الانهزام الذاتي لدى طالبات المرحلة المتوسطة

الكلمات المفتاحية : الانهزام ،الذاتي، المرحلة المتوسطة

بحث مستل من رسالة الماجستير

مياسة إسماعيل سلطان
bahhdadb574@gmail.com

أ.د صالح مهدي صالح
رئاسة جامعة ديالى
salihbagba@gmail.com

الملخص

يهدف البحث الحالي إلى تعرف مستوى الانهزام الذاتي لدى طالبات المرحلة المتوسطة ، واستخدمت الباحثة منهج البحث الوصفي ، وتحقيقاً لهدف البحث قامت الباحثة ببناء مقياس الانهزام الذاتي كأداة لقياس وتشخيص الانهزام الذاتي لدى طالبات المرحلة المتوسطة وتم بناؤه وفقاً لنظرية (Johnson, 2008) . وتحدد البحث الحالي بطالبات المرحلة المتوسطة / الدراسة الصباحية للمدارس الحكومية في قضاء الخالص التابع للمديرية العامة لتربية محافظة ديالى ، للعام الدراسي ٢٠١٩-٢٠٢٠ .

وتكونت عينة البحث من (٤٠٠) طالبة تم اختيارهن بالطريقة العشوائية من مجتمع البحث البالغ (٤٥١٧)، وفيما يخص الإطار النظري فقد استعرضت الباحثة عدداً من النظريات التي تناولت مفهوم متغير البحث (الانهزام الذاتي) ، وتم استخراج الخصائص السيكومترية للمقياس بعد أن تم عرضه على عدد من المحكمين في علم النفس التربوي والقياس التقويم واللذين أكدوا صلاحية تطبيق المقياس ، وقد تحقق للمقياس الصدق الظاهري والبنائي ، أما الثبات فقد استخرج بطريقتين هما إعادة الاختبار ، وطريقة ألفاكرونباخ على مقياس الانهزام الذاتي ، وتم تطبيق المقياس بصيغته النهائية المتكون من (٣٠) فقرة على عينة البحث المتكونة من (٤٠٠) طالبة من طالبات المرحلة المتوسطة. واستخدمت الباحثة في تحليل بيانات البحث برنامج التحليل الإحصائي (SPSS) للعلوم الإنسانية والاجتماعية ، كذلك استخدمت الوسائل الإحصائية الآتية : (الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، معادلة ألفاكرونباخ، معامل ارتباط بيرسون، اختبار مربع كاي)، ومن ثم أظهرت نتائج البحث أن الطالبات لديهم مستوى عالي من الانهزام الذاتي، ومن ثم خرجت الباحثة بعدد من التوصيات والمقترحات .

الفصل الأول : التعريف بالبحث

مشكلة البحث (Problem of the research):

في مجتمعنا الحاضر ظهرت وتزايدت بعض الظواهر والمشكلات النفسية وخصوصاً لدى فئة المراهقين الذين بدأو يواجهون صعوبات كبيرة في التكيف وإقامة علاقات وصلات اجتماعية سليمة ومتوافقة عند البعض منهم ،فالسبب هنا يعود إلى حساسية هذه الفئة العمرية ومطالبيها المختلفة كونها تعّد فئة انتقالية يواجه فيها الفرد تغيرات جسمية وعقلية واجتماعية. تكمن مشكلة الانهزام الذاتي في البيئة المحيطة بالفرد وأولها البيئة الأسرية بوصفها المؤسسة التربوية الأولى التي يواصل فيها نموه الجسمي والمعرفي والاجتماعي وتدريبه وإعداده للحياة ، فالمرحلة التي يواجه فيها الفرد الكثير من التغيرات الفسيولوجية ولها تأثير كبير على شخصيته ، هي (مرحلة المراهقة) والتي تعد تمهيداً للبلوغ ،فتؤدي به إلى أن يستسلم للأفكار السلبية مع غياب مقومات الصفاء الذهني السواء السلوكي فيكون قد فقد أهم المهارات اللازمة للتواصل والتفاعل مع جوانب الحياة الاجتماعية ،فتوجد العديد من الأسباب المختلفة التي تجعل الفرد يستخدم سلوكيات تهزم ذاته ، وتتراوح بين الصورة الذاتية الضعيفة وعدم القدرة على إقامة روابط اجتماعية قوية فبدلاً من رؤية الحقيقة واضحة يراها محرفة . (دياب ، ٢٠٠٦،ص: ٦٨) ، و أشار (line hant , 1993) في دراسته لسلوك الانهزام انه مرتبط ببعض الأمراض النفسية كالاكتئاب مثلا والذي يكون بنسبة (٢٨%) من الهازمون لذواتهم يعانون منه ،وكذالك يعاني المنهزم ذاتيا من الانسحاب والتردد وميله لتجنب التفاعل مع الآخرين والانفصال عن البيئة المحيطة وعدم الاكتراث بما يحدث فيها ، والهروب بدرجة ما من الواقع، كذلك أثبتت دراسات علمية حديثة أن نسبة (٥٠%) من المراهقين تراودهم أفكار انتحارية . (hant, 2005:12)

و أشارت دراسة (Baumeister,Campbell,Krueger,&Vohs, 2003) إن الأشخاص الذين لديهم احترام الذات عالي تقريباً يميلون للانقياد للسعادة والحياة الصحية النفسية ، هؤلاء الأشخاص لديهم قبول ذاتي عالي وتفاعل اجتماعي ويميلون ليصبحوا شخصية نرجسية . وعندما يكون احترام أو تقدير الذات منخفض يكون هؤلاء أكثر عرضة للاكتئاب ، ضغط العواطف ويعانون من ضعف في التفاعلات الاجتماعية والقبول الذاتي

والتي تعود بهم إلى سلوكيات الانهزام الذاتي ، وغالباً ما يكون هذا الانخفاض في تقدير الذات هو نتيجة الشعور بالرفض والوحدة ويؤدي إلى فقدان قابليتهم وإعادة تنظيم أنفسهم . (Baumeister , 1997) ، بعبارة أخرى فأن تدني احترام الذات وعدم تقديرها ينتج عنه شعور بالوحدة والرفض والانسحاب الاجتماعي مما ينبأ بخطر الاكتئاب والانخراط في سلوكيات هزيمة الذات ، فتقدير المراهق لذاته واحترامها يتشكل خلال التفاعل مع البيئة التي يعيش فيها عبر مراحل النمو المختلفة من خلال الخبرات والمواقف التي يمر بها أثناء محاولته للتكيف مع المحيط . (الكفافي، ٢٠٠٨،ص: ٣٢٠)

وتبرز سمات وصفات الانهزامية على الفرد من خلال عدم قدرته على تكوين علاقات اجتماعية سوية ، والافتقاد للحيوية الذاتية ، والإتكالية ، والنظرة السلبية للذات ، والخوف من المستقبل ، والميل إلى احتقار الذات واستصغارها واعتبارها شيء مادي لا حياة فيه . (أبو حلاوة ، ٢٠١٣ ،ص: ٧)،كما يتميز انهزام الذات بإبعاد الفرد عن القيام بمهمات الحياة العادية ، فهو يعتبر من المشاعر السلبية كثيراً ما تقود للشك بقدراته الذاتية والهروب من الواقع الذي يعيشه فيعد من علامات سوء التوافق . (Brownson,2000,p2)

فحسب رأي الباحثة واهتمامها بفئة الطالبات ممن هم في سن المراهقة (المرحلة المتوسطة) فقد لاحظت بعض من السلوكيات السلبية موجودة فعلاً بين طالبات المرحلة المتوسطة كما ذكرت أنفاً، وإضافة إلى ذلك اطلاعها على الأدبيات والدراسات السابقة فوجدت أن مفهوم "الانهزام الذاتي" هو متضمن هذه السلوكيات ، فتحققت الباحثة من وجود هذه السلوكيات من خلال تقديمها استبانه استطلاعية موجهة إلى (٣٠) طالبة من طالبات المرحلة المتوسطة في إحدى مدارس المجتمع المدروس ، وكانت نسبة اتفاق (٧٨%) من الإجابات أكدت وجود هذه السلوكيات ومنها (الانهزام الذاتي) ، فبعد تطبيق الاستبانة برزت مشكلة البحث والتي سعت الباحثة لدراستها .

أهمية البحث The Importance Of Research :

ويرى (Rogers) أن تفاعل الفرد مع بيئته وبشكل خاص مع الناس المهمين والمؤثرين في حياته (الوالدين، الأخوة، الأقارب) هذا يساعده على أن يبدأ بتطوير مفهوم الذات لديه إلى الحد الذي يكون قائماً على تقييمات الآخرين ، فنحن نتعلم في مجرى التنشئة الاجتماعية أن بعضاً من مشاعرنا وسلوكياتنا تكون مناسبة ،حيث تكون هذه القواعد المعيارية منسجمة أو

في خط تقييماتنا ، فإننا نواصل حركتنا باتجاه تحقيق الذات ، وعندما تجري التوقعات بالضد من تقييماتنا المعيارية عندها تحدث المشكلات وتتعر قل حركتنا المتجهة نحو الذات . (محمود ومطر، ٢٠١١،ص: ٢٤١) وأن تحقيق الفرد لذاته ينعكس على سلوكه وتصرفاته ، فيما يحقق درجة من التوافق النفسي والاجتماعي ، لذلك اهتموا العلماء بمفهوم الذات وأبعادها ومكوناتها والعوامل التي تؤثر في بناء الشخصية ، لكن الأحداث التي يمر بها الفرد والضغوط التي يواجهها تصبح عائق في تحقيق ذاته وتوافقه النفسي وصحته النفسية لذا ظهرت في الآونة الأخيرة مصطلحات تدل على السلوكيات السلبية منها الهزيمة النفسية ، انهزامية الذات ، الانسحاب والتردد ، الانتحار . (نعيسة،٢٠١٢،ص: ١٢٠) ولذا ركز البحث الحالي على هذه الفئة (المرحلة المتوسطة) نتيجة ما يمرون به من أساليب معاملة سواء كانت خاطئة أو صحيحة من قبل الأسرة أو المدرسة أو المجتمع .

ويكتسب البحث الحالي أهميته لأنه يركز على مفهوم (الانهزام الذاتي) الذي يعد من السلوكيات السلبية والمؤثرة في شخصية الفرد ولاسيما في مرحلة المراهقة المبكرة ، فهو ظاهرة سلوكية معقدة ذات جوانب متعددة يصاحبها شعور بفقدان الاهتمام في الأحداث والأشياء والأشخاص والنتائج التي يحققونها في الحياة تكمن خارج سيطرتهم ، مما يقود إلى مظاهر القلق والخوف والخجل المتزايد وغيرها من الأنماط السلوكية الغير السوية ، فهو سلوك يميل فيه الفرد إلى الإحجام عن التفاعل مع الآخرين والعزلة والانفصال عن البيئة المحيطة به والشعور بالنقص، كما هو معروف فأن سلوك الفرد وليد الصفات داخل النفس فهناك ترابط بين سلوك الإنسان وبين نفسه (ذاته) . (يحيى ، ٢٠٠٠ ،ص: ١٩٣)

بناءَ على ما تم عرضه يمكن إيجاز أهمية البحث الحالي :

- إثارة اهتمام التربويين بأهمية دراسة الانهزام الذاتي في مدارسهم ومساعدة الطالبات على التخلص من هذه السلوكيات ونتائجها السلبية .
- ترفد المكتبة العراقية بدراسة حديثة تتعلق بمفهوم الانهزام الذاتي .
- يزود المرشدين التربويين في المدارس الثانوية بأداة (مقياس الانهزام الذاتي) الذي أعدته الباحثة لقياس انهزام الذات لدى طالبات المرحلة المتوسطة .

هدف البحث The objective of Research: التعرف على مستوى الانهزام الذاتي لدى طالبات المرحلة المتوسطة .

تحديد المصطلحات Assigning the Terms : فيما يأتي تعريف بالمصطلحات التي وردت في البحث الحالي :-

٣-الانهزام الذاتي Self- defeating عرفه كلاً من :

- جونسون (Johnson, 2008) :

" مجموعة من التصورات الانهزامية التي تنشأ من تقييم الفرد لحالته السلبية لذاته وللآخرين في المواقف الحالية والمستقبلية " . (Johnson , 2008,p: 32-33)

- الشواشري وآخرون (٢٠١٢) :

" هو الفكرة التي تشير بأن معرفة الأشخاص وأهدافهم ومقاصدهم هو أن يقومون ويتصرفون بأشياء سلبية تسبب لهم الفشل وتجلب المشاكل لأنفسهم " . (الشواشري وآخرون، ٢٠١٢،ص: ٢٦٠)

- دحلان (٢٠١٥) :

" اضطراب نفسي يشير إلى حدوث خلل في مفهوم الذات لدى الفرد ، يولد لديه شعور باللاقدرة على مواجهة المواقف والمثيرات من حوله ، وانعدام الثقة بالنفس وبقدراتها وإمكاناتها ومهاراتها " . (دحلان، ٢٠١٥،ص: ١٠)

- **Atkinson (2017) :**

" أفكار سلبية تجعل الفرد يشعر بالمعاناة والإحباط والفشل وخيبة الأمل " . (Atkinson, 2017,p: 49)

- **التعريف النظري للباحثة :** اعتمدت الباحثة تعريف (Johnson , 2008) تعريفاً نظرياً للانهزام الذاتي في البحث الحالي ، وذلك لتبني الباحثة النظرية التي بني على أساسها مقياس الانهزام الذاتي .
- **التعريف الإجرائي للباحثة :** هي الدرجة الكلية التي تحصل عليها الطالبة عند استجابتها على فقرات مقياس الانهزام الذاتي الذي أعدته الباحثة .
- **المرحلة المتوسطة Intermediate Stage :**

(تعريف وزارة التربية ، ٢٠١١)

إنها مرحلة دراسية تقع بين المرحلة الدراسة الابتدائية ، والمرحلة الدراسة الإعدادية وتشمل الصفوف (الأول المتوسط ، الثاني المتوسط ، الثالث المتوسط) ووظيفة هذه المرحلة إعداد الطلبة إلى مرحلة دراسية أعلى هي المرحلة الإعدادية . (وزارة التربية ، ٢٠١١،ص: ١٠)

الفصل الثاني : أطار نظري ودراسات سابقة

أولاً: أطار نظري

مفهوم الانهزام الذاتي Self Defeating :

يعد مفهوم انهزام الذات من المفاهيم التي لم تحظى بكتابات وأبحاث كثيرة ،ولا يزال حتى يومنا هذا يفتقر إلى الدراسات العربية ، فلم يتناوله إلا القليل من علماء النفس وعلماء الاجتماع . وانبثق الاهتمام بهذا الموضوع بعد الجدل الذي حدث في الثمانينات من القرن الماضي حول إمكانية تصنيف هذا المفهوم ،ومنهم من وضعه تحت قائمة الاضطرابات الشخصية والتي تعد أحد أنماط تلك التي يشار إليها بالشخصية المهزومة ذاتيا (Self– Defeating Personality) والتي يلاحظ عليها بأنها تميل إلى جلب الأذى والمعاناة لذاتها ، كما يلاحظ عليها بعض سمات المازوخية المعنوية ، ومنهم من عده سلوك يسلكه الفرد نتيجة للبيئة وأطلقوا عليه سلوك هزيمة الذات . (Baumeister, 1988,p:3)

وفقاً للتشخيص الثالث للاضطرابات والأمراض النفسية (DSM lll) فأنه يمكن اعتبار جميع الاضطرابات السريرية "A " أشكالاً من السلوكيات المهزومة ذاتياً، فكثير من الأحيان ينخرط الناس بالفعل في سلوكيات هزيمة الذات (التدمير الذاتي) ، فيحدد علماء النفس السريريون أن العديد من فئات السلوك المرضي تصنف على أنها سلوكيات مدمرة للذات . وعلاوة على ذلك ، فأن العديد من الأطباء وغيرهم يرون أن الفرق بين العقلاء والعصابيين هو إلى حد كبير من حيث الدرجة والكمية وليس من النوع . كما أن الأشخاص العاديين يختلفون في الدرجة فقط عن المرضى العقليين ، فإذا كان المرضى العقليين يفعلون أشياء مدمرة للذات ، فمن المفترض أن الأشخاص العاديين ينخرطون أيضاً في أنماط السلوك المدمرة للذات . (e.g., Menninger , 1966) *طبقاً لدراسة (Beaumeister & Scher, 1988)، يمكن تمييز ثلاثة نماذج مفاهيمية لسلوك هزيمة الذات على أساس التعمد (الرغبة وتوقع الضرر) :

- **النموذج الأول** : يسمى (التدمير الذاتي الأساسي) والذي يشمل أولئك الذين يختارون عادة ويعمدون إلى عملاً ما ، ويعرفون أنه سيضر بهم . ويسمى هذا النوع من السلوك بـ (السلوك المازوخي او التشويه الذاتي Self Mutilations)، على سبيل المثال قد يتجنب الأشخاص الخجولين المواقف الاجتماعية خوفاً من ترك انطباع سيء فيؤدي إلى مزيد من الاستبعاد الاجتماعي في المستقبل ،مما يجعلهم أقل ثقة .
- **النموذج الثاني** : يتمثل بـ (المقايضة) والتي يقوم فيها الأشخاص عن غير قصد بإجراء مقايضة في وضع ما عن طريق اختيار بديل معين له بعض الفائدة ، ولكن أيضاً لديه بعض القدرة على ألحاق الأذى بأنفسهم أيضاً .
- **النموذج الثالث** : (إستراتيجيات ذات نتائج عكسية) الضرر غير متوقع ولا مرغوب فيه، فهذه الفئة هي التي لا يرغب فيها الأشخاص ، ولا يتنبئون بها ، بل يسعون إلى تحقيق نتيجة مرغوبة . ومع ذلك ، فإنهم يختارون إستراتيجيات أو أساليب تنتج عكس النتائج المرجوة منها ، وهذا النوع من السلوك شائع جداً بين الشباب وعادة ما يؤدي إلى نوع من نتائج إيذاء النفس ، فهي تستند إلى إساءة الحكم على الذات أو سوء الحكم في الحالات الطارئة.

هناك عوامل تساهم في نشوء وتطور سلوكيات الانهزام الذاتي هي :

١. عدم تحقيق الذات ووصولها إلى قمة الهرم ، وعدم توكيدها .
٢. ضعف الثقة بالنفس وبالآخرين .
٣. ضعف قدرة الذات على المواجهة وحل المشكلات .
٤. الفشل في تحقيق الإمكانيات ، الخوف من النجاح والتشاؤم من المستقبل .
٥. العجز المكتسب .
٦. قلة التفاعل الاجتماعي مع أفراد أسرته أو البيئة المدرسية أو البيئة الاجتماعية الخارجية .
٧. الفشل في تكوين صداقات عديدة نتيجة عدم التواصل والتفاعل مع الآخرين .
٨. تقييم الفرد السلبي لذاته وانخفاض احترام الذات وعدم تقديرها .
٩. البيئة الأسرية وأساليب التنشئة الاجتماعية غير الصحيحة .

النظريات التي فسرت الانهزام الذاتي:

تناولت الباحثة في بحثها الحالي عدة نظريات تباينت كل منها في تفسير مفهوم الانهزام الذاتي من بعد معين ، كما أن دراسة النظريات ومناقشتها يمكن أن تعطي تصوراً واضحاً وإلمام كامل للأسباب التي تكمن وراء السلوكيات الخاطئة وطبيعتها وصفات الأفراد السالكين لتلك السلوكيات ،فضلاً عن التقنيات والبرامج والطرق الإرشادية التي يمكن أن تستخدم في إرشاد وعلاج هؤلاء الأفراد .

أما هورني فترى أن انهزام الذات يخفى تحت مشاعر الذنب ووصفته بأنه عناصر لا عقلانية ليس فقط اتهامه لذاته بل في مشاعره وأنه لا يستحق أي عطف أو تقدير .

أما النظرية السلوكية،فمن وجهة منظريها أن السلوك متعلم وأن لدى الفرد دوافع فسيولوجية تكون هي الأساس في سلوك الإنسان ، وعن طريق السلوك المتعلم يكتسب الفرد دوافع جديدة تستند إلى الدوافع الفسيولوجية فهي توجه سلوك الفرد للوصول إلى أهدافه ، وترى بأن لكل سلوك معين أو استجابة هناك مثير (مثير واستجابة) ، لذا فأن شخصية الفرد في إطار النظرية السلوكية تتحدد إلى درجة كبيرة عن طريق التفاعل مع البيئة ، والبناء الأساسي لشخصيته هو أنماط السلوك المتعلمة ،فسميت مؤخراً بالسلوكية . ويرى أصحاب النظرية السلوكية بأن السلوك الإنساني عبارة عن مجموعة من العادات يتعلمها الفرد ويكتسبها أثناء مراحل النمو المختلفة ، ولا تهتم بالعمليات الداخلية التي تحدث داخل الفرد وأنما تركز على الحوادث البيئية والتفاعل معها ، وتقلل من دور العوامل الوراثية ، وتدور هذه النظرية حول محور عملية التعلم الجديد في اكتساب التعلم الجديد أو في إطفائه أو إعادته ، ولذا فأن أكثر السلوك الإنساني مكتسب عن طريق التعلم وقابل للتعديل أو التغيير وإيجاد ظروف وأجواء تعليمية معينة . والنظرية السلوكية من النظريات التي استخدمت المنهج التجريبي وكان لها تطبيقات عملية في الميدان التربوي لذلك استخدمت منهج حل المشكلات في جانب المهارات النمائية ، وهناك معايير داخلية للفرد عند (Bandura) تشبه الأنا الأعلى عند (Freud)،حيث أن الفرد يتعلم المعايير الداخلية من سلوك الأنموذج ويستمر الشخص بتقييم سلوكه إزاء تلك المعايير المتعلمة من الأنموذج ، فينمو لديه تقدير الذات ومفهومها ولكن عندما يصدر أي انتهاك منه للمعايير الداخلية يشعر بانهزام الذات .

ومن ناحية أخرى فيرى أنصار النظريات المعرفية (Cognition) بأن الأفكار تلعب دوراَ أساسياَ في حدوث واستمرار الاضطرابات النفسية ومنها الانهزام الذاتي ، ويعتبر نموذج (بيك) من أكثر النماذج المعرفية أصالة وتأثيراَ في علاج مثل هذه الأمراض والاضطرابات النفسية . وقدمت نظرية (Beck) في العلاج المعرفي افتراض بأن السلوك الخفي غير الظاهر يخضع لنفس قوانين التعلم التي يخضع لها السلوك الظاهر والملاحظ ،كذلك ركز العلاج المعرفي على أهمية المسؤولية الذاتية فقبول الفرد لذاته ومسؤولياته عن انفعالاته الخاصة في السلوك غي التكيفي دلالة على الصحة النفسية .

أما فيما يخص تفسيرات العلاج المعرفي بالنسبة للاكتئاب فهي شبيه بتفسيرات الانهزام الذاتي من حيث الأسباب التي تؤدي إلى حدوث هذه الاضطرابات إذ أن استمرار الفرد بسلوكيات الانهزام الذاتي يؤدي في النهاية إلى الاكتئاب ، كما لاحظ (بيك) بأن هناك ثلاثة جوانب للتفكير الاكتئابي وهي أن تتولد أفكار سلبية عن أنفسنا مثل (لوم الذات) ، وعن العالم (النظرة السلبية العامة) ، وعن المستقبل (اليأس) ، كما بحث أيضاَ بأهم الأفكار المشوهة والتي تسهم في اضطراب التفكير .

ويرى (Beck) أن الهدف من الإرشاد المعرفي هو تصحيح نمط التفكير لدى المسترشدين بحيث تصحح صورة الواقع في نظرهم ويصبح التفكير منطقياً ، لذا فالإرشاد المعرفي يركز على حل المشكلات ، وأن العلاج المعرفي بصورته الواسعة يشتمل على الطرق التي تزيل الألم النفسي عن طريق تصحيح المفاهيم والإشارات الذاتية الخاطئة ، وتركز على مساعدة المسترشد في التغلب على النقط العمياء والادراكات الخاطئة وخداعات الذات والأحكام الخاطئة ونظراَ لأن الاستجابات الانفعالية التي أتت بالمريض إلى العلاج هي نتائج التفكير الخاطئ فإنها تزول عندما يتم تصحيح التفكير .

ويسلم العلاج المعرفي بأن كثيراَ من الاستجابات الوجدانية والسلوكية والاضطرابات النفسية تعتمد إلى حد بعيد على معتقدات فكرية خاطئة يبنيها الفرد عن نفسه وعن العالم المحيط به ، لذا فالعلاج المعرفي يركز بدوره على دور العمليات العقلية بالنسبة للدوافع والانفعالات والسلوك ، فيجب أن تعتمد سياسة العلاج النفسي على تغيير مفاهيم المسترشد وإعادة تشكيل مدركاته حتى يتيسر له التغيير في سلوكه .

وأخيراَ تم التطرق إلى نظرية (Johnson , 2008) والتي تم تبنيها في بناء مقياس الانهزام الذاتي والتي أعطت تفسيراَ واضحاَ للانهزام الذاتي من خلال نموذج (SAMS) وهو يعني التقييمات التخطيطية للانتحار فهذه التقييمات تمثل "التقييمات الذاتية السلبية" و "تقييمات الأفراد" للمواقف الحالية ، والتوقعات المستقبلية ، والخبرات السابقة ، فأقترح هذا النموذج أن العمليات النفسية للانهزام الذاتي تؤدي في النهاية إلى تطوير الأفكار الانتحارية ، فالقصد من وراء ذلك هو أن الفرد الذي لديه سلوكيات الانهزام الذاتي من المحتمل أن تؤدي به إلى الانتحار ، فهذا يحدث عندما يكون الأفراد غير قادرين عل جعل التقييمات الذاتية لهم غير قادرة على حل مواقف الانهزام وليس لديهم خيارات متاحة ، وبالتالي يلجأون إلى استخدام سلوكيات انتحارية كطريق للهروب ، لذلك أعتبر الانهزام الذاتي كعامل واحد لنموذج (SAMS) . كذلك أن نموذج (SAMS) لنظرية جونسون يكون امتداد لنموذج (COP) وهو يعني صرخة من الألم ، وهذا النموذج يرى بأن الانحباس (الألم الداخلي) هو يكون النتيجة المباشرة لتصورات داخلية سلبية أو معاناة وظروف الانهزام الذاتي غير المحددة ، لذا فأن الانهزام الذاتي تم تحديده في أنموذج (COP) كعامل محدد يؤثر في تجربة الانحباس . وبالتالي فأن نظرية (Johnson ,2008) التي وضعت أنموذج (SAMS) يجب أن تدعم من قبل أدلة علمية واضحة من تجارب الحياة المحددة والتي تؤثر على احتمالية إدراك الأفراد للانهزام الذاتي ، وبالإضافة أيضاَ ، أثبتت الأبحاث أن عاملي الانهزام الذاتي والانحباس (الألم الداخلي) مرتبطان بالأكتئاب والقلق والسلوك الانتحاري .

ثانياً: الدراسات السابقة

تطرقت الباحثة إلى عدد من الدراسات السابقة التي تناولت متغير الانهزام الذاتي وإرتباطه بمتغيرات أخرى فقد تباينت هذه الدراسات من حيث الأهداف والعينات والنتائج ، وهذا التباين يعود تبعاَ لاختلاف طبيعة المجتمعات التي أجريت عليها الدراسة واختلاف أهدافها الموضوعة وطبيعة متغيراتها ،كذلك استفادت الباحثة من هذه الدراسات من حيث المشكلة والأهمية والإطار النظري .

دراسات عربية

دراسة الشواشري وآخرون (٢٠١٢) : (العلاقة بين سلوكيات هزيمة الذات واحترام الذات بين طلبة الكلية الأردنية)

أجريت الدراسة على عينة من طلبة جامعة اليرموك في الأردن حيث بلغ عددها (٤٣٥) من الطلبة (١٨٢) منهم ذكور ، (٢٥٣) إناث ، تم اختيارهم بشكل عشوائي من الطلبة الملتحقين بالفصل الثاني من العام الدراسي ٢٠١١-٢٠١٢ في جامعة اليرموك ، هدفت الدراسة التعرف على العلاقة بين سلوكيات هزيمة الذات واحترام الذات ، أشارت النتائج إلى أن الطلبة الذين لديهم مستوى متوسط من الانجاز لديهم سلوكيات هزيمة الذات أكثر من أقرانهم الذين لديهم مستوى جيد للغاية من الانجاز ، وهذا يعني أن مستوى التحصيل يمكن أن يكون تنبؤاَ جيداَ بسلوك هزيمة الذات للطلبة ، كما كشفت النتائج أن الإناث يتمتعن بمستوى أعلى من احترام الذات أكثر من أقرانهن من الذكور ، على الرغم من الاختلافات بين الطلبة لم تكن ذات دلالة إحصائية عند مستوى (٠,٠٥) ، وعلاوة على ذلك ، تشير النتائج إلى أنه لم يتم العثور على أية فروق كبيرة بين الطلبة من قبل جنسهم ،أو سنوات الدراسة في الكلية أو المدارس عالية الجودة في المقاطعات فيما يتعلق بصفوفها من سلوك هزيمة الذات أو المستوى الإجمالي لاحترام الذات ، وكما لم يتم العثور أيضاَ على علاقة كبيرة بين سلوك هزيمة الذات واحترام الذات بين الطلبة .

دراسة الدجيلي (٢٠١٨): (الانهزام الذاتي وعلاقته بالدعم الاجتماعي لدى تلامذة الصف السادس الابتدائي)

أجريت الدراسة على عينة من تلامذة الصف (السادس الابتدائي) جرى اختيارهم من مديريات التربية (الكرخ والرصافة) حيث بلغ عددها (٥٠٠) تلميذ وتلميذة ، اختيرت بطريقة عشوائية طبقية ، هدفت الدراسة إلى قياس مستوى الانهزام الذاتي لدى تلامذة الصف (السادس الابتدائي) ومستوى الدعم الاجتماعي المقدم لهم ، وقد قامت الباحثة ببناء مقياسين أحدهما لقياس الانهزام الذاتي والآخر لقياس الدعم الاجتماعي ، وجرى استخراج الخصائص السايكومترية (التمييز ، الصدق ، الثبات) للمقياسين ، كما استخدمت الباحثة عدداَ من الوسائل الاحصائية ومنها (الاختبار التائي لعينة واحدة ولعينتين ، معامل ارتباط بيرسون ، الاختبار الزائي)

دراسات أجنبية

- دراسة Hunt (2005) : (The self- defeating Beheviorto femal (Adolesent its Relionship with parents (سلوك انهزام الذات للمراهقات وعلاقته بالوالدين)

هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة الارتباطية بين المراهقات وبين الوالدين فضلاَ عن التعرف على مستوى انهزام الذات لدى المراهقات ، واشتملت عينة الدراسة على (50) مراهقة واللاتي تتراوح أعمارهن بين (15–18)سنة ، واستخدم مقياس الانهزام الذاتي الذي أعدته الباحثة ، وتوصلت نتائج الدراسة أن العينة تعاني من انهزام الذات ، وأن ضعف العلاقة بين المراهقات والوالدين وزيادة رفض الآباء لبناتهن في مرحلة المراهقة يجعلهن أكثر عرضة للانهزام الذاتي، فضلاَ عن وجود علاقة ارتباطيه عكسية بين علاقة الوالدين وبين سلوك الانهزام الذاتي.

- دراسة Wei and Yao Ku (2007) : Testing a Conceptual Model of (Working Through Self- Defeating Patterns) (اختبار أنموذج مفاهيمي للعمل من خلال أنماط هزيمة الذات)

هدفت الدراسة إلى تطوير وفحص نموذج مفاهيمي للعمل من خلال أنماط الهزيمة الذاتية على أسس نظرية وتجريبية وسريريه من المكونات التالية (الكفاءة الذاتية الاجتماعية، التقدير الذاتي، القلق ألتعلقي، الاكتئاب)، تألفت عينة الدراسة من (٣٩٠) طالب جامعي وبمتوسط أعمار (١٩ سنة) ، وتم استخدام مقياس الشخصية الهازمة للذات (Schill, 1990) ، وأظهرت نتائج الدراسة أن الأشخاص ذوي المستوى المرتفع من أنماط الهزيمة الذاتية يميلون إلى أن يكون لديهم معتقدات سلبية عن أنفسهم أي لديهم تقدير ذاتي منخفض وكفاءة ذاتية اجتماعية منخفضة أيضاَ ، كذلك الأشخاص ذوي المستوى المرتفع من أنماط الهزيمة الذاتية يحصلون على نسبة عالية في القلق ألتعلقي والاكتئاب .

الفصل الثالث: إجراءات البحث

يتضمن هذا الفصل عرضاَ لأهم الإجراءات التي اعتمدتها الباحثة بدءاَ من منهج البحث ، وتحديد مجتمع البحث ، وعينته وطريقة اختيارها ، فضلاَ عن إعداد أداة البحث المتمثلة ببناء مقياس الانهزام الذاتي ، ومن ثم بيان الوسائل الإحصائية المناسبة والمستخدمة في معالجة بيانات البحث وأنفاَ استعراض الإجراءات التي تم اعتمادها في هذا المجال وكما يأتي :-

منهجية البحث (Approach of Research) :

إنَ المنهجية المستخدمة في البحث الحالي والمعتمدة من قبل الباحثة هو منهج البحث الوصفي والمقصود به" هو استقصاء علمي ينصب على ظاهرة من الظواهر أو مشكلة ما كما هي قائمة في الحاضر بقصد تشخيصها ، وتحليل وتفسير تلك الظاهرة ووصفها وصفاً

دقيقاً، وجمع الحقائق والمعلومات عنها ، من خلال تحديد خصائصها وأبعادها بهدف الوصول إلى وصف علمي متكامل لها " . فضلاً عن أن الأبحاث الوصفية لا تقتصر على التنبؤ بالمستقبل بل أنها تنفذ من الحاضر إلى الماضي لكي تزداد تبصراً بالحاضر . (العزواي ، ٢٠٠٨،ص: ٩٧)

مجتمع البحث (Population of Research):

يقصد به" هو جميع الأشخاص أو الأفراد أو الأشياء محددة تحديداً واضحاً ، ويهتم الباحث بدراستها وتعميم نتائج البحث إليها، في ضوء ذلك فإن المجتمع يتحدد بطبيعة البحث وأغراضه" (الزهيري، ٢٠١٧،ص: ١٣٩) . لذلك أن تحديد مجتمع البحث يعتبر خطوة مهمة وأساسية والإطار المرجعي في تحديد عينة ممثلة للمجتمع ، فقد يكون هذا الإطار إما مجتمع كبير أو مجتمع صغير حسب نوع الدراسة التي تروم الباحثة دراستها . ولأجل ذلك تم تحديد المجتمع الحالي من :-

- **مجتمع المدارس :** يتضمن مجتمع البحث الحالي المدارس المتوسطة للدراسة الصباحية في قضاء الخالص التابع لمديرية تربية محافظة ديالى للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠) والبالغ عددها (١٣) مدرسة .
- **مجتمع الطالبات :** يشمل المجتمع عدد طالبات المدارس المتوسطة للدراسة الصباحية في قضاء الخالص التابع لمديرية تربية محافظة ديالى للعام الدراسي (٢٠١٩-٢٠٢٠) البالغ (٤٥١٧) طالبة موزعين على (١٣) مدرسة .

عينات البحث (Sample of Research) :

تعرف عينة البحث بأنها (جزء أو شريحة من المجتمع تحتوي على خصائص المجتمع الذي نقوم بدراسته للتعرف على خصائصه ويجب أن تمثل هذه العينة جميع المفردات المراد بحثها في المجتمع تمثيلاً صادقاً) (الزهيري،٢٠١٧،ص: ١٣٩) . لذا فأن اختيار عينة من المجتمع تعد من الخطوات المهمة في البحث ، في حال عدم قدرة الباحث أن يتوصل إلى البيانات والمعلومات عن المجتمع بأكمله بصورة شاملة فأنه يقوم باختيار عينة تكون ممثلة للمجتمع كي يستطيع جمع المعلومات والبيانات اللازمة . (الجابري وصبري، ٢٠١٣،ص: ١٥١)

والجدول (١) يوضح ذلك :

جدول (١) العينـات المستخدمة فـي البحث الحالي مـع أعدادها

ت	العينات المستخدمة	عدد الأفراد
١	العينـة الاستطلاعية	٣٠
٢	عينـة التحليل الإحصائي	٤٠٠
٣	عينـة الثبـات	٣٠
	المجمـوع	

- **العينـة الاستطـلاعيـة :** قامت الباحثة بتوجيه استبانـة استطلاعيـة إلـى (٣٠) طالبـة بواقـع (١٥) طالبـة مـن كـل شعبـة مـن الصـف (الثـاني المتـوسط) فـي مدرسـة (م/ الزنابـق) اختيـرت بالطريقـة العشوائيـة البسيـطة ، تضمنـت ثلاثـة أسئـلة حـول مفهـوم متغيـر الانهـزام الـذاتي وبعـد مراجعـة إجـابات الطـالبات تكونـت لديهـا فكـرة عـن مـا تمتلكه الطالبات .
- **عينـــة التحليـــل الإحصائـــي :** بلغـت عينـة التحليـل الإحصـائي (٤٠٠) طالبـة مـوزعين علـى (٤) مـدارس ، تـم اختيـارهم مـن مجتمـع المـدارس بالطريقـة العشـوائية البسيطة ، تم اختيار (١٠٠) طالبة من كل مدرسة بواقع (٥٠) طالبة من كل شعبة في الصف الثاني المتوسط . **الجدول (٢) يوضح ذلك**

جدول (٢)عينـة التحليل الإحصائـي موزعـة حسب المدارس وأعداد الطالبات

ت	اسم المدرسة	الصف الثـاني المتوسط	
		العينـة	الشعب
			أ ب
١	**الزنابـق للبنـات**	١٠٠	٥٠ ٥٠
٢	**الـرواسـي للبنـات**	١٠٠	٥٠ ٥٠
٣	**ولادة للبنـات**	١٠٠	٥٠ ٥٠
٤	**الإنسانيـة للبنـات**	١٠٠	٥٠ ٥٠

- **عينـة الثبـات :**

قامت الباحثة بتطبيق المقياس (الانهزم الذاتي) على عينـة مكونـة من (٣٠) طالبـة، بواقع (١٥) طالبة من كل شعبة من الصف الثاني المتوسط في مدرسة (م/ولادة)، وبعد مرور (١٤)

يوم من تطبيق الاختبار الأول ، قامت الباحثة بتطبيق المقياس (الاختبار) مرة ثانية على العينة نفسها، للتعرف على مدى ثباته .

- **أداة البحث (Tools of Research) :** من أجل تحقيق هدف البحث الحالي ، قامت الباحثة ببناء أداة وهي مقياس (الانهزام الذاتي) لطالبات المرحلة المتوسطة .
  - **مقياس الانهزام الذاتي :**

ولتحقيق هدف الدراسة الحالية لابد من توفر مقياس (أداة) تتلاءم مع طبيعة السمة أو الظاهرة المراد قياسها ، كذلك طبيعة مجتمع البحث وأن يتوفر فيه الخصائص السايكومترية ، ونظراً لعدم وجود مقياس يتلاءم مع طبيعة عينة البحث لذلك قامت الباحثة ببناء مقياس للانهزام الذاتي مبني على وفق نظرية علمية وهي نظرية (Johnson , 2008) ، **وبناءاً على ذلك تم بناء المقياس وفق الخطوات التي حددها كل من (Allen and yen, 1979 ,p:119)، في بناء الاختبارات والمقاييس النفسية وهي كالآتي :-**

- **تحديد المفهوم النظري لـ(الانهزام الذاتي) :** اعتمدت الباحثة نظرية جونسون (Johnson , 2008) في تفسيرها للانهزام الذاتي فقد عرفه بأنه " مجموعة من التصورات الانهزامية التي تنشأ من تقييم الفرد لحالته السلبية لذاته وللآخرين في المواقف الحالية والمستقبلية " . كما حدد المنظر (Johnson,2008) في نظريته العلمية مجالين للانهزام الذاتي هما (التقدير السلبي للذات ، تشيؤ الذات) .
- **كتابة الفقرات وشروط صياغتها وتوزيعها على كل مجال من مجالات المقياس :** قامت الباحثة بصياغة فقرات مقياس الانهزام الذاتي وفق الشروط المذكورة بحيث تتلاءم مع طالبات المرحلة المتوسطة وتلاءم طبيعة البحث الحالي . فهناك شروط يجب مراعاتها عند صياغة الفقرات وهي كالأتي :

- أن تكون صياغتها بشكل مناسب لكل مجال من المجالات .
- أن تكون الفقرات واضحة ومفهومة وبعيدة عن الغموض والتعقيد .
- أن تكون مناسبة للمستوى العمري والعقلي والدراسي لعينة البحث .
- أن تكون قصيرة وغير مركبة .

- **إعداد تعليمات المقياس :** حرصت الباحثة على أن تكون تعليمات المقياس واضحة ودقيقة بحيث تسهل على المستجيبة الإجابة عليها، إذ طلبت من الطالبات (المستجيبات) الإجابة على فقرات المقياس بكل صدق وأمانة لإغراض البحث العلمي
- **استطلاع آراء المحكمين على المقياس :** بعد أن تم صياغة تعليمات المقياس وتحديد مجالاته وصياغة فقراته ، قامت الباحثة بعرض الأداة (المقياس) بصيغته الأولية على عدد من المحكمين في علم النفس التربوي والقياس والتقويم والإرشاد النفسي والبالغ عددهم (٢٠) محكماً لغرض تقويم المقياس والحكم عليه في :

– صلاحية مجالاته وفقراته ومدى ملائمة توزيع الفقرات على كل مجال من مجالات المقياس وتعديل الفقرة .

– مدى مناسبة البدائل ووضوح التعليمات . وبعد مراجعة آرائهم في ضوء ملاحظاتهم والأخذ بالتعديلات المقترحة في الإضافة أو الحذف أو التعديل.

- **أسلوب تصحيح المقياس :** لقد وضعت الباحثة ثلاث بدائل أمام كل فقرة وهي (تنطبق علي دائماً ، تنطبق علي أحياناً ، لا تنطبق أبداً) وقد أعطيت الدرجات للفقرات الإيجابية (٣–٢–١) أما الفقرات السلبية (١–٢–٣) وعلى التوالي ، وقد تكون المقياس من (٣٠) فقرة ويجاب عنها باختيار أحد البدائل الثلاث الموجودة أمام كل فقرة وتحسب الدرجة على كل فقرات المقياس ، لذلك فإنَ أعلى درجة للمقياس هي (٩٠) وأقل درجة للمقياس هي (٣٠) والوسط الفرضي (٦٠) (الدليمي والمهدواي، ٢٠١٦،ص: ٧٤)

- **الصدق الظاهري للمقياس :**

وتحققت الباحثة من الصدق الظاهري لمقياس (الانهزام الذاتي) ، إذ قامت بعرض المقياس بصيغته الأولية على مجموعة من المحكمين في علم النفس التربوي والقياس والتقويم ، للتأكد من صلاحية التعليمات وصلاحية الفقرات وملائمتها لقياس الانهزام الذاتي، وعلى وفق التعريف العلمي الذي اعتمدته الباحثة وفق نظرية جونسون (Johnson , 2008) ، وفي ضوء آراء المحكمين تم تعديل وصياغة بعض الفقرات لمقياس الانهزام الذاتي ، فقد بلغت نسبة الموافقة بين (٨٠%– ١٠٠%)، وبذلك تألفت الصيغة النهائية للمقياس من (٣٠) فقرة .

- **مؤشرات صدق البناء :**

يعرف صدق البناء أحياناً بـ (صدق المفهوم) أو (صدق التكوين الفرضي) حيث يشير إلى مدى قياس الاختبار أو المقياس للسمة أو الظاهرة المعينة فهو تحليل معنى درجات المقياس في ضوء المفاهيم السيكولوجية، من خلاله يحاول الباحث التعرف على طبيعة الظاهرة السلوكية والتي يسعى المقياس إلى قياسها. (الزهيري،٢٠١٧،ص: ٢٢٧)، إذ يعّد ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس يعني أن الفقرة تقيس المفهوم أو السمة التي تقيسه الدرجة الكلية ، وأن المقياس الذي تنتخب فقراته على وفق هذا المؤشر يمتلك صدق بنائي وأن كانت جميع فقرات المقياس بصيغته النهائية ذوات دلالة إحصائية يعد المقياس صادقاً في بنائه . (الكبيسي، ٢٠١٠،ص: ٢٦-٢٧) ، حيث قامت الباحثة بالتحقق من الصدق البنائي لفقرات مقياس الانهزام الذاتي لأجل استخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس التي تشمل أسلوب المجموعتين المتطرفتين وأسلوب الاتساق الداخلي، وبذلك صار من الممكن أن تكون تلك الأساليب من مؤشرات صدق بناء المقياس .

- **المجوعتان المتطرفتان :**

تعتمد هذه الطريقة على إجراء مقارنة على درجات الفقرات للمجموعتين المتطرفتين (العليا-الدنيا) ليتم بعد ذلك حساب القوة التمييزية لهما . (ألنعيمي،٢٠١٤،ص:٢٨٤)، أن النقطة المثلى لكل من حالة التوازن كما تشير لها أنستازي (Anastasi, 1988) تبلغ من العليا (٢٧%) ومن الدنيا (٢٧%) . (حرجان، ٢٠١٥،ص: ٧٦) **لحساب القوة التميزية لفقرات مقياس الانهزام الذاتي أتبعت الباحثة الخطوات الآتية :**

- قامت الباحثة بتطبيق مقياس الانهزام الذاتي بعد أن حصل على الصدق الظاهري والمؤلف من (٣٠) فقرة على عينة التحليل الإحصائي البالغ عددها (٤٠٠) طالبة، وبعد تصحيح الاستمارات على وفق الأوزان المعطاة التي تتراوح درجاتها من (١-٣) لذا تم تحديد الدرجة الكلية لكل مستجيبة ما بين (٣٠-٩٠) درجة .
- ترتيب الدرجات الكلية التي حصلت عليها الطالبات تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة .
- اختارت الباحثة نسبة (٢٧%) من أعلى الدرجات لموضوع الانهزام الذاتي وتسمى المجموعة العليا والتي عددها (١٠٨) استمارة ، و(٢٧%) من أدنى الدرجات وتسمى

المجموعة الدنيا وعددها (١٠٨) استمارة ، بذلك أصبح عددهما في المجموعتين (٢١٦) استمارة

- لحساب الفرق بين المجموعتين في درجات كل فقرة قامت الباحثة باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لإيجاد تمييز جميع فقرات مقياس الانهزام الذاتي وقد تبين بأن فقرات المقياس مميزة وذات دلالة إحصائية إذ أن القيمة التائية المحسوبة تمثل القوة التمييزية وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية (١,٩٦) ودرجة حرية (٢١٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) **الجدول (٣) يوضح ذلك**

جدول(٣)القيم التائية لاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمقياس الانهزام الذاتي

