الرهاب الاجتماعي وعلاقته بالتفكك الاسري من وجهة نظر اساتذة جامعة بغداد دراسة ميدانية اجتماعية في مدينة بغداد

سبأ حميد عبيد القيسي

جامعة بغداد / كلية التربية للبنات / قسم علم الاجتماع

Sabaa.H@coeduw.uobaghdad.edu.iq

الملخص:

لا يزال الباحثون والمتخصصون في علم الاجتماع يسعون الى تحديد اسباب وتاريخ مفهوم الرهاب الاجتماعي الذي يكون دائما ناجمة من الفرد او من التركيب الاجتماعي للمجتمع والرهاب مفهوم غير مرغوب فيه من وجهة نظر المجتمعات المتحضرة ،حيث تسعى تلك المجتمعات بشكل دائم الى التخلص منها او احتوائها او تقليصها بطرق واساليب متعددة لهذا الغرض، وبإمكانيات تنظيمية "مادية وبشرية " متاحة، وغالبا ما ينشا الرهاب نتيجة لتنامي العديد من الظواهر الاجتماعية السلبية في المجتمع ، هذه الظواهر لا يمكن ان تفسر سوى كونها ظواهر ناجمة عن اسباب وعادات وتقاليد اعتاد بعض افراد المجتمع على ممارستها ،فتحولت بمرور الوقت من تصرفات و سلوكيات فردية او شخصية فردية او شخصية الى ظواهر ناجمة عن اسباب او عادات او تقاليد اعتاد بعض افراد المجتمع الى ممارستها ، فتحولت بمرور الوقت من تصرفات وسلوكيات فردية او شخصية الى ظواهر جماعية يمارسها اغلب افراد المجتمع ، بل ان البعض يعدها جزءا من هويته وعاداته وتقاليده.

الكلمات المفتاحية: (الرهاب الاجتماعي، بالتفكك الاسري).

Social phobia and its relationship to family disintegration from the point of view of professors at the University of Baghdad A social field study in the city of Baghdad

Sabaa Hamid Obaid Al-Qaisi

University of Baghdad / College of Education for Girls / Department of Sociology

Sabaa.H@coeduw.uobaghdad.edu.iq

Abstract:

Researchers and specialists in sociology are still seeking to determine the causes and history of the concept of social phobia, which is always caused by the individual or the

social structure of society. Phobia is an undesirable concept from the point of view of civilized societies, as these societies constantly seek to get rid of it, contain it or reduce it in various ways and methods for this purpose, and with available organizational capabilities "material and human", and phobia often arises as a result of the growth of many negative social phenomena in society. These phenomena can only be explained by being phenomena resulting from causes, customs and traditions that some members of society are accustomed to practicing, so they have transformed over time from individual or personal behaviors and behaviors to phenomena resulting from causes, customs or traditions that some members of society are accustomed to To practice it, it has transformed over time from individual or personal actions and behaviors to collective phenomena practiced by most members of society, and some even consider it part of their identity, customs and traditions. Keywords: (social phobia, family disintegration).

تمهيد:

اهتم الانسان بالمرض من حيث محاولته للكشف عن اسبابه وكيفيه حدوثه وانتشاره ، بدافع كرهه للمرض وعدم الرغبة بالإصابة به بطبيعة الحال ، لان المرض يوقع عليه الالم ، ويضعف جسمه ويعيفه عن الحركة من اجل الاكل والتنفس او التكلم او المشي او حتى النوم ، كانما ان المرض يعيقه عن تلبية حاجاته بصورة طبيعية ، وعن ممارسة ادواره في الحياة بصورة اعتيادية .

وتأخذ عوامل المرض طابعا اجتماعيا رغم انها عوامل مادية ذات اصل حيوي بيولوجي ، عدا عن انها تمتد في ابعادها النفسية والاجتماعية ، لا تمس الانسان في كينونته البيولوجية الأحادية فحسب ، وانما تتعدى ذلك الى حياته الاجتماعية ومزاجه الوجداني .

والرهاب يعتبر مرض وعادة ما تتدهور عوامله ليصبح مرضا اجتماعيا ويظهر على انه حالة القلق النفسي الذي يتضمن شعورا بالتهديد من شيء غير واضح المعالم في العالم الخارجي ، او بمعنى اخر انفعال مركب من الخوف ، وتوقع الشر والخطر او العقاب ، ويختلف عن خوف من خطر محتمل غير مؤكد الوقوع ، وخوف من المجهول ، وهو انفعال مؤلم ، نشعر به حين لا نستطيع القيام بشيء تجاه موقف مخيف يهددنا بالخطر .

والرهاب الاجتماعي بالتحديد وهو احد انواع الفوبيا فانه يؤدي الى خوف شديد قد يشل الفرد احيانا ويتركز في الشعور بمراقبة الناس بشكل اكبر بكثير من الشعور العادي بالخجل او التوتر الذي يحدث عادة في التجمعات فالذين يعانون من الرهاب الاجتماعي قد يلجأون الى تغيير اسلوب حياتهم ليتجنبوا اية مناسبة اجتماعية تضعهم تحت المجهر وعادة ما يصاحب المخاوف الاجتماعية العامة تقييم ذاتي منخفض وسلبي وخوف من النقد ، وقد يظهر على شكل شكوى من

احتقان الوجه او الرعشة باليد او غثيان ، او رغبة شديدة في التبول ، ويكون المريض مقتنعا ان واحدة من المظاهر الثانوية هي مشكلته الاساسية ، وتتطور الاعراض الى نوبات هلع.

اولا: اهمية البحث IMPORTANCE OF THE STUDY

عانت اغلب المجتمعات ان لم تكن جميعها في مرحلة من مراحل حياتها من انتشار بعض الظواهر السلبية المختلفة التي تشوه صورة المجتمع الذي تسود فيه مثل ظاهرة الرهاب الاجتماعي وكذلك ظاهرة التفكك الاجتماعي وغيرها الكثير من الظواهر السلبية التي كلما وسعت دائرة انتشارها في المجتمع فأنها تهدد بانهياره في اي لحظة ، وكما ان هو معروف فان هذه الظواهر تختلف باختلاف المجتمعات التي تسود فيها وباختلاف ثقافات الافراد في تلك المجتمعات ، اذ ان هذه الظواهر قد تكون في بعض المجتمعات محدودة وكامنة ، وفي بعضها الاخر واسعة الانتشار وبكثرة ، ومقياس محدوديتها او انتشارها يتحدد من خلال الارادة الحقيقية لمواجهة هذه الظواهر وجدت الدولة والاجهزة المعنية والمجتمع نفسه في متابعتها والتصدي لها ، فهي تبقى محدودة وكامنة طالما انها مقيدة بقوانين وعقوبات صارمة ، اما اذا انتشرت وتطورت فأنها حتما ستشكل خطورة على المجتمع وتهدد امنه واستقراره وستنعكس بأثار سلبية على مستقبل افراده وبالتالي تصبح مشكلة يجب التصدي لها ومواجهتها ، ولا شك فيه تراكمات السنوات السابقة والظروف العصيبة التي مر بها المجتمع القت بظلالها على الكثير من العادات والتقاليد والقيم واسهمت في تغيير ملامحها من قيم وعادات نبيلة الى ظواهر سلبية اذ ما تركت دون علاج فأنها قادرة على تشويه مجتمعات بأكملها بغض النظر عن تاريخ او حضارة تلك المجتمعات .

من خلال العرض السابق تظهر اهمية البحث النظرية بانه يمكن ان يكون مصدرا يعود اليه الباحثين و استكمال عملية البحث ومحاولة معالجة المشكلات ، والاهمية التطبيقية هي القاء النظر على هذه الظاهرة للتقليل من اثارها وكذلك في ايجاد الطرق الاخرى لمعالجة الحالة المرضية وكذلك في السعي لإعادة تماسك المجتمع .

ثانيا :- اهداف البحث PURPOSE OF THE STUDY

يمكن تحديد اهم اهداف لهذه الدراسة من خلال ما يأتي :-

١. التعرف على مفهوم الرهاب الاجتماعي والجذور التاريخية له .
٢. الكشف على انواع الرهاب الاجتماعي والاعراض المصاحبة له .
٣. معرفة اهم العوامل المؤدية الى الرهاب الاجتماعي .
٤. الكشف الى مجموعة من المعالجات للحد من ظاهره الرهاب الاجتماعي .
٥. التعرف على مفهوم التفكك الاسري .
٦. الكشف على اسباب حدوث التفكك الاسري.
٧. دراسة العلاقة بين الرهاب الاجتماعي والتفكك الاسري.

ثالثا: تساؤلات البحث :-

١. ماهي اعراض الرهاب الاجتماعي ؟
٢. متى يتحول الرهاب المرض الى رهاب اجتماعي (مرضا اجتماعيا)؟
٣. متى يصيح الرهاب الاجتماعي سببا في التفكك الاسري .

الفصل الثاني :الاطار النظري للدراسة

تمهيد

يمكننا من خلال هذا الفصل التعرف على اهم المفاهيم والمصطلحات التي من خلالها نستطيع التقرب اكثر لدائرة فهم الظاهرة بصورة صحيحة وقريبة للواقع .

ويمكننا تحقيق ذلك بالتعرف على ما جاء بع علماء الاجتماع الطبي ومنهم ليمرت في تعريفه للمرض الاجتماعي " بانه شكل من اشكال الاضطراب الذي يعتري المجتمع والذي يؤثر تأثيرا سلبيا في صحة الفرد وحيويته وقدرته على اداء مهامه المناطة به مع عجزه نتيجة ذلك على تكييفه للمجتمع الذي يوجد فيه ويتفاعل معه .(١)

اي من خلال ما سبق ان الظاهرة تصبح مرضا اذ ما ظهر عليها السمات المختلفة ومنها اذ ان المرض الاجتماعي لا يرجع الى عوامل فيزيولوجية او عضوية ولا يرجع الى عوامل نفسية وعقلية وانما يرجع الى عوامل بيئية واجتماعية بحتة ينبغي تشخيصها اولا واستخدامها ثانيا في تفسير المرض الاجتماعي .(٢)

وتفوق خطورة المرض الاجتماعي كتحلل الاسرة وتفكك القيم والكذب والنفاق والجريمة خطورة كل من المرض النفسي كالكأبة والهيستريا والقلق والتوتر والخوف ....الخ والمرض الجسمي كالسكري والضغط الدموي العالي وامراض القلب والسرطان والموت المفاجئ يصيب الجماعة والمجتمع قبل ان يصيب الفرد .(٣)، فالفرد على سبيل المثال لا يتناول المسكرات ولا يكذب ولا ينافق ولا يرتكب الجريمة اذا كان مجتمعه سليما من الامراض الاجتماعية والآفات السلوكية والاخلاقية حيث ان المرض الاجتماعي عادة يصيب المجتمع والجماعة قبل ان يصيب الفرد .(٤)

اولا : المفاهيم والمصطلحات :-

١. الرهاب PHOBIA

يمكن تعريف الرهاب لغا بانه "رهبه مأخوذة من مصدر رهب ، رهيب ، مرهب ، رهيبة وهو موقف انفعالي يتصف بعدم الرضا وتخيل نتائج سيئة للحوادث المقبلة ، او خوف اجتماعي مرضي يتخذ اشكال عدة منها رهاب المواقف الاجتماعية والحفلات والمجالس العامة ، ورهاب مواجهة المجتمع .(٥)

اما اصطلاحا يعرف الرهاب الاجتماعي بانه " الخوف الشديد والمستمر وغير المبرر من الوقوع حيث يخشى المصابون بهذا المرض ملاحظة الاخرين وتقويمهم والتحدث امامهم واداء الادوار امام الجمهور ، واستعمال المصاعد

والمرافق العامة في المطاعم والاماكن العامة ، كما يخشون ظهور اعراض القلق والتوتر عليهم خوفا من سخرية الاخرين .[٦]

استعراض تعريف الرهاب تاريخيا من الاقدم للأحدث :-

تعريف (دافيدو ١٩٨٣) هو خوف فجائي مفرط من موضوع معين يقابل بالأحجام المستمر ، والانسان الذي يعاني من هذ الاضطراب يعرف ان خوفه غير مناسب مع الخطر الذي يستشعره ، ولكنه يفقد السيطرة على هذه المشاعر .

تعريف (الدباغ ١٩٨٣) خوف غير معقول تجاه موضوع معين او شخص او موقف ما ، فهو يختلف عن الخوف المبهم في القلق الذي لا هدف له ، وعن الخوف الاعتيادي " المعقول " .

تعريف (كمال ١٨٨٨) :- خوف شديد لسبب معين يكون فيها الشعور بالخوف اكثر بكثير من السبب الداعي له ، ويقترن الشعور بالخوف عادة بالرغبة في الهرب بعيدا عن السبب.[٧]

تعريف (نيفيد واخرون ١٩٩٤) :- خوف متواصل مستمر من اشياء ومواقف محددة ، ويكون هذا الخوف غير متناسب مع التهديد الذي يواجه .

تعريف (جودوين وجوز ١٩٩٦):- خوف شديد مستمر وغي منطقي من شيء معين او نشاط ما او موقف معين ، يؤدي به الى رغبة ملحة " متسلطة " لتجنب الشيء او النشاط او الموقف المخيف .

تعريف (صالح ٢٠٠٥):- خوف مفرط او شديد من موضوع او موقف ، يعد لدى الاخرين عاديا او طبيعيا ، لا يستطيع المصاب به السيطرة عليه ،بالرغم من معرفته بان خوفه هذا غير مناسب .

ويمكننا وضع تعريف نهائي من خلال العرض السابق :-

هو خوف مفرط ومتواصل غير مسيطر عليه ، من شيء لو موضوع او موقف معين ، يؤدي الى سلوك تجنبي للسبب المثير ، ويختلف هذا الخوف عن الخوف الاعتيادي والقلق ، علما ان صاحب هذا الاضطراب يعرف ان خوفه هو اكبر من السبب الداعي له .

ويعرف في معجم مصطلحات الرهاب :- هو ميل او نزوع لدى المرء نحو العزلة والابتعاد عن الناس ، والخوف من الاختلاط مع الجماعات و اقامة العلاقات معها . [٨]

اما عن تعريف الرهاب الاجتماعي اجرائيا فيعرف بانه " حالة من الخوف و القلق والتردد التي تصيب الفرد من جراء الصدمات التي يتلقاها من المواقف الاجتماعية السيئة ومن خلال العلاقات الاجتماعية مع الاخرين والتي تحكم هذه المواقف مصالح عامة في بعض الاحيان والبعض الاخر مواقف خاصة .

٢. التفكك الاسري :-

يمكن تعريفه لغا بانه "فك الشيء فكا : فصل اجزاءه . ومن هنا يمكننا ان نعرف التفكك الاجتماعي انه فشل واحد او اكثر من اعضاء المجتمع في القيام بواجباته نحوها ، مما يؤدي الى ضعف العلاقات وحدوث التوترات بين افرادها ، وهذا يفضي الى انفراط عقدها وانحلالها

ويعرف اصطلاحا " انهيار الدورة الاجتماعية وانهيار بناء الادوار الاجتماعية المرتبطة بها ، عندما يعجز عضو او اكثر في القيام بالتزاماته ودوره بصورة مرضية وتعدد صور التفكك الاجتماعي الى الانعزال ، الانحراف ، الكبت .[٩]

ويمكن تعريفه ايضا " مصطلح يطلق علية تعبير الاسرة المحطمة ، التي تتم بالطلاق او المشاجرة المستمرة او الوفاة او سجن احد الوالدين او غيابه بصورة مطردة.؟[١٠]

وهناك تصنيف اخر لذلك التفكك يمكن ان يكون اشمل ، وهو :-

التفكك المادي (الاجتماعي) :- ويسمى ايضا التفكك الفيزيقي ويحدث في حالة وفاة احد الوالدين او كليهما او الطلاق او الهجر ، ويضيف البعض الى ذلك تعدد الزوجات ، ويضيف بعضهم الى جميع تلك العوامل عاملا اخر هو الغياب الطويل الاجل .[١١]

- التفكك النفسي :- ويحدث في العائلة التي يسودها جو المنازعات المستمرة بين افرادها وخاصة بين الوالدين ، حتى لو كان جميع افرادها يعيشون تحت سقف واحد وكذلك يشيع فيها عدم احترام حقوق الاخرين ، ويضيف لها اخرون الادمان على المسكرات او المخدرات او لعب القمار .[١٢]
- التفكك الجزئي :- ويتم في حالات الانفصال والهجر المتقطع حيث يعاود الزوج والزوجة حياتهم وعلاقاتهم الاسرية ، ولكن الحياة الزوجية لا تستقيم في مثل هذه الحالات ويبقى مهددة من وقت لاخر بالانفصال او الهجر .

التفكك الكلي :- ويتم بانتها العلاقات الزوجية بالطلاق او تحطم الحياة الاسرية بموت او انتحار او قتل احد الزوجين او كليهما .[١٣]

وقد عرف جون وستركارد التفكك الاسري بانه ظاهرة اجتماعية سلبية تغطي على الاسرة وتجعلها ناقصة في مقوماتها الاجتماعية والحضارية بحيث ان هذا النقص يؤثر في ادائها السلوكي والتفاعلي ، والتفكك الاسري عندما يصيب الاسرة يجعلها غير قادرة على اداء مهامها الاساسية والثانوية التي يحددها علماء الاجتماع على راسهم روبرت مكايفر .[١٤]

ثانيا :- النظريات المفسرة للدراسة :

١. النظريات المفسرة للرهاب الاجتماعي :-

هنالك مجموعة من النظريات النفسية التي تناولت الرهاب الاجتماعي وبينت اثاره النفسية على الفرد وقد اختارت الباحثه اكثر النظريات تفسيرا لموضوع الرهاب وهي " **نظرية التحليل النفسي**" ونصت على ما يلي :-

تعد نظرية التحليل النفسي على وفق مؤسسها فرويد ان الرهاب هو دفاع عن التوتر الناشئ عن الهو وهذا التوتر يحل محل الخوف ويتحول الى خوف من موقف او شيء له صله رمزية به . فالرهاب هو طريقة دفاع الانا لمواجهة المشكلة الحقيقة لانتكاس صراعات الطفولة . اذ ينتج الرهاب بسبب صراعات نفسية لاشعورية اذ لم تصل الى حل ما ، يرافقها القلق الذي يمر به الطفل في مرحلة مبكرة من حياته ولا سيما في الخوف المرضى ليس الا طريقة تكيف يجابه به الفرد صعوبات لم يستطع حلها ولكنه تكيف منحرف ، فهو هروب من الموقف الخطر في ضوء تبني حالة جديدة .

ومن ثم فان الرهاب رمز لصعوبات تفاعل الشخص في سن مبكر ، تكون استجابة الخوف فيه نتيجة ازاحة مخاوف عامة الى رمز يستطيع الفرد بعد ذلك تجنبه بسهولة ، وقد ينشا كوسيلة لحماية المصاب الرهاب الاجتماعي من الرغبات اللاشعورية المستهجنة .

وقد ترى مدرسة التحليل النفسي بان هناك عاملا مشتركا في انواع الرهاب جميعها وهو النكوص الى الطفولة التي يمكن في اثنائها التغلب على الاخطار بالحصول على الحماية من اشخاص في العالم الخارجي يتسمون بالقدرة المطلقة على تقديم العون والمصاب بالرهاب اذ يغشى رغباته والعقوبة المترتبة عليها يحاول استعادة موقف الطفولة عندما كانت الحماية الخارجية متاحة وعلى وفق هذا التصور فان المرهوبين يتصرفون كالأطفال بسبب نكوصهم الى تلك المرحلة العمرية .

