر الزمن والجهد والبحث عن المصلحة (الضبيع، ٢٠١٥).

فالصداقة سواء الافتراضية أو الواقعية ذات أهمية حيوية باعتبارها من أهم مصادر الدعم النفسي الاجتماعي للفرد، حيث تساعده على التغلب على العزلة والاكتئاب والأمراض النفسية، فهي تساعده على التعامل مع التوتر والتعافي من حالات الفشل (Cleary et al., 2018). كما تسهم في تقديم الدعم الاجتماعي له (Çevik and Yildiz, 2017) وتفيد في إشباع الحاجات الترويحية للإنسان، ومصدر لتقديم المشورة والنصيحة (عبد القادر، ٢٠٢٤)، وترتبط بتحقيق السعادة لدى الأفراد (Griggs et al., 2021).

ويفترض توفيق وأحمد (٢٠٢٤) أنه رغم أن صداقة العالم الافتراضي تختلف عن صداقة العالم الحقيقي في الممارسات الجسدية، ومع ذلك فإن الصداقة الافتراضية يمكن أن تعزز الرفاهية، وهي جانب أساسي من جوانب الصداقة الحقيقية، ويمكن للأصدقاء الافتراضيين تبادل الخبرات، وهو ما يزيد من المشاعر الإيجابية ويؤدي إلى تقوية الصداقة والعلاقات الاجتماعية.

ويرى عبد الكافي (٢٠٢١) أن جودة الصداقات عبر الإنترنت قد أصبحت أفضل بشكل ملحوظ أكثر من العلاقات خارج الإنترنت، كما أنه عندما تستمر الصداقات عبر الإنترنت لأكثر من عام، أصبحت جودتها قابلة للمقارنة مع الصداقات غير المتصلة بالإنترنت أو الصداقات الواقعية.

وتوصلت عبد القادر (٢٠٢٤) إلى أن الصداقة الافتراضية تتميز بعدد من الخصائص، تتمثل في الثقة والاستمرارية، السرية والخصوصية، تبادل المشاعر، ثقافة حرية التعبير، التنوع الثقافي وقبول الآخر مهما اختلفت الثقافة وما تشمله من قيم وعادات ولهجات.

كما يوضح لعلجي (٢٠١٥) أن الصداقة الافتراضية فرضت وجودها إلى جانب الصداقة الحقيقية، في عالم يزداد ترابطاً وتداخلاً، وتتعمق فيه العولمة المفتوحة على أفق المستقبل الذي يتسع لكل الممكنات. لقد أحدثت التطورات السريعة في مجال تكنولوجيا الاتصال تغييراً في كيفية ودرجة التفاعل العالمي بين الأشخاص بطرق لم تكن معروفة من قبل، ولم تكن ممكنة أصلاً،

ويتجلى ذلك في قدرتها الفائقة في تقليص المسافات والزمن. وهذا ما أكدته (Mckenna & Bargh, 2000) من أنه يمكن للإنترنت أن يعزز علاقات لم يكن من الممكن أن تبدأ في العالم الحقيقي فالعلاقات التي تنشأ في هذا المستوى من العمق يمكن أن تكون مهمة ودائمة للأفراد من تلك التي تنشأ في العالم " الفيزيقي": حيث يعطي العالم الافتراضي للأفراد إمكانية اللقاء دون تأثير نمطية الجاذبية الجسمانية والتي قد تكون سببا في منع بعض الأفراد (الخجولين أو الذين يعانون من عاهات جسمانية مثلا...) من مواجهة الأطراف الأخرى لتكوين علاقات وتطویرها. فالاتصالات عن طريق وسيط تسمح للمستخدم بإظهار كل نقاط قوته وقدراته في سبيل الفوز بعلاقة صداقة.

ويتضح مما سبق أن الصداقات الافتراضية مع التطور أصبحت وسيلة هامة لبناء العلاقات في الوقت الحالي، كما أنها يمكن أن تتطور الى صداقات واقعية بناء على قوة العلاقة وتستمر في العالم الفيزيقي دون أي تواصل جسدي كما أنها قد تعطي الأفراد الذين يعانون من عدم قدرتهم على التفاعل الاجتماعي وجها لوجه فرصة لممارسة تفاعلاتهم دون قلق أو خجل من مواجهة العالم الخارجي أو التصادم معه، لذلك قد يلجأ لها الكثير من المراهقين لتنمية الإحساس بهويتهم وذواتهم والبعد عن القيود الاجتماعية والسلطة الاسرية، حيث توفر لهم الكثير من الدعم النفسي والتقليل من الشعور بالوحدة.

المحور الثاني: القلق الاجتماعي Social anxiety:

يعد القلق الاجتماعي أحد المفاهيم التي ترتبط بالتفاعل بين الفرد والآخرين وهو جزء من عملية الاتصال، و نوع من الاضطرابات التي تحدث للفرد عندما يتعرض للحديث لأول مرة أو حتى بعد فترة من معرفة أشخاص جدد لا يعرفهم فيشعر بالخوف والتوتر الزائدين، وفي المواقف التي يشعر فيها الشخص أنه تحت المجهر أو داخل بؤرة التركيز من قبل الآخرين، فيخاف أن يظهر عليه الخجل أو الخوف أو أن يخطئ أو يتلعثم مما يؤدي به للارتجاف والخفقان وضيق التنفس وجفاف الحلق والتعرق. فالقلق الاجتماعي هو الخوف من الوقوع محل الملاحظة من الآخرين مما يؤدي إلى تجنب المواقف الاجتماعية وعادة ما يصاحبه تقييم ذاتي منخفض وخوف من النقد (عكاشة، ١٩٩٢).

ومن المعروف أن القلق القاسم المشترك في الاضطرابات النفسية وأحد أهم الأمراض النفسية التي تصيب المراهقين وعادة ما يبدأ ظهور أكثر اضطرابات القلق في هذه المرحلة وهو القلق الاجتماعي في أوائل وحتى منتصف فترة المراهقة، حيث يُلاحظ لدى طلبة المدارس والجامعات خلال فترة الامتحان، أو عند تعرضهم لمواقف محبطة، فتأخذ الأعراض النفسية والجسمية في الظهور لديهم. والقلق الاجتماعي هو من اضطرابات القلق الأكثر شيوعا والذي تقدر نسبة انتشاره لدى الأشخاص بحوالي ١٣٪، حيث يخاف المصابون به من مواقف اجتماعية متنوعة أو من أداء نشاطات علنية (الرواد وحمدى، ٢٠٠٧).

مفهوم القلق الاجتماعي:

يعرف Schneier & Goldmark (2015) القلق الاجتماعي بأنه "الخوف المستمر وتجنب المواقف الاجتماعية بسبب مخاوف التقييم السلبي من قبل الآخرين، وهو ما قد يتداخل سلباً مع المدرسة والعمل والحياة الاجتماعية للفرد، حيث يتجنب المصابون المواقف الاجتماعية" (P.49).

كما يُعرف في الدليل التشخيصي والإحصائي الخامس للاضطرابات النفسية بأنه "حالة من الخوف أو القلق أو التجنب التي تصيب الفرد، في واحد أو أكثر من مواقف الأداء أو التفاعل الاجتماعي، والتي تتضمن إمكانية التدقيق أو الملاحظة من قبل الآخرين (مثل: مقابلة أشخاص غير مألوفين، المواقف التي قد يلاحظ فيها الفرد أثناء الأكل أو الشرب المواقف التي يؤدي فيها الفرد أمام الآخرين) ويعتقد الفرد بأنه سيُقيم بشكل سلبي من قبل الآخرين، كأن يتعرض للإحراج، أو الرفض، أو الإساءة من قبلهم (American Psychiatric Association APA, 2013, p. 190).

وتشير محمود (٢٠١٣) إليه باعتباره " خبرة معرفية وانفعالية وسلوكية تستثار من خلال إدراك الفرد للموقف الاجتماعي بطريقة سلبية، مع تركيزه على احتمالات التقييم السلبي له من قبل الآخرين، وهذه الخبرة ليس لها ما يبررها من الناحية الموضوعية لأنها تولد معتقدات ليس لها أساس منطقي تبني عليه" (ص.٥).

وترى حميدة وآخرون (٢٠١٨) أن القلق الاجتماعي "اضطراب، ونوع من المخاوف، غير المبررة التي تظهر عندما يتطلب من الشخص الحديث أو الأداء أمام مجموعة من الناس في المناسبات، أو قاعات الدرس، أو التقدم للإمامة في الصلاة، وكذلك المواقف التي يتصور فيها الفرد أنه تحت المجهر، وأن الجميع ينظرون إليه، فيخاف أن يخطئ أو يتلعثم أو يظهر عليه الخوف، مما يؤدي به إلى الارتجاف والخفقان وضيق التنفس وجفاف الحلق، والتعرق، والشعور بالدوخة، ورغبة شديدة في التبول، وعندما تحدث هذه الأعراض في موقف ما، فإنه يتجنب تلك المواقف، ما يزيد من مخاوفه، ويضعف من ثقته بنفسه، فيجعله عرضه لتكرار هذه المشاعر في المستقبل" (ص. ١٨٨).

وتفترض عبد الشافي وآخرون (٢٠٢٠) أن القلق الاجتماعي هو مجموعة من الاستجابات الوجدانية والمعرفية التي تحوي تقييماً سلبياً للذات، والتي تظهر بشكل واضح عند التعرض الواقعي للمواقف الاجتماعية أو التفكير فيها. وتنشأ تلك الاستجابات نتيجة نقص المهارات الاجتماعية، ونقص في تقدير الذات والثقة بالنفس" (ص. ٤٥٤).

كما يعرفه السيد وعبد الفتاح (٢٠٢٣، ص. ٥٦٩) بأنه "شعور غير سار من التوتر والخوف المستمر من واحد أو أكثر من المواقف الاجتماعية، عندما يتعرض الفرد للتقييم أو الفحص الاجتماعي من قبل الآخرين أو يشعر بأنه مراقب، مما يؤدي لتجنب مواجهة المواقف والتفاعلات الاجتماعية مع الآخرين بسبب خوفه من التعرض للإهانة أو الإحراج، وقد يصاحبه أعراض نفسية جسمية وفسولوجية".

ويتضح من التعريفات السابقة أن جميعها تتفق في وصف القلق الاجتماعي بالخوف نتيجة التعرض لمواقف اجتماعية أو التواجد في الأماكن العامة أو القيام بنشاطات أمام الآخرين، كما يصاحبه أعراض نفسية وفسولوجية، كما أنه يكون دائم ويظهر في المواقف التي يكون فيها الفرد محط أنظار الآخرين، أو يطلب منه القيام بسلوك اجتماعي أمام مجموعة من الأشخاص ومحاولة الفرد الدائمة والمستمرة لتجنب التعرض لمثل هذه المواقف.

أعراض القلق الاجتماعي:

هناك مجموعة من الأعراض التي تظهر على المصابين بالقلق الاجتماعي عند التعرض للمواقف الاجتماعية التي تثير قلقهم، وهذه الأعراض تختلف من شخص إلى آخر، فلا يعاني جميع المصابين من نفس الأعراض الفسيولوجية أو السلوكية ومن هذه الاعراض:

- ١- **المظهر الانفعالي** : يتمثل في مشاعر الخوف والتوتر والهلع (مصطفى، ٢٠١٤) وعدم الشعور بالأمن، والاستثارة العصبية التي تحدث أثناء المواقف الاجتماعية، خوف من أن ينظر إليه الآخرين نظرة دونية، أو تقييمه سلبياً (رفاعي وآخرون، ٢٠١٨)
 - ٢- **المظهر المعرفي**: يتمثل في أفكار تقييمية للذات، وتوقع الفضيحة أو عدم لباقة السلوك، والانشغال المتكرر بالمواقف الاجتماعية، وما يعتقد الآخرون حول فرد، والقلق الدائم من ارتكاب الأخطاء، و التشوه الإدراكي للمواقف الاجتماعية، حيث يعتقد مرتفعو القلق الاجتماعي، أن محيطهم لا يهتم إلا بتقييمهم (رضوان، ٢٠٠١)، كما يتميزون بشدة مراقبة الذات، ووجود معتقدات غير منطقية حول مدى جودة أدائه الاجتماعي؛ كيف يجب أن يكون؟، ولوم الذات على الفشل الاجتماعي، وعزوه النجاح لعوامل خارجية، وإدراك مفهوم الذات بشكل سلبى (عبدالعظيم، ٢٠١٨)
 - ٣- **المظهر الفسيولوجي**: يتضح من المعاناة من أعراض جسدية مرتبطة بالمواقف الاجتماعية، كجفاف الحلق والصوت المنخفض والمرتجف، وارتعاش اليدين، وبرودة الأطراف، وتصبب العرق، واضطرابات معدية، سرعة دقات القلب، صداع، وفقدان شهية، غثيان، واضطرابات التنفس والنوم والتبول، وزيادة ضربات القلب، إفراز العرق، ونقص اللعب وغيرها (علي، ٢٠٢٢)
 - ٤- **المظهر السلوكي**: يدور حول الفشل في السلوك الاجتماعي، وعدم المسيرة الاجتماعية، وقلة التفاعل الاجتماعي (سكران، ٢٠١٠)، تجنب المواقف الاجتماعية والهروب منها، وقلة الكلام وعدم التحدث بحضور الغرباء، والتردد في أداء المهام الاجتماعية، ومظاهر الضيق عندما يضطر للتواجد في المناسبات الاجتماعية، والتلعثم في الكلام عند الاضطرار للكلام (صوالحة وجلاد، ٢٠١٩).
- كما يظهر مجموعة من الأعراض النفسية، مثل الخوف الشديد من شر متوقع، وانعدام القدرة على تركيز الانتباه، والإنهاك النفسي، والاكتئاب، وانعدام الثقة بالنفس، والرغبة الدائمة في الهروب من مواجهة الموقف، والإحساس الدائم بتوقع الهزيمة والفشل، والتردد في اتخاذ القرار، والتوتر الدائم، وفقدان الأمن النفسي، واضطراب التفكير وغيرها (لعروس، ٢٠١٤)
- كما يظهر القلق الاجتماعي لدى الأطفال والذي قد يكون مصحوباً أيضاً بخصائص مرتبطة بالعمر، مثل البكاء والعبوس الذي لا نهاية له أو الصمت الذي لا حل له والخوف من الغرباء (Liu, 2023).

وتتفق نصار (٢٠١٩)، Liu (2023) أن من أهم سمات الأشخاص ذوي القلق الاجتماعي المرتفع تتمثل في الخوف من الرفض وفرط الحساسية للنقد والتقييم السلبي من الآخرين والميل إلي المسيرة ومجازاة الآخرين وتقدير الذات المنخفض أو مشاعر الدونية، ومستواهم المنخفض في التحصيل الدراسي بسبب قلق الاختبار أو تجنب المشاركة في الفصل وفي الحالات الأكثر شدة قد ينقطعون عن الدراسة، وإنجازهم المنخفض في العمل بسبب القلق أثناء التحدث مع الناس سواء مدير العمل أو الزملاء؛ وعادة ما يكونوا عاطلين عن العمل لصعوبة التقدم لمقابلات من أجل العمل، وبالتالي ليس لديهم شبكة اجتماعية فلا يجدون إلا مساندة اجتماعية قليلة، كما أن لديهم مشاكل حياتية صعبة ولا يستطيعون الاسترخاء.

