الإسهام النسبي للمهارات الاجتماعية فى التنبؤ بصورة الذات لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية

د/أميمة عبد العزيز محمد سالم

مدرس بقسم الصحة النفسية

كلية التربية ، جامعة بنها

الإسهام النسبي للمهارات الاجتماعية فى التنبؤ بصورة الذات لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية

د/أميمة عبد العزيز محمد سالم

مـــدرس بقســـم الصحـة النفسيـــة

كليـــة التربيـــة – جامعـة بنهـــا

المستخلـص

استهدف هذا البحث دراسة الإسهام النسبي للمهارات الاجتماعية، فى التنبؤ بصورة الذات (الأبعاد /الدرجة الكلية) لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية ، وتكونت عينة الدراسة النهائية من (٩٩) طالبا جامعيا بالفرقتين الأولى والثانية من المرحلة الجامعيـــة، تتراوح أعمارهم ما بين (١٩-٢٠ سنة) بمتوسط عمرى ١٩.٥ ، حيث قامت الباحثـــة عنـــد اختيارها لعينة الدراسة باختيار العينة بناء على الإرباعى الأعلى لعينة قوامها (٤١٨) طالبـــا ، طبق عليهم مقياس اضطراب الشخصية التجنبيـــة (إعـــداد الباحثـــة) ، ومقيـــاس المهـــارات الاجتماعية إعداد /السيد إبراهيم السمادونى ٢٠١٠ ، واستبانة أوفر لصورة الذات للمـــراهقين لـــ / عبد الرقيب البحيرى ومصطفى عبد المحسن الحديبى ٢٠١٥ ، وأشارت نتائج البحـــث إلى دلالة إسهام المهارات الاجتماعية فى التنبؤ بصورة الذات (الأبعاد /الدرجـــة الكليـــة) وإن اختلفت المهارات ذات الإسهام الدال إحصائيا باختلاف أبعاد صورة الذات والدرجة الكلية .

الكلمات المفتاحيـــة : المهارات الاجتماعية – صورة الذات – اضطراب الشخصية التجنبية – المراهقون.

Abstract

This research aimed to study the relative contribution of social skills to self-image prediction (dimensions / total score) among adolescents with disturbed personality avoidance, and the final study sample consisted of (99) university students in the first and second divisions of the undergraduate level, ranging in age from (19-20) Years) with an average age of 19.5, when the researcher selected the sample based on the highest quartile for a sample of 418 students, on whom the avoidance personality disorder scale (researcher preparation) was applied, and the social skills scale prepared by Mr. Ibrahim Al Samaduni 2010, and a larger questionnaire for a picture The self for adolescents by / Abdul Raqeeb Al-Buhairy and Mustafa Abdel Mohsen Al-Hudaibi 2015, and the results of the research indicated the significance of the contribution of social skills to self-image prediction (dimensions / total score), even if the skills with a statistically significant contribution differed according to the different dimensions of the self-image and the overall degree**.**

Key words: social skills, self-image, avoidance personality disorder, adolescents

مقدمـــة البحـــث

يشبه البعض حياة المراهق بحلم طويل فى ليل مظلم، حيث يشعر المراهــق بالضــياع لفترة تنتهى بأن يجد نفسه ويعرف طريقه، عندما يصل إلى مرحلة النضج، ويرى البعض أن المراهق يجرب كل إمكاناته وقدراته، ولكن دون تخطيط محكم؛ فمثله كمثل عازف البيــانو، ولكن مع التدريب أو النضج يبدأ فى اختيار النغمة الصــحيحة حتــى يصــل إلــى إتقــان العزف. (**حامد زهران ،٢٠٠٥، ٣٤٠**)

إن مرحلة المراهقة مرحلة حرجة فى تكوين الهوية ، حيث تتكون الهوية من خــلال توسيع العلاقات مع الأقران جزئيا ، ويهتم المراهقون كثيرا بمظهرهم الجسدي وســلوكياتهم الاجتماعية؛ بحيث يسعون لتقبل الجماعة، فجماعة الأقران لها تأثير كبير علــى ســلوكياتهم بطرق إيجابية وسلبية ، لذلك تعتبر هذه المرحلة مهمة؛ ففيها تقوى صورة ذواتهــم وتبنــى هويتهم بمرور الوقت، ويمكن أن يكون للعلاقات بــالأقران تــأثير أقــل مــع التقــدم فــى العمر. (**Peng, 2012,14**)

ويجد الفرد نفسه فى مرحلة المراهقة أمام احتمالين، إما أن يصل إلى تحقيق ذاته بشكل مقبول ومحدد ، أو أنه بدلا من ذلك يواجه وضعا طابعه تشعب الذات وتفككها ، كما أن الفرد فى المفاضلة بين الأدوار المتاحة له يختار ما يراه مناسبا لأمور حياته ، وفى حالات أخرى فإنه يفشل فى التكيف مع التغيرات الفسيولوجية التى تطرأ على جسمه ، وكذلك فى مواجهة المتطلبات الاجتماعية الجديدة التى تفرضها هذه المرحلة عليه من أجل تحقيق ذاته .

وتظهر أهمية انفتاح المراهق على الخبرات فى قدرته على تحقيق مفهوم إيجابي للذات، ويتحقق ذلك من خلال وضعه معايير خاصة لتقييم سلوكه، مستندا إلى (قيمــه وحاجاتــه ، ومطامحه ودوافعه ، وإلى ذكرياته المتميزة واتزانه الانفعالي) ، فمرحلة المراهقة تحدث فيها تغيرات مهمة فى مفهوم الذات ، والمراهقون يستخدمون فى وصفهم لذواتهم عبارات فيهــا توجه نحو المستقبل وصفات سيكولوجية وشخصية ذات طبيعة مجردة ، كما أن المــراهقين فى سن (١٥-٢٠) سنة أكثر استخداما لسماتهم الشخصية، ووكذلك أكثر تحدثًا عن معتقداتهم وقيمهم وأهمية القواعد الاجتماعية بالنسبة لهم . (**سعاد جبر سعيد** ، ٢٠٠٨، ١٦١)

قد يتعرض المراهقون لأي من اضطرابات الشخصية، حيث تنقسم هذه الاضطرابات إلى: "**المجموعة A** "الشاذة أو غريبة الأطوار/ مبتعدة عن المركز(وتشمل البارانويا والفصامية) وتظهر على هذه الفئة أعراض الكف الجنسى والعزلة والانسحاب الاجتماعي والشك فى الآخرين ، كما تقوم بالانغماس فى التفكير السحري أو الخيالي المتمركز حول الذات،"**والمجموعة B**"الدرامية والانفعالية والمتقلبة والعصبية (وتشمل هذه الفئة اضطرابات الشخصية البينية والنرجسية والهستيرية والمضادة للمجتمع)، وهي تتصف بالتشوه المعرفي بدرجات متباينة وعدم الاستقرار الانفعالي والاندفاعية أو العدوانية،"**والمجموعة C**" اضطرابات الشخصية القلقة الخائفة (وتشمل الشخصية التجنبية والاعتمادية والعدوان السلبي والوسواسية القهرية) حيث تتصف هذه المجموعة بالقلق عند قيامها بأعمال معينة، وترتبط المجموعات الثلاثة بالتوتر المزمن المتكرر والرضا الضعيف عن العلاقات. **(Cummings et al., 2013, 1370) & (بيتروستيفن ترجمة لطفى فطيم وعادل دمرداش،١٩٩٨، ٢٢-٢٥٠)**

أما عن خصائص المجموعة الثالثة(C) "القلقة- الخائفة": "فإن المصابين بهذا النوع من اضطرابات الشخصية يستخدمون ميكانزمات العزل، العدوان السلبي ، توهم المرض ، حيث يحدث العزل عندما ينفصل الشعور أو الفكرة غير المقبولة عن الانفعال المرتبط بها ، ويحدث العدوان السلبي عندما تكون المقاومة غير مباشرة تتحول ضد الذات". **(روح الفؤاد محمد ،٢٠٠٦، ٤٦)**

ويصنف اضطراب الشخصية التجنبية وفقا لـــ DSM ضمن المجموعة (C) القلقة – الخائفة .

ويُعد اضطراب الشخصية التجنبية أحد أكثر اضطراب الشخصية انتشارا فى كل من البيئات الكلينيكية والعامة ولاضطراب الشخصية التجنبية أهمية كلينيكية من حيث الإعاقة الوظيفية المرتبطة به واستمراره، وتأثيره على تطور الأعراض، وكان ميلون**١٩٦٩** ، **Millon**أول من استخدم مصطلح اضطراب الشخصية التجنبية كتعبير وصفي للأفراد الذين يتميزون بكرههم النشط وليس السلبي للعلاقات الاجتماعية، حيث يميل الأشخاص التجنبيون إلى الاستبطان أو التأمل الباطني والوعي الذاتي، وغالباً ما يرون أنهم مختلفون عن الآخرين ،وعادة ما يكونون غير متأكدين من هويتهم وقيمة ذواتهم، ويرون أنهم أدنى اجتماعيًا من

الآخرين ،كما أن الانسحاب الدفاعى يمنع ذوي اضطراب الشخصية التجنبية من تحقيق أهداف القرب أو الحميمية من الآخرين ، ويظهر انخفاض تقدير الذات المزمن نتيجة لذلك، مما يسهم فى زيادة المشكلات الاجتماعية. **(Lynum; Wilberg and Karterud, 2008, 470)**

إن السمة الرئيسية لاضطراب الشخصية التجنبية هى الرغبة الشديدة فى الاندماج البينشخصي بالإضافة الى الشعور بعدم الكفاءة الشخصية ،المتزامن مع الخوف الدائم من الاتصال الاجتماعي مما يؤدى إلى التجنب الاجتماعي الشامل والعزلة والانسحاب ، وبسبب الحساسية المفرطة تجاه الرفض يميل ذوو هذا الاضطراب إلى تجنب المواجهات بينشخصية التى يمكن أن تؤدى الى العجز أو الاختلال الاجتماعي والمهني، وبالمقارنة باضطرابات الشخصية الأخرى يعتبر هذا الاضطراب منتشراً نسبياً فى العينات الكلينيكية وغير الكلينيكية، حيث ينتشر هذا الاضطراب بين مرضى اضطرابات القلق ، وتظهر سمات ذوي الشخصية الفصامية المنعزلين والمنسحبين اجتماعياً، فى فقدانهم القدرة أو الرغبة فى الاندماج، حيث إنهم يرضون بالعزلة الاجتماعية، بل يفضلونها ولا يرغبون فى العلاقات الاجتماعية، أما ذوو اضطراب الشخصية التجنبية فلديهم رغبة فى إقامة العلاقات الاجتماعية مع الآخرين، إلا أن ميلهم الشديد للوم الذات والخوف من الرفض والإذلال فى المواقف الاجتماعية يؤدى إلى تجنب الاتصال بين الشخصي. **(Meyer and Carver, 2000,233)** & **(Meyer, 2002,174)**

أي أن ذوي اضطراب الشخصية التجنبية لديهم رغبة فى الاندماج اجتماعيا مع الآخرين ، ولكن هذا مرهون بشروط معينة منها عدم النقد وبالاخص اللاذع ، أما ذوو الشخصية الفصامية فإنهم لا يسعون إلى ذلك التفاعل الاجتماعي ويفضلون العزلة .

ويقدم ميلون **Millon** وصفاً لتشخيص ذوي اضطراب الشخصية التجنبية في:" أنـــه نتيجة للقلق وعدم التشجيع والتقليل من الشأن والاستخفاف فى الطفولة ،يكون لدى مضطربي الشخصية التجنبية عدم ثقة عميقة فى الآخرين، وصورة مشوهة ومتضائلة بشكل ملحوظ عن قيمة الذات، كما أنهم يتوقعون الحط من قدرهم وإهانتهم فى أي موقف يتواجدون بـــه ،ممـــا يؤدي إلى كونهم حذرين ومتيقظين ضد التعرض للسخرية والاحتقار(المتخيلة على الأغلـــب) الذي يتوقعونه من الآخرين، وأثناء بحثهم بداخلهم عن السلوى لا يجدونها؛ لأنهم لا يجدون ما

يُعجب الآخرين، كما أن الشخص التجنبي تعلم من تجربته المريرة أن العالم سيء وبارد ومُذل، وأنه يتمتع بمهارات ومواهب شخصية ضعيفة. **(Baker, 2003, 6-7)**

فالأفراد ذوو اضطراب الشخصية التجنبية يظهرون نمطا شاملا من الكبت الاجتماعي، والشعور بعدم الكفاءة والحساسية المفرطة للتقييم السلبي بشكل شديد بحيث يعتبر اضطراباً ، وقد قام **Millon ,١٩٦٩** بوصف السمة الرئيسية لذوي اضطراب الشخصية التجنبية بالإحجام الدفاعي عن التفاعل الاجتماعي بالرغم من الرغبة الشديدة فى الإقدام أو الاقتراب ، حيث وصفهم بأنهم مجموعة من الأفراد مفرطي الحساسية والانتباه لبيئتهم، ومع ذلك فهم منعزلون لأنهم يثقون فى الآخرين أكثر وفى أنفسهم بشكل محدود ، وفى صياغته المبكرة ذكر أن هذه الأنماط متعمقة فى الشخصية ومن الصعب تغييرها. **(Rettew, 2000, 283)**

ويميل الأفراد ذوو اضطراب الشخصية التجنبية إلى الإفراط فى تنظيم الحالات الوجدانية مع التأمل الذاتي المحدود والمخططات بين الشخصية الضيقة أو المقتضبة ، ويعانون من صعوبات فى تسمية المشاعر ووصفها للآخرين واستخدام الانفعالات كمصدر ثابت للمعلومات، ويمكن أن يواجهوا صعوبات فى فهم العلاقات السببية بين الأفكار والانفعالات والأفعال ، ويعتمدون غالبا على المعايير العامة لإدراك الحياة الاجتماعية ، ويتوقعون أن الآخرين سيرفضونهم ويتجاهلونهم وينتقدونهم بقسوة ، وبشكل عام فإن صورة ذواتهم هى صورة أشخاص غير جديرين بالحب ومنعزلين ومبتعدين ومختلفين وغرباء وغير قادرين على الارتباط ، لذلك فإن الخبرة الذاتية تملؤها مشاعر الخجل والإحراج والخوف من الحكم والإذلال ، كما انهم يشعرون بالوحدة ، ولكنهم فى نفس الوقت يبحثون عن العزلة لحماية أنفسهم من الانتقاد والرفض ، يرون أن الآخر مستبد أو طاغية ، ولأنهم لا يستطيعون التصرف بتوكيدية فإنهم يتذبذبون بين الخضوع والإذعان وبين التمرد والحاجة الشديدة للحرية ، ويخافون من أن يؤدي غضبهم إلى إيذاء الآخر، أو أن يتم الهجوم عليهم بطرق تدمر الآخر، وبالتالى يكبتون غضبهم، ولكنهم ينفجرون أحيانا بشكل يهدد أي علاقة حميمية قائمة. **(Dimaggio, et al., 2015, 158)**

ويشير اضطراب الشخصية إلى أنماط الأفكار والمشاعر والسلوكيات غير التكيفية طويلة المدى، والتى تسبب مشكلات خطيرة فى العلاقات بين الشخصية ، كما تؤثر

اضطرابات الشخصية فى(الإدراك- الحالة الوجدانية "الشعور"-الأداء بين الشخصي-التحكم فى الدوافع)، حيث يعرف الإدراك "بأنه طرق إدراك الذات وتفسيرها وكذلك إدراك الآخرين والأحداث" وهكذا فإن الإدراك وفهم الذات يعد جانب رئيسيا فى مفهوم الاضطرابات الشخصية ، ووجد أن ثلاثة من الاضطرابات الشخصية، هي:(الشخصية الحدية-التجنبية-النرجسية) تشير إلى الذات أو الهوية فى المعايير التشخيصية ،كما أن فهم كيفية إدراك الأشخاص لذواتهم وتفسيرها وتقييمها، يمكن أن يسهم بمعلومات إضافية مهمة عن سمات اضطرابات الشخصية. **(Lynum; Wilberg, and Karterud, 2008, 469)**

أولا : مشكلة البحث

إنه من السهل الاستجابة لمؤثر يهدد الإنسان بالهروب أو التجنب ، وتتبع الشخصية المتجنبة هذا النمط طيلة حياتها، فتبدو متجنبة ولا تكترث بالعلاقات الاجتماعية فى الوقت الذى تتصف فيه داخليا بالثراء الانفعالي ، حيث يشعر المتجنب بالقلق والرهاب فى المواقف الاجتماعية، وتزدهر هذه الشخصية فى ظل العلاقات الاجتماعية المبنية على الثقة، ولكنها تتوجس من العلاقات الجديدة. (**بيتر وستيفن ترجمة لطفى فطيم وعادل دمرداش ،١٩٩٨ ، ٢٥٠)**

ويعد اضطراب الشخصية التجنبية هو الأكثر انتشاراً، ويقدر متوسط الانتشار بـ ١,٧% بين عينات المجتمع و بـ ١٤,٧% كاضطراب مصاحب بين المرضى النفسيين، وبالرغم من ذلك لم يتم دراسة هذا الاضطراب بشكل واسع . **(Weinbrecht et al , 2016, 18)**

كما يرتبط اضطراب الشخصية التجنبة بالخلل الوظيفى الشديد أو الكرب أو الضيق الذاتي، بالمقارنة باضطرابات الشخصية الأخرى ، حيث يرتبط هذا الاضطراب بمشكلات فى عدة مجالات منها (انخفاض المستوى التعليمى،والعزلة الاجتماعية ،وانخفاض مستويات المساندة الاجتماعية ، وانخفاض جودة الحياة ، وارتفاع مستويات المشكلات بين الشخصية، والأعراض النفسية). **(Wilberg; Karterud; Pedersen and Urnes, 2009, 934-393)**

وتمثل المراهقة عمر الانفصال، عندما يبدأ المراهق فى إقامة علاقات اجتماعية وثيقة خارج وحدة الأسرة ، ويستمر نمو المهارات الاجتماعية فى هذا الوقت حيث يتعلم الشباب من خلال النمذجة والتعزيز والمحاولة والخطأ داخل جماعات الأقران، ويتم استشكاف

الأدوار وصورة الذات فى بيئة آمنة نسبيا،كما أن المراهقين عندما يطورون مهاراتهم الاجتماعية يساعدهم ذلك فى النجاح فى المواقف والعلاقات مع الراشدين، أما المراهقون الذين يفشلون فى تطوير مهارات اجتماعية سوية ، فيواجهون صعوبة فى علاقاتهم مع الراشدين وفى التفاعل الاجتماعي العام. **(Matin, 2008, 15-21)**

ويرتبط انخفاض المهارات الاجتماعية بذوى اضطرابات الشخصية، وبالأخص ذوي اضطراب الشخصية التجنبية حيث إن الشخص الذى يعاني من اضطراب الشخصية التجنبية، يسعى لتحقيق هدف الاستقلال المالى وتوسيع شبكته الاجتماعية، وذلك من خلال شبكات التواصل الاجتماعي ، وذلك يتم بمجرد إحساسه بالراحة أثناء المشاركة فى شبكات التواصل الاجتماعي. **(Hofmann, 2007, 349)**

أما عند عدم إحساسه بالراحة بأنه يفضل العزلة والانطواء . وهذا ما أوضحته دراسة **(روح الفؤاد محمد ،٢٠٠٦،٥٠)** حيث أكدت أن الزوجة التى تعاني من اضطراب الشخصية التجنبية، تميل دائما إلى العزلة والانطواء ، وتعانى من نقص المهارات الاجتماعية وعجز التواصل مع الآخرين مما يؤدى إلى البعد عن الآخرين ، كما أن مضطربي الشخصية التجنبية يتسمون بالخجل والصراع بالنسبة للعلاقات الشخصية المتبادلة، حيث يرغب الشخص فى عمل تلك العلاقات ويحجم عنها فى نفس الوقت .

فالشخص التجنبي يعانى أشد المعاناة من القلق وعدم الرضا عن النفس، بسبب خوفه من إقامة العلاقات الاجتماعية مع أنه يتمنى ذلك ، ولكن خوفه من الإحراج ومن سخرية الآخرين منه أو تقييمهم السلبي لتصرفاته يعوقه تماما، ويشعر هذا الشخص بالقلق الدائم ، وليس لديه استعداد لكسب صداقة أحد ما لم يكن متأكدا من أنه سيكون محبوبا لديه ، كما أنه يتجنب المناسبات الاجتماعية. **(عبدالمحسن مسعد إسماعيل ،٢٠١٢، ١٤)**

ويرى ذوو اضطراب الشخصية التجنبية أنفسهم غير أكْفاء، ويخافون من رفض الآخرين ، ويرغبون فى أن يحبهم الآخرون وأن يتصلوا بهم ، ولكن أحداث الحياة جعلتهم يعتقدون أنه لا يمكن الوثوق بالآخرين وأنهم سيرفضونهم، وبالتالى يستخدمون الخيال للتحرك عبر الحياة ،وغالباً لا يقيمون أية علاقات مستقرة ومتبادلة. **(Fink, 2008)**

ويعتقد أن ذوي اضطراب الشخصية التجنبية يشعرون بخبرات ارتباطية مبدئية جيدة، تعزز الرغبة في الاتصال بالمقربين والإخلاص القوي لهم، ولكن الانتقاد القاسي والرفض اللاحق لذلك، يجعلهم يستوعبون رؤيتهم لذاتهم على أنها غير لائقة أو مناسبة، وأن الآخرين هم مصدر للرفض والانتقاد والشعور بالدونية ، ونتيجة للطبع أو المزاج مرتفع الحساسية يفضل المريض الانسحاب ويتحاشى القرب أو يختار الخضوع للآخرين و/ أو كبت مشاعره . **(Pos, 2014, 128)**

إن الشخص التجنبي بالرغم من احتياجه إلى العلاقات، فإنه يبتعد عنها تجنبا لإمكانية تعرضه للنقد اللاذع من الآخرين ، وهذا لا يعني أنه يبتعد عن كل المواقف الاجتماعية، ولكنه يستمر فقط فى المواقف التى يكون فيها تقبل من الآخرين ، معنى ذلك أن هذا الشخص قد يكون لديه بعض المهارات الاجتماعية، وليس فاقدا لها كليا في احتكاكه وتفاعله مع الآخرين ، وهذا يتوقف على مدى رؤيته لذاته فى محيطها الاجتماعي.

وهنا تشير نتائج دراسة كل من Vasile etal,2013 و Vasile etal,2014 و Chambless etal,2008 و Simon ,2009 إلى أن هناك علاقة بين المهارات الاجتماعية وصورة الذات لدى مضطربي الشخصية التجنبية ، حيث أكدوا أن ذوي هذا الاضطراب يعانون من قصور فى المهارات الاجتماعية، مما دعاهم إلى تدريب هؤلاء الأفراد على المهارات الاجتماعية ، باعتبار أن التدريب على المهارات الاجتماعية له أثر إيجابي على إدراكات صورة الذات، بحيث يقلل ذلك من عدم الراحة الناتجة من الشعور بعدم الكفاءة فى علاقات ذوي هذا الاضطراب مع الآخرين.

ولقد دعا ذلك **الباحثة** إلى القيام بهذه الدراسة، لتعرف هل هذا الشخص التجنبى يعاني من انخفاض فى كل مكونات المهارات الاجتماعية أم أن هناك بعض مكونات المهارات تكون منخفضة لديه وبعضها قوى ، وكذلك تعرف مدى قدرة الفرد ذي اضطراب الشخصية التجنبية على استخدام مهاراته الاجتماعية فى تعامله مع الآخرين فى ضوء إدراكات صورة الذات لديه، وتتحدد مشكلة الدراسة فى الإجابة عن السؤال الآتي:

هل تسهم المهارات الاجتماعية (التعبير الانفعالي، الحساسية الانفعالية، الضبط الانفعالي، التعبير الاجتماعي ،الحساسية الاجتماعية ، الضبط الاجتماعي ،المراوغة الاجتماعية) "قيد البحث" فى التنبؤ بصورة الذات (الأبعاد/الدرجة الكلية) لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية.

ثانياً : هدف البحث

الكشف عن الإسهام النسبي للمهارات الاجتماعية فى التنبؤ بصورة الذات(الأبعاد/الدرجة الكلية) لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية.

ثالثا : أهمية البحث

تكمن أهمية البحث في أنه يتناول اضطراب الشخصية التجنبية، نظرا لقلة الدراسات العربية –فى حدود علم الباحثة– التى تناولته، وكان ذلك دافعا لتعرف هذا النوع من اضطرابات الشخصية ، وكذلك تعرف المشكلات التى ترتبط بهذا الاضطراب فى المرحلة الجامعية، ومنها (القلق وصورة الذات والاكتئاب والمشكلات الاجتماعية ....) وقد اقتصرت الباحثة فى دراستها (الجانب الإجرائى) على دراسة المهارات الاجتماعية وصورة الذات لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية، وذلك من خلال تعرف الإسهام النسبى للمهارات الاجتماعية فى التنبؤ بصورة الذات لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية،وكذلك تصميم مقياس تشخيصي لذوي اضطراب الشخصية التجنبية.

رابعا : مصطلحات البحث

١- تعريف المهارات الاجتماعية :

عرفها أحمد العلوان (٢٠١١) بأنها قدرة الفرد على التفاعل بإيجابية مع زملائه، وحسن التعبير عن المشاعر الإيجابية والسلبية، وضبط انفعالاته فى مواقف التفاعل الاجتماعي مع رفاقه، وكذلك تعرف مشاعر زملائه وتلميحاتهم وحسن التصرف بما يناسب الموقف. (**أحمد العلوان** ،٢٠١١، ١٣١)

وتحدد إجرائيا بالدرجة التى يحصل عليها الطالب فى مقياس المهارات الاجتماعية **لرونالد ريجو تعريب / السيد السامدوني (٢٠١٠)**

وتتمثل الأبعاد الفرعية المهارات الاجتماعية طبقا لمقياس المهارات الاجتماعية لـ (رونالد ريجو تعريب / السيد السامدوني) في: التعبير الانفعالي،الحساسية الانفعالية، الضبط الانفعالي، التعبير الاجتماعي ،الحساسية الاجتماعية ، الضبط الاجتماعي ،المراوغة الاجتماعية).

٢- تعريف صورة الذات :

عرفها عبد الرقيب البحيري ومصطفى الحديبي (٢٠١٥) بأنها الصورة العقلية التى يراها الشخص لنفسه .

وتحدد إجرائيا بالدرجة التى يحصل عليها الطالب فى استبانة أوفر لصورة الذات للمراهقين **تأليف عبد الرقيب البحيري ومصطفى الحديبي (٢٠١٥)**

وتتمثل أبعاد صورة الذات طبقا لاستبانة أوفر لصورة الذات للمراهقين تأليف عبد الرقيب البحيري ومصطفى الحديبي فى : (ضبط الدافع، النغمة الانفعالية، صورة الجسم والذات، العلاقات الاجتماعية، الأخلاقيات ، الاتجاهات الجنسية ، العلاقات العائلية ، التمكن من العالم الخارجي ،الأهداف المهنية /التربوية ،المرض النفسي ،التوافق الأعلى، المثالية) .

