

تجنب الاذى لدى طلبة الجامعة

ایمان ناظم حذیة المیاحی

iman.Nazem2206m@coeduw.uobaghdad.edu.iq

أ.م.د. ازهار هادي رشيد

جامعة بغداد/ كلية التربية للبنات

الملخص

يهدف البحث الحالي التعرف على تجنب الاذى لدى طلبة الجامعة، ويتحدد البحث الحالي بطلبة الجامعة من كلا الجنسين (ذكور، اناث) وللفرعين (علمي، انساني) للعام الدراسي (٢٠٢٤ - ٢٠٢٥)، ولتحقيق اهداف البحث قامت الباحثة بترجمة مقياس تجنب الاذى (Cloninger, 1987) يتكون المقياس من (٣٢) موزعة على اربعة ابعاد هي (القلق الاستباقي، الخوف من عدم اليقين، الخجل من الغرباء، التعب) بواقع (١١) فقرة للقلق الاستباقي و(٦) فقرات للخوف من عدم اليقين (٧) فقرات للخجل من الغرباء و(٨) فقرات للتعب، وبعد عرضه على الخبراء اصبح المقياس متكون من (٢٢) فقرة، وكانت بدائل الاجابة هي(خطأ بالتاكيد - خطأ في الغالب - لا صحيح ولا خطأ - صحيح في الغالب - صحيح بالتأكيد)، وتعطى الدرجات للفقرات (١,٢,٣,٤,٥) على التوالي. وتكونت عينة البحث الحالي من (٧٠٠) طالب وطالبة اذ بلغت عينة التحليل الاحصائي (٤٠٠) طالب وطالبة لاستخراج الخصائص السيكومترية لأدات البحث الحالي، وعينة التطبيق وبلغ عددها (٣٠٠) طالب وطالبة في جامعة بغداد اختيروا بالطريقة العشوائية (العلمية، والانسانية) ومن (الذكور، والاناث) . وتحققت الباحثة من الخصائص السيكومترية للمقياس ومن ثم تطبيقها على عينة البحث، واستخدمت الباحثة عدد من الوسائل الاحصائية لتحقيق اهداف البحث منها(الاختبار التائي لعينة واحدة) (الاختبار التائي لعينتين مستقلتين) (معامل ارتباط بيرسون) (معادلة الفا كرونباخ)، وقد اظهرت النتائج ان طلبة البحث الحالي لديهم مستوى منخفض من تجنب الاذى , وقد خرج البحث بعدة توصيات .

الكلمات المفتاحية : تجنب الاذى، طلبة الجامعة.

Avoidance of Harm Among University Students

By: Dr. Azhar Hadi*

Iman Nazem Hadiya Al-Mayah

University of Baghdad / College of Education for Women / Department of
Educational and Psychological Sciences

Abstract

The current research aims to identify the level of harm avoidance among university students. The study is limited to university students of both genders (male and female) and both academic tracks (scientific and humanities) for the academic year (2024–2025). To achieve the research objectives, the researcher translated the Harm Avoidance Scale (Cloninger, 1987). The scale consists of (32) items distributed across four dimensions: (anticipatory worry, fear of uncertainty, shyness with strangers, and fatigability). These dimensions include (11) items for anticipatory worry, (6) items for fear of uncertainty, (7) items for shyness with strangers, and (8) items for fatigability. After review by experts, the scale was reduced to (22) items. The response options were: (definitely false – mostly false – neither true nor false – mostly true – definitely true), with scores assigned as (1, 2, 3, 4, 5) respectively. The research sample consisted of (700) students, with (400) students used for statistical analysis to extract the psychometric properties of the research tool, and (300) students for application, selected randomly from the University of Baghdad (scientific and humanities tracks, and both genders). The researcher verified the psychometric properties of the scale and then applied it to the research sample. Several statistical methods were used to achieve the research objectives, including (one-sample t-test, independent two-sample t-test, Pearson correlation coefficient, and Cronbach's alpha). The results showed that the current research sample had a low level of harm avoidance. The study concluded with several recommendations .

Keywords: Harm avoidance, university students.

مشكلة البحث :

ان تجنب الاذى هو تلك السمة التي تتطوي لتجنب الاخطار وحماية الذات من الاذى المادي والمعنوي، وان الاشخاص يتباينون في تعبيرهم السلوكي والوجداني عن تلك السمة الى تجنب المواقف المختلفة التي تواجههم (Cattell,1965;p128) .

ويمكن ان ننظر الى تجنب الاذى بانه سلوك تثبيطي للحد من القلق ويعتبر سمة مزاجية تعمل على خلق مسافة (نفسية او جسدية) عن اي تهديد ممكن ان يتعرض له الطلبة، حيث يميل الطلبة الذين يتميزون بمستوى عال من تجنب الاذى بان يكونوا متشائمين وقلقين وخائفين وخجولين ويكونون اكثر عرضة للإجهاد، ويتميزون بانهم اكثر تجنباً وابتعاداً عن المواقف الجديدة التي من الممكن ان تشكل تهديدا لهم (Cloninger,1987;p 58) . وان تجنب الاذى هو سمة تلقائية وقد يتم اكتسابها في كثير من الاحيان بشكل مباشر عند التعرض لموقف غير سار، او قد يكون سبب تجنب الاذى نتيجة لخبرات متراكمة من العقوبات او الاحداث المنفرة وخاصة في الفترة الاولى من حياة الفرد (Alport, 1937;p.48) . وتنشأ مشكلة تجنب الاذى التي ابرز مظاهرها الانسحاب وذلك لحماية الفرد نفسه من الاذى و سينعكس بالضرر على الآخرين، وبالتالي قد يقودنا التجنب المتكرر الى الشعور بالفشل والعجز، والذي قد يؤدي للوصول الى نتائج عكسية (Bandura,1994;p.71) . وعادة ما يكون تجنب الاحداث الغير سارة بمثابة استراتيجية سلوكية تكيفية، ومع ذلك في بعض الاحيان يصبح التجنب مزماً ويؤدي الى ضعف الاداء اليومي للفرد وقد تؤدي الى ضعف الأداء الاجتماعي فيميل الى الانعزال عن المجتمع لتخفيف القلق الناتج عن المواقف الاجتماعية الجديدة وربما الانسحاب، (Simon & et,al,2020;p13) . ويرى (مرسى، ١٩٨٨) ان تجنب الاذى هو التعبير عن المواقف الاجتماعية والبيئية المثيرة للقلق عند الفرد، وعلى الفرد الابتعاد عن تلك المواقف، (مرسى، ١٩٨٨ : ٤٣) . ويعكس تجنب الاذى نظام التثبيط السلوكي واختلاف الاستجابة الفردية العقاب والمحفزات، ان الافراد الذين لديهم درجة عالية من تجنب الاذى حساسون للإشارة ايضا للمنبهات الضارة وبالتالي يمنعون سلوكهم لتجنب العقاب . (Brown 1992;p;190,et al)، وقد وجدت دراسة (Blaloc&Joiner,2000) ان الافراد الذين يعانون من الاكتئاب لديهم قدر اكبر من تجنب الاذى وانخفاض التوجيه الذاتي مقارنة بالمشاركين بالسكان الالمان، وقد قادتهم النتائج الى الاستنتاج ان ارتفاع التوجيه الذاتي وانخفاض الاذى ربما يكونان من عوامل المرونة ضد تطور اعراض الاكتئاب . يبدو ان مستويات تجنب الاذى مرتبطة بخطورة الاجهاد النفسي وفي كثير من الاحيان ينخفض بعد العلاج (Blalock & Joiner,2000;p;48) وقد اظهرت دراسة (Hansenne& et al 1998) ان الاكتئاب لدى الافراد لديهم اعلى مستويات من تجنب الاذى وكانت مستويات التجنب مرتبطة بمزيد من اعراض الاكتئاب. (Hansenne& et al,1998;p;101)، اما دراسة (Brown et al ,1992;p;197) اظهرت ان مستويات تجنب الاذى انخفضت بعد العلاج لدى (٥٠) مريضاً يتلقون العلاج للقلق والاكتئاب، فوجدوا ان المرضى الذين تلقوا علاجاً لا

عراض القلق لديهم شهدت انخفاضا في مستويات تجنب الاذى، (Brown et al 1992,p;197).

وانطلاقا مما تقدم فان مشكلة البحث الحالي تتجلى على الصعيد الاكاديمي في محاولة علمية جادة للإجابة عن التساؤل التالي : هل يمتلك طلبة الجامعة تجنب اذى ؟

اهمية البحث :

تتضح اهمية البحث الحالي من خلال تناوله لعينة طلبة الجامعة والتي تقابل مرحلة الشباب وهي مرحلة مهمة عليها يعتمد مستقبل الامة، كما تتضح أهميته كذلك من خلال المتغير الذي تم تناوله في هذا البحث والمتمثل في تجنب الاذى وهو من المواضيع المهمة في عصرنا الحاضر لارتباطه بالجانب التطوري للبلد . ونظرا لما يتعرض له طلبة الجامعة عند الانتقال من البيئة المدرسية الى مرحلة منفتحة ومختلفة جذريا الا وهي الجامعة حيث قد يشعر الطلبة بقلقهم تجاه هذه البيئة الجديدة وسينعكس هذا القلق على مساره التعليمي مما يشعره بان مايواجهه يفوق امكانياته وقدراته وتتجاوز امكانياته فيصعب تحملها ومواجهتها، (Cohen & et al ,1983; p.387). ونلاحظ زيادة الاهتمام في السنوات الاخيرة بدراسة هذه الاستراتيجيات مثل (حل المشكلات، والحذر، وطلب مساعدة الآخرين، والانسحاب،الخوف) وقد اسماها علماء النفس بأساليب التعامل مع الضغوط او الهرب منها او على الاقل التقليل من شدتها بغية الوصول الى حالة التوازن (دافيدون، ١٩٨٨ : ٦٢٠) . ويرى (Folkman,1984) ان الافراد يتجنبون الاذى ليحققوا التكيف مع بيئاتهم في ضوء تقييمهم للموقف، فعندما يبنى على انه تهديد او تحدي او تجنب اذى، فيتطلب اساليب معينة لتعامل معه لتنظيم ذلك الموقف، وتغير فهم الفرد لذلك الموقف فيما يتعلق بإحساس الفرد بسيطرته على ازمته ويطلق عليها التعامل المركز على الانفعال او معالجة المشكلة المسببة للأزمة من خلال تعزيز ادراك السيطرة في المواقف الغير مسيطر عليها ظاهريا ويطلق عليه التعامل المركز على المشكلة لذا فان استخدام الفرد لأساليب تكيفية مع البيئة يكون الهدف منها الوصول الى نتيجة للحدث وذلك عن طريق تجنب المواقف المؤدية الى نتائج غير سارة في حالة عدم تجنبه (Lazarus & et al ,1987;p. 218) . وفي دراسة (Harris , 1978) فقد وجد ان الافراد الذين يواجهون صعوبة بالتكيف في المواقف الصعبة والتي تشكل تهديدا بالنسبة لهم مما تجعلهم يميلون عادة الى السلوك التجنبي، ضننا منهم انها ستقلل من التوتر لديهم بصورة غير مباشرة ، (Harris ,1978;p.380) . وفي دراسة (Berkel,2009) فقد استهدفت فحص مساهمة الشخصية واساليب التعامل مع الاجهاد النفسي المدرك (القلق، الاكتئاب، التوتر) وعلاقته بتجنب الاذى والتوجيه الذاتي، تم اختيار مجموعة من طلبة جامعة كانتربري نيوزلندا وبلغت (٢٠١) طالب وطالبة، تم استخدام مقياس كوهين لقياس الاجهاد المدرك، ومقياس تجنب الاذى لكونلجر، وقد اظهرت النتائج ان

هنالك علاقة ارتباطية ايجابية بين تجنب الالذى والاجهاد النفسي في حين التوجيه الذاتي ارتبط بشكل سلبي بالاجهاد النفسي . (Berkel,2009;p.56) . وفي دراسة (Picett & kurby,2009) حول تجنب التجارب، فقد وجدوا ان الافراد الذين حصلوا على درجات اعلى في تجنب التجارب اظهروا تحيزا نحو تفعيل استنتاجات المشاعر السلبية، (Picett & Kurby 2009,p;493) . وان الافراد الذين لديهم مستوى عالي من تجنب الالذى يتميزون بالخوف وسلوك الانسحاب او التثبيط سوف يسجلون درجات مختلفة عن الافراد الذين لديهم مستوى منخفض من تجنب الالذى الذين يتميزون . بالشجاعة والتفاؤل نظرا لارتفاع مستوى الهيموكلوبين بالدم يعتبر انعكاسا لزيادة الاثارة اللاإرادية والانتباه الى المخاوف الناشئة فيما يتعلق بالأحداث اليومية، (Yoshino& et al ,2005;p.5).

اهداف البحث : يستهدف البحث الحالي التعرف على تجنب الالذى لدى طلبة الجامعة (افراد عينة البحث الحالي) .

حدود البحث : يقتصر البحث الحالي على طلبة جامعة بغداد من (الذكور، والانات) ومن التخصصين (العلمي، والانساني) وللعام الدراسي (٢٠٢٤ - ٢٠٢٥) .

تحديد المصطلحات : تجنب الالذى Ham avoidance

١- تعريف (Cattell ,1965)

(هو تلك السمة التي تنطوي على ميل الفرد لتجنب المخاطر، وحماية الذات من الالم المادي والمعنوي، تتصف بمشاعر (الخوف والحذر) ومظاهر السلوك من الترقب والانسحاب او الهروب من المواقف والتي يعتقد الفرد بانها مهددة او مضرة بذاته) (Cattell ,1965;p;28)

٢- تعريف (Colninger,1987)

(هو ميل وراثي للاستجابة بشكل مكثف للإشارات المحفزات المنفرة، وبالتالي تعلم كيفية منع السلوك لتجنب العقاب والحادثة وعدم المكافئة المحبطة، ويتم التعبير عنها من خلال التشاؤم والخوف والحذر)، (Colninger,1987;p.73)

التعريف النظري : - تبنت الباحثة تعريف (Colninger ,1987) وهو تعريف واسع ودقيق تناول المفهوم من كل جوانبه وكذلك لتبنيها نظرية ومقياس تجنب الالذى المعد من قبله .
التعريف الاجرائي : - هي الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال استجابته على فقرات المقياس الذي اعتمد في هذا البحث .

الاطار النظري / تجنب الالذى Harm avoidance

مقدمة :

يعد تجنب الاحداث التي قد تكون مهددة او غير مريحة هو ميزة تلقائية للافراد في سياق احداث الحياة اليومية . وفي بعض الاحيان يكون للتجنب مزايا واضحة للبقاء، وهو سمة اساسية

للخوف التكيفي . وفي بعض الاحيان يكون تجنب الاحداث المهددة او غير السارة بمثابة استراتيجية سلوكية تكيفية واضحة للبقاء، ومع ذلك يمكن ان يصبح التجنب مزمنًا ويؤدي الى ضعف الاداء اليومي، اما التجنب المفرط في غياب التهديد الحقيقي يمكن ان يضعف بشدة التجنب ويؤثر على جودة حياة الافراد وقد يمنعهم من مواجهة المعلومات التصحيحية للقلق في مثل هذه الحالات يفقد التجنب قيمته التكيفية وقد يتحول الى استجابة غير تكيفية، (Barlow,2002;p. 34) .

قد يكون هنالك عدد لا يحصى من المواقف التي يمر بها الافراد حيث يكون التجنب هو الالية الافتراضية للتعامل مع احداث مخيفة، مثلاً عندما يتجنب الفرد القلق اجتماعياً للمواقف الاجتماعية الجديدة بسبب العواقب المحتملة التي قد تحدث، والاستخدام السائد للتجنب باعتباره احد وسائل تخفيف اثار الخوف الفعلي والمتوقع يمكن ان يؤدي الى مزيد من الانسحاب من السلوك الاجتماعي، وقد يؤدي التجنب الى نتائج عكسية، عندما يصبح التجنب مزمنًا ومنهكا ويؤدي الى ضعف الاداء الاجتماعي للفرد، فالتجنب المفرط هو سمة تشخيصية مركزية، (Dymond& et al , 2006 ,p.10)

النظريات التي فسرت تجنب الاذى

اهتم عدد قليل من الباحثين العرب والاجانب في مجال علم النفس والعلوم الاخرى ذات الصلة الى دراسة موضوعات ذات علاقة بالشخصية خلال العقود الثلاثة الاخيرة، وهذا دليل على مدى الاهتمام في هذا المجال ، فالشخصية "نمط سلوكي مركب، ثابت إلى حد كبير، يميز الفرد عن غيره من الافراد، ويتكون من تنظيم فريد لمجموعة من الوظائف، والسمات، والاجهزة المتفاعلة معاً، والتي تضم القدرات العقلية، و الانفعالية، والارادة، والتركيب الجسمي الوراثي، والوظائف الفيزيولوجية، والاحداث التاريخية الحياتية، التي تحدد طريقة الفرد الخاصة في الاستجابة، و أسلوبه المميز للتكيف للبيئة" (عواد، ٢٠٢٣ : ٦١).

نظرية النموذج النفسي البايولوجي للشخصية (Cloninger,1986)

تعد هذه النظرية من اهم النظريات الحديثة في منتصف الثمانينات للقرن الماضي، واشهرها بسبب دقة نتائجها فقد اعتمدت على العلوم المختلفة كالطب النفسي والبيولوجيا وعلم الاعصاب وعلم النفس وعلم الوراثة، وقد مرت بثلاث مراحل عرفت بنماذج المزاج والذات والاتساق، حيث قام (Cloninger) باختبار كