قياس الإيحاء الذاتي لدى طلبة جامعة الموصل(*)

سارة سمير عبد الله أ.م.د. أنور قاسم يحيى

جامعة الموصل / كلية التربية الأساسية / قسم رياض الاطفال

(قدم للنشر في ٢٠١٨/١١/٢٧ ، قبل للنشر في ٢٠١٩/١/٧)

ملخص البحث:

استهدف البحث الحالي التعرف مستوى الإيحاء الذاتي لدى عينة من طلبة جامعة الموصل والبالغ عددهم (٨٠٠) طالباً وطالبة موزعين على التخصصات العلمية والإنسانية على مستوى المرحلة (الأول- الرابع) فضلاً عن مستوى الجنس (ذكور- إناث) .

وقد قام الباحثان ببناء المقياس الخاص بمتغير الإيحاء الذاتي. واستخدم الباحثان إجراءات الصدق والثبات ومعامل التمييز لتحديد الخصائص السايكومترية للمقياس كما تم استخدام الوسائل الإحصائية المناسبة لتحقيق أهداف البحث ، أما فيما يتعلق بالنتائج فقد أشارت الى ان:

طلبة الجامعة لديهم مستوى متقدم من الإيحاء الذاتي.

اما فيما يتعلق بدلالة الفروق المعنوية في مستوى الإيحاء الذاتي بحسب متغيرات الجنس والتخصص والصف الدراسي أشارت النتائج إلى انه يوجد فروق في مستوى الايحاء الذاتي في كل من المتغيرات الثلاثة على مستوى الجنس لصالح الذكور والتخصص لصالح التخصص الانساني والصف لصالح الاول. وفي ضوء نتائج البحث تم تقديم مجموعة من التوصيات والمقترحات.

Measurement of Autosuggestion of Mosul university students

Abstract:

The present research aims to define of self-suggestion on a sample of Mosul university students contested of (800) students (male and female) distributed to the scientific and humanitarian specialties on level of (first-fourth), in addition to sex level (male- female).

The researcher built a especial standard for self-suggestive change. The researcher used measures of veracity and fixity, and the distinguishing coefficient for specifying the psychometric characteristics, also used the suitable statistical means for realizing the aims of research, this shows that the university students have a progressive level of self-suggestion. In the area of the incorporeal differences sense in the level of the self-suggestion according to the sex, specialty, and the class changes, the results pointed out that there are differences in level of self-suggestion in all variable on the level of sex for males, and the specialty for the humanitarian specialty, and the class for the first. The researcher presents some recommendations and suggestion.

(*) بحث مستل من رسالة الماجستير للباحث الاول

أهمية البحث والحاجة إليه:

تعد مرحلة الجامعة من أهم المراحل التي يمر بها الفرد ، بل ومن أصعبها إذ تحدد فيها مستويات طموح الفرد وملامح شخصيته ، فهي مرحلة انتقالية هامة وتعتبر مرحلة المواجهة الحقيقية للفرد من خلال التعبير عن آرائه وأفكاره حيث تمثل هذه المرحلة الانطلاقة الحقيقية نحو سعي الطالب لخيارات الحياة المختلفة على مستوى (اختيار الوظيفة ، تكوين أسرة) وعلى هذا الأساس فإن ما يواجهه الطالب في هذه المرحلة يمثل تحدي للتعبير عن (أفكاره- رغباته- ميوله) خصوصاً أن مرحلة الجامعة تشكل منبراً حقيقياً متميزاً تتوضح من خلاله أفكار ومشاعر ورغبات الطلبة.

ومما لاشك فيه أن الأمم وإن أعطت لهذه المرحلة جانباً كبيراً من الاهتمام بالدراسة الأكاديمية فيها فإن اهتمامها يتجه أيضاً نحو خلق شخصية خالية من الاضطرابات متمتعة بالصحة النفسية ، إذ تؤدي ضغوطات الحياة المتزايدة وتطورات العصر المتلاحقة في كل المجالات إلى ظهور الكثير من الصراعات والتحديات الاجتماعية والثقافية التي أسهمت إلى حد كبير في انتشار مجموعة من الاضطرابات النفسية. (العزاوي ، ٢٠٠٦: ٣) .

فالشباب من أهم شرائح المجتمع لكونهم قادة المستقبل وعليهم تبني الأمة آمالها ومستقبلها وهم ورثة الغد ورجاله وإليهم تؤول حمل أمانة العمل الوطني وعلى قدر ما ينجح في إعداد هذه الشريحة على قدر ما ينجح في غده ويرى المجتمع نفسه دائماً في مرآة الشباب. (الكعبي ، ٢٠١٠: ٩) .

ومن هنا نرى بأن هذا الاهتمام يتجسد في احد جوانبه في العناية ببناء شخصية سوية خالية من صور الاضطرابات والقلق والضغوط النفسية التي تواجه هذه الفئة المهمة قادرة في الوقت نفسه على مواجهة المواقف الاجتماعية المختلفة بشكل فاعل وحيوي.

حيث أن تكرار هذه الصور من المظاهر السلبية تؤدي إلى انعكاسات سلبية عن ذاته وتصوراته لقدراته فيكون فريسةً لإيحاءاته السلبية التي تجعل منه متشنجاً ومنسحباً قلقاً لا يقوى على مواجهة الآخرين.

ومن هنا فإن للإيحاء دور في تحديد مسار توجهاتنا نحو الغايات والأهداف التي نسعى لها حيث تمثل عملية الايحاء ومن

خلال العمليات المعرفية والمشاعر الوجدانية الاساس الذي يرتكز إليه في صياغة صور السلوك المتنوعة تجاه المواقف.

ولذلك فإن عملية الايحاء هي عملية قائمة على استراتيجيات ممنهجة تنطلق من طبيعة وتصورات الفرد للواقع الذي يعيشه ، حيث نلجأ ومن خلال إيحاءاتها الذاتية إلى تغيير مسار سلوكنا كلما لاح في الأفق ما يعزز هذا التوجه من عدمه.

وعليه فإن الايحاء الذاتي هو القوة المسيطرة على السلوك والأفكار والمشاعر مهما كانت سلبية أم ايجابية والذي يتمكن الفرد من خلاله وصل الشعور باللاشعور والتي تتحدد من خلال هذه العمليات أفكارنا ومشاعرنا السلبية والايجابية (Hill , 1937: 58).

ويرتبط الايحاء الذاتي بالعلاج النفسي على اعتبار أن الايحاء هو احد طرائق العلاج النفسي حيث تشير دراسة هيلجارد (Hilgard , 1965) إلى إمكانية تعديل سلوك الأفراد من خلال الايحاء الذاتي لهم كأحد أساليب العلاج النفسي.

حيث تشير نتائج دراسة هيلجارد (Hilgard , 1965) إلى أن الشخص عندما يكون مسترخياً وفي حالة نعاس يكون قابلاً للإيحاء ، وأن زيادة القابلية للإيحاء يمكن أن تتضح أيضاً بإحداث خبرات متعددة مثل: نقص الحساسية للمنبهات المؤلمة ، والتخيل العقلي المفعم بالحيوية ، الهلاوس ، وفشل الذاكرة ، وتصرف الشخص كما كان يتصرف وهو صغير (تصرفات طفولية).

وعلى الرغم من أن زيادة القابلية للإيحاء تعتبر خاصية مميزة للتنويم الصناعي ، فإنها غير مقتصرة على هذه الطريقة ، فبعض الأشخاص القابلين للإيحاء يمكن أن يحدثوا الظواهر السابقة استجابة للإيحاءات المباشرة عندما يكونوا في حالة وعي كامل كوسيلة لعلاج الألم. (رياض ، ٢٠١٥: ٢٣٥).

ويرى (Bush) أن الايحاء الذاتي الايجابي يجعل المريض يشعر بصحة جيدة ويغير فيه فيجعله شخصاً شغوفاً ومتفائلاً ، مليء بالأمل والإيمان كما يعمل الايحاء الذاتي على تعزيز حالة الشخص بالحياة إلى شخص مفعم فيحصل على أكثر مما يحلم به ، وللإيحاء الذاتي جانب آخر وهو الجانب السلبي ، ففي الوقت الذي

يعمل الايحاء الذاتي الايجابي على الكثير من الأشياء الجيدة ، يمكن أن يركز الشخص في جوانبه السلبية ويحدث نفسه بإصرار في أمور غير جيدة إلى الحد الذي يمكن أن تؤدي هذه الإيحاءات إلى تدمير الشخص. (Bush, 1924: 104) .

وتشير الدراسات إلى ارتباط الايحاء الذاتي بالحالة العصابية والذهانية ، حيث أكدت دراسة أحمد (١٩٩٦) إلى وجود ارتباط موجب بين الايحاء الذاتي والعصابية والذهانية لدى طالبات الجامعة.

كما تشير الدراسات إلى أن هناك ارتباط ايجابي بين الميل للكذب والإيحاء الذاتي (رياض ، ٢٠١٥: ٢٣٦) .

كما ويعمل الايحاء الذاتي على تحسين القدرات العقلية حيث تشير الدراسات ومنها دراسة (Lee, 2013) إلى تمكن الأفراد من خلال الايحاء الذاتي على تحسين القدرات العقلية والذكريات لديهم. (Lee , 2013: 79) .