ويشير Alomari et al. (2022) أن القلق الاجتماعي قد يكون خفيفاً أو متوسطاً أو شديداً. حيث يمكن لبعض الأشخاص الذين يعانون من اضطراب القلق الاجتماعي أن تظهر عليهم الأعراض في أحداث محددة مثل الأداء أمام الجمهور أو تناول الطعام مع الآخرين، بينما قد يعاني الآخرون من الأعراض في جميع أشكال التفاعلات الاجتماعية. وقد يواجه الأشخاص الذين يعانون من قلق اجتماعي خفيف أعراض جسدية ونفسية للقلق الاجتماعي، ولكن يمكنهم المشاركة في المواقف الاجتماعية أو تحملها. فالشخص المصاب باضطراب القلق الاجتماعي المعتدل يمكن أن يشارك في بعض المواقف الاجتماعية مع تجنب أنواع أخرى من المواقف الاجتماعية مثل التحدث أمام الجمهور أو المناقشات الجماعية. في حين قد يعاني الأشخاص الذين يعانون من مستوى شديد أو مرتفع من القلق الاجتماعي من أعراض أكثر خطورة، كالشعور بنوبات من الهلع أثناء التعرض للمواقف الاجتماعية، مما يجعلهم يتجنبون تلك المواقف.

ويرى بشير (٢٠٠٩) أن القلق الاجتماعي قد يكون معمماً Generalized؛ يمتد لمجموعة كبيرة من المواقف الاجتماعية، عادة تكون مواقف من الفئتين الأدائية والتفاعلية، أو غير معمم Non-Generalized؛ يقتصر على موقف أدائي واحد أو اثنين، كالتحدث أو الكتابة أمام الآخرين، حيث يتصرفون بشكل جيد في المواقف الاجتماعية الأخرى.

أسباب القلق الاجتماعي

ويرى العوفي (٢٠٢١) وعبد الرازق (٢٠٢٠) عن القلق الاجتماعي كأحد الإضرابات النفسية أن هناك عدة عوامل مسئولة عن حدوث القلق الاجتماعي، منها ما يلي:

- عوامل وراثية: حيث أن الفرد يمكن أن يرث قابلية بيولوجية لنمو القلق أو يرث ميل أو إتجاه بيولوجي بأن يكون لديه كف من الناحية الاجتماعية.
- الاستعداد النفسي العام: كالضعف النفسي العام، والشعور بالتهديد الذي تفرضه بعض الظروف البيئية، التوتر النفسي، الشعور بالذنب، تعود الكبت بدلاً من التكيف مع الظروف الحياتية، ضعف الثقة بالنفس.
- العوامل البيئية والاجتماعية: كالأزمات الحياتية، والشعور بالحرمان والوحدة وعدم الأمن، والاضطرابات الأسرية، وأساليب المعاملة الوالدية القاسية، خبرات الفشل سواء الأكاديمي أو المهني أو الأسري.

وتعددت التفسيرات النفسية لظهور أعراض وسمات القلق الاجتماعي، وهو ما سوف يتم توضيحه بإيجاز فيما يلي:

يرى Freud في إطار نظرية التحليل النفسي أن القلق يعد إشارة إنذار للأنا حتى تتخذ أساليب وقائية ضد ما يهددها، وغالباً ما يكون مصدرها رغبات مكبوتة، وأن المخاوف تنتج عن القلق الذي يحدث بسبب الكبت، ويتم تحويل الأفكار والدوافع المكبوتة إلى أمور رمزية، تظهر على شكل أعراض عصابية وتصبح هذه المخاوف موضوعاً للمخاوف المرضية وهي مظاهر خاصة للقلق العصابي (العوفي، ٢٠٢١).

ويشير Adler إلى أن عدم الرغبة في إقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين سببها شعور الفرد بالنقص وفشله في تحقيق الكمال، وبالتالي يشعر الأفراد الذين لا يتمكنون من تحقيق إمكاناتهم وقدراتهم في الحقيقة يشعرون بالنقص الذي يسهم في ظهور القلق الاجتماعي لديهم. كما أن الأطفال عادة ما يشعرون بضعفهم وعجزهم إذا ما قارنوا أنفسهم بالكبار فيشعر الفرد في

المستقبل بالنقص الذي يحاول تعويضه عن طريق كسب وحب الآخرين وصدقاتهم، ولكنه يشعر بالقلق إذا ما فشل في تكوين الصداقات والعلاقات الاجتماعية، وأن الشعور بالقلق ينشأ عند شعور الفرد بالنقص الاجتماعي أو العقلي أو العضوي، والذي يصاب به الشخص في مرحلة الطفولة (عبد، ٢٠١٧).

وفي إطار النظرية السلوكية يفسر القلق الاجتماعي على أنه دافع من الدوافع التي يتم اكتسابها من البيئة وفق قوانين التعلم، كما يرتبط القلق الاجتماعي بعملية الاشتراط بنفس الطريقة التي تظهر بها العديد من المخاوف، فإذا كان المثير الشرطي موقفاً اجتماعياً مثل الخوف من الحديث في الأماكن العامة، أو الخوف من الكتابة أو الأكل أمام الآخرين، فسوف يعمل هذا المثير الشرطي على استثارة الخوف لدى الفرد وذلك بعد اقترانه بمثيرات غير شرطية مثل الارتباك والحرج والنقد وهزيمة الذات في الموقف، فالخبرة الشرطية المؤلمة تؤدي إلى الخوف والقلق الشديدين (الغافري، ٢٠١٧).

وفي ضوء النظرية المعرفية، يرى أصحاب هذه النظرية أن الشعور بالقلق يرجع إلى طريقة تفكير الفرد، حيث ينظر لذاته نظرة سلبية، ويضخم نقاط ضعفه وتقصيره، ويعطي اهتماماً كبيراً لانطباعات الآخرين (البشر، ٢٠١٩). كما ويؤدي الإدراك المشوه دوراً في تطور القلق الاجتماعي والحفاظ عليه عند مواجهة المواقف المخيفة، حيث يتم تنشيط التوقعات حول الآخرين والنفس. وتعمل هذه التوقعات كنوع من الخريطة المعرفية التي يستخدمها الأفراد للتنقل في الموقف الاجتماعي الذي يخشى حدوثه (Sarah, 2017).

فالتوجه المعرفي في علم النفس يفترض أن القلق الاجتماعي هو ناتج لإدراك الفرد وتفكيره حيث ينظر الفرد الذي لديه أعراض القلق الاجتماعي إلى نفسه نظرة سلبية لذاته ويضخم نقاط ضعفه ويخفض من قدراته وإمكاناته، ويعطي اهتماماً مبالغاً فيه لتقييمات الآخرين، ونتيجة لذلك تضعف قدرة الفرد على تضمين استجابات سلوكية متوافقة وانخفاض في إقامة العلاقات الاجتماعية (شما، ٢٠١٥). فالأشياء والمواقف ذاتها لا تثير القلق لدى الفرد ولكن الأفكار التي يكوئها الفرد عن تلك المواقف هي السبب في ذلك، ولأن لدى الأفراد مرتفعي القلق الاجتماعي أنماط سلبية من التفكير يتكون لديهم معارف وأفكار سلبية ترتبط بالتقييم السلبي للذات من قبل الآخرين (العوفي، ٢٠٢١).

ويرى Bandura باندورا أن مرضى القلق الاجتماعي يتجنبون المواقف الاجتماعية، لاعتقادهم أنهم لا يملكون القدرة على مواجهتها (فعالية الذات منخفضة)، كما يعتقدون أن تفاعلاتهم في المواقف الاجتماعية سوف تؤدي لعواقب سلبية، وطبقاً باندورا، فإن أفكارنا تسيطر على إثارة عميقة، وبالتالي فإن مرضى القلق الاجتماعي لا يتجنبون المواقف الاجتماعية ليخفصوا من قلقهم، بل يتجنبونها لأن لديهم معارف تفيد بعدم فعاليتهم الذاتية لهذه المواقف، وهذه المعارف تؤدي بدورها إلى الشعور بالقلق (السيد وعبد الفتاح، ٢٠٢٣).

ومما سبق يمكن استنتاج أن القلق الاجتماعي قد ينشأ نتيجة خبرات سابقة سلبية مرت بالفرد في مواقف اجتماعية، أدت به إلى تكوين أفكار لاعقلانية، أو مدركات ذاتية سلبية، تظهر في انخفاض فاعلية الذات، والثقة بالنفس، أو الخوف الزائد من التقييمات السلبية من قبل الآخرين، مما يؤدي بالفرد إلى الانسحاب الاجتماعي وتجنب المواقف الاجتماعية، والشعور بالعجز

والميل إلى العزلة الاجتماعية، تجنباً لتلك التهديدات المتوقعة من المواقف الاجتماعية، وهو ما قد يؤثر سلباً على التوافق النفسي والاجتماعي للفرد ويؤدي إلى ضعف أدائه الأكاديمي والمهني.

إجراءات الدراسة

أولاً: منهج الدراسة:

بناءً على طبيعة الدراسة والأهداف التي تسعى إلى تحقيقها تم استخدام المنهج الوصفي.

ثانياً: مجتمع الدراسة:

في ضوء أهداف الدراسة وحدودها فإن مجتمع الدراسة يتكون من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة بيشة في الفصل الدراسي الثالث للعام ١٤٤٥ هـ، وطبقاً لبيان إدارة التعليم فقد تبين أن إجمالي حجم مجتمع الدراسة يبلغ (١٨٦٦١) طالباً وطالبة، كما هو موضح بالجدول (١).

جدول (١)

مجتمع الدراسة

الجنس	العدد	النسبة المئوية
ذكر	٩٤٠٩	٥٠,٤٢%
أنثى	٩٢٥٢	٤٩,٥٨%
إجمالي عينة الدراسة	١٨٦٦١	١٠٠,٠٠%

ثالثاً: عينة الدراسة:

تم تحديد حجم العينة الممثلة لمجتمع الدراسة باستخدام أسلوب العينة العشوائية البسيطة Simple random sample والتي تقوم على اختيار أفراد العينة بطريقة عشوائية تضمن التكافؤ بين جميع أفراد مجتمع الدراسة (Dattalo, 2008). ويمكن حساب الحد الأدنى للعينة العشوائية الممثلة لمجتمع الدراسة معلوم الحجم باستخدام معادلة كيرجيسي -مورجان Krejcie and Morgan (Lodico, Spaulding, Voegtle, 2006).

وباستخدام معادلة كيرجيسي مورجان تبين أن الحد الأدنى للعينة العشوائية الممثلة لمجتمع الدراسة يبلغ (٣٧٦) طالباً وطالبة، وبعد الحصول على الموافقات اللازمة لعملية التطبيق الميداني على مجتمع الدراسة المستهدف تم نشر وتوزيع أدوات الدراسة إلكترونياً على مجتمع الدراسة المستهدف والحصول على (٤٠٣) رداً مكتملاً، بما يمثل نسبة معاينة مقدارها (٢,١٦%) من إجمالي المجتمع الأصلي للدراسة، ويمكن وصف عينة الدراسة على النحو الآتي:

-وصف عينة الدراسة بحسب الجنس

جدول (٢)

وصف عينة الدراسة بحسب الجنس

الجنس	العدد	النسبة المئوية
ذكر	٢٣٩	٥٩,٣١%
أنثى	١٦٤	٤٠,٦٩%
إجمالي عينة الدراسة	٤٠٣	١٠٠,٠٠%

يتضح من الجدول (٢) إن عينة الدراسة بحسب متغير الجنس قد تضمنت (٢٣٩) من فئة ذكر بنسبة (٥٩,٣١%)، و (١٦٤) من فئة أنثى بنسبة (٤٠,٦٩%).

رابعاً: أدوات الدراسة:

أ- مقياس تفضيل الصداقة الافتراضية. (Shabahang et al., 2022) (تعريب الباحثان)

لتحقيق أهداف الدراسة فيما يتعلق بقياس مستوى تفضيل الصداقة الافتراضية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة بيشة؛ تم استخدام مقياس تفضيل الصداقة الافتراضية (Shabahang, et al., 2022)، وهو مقياس أحادي البعد يتألف من (١١) عبارة، ويستخدم تدرج Rating scale خماسي (دائماً / كثيراً / أحياناً / قليلاً / نادراً) للتعرف على استجابات عينة الدراسة على كل عبارة، حيث تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس في صورته الأجنبية بتطبيقه على عينة مكونة من ٤٤٩ طالبا وطالبة من طلاب الجامعة، وتم التحقق من صدقه باستخدام التحليل العاملي التوكيدي والذي أكد النموذج أحادي البعد للمقياس بمؤشرات حسن مطابقة جيدة، كما تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس بحساب الارتباط بين مفرداته والدرجة الكلية له، حيث تراوحت قيم معامل الارتباط ما بين 0.51 إلى 0.68 وكذلك حسب ثبات المقياس باستخدام معامل ألفا وكرونباخ والذي بلغت قيمته 0.94 وهو ما يعد ثبات مرتفع.

وقد قامت الباحثتان بترجمة المقياس من اللغة الإنجليزية إلى العربية ثم عكس الترجمة إلى اللغة الإنجليزية، وذلك بمساعدة ثلاثة من متخصصي اللغة الإنجليزية، للتأكد من سلامة الترجمة، ووضوح المعنى تمهيدا للتأكد من خصائصه السيكومترية.

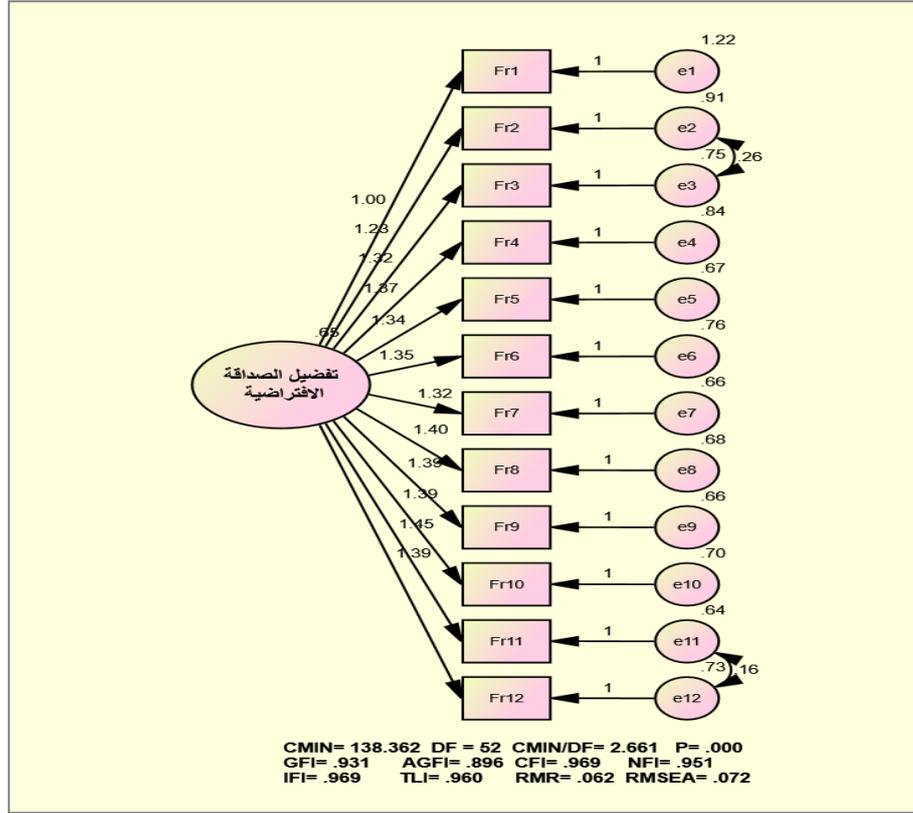
وللتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس في الدراسة الحالية، تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية بلغت (٣٢٠) طالبا وطالبة من المرحلة الثانوية، حيث تم حساب مؤشرات الصدق العاملي والثبات والاتساق الداخلي للمقياس، كما يلي:

١ - صدق البناء العاملي لمقياس تفضيل الصداقة الافتراضية Construct Validity

للتحقق من الصدق العاملي لمقياس تفضيل الصداقة الافتراضية تم إجراء التحليل العاملي التوكيدي (Confirmatory factor Analysis (CFA باستخدام برنامج (AMOS)، حيث تم بناء النموذج المفترض للمقياس في صورته الأولية ومن ثم إجراء التحليل للنموذج في ضوء بيانات العينة، وقد أوضحت المؤشرات المقترحة لتعديل النموذج Modification Indices أنه بالربط بين الأخطاء لبعض العبارات يمكن تحسين مؤشرات جودة التوافق الكلية للنموذج. ويوضح الشكل (١) نتائج تحليل البنية العاملية لمقياس تفضيل الصداقة الافتراضية في صورته النهائية.