رقم الفقرات	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	دالة الفرق
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	٢,٦٢	٠,٥٦	١,٩٦	٠,٦٥	٧,٩٤	دال
٢	٢,٩٠	٠,٣٦	٢,٤٩	٠,٧٢	٥,٢٨	دال
٣	٢,٨٤	٠,٣٩	٢,٢٩	٠,٧٧	٦,٦٦	دال
٤	٢,٨٦	٠,٣٧	٢,٢٨	٠,٧٥	٧,٢٦	دال
٥	٢,٩٤	٠,٢٥	٢,٤٢	٠,٦٤	٧,٨٢	دال
٦	٢,٢٥	٠,٨٠	١,٩٨	٠,٨٢	٢,٤٤	دال
٧	٢,٦٢	٠,٥٦	١,٩٣	٠,٨١	٧,٣٦	دال
٨	٢,٧٣	٠,٥٢	٢,٢٥	٠,٧١	٥,٦٧	دال
٩	٢,٧٤	٠,٥٠	٢,١٠	٠,٧٤	٧,٤٧	دال
١٠	٢,٨٦	٠,٣٧	٢,٤٢	٠,٧١	٥,٧٤	دال
١١	٢,٦٥	٠,٥٠	٢,١٠	٠,٦٨	٦,٧١	دال
١٢	٢,٧٨	٠,٤٤	٢,٠٨	٠,٨٤	٧,٥٨	دال
١٣	٢,٨٧	٠,٣٦	٢,٢٢	٠,٦٩	٨,٦٥	دال
١٤	٢,٥٨	٠,٥٣	١,٩٤	٠,٧٥	٧,٣١	دال
١٥	٢,٦٢	٠,٥٤	١,٩٠	٠,٨٠	٧,٧٩	دال
١٦	٢,٩٠	٠,٣٦	٢,٤١	٠,٧٢	٦,٣١	دال
١٧	٢,٨٢	٠,٤٧	٢,٠٩	٠,٧٧	٨,٤٤	دال
١٨	٢,٠٤	٠,٨١	١,٧٧	٠,٧٤	٢,٥٤	دال
١٩	٢,١١	٠,٨٠	١,٨٢	٠,٧٥	٢,٧٢	دال

٢٠	٢,٦١	٠,٥٨	٢,١٥	٠,٦٥	٥,٥٢	دال
٢١	٢,٥٣	٠,٦٣	١,٩٤	٠,٧٩	٦,٠٩	دال
٢٢	٢,٧٠	٠,٥٨	١,٩٩	٠,٧٩	٧,٥٣	دال
٢٣	٢,٥٦	٠,٦٠	١,٨٧	٠,٧٥	٧,٥١	دال
٢٤	٢,٦٧	٠,٦٤	٢,٠٥	٠,٧٤	٦,٥٨	دال
٢٥	٢,٨٠	٠,٤٥	٢,٠٦	٠,٧٨	٨,٤٨	دال
٢٦	٢,٩٦	٠,١٩	٢,٢٢	٠,٧٤	١٠,٠٧	دال
٢٧	٢,٨١	٠,٤٤	٢,١٠	٠,٧٢	٨,٦٣	دال
٢٨	٢,٥٦	٠,٦٩	١,٨٥	٠,٨٠	٦,٩٦	دال
٢٩	٢,٢٧	٠,٧٢	٢,٠٠	٠,٧٤	٢,٧١	دال
٣٠	٢,٧٢	٠,٥٣	١,٩٣	٠,٧٢	٩,٢٨	دال

- **طريقة الاتساق الداخلي :**

تعّد طريقة الاتساق الداخلي للمقياس من أدق الوسائل الإحصائية المعروفة لحساب الاتساق الداخلي لفقراته (أنها تقيس علاقة فقرات المقياس بالدرجة الكلية للمقياس ، تستخدم في تحديد موقع كل فقرة من فقرات المقياس كذلك تحديد مدى تجانس فقرات المقياس). (مجيد، ٢٠١٥،ص: ١٢٣) ، لذا تعد طريقة الاتساق الداخلي من الطرائق الشائعة الاستخدام في حساب الثبات . (محاسنة، ٢٠١٣،ص: ١٣٢) ، لغرض تفسير معامل الارتباط بطريقة أكثر دقة قامت الباحثة بإيجاد الاتساق الداخلي من خلال استخراج (علاقة درجة الفقرة الكلية للمقياس، علاقة درجة الفقرة بالمجال التي تنتمي إليه ، وعلاقة الدرجة الكلية للمجال بالدرجة الكلية للمقياس) وهي كما يأتي :

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس :

استخدمت الباحثة (معامل ارتباط بيرسون) لحساب درجة كل فقرة ومعرفة مدى ارتباط كل درجة منها بالدرجة الكلية للمقياس باستخدام عينة التحليل الإحصائي للفقرات والتي تكونت من (٤٠٠) طالبة ، وأظهرت النتائج أن جميع القيم المحسوبة أكبر من الجدولية البالغة (٠,٠٩٨) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨) **الجدول(٤) يوضح ذلك**

جدول(٤) قيم معامل الارتباط بيرسون لعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	معامل الارتباط	رقم الفقرة	معامل الارتباط
١	٠,٤٢٣	١٦	٠,٤٤٠
٢	٠,٣٩١	١٧	٠,٤٤٨
٣	٠,٤٠٤	١٨	٠,١٩٦
٤	٠,٤٢٩	١٩	٠,١٥٥
٥	٠,٤٣١	٢٠	٠,٣٤١
٦	٠,١١٩	٢١	٠,٣٥٥
٧	٠,٤٠٧	٢٢	٠,٤٣٩
٨	٠,٣١١	٢٣	٠,٣٧٨
٩	٠,٤٢٩	٢٤	٠,٣٦٢
١٠	٠,٣٧٠	٢٥	٠,٤٣٨
١١	٠,٣٩١	٢٦	٠,٥٣٦
١٢	٠,٣٩٨	٢٧	٠,٤٣١
١٣	٠,٤٨٦	٢٨	٠,٣٥٣
١٤	٠,٤٣٣	٢٩	٠,١٣٨
١٥	٠,٤٠١	٣٠	٠,٤٤٥

علاقة درجة الفقرة بالمجال الذي تنتمي إليه :

قامت الباحثة بحساب (معامل ارتباط بيرسون) بين درجة كل فقرة في المقياس وبين المجموع الكلي للمجال الذي تنتمي إليه الفقرة ، إذ كانت معاملات الارتباط جميعها دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨) والقيمة الجدولية (٠,٠٩٨) **الجدول(٥) يوضح ذلك**

جدول(٥)قيم معامل ارتباط بيرسون لعلاقة درجة الفقرة بالمجال الذي تنتمي إليه

المجال	رقم الفقرة	معامل الارتباط
١.التقدير السلبي للذات	١	٠,٤٧٧
	٢	٠,٤٥١
	٣	٠,٤٣٨
	٤	٠,٥٠٥
	٥	٠,٤٥٤
	٦	٠,١٩٣
	٧	٠,٥٠٤
	٨	٠,٣٨٥
	٩	٠,٤٤٠
	١٠	٠,٤٣٠
	١١	٠,٤١٦
	١٢	٠,٤٩٥

	١٣	٠,٤٩٧
	١٤	٠,٤٢٦
	١٥	٠,٣٨٤
٢.تشيـؤ الـذات	١٦	٠,٤٢٥
	١٧	٠,٤٥٩
	١٨	٠,٢٧٤
	١٩	٠,٢٢١
	٢٠	٠,٣٥٢
	٢١	٠,٤١٩
	٢٢	٠,٤٨٣
	٢٣	٠,٤١٩
	٢٤	٠,٤٣٢
	٢٥	٠,٤٦٩
	٢٦	٠,٥٦٤
	٢٧	٠,٤٤٦
	٢٨	٠,٤٢٥
	٢٩	٠,١٧٦
	٣٠	٠,٤٦٩

علاقة الدرجة الكلية للمجال بالدرجة الكلية للمقياس :

تم استخراج العلاقة الارتباطية بين كل مجال والدرجة الكلية للمقياس باستخدام (معامل ارتباط بيرسون) ، إذ أظهرت النتائج بأن هناك علاقة ارتباطية عالية بين الدرجة الكلية لكل مجال وارتباطها مع الدرجة الكلية للمقياس ، عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨) والقيمة الجدولية (٠,٠٩٨) **الجدول(٦) يوضح ذلك**

جدول(٦) القيم الإحصائية لمعامل ارتباط بيرسون لعلاقة الدرجة الكلية للمجال بالدرجة الكلية للمقياس

المجـالات	معامل الارتبـاط
التقدير السلبي للذات	٠,٨٩٥
تشيـؤ الذات	٠,٨٩٧

- **مؤشرات الثبات :** يقصد بالثبات (أنه اتساق الدرجات التي يتم الحصول عليها من الأفراد عندما يعاد اختبارهم بنفس الاختبار في وقتين مختلفين) . (علام ،٢٠١٥،ص: ١١٣) **ويتم حساب الثبات بطريقتين:**
- **طريقة إعادة الاختبار (Test – Retest) :**

وهي طريقة يتم فيها تطبيق الاختبار مرتين على نفس المفحوصين بوجود فاصل زمني بين مرتي التطبيق ليتم إيجاد معامل الارتباط بين الدرجات التي تم الحصول عليها . (عبابنة ، ٢٠٠٩،ص: ١١٥) ، لقد قامت الباحثة بتطبيق الاختبار على عينة مكونة من (٣٠) طالبة من الصف الثاني المتوسط في متوسطة (ولادة) وبعد مرور (١٤) يوم من تطبيق الاختبار الأول ، قامت بتطبيق المقياس مرة ثانية على العينة نفسها ؛ للتعرف على مدى ثباته ، حيث يعتقد (أدمز) أن إعادة تطبيق الاختبار للمقياس هو من أجل معرفة ثبات نتائجه، فيجب أن لا تقل عن هذه المدة ، وقد بلغ معامل الثبات بطريقة إعادة الاختبار (٠,٨٢) يعد اختباراً جيداً . (Adams, 1964,p: 8)

- **طريقة ألفاكرونباخ (Alpha– Cronbach) :**

تعتبر طريقة ألفاكرونباخ من الطرائق شائعة الاستخدام إذ تمتاز بدقتها وإمكانية الأخذ بنتائجها وسهولة إتباعها وتعتمد هذه الطريقة على حساب الارتباط بين درجات فقرات المقياس جميعها بحيث أن تمثل كل فقرة مقياس بحد ذاته ، ويسمى معامل الثبات المحسوب بهذه الطريقة بمعامل الاتساق الداخلي للمقياس وهو الثبات الذي يبين قوة الارتباط بين فقرات المقياس . (مجيد، ٢٠١٥،ص: ١١٦). إذ يؤشر معامل الثبات على اتساق أداء الأفراد (التجانس بين فقرات المقياس) ، يطبق الاختبار مرة واحدة ويتم بعد ذلك وضع الدرجات الكلية عليه ثم تطبيق معادلة ألفاكرونباخ . (زيدان، ٢٠١٥،ص: ٨٢) ، تم استخراج قيمة (الفاكرونباخ) من عينة التحليل الإحصائي نفسها البالغة (٤٠٠) طالبة وبلغت قيمتها (٠,٨٥) وهو معامل اتساق جيد ، ومن خلال ذلك يمكن القول بأن الدراسة الحالية توصلت إلى بناء أداة مقياس (الانهزام الذاتي) تتمتع بمؤشرات الصدق والثبات فضلاً عن مؤشرات تحليل الفقرات وكفاءتها عند المستجيبات والتميز بينهم .