كما أن تأثير الايحاء الذاتي يختلف باختلاف الجنسين وهذا ما أكدت عليه الدراسات ، حيث أشارت دراسة (حنورة وعيسى ، ١٩٩١) إلى أن هناك اختلاف في القابلية للإيحاء الذاتي بين الجنسين ولصالح الإناث. (حنورة ، ١٩٩١) .

ومن هنا تاتي اهمية البحث الحالي في كونه يحاول كشف اللثام عن تفاصيل هذا المفهوم لدى عينة من طلبة الجامعة ودلالته في شخصياتهم وانعكاس ذلك في توجهاتهم السلبية أو الايجابية نحو الحياة.

أهداف البحث:

يستهدف البحث الحالي التعرف على:

١- مستوى الإيحاء الذاتي لدى طلبة جامعة الموصل.

٢- دلالة الفروق المعنوية في الإيحاء الذاتي لدى طلبة جامعة الموصل تبعاً لمتغيرات (الجنس ، التخصص ، الصف) .

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بعينة من طلبة جامعة الموصل للعام الدراسي ٢٠١٧- ٢٠١٨ من الطلبة الملتحقين بالدراسة الصباحية للصفين (الأول والرابع) ومن الذكور والاناث وللتخصصين العلمي والانساني.

تحديد المصطلحات:

الإيحاء الذاتي:

عرفه كل من:

١- (Hill, 1937) بأنه:

المصطلح الذي ينطبق على كل الإيحاءات والمثيرات التي تدير الذات والتي تصل إلى الدماغ عن طريق الحواس الخمس وهو واسطة الاتصال بين جزئي الدماغ ، حيث تكون حالة الشعور وجزئه الذي يعمل كمركز للفعال اللاشعورية. (Hill, 1937: 58) .

٢- (جابر وكفافي ، ١٩٩٣) بأنه:

ذلك الايحاء الذي ينبعث في المرء صادراً عن نفسه لنفسه. في (رياض ، ٢٠١٥: ٢٢) .

٣- Parkyn, في العقابي (٢٠١٧) بأنه:

الانطباع الذي يكونه الفرد عن ذاته أي هو الانطباع الذي يثار في ذهن الفرد. (Parkyn, 1909: 7) في (العقابي ، ٢٠١٧: ١٢) .

التعريف النظري للإيحاء الذاتي:

عرف الباحثان الإيحاء الذاتي نظرياً بما يلي:

هو شعور الفرد بأن سلوكياته وتصرفاته الظاهرة تقع تحت سيطرته الذاتية من خلال ما توحيه إليه من الأفكار والمشاعر المنبثقة من مركز اللاشعور لديه وهي تمثل صيرورة السلوك الذي يقوم به.

التعريف الإجرائي للإيحاء الذاتي:

حالة من التأمل تتسم باسترخاء الفرد ويقظته الذهنية والاعتقاد بأن الجهد الذي يبذله سوف يؤدي إلى الأهداف المتوقعة وأن الأحكام التي يطلقها تمتاز بالفاعلية التي تعبر عن ذاته الحية مستنداً بذلك على وعيه الذاتي وإدراكه في توجيه العقل والمشاعر بشكل متوازن كما تظهره إجابة الفرد على مقياس الإيحاء الذاتي المعد في هذه الدراسة.

خلفية نظرية ودراسات سابقة:

خلفية نظرية:

نشأة الإيحاء الذاتي وتطوره:

سادت في القرون الوسطى مسألة الأفكار والمعتقدات المسيطرة على العالم والتي باتت تسيطر على أفكار الشخص ومعتقداته الداخلية ، سواء كانت جيدة أو سيئة والتي تؤثر في الاستجابات

الجسدية والنفسية للشخص والتي تفسر على أنها قوى الإيحاء الذاتي.

إذ فسر علماء القرون الوسطى الإيحاء الذاتي بأنه كل أمر يجب أن يطاع من قبل أعضاء الجسم ، ويرى أرسطو بأنه يمكن للإيحاء أن يسبب المرض كما يتمكن من معالجته ، وأكد أرسطو بأن للخيال قدرة السيطرة على كل أعضاء الجسد والتحكم بأدائها إلا أنه لا يستطيع تغيير وظيفة يد أو قدم ، أما فيثاغورس فكان يخبر طلابه بأن الله يستجيب دعوات الناس النابعة من معاناتهم ليريهم ما يمكن أن تفعله القدرة الخارقة الكامنة في تلك الدعوات.

لقد طور (Goue) الإيحاء الذاتي في مطلع القرن العشرين وهو أحد أشكال استخلاص النتائج الكامنة في الأفكار والمشاعر والسلوك تبعاً لإيحاءات من الفرد ذاته وغالباً ما يستخدم هذا الأسلوب في التنويم المغناطيسي ، وقد كانت نشأة الإيحاء الذاتي مع بداية ممارسة كويه للتخصص كصيدلاني حيث كان يحاول أن يمدح خواص الدواء للمرضى وعندها لاحظ بأن تأثير الدواء على الأشخاص الذين مدحه لهم أفضل من تأثيره على الآخرين وبذلك كانت بداية التأثير الوهمي للدواء (Placebo Effect) (Coue, 2016: 7-45).

الإيحاء الذاتي (المفهوم والمعنى):

تعد إستراتيجية الإيحاء الذاتي من الأساليب الحديثة في مجال علوم الطاقة وعلم النفس غير التوجيهي حيث تستخدم في العديد من البرامج الإرشادية والعلاجية لخفض العديد من الاضطرابات كما أشار إليها ارنولد وآخرون (Arnold, et al, 2002) حيث تساهم تلك الاستراتيجيات في خفض مستوى القلق والاكتئاب والعصابية وكذلك خفض قلق الموت لدى عينة من المسنين ، حيث أثبتت ذلك دراسة كلاً من سميث وهاربر (Semeth & Harbar, 2004).

إن الإيحاء الذاتي ليس أمراً غيبياً ولا هو أفكار جديدة بل هو طريقة علمية تستند إلى اكتشافات حديثة في مجال العقل. إذ عجز علم النفس التقليدي عن إظهار تفسيرات مناسبة عن العقل الباطن أو اللاشعور حتى تطور علم النفس وظهرت النظريات الحديثة التي فسرت اللاشعور وعدته مركزاً لتجميع الذكريات في الدماغ ، وإن هذه الذكريات هي المسؤولة عن تكوين الانطباعات

التي تعكس بعض صفات الشخصية ، اما الشعور فهو المسؤول عن توجيه معظم أجزاء الجسم مثل القلب والكلى والرئتين ، وكذلك يكون له دور حيوي في توجه الذهن كما هو الحال في توجيه الأعضاء . (رياض ، ٢٠١٥: ٢٢٢)

مبادئ الإيحاء الذاتي:

يقوم الإيحاء على مجموعة من المبادئ التي تسهم في تقرير حدوثه واستمراره ، وفيما يلي تناول هذه المبادئ.

١- التركيز: هو انتباه الذهن على جزء محدد واستبعاد أي شيء آخر يمكن أن يشتت الانتباه عن هذا الجزء ويجب التمييز بين الانتباه المباشر والانتباه المفتوح ، ففي الانتباه المباشر يكون تركيز الفرد على شيء محدد حصرياً كأن يكون انجاز عمل معين ، أما الانتباه المفتوح فهو التركيز على الأجزاء المختلفة المتعلقة بالأمر الرئيسي وليس المقصود هنا تشتت الانتباه من أمر إلى آخر بل أن يغذي أحدهما الآخر .

٢- الدافعية: يوجد فرق واضح بين الدافعية الواعية والدافعية الكاملة ، فالدافعية الكاملة تحتاج إلى جزء اللاوعي بالإضافة إلى اشتمالها على جزء من جانب الوعي من الشخصية كجزء من الدافعية الواعية كما هو الحال في ترك التدخين اذ يحتاج المدخن إلى أن يكون واعياً للدوافع التي تقوده إلى ترك التدخين ، وبذلك فإن الدافعية الكاملة ضرورية لأي تغيير مطلوب في الشخصية. حيث يجب على الفرد أن يمتلك الدافعية قبل الوصول إلى التغيير في الشخصية.

٣- الاسترخاء: يعد الاسترخاء المدرب للقوة الداخلية ، لأنه يساعد على الوصول إلى التركيز المناسب بشكل أسرع لتوجيه الذهن وإيقاد الدوافع الايجابية ليلعب الايحاء الذاتي دوره. وبذلك يقود الاسترخاء إلى التقرب من القوة الداخلية ، ومن أهم تمارين الاسترخاء أخذ نفس عميق ، وإن تكرار مثل هذا التمرين بشكل صحيح يقود إلى الاسترخاء أكثر فأكثر مما يحفز الإيحاءات الذاتية. (Mommaerts, 1999: 23-24) .

أنماط الإيحاء:

تحدد أنماط الإيحاء في ثلاث مجالات هي:

١- الايحاء المعنوي: في هذا المجال يكون الإنسان ذو قابلية بتصديق الآراء وتقبل الفكرة الموحى بها دون مناقشة ودون دليل عليها ، وتزداد قابلية الإنسان لهذا الإيحاء إذا كان فحوى الرسالة الموصى بها تحقق ميولاً شخصية لدى الإنسان.

٢- الإيحاء الوجداني: يقوم على مشاركة وجدانية من الموصى إليه حيث يسمي البعض هذه الحالة بالعدوى الانفعالية ، فمثلاً عند سماع الأم لطفلها يصرخ ألماً بسبب ضغط الباب على إصبعه قد يصل بها الايحاء الوجداني إلى درجة من الألم يعادل ألم الطفل ، وهذه الحالة من الايحاء الوجداني تتم بصورة تلقائية وعفوية ، لكن هناك حالة أخرى للإيحاء الوجداني تتم على المستوى العقلي ، فمثلاً قد يتم تعاطف إنسان مع آخر حتى لو لم يشعر بنفس المستوى الذي يشعر به ، وهذه تنم عن مشاركة وجدانية مدركة محورها التعاطف والحب ، ولكن نظراً لأنها على المستوى العقلي فلا تصل إلى حد المبالغة أو الاندفاع أو فقد الشعور.

٣- الايحاء الذاتي: يشكل الايحاء الذاتي المادة الخام للمظاهر السلوكية والانفعالية للفرد ، ومركز الطاقة في التوجيه ومن خلاله نستنتج وعي الفرد سواء كان ايجابيا أو سلبياً ، ويعتبر الايحاء الذاتي مادة التشخيص والعلاج السيكولوجي ومن خلاله تتم عمليات التشفير اللفظي والحركي والسمعي والمرئي والانفعالي لرسم الصورة السلوكية المنشودة وترسيخها لدى الفرد عبر تقنية التخيل الذاتية.

(رياض ، ٢٠١٥: ٢٢٨-٢٢٩)

خطوات الايحاء الذاتي:

للتمرن على الايحاء الذاتي يمكن إتباع الخطوات التالية:

١- الاستبصار هو فهم للسلوك وطريقة للحياة غير معلنة وكلما زاد الاستبصار كلما زادت فرصة اتخاذ القرار نحو التغيير . . فالقادة الإداريون يجب أن ينتبهوا إلى أخطائهم

ونقاط ضعفهم قبل أن يحققوا أي شكل من أشكال التقدم.

٢- أما الخطوة التالية فهي القيام باستبصار على شكلين الأول مسبوق بالإرادة والثاني بالرغبة ومقارنة العمليتين.

٣- الخطوة الثالثة تتمثل بالمراقبة الشديدة عن طريق الحواس الخمس وذلك تركيز الانتباه أطول وقت يحقق صورة ذهنية واحدة.

٤- في الخطوة الرابعة والأخيرة تطور قدرة الاسترخاء والقدرة على الإدراك للحد الذي يستدعي ما هو في الشعور إلى اللاشعور الذي يمكن من خلاله التخلص من العادات السيئة والاحتفاظ بالعادات الجيدة وتحسين نوعية الحياة أي يمكن الوصول إلى القدرات الكامنة الشخصية.

(Tomac, 2012: 1)

وجهات نظر في تفسير الايحاء الذاتي:

لم يجد الباحثان من خلال تقصيهما عن موضوع الايحاء الذاتي من النظريات المباشرة التي فسرت مفهوم الايحاء وإنما كانت معظمها قد تناولت موضوع الذات وفقاً لصورة متعددة ما بين الوعي الذاتي والتفرد الذاتي ، وفيما يلي سيتم عرض ما تم التوصل اليه من تلك النظريات:

١- نظرية التحديد الذاتي: (Self- Determination Theory)

بدأت بوادر هذه النظرية في الثمانينات حيث كانت هناك مقارنات بين الدافع الداخلي والدافع الخارجي ومن خلال الفهم المتراكم لهذه المقارنات وللدور الذي يلعبه الدافع الداخلي المتمثل بالإيحاء الذاتي للفرد ، بدأت تتشكل نظرية التحديد الذاتي في التسعينات على يد الباحث ادوارد ديسي وريتشارد راين (Edward Deci, Richard Ryan) ومن ثم بدأت تطبيقات هذه النظرية تظهر جلياً في عام ٢٠٠٠م.

تفترض النظرية أساساً أن السلوك الإنساني يظهر خصائص ايجابية باستمرار والتي تبدو على شكل جهود والتزام في العمل بمناحي الحياة ، وهي ما تسميه النظرية بـ "اتجاهات النمو الفطرية". وإن لدى الأفراد الرغبة الداخلية والحاجة النفسية التي

هي جوهر الدافع الداخلي والارتباط الشخصي. (Ryan, 1995: 397-427).

فقد تناولت هذه النظرية الدوافع والاتجاهات الشخصية في السلوك حيث اهتمت بوصف نمو التوجهات الطبيعية والحاجات النفسية لدى الأفراد وتحديد الأسباب وراء خيارات الناس لأداء النشاط من دون تدخلات خارجية أو مقاطعة لرغبتهم الداخلية وتوجهاتهم الذاتية ، فهي تصف نشاط الأفراد من خلال قياس مدى ارتباط أداء الأفراد للسلوك بالتحفيز الداخلي واختيارهم الذاتي لأدائه.

ويبرز هنا أهم مبادئ هذه النظرية في النظرة المعاكسة لدور الحافز الخارجي (مثل استخدام المال أو الجائزة ، أو التخويف بالعقاب أو في التحفيز السليم والمستمر ، وكذلك في تقديم حياة صحية ونفسية منسجمة مع النفس. حيث يتم وصف أعلى مستوى للدافعية (الدافعية الداخلية) بأنه المبادرة إلى أداء العمل حباً فيه ولكونه شيقاً ومرضي ذاته من خلال التأويل الداخلي لنتائج الأمور والوصول لتحقيق الغاية في القدرة والقابلية على الأداء المتوقع ، وهذا على العكس من (الدافع الخارجي) والذي يعكس مفهوم أداء العمل من أجل نيل مكسب مادي أو خوفاً من نتائج سلبية.

وقد كان من أبرز ما جاء في أبحاث ديسي وريتشارد هو شرح الفروق المتمثلة في الدافع الداخلي والدافع الخارجي ضمن سلسلة تبدأ من أقل مستوى من الدافعية وتسمى (الدافع اللاارتباطي) وتنتهي إلى أعلى مستوى من الدافعية وتسمى الدافع الداخلي. (Deci and Ryan, 2002)

وكان من نتائج تلك البحوث افتراض الحاجات الفطرية أو النفسية الداعمة للدافع الداخلي لدى الفرد التي قدمتها نظرية التحديد الذاتي وهي ثلاث حاجات:

أ- حرية الاختيار: ويقصد بها أن يكون الفرد هو المسؤول عن قراراته أو أداء العمل بما يتوافق مع ذاته ، وهذا لا يعني بالضرورة أن يكون الفرد مستقلاً عن الآخرين كلياً.

ب- الكفاءة: ويقصد بها الاعتقاد بقدرة الفرد على القيام بعمل النشاط المرغوب به على النحو المطلوب وأنه فعال في أداءها.

ج- الشعور بالارتباط ويقصد به الشعور بالتواصل والدعم والارتباط بالأشخاص المحيطين بالفرد .

ووفقاً لرأي الباحثين (Richard, Deci) فإنه كلما زاد دعم الأشخاص المحيطين بالفرد لهذه الثلاث حاجات كلما زاد تبني الفرد للدافع الداخلي وانعكس ذلك على إبداعاته السلوكية وصحته النفسية وقدرته على تصور نتائج الأداء الفاعل الذي ينعكس بدوره على شعوره بالسعادة وحسن الحال.

ويفترض الباحثان أن أهمية توفير ودعم هذه الحاجات الثلاثة للنفس مشابه لحاجة الجسم للطعام والشراب من أجل الحياة السليمة.

لنظرية التحديد الذاتي تطبيقات واسعة الانتشار في سياقات مختلفة ومتنوعة في السلوك الإنساني بوجه عام ، وذلك يشمل الجوانب التربوية ، الرياضية ، الصحية ، الوظيفية ، وتعلم اللغات الأجنبية وغير ذلك.

وبشكل عام فإن النظرية أثبتت جدواها وصحة فرضياتها فيما يتعلق بأهمية الحاجات الثلاثة الأساسية من اجل تحقيق الدافعية الداخلية وبالتالي تحقيق أفضل لانجازات الفرد والمجموعة في السياق المطلوب وتحقيق حياة صحية نفسياً على المدى البعيد .

٢- نظرية داينر (Diener, 1979-1980):

اعتقد داينر أننا في حياتنا اليومية كثيراً ما نكون غير واعين بهويتنا الفردية بوصفنا أشخاص مستقلين حينما نقوم بأداء سلوك سبق أن تعلمناه بإتقان ، وحينما نعبر عن فكرة أمعنا النظر فيها كثيراً أو عند ممارسة سلوك منصوص عليه ثقافياً ، أي السلوك الذي يتلاءم مع معايير المجتمع وثقافته فإننا أحياناً نتصرف بتلقائية دون التدقيق فيما نفعله بشكل مباشر في مثل هذه الحالات بمعنى أننا نكون منقادين نتيجة لإيحاء ذاتي يقود إلى تشكيل ذلك السلوك واصدار تلك الاستجابة، وبهذا فعلينا أن نوجه سلوكنا بحذر ونعمل على التدقيق في التفاصيل الصغيرة فيما نقوم به أو نفعله لأن هذه السلوكيات تكون غير طبيعية أو حقيقية (مكفلين وغروس ، ٢٠٠٢: ٩٩) .