٣- تعريف اضطراب الشخصية التجنبية :

يعرف DSM-5 اضطراب الشخصية التجنبية بأنه" نمط شامل من المنع أو الكبت الاجتماعي ومشاعر عدم الكفاءة والحساسية المفرطة للتقييم السلبي، وهذا الاضطراب يبدأ فى مرحلة الرشد المبكر ويظهر فى سياقات مختلفة" . **(Lampe, 2014, 343)**

وستتبنى الباحثة تعريف اضطراب الشخصية التجنبية فى **DSM-5** ، **ويتحدد إجرائيا** بالدرجة التى يحصل عليها الطالب فى مقياس اضطراب الشخصية التجنبية **(إعداد الباحثة)**

وتتمثل أبعاد مقياس اضطراب الشخصية التجنبية (إعداد الباحثة) في : الحساسية تجاه تقييم الآخرين ، الكف الاجتماعي"تجنب العلاقات الاجتماعية" .

خامسا : الإطـار النظـرى للبحـث :

(١) اضطراب الشخصية التجنبية

١-تطور مفهوم اضطراب الشخصية التجنبية منذ بداية ظهوره فى DSM-3-4-5:

لقد تزايد الاهتمام باضطرابات الشخصية بشكل ملحوظ بظهور النظام ثلاثي المحور فى النسخة الثالثة من الدليل التشخيصي الإحصائي للاضطرابات النفسيةDSM-III؛ حيث يعتبر اضطراب الشخصية التجنبية أحد الاضطرابات الأكثر انتشارا بمعدل يتراوح ١,٤% الى ٦,٦% بين الأشخاص العاديين، ويتسم بالانفعال المقصود، أي أن الأفراد يبعدون أنفسهم بشكل مقصود عن الآخرين، من أجل تجنب الرفض، حتى مع رغبتهم فى العلاقات بين الشخصية، ويرتبط اضطراب الشخصية التجنبية بدرجة مرتفعة بالخلل النفسي الاجتماعي وتحديداً فى المجال البينشخصي . **(Carr and Francis, 2010, 343) & (Marino, 2001, 3).**

وقد اقترح **Millon ,١٩٦٩** مصطلح الشخصية التجنبية الذى أثر على **DSM III** الخاص باضطراب الشخصية ، ووضح أن أصول الشخصية التجنبية تكمن فى نظرية التعلم الاجتماعي ، ووصفه بأنه نمط يمثل أسلوب مواجهة أو تكيف، قائم على الانفصال المقصود أو النشط ، كما أن سمات الشخصية التجنبية تشمل الحساسية المفرطة للرفض المحتمل أو الإذلال أو الإهانة وعدم الرغبة فى الدخول فى العلاقات الا بعد ضمان التقبل غير التقيمى ، والانسحاب الاجتماعي وعدم الرغبة فى الإعجاب والتقبل ، وتقدير الذات المنخفض ، الانسحاب من فرص إقامة العلاقات المقربة ، ويمكن أن يكون لديهم صديق مقرب أو اثنين، ولكن هذه العلاقات مشروطة بالتقبل غير المشروط ، كما نجد أن ذوي اضطراب الشخصية التجنبية يتلهفون ويتطلعون للإعجاب والتقبل، ويتضايقون من نقص القدرة على الارتباط بالآخرين بشكل كبير. **(Mosack, 1999, 1-2)**

ومع ظهور **DSM-4** تم تشخيص اضطراب الشخصية التجنبية كأحد اضطرابات الشخصية، والذى يقع فى المجموعة C ، حيث تسمى بمجموعة " القلق والخوف " ويتلاءم اضطراب الشخصية التجنبية جيداً مع هذه المجموعة ، حيث إن الأفراد الذين يعانون من أعراض هذا الاضطراب يكونون عادة لديهم قابلية عالية للشعور بالاستثارة أو التحفيز المرتفع ، والتحمل المنخفض لعدم الارتياح الجسدي والنفسي، واستراتيجية رئيسية لتجنب المواقف التى تتطلب مهارات التكيف ، وبالتالى يعاني هؤلاء الأشخاص من اعتلال كبير

فى حياتهم الاجتماعية والانفعالية والأكاديمية والمهنية، نتيجة للمهام المهملة والفرص الضائعة. **(Newman, 1999, 55)**

كما أن وصف اضطراب الشخصية التجنبية تغير إلى حد ما، وذلك مع نشر **DSM-4** حيث إنه فى **DSM-3** تم وصف اضطراب الشخصية التجنبية على أنه الانسحاب الاجتماعي؛ نظراً للحساسية المفرطة للرفض البينشخصي ويتميز عن اضطراب الشخصية الفصامية بوجود رغبة في الإعجاب والتقبل ، أما اضطراب الشخصية التجنبية فى **DSM-4** فيختلف من حيث مماثلته للمفهوم الكلينيكي للشخصية الرهابية ، والسمة الرئيسية لهذا الاضطراب هى النمط الشامل لعدم الراحة الاجتماعية والخوف من التقييم السلبي والخجل، وهو يبدأ منذ بداية مرحلة الرشد، ويوجد فى الكثير من السياقات أو المواقف .

والمعايير التشخيصية لاضطراب الشخصية التجنبية فى DSM-4 هي :

١- سهولة التأثر بالنقض أوعدم التقبل: حيث يجرحون بسهولة ويتحطمون بأقل تلميح بعدم التقبل .

٢- عدم وجود أصدقاء مقربين " واحد فقط " بخلاف الأقارب من الدرجة الأولى .

٣- عدم الرغبة فى إقامة العلاقات إلا بعد التأكد من تقبلهم .

٤- تجنب الأنشطة الاجتماعية أو المهنية التى تتضمن قدرا كبيرا من التواصل البينشخصي .

٥- الابتعاد أوالاحجام عن المواقف الاجتماعية بسبب الخوف من قول شيء غير مناسب أوعدم القدرة على الإجابة عن سؤال ما .

٦- الخوف من الإحراج بسبب احمرار الوجه أو البكاء أو ظهور علامات القلق أمام الآخرين .

٧- المبالغة فى الصعوبات أو المخاطر الجسدية المحتملة نتيجة لفعل شيء جديد غير معتاد "على سبيل المثال يمكن أن يلغي الخطط الاجتماعية لأنه يتوقع الإرهاق نتيجة الجهد المبذول" . **(Mosack, 1999 , 4-5)**

كما قام **DSM-4** بتعديل الوصف المقدم فى **DSM-3** فى محاولة لتصوير الاضطراب كشبيه لنمط الشخصية الرهابية ، لذلك تم حذف بعض السمات مثل تقدير الذات

المنخفض، وإضافة سمات أخرى لتعزيز الخصائص الرهابية، ولقد أثارت هذه التغيرات المشكلات وتم تغيرها فى **DSM-5**. **(Marino, 2001, 3) & (Mosack, 1999 , 6)**

ويصف **DSM-5** الحالي السمة الأساسية لاضطراب الشخصية التجنبية بـــ"النمط الشامل من المنع أو الكبت الاجتماعي، والشعور بعدم الكفاءة والحساسية المفرطة للتقييم السلبي الذى يبدأ منذ الرشد المبكر ، ويتواجد فى العديد من البيئات مثل العمل والمواقف الاجتماعية والعلاقات الحميمية وبين الشخصية" ، ولتشخيص هذا الاضطراب يجب أن تنطبق على الفرد ٤ على الأقل من ٧ معايير ،هي :

١- **تجنب الأنشطة المهنية التى تتطلب قدراً كبيراً من الاتصال بين الشخصي بسبب الخوف من النقد أو عدم الاستحسان أو الرفض .**

٢- **عدم الرغبة فى إقامة العلاقات مع الآخرين إلا بعد التأكد من قبولهم** (يمكن لهؤلاء الأفراد رفض الترقية الوظيفية لأن المسؤليات الجديدة يمكن أن تؤدي للانتقاد من الزملاء) .

٣- **إظهار الإحجام والتحفظ فى العلاقات الحميمة بسبب الخوف من الإذلال أو السخرية (الاستهزاء)**(حيث يفترضون أن الآخرين انتقاديون وغير متقبلين حتى يثبت العكس، حيث إنهم لن يشتركوا فى الأنشطة الجماعية إلا بعد تكرارعروض الدعم والترحيب والمساعدة ، وغالبا ما تكون العلاقات الحميمية صعبة على هؤلاء الأشخاص، وبالرغم من ذلك فإنهم يمكن أن يقبلوا على هذا النوع من العلاقات بشرط شعورهم بالاطمئنان غير النقدي ، ويمكن أن يتحفظوا فى التحدث عن أنفسهم).

٤- **الانشغال بالتعرض للانتقاد أو الرفض فى المواقف الاجتماعية.**

٥- **الكبت أو المنع فى المواقف بين الشخصية الجديدة بسبب مشاعر عدم الكفاءة**(إذا عبر شخص عن الانتقاد أو عدم تقبل ولو بسيط ، فإن هؤلاء الأفرد يمكن أن يشعروا بحرج شديد ، ويميلون إلى أن يكونوا خجولين وهادئين ومكبوتين بسبب الخوف من أن أي انتباه سيؤدي إلى الحط من القدر أو الرفض ، وهم يشعرون أن أي شيء يقولونه سيعتبره الآخرين خطأ ، ولذلك فهم لا يقولون شيئا على الإطلاق ، ويكون رد فعلهم مبالغا فيه تجاه أى تلميح بالسخرية أوالإهانة، بالرغم من رغبتهم فى أن يشاركوا بنشاط

فى الحياة الاجتماعية ،إلا أنهم يخشون من وضع سعادتهم بين أيدى الآخرين ، كما أنهم مكبوتون بسبب الكفاءة وانخفاض تقدير الذات) .

٦- **رؤية الذات على أنها غير كفء أو غير ماهرة اجتماعيا أوغير مقبولة أو جذابة شخصياً، أو أدنى من الآخرين**

(تصبح الشكوك المتعلقة بالكفاءة الاجتماعية والجاذبية الشخصية واضحة بشكل خاص فى المواقف التى تتضمن التفاعل مع الغرباء).

٧- **التردد عادة فى المخاطرة أو المغامرة الشخصية أو القيام بأية أنشطة جديدة لأنها يمكن أن تكون محرجة أو مسببة للارتباك** (هم يبالغون فى المخاطر المحتملة للمواقف العادية، حيث يمكن أن يلغي هذا الشخص التجنبي مقابلة عمل خوفا من الإحراج بسبب مثلا عدم ارتداء الملابس المناسبة، وأسلوب حياتهم المتحفظ والمقيد ناتج عن احتياجهم المستمر للتأكد والأمن. **(DSM-5, 2012, 673)**

مما سبق يتضح أن فى كل من **DSM4-5** سبعة معايير تشخيصية لاضطراب الشخصية التجنبية ، إلا أنه بالرغم من وجود نقاط اتفاق بينهما، فإن هناك أوجه اختلاف ويمكن توضيحها فيما يلى :

جدول (١) يوضح أوجه التشابه والاختلاف بين DSM4-5

وجه المقارنة	DSM-4	DSM-5
أوجه التشابه		- تجنب الأنشطة المهنية التى تتطلب قدرا من الاتصال البينشخصي بسبب الخوف من النقد . - عدم الرغبة فى إقامة العلاقات مع الآخرين إلا بعد التأكد من تقبلهم بدون نقد . - إظهار الإحجام والتحفظ فى العلاقات الحميمية . - الانشغال بالتعرض للانتقاد أو الرفض فى المواقف الاجتماعية . - التردد فى المخاطرة أو المغامرة الشخصية أو القيام بأي أنشطة .
أوجه الاختلاف	- عدم وجود أصدقاء مقربين " أو واحد فقط " بخلاف الأقارب من الدرجة الأولى - الخوف من الإحراج بسبب احمرار الوجه أو البكاء أو إظهار علامات القلق أمام الآخرين	- رؤية الذات على أنها غير كفء أو غير ماهرة اجتماعياً وغير مقبولة أو جذابة شخصياً أو أدنى من الآخرين - الكبت أو المنع فى المواقف بين الشخصية الجديدة بسبب مشاعر عدم الكفاءة .

٢- خصائص الأفراد ذوي اضطراب الشخصية التجنبية :

إن الأشخاص ذوي اضطراب الشخصية التجنبية يتصفون ببعض الخصائص، سواء أدت هذه الخصائص إلى ظهور هذا الاضطراب لديهم، أو أنهم اتصفوا بها بعد ظهور الاضطراب ، ويمكن تقسيم هذه الخصائص إلى شخصية واجتماعية .

ومن الخصائص الشخصية ما يلي :

- أنهم يعانون من انخفاض تقدير الذات والحالة المزاجية السلبية.
- أن هذه الشخصية متقوقعة ومنطوية على نفسها ، وفى أكثر الأحيان تحيا فى عالمها الخاص بطبيعتها حتى إن كان معها شيء من الإيجابية، فهى تقع فى دائرتها، وإبداعها مصطبغ بذاتها، وصعبة الانقياد .
- أنهم يتصورون الآخرين أشخاصا غريبي الأطوار وبعيدين عنهم .
- صداقاتها الحقيقية لذاتها، واهتماماتها كلها فردية وتحب الاحترام والتقدير لذاتها.
- رؤية الذات على أنها غير ماهرة اجتماعياً وغير جذابة شخصياً أو أدنى من الآخرين "الرؤية السلبية للذات" وميلهم إلى توقع الرفض الاجتماعي وبالتالى يتجنبون التفاعل الاجتماعي.
- غالبا ما يقيمون حركات وتعبيرات الأشخاص الذين يتواصلون معهم بدقة ويقظة شديدة .
- أنهم يندمون ويشعرون بالأسف ويلومون الذات، لأنهم يشاهدون ضياع فرص الإنجاز وتحقيق الذات بسبب احتياجهم لحماية الذات .
- أنهم يرغبون فى إقامة العلاقات مع الآخرين، ولكن عدم ثقتهم وخوفهم من الرفض يجبرهم على الوحدة ، وهذه الوحدة لا تقدم لهم السلوى ، ويمكن إرجاع شعورهم بالوحدة أو العزلة إلى رؤيتهم السلبية لأنفسهم وللآخرين .
- زيادة حساسية المتجنبين لعلاقات الرفض تجعلهم يبتعدون عن فرص مواجهة ما يحاولون تجنبه ،وهذه الزيادة فى الحساسية تجعلهم يدركون أصغر علامات الرفض ويحولونها إلى أشياء كارثية ، مما ينتج عنه تفسيرهم للأحداث العادية على أنها سخرية أو استهزاء.
- قلقون جدا من احتمال أن يظهر عليهم انفعال البكاء أو احمرار الوجه عند نقد الآخرين لهم ، ويتذبذبون بين الخوف والهرب.

- يلجؤون إلى تناول الكحول والمخدرات من أجل الحد من القلق، وتزيد هذه الإستراتيجية الضارة من خطر الإدمان وتقلل من فرص التحسن الاجتماعي مما يقلل الثقة فى النهاية.
- الانشغال بالتعرض للنقد أو الرفض فى المواقف الاجتماعية وإظهار التحفظ فى العلاقات الحميمية.
- يتسمون بالقلق المزمن ، المخاوف المفرطة غير الواقعية ، عدم النوم والأحلام المزعجة ، والعصبية.
- تجنب الأنشطة الجماعية التى تتضمن اتصالا شخصيا كبيرا بسبب الخوف من الانتقاد أو الرفض ، والتردد فى المخاطرة أو القيام بأي أنشطة جديدة خوفاً من التعرض للإحراج أو الارتباك .
- أثناء تقييمهم تقييما إيجابيا (التفاؤل) يستمرون فى السعي لتحقيق الهدف ، وفى حالات التقييم السلبي (التشاؤم) ينسحبون أو يتجنبون تحقيق الهدف، بسبب العقبات التى تواجههم أثناء السعي لتحقيق هذا الهدف ، ويزداد ذلك بين الأشخاص الذين تعرضوا للرفض وبالأخص مرتفعي الحساسية واليقظة.

معنى ذلك أن هؤلاء الأفراد ليسوا سلبيين فقط فى كل جوانب حياتهم، ولكن لديهم جانب إيجابي، وهو السعي للاندماج وتحقيق الهدف ، ولديهم ما يسمى بكرههم النشط للعلاقات الاجتماعية .

- أنهم يتسمون بالاكتئاب والقلق والغضب من النفس بسبب الفشل فى إقامة العلاقات الاجتماعية " كنتاج للتجنب" .
- أن لديهم أسلوبا إدراكيا مشتتا، حيث تمتلئ أفكارهم بتفاصيل بيئية غير مناسبة تعوق التواصل الاجتماعي وتشتت الانتباه.
- لا يفكرون فى حياتهم الانفعاية أو العاطفية جيداً (بشكل عقلي) ، كما أنهم يكبتون مشاعرهم بعدة طرق مثل (عدم تنشيط مشاعر الارتباط، ونوبات الغضب المتكررة، وتجنب الموقف) .
- أنهم يمنعون تراكم الخبرات مما يعوق نمو الثقة بالنفس .

- أنهم يعانون من قصور فى التكيف، وهم أقل من غيرهم فى وضع الخطط وطلب المساعدة وإعادة تفسير الموقف بشكل إيجابي، ومن المرجح أن يستسلموا ويتوقفوا عن بذل الجهد مبكرا .
- يجلبون خيبة أمل للآخرين وعدم تقبلهم لهم ، ويعرفون بمرور الوقت أنهم لا يستطيعون الاعتماد عليهم .
- يستخدمون خيالهم من أجل تعويض إحتياجاتهم الوجدانية ويحررون مشاعر الغضب من خلال ذلك .

خصائص اجتماعية وانفعالية :

- عدم القدرة على إيجاد العلاقات الناجحة مع من حولهم والمحافظة على استمرارها.
- عدم القدرة على الانسجام والاقتراب أو الانتماء مع مجموعات كالعائلة الكبيرة أو الشريحة المهنية.
- باردون الانفعال تجاه حرارة انفعالات الآخرين معهم، لذلك لا يستجيبون عاطفيا فى مجتمع الرفقاء ، إلا من يتواءم معهم بصفات مشابهة.
- عدم الرغبة فى إقامة العلاقات الاجتماعية إلا بعد ضمان التقبل غير النقدي .
- يظهرون تجنبا ملحوظا للتفاعلات الاجتماعية، ويرون أنهم غير مرغوب بهم ومنعزلون عن الآخرين ، وترتبط هذه الأعراض بإعاقة واضحة فى الحياة اليومية وخسائر اجتماعية كبيرة .
- تقل فرص تقبل الآخرين لهم بدون انتقاد، وكذلك يمكن أن يثير تجنب الآخرين سخريتهم ورفضهم مما يعزز انسحاب الفرد التجنبي .
- مشاركتهم ضعيفة فى أفراح الآخرين وأحزانهم .
- يبتعدون عادة عن المواقف التى يشعرون فيها بالتعرض لخطر الفشل أو الرفض أو الارتباك أو عدم الارتياح العام.
- هناك سمة لاضطراب الشخصية التجنبية وهى التسويف أو المماطلة ، حيث إنهم يضخمون العواقب المتوقعة ، فعلى سبيل المثال هم يخافون من التطلع علنياً لإنجاز شيء ما مثل العودة للجامعة خوفا من الفشل الذى سيشهده الجميع ، على العكس إذا ألغوا العودة للجامعة فإنهم يعتقدون أنهم سيتجنبون الفشل والخجل وجميع العواقب السلبية

الأخرى ، ويتفق ذلك مع من يرون أنهم يفضلون عدم فعل أي شيء بدلا من فعل شـــي يمكن أن يفشل .

وللأسف تتجاهل هذه الرؤية المتحيزة حقائق مهمة، فعلى سبيل المثال محاولة العودة للجامعة يمكن أن تؤدى للحصول على الدرجة العلمية، أي أنه ببســـاطة يمكـــن أن يحـــدث النجاح، وحتى إذا لم يؤد الشخص جيداً فى الجامعة، فإنه يمكن أن يحصـــل علـــى خبـــرات مفيدة، ومن غير المرجح أن يلاحظ العديد من الناس نجاح ذلك الشخص أو فشله، وبالتـــالي فإنه يبالغ كثيرا فى الخوف من ظهوره بشكل سيء وخجله، حيـــث يعتقـــد ذوو اضـــطراب الشخصية التجنبية أن الإحجام والتجنب هو الفعل الأذكى والأكثر أمناً.

- يعتمد مرضى هذا الاضطراب على استراتيجيات التجنب الشاملة للحفاظ على تناســـق أو تآزر الذات .
- التردد المتكرر فى خوض المخاطر الشخصية أو المشاركة فى الأنشطة الجديدة خوفا من الارتباك. **(Kohlmaier, 1999, 7) & (Mosack, 1999, 3-11) & (Mayer and Carver, 2000, 237) & (Newman, 1999, 55-59)& (Meyer, 2002, 176) & (Marino, 2001, 3-5) (Lynum; Wilberg and Karterud, 2008, 470)، (سعاد جبر، ٢٠٠٨، ١٥٨)& (Carr and Francis, 2010, 344) & (DSM-5, 2012, 673-67) (Pos, 2014, 128) & (Eikenaes; Pedersen and Weinbrecht et al., 2016, 18)**

معنى ذلك أن مضطربي الشخصية التجنبية لديهم انزعاج شديد وحساسية مفرطة من انتقادات الآخرين ، فهم يبتعدون عن الأنشطة الاجتماعية التى تتطلب تفاعلا مع الآخرين ، ولديهم نقص واضح فى التواصل الاجتماعي ومهارات إثبات الذات ، ويتجنبون الاندماج الاجتماعي ومخالطة الآخرين خوفا من الانتقادات وهربا من الارتباك والخجل، إلا أنه يقومون بالاختلاط بالآخرين حينما يتأكدون من قبول الآخرين لهم ورضاهم عنهم، كما يتميزون بالإحجام عن المبادرة وإظهار الإمكانات والقدرات .

٣- العوامل المسببة لاضطراب الشخصية التجنبية:

هناك مجموعة من العوامل التى تسبب ظهور اضطراب الشخصية التجنبية لدى الأفراد وهى كالآتي : **(استرجاع "تذكر" خبرات الطفولة المبكرة – التوقعات التشاؤمية – الحالة المزاجية السلبية)** ، ويمكن توضيح ذلك بشئ من التفصيل فيما يلى :

أ- استرجاع "تذكر" خبرات الطفولة المبكرة :

إن صدمة الطفولة وإساءة المعاملة الوالدية يعتبران عاملي خطر لاضطرابات الشخصية بشكل عام ، حيث إن الأفراد الذين تعرضوا للإيذاء والإهمال فى الطفولة تزداد إصابتهم باضطرابات الشخصية فى الرشد أكثر من الذين لم يتعرضوا لها بأربعة أضعاف منها اضطراب الشخصية التجنبية – الاتكالية – الوسواس القهري، كما أن السمات الرئيسة التى تميز ذوي اضطراب الشخصية التجنبية الراشدين عن الأصحاء، هي وجود مناخ أسري مثبط للهمة مع تعبير والدي أقل عن الحب والاعتزاز بالطفل ، وإدراك الوالدين على أنهما غير متسامحين ويسببان الشعور بالذنب والخجل ، حيث يشير الإيذاء إلى إساءة المعاملة والسلوك الضار من شخص راشد نحو الطفل ، بينما يشير الإهمال أو التجاهل إلى فشل الوالدين فى تلبية احتياجات الطفل النفسية أو الجسدية الأساسية بشكل عام ، ووجد أن الإهمال والتجاهل مرتبطان بظهور اضطراب الشخصية التجنبية . **(Eikenaes et al , 2015, 3-4)**

غالبا ما يبدأ السلوك التجنبي فى مرحلة الرضاعة أو الطفولة ، ويظهر ذلك فى شكل الخجل والعزلة والخوف من الغرباء فى المواقف الجديدة ، وبالرغم من أن الخجل فى الطفولة يعتبر مؤشرا شائعا لدى الأطفال ، فإنه يختفي تدريجيا عند معظم الأشخاص مع التقدم فى العمر، أما الأفراد الذين يعانون من اضطراب الشخصية التجنبية، فيمكن أن يتزايد خجلهم وتجنبهم أثناء المراهقة وبداية مرحلة الرشد، عندما تصبح العلاقات الاجتماعية مع الأشخاص الجدد ذات أهمية خاصة ، لذا فإن هذا التشخيص يجب أن يستخدم بحذر كبير بين الأطفال الذين يمكن أن يعتبر قلقهم وخجلهم شيئا طبيعيا بالنسبة لمرحلة النمو. **(DSM-5 , 2012,675)**

فالرضع الذين يعاملهم والداهم بأسلوب بارد، يتعلمون تجنب الارتباط بالآخرين، وسيكتسبون الشعور بعدم الثقة ، وأيضاً الأطفال الذين يسخر منهم والداهم يتعرضون لتدهور

الثقة فى النفس ، ويبدؤون فى إدراك انتقادات الوالدين على أنها حقائق؛ مما يؤدى إلى شعورهم بالحط من قيمة الذات، ويصبح هذا الشعور أقوى مع استمرار أو تكرار رفض الوالدين، وعندما يكبرون يتبنون دور الفرد غير الكفء ، حيث تصبح صورة انعدام القيمة وعدم الحب والضعف راسخة فى القاعدة الإدراكية للشخص، مما يقوي مفهومه عن عدم كفاءته، وبالتالى تكوين مخططات ذاتية سلبية ثابتة، وهو ما يسهم فى استمرار اضطراب الشخصية التجنبية لدى الفرد، كما يسهم رفض الأقران أيضاً فى حدوث اضطراب الشخصية التجنبية نتيجة للتأثير السلبي على تقدير الذات. **(Marino, 2001, 4)**

ويؤكد **ميلون** أن الأشخاص ذوي هذا الاضطراب، يمكن أن يكتسبوا ذلك نتيجة لرسائل الوالدين المعبرة عن الرفض الوالدي ، وهذه الرسائل تقلل من تقدير الفرد لذاته من خلال الرفض والإذلال المباشر أو غير المباشر ، حيث تؤدى معاملة الوالدين القاسية والباردة إلى ترسيخ الشعور بالتوتر وعدم الأمن لدى الطفل ، وهؤلاء الأطفال يطورون بعد ذلك الشعور بأن العالم مكان غير مريح ، ولذلك لا يرغبون فى ربط أنفسهم بالآخرين، ونتيجة لذلك يمكن أن يكتسبوا مشاعر العزلة والتخلي أو الهجر، وفى محاولة منهم لحماية أنفسهم يمكن أن يتعلموا " إغلاق " قدراتهم الحسية النامية؛ من أجل الحد من عدم الارتياح الذى يشعرون به ،ولكن هذا السلوك يمهد للانسحاب بين الشخصي المزمن ، حيث يظهر فى النهاية العديد من السمات المرتبطة باضطراب الشخصية التجنبية منها(صورة الذات المنعزلة – عدم الثقة –الانفصال الاجتماعي – القلق الوجداني). **(Kohlmaier, 1997 , 8-9)**

من الواضح أن صدمة الطفولة تعتبر سبباً لسوء التوافق بين الراشدين، ولكن طبيعة وشدة الأعراض الناتجة يمكن أن تعتمد على عدة عوامل وسيطة أخرى، ولتحديد أثر صدمة الطفولة على شخصية الراشدين يجب متابعة المريض بمرور الوقت؛ حيث يطلب المعالج من المريض سرد للقصص الذاتية للأحداث الماضية، فيستطيعون مساعدة المرضى على إعادة كتابة أحداث حياتهم، وبالتالي يحققون التغيير الإيجابي والمرونة، مما يعني أن الذكريات الحالية المتعلقة بالأحداث الماضية تجعل سوء التوافق مستمرًا، وهو ما يسهم فى بقاء نمط اضطراب الشخصية التجنبية. **(Meyer and Carver, 2000, 236)**

