اجترار الذات لدى
طلبة الجامعة

أ.د فاضل عبد الزهرة مزعل الباحث: صباح داغر مهدي
جامعة البصرة-كلية التربية للعلوم الإنسانية
قسم الارشاد النفسي والتوجية التربوي

مستخلص البحث:

هدف البحث الحالي الى التعرف على اجترار الذات لدى طلبة الجامعة وكذلك التعرف على الفروق وكان مجتمع البحث مكون من طلبة الجامعة (الذكور، الإناث) ولكلا الاختصاصين (العلمي، الإنساني) وكانت عينة البحث البالغ عددها (٤٩٠) طالب وطالبة واستخدمت الوسائل الاحصائية الاتية النسبة المئوية ومعامل ارتباط بيرسون والاختبار التائي لعينة واحدة والاختبار التائي لعينتين مستقلتين ومعادلة الفا – كرو نباخ الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وكانت نتائج البحث هي:

عدم وجود فرق ذات دلالة احصائية في اجترار الذات لدى طلبة الجامعة وفق متغير النوع (ذكور، إناث) والتخصص (علمي، إنساني).

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية
Journal of Basra Research for Human Sciences

الفصل الاول

مشكلة البحث

احتلت الذات مكانة بارزة في النظريات الشخصية وتعددت الآراء واختلفت التيارات التي تناولت فكرة الذات وقد اهتم علماء النفس بالبحث في مدلولاتها وماهيتها، وكان لهم في تحديد مفهومها ومدلولها ابحاث متعددة ادت الى وجود مدارس متعددة، حاولت كل منها ان تضع هذا المفهوم في إطار الفلسفة التي تتبناها ونوع البحوث التي أجرتها (الضيدان، ١٩٩٤ ،ص١٢).

ويعداجترار الذات بوصفه انفعالاً رئيساً يمكن تعريفه على انه حالة شعور سلبي مرتبط مع تقييمات معرفية محددة، متغيرات سيكولوجية واستعدادات للفعل وحسب ما يتطلب الموقف الضاغط. وقد تم تمييزه عن العدائية. على العموم اذا شوهد اجترار الافكار السلبية اثناء الموقف الضاغط على انه انفعال فإن اجترار الموقف الضاغط في هذه الحالة يمكن تعريفه على انه التفكير بهذا الانفعال (Sukhodlsky et al.,2001.p.689) فمعناجترار الذات (Self – Rumination) هو محاسبة النفس اي اجترار ذات الانسان الى نفسه لمعرفة سلبياته في حالة مروره بمواقف ضاغطة وذلك عن طريق الاجترار (الاسترجاع) لهذه الافكار السلبية، ومن ثمَّ تقويم الذات الانسانية (Susan – Nolen – Hoeksema .1991) p.699) , والبحث الحالي يحاول ايجاد الارتباط بين جلب اجترار وعلاقته ببعض المتغيرات (النوع، التخصص، الصف الدراسي) الامر الذي لم تحاول اي دراسة محلية او عربية تقصيه والكشف عنه على حد علم الباحث. وتتلخص مشكلة البحث الحالي بالإجابة على التساؤل الاتي:

هل هناك اجترار ذات لدى طلبة الجامعة ...؟

أهمية البحث:

بما أنّ الانسان (Human) يعيش حالة عدم استقرار وكونه اهم ما في المجتمع من رأسمال. فلا بد من استثماره لصالح المجتمع بالشكل الملائم لإنسانيته ومجتمعه. فالتنمية اليوم عمادها الانسان فهو المخطط والمنفذ والمشرف والمقوم. كما اصبحت الحاجة ماسة للاهتمام بالطالب من جميع الجوانب إذ لم يعد دور التربية أو المدرسة مجرد ناقل المعرفة أو تحويل الانسان الى وعاء للمعلومات (information) أو مجرد مستقبل مما يجعل منه الاهمية بمكان الاهتمام بكل مما يسهم في تحقيق استقرار الفرد واستقلاليته. ورفع مستوى الطموح لدى جميع الطلبة بشكل عام وطلبة الجامعة (university) بشكل خاص وللجامعة دور مهم في التنمية الاجتماعية والاقتصادية والثقافية والسياسية من خلال الوظائف المتعددة التي يؤديها التعليم الجامعي الذي يمثل أحد الوسائل الفاعلة في تقدم المجتمعات وإبراز شخصياتها وذلك بإعداد الكوادر المختلفة التي تحتاج اليها، والمشاركة في معالجة مشكلاته وقضاياه، فالجامعة لا تسعى إلى نقل المعرفة فحسب وانما تسعى الى تطبيقها، فهي تنظر إلى الحاضر والمستقبل في وقت واحد (الجيار، ص١٩٩٠ :٧١).

وقد أكدت الدراسة التي قامت بها العالمة (سوزان نولن) (Susan Nolen– Hoksema . 1998)

على طلبة جامعة هيوستن في الولايات المتحدة الامريكية (University of Houston) تأثير الاجترار السلبي المتكرر لدى طلبة الجامعة (the effect student) في الحياة في خفض مستواهم الدراسي نتيجة تعرضهم لبعض المواقف السلبية الضاغطة. حديثاً بدأ البحث بتقصي الدور الكامن للاجترار، وهو الميل الى إطالة التفكير بالخبرات والمشاعر السلبية في السلوك العدواني. كما ان القياس السايكومتري والسريري يركز بشكل أساس على محتوى الافكار المرتبطة بهذه المواقف الضاغطة وتواترها وشدتها، ولكن انتباه قليل قد تم تركيزه على العمليات الفعلية لاجترار الذات. لهذا فإنّ المعرفة عن الافكار المسترجعة للذات قد تُسْهم في فهمنا للعوامل المرتبطة مع ادامة مزاج الذات وتصعيد فاعلية التوسط السلوكي– المعرفي لمشكلات السيطرة على الذات (Simpson,2003 .p.91)

ويمكن ان نجمل اهمية البحث الحالي بنقطة جوهرية وهي:

١– اهمية دراسة اجترار الذات.

اهداف البحث:

يهدف البحث الحالي الى:

١–التعرف على اجترار الذات لدى طلبة الجامعة

٢– التعرف على دلالة الفروق في اجترار الذات لدى طلبة الجامعة وفق متغير، النوع الاجتماعي(ذكور، إناث) والتخصص الدراسي(علمي، إنساني).

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة البصرة، الدراسات الأولية الصباحية، من كلا التخصصين العلمي والانساني، ولكلا النوعين الذكور والاناث للمراحل الاتية: (الثاني . الثالث) للعام الدراسي (٢٠١٥ – ٢٠١٦).

تحديد المصطلحات:

اجترار الذات (Self – Rumination) التعريف اللغوي: التعريف لغةً: عند ابن منظور:

اجتر: الاجترار: سوق الشيء من موضع إلى آخر. جلبه يجلبه ويجلبه جلبا وجلبا واجتلبه وجلبت الشيء إلى نفسي واجتلبته.

(ابن منظور) ، ج الثالث ، ص ١٦٨

اجترار الذات:

عرفه كل من:

١. العالمة سوزان نولن (Susan Nolen 1991)

والذي عرفته كالاتي: (اجترار المواقف السلبية واسترجاعها او تعني جلب الافكار والحوادث السلبية للذات الانسانية عند مواجهة موقف ضاغط يتطلب حلاً).

٢. كما عرفه ساكا دولسكي وآخرون (sukhodolsky et al 2001)

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ٣ (أ) – المجلد ٤٣ – السنة ٢٠١٨

الجلب :- هو الميل الى الانشغال بالتكرار غير المتعمد لحدوث الافكار حول احداث المواقف الضاغطة. (sukhodolsky et al , 2001,p.693) التعريف الاجرائي: وهي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب (الطالب) على مقياس جلب الذات الذي بناه الباحث.

الفصل الثاني

الإطار النظري ودراسات سابقة

الذات:

استخدم البورت Allport مصطلح الذات الممتدة، اذ يعد الذات جوهر الشخصية التي تعمل على الوحدة الداخلية، ويعتقد ان الذات تنمو تدريجياً مع الزمن بحسب استعداد الفرد وقدرته. (المصطفاوي ، ٢٠٠٥، ص٦٥) كما يشير يونك الى ان وظيفة الذات هي التوجيه القوي وكبح الغرائز الحيوانية بدرجة كافية ليعد الانسان متحضراً وفي الوقت نفسه السماح بالتعبير الكافي للغرائز والابداع والنشاط .

ويعد المنظور المعرفي احد الاساليب الحديثة الرئيسة في فهم السلوك البشري ويوصف بانه هجين بمعنى ان يتعرف على التأثيرات الحيوية (البيولوجية) والنفسية والبيئية، فهو يقر بالأساس البيولوجي لكل من التعلم والتكيف، ويقبل في الوقت نفسه القول بأن الانسان يتأثر بالبيئة، ولاسيما الجانب الاجتماعي منها (البيئة الاجتماعية)، فضلا عن هذا المنظور لا يغفل عن اهمية الاحداث الشخصية (الافكار، المشاعر، التصورات،...) ودورها في تكيف الانسان. (صالح ، ٢٠٠٥، ١٤٠) ان عملية استرجاع الافكار السلبية اثناء قيام الفرد بمحاسبة نفسه على ما قام به من سلوكيات اتجاه الاخرين ما هي الا استجابات انفعالية نجمت اثناء عملية جلب الذات (Blaney-1986-P-30) وقد افترض كل من (Sarsen and Floden-1984) ان مسألة التفكير المتكرر تولد حالة عدم استقرار لدى الكثير من الاشخاص ومن كلا الجنسين فضلا عن ان تقويم ذات الانسان هو امر صحي لكن بشرط الابتعاد عن كثرة التفكير الذي قد يؤدي الى نوع من الاضطراب الذي يرافقه حالات من القلق والحزن والخوف من المجهول وهذه امور كلها تضر بالذات الانسانية. ان احدث الدراسات التي قامت بها العالمة سوزان نولن اثبتت ان النساء اكثر اجترارا اي جلب ذاتٍ من الرجال من خلال ما قامت به بحوث تجريبية على مجاميع من طالبات جامعة نيويورك في الولايات المتحدة الامريكية (Susan – Nolen –2001 – p– 111) ان الافراد اللذين يقومون بجلب الذات المستمر هم الافراد الاكثر انزعاجاً وتوتراً ولا يشاركون في اغلب النشاطات الاجتماعية وهم اكثر ميلاً الى العزلة الاجتماعية (Davis –1999 –P – 220) ان التركيز المفرط والانشغال الزائد بعملية الجلب تؤدي الى نتائج عكسية في ضوء عملية تقييم الذات الانسانية اذا ما قورنت بعملية الجلب المحدودة والتي تعطي نتائج ايجابية(Nadelman –2000 – P 50-) ويؤكد (Marten) على ضرورة عدم التأنيب الزائد للذات الانسانية وبشكل يكون اقرب الى خلق حالة من الصراع النفسي تكون مستدامة عند الاشخاص (Marten – 2001 – P -**331**) لقد أثبتت

مجلة آداب البصرة للعلوم الإنسانية
العدد ٣ (أ) – المجلد ٤٣ – السنة ٢٠١٨

الدراسات الحديثة للجلب (الاجترار) ان الفرد يكون عرضة لكثير من الاحباطات وفي كافة مفاصل حياته اذا ما قام بالتفكير الغير اعتيادي زاعماً ان ذلك التفكير المستمر هو الحل الانسب للتخلص من المشاكل التي يتعرض لها خلال حياته اليومية. (Parlee – 2001 – P – 150) ان مسألة الوعي الذاتي يجب ان تؤخذ بنظر الاعتبار من قبل الافراد الذين يقومون بجلب الذات وان يكونوا دائماً في حالة من اليقظة والاحتراس كي لا يقعوا ضحية الامراض النفسية الناجمة اثناء القيام بعملية الجلب ذلك لأن عملية استرجاع المواقف الضاغطة السلبية ربما تقود الى استرجاع الاحداث الماضية كذلك وتولد مشاعر العدائية اتجاه ذلك الشخص مما يؤدي الى تفاقم الموقف لدى الفرد الذي يقوم بعملية جلب الذات (Self Rumination –) (Susan – Nolen – 1998 – P 441) ان المثيرات الغير طبيعية (السلبية) من شأنها ان تؤدي الى استجابة انفعالية اثناء عملية التفكير المتكرر بهذه المثيرات(Kohn–2003–P–220)

النظريات التي فسرت (اجترار الذات) Rumination

اولاً: نظرية اساليب الاستجابة (R–S–T) للعالمة سوزان نولن هوكسيما Response styles theory **او ما يعرف بنظرية التفكير المتكرر**Rethinking – Rumination.

حيث اختصت معظم ابحاثها و دراساتها حول جلب الذات السلبي الذي يؤدي بالفرد الى حالات من القلق والاكتئاب وغير ذلك من الاضطرابات النفسية فضلا عن العدائية للأخرين وذلك بسبب استرجاعهم المتكرر للمواقف الضاغطة في الحياة وخاصة بين اوساط طلبة الجامعات وقد قامت المنظرة (سوزان نولن) ببحوث تجريبية على طلبة جامعة هيوستن الامريكية فوجدت ظاهرة الاجترار السلبي متفشية بين اوساط الطلبة حيث دلت تلك البحوث والدراسات ان الافراد الذين يمارسون الاجترار السلبي يكونون اكثر عرضة لحالات من القلق والكآبة والعدوان وذلك بسبب استرجاعهم المتكرر.

ان اكثر حالات الاجترار السلبي المتكرر نتيجة المواقف الضاغطة تؤدي في نهاية المطاف الى ظهور اعراض مرضية وان اغلب الافراد المجترين يصبحون عرضة للاكتئاب ولذلك على الافراد الذين يقومون بالاجترار ان يحترسوا ويكونوا في حالة اليقظة تجاه تلك المواقف السلبية الضاغطة وان يصبحوا قادرين على السيطرة على ذاتهم وضبط تلك المواقف وعدم الانشغال الزائد بها كي لا تكون دافعاً للعدوان والانتقام (Susan–Nolen – Hoeksema 1999). وقد عرفت سوزان الجلب (الاجترار) على انه اجترار الافكار السلبية واسترجاعها او تعني جلب الافكار او الحوادث السلبية للذات الانسانية عند مواجهة موقف ضاغط يتطلب حلاً1991. (Susan–Nolen Hoeksema) كذلك عرف نوفاكو Novaco(2000) الاجترار على انه انفعال على نحو سلبي تتم خبرته شخصياً كحالة مستثاره من الخصومة تجاه شخص ما او شيء ما يدرك على حدث لمصدر مقيت (Novaco , 2000. P.170)

مجلة آداب البصرة للعلوم الإنسانية
العدد ٣ (أ) – المجلد ٤٣ – السنة ٢٠١٨

دراسات سابقة

دراسات تناولت متغير (اجترار الذات) (Self – Rumination)

الدراسات الاجنبية.

١- **دراسة سوزان نولن هوكسيما** (Susan Nolen Hoeksema , 1991) ((**الاجترار وعلاقته بالقلق لدى طلبة الجامعة**)) (1991)

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على علاقة الاجترار بالقلق على عينة قوامها (320) شخصاً ممن تعرضوا الى حالات من القلق المرتفع في اربع مناسبات وعلى فترة ثمانية اسابيع فأتضح من التحليل ان التغيرات التي تحدث لدى الفرد من القلق مرتبطة ارتباطا سلبياً مع الاجترار فكلما زاد الاجترار ارتفع مستوى القلق لدى الفرد (Susan Nolen , 1991, p.90).

٢- **دراسة كارفر** Carver **جامعة كاليفورنيا و بلاني** Blaney **جامعة واشنطن**، **مارتن** Martin **جامعة هيوستن** ((**العفو وعلاقته بالتكيف النفسي بعد التجاوزات الشخصية**)) (2007)

هدفت هذه الدراسة الى التعرف على العفو بالتكيف النفسي، على عينة قوامها (347) شخصاً كانوا قد تعرضوا الى اعتداءات في ست مناسبات وفترة اثني عشر اسبوعاً، وكان العفو يقاس بمقاييس الكآبة والاجترار فتبين من خلال التحليل ان التغيرات بالتكيف النفسي، كما اظهرت النتائج ان التكيف النفسي يسهل العفو ولا يسهل العفو التكيف. (Carver et al , 1990, p.511)

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته

يتضمن هذا الفصل تحديد منهج البحث واجراءاته التي تشمل تحديد مجتمع البحث، واختيار عينه مناسبة منه، وادوات البحث، والوسائل الاحصائية المناسبة.

اولا: مجتمع البحث:

يقصد بالمجتمع مجموعة من الاحداث او العناصر ذات الصفات المشتركة القابلة للملاحظة والقياس (العزاوي ، ٢٠٠٠ ص ٦٠).

ثانيا:عينة البحث:

يقصد بعينة البحث بانها جزء او جانب من وحدات المجتمع الاصلي المعني بالبحث والدراسة التي يمكن ان يمثله تمثيلا سليما بحيث تحمل صفاته وخصائصه المشتركة وهذا الجزء يغني الباحث عن دراسته كل وحدات ومفردات المجتمع الاصلي الذي يدرسه الباحث (قند ليجي، والسامرائي، ٢٠٠٩ص٢٥٥)

ثالثا: أداة البحث

بناء مقياس اجترار الذات

يؤكد عيسوي (٢٠٠٣) ان ما يقاس في علم النفس ليست امورا غيبية او وهمية او ميتافيزيقية او

نماذج من السلوك المعبر عن تلك الامور غير المحسوسة (عيسوي-٢٠٠٣ - ص٤٣) وهذا الامر يضعنا امام ضرورة توفير ادوات قياس صادقة وثابته لقياس تلك الانماط السلوكية بموضوعية عالية، وقد تفردت تلك الادوات بصور عدة تباينت في دقتها كالملاحظة والمقابلة والاستفتاءات، غير ان اكثرها استخداما الاختبارات ومقاييس التقدير المتدرجة والمقاييس السوسيومترية وغيرها.

مقياس اجترار الذات Self –Rumination Scale

يتكون المقياس بصيغته الأولية من (٤٠) فقرة لاجترار الذات (الملحق /٢) وقد وضعت له خمسة بدائل (تنطبق على تماماً ،تنطبق على غالباً تنطبق على احياناً ،تنطبق على نادراً لا تنطبق على ابداً) وحددت لها الدرجات (١,٢,٣,٤,٥) للفقرات الايجابية و(٥,٤,٣,٢,١) للفقرات السلبية.

الصدق Validity

يعد الصدق من اهم خصائص الاختبارات والمقاييس التربوية والنفسية فصدق المقياس يتعلق بالهدف الذي يبنى من اجله وبالقرار الذي يتخذ استنادا الى درجاته (عودة، ٢٠٠٢ص،٣٣٥)، و لأجل التحقق من صحة اجراءات البحث تم ايجاد مؤشرين للصدق هما:

أ-الصدق الظاهري

يذكر ابيل ان افضل وسيلة للتأكد من صلاحية الفقرات هي قيام عدد من الخبراء والمختصين بتقدير ملاءمتها لقياس الصفة التي وضعت من اجلها(Ebel- 1972-P-555) وقد تحقق الصدق الظاهري من خلال عرض المقياس الحالي على مجموعة من الخبراء والاساتذة المختصين (الملحق/٣)

ب- صدق البناء

وتم التأكد من صدق البناء من خلال الاتي:

التحليل الاحصائي لمجموعتين متطرفتين:

يشير جيزل واخرون (Chisel – et-al- 1981) الى ضرورة ابقاء الفقرات ذات القوة التمييزية في المقياس واستبعاد الفقرات غير المميزة (Chisel- et- al- 1981-P434) لان هناك علاقة قوية بين دقة المقياس لما اعد لقياسه والقوة التمييزية للفقرات (Cronbach- et- al- 1965- P-65) فالهدف من هذه الاجراءات في تحليل الفقرات الابقاء على الفقرات المميزة وحذف الفقرات غير المميزة ولغرض اجراء التحليل في ضوء هذا الاسلوب اتبع الباحث الخطوات التالية:

١- تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة

٢- ترتيب الاستمارات من اعلى درجة الى ادنى درجة

٣-تعيين ٢٧% من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا في المقياس و ٢٧%من الاستمارات الحاصلة على الدرجات الدنيا إذ تعطينا هذه النسبة اكبر حجم واقصى تمايز ممكن (Mehrenn lehmen -1984-P-192) بما ان مجموع عينة التحليل بلغ(٢٠٠) استمارة فان نسبة (٢٧%) من الاستمارات الحاصلة على الدرجات العليا هي (٥٤) استمارة وكذلك عدد استمارات المجموعة الدنيا (٥٤)

استمارة ايضا ومن ثم طبق الاختبار التائي (T-test) لعينتين مستقلتين لاختبار الفرق بين متوسط درجات المجموعة العليا والدنيا في كل فقرة وعدت القيمة التائية المحسوبة مؤشرا لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة التائية الجدولية البالغة (١,٦٩)عند درجة حرية (١٥٦) ومستوى دلالة معنوية (٠,٠٥) وكانت جميع الفقرات مميزة باستثناء الفقرات (٣٨,٣٠,٢٩,١٩,٢) فإنها غير دالة احصائيا لان القيمة التائية المحسوبة لدلالة الفرق بين متوسطي المجموعتين العليا والدنيا لهذه الفقرات اقل من القيمة التائية الجدولية.

جدول رقم (١)

القوة التمييزية لفقرات مقياس اجترار الذات

الفقرة	المجموعة العليا ن=٥٤		المجموعة الدنيا ن=٥٤		القيمة التائية المحسوبة
	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط	الانحراف المعياري	
١	٤،٢٩	،٩٤٤	٢,٤٨	١,٧٦٧	٦,٦٥٦
٢	٥،٠٠	،٠٠٠	٤,٩٦	،٢٧٢	١,٠٠٠
٣	٤،٨٥	،٦٥٦	٢,٧٢	١,٩٦٥	٧,٥٥١
٤	٣,٩٠	١،٦١٦	٢,٣٥	١,٨١٣	٤,٧٠٥
٥	٥،٠٠	،٠٠٠	٢,٩٠	١,٧٨٣	٤,٥٠٢
٦	٥،٠٠	،٠٠٠	٢,٧٩	١,٩٧٥	٨,١٩٩
٧	٥،٠٠	،٠٠٠	٢,٧٠	١,٩٦٧	٨,٥٧٥
٨	٤،٧٤	،٤٤٢	٢,٨٣	١,٨٩٠	٧,٢١٨
٩	٤،٥٥	،٨٣٩	٣,٢٤	١,٨٥٢	٤,٧٥١
١٠	٤،١٨	١،٦٢٦	٢,١٨	١,٨٤٣	٥,٩٧٨
١١	٤،١٦	١،١٢٨	٣,٧٢	١,٩٨٥	٢,٨٦١
١٢	٤،٩٠	،٥٥٨	٢,٥٩	١,٨٧٨	٨,٦٧٩
١٣	٤،٧٥	،٨٤٥	٢,٦٢	١,٨٦٦	٧,٦٣٩
١٤	٤،٣١	،٩٤٨	٣,٦٦	١,٩٠٣	٢,٣٤٠
١٥	٤،١٣	،٩٤٨	٢,٨١	١,٨٧٤	٥,٢٤٨
١٦	٤،٨٥	،٧٦٢	٢,٧٧	٢,٠٠٦	٧,١٠١
١٧	٤،٧٠	،٩٨٣	٢,٧٧	٢,٠٠٦	٦,٣٣٤
١٨	٣،٧٥	١،٦٩٢	٢,٦٢	١,٩٨٣	٣,١٨٣
١٩	٣،٠٧	١،٨٦	٢,٥٩	١,٨٣٧	١,٣٥٢

مجلة آداب البصرة للعلوم الإنسانية
العدد ٣ (أ) – المجلد ٤٣ – السنة ٢٠١٨

٢٠	٢،٦٨	١،٦٦	٢,٢٩	١,٦٣٢	١,٢٢٤
٢١	٣،٢٥	١،٨٥٤	٢,٢٤	١,٧٩٠	٢,٩٠٣
٢٢	٢،٨٣	١،٨٥٠	٢,٠٥	١,٦٩٨	٢,٢٧٦
٢٣	٢،٩٤	١،٦٩٨	١,٢٥	،٨٧٢	٦,٤٨٦
٢٤	٢،٥٣	١،٨٢٩	١,١٨	،٨٠٢	٤,٩٧٢
٢٥	٣,٣٧	١،٩٩٦	١,٣٧	١,١٧٠	٦,١١٥
٢٦	٣,٥١	١،٨٢٧	٢,٠٠	١,٦٨٢	٣,٠١٣
٢٧	٢،٨١	١،٨٣٣	٢,٢٩	١,٧٨٧	٥,٣٠٤
٢٨	٢،٩٦	١،٨٧٢	٢,٤٠	١,٨٦٨	١,٥٤٣
٢٩	٣,٥١	١،٠٧٨٥	٢,٠٣	١,٦٨١	٢,٩٤٠
٣٠	٣،٣٥	١،٩٧٣	١,٣٧	١,١٧٠	٦,٣٤٧
٣١	٣،٩٤	١،٤٨٤	٣,١٦	١,٨٥٠	٢,٤٠٩
٣٢	٤،٤٠	١،٢٦٦	١,٢٢	١,٩٤٩	٢,٨٠٩
٣٣	٤،١١	١،٣٨٢	٣,٠٩	١,٧٨٣	٣,٣١٧
٣٤	٤،٠٣	١،٦٥٩	٣,٠٧	١,٩٦٠	٢,٧٥٥
٣٥	٤،٢٢	١،٥٦٢	١,١١	١,٩٤٩	٢,٠٧٠
٣٦	٤،٧٠	١،٠٥٧	١,٠٤	١,٩٨٣	٤,٣٥٨
٣٧	٣,٨٣	١،٦٤٥	٢,٨٨	١,٧٧٦	١,٧٩٨
٣٨	٥،٠٠	،٠٠٠	٣,٤٨	١,٨١٩	٤,٧١١
٣٩	٤،٥٣	١،١٢٧	٣,٥١	١,٨٥٠	٣,٤٥٤
٤٠	٤،٣١	١،٢٥٦	٣,٢٢	١,٨٩٠	٣,٥٣٨

الثبات

١-طريقة اعادة الاختبار:

ولحساب الثبات بهذه الطريقة طبق الباحث المقياس على عينة من طلبة جامعة البصرة اختيرت بطريقة عشوائية من كليتي التربية للعلوم الانسانية والتربية للعلوم الصرفة وقد بلغ عددهم (٣٠) طالباً وطالبة ينقسم حسب النوع الى (١٥) طالبا و(١٥) طالبة، وقد طبق الاختبار الاول بتاريخ ٢٠١٦/٢/٢١، واعاد الباحث تطبيق المقياس على العينة نفسها بعد مرور اسبوعين من التطبيق الاول والمصادف٩/٣/ ٢٠١٦.

واستخرج معامل الثبات باستعمال معامل ارتباط بيرسون (Person) وقد بلغ معامل ارتباط درجات التطبيقين الاول والثاني لمقياس جلب الذات (٠,٨٨) وتعد هذه القيمة مؤشرا جيدا وان الثبات كان عالياً

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية العدد ٣ (أ) – المجلد ٤٣ – السنة ٢٠١٨

ومقبولا للاختبارات والمقاييس النفسية.

٢-طريقة الفا كرو نباخ:

تعد هذه الطريقة مفضلة لقياس الثبات فهي تقيس الاتساق الداخلي والتجانس بين فقرات المقياس (Anastasi and urbina-1997-P-95) وان القيمة المقبولة لمعامل الثبات في البحوث النفسية والتربوية التي اوصى بها كل من كرو نباخ (Cronbach-170) وننلي (Nunnally-1978)هي اكثر من (٧٠%) (الربيعي،٢٠٠٧، ص،٨) وحسب معامل الفاكرونباخ لحساب ثبات مقياس جلب الذات لعينة الطلبة فبلغ (٧٨) وهو يعد معامل ثبات جيداً في البحوث التربوية والنفسية اذ انه اعلى من النسبة المقبولة والمقترحة من قبل الباحثين المشار اليهم سابقاً. الصورة النهائية للمقياس

بلغ عدد فقرات مقياس اجترار الذات في صورته النهائية (٣٥) فقرة، (ملحق، ٣) تقابلها خمسة بدائل للإجابة هي: (تنطبق علي تماماً، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي احياناً، تنطبق علي نادراً، لا تنطبق علي ابداً) وحددت لها الدرجات (١,٢,٣,٤,٥) للفقرات الايجابية و(٥,٤,٣,٢,١) للفقرات السلبية.

التطبيق النهائي للمقياس:

ولتحقيق اهداف البحث بعد التأكد من صلاحية ادوات البحث وصدقها وثباتها طبق الباحث الاداة على افراد عينة البحث الاساسية التي تمثل عينة التطبيق النهائي للبحث والبالغ عددها (٢٠٠) طالب وطالبة في التخصصات الدراسية العلمية والانسانية.

الوسائل الإحصائية Statistical Methods

من اجل معالجة البيانات استعان الباحث بالحقيبة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) للوصول الى نتائج البحث الحالي إذ تم استخدام الادوات الاتية:

١-النسبة المئوية:

٢- معامل ارتباط بيرسون:

٣- الاختبار التائي لعينة واحدة:

٤- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين

٤-معادلة الفا- كرو نباخ للاتساق الداخلي.

الفصل الرابع

عرض النتائج ومناقشتها

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصل إليها الباحث وفقاً لأهدافه ومناقشته، ومن ثم بيان التوصيات والمقترحات في ضوء هذه النتائج.

الهدف الأول: **التعرف على اجترار الذات لدى طلبة الجامعة**.

لتحقيق هذا الهدف طبق الباحث مقياس اجترار الذات على طلبة الجامعة، إذ بينت النتائج أن الوسط الحسابي لاستجابات أفراد العينة على مقياس اجترار الذات بلغ (٨٩.٠٠٠٠) وبانحراف معياري

(٢٩.٨٣٧٧٥) وهو أعلى من الوسط الفرضي للمقياس البالغ (١٠٥) ولتعرف الفرق بين المتوسطين تم استعمال الاختبار التائي (t– test) لعينة ومجتمع، اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (٧,٥٨٣) وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) كونها اكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦)، الجدول (١٠).

الجدول(٢)

متوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لدرجات

أفراد عينة البحث على مقياس اجترار الذات.

عدد أفراد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
٢٠٠	٨٩,٠٠٠	٢٩,٨٣٧٧٥	١٠٥	١٩٩	٧,٥٨٣	١,٩٦	دالة إحصائياً عند (٠,٠٥)

الهدف الثاني: التعرف على دلالة الفروق في اجترار الذات لدى طلبة الجامعة على وفق متغير النوع الاجتماعي (ذكور، إناث) والتخصص الدراسي (علمي، انساني)

لتحقيق هذا الهدف، اوجد الباحث المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لتعرف الفرق الدال إحصائيا بينهما على وفق متغيري النوع الاجتماعي والتخصص الدراسي، اذ بينت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسط الحسابي لاجترار الذات عند أفراد عينة البحث على وفق النوع الاجتماعي (ذكور، إناث)، اذ بلغ المتوسط الحسابي للذكور (٢٩,٨٢٩٠٣) وبانحراف معياري بلغ (٢٩,٨٢٩٠)، كما بلغ المتوسط الحسابي للإناث (٢٩,٩٩٦١٨) وبانحراف معياري (٢٩,٩٩٦٢).

الجدول (٣)

المتوسطات والانحرافات المعيارية لا فراد

العينة على وفق متغير النوع الاجتماعي والتخصص الدراسي

التخصص	الجنس				التخصص (كلي)	
	ذكور		إناث		المتوسط	الانحراف المعياري
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
انساني	٨٨,٨٧٠٠	٢٩,٩٩٦١٨	٢٨,٩٩١٦٨	١٣,٦٨-	٨٨,٨٧٠٠	٢٩,٩٩٦١٨
علمي	٨٩,١٣٠٠	٢٩,٨٢٩٠٣	٢٩,٩٧٠٣	١١,٤٦-	٨٩,١٣٠٠	٢٩,٨٢٩٠٣
الجنس (كلي)	١٣٩,٨٣	١٣,٩٩	١٣٨,٩٥	١٢,٨٣-	١٣,٨٨	١٣٧,٨٧

وتبين هذه النتائج تقارب القيم فيما بينها، وتعبر هذه النتائج عن عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في

اجترار الذات بين افراد العينة على وفق النوع الاجتماعي (الذكور، الإناث).