٣- نظرية برنتس- دن وروجرز (Prentice- Dum & Rogers, 1982) في التفرد:

قدم كل من (برنتس – دن وروجرز) أنموذجاً لتفسير حالة اللاتفرد كصورة للايحاء الذاتي ، إذ قدما أنموذجاً للتفرد على النحو الآتي:

فهما يشيران إلى تركيز الانتباه في الأفكار والمشاعر الذاتية التي قد نوليها نحن لأفكارنا ومشاعرنا وعواطفنا ، وقد ينخفض الوعي الذاتي الخاص وتتلاشى الفردية نتيجة لتغلب تأثير الآخرين على الجانب الإيحائي للفرد عند وجود الفرد داخل الجماعة حيث قد ينسى فيها الفرد نفسه ويستخف بالمواقف الانفعالية ، فمثلاً حينما يذهب الفرد لحفلة موسيقية صاخبة فإنه قد لا يعي بنفسه ويأخذه الطرب وتشغله أنغام الموسيقى وهذا يعكس حالة التفرد التي نفرضها ايحاءاته الخاصة للاستجابة لذلك الموقف. (Prentice- Dum & Rogers, 1982: 503-513)

الدراسات السابقة التي تناولت الإيحاء الذاتي:

١- دراسة رياض (٢٠١٥):

هدفت الدراسة التعرف على فاعلية برنامج إرشادي قائم على إستراتيجية الإيحاء الذاتي لخفض الكمالية العصابية وتنمية الكمالية السوية لدى عينة من طلاب الجامعة الموهوبين أكاديمياً ، بلغت عينة الدراسة (٣٠) طالباً وطالبة من الموهوبين أكاديمياً من ذوي الكمالية العصابية ، (١٥) طالباً وطالبة كمجموعة تجريبية و (١٥) آخرين كمجموعة ضابطة ، استخدم الباحث مقياس مستويات الكمالية وقد تم تعيين خصائصه السايكومترية (الصدق والثبات) حيث تم التحقق من صدق المحتوى والصدق العاملي وكذلك حساب الثبات باستخدام معامل الفاكرونباخ والتجزئة النصفية إضافة إلى اختبار المصفوفات المتتابعة لجون رافن ، وكذلك اختبار التفكير الابتكاري المعد من قبل (منسي ، ١٩٩٨) وتمت معالجة البيانات إحصائياً باستخدام اختبار ويلكوكسن واختبار (T) لعينتين مستقلتين حيث توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة بين الجنسين للكمالية العصابية.

(رياض ، ٢٠١٥)

٢- دراسة العقابي (٢٠١٧):

هدفت الدراسة إلى التعرف على الإيحاء الذاتي وعلاقته بالتفكير الاستراتيجي لدى إدارات المدارس وقد بلغت عينة الدراسة (٤٠٠) مدير ومعاون تم اختيارهم بالطريقة الطبقية

العشوائية وبواقع مديريتين من محافظة بغداد هي (مديرية الكرخ الثانية ، مديرية الرصافة الثالثة) . وتحقيقاً لأهداف البحث قامت الباحثة بإعداد أداتين الاولى لقياس اختبار الإيحاء الذاتي والثانية لقياس التفكير الاستراتيجي وتم التأكد من صدقهما وثباتهما ، وبعد معالجة البيانات إحصائياً باستعمال الحقيبة الإحصائية (SPSS) توصلت الباحثة إلى النتائج الآتية:

١- إن عينة البحث لإداريي المدارس لديهم إيحاء ذاتي بدرجة عالية.

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الإيحاء الذاتي تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – إناث) والعمر والمنصب ، أما مدة الخدمة فقد أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية ولصالح (٢١) سنة فأكثر.

٣- إن هناك علاقة ارتباطية ايجابية قوية بين الإيحاء الذاتي ومتغير التفكير الاستراتيجي كمتغير مستقل.

(العقابي ، ٢٠١٧)

إجراءات البحث:

يتناول هذا الفصل الإجراءات التي سيتم إتباعها من قبل الباحثان لتحقيق أهداف بحثهما ، ومن ثم تحديد مجتمع البحث واختيار العينة وخطوات بناء أداة البحث وتطبيقها وتحديد الوسائل الإحصائية المناسبة لمعالجة البيانات وتحليلها ، ويمكن عرضها كما يلي:

أولاً: مجتمع البحث:

يشتمل مجتمع البحث طلبة كليات جامعة الموصل للعام الدراسي (٢٠١٧-٢٠١٨) وقد تم تصنيفهم حسب كلياتهم وتخصصاتهم وجنسهم ، إذ بلغ حجم المجتمع الأصلي له (٣١٠٤٩) طالباً وطالبة بواقع (١٨١٤٦) ذكور و (١١٩٠٣) إناث.

حصل الباحثان على هذه البيانات بموجب كتاب شعبة التخطيط والمتابعة/ جامعة الموصل

ثانياً: اختيار عينات البحث:

اعتمد الأسلوب العشوائي المرحلي في اختيار عينات البحث الأساسية ، إذ أن طبيعة إجراءات بناء المقياس تتطلب تطبيقه عدة مرات. وسيتم توضيح حجم كل عينة وخصائصها عند كل إجراء.

ثالثاً: عينة التحليل الإحصائي:

لغرض الحصول على عينة ممثلة لمجتمع البحث ، فقد تم تصنيف الكليات التابعة إلى جامعة الموصل إلى كليات إنسانية والتي يبلغ عددها (١٠) كلية ، وكليات علمية يبلغ عددها (١٣) كلية ، وتم سحب العينة بطريقة عشوائية طبقية حيث تم سحب (٣) من الكليات الإنسانية وكان الاختيار قد وقع على (الآداب والحقوق والتربية للعلوم الإنسانية) وقد طبق الإجراء نفسه على الكليات العلمية ، فقد وقع الاختيار على (طب وهندسة وعلوم) وقد بلغت عينة البحث (٣٠٠) طالب وطالبة موزعين بحسب الاختصاص الإنساني المتمثل بـ (١٤٥) ، وبواقع (٧٦) طالب و (٦٩) طالبة ، أما الاختصاص العلمي المتمثل بـ (١٥٥) بواقع (٧٨) طالب و (٧٧) طالبة ، أما على صعيد الصفوف الدراسية فبلغ اعداد الطلبة لكل صف وعلى التوالي كما يأتي: الاول (٧٩) الثاني (٦٦) الثالث (٦٥) الرابع (٧٠) الخامس (١٤) السادس (٦) .

إجراءات بناء المقياس:

١- تحديد مفهوم الايحاء الذاتي ومكوناته:

في ضوء التعريف النظري لمفهوم الايحاء الذاتي والاطلاع على الأدبيات والدراسات ذات العلاقة ، حدد الباحثان (٥) مكونات سلوكية مقترحة للمقياس بصورته الأولية ولغرض التأكد من صلاحية هذه المكونات عرضت مع تعريفاتها على مجموعة من الخبراء (ملحق ١) وطلب منهم بيان رأيهم في مدى صلاحية هذه المكونات ، وفي ضوء آرائهم ومقترحاتهم أجريت بعض التعديلات على المكونات تضمنت إعادة صياغة بعض فقراتها (ملحق ٢) .

٢- تحديد الأهمية النسبية:

تعد عملية تحديد أوزان المكونات من الإجراءات المهمة في بناء المقاييس ، اذ يتوقف عليها تحديد عدد فقرات كل مكون من مكونات المقياس (الغريب ، ١٩٨٥: ٥٩٨) .

ولتحقيق هذا الغرض طلب من الخبراء الذين عرضت مكونات المقياس عليهم إعطاء وزن كل مكون من مكونات المقياس تتراوح بين (١-٥) درجة ليمثل الأهمية بالنسبة له موازنة ببقية المكونات ، وبعد ذلك تم جمع القيم التقديرية التي أعطاها الخبراء لكل مكون وقسمت على المجموع الكلي للخبراء ، وبذلك أمكن استخراج الأهمية النسبية لكل مكون ، بضرب الأهمية النسبية

للمكون في عدد الفقرات الكلي المقترح وقسمة الناتج على (١٠٠) (١٩٨٩: ٥١)

حصلت الباحثة على عدد الفقرات لكل مجال (سمارة وآخرون ،

جدول (١) المكونات السلوكية للإيحاء الذاتي وأهميتها النسبية وعدد الفقرات التي تمثلها في المقياس

ت	المكونات السلوكية	الأهمية النسبية	عدد الفقرات
١	الاسترخاء	١٨.٣٦	٩
٢	اليقظة الذهنية	٢٠.٤٠	١٠
٣	التوقع	٢٠.٤٠	١٠
٤	فاعلية الذات	٢٠.٤٠	١٠
٥	الوعي بالذات	٢٠.٤٠	١٠
المجموع		١٠٠	٤٩

٣- إجراء الصيغة الأولية للمقياس:

اتبع الباحثان مجموعة من الخطوات في جمع فقرات المقياس وصياغتها على النحو الآتي:

١- في ضوء التعريف النظري لمفهوم الايحاء الذاتي ومن خلال الاطلاع على الأدبيات السابقة والدراسات ذات العلاقة بالبحث الحالي ، قام الباحثان بصياغة عدد من الفقرات ، فضلاً عن استفادتهما من البحوث والدراسات السابقة في هذا المجال.