- **وصف المقياس بصيغته النهائية :** أصبح مقياس الانهزام الذاتي بصيغته الأخيرة والنهائية يتكون من (٣٠) فقرة موزعة على مجالين بواقع (١٥) فقرة لكل مجال ، والدرجة التي يمكن أن تحصل عليها المستجيبات على المقياس تتراوح ما بين (٩٠-

٣٠) درجة ، وبمتوسط فرضي (٦٠) درجة ، لذا أن الوسط الفرضي هو درجة الحكم على عينة البحث إذا كان لديهم انهزام الذات .

- **المؤشرات الإحصائية لمقياس الانهزام الذاتي :** أن أدبيات القياس النفسي والتربوي تشير إلى أن أغلب المقاييس النفسية والتربوية تتوزع توزيعاً إعتدالياً بين أفراد المجتمع الذي طبقت الدراسة عليه ، لذا فأن استخراج المؤشرات الإحصائية للمقياس يبين مدى قرب توزيع أفراد العينة من التوزيع الطبيعي لذا يكون هذا التوزيع معياراً للحكم على مدى تمثيل العينة للمجتمع الأصلي والدقة في تعميم النتائج . (علوان ، ٢٠١٥،ص: ١٠٨-١٠٩)

جدول (٧)المؤشرات الإحصائية لمقياس الانهزام الذاتي

المؤشرات الإحصائية	درجات العينة
العينة	٤٠٠
الوسط الحسابي	٧١,٤٦
الوسيط	٧٢
الانحراف المعياري	٧,١٣٣
معامل الالتواء	٠,٧٤-
الخطأ المعياري	٠,٣٦
التفلطح	٢,١٠
أعلى قيمة	٩٠
أدنى قيمة	٣٦

الفصل الرابع: عرض نتائج البحث وتفسيرها ومناقشتها

تضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصلت إليها الباحثة في بحثها الحالي وفقاً الأهداف ومناقشتها وتفسير تلك النتائج في ضوء الدراسات السابقة والإطار النظري المعتمد في بناء المقياس (الانهزام الذاتي) في هذا البحث .

- **التعرف على مستوى الانهزام الذاتي لدى طالبات المرحلة المتوسطة :**

أظهرت نتائج البحث الحالي أن المتوسط الحسابي لدرجات عينة البحث على مقياس الانهزام الذاتي قد بلغ (٧١,٤٦) درجة وبانحراف معياري قدره (٧,١٣٣) درجة ، أما المتوسط الفرضي فقد بلغ (٦٠) درجة ، ولمعرفة دلالة الفروق الإحصائية بين المتوسط الحسابي

والمتوسط الفرضي تم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة ، فأظهرت نتائج الاختبار أن القيمة التائية المحسوبة (٢,٦٨٠) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٢١٤) ، هذا يشير إلى أن أفراد العينة لديهم مستوى عالي من الانهزام الذاتي كما مبين بالجدول (٨) :

جدول (٨)

نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة للتعرف على الانهزام الذاتي

المتغير	حجم العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
الانهزام الذاتي	٤٠٠	٧١,٤٦	٧,١٣٣	٦٠	٢,٦٨٠	١,٩٦	٠,٠٥

*القيمة التائية الجدولية تساوي (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٢١٤).

ومن خلال الجدول يمكن تفسير ارتفاع درجة أفراد العينة على مقياس الانهزام الذاتي ، وهذا يتفق مع نتائج بعض الدراسات السابقة منها دراسة (Hunt, 2005) ودراسة (Wei and yao Ku, 2007) فقد أظهرت نتائج الاختبار التائي لعينات بحثهم مستوى عالي من الانهزام الذاتي .

- **تفسير النتائج :**

أجريت هذه الدراسة بهدف التعرف على مستوى الانهزام الذاتي لدى الطالبات في المرحلة المتوسطة على وفق نظرية (Johnson, 2008) ، فأظهرت نتائج المقياس الذي طبق على عينة البحث المتكونه من (٤٠٠) طالبة من المرحلة المتوسطة في قضاء الخالص التابع للمديرية العامة لتربية محافظة ديالى ارتفاع كبير بنسبة الانهزام لدى الطالبات كما موضح في جدول (٨) أنفاً ، وتفسر الباحثة أهم الأسباب التي تؤدي إلى الانهزام لدى الطالبات بأنها نتيجة التصورات والمعتقدات الذاتية الخاطئة لأنفسهن وسوء تقدير الذات لديهن مع ضعف الثقة بالنفس وقلة التفاعل الاجتماعي والعجز المكتسب ،كذلك الضغوط النفسية التي تعيشها في البيئة الأسرية أو سوء المعاملة الوالدية كلها أسباب وعوامل تؤدي إلى سوء فهم الذات وتقديرها وضعف بناء الشخصية ،كذلك النظرة السلبية المتشائمة لـ(الذات،العالم،المستقبل)،

مما تراودهم أفكار انتحارية ، فتعد نظرية (Johnson,2008) كنظرية معرفية سلوكية من النظريات الحديثة في ميدان تفسير السلوك الإنساني فترى هذه النظرية بأن الأحداث المثيرة وخيبة الأمل والانتكاسات هي نتيجة معالجة المعلومات المخزونة في الذاكرة بطريقة سلبية مما يصدر عنها تقييمات سلبية لهذه الأحداث والمواقف الحالية للماضي والمستقبل فينتج تقدير(سلبي للذات وتشيؤ الذات).

التوصيات The Recommendations :-

- الاستفادة من مقياس الانهزام الذاتي الذي تم بناؤه في هذه الدراسة واستخدامه كأداة للتشخيص والكشف عن سلوكيات الانهزام الذاتي .
- الاعتناء من قبل إدارات المدارس والمرشدين التربويين بمشكلات الطالبات ، والقيام بعقد جلسات أو ندوات مستمرة للإرشاد الجماعي خصوصاً التي تتعلق بالمشكلات النفسية والاجتماعية .
- الاهتمام المستمر بشريحة الطالبات من قبل الأهل والمدرسة والمجتمع لأنهم جيل المستقبل وبناء الدولة والمجتمع .

المقترحات:

- إجراء دراسة مقارنة بين الذكور والإناث في المرحلة الثانوية أو الجامعية للتعرف على مستوى الانهزام الذاتي وعلاقته بمتغير الجنس .

Abstract

Self-defeating middle school students

Keywords: self-defeat, middle school

Research extracted from a master's thesis

Mayassa Ismail Sultan

Prof. Dr. Saleh Mahdi Saleh

Diyala University Presidency

The Current study aims at building a Suggested Counseling Program based on the Organizational Approach to Reduce Self_ defeat among Intermediate Stage Female Students . In order to achieve the goal of the study, the researcher built a self_ defeating Scale as a tool for measuring and diagnosing self_ defeat of the intermediate stage students, which was built according to (Johnson, 2008) .

The Current study was limited to the female Students of the intermediate stage \ morning Study for public schools in the district of AL-Khalis of the Directorate General of Diyala Governorate Education, for the academic year 2019-2020. The research sample consisted of (400) Students who were randomly Selected from the total research Community (4517). Concerning the theoretical framework, the researcher reviewed a number of theories that dealt with the concept of variable research (Self_ defeat). The psychometric properties of the scale were extracted after it was presented to a number of referees in educational psychology and measurement evaluation, who Confirmed the validity of applying the Scale.

The face and constructive Validity of the measure was achieved. As for the reliability, it was extracted in two ways, namely , re-testing , it reached (0.82) degrees on the scale of self- defeat . As for the Alpha Cronbach method, the reliability coefficient was (0.85) on a scale of self- defeat . The measure, in its final form, consisting of (30) items, was applied to the research sample consisting of (400) intermediate school students .In analyzing the research data, the researcher used the Statistical Analysis Program (SPSS) for the Humanities and Social Sciences . The following statistical methods were also used : (T- test for two independent samples , Cronbach alpha equation , Pearson correlation coefficient, Chi-square test), and then the researcher came up with a number of recommendations and suggestions .

المصادر: <u>العربية</u>

- أبو حلاوة ، محمد السعيد عبد الجواد (٢٠١٣) ، الهزيمة النفسية ماهيتها، مؤشراتها، محدداتها، تداعياتها، الوقاية منها(دراسة في بناء المفهوم) ، إصدارات شبكة العلوم النفسية العربية ، سلسلة الكتاب الأكتروني ، العدد (٢٨) .
- الجابري ، كاظم كريم، صبري، داود عبد السلام (٢٠١٣) : مناهج البحث العلمي ، جامعة بغداد – كلية التربية ابن الرشد .