كما بينت النتائج عدم وجود فرق ذي دلالة احصائية بين المتوسط الحسابي لاجترار الذات عند افراد عينة البحث على وفق التخصص الدراسي (انساني، علمي)، اذ بلغ المتوسط الحسابي للتخصص الانساني (٨٨,٨٧٠٠) وبانحراف معياري بلغ (٢٩,٩٩٦١٨)، كما بلغ المتوسط الحسابي للتخصص العلمي (٨٩,١٣٠٠) وبانحراف معياري (٢٩,٨٢٩٠٣). وتبين النتائج عدم وجود فرق ذي دلالة احصائية في اجترار الذات بين افراد العينة على وفق التخصص الدراسي. واستعمل الباحث لبيان الفرق في اجترار الذات لدى افراد عينة البحث على وفق النوع الاجتماعي (ذكور، إناث) والتخصص الدراسي (أنساني علمي) الاختبار التائي. اذ أظهرت نتائج التحليل أنه لا توجد فروقا ذات دلالة معنوية في اجترار الذات لدى طلبة الجامعة على وفق متغير النوع الاجتماعي، اذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (٠,٤٣) وهي اقل من القيمة التائية الجدولية والبالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٥٦) وتشير هذه النتيجة إلى أنه لا يوجد هناك فرق ذو دلالة معنوية في متغير النوع الاجتماعي في اجترار الذات لدى طلبة الجامعة.

ولتعرف الدلالة المعنوية لاجترار الذات لدى طلبة الصف الدراسي(الثاني، الثالث) من المرحلة الجامعة على وفق متغير التخصص الدراسي (علمي، إنساني) فقد، بلغت القيمة التائية المحسوبة (٠٦١، وهي اقل من القيمة التائية الجدولية، البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية(١٥٦) مما يدل على عدم وجود فرق ذي دلالة معنوية لمتغير التخصص في اجترار الذات لدى طلبة الصف الدراسي(الثاني، الثالث) في المرحلة الجامعة، كما مبين في الجدول (١٢). وهذا يدل على أن طلبة الصف الدراسي الثاني من المرحلة الجامعة من ذوي التخصص الإنساني ليس لديهم فرق في اجترار الذات مقارنة مع طلبة الصف الدراسي الثالث من المرحلة الجامعة، التخصص العلمي.

تفسير النتائج ومناقشتها

اجترار الذات :

يتضح من خلال عرض النتائج، أن عينة البحث تتمتع بدرجة عالية في اجترار الذات كون متوسط اجابات افرادها على مقياس اجترار الذات اعلى من متوسط مجتمع البحث، ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء نظرية سوزان (Susan – 1991)، التي ترى ان اجترار الذات، يتطور عبر مراحل إنمائية مختلفة، إذ إن الشخص في سنين عمره الأولى لا يتمكن من التمييز بين ذاته والبيئة المحيطة به. ويتدرج مفهوم اجترار الذات في النمو تدرجا مسايراً في تلك المراحل الإنمائية النفسية المختلفة. وأرجعت سوزان (Susan – 1991)، اجترار الذات إلى الطريقة التي يدرك بها الفرد العالم المحيط به وكيفية التعامل مع المواقف السلبية الضاغطة.

كما وان طلبة الجامعة يصنفون ضمن مراحل عمرية لها القدرة والقابلية على ادراك الأحداث والوقائع من حولهم وأكثر قدرة على التحكم بسلوكياتهم كما أنهم أكثر استقلالا في المجال الإدراكي، اذ يتميزون في هذه المرحلة بأفكارهم الخاصة وطموحاتهم المستقبلية، التي يسعون بطريقة أو بأخرى للوصول إلى تحقيقها

مجلة آداب البصرة للعلوم الإنسانية
العدد ٣ (أ) – المجلد ٤٣ – السنة ٢٠١٨

في هذه الحياة مما يجعلهم يجترون الافكار بشكل متكرر.

ويرى الباحث ان الدراسات التي قامت بها سوزان وآخرون حول متغير اجترار الذات كانت قد ‘طبّقت على طلبة الجامعات الامريكية والتي تمتاز بكثرة المشاكل والانحرافات السلوكية والمليئة بالأحداث والمواقف الضاغطة وكثرة الاساءات التي يتعرضون لها، وهذا ما لا نجده في الجامعات العربية بشكل عام والجامعات العراقية بشكل خاص، إذ تقل المشاكل فيها بسبب التزام الافراد بالقيم والمبادئ والآداب وايمانهم بالأعراف الاجتماعية، وهذا بطبيعة الحال يؤدي الى قلة المواقف الضاغطة وبالتالي يؤدي ذلك الى قلة h[jvhv الذات لديهم. وتتسق هذه النتيجة مع نظرية اساليب الاستجابة للعالمة (سوزان نولن) Susan Nolen – 1991 ودراسة (Denson 2009) ودراسة Sukh0dlsky(2001) – ودراسة (McCullough 2007) – ودراسة Ray et al 2001 ودراسة Martin 1996 – ودراسة Owen 2011)، إذ إن نتائج عينة البحث تتمتع بمستوى مرتفع من اجترار الذات للعينة نفسها، وتتسق مع النتائج التي توصلت اليها دراسة (Susan 1991).

٢- تشير نتائج الدراسة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة معنوية بين أفراد العينة على وفق متغير النوع الاجتماعي (ذكور، إناث) وعدم وجود فرق دال معنوياً على وفق متغير التخصص الدراسي (انساني، علمي) في اجترار الذات، اذ انه يمكن القول بان طلبة الجامعة (ذكور، اناث) لديهم المقدرة على التعامل مع الاحداث والمواقف الضاغطة بإدراك متميز وبشكل متقارب يجعلهم متفردين وذا استقلال واضح في الآراء نتيجة العلوم والثقافات التي يحصلون عليها خلال دراستهم الجامعية مدعوماً بنموهم المعرفي والإدراكي.