٢- أعد الباحثان عدداً من الفقرات لكل مكون سلوكي لمفهوم الايحاء الذاتي على وفق الأهمية النسبية له ، وبذلك أصبح عدد فقرات المقياس بصورته الأولية (٤٩) فقرة.

٣- روعي في صياغة الفقرات ما يأتي:

أ- أن تكون واضحة للمستجيب ولا تحتمل أكثر من تفسير واحد.

ب- أن تكون الفقرات بصيغة المتكلم.

ج-أن تعبر الفقرة عن الجانب الشعوري للمتكلم.

د-سلامة الفقرات من الأخطاء اللغوية والتعبيرية والطباعية.

٤- استخدم الباحثان طريقة قوائم التقرير الذاتي في الإجابة عن الفقرات ، حيث تصاغ عبارات لفظية تعكس السلوك النمطي لشخصية المستجيب الذي يطلب منه بيان ما إذا كان كل منها تنطبق عليه او لا تنطبق.

(أبو حطب وآخرون ، ١٩٨٧: ٤٢٨-٤٣٠)

وقد اعتمد الباحثان أسلوب ليكرت ذي البدائل الخمسة وهي (تنطبق عليّ بدرجة كبيرة جداً – تنطبق عليّ بدرجة كبيرة – تنطبق عليّ بدرجة متوسطة – تنطبق عليّ بدرجة قليلة – لا تنطبق عليّ) .

ويعد هذا التدرج الخماسي لبدائل الإجابة من أفضل بدائل الإجابة لمقاييس الشخصية وهذا ما أشارت إليه دراسة (الدليمي ، ١٩٩٧: ٢٠٨) .

٤- أسلوب تصحيح الاستجابة لأداة البحث الحالي:

تبنى الباحثان أسلوب ليكرت ذي التدرج الخماسي حيث ان درجة كل فقرة تكون (٥) إذا كانت تنطبق على المستجيب بدرجة كبيرة جداً ، و (٤) إذا كانت تنطبق على المستجيب بدرجة كبيرة ، و (٣) إذا كانت تنطبق عليه بدرجة متوسطة ، و (٢) إذا كانت تنطبق عليه بدرجة قليلة ، و (١) إذا كانت لا تنطبق عليه.

ومن هنا فإن فقرات المقياس صيغت من نمط الفقرات السلبية والاجابية حيث روعي في ذلك قلب قيمة الدرجة لكل بديل من البدائل الخمسة.

٥- التحليل المنطقي للفقرات:

الصدق الظاهري:

تشير هذه العملية إلى تعرف تمثيل المقياس للسمة المراد قياسها (الزوبعي وآخرون ، ١٩٨١ : ٣٤) إذ يفحص المقياس بهدف الكشف عن مدى تمثيل فقراته جوانب السمة التي يفترض أن يقيسها (عبد الرحمن ، ١٩٨٨: ١٨٥) .

ويشير (الكبيسي ، ٢٠٠١) في هذا الجانب إلى انه بالرغم من أن التحليل المنطقي للفقرات قد لا يكون دقيقاً في بعض الأحيان لاعتماده الآراء الذاتية للخبراء إلا انه يعد عملية ضرورية في بدايات إعداد فقرات المقياس لأنه يكشف عن مدى ارتباط الفقرة على ما تبدو ظاهرياً بالسمة التي أعدت لقياسها (الكبيسي ، ٢٠٠١: ١٧٠) .

ولتحقيق هذا الغرض عرضت فقرات المقياس في صورته الأولية والبالغة (٤٩) فقرة ، (ملحق١) على مجموعة من الخبراء (ملحق ٢) لبيان مدى صلاحية كل فقرة من فقراته في قياس الايحاء الذاتي التي وضعت لقياسه ، وبيان ما إذا كانت تحتاج إلى تعديل وما هو التعديل الملائم ، وقد تم قبول جميع الفقرات بعد اجراء بعض من التعديلات على بعض منها .

٦- التجربة الاستطلاعية للمقياس:

إن الهدف من التجربة الاستطلاعية هو التعرف على وضوح تعليمات المقياس للطلبة وفهمهم لعباراته ، فضلاً عن تقدير الوقت المستغرق في الإجابة عن فقراته ، ولتحقيق ذلك طبق المقياس على عينة مكونة من (٤٠) طالباً وطالبة اختيروا عشوائياً من كلية التربية الأساسية ومن المراحل الأربع ومن كل التخصصين العلمي والإنساني ، وقد تبين للباحثان من هذا الاجراء وضوع التعليمات وأن الفقرات واضحة ومفهومة للمستجيبين وأن الوقت المستغرق للاجابة عن المقياس كان ما بين (٢٠-٣٠) دقيقة وبمتوسط قدره (٢٥) دقيقة.

٧- استخراج الخصائص السيكومترية للمقياس:

تعد هذه العملية من الخطوات الأساسية في بناء أي مقياس ، وذلك للكشف عن الخصائص السايكومترية للفقرات التي تساعد معد المقياس في اختيار الفقرات ذات الخصائص الجيدة ، وهذا بدوره يؤدي إلى صدق المقياس وثباته (Anastasi , 1976: 192) .

وقد عملت الباحثة إلى حساب أهم الخصائص السايكومترية لفقرات مقياس البحث الحالي وعلى النحو الآتي:

أولاً: القوة التمييزية للفقرات:

ويعد هذا الإجراء من الخطوات الأساسية في بناء أي مقياس وذلك لتحديد قوة الفقرة في الكشف عن السمة عند المفحوصين ، وكذلك للكشف عن صدقها في التعبير عن السمة المقاسة ، عليه قام الباحثان بالخطوات الآتية:

أ- تحديد حجم العينة:

يشير نانلي (Nunlly, 1981) إلى أن نسبة عدد أفراد العينة إلى عدد الفقرات يجب أن لا يقل عن نسبة (1:5) لعلاقة ذلك بتقليل فرص الصدفة في عملية التحليل (Nunlly , 1981: 262). وقد اعتمد الباحثان هذا الأسلوب في تحديد حجم العينة.

هذا وقد قام الباحثان باختيار ست كليات من جامعة الموصل وبواقع ثلاث كليات إنسانية وهي: كلية التربية (الأقسام الإنسانية) وكلية الحقوق وكلية الآداب ، وثلاث كليات علمية هي: كلية الهندسة وكلية الطب وكلية العلوم.

ثم اختارا عشوائياً من كل صف من الصفوف الدراسية الأربعة (الأول – الثاني- الثالث – الرابع- الخامس – السادس) أعداد من الطلاب والطالبات تتناسب مع عددهم في مجتمع البحث ، فأصبح عدد أفراد العينة (٣٢٠) ، وبعد تطبيق المقياس على العينة تبين أن هناك (٢٠) استمارة لم تكن دقيقة وذلك إما لأن الإجابة عنها لم تكن مكتملة أو أن المستجيب قام بعملية الشطب عدة مرات وبذلك بلغ الحجم النهائي للعينة (٣٠٠) طالب وطالبة.

ب- إيجاد القوة التمييزية للفقرات:

قام الباحثان بإيجاد القوة التمييزية للفقرات عن طريق أسلوبي المجموعات المتطرفة وعلاقة درجة الفقرة بالمجموع الكلي.

١- أسلوب المجموعتين المتطرفتين:

من اجل الحصول على البيانات التي يتم من خلالها تحليل الفقرات لمعرفة قوتها التمييزية بهدف وضع المقياس بشكله النهائي قام الباحثان بتطبيق المقياس على عينة تكونت من (٣٠٠) طالب وطالبة من غير عينة الدراسة الاصلية تم اختيارهم بالطريقة العشوائية بواقع (١٥٠) طالب و (١٥٠) طالبة وبعد جمع الاستمارات من الطلبة وتصحيحها للحصول على الدرجة الكلية

لكل فرد من افراد العينة تم ترتيب الاستمارات تنازلياً من اعلى درجة الى ادنى درجة وتم اخذ (٢٧%) من الاستمارات التي تمثل درجات المجموعة العليا و (٢٧%) من الاستمارات التي تمثل درجات المجموعة الدنيا الخاضعة للتحليل الإحصائي حيث بلغ عدد المجموعة العليا (٨١) استمارة وعدد المجموعة الدنيا (٨١) استمارة ومن ثم قام الباحثان بتطبيق الاختبار التائي (T- test) لعينيتين مستقلتين لمعرفة الفروق بين المجموعتين العليا والدنيا لكل فقرة وكانت القيمة التائية المحسوبة هي المؤشر لتمييز الفقرات من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية التي تبلغ (١.٩٦٠) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (١٦٠) وقد تبين من خلال النتائج ان جميع فقرات المقياس لها القدرة على التمييز بين المجموعتين العليا والدنيا باستثناء الفقرات (٥ و ٤١ و ٤٤) .