ظل فرويد لفترة طويلة لا يعتبر الرهاب ظاهرة نفسية في الاساس ، وانما هو مظهر لحالة توتر تستثار عضويا ، حيث تتحول عضويا الطاقة الغريزية غير المفرغة الى قلق يصبح متعلقا بموضوعات خطرة ارتباطا بطبيعتها او بالخبرة السابقة عند الفرد ، او يجري تفريغها جزئيا من خلال هذه الموضوعات الخطرة . وقد افترض فرويد ان المشاعر الجنسية اللاشعورية المكبوتة ومشاعر العدوانية والتي تمنع من التفريغ تتحول عضويا الى قلق ، وهذا القلق يتحول بدوره الى موضوع رمزي فيرتبط الرهاب بموقف معين .[١٥]

٢.النظريات المفسرة للتفكك الاسري :-

الاتجاه التكاملي في تفسير التفكك الاسري يذهب انصار الاتجاه التكاملي الى ان التفكك الاسري هو نتيجة لعدد من العوامل والمتغيرات المختلفة والتي تتفاعل مع بعضها البعض ، وهذه العوامل متشابكة ومتفاعلة على كل المستويات سواء غير حدوث التفكك الاسري او استمراره وانه لا يمكن اختزال تلك العوامل وقوفا عند عامل واحد فقط فنظريات العلوم الاجتماعية الحديثة تقوم على فهم المجتمعات والظواهر والمشكلات

الاجتماعية من منظور نسقي ، يقوم على ان كل مستوى من مستويات الحياة الاجتماعية يتأثر في كل الاحوال بما يعلوه من انساق فرعية [١٦]

الفصل الثالث

المبحث الاول

لمحه تاريخية لمفهوم الرهاب

مقدمة:

يعد الرهاب الاجتماعي نوع من انواع المخاوف المرضية التي بدورها تتفرع من القلق بوجه عام ولقد صنفت الجمعية الامريكية للطب النفسي المخاوف المرضية او اللامنطقيه (الفوبيا) ضمن اعراض القلق ، الذي انتشر بشكل واسع من تقدم المجتمعات ، وهذا ما جعل الاهتمام لهذا الاضطراب يزداد من قبل العديد من الباحثين وخصصت له تسعة مؤتمرات .

ويعتبر القلق من اكثر الامور التي شغلت اهتمام العلماء والباحثين بعلم النفس لوجود العديد من الادلة التي دلت على انه سبب مباشر على اختلاف الوظائف النفسية او الجسمية او كلاهما معا، والقلق بمختلف مستوياته وان تفاوتت درجه شدته فانه يؤدي الى فقدان التوازن ، مما يجعل الانسان القلق في محاولة دائمة لاستعادة ذلك التوازن .

وللتعرف على القلق (المرضي) يجب ملاحظة النواحي العضوية ، والنواحي الوجدانية او النفسية ، والنواحي الفكرية ، ففي حالات القلق (المرضي) تحدث تغيرات عضوية غير طبيعية ، بعضها داخلي يرتبط بتوترات المعدة ، وضغط الدم وزيادة الافرازات الهرمونية ، وبعضها خارجي يرتبط بالتوترات العضلية واحمرار الوجه وكذلك زيادة افراز العرق و الرعشة وزيادة اللوازم الحركية بدون داع ولا ضرورة ، والتغيرات العضوية هذه تكون نتيجة او سبب في استثارة مشاعر وجدانية وفكرية محورها الانشغال الشديد ، والاستثارة السريعة والخوف ، والاحلام المزعجة والارهاق السريع ، توقع المصائب ، وتعميم الخبرات السيئة على مواقف لا تتسم بالضرورة بالسوء .

ومن خلال ما سبق يظهر القلق بانه شعور داخلي يجعل الانسان غير قادر على التفاعل مع محيطة الاجتماعي ولا القيام باداء ووظائفه العقلية والاجتماعية بشكل مناسب ، هنا يصبح العلاج ضروريا لمساعدة الفرد للعودة الى حياة افضل يكون فيها فعالا ومتوافقا مع نفسه والاخرين .

اولا :- لمحه تاريخية لمفهوم الرهاب :-

توجب علينا ان نستعرض الرهاب من الناحية التاريخية ، لنتعرف على مفهوم الرهاب بوصفة احد الاضطرابات النفسية عموما ، واحد اضطرابات القلق على وجه الخصوصو كما هو مصنف في التصمنيفات الطبية المعمول بها .

وكذلك يمكننا من الكشف عن ان هذا النوع من الاضطرابات النفسية موجود ومعروف عبر التاريخ الانساني الطويل ، وهو ملفت لنظر الاخرين ، حتى وضعوا له مواصفات معينة ، وتبع ذلك منحه مصطلح (phobia) مثلما يتداول مع التعامل العلمي مع هذا الاضطراب .

مصطلح (phobia) اشتقت من كلمة (فوبوس phobos) وهو اله الخوف عند اليونانيين ، وكانت صورته ترسم على اقنعه ودروع المحاربين لاخافه اعدائهم عند المعركة ، لذا اتت كلمة (phobia)لتعني الخوف والفزع او العب .

وظهرت الفوبيا في المصطلحات الطبية في روما قبل الميلاد بالفي سنة ، عندما استعمل مصطلح رهاب الماء ليصف اعراض داء الكلب .

وبالرغم من ان هذا المصطلح لم يستخدم في المعنى الطبي النفسي حتى القرن التاسع عشر ، فان المخاوف والسلوك وضعت في الادبيات الطبية قبل ذلك ، اذ وصف هيبوقر(Hippocrates) اثنين من المصابين بالرهاب .

لقد تطور مصطلح الرهاب بشكل مضطرد في وصف المخاوف المرضية طوال القرن التاسع عشر بدءا برهاب الزهري او السلفس الذي ورد في المعجم الطبي المنشور عام ١٨٤٨ على انه خوف من الزهري .

وفي عام ١٨٧١ وصف ويستفال (Westphali) ثلاثة رجال مصابين برهاب الاماكن العامة وعدهم ضمن رهاب الاماكن المفتوحة (agoraphobia) اذا جاءت كلمة ((agora) مشتقة من كلمة اغريقية تعني مكان الاجتماعات العامة او مكان الاسواق .

اما المؤلفون الجدد فقد صنفوا قوائم طويلة للرهابات يسمون كل نوع منها بمصطلح اغريقي او لاتيني ، بحسب الشيء او الموقف المعين .

ثانيا :- تصنيف الرهاب :-

وردت انوعا عدة من الرهاب في التصنيف العاشر للاضطرابات السلوكية والعقلية لمنظمة الصحة العالمية ، والذي يرمز له اختصارا (ICD – 10) والصادر عام ١٩٩٢ حيث تم تقسيم الرهاب الى ثلاث اقسام رئيسية :-

١. رهاب الاماكن المفتوحة AGORAPHOBIA.
٢. الرهاب الاجتماعي SOCIAL PHOBIAوالذي ينقسم الى :-
- الخوف من الناس ANTHROPHOBIA.
- العصاب الاجتماعي SOCIAL NEUROSIS.

٣. الرهاب المحدد SPECIFIC PHOBIA والذي ينقسم الى :-
- الخوف من المرتفعات . ACROPHOBIA.
- الخوف من الحيوانات . ANIMAL PHOBIA.
- رهاب الامتحان او الاختبار . EXAMINATION PHOBIA
- الرهاب البسيط . SIMPLE PHOBIA.

اما في المراجعة الرابعة للكراس التشخيصي والاحصائي الصادر عن جمعية الطب النفسي الامريكية ، والذي يرم له اختصارات والصادر عام ١٩٩٤ ، وردت انواع الرهاب الرئيسية ، بنفس التقسيم الثلاثي في (ICD) وعلى النحو الاتي (الرهاب المحدد – ارهاب الاجتماعي – رهاب الاماكن المفتوحة).

وفيما يتعلق بالرهاب المحدد فقد كان يسمى في المراجعة الثالثة للكراس التشخيصي و الاحصائي بالرهاب البسيط اما في (DSM–IV) فيستخدم مصطلح الرهاب المحدد .

ويتضمن (DSM–IV) خمسة انواع دقيقة في الرهاب المحدد ، وهي :-

- الرهاب من الحيوانات .
- رهاب البيئة الطبيعية (العواصف – الماء – المرتفعات) .
- رهاب الدم – زرقة الابرة – الجروح).
- الرهاب الموقفي (الصدمة – الضغوط) .
- انواع اخرى (الخوف من الافكار المخيفة – الامراض) .

وبخصوص رهاب الاماكن المفتوحة (AGORPHOBIA) ، هناك صور سريريه مركبة في مجاميع من الاعراض ، متضمنة رهابات ، وهي كما يأتي :-

- وسائط النقل العام (القطارات ، الحافلات ، الانفاق ، الطائرات) .
- اماكن اخرى (الجسور ، المصاعد ، الاماكن الضيقة او المغلقة) .
- البقاء في البيت منفردا .

- التواجد بعيدا عن البيت او المكان الامين .

ومما تجدر الإشارة اليه ، ان من اكثر الجوانب اثارة في الرهاب ، هي ان المثيرات التي تثير مخاوف اصحابها هي ليست عشوائية .

ان الانواع الثلاث الرئيسية للرهاب (رهاب الاماكن المفتوحة – الرهاب المحدد – الرهاب الاجتماعي) ، والوارد في تصنيف (ICD-10) العالمي ، وتصنيف (DSM-IV) الامريكي ، تم تحديدها على ضوء ابحاث ماركس (MARKS) عام ١٩٦٠ .

المبحث الثالث :- الامراض النفسية السائدة في المجتمع :-

ان التأمل في واقع الحياة الاجتماعية يدل على ان الانسان خلال مراحل حياته ومنذ القدم ، يجد نفسه معرضا لصراع مستمر بين الدوافع المتضاربة . وهذه حقيقة كامنة في الطبيعية الانسانية . ولا يمكن التخلص منها بصورة مطلقة مهما بذل الانسان من جهود مكثفة من اجل اقامة نوع من التكيف والموازنة بين دوافعه واهدافه المتضاربه ، لان عملية التكيف تعتمد على طبيعة شخصيته التي تتاثر بالعوامل البايلوجية والنفسية والاجتماعية.

وتشير التنقيبات الاثرية الى ان بعض الامراض النفسية كانت معروفة وشائعة في اقدم حضارات العالم واخص بالذكر منها الحضارة البابلية والسومرية والاشورية والمصرية والصينية واليونانية . وتكشف الدراسات الانثروبولجية عن وقوع هذه الامراض بين افراد في المجتمعات البدائية .

كما ادرك هذه الحقيقة الفلاسفة القدماء واخص بالذكر منهم ،ابيوقراط وارسطو وديكارت وابن سينا.....الخ.

يعتبر ابيوقراط من ابرز الشخصيات في هذا المجال ، لانه اكد على ان الدماغ موطن العقل ، وان الصرع مرض طبيعي وليس مرضا مقدسا كما كان يتصوره الناس انذاك ، وقد ادرك العلاقة بين النفس والجسم حيث استطاع شفاء برديكاس ملك مقدونيا من مرضه الجسمي عندما قام بتحلي احلامه .