- حرجان ، ضياء فيصل (٢٠١٥) ، تأثير أسلوبي التصور المرئي وإعادة الصياغة الإرشاديين في خفض أحلام اليقضة ، (أطروحة دكتوراه غير منشورة) ، كلية التربية الأساسية ، ديالى – العراق .
- –دحلان ، تحرير سعيد (٢٠١٥) : انهزامية الذات والاغتراب النفسي وعلاقتهما بالاتجاه نحو الهجرة لدى مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي في جامعة الأقصى ، رسالة ماجستير ، جامعة الأقصى، كلية التربية ، غزة – فلسطين .
- الدليمي، إحسان عليوي، المهدواي، عدنان محمود عباس(٢٠١٦) : الاختبارات والمقاييس في التربية وعلم النفس ، ط١، دار الحداثة للطباعة والنشر ، بغداد – العراق.
- دياب ، مروان (٢٠٠٦) : دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين الأحداث الضاغطة والصحة النفسية للمراهقين الفلسطينين ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة الإسلامية ، غزة .
- زيدان ، حسين حسين (٢٠١٥) : تأثير أسلوبين في الإرشاد المعرفي في تنمية الشخصية الناضجة لدى طلاب المرحلة المتوسطة ، (أطروحة دكتوراه) ، كلية التربية الأساسية ، جامعة ديالى – العراق .
- الزهيري ، حيدر عبد الكريم (٢٠١٧) : مناهج البحث التربوي ، ط١ ، مركز ديبونو لتعليم التفكير ، عمان .
- الشواشري ، عمر (٢٠١٢) ، العلاقة ما بين سلوكيات هزيمة الذات واحترام الذات بين طلبة الكلية الأردنية ، المجلة الدولية للعلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة اليرموك ، كلية التربية ، إربد – الأردن .
- عبابنة ، عماد غصاب (٢٠٠٩) : الاختبارات محكية المرجع (فلسفتها وأسس تطورها) ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان.
- عبد الله ، محمد قاسم (٢٠١٢) : نظريات الإرشاد والعلاج النفسي ، ط١ ، دار الفكر ناشرون وموزعون ، عمان – الأردن .

- العزواي ، رحيم يونس كرو (٢٠٠٨) : سلسلة المنهل في العلوم التربوية ، مقدمة في منهج البحث العلمي ، دار دجلة ناشرون وموزعون ، الأردن – عمان ، شارع الملك الحسين .
- علام ، صلاح الدين محمود (٢٠١٥) : القياس النفسي ، الطبعة الأولى ، دار الفكر ، الأردن .
- علوان ، نصر عبد الحسين (٢٠١٥) : تأثير أسلوبين إرشاديين دحض الأفكار وإعادة الصياغة في خفض الثقة المفرطة بالنفس لدى الطالبات المتفوقات دراسياً ، (أطروحة دكتوراه غير منشورة) ، كلية التربية الأساسية ، جامعة ديالى ، العراق .
- الكبيسي ، وهيب محمد (٢٠١٠) : القياس النفسي بين النظرية والتطبيق ، ط١، مؤسسة مصر مرتضى للكتاب العراقي للنشر ، بغداد – العراق .
- الكفافي ، علاء الدين (٢٠٠٨) : الإرتقاء النفسي للمراهق : دار المعرفة الجامعية ، ٢٠٠٨، ٣٧٤، مصر .
- مجيد ، سوسن شاكر (٢٠١٥) : الاختبارات النفسية (نماذج) ، ط٢ ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، عمان .
- محاسنة ، إبراهيم محمد (٢٠١٣) : القياس النفسي في ظل النظريات التقليدية والنظريات الحديثة ، ط١، دار الجرير للنشر والطباعة والتوزيع ، عمان – الأردن .
- محمود، غازي صالح ، مطر ، شيماء عبد (٢٠١١) : مفهوم الذات ، الطبعة الأولى ، مكتبة المجتمع العربي للنشر والتوزيع ، كلية التربية الرياضية – الجامعة المستنصرية .
- نعيسة ، رغداء (٢٠١٢) : الاغتراب النفسي وعلاقته بالأمن النفسي " دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق القاطنين بالمدينة الجامعية " ، مجلة جامعة دمشق ، (٢٨) ٣، ص: ١١٣– ١٥٨.
- النعيمي ، مهند محمد عبد الستار (٢٠١٤) : القياس النفسي في التربية وعلم النفس ، المطبعة المركزية ، جامعة ديالى ، العراق .
- وزارة التربية : نظام المدارس المتوسطة لسنة ٢٠١١ ، العراق .

- يحيى ، خولة أحمد (٢٠٠٠) : الاضطرابات السلوكية والانفعالية ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع ، ط١ ، عمان .

الأجنبية:

- Adams, G- S (1964): Measurent & Evaluation Education, Psychology Gudance, New York : Holt
- Allen , M.& Yen. W.M(1979) : in troduction to measure ment tneorg, brookcolen , California .
- .Baumeister, (1988): Masochism as escape from self- Journal of Sex Research, 25, 28-59.
- _____, (1997):Esteem threat, Self- regulatory break down , and emotionl distress as Factors in Self- de Feating behavior .Reviw of General psychology.
- _____, Campbell, J. D., Krueger, J. I. & Vohs, K. D. (2003). Does high self- esteem cause better performance, interpersonal success, happiness, or healthier lifestyles. Psychological Science in the Public Interest.
- Brownson , chris &Bryan Hartzler (2000): Defeat your Self- defeating Behavior :Understanding and over coming Harmful patterns .The University of Texas .
- Hunt, Sara M., (2005). A ssociations between Parent- daughter Relationships, Indivdal A dolescent Psychological Self- defeating Behavioes.
- Johnson, J., Gooding, P. & Tarrier, N. (2008a) . An investigation of aspects of the Cry of Pain model of suicide risk : The role of defeat in impairing memory. Behavioural Research and Therapy, 46, 968- 975. doi : 10.1016\j. brat. 2008.04.007
- Marx, M. & Hilliz, A. (1963). Systems and theories in psychology, New York ; McGraw- Hill
- Menninger, K. (1966). Man against himself. New York; Harcourt, Brace, & World. (Original work published 1938).
- Rotter,J,B G.(1975): Some problems and misconceptions related to the construct of internal versus external control of reinforcement. Journal of Consulting and Clinical Psychology, 48, 56- 67

الملاحق:

ملحق (١) مقياس الانهزام الذاتي في صيغته النهائية

جامعة ديالى

كلية التربية للعلوم الإنسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات العليا/ الماجستير

التخصص/ الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي عزيزتي الطالبة .....

تحيــة طيبة ....

لغرض قيام البحث العلمي تضع الباحثة بين يديك مجموعة من الفقرات يرجى الإجابة عليها بصدق وموضوعية علما إنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة وأن أفضل إجابة هو ما يعبر عن رأيك الحقيقي ، وتكون الإجابة بوضع علامة (√) تحت البديل الذي تراه مناسبا ولا تترك أي فقرة دون إجابة ... ولا حاجة لذكر الاسم . **مع أمنياتي بالنجاح والتفوق**

ت	الفقـــرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي أحيانا	لاتنطبق أبداً
١	أجد إن تقديري لذاتي يعتمد على آراء الآخرين			
٢	يراودني الشعور بأن الأشياء المادية أهم مني			
٣	أشعر بضعف قدرتي على تطوير ذاتي			
٤	أشعر بضعف إنسانيتي			
٥	يصعب علي تحقيق أهدافي			
٦	قد أهتم بملابسي أكثر من اهتمامي بصحتي			
٧	أدرك إني مقتنع بقيمة آرائي عند الآخرين			
٨	أتألم عند محاسبة المديرة عن كسر أحد أدوات المختبر			
٩	قد يقيمنّي زميلاتي بأني إنسانة مترددة			
١٠	أشعر بجمود مشاعري وعواطفي			
١١	أشعر بضعف مكانتي بين الآخرين			
١٢	قد تهتم والدتي بالأشياء المنزلية أكثر من اهتمامها لي			
١٣	أرى أن مظهري غير جميل			
١٤	ألاحظ أن الاهتمام بمستلزمات المدرسة يفوق الاهتمام بالطالبات			

١٥	أجد صعوبة في اتخاذ قراراتي بنفسي			
١٦	حياتي عبارة عن صور جامدة غير ذات معنى			
١٧	يمكنني الاستسلام بسهولة أمام الآخرين			
١٨	قد أشعر وكأني شيء مادي في المنزل			
١٩	قد أفقد قيمتي عند الآخرين			
٢٠	قادرة على إتقان أي عمل أقوم به			
٢١	أرى أن ثقتي بنفسي قد ضعفت			
٢٢	أشعر أني فقدت وجودي في هذا العالم			
٢٣	ألاحظ أن الآخرين يسخرون مني			
٢٤	بعض الأمكنة التي أجلس فيها كأني لم أراها من قبل			
٢٥	أجد صعوبة في التحدث أمام مجموعة من الناس			
٢٦	عندما أفكر في نفسي أجد أن لا ماضي ولا مستقبل لي			
٢٧	أعتقد إني قادرة على التخطيط لمستقبلي			
٢٨	أنا أشعر أن ذاتي تعيش خارج جسمي			
٢٩	لدي صعوبة في تنظيم وقتي وإنجاز واجباتي المدرسية			
٣٠	لدي القدرة أن أواجه الصعوبات كي أحقق طموحاتي			