^١ تشكر الباحثتان د. طارق الجلاي أستاذ الصحة النفسية المساعد بكلية التربية، جامعة الأزهر والمتخصص في اللغة الإنجليزية، و الأستاذة/ناهد أحمد، والأستاذ/ حسين رشاد، بكالوريوس لغات وترجمه تخصص اللغة الإنجليزية على مساعدتهم في ترجمة المقياس.

شكل (١) نتائج تحليل البنية العاملية لمقياس تفضيل الصداقة الافتراضية



يتضح من الشكل (١) أن قيمة مؤشر كاي/ درجات الحرية CMIN/DF قد بلغت (٢,٦٦١) بدلالة إحصائية (٠,٠٠)، كما أن مؤشر جذر متوسط مربع خطأ التقارب RMSEA قد بلغت قيمته (٠,٠٧٢)، ومؤشر جذر متوسط مربعات البواقي RMR جاء بمقدار (٠,٠٦٢)، وقيمة مؤشر جودة التوافق المطلقة GFI قد بلغت (٠,٩٣١)، بينما مؤشر التوافق التزايدى IFI ومؤشر التوافق المقارن CFI بلغت قيمتهما (٠,٩٦٩)، ومؤشر توكر-لويس TLI بلغت قيمته (٠,٩٦٠)، وهي قيم مقبولة، كما أن جميع قيم تشيحات العبارات على الأبعاد التي تنتمي لها تراوحت من (٠,٥٩) إلى (٠,٨٣) وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) كما هو موضح بالجدول (٤)، وتشير تلك النتائج إلى أن معظم المؤشرات الهامة لتوافق النموذج تقع في المدى المقبول، بما يؤكد صدق البنية العاملية لمقياس تفضيل الصداقة الافتراضية.



جدول (٣)

تشبعات عبارات مقياس تفضيل الصداقة الافتراضية (ن=٣٢٠)

رقم العبارة	معامل التشبع المعياري	معامل التشبع غير المعياري	الخطأ المعياري (SE)	النسبة المئوية الحرجة (CR)	الدلالة الإحصائية (P)
١	٠,٥٩	١,٠٠			
٢	٠,٧٢	١,٢٣	٠,١٢	١٠,٣٣	***
٣	٠,٧٧	١,٣٢	٠,١٢	١٠,٨٥	***
٤	٠,٧٧	١,٣٧	٠,١٣	١٠,٨٠	***
٥	٠,٨٠	١,٣٤	٠,١٢	١١,٠٤	***
٦	٠,٧٨	١,٣٥	٠,١٢	١٠,٩٠	***
٧	٠,٧٩	١,٣٢	٠,١٢	١١,٠٣	***
٨	٠,٨١	١,٤٠	٠,١٣	١١,١٣	***
٩	٠,٨١	١,٣٩	٠,١٣	١١,١٦	***
١٠	٠,٨٠	١,٣٩	٠,١٣	١١,٠٧	***
١١	٠,٨٣	١,٤٥	٠,١٣	١١,٢٩	***
١٢	٠,٧٩	١,٣٩	٠,١٣	١١,٠١	***

(***). قيمة دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١).

٢- الاتساق الداخلي لمقياس تفضيل الصداقة الافتراضية

تم التحقق من الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس باستخدام معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation، كما هو موضح بالجدول (٥).

جدول (٤)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لمقياس تفضيل الصداقة الافتراضية (ن=٣٢٠)

رقم العبارة	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية	رقم العبارة	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية
١	٠,٦٥	٠,٠٠	٧	٠,٨١	٠,٠٠
٢	٠,٧٧	٠,٠٠	٨	٠,٨٢	٠,٠٠
٣	٠,٨١	٠,٠٠	٩	٠,٨١	٠,٠٠
٤	٠,٨٠	٠,٠٠	١٠	٠,٨١	٠,٠٠
٥	٠,٨١	٠,٠٠	١١	٠,٨٤	٠,٠٠
٦	٠,٨٠	٠,٠٠	١٢	٠,٨٢	٠,٠٠

یتضح من الجدول (٥) أن جمیع عبارات المقیاس ترتبط بالدرجة الكلية للمقیاس بمعامل ارتباط دال إحصائیاً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، حیث تراوحت معاملات الارتباط من (٠,٦٥) إلى (٠,٨٤)، وهو ما یؤكد الاتساق الداخلي لمقیاس تفضیل الصدائة الافتراضیة.

٣- تحلیل الثبات لمقیاس تفضیل الصدائة الافتراضیة

تم حساب الثبات Reliability لمقیاس تفضیل الصدائة الافتراضیة بطریقة ألفا کرونباخ Cronbach's alpha، كما تم حساب الثبات بطریقة التجزئة النصفیة باستخدام معامل جوتمان Guttman، وجاءت النتائج كما هو موضح بالجدول (٥).

جدول (٥)

معاملات الثبات لمقیاس تفضیل الصدائة الافتراضیة (ن=٣٢٠)

مستوى الثبات	الثبات بطریقة التجزئة النصفیة		معامل ألفا کرونباخ	عدد العبارات	المقیاس
	معامل الارتباط بین النصفین	معامل جوتمان			
مرتفع	٠,٨٥	٠,٩٢	٠,٩٥	١٢	تفضیل الصدائة الافتراضیة

یتضح من الجدول (٥) أن قيمة معامل ألفا کرونباخ لثبات المقیاس قد بلغت (٠,٩٥)، كما أوضح حساب الثبات بطریقة التجزئة النصفیة أن قيمة معامل جوتمان لثبات المقیاس قد بلغت (٠,٩٢)، وجمیعها قیم أعلى من القيمة (٠,٧٠) والتي تمثل الحد الأدنى المقبول لمعامل الثبات (Field, 2009)، ویشير تحلیل الثبات إلى ارتفاع مستوى الثبات لمقیاس تفضیل الصدائة الافتراضیة.

ب- مقیاس القلق الاجتماعي: (السید وعبد الفتاح، ٢٠٢٣)

لتحقیق أهداف الدراسة فیما یتعلق بمقیاس مستوى القلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانویة بمحافظة بیشة: تم استخدام مقیاس القلق الاجتماعي للعادیین وذوی الاحتياجات الخاصة (السید، وعبد الفتاح، ٢٠٢٣)، ویتألف هذا المقیاس من أربعة أبعاد فرعیة (قلق التفاعل الاجتماعي، قلق مواجهة المواقف الاجتماعیة، التقییم السلبي للذات، الأعراض الفسیولوجیة فی المواقف الاجتماعیة)، یتم قیاسها باستخدام (٣٢) عبارة، حیث تم التحقق فی الصورة الأصلیة من الصدق البنائی للمقیاس بعد تطبیقه على عینة من المراهقین، وكذلك تمتعه بثبات مقبول، من خلال استخدام ثبات ألفا والتجزئة النصفیة. ویوضح الجدول (٦) وصف أبعاد المقیاس وتوزیع العبارات بتلك الأبعاد والتدرج Rating scale المستخدم للتعرف على استجابات عینة الدراسة على كل عبارة.

جدول (٦)

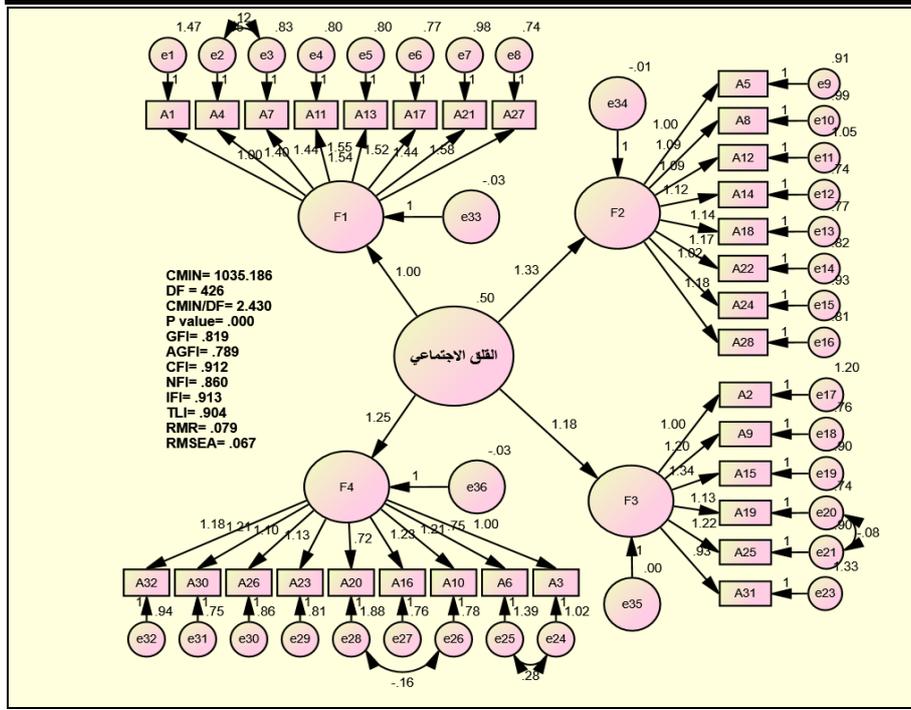
وصف بنية مقياس القلق الاجتماعي

البُعد	عدد العبارات	نوع تدرج الاستجابة (Rating scale)
قلق التفاعل الاجتماعي	٨	تدرج ليكرت Likert خماسي لدرجة التحقق، كالاتي:
قلق مواجهة المواقف الاجتماعية	٨	دائما (٥) - ٢٢-١٨-١٤-١٢-٨-٥
التقييم السلبي للذات	٧	كثيرا (٤) - ٢٨-٢٤
الأعراض الفسيولوجية في المواقف الاجتماعية	٩	أحيانا (٣) - ٣١-٢٩-٢٥-١٩-١٥-٩-٢
إجمالي أبعاد مقياس القلق الاجتماعي	٣٢	قليلًا (٢) - ٢٣-٢٠-١٦-١٠-٦-٣
		نادرا (١) - ٣٢-٣٠-٢٦

وقد تم تطبيق المقياس على عينة لتقنينه بلغت (٣٢٠) طالبا من المجتمع المستهدف، وحساب مؤشرات الصدق العاملي والثبات والاتساق الداخلي، كما يلي:

٤ - صدق البناء العاملي لمقياس القلق الاجتماعي Construct Validity

للتحقق من الصدق العاملي لمقياس القلق الاجتماعي تم إجراء التحليل العاملي التوكيدي Confirmatory factor Analysis (CFA) باستخدام برنامج (AMOS)، حيث تم بناء النموذج المفترض للمقياس كما بالشكل (٢)، حيث يمثل (F1) بُعد قلق التفاعل الاجتماعي، بينما يمثل (F2) بُعد قلق مواجهة المواقف الاجتماعية، بينما يمثل (F3) بُعد التقييم السلبي للذات، بينما يمثل (F4) بُعد الأعراض الفسيولوجية في المواقف الاجتماعية. وقد أوضحت نتائج تحليل البنية العاملية للمقياس في صورته الأولية انخفاضا ملحوظا في قيم مؤشرات جودة التوافق للنموذج، كما تبين أن معامل التشبع المعياري للعبارة رقم (٢٩) بلغت قيمته (٠,٠٨)، وهي قيمة غير دالة إحصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٥)، وقد أوضحت المؤشرات المقترحة لتعديل النموذج Modification Indices أنه بحذف تلك العبارة والربط بين الأخطاء لبعض العبارات يمكن تحسين مؤشرات جودة التوافق الكلية للنموذج. ويوضح الشكل (٢) نتائج تحليل البنية العاملية لمقياس القلق الاجتماعي في صورته النهائية.



شكل (٢) نتائج تحليل البنية العاملية لمقياس القلق الاجتماعي

يتضح من الشكل (٢) أن قيمة مؤشر كاي/ درجات الحرية CMIN/DF قد بلغت (٢,٤٣) بدلالة إحصائية (٠,٠٠)، كما أن مؤشر جذر متوسط مربع خطأ التقارب RMSEA قد بلغت قيمته (٠,٠٦٧)، ومؤشر جذر متوسط مربعات البواقي RMR جاء بمقدار (٠,٠٧٩)، وقيمة مؤشر جودة التوافق GFI قد بلغت (٠,٨١٩)، بينما مؤشر التوافق التزايدى IFI بلغت قيمته (٠,٩١٣)، ومؤشر التوافق المقارن CFI بلغت قيمته (٠,٩١٢)، ومؤشر توكر-لويس TLI بلغت قيمته (٠,٩٠٤)، وهي قيم مقبولة نسبياً، كما أن جميع قيم تشبعات العبارات على الأبعاد التي تنتهي لها تراوحت من (٠,٤٢) إلى (٠,٧٨) وهي قيم دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) كما هو موضح بالجدول (٧)، وتشير تلك النتائج إلى أن معظم المؤشرات الهامة لتوافق النموذج تقع في المدى المقبول، بما يؤكد صدق البنية العاملية لمقياس القلق الاجتماعي.