ويقول افلاطون ان اكبر خطا يرتكب في علاج الجسم البشري في ايامنا هذه هو تفرقة الاطباء بين الروح والجسد .[١٧]

ويذهب ارسطو الى ان الانفعالات تحدث تغيرا في الجسم . ويرى ديكارت ان النفس والجسم جوهران متمايزان متضادان . فالنفس روح بسيط مفكر والجسم امتداد قابل للقسمة .. ثم يستدرك قائلا : عن اتحاد النفس والجسم واختلاطهما ، لكنه لم يحسم مسالة العلاقة بينهما .[١٨]

واستخدم الرازي الموسيقى والايحاء و التسلية في العلاج النفسي في حين وصف ان ميمونة مادئ الصحة العقلية .

بينما توصل برتراند راسل وجون ديوي من المفكرين المحدثين الى اتفاق بان الفصل بين الجسم والعقل لامعنى له اساسا لانه من الخطا التفرقة بينهما ، وتصورا انهما عملية مستمرة من نواحي عقلية وجسمية كلاهما يخضع للدراسية العلمية.

وفي عام ١٨٤٥ م نشر كريسنجر كتابه الاول عن (الطب النفساني) [١٩]ويعتبر الطبيب النمساوي سيجموند فرويد من ابرز العلماء والمفكرين في تاريخ علم النفس والطب النفساني الحديث ، لانه وضع نظريته في التحليل النفسي والعصاب والجنس واللاشعور ، التي من خلالها اكد على وحدة الانسان وقاوم الثنائية القديمة للحسم والنفس [٢٠]

ومن هذا نلاحظ ان المجتمعات البشرية وبغض النظر عن درجة التقدم او التخلف ،وعلى مر العصور ، كانت تعاني من الامراض النفسية ، التي تعتبر من اكثر الامراض انتشارا في الوقت الحاضر .

١.(الفزع الرهاب):-

ان كلمة فوبيا ذات اصل يوناني ، مشتقة من لفظ فوبوس ومعناه الفزع او الرعب او الخوف الذي يدفع الى الهرب ويعتبر فرويد اول من انتبه الى الطابع النفسي الخفي لهذه الحالة المرضية . ففي عام ١٨٩٤ نشر نظريته النفسية لتفسير الات الفزع وفي عام ١٩٠٩ نشر او حالة من حالات الفزع بعد دراستها دراسة تحليلة نفسية عميقة وقد سماها بحالة (هانس الصغير) وخلاصتها ..

ان هانس وعمره خمس سنوات ، يخاف من ركوب الخيل الى حد الذعر والهروب واذا سئل كان يكره والده كرها شديدا ولا يستطيع التعدي عليه لاعتقاده بان التعدي يعرضه الى اذى معنوي ومادي بالنظر للفارق الكبير بين قوتيهما .

ومن هذا الموقف تولد صراع مؤلم مخيف في ذهن هانس . وكبته لهذا الموقف لا بد من ان يدفعه من تحويل مصدر الخوف من تجربة داخلية (الخوف من الاب)الى رمز خارجي (الخوف من الحصان)الذي يعتبر اقل ايلاما وازعاجا للطفل لانه بستطيع الهروب منه وتجنبه بعكس الاب الذي يعتبر حالة ملازمة لايستطيع التخلص منه وهذا ما يحدث في مرض الفوبيا ، من هذا نرى ان الفوبيا صراع عاطفي ياتي نتيجة تجربة نفسية مؤلمة ، لم يتمكن الفرد من تحمل الالم والازعاج لانها اكثر من قابليته وهذا يدفعه الى ايجاد مصدر جديد بدلا او رمزا للمصدر الاصلي ، ويتم ذلك بشكل تلقائي دون ان يشعر به . وقد تكون الفوبيا نتيجة فعل منعكس شرطي تعزز وترسخ نتيجة حدث او تجربة في ايام الطفولة ، بينما يعتبر البعض يان الخوف متاصل فطريا لانه احد الغرائز ولكن شدته او ضعفه يعتبر البعض بان الخوف متاصل فطريا نه احد الغرائز ولكن شدته او ضعفه يعتبر دليلا على قوة هذه الغريزة او ضعفها.[٢١]

وتتخذ الفوبيا مصادرا مختلفة منها فوبيا المرتفعات ، فوبيا الماء ، فوبيا البرق والرعد، فوبيا الاماكن الواسعة و المكشوفة ، فوبيا الاماكن الضيقة والمغلقة ...الخ.

وتنتاب الفوبيا شعور بالازدواجية والاضطراب العام وضيق الصدر وخفقان القلب والتعرق الشديد والالام في الاحشاء وربما الاسهال وكثرة التبول ويداد القلق عند المريض الى حد يجاول فيه الهروب او الانهيار والاغماء او الغثيان والقيء والدوار .[٢٢]

ويعتبر القلق النفسي الذي يتضمن شعورا بالتهديد من شيء غير واضح المعالم في العالم الخارجي ، او بمعنى اخر انفعال مركب من الخوف وتوقع الشر والعقاب ويختلف عن خوف من خطر محتمل غير مؤكد الوقوع وخوف من المجهول وهو انفعال مؤلم نشعر به حين لا نستطيع القيام بشيء تجاه موقف مخيف يهددنا بالخطر وعلاجه يقرب من الفكرة التي قدمها ابن مكسويه اذ يقوم الاخصائي بطمأنينة المريض وتفسير علاقة ظروفه وانطباعاته بحالة مرضية حتى تصبح مفهومة .[٢٣]

ويعرف مرض الخوف غير الطبيعي او الفوبيا على انه خوف كامن مزمن وغير مبرر من شيء او مكان او سلوك معين ، يؤدي لقيام المريض بمحاولات واضحة للهروب من هذا الموقف ، لمواجهة الشيء او الظرف الذي يعتبره المريض خطرا على حياته ، ومن المؤكد ان الانسان الذي يسيطر عليه الخوف ، يفقد مقدرته على الاندماج في المجتمع الذي يعيش فيه .[٦(٢٤)]

وليس هناك في الوسط الطبي النفسي تحديد واضح لأسباب المرض ، فهناك فرضيات مثل فرضيات الصدمة والاذى ، وحسب هذه الفرضية فان تعرض المريض لخبر او حادثه مؤلمة وقاسية مع مصدر الهلع والخوف ، يؤدي الى مشاعر خوف دفينة ، يتم خزنها في ذاكرة الفرد ومشاعره ، وبالتالي رؤية الشيء او المكان الذي سبب الاخبار الاليمة والقاسية ، يثير مشاعر الخوف الدفينة ، ويعطي بعض الاطباء النفسيين فرضية كون المرض نابع من داخل الفرد ، اي مشاعر خوف داخلية ، من ممارسات محرمة وممنوعة ، ومشاعر الخوف الداخلية هذه يتم نقلها وتحويلها الى اشياء خارجية ، تصبح مصدر الخطر للمريض ، وبالتالي فان رؤية هذه الاشياء الخارجية ، تؤدي الى اثارة مشاعر الخوف والذعر الداخلية الكامنة في الانسان .

وهو من الامراض النفسية الذي اشتق اسمه من مقطع في اليونانية يعني الخوف ، ويعرف ايضا باضطراب الرهاب ، ويعتبر اضطراب الخوف بأنواعه المختلفة من اكثر الامراض انتشارا .

وعصاب الفوبيا يعني خوفا حادا ومرضا من موقف او شيء معين عند مواجهته او حتى عند التفكير فيه، لذلك يحاول المريض الاحجام او العزل عن مواجهة مثير الخوف لا شعوريا وهذا هو احد المظاهر الاساسية لعصاب الفوبيا .

تعني كلمة " الفوبيا " الشعور بالرهبة او التوتر او الخوف ، مثل ان يرهب احدهم النظر من الاماكن العالية او الاماكن المنخفضة ، او يصاب بالخوف من الاقتراب من كلب صغير ولو كان وديعا ، وهناك من يعاني من فوبيا الليل ، لكن المصاب بفوبيا الليل قد لا يخاف الاماكن العالية ، والعكس بالعكس ، اما الفوبيا الشائعة عند معظم الناس في معظم الاقطار ، فهي تلك الفوبيا ، التي تصيب المواطن عندما يذهب لمراجعة دائرة حكومية .

يعرف علماء النفس الخوف بالحالة النفسية التي يشعر الفرد فيها بوجود شيء خطير وضار او غير سار سوف يحدث له ، وهذه الحالة النفسية يصاحبها استجابة دفاعية لا شعورية يحاول الفرد اثناءها عزل القلق الناشئ من فكرة او موضوع او موقف معين في حياته اليومية وتحويله الى فكرة او موضوع او موقف رمزي ليس له مباشرة بالسبب الاصلي ، ومن هنا ينشا الخوف الذي يعلم الفرد عدم جدواه وانه لا يوجد اي خطر عليه من تعرضه لهذا المثير ، ولكن على الرغم من ادراكه ومعرفته لذلك ، الا انه لا يستطيع التحكم والسيطرة على هذا الخوف .

ويعد اضطراب الفوبيا الرهاب احد الاضطرابات العصابية النفسية المنتشرة في العالم بين مختلف الاعمار ولدى الجنسين من الذكور والاناث ، والفوبيا الرهاب هي حالة من الخوف الشديد غير الاعتيادي لسبب معين يكون فيه الشعور بالخوف اكثر بكثير من الاسباب المؤدية اليه ، ويعرف معجم علم النفس والتحليل النفسي الفوبيا الرهاب بانه اضطراب وظيفية او علة نفسية المنشأ لا يوجد معها اضطراب جوهري في ادراك الفرد للواقع ، اما التحليل النفسي فيرى في الاعراض العصابية تعبيرا رمزيا عن صراع نفسي يستمد اصوله من طور الطفولة للفرد ويمثل تسوية بين الرغبة والدفاع او هو حل وسط بينهما .