ثانياً: علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية:

إن هذا الأسلوب يشير إلى مدى ارتباط المحتوى التكويني للسمة بعضه بالبعض الاخر او مدى الترابط للعناصر والمكونات الأساسية للسمة الشخصية لذلك وبحسب (anastasi) عندما لا يتوفر محك خارجي فإن أفضل محك هو الدرجة الكلية للمقياس كمحك داخلي (anastasi, 1976, p: 109) وبموجب ذلك قام الباحثان بإيجاد علاقة درجة كل فقرة بالدرجة الكلية لعينة التمييز والبالغة (٣٠٠) طالب وطالبة باستخدام معامل ارتباط بيرسون حيث ظهرت أن معاملات الارتباط دالة إحصائيا عند مستوى (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢٩٨) باستثناء الفقرات (٥- ٤١- ٤٤) إذ تتراوح معاملات الارتباط بين (٠.٠٢٣- ٠.٩٤٢) أي أن القيمة المحسوبة اكبر من قيمة معامل الارتباط الجدولية البالغة (١.٩٦٠) .

ثالثاً: الثبات:

يعد الثبات من الخصائص السايكومترية المهمة في بناء الاختبارات والمقاييس ، ويعني أن يعطي المقياس النتائج نفسها إذا ما أعيد على الأفراد أنفسهم في الظروف نفسها (الغريب ، ١٩٨٥: ٦٥٣) .

ولحساب مؤشرات الثبات اعتمد الباحثان الطرق الآتية:

١- طريقة الإعادة:

فكرة هذه الطريقة هي أن يتم تطبيق المقياس على مجموعة معروفة من الأفراد ثم إعادة الاختبار على الأفراد أنفسهم

وفي ظروف مماثلة بعد مدة زمنية بين الاجرائين ثم حساب معامل الارتباط بينهما (ربيع ، ٢٠٠٠: ٦٦) .

ولأجل ذلك طبق المقياس على عينة عشوائية بلغت (٤٠) طالباً وطالبة اختيروا عشوائياً من التخصصات العلمية والانسانية.

تم توزيع الاستمارات الخاصة بالمقياس على عينة الثبات ، حيث تم وضع إشارات معينة لكل فرد في العينة إزاء تسلسله في قوائم الأسماء ليتم التعرف عليه عند إعادة الاختبار ، وبعد مرور (١٣) يوماً على التوزيع الأول ، تم اعادة توزيع الاستمارات على نفس العينة وتم حساب معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني إذ بلغت قيمة الارتباط (٠.٨٢) ، ويعد هذا معامل ثبات عالي. (زيتون ، ١٩٨٤: ١٩١) .

٢- طريقة الفاكرونباخ:

وهي من الطرق التي قدمها كرونباخ لتقدير ثبات الاتساق الداخلي للمقياس عندما يكون نصف المقياس غير متساوي التباين (ربيع ، ٢٠٠٠ : ٨١) وتستعمل هذه الطريقة عندما لا يتم التصحيح بشكل ثنائي (النبهان ، ٢٠٠٤ : ٢٤٨) . وبموجب هذه الطريقة تم سحب (١٠٠) استمارة وبشكل عشوائي من عينة البناء وتطبيق معادلة الفاكرونباخ بلغت قيمة معامل ألفا (٠.٩٤) وتعد هذه القيمة عالية لتقدير الثبات بالنسبة للاختبارات والمقياس اذ ان القيمة العالية نسبياً تعد خاصية ضرورية لاختبار جيد (لنكوست ، ١٩٧٢: ٣٥٤) .

وصف المقياس بصورته النهائية:

بعد استخراج الباحثان للخصائص السيكومترية لمقياس الايحاء الذاتي اصبح المقياس بصورته النهائية يتكون من (٤٦) فقرة وفق تدرج خماسي لاختيار الاجابة وتقيس الدرجة الكلية القصوى للمقياس الايحاء الذاتي حيث بلغ اعلى درجة على المقياس (٢٤٥) في حين ادنى درجة تبلغ (٤٦) كما ان المتوسط الفرضي للمقياس بلغ (١٣٨) .

التطبيق النهائي لأداة الدراسة:

قام الباحثان بتطبيق أداة البحث بصيغتها النهائية على عينة البحث الأساسية (جدول ٦) المكونة من (٨٠٠) طالباً وطالبة من طلبة جامعة الموصل من خلال إعطاء المستجيب المقياس وتوضيح التعليمات الخاصة بطريقة الإجابة عليها ، مع

التأكيد على ضرورة الإجابة على كل الفقرات وبما يتناسب مع المستجيب ، فضلاً عن صدق وسرية الإجابة ، وأنها ستستخدم لأغراض البحث العلمي فقط ،وقد امتدت مدة التطبيق النهائي من (٢٠١٨/٣/٧) لغاية (٢٠١٨/٣/١٥) .

جدول (٢) اعداد عينة التطبيق النهائية

التخصص	الصف / الجنس	الأول			الرابع			المجموع		
		ذكور	إناث	مجموع الأول	ذكور	إناث	مجموع الرابع	ذكور	إناث	كلي
الكليات العلمية	طب أسنان	١١	١١	٢٢	١٠	١٠	٢٠	٢١	٢١	٤٢
	هندسة	١٤	١٤	٢٨	١٣	١٣	٢٦	٢٧	٢٧	٥٤
	الرياضيات والحاسبات	١٢	١٢	٢٤	١١	١١	٢٢	٢٣	٢٣	٤٦
	العلوم	١٣	١٣	٢٦	١٢	١٢	٢٤	٢٥	٢٥	٥٠
	التربية للعلوم الصرفة	١٥	١٥	٣٠	١٣	١٣	٢٦	٢٨	٢٨	٥٦
	طب بيطري	١٠	١٠	٢٠	٩	٩	١٨	١٩	١٩	٣٨
	التمريض	١٢	١٢	٢٤	١١	١١	٢٢	٢٣	٢٣	٤٦
	تربية أساسية علميات	١٥	١٥	٣٠	١٤	١٤	٢٨	٢٩	٢٩	٥٨
الكليات الإنسانية	الآداب	١٥	١٥	٣٠	١٤	١٤	٢٨	٢٩	٢٩	٥٨
	العلوم السياسية	١٣	١٣	٢٦	١١	١١	٢٢	٢٤	٢٤	٤٨
	القانون	١٤	١٤	٢٨	١٣	١٣	٢٦	٢٧	٢٧	٥٤
	التربية للعلوم الإنسانية	١٤	١٤	٢٨	١٣	١٣	٢٦	٢٧	٢٧	٥٤

	تربية أساسية إنسانية	١٢	١٢	٢٤	١١	١١	٢٢	٢٣	٢٣	٤٦
	الفنون الجميلة	١٤	١٤	٢٨	١٢	١٢	٢٤	٢٦	٢٦	٥٢
	التربية الرياضية	١١	١١	٢٢	١٠	١٠	٢٠	٢١	٢١	٤٢
	الإدارة والاقتصاد	١٥	١٥	٣٠	١٣	١٣	٢٦	٢٨	٢٨	٥٦
المجموع العلمي		١٠٢	١٠٢	٢٠٤	٩٣	٩٣	١٨٦	١٩٥	١٩٥	٣٩٠
المجموع الإنساني		١٠٨	١٠٨	٢١٦	٩٧	٩٧	١٩٤	٢٠٥	٢٠٥	٤١٠
المجموع الكلي		٢١٠	٢١٠	٤٢٠	١٩٠	١٩٠	٣٨٠	٤٠٠	٤٠٠	٨٠٠

الوسائل الإحصائية:

تم استخدام الوسائل الإحصائية الآتية:

١- معامل ارتباط بيرسون لإيجاد علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية ودرجة ثبات المقياس بطريقة الإعادة (شقير وآخرون ، ٢٠٠٠ ، ١٥٩).

٢- الاختبار التائي (T- test) لفئتين مستقلتين ، وذلك لحساب القوة التمييزية للفقرات بين المجموعتين المتطرفتين في الدرجة الكلية ، وكذلك للتحقق من الهدف الثاني للبحث.

٣- معامل الفاكرونباخ لحساب الثبات. (النبهان ، ٢٠٠٤ ، ٢٤٥- ٢٤٨).

٤- الاختبار التائي (T- test) لعينة واحدة مستقلة وذلك للتحقق من الهدف الاول.

عرض النتائج ومناقشتها:

سيتم عرض وتفسير للنتائج التي توصل اليها الباحثان وسياتي عرضها تبعاً لتسلسل أهداف البحث وعلى النحو الاتي:

١- الهدف الأول المتضمن التعرف على مستوى الايحاء الذاتي لدى طلبة الجامعة حيث تم حساب متوسط

درجات الطلبة على مقياس الايحاء الذاتي وبلغت (١٥٧,٦٣٦) وبانحراف معياري بلغ (٢٤,٨٨١) وعند موازنة المتوسط الحسابي لعينة البحث مع المتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (١٣٨) تبين ان هناك فرقاً دالاً بين المتوسطين ولصالح متوسط العينة حيث بلغت القيمة التائية المحسوبة (٢٢,٣٢٢) وهي اكبر من القيمة الجدولية والبالغة (٣,٢٩١) عند مستوى دلالة (٠.٠٠١) والجدول (٣) يوضح ذلك.