(Sukhodolsky et al – 2001) إذ يشير كل من سوزان وساكا دولسكي وآخرون في نتائج دراساتهم التي توصلت الى وجود علاقات ارتباطية بين اجترار الذات ومتغيرات (النوع الاجتماعي، التخصص الدراسي، الصف الدراسي). ويرى الباحث ان افراد عينة الدراسة الحالية لديهم اجترار ذات عالٍ لهذا كان هناك ارتباط دال معنوياً بين متغير اجترار الذات ومتغيرات (النوع الاجتماعي، التخصص الدراسي، الصف الدراسي) والسبب في ذلك هو كثرة المواقف الضاغطة السلبية التي يتعرض لها طلبة الجامعة، ولكنها ليست بحجم ما يتعرض له طلبة الجامعات الامريكية وذلك لتحلي المجتمع العراقي بالقيم والمبادئ الاصيلة والتي تشكل رادعاً قوياً للحيلولة من الحد من انتشار المواقف السلبية الضاغطة وتأثيرها على الافراد.

التوصيـــات:

بناءً على النتائج التي توصل إليها البحث يوصي الباحث بما يلي:

١) الاستعانة بمقياس الدراسة الحالية في مجالات الارشاد والتوجيه التربوي والاكاديمي.

٢) اهتمام المؤسسات التربوية بضرورة توعية الآباء والامهات بأهمية تنشئة ابنائهم تنشئة صالحة يتحلون فيها بروح التسامح والتقبل اثناء تعرضهم لمواقف ضاغطة.

مجلة آداب البصرة للعلوم الإنسانية
العدد ٣ (أ) – المجلد ٤٣ – السنة ٢٠١٨

المقترحات:

يقترح الباحث في ضوء نتائج البحث المقترحات الآتية:

١) اجراء بحث لدراسة اجترار الذات وعلاقته بمتغيرات ديموغرافية اخرى (نوع السكن، الديانة، القومية) .. الخ.

٢) إجراء دراسة مقارنة لتعرف اجترار الذات لدى طلاب المراحل الجامعية الاربع.

المصـــــــــــــــادر

اولاً – المصادر العربية

ثانياً – المصادر الانكليزية

أولا:المصادر العربية:

١) الجيار، سيد ابراهيم (١٩٩٠): **دراسات في التجريد التربوي**، دار الغريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.

٢) **سمارة، محمود سمارة: علم النفس الاجتماعي، مطبعة عمان للكتب، الاردن.**

٣) صالح، احمد زكي صالح (٢٠٠٥): نظريات التعلم، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، مصر.

٤) الضيدان، محمود (١٩٩٤): **فاعلية الذات**، القاهرة، مكتبة مصر.

٥) العزة ، محمود مصطفى (١٩٩٩): **الادراك المتغير للشاب المصري** ، البرطاش سنتر للنشر والتوزيع، القاهرة.

٦) عبد العزي، عطيوي (٢٠٠٤): **ذخيرة علوم النفس**، الدار الدولية للنشر والتوزيع، القاهرة.

٧) **عيسوي، محمد عيسوي، الاسرة والحياة العائلية، دار المعرفة الجامعية، عالم الكتب القاهرة.**

٨) **قند ليجي والسامرائي،(٢٠٠٩): نمو الطفل المعرفي واللغوي، دار الاهلية للنشر – والتوزيع، عمان، الاردن**

٩) **ملحم، احمد ملحم،(٢٠٠٠):الأساليب المعرفية المميزة لدى طلاب الجامعة، دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان الاردن.**

ثانيا: المصادر الانكليزية:

–Blaney (1986)"Gender differences in mate selection preferences test of the parental investment model". **Psychological Bulletin,** Vol (1), pp. 125-139:

- Carver (1990): **American psychiatric Glossary.** 7th edition Washington , American psychiatric press.

-Denson .(2009) preferences in human mate selection**, journal of personality and social psychology**

Ebel. R. L(1972). Theory and practice of psychologist testing, New Jersey prentice Haling .

-Kohn . (2003) : Differentiation of self and attachment in adulthood: Relational correlates of effortful control. **Contemporary Family Therapy.** Vol.(26), No.(3), P. 220
- Needleman , E.A. (2001) : The role of differentiation of self in Marital adjustment **. Journal of counseling psychology** , , p. 50
- Novaco , 2000. P.170 the parental investment model: NEW York framework. **Adolescent.** winter, from internet **,http:// w w Furl Net**
-Nunn ally, J.C. (1978): **introduction to psychological Measurement**.
- Owen, (2011)**, psychological Differentiation,** Wiley, N .y.
-Parle ,.(20018) : the differentiation of self-inventory : Development and Initial validity, **Journal of counseling psychology** , P - 150,
- Sukhodolsky (2001): **Bowen theory** FAQ, version 20 , Syracuse family center-Cohn Bergman .
- Susan - Nolen .H.(1991) ' Rumination and family 'University of pennsy . vanja press philadephia .
- Sarsen and Floden(1984) selection of self and attachment in edition **'University of pennsy . vanja press**
- Simpson , Y(2003): Sex differences in mate selection preference and sexual strategy. Chinese **Journal of Psychology** . Vol 44(1). pp 75-9
-Wells and Matthew.(1994) . The universal Dictionary of English . **language**

الملاحـــــــــــــــــــق

لملحق رقم (٢)

أسماء الخبراء الذين استعان بهم الباحث للحكم على صلاحية فقرات مقياس اجترار الذات

ت	أسم الخبير	الجامعة- الكلية – القسم – التخصص
١	أ.د. محمود كاظم التميمي	المستنصرية- كلية التربية- قسم الارشاد النفسي- إرشاد نفسي
٢	أ.د. قبيل كودي حسين	المستنصرية - كلية التربية- قسم الارشاد النفسي- قياس وتقويم
٣	أ.م.د كاظم كريدي العادلي	المستنصرية- كلية التربية- قسم الارشاد النفسي- قياس وتقويم
٤	أ.د. عياد سماعيل صالح	البصرة- كلية التربية للعلوم الانسانية- قسم الارشاد النفسي- إرشاد نفسي
٥	أ.م. د. سلمان جودة مناع الشمري	المستنصرية- كلية التربية- قسم الارشاد النفسي- إرشاد نفسي
٦	أ.م.د. علاهن محمد علي	المستنصرية- كلية التربية - ارشاد نفسي
٧	أ.م.د.عبد الزهرة لفتة البدران	البصرة- كلية التربية للعلوم الانسانية- قسم الارشاد النفسي- علم نفس التربوي
٨	أ.م. د. بتول بناي زبيري	البصرة- كلية التربية للعلوم الانسانية- قسم الارشاد النفسي- إرشاد نفسي
٩	أ .د. بتول غالب الناهي	البصرة- كلية التربية للعلوم الانسانية- قسم العلوم التربوية والنفسية- إرشاد نفسي
١٠	أ.م. د. مائدة محي الطعان	البصرة- كلية التربية للعلوم الانسانية- قسم الارشاد النفسي- ارشاد نفسي

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية
العدد ٣ (أ) – المجلد ٤٣ – السنة ٢٠١٨