٣. مكونات الرهاب الاجتماعي :

يرى "Lombardo" سنة ١٩٩٦ ان للرهاب الاجتماعي اربع مكونات :

- المكون السلوكي : يتمثل في تجنب المواقف التي تثير الخوف للشخص مع عدم القدرة على التعبير عن الأفكار وصعوبة التحدث .
- المكون المعرفي : وتشمل الأفكار التي يحملها الفرد السلبية حول ذاته ولومها والثقة السلبية لها .
- المكون الانفعالي : ويتمثل الشعور بالارتباك والقلق والخجل والعزلة .
- المكون الفيزيولوجي : يتمثل في زيادة ضربات القلب مع جفاف الفم والارتجاف مع شراهة في الاكل عند تعرضه لموقف اجتماعي غير مألوف او يثير له الخوف .

٣.انواع الرهاب :

ينقسم الرهاب الاجتماعي الى نوعين :

ا. رهاب الخلاء(Agora phobia) :-

ويشمل هذا الرهاب الخوف غير المبرر من مغادرة المنزل او الدخول الى المحال التجارية والأسواق والأماكن المزدحمة والأماكن العامة ، كالملاعب ، دور السينما او السفر في القطارات والطائرات وحيدا ، ويكون اضطراب الفزع سمة متكررة الحدوث في النوبات الحالية والماضية ، وهو من اشد اضطرابات الرهاب إعاقة ، ويزيد هذا المرض بين النساء على الرجال وعادة ما يبدا في مقتبل العمر .

ب. رهاب منفرد (Specific phobia) :

هو رهاب يقتصر على مواقف شديدة الحديد مثل الاقتراب من الحيوانات او الأماكن المرتفعة او الرعد او الطيران ، او الأماكن المغلقة او استعمال المراحيض العامة ، او زيارة طبيب الاسنان او رؤية الدم او الجروح او الخوف من امراض معينة كالإيدز ، وعلى الرغم من ان المواقف بمثير محدود ، الا ان التعرض لهد قد يثير رعبا اما في حالات رهاب الساح او الرهاب الاجتماعي ، وتبدأ أنواع الرهاب المحدد على الاربعمائة ، ولكنه على الاغلب لا يصل الى العلاج خاصة ان المصابين به قد يتمكنون من التعايش معه [؟].

ج. الرهاب الاجتماعي :-

هو الخوف غير المبرر من الوقوع محط الأنظار ويرافق هذا انخفاض الثقة بالنفس والخوف من النقد ، وقد يظهر على شكل شكوى من احتقان للوجه او رعشة اليدين ، او غثيان ، او رغبة شديدة في التبول ، وهذا النوع من الرهاب يصيب ٣% من البشر ، وهناك مايؤكد زيادة انتشاره بين الشباب العربي ، وهذا له علاقة بأساليب التربية التي فيها الكثير من القمع في الطفولة.

وينقسم الى قسمين:

- الرهاب الاجتماعي العام :-

يتضمن مدى واسع من المثيرات والمواقف الاجتماعية المخيفة ، حيث يكون الخوف لدى الفرد في معظم المواقف الاجتماعية المختلفة ، والافراد ذو الرهاب الاجتماعي العام يعانون الكدر والضيق عبر مدى واسع من المواقف الاجتماعية ، وقد أوضحت نتائج الدراسات ان هذا النوع من الرهاب الاجتماعي العام هو اكثر شيوعا واكثر وتكون نتائجه خطيرة ، وتؤدي الى عجز وقصور رئيسي في حياة الفرد والاعاقة المختلفة في الوظائف الاجتماعية والمهنية والأكاديمية.

ثانيا : التأثيرات السلبية للرهاب الاجتماعي :-

تظهر العديد من التاثرات السلبية على من يعاني من الرهاب الاجتماعي ومنها :

- صعوبات كثيرة في مجالات شتى خاصة مجال الصحة والعلاقات الاسرية والعلاقات الزوجية والعلاقات الاجتماعية .
- ظهور اعاقات في المجال المهني حيث اثبتت الدراسات ان اكثر من ٨٥% من عينة ذوي الرهاب الاجتماعي من الراشدين يعانون صعوبات ومشاكل مهنية في مجال العمل والمجال الاكاديمي ويتمثل ذلك في ضعف القدرة على الإنتاج والعمل.
- انخفاض المستوى التعليمي لدى الطلاب بسبب انخفاض قدرتهم على التواصل معا بسبب انخفاض في درجات تحصيلهم .
- مستوى منخفض من الثقة بالنفس.
- اضطرابات نفسية كتعاطي الكحوليات واضطراب الاكتئاب .
- مشاكل اجتماعية مثل : الانسحاب الاجتماعي ، العزلة ،سوء التوافق الاسري ، عدم القدرة على تكوين علاقات وصداقات مع الاخرين .
- ظهور اضطرابات أخرى كالاكتئاب والخوف من الأماكن الواسعة .؟

ثالثا : الوقاية من الرهاب الاجتماعي :-

تعرف مشروعات او برامج الوقاية بالنسبة لمجالات الصحة والصحة النفسية والاجتماعية جميعا بانها اية تدابير نتخذها او نخطط لها تحسبا لمشكلة لم تقع بعد او تحسبا لتعقيدات تطرا على ظروف قائمة فعلا ، ويكون من هذه التدابير هو الإعاقة الكاملة او الجزيئة لحدوث المشكلة .

واكمالا لمعنى الوقاية يفرق الخبراء بين ثلاث درجات منها وهي :-

- الوقاية الأولية :- ويقصد بها الإجراءات الإعاقة الكاملة لظهور المشكلة أصلا .
- -الوقاية الثانوية :- ويقصد بها الإجراءات التي نتخذها للحيلولة دون ظهور تعقيدات جديدة لمشكلة نسلم لوجودها فعلا .
- -الوقاية من الدرجة الثالثة :- ويشار الى الإجراءات التي نتخذها حتى لا تعود المشكلة الى الظهور . ؟

ان الوقاية من اضطراب الرهاب الاجتماعي تكون ممكنة الا لمن تكون ظروفهم سيئة وقابليتهم الوراثية عالية ، لكن اذا امكن للأسرة والمدرسة والمجتمع عموما المحافظة على ثقه الطفل بنفسة وتعزيزها باستمرار وخلق جو يستطيع فيه التعبير عن نفسة بحرية كافية ، وكذلك حماية الأطفال من الإيذاء النفسي خصوصا . ؟

رابعا : علاج الرهاب الاجتماعي :-

١. العلاج الدوائي :- من بين الادوية المستخدمة في علاج الرهاب الاجتماعي :-

ا. المثبطات والتي تعمل على لتقليل من الاعراض العامة للقلق كالرعشة وزيادة ضربات القلب وجفاف الحلق والتقليل كذلك من استثارة الجهاز العصبي .

ب. مضادات الاكتئاب منها : دواء التوفرانيلن ، الادوية المثبطة للانزيم المؤكسد للأمينات الأحادية والتي تعمل على خفض الحساسية الزائدة اتجاه النقد كما ترفع مستوى ثقة العميل في نفسه .

ت. دواء البروبرافول : وهو من الادوية المضادة للأدرينالين وذلك للتغلب على اعراض القلق .[؟]

٢. العلاج النفسي التحليلي :-

ويهدف هذا العلاج الى التعرف على العامل الدينامي الذي أدى الى ظهور الفوبيا ، ومن الممكن ان تخف المخاوف الحديثة في الظهور بالعلاج التحليلي القصير ،ولكن من الضروري وضع برنامج علاجي شامل لكي نعالج المخاوف التي عاشت مع الفرد مدة طويلة ، ولكن يتحقق للمريض الاستبصار بالديناميات التي يمكن ان تحدث المخاوف لديه .[؟]

ويعتمد هذا العلاج على التفاعل بين المريض والشخص المعالج من خلال الحوار وتحدث المريض عن نفسه وانفعالاته وحياته الذاتية ويشترك مرضى الرهاب الاجتماعي في بعض العقد النفسية والصعوبات الداخلية والأساليب الدفاعية مثل : صعوبة التعامل مع مشاعر الغضب وما يتعلق بها من نزاعات العدوانية ، وأيضا عقد التنافس والذنب إضافة الى عقد النقص والعقد المرتبطة بالاستقلالية والاجتماعية، وتدل دراسة عدد من الحالات العيادية ان تعديل البيئة النفسية الداخلية من خلال تبص الانسان بذاته واساليبه المتكررة والتي ترتبط بانفعالات شديدة والام مكبوتة ومناقشتها في جو علاجي يتصف بالأمان ، والتقبل والتفهم له دور كبير في جعل الفرد اكثر قدرة على ضبط النفس ، وتزداد ثقته بنفسه ويتفهم خوفه من المواقف الاجتماعية المتعددة ويتحسن سلوكه الاجتماعي وقدرته على التعامل مع الاخرين .[؟]

٣. العلاج البيئي والاسري :-

ويتلخص في علاج مخاوف الوالدين ، وتهيئة جو منزلي تسوده المحبة والتعاطف والهدوء والثبات والاتزان ، وتوجه للوالدين والاقارب للتعارف فيما يتعلق بضبط الانفعالات والتقليل من الخوف والتوتر والمشاجرات ، حتى لا يشع جو عدم الاطمئنان في الاسرة ، وكذلك عدم سرد حكايات مخيفة للأطفال .[؟]

خلاصة

مما لاشك فيه ان بعض الاضطرابات النفسية والاجتماعية هي تضخيم للأمور النفسية الطبيعية ، والتي تحدث مع كل انسان ولكنها قد تتطرف وتزداد درجتها وحدتها لتصبح مرضا واضطرابا معطلا ، فالحزن الطبيعي يمكن ان يتحول الى اكتئاب مرضي والفرح العادي الى هوس مرضي ، والخوف من الغرباء الى خوف من مواجهة الناس ومن المناسبات الاجتماعية ، ومن ثم تجنب العلاقات الاجتماعية قدر الإمكان ، هذا الأخير يمكن ان يتحول الى ما يسمى الرهاب

الاجتماعي او (الخوف الاجتماعي) ، وهو موجود منذ العصور القديمة ، وفي جميع المجتمعات البشرية ، ولكن بنسب متفاوتة .

البحث الثاني

تأثير الرهاب الاجتماعي في التفكك الاسري

تمهيد

اهتم علماء الاجتماع بدراسة دور الاسرة من الناحية الاجتماعية لما للاسرة من دور بالغ الاهمية في تكوين شخصية الفرد وسلوكه ، وتعتبر التنشئة الاجتماعية هي من اهم الوظائف التي تقوم بها الاسرة داخل المجتمع ، وان ضعف الاسرة في التنشئة الاجتماعية قد يقود الى جنوح الأبناء .