جدول (٧)

تشبعات عبارات مقياس القلق الاجتماعي (ن=٣٢٠)

البُعد	رقم العبارة	معامل التشبع المعياري	معامل التشبع غير المعياري	الخطأ المعياري (SE)	النسبة المئوية الحرجة (CR)	الدلالة الإحصائية (P)
قلق التفاعل الاجتماعي	١	٠,٤٩	١,٠٠			
	٤	٠,٧٠	١,٤٠	٠,١٦	٨,٩٥	***
	٧	٠,٧٤	١,٤٤	٠,١٦	٩,١٦	***
	١١	٠,٧٧	١,٥٥	٠,١٧	٩,٣٣	***
	١٣	٠,٧٦	١,٥٤	٠,١٧	٩,٣٢	***
	١٧	٠,٧٧	١,٥٢	٠,١٦	٩,٣٣	***
	٢١	٠,٧١	١,٤٤	٠,١٦	٨,٩٩	***
	٢٧	٠,٧٨	١,٥٨	٠,١٧	٩,٤٣	***
قلق مواجهة المواقف الاجتماعية	٥	٠,٧٠	١,٠٠			
	٨	٠,٧١	١,٠٩	٠,٠٩	١٢,٥٧	***
	١٢	٠,٧٠	١,٠٩	٠,٠٩	١٢,٣٨	***
	١٤	٠,٧٧	١,١٢	٠,٠٨	١٣,٥٩	***
	١٨	٠,٧٧	١,١٤	٠,٠٨	١٣,٥٧	***
	٢٢	٠,٧٧	١,١٧	٠,٠٩	١٣,٥١	***
	٢٤	٠,٧٠	١,٠٢	٠,٠٨	١٢,٣٤	***
	٢٨	٠,٧٧	١,١٨	٠,٠٩	١٣,٦١	***
التقييم السلبي للذات	٢	٠,٦١	١,٠٠			
	٩	٠,٧٦	١,٢٠	٠,١١	١١,٢٨	***
	١٥	٠,٧٦	١,٣٤	٠,١٢	١١,٣٦	***
	١٩	٠,٧٤	١,١٣	٠,١٠	١١,١١	***
	٢٥	٠,٧٣	١,٢٢	٠,١١	١١,٠٣	***
	٣١	٠,٥٦	٠,٩٤	٠,١٠	٨,٩٨	***
الأعراض الفسيولوجية في المواقف الاجتماعية	٣	٠,٦٥	١,٠٠			
	٦	٠,٤٨	٠,٧٥	٠,٠٨	٩,٤١	***
	١٠	٠,٧٧	١,٢٢	٠,١٠	١٢,٥٣	***
	١٦	٠,٧٧	١,٢٣	٠,١٠	١٢,٦٤	***
	٢٠	٠,٤٢	٠,٧٣	٠,١٠	٧,٢٦	***
	٢٣	٠,٧٤	١,١٣	٠,٠٩	١٢,١٠	***
	٢٦	٠,٧٢	١,١٠	٠,٠٩	١١,٨٢	***
	٣٠	٠,٧٧	١,٢١	٠,١٠	١٢,٥٩	***
٣٢	٠,٧٣	١,١٨	٠,١٠	١١,٩٦	***	

(***) قيمة دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٠١).

٥- الاتساق الداخلي لمقياس القلق الاجتماعي

تم التحقق من مدى اتساق المقياس من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة ودرجة البُعد الذي تنتمي له، وكذلك حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس باستخدام معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation، كما هو موضح بالجدول (٨).

جدول (٨)

معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للبُعد الذي تنتمي له وبين درجة كل بُعد والدرجة الكلية للمقياس الاجتماعي (ن=٣٢٠)

الأعراض الفسولوجية في المواقف الاجتماعية		التقييم السلبي للذات		قلق مواجهة المواقف الاجتماعية		قلق التفاعل الاجتماعي	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
٠,٧٥	٣	٠,٧١	٢	٠,٧٥	٥	٠,٦٠	١
٠,٥٩	٦	٠,٧٩	٩	٠,٧٣	٨	٠,٧٦	٤
٠,٧٦	١٠	٠,٧٩	١٥	٠,٧٥	١٢	٠,٧٨	٧
٠,٧٩	١٦	٠,٧٩	١٩	٠,٨٠	١٤	٠,٧٩	١١
٠,٥٥	٢٠	٠,٧٧	٢٥	٠,٨٠	١٨	٠,٨١	١٣
٠,٧٦	٢٣	٠,٦٥	٣١	٠,٨١	٢٢	٠,٧٩	١٧
٠,٧١	٢٦			٠,٧٥	٢٤	٠,٧٤	٢١
٠,٧٩	٣٠			٠,٨١	٢٨	٠,٧٩	٢٧
٠,٧٥	٣٢						
	الارتباط		الارتباط		الارتباط		الارتباط
٠,٩٧	بالدرجة الكلية	٠,٩٤	بالدرجة الكلية	٠,٩٧	بالدرجة الكلية	٠,٩٨	بالدرجة الكلية

**قيمة دالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١).

يتضح من الجدول (٨) أن جميع عبارات المقياس ترتبط بالبُعد الذي تنتمي له بمعامل ارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١). حيث تراوحت معاملات الارتباط من (٠,٥٥) إلى (٠,٨١)، أي أن الارتباط يتراوح بين متوسط وقوي، كما أن جميع الأبعاد الفرعية ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس بمعامل ارتباط دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، حيث تراوحت معاملات الارتباط من (٠,٩٤) إلى (٠,٩٨)، وهو ما يؤكد الاتساق الداخلي لمقياس القلق الاجتماعي.

٦- تحليل الثبات لمقياس القلق الاجتماعي

تم حساب الثبات Reliability لمقياس القلق الاجتماعي بطريقة ألفا كرونباخ Cronbach's alpha، كما تم حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية باستخدام معامل جوتمان Guttman، وجاءت النتائج كما هو موضح بالجدول (٩).

جدول (٩)

معاملات الثبات لمقياس القلق الاجتماعي (ن=٣٢٠)

مستوى الثبات	الثبات بطريقة التجزئة		عدد العبارات	البُعد
	النصفية معامل الارتباط	معامل جوتمان		
مرتفع	٠,٨٦	٠,٧٥	٨	قلق التفاعل الاجتماعي
مرتفع	٠,٨٩	٠,٨٠	٨	قلق مواجهة المواقف الاجتماعية
مرتفع	٠,٨٢	٠,٦٩	٦	التقييم السلبي للذات
مرتفع	٠,٨٧	٠,٧٧	٩	الأعراض الفسيولوجية في المواقف الاجتماعية
مرتفع	٠,٩٧	٠,٩٥	٣١	إجمالي أبعاد القلق الاجتماعي

يتضح من الجدول (٩) أن قيمة معامل ألفا كرونباخ لثبات المقياس قد بلغت (٠,٩٧)، كما أن معاملات الثبات لأبعاد المقياس الفرعية جاءت جميعها مرتفعة؛ حيث تراوحت من (٠,٨٤) إلى (٠,٩٠)، كما أوضح حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية أن قيمة معامل جوتمان لثبات المقياس قد بلغت (٠,٩٧)، كما أن معاملات الثبات لأبعاد المقياس الفرعية جاءت جميعها مرتفعة؛ حيث تراوحت قيم معامل جوتمان من (٠,٨٢) إلى (٠,٨٩)، وجميعها قيم أعلى من القيمة (٠,٧٠) والتي تمثل الحد الأدنى المقبول لمعامل الثبات (Field, 2009)، ويشير تحليل الثبات إلى ارتفاع مستوى الثبات لمقياس القلق الاجتماعي.

نتائج الدراسة ومناقشتها وتفسيرها

فيما يلي يتم عرض وتفسير النتائج التي تم التوصل إليها، وذلك من خلال عرض النتائج الوصفية لمستوى كل من مستوى تفضيل الصداقة الافتراضية والقلق الاجتماعي لدى عينة الدراسة، ثم عرض ومناقشة نتائج دراسة العلاقة بين القلق الاجتماعي ومستوى تفضيل الصداقة الافتراضية وأثر التفاعل بين القلق الاجتماعي والجنس على مستوى تفضيل الصداقة الافتراضية، كما يلي:

أولاً: النتائج الخاصة بمستوى القلق الاجتماعي لدى عينة الدراسة

وللإجابة عن السؤال الأول للدراسة، والذي ينص على " ما مستوى القلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة بيشة؟"، تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على عبارات مقياس القلق الاجتماعي، حيث تم الحكم على المستوى كما في الجدول التالي:

جدول (١٠)

الحكم على درجة التحقق في ضوء المتوسط الحسابي

المستوى	المدى
دائماً/ كبير جداً	من ٤,٢١ وحتى ٥
كثيراً/ كبير	من ٣,٤١ وحتى ٤,٢٠
أحياناً/ متوسط	من ٢,٦١ وحتى ٣,٤٠
قليلاً/ ضعيف	من ١,٨١ وحتى ٢,٦٠
نادراً/ ضعيف جداً	من ١ وحتى ١,٨٠

والجدول التالي يوضح نتائج مستوى عينة الدراسة في القلق الاجتماعي:

جدول رقم (١١)

مستوى القلق الاجتماعي لدى عينة الدراسة (ن=٤٠٣)

البُعد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
قلق التفاعل الاجتماعي	٢,٦٤	١,٠٠	متوسط
قلق مواجهة المواقف الاجتماعية	٢,٦٠	١,٠٣	متوسط
التقييم السلبي للذات	٢,٦٥	٠,٩٩	متوسط
الأعراض الفسيولوجية في المواقف الاجتماعية	٢,٦٩	٠,٩٤	متوسط
إجمالي مقياس القلق الاجتماعي	٢,٦٥	٠,٩٥	متوسط

يتضح من النتائج بالجدول (١١) ما يلي:

جاءت درجة القلق الاجتماعي متوسطة لدى عينة الدراسة بمتوسط حسابي (٢,٦٥) وانحراف معياري (٠,٩٥)، كما تراوحت المتوسطات الحسابية لأبعاد القلق الاجتماعي يتراوح بين (٢,٦١) و(٢,٦٩)، وهو ما يؤكد أن القلق الاجتماعي كأبعاد ودرجة كلية يتسم بمستوى متوسط لدى عينة الدراسة.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة شراب (٢٠١٨) والتي توصلت نتائجها إلى أن المستوى العام للقلق الاجتماعي كان متوسطاً لدى عينة الدراسة من طلاب و طالبات المرحلة الثانوية. بينما تختلف هذه النتيجة مع دراسة الهريبي والحلبية (٢٠٢٢) والتي أظهرت نتائجها أن درجة القلق الاجتماعي لدى طلبة الثانوية العامة في مدينة القدس كانت منخفضة. كما وتختلف مع نتيجة صوالحة وجلاد (٢٠١٩)، والتي أظهرت نتائجها أن طلبة الجامعة يتميزون بقلق اجتماعي منخفض؛ حيث جاءت نسبة الذين لا يعانون من القلق الاجتماعي المرضي، و كذلك تختلف نتائج الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة العوفي (٢٠٢١) والتي كشفت نتائجها أن مستوى القلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة الحناكية جاء بدرجة منخفضة. كما وتختلف مع نتائج دراسة Brennan (2019) والتي أظهرت مستوى مرتفع من القلق لدى عينة الدراسة من طلاب الجامعة.

ويمكن تفسير تلك النتائج في ضوء خصائص المرحلة العمرية التي تميز عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية، وهي مرحلة المراهقة، والتي قد تزيد من القلق الاجتماعي لديهم وقد تؤثر سلباً على تفاعلاتهم الاجتماعية، حيث يتعرضون في حياتهم الاجتماعية إلى العديد من المواقف والصراعات الناتجة عن التغيرات التي تتميز بها تلك المرحلة العمرية ويصعب عليهم التصرف حيالها ومواجهتها، وتتجلى هذه الصراعات كما تذكر أباظة (٢٠٠٤) عن الصراع بين الحاجة إلى الاستقلال والحاجة إلى الاعتماد على الأبوين، والصراع القيمي، وصراع المستقبل والصراع بين الحاجة إلى تهذيب الذات وبين الحاجة إلى التحرر والاستقلالية والصراع بين الحاجة إلى الإشباع الجنسي وبين الشعور الديني والأوضاع الاجتماعية، والتي تؤدي إلى نقص المهارات الاجتماعية مما يجعل المراهق يواجه صعوبات أثناء تفاعلاته الاجتماعية وكيفية التصرف أو التعامل مع الآخرين في مواقف شتى، وكذلك انخفاض تقدير الذات مما يدفعه إلى تجنب الآخرين وكذلك عدم الثقة بالنفس، وهو ما يزيد من مستوى القلق الاجتماعي.

كما أوضح كل من قندوسي (٢٠٢١)، وغزوان (٢٠١٨) أن المراهقين في هذه المرحلة يتصفون بالحساسية تجاه النقد، والتوقعات السلبية والتمركز حول الذات والتفكير الذاتي الموجه، والخوف من التقييم السلبي من قبل الآخرين أثناء المواقف الاجتماعية، مما يؤدي إلى تجنب السلوكي للآخرين، وعدم الاندماج معهم والانعزالية والوحدة والخوف من المواقف التي قد يتعرض فيها الفرد للفحص والتدقيق من قبل الآخرين أثناء التفاعل الاجتماعي.

كما تشير المغربي (٢٠٢٣) إلى أن المراهقين يتسمون بالاهتمام المبالغ بالمظهر الجسدي الخارجي والرغبة في الظهور بمظهر حسن، وهو ما قد يجعلهم يتجنبون أي مواقف انفعالية قد تثير لديهم القلق وما يرتبط به من أعراض فسيولوجية مما قد يجعلهم يظهرون بشكل غير لائق. فالشخص الذي يعاني من القلق الاجتماعي يكون منشغلاً بأراء الآخرين عنه لشعوره بأنه موضع تقييم ونقد من الآخرين، ويؤدي خوفه هذا إلى العزلة الذاتية، وتجنب مواقف التفاعل الاجتماعي لشعوره بعدم الارتياح أثناء المشاركة الاجتماعية.

كما ويرتبط مع القلق الاجتماعي أيضاً التقييم السلبي، والذي جاءت نتائجه بمستوى متوسط لدى عينة الدراسة، وهو ما يمكن تفسيره في ضوء ما أشارت إليه دراسة Norton&Abbott (2016) من أن المراهقين مرتفعي القلق الاجتماعي يتصفون بمجموعة من السمات والخصائص التي تميزهم عن غيرهم، حيث يتصفون بانخفاض تقدير الذات، وانخفاض السلوك التوكيدي أو المهارات التوكيدية، وضعف الثقة بالنفس، ولديهم أفكار ومعتقدات سلبية عن ذاتهم، مع تشوهات معرفية، وسوء الأداء الاجتماعي، ونقص المهارات الاجتماعية، مما يدفعهم إلى تجنب المواقف الاجتماعية، والانسحاب والهروب من المواقف والمناسبات الاجتماعية، وضعف القدرة على المواجهة، إلى جانب وجود مشاعر الخوف والقلق العام والتوتر.

وهو ما أكدته نتائج دراسة عسيري (٢٠١٧)، ونصار (٢٠١٩)، والعوفي (٢٠٢١) من أن الأفراد الذين يعانون من القلق الاجتماعي يتميزون بسيطرة أفكار لاعقلانية وهواجس مبالغ فيها عن الآثار السلبية التي سوف تلحق به بسبب مشاركته في المواقف الاجتماعية، وهو يعزو عزوفه عن المشاركة في تلك المواقف إلى تدني قدراته الذاتية على القيام بأعباء هذه المواقف، والخوف من الرفض وفرط الحساسية للنقد والتقييم السلبي من الآخرين والميل إلى المسايمة ومجاراة الآخرين وتقدير الذات المنخفض أو مشاعر الدونية، ومن ثم يتعمق لديه شعور بالعزلة مقروناً بالخوف من المواقف الاجتماعية وتجنبها.