الجدول (٣) نتائج الاختبار التائي بين المتوسط الحسابي لعينة البحث والمتوسط الفرضي للمقياس

العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة	الحكم
				المحسوبة	الجدولية		
٨٠٠	١٥٧,٦٣٦	٢٤,٨٨١	١٣٨	٢٢,٣٢٢	٣,٢٩١	٠,٠٠١	دالة لصالح متوسط العينة

ويعتقد الباحثان ان هذه النتيجة جاءت منسجمة مع ما طرحه لامبرت ولامبرت (١٩٩٣) من ان لدى الأفراد مدركات خاصة بهم ترتبط بشكل او بآخر فيما تسمعه وتراه في واقع الحال وتمثل انتباه الفرد لنفسه ووعيه بها وبالتالي تمثل مشاريع لرؤية الطالب الجامعي حيث انها تمثل الواقع الذي يرغب فيه والواقع الذي يعيش فيه.

وتتفق نتائج هذه الدراسة مع دراسة (العقابي ، ٢٠١٧) .

٢- اما فيما يتعلق بنتائج الهدف الثاني والمتضمن دلالة الفروق المعنوية في مستوى الايحاء الذاتي لدى افراد عينة البحث بحسب متغيرات (الجنس- التخصص- الصف) دلت النتائج وبحسب الجدول (٤) على ما يلي:

الجدول (٤) نتائج الأختبار التائي لعينتين مستقلتين لتعرف دلالة الفروق الاحصائية في الأيحاء الذاتي تبعاً لمتغيرات (الجنس , التخصص , الصف)

المقياس	المتغير		العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة	الحكم
						المحسوبة	الجدولية		
الأيحاء الذاتي	الجنس	ذكور	٤٠٠	١٦٠,٧٣٠	٢٤,٢٦٣	٢,٦٧٠	٢,٥٧٦	٠,٠١	دالة لصالح الذكور
		اناث	٤٠٠	١٥٦,٠٦٠	٢٥,١٩٦				
	التخصص	علمي	٤٠٠	١٥٢,٦٧٢	٢٧,٦١٨	٦,٦٩٥	٣,٢٩١	٠,٠٠١	دالة لصالح الانساني
		انساني	٤٠٠	١٦٤,١١٧	٢٠,١٥١				
		الاول	٤٠٠	١٦٢,٩٠٧	٢٣,٦٩٧				دالة لصالح

	الصف							
		الرابع	٤٠٠	١٥٣,٨٨٢	٢٥,١٤١			
الاول	٠,٠٠١	٣,٢٩١	٥,٢٢٤					

أ- فيما يتعلق بمتغير الجنس اشارت نتائج التحليل الاحصائي الى ان هناك فروق دالة معنوية في مستوى الايحاء الذاتي لصالح الذكور حيث بلغت القيمة المحسوبة (٢,٦٧٠) وهي اكبر من القيمة الجدولية (٢,٥٧٦) بمستوى دلالة (٠.٠١) .

ب- فيما يتعلق بدلالة الفروق المعنوية في مستوى الايحاء الذاتي اشارت النتائج الى وجود فروق دالة معنوياً بين متوسط درجات التخصص العلمي وبين متوسط درجات التخصص الانساني ولصالح التخصص الانساني حيث بلغت القيمة التائية المحسوبة (٦,٦٩٥) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٣,٢٩١) بمستوى دلالة (٠.٠٠١) .

ت- فيما يتعلق بدلالة الفروق المعنوية في مستوى الايحاء الذاتي وفقاً لمتغير الصف الدراسي دلت النتائج على وجود فروق معنوية بين متوسط درجات الصف الاول ومتوسط درجات الصف الرابع ولصالح الصف الاول حيث بلغت القيمة التائية المحسوبة (٥,٢٢٤) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة (٣,٢٩١) عند مستوى دلالة (٠.٠٠١) .

وبحسب النتائج المتعلقة بمتغير الجنس والذي جاء فيه حسب الجدول (٤) ان متوسط الذكور اعلى من متوسط الاناث كان ذلك يعود حسب رأي الباحثان الى ان طبيعة ادراك الذكور لذواتهم وقدرتهم على مخاطبة الذات والتصور الايحائي لنتائج الامور وتفاصيلها بشكل يفوق الاناث الذي يميز في الغالب بالتعامل مع الواقع بحذر وتردد وتختلف نتيجة هذه الدراسة مع دراسة العقابي (٢٠١٧) ودراسة حنورة وعيسى (١٩٩١) .

اما فيما يتعلق بمتغير التخصص والذي جاء حسب الجدول (٤) ان متوسط التخصصات الانسانية يفوق متوسط التخصصات العلمية ،

يعتقد الباحثان ان السبب في ذلك يعود الى طبيعة الدراسة الانسانية التي تمثل الجانب التحليلي للخبرات والمفاهيم فيها العمود الفقري حيث ان التعامل مع تلك القدرات يثري قابلية الطلبة على رسم صورة ذهنية تشكل تفاصيل العمل الأكاديمي وبالتالي فإن موضوع الايحاء هنا يكون اكثر فاعلية من التخصصات العلمية وتختلف هذه النتيجة مع نتيجة دراسة الضمور (٢٠٠٨) .

اما فيما يتعلق بمتغير الصف الدراسي والذي جاءت النتائج بتغلب طلبة الصف الاول في مستوى الايحاء الذاتي على طلبة الصف الرابع فإن الباحثان يعتقدان ان ذلك ربما يرتبط بتطلعات الطلبة في هذه المرحلة وفي رسم وتصور امانيهم وطموحاتهم حيث انهم يميلون الى تمثل الاشياء بشكل اوسع يشبه انطباعاتهم وتصوراتهم نحو المستقبل الذي ينشدونه هذا وتختلف نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (يوسف ، ٢٠١٦) .

الاستنتاجات:

١- ان طلبة جامعة الموصل لديهم مستوى فوق الوسط من الايحاء الذاتي.

٢- ان متغيرات الجنس والتخصص والصف الدراسي يشكلون عوامل مهمة في تحديد مستوى الإيحاء الذاتي وبالتتابع على مستوى كل من الذكور ، التخصص الإنساني ، الصف الأول.

التوصيات:

١- تطوير قابلية الطالب والعمل على اكتشاف قدراته ومهاراته من خلال زجه في المواقف التي تتطلب التعبير عن ذاته وشخصيته من خلال الانشطة الصفية واللاصفية وتشجيعه على المشاركة الفاعلة فيها .

٢- تعزيز مفهوم الذات الايجابي وترسيخ مبدأ القابلية الفاعلة لأدائه وأنشطته المختلفة من خلال ترسيخ مفهوم القابلية والقدرة على العمل ومخاطبة الذات بموجب ذلك وإزالة واستبعاد مفاهيم اليأس والقنوط ومبدأ صعوبة العمل.

المقترحات:

في ضوء نتائج البحث الحالي التي توصلت إليها الباحثة ، تضع مقترحات لبحوث ودراسات مستقبلية:

١- إجراء دراسة لبيان العلاقة بين الإيحاء الذاتي وبعض المتغيرات الأخرى مثلاً المسايرة الاجتماعية ومفهوم الفردية ومفاهيم أخرى مثل الإسناد الاجتماعي وأحداث الحياة الضاغطة.

٢- اجراء دراسة تجريبية حول تعديل الايحاء الذاتي السلبي لبعض من العينات في المجتمع من خلال برنامج تدريبي وارشادي حول ذلك.

المصادر:

المصادر العربية:

١- أبو حطب ، فؤاد وآخرون (١٩٨٧): التقويم النفسي ، ط٣ ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة.

٢- حنورة ، مصري (١٩٩١): فروق الجنس والجنسية في القابلية للإيحاء ، دراسة نفسية حضارية مقارنة ، مجلة علم النفس المعاصرة ، العدد (١) .

٣- الدليمي ، إحسان عليوي (١٩٩٧): اثر تدرجات بدائل الإجابة في الخصائص السيكومترية لمقاييس الشخصية ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ابن شرد ، جامعة بغداد.

٤- ربيع ، محمد شحاتة (٢٠٠٠): قياس الشخصية ، ط٢ ، دار المعرفة الجامعية ، القاهرة.

٥- رياض ، سارة عاصم وأمين ، ، سهير محمود وعبد الباقي ، سلوى محمد (٢٠١٥): فاعلية برنامج إرشادي قائم على إستراتيجية الايحاء الذاتي لخفض الكمالية العصابية وتنمية الكمالية السوية لدى عينة من طلاب الجامعة الموهوبين أكاديمياً ، دراسات تربوية واجتماعية ، مصر ، دار المنظومة ، المجلد ٢١ ، العدد ١.

٦- زيتون ، عايش محمود (١٩٨٤): أساسيات الإحصاء الوصفي ، دار عمار للنشر والتوزيع ، عمان.

٧- سمارة ، عزيز وآخرون (١٩٨٩): مبادئ القياس والتقويم في التربية ، دار عمار للنشر.

٨- عبد الرحمن ، سعد (١٩٨٨): القياس النفسي ، مكتبة الفلاح ، الكويت.

٩- العزاوي ، أنور قاسم (٢٠٠٦): الشعور باليأس لدى طلبة جامعة الموصل ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية.

١٠- العقابي ، نور محمد جمعة (٢٠١٧): الايحاء الذاتي وعلاقته بالتفكير الاستراتيجي لدى إدارات المدارس ، رسالة ماجستير ، كلية التربية للبنات ، جامعة بغداد .

١١- الغريب، رمزية (١٩٨٥): التقويم والقياس النفسي والتربوي ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة.

١٢- الكبيسي ، كامل ثامر (٢٠٠١): العلاقة بين التحليل المنطقي والتحليل الإحصائي لفقرات المقاييس النفسية ، مجلة الأستاذ ، كلية التربية ابن رشد ، العدد (٢٥) .

١٣- الكعبي ، كاظم محسن كويطع (٢٠١٠): الشعور بالذات الخاصة وعلاقتها بالشخصية المزاجية لدى طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية.

١٤- لنكوست ، أي أف ، (١٩٧٢): الإحصاء في التربية وعلم النفس ، ط١، مؤسسة الأنواء للنشر والتوزيع ، الرياض.

١٥- مكفلين ، روبرت وغروس ، ريتشارد (٢٠٠٢): مدخل إلى علم النفس الاجتماعي ، ترجمة: ياسمين حداد ، وعودة الحمداني ، ط١ ، عمان- الأردن ، دار وائل للنشر.

١٦- النبهان ، موسى ، (٢٠٠٤): أساسيات القياس في العلوم السلوكية ، دار الشروق للنشر والتوزيع ، عمان.

١٧- الضمور ، محمد مسلم (٢٠٠٨): علاقة انماط التعلم السائدة لدى طلبة جامعة اقليم جنوب الاردن بالتحصيل الأكاديمي والفاعلية الأكاديمية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية الدراسات العليا ، الجامعة الأردنية ، عمان ، الاردن.

المصادر الأجنبية:

1- Anastasi, Anne, (1976): Psychological testing ed, Macmillan publishing co, Inc, New York, U.S.A.

2- Bush, David V. (1924): How to put the subconscious mind to work, Chicago: The Huron Press, Inc.

3-Deci, E. & S. Ryan (Eds), (2002): handbook of self-determination research, Rochester, NY: University of Rochester press.

4- Hill, Napoleon (1937): Think and Grow in rich http:// napoleon hill- books,

corry web- content/up loads/2014/02/Think- and- Grow- Rich- PDF. Pdf.
5- Lee, Michael (2013): How to use the Power of Subconscious programming http://www. 20 day per suasion. Com/ subconscious power. Pdf retriviwed in 2-2-2016.
6- Mommaerts, dean- Luc, (1999): The Patient as Cure: heal yourself: Osiris copy rights.
7- Nunnally J. C., (1981): Psychometric theory, 2nd ed., New Delhi Tata McGraw Hill.
8- Parkyn, Herbert A. (1909): Auto-Suggestion: what it an how to use it for health happiness and success. Chicago: Walton spencer co. prenters.
9- Prentice- Dunn and Rogers, R.W (1982): effects of public and private self-awareness denidividenation and aggression, journal of personality and social psychology.
10-Ryan, R (1995): psychological needs and the facilitation of integrative processes, Journal of Personality, 63.
11- Tomac, Stephen (2012): Sutosuggestion Application http://www. Correctus seldokument autosuggestion. Pdf retrieved in 13-2-2016.

ملحق رقم (١)

مقياس الإيحاء الذاتي بصورته النهائية

جامعة الموصل

كلية التربية الأساسية – الدراسات العليا

عزيزي الطالب /عزيزتي الطالبة

تحية طيبة. . .

ين يديك مجموعة من الفقرات يرجى منك قراءتها وإبداء رأيك فيها بكل حرية وصدق خدمة للبحث العلمي ، ولا حاجة لذكر الاسم

.

طريقة الإجابة :

اقرأ الفقرات بدقة وعناية ثم ضع أمام كل واحدة من الفقرات علامة (✓) واحدة في الخانة التي تراها مناسبة من البدائل الخمسة وكما يأتي:

١- إذا كانت الفقرة تنطبق عليك بدرجة كبيرة جداً فضع علامة (✓) تحتها .

٢- إذا كانت الفقرة تنطبق عليك بدرجة كبيرة فضع علامة (✓) تحتها .

٣- إذا كانت الفقرة تنطبق عليك بدرجة متوسطة فضع علامة (✓) تحتها .

٤- إذا كانت الفقرة تنطبق عليك بدرجة قليلة فضع علامة (✓) تحتها .

٥- إذا كانت الفقرة لا تنطبق عليك فضع علامة (✓) تحتها .

والآن ابدأ بالإجابة مع رجاء تدوين المعلومات الآتية:

الجنس :

الصف :

الكلية : القسم :

ت	الفقرة	تنطبق علي بدرجة كبيرة جدا	تنطبق علي بدرجة كبيرة	تنطبق علي بدرجة متوسطة	تنطبق علي بدرجة قليلة	لا تنطبق
١.	يلازمني شعور بالارتياح.					
٢.	أجد نفسي قادرا على الإصغاء إلى شخص ما وان اعمل أشياء أخرى في الوقت نفسه .					
٣.	استطيع تجاوز العقبات التي تعترض طريقي.					
٤.	امتلك القدرة للقيام بالأشياء التي تطلب مني					
٥.	اشعر بالرضا عند أداء واجباتي.					

٦.	أجيد اختيار الكلمات التي تصف إحساسي.					
٧.	اعتقد أن بذل الجهد كفاية سيؤدي إلى حل المشكلات الصعبة .					
٨.	احرص على تخطيط وتنظيم تفاصيل ما أقوم به من أعمال.					
٩.	اقدر انفعالاتي وعواطفي تقديرا دقيقا .					
١٠.	نومي هادئ وعميق.					
١١.	أحاول حل المشكلات التي تواجهني مهما كانت.					
١٢.	أرى أن من السهل تحقيق أهدافي .					
١٣.	استطيع إقناع الآخرين حتى لو خالفوني في الرأي.					
١٤.	أعي القيم والمعايير الأخلاقية في مجتمعي					
١٥.	استجمع أفكاري بهدوء عند اتخاذ قراراتي					
١٦.	أنا على وعي بالعواقب الوخيمة لأفعالي.					
١٧.	لدي القدرة على إدارة المواقف الصعبة لصالحي.					
١٨.	الفشل يجعلني أزيد من محاولاتي للوصول الى الهدف.					
١٩.	أتمكن من تحديد أخطائي وتصحيحها .					
٢٠.	لدي من النشاط ما يلزم لتنفيذ مهامي.					
٢١.	استخدم كل الأدوات المتاحة لتحسين قدرتي على الفهم.					

٢٢.	اعتقد بأني قادر على التعامل مع الأحداث حتى لو كانت مفاجئة لي					
٢٣.	من السهل علي تحقيق أهدافي وطموحاتي في الحياة.					
٢٤.	يزداد تقديري لذاتي عندما أتغلب على عاداتي السيئة.					
٢٥.	أواجه المواقف المفاجئة بتأني					
٢٦.	أتابع أخطائي لأتعلم منها .					
٢٧.	أجيد التعامل مع المواقف الصعبة واجتازها بنجاح.					
٢٨.	استطيع إكمال المهمة بدقة مهما كانت معقدة.					
٢٩.	أتمكن من تحديد جوانب القوة والضعف في سلوكي.					
٣٠.	اشعر بالتفاؤل عندما أفكر بالمستقبل.					
٣١.	أتعامل مع الأمور المهمة من خلال خبرتي .					
٣٢.	أجد حلا لكل مشكلة تواجهني .					
٣٣.	امتلك القدرة على التخطيط الجيد					
٣٤.	اعتقد أن أفكاري محددة في تعاملي مع مشكلات الحياة					
٣٥.	أدرس كل الاحتمالات عند اتخاذ قراراتي					
٣٦.	لدي القدرة على التعبير عن أفكاري.					
٣٧.	استطيع أن أجد الحلول المناسبة لأي مشكلة تواجهني					

٣٨.	اهتم بأسلوبي الخاص في عمل الأشياء التي أقوم بها .					
٣٩.	اشعر بالانشراح عندما اقيم افكاري					
٤٠.	إذا ما واجهني أمر جديد فاني اعرف كيفية التعامل معه .					
٤١	اعتمد على قدراتي الذاتية في حال واجهتني أي مصاعب					
٤٢.	امتلك القدرة على ربط الأحداث وتوصيفها .					
٤٣.	اعتقد أن تعجلي في إدارة الأمور سيؤدي إلى الفشل.					
٤٤.	استطيع التمييز بين ما استطيع وما لا استطيع انجازه.					
٤٥.	اقدر أسوء العقبات قبل الشروع في أي عمل مع زملائي.					
٤٦.	أعتقد أني استطيع الصمود أمام مغريات الحياة.					