فالاسرة هي الوحدة الأساسية الأولى في تكوين المجتمع ، وهي عماد المجتمع ، وقد اثبتت الدراسات العلمية الحديثة ان هناك أربعة عوامل رئيسة تؤدي وتقود الى الجنوح ، وهذه العوامل هي :

١. اهمال الاسرة لسلوك أبنائها واحتياجاتهم العاطفية والنفسية .
٢. المنازعات والخلافات بين أعضاء الاسرة وافرادها .
٣. انحراف سلوك احد الابوين او كلاهما ، فينتقل السلوم لابنائه او افراد اسرته .
٤. حدوث التفكك الاسري بسبب الانفصال او الطلاق .

ويؤدي التفكك الاسري لفقدان النسق الاسري لدوره اما عن طريق الهجر، او غياب احد الوالدين او كلاهما للوفاة او لأسباب أخرى ، كما يحدث التفكك الاسري بسبب النزاعات الحادة التي تؤدي الى تمزق بناء الأدوار الاجتماعية نتيجة لفشل الاب او الام او كلاهما في أداء واجبات الدور بصورة ملائمة . ولعل اكثر الفئات تضررا من التفكك الاسري ، الأبناء حيث ينعكس ذلك على سلوكهم ، فيميلوا نحو التشرد والانحراف بعد ان يتعثروا في دراستهم .

أولا : طبيعة التفكك الاسري :

يشير التفكك الاسري للوهن الذي يصيب روابط الاسرة ، ولا يقتصر وهن هذه الروابط على ما يصيب العلاقة بين الرجل والمرأة ، بل يشمل علاقة الوالدين بأبنائهم ، وان هذه الخلافات التي تنشا بين الزوجين تكون اكثر خطرا و ادعى لانحلال الاسرة مما لو حدث الخلاف مع الأبناء ، لان صورة الخلاف وعوامله ونتائجه تختلف في كل حالة .

ان التركيز في دراسة التفكك الاسري يجب ان يكون على العلاقة بين الزوجين التي اذا تصدعت كان هذا نذيرا بانحلال الاسرة ، ومن اجل هذا نفول ان تفكك الاسرة يعتبرا نوعا من التفكك الاجتماعي ، ومن مظاهر التفكك الاسري ما يلي :

١. الاختلال الذي يصيب دور الرجل او المراة وخاصة في مجال التوقعات ومن العوامل المؤدية للاختلال ، الهجر والموت والطلاق .
٢. انحلال رابطة الزوجية او تفكك الاسرة لاستقلال المراة الاقتصادي او ضياع الحب ، ولكن استقلال المراة الاقتصادي يصبح تدريجيا في كثير من المجتمعات امرا عاديا يقبله الرجال .

٣. يؤدي عدم الانجاب لاحتمالات فصم عرى رابطة الزوجية ، ولكن وجد الأطفال قد لا يمنع هذا الانفصام ، والمراة في عدد من المجتمعات تعرف ان انجاب الأطفال يعتبر عملا وقائيا يمنع من تحلل الاسرة ، ولذلك تحرص على الانجاب بكثرة حتى لو أدى الامر الى ارباك ميزانية الاسرة .

٤. من اكثر أسباب تصدع الاسرة ، حيرة المراة وقلقها ، فهي لا تعرف ما تريد حقا ، في تريد ان تتعلم وتحصل على اعلى الدرجات العلمية ، وفي نفس الوقت تريد ان تتزوج وتنجب أطفال ، وان يكون لها بيت مستقل ، ولذلك تخلط واجبين مختلفين ، العمل المهني ، وبناء بيت ورعايته ، ولذلك انشغالها بالعملين مؤديا لعدم اتقانها لاي منها .؟

ثانيا : التفكك الاسري والتغير الاجتماعي :-

من المعلوم ان التفكك الاسري مرتبطا بالتغيرات الاجتماعية وعلى ذلك فانة مكانة ودور الزوج والزوجة تتغير باستمرار ولا تبقي على مستوى واحد . ويلاحظ في المجتمعات التقليدية ان الجيل الأصغر سنا غالبا ما يتقبل دور الجيل الأكبر بدون تردد او ممانعة .

وفي المجتمعات المعاصرة يكون كلا الجيلين غير قادرين على مواكبة التطورات التي تصيب ادوارهم لانها في تجدد مستمر ، فالزوجات سواء كانوا صغارا او كبار السن يجدوا صعوبات في متابعة ومواكبة كل ما يصل من تبدلات وتغيرات في ادوارهم الاجتماعية بحيث لا نجد من يواجهها ويرشدها نحو التصرف الرشيد او الناضج المقبول اجتماعيا وهذه الحالة تمثل احد أوجه الخلل في الدور الاجتماعي يتضمن بعض الأدوار الموروثة مع ما تمت اضافته اليه ، وتقع مساحة معينة بدون توقعات لا من الجديدة ولا من القديمة ، لان الأدوار الزوجية نتاج اجتماعي مع اكتساب بعض الخصائص المثالية الاتية من الثقافة الاجتماعية ، لكيفية تصرف الشريكين نحو الاخر وكيف يمكن ان يكون عليه تحديد ملامح صورة الزوج الجيد والزوجة الجيدة ، فالأدوار الحقيقة الناضجة والمتكاملة في المجتمع العصري غير متوفرة بسبب التغيرات السريعة التي تطرا على عناصر المجتمع .

والحالة تزداد سوء مع دور الزوجة التي تتعرض الى الكثير من الضغوط الاسرية والاجتماعية والمهنية فتعكر مزاجها الذي بدوره يسبب عدم وضوح رؤويتها لدورها بشكل واضح ، لكن الرجل لدية الرؤية الواضحة في دوره الاسري لان مسؤوليته الاقتصادية المالية مازالت التي قبضته التي تمنحه قسطا من السلطة على افراد اسرته .[٩]

ثالثا : تاثير الرهاب الاجتماعي على التفكك الاسري :-

يؤدي الرهاب الاجتماعي الى صعوبات في التفاعل الاجتماعي والعلاقات الاسرية مما قد يسهم في التفكك الاسري ، والتفك الاسري يمكن ان يؤثر سلبا على الفرد والمجتمع ويشمل اثار منها انهيار الوحدة الاسرية وانحلال بناء الأدوار الاجتماعية ،

وهنالك عدة أسباب مرتبطة بالإصابة بحالة الرهاب الاجتماعي منها على سبيل المثال الجينات الوراثية التي قد يصاب بها الشخص بشكل متوارث في العائلة ، بالإضافة الى بنية الدماغ التي يكون جزء في الدماغ "لوزة الدماغ " مسؤول

عن تنظيم الخوف في دماغ الانسان ، اذ يعاني بعض الأشخاص من فرط نشاط لوزة المخيخ لتجعل شعور الخوف والقل مضاعفين لدى هذا الشخص ، بالإضافة الى عوامل بيئية فمن الممكن ان تكون حالة الرهاب الاجتماعي مكتسبة جراء التعرض لموقف سيء او مسبب للحرج الكبير ، وهناك ارتباط وثيق بين الرهاب الاجتماعي ومعاملة الابوين للأطفال المليئة بالتحكم او افراط الإباء في الحماية والخوف على أطفالهم .

عند التغاضي عن هذه الأسباب والاعراض واهمالها بدون علاج يكون الرهاب الاجتماعي سببا لتدمير حياتك وغالبا ما يدخل الخوف جميع جواني الحياة مثل مكان العمل ، التعليم والعلاقات الاجتماعية ، وأيضا في أوقات العائلة ومن هذه المخاطر التي سببها الرهاب الاجتماعي في الاسرة هي :

- انعدام الثقة بالنفس .
- صعوبة في اتخاذ القرارات .
- التحدث الى النفس بسلبية بالغة .
- * سوء التحصيل العلمي والوظيفي
- *العزلة وتجنب العلاقات الاجتماعية
- * تعاطي الممنوعات وتكون أفكار انتحارية؟

ويمكن ان يؤثر الرهاب الاجتماعي في الأطفال حيث انهم يشعرون بالقلق والخوف عند التفاعل مع الاقران من نفس العمر وليس فقط عند التفاعل مع الكبار ، كما انهم يعبرون عن هذا القلق من خلال البكاء ، ونوبات الغضب ، والتشبث والإصرار على المغادرة ، والفضل في التحدث في المواقف الاجتماعية على اختلافها .

وهذا الخوف او القلق او التجنب يحدث لمدة لا تقل عن ٦ اشهر او اكثر ، ويسبب ذلك إعاقة جوهرية اكلينيكيا و اجتماعيا ومهنيا واكاديميا ، موضحا ان اضطراب الرهاب الاجتماعي يرتبط بعدد من العواقب السيئة ، مثل الهرب او التغيب عن المدرسة ، وانخفاض العمل والإنتاجية ، وافتقار العلاقات الاجتماعية ، واعاقة ممارسة الأنشطة الترفيهية ، وانخفاض جودة الحياة بشكل عام ، لافتا الى اضطراب قد يرتبط بعدم الزواج " العزوبية " والطلاق وعدم الانجاب تجنبا للتفاعل .؟

وقد أوضحت العديد من الدراسات ان الرهاب هو شكل شائع من اضطراب القلق، وله توزيعات غير متجانسة حسب العمر والجنس ، واكد معهد الوطني للصحة العقلية ان ما بين ٨.٧ % و ١٨.١% من الأمريكيين يعانون من الرهاب.؟ مما يجعله المرض العقلي الأكثر شيوعا بين النساء في جميع الفئات العمرية وثاني اكثر الامراض شيوعا بين الرجال اكبر من ٢٥ سنة . كما انه بين ٤% و ١٠% من جميع الأطفال يعانون من الرهاب لفترة محددة خلال حياتهم ، والرهاب الاجتماعي يعاني منه بين واحد % الى ٣% من الأطفال والمراهقين .؟

ودت دراسة سويدية ان الإناث لديهن عدد اكبر من الحالات في السنة من الذكور (٢٥.٥ % للإناث و ١٢.٤% للذكور) بين البالغين، ٢١.٢ في المائة من النساء و ١٠.٩ في المائة من الرجال لديهم رهاب واحد محدد، في حين أن العديد من حالات الرهاب تحدث لدى ٥.٤ في المائة من الإناث و ١.٥ في المائة من الذكور). تزيد احتمالية خوف النساء من الحيوانات بمقدار أربعة أضعاف الرجال (١٢.١ في المئة من النساء و ٣.٣ في المئة من الرجال) وهو معدل أعلى من جميع أنواع الرهاب الاجتماعي أو الرهاب المحدد أو المعمم. الرهاب الاجتماعي أكثر شيوعا لدي

الفتيات أكثر من البنين، في حين أن الرهاب الظرفي يحدث لدى ١٧.٤ في المائة من النساء و ٨.٥ في المائة من الرجال.[؟]

ويظهر الرهاب الاجتماعي المؤدي الى التفكك الاسري من خلال ما يلاحظه الفرد داخل اسرته من مشاكل اسرية ويمكن ان يفسر ذلك بانه دفاع عن النفس وان زيادة هذه المشاكل تؤدي الى زيادة الشعور بالرهاب الاجتماعي مما يؤدي بدوره الى الخوف والقلق من احداث السيطرة على الحياة الاسرية مما يؤدي الى التفكك الاسري .