ثانياً: النتائج الخاصة بمستوى تفضيل الصداقة الافتراضية لدى عينة الدراسة

وللاجابة عن السؤال الثاني للدراسة، والذي ينص على " ما مستوى تفضيل الصداقة الافتراضية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة بيشة؟"، تم استخدام المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة الدراسة على عبارات مقياس تفضيل الصداقة الافتراضية، حيث جاءت النتائج كما في الجدول التالي:

جدول رقم (١٢)

مستوى تفضيل الصداقة الافتراضية لدى عينة الدراسة (ن=٤٠٣)

المستوى	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي
متوسط	١,٠٥	٢,٧٠

ويتضح من الجدول (١٢) أن تفضيل الصداقة الافتراضية مقارنة بالصداقة وجهاً لوجه جاء في مستوى "متوسط" لدى عينة الدراسة بمتوسط حسابي (٢,٧٠) وانحراف معياري (١,٠٥).

ويمكن تفسير مستوى الصداقة الافتراضية لدى عينة الدراسة من طلاب المرحلة الثانوية، في ضوء خصائص مرحلة المراهقة، والتي أشار إليها كل من العمري (٢٠١٨)، وزهران (١٩٩٠) باعتبار أن مرحلة المراهقة مرحلة انتقاله بين الطفولة والرشد ومرحلة دقيقة فاصلة من الناحية الاجتماعية، أي أنها تأخذ من سمات الطفولة ومن سمات الرشد، وهي مرحلة انتقالية يجتهد فيها المراهق للانفلات من الطفولة المعتمدة على الكبار، ويبحث عن الاستقلال الذاتي الذي يتمتع به الراشدون، وهي فترة يبحث فيها الفرد عن الهوية ويعمل على تكوين شخصيته وتأكيد الذات في ضوء ما يتلقاه من رعاية وتنشئة اجتماعية، وما يتعرض له من مؤثرات وقيم ومعايير وموجهات للسلوك، ويبدأ المراهق في التحرر من قيود الأسرة واستقلاله عنها ويتجه بدرجة أكبر لتأثير جماعة الأقران من نفس مرحلته العمرية، حيث يميل في هذه المرحلة إلى الاتصال الشخصي ومشاركة الأقران في الأنشطة المختلفة، والاستقلال الاجتماعي، وبصفة خاصة داخل الأسرة، ومسيرة الجماعة والرغبة في تأكيد الذات، والبحث عن القدوة والنموذج، حيث يتم في هذه المرحلة التطبيع الاجتماعي الفعلي الذي يؤدي إلى تكون المعايير السلوكية الذاتية للمراهق. كل هذا يجعل المراهق في هذه المرحلة يلجأ بدرجة أكبر إلى مواقع التواصل الاجتماعي كوسائل يستطيع من خلالها التواصل مع أصدقائه وتكوين صداقات جديدة تشعره باستقلالته وتأكيد الذات وكفرصة لتكوين عالم ذاتي خاص به متحرراً فيه من القيود الأسرية.

ومن هنا يتبين أن شبكات التواصل الاجتماعي كوسيلة من وسائل الإعلام تلعب دوراً ثلاثياً للمراهقين فهي توفر متنفساً يعبرون من خلاله عن ميولهم كما أنها تقدم لهم العديد من الأفكار الجديدة والمعارف والمهارات المهمة في بناء قيمهم المختلفة، ووسيلة لشغل أوقات فراغهم.

وتشير هذه النتائج إلى أن مستوى تفضيل الصداقة الافتراضية يتصف بالمتوسط لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدارس محافظة بيشة، وقد ترجع تلك النتائج إلى العديد من الأسباب التي يمكن أن تجعل الأفراد يفضلون الصداقة الافتراضية، منها قدرة الأشخاص على التواصل مع أشخاص من مختلف أنحاء العالم وتبادل الأفكار والآراء معهم. كما يمكن للصداقات الافتراضية أن تكون مفيدة خاصة في فترات العزلة الاجتماعية أو عندما يكون من الصعب على الشخص التواصل

وجهاً لوجه مع الآخرين. تقديم الدعم العاطفي والإلهام والتشجيع من خلال الصداقات الافتراضية، وهو أيضاً من الأسباب التي تجعلها جذابة للبعض.

وتؤيد نتائج الدراسة الحالية ما أشارت إليه نتائج دراسة عبد القادر (٢٠٢٤) من أن نسبة (١٠٠%) من عينة دراستها كانوا يستخدمون مواقع التواصل الاجتماعي سواء بشكل منتظم أو غير منتظم، بحيث اعتبر المفحوصون علاقات الصداقة الالكترونية مكماً للصداقة الحقيقية، حيث تقوم مواقع التواصل الاجتماعي بدور مهم في تعزيز مشاعر الود، خاصة عند صعوبة اللقاء بين الأشخاص المتباعدين. وهو ما أكدته نتائج دراسة الشهري (٢٠٢٠) من التأثير الإيجابي لمواقع التواصل الاجتماعي كوسيلة سهلة للتواصل مع الأقارب والأصدقاء، وتزيد من الألفة والانتماء الاجتماعي بين الأصدقاء.

كما يتفق ذلك مع ما أشارت إليه دراسات مثل: Huang et al., 2020, Smahel et al., 2012, Velenberg&Beter, 2007, Morgan & Cotten, 2003. من أن استخدام شبكة التواصل الاجتماعي تسهم على نحو إيجابي في إتاحة فرص الترفيه أمام الأشخاص بما ينعكس إيجاباً على حياتهم النفسية، فاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي عموماً والصداقة فيها خصوصاً تعزز فرص التواصل مع الأقران بما ينعكس إيجاباً على تعزيز الشعور بالثقة بالنفس، كما يسهم في تكوين علاقات جديدة، وتوفر دعماً اجتماعياً للأفراد يسهم في إيجاد حل ذاتي لكثير من مشكلاتهم، كما يكسبهم تدريباً على المهارات الاجتماعية التي هي من أهم مطالب مرحلة المراهقة، بل إن التواصل عبر الإنترنت يسهم في توفير بديل مناسب يشبع رغبات المراهقين في التفاعل الاجتماعي الآمن بعد أن أسهمت المدينة الحديثة وظروف الحياة في تخفيض عدد مرات التقاء أفراد الأسرة والأصدقاء وجهاً لوجه. فالصداقة الافتراضية يمكن أن تؤدي نفس الدور الذي تؤديه الصداقة الواقعية من تحقيق الدعم النفسي والاجتماعي.

ثالثاً: النتائج الخاصة بدراسة العلاقة بين القلق الاجتماعي وتفضيل الصداقة الافتراضية:

وللإجابة عن السؤال الثالث للدراسة، والذي ينص على "هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين القلق الاجتماعي ومستوى تفضيل الصداقة الافتراضية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة بيشة؟"، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون Pearson Correlation، وجاءت النتائج كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول (١١٣)

معاملات الارتباط بين القلق الاجتماعي وتفضيل الصداقة الافتراضية (ن=٤٠٣)

تفضيل الصداقة الافتراضية		المتغيرات
معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية	
٠,٧١	٠,٠٠	قلق التفاعل الاجتماعي
٠,٧٠	٠,٠٠	قلق مواجهة المواقف الاجتماعية
٠,٧٢	٠,٠٠	التقييم السلبي للذات
٠,٧٠	٠,٠٠	الأعراض الفسيولوجية في المواقف الاجتماعية
٠,٧٤	٠,٠٠	إجمالي أبعاد القلق الاجتماعي

يتضح من الجدول (١٣) أنه توجد علاقة ارتباط موجبة قوية ودالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين القلق الاجتماعي وتفضيل الصداقة الافتراضية بمعامل ارتباط (٠,٧٤)، كما أن جميع معاملات الارتباط بين أبعاد القلق الاجتماعي وتفضيل الصداقة الافتراضية جاءت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية ما بين (٠,٧٠) إلى (٠,٧٢)، وهو ما يعني وجود علاقة طردية بين تلك الأبعاد الفرعية وتفضيل الصداقة الافتراضية.

رابعاً: النتائج الخاصة بدراسة القدرة التنبؤية للقلق الاجتماعي بتفضيل الصداقة الافتراضية لدى عينة الدراسة:

وللإجابة عن السؤال الرابع للدراسة، والذي ينص على "هل يمكن التنبؤ بمستوى تفضيل الصداقة الافتراضية من خلال القلق الاجتماعي لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة بيشة؟ تم استخدام تحليل الانحدار الخطي البسيط Simple Linear Regression، حيث جاءت النتائج كما هو موضح بالجدول (١٤).

جدول (١٤)

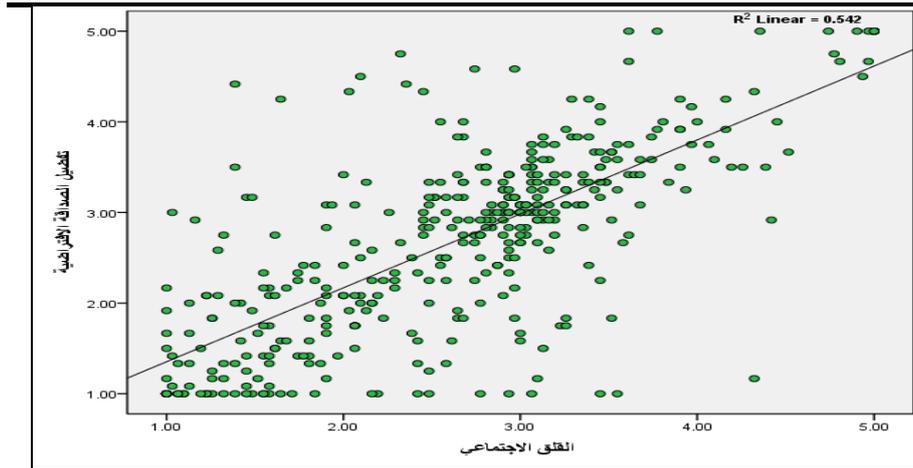
نموذج الانحدار لأثر القلق الاجتماعي على تفضيل الصداقة الافتراضية (ن=٤٠٣)

معامل التحديد	المعاملات غير معاملة	المعيارية	الانحدار	اختبار التاء (t)	اختبار الفاء (F)	معامل التحديد
المتغير التابع	المتغير المستقل	قيمة الخطأ المعياري	المعيارية	قيمة الدلالة	قيمة الدلالة	(R2)
		(B)	(β)	(t)	(F)	الإحصائية
القلق	٠,٨٢	٠,٠٤	٠,٧٤	٢١,٨٠	٠,٠٠	
تفضيل الصداقة الاجتماعي						٠,٥٤
ثابت	٠,٥٤	٠,١١	-	٥,١١	٠,٠٠	٤٧٥,١٠
الانحدار						

يتضح من الجدول (١٤) أن قيمة ف (F) لاختبار دلالة نموذج الانحدار قد بلغت (٤٧٥,١٠) بدلالة إحصائية قدرها (٠,٠٠) وهو ما يشير إلى أن النموذج دال إحصائياً، كما أن قيمة معامل التحديد (R2) بلغت (٠,٥٤) وهو ما يشير إلى قدرة نموذج الانحدار على تفسير نسبة (٥٤%) من التباين في مستوى تفضيل الصداقة الافتراضية بناء على التباين في القلق الاجتماعي. كما أوضح اختبار ت (t) أن قيم معامل الانحدار وثابت الانحدار جاءت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١)، وبالتالي يمكن وضع العلاقة الرياضية لأثر القلق الاجتماعي على مستوى تفضيل الصداقة الافتراضية على الصورة الآتية:

$$\text{مستوى تفضيل الصداقة الافتراضية} = ٠,٥٤ + ٠,٨٢ * \text{القلق الاجتماعي}$$

ويوضح الشكل التالي مخطط الانتشار والخط الأمثل للعلاقة بين القلق الاجتماعي وتفضيل الصداقة الافتراضية.



شكل (٣) مخطط الانتشار والخط الأمثل للعلاقة بين القلق الاجتماعي وتفضيل الصداقة الافتراضية

وللتعرف على الإسهام النسبي لأبعاد القلق الاجتماعي في التأثير على مستوى تفضيل الصداقة الافتراضية تم استخدام تحليل الانحدار الخطي المتعدد Multiple Linear Regression وجاءت النتائج كما هو موضح بالجدول (١٤).

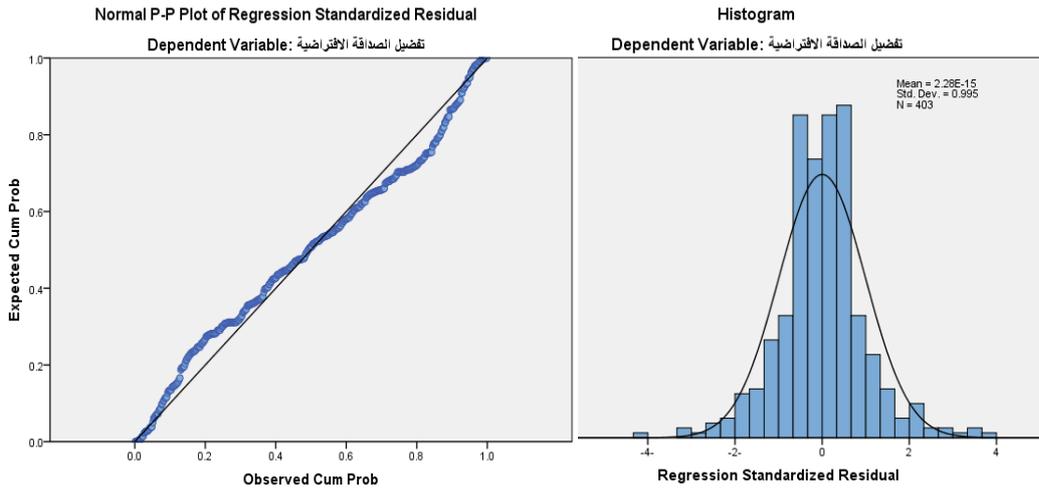
جدول (١٥)

نموذج الانحدار لأثر أبعاد القلق الاجتماعي على مستوى تفضيل الصداقة الافتراضية (ن=٤٠٣)

المتغير التابع	المتغير المستقل	المعاملات غيرمعاملات		اختبار التاء (t)	اختبار الفاء (F)	معامل التحديد (R ²)
		المعيارية الانحدار	المعيارية الخطأ			
		قيمة (B)	قيمة (β)	قيمة الإحصائية (t)	قيمة الإحصائية (F)	
قلق التفاعل الاجتماعي	٠,٢١	٠,١٠	٠,٢٠	٢,٠٦	٠,٠٤	
قلق مواجهة المواقف الاجتماعية	٠,١٢	٠,١٠	٠,١١	١,١٩	٠,٢٤	
مسنوى التقييم	٠,٣٧	٠,٠٨	٠,٣٥	٤,٤٦	٠,٠٠	٠,٥٥
تفضيل الصداقة الافتراضية	٠,٣٧	٠,٠٨	٠,٣٥	٤,٤٦	٠,٠٠	٠,٥٥
الأعراض الفسيولوجية في المواقف الاجتماعية	٠,١٣	٠,١٠	٠,١١	١,٢٢	٠,٢٢	
ثابت الانحدار	٠,٥٣	٠,١١	-	٤,٨٧	٠,٠٠	

يتضح من الجدول (١٥) أن قيمة ف (F) لاختبار دلالة نموذج الانحدار قد بلغت (١٢١,٦٧) بدلالة إحصائية قدرها (٠,٠٠) وهو ما يشير إلى أن النموذج دال إحصائياً، كما أن قيمة معامل التحديد (R^2) بلغت (٠,٥٥) وهو ما يشير إلى قدرة نموذج الانحدار على تفسير نسبة (٥٥%) من التباين في تفضيل الصداقة الافتراضية بناء على التباين في أبعاد القلق الاجتماعي. كما أوضح اختبارات (t) أن قيم معامل الانحدار جاءت دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) لكل من التقييم السلبي للذات وقلق التفاعل الاجتماعي، وبلغت قيمة معامل الانحدار المعيارية (β) لهما (٠,٣٥) و(٠,٢٠) على الترتيب، بينما جاءت قيم معامل الانحدار غير دالة إحصائياً لكل من قلق مواجهة المواقف الاجتماعية والأعراض الفسيولوجية في المواقف الاجتماعية.