١١	أ.م. د. لمياء جاسم	المستنصرية- كلية التربية - قسم الارشاد النفسي- إرشاد نفسي
١٢	أ.م.د. محمود شاكر	المستنصرية- كلية التربية- قسم الارشاد النفسي- إرشاد نفسي
١٣	أ. م.د. ابتسام علي النوري	المستنصرية- كلية التربية- قسم الارشاد النفسي- إرشاد نفسي
١٤	م.د. عبد المحسن عبد الحسين خضير	البصرة- كلية التربية للعلوم الانسانية- الارشاد النفسي - ارشاد نفسي
١٥	أ.د. نادية شعبان	المستنصرية- كلية التربية - قسم الارشاد النفسي- إرشاد نفسي

العدد ٣ (أ) – المجلد ٤٣ – السنة ٢٠١٨

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية

مجلة آداب البصرة للعلوم الإنسانية
العدد ٣ (أ) – المجلد ٤٣ – السنة ٢٠١٨

ملحق (٣)

مقياس اجترار الذات بصورته النهائية

جامعة البصرة / كلية التربية للعلوم الانسانية

قسم الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

الدراسات العليا / الماجستير

عزيزي الطالب .....عزيزتي الطالبة :

تحية طيبة :

يروم الباحث اجراء دراسة تربوية ونفسية ، لهذا يضع بين يديك مجموعة من الفقرات التي تتطلب ردود فعلك المحتملة والتي تعبر عن مشاعرك بين وقتٍ وآخر . لذا نرجو تفضلك بقراءة كل فقرة والإجابة عنها بصدقٍ وموضوعية وأمانة ومن خلال اختيار ما يعبر عن أحسن وصف لك من بين الإجابات الخمسة الموضوعة أمام كل فقرة فإذا كانت الفقرة تنطبق عليك تماماً فضع علامة (√) أمام البديل (تنطبق عليّ تماماً) ، وإذا كانت الفقرة تنطبق عليك غالباً فضع (√) أمام البديل (تنطبق عليّ غالباً) وهكذا .....وكما موضح في المثال الآتي:

		البدائل				
ت	الفقرة	تنطبق عليّ تماماً	تنطبق عليّ غالباً	تنطبق عليّ أحياناً	تنطبق عليّ نادراً	لا تنطبق عليّ أبداً
١	**المواقف الحياتية السلبية تهيمن على افكار**		√			

عزيزتي ....عزيزي الطالب : يرجى التفضل بالإجابة على جميع الفقرات من دون استثناء علماً انه لا يوجد هناك إجابة خاطئة وأخرى صحيحة ، .

ملاحظة : لا داعي لذكر الاسم سوى المعلومات التالية :

. النوع : ذكر ☐ أنثى ☐

. التخصص : أنساني ☐ علمي ☐

. الصف الدراسي : الثاني ☐ الثالث ☐

مع الشكر الجزيل

ت	الفقرة	تنطبق عليّ تماماً	تنطبق عليّ غالباً	تنطبق عليّ احياناً	تنطبق عليّ احياناً	لا تنطبق عليّ ابداً
١	اراجع اعمالي الخيرة التي قدمتها للآخرين عند مواجهة موقف صعب					
٢	اراجع ما قدمته من عمل لأسرتي عندما اجدها منزعجة مني					
٣	افكر مليا اذا ما أسئت بتعاملي مع استاذي.					
٤	يؤنبني ضميري اذا أسئت للآخرين.					
٥	اراجع نفسي مليا عندما أسيئ لزملائي الطلبة.					
٦	الوم نفسي اذا لم اقدم المساعدة لمن يحتاج من زملائي.					
٧	اشعر بعدم الارتياح لتأجيلي مذاكرة بعض المقررات الدراسية					
٨	اراجع نفسي عندما اريد تقديم العون للآخرين .					
٩	استمتع عندما اراجع شريط الذكريات المليء بالإساءة للآخرين					
١٠	اتلذذ عندما افكر في الاساءة لصديق ما.					
١١	استرجع في مخيلتي حالة غش في الامتحان مارستها					
١٢	اشعر بالفخر عندما استرجع حالة مواجهه مع تدريسي مرّة بي .					
١٣	اتباهى عندما اتذكر حالة تمرد على النظام الجامعي.					
١٤	تنتابني فكرة رد الاساءة لمن يسيء إلي.					
١٥	افكر مليا بطرائق المشاكسة على النظام الجامعي.					
١٦	اجد متعة في الاساءة الى زملائي او زميلاتي من النوع الآخر.					
١٧	اجد ان افكاري مليئة بالتوجهات السلبية نتيجة لضغوط الحياة.					
١٨	الافكار السلبية ضد الآخرين هي التي تؤثر في سلوكي.					
١٩	استرجع الافكار السلبية عند ما يطلب مني					

مجلة آداب البصرة للعلوم الإنسانية
العدد ٣ (أ) – المجلد ٤٣ – السنة ٢٠١٨

	المشاركة بالنشاطات الاجتماعية.					
٢٠	تنتابني افكار مشوهة عند مواجهة اعمالي اليومية.					
٢١	تنتابني افكار تعجيزية عند مواجهة مشكلة ما.					
٢٢	اتعامل مع ضغوط الحياة بشكل سلبي.					
٢٣	افكاري توحي الي بالتجنب عن فعل الخير للآخرين.					
٢٤	تنتابني تشوهات معرفية عندما ابادر .لمساعدة اصدقائي					
٢٥	افكاري عدائية لمن يسيء الي من الطلبة.					
٢٦	ألوم نفسي عندما تفوتني فرصة الانتقام ممن اساء الي.					
٢٧	تنتابني افكار سوداوية عندما ينتقدني الاخرون.					
٢٨	افكر في الانتقام حينما أُهزم أمام الاخرون.					
٢٩	أسعى جاهداً من أجل عدم تقديم العون لزملائي.					
٣٠	اشعر بالغرور والزهو عندما انتقص من قدر اصدقائي.					
٣١	تنتابني افكار النشوة والاستمتاع عندما يتعرض زملائي الى اهانة من قبل التدريسي.					
٣٢	تنتابني افكار الهزيمة والتراجع عندما ينتقدني الاخرون.					
٣٣	افكر دائماً بوسائل الانطواء والعزلة عن الاخرين					
٣٤	استرجع الافكار بسرعة من اجل ازعاج الاخرين					
٣٥	أجادل كثيراً من أجل إزعاج الآخرين					

مجلة أبحاث البصرة للعلوم الإنسانية
العدد ٣ (أ) – المجلد ٤٣ – السنة ٢٠١٨