واكد ذلك فتيحة عبد القادر [؟]بان الرهاب الذي يحدث في الاسرة يعزز ظهور أنماط من سلوكيات غير سوية وعلاقات متذبذبة بين افراد الاسرة ، ولا شك ان الأبناء داخل الاسرة هم اكثر المتضررين من هذه السلوكيات التي تتضمن التفكك اذ يصبح عامل أساسيا في ظهور مظاهر الرهاب الاجتماعي خاصة اذا كان الفرد يعيش في مرحلة نمو حرجة كمرحلة المراهقة . [؟]

وترى الباحثة ان وجود علاقة بين الرهاب الاجتماعي والتفكك الاسري حيث ينمو الخوف والقلق داخل الأبناء مما يشاهدون من عدم تماسك بين الوالدين ويشعر بضاله حجمة وصغر سنه بالنسبة لهم وبعقل الطفولة ويدرك ان جميع الكبار يمرون بنفس المشاكل والتفكك لذى يخشى الناس جميعا وينمو معه القلق والخوف والفزع حتى بعد كبر سنة لان الفكرة أصبحت لا شعورية . واكد على ذلك دراسة عصام كمال ،[؟] بوجود علاقة ارتباطيه موجبة ذات دلالة إحصائية بين درجات مقياس التفكك الاسري و مقياس الرهاب الاجتماعي لدى أطفال المرحلة الابتدائية .

الفصل الرابع إجراءات الدراسة

استخدمت الدراسة المنهج الوصفي الارتباطي ، حيث انه يقوم على وصف العلاقة بين متغير بمتغير اخر وفي الدراسة الحالية يتم دراسة اثر الرهاب الاجتماعي على ظهور التفكك الاسري لدى الأبناء ، وقد تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة قصدية بلغت ٢٠٠ أستاذ من جامعة بغداد على اختلاف تشكيلاتها .

وقد استخدمت الباحثة وسلية الملاحظة و الاستبيان في جمع البيانات واحتوى الاستبيان على ثلاث محاول اولها البيانات الاولية وثانيها البيانات المتعلقة بالرهاب الاجتماعي وثالثها البيانات المتعلقة بالتفكك الاسري ووزعت الاستمارة على كليات جامعة بغداد في مجمع الجادرية بالاستعانة بالاستبيان الالكتروني .

اولا :- الجدول والبيانات الاحصائية

جدول (١) يوضح بيانات الجنس للافراد العينة

الجنس	النسبة المئوية	التكرار
ذكر	٥٠	١٠٠
انثى	٥٠	١٠٠
المجموع	١٠٠٠	٢٠٠

يتبين من الجدول اعلاه ان العينة كانت ١٠٠ بنسبة ٥٠% ذكورا ، و ١٠٠ بنسبة ٥٠% اناثا .

من خلال البيانات اعلاه ان العينة كانت قصدية فنصف العينة تم اختيارها ذكورا و النصف الاخر اناثا ، وتم اللجوء الى هذا النوع من العينة للمقارنه بين وجهات نظر الاساتذه والاستاذات حول موضوع الرهاب وكيف يرونه من وجهة نظرهم والتركيز على اوجه المقارنة بين اجابات الذكور والاناث حول موضوع الرهاب وكيفية مواجهتة والتركيز على ردود افعال افراد العينة حول ملاحظاتهم ممن يعانون من الرهاب الاجتماعي .

جدول (٢) يوضح اعتقاد المبحوثين حول ان الاصابة بالخوف الشديد بمجرد الشعور بقرب وجود الفرد بين عدد من الاشخاص يعتبر رهاب اجتماعي.

الاعتقاد ان الاصابة بالخوف الشديد بمجرد الشعور بقرب وجود الفرد بين عدد من الاشخاص يعتبر رهاب اجتماعي	النسبة المئوية	التكرار
نعم	٠.٣٦	١٢٦
لا	٠.٧٣	٧٤
المجموع	١.٠٠٠	٢٠٠

يتبين من الجدول اعلاه ان ١٢٦ بنسبة ٦٣% اجابوا ب(نعم) حول ان الاصابة بالخوف الشديد بمجرد الشعور بقرب وجود الفرد بين عدد من الاشخاص يعتبر رهاب اجتماعي، و ٧٤ بنسبة ٣٧% اجابوا ب(لا). أي ان اكثر من نصف العينة اجابوا ب(نعم).

يتضح من البيانات اعلاه ان للعلاقات الاجتماعية مردودا ليس بالضرورة يكون ايجابيا ، فيمكن ان يكون سلبيا من خلال ان الفرد الذي يكون مصاب بالرهاب الاجتماعي سوف يرتابه الخوف الشديد بالتجمعات الكبيرة ويرجع ذلك لشخصية الفرد او قلقة الشديد من وجودة بالقرب من الاشخاص الاخرين او الخوف من التعرض للمواقف الاجتماعية المختلفة .

جدول (٣) يوضح راي المبحوثين حول ان المصاب بالرهاب يعاني من الضيق الروحي

هل ترى ان من يعاني من الرهاب الاجتماعي يمكن ان يصيبة الضيق الروحي والشعور دائما بالهروب عندما يتواجد مع الاخرين بالرغم من الرغبة في التعرف عليهم	النسبة المئوية	التكرار
نعم	٠.٨٨	١٧٦
لا	٠.٢١	٤٢
المجموع	١.٠٠	٢٠٠

يتبين من الجدول اعلاه ان اجابات المبحوثين حول ان من يعاني الرهاب يصيبه الضيق الروحي تراوحت بين ١٧٦ بنسبة ٨٨% اجابوا ب(نعم) و ٢٤ بنسبة ١٢% اجابوا ب(لا)، أي ان ما يقارب ثلثي العينة اجابوا ب(نعم)

يتضح من البيانات اعلاه ان للرهاب الاجتماعي مجموعة اعراض اولها التوتر والارباك والقلق والخوف الشديد واخرها الضيق الروحي و التردد من مواجهة الاخرين مما يجعل الفرد يهرب من الواقع ويكون لنفسة عالما افتراضيا لنفسة يعيش فيه مما يؤدي به ذلك الى الانعزال .

جدول (٤) اجابات المبحوثين حول ان الرهاب يؤدي الى الانعزال عن الاهل

هل يفكر الذي يعاني من الرهاب الاجتماعي في الانعزال عن الاهل	النسبة المئوية	التكرار
نعم	٠.٣٧	١٤٦
لا	٠.٧٢	٥٤
المجموع	١.٠٠	٢٠٠

يتبين من الجدول اعلاه ان اجابات المبحوثين حول ان الرهاب يؤدي الى الانعزال عن الاهل ١٤٦ بنسبة ٧٣% اجابوا ب(نعم) ، و ٥٤ بنسبة ٢٧% اجابوا ب(لا) .اي ان اكثر من نصف العينة اجابوا ب(نعم).

يتضح من البيانات اعلاه ان الخوف الشديد بدوره يؤدي بالاصابة بالرهاب الاجتماعي مما يؤدي ذلك الى الانعزال عن الاهل مما يخلق ازمات اخرى كما ذكرنا سابقا من خلافات ، وازمات مختلفة ، تفكك اسري ، عدم السيطرة على الاسرة ، الضياع ، وغيرها من المشاكل والازمات والامراض المختلفة .

جدول (٥) يوضح راي المبحوثين حول ما يعززه الرهاب الاجتماعي

باعتقادك هل يعزز الرهاب الاجتماعي	النسبة المئوية	التكرار
تفكك اسري	٠.٢٨	٤٦١
استقلال اسري	٠.٨١	٦٣
المجموع	٠.٠٠١	٠٠٢

يتبين من الجدول اعلاه ان اجابات المبحوثين عن ان الرهاب يعزز ١٦٤ بنسبة ٨٢ انه يعزز التفكك الاسري ، و ٣٦ بنسبة ١٨% اجابوا بانه يعزز الاستقلال الاسري ، أي ان اكثر من نصف العينة اجابوا بان الرهاب يعزز التفكك الاسري .

يتضح من البيانات اعلاه ان من يصاب بالرهاب الاجتماعي يصحبة خوف شدد وعلامات مرضية اخرى تؤدي الى تفكك اسري بالدرجة الاساس لان الذي يصاب بالرهاب يلازمة الخوف الشديد من المواقف الاجتماعية او التعرض للمجتمع الخارجي وحتى في داخل اسرتة سوف يؤثر ذلك ويخلق جوا من التوتر والمشاكل داخل المحيط الاسري .

ثانيا :- النتائج والمقترحات والتوصيات :-

١. النتائج :

- ان الاصابة بالخوف الشديد بمجرد الشعور بقرب وجود الفرد بين عدد من الاشخاص يعتبر رهاب اجتماعي وكانت نسبتهم ٦٣% ممن اكدوا ذلك .
- هل ترى ان التوتر والارباك تجعل الفرد يتخذ قرار عدم التواجد في اي موقف اجتماعي وكانت نسبتهم ٨١% اجابوا ب(نعم)،
- يفكر الذي يعاني من الرهاب الاجتماعي في الانعزال عن الاهل وكانت نسبتهم ٧٣% اجابوا ب(نعم).
- ان الرهاب يعزز التفكك الاسري وكانت نسبة ممن اكدوا ذلك ٨٢%.