كما يوضح شكل (٤) توزيع البواقي المعيارية لنموذج الانحدار لأثر أبعاد القلق الاجتماعي على مستوى تفضيل الصداقة الافتراضية، حيث يتضح اقتراب توزيع الأخطاء المعيارية للنموذج من التوزيع الطبيعي.



شكل (٤) توزيع البواقي المعيارية لنموذج الانحدار بين أبعاد القلق الاجتماعي وتفضيل الصداقة الافتراضية

وفي ضوء ما توصلت إليه نتائج الدراسة الحالية في كل من السؤال الثالث والرابع من وجود علاقة طردية دالة إحصائياً بين كل من القلق الاجتماعي وتفضيل الصداقة الافتراضية وكذلك أن القلق الاجتماعي يعد منبئ بدرجة تفضيل الصداقة الافتراضية، بمعنى أنه كلما زاد القلق الاجتماعي زاد تفضيل طلاب المرحلة الثانوية للصداقة الافتراضية، مما يشير إلى تحقق الافتراض الأساسي للدراسة من أن الأفراد الأكثر قلقاً اجتماعياً قد يفضلون استخدام مواقع التواصل الاجتماعي كوسيلة للهروب من الواقع، وتعويضاً لضعف العلاقات الاجتماعية الواقعية لديهم.

وهو ما يتفق مع ما أشار إليه نموذج التواصل بين الشخصي Interpersonal Communication Model من أن التواصل عبر الكمبيوتر computer mediated communication قد يوفر مزايا مقارنة بالتواصل التقليدي وجهًا لوجه لأولئك الذين يعانون من القلق بين الأشخاص، حيث يسمح الاتصال عبر الإنترنت للقائمين بالاتصال بالتحكم في العرض الذاتي عن طريق نشر

المعلومات بشكل انتقائي لتعزيز المرغوبة الاجتماعية وتجنب التقييم السلبي (Walther et al., 2015).

فالقلق الاجتماعي، وما يترتب عليه من افتقاد الشعور بالرضا والاستقرار وتحقيق الذات، وانخفاض الثقة بالنفس، وما قد يُصاحبه من تقييم منخفض للذات، حيث يتضمن حالة خوفٍ وتهديد غامض تنتاب الفرد في المواقف الاجتماعية، والتي يستشعر الفرد فيها أن سلوكه موضع ملاحظة وتقييم سلبي ونقد ولوم من قبل الآخرين؛ مما يؤثر عليهم سلبياً؛ ويؤدي إلى الفشل في الأداء اليومي أمام الآخرين، وقلة المهارات الاجتماعية، مما يجعل الفرد أكثر ميلاً للعزلة، وتجنب التفاعلات الاجتماعية المباشرة؛ مما يؤدي إلى تفضيل تكوين الصداقة الافتراضية (رفاعي وآخرون، ٢٠١٨). ومن ثمَّ فإن الدخول في علاقة تفاعلية افتراضية أو الكترونية مع الآخرين أساسها تبادل المعلومات حول مواضيع في مختلف مجالات الحياة قد تكون ملائمةً لبعض الأفراد الذين يعانون من مشكلات توافقية أثناء تفاعلاتهم الاجتماعية في العالم الواقعي، ويتيح لهم تكوين والاحتفاظ بعلاقات اجتماعية أو صداقات تمكنهم من الاحتفاظ بالدعم النفسي الذي يحتاجون إليه، وفي نفس الوقت تقليل التهديدات المتوقعة من العلاقات الاجتماعية في العالم الواقعي أو الصداقات وجهاً لوجه.

وهو ما يتفق مع ما أشار إليه (Shabahang et al. 2022) من أن الصداقة الافتراضية قد تتيح للفرد فرصة لتجنب تلقائية الحديث وسرعته التي تميز مواقف التفاعلات الاجتماعية وجهاً لوجه، وهو ما يجعل الأفراد الأكثر قلقاً اجتماعياً أكثر تفضيلاً للصداقة الافتراضية لإتاحة الفرصة لأنفسهم لمزيد من التفكير في الحوار وإمكانية تعديله. كما تعد فرصة لتكوين علاقات اجتماعية أكثر أماناً لأولئك الذين يتميزون بالخوف من إقامة علاقات اجتماعية، أو الخوف من التقييمات السلبية من قبل الآخرين، مقارنة بالصداقة وجهاً لوجه.

وفي ضوء ما أشارت إليه نتائج دراسة نصار (٢٠١٩) ودراسة Norton&Abbot (2016) من أن القلق الاجتماعي يرتبط بالتقييم السلبي للذات، حيث يتصف مرتفعو القلق الاجتماعي بانخفاض تقدير الذات، وضعف الثقة بالنفس، ومعتقدات الذات السلبية، ونقص المهارات الاجتماعية، وضعف القدرة على المواجهة، وسيطرة الأفكار غير العقلانية والهواجس المبالغ فيها عن الآثار السلبية التي سوف تلحق بهم بسبب مشاركته في المواقف الاجتماعية مما يدفعهم إلى تجنب المواقف الاجتماعية، والانسحاب والهروب من المواقف والمناسبات الاجتماعية المباشرة، تأتي الصداقة الافتراضية كملاذ آمن لهؤلاء الذين يعانون من تلك الأعراض السلبية للقلق الاجتماعي، وفرصة لإخفاء مظاهر الضعف في شخصيتهم.

وفي إطار ما يتميز به مرتفعو القلق الاجتماعي من الخوف من التقييمات السلبية من قبل الآخرين يرى Traş (2019) أن وسائل التواصل الاجتماعي الافتراضية فرصة لتكوين علاقات غالباً لا يستطيعون تحقيقها في الوسط الاجتماعي الحقيقي. فهم يشعرون في العالم الافتراضي بأنهم قادرين على تقديم أنفسهم أقرب كثيراً إلى الذات المثالية إلى من رغبوا في التواصل معهم، وهو ما يصعب أن يتاح لهم في الوسط الاجتماعي الحقيقي، مما يجعلهم أقل توتراً وخوفاً من التقييمات السلبية التي قد يتعرضون لها في العالم الحقيقي من وجهة نظرهم.

فالصداقة الافتراضية مقارنة بالصداقة وجهاً لوجه تتيح للفرد الأكثر قلقاً اجتماعياً عوامل افتراضية بعيداً عن محاصرة المحيطين به، والذين يتفحصون وجهه وملامحه، ويلاحظون لغة جسده، ويضاف إلى ذلك عدم الكشف عن الأسماء الحقيقية، مما يعمل على انخفاض مشاعر الخوف من الرفض والنقد السلبي للذات، ويسمح له بممارسة تفاعلاته الاجتماعية بعيداً عن الضغط والتوتر والتهديد.

كما وتؤيد نتائج الدراسة الحالية ما توصلت إليه دراسة المطيري (٢٠٢٣) من وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين التكيف الاجتماعي وزيادة استخدام مواقع التواصل الاجتماعي، وهو ما يمكن تفسيره، في ضوء أن الأفراد الأكثر قلقاً قد يكونون علاقات اجتماعية من خلال مواقع التواصل الاجتماعي بدلاً من الصداقة وجهاً لوجه أو الصداقة التقليدية كأحد أشكال التكيف الاجتماعي لديهم.

وقد تفسر نتائج الدراسة الحالية ما أشارت إليه نتائج دراسة Valkenburg & Peter (2007) وأبو بكر (٢٠١٦) من أن الأفراد الأكثر قلقاً اجتماعياً كانوا أكثر استخداماً للتواصل الإلكتروني مقارنة بمن لا يعانون من القلق الاجتماعي، إذ قد يدرك القلقون اجتماعياً التواصل الإلكتروني على أنه ذات أهمية فهو يربط لهم الانغلاق على الذات، وفي نفس الوقت تكوين علاقات اجتماعية آمنة، الأمر الذي قد يقودهم إلى المزيد من استخدام التواصل الإلكتروني.

كما أن القلق الاجتماعي يرتبط بظهور الأعراض الفسيولوجية في المواقف الاجتماعية، فالشخص الذي يعاني من القلق يظهر عليه أعراض كاحمرار الوجه وزيادة التعرق وزيادة ضربات القلب والتلعثم أثناء الكلام، وخاصة لدى المراهقين الذين يهتمون بدرجة أكبر بصورتهم الذاتية أمام الآخرين، مما يجعل الأفراد الأكثر قلقاً أكثر تفضيلاً للصداقة الافتراضية عبر مواقع التواصل الإلكتروني لتجنباً لظهور تلك الأعراض أمام الآخرين، كبديل عن تجنب المواقف الاجتماعية المباشرة أو التي تكون فيها التفاعلات وجهاً لوجه.

وهو ما يتفق مع نتائج دراسة Baltaci (2019)، وفويد (٢٠٢٢) من وجود علاقة إيجابية بين مستويات إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وكل من القلق الاجتماعي والشعور بالوحدة، بالإضافة إلى أن القلق الاجتماعي ينبئ بمستويات إدمان وسائل التواصل الاجتماعي. وكذلك دراسة صوالحة وجلاد (٢٠١٩)، والتي أظهرت نتائجها أن هناك علاقة ارتباطية موجبة ومتوسطة القوة ودالة إحصائية ما بين الإدمان على الإنترنت والقلق الاجتماعي لدى طلبة الجامعة. حيث ترى الباحثتان أن تلك العلاقة يمكن تفسيرها في ضوء أن مرتفعي القلق الاجتماعي خاصة المراهقين يلجأون إلى العلاقات الاجتماعية والتواصل مع الأصدقاء عبر وسائل التواصل الاجتماعي والإنترنت كمصدر للدعم الاجتماعي كبديل عن التفاعلات المباشرة التي يهربون منها لما تمثله لهم من تهديد وتعرض للتقييم السلبي من قبل الآخرين وتحقيقاً للصورة الذاتية المثالية التي يرغبون في إظهارها للآخرين، وهو ما ينتج عنه ارتفاع مستوى استخدام الإنترنت، والذي قد يصل لحد الإدمان. ويتفق هذا التفسير المفترض مع ما توصلت إليه نتائج دراسة Çevik, and Yıldız (2017) من أن الدعم الاجتماعي المدرك والشعور بالعزلة منبئات بإدمان الإنترنت لدى المراهقين. وكذلك نتائج دراسة Smahel et al. (2012) إذ كان الأفراد منخفضي تقدير الذات يفضلون التواصل الإلكتروني، وهم أكثر إدماناً للإنترنت. وأيضاً نتائج دراسة المرواني (٢٠١٦) والتي وجدت علاقة دالة بين إدمان شبكات التواصل الاجتماعي و انخفاض تقييم الذات لدى الطلاب مدمني شبكات التواصل الاجتماعي.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما أشارت إليه عدة دراسات من الآثار الإيجابية لاستخدام مواقع التواصل الاجتماعي، مثل دراسة عبد القادر (٢٠٢٤)، و الشهرري (٢٠٢٠)، والضبع (٢٠١٥) Çevik, and Yıldız (2017) وتوفيق وأحمد والتي أوضحت أن استخدام مواقع التواصل الاجتماعي قد يعزز من مظاهر الصحة النفسية، كما أنه قد يساعد الأفراد الذين يعانون من القلق الاجتماعي والعزلة والاكتئاب، حيث يعمل كفرصة للحصول على دعم اجتماعي آمن.

- توصيات الدراسة

في ضوء النتائج التي توصلت إليها الدراسة الحالية يمكن عرض التوصيات الآتية:

- استخدام أسلوب الصداقة الافتراضية كمدخل لعلاج اضطرابات التفاعل الاجتماعي وتنمية العلاقات الاجتماعية لدى المراهقين الذي يعانون من القلق الاجتماعي.
- توفير برامج دعم نفسي داخل المدارس تهدف إلى تخفيف مستوى القلق الاجتماعي لدى الطلاب من خلال جلسات استشارية وورش عمل تركز على تنمية المهارات الاجتماعية.
- توعية الطلاب بالجوانب الإيجابية للاستفادة من الصداقة الافتراضية من خلال تنمية التفاعلات الاجتماعية، والحصول على الدعم النفسي والاجتماعي، والتعرف على ثقافات أخرى.
- ضرورة الاهتمام بالتعاون بين مراكز المعلومات والمؤسسات التعليمية للقيام بدراسات مستمرة للتعرف على أهم مشكلات الطلاب في المجتمعات الافتراضية وأنماط تفكيرهم في التعامل مع هذه المشكلات.

- مقترحات الدراسة

في ضوء نتائج الدراسة الحالية، يمكن اقتراح الدراسات المستقبلية التالية:

- إجراء دراسات تهدف إلى الكشف عن دور عوامل التشئة الاجتماعية وأساليب المعاملة الوالدية في مستوى القلق الاجتماعي وتفضيل الصداقة الافتراضية لدى المراهقين.
- القيام بمزيد من الدراسات تهتم بتصميم برامج إرشادية تهدف إلى خفض القلق الاجتماعي من خلال تنمية وتعزيز الصداقة الافتراضية.
- إجراء دراسات تهدف إلى تناول أسباب تفضيل الصداقة الافتراضية لدى المراهقين في ثقافات مختلفة.
- دراسة العلاقة بين القلق الاجتماعي ومستوى تفضيل الصداقة الافتراضية لدى عينات أخرى، كطلاب المرحلة المتوسطة، وكبار السن.
- دراسة دور الأفكار اللاعقلانية كمتغير وسيط في العلاقة بين القلق الاجتماعي وتفضيل الصداقة الافتراضية.

