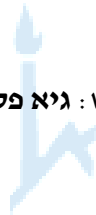


**הסביבה כמעוררת חרדה חברתית - השפעת היכולות החברתיות והאסרטיביות
המתבטאות בסביבה על חרדים חברתית**

**Environment as provoking social anxiety - effects of environmental
assertiveness and expressed social skills on social anxiety.**

הצעה לעבודת גמר למוסמך

מגיש : גיא פלומן



מנחה : פרופ' יונתן הפרט

2012

תקציר:

בעבודה זו נבדקו ההשפעות של נוכחות אסרטיבית בסביבת החרד חברתית (SA), על רמת החרדה ותהליכים הקשורים בחרדה חברתית. ההשערה הבסיסית במחקר הייתה כי, ביחס לקבוצת ביקורת, SA מגיבים בחרדה גבוהה יותר ובהגברת התהליכים הקשורים בחרדה חברתית, כאשר הם נמצאים בנוכחות של סביבה אסרטיבית. לצורך המחקר נלקחו 90 סטודנטים (SA 45, ו45 לא חרדים חברתית-NSA), שהתבקשו להציג את עצמם בפני מצלמת וידאו. נוכחות אסרטיבית תופעלה ע"י צפייה בקטע וידאו בו אדם אחר המציג את עצמו בוידאו, באחת מ-3 רמות של בטחון עצמי ואסרטיביות – נמוכה, ממוצעת, וגבוהה, רגע לפני ההצגה העצמית בפועל של הנבדק. נבדקו השינויים ברמת החרדה לאורך הניסוי, ולשם הערכת ההשפעות על תהליכים הקשורים בחרדה חברתית נבדקו המיקוד הפנימי, הערכת המחיר החברתי, רמת הביצוע החברתי, וההערכה השלילית של הביצוע החברתי. לא נמצאו השפעות מובהקות סטטיסטית בכיוונים המשוערים. בנוסף, רמות האסרטיביות כשלעצמן לא הראו השפעות מובהקות בשום כיוון כמעט, למעט השפעה על הערכה שלילית של הביצוע החברתי, כאשר הנבדקים צפו ברמות אסרטיביות גבוהות יותר. בהעדר התוצאות נערך דיון, כאשר במוקדו נסיון לדון בבעיות המניפולציה הניסויית, ובהצעות למניפולציה טובה יותר בניסויים עתידיים.

abstract

In following work, the influences of assertiveness presence in the environment of the socially anxious (SA), on anxiety levels, and on processes related to social anxiety were tested. The main assumption was that in the presence of high environment assertiveness, SA respond with higher levels of anxiety, and enhancement of processes related to social anxiety, in comparison to control group. For this study there were 90 participants - all students (45 SA, and 45 non socially anxious (NSA)). The participants were asked to present themselves in front of a video camera. Assertiveness presence was manipulated by watching video segment of another person presenting himself in front of a video camera, at 1 of 3 different levels of assertiveness – low, medium, or high – just a moment before the participant had to present himself. The changes in anxiety levels were measured, and in order to test the processes related to social anxiety, measurements of internal attention, social cost evaluation, social performance, and negative evaluation on social performance were taken. No statistically significant results in the assumed directions were found. Moreover the assertiveness levels had almost no effects on participant, except for over the negative evaluation of social performance, when participants viewed the high levels of assertiveness. In the absence of insignificant results, a discussion was made, with the focus on the problematic experimental manipulation, and suggestions for better manipulations in future experiments.