٢.المقترحات :

- محاولة اجراء دورات وحملات توعوية للتركيز على دور الاسرة عن طريق الاعلام الرسمي .
- اجراء الدراسات والبحوث الميدانية للاسرة التي تحتاج الى الرعاية والاهتمام .
- محاولة دراسة وقياس مدى فاعلية العلاج الاسري في التخفيف من اضطراب الرهاب الاجتماعي للمصابين به .

- الحرص على مشاركة الابناء في بعض الامور الاسرية والاستماع لهم بمل اهتمام وثقة وتشجيعهم على اداء ما لديهم من افكار وتشيجعهم على ممارسة هواياتهم العلمية والرياضية والاجتماعية.

٣.التوصيات :

- السعي الى اعتماد برنامج ارشادي وتوجيهي تربوي في المؤسسات التعليمية كافة عن طريق تخصص اخصائي اجتماعي .
- عدم الاقتصار على الناحية العلمية كسياسة تربوية للمدرسة فحسب وانما استغلالها في توفير سبل جديدة للممارسة النشاطات المختلفة امام الطلبة .
- على الاسرة القيام باليات المتابعة والرقابة على المراحل العمرية لابنائها لتتجنب الاصابة باي من مظاهر واعراض الامراض النفسية المختلفة ومنها الرهاب الاجتماعي .
- على الاسر والمؤسسات المختلفة عند تشخيص حالة الاصابة بالرهاب الاجتماعي عدم التردد في طلب المساعدة لان عدم الاسراع في معالجة الحالة سوف يؤدي ذلك للعزلة الاجتماعية ، والفشل في التقدم المهني ، الاكتئاب ، الادمان .

الهوامش والمصادر:

[١] Lemert,Edwin.social pathology. New York,mc graw-hill,6th,1984.p 6.

[٢] Jones.k.socialogy,in medicine,Englishuniversities press,1985,p12.

[٣] Smith,t.h. social characteristics of disease, Glasgow,1995,tyne river press,p.31.

[٤] احسان محمد الحسن ،علم الاجتماع الطبي "دراسة تحليله في طب المجتمع "، دار وائل للنشر ، بغداد ، الطبعة الاولى ،٢٠٠٨، ص ص ١٢٣-١٢٤.

[٥] احمد مختار عمر ، معجم الرائد اللغة العربية المعاصر ، ط١ ، دار العالم للكتب ، القاهرة ، ٢٠٠٨ ، ص ٩٥ .

[٦] عبد الناصر سليم حامد ، معجم مصطلحات الخدمة الاجتماعية ، ط١، دار اسامة للنشر والتوزيع ، الاردن ، ٢٠١٢ . ص ٢١٩.

[٧] د.غسان حسين سالم ، مؤيد عبد السادة راضي ، معجم في مصطلحات الرهاب ، مركز الدراسات التربوية والالحاث النفسية وحدة الاصدارات والمطبوعات ، بغداد ، ٢٠٠٩ ، ص ص ٦-٨ .

[٨] د.غسان حسين سالم ، مؤيد عبد السادة راضي ،المصدر السابق ، بغداد ، ٢٠٠٩ ، ص ص ٨-١٠ .

[٩] د.منى يونس بحري ود. نازك عبد الحليم قطيشات ، العنف الاسري ، ط١ ، دار الصفاء للنشر والتوزيع ، الاردن ، ٢٠١١، ص٨٠.

[١٠] د. محمد طلعت عيسى ، الخدمة الاجتماعية كأداة للتنمية (القاهرة ، مكتبة القاهرة الحديثة ، ١٩٦٥، ص ٢٧١.

[١١] د. محمد طلعت عيسى ، عبد العزيز فتح الباب ، عدلي سليمان ، الرعاية الاجتماعية للاحداث ، دراسة نظرية تطبيقية لمشكلة الاحداث المنحرفين ، القاهرة ، مكتبة القاهرة الحديثة ، بلا تاريخ ، ص ٢٣٢ .

[١٢] د. محمد طلعت عيسى ، واخرون ، الرعاية الاجتماعية للاحداث المنحرفين ، ص ٢٣٢.

[١٣] د. معن خليل عمر ، عبد اللطيف العاني ، المشكلات الاجتماعية ، جامعة بغداد ، مطبعة الجامعة . ١٨٦١ ، ص ١٦١ .

[١٤] Westerr gaard john . symmetrical family .erans press, London , 1976,p 43.

[١٥] الرشيدي ، بشير ، واخرون ، سلسلة تشخيص الاضطرابات النفسية (مج ٩)، الكويت ، الديوان الاميري، ٢٠٠٠، ص ص ١٢٤-١٢٥.

[١٦] احمد العموشي ،حمود العليمات ، المشكلات الاجتماعية ، الشركة العربية المتحدة للتسويق والتوريدات بالتعاون مع جامعة القدس المفتوحة ،مصر ،٢٠٠٩، ص ص ١٨١-١٨٢.

[١٧] داناو،اتشلي،الطبيب معالجا وعالما ، ترجمة زكريا فهمي،مؤسسة فرانكلين للطباعة والنشر ،القاهرة،١٩٦٤،ص٨.

[١٨] Eysenck,h.j. sense and nonsense in psychology ,penguin book,1962,p.71.

[١٩] الدباغ ، فخري (الدكتور) ، اصول الطب النفسي ، مطبعة الموصل ، العراق ، ١٩٧٤، ص ص ١٢-١٤.

[٢٠] فرويد ،سيجوند . الموجز في التحليل النفسي ، ترجمة سامي محمود ، واخرون ، دار المعارف ، مصر ،١٩٧٠،ص ص ٢٧-٣٤.
[٢١] كمال ، علي ، النفس ، الطبعة الاولى ، الدار الشرقية ، بيروت ، ١٩٧٦، ص ٥٧ .
[٢٢] الدباغ ، فخري (الدكتور) ، اصول الطب النفسي ، مطبعة الموصل ، العراق ، ١٩٧٤، ص ص ١١٩-١٢٢.

[٢٣] محمد الزيادي ، اسس علم النفس العام ، دار النهضة ، مصر ، ص ص ٣٤٨_٤٧٩.
[٢٤] د. مصطفى غالب ، تغلب على الخوف ، دار ومكتبة الهلال ، ص ٦.
[٢] د. سرحان ، وليد وسف ، الصحة النفسية ، الطبعة الأولى ، القاهرة ، ٢٠١٣ ، ص ص ٢٥١-٢٥٢.
[٢] طه ، حسين، اسراتيجيات إدارة الخجل والخوف ، دار الفكر ، عمان ،ط ١، ٢٠٠٩، ص ٦٠.
[٢] د. ابريعم ، سامية ، الرهاب الاجتماعي وعلاقته بادمان المخدرات ، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس تخصص علم النفس المرضي الاجتماعي ، جامعة بسكرة (الجزائر) ، ٢٠٠٨، ص٦١ ،
[٢] كواشي ، هبة ، الخوف الاجتماعي لدى المراهقين الايتام ، مذكرة كملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي ، جامعة العربي بن مهيدي ، ام البواقي (الجزائر) ، ٢٠١٥ ، ص
[٢] د.فايد، حسين ، الاضطرابات السلوكية ، مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع ، القاهرة ، ٢٠٠٣، ص ٢٧٣.
[٢] المرجع السابق ، ص٨٤ .
[٢] كواشي ، هبة، المصدر السابق ، ص٥٩ .
[٢] طه ، حسين، المصدر السابق ، ص ٨٥.
[٢] غيث ، محمد عاطف ، المشاكل الاجتماعية والسلوك الانحرافي ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية ،١٩٨٩، ص ص ١٦١-١٦٤.
[٢] صالح حسين العقيدي ، اثر التفكك الاسري على جنوح طلاب المدارس الثانوية " دراسة سببية مقارنة على طلاب المدارس الثانوية للبنين بشرق الرياض "،رسالة ماجستير ،جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية ،ص ٣٥.
[٢] الرهاب الاجتماعي: كيف يؤثر على حياتك؟ وكيف تمنعه؟ - ويب طب(webteb.com)

[٢] نادرة جميل حمد السواعدي ، اثر اسلوبي جلاسر وميكنبوم في خفض الرهاب الاجتماعي عند طالبات جامعة بغداد ، أطروحة دكتوراه ، جامعة بغداد ، بغداد ، ٢٠١١ ، ص ٣٥.
[٢] Kessler et al., Prevalence, Severity, and Comorbidity of 12-Month DSM-IV Disorders in the National Comorbidity Survey Replication, June 2005, Archive of General Psychiatry, Volume 20
[٢] P. (2006). ،Smith ؛.F ،Rijsdijk ؛.S ،Rabe-Hesketh ؛.S ،Perrin ؛.T. G ،O'Connor ؛.T. C ،Eley ؛.D ،Bolton "Prevalence and genetic and environmental influences on anxiety disorders in 6-year-old twins". Psychological Medicine. ج. ٣٦ ع. ٣: ٣٣٥–٣٤٤. DOI:10.1017/S0033291705006537. PMID:16288680.

[٢] G (1996). "Gender and age differences in the prevalence of ،Wik ؛H ،Fischer ؛P ،Annas ؛M ،Fredrikson specific fears and phobias". Behaviour Research and Therapy. ج. ٣٤ ع. ١: ٣٣–٩. DOI:10.1016/0005-7967(95)00048-3. PMID:8561762.
[٢] فتيحة عبد القادر شكراوي ، العنف الاسري وعلاقته بالسلوك العدواني عند المراهق ، مجلة الحكمة ، مؤسسة كنوز الحكمة ، الجزائر ، ص ص١٥٦-١٧٦.
[٢] حنن محمد سيد إسماعيل ، العنف الاسري وعلاقته بالرهاب الاجتماعي والسلوك العدواني لدى طالبات الجامعة ، جامعة المجمعة ، المملكة العربية السعودية ، ٢٠٢٢، ص ١٣ .
[٢] عصام كمال عبد النعيم ، العنف الاسري وعلاقته بالرهاب الاجتماعي لدى أطفال المرحلة الابتدائية ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، عين شمس ،مصر ، ص ١٠٢.