قائمة المراجع

- المراجع العربية

- أباطة، أمال عبد السميع. (٢٠٠٤). مقياس مستوى الطموح للمراهقين والشباب، كراسة التعليمات، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- أبو بكر، نشوى كرم. (٢٠١٦). إدراك جودة الصداقة والمشاركة الوجدانية لمرتفعي ومنخفضي الاستخدام السيئ لوسائل التواصل الإلكتروني لدى عينة من الطالبات. رسالة التربية وعلم النفس، (٥٤)، ١ - ٢٥.
- بالحسيني، وردة رشيد. (٢٠١٣). التدخل السلوكي واستراتيجية التعرض ET في علاج القلق الاجتماعي. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، (١٠)٥، ٧١-٨٦.
- البشر، سعاد بنت عبدالله. (٢٠١٩). فاعلية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي سلوكي في خفض الأفكار اللاعقلانية لدى عينة من السيدات اللاتي يعانين من القلق الاجتماعي. مجلة العلوم الاجتماعية، (١)٤٧، ١١ - ٣٥.
- بشير، معمريه. (٢٠٠٩). القلق الاجتماعي: المواقف المثيرة نسب الانتشار الفروق بين الجنسين وبين مراحل عمرية. مجلة شبكة العلوم النفسية العربية، ٢٢، ١٣٥ - ١٤٩ بهادر، سعدي علي. (١٩٩٤). في علم نفس النمو (ط. ١٠) المؤسسة السعودية بمصر
- بوقلوف، سهام. (٢٠١٧). المجتمع الافتراضي والنسق القيمي: قراءة في تأثيرات وسائط الاتصال الجديدة. مجلة الحكمة للدراسات الإعلامية والاتصالية، (١٠)، ١٥٣ - ١٦٥.
- توفيق، دعاء أحمد، وأحمد، منى حسني. (٢٠٢٤). الصداقة الإلكترونية وعلاقتها بالأمن المجتمعي دراسة مقارنة بين جيل Z وجيل ألفا. المجلة العلمية لكلية الآداب - جامعة أسيوط، ٨٩، ٦٦٧-٧٥٨.
- الجابري، اسماء عبد العال، والنجيحي، ثناء السيد. (٢٠١٣). الصداقة وعلاقتها بمستويات الامن النفسي لدى عينة من المراهقين. مجلة دراسات الطفولة، (٥٩)١٦، ٤١-٤٥.
- حميدة، رانيا جمال، الشيخ، محمد عبد العال، وأحمد، محمد شعبان. (٢٠١٨). البناء العاملي لمقياس القلق الاجتماعي لدى الطلاب المعلمين. مجلة جامعة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، ١٠، ١٨٣-٢١٤.
- رضوان، سامر جميل. (٢٠٠١). القلق الاجتماعي: دراسة ميدانية لتقنين مقياس للقلق الاجتماعي على عينات سورية. مجلة مركز البحوث التربوية، (١٩)، ٤٧ - ٧٧.
- رفاعي، ناريمان محمد، مظلوم، مصطفى علي رمضان، و الطنطاوي، حازم شوقي محمد. (٢٠١٨). اضطراب القلق الاجتماعي لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات. مجلة كلية التربية، (١١٦)٢٩، ٢٣٤ - ٢٨٠.
- الرواد، ذيب محمد ابراهيم، و حمدي، محمد نزيه عبدالقادر. (٢٠٠٧). تطوير برنامجي ارشاد جشطالتي وعقلي انفعالي و استقصاء فاعليتهما في خفض القلق لدى طلبة الجامعة [رسالة دكتوراه غير منشورة]. جامعة عمان العربية.

- زهان، حامد عبد السلام. (١٩٩٠). علم نفس النمو (ط.٥). عالم الكتب.
- سكران، ماهر عبدالرازق. (٢٠١٠). استخدام العلاج العقلاني الانفعالي في خدمة الفرد في تخفيف حدة القلق الاجتماعي لدى الأطفال ضعاف السمع. المؤتمر العلمي الدولي الثالث والعشرين للخدمة الاجتماعية - انعكاسات الازمة المالية العالمية على سياسات الرعاية الاجتماعية، مج ٤ ، القاهرة: كلية الخدمة الاجتماعية ، جامعة حلوان، ١٧٣٨ - ١٧٨٩.
- سليم، رحاب، أبو زيد، أسماء، وعز الدين، إنشاد. (٢٠١٩). المراهقة والتفاعل الاجتماعي والبيئة المدرسية. مجلة الدراسات والبحوث البيئية، ٩ (١)، ٢٠- ٢٨.
- السوالقه، رولا، والحوسني، محمد (٢٠١٨) الرهاب الاجتماعي من التنظير الاجتماعي إلى سبل العلاج دراسة سوسولوجية إكلينيكية"، مجلة جامعة الشارقة للعلوم الإنسانية والاجتماعية، ٢١٦، ١١٢-١٣٨.
- السيد، محمد السيد، وعبدالفتاح، ولاء حفني. (٢٠٢٣). مقياس القلق الاجتماعي للعاديين وذوي الاحتياجات الخاصة. المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية، ٧(٣٤)، ٥٦٧- ٥٩٤.
- شراب، عبدالله عادل. (٢٠١٨). القلق الاجتماعي لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية في ضوء بعض المتغيرات. مجلة سلوك، ٦٠ (٦)، ٦١- ٧٨.
- شما، يمان. (٢٠١٥) القلق الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات. مجلة جامعة البعث، ٣٧(٦)، ١٣٩- ١٦٥.
- الشهري، ريم محمد. (٢٠٢٠). أثر استخدام مواقع التواصل الاجتماعي على العلاقات الاجتماعية: دراسة ميدانية على عينة من طالبات كلية الخرج. مجلة جمعية الاجتماعيين في الشارقة. ٣٧ (١٤٨)، ١٩٧ - ٢٤٨.
- صغير، عبلة محمد. (٢٠٢٢). استخدام مواقع التواصل الاجتماعي كمنبئ بأزمة الهوية والعزلة الاجتماعية لدى طلبة المرحلة الثانوية في ضوء بعض المتغيرات. مجلة كلية التربية - جامعة الأزهر، ١٩٥ (٤)، ٤٣٠ - ٤٧١.
- صوالحة، عونية عطا، وجلاد، داليا غلاب. (٢٠١٩). إدمان الإنترنت وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة عمان الأهلية. دراسات العلوم الإنسانية والاجتماعية، ٤٦ (٢)، ٣١٣-٣٣٣.
- الضبع، ماهر العال. (٢٠١٥). العلاقات الافتراضية بين الشباب في المجتمع السعودي: دراسة في الخصائص والمحددات. مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، ٣٧، ١٢- ٧٠.
- عبد الرزاق، أسامة حسن. (٢٠٢٠). إدمان وسائل التواصل الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية وسمات القلق الاجتماعي لدى طلاب الجامعة. المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية، ١٤، ٢١٠- ٢٤١.

DOI:

10.33193/IJoHSS.14.2020.114

- عبد العظيم، بسنت أحمد. (٢٠١٨). *دوافع استخدام مواقع التواصل الاجتماعي وتأثيراتها النفسية والاجتماعية* [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة القاهرة
- عبد الشافي، مروة وبناء، نادية، والشعراوي، مروة. (٢٠٢٠). العلاقة بين القلق الاجتماعي والأعراض الوسواسية لدى المعاقين بصرياً. *مجلة البحث العلمي في الآداب*. جامعة عين شمس، ٢١ (٦)، ٤٤٦ - ٤٧٨.
- عبد، اجباره (٢٠١٧). فاعلية برنامجين إرشاديين في خفض درجة الرهاب الاجتماعي لدى عينة من طلبة المرحلة الأساسية العليا في مدارس دورا [رسالة ماجستير غير منشورة]. جامعة الخليل.
- عبدالقادر، سلوي السيد. (٢٠٢٤) *علاقات الصداقة الإلكترونية: الحاجات الاجتماعية والمخاطر؛ دراسة أنثروبولوجية*. *مجلة كلية الآداب جامعة الإسكندرية*، ٧٤ (١٥)، ٣٦-١.
- عبد الكافي، أحمد عبد الكافي عبدالفتاح. (٢٠٢١). استخدام طلبة الجامعات للرموز التعبيرية "الايموجي" بموقع التواصل الاجتماعي فيسبوك وانعكاسه على إدراك جودة الصداقة الافتراضية. *مجلة البحوث الإعلامية*، ٤ (٥٨)، ١٨٠٩ - ١٨٦٤.
- عسيري، إبراهيم. (٢٠١٧) *القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة رجال ألمع*. *مجلة الدراسات التربوية والنفسية- جامعة الزقازيق*، (٩٦)، ٣٢١-٣٥٥.
- العقبي، الأزهر، وبركات، نوال. (٢٠١٦). نمط العلاقات الاجتماعية في ظل استخدام مواقع التواصل الاجتماعي - بين الحقيقي والافتراضي. *مجلة علوم الإنسان والمجتمع*، ١٩. عكاشة، أحمد. (١٩٩٢). *الطب النفسي المعاصر*. مكتبة الأنجلو المصرية.
- علي، فاطمة الزهراء. (٢٠٢٢). اليقظة العقلية كمتغير وسيط بين القلق الاجتماعي والاغتراب النفسي. *مجلة كلية الآداب*، (٢٠).
- العوفي، محمد مشعل. (٢٠٢١). القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلاب المرحلة الثانوية في محافظة الحناكية. *المجلة العربية للعلوم التربوية والنفسية*، ٢٣ (٥)، ٣٤٣-٣٨٢.
- عبد، محمد إبراهيم. (٢٠٠٠) *دراسة المظاهر الأساسية للقلق الاجتماعي وعلاقته بمتغيري الجنس و التخصص لدى عينة من الشباب*. *مجلة كلية التربية*، ٢٤ (٤).
- الغافري، نصراء. (٢٠١٧). الأفكار اللاعقلانية والخوف الاجتماعي لدى طلبة كليات العلوم التطبيقية بسلطنة عمان وفق متغيرات النوع الاجتماعي والتخصص الأكاديمي. *مجلة العلوم التربوية والنفسية المركز القومي للبحوث غزة*، ١ (٨)، ٧٢ - ٨٤.
- غزوان، أنس عباس. (٢٠١٨). *المشكلات الاجتماعية والنفسية للمراهقات في المدارس المتوسطة: دراسة اجتماعية ميدانية في مدينة الحلة*. *مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية - جامعة بابل*، ٣٨، ١٣٦٦ - ١٣٨٣.

- فيود، إيمان عوض. (٢٠٢٢). علاقة بين مواقع التواصل الاجتماعي والقلق لدى عينة من الشباب. مجلة تكنولوجيا التعليم والتعلم الرقمي، ٣ (٦)، ٢٧٨٥ - ٩٧٦٢.
- القرني، عبدالله أحمد. (٢٠١٦). التفاعل الاجتماعي في المجتمعات الافتراضية: دراسة مسحية على أساتذة وطلاب التعليم عن بعد بجامعة الملك عبدالعزيز. مجلة القراءة والمعرفة، (١٧٩)، ١ - ٣٢.
- قشقوش، إبراهيم. (١٩٨٠). سيكولوجية المراهقة. مكتبة الأنجلو المصرية.
- قندوسي، سعدية. (٢٠٢١). مرحلة المراهقة - نظرياتها وخصائصها. مجلة التمكين الاجتماعي، ٤ (٣)، ١٢٠ - ١٤٢.
- لعروس، زوينة. (٢٠١٤). المرأة المصابة بالقلق الاجتماعي بين العلاج التقليدي والعلاج النفسي المعاصر. عالم التربية، ١٥ (٤٦)، ٣٤١ - ٣٧٠.
- لعليجي، محمد الأمين. (٢٠١٥). علاقات الصداقة: بين الواقعي والافتراضي. مجلة علوم الإنسان والمجتمع، (١٦)، ٢٩٥ - ٣١٦.
- محمد، سحر محمد علي. (٢٠٢٠). الدور التربوي للصداقة في المجتمعات الافتراضية: دراسة ميدانية. مجلة كلية التربية، ٣٦ (٢)، ١٥٨ - ٢٢٧.
- محمود، هويدة حنفي. (٢٠١٣). مقياس القلق الاجتماعي للمراهقين والشباب. مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- المرواني، ناير سعد. (٢٠١٦). إدمان مواقع التواصل الاجتماعي لدى الطلاب والطالبات في مرحلة المراهقة. مجلة كلية الآداب - جامعة بنها، ٤٦، ١ - ٣٢.
- المغربي، يارا جمال. (٢٠٢٣). اضطراب القلق الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات وصورة الجسم لدى المراهقات. مجلة كلية الآداب - جامعو بورسعيد، ٢٦، ١٠٨ - ١٧١.
- مصطفى، أسامة فاروق. (٢٠١٤). فعالية برنامج إرشاد أسري معرفي سلوكي في خفض القلق الاجتماعي وتحسين التفاعل الاجتماعي لدى الأبناء ذوي اضطرابات طيف التوحد. مجلة كلية التربية، جامعة بنها، ٢٥ (٩٧)، ٣١ - ٩٨.
- المطيري، تركية عقيل. (٢٠٢٣). مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بمستوى التكيف الاجتماعي لدى المراهقين (دراسة ميدانية على المراهقين بالمرحلة الثانوية في المدارس الحكومية في محافظة المجمع). مجلة مستقبل العلوم الاجتماعية، ١٣ (٢)، ٩١ - ١٤٩.
- منصور، إيناس محمد سليمان. (٢٠٢١). مستوى الصداقة لدى عينة من طالبات جامعة الطائف. المجلة العلمية لكلية التربية - جامعة أسيوط، ٣٧ (٣)، ٣١٢ - ٣٣٩.
- نصار، ماريان عماد جمعه. (٢٠١٩). دراسة استكشافية للفروق بين الذكور والاناث في كل من القلق الاجتماعي وتقدير الذات. مجلة الفيوم للعلوم التربوية والنفسية، ١٣ (٣).

نعمان، هبة، يوسف، ماجي، وشوكت، عواطف. (٢٠٢٣). بعض العوامل الأسرية والاجتماعية وعلاقتها بإدمان الأنترنت لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية. مجلة بحوث العلوم التربوية، ٣، (٢)، ١٦٠ - ١٩٩.

الهريمي، غدير و الحلبيّة، فدوى. (٢٠٢٢). المرونة النفسية والقلق الاجتماعي لدى طلبة الثانوية العامة في ضواحي شرقي القدس. مجلة العلوم الإنسانية والطبيعية، ٣، (٥)، ٣٥٣-٣٧٤.

المراجع العربية مترجمة:

- Abaza, A. A. S. (2004). The scale of ambition level for adolescents and youth, instruction booklet. Anglo-Egyptian Library, Cairo.
- Abu Bakr, N. K. (2016). Perception of friendship quality and emotional sharing among high and low users of electronic communication means in a sample of female students. *Journal of Education and Psychology*, (54), 1-25.
- Belhassini, W. R. (2013). Behavioral intervention and exposure therapy (ET) in treating social anxiety. *Journal of Humanities and Social Sciences*, 5(10), 71-86.
- Al-Bashr, S. A. (2019). The effectiveness of a rational-emotive-behavioral counseling program in reducing irrational thoughts among a sample of women suffering from social anxiety. *Journal of Social Sciences*, 47(1), 11-35.
- Bchir, M. (2009). Social anxiety: Stimulating situations, prevalence rates, and gender and age differences. *Arab Journal of Psychological Sciences*, 22, 135-149.
- Bahader, S. A. (1994). *Developmental psychology* (10th ed.). Saudi Institution in Egypt.
- Bouklouf, S. (2017). The virtual society and the value system: An analysis of the impacts of new communication media. *Journal of Al-Hikma for Media and Communication Studies*, (10), 153-165.
- Tawfiq, D. A., & Ahmed, M. H. (2024). Electronic friendship and its relationship to social security: A comparative study between Generation Z and Generation Alpha. *The Scientific Journal of the Faculty of Arts - Assiut University*, 89, 667-758.
- Al-Jabri, A. A., & Al-Najih, T. S. (2013). Friendship and its relationship with levels of psychological security among a sample of adolescents. *Journal of Childhood Studies*, 16(59), 41-45.



- Hamida, R. G., Sheikh, M. A., & Ahmed, M. S. (2018). The factorial structure of the social anxiety scale among student teachers. *Journal of Fayoum University for Educational and Psychological Sciences*, 10, 183-214.
- Ridwan, S. J. (2001). Social anxiety: A field study to standardize a social anxiety scale on Syrian samples. *Journal of the Center for Educational Research*, (19), 47-77.
- Refai, N. M., Mazloom, M. A. R., & Al-Tantawi, H. S. M. (2018). Social anxiety disorder among university students in light of some variables. *Journal of the Faculty of Education*, 29(116), 234-280.
- Al-Rawad, D. M. I., & Hamdi, M. N. A. (2007). Developing Gestalt and rational-emotive counseling programs and investigating their effectiveness in reducing anxiety among university students [Unpublished doctoral dissertation]. Amman Arab University.
- Zahran, H. A. S. (1990). *Developmental psychology* (5th ed.). Alam Al-Kutub.
- Sukran, M. A. (2010). Using rational-emotive therapy in individual service to reduce the intensity of social anxiety among hearing-impaired children. *The 23rd International Conference on Social Work - The Impact of the Global Financial Crisis on Social Welfare Policies*, Vol 4, Cairo: Faculty of Social Work, Helwan University, 1738-1789.
- Salem, R., Abu Zeid, A., & Ezz El-Din, I. (2019). Adolescence, social interaction, and the school environment. *Journal of Environmental Studies and Research*, 9(1), 20-28.
- Al-Swailqa, R., & Al-Hosani, M. (2018). Social phobia: From social theorizing to treatment methods, a clinical sociological study. *Journal of the University of Sharjah for Humanities and Social Sciences*, 216, 112-138.
- Al-Sayed, M. S., & Abdel-Fattah, W. H. (2023). Social anxiety scale for individuals with and without disabilities. *Arab Journal of Educational and Psychological Sciences*, 7(34), 567-594.
- Sharab, A. A. (2018). Social anxiety among a sample of secondary school students in light of some variables. *Journal of Behavior*, 60(6), 61-78.

- Shamma, Y. (2015). Social anxiety and its relationship with self-esteem. *Journal of Al-Baath University*, 37(6), 139-165.
- Al-Shahri, R. M. (2020). The impact of social media use on social relationships: A field study on a sample of female students from Al-Kharj College. *Journal of the Sociologists Association in Sharjah*, 37(148), 197-248.
- Saghir, A. M. (2022). Social media use as a predictor of identity crisis and social isolation among secondary school students in light of some variables. *Journal of the Faculty of Education - Al-Azhar University*, 195(4), 430-471.
- Sawalha, A. A., & Jalad, D. G. (2019). Internet addiction and its relationship with social anxiety among students at Amman Al-Ahliyya University. *Studies in Humanities and Social Sciences*, 46(2), 313-333.
- Al-Dabaa, M. A. (2015). Virtual relationships among youth in Saudi society: A study on characteristics and determinants. *Journal of Humanities and Social Sciences*, 37, 12-70.
- Abdel Razek, O. H. (2020). Social media addiction and its relationship with feelings of loneliness and social anxiety traits among university students. *International Journal of Humanities and Social Sciences*, 14, 210-241. <https://doi.org/10.33193/IJoHSS.14.2020.114>
- Abdel Azim, B. A. (2018). Motivations for using social media and their psychological and social effects [Unpublished master's thesis]. Cairo University.
- Abdel Shafi, M., Bana, N., & Al-Sharawi, M. (2020). The relationship between social anxiety and obsessive symptoms among the visually impaired. *Journal of Scientific Research in Literature*, Ain Shams University, 21(6), 446-478.
- Abdel, I. (2017). The effectiveness of two counseling programs in reducing social phobia among upper basic students in Dura schools [Unpublished master's thesis]. Hebron University.
- Abdelkader, S. S. (2024). Electronic friendships: Social needs and risks; An anthropological study. *Journal of the Faculty of Arts, Alexandria University*, 74(115), 1-36.
- Abdelkafi, A. A. A. (2021). The use of emojis on Facebook by university students and its impact on their perception of virtual friendship quality. *Journal of Media Research*, 4(58), 1809-1864.
- Asiri, I. (2017). Social anxiety and its relationship with irrational thoughts in light of some demographic variables among



-
- high school students in Rijal Almaa. *Journal of Educational and Psychological Studies, Zagazig University*, (96), 321-355.
- Al-Aqbi, A., & Barakat, N. (2016). The pattern of social relationships in light of social media use – between real and virtual. *Journal of Humanities and Society Sciences*, 19.
- Okasha, A. (1992). *Contemporary psychiatry*. Anglo-Egyptian Library.
- Ali, F. Z. (2022). Mindfulness as a mediating variable between social anxiety and psychological alienation. *Journal of the Faculty of Arts*, (20).
- Al-Oufi, M. M. (2021). Social anxiety and its relationship with irrational thoughts among high school students in Hanakiyah Province. *Arab Journal of Educational and Psychological Sciences*, 23(5), 343-382.
- Eid, M. I. (2000). A study of the main aspects of social anxiety and its relationship with gender and specialization among a sample of youth. *Journal of the Faculty of Education*, 24(4).
- Al-Ghafri, N. (2017). Irrational thoughts and social fear among students of applied sciences colleges in Oman according to gender and academic specialization variables. *Journal of Educational and Psychological Sciences, National Center for Research Gaza*, 1(8), 72-84.
- Ghazwan, A. A. (2018). The social and psychological problems of adolescent girls in middle schools: A field social study in the city of Hilla. *Journal of the Faculty of Basic Education for Educational and Human Sciences, University of Babylon*, 38, 1366-1383.
- Fayoud, I. A. (2022). The relationship between social media and anxiety among a sample of youth. *Journal of Educational Technology and Digital Learning*, 3(6), 2785-9762.
- Al-Qarni, A. A. (2016). Social interaction in virtual communities: A survey study on distance education professors and students at King Abdulaziz University. *Journal of Reading and Knowledge*, (179), 1-32.
- Qashqush, I. (1980). *Adolescent psychology*. Anglo-Egyptian Library.
- Qandoussi, S. (2021). Adolescence – Theories and characteristics. *Journal of Social Empowerment*, 4(3), 120-142.

- Larous, Z. (2014). Women with social anxiety between traditional treatment and contemporary psychotherapy. *World of Education*, 15(46), 341-370.
- Laaligui, M. A. (2015). Friendship relationships: Between the real and the virtual. *Journal of Humanities and Society Sciences*, (16), 295-316.
- Mohamed, S. M. A. (2020). The educational role of friendship in virtual communities: A field study. *Journal of the Faculty of Education*, 36(2), 158-227.
- Mahmoud, H. H. (2013). *Social anxiety scale for adolescents and youth*. Anglo-Egyptian Library, Cairo.
- Al-Marwani, N. S. (2016). Social media addiction among male and female students in adolescence. *Journal of the Faculty of Arts, Benha University*, 46, 1-32.
- Al-Maghrebi, Y. J. (2023). Social anxiety disorder and its relationship with self-esteem and body image among adolescent girls. *Journal of the Faculty of Arts, Port Said University*, 26, 108-171.
- Mustafa, O. F. (2014). The effectiveness of a cognitive-behavioral family counseling program in reducing social anxiety and improving social interaction among children with autism spectrum disorders. *Journal of the Faculty of Education, Benha University*, 25(97), January, 31-98.
- Al-Mutairi, T. A. (2023). Social media and its relationship with the level of social adjustment among adolescents (A field study on high school students in government schools in Al-Majma'ah Governorate). *Journal of the Future of Social Sciences*, 13(2), 91-149.
- Mansour, E. M. S. (2021). The level of friendship among a sample of female students at Taif University. *The Scientific Journal of the Faculty of Education, Assiut University*, 37(3), 312-339.
- Nassar, M. I. J. (2019). An exploratory study of the differences between males and females in social anxiety and self-esteem. *Journal of Fayoum University for Educational and Psychological Sciences*, 13(3).
- Nouman, H., Youssef, M., & Shawkat, A. (2023). Some family and social factors and their relationship with internet addiction among a sample of secondary school students. *Journal of Educational Sciences Research*, 3(2), 160-199.



Al-Harimi, G., & Al-Halabiya, F. (2022). Psychological resilience and social anxiety among high school students in the suburbs of East Jerusalem. *Journal of Humanities and Natural Sciences*, 3(5), 353-374.

المراجع الأجنبية:

- Alomari N A, Bedaiwi S K, Ghasib A M, Kabbarah, A J, Alnefaie, S A, Hariri, N , Altammar, M , Fadhel, A M, and Altowaiqi, F M. (2022). Social Anxiety Disorder: Associated Conditions and Therapeutic Approaches. *Cureus* ,14(12): e32687. DOI 10.7759/cureus.32687
- American Psychiatric Association (2013). Diagnostic and statistical manual of mental disorders (DSM-5). Washington, DC: American Psychiatric Pub.
- Baltaci, Ö. (2019). The Predictive Relationships between the Social Media Addiction and Social Anxiety, Loneliness, and Happiness. *International Journal of Progressive Education*, 15(4), 73-82.
- Brennan, S. (2019). Social anxiety: prevalence and processes (Doctoral dissertation, City, University of London).
- Buhrmester, D., Furman, W.D. (1986). The Changing Functions of Friends in Childhood: A Neo-Sullivanian Perspective. In: Derlega, V.J., Winstead, B.A. (eds) *Friendship and Social Interaction*. Springer Series in Social Psychology. Springer, New York, NY. https://doi.org/10.1007/978-1-4612-4880-4_3.
- Çevik, G.,and Yıldız, M. (2017). The Roles of Perceived Social Support, Coping, and Loneliness in Predicting Internet Addiction in Adolescents. *Journal of Education and Practice*, 8 (12), 64- 73.
- Chesney, Thomasm. (2014). Determinants of Friendship in Social Networking Virtual Worlds. *Communications of the Association for Information Systems* 34(1):1397-1416.
- Cleary, M., Lees, D., & Sayers, J. (2018). Friendship and Mental Health. *Issues in Mental Health Nursing*, 39(3), 279-281.

- Demir, M., & Özdemir, M. (2010). Friendship, Need Satisfaction and Happiness. *Journal of Happiness Studies*, 11, 243-259.
- Encyclopedia, Friendship. (2018).
<https://www.encyclopedia.com/medicine/psychology/psychology-and- psychiatry/friendship>.
- Field, A. (2009). *Discovering Statistics Using SPSS (3rd Ed)*. SAGE.
- Griggs, A., Rickel, E., Lazzara, E., & Frederick, C. (2021). Add Me as a Friend: Face to Face vs. Online Friendships and Implications for Happiness. *Academia Letters*, Article (3565). <https://doi.org/10.20935/AL3565>
- Helmi, Avin Fadilla, Husna, Aftina Nurul, and Widhiarso, Wahyu. (2017). the Development of Online Friendship Scale, *International Journal of Cyber Behavior, Psychology and Learning*, Volume 7. Issue. DOI: 10.4018/ IJCBPL.
- Huang, S. A., Ledgerwood, A., & Eastwick, P. W. (2020). How do ideal friend preferences and interaction context affect friendship formation? Evidence for a domain-general relationship initiation process. *Social Psychological & Personality Science*, 11(2), 226-235.
- Hughes, D. L. (2017). Relationship between Social Media Use and Social Anxiety among Emerging Adults, Retrieved from: <https://core.ac.uk/download/pdf/58826971.pdf>
- Kennair, L.E.O., and Kleppestø, T.H. (2018). Social Anxiety. In: Shackelford, T., Weekes-Shackelford, V. (eds) *Encyclopedia of Evolutionary Psychological Science*. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3-319-16999-6_694-1.
- Krol, P. C., Venemans, A., & Kraaij, V. (2015). The role of social anxiety in adolescents social media use. *J Psychiatry*, 25, 33-40.
- Liu, H. (2023). Social Anxiety Disorder: Individual Differences and Treatment. *Journal of Education, Humanities and Social Sciences*, 22, 202 – 206.
- McKenna, K. Y. A., & Bargh, J. A. (2000). Plan 9 from cyberspace: The implications of the Internet for personality and social psychology. *Personality and Social Psychology Review*, 4(1), 57–75.



- Morgan C, Cotten SR. (2003). The relationship between internet activities and depressive symptoms in a sample of college freshmen. *Cyberpsychol Behav.* 6(2):133-42.
- Mozafari.S, Mohamad A, Sepahvandi, and Firoozeh G. (2018). Study of the relationship between Internet addiction with social Anxiety and Loneliness among high school students in Yasuj. *Journal of Advanced Pharmacy Education and Research*, 8(2), 142-148.
- Norton, A., & Abbott, M. (2016). Self-focused cognition in social anxiety: A review of the theoretical and empirical literature. *Journal of Behavior Change*, 33 (1), 44-64.
- Pouwels JL, Valkenburg PM, Beyens I et al. (2021) Social media use and friendship closeness in adolescents' daily lives: an experience sampling study. *Dev Psychol* , 57, 309-323.
- Sarah, P. (2017). *The Association of High Social Anxiety and Perceived Responsiveness with Self-Disclosure*. [Master Of Arts] University of Manitoba Winnipeg, Manitoba.
- Schneier, F., & Goldmark, J. (2015). Social anxiety disorder. In D. J. Stein & B. Vythilingum (Eds.), *Anxiety disorders and gender* (pp. 49–67). Springer International Publishing/Springer Nature. https://doi.org/10.1007/978-3-319-13060-6_3
- Selfhout, M.; Branje, S.; Delsing, M.; ter Bogt, T Meeus, W. (2009). Different types of internet use, depression, and social anxiety: The role of perceived friendship quality. *Journal of Adolescence*. 32(4), 819-833
- Shabahang, R., Aruguete, M. S., Shim, H., & Mokhtari Chirani, B. (2022). Preference of online friends over face-to-face friends: Effect of interpersonal fears on online relationship building preference. *Interpersona: An International Journal on Personal Relationships*, 16(1), 120–135.
- Smahel D, Brown BB, Blinka L.(2012). Associations between online friendship and Internet addiction among adolescents and emerging adults. *Dev Psychol*, 48(2), 381-408.

-
- Traş, Z. (2019). Internet addiction and loneliness as predictors of internet gaming disorder in adolescents. *Educational Research and Reviews*, 14(13), 465-473.
- Valkenburg, P. M., & Peter, J. (2007). Preadolescents' and adolescents' online communication and their closeness to friends. *Developmental Psychology*, 43(2), 267–277.
- Walther, J. B., Van Der Heide, B., Ramirez, A., Jr., Burgoon, J. K., & Peña, J. (2015). Interpersonal and hyperpersonal dimensions of computer-mediated communication. In S. S. Sundar (Ed.), *The handbook of the psychology of communication technology* (pp. 3-22)
- Zheng, X., Zhang, T.; Yuan, Q. (2012). Self-esteem and internet altruistic behavior: Media ting role of empathy. *Chinese Journal of Clinical Psychology*, 20(4), 550-551.