ووفقاً لميلون (١٩٨١) فإن جميع المرضى التجنبيين تقريباً يأتون من أسر مضطربة بشكل كبير ، ومنازل مفككة، على سبيل المثال: **(انفصال أو طلاق الوالدين ، المشاجرات المتكررة وترك المنزل لفترات معينة ، إدمان أحد الوالدين أو كليهما الخمور ، قسوة الأب تجاه الأطفال ، التغيير المتكرر للعمل ، السخرية أو التقليل من قدر الأبناء ، وبرودة ورفض الوالدين)**، وغالباً ما يتذكر الفرد أن طفولته كانت غير سعيدة ، أو مرعبة ، كما أنه يبدأ فى التصرف بشكل غير اجتماعي منذ عمر صغير ، ويعبر الطفل عن عدائه للوالدين بشكل مباشر أو غير مباشر ، وأحيانا بشكل غير واع أو لاشعوري، مثل التبول فى الفراش،**(وهناك عميلة تدعا ريتا (Rita) سردت أنها لا تتذكر أن والديها احتضناها أو قبلاها قط ، ولم يمدحاها على أي شيء فعلته، وأن حياتها الأسرية كانت مختلفة عن زملائها ، ووصفت أمها بأنها باردة ورافضة " كاذبة وجبانة لم تحم الأبناء من أبيهم ").** **(Mosack, 1999, 10-11)**

ب- التوقعات التشاؤمية :

أوضحت دراسات حديثة أن التوقعات التشاؤمية وحساسية المعالجة الحسية وذكريات الطفولة السلبية، تفسر ٤٩% من التغير فى سمات االشخصية والمسببة لاضطراب الشخصية التجنبية. **(Meyer, 2002, 175)**

حيث يمكن أن تؤدي عمليات التقييم المعرفي أو الإدراكي " مثل تقييمات النواتج المستقبلية (التوقعات) " دورًا فى اضطراب الشخصية التجنبية ، حيث يُذكر أن الأشخاص مفرطي الحساسية الذين تعرضوا لخبرات سلبية فى طفولتهم، مُعرضون لتطوير توقعات سلبية عن المستقبل ، حتى إذا وجدت الرغبة فى الاندماج مع وجود التوقعات السلبية فيمكن أن يحدث التجنب. **(Meyer and Carver, 2000, 236) & (Mayer, 2002, 176)**

ج- الحالة المزاجية السلبية

إن الحالات المزاجية الحزينة أو القلقة أو الغاضبة، يمكن أن تعكس سمة التجنب فى هذا الاضطراب وتجعلها مستمرة ، ويحدث المزاج السلبي عندما يفشل الأفراد فى تحقيق تقدم كاف نحو الأهداف المهمة ،ولأن الأشخاص ذوى هذا الاضطراب يفشلون دائماً فى تحقيق أهداف الاندماج والحميمية يمكن أن يتعرضوا لحالات مزاجية سلبية مزمنة، ويتوقف شكل المزاج السلبي على جوانب الفشل بين الشخصي الذي يركزون عليه فى اللحظة الحالية ،

فالقلق ينتج عن التركيز على تهديد الصعوبات بين الشخصية المستقبلية ،أما الحزن أو الاكتئاب يمكن أن تنتج عن التركيز على فقدان العلاقات الماضية،أما إذا كان التركيز على عقبات النجاح بينشخص فيظهر الغضب أوالشعوربالذنب. **(Meyer, 2002, 177)**

٤- النظريات المفسرة لاضطراب الشخصية التجنبية :

تحدث **فرويد** عن دمج الميول التى تحرك الفرد نحو إشباع احتياجاته ، ووصف سوليفان الميول التى تؤدى إلى الأمن أو عدم الأمن، وكتب أن " **النتيجة الأعم التى وجدتها للقيمة والاحترام والاهتمام هي الشعور بالأمن الشخصي** " (١٩٥٦) ، وهذا الشعور مفقود لدى ذوي APD ، حيث يتم تنظيم الشعور بالأمن الشخ وتقدير الذات للمرة الأولى من خلال الحصول على الرعاية من العالم الخارجى ، فالحاجة الأولى للأشياء هي الحاجة إلى إزالة المثيرات الضارة أو المزعجة ، ويستعيد هذا الإشباع تقدير الذات ، كما أن الحب المقدم من الراشد الأقوى يكون له نفس تأثير اللبن الذى كان يحصل عليه الرضيع سابقاً ، ويفقد الطفل تقديره لذاته عندما يفقد الحب ، ويستعيده عندما يستعيد الحب ، إذن فالطفل الذى لم يتم إظهار الحب له، لا يشعر بالأمن الشخصي الناتج عن تقدير الذات ، ويظهر ذلك عندما لا يتم إشباع احتياجاته فى مرحلة النمو الأولى – وهى المرحلة الفمية – بسبب غياب الأم –فإن شخصية هذا الشخص الراشد ستكون اتكالية أو قائمة على الآخرين من أجل الحفاظ على تقدير الذات، كما إن الحرمان الفمى المبكر يحدد الاتجاه التشاؤمى أو الحزين والعدوانية فى العلاقات. **(Mosack, 1999, 10-16)**

ووفقاً **لميلون ودافيس Millon,and Davis 1996** اتضح أن أصول الشخصية التجنبية تكمن فى نظرية التعلم الاجتماعي ، حيث إنه بالنسبة للأطفال الطبيعين والأصحاء هناك عوامل بيئية معينة يمكن أن تؤثر على تطور اضطراب الشخصية التجنبية مثل : التنشئة فى أسر تحط من قدر الأطفال وتتجنبهم، مما يؤدى إلى سحق تفاؤلهم الطبيعى وإكتسابهم اتجاهات الحط من قيمة الذات والشعور بالاغتراب الاجتماعي ، وأن ذلك يؤثر على الأطفال فى ثلاث مراحل من النمو : **المرحلة الأولى** يمكن أن تحدث أثناء فترة الرضاعة، حيث يعامل الوالدان طفلهما بشكل انعزالى وانفصالى مما يجعله يشعر بالتوتر وعدم الأمن، وتجاوبًا مع الأسلوب الوالدى البارد، فإن الطفل يتعلم أن العالم غير مرحب به،

مما يترك الطفل شاعراً بالعزلة والهجر . **المرحلة الثانية :** أثناء المرحلة الاستكشافية للطفل إذا كان الوالدان يسخران بشكل مستمر من الطفل ويحتقرانه عندما يخطئ أثناء محاولته استكشاف العالم من حوله من خلال المشي أو الزحف، فإن الطفل سيتعلم الشعور بعدم الكفاءة وفقدان الثقة فى تجربة أشياء جديدة فى الحياة ، ويتعلم أن العالم هو مكان شرير وغير آمن وبالتالى فإن الارتباط بالآخرين خطير ، وهذا الصراع يؤدى إلى نمط منفصل للأداء فى الحياة . **المرحلة الثالثة :** وفى مرحلة المراهقة تنتقل مشاعر الفرد فى المراحل السابقة إلى عملية إدراكية أو معرفية وترتفع إدراكاته الذاتية السلبية إلى مستوى يجعله يعتقد أنه يستحق الرفض والاستبعاد. **(Fink, 2008, 19-22)**

وهناك نظرية أخرى توضح هذا الاضطراب، وهى نظرية بيك Beck , 1996 " النظرية المعرفية لاضطرابات الشخصية " **التى تؤكد دور المخططات** " والمخططات هى تراكيب معرفية أو إدراكية تحتوى على معتقدات الفرد وافتراضاته ، والأفراد ذوو الاضطرابات النفسية تكون لديهم مخططات لا تكيفية ومعتقدات مختلة وظيفيًا ، وعندما يتم تنشيط هذه المخططات فإنها تمنع تنشيط المخططات المناسبة، وتجعل تفسيرات الفرد للموقف متحيزة . ولدى ذوي اضطراب الشخصية التجنبية يمكن أن ترجع المخططات اللاتكيفية إلى تفاعلات الطفولة مع الوالد شديد الانتقاد والرفض، وإلى الافتراضات المختلة وظيفياً التى يكونها الفرد لتفسير التفاعلات، ووفقا لـــ **بيك** تؤدى هذه المخططات اللاتكيفية إلى رؤية الذات على أنها غير ماهرة اجتماعيًا، واعتبار الآخرين انتقاديين وغير مهتمين ، ويكون لدى المتجنبين أيضًا خوف شامل وأفكار آلية انتقادية للذات وافتراضات مختلة عن العلاقات. **(Marino, 2001, 3-6)**

كما يرى **بيك وآخرون (2003)** أن مرضى اضطراب الشخصية التجنبية يطورون مخططات سلبية متعلقة بالذات وبالآخرين تؤدى إلى المعالجة المتحيزة للمعلومات الاجتماعية، وفى النهاية الى استخدام استراتيجيات بينشخصية لا تكيفية . **(Lynum; Wilberg and Karterud, 2008, 470)**

٥- علاقة اضطراب الشخصية التجنبية بالاضطرابات الأخرى :

أ- اضطراب الشخصية التجنبية بالفوبيا الاجتماعية:

جدول (٢) يوضح أوجه التشابه والاختلاف بين الفوبيا الاجتماعية واضطراب الشخصية التجنبية

وجه المقارنة	الفوبيا الاجتماعية	اضطراب الشخصية التجنبية
أوجه التشابه	١ - يرتبط اضطراب الشخصية التجنبية بالفوبيا ربما يكون ذلك ناتجا عن تشابه المعايير التشخيصية لكليهما . ٢- كل منهما يمثلان أوجها كلينيكية للقلق الاجتماعي . ٣- كل منهما متشابهان فى شدة حساسيتهم للمواقف التى تحدث بينهم وبين الأشخاص الآخرين. ٤- اضطراب الشخصية التجنبية فى ذاته قد يكون دليلا على الإصابة بالفوبيا الاجتماعية. ٥- قد يكون النقد الذاتى سمة مشتركة بينهما. ٦- كل منهما منتشران بقدر متساو بين الذكور والإناث . ٧- هناك فرضية تسمى فرضية المتصل التى تقترح أن كلا منهما يمثلان صيغات مختلفة لنفس الاضطراب مع وجود الاختلافات فى درجة الشدة فقط وليس النوع .	
أوجه الاختلاف	- خوف أو قلق ملحوظ ومستمر فى واحد أو أكثر من المواقف الاجتماعية، التى يكون الفرد معرضا للتعامل مع أشخاص غير مألوفين، ويخاف الفرد من أن يتصرف بطريقة تسبب له الإهانة أو الإحراج ، ويتجنبون المواقف الاجتماعية أو يتحملونها بقدر كبير من الخوف أو القلق . - كما يشعر الفرد بأعراض أزمة الذعر أو الهلع عندما يكون فى موقف مخيف ، بالرغم من أن الخوف أو القلق لا يتناسب مع التهديد الفعلي الذى يفرضه الموقف الاجتماعي .	- تجنب الأنشطة المهنية التى تطلب اتصال بينشخصي بسبب الخوف من الانتقاد أو الرفض. - لا يتطلب تشخيص هذا الاضطراب وجود أزمات الهلع ، وهو يرتبط بدلاً من ذلك بالإحجام والتحفظ والكبت الذى يظهر فى المواقف المخيفة. - عدم الرغبة فى مشاركة الآخرين إلا بعد التأكد من تقلبهم. - الحذر الانفعالي / العاطفى الذى يظهر فى معيار " الحذر أو الحرص فى العلاقات الحميمية " يمكن أن يكون سمة خاصة بذوي هذا الاضطراب . - يرتبط هذا الاضطراب بالقلق من الارتباط بشكل أكبر . - لديهم إعاقات أعلى فى جوانب متعددة مثل العمل والحياة الاجتماعية والأسرية الجوانب الحياتية واتخاذ القرارات. - يعانون من مستويات أقل فى الأداء الانعكاسى مما يؤكد وجود مشكلات لذوي اضطراب الشخصية التجنبية فى "نظرية العقل". - يعانون من مشكلات أكبر فى الاستمتاع مما يؤكد إضافة فقدان اللذة لسمات اضطراب الشخصية التجنبية. - لديهم أعراض ومشكلات نفسية اجتماعية ، والخلل الوظيفى للشخصية المتعلق بتقدير الذات ومشكلات الهوية والتعلق أكثر .

(Eikenaes & (Cox et al., 2011, 250) & (CARR AND Francis, 2010, 344) (Cummings et al., 2013, &(Eikenaes et al., 2013, 746) & et al., 2015, 2) (Eikenaes; Pederson; &(Eikenaes, et al., 2013, 748-760) & 138-139) & Wilberg, 2015, 1) & (Weinbrecht et al., 2016, 19) & (حسين علي فايد، ٢٠٠٤، ٩).

ب- **اضطراب الشخصية التجنبية واضطراب الشخصية الفصامية:** يمكن توضيح أوجه التشابه والاختلاف بين الاضطرابين، كما فى هو موضح بالجدول التالى :

جدول(٣) توضيح أوجه التشابه والاختلاف بين اضطراب الشخصية الفصامية واضطراب الشخصية التجنبية

وجه المقارنة	اضطراب الشخصية الفصامية	اضطراب الشخصية التجنبية
أوجه التشابه	-كل منهما يتسم بالتردد فى الثقة بالآخرين، -كل منهما يتسم بالانفصال بين الشخصي ، وكذلك بالانعزال الاجتماعي .	
أوجه الاختلاف	-يرضون بالعزلة الاجتماعية بل ويفضلونها ولا يرغبون فى العلاقات الاجتماعية	-لديهم رغبة فى إقامة العلاقات الاجتماعية مع الآخرين ، إلا أن ميلهم الشديد للوم الذات والخوف من الرفض والإذلال فى المواقف الاجتماعية يؤدى الى تجنب الاتصال بين الشخصي . -يتلهفون ويتطلعون للإعجاب والتقبل وهم يتضايقون من نقص القدرة على الارتباط بالآخرين بشكل كبير ، ويشعرون بوحدتهم بشدة.

(DSM-5, 2012, 675) & (Baker, 2003, 6) & (Mosack, 1999, 1-2)

ج- **اضطراب الشخصية التجنبية واضطراب الشخصية الحدية :** يمكن توضيح أوجه التشابه والاختلاف بين الاضطرابين كما فى هو موضح بالجدول التالى :

جدول(٤) أوجه التشابه والاختلاف بين الشخصية الحدية واضطراب الشخصية التجنبية

وجه المقارنة	اضطراب الشخصية الحدية	اضطراب الشخصية التجنبية
أوجه التشابه	- كلا الاضطرابين متقاربان فى مستوى (الخلل الوظيفى الشديد والكرب أو الضيق الذاتي) .	
أوجه الاختلاف	- أكثر ارتباطاً بالطباع السلبية"القلق ، الغضب،الحزن" والارتباط غير الآمن بالوالدين. - يرتبط بمشكلات قانونية وخبرات ذهانية وارتفاع خطر دخول المستشفى .	- أكثر ارتباطاً بالاستجابة التشاؤمية للمواقف المرتبطة بالرفض . - يرتبطون بمشكلات فى عدة مجالات منها انخفاض المستوى التعليمى وانخفاض مستويات المساندة الاجتماعية وجودة الحياة وارتفاع مستويات الأعراض النفسية. - لديهم تقدير للذات أقل ، أكثر اكتئابا ، لديهم إعاقة وظيفية أقل.

Lynum ;Wilberg ٢٠٠٨)& (Meyer; Ajchenbrenner and Bowles, 2005)
(Wilberg ; Karterud;Pedersen and Urnes , 2009) (and Karterud ,

(٢) المهارات الاجتماعية :

إن الأشخاص ذوي المهارات الاجتماعية ينمون ويعززون البيئات الإيجابية والآمنة، ويظهرون المرونة فى أوقات الأزمات، ويسعون لطرق التعامل مع المشاعر العدوانية أو الإحباط بأساليب مناسبة، ويتحملون المسؤلية الشخصية .

فالمهارات الاجتماعية هي سلوكيات متعلمة مقبولة اجتماعيا، تمكن الشخص من التفاعل بكفاءة مع الآخرين وتجنب الاستجابة غير المقبولة اجتماعيا ، حيث إنها تعزز قدرة الفرد لكى يكون كفئا فى التعامل مع الآخرين مثل (تيسير إقامة العلاقات الاجتماعية الإيجابية والحفاظ على استمراريتها – تقبل الأقران وتنمية الصداقة – التوافق المدرسي المناسب – تسمح للطلاب بمواجهة متطلبات البيئة المدرسية والتكيف معها ....)، وتتضمن أيضا الحكم فى العلاقات بين الشخصية والخصائص الفردية والقدرة على التخطيط ووضع الأهداف وتحقيقها على الصعيدين الشخصي والاجتماعي ، كما أنها سلوكيات متعلمة يستخدمها الأفراد فى المواقف الحياتية، وتظهر بصورة لفظية وغير لفظية. **(Abel,2005,10)(Gooding,2010,8)&(2008,15,**
Matin)&(Robinson-Ervin,2012,15) & (قيس المقداد ،أسامة بطاينة وعبد الناصر الجراح ،٢٠١١،٢٥٥) & (أحمد يونس،٢٠٠٩، ٣٢٣)

وتعتبر المهارات الاجتماعية قنوات التواصل والتفاعل الاجتماعي، وتساعد الأفراد فى مواجهة التحديات وأنشطة الحياة اليومية، وهى أحيانا لفظية وغير لفظية، ولها جانب استعدادي وراثي وآخر مكتسب ، والهدف الرئيسي لها هى التفاعل الاجتماعي الإيجابي، والنجاح فى المواقف دون إلحاق ضرر بالآخرين، أى تأكيد الذات ، وتزداد المهارات الاجتماعية أهمية ونضوجا مع التقدم من الطفولة إلى المراهقة إلى الرشد .

(آمال باظة، ٢٠١٢، ١٨١-١٨٢)

حيث تعتبر المهارات الاجتماعية هى الأساس فى بناء شخصية الطفل، وقبوله كعضو فاعل فى المجتمع فى المستقبل، وهذه المهارات توضع أساسها فى مرحلة الطفولة المبكرة ، حيث يكتسب الطفل من أسرته وبيئته التفاعل الاجتماعي السليم، ومن ثم فإن الاهتمام بتأمين مناخ أسري سليم لطفل اليوم يعد فى جوهره ضمانا لإعداد الأجيال من الشباب والراشدين المتوافقين نفسيا.

ويعد المراهقون أحوج الأفراد إلى المهارات الاجتماعية؛ لأنهم يمرون بمجموعة مختلفة من التغيرات التى تؤثر على العلاقات الاجتماعية، مشتملة على التغيرات فى بناء الأسرة أو الأداء الوظيفي أو في توقعات المجتمع.

(أحمد حسين ودعاء محمد،٢٠٠٨ ، ٤٢-٤٨)

وتحتل المهارات الاجتماعية مكانا بارزا فى حياه الفرد منذ طفولته حتى نهاية عمره، حيث تزيد من ثقته بنفسه فى التعامل مع المواقف الاجتماعية المختلفة دون خجل أو تردد أو خوف أو شك فى الآخر، أو من الآخر. **(سليمان عبد الواحد ،٢٠١٢ ، ٦٥)**

وتعد المهارات الاجتماعية عاملا مهما فى تحقيق التكيف الاجتماعي داخل الجماعات التى ينتمي إليها الأفراد ، كما تفيد هذه المهارات الأفراد فى التغلب على مشكلاتهم وتوجيه تفاعلهم مع البيئة المحيطة ، كما تساعدهم أيضا على تحقيق قدر كبير من الاستقلال الذاتي والاعتماد على النفس والاستمتاع بأوقات الفراغ، وكذلك ثقتهم بأنفسهم ومشاركة الآخرين فى الأعمال التى تتفق مع قدراتهم وإمكاناتهم، وتساعدهم على التفاعل مع الرفاق والابتكار والإبداع فى حدود طاقاتهم . **(سليمان عبدالواحد ،٢٠١٥ ، ١١٠)**

أما الأفراد الذين يعانون من نقص فى المهارات الاجتماعية، فيمرون بمشكلات فى علاقتهم بالأقران والبالغين، مما يؤثر على إعاقة الفرد في أن يحيا حياة سعيدة ، ولذا تعد المهارات الاجتماعية ذات قيمة سيكولوجية كبيرة بالنسبة للفرد تمكنه من زيادة تفاعله مع الآخرين. (**أحمد حسين ودعاء محمد،٢٠٠٨ ، ٤٢-٤٨**)

وعلى الرغم من أن العالم اليوم أصبح قرية صغيرة، فإن الفرد قد يفشل فى الكثير من مواقف التفاعل والاتصال الاجتماعي، مما يدفع الفرد إلى العزلة والوحدة والإحساس بالرفض الاجتماعي ، معنى ذلك أن الفرد الذى ليس لديه مهارة اجتماعية، يكون أكثر ميلا للانسحاب من المواقف الاجتماعية، وبالتالى أكثر ميلا للوحدة والخجل والانزواء . (**سليمان عبدالواحد ،٢٠١٢ ، ٦٦**) و(**سليمان عبدالواحد ،٢٠١٥ ، ١٠٩**)

قد يعاني بعض الشباب من القصور فى التصرف المناسب فى بعض البيئات الاجتماعية ، وخاصة فى الحالات التى يجب فيها التعامل مع الآخرين ، وقد يحدث ذلك القصور بسبب نقص التدريب الوالدي على التفاعل الاجماعي الإيجابي؛ مما يؤدى إلى شعور الأبناء بالخجل والانطوائية الشديدة ، وعدم الرغبة فى الاختلاط بالغرباء، وقد يرجع هذا القصور أيضا إلى أن هؤلاء الشباب ليس لديهم القدرة على إظهار السلوكيات الاجتماعية الملائمة للموقف الاجتماعي ، وحوث ردود أفعال غير متوقعة فى بعض المواقف الاجتماعية . (**عواطف حسين ، ٢٠١١ ،٦٨**)

المهـــارات الاجتماعيـــة تتمثل في:

١-**التعبير الانفعالي** : يوضح ريجيو أن القدرة على التعبير الانفعالي من أقوى الابعاد المتصلة بالنجاح الاجتماعي ، وللتعبير الانفعالي دور مهم فى إقامة الصلات الوجدانية بالآخرين ، وتؤدى عدم القدرة على التعبير الانفعالي بتلقائية وصدق إلى سوء الفهم بين أطراف التفاعل الاجتماعي، مما يؤدى إلى تفكك الصلات الاجتماعية والروابط الاجتماعية والروابط الوجدانية .

٢-**الحساسية الانفعالية** : هى "مهارة فى استقبال (التقاط) انفعالات الآخرين وقراءة وتفسير رسائلهم الانفعالية غير اللفظية الصادرة ، والأفراد ذوو الحساسية الانفعالية العالية يكون لديهم حساسية للرسائل الانفعالية غير اللفظية الصادرة عن الآخرين ، كما يكون

لديهم مهارة فائقة فى قدرتهم على تفسير الاتصال الصادر عنهم، وبصفة خاصة ذلك المتعلق بالمشاعر والانفعالات" .

٣- **الضبط الانفعالي:** عبارة عن ضبط وتنظيم التعبيرات غير اللفظية والانفعالية، ويشتمل الضبط الانفعالي على القدرة على إخفاء الملامح الحقيقية للانفعلات، والقدرة على التحكم فيما يشعر به الفرد من انفعالات مع عمل قناع مناسب للموقف الاجتماعي.

٤- **التعبير الاجتماعي** :هو مهارة التعبير اللفظي والقدرة على لفت أنظار الآخرين عند التحدث فى المواقف الاجتماعية ، وترتبط الدرجات العالية على مقياس التعبير الاجتماعي بالطلاقة اللغوية ، والقدرة على بدء المحادثات ، والقدرة على التحدث بتلقائية فى موضوع معين ، والظهور العام للانبساط والاجتماعية، كما يتميزون بالمهارة فى استهلال وتوجيه الحديث فى أي موضوع ، أي أن هذا الشخص الذى يجيد هذه المهارة هو المتحدث البارع ، ذو الطلاقة اللغوية ، الذى يستطيع السيطرة على الحديث ، ومثل هذا الشخص الذى يجيد هذه المهارة يكون لديه عدد كبير من الأصدقاء والمعارف.

وتعتبر إجادة أشكال التعبير الاجتماعي من المهارات الأساسية المكونة للكاريزمية، وإن كان ينبغى أن تتوافر مع مهارة التعبير الانفعالي والحساسية لانفعالات الآخرين والضبط الانفعالي، وإلا قد تنشأ عنها آثار سلبية .

٥- **الحساسية الاجتماعية** : وتعنى القدرة على تفسير التواصل اللفظي أثناء التفاعل مع الآخرين ، فالأفراد الذين يتميزون بحساسيتهم الاجتماعية يتسمون بالتزامهم بالسلوك الاجتماعي وحساسيتهم ووعيهم بما يفعلونه ، كما أن لديهم القدرة على الإنصات (الاستقبال) اللفظي والحساسية والوعي بالقواعد المستترة وراء أشكال التفاعل الاجتماعي، والفهم الكامل لآداب السلوك الاجتماعي، والاهتمام بالسلوك بطريقة لائقة فى المواقف الاجتماعية، فالأشخاص ذوو الحساسية الاجتماعية يكونون منتبهين جيدا للسلوك الاجتماعي، ولديهم شعور ووعي مناسب بسلوكهم (أفعالهم) ، وهذه المهارة هي ما يجعل الأشخاص الكاريزميين يبدون للأشخاص العاديين كعباقرة اجتماعيين .

٦- **الضبط الاجتماعي:**هو أداء الدور والتقديم الذاتي للمجتمع ، ويتميز الأشخاص الذين لديهم هذه المهارة، بأنهم يمكنهم القيام بأدوار اجتماعية متنوعة بكل حنكة ولياقة ،ولديهم

القدرة لكي يكيفوا سلوكهم الشخصي عموما، ويتصفون بالثقة بالنفس فى مواجهتهم للمواقف الاجتماعية ، ويستطيعون أن يحققوا الانسجام مع أى نوع من المواقف الاجتماعية بمجرد أن يوضعوا فيها ، كما يعد الضبط الاجتماعي مهما فى ضبط الاتجاه والمحتوى فى التفاعلات الاجتماعية، وهو أيضا مهم لتنظيم عملية الاتصال فى التفاعل الاجتماعي.

٧- **المراوغة الاجتماعية** :هى "الرغبة أو الميل لمراوغة الآخرين أو التلاعب فى جوانب الموقف الاجتماعي للحصول على نتائج مقبولة للفرد". **(محمد السيد عبد الرحمن ،١٩٩٢) و (السيد إبراهيم السمادونى ، ٢٠١٠)**

(٣) صورة الذات :

تستخدم صورة الذات غالبا فى الأدبيات للدلالة على مفهوم الذات؛ حيث إنها تنظيم فينومينولوجى (ظاهراتى) لخبرات الأفراد وأفكارهم الخاصة بأنفسهم فى جميع جوانب حياتهم، وتتكون صورة الذات بصفة رئيسية من ثلاثة أنواع أو أنماط، وهى صورة الذات الناتجة عن رؤية الفرد لنفسه، وكيفية رؤية الآخرين له، وإدراك الفرد لكيفية رؤية الآخرين له ، كما أن صورة الذات تؤثر على تفكير الفرد وشعوره وتصرفه فى العالم، وبالتالى فإنها تظهر فى كل من المجالات الاجتماعية والأداء النفسي. **(Peng, 2012,2-3)**

تمثل الذات قلب نظرية "روجرز" وهو يرى أن الذات هى كينونة الفرد، وهي تنمو وتنفصل تدريجيا عن المجال الإدراكي، وتتكون بنية الذات نتيجة للتفاعل مع البيئة، وتشمل الذات المدركة والذات الاجتماعية والذات المثالية، وقد تمتص قيم الآخرين وتسعى إلى التوافق والاتزان والثبات ، ويتكون مفهوم الذات من أفكار الفرد الذاتية المحددة الأبعاد عن العناصر المختلفة لكينونته الداخلية أو الخارجية ، وتشمل هذه العناصر المدركات والتصورات التى تحدد خصائص الذات، كما تنعكس إجرائيا فى وصف الفرد لذاته كما يتصورها هو، أي مفهوم الذات المدرك(Perceieved-Self)، والمدركات والتصورات التى تحدد الصورة التى يتصورها الآخرون، والتى يتمثلها الفرد من خلال تفاعله الاجتماعي "مفهوم الذات الاجتماعي"(Social Self-concept)،والمدركات والتصورات التى تحدد

الصورة المثالية للشخص، والتى يود أن يكون عليها "مفهوم الذات المثالي"(Ideal Self-concept)(**محمد السيد وآسيا خليفة،٢٠١٦،ط٢ ٩٧**)

فصورة الذات هي "ذلك التنظيم الإدراكى من المعاني والمدركات التى يحصلها ويكتسبها الفرد، والتى تشمل الخبرة الشخصية بالذات (الذات الشخصية)، وفكرته عن جسمه ومظهره الخارجى (الذات الجسمية) ، وإحساسه بالملاءمة والكفاية والجدارة بقيمته، بوصفه عضو فى أسرة (الذات الأسرية) ، وإدراكه لذاته فى علاقته بالآخرين (الذات الاجتماعية) ، والإحساس بقيمته الأخلاقية وعلاقته بالله (الذات الأخلاقية)". **(أماني زاهر ، ٢٠١١)**

كما أنها "التصور(التخيل) العقلي لهذا الوعاء النفسي الذى يحوي جميع ما للفرد من مكونات نفسية، بأبعادها المختلفة(الجسمية- العقلية- اللغوية- الانفعالية – الاجتماعية- الخلقية) بحيث تتكامل هذه الأبعاد لترسم صورة عقلية كاملة عن هذه الذات، والذى يتمثل فى القبول أو الرفض – التام أو الجزئي لهذه الصورة من قبل الفرد نفسه "

(زينب محمد،٢٠٠٨ ، ١٦١)

إن الذات المثالية تتمثل فى أن كلًا منا لديه فكرة عن نوع الشخص الذى يتمنى أن يكونه، إنها الذات التى يقدرها الفرد حق قدرها، ويرغب فى أن يحوزها، والتى يضع لها أعلى قيمة لنفسه، وكلما اقتربت الذات المثالية من الذات الواقعية أصبح الشخص محققا ذاته منجزا وسعيدا، أما المفارقة الكبيرة بين الذات المثالية والذات الواقعية، فيترتب عليها أن يكون الشخص تعيسا غير راض عن حياته. ووفقا لنظرية روجرز، فإن الفرد يقدر كل خبرة فى علاقاتها بمفهوم الذات لديه ، كما أن الناس يريدون أن يتصرفوا بطرق تتسق مع صورة ذواتهم وخبراتهم ومشاعرهم، وتتسبب الخبرات والمشاعر غير المتسقة فى تهديد بالنسبة للشخص، وقد ينكر الشعور الاعتراف بها ، والذات عند روجرز هى النواة، لها خصائص عدة منها :(أ) أنها تنمو من تفاعل الكائن العضوى مع البيئة (ب) أنها قد تمتص قيم الآخرين وتدركها بطريقة مشوهة (ج) أنها تنزع إلى الاتساق (د)أن الكائن العضوى يسلك بأساليب تتسق مع الذات (هـ) أن الخبرات التى لا تتسق مع الذات تدرك بوصفها تهديدات (و) أنه قد تتغير الذات نتيجة للنضج والتعلم (**أحمد محمد عبد الخالق،٢٠١٦، ٣٥٦**)

للعوامل المتعلقة بنشأة الفرد تأثير قوي على نمو صورة الذات، ونظرا للتغيرات السريعة الحيوية والإدراكية التى تحدث أثناء البلوغ ، فإنه من الضروري وضع تغير النمو فى الاعتبار عند دراسة نمو صورة الذات أثناء المراهقة المبكرة ، حيث تتعلق بالبلوغ تغيرات رئيسية فى المظهر والسمات الجنسية، ويتحول الطفل إلى راشد أو بالغ جسديا من حيث الحجم والخصائص الجنسية الثانوية والقدرة على التناسل ، ويعتبر الانشغال بصورة الجسد والجانب الجنسي من العوامل المؤثرة على صورة الذات، ونظرا للتغيرات التى تحدث أثناء المراهقة؛ فإن لإستراتيجيات التكيف وصورة الذات التى يتعلمها المراهقون فى هذه المرحلة أثرًا كبيرًا على التكيف والتوافق طوال حياته. **(Peng, 2012,11)**

وفى مرحلة المراهقة يزداد الوعي بالذات والدقة فى تقييمها ، وتمكن الذات النامية القوية المراهق من أن يؤثر فى بيئته وفى المواقف الاجتماعية، كما أنه يتعدل مفهوم الذات ويعاد تنظيمه، حيث تحدث تغيرات كثيرة داخلية وخارجية، تؤدى إلى أن يصبح مفهوم الذات أكثر تأثيرا وغير مستقر ويعاد تكامله ، ويزداد تكامل الذات مع النمو، وتتعدل صورة الذات المثالية فى مرحلة المراهقة. **(حامد زهران ،٢٠٠٥، ٤٣٧)**

بالرغم من التغير المتعلق بنمو الفرد فى البلوغ ، فإن المراهقين يمرون أيضا بتغيرات لا تقل أهمية على المستوى النفسي، ويعتبر نمو الهوية هو المفتاح لفهم النمو النفسي الاجتماعي ، وتعتبر العلاقات الاجتماعية مهمة لتنمية الهوية وصورة الذات الإيجابية مدى الحياة ، حيث إن هوياتنا يتم إرسالها إلى العالم واستقبالها أو انعكاسها إلينا فى نفس الوقت، ونحن نعتمد على كل من رؤيتنا لأنفسنا وفهمنا لكيفية رؤية الآخرين أو إدراكهم لنا .

وفي أثناء المراهقة يتم تكوين علاقات أقوى وأكثر استمرارية مع الأقران بالمقارنة بالطفولة ، حيث يسعى المراهقون إلى فرص الاستقلالية عن الوالدين ، والبدء فى تكوين هويتهم فى إطار أو سياق اجتماعي أكثر اتساعا ، كما أن هناك ثلاث تغيرات رئيسية فى السياق الاجتماعي تؤثر على صورة الذات للمراهقين، وهى : أولا: التغيرات فى المدرسة، وثانيا: التغيرات فى التفاعلات الأسرية (حيث تتطلب الحاجة المتزايدة للاستقلالية والفردية من قبل المراهق ، وأن يتم إعادة نظرة كل من الوالدين والابن فى طريقة وأسلوب العلاقة بينهم ، وخاصة العلاقة القائمة على الثقة والمساندة ، وأخيرا: التغيرات فى العلاقات

بالأقران؛(حيث تصبح هذه العلاقات أكثر حميمية وأهمية، فهم يحتاجون لهذه العلاقات من أجل مساعدتهم على تكوين الهوية من خلال تبادل الأفكار والآراء والقيم مع الأقران).
(Peng, 2012, 13-14)

وتنمو صورة الذات من خلال التفاعل الاجتماعي ، وذلك أثناء وضع الفرد في سلسلة من الأدوار الاجتماعية تحركه فى الإطار الاجتماعي الذي يحيا فيه، فيتعلم أن يرى نفسه كما يراه رفاقه فى المواقف الاجتماعية المختلفة ، وفى كل منها يتعلم المعايير الاجتماعية والتوقعات السلوكية التى يربطها الآخرون بالدور،فلا نستطيع أن نفهم سلوك الفرد إلا فى ضوء الصورة الكلية التى يكونها الفرد عن ذاته وما يحيط به، وليس من الضروري أن يكون هذا المفهوم على المستوى الشعورى فحسب، بل تتداخل فيه عوامل متعددة تسهم فى تشكيله وتطويره.(**سعاد جبر،٢٠٠٨، ١٦٢- ١٦٥**)

أبعـــاد صـــورة الـــذات :

١- **ضبط الدافع** : وهو يعنى مدى قوة الأنا لدى المراهق لمواجهة الضغوط المختلفة التى توجد فى البيئات الخارجية والداخلية .

٢- **النغمة الانفعالية :** وهو يعنى درجة الانسجام الوجداني داخل البناء النفسي ، ومدى التقلب في العواطف بالمقارنة مع المشاعر التى تظل ثابتة .

٣- **صورة الجسم والذات :** ويرتبط بمدى توافق المراهق مع جسمه، ويعكس فكرة الفرد عن جسمه، وحالته الصحية، ومظهره .

٤- **العلاقات الاجتماعية :** ويتعلق بعلاقة الفرد بالآخرين وأنماط الصداقة ، ويعكس إدراك الفرد لذاته فى علاقته بالآخرين .

٥- **الأخلاقيات:** مدى نمو الضمير أو الأنا الأعلى ، ويعكس وصف الفرد لذاته من خلال إطار مرجعي وأخلاقي .

٦- **الاتجاهات الجنسية :** وتعنى مشاعر المراهق نفسه واتجاهاته وسلوكه نحو الجنس الآخر.

٧- **العلاقات العائلية:** وتعنى كيفية شعور المراهق نحو والديه ونوع علاقاته بهما ، كما يدرس أيضا الجو الانفعالي فى المنزل ، كما أنها تعكس أيضا مشاعر الفرد وإحساسه بقيمته فى علاقته بأقرب الناس إليه .

٨- **التمكن من العالم الخارجي:** ويعنى تكيف المراهق مع بيئته، ومدى قدرته على التعامل مع الإحباطات الناتجة عن العالم الخارجي.

٩- **الأهداف المهنية / التربوية :** ويعنى كيفية تحقيق المراهق النجاح فى إنجاز مهام التعلم والتخطيط لمستقبل مهني.

١٠- **الصحة الانفعالية:** ويعنى غياب المرض النفسي الشديد .

١١- **التوافق الأعلى :** ويشير إلى كيفية تعامل المراهق مع نفسه ومع الآخرين وهذا البعد يرتبط بقوة الأنا .

١٢- **المثالية:** ويشير إلى المثل العليا للمراهق واستعداده لمساعدة الآخرين واهتمامه بمشكلاتهم الاجتماعية.

(عبد الرقيب البحيرى ومصطفى الحديبي ،٢٠١٥)

(٤) المهارات الاجتماعية وصورة الذات لدى مضطربي الشخصية التجنبية :

يبدأ نمو المهارات الاجتماعية فى المنزل وسط الأسرة ، ومعظم الأفراد يكونون علاقاتهم الاجتماعية الأولى مع الوالدين والإخوة ،وتمثل المراهقة عمر الانفصال عندما يبدأ المراهق فى إقامة علاقات اجتماعية وثيقة خارج وحدة الأسرة، ويستمر نمو المهارات الاجتماعية فى هذا الوقت، حيث يتعلم الشباب من خلال النمذجة والتعزيز والمحاولة والخطأ داخل جماعات الأقران، ويتم استشكاف الأدوار وصورة الذات فى بيئة آمنة نسبيا، كما أن المراهقين عندما يطورون مهاراتهم الاجتماعية فإن ذلك يساعدهم فى النجاح فى المواقف والعلاقات مع الراشدين، أما المراهقون الذين يفشلون فى تطوير مهارات اجتماعية سوية ، فيواجهون صعوبة فى علاقاتهم مع الراشدين وفي التفاعل الاجتماعي العام ، وقصور المهارات الاجتماعية يظهر لدى المراهقين ذوي السلوك المعادي للمجتمع، أو الذين يفشلون فى القيام بالسلوكيات الملائمة ، ويرجع هذا القصور إلى نقص فرص التعلم أو النماذج المحددة للسلوك الملائم. **(Matin, 2008, 15-21)**

ويرتبط انخفاض المهارات الاجتماعية بذوى اضطرابات الشخصية، وبالأخص ذوي اضطراب الشخصية التجنبية حيث إن الشخص الذي يعاني من اضطراب الشخصية التجنبية، يسعى لتحقيق هدف الاستقلال المالي، وتوسيع علاقاته الاجتماعية، وذلك من خلال شبكات

التواصل الاجتماعي، وذلك يتم بمجرد إحساسه بالراحة أثناء المشاركة فى شبكات التواصل الاجتماعي. **(Hofmann, 2007, 349)**

أما عند عدم إحساسه بالراحة، فإنه يفضل العزلة والانطواء . وهذا ما أوضحته دراسة روح الفؤاد، حيث أكدت أن الزوجة التى تعانى من اضطراب الشخصية التجنبية، تميل دائما إلى العزلة والانطواء ، وتعانى من نقص المهارات الاجتماعية وعجز في التواصل مع الآخرين، مما يؤدى إلى البعد عن الآخرين، وسوء إدراك العلاقة بالزوج ، كما يؤكد Meyer ,1994 أن مضطربي الشخصية التجنبية يتسمون بالخجل والصراع بالنسبة للعلاقات الشخصية المتبادلة، حيث يرغب الشخص فى تكوين تلك العلاقات ويحجم عنها فى نفس الوقت. **(روح الفؤاد محمد ،٢٠٠٦، ٥٠)**

وهذا يؤكد أن لدى مضطربي الشخصية التجنبية قصور فى العلاقات الاجتماعية بوجه عام والحميمية بوجه خاص، كما أن اضطراب الشخصية التجنبية يبقى الفرد فى تجنب منظم من الاتصالات الاجتماعية ، والدخول فى تفاعلات اجتماعية ، ويجنبه الاشتراك فى الأنشطة الاجتماعية، أي أنه يكون لديه نقص فى مهارات التواصل الاجتماعي، ويتجنب مخالطة الناس، ولديه شعور بعدم الثقة بنفسه ، وذلك بسبب التوقع الدائم لاحتمال تلقيه السخرية والنقد والرفض من الآخرين. **(عبد المحسن مسعد إسماعيل، ٢٠١٢، ٢)**

فالأفراد ذوو اضطراب الشخصية التجنبية، لديهم مخاوف أكبر من التفاعل مع الآخرين كالتحدث مع المسئولين ، وكذلك الملاحظة (مثل الأكل أوالشرب أو الكتابة أثناء مراقبة الآخرين لهم) ، أي أن لديهم مهارات اجتماعية ضعيفة .

(Cox; Pagura; Stein Sareen, 2009,349)

فالشخص التجنبي يعاني بشدة من القلق وعدم الرضا عن النفس، بسبب خوفه من إقامة العلاقات الاجتماعية مع أنه يتمنى ذلك ولكن خوفه من الإحراج ومن سخرية الآخرين له أو تقييمهم السلبي لتصرفاته يعيقه تماما ويشعر هذا الشخص بالقلق الدائم ، ويعتقد أنه أقل من الآخرين وهو يتجنب الاحتكاك المباشر مع الآخرين ، وليس لديه استعداد لكسب صداقة أحد، ما لم يكن متأكد جدا من أنه سيكون محبوبا بالفعل لديه ، كما أنه يتجنب المناسبات الاجتماعية . (**عبدالمحسن مسعد اسماعيل ،٢٠١٢، ١٤)**

وتتميز هذه الشخصية بالكف الاجتماعي والتجنب، وعلى الرغم من الخجل الذي تبديه هذه الشخصية ، فإنها تبدي رغبة كبيرة للمصاحبة، ولكنهم يحتاجون إلى ضمانات قوية وغير عادية من القبول غير الناقد ، كما أنهم يتوترون فى المواقف الاجتماعية خوفا من قول كلام غير مناسب أو عدم القدرة على الإجابة عن سؤال ،ويتجنبون الوظائف والأنشطة الاجتماعية التى تتطلب الاحتكاك مع الآخرين، ويرفض هذا الشخص المضطرب الترقية التى تتطلب مزيدا من اللقاءات والاجتماعات، ولديه صديق مقرب أو اثنان على الأكثير وليس مجموعة من الأصدقاء، لذا فهو مرتبط بهذا الصديق جدا، فإذا حضر احتفالا أو مناسبة نجده، وإذا لم يحضر فلا يحضر هذا المضطرب وإن كانت تخص حتى عائلته، ويصاحب اضطراب الشخصية التجنبية أعراض الاكتئاب والقلق والغضب، بسبب الفشل فى العلاقات الاجتماعية . (**السيد كامل** ، ٢٠١٠، ٢٦٣)

كما أن الأشخاص ذوي اضطراب الشخصية التجنبية عادة ما يرون أنفسهم غير أكفاء ، ويخافون بشكل كبير من النقد والرفض وعدم القبول ، وهم يرغبون فى أن يحبهم الآخرون ويتصلون بهم، ولكن أحداث الحياة جعلتهم يعتقدون أنه لا يمكن الوثوق بالآخرين وأنهم سيرفضونهم، فيعرضون عن إقامة العلاقات حتى يحموا أنفسهم من التغذية الراجعة السلبية ، وبالتالى يستخدمون الخيال للتحرك عبر الحياة ، ، ويمتنعون عن خوض أى مغامرات للقيام بأنشطة جديدة ، وغالباً لا يقيمون أية علاقات مستقرة ومتبادلة. **(Fink, 2008)**

إن الأشخاص المصابين باضطراب الشخصية التجنبية شديدو الحساسية للتقييم السلبي، ولأنهم يعتبرون أنفسهم غير أكفاء اجتماعياً أو غير مقبولين على المستوى الشخصي، فإنهم يتجنبون التفاعل الاجتماعي (المهني والحميم وحتى العام) ، فهم مقيدون فى المواقف الاجتماعية، وذلك بسبب خوفهم المبالغ من قول أي كلام قد يكون ذا معنى سخيف، والخوف من الإحراج أو من إظهار علامات أخرى للقلق ، ويعتقدون أنهم أقل مرتبة من الآخرين ويتوقعون أن هذا سيؤدى إلى ظهورهم بصورة سخيفة وإذلالهم ورفضهم من قبل الآخرين ، هذه المخاوف تجعلهم يتجنبون المواقف الاجتماعية إلا إذا ضمنوا التقبل أو النجاح، وبالرغم من عزلتهم عن الآخرين فإنهم لا يزالون يرغبون فى الاتصال الإنسانى بعمق، وغالباً ما يصفون أنفسهم بأنهم وحيدون. **(Pos, 2014)**

كما أن ذوي اضطراب الشخصية التجنبية يعانون من صعوبات فى الانفتاح الانفعالي أو العاطفي على الآخرين ، وهو مكبوتون اجتماعيا ، ويخافون من أن يسخر منهم الآخرون أو يهينونهم ، ويشعرون بالقلق من الانتقاد والرفض، ونتيجة للخجل والوحدة يشعرون بالدونية وانعدام القيمة ، ويعانون من سمات التبعية ، ويتجنبون الخلاف مع الآخرين خوفا من الهجر أو فقدان المساندة ، ويميلون إلى إرضاء الآخرين إلى حد قبول بمهام مهينة، وعندما ينهون علاقاتهم العاطفية، فإنهم يبدؤون سريعا فى علاقة أخرى خوفا من الوحدة .
(Dimaggio etal , 2015,161-162)

"ويوضح **ريجيو** أن القدرة على التعبير الانفعالي من أقوى الأبعاد المتصلة بالنجاح الاجتماعي ، فللتعبير الانفعالي دور مهم فى إقامة الصلات الوجدانية بالآخرين ، وتؤدى عدم القدرة على التعبير الانفعالي بتلقائية وصدق إلى سوء الفهم بين أطراف التفاعل الاجتماعي، مما يؤدى إلى تفكك الصلات الاجتماعية والروابط الاجتماعية والروابط الوجدانية". (**محمد السيد عبد الرحمن ،١٩٩٢**)

ومن ضمن العلاجات التى تتعامل مع مرضى اضطراب الشخصية التجنبية العلاج النفسي، والعلاج الجدلي السلوكي، والعلاج القائم على التعقل، والتدريب على المهارات الاجتماعية، والعلاج المعرفي السلوكي. **(Alphen, 2011, 662)**

وهذا يعنى أنهم يفتقرون إلى المهارات الاجتماعية، ويحتاجون أثناء علاجهم إلى التدريب على المهارات الاجتماعية حتى يتم اكتسابهم لها .

ويؤثر الدور الاجتماعي فى مفهوم الذات، حيث تنمو صورة الذات خلال التفاعل الاجتماعي، أثناء وضع الفرد فى سلسلة من الأدوار الاجتماعية ، وأثناء تحرك الفرد فى إطار البناء الاجتماعي الذى يعيش فيه ، فإنه عندما يوضع فى أنماط من الأدوار الاجتماعية منذ طفولته وأثناء تحركه خلال هذه الأدوار، يتعلم أن يرى نفسه كما يراه رفاقه فى المواقف الاجتماعية المختلفة، وفى كل منها يتعلم المعايير الاجتماعية والتوقعات السلوكية التى تربط الآخرين بالدور ، كما أن التصور الذات من خلال الأدوار الاجتماعية ينمو مع الذات. (**حامد زهران ،٢٠٠٥، ٤٣٨**)

إن الأفراد ذوي اضطراب الشخصية التجنبية أكثر إصابة بالاكتئاب، وأحد الاحتمالات التى تفسره هى صورة الذات السلبية؛ حيث يظهر انتقاد الذات فى وصف الأفراد ذوي اضطراب الشخصية التجنبية. **(Cox; Pagura; Stein Sareen, 2009, 349)**

يتضمن هذا الاضطراب " مشاعر عدم الكفاءة " ورؤية الذات على أنها غير كفء اجتماعياً وغير مقبولة، وأنها أدنى من الآخرين ، وبالتالى يمكن القول بأن اضطراب الشخصية التجنبية هو " اضطراب تقدير الذات المنخفض " ، فتقدير الذات يعتبر مقياسا نفسيا يراقب جودة علاقات الناس بالآخرين ، ولأن الأشخاص ذوي هذا الاضطراب يرغبون فى الاندماج ولكنهم غير ناجحين فى تحقيق أهداف الحميمية، فإنه يمكن أن يكون تقدير الذات لديهم منخفض بشكل مزمن. **(Meyer, 2002, 172-176)**

فالمرضى ذوو اضطراب الشخصية التجنبية يميلون إلى الإفراط فى تنظيم الحالات الوجدانية، مع التأمل الذاتي المحدود والمخططات بين الشخصية الضيقة أو المقتضبة ، ويعانون من صعوبات فى تسمية المشاعر ووصفها للآخرين واستخدام الانفعالات كمصدر ثابت للمعلومات ، ويمكن أن يواجهوا صعوبة فى فهم العلاقات السببية بين الأفكار والانفعالات والأفعال، وهم يعتمدون غالبا على المعايير العامة لإدراك الحياة الاجتماعية ، ويتوقعون أن الآخرين سيرفضونهم ويتجاهلونهم وينتقدونهم بقسوة ، وبشكل عام فإن صورة ذاتهم هى صورة شخص غير جدير بالحب ، ومنعزل ومبتعد ومختلف وغريب وغير قادر على الارتباط ، لذلك فإن الخبرة الذاتية تملؤها مشاعر الخجل والإحراج والخوف من الحكم والإذلال ، كما انهم يشعرون بالوحدة ولكنهم فى نفس الوقت يبحثون عن العزلة لحماية أنفسهم من الانتقاد والرفض، ومع ذلك فهم يرون أن الآخر مستبد أو طاغية ، ولأنهم لا يستطيعون التصرف بتوكيدية، فإنهم يتذبذبون بين الخضوع والإذعان، وبين التمرد والحاجة الشديدة للحرية ، ويخافون من أن يؤدي غضبهم إلى إيذاء الآخر أو أن يتم الهجوم عليهم بطرق تدمر الآخر، وبالتالى يكبتون الغضب، ولكنهم ينفجرون أحيانا بشكل يهدد أي علاقة حميمية قائمة. **(Dimaggio et al., 2015, 158)**

ويعيش الشخص التجنبي فى ظل تقدير الذات المنخفض ، حيث إنه يخشى أن يتم تقييمه واكتشاف احتياجاته أو النقص الذى يعاني منه ، ويعتقد **Mosack** أن الشخص التجنبي

لا يخاف فقط من الرفض الناتج عن التقييم السلبي ، وإنما يخاف من الموقف التقييمي المدرك ذاته ، وهذه الخبرة عن التقييم المتوقع والتقييم الذى يخاف منه الشخص هو محور مدخلى لوصفAPD، فى احدى الجلسات بكت **ريتا** عندما أخبرتنى أنها لن تدع أى شخص يعرفها لأنها خائفة من ألا تكون " جيدة بما يكفى "وإن بمجرد معرفة الآخرين لها يشعرها بالتهديد، كما ذكر **Erikson** أن القضية الأولى أو الرئيسية فى مرحلة النمو الأولى هى الثقة فى مقابل فقدان الثقة، بالإضافة إلى عدم الثقة فى الآخرين، فإن الفرد يشعر بأنه غير جدير بثقة الآخرين ، **على سبيل المثال شعرت ريتا بأنها فاشلة كصديقة ، بالرغم من أن الآخرين يعرفونها ويعتبرونها معطاءة وطيبة، ولكنها لا تدرك ذلك، وبدا أنها تقلل من قيمة جهودها. (Mosack, 1999, 16).**

سادسا : الدراســات السابقــة :

دراسة (Vasile, et al ,2013) هدفت إلى تقييم فعالية التدريب على المهــارات الاجتماعية فى سمات اضطراب الشخصية التجنبية وتشوهات صورة الذات تحديدا ، وتكونت مجموعة الدراسة من ١٢ مفحوصًا من ذوي اضطراب الشخصية التجنبية، تــم تشخيصــهم باستخدام المقابلة الإكلينكية، وتم إشراكهم فى برنامج للعلاج النفسي يركــز علــى تــدريب المهارات الاجتماعية، بواقع جلستين أسبوعيا لمدة ٣ أشهر مع زيارة للمتابعة بعد ٦ أشــهر من البداية ، وشارك المفحوصون فى علاج فردي لمدة ١٢ جلسة وجماعي لمدة ١٢ جلسة ، وتمت مراقبتهم باستخدام مقابلة شبه مقننة تركز على المخططات الإدراكية التجنبية وصورة الذات المرتبطة بالإدراكات الآلية ، وأكدت نتائج الدراســة أن للتــدريب علــى المهــارات الاجتماعية أثرًا إيجابيا على صورة الذات، بحيث قلل من عــدم الراحــة نتيجــة التعــرض الاجتماعي والشعور بعدم الكفاءة فى علاقات المرضى مع الآخرين .

دراسة (Vasile,et al, 2014) هدفت إلى تقييم فعالية برنامج للتدريب على المهارات الاجتماعية، على سمات اضطراب الشخصية التجنبية الكلية وأعراض الاكتئاب وتشوهات صورة الذات تحديدا، بالمقارنة بالرعاية المعيارية (الزيارات المخططة للأطباء النفسيين) بين المرضى الذين يعالجون بمضادات الاكتئاب ، وتكونت مجموعة الدراسة من ١٨ مفحوصا من ذوى اضطراب الشحصية التجنبية، تم تشخيصهم باستخدام المقابلة الكلينيكية واضطراب الاكتئاب الرئيسي، وحصلوا على برنامج للتدريب على المهارات

الاجتماعية بواقع جلستين أسبوعيا لمدة ٣ أشهر، مع زيارة للمتابعة بعد ٦ أشهر ، وحصل جميع المشاركين على علاج متزامن بنوع جديد من مضادات الاكتئاب ، وتمت مراقبة هؤلاء المفحوصين باستخدام مقابلة شبه مقننة لسمات اضطراب الشخصية التجنبية ومقياس هاملتون للاكتئاب ، وأظهرت نتائج الدراسة أن التدريب على المهارات الاجتماعية، قلل من حدوث عدم الراحة المرتبط بالتفاعل أو التعرض الاجتماعي وإدراكات صورة الذات الموضحة ذاتيا، وقلل كذلك من أعراض الاكتئاب ، كما كان للتدريب على المهارات الاجتماعية أثر إيجابي على صورة الذات، بحيث قلل من عدم الراحة الاجتماعية ومشاعر عدم الكفاءة فى علاقات المرضى، كما قلل من أعراض الاكتئاب.

دراسة (Chambless , et al , 2008) استهدفت التعرف على الفرق بين المشاركين ذوى اضطراب الفوبيا الاجتماعية وذوى اضطراب الشخصية التجنبية فى المهارات الاجتماعية وتقدير الذات، والحساسية المفرطة للتقييم السلبي والحاجة إلى الاطمئنان لإعجاب أو قبول الآخرين قبل الدخول فى علاقة، والخوف من الإهانة أو الإذلال عند الارتباط بالآخرين، والكبت الاجتماعي الشامل، وتوقع قسوة ورفض الآخرين .

وبمقارنة مجموعات الأفراد ذوي الفوبيا الاجتماعية واضطراب الشخصية التجنبية من حيث (الشدة المقاسة من خلال مقاييس الفوبيا الاجتماعية والخصائص المتصلة بها – شدة الأمراض النفسية المرتبطة بها – المهارات الاجتماعية) ، وأكدت نتائج الدراسة أن ذوى اضطراب الشخصية التجنبية يخافون من التقييم السلبي والخجل ، كما أن لديهم تقديرا ضعيفا للذات، وهو ما يعد سمة رئيسية لذوي اضطراب الشخصية التجنبية ، كما أن اضطراب الشخصية التجنبية أشد من اضطراب الفوبيا الاجتماعية ، وأن المرضى ذوى اضطراب الشخصية التجنبية كانوا أقل فى المهارات الاجتماعية عن المرضى ذوي الفوبيا الاجتماعية .

دراسة (Simon, 2009) استهدفت دراسة أثر العلاج بالمداخل المعرفية السلوكية والنفسية الديناميكية وكذلك التدريب على المهارات الاجتماعية لدى ذوى اضطرابات الشخصية – المجموعة c ، وأكدت نتائجها أن مقابلة المفحوصين ذوي المشكلات المتشابهة والتحدث معهم هو العامل الأكثر فائدة فى تقليل عزلتهم الاجتماعية، وأن ذلك ملائم بشكل خاص لمرضى اضطراب الشخصية التجنبية، حيث ذكر ذوو اضطراب الشخصية التجنبية

أنهم يشعرون بالاختلاف عن الآخرين ، كما أن المرضى الذين يحصلون على التدريب على المهارات الاجتماعية يستمرون فى التقدم أثناء المتابعة ، وأن المهارات المتعلمة يمكن أن تكون مسئولة بشكل مباشر عن التقدم المستمر، حيث ارتفع نشاط المفحوصين أو العامل الدفاعي المرتبط بالرضا عن إتقان مهارات تكيف جديدة لديهم ، كما أن المداخل المعرفية والسلوكية والديناميكية النفسية بالإضافة إلى التدريب على المهارات الاجتماعية هى الأفضل بشكل عام لمرضى المجموعة C .

سابعا: فـــروض البحـــث :

فى ضوء الإطار النظرى ونتائج بعض البحوث السابقة، يمكن صياغة الفرض التالى :

- تسهم المهارات الاجتماعية (قيد البحث) فى التنبؤ بصورة الذات :الدرجة الكلية / الأبعاد لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية.

ثامنا : إجراءات البحث :

أ- **منهج البحث** اعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي، وذلك لمناسبته لعينـــة البحـــث وهدفه.

ب- **عينة البحث** تكونت عينة البحث النهائية من (٩٩) طالبا جامعيـــا بـــالفرقتين الأولـــى والثانية من المرحلة الجامعية، تتراوح أعمارهم ما بين (١٩-٢٠ سنة) بمتوسط عمرى ١٩.٥ ، حيث قامت الباحثة عند اختيارها لعينة الدراسة باختيـــار العينـــة بنـــاء علـــى الإرباعى الأعلى لعينة قوامها (٤١٨) طالبا، وتفصيل عينة الدراسة النهائية كما يلى:

جدول (٥) يوضح عينة الدراسة

الفرقة	النوع	العدد
الفرقة الأولى كلية التربية	ذكور	١١
	إناث	٤٨
الفرقة الثانية كلية التربية	ذكور	٦
	إناث	٣٤
المجموع		٩٩

ج- أدوات البحـــــث :

١- مقياس المهارات الاجتماعية إعداد/السيد إبراهيم السمادونى ٢٠١٠

قام **السيد ابراهيم السمادونى** بإعداد مقياس المهارات الاجتماعية لتعرف مستويات المهارات الاجتماعية الأساسية للأفراد ، والمقياس يتكون من (٧ مقاييس فرعيـــة) تقـــيس مهارات معينة وهم (التعبير الانفعالي – الحساسية الانفعالية – الضبط الانفعالي – التعبيـــر الانفعالي – التعبير الاجتماعي – الحساسية الاجتماعية – الضبط الاجتمـــاعي – المراوغـــة الاجتماعية) ، وقد تكونت الأداة فى البداية من ١٠٠ عبارة، وتم تعديلها وتطويرهـــا حتـــى وصلت فى صورتها النهائية إلى ١٠٥ عبارة ، ويتم تقدير المفحوص فى كـــل فقـــرة مـــن فقرات المقياس على مقياس مكون من تسع نقاط وفقا لدرجة مطابقة تلك الفقرة له .

وقام معد المقياس بحساب ثباته على عينة من طلاب الجامعة بالفرقة الأولى بطريقة إعادة التطبيق، وبلغ معامل الثبات (٠.٨٠) ،بينما تراوحت معاملات ألفـــا بـــين (٠.٧٨- ٠.٨٥) ، كما قام معد المقياس بحساب صدقه باستخدام صدق التكوين وصدق التمييز، ووجد أن المقياس يتمتع بدرجة صدق عالية .

ثم قامت الباحثة بإعادة حساب صدق وثبات المقياس بالطرق التالية :

١- صدق المقياس : اعتمدت الباحثة فى التحقق من صدق المقياس على صدق المحك:

قامت الباحثة بحساب صدق المقياس بطريقة صدق المحك وذلك بتطبيق مقياس المهارات الاجتماعية إعداد السامدونى ومقياس ندي نصرالدين عبدالحميـــد(٢٠١٢م)علـــى **عينـــة قوامها ٩٠ طالب وطالبه** من طلاب المرحلةالجامعيه ، وحساب معامل الارتبـــاط بـــين درجات الطلاب عى المقياسين ، وكان **معامل الإرتباط ٠.٦٣١** وهو معامل ارتباط دال عند مستوى ٠.٠١، وهذا يدل على صدق المقياس .

٢- ثبات المقياس : اعتمدت الباحثة فى التحقق من ثبات المقياس على :

أ- حساب الثبات عن طريق إعادة تطبيق المقياس بفاصل زمني (١٥) يومًا بين التطبيقـــين الأول والثاني ، وكان معامل الارتباط بين درجات الأفراد في التطبيقين هو (٠.٧٣٧) وهو معامل ارتباط دال عند مستوى (٠.٠١).

ب- حساب معامل ثبات ألفا لأبعاد المقياس كل على حدة، وبيان ذلك كالتالى :

جدول(٦) لحساب معامل ثبات ألفا لكل بعد من أبعاد مقياس المهارات الاجتماعية على حدة

البعد	معامل ثبات ألفا
التعبير الانفعالي	٠.٦٦٩**
الحساسية الانفعالية	٠.٨٣٤**
الضبط الانفعالي	٠.٦٤٩**
التعبير الاجتماعي	٠.٦٩٦**
الحساسية الاجتماعية	٠.٨٤٩**
الضبط الاجتماعي	٠.٧٨٥**
المراوغة الاجتماعية	٠.٦٩٠**

ويتضح من الجدول السابق أن نسب معامل ألفا مرتفعة نسبيا مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

٢- استبانة أوفر لصورة الذات للمراهقين لـ / عبد الرقيب البحيري ومصطفى عبد المحسن الحديبي ٢٠١٥

اشتملت الاستبانة فى الصورة الأخيرة على ١٣٠ عبارة موزعة على ١٢ مجالا من حياة المراهق، وهي:(ضبط الدوافع – النغمة الانفعالية – صورة الجسم والذات – العلاقات الاجتماعية – الأخلاقيات – الاتجاهات الجنسية – العلاقات العائلية – التمكن من العالم الخارجي – الأهداف المهنية/التربوية – التوافق النفسى – التوافق الأعلى – المثالية) وكل عبارة من هذه المقاييس لها ٦ استجابات .

وقام معدا الاستبانة بحساب ثباتها على عينة من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية والمرحلة الجامعية ووجد أنها يتمتع بدرجة ثبات عالية ، حيث وجدا أن قيم معاملات ثبات ألفا كررونباخ لاستبانة أوفر لصورة الذات للمراهقين ومقاييسها الفرعية تتراوح من: ٠.٦٨ ** إلى ٠.٩٥**

كما قام معدا الاستبانة بحساب صدقها وذلك عن طريق حساب معامل الارتباط بين درجات المشاركين بالتقنين على استبانة أوفر لصورة الذات للمراهقين ومقاييسها الفرعية وكانت درجات الارتباط تتراوح بين :٠.٣٢** إلى٠.٦٢**

ثم قامت الباحثة بإعادة حساب صدق وثبات المقياس بالطرق التالية :

صدق المقياس : اعتمدت الباحثة فى التحقق من صدق المقياس على :

١- طريقة الاتساق الداخلى : حيث تحققت الباحثة من حساب صدق مفردات المقياس من خلال حساب معاملات ارتباط درجة كل مفردة بالبعد الذى تنتمى إليه، بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد، وذلك باعتبار أن بقية مفردات البعد محكات للمفردة، والجدول التالى يوضح ذلك.

جدول (٧) لحساب الاتساق الداخلي لمقياس صورة الذات

الأبعاد	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
البعد الأول ضبط الدافع	١	٠.٥٤٩**	٤	٠.٥٤٠**	٦	٠.٤٩٥*	٨	٠.٤٥٣**
	٢	٠.٥٣٤**	٥	٠.٥٥١**	٧	٠.٧١٠*	٩	٠.٤٥٤**
	٣	٠.٥٤٤**						
البعد الثانى النغمة الانفعاليه	١	٠.٤٧٥**	٤	٠.٥٥٢**	٧	٠.٦١٥*	١٠	٠.٦٢٣**
	٢	٠.٥٥٨**	٥	٠.٥٠٨**	٨	٠.٤٣٧**		
	٣	٠.٤٢٤**	٧	٠.٥٢٤**	٩	٠.٥٠٦**		
البعد الثالث صورة الجسم والذات	١	٠.٥٢٣**	٤	٠.٥٥١**	٧	٠.٤٩٧**		
	٢	٠.٤٤٩**	٥	٠.٥١٧**	٨	٠.٥٥٧**		
	٣	٠.٥٩٧**	٦	٠.٥٠٥**	٩	٠.٦٠٦**		
البعد لرابع العلاقات الاجتماعية	١	٠.٤٢٥**	٤	٠.٤٣٨**	٧	٠.٤٥٣**		
	٢	٠.٣٨٧**	٥	٠.٥٩٣**	٨	٠.٦٤٠**		
	٣	٠.٦٨٩**	٦	٠.٥٢٧**	٩	٠.٥٣٥**		
البعد الخامس الأخلاقيات	١	٠.٤٩٩**	٤	٠.٧٦٤**	٧	٠.٦٢٧*	١٠	٠.٥٠٢**
	٢	٠.٥١٠**	٥	٠.٥٦٩**	٨	٠.٣٦٩**		
	٣	٠.٦٣٩**	٦	٠.٥٥٧**	٩	٠.٤٤٠**		
البعد السادس الاتجاهات الجنسيه	١	٠.٤٦٨**	٤	٠.٣٩٤**	٧	٠.٦٢١*	١٠	٠.٦١٧**
	٢	٠.٤٦٢**	٥	٠.٥٨٨**	٨	٠.٦٩٧**		
	٣	٠.٦٠٩**	٦	٠.٥٠٨**	٩	٠.٥٠٥**		
البعد السابع العلاقات العائلية	١	٠.٤٩٨**	٦	٠.٣٧٧**	١١	٠.٣٩٤*	١٦	٠.٥٣٥**
	٢	٠.٣٣٤**	٧	٠.٤٣٧**	١٢	٠.٥٠٤**	١٧	٠.٦٢٠**
	٣	٠.٥١٨**	٨	٠.٤٩٧**	١٣	٠.٦٧٧**	١٨	٠.٤٧٨**
	٤	٠.٥٩٦**	٩	٠.٤٩٨**	١٤	٠.٥١٦**	١٩	٠.٤٨٨**
	٥	٠.٣١٩**	١٠	٠.٣٢٢**	١٥	٠.٥٠٥**		

الأبعاد	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
البعد الثامن التمكن من العالم الخارجى	١	٠.٤٩٦**	٤	٠.٥٣١**	٧	٠.٥٧٩**	١٠	٠.٤٠٨**
	٢	٠.٦٣٣**	٥	٠.٤٨١**	٨	٠.٤٦٧**		
	٣	٠.٤٢٤**	٦	٠.٤٣٥**	٩	٠.٥٤٥**		
البعد التاسع الأهداف المهنيه	١	٠.٤٦٠**	٤	٠.٥٢٥**	٧	٠.٧٠٩**	١٠	٠.٥٢١**
	٢	٠.٧٠٠**	٥	٠.٦٤٥**	٨	٠.٥٦٩**		
	٣	٠.٧٤٠**	٦	٠.٥٤٧**	٩	٠.٥٤٦**		
البعد العاشر المرض النفسى	١	٠.٣٦٤**	٥	٠.٦٢٠**	٩	٠.٥٤١**	١٣	٠.٤٧٩**
	٢	٠.٥٤٩**	٦	٠.٥٢٣**	١٠	٠.٥١١**	١٤	٠.٣٦٦**
	٣	٠.٥١٠**	٧	٠.٤٩٠**	١١	٠.٢٥٤**		
	٤	٠.٥٧٢**	٨	٠.٣١٦**	١٢	٠.٤٥٥**		
البعد الحادي عشر التوافق الاعلى	١	٠.٤٣٦**	٥	٠.٤٩٦**	٩	٠.٦٢٠**	١٣	٠.٦١١**
	٢	٠.٥٦١**	٦	٠.٢٤٩**	١٠	٠.٤٠٢**	١٤	٠.٤٥٦**
	٣	٠.٦٠٧**	٧	٠.٥٩١**	١١	٠.٥٤٤**		
	٤	٠.٥٢٦**	٨	٠.٧١١**	١٢	٠.٤٩٠**		
البعد الثانى عشر المثالية	١	٠.٥٦٥**	٣	٠.٥١٤**	٥	٠.٧٤٨**		
	٢	٠.٥٧٦**	٤	٠.٦٩٦**	٦	٠.٥٠٠**		

مما سبق يتضح أن العبارات دالة عند مستوى ٠.٠١

٢-الصدق التكوينى

وذلك بحساب معامل الإرتباط بين درجات الأفراد المشاركين بالتقنين على اســبيان أوفر لصورة الذات للمراهقيين ومقاييسه الفرعية ، ويوضح الجدول التالى ذلك :

جدول (٨)

قيم معاملات الارتباط بين المقاييس الفرعية لاستبانة أوفر لصورة الذات للمراهقين

م	المقاييس الفرعية لاستبانة أوفر لصورة الذات	١	٢	٣	٤	٥	٦	٧	٨	٩	١٠	١١
		ضبط الدافع	النغمة الانفعالية	النغمة الانفعالية	النغمة الانفعالية	النغمة الانفعالية	النغمة الانفعالية	النغمة الانفعالية	النغمة الانفعالية	النغمة الانفعالية	النغمة الانفعالية	النغمة الانفعالية
٢	النغمة الانفعالية	٠.٢٢ *										
٣	صورة الجسم والذات	٠.٤٢* *	٠.٤٧٠ **									
٤	العلاقات الاجتماعية	٠.٢٤*	٠.٤٨* *	٠.٤٢ **								
٥	الأخلاقيات	-٠.٣٤	٠.١٤	٠.١١	٠.١٤							
٦	الاتجاهات الجنسية	٠.١٦٧	٠.٢٦*	٠.٢٣ *	٠.١٨	-٠.٤٠						
٧	العلاقات العائلية	٠.٣٢* *	٠.٣٩**	٠.٤٦* *	٠.٣١* *	٠.٢٣*	٠.١٨					
٨	التمكن من العالم الخارجي	٠.٢٥*	٠.٣١**	٠.٣٤* *	٠.٤٠* *	٠.١٧	٠.٢٧*	٠.٢٤*				
٩	الأهداف المهنية / التربوية	٠.٩٣	٠.٣٦**	٠.٣٠* *	٠.٢١*	٠.١٣٣	٠.٢٥*	٠.٤٧**	٠.٢٩**			
١٠	الصحة الانفعالية	٠.٣٩* *	٠.٣٨**	٠.٦٣* *	٠.٣٧* *	٠.٩٣	٠.٢٢*	٠.٤٣**	٠.٥٢**	٠.٣٧**		
١١	التوافق الأعلى	٠.٢٢*	٠.١٩	٠.٣٣**	٠.٣٦* *	٠.١٢	٠.٤٥**	٠.٤٣**	٠.٦١**	٠.٣٨**	-٠.٤٤ **	
١٢	المثالية	٠.٢*	-٠.٥٤	٠.٤٢**	٠.١٨	٠.٧١	-٠.٤١**	٠.٤٥**	٠.٤٣**	٠.٤٣**	٠.٣٢ **	٠.٢٣ **

ويتضح مما سبق أن المقياس بأبعاده الفرعية يتمتع بدرجة عالية من الصدق.

ثبات المقياس : اعتمدت الباحثة فى التحقق من ثبات المقياس على :

حساب معامل ثبات ألفا لأبعاد المقياس كل على حدة، وبيان ذلك كالتالى :

جدول(٩) لحساب معامل ثبات ألفا لكل بعد من أبعاد مقياس صوره الذات على حدة

البعد	معامل ثبات ألفا
ضبط الدافع	**٠.٦٧٧
النغمة الانفعالية	**٠.٧٠٦
صورة الجسم والذات	**٠.٦٧٥
العلاقات الاجتماعية	**٠.٦٧٥
الأخلاقيات	**٠.٧٢٤
الاتجاهات الجنسية	**٠.٧٣٩
العلاقات العائلية	**٠.٨١١
التمكن من العالم الخارجي	**٠.٦٥٨
الأهداف المهنية / التربوية	**٠.٧٩٢
الصحة الانفعالية	**٠.٧٢٧
التوافق الأعلى	**٠.٧٨٥
المثالية	**٠.٦٣٢

ويتضح من الجدول السابق أن نسب معامل ألفا مرتفعة نسبيا مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

٢- حساب الاتساق الداخلي لمفردات مقياس صورة الذات ، وذلك كما يلى.

حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمي إليه فى مقياس صورة الذات ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول(١٠) يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد على مقياس صورة الذات

الأبعاد	رقم المفردة	معامل ألفا	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل ألفا	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل ألفا	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل ألفا	معامل الارتباط
البعد الأول ضبط الدافع	١	٠.٦٤٤	٠.٣٨٣**	٤	٠.٦٦٧	٠.٣٥٥**	٦	٠.٦٥٩	٠.٣١٠**	٨	٠.٦٦٦	٠.٢٧١**
	٢	٠.٦٤٨	٠.٣٦٢**	٥	٠.٦٥٢	٠.٣٤٧**	٧	٠.٥٩٩	٠.٥٦٤**	٩	٠.٦٦٠	٠.٣٠٢**
	٣	٠.٦٥٠	٠.٣٥٣**									
البعد الثانى النغمة الانفعاليه	١	٠.٦٩٧	٠.٢٩٦**	٤	٠.٦٨٢	٠.٣٧٩**	٧	٠.٦٦٧	٠.٥٦٢**	١٠	٠.٦٦٣	٠.٤٨٣**
	٢	٠.٦٧٨	٠.٣٩٦**	٥	٠.٦٨٨	٠.٣٤١**	٨	٠.٦٩٤	٠.٣٠٠**			
	٣	٠.٦٩٦	٠.٢٨٧**	٧	٠.٦٨٢	٠.٣٨٠**	٩	٠.٦٩٠	٠.٣٣٤**			
البعد الثالث صورة الجسم والذات	١	٠.٦٤٦	٠.٣٦١**	٤	٠.٦٤٠	٠.٣٩٣**	٧	٠.٦٥٥	**٠.٣١٩			
	٢	٠.٦٨٢	٠.٢١٩**	٥	٠.٦٥٨	٠.٣١٢**	٨	٠.٦٤٢	**٠.٣٨١			
	٣	٠.٦٣١	٠.٤٢٩**	٦	٠.٦٥٥	٠.٣٢٠**	٩	٠.٦٢٨	**٠.٤٨٢			
البعد الرابع العلاقات الاجتماعية	١	٠.٦٦٨	٠.٢٤٦**	٤	٠.٦٦٩	٠.٢٤٨**	٧	٠.٦٥٨	**٠.٣٠٣			
	٢	٠.٦٧١	٠.٢٢٤**	٥	٠.٦٣٧	٠.٣٩٩**	٨	٠.٦٢١	**٠.٤٦٤			
	٣	٠.٦٠٤	٠.٥٣٣**	٦	٠.٦٥١	٠.٣٣٧**	٩	٠.٦٤٥	**٠.٣٦٨			
البعد الخامس الأخلاقيات	١	٠.٧١٢	٠.٣٢٩**	٤	٠.٦٦٣	٠.٦٨٩**	٧	٠.٦٨٨	٠.٥٣٣**	١٠	٠.٧١١	٠.٣٣٤**
	٢	٠.٧٠٨	٠.٣٥٣**	٥	٠.٦٩٦	٠.٤٢٤**	٨	٠.٧٣٦	٠.١٨٠**			
	٣	٠.٦٨٣	٠.٤٩٥**	٦	٠.٧٠٢	٠.٣٩٢**	٩	٠.٧٢٤	٠.٢٥٨**			
البعد السادس الاتجاهات الجنسيه	١	٠.٧٢٧	٠.٣٣٦**	٤	٠.٧٣٥	٠.٢٠٧**	٧	٠.٧٠٦	٠.٤٨٠**	١٠	٠.٧٠٥	٠.٥٠٦**
	٢	٠.٧٣٣	٠.٣٠١**	٥	٠.٧١٩	٠.٤٠٧**	٨	٠.٦٩٠	٠.٥٨٠**			
	٣	٠.٧٠٧	٠.٤٧٢**	٦	٠.٧٢٩	٠.٣٣٦**	٩	٠.٧٢٨	٠.٣٣٩**			
البعد السابع العلاقات	١	٠.٨٠٢	٠.٤٣٥**	٦	٠.٨١٠	٠.٢٦٩**	١١	٠.٨٠٧	٠.٣١٧**	١٦	٠.٨٠١	٠.٤٢٥**
	٢	٠.٨١٢	٠.٢٣٠	٧	٠.٨٠٥	٠.٣٤٣	١٢	٠.٨٠٢	٠.٤٠٧	١٧	٠.٧٩٥	٠.٥٥٦

الأبعاد	رقم المفردة	معامل ألفا	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل ألفا	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل ألفا	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل ألفا	معامل الارتباط
العائلية			**			**			**			**
	٣	٠.٨٠١	٠.٤٥٨ **	٨	٠.٨٠٢	٠.٤٠٧ **	١٣	٠.٧٨٩	٠.٥٩٨ **	١٨	٠.٨٠٣	٠.٤٠٢ **
	٤	٠.٧٩٥	٠.٥٠٥ **	٩	٠.٨٠٢	٠.٤٠١ **	١٤	٠.٨٠٢	٠.٤٠٩ **	١٩	٠.٨٠٢	٠.٣٩٧ **
	٥	٠.٨١٣	٠.٢١١ **	١٠	٠.٨١١	٠.٢٣٠ **	١٥	٠.٨٠١	٠.٤١٩ **			
البعد الثامن التمكن من العالم الخارجى	١	٠.٦٣٤	٠.٣١٥ **	٤	٠.٦٣٠	٠.٣٣٨ **	٧	٠.٦١٢	٠.٤٣٩ **	١٠	٠.٦٤٨	٠.٢٤٠ **
	٢	٠.٦٠٢	٠.٥١٨ **	٥	٠.٦٣٣	٠.٣٢٩ **	٨	٠.٦٤٩	٠.٢٥٧ **			
	٣	٠.٦٤٩	٠.٢٤٠ **	٦	٠.٦٤٨	٠.٢٤٨ **	٩	٠.٦٢٨	٠.٣٤٩ **			
البعد التاسع الأهداف المهنيه	١	٠.٧٩٠	٠.٣٢١ **	٤	٠.٧٩١	٠.٣٥٣ **	٧	٠.٧٥٦	٠.٦١٣ **	١٠	٠.٧٨٣	٠.٣٨٢ **
	٢	٠.٧٥٧	٠.٥٩٦ **	٥	٠.٧٦٦	٠.٥٢٧ **	٨	٠.٧٧٦	٠.٤٤٧ **			
	٣	٠.٧٥٢	٠.٦٥٣ **	٦	٠.٧٨٨	٠.٣٧٨ **	٩	٠.٧٧٧	٠.٤٥٠ **			
البعد العاشر المرض النفسى	١	٠.٧٢٢	٠.٢٤١ **	٥	٠.٦٩١	٠.٤٩١ **	٩	٠.٧٠٢	٠.٤٢١ **	١٣	٠.٧١٢	٠.٣٤٠ **
	٢	٠.٧٠١	٠.٤٣٠ **	٦	٠.٧٠٦	٠.٣٨٤ **	١٠	٠.٧٠٦	٠.٤٢١ **	١٤	٠.٧٢٥	٠.٢٢٤ **
	٣	٠.٧٠٧	٠.٣٧٨ **	٧	٠.٧١١	٠.٣٤٧ **	١١	٠.٧٣٤	٠.١٢٠ **			
	٤	٠.٦٩٨	٠.٤٦٨ **	٨	٠.٧٣٠	٠.١٧٢ **	١٢	٠.٧١٤	٠.٣١٥ **			
البعد الحادي عشر التوافق الاعلى	١	٠.٧٨٠	٠.٣٠٨ **	٥	٠.٧٧٥	٠.٣٧٠ **	٩	٠.٧٦٢	٠.٥٣٦ **	١٣	٠.٧٦٢	٠.٥٢٢ **
	٢	٠.٧٦٩	٠.٤٣٥ **	٦	٠.٨٠١	٠.١٩٥ **	١٠	٠.٧٨٢	٠.٢٨٣ **	١٤	٠.٧٧٦	٠.٣٥٤ **
	٣	٠.٧٦٣	٠.٥١٦ **	٧	٠.٧٦٤	٠.٤٨٦ **	١١	٠.٧٧٠	٠.٤٢٠ **			
	٤	٠.٧٧٠	٠.٤٢٥ **	٨	٠.٧٥٤	٠.٦٤٥ **	١٢	٠.٧٧٦	٠.٣٦٠ **			
البعد الثانى عشر المثالية	١	٠.٦٠١	٠.٣٣٠ **	٣	٠.٦٢٠	٠.٢٧٤ **	٥	٠.٥٠١	٠.٥٧٩ **			
	٢	٠.٦٠٨	٠.٣١٦ **	٤	٠.٥٣٢	٠.٥٣٦ **	٦	٠.٦٥٢	٠.٢١١ **			

** عند مستوى دلالة ٠.٠١

فوجد أن جيع معاملات الارتباط داله احصائيا ، مما يدل علـــى الاتســـاق الـــداخلى وثبات جميع مفردات مقياس صورة الذات ،مما يدل ذلك على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

٣- مقياس اضطراب الشخصية التجنبية (إعداد الباحثة) :

أعدت الباحثة المقياس بعد الاطلاع على مقاييس اضـــطراب الشخصـــية التجنبيـــة، ومنها: **مقياس التجنب الاجتماعي والقلق إعداد واطسون وفرنـــدر(١٩٦٠) ترجمـــة بـــدر انصارى(٢٠٠٢) ، ومقياس اضطراب الشخصية التجنبية لبشـــرى إســـماعيل (٢٠١٦)، ومقياس الاضطرابات النفسية للمراهقين لعبد الرقيب البحيرى ومحمود إمـــام (٢٠١٣)** ، ولم تقم الباحثة باستخدام أي من المقاييس العربية للأسباب التالية: بالنسبة لمقيـــاس **بشـــرى إسماعيل** استخدم فيه أربعة أبعاد لقياس اضطراب الشخصـــية التجنبيـــة، وهـــي (**الكـــف الاجتماعي ، نقص الكفاءة الاجتماعية ، الانشغال بإمكانية التعرض للنقد والحساسية للتقييم السلبي ، التردد عند الدخول فى المغامرات الشخصية والأنشطة الجديدة**) ، أمـــا بالنســـبة لمقياس **الاضطرابات النفسية للمراهقين لعبد الرقيب البحيرى ومحمود إمام (٢٠١٣)** فقـــد اشتمل على ١٠ عبارات تقيس أعراض: **(الكف الاجتماعي، والخجل، والشعور بعدم الكفاءة، والحساسية للتقييم الاجتماعي، والخوف من النقد فى المواقف الاجتماعية، والقلـــق تجـــاه الحرج فى المواقف الاجتماعية)** ، فوجدت الباحثة أنه يمكن دمج بعض الأبعـــاد، واكتفـــت ببعدين لقياس اضطراب الشخصية التجنبية، وهما: **(الحساسية تجاه تقييم الآخرين، الكـــف الاجتماعي"تجنب العلاقات الاجتماعية")** فكان ذلك مبررًا قويًا للباحثة فى إعداد مقياس يخدم الدراسة الحالية ويساعد فى تحديد ذوي اضطراب الشخصية التجنبية؛ تمهيدا للوصول إلـــى نتائج الدراسة الحالية ، وبناءً على ما ورد بالإطار النظري لاضطراب الشخصية التجنبيـــة، قامت الباحثة بتحديد أبعاد المقياس كما يلي:

البعد الأول : الحساسية تجاه تقييم الآخرين : ويعني شعور الفرد بأنه معرض دائمـــا للنقـــد والتقييم السلبي من قبل الآخرين، ومحاولة تجنب ذلك قدر الإمكان حتى لا يؤدى ذلـــك إلـــى ظهوره بمظهر غير لائق.

البعد الثانى: الكف الاجتماعي"تجنب العلاقات الاجتماعية" : ويعني ابتعاد الفرد عن المواقف التى تتطلب تفاعلا اجتماعيا وعلاقات اجتماعية من أجل الابتعاد عن الشـــعور بـــ (عـــدم

الكفاءة الاجتماعية أو بالرفض وعدم الاستحسان) ، فلا يريد أن يشارك بإيجابية مع الآخرين فى المواقف المختلفة.

وصف المقاس : يتكون المقياس من ٣١ مفردة، وزعت على بعدين، هما على النحو التالي:

البعد الأول : الحساسية تجاه تقييم الآخرين (١٤ مفردة)

البعد الثاني : الكف الاجتماعي (١٧ مفردة)

طريقة تصحيح المقياس :

تتم الإجابة عن المقياس من خلال اختيار استجابة واحدة من ثلاثة بدائل على مقياس متدرج يتكون من (تصفني دائما ، أحيانا ، لا تصفني) ويتم إعطاء الدرجات كالتالى (دائما :٣ ، أحيانا :٢ ، لا :١) وبذلك تتراوح درجات الطلاب ما بين (٢٩-٨٧) درجة وتدل الدرجة المرتفعة على المقياس على اضطراب الشخصية التجنبية .

حساب صدق وثبات المقياس :

- تم عرض المقياس في صورته الأولية على عدد من السادة المحكمين من المتخصصين في مجال علم النفس والصحة النفسية وذلك للحكم على مدى صلاحيته لقياس ما وضع لقياسه، وبناءً على ذلك تم حذف بعض المفردات وتعديل أخرى.
- ثم قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية عددها (٧٢) طالبا بكلية التربية ، واتضح أن التعليمات الخاصة بالمقياس ملائمة ، وأن العبارات تتميز بالوضوح وسهولة الفهم .

صدق المقياس : اعتمدت الباحثة فى التحقق من صدق المقياس على :

أ- **التحليل العاملى :**تم التحقق من صدق مقياس اضطراب الشخصية التجنبيه من خلال استخدام التحليل العاملى الأستكشافى بطريقة المكونات الأساسية والتدوير المتعامد بطريقة الفاريمكس والجدول التالى يوضح نتائج ذلك .

جدول (١١) نتائج التحليل العاملى النهائية بطريقه المكونات الأساسية والتدوير المتعامد لمقياس اضطراب الشخصية التجنبيه(ن=١٦٤)

العامل الأول		العامل الثانى			
العبارات	التشبعات	العبارات	التشبعات	العبارات	التشبعات
١	٠.٣٣٩	١٥	٠.٦٢٤	٢٧	٠.٣٤٠
٢	٠.٣٥١	١٦	٠.٣٧٢	٢٨	٠.٣٤٨
٣	٠.٥٥٥	١٧	٠.٦٦٨	٢٩	٠.٣٧٨
٤	٠.٣٤٦	١٨	٠.٣٥٠	٣٠	٠.٤٧٤
٦	٠.٣٧٤	١٩	٠.٤١٩	٣١	٠.٥٦٦
٨	٠.٥٨٥	٢٠	٠.٤٢٨		
٩	٠.٣٢٩	٢١	٠.٣٣٠		
١٠	٠.٤٩٦	٢٢	٠.٥٢٣		
١١	٠.٣٨٩	٢٣	٠.٣٣٠		
١٢	٠.٧٣٣	٢٤	٠.٣٧١		
١٣	٠.٥٢٠	٢٥	٠.٣٣٨		
١٤	٠.٣٤٥	٢٦	٠.٥٨٨		
الجذر الكامن	٣.٧٣٢	الجذر الكامن	٣.٢٢٣		
التباين العاملى	١٢.٨٦٧%	التباين العاملى	١١.١١٥%		
التباين الكلى	٢٣.٩٨٢				

من الجدول يتضح تشبع عبارات المقياس على عاملين :

العامل الأول : حيث امتددت قيم التشبعات من٠.٣٢٩ إلى ٠.٧٣٣وبفحص مضمون تلك العبارات لوحظ أنها جميعا قد وضعت لقياس بعد الحساسية تجاه تقييم الآخرين، ويفسر هذا العامل نحو ١٣%من التباين فى اضطرب الشخصية التجنبية .

العامل الثانى : حيث امتددت قيم التشبعات من٠.٣٣٠ إلى٠.٦٦٨وبفحص مضمون تلك العبارات لوحظ أنها جميعا قد وضعت لقياس بعد الكف الاجتماعي ، ويفسر هذا العامل نحو ١١%من التباين فى اضطرب الشخصية التجنبية .

ب – طريقة الاتساق الداخلى : حيث تحققت الباحثة من حساب صدق مفردات المقياس من خلال حساب معاملات ارتباط درجة كل مفردة بالبعد الذى تنتمى إليه، بعد حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد، وذلك باعتبار أن بقية مفردات البعد محكات للمفردة، والجدول التالى يوضح ذلك.

جدول (١٢) لحساب الاتساق الداخلي لمقياس اضطراب الشخصية التجنبية

الأبعاد	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
البعد الأول: الحساسية تجاه تقييم الآخرين	١	٠.٣٠٧	٦	٠.٢١٠	١١	٠.٢٧٣
	٢	٠.٣٠٨	٧	ليست دالة	١٢	٠.٦٨٣
	٣	٠.٥٠٣	٨	٠.٥٠٩	١٣	٠.٤٤٥
	٤	٠.٢٦٣	٩	٠.٤٠٥	١٤	٠.٤١٢
	٥	ليست دالة	١٠	٠.٣٠٩		
البعد الثانى: الكف الاجتماعي	١٥	٠.٤٨٣	٢١	٠.٢٤٤	٢٧	٠.٣٨٦
	١٦	٠.٣٤١	٢٢	٠.٤٣٤	٢٨	٠.٢٩٩
	١٧	٠.٥٠١	٢٣	٠.٢٨١	٢٩	٠.٣١١
	١٨	٠.٢٥٥	٢٤	٠.٢٥٠	٣٠	٠.٤٢٢
	١٩	٠.٤٣١	٢٥	٠.٣٠٤	٣١	٠.٤٥٩
	٢٠	٠.٤٦٦	٢٦	٠.٢٥٣		

مما سبق يتضح أن فى البعد الأول عبارتين ليستا دالتين، هما (٥، ٧) لذلك تم حذفهما ، أما باقي العبارات فهي دالة عند مستوى ٠.٠١

ثبات المقياس :

تم حساب ثبات المقياس عبارات مقياس اضطراب الشخصه التجنبيه بطريقتين هما :

أ- حساب معامل ألفا – معادلة سبيرمان- براون ومعادلة جتمان

تم التحقق من ثبات بعدي المقياس بحساب ثبات المقياس باستخدام **معادلة سبيرمان- براون ومعادلة جتمان ومعامل ثبات ألفا** ، ويمكن توضيح مدى ثبات المقياس بطرق الثبات الموضحة فى الجدول التالى :

جدول(١٣) يوضح حساب ثبات مقياس اضطراب الشخصية التجنبية باستخدام معادلة سبيرمان- براون ومعادلة جتمان ومعامل ثبات ألفا

البعد	معامل ثبات ألفا	معادلة سبيرمان- براون	معادلة جتمان
البعد الأول : الحساسية تجاه تقيـيم الآخرين	٠.٧٤٥**	٠.٧٥٦**	٠.٧٥١**
البعد الثاني : الكف الاجتماعي	٠.٧٧٥**	٠.٨٦١**	٠.٨٣٩**

** عند مستوى دلالة ٠.٠١ ، مما يدل ذلك على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

٢- حساب الاتساق الداخلي لمفردات مقياس اضطراب الشخصية التجنبية، وذلك كما يلى.

حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمي إليه فى مقياس اضطراب الشخصية التجنبية، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول(١٤) يوضح معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد على مقياس اضطراب الشخصية التجنبية

الأبعاد	رقم المفردة	معامل ألفا	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل ألفا	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل ألفا	معامل الارتباط
البعد الأول الحساسية تجاه تقييم الآخرين	١	٠.٧٣٧	٠.٤١٨**	٦	٠.٧٤٨	٠.٣٥٥**	١١	٠.٧٤٣	٠.٤٣٥**
	٢	٠.٧٣٧	٠.٤١٥**	٧	ليست دالة		١٢	٠.٦٩٥	٠.٧٣١**
	٣	٠.٧١٦	٠.٦٠٤**	٨	٠.٧١١	٠.٦٣٩**	١٣	٠.٧٢٠	٠.٥٩٦**
	٤	٠.٧٤٢	٠.٤١٠**	٩	٠.٧٢٥	٠.٥٤٨**	١٤	٠.٧٢٤	٠.٥٦٢**
	٥	ليست دالة		١٠	٠.٧٣٨	٠.٤٦٩**			
البعد الثاني: الكف الاجتماعي	١٥	٠.٧٤٥	٠.٥٨١**	٢١	٠.٧٧٤	٠.٣٦٩**	٢٧	٠.٧٦٢	٠.٥٠٢**
	١٦	٠.٧٦٦	٠.٤٥٠**	٢٢	٠.٧٥٩	٠.٥٣٠**	٢٨	٠.٧٦٩	٠.٤٢٠**
	١٧	٠.٧٥٣	٠.٥٩٦**	٢٣	٠.٧٧٠	٠.٣٩٢**	٢٩	٠.٧٦٨	٠.٤٢٩**
	١٨	٠.٧٧١	٠.٣٤٦**	٢٤	٠.٧٧٢	٠.٣٥٣**	٣٠	٠.٧٦٠	٠.٥١٩**
	١٩	٠.٧٥٨	٠.٥٤٢**	٢٥	٠.٧٦٩	٠.٤٢٣**	٣١	٠.٧٥٧	٠.٥٥٦**
	٢٠	٠.٧٥٧	٠.٥٥١**	٢٦	٠.٧٧٢	٠.٣٥٧**			

** عند مستوى دلالة ٠.٠١ ،

فوجد أن جيع معاملات الارتباط داله احصائيا ، مما يدل على الاتساق الداخلى وثبات جميع مفردات مقياس اضطراب الشخصيه التجنبية ،مما يدل ذلك على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات.

ومن **جدول(٨)** يتضح أن جميع معاملات ارتباط المفردات بالبعد الذي تنتمي إليه دالة إحصائيا فيما عدا المفردتين (٥، ٧) من البعد الأول، لذا فقد تم استبعادهما .

جدول (١٥) يوضح العبارتين المحذوفتين بعد الاتساق الداخلى

م	البعد	رقم العبارة	العبارة
١	الأول	٥	أحتفظ بخصوصياتى لنفسى
٢	الأول	٧	أحاول ألا أشارك الآخرين فى أى نشاط إلا إذا كنت متأكدًا من تقبلهم لي

وبناء على ما سبق التوصل إليه من نتائج إحصائية لصدق وثبات المقياس بالطرق المختلفة، أصبح عدد عبارات مقياس اضطراب الشخصية التجنبية (٢٩) عبارة، وزعت على بعدي المقياس على النحو التالي:

البعد الأول : الحساسية تجاه تقييم الآخرين (١٢ مفردة)

البعد الثاني : الكف الاجتماعي (١٧ مفردة)

د- **الأساليب الإحصائية المستخدمة** تم إجراء التحليل الإحصائي للبيانات عن طريق الحاسوب باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS، وكانت الأساليب الإحصائية المستخدمة هي:(الإحصاء الوصفي "المتوسطات- الانحرافات المعيارية" - معامل الارتباط –معامل الانحدار المتعدد).

تاسعا : نتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها

اتبعت الباحثة أثناء عرضها لنتائج البحث ما يلى :

١- عرض جدول (١٦) الذي يوضح نتائج تحليل التباين لنموذج الانحدار المتعدد عند خطوات مختلفة لدراسة تأثير المتغير المستقل (المهارات الاجتماعية) فى المتغير التابع (صورة الذات :الدرجة الكلية / الأبعاد) .

٢- عرض جدول (١٧) الذي يوضح نتائج تحليل الانحدار المتعدد عند خطوات مختلفة لدراسة تأثير المتغير المستقل (المهارات الاجتماعية) فى المتغير التابع (صورة الذات :الدرجة الكلية /الأبعاد) .

٣- عرض فرض الدراسة الرئيس ثم عرض الفروض المنبثقة منه؛ لتوضيح الدرجة الكلية والأبعاد مع الشرح والتوضيح لنتائج كل فرض فرعي وكتابة معادلة التنبؤ الخاصة بكل فرض فرعي على حدة .

جدول (١٦) نتائج تحليل التباين لنموذج الانحدار المتعدد عند خطوات مختلفة لدراسة تأثير المتغير المستقل (أبعاد المهارات الاجتماعية) فى المتغير التابع (صورة الذات : الدرجة الكلية /الأبعاد) (ن= ٩٩)

المتغير التابع	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة	معامل التحديد R2
البعد الأول : ضبط الدفع	المنسوب إلى الانحدار	٣٩٨.٣٢١	٢	١٩٩.١٦٠	٧.٧٤١	دالة ٠.٠١	٠.١٤٠
	المنحرف عن الانحدار	٢٤٤٤.٠٨٧	٩٥	٢٥.٧٢٧			
	الكلى	٢٨٤٢.٤٠٨	٩٧				
البعد الثانى : النغمة الانفعالية	المنسوب إلى الانحدار	٨٠٥.٨٢٣	٢	٤٠٢.٩١٢	١٠.٦٤١	دالة ٠.٠١	٠.١٨٣
	المنحرف عن الانحدار	٣٥٩٧.٢٠٧	٩٥	٣٧.٨٦٥			
	الكلى	٤٤٠٣.٠٣١	٩٧				
البعد الثالث: صورة الجسم والذات	المنسوب إلى الانحدار	٥١١.٢٣٣	١	٥١١.٢٣٣	١١.٦٧٣	دالة ٠.٠١	٠.١٨٣
	المنحرف عن الانحدار	٤٢٠٤.٣٦٩	٩٦	٤٣.٧٩٦			
	الكلى	٤٧١٥.٦٠٢	٩٧				
البعد الرابع: العلاقات الاجتماعية	المنسوب إلى الانحدار	٨٢٩.٠٨٤	٢	٤١٤.٥٤٢	١٢.٤٣٣	دالة ٠.٠١	٠.٢٠٧
	المنحرف عن الانحدار	٣١٦٧.٤١٦	٩٥	٣٣.٣٤١			
	الكلى	٣٩٩٦.٥٠٠	٩٧				
البعد الخامس: الأخلاقيات	المنسوب إلى الانحدار	٤١٦.٤٩٠	٢	٢٠٨.٣٤٥	٧.٦١٦	دالة ٠.٠١	٠.٣٧٢
	المنحرف عن الانحدار	٢٥٩٨.٦٩٨	٩٥	٢٧.٣٥٥			
	الكلى	٣٠١٥.٣٨٨	٩٧				
البعد السادس: الاتجاهات الجنسية	المنسوب إلى الانحدار	٧٨٦.٤٨٥	٢	٣٩٣.٢٤٢	٨.١١٩	دالة ٠.٠١	٠.١٤٦
	المنحرف عن الانحدار	٤٦٠١.٣٦٢	٩٥	٤٨.٤٣٥			
	الكلى	٥٣٨٧.٨٤٧	٩٧				
البعد السابع: العلاقات العائلية	المنسوب إلى الانحدار	١٥٦٢.٠٩١	٢	٧٨١.٠٤٦	٥.٧٤٤	دالة ٠.٠١	٠.١٠٨
	المنحرف عن الانحدار	١٢٩١٧.٨٦٨	٩٥	١٣٥.٩٧٨			
	الكلى	١٤٤٧٩.٩٥٩	٩٧				
البعد الثامن: التمكن من العالم الخارجى	المنسوب إلى الانحدار	٢٦٢.٩٩٥	١	٢٦٢.٩٩٥	١٠.٠٩٣	دالة ٠.٠١	٠.٠٩٥
	المنحرف عن الانحدار	٢٥٠١.٤٩٥	٩٦	٢٦.٠٥٧			
	الكلى	٢٧٦٤.٤٩٠	٩٧				

المتغير التابع	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة	معامل التحديد R2
البعد التاسع : الأهداف المهنية / التربوية	المنسوب إلى الانحدار	٢٣١.٩٨٣	١	٢٣١.٩٨٣	٩.٩٠٤	دالة ٠.٠١	٠.٠٩٤
	المنحرف عن الانحدار	٢٢٤٨.٥١٧	٩٦	٢٣.٤٢٢			
	الكلى	٢٤٨٠.٥٠٠	٩٧				
البعد العاشر : الصحة الانفعالية	المنسوب إلى الانحدار	١٦٠٢.٨٣٦	٣	٥٣٤.٢٧٩	١١.٩٨١	دالة ٠.٠١	٠.٢٧٧
	المنحرف عن الانحدار	٤١٩١.٦٦٤	٩٤	٤٤.٥٩٢			
	الكلى	٥٧٩٤.٥٠٠	٩٧				
البعد الحادى عشر: التوافق الأعلى	المنسوب إلى الانحدار	٨٠٢.٨٩٩	١	٨٠٢.٨٩٩	٢٢.٤٦٥	دالة ٠.٠١	٠.١٩٠
	المنحرف عن الانحدار	٣٤٣١.١٠١	٩٦	٣٥.٧٤١			
	الكلى	٤٢٣٤.٠٠٠	٩٧				
البعد الثانى عشر: المثالية	المنسوب إلى الانحدار	١٢١.٣٨٥	٢	٦٠.٦٩٢	٥.٣٤٩	دالة ٠.٠٥	٠.١٠١
	المنحرف عن الانحدار	١٠٧٧.٩٦٢	٩٥	١١.٣٤٧			
	الكلى	١١٩٩.٣٤٧	٩٧				
الدرجة الكلية لصورة الذات	المنسوب إلى الانحدار	٦٩٦٧٨.٦٢٨	٧	٩٩٥٤.٠٩٠	٦.٢٥٦	دالة ٠.٠١	٠.٢٧٥
	المنحرف عن الانحدار	١٤٣١٩٤.٧١٩	٩٠	١٥٩١.٠٥٢			
	الكلى	٢١٢٨٧٣.٣٤٧	٩٧				

جدول (١٧) نتائج تحليل الانحدار المتعدد عند خطوات مختلفة لدراسة تأثير المتغير المستقل (أبعاد المهارات الاجتماعية) فى المتغير التابع (صورة الذات :الدرجة الكلية /الأبعاد) (ن= ٩٩)

المتغير التابع	المتغير المستقل	المعامل الباقى B	الخطأ المعيارى	بيتا B	ت	مستوى الدلالة
البعد الأول : ضبط الدافع	الثابت	٢٥.٤٩٣	٣.٤٣٦		٧.٤١٩	٠.٠١
	المهارة١	٠.١١٥	٠.٠٣٩	٠.٢٨٢	٢.٩٦٥	٠.٠١
	المهارة ٦	-٠.٠٦٨	٠.٠٢٧	-٠.٢٤١	-٢.٥٣٣	٠.٠١
البعد الثانى : النغمة الانفعالية	الثابت	٢٨.٨٦٣	٥.٤٥٠		٥.٢٩٦	٠.٠١
	المهارة٦	-٠.١٠٣	٠.٠٣٣	-٠.٢٩٢	-٣.١١٣	٠.٠١
	المهارة ٥	٠.١٣٧	٠.٠٤٧	٠.٢٧٤	٢.٩٢٥	٠.٠١
البعد الثالث: صورة الجسم والذات	الثابت	٣٤.٦٧٤	٢.٦٩٢			٠.٠١
	المهارة٦	-٠.١٢٠	٠.٠٣٥	-٠.٣٢٩	-٣.٤١٧	٠.٠١

المتغير التابع	المتغير المستقل	المعامل الباقى B	الخطأ المعيارى	بيتا B	ت	مستوى الدلالة
البعد الرابع: العلاقات الاجتماعية	الثابت	٣١.١١١	٤.٦٨٤		٦.٦٤٢	٠.٠١
	المهارة٤	-٠.١٩٢	٠.٠٤٢	-٠.٤٣٤	-٤.٦٣٠	٠.٠١
	المهارة٥	٠.١٢٨	٠.٠٤٥	٠.٢٦٩	٢.٨٦٣	٠.٠١
البعد الخامس: الأخلاقيات	الثابت	٢٩.٨٥٨	٥.٣١٦		٥.٦١٧	٠.٠١
	المهارة٧	٠.١٠٥	٠.٠٥١	٠.١٩٤	٢.٠٤٠	٠.٠١
البعد السادس: الاتجاهات الجنسية	الثابت	٣٦.٣٠٣	٤.٨٠٢		٧.٥٦١	٠.٠١
	المهارة٦	-٠.١٣٢	٠.٠٣٨	-٠.٣٣٧	-٣.٥١١	٠.٠١
	المهارة٢	٠.١١٥	٠.٠٤٦	٠.٢٤١	٢.٥١٤	٠.٠١
البعد السابع: العلاقات العائلية	الثابت	٤٧.٠٤٥	٧.٩٠٠		٥.٩٥٥	٠.٠١
	المهارة١	٠.٢٢٠	٠.٠٨٩	٠.٢٤٠	٢.٤٧٣	٠.٠١
	المهارة٦	-٠.١٤١	٠.٠٦٢	-٠.٢٢٠	-٢.٢٧٢	٠.٠١
البعد الثامن: التمكن من العالم الخارجى	الثابت	٣٧.٨٧٩	٢.٠٧٦		١٨.٢٤٤	٠.٠١
	المهارة٦	-٠.٠٨٦	٠.٠٢٧	-٠.٣٠٨	-٣.١٧٧	٠.٠١
البعد التاسع : الأهداف المهنية / التربوية	الثابت	٣٠.٠٧٢	١.٩٦٨		١٥.٢٧٧	٠.٠١
	المهارة٦	-٠.٠٨١	٠.٠٢٦	-٠.٣٠٦	-٣.١٤٧	٠.٠١
البعد العاشر : الصحة الانفعالية	الثابت	٥٤.٧٢٩	٦.٢٥٣		٨.٧٥٣	٠.٠١
	المهارة١	٠.١٦٨	٠.٠٥٣	٠.٢٨٩	٣.١٤٣	٠.٠١
	المهارة٦	-٠.١١٢	٠.٠٣٦	-٠.٢٧٥	-٣.١١٧	٠.٠١
	المهارة٣	-٠.١٣٨	٠.٠٥٣	-٠.٢٤٢	-٢.٦١٨	٠.٠١
البعد الحادى عشر: التوافق الأعلى	الثابت	٥٠.٤٥٠	٢.٤٣٢		٢٠.٧٤٧	٠.٠١
	المهارة٦	-٠.١٥١	٠.٠٣٢	-٠.٤٣٥	-٤.٧٤٠	٠.٠١
البعد الثانى عشر: المثالية	الثابت	١٣.٥٥٥	٢.٦١٨		٥.١٧٨	٠.٠١
	المهارة٧	٠.٠٩٦	٠.٠٣٥	٠.٢٨٤	٢.٧٦٤	٠.٠١
	المهارة٤	-٠.٠٦٣	٠.٠٢٥	-٠.٢٦١	-٢.٥٣٩	٠.٠١
الدرجة الكلية لصورة الذات	الثابت	٣٧٧.٢٢٦	٥٨.٣٠٢		٦.٤٧٠	٠.٠٠١
	المهارة١	٠.٩١٢	٠.٣٤٢	٠.٢٥٩	٢.٦٦٧	٠.٠١
	المهارة٦	-١.١٤٥	٠.٢٥٠	-٠.٤٦٦	-٤.٥٧٦	٠.٠١

الفرض الرئيس للبحث :

- **تسهم المهارات الاجتماعية (قيد البحث) فى التنبؤ بصورة الذات :الدرجة الكلية / الأبعاد لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية .**

وهذا الفرض الرئيس ينبثق منه مجموعة من الفروض الفرعية وهى :

(١) نتائج الفرض الفرعى الأول

ينص الفرض الأول على أنه " تسهم المهارات الاجتماعية فى التنبؤ بصورة الذات (الدرجة الكلية) المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية ".

وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة **stepwise** والجدولان (١٦-١٧) يوضحان نتائج ذلك ، حيث يتضح من جدول (١٦) دلالة قيمة ف للمتغيرات المستقلة عند مستوى ٠.٠١ أي أنه يمكن التنبؤ بالمثالية (أحد أبعاد صورة الذات) من التعبير الانفعالي والضبط الاجتماعي (أبعاد المهارت الاجتماعية) ، وقد بلغت قيمة مربع معامل الارتباط ٠.٢٧ وتشير هذه القيمة إلى أن التعبير الانفعالي والضبط الاجتماعي يفسر نحو ٢٧% من التباين فى المثالية ، ومن الجدول (١٧) يمكن صياغة معادلة التنبؤ بصورة الذات على النحو التالى:

(صورة الذات الدرجة الكلية) = ٣٧٧.٢٢٦+٠.٩١٢(التعبير الانفعالي)- ١.١٤٥(الضبط الاجتماعي)

وتشير هذه النتيجة إلى تحقق الفرض جزئيا ، ويمكن تفسير ذلك فى ضوء خصائص ذوى اضطراب الشخصية التجنبية التى تبدو فى التعبير الانفعالي المرتفع لدى هؤلاء الأفراد، وهذا يعنى أن لديهم مهارة فى الإرسال غير اللفظي ، وقدرة الفرد على التعبير بتلقائية، وصدق ما يشعر به من حالات انفعالية ، مما يسهم فى زيادة صورة الذات كدرجة كلية ، وبالرغم من أن صورة الذات مرتفعة لدي ذوى اضطراب الشخصية التجنبية، فإن قدرتهم على الضبط الاجتماعي منخفضة.

(٢) نتائج الفرض الفرعي الثاني :

ينص الفرض الثانى على أنه " تسهم المهارات الاجتماعية فى التنبؤ بضبط الـدافع كأحد أبعاد صورة الذات لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية".

وللتحقق من هذا الفرض ، تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة **stepwise** والجدولان (١٦-١٧) يوضحان نتائج ذلك ، حيث يتضح من جدول (١٦) دلالة قيمة ف للمتغيرات المستقلة عند مستوى ٠.٠١ أى أنه يمكن التنبؤ بضبط الدافع (أحد أبعاد صورة الذات) من التعبير الانفعالي والضبط الاجتماعي (أبعاد المهارت الاجتماعية) ، وقد بلغت قيمة مربع معامل الارتباط ٠.١٤ وتشير هذه القيمة إلى أن كلًا من التعبير الانفعالي والضبط

الاجتماعي يفسران نحو ١٤% من التباين فى ضبط الدافع ، ومن الجدول (١٧) يمكن صياغة معادلة التنبؤ بضبط الدافع على النحو التالى: **(ضبط الدافع) = ٢٥.٤٩٣+٠.١١٥(التعبير الانفعالي)-٠.٠٦٨(الضبط الاجتماعي)**

وتشير هذه النتيجة إلى تحقق الفرض جزئيا ، ويمكن تفسير ذلك فى ضوء خصائص التعبير الانفعالي لدى ذوى اضطراب الشخصية التجنبية التى تبدو فى مهارة فى الإرسال غير اللفظي ، وهذا يعنى أن الفرد لديه القدرة على التعبير بتلقائية وصدق عما يشعر به ، مما يسهم فى زيادة قوة الأنا لدى المراهق والقدرة على ضبط الذات ومواجهة الضغوط المختلفة التى توجد فى البيئات الداخلية والخارجية، وبالرغم من وجود ضبط الدافع لديهم بدرجة مرتفعة (كأحد أبعاد صورة الذات) ، فإن قدرتهم على الضبط الاجتماعي منخفضة.

(٣) نتائج الفرض الفرعي الثالث :

ينص الفرض الثالث على أنه " تسهم المهارات الاجتماعية فى التنبؤ بالنغمة الانفعالية كأحد أبعاد صورة الذات لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية" .

وللتحقق من هذا الفرض فقد تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة **stepwise** والجدولان (١٦-١٧)يوضحان نتائج ذلك ، حيث يتضح من جدول (١٦) دلالة قيمة ف للمتغيرات المستقلة عند مستوى ٠.٠١ أى أنه يمكن التنبؤ بالنغمة الانفعالية (أحد أبعاد صورة الذات) من الضبط الاجتماعي والحساسية الاجتماعية (أبعاد المهارات الاجتماعية) ، وقد بلغت قيمة مربع معامل الارتباط ٠.١٨ وتشير هذه القيمة إلى أن كلًا من الضبط الاجتماعي والحساسية الاجتماعية يفسران نحو ١٨% من التباين فى النغمة الانفعالية ، ومن الجدول (١٧) يمكن صياغة معادلة التنبؤ بالنغمة الانفعالية على النحو التالى:

(النغمة الانفعالية) =٢٨.٨٦٣-٠.١٠٣ (الضبط الاجتماعي) +٠.١٣٧(الحساسية الاجتماعية)

وتشير هذه النتيجة إلى تحقق الفرض جزئيا ، ويمكن تفسير ذلك فى ضوء خصائص ذوى اضطراب الشخصية التجنبية التى تبدو فى الحساسية الاجتماعية المرتفعة لديهم، وهذا يعنى أن لديهم مهارة فى القدرة على الانصات اللفظي والفهم الجيد لآداب السلوك الاجتماعي والاهتمام بالظهور بسلوك لائق فى المواقف الاجتماعية ، ولديهم وعى بسلوكياتهم فى

المواقف المختلفة، مما يسهم فى زيادة النغمة الانفعالية (كأحد أبعاد صورة الذات) وزيادة الانسجام الوجدانى داخل البناء النفسي، وكذلك مدى وجود التقلب فى العواطف بالمقارنة مع المشاعر التى تظل ثابتة.

أما من حيث القدرة على الضبط الاجتماعي فيعانى الأفراد ذوو اضطراب الشخصية التجنبية من القدرة على الضبط الاجتماعي، ويتضح ذلك بأن لديهم شعورًا منخفضًا بالثقة بالنفس فى المواقف الاجتماعية ، ويعانون من عدم القدرة على القيام بأدوار اجتماعية متنوعة بكل حنكة ولياقة، وعدم القدرة على تعديل سلوكياتهم بما يتلاءم مع السلوكيات الاجتماعية المرغوبة (اللائقة) .

وتعتبر مهارة الضبط الاجتماعي مهمة أيضا فى تنظيم عملية الاتصال فى التفاعل الاجتماعي، وهذا ما يفتقده ذوو اضطراب الشخصية التجنبية فى تفاعلاتهم الاجتماعية ، مما يسهم فى التنبؤ بالنغمة الانفعالية لديهم .

(٤) نتائج الفرض الفرعي الرابع:

ينص الفرض الرابع على أنه " تسهم المهارات الاجتماعية فى التنبؤ بصورة الجسم والذات كأحد أبعاد صورة الذات لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية" .

وللتحقق من هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة **stepwise** والجدولان (١٦-١٧) يوضحان نتائج ذلك ، حيث يتضح من جدول (١٦) دلالة قيمة ف للمتغيرات المستقلة عند مستوى ٠.٠١ أى أنه يمكن التنبؤ بصورة الجسم (أحد أبعاد صورة الذات) من الضبط الاجتماعي (أبعاد المهارت الاجتماعية) ، وقد بلغت قيمة مربع معامل الارتباط ٠.١٨ وتشير هذه القيمة إلى أن الضبط الاجتماعي يفسر نحو ١٨% من التباين فى صورة الجسم ، ومن الجدول (١٧) يمكن صياغة معادلة التنبؤ بصورة الجسم على النحو التالى: **(صورة الجسم والذات) =٣٤.٦٧٤ -٠.١٢٠ (الضبط الاجتماعي)**

وتشير هذه النتيجة إلى تحقق الفرض جزئيا، ويمكن تفسير ذلك فى ضوء خصائص ذوى اضطراب الشخصية التجنبية التى تبدو فى انخفاض الضبط الاجتماعي لدى هؤلاء

الأفراد ، حيث يعانى الأفراد ذوو اضطراب الشخصية التجنبية من القدرة على الضبط الاجتماعي .

وبالرغم من أن لديهم صورة الجسم بدرجة مرتفعة (كأحد أبعاد صورة الذات) ، ويرتبط ذلك بمدى توافق المراهق مع جسمه، وتشير الدرجة العالية إلى قدرة المراهق على فهمه لبناء جسمه فهما جيدا.، إلا أن قدرتهم على الضبط الاجتماعي منخفضة ، وبالرغم من أن رؤيتهم لذاتهم ولجسمهم إيجابية ، وبالرغم من فهمهم العالى لبناء جسمهم فإن ذلك يكون بداخلهم فقط .

(٥) نتائج الفرض الفرعي الخامس:

ينص الفرض الخامس على أنه " تسهم المهارات الاجتماعية فى التنبؤ بالعلاقات الاجتماعية كأحد أبعاد صورة الذات لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية" .

وللتحقق من هذا الفرض، تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة **stepwise** والجدولان (١٦-١٧) يوضحان نتائج ذلك ، حيث يتضح من جدول (١٦) دلالة قيمة ف للمتغيرات المستقلة عند مستوى ٠.٠١ أى أنه يمكن التنبؤ بالعلاقات الاجتماعية (أحد أبعاد صورة الذات) من التعبير الاجتماعي والحساسية الاجتماعية (أبعاد المهارت الاجتماعية) ، وقد بلغت قيمة مربع معامل الارتباط ٠.٢٠ وتشير هذه القيمة إلى أن كلًا من التعبير الاجتماعي والحساسية الاجتماعية يفسران نحو ٢٠% من التباين فى العلاقات الاجتماعية ، ومن الجدول (١٧) يمكن صياغة معادلة التنبؤ بالعلاقات الاجتماعية على النحو التالى:

(العلاقات الاجتماعية) =٣١.١١١ – ٠.١٩٢ (التعبير الاجتماعي)+ ٠.١٢٨ (الحساسية الاجتماعية)

وتشير هذه النتيجة إلى تحقق الفرض جزئيا ، ويمكن تفسير ذلك فى ضوء خصائص ذوي اضطراب الشخصية التجنبية التى تبدو فى الحساسية الاجتماعية المرتفعة لدى هؤلاء الأفراد .

وبالرغم من أن لديهم العلاقات الاجتماعية بدرجة مرتفعة (كأحد أبعاد صورة الذات) فإن قدرتهم على التعبير الاجتماعي منخفضة، ويرتبط ذلك بالصورة العقلية التى يكونها ذوو اضطراب الشخصية التجنبية بداخلهم ، أما فى محيط الواقع فيحدث عكس ما يكونه الفرد بداخله، فنجد قدرته على التعبير الاجتماعي والتواصل الفعال منخفضة، وقد يكون من أحد

أسباب حدوث ذلك التناقض فى المستويين الداخلى والخارجى للفرد، كثرة ما واجهه من انتقادات غير مبررة لما يقوله أو يفعله مع الآخرين، وقيام الفرد بترجمة ذلك فى صورة تجنب للآخرين.

(٦) نتائج الفرض الفرعي السادس :

ينص الفرض السادس على أنه " تسهم المهارات الاجتماعية فى التنبؤ بالأخلاقيات كأحد أبعاد صورة الذات لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية".

وللتحقق من هذا الفرض فقد تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة **stepwise** والجدولان (١٦-١٧) يوضحان نتائج ذلك ، حيث يتضح من جدول (١٦) دلالة قيمة ف للمتغيرات المستقلة عند مستوى ٠.٠١ أى أنه يمكن التنبؤ بالأخلاقيات (أحد مكونات صورة الذات) من الحساسية الاجتماعية والمراوغة الاجتماعية (أبعاد المهارت الاجتماعية) ، وقد بلغت قيمة مربع معامل الارتباط ٠.٣٧ وتشير هذه القيمة إلى أن كلًا من الحساسية الاجتماعية والمراوغة الاجتماعية يفسران نحو ٣٧% من التباين فى الأخلاقيات ، ومن الجدول (١٧) يمكن صياغة معادلة التنبؤ بالأخلاقيات على النحو التالى:

(الاخلاقيات) =٢٩.٨٥٨+ ٠.١٠٥(المراوغة الاجتماعية)

وتشير هذه النتيجة إلى تحقق الفرض جزئيا ، ويمكن تفسير ذلك فى ضوء خصائص ذوي اضطراب الشخصية التجنبية التى تبدو فى المراوغة الاجتماعية المرتفعة لدى هؤلاء الأفراد .

حيث ترتبط الاخلاقيات كأحد مكونات صورة الذات بمدى نمو الضمير أو الأنا الأعلى.

أما من حيث التأثير الموجب الدال للمراوغة الاجتماعية على الاخلاقيات لدى ذوي اضطراب الشخصية التجنبية (عينة الدراسة) فنجد أن المراوغة الاجتماعية المرتفعة لديهم، تسهم فى تحديد مدى نمو الضمير أو الأنا الأعلى ، حيث تعرف المراغة الاجتماعية بأنها "الرغبة أو الميل لمراوغة الآخرين أو المراوغة والتلاعب فى جوانب الموقف الاجتماعي

للحصول على نتائج مقبولة للفرد"، ويوضح ذلك مدى إدراك الأفراد لسلوكياتهم فى المواقف المختلفة . (**السيد إبراهيم السمادونى ، ٢٠١٠ ، ٢-٤**)

(٧) نتائج الفرض الفرعي السابع :

ينص الفرض السابع على أنه " تسهم المهارات الاجتماعية فى التنبؤ بالاتجاهات الجنسية كأحد أبعاد صورة الذات لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية" .

وللتحقق من هذا الفرض، تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة **stepwise** والجدولان (١٦-١٧)يوضحان نتائج ذلك ، حيث يتضح من جدول (١٦) دلالة قيمة ف للمتغيرات المستقلة عند مستوى ٠.٠١ أى أنه يمكن التنبؤ بالاتجاهات الجنسية (أحد أبعاد صورة الذات) من الضبط الاجتماعي والحساسية الانفعالية (أبعاد المهارت الاجتماعية) ، وقد بلغت قيمة مربع معامل الارتباط ٠.١٤ وتشير هذه القيمة إلى أن كلًا من التعبير الاجتماعي والحساسية الاجتماعية يفسران نحو ١٤% من التباين فى الأخلاقيات ، ومن الجدول (١٧) يمكن صياغة معادلة التنبؤ بالاتجاهات الجنسية على النحو التالى:

(الاتجاهات الجنسية) =٣٦.٣٠٣- ٠.١٣٢(الضبط الاجتماعي) + ٠.١١٥(الحساسية الانفعالية)

وتشير هذه النتيجة إلى تحقق الفرض جزئيا ، ويمكن تفسير ذلك فى ضوء خصائص ذوي اضطراب الشخصية التجنبية التى تبدو فى الحساسية الانفعالية المرتفعة لدى هؤلاء الأفراد ، وهذا يعني أن لديهم مهارة فى قراءة وتفسير رسائل الآخرين الانفعالية غير اللفظية الصادرة منهم ، ولديهم حساسية لتلك الرسائل ، ومهارة فائقة فى القدرة على تفسير الاتصال الصادر عنهم وبالأخص المشاعر والانفعالات، مما يسهم فى زيادة الاتجاهات الجنسية ، حيث يرتبط ذلك بزيادة وعى الفرد بمشاعره واتجاهاته وسلوكه نحو الجنس الآخر .

وبالرغم من أن لدى ذوى اضطراب الشخصية التجنبية اتجاهات جنسية بدرجة مرتفعة، فإن قدرتهم على الضبط الاجتماعي منخفضة .

(٨) نتائج الفرض الفرعي الثامن :

ينص الفرض الثامن على أنه " تسهم المهارات الاجتماعية فى التنبؤ بالعلاقات العائلية كأحد أبعاد صورة الذات لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية ".

وللتحقق من هذا الفرض ،تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة **stepwise** والجدولان (١٦-١٧) يوضحان نتائج ذلك ، حيث يتضح من جدول (١٦) دلالة قيمة ف للمتغيرات المستقلة عند مستوى ٠.٠١ أى أنه يمكن التنبؤ بالعلاقات العائلية (أحد أبعاد صورة الذات) من التعبير الانفعالي والضبط الانفعالي (أبعاد المهارت الاجتماعية) ، وقد بلغت قيمة مربع معامل الارتباط ٠.١٠ وتشير هذه القيمة إلى أن كلًا من التعبير الاجتماعي والحساسية الاجتماعية يفسران نحو ١٠% من التباين فى الأخلاقيات ، ومن الجدول (١٧) يمكن صياغة معادلة التنبؤ بالعلاقات العائلية على النحو التالى:

(العلاقات العائلية) = ٤٧.٠٤٥+٠.٢٢٠(التعبير الانفعالي) – ٠.١٤١(الضبط الانفعالي)

وتشير هذه النتيجة إلى تحقق الفرض جزئيا ، ويمكن تفسير ذلك فى ضوء خصائص ذوي اضطراب الشخصية التجنبية التى تبدو فى التعبير الانفعالي المرتفع لدى هؤلاء الأفراد، وهذا يعنى أن لديهم مهارة الإرسال غير اللفظي ، وقدرة على التعبير بتلقائية وصدق عما يشعرون به من حالات انفعالية ، مما يسهم فى زيادة العلاقات العائلية ، حيث يرتبط ذلك بزيادة شعور الفرد بالعلاقات الإيجابية نحو والديه ، والعلاقة القائمة فى المنزل هي الدفء والحب والرعاية والاهتمام ، مما يؤدى إلى أن هذا الفرد يتواصل بصراحة وانفتاح مع والديه.

وبالرغم من أن لدى ذوى اضطراب الشخصية التجنبية علاقات عائلية (كأحد أبعاد صورة الذات) بدرجة مرتفعة، فإن قدرتهم على الضبط الانفعالي منخفضة،وهذا يعنى أنه ليس لديهم القدرة على ضبط وتنظيم التعبيرات غير اللفظية والانفعالية ، كما أنهم يعانون من القدرة على توصيل انفعالات جزئية أو كلية خلال المواقف التى يتعرضون لها، بسبب الحساسية الزائدة لديهم من نقد الآخرين لهم، .ويظهر ذلك بوضوح فى عدم قدرتهم على إخفاء الملامح الحقيقية لانفعالاتهم ، وبالتالى ليس لديهم القدرة على عمل قناع يخبئون وراءه انفعالاتهم ، فمثلا ليس لديهم القدرة على أن يرسموا وجها سعيدا عند شعورهم بالغضب أو القلق ، حيث إنهم يعانون من الحرج الشديد عند نقدهم، وتظهر ملامح إحراجهم على وجوههم ، مما يجعلهم غير قادرين على رسم وجه سعيد ضاحك عندما يعانون من القلق الشديد بداخلهم .

(٩) نتائج الفرض الفرعى التاسع :

ينص الفرض التاسع على أنه " تسهم المهارات الاجتماعية فى التنبؤ بالتمكن من العالم الخارجي كأحد أبعاد صورة الذات لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية ".

وللتحقق من هذا الفرض، تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة **stepwise** والجدولان (١٦-١٧) يوضحان نتائج ذلك ، حيث يتضح من جدول (١٦) دلالة قيمة ف للمتغيرات المستقلة عند مستوى ٠.٠١ أى أنه يمكن التنبؤ بالتمكن من العالم الخارجى(أحد أبعاد صورة الذات) من الضبط الانفعالي (أبعاد المهارت الاجتماعية) ، وقد بلغت قيمة مربع معامل الارتباط ٠.١٠ وتشير هذه القيمة إلى أن الضبط الانفعالي يفسر نحو ١٠% من التباين فى التمكن من العالم الخارجى ، ومن الجدول (١٧) يمكن صياغة معادلة التنبؤ بالعلاقات العائلية على النحو التالى: **(التمكن من العالم الخارجى) = ٣٧.٨٧٩- ٠.٠٢٧(الضبط الانفعالي)**

وتشير هذه النتيجة إلى تحقق الفرض جزئيا ، ويمكن تفسير ذلك فى ضوء خصائص ذوي اضطراب الشخصية التجنبية ، بالرغم من أن لدي ذوى اضطراب الشخصية التجنبية القدرة من التمكن من العالم الخارجى بدرجة مرتفعة (كأحد مكونات صورة الذات) ، فإن قدرتهم على الضبط الانفعالي منخفضة .

(١٠) نتائج الفرض الفرعي العاشر :

ينص الفرض العاشر على أنه " تسهم المهارات الاجتماعية فى التنبؤ بالاهداف المهنية/التربوية كأحد أبعاد صورة الذات لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية ".

وللتحقق من هذا الفرض، تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة **stepwise** والجدولان (١٦-١٧) يوضحان نتائج ذلك ، حيث يتضح من جدول (١٦) دلالة قيمة ف للمتغيرات المستقلة عند مستوى ٠.٠١ أى أنه يمكن التنبؤ بالأهداف المهنية /التربوية (أحد أبعاد صورة الذات) من الضبط الاجتماعي (أبعاد المهارت الاجتماعية) ، وقد بلغت قيمة مربع معامل الارتباط ٠.١٠ وتشير هذه القيمة إلى أن الضبط الاجتماعي يفسر نحو ١٠% من التباين فى الأهداف المهنية /التربوية ، ومن الجدول (١٧) يمكن صياغة معادلة التنبؤ

بالأهداف المهنية /التربوية على النحو التالى: (**الأهداف المهنية / التربوية**) = ٣٠.٠٧٢- ٠.٠٨١(**الضبط الاجتماعي**)

وتشير هذه النتيجة إلى تحقق الفرض جزئيا ، ويمكن تفسير ذلك فى ضوء خصائص ذوي اضطراب الشخصية التجنبية ، فبالرغم من أن لدي ذوى اضطراب الشخصية التجنبية الأهداف المهنية /التربوية بدرجة مرتفعة (كأحد أبعاد صورة الذات) ، فإن قدرتهم على الضبط الاجتماعي منخفضة ، ولا يستطيعون تحقيق الانسجام مع أى نوع من المواقف الاجتماعية بمجرد أن يوضعوا فيها ، ويعانون من القدرة على التكيف مع الآخرين ، ومن انخفاض فى الثقة بالنفس فى مواجهتهم للمواقف الاجتماعية ، بالرغم من رغبتهم فى تحقيق هذا التكيف والاندماج مع الآخرين، إلا أن هذا التكيف لديهم مرهون بمدى تقبل الآخرين وقلة نقدهم لهم ، مما ينتج عن ذلك عدم انسجامهم وانسحابهم من أى نوع من المواقف الاجتماعية بمجرد أن يوضعوا فيها .

(١١) نتائج الفرض الفرعي الحادي عشر :

ينص الفرض الحادي عشر على أنه " تسهم المهارات الاجتماعية فى التنبــؤ بالصحة الانفعالية كأحد أبعاد صورة الذات لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية ".

وللتحقق من هذا الفرض فقد تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة **stepwise** والجدولان (١٦-١٧) يوضحان نتائج ذلك ، حيث يتضح من جدول (١٦) دلالة قيمة ف للمتغيرات المستقلة عند مستوى ٠.٠١ أى أنه يمكن التنبؤ بالصحة الانفعالية (أحد أبعاد صورة الذات) من التعبير الانفعالي والضبط الانفعالي والضبط الاجتماعي (أبعاد المهارت الاجتماعية) ، وقد بلغت قيمة مربع معامل الارتباط ٠.٢٧ وتشير هذه القيمة إلى أن الضبط الاجتماعي يفسر نحو ٢٧% من التباين فى الصحة الانفعالية ، ومن الجدول (١٧) يمكن صياغة معادلة التنبؤ بالصحة الانفعالية على النحو التالى:

(**الصحة الانفعالية**) =٥٤.٧٢٩+٠.١٦٨(**التعبيرالانفعالي**) -٠.١١٢(**الضبط الاجتماعي**)- ٠.١٣٨(**الضبط الانفعالي**)

وتشير هذه النتيجة إلى تحقق الفرض جزئيا ، ويمكن تفسير ذلك فى ضوء خصائص ذوي اضطراب الشخصية التجنبية ، التى تبدو فى التعبير الانفعالي المرتفع لدى هؤلاء الأفراد، وهذا يعنى مهارة الفرد فى الإرسال غير اللفظي ، وقدرته على التعبير بتلقائية وصدق عما يشعر به من حالات انفعالية ، مما يسهم فى زيادة الصحة الانفعالية.

بالرغم من أن لدى ذوي اضطراب الشخصية التجنبية الصحة الانفعالية بدرجة مرتفعة (كأحد أبعاد صورة الذات) أي غياب المرض النفسي وانعدام الأعراض المرضية ، فإن قدرتهم على الضبط الاجتماعي منخفضة، كما أن قدرتهم على الضبط الانفعالي منخفضة.

(١٢) نتائج الفرض الفرعي الثاني عشر :

ينص الفرض الثاني عشر على أنه " تسهم المهارات الاجتماعية فى التنبؤ بالتوافق الأعلى كأحد أبعاد صورة الذات لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية ".

وللتحقق من هذا الفرض، تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة **stepwise** والجدولان (١٦-١٧) يوضحان نتائج ذلك ، حيث يتضح من جدول (١٦) دلالة قيمة ف للمتغيرات المستقلة عند مستوى ٠.٠١ أى أنه يمكن التنبؤ بالتوافق الأعلى (أحد أبعاد صورة الذات) من الضبط الاجتماعي (أبعاد المهارت الاجتماعية) ، وقد بلغت قيمة مربع معامل الارتباط ٠.١٩ وتشير هذه القيمة إلى أن الضبط الاجتماعي يفسر نحو ١٩% من التباين فى الصحة الانفعالية ، ومن الجدول (١٧) يمكن صياغة معادلة التنبؤ بالتوافق الأعلى على النحو التالى: **(التوافق الأعلى) = ٥٠.٤٥٠- ٠.١٥١(الضبط الاجتماعي)**

وتشير هذه النتيجة إلى تحقق الفرض جزئيا ، ويمكن تفسير ذلك فى ضوء خصائص ذوي اضطراب الشخصية التجنبية ، بالرغم من أن ذوي اضطراب الشخصية التجنبية لديهم التوافق الأعلى بدرجة مرتفعة (كأحد أبعاد صورة الذات) التى تعنى كيفية تعامل المراهق مع نفسه ومع الناس الآخرين أي يعبر عن قوة الأنا ، فإن قدرتهم على الضبط الاجتماعي منخفضة، وهذا يعني أن ذوي اضطراب الشخصية التجنبية لديهم شعور منخفض بالثقة بالنفس فى المواقف الاجتماعية، ويعانون من القدرةعلى القيام بأدوار اجتماعية متنوعة بكل

حنكة ولياقة، وعدم القدرة على تعديل سلوكياتهم بما يتلاءم مع السلوكيات الاجتماعية المرغوبة (اللائقة).

(١٣) نتائج الفرض الفرعي الثالث عشر:

ينص الفرض الثالث عشر على أنه " تسهم المهارات الاجتماعية فى التنبؤ بالمثالية كأحد أبعاد صورة الذات لدى المراهقين مضطربي الشخصية التجنبية ".

وللتحقق من هذا الفرض، تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد بطريقة **stepwise** والجدولان (١٦-١٧) يوضحان نتائج ذلك ، حيث يتضح من جدول (١٦) دلالة قيمة ف للمتغيرات المستقلة عند مستوى ٠.٠١ أى أنه يمكن التنبؤ بالمثالية (أحد أبعاد صورة الذات) من المراوغة الاجتماعية والتعبير الاجتماعي (أبعاد المهارت الاجتماعية) ، وقد بلغت قيمة مربع معامل الارتباط ٠.١١٠ وتشير هذه القيمة إلى أن المراوغة الاجتماعية والتعبير الاجتماعي يفسر نحو ١٩% من التباين فى المثالية ، ومن الجدول (١٧) يمكن صياغة معادلة التنبؤ بالتوافق الأعلى على النحو التالى: **(المثالية) = ١٣.٥٥٥+٠.٠٩٦(المراوغة الاجتماعية)- ٠.٠٦٣(التعبير الاجتماعي)**

وتشير هذه النتيجة إلى تحقق الفرض جزئيا ، ويمكن تفسير ذلك فى ضوء خصائص ذوى اضطراب الشخصية التجنبية التى تبدو فى المراوغة الاجتماعية المرتفعة لدى هؤلاء الأفراد .

وبالرغم من أن لديهم مثالية فى التزامهم بالمثل العليا واستعدادهم لمساعدة الآخرين، وكذلك مدى اهتمامه بمشكلاتهم الاجتماعية .بدرجة مرتفعة (كأحد أبعاد صورة الذات) إلا أن قدرتهم على التعبير الاجتماعي منخفضة ، حيث إنهم يبتعدون عن العلاقات الحميمية والعامة خوفا من النقد القاسي لهم ، كما أن لدى كل منهم صديقا مقربا فقط ، ويفضل التجنب والعزلة والانسحاب من محيط العلاقات الاجتماعية ، مما يدل ذلك على عدم قدرته للقيام بهذه المهارة على وجه دقيق.

مناقشـــة النتائـــج:

مما سبق يتضح أن هناك تأثيرًا سالبًا لبعض أبعاد المهارات الاجتماعية على أبعاد صورة الذات لدى ذوي اضطراب الشخصية التجنبية ، حيث وجد من الدرجات الخام لعينة الدراسة أنهم حصلوا على درجات مرتفعة فى صورة الذات أى أنهم فى بعض أبعاد المهارات الاجتماعية حصلوا على درجات منخفضة ، ويتضح من ذلك أنه قد تكون الصورة العقلية التى يراها الشخص التجنبي لنفسه مرتفعة، إلا أنه يخشى نقد الآخرين له ونبذهم له ، فيظهر ذلك فى انخفاض بعض أبعاد المهارات الاجتماعية منها الضبط الاجتماعي والتعبير الاجتماعي والضبط الانفعالي .

حيث إن الأشخاص الذين لديهم ضبط اجتماعي مرتفع يتميزون بأن لديهم القدرة على القيام بأدوار اجتماعية متنوعة بكل حنكة ولياقة، ولديهم القدرة على أن يكيفوا سلوكهم الشخصي عموما، وهم يتصفون بالثقة بالنفس فى مواجهتهم للمواقف الاجتماعية،ويمكنهم تحقيق الانسجام مع أى نوع من المواقف الاجتماعية بمجرد أن يوضعوا فيها.

وهذا ما لا يظهره ذوو اضطراب الشخصية التجنبية الذين يعانون من عدم القدرة على التكيف مع الآخرين ، وانخفاض الثقة بالنفس فى مواجهة المواقف الاجتماعية ، بالرغم من رغبتهم فى التكيف والاندماج مع الآخرين فإن تحقيق ذلك مرهون بمدى تقبل الآخرين لهم وانخفاض النقد الاجتماعي لسلوكهم ، مما ينتج عن ذلك عدم القدرة على الاندماج والانسجام مع الآخرين، مما يدفعهم إلى الانسحاب من المواقف الاجتماعية بمجرد أن يوضعوا فيها ، كما يتصف الأفراد ذوو الشخصية التجنبية بأن لديهم مستويات منخفضة من الكفاءة ، وعدم الثقة فى الآخرين ، وعدم الرغبة فى الاتصال بالآخرين أو إقامة علاقات اجتماعية مستقرة ومتبادلة، مما يدفعهم إلى الاستغراق فى التفكير بأشياء أخرى فى الحياة .

كما يظهر ذوو اضطراب الشخصية التجنبية انخفاضًا فى التعبير الاحتماعي متمثلا فى عدم القدرة التعبير اللفظي ، وكذلك عدم الاهتمام بلفت أنظار الآخرين عند التحدث فى المواقف الاجتماعية ، وليس لديهم رغبة في أن يكونوا البادئين فى محادثة الآخرين ، كما أن دائرة أصدقائهم ومعارفهم محدودة بعدد محدود من الأصدقاء والمعارف ، ويعانون دائما من عدم القدرة على تحقيق الأهداف والحميمية ، مما ينتج عنه شعورهم بحالة مزاجية سلبية

مزمنة ، مما يجعلهم مفتقدين للمهارات الأساسية المكونة للكاريزمية ، وهذا ما أكدته دراسة (Pos ،٢٠١٤) حيث أكد أن ذوي اضطراب الشخصية التجنبية يشعرون بخبرات ارتباطية مبدئية جيدة، تعزز الرغبة في الاتصال بالآخرين المقربين والإخلاص القوي لهم ، ولكن الانتقاد القاسي والرفض اللاحق لذلك، يجعل ذوي اضطراب الشخصية التجنبية يستوعبون رؤيتهم لذاتهم بأنها غير لائقة أو مناسبة، وأن الآخرين هم مصدر للرفض والانتقاد والإذلال، ونتيجة للطبع أو المزاج مرتفع الحساسية يفضل المريض الانسحاب ويتحاشى القرب أو اختيار الخضوع للآخرين و/ أو كبت مشاعره .

أما بالنسبة للضبط الاجتماعي، فنجد أن الأفراد ذوي اضطراب الشخصية التجنبية يتصفون بعدم القدرة على ضبط وتنظيم التعبيرات غير اللفظية والانفعالية ، وكذلك عدم القدرة على الملامح الحقيقية للانفعالات ، وكذلك عدم التحكم فيما يشعر به من انفعالات .

ويتضح من ذلك أن الأفراد ذوي اضطراب الشخصية التجنبية يميلون إلى اكتساب بعض المهارات الاجتماعية ويبتعدون عن بعضها ، حيث يميلون إلى اكتساب تلك المهارات الاجتماعية التى تختص بالاتصال غير اللفظي، ويبتعدون عن الاتصال اللفظي الذى قد ينتج عنه نقد ورفض من الآخرين تجاههم، ويكون لذلك تأثيره القوى عليهم ممـــا يعـــوقهم عـــن الاستمرار فى التفاعل والتواصل الاجتماعي .

وبالرغم من أنهم يتمتعون بمهارة الإرسال والاستقبال فى الجانب غير اللفظي فى الاتصال، فإنهم يفتقدون مهارة التنظيم فى كلا الجانبين اللفظي وغير اللفظي ، ويفتقدون أيضا مهارة الإرسال والاستقبال في الجانب اللفظي.

ويتضح من النتائج أيضا أن ذوي اضطراب الشخصية التجنبية يتمتعون بوجود صورة عالية للذات بداخلهم، إلا أن هذه الصورة تترجم بصورة سلبية فى بعض المواقف الاجتماعية المختلفة. وهذا ما أكده كل من **(Vasile et al, 2014)** **(Dasile et al ,2013)** من أن هناك درجات مختلفة من قصور أو ضعف المهارات الاجتماعية ومخططات صورة الذات المختلة وظيفيا لدى ذوى اضطراب الشخصية التجنبية ، كما أن التدريب على المهارات الاجتماعية قلل من حدوث عدم الراحة المرتبط بالتفاعل أو التعرض

الاجتماعي وإدراكات صورة الذات الموضحة ذاتيا ، وبالتالى فإن التدريب على المهارات الاجتماعية له أثر إيجابي على صورة الذات، بحيث يقلل من عدم الراحة الاجتماعية والشعور بعدم الكفاءة فى علاقات ذوي اضطراب الشخصية التجنبية مع الآخرين.

وهذا أيضا يتفق مع ما أشارت إليه الباحثة، من أنه بالرغم من أن الصورة التى يكونها الشخص ذو اضطراب الشخصية التجنبية عن ذاته قد تكون إيجابية ، إلا أن تطبيق ذلك فى محيطه الاجتماعي ينتابه بعض القصور، فلا يمكن القول بناء على تلك النتائج التى توصلت إليها الدرسة الحالية أن هذا النمط من اضطراب الشخصية يعاني من نقص فى كل المهارات الاجتماعية، بل إن لديه القدرة على القيام ببعض المهارات، ولكن هناك بعض المهارات لا يستطيع القيام بها، ولديه قصور في عدم القدرة على اكتسابها ، مما يدعو إلى ضرورة التدريب على تلك المهارات . وهذا ما أكدته دراسة **(Simon, 2009)** من أن المهارات الاجتماعية المتعلمة يمكن أن تكون مسئولة بشكل مباشر عن التقدم المستمر فى العلاج ، ويمكن أن يرتفع نشاط ذوي اضطراب الشخصية التجنبية أو العامل الدفاعي لديهم المرتبط بالرضا عند إتقان مهارات تكيف جديدة .

ويتفق هذا أيضا مع ما أشارت إليه **(سعاد جبر،٢٠٠٨)** من أن نمط مضطربي الشخصية التجنبية يتطلب لعلاجه أن تبذل محاولات ليذوب وينصهر فى الدوائر الاجتماعية ، مع عدم إكراهه على التفاعل الاجتماعي مع الآخرين ، لأن الإكراه والإلحاح له نتائجه النفسية التى لا يحمد عقباها ، لذلك يجب الالتزام بالروية فى مساعدته لكى يكتسب مهارات اجتماعية تعينه على الخروج من عالمه الخاص ، ومن المهم رفع مفهومه لذاته فى بعده الاجتماعي ، فلا نستطيع أن نفهم سلوك الفرد إلا فى ضوء الصورة الكلية التى يكونها الفرد عن ذاته وما يحيط به، وليس من الضروري أن يكون هذا المفهوم على المستوى الشعوري فحسب، بل تتداخل فيه عوامل متعددة تسهم فى تشكيله وتطويره.

وتؤكد نتائج الدراسة الحالية أن صورة الذات على المستوى الشخصي أى نظرة الفرد لنفسه قد تكون مرتفعة، أما الصورة التى يعتقد الفرد أن الآخرين يرونه عليها قد تكون مشوهة، بسبب كثرة انتقادات الآخرين ونبذهم له، مما يجعله يترجم ذلك على مستوى التفاعل الاجتماعي بالتجنب والابتعاد عن تكوين علاقات اجتماعية مع الآخرين ، كما أن تلك

الصورة التى تم ترجمتها من ذوي اضطراب الشخصية التجنبية ليست مطلقة، إلا أنها مرتبطة بشروط أهمها التقبل ، ويعنى أن ذوي هذا الاضطراب عندما يشعرون بأن الآخرين يتقبلونهم دون نقد وتوبيخ منهم، فإنهم يرغبون فى إقامة العلاقات الاجتماعية ويستمرون فى تكوينها والتعامل مع الآخرين .وهذا ما أشارت إليه دراسة **(Chambless et al, 2008)** من أن ذوي اضطراب الشخصية التجنبية يخافون من التقييم السلبي والخجل ، كما أن لديهم تقديرا ذاتيا منخفضا.

تؤدى هذه المخططات اللاتكيفية إلى رؤية الذات على أنها غير ماهرة اجتماعياً واعتبار الآخرين انتقاديين وغير مهتمين ، يكون لدى المتجنبين أيضاً خوف شامل وأفكار آلية انتقادية للذات وافتراضات مختلة عن العلاقات .
(Marino, 2001, 6) & Lynum; Wilberg and Karterud, 2008, 470)

ويرجع قصور أو ضعف الأداء الاجتماعي إلى أن الأفراد لديهم المهارات الاجتماعية فى مخزون مهاراتهم ، ولكنهم لا يؤدونها كما يجب، بسبب التأديب البدني أو الشفهي أو انعدام التدعيم، ونتيجة لذلك فإن هؤلاء الأفراد لا يستطيعون تعلم المهارات الاجتماعية. **(سليمان عبدالواحد،٢٠١٠)**

وهذا يتطابق مع ما يتصف به ذوو هذا الاضطراب من صفات وخصائص ، حيث إنهم يتسمون بكرههم النشط وليس السلبي للعلاقات الاجتماعية ، ولديهم رغبة شديدة فى الاندماج مع الآخرين، وتجنبهم ليس سلبيا، وذلك يعنى أنهم لا يرفضون مشاركتهم الاجتماعية مع الآخرين، ولا ينسحبون نهائيا، ولكن ارتباطهم ومشاركتهم مع الآخرين لهم مرتبط بالتقبل غير التقيمى ، وهذا ما يميزهم عن اضطراب الشخصية الفصامية والحدية .

كما أن تجنبهم الاجتماعي بسبب خوفهم من رفض الآخرين لهم ، وذلك بسبب الحساسية المفرطة تجاه الآخرين ، حيث يحرجهم بسهولة انتقاد الآخرين ويتحطمون بسبب أقل تلميح بعدم التقبل ، كما أنهم يختارون بشكل قصدي الابتعاد عن العلاقات الاجتماعية مع الآخرين بسبب الخوف من قول شيء غير مناسب أو أحمق، أو عدم القدرة على الإجابة عن سؤال ما ،كما أنهم يميلون إلى الارتباط بأشخاص يشبهونهم ، ولديهم صديق أو اثنان ولكن هذه العلاقات مشروطة بالتقبل غير المشروط ، ولا تكترث الشخصية المتجنبة بالعلاقات

الاجتماعية فى الوقت الذى تتصف فيه داخليا بالثراء الانفعالي، حيث يشعر المتجنب بالقلق فى المواقف الاجتماعية، وتزدهر هذه الشخصية فى ظل العلاقات الاجتماعية المبنية على الثقة، ولكنها تبتعد عن العلاقات الجديدة .

توصيات البحث :

من خلال نتائج هذا البحث خرجت الباحثة بمجموعة من التوصيات :

١- بناء برامج علاجية للتدريب على بعض المهارات الاجتماعية منها الضبط الاجتماعي والتعبير الاجتماعي والضبط الانفعالي للمراهقين ذوى اضطراب الشخصية التجنبية ، حيث وجدت الباحثة فى البحث الحالي أن الأفراد ذوي اضطراب الشخصية التجنبية يعانون من انخفاض فى هذه المهارات .

٢- بناء برامج علاجية لذوى اضطراب الشخصية التجنبية لتحسين صورة الذات لديهم ، حيث إن لديهم صورة مشوهة الذات، مما قد ينتج عنه تعرضهم للاكتئاب ، فإصابتهم بالاكتئاب أحد الاحتمالات التى تفسر صورة الذات السلبية .

٣- بناء برامج علاجية لذوى اضطراب الشخصية التجنبية لتحسين تقديرالذات لديهم ، حيث إنهم يعانون من تقدير منخفض للذات ،وذلك رغم أن تقدير الذات يمثل خبرة مهمة للذات .

٤- تقوية العلاقات الأسرية بين ذوي اضطراب الشخصية التجنبية وأسرهم ، حيث إن ظروف أسرهم تتسم بالصراع المرتفع وانخفاض التماسك أو الترابط والتنظيم والتوجه الترفيهى النشط .

مراجـــع البحـــث

أولا: المراجع العربية:

آمال عبد السميع باظة (٢٠١٢) . جودة الحياة النفسية .القاهرة : الأنجلو المصرية .

أحمد العلوان (٢٠١١) : الذكاء الوجداني وعلاقته بالمهارات الاجتماعية وأنماط التعلق لدى طلبة الجامعة فى ضوء متغيري التخصص والنوع الاجتماعي للطالب . *المجلة الأردنية فى العلوم التربوية* ، مجلد ٧،ص ١٢٥-١٤٤

أحمد حسين عبد المعطي ودعاء محمد مصطفى (٢٠٠٨) . المهارات الحياتية .القاهرة : دار السحاب للنشر والتوزيع.

أحمد محمد عبد الخالق(٢٠١٦): علم نفس الشخصية . مكتبة الأنجلو المصرية ط٢

أحمد يونس محمود البجاري(٢٠٠٩) . أثر التدريب على المهارات الاجتماعية فى تعديل سمة التعصب لدى طلبة كلية التربية . مجلة التربية والعلم ،المجلد ١٦، العدد٤، ص٣٢٨-٣٥١

أماني زاهر عباس (٢٠١١) . إدراك صورتي الذات والآخر (كشريك للحياة) وبعض المهارات الاجتماعية كمنبئات بقلق العنوسة . رسالة دكتوراه ، جامعة المنوفية ، كلية الآداب.

السيد كامل الشربيني منصور (٢٠١٠) . الصحة النفسية للعاديين وذوي الاحتياجات الخاصة . دسوق: العلم والإيمان للنشر والتوزيع .

بيتر .ن. نوفاليس و ستيفن.ج. وروجربيل (١٩٩٨) . العلاج النفسي التدعيمي . ترجمة لطفى فطيم وعادل دمرداش ،القاهرة ، المجلس الأعلى للثقافة .

حامد عبد السلام زهران (٢٠٠٥) . علم نفس النمو الطفولة والمراهقة. ط٦،القاهرة : عالم الكتب .

زينب محمد محمد إبراهيم (٢٠٠٨) . فاعلية بعض فنيات العلاج بالسيكودراما فى تعديل صورة الذات للفتيات مفضلات الإقامة فى المؤسسات الإيوائية . رسالة دكتوراه ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس.

سعاد جبر (٢٠٠٨) . سيكولوجية التفكير والوعي بالذات . جدارا للكتاب العالمى وعالم الكتب الحديث ، الأردن

سليمان عبد الواحد يوسف (٢٠١٢) . فن المهارات الحياتية(مدخل إلى تنمية السلوكيات الاجتماعية الإيجابية) .القاهرة : دار السحاب للنشر والتوزيع .

سليمان عبد الواحد يوسف (٢٠١٥) . المهارات الحياتية .عمان : دار الميسرة للنشر والتوزيع .

عبد الرقيب البحيري ومحمد محمود عامر (٢٠١٣) . استبيان الصحة النفسية للمراهقين والراشدين كراسة الأسئلة والتعليمات .القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية .

عبدالمحسن مسعد اسماعيل (٢٠١٢) . فاعلية برنامج إرشادى لخفض اضطراب الشخصية التجنبية وأثره على الأفكار اللاعقلانية لدى طلاب الجامعة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، معهد الدراسات التربوية، جامعة القاهرة .

عواطف حسين صالح (٢٠١١) . علم النفس الاجتماعي (منظور تكاملي تطبيقي). دقهلية : مطبعة آية .

فرج عبد القادر طه (٢٠٠٩) . موسوعة علم النفس والتحليل النفسي .القاهرة ، مكتبة الأنجلو المصرية .

قيس المقداد ، أسامة بطاينة وعبد الناصر الجراح (٢٠١١) . مستوى المهارات الاجتماعية لدى الأطفال العاديين والأطفال ذوي صعوبات التعلم فى الأردن . *المجلة الأردنية فى العلوم التربوية* ، مجلد ٧ ، عدد٣ ،ص ٢٥٣-٢٧٠

محمد السيد صديق وآسيا خليفة طلال الجري (٢٠١٦) . الصحة النفسية وعلم النفس الإرشادى فى سيكولوجية التفوق والتوافق .الطبعة الثانية ، مكتبة زمزم الإسلامية .

محمد السيد عبد الرحمن (١٩٩٢) . اختبار المهارات الاجتماعية . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية.

ثانيا: المراجـــع الأجنبيـــة:

Alphen,S.(2011) . Psychotherapy of an older adult with an avoidant personality disorder.

Abel (2005) . The relationship between academic achievement and social skill development in students with attention deficit disorder. Dissertation of Doctor of Philosophy in education , Wilmington college.

Baker,B. (2003). Narcissistic and avoidant personality and thought suppression. Doctor of philosophy, University of Idaho State.

Carr,S. and Francis,A. (2010) . Do early Maladaptive Schemas mediate the relationship between childhood Experiences and avoidant personality disorder features K A preliminary investigation in a non- clinical sample original article , V. 84 , P. (343-358).

Chambless,D. ; Fydrich,T. and Rodebaugh,T. (2008) . Generalized social phobia and avoidant personality disorder; Mmeaningful distinction or useless duplication . Jornal of depression and anxilty ,25 , 8-19

Cox,B.; Pagura,J.; Stein,M.and Sareen,J.(2009) . The relationship between generalized social phoia and avoidant personality disorder in a national mental health survey . Jornal of depression and anxilty ,26,354-362.

Cummings,J. ; Hayes,A. ; Cohen,L. ; laurenceau,J. ; Saint,S. and GricalM,K. (2013) . Interpersonal Competence and daily stress generation in individuals with Avoidant personality disorder symptoms . Journal of social and clinical psychology, v. 32,N.Z, P. 135-158.

Cummings,J.; Hayes,A. ;Cardaciotto,L. and Newman,C. (2012) . the Dynamic of Self – esteem in Cognitive Therapy for avoidant and obsessive – compulsive personality disorders : An Adaptive role of self – esteem variability ? Original Article, 36, P. (272-21).

Dimaggio,S.;Durzo,M.;Pasietti,M.;Salvatore,S.;Lysaker,P.;Catania,S;Popolo,R.(2015).Metacognitive interpersonal therapy for co-occurrent avoidant perso.nality disorder and substance abuse . Journal of clinical psychology, 71(2), P. 157-166.

Eikenaes,I.; Egeland,J. ; Hummelen,B. and Willberg,T. (2013) . Personality Functioning in Patients with Avoidant personality disorder and Social Phobia . Journal of Personality Disorders, 27(6), P. 746-763

Eikenaes,I ; Pedersen,G. and Wilberg,T. (2015). Attachment styles in patients with avoidant personality disorder compared with social phobia . The British Psychological Society.

Eikenaes,I. ;Hummelen,B. ; Abrahamsen,G. ; Andrea,H. and Wilberg,T. (2013) . personality Functioning in patients with avoidant personality disorder and social phobia . Journal of personality Disorders, V.27, N.6 , P. (746-763).

Eikenaes,I. ;Hummelen,B.; Abrahamgen,G.; Andrea,H. and Willberg,T. (2015) . Avoidant personality disorder versus Social Phobia: The significance of childhood neglect . Journal . pone , 27, P. 1-14.

Fink,M. (2008) . Validation of Million's parenting practices theory and the disorders of personality Avoidant , Dependent , Depressive , and Schizoid) Through construction of the perceived parenting styles Inventory . Dissertation of doctor of Psychology. Faculty of the Adler School of Professional Psychology.

Fiore , D.; Dimaggio, G. ; Nicolo, A. ; Semerari, A. ; Carcione , A. (2008) . Metacognitive Interpersonal Therapy in a case of Obsessive – Compulsive and avoidant personality disorders. Journal of clinical Psychology, V. 64, N .2,P (168-180).

Gooding,L.(2010) . The effect of a music therapy – based social skill training program on social competence in children and adolescents with social skill deficits . Dissertation of Doctor of Philosophy , College of Music.

Kohlmaier,J. (1997) . Early Family environment , Attention al biases , and memory bases in persons with avoidant personality disorder . Dissertation Faculty of Graduate School of Southeastern Louisiana University.

Kristensen,H. and Torgersen,S. (2007). the Association Between avoidant personality traits and motor impairment in a population – Based Sample of 11-12 year old children. Journal of personality Disorders, V. 21, N.1, P. (7-97).

Lampe,L. (2015) . Social anxiety disorders in clinical practice . Differentiating social phobia from avoidant personality disorder. Australasimpsychiatry, V. 23, N.4, P.(343-346).

Lynum,T. ;Wilberg,T. and Karterud,S. (2008) . self- esteem in patient with border line and avoidant personality disorders . Journal of psychology. V.49 , P. (469-477).

Marino,M. (2001) . Running head : Memory Bias in Avoidant personality disorder . Dissertation of Master of Arts, Faculty of the graduate school of southeastern Louisiana University.

Martin,B. (2008) . Aqualitative study of social skill learning opportuities in massively multiplayer online role –playing games . Dissertation of Doctor of Education ,University of La Verne .

Meyer,B. and Carver,C. (2000) . Negative Childhood accounts , Sensitivity , and Pessimism A study of avoidant personality disorder features in college students . Journal of Personality disorders, V.14, N.3, P. (232-248).

Meyer,B.(2002). personality and Mood correlates of avoidant personality disorder. Journal of personality Disorders, V. 16, N. 2, P. (174-188).

Meyer,B.; Ajchenbrenner,M. and Bowles,D. (2005) . Sensory Sensitivity, attachment experiences, and rejection responses among adults with borderline and avoidant features. Journal of personality disorders, V.19, N.6, P. (641- 658).

Mosack,M. (1999) . A structural Study of avoidant personality disorder – the role of evaluation. dissertation of doctor of philosophy , Faculty of the Psychology department of Duquesne University.

Newman,C. (1998). showing up for your own life: cognitive therapy of avoidant personality disorder. Journal of Psychotherapy in practice, V. 4 , N. 4 , P. (55-71) .

Pos,A. (2014) . Emotion Focused Therapy for Avoidant Personality Disorder. Pragmatic considerations for working with experientially avoidant clients. Journal of contemporary psychotherapy. V. 44, Issue 2, P. (127-139).

Peng,S. (2012) . self image and psychological well-being among chinong Chinese adolescents. Dissertation of Doctor of Philosophy in education , University of Missouri- St, Louis.

Rettew,D.(2000) . Avoidant personality Disorder, Generalized Social Phobia , and Shyness : putting The Personality Beck Into Personality Disorders . Journal of Havard Rev Psychiatry, N.6, V.8, P.(283-290).

Robinson-Ervin,P.(2012) . The effect of culturally responsive computer-based social skills instruction on the social skill acquisition and generalization of urban 6 th – garde students with emotional and behavioral disorders. Dissertation of Doctor of Philosophy , University of The Ohio state.

Safren,S.; Heimberg,R.; Brown,E. and Holle,C. (1997) . Quality of life in social phobia . jornal of depression and anxiety 4:126-133.

Shirilla,P. (2014) . the ability of adventure education to influence the social skill development of urban middle school students .

Dissertation of Doctor of Philosophy in education , University of New Harmpshire .

Simon,W. (2009) . follow up psychotherapy outcome of patients with dependent, avoidant and obsessive-compulsive personality disorders : A meta – analytic review. jornal of psychiatry in clinical practice,13(2), 153-165.

Vasile,D.; Vasiliu,O. ; Magalagiu,A. ; Blandu,M. and Magazine,O.(2013) . The efficacy of social skill training over self-image distorsions in avoidant personality disorder . jornal of personality and personality disorder,1126.

Vasile,D.; Vasiliu,O. ; Bratu and Sopterean (2014) . The efficacy of social skill training over self-image distorsions in avoidant personality disorder . Balkan military review v. 17 p. 57-57.

Weinbrecht,A. ;Schulze,L. ; Boettcher,J. and Renneberg,B. (2016) . Avoidant personality Disorder a current review . Personality disorders (18-29).

Wilberg,T. ; Karterud,S.;Pedersen,G. and Urnes,Q. (2009) . The impact of avoidant personality disorder on psychosocial impairment is substantial.Jornal of psychiatry, 63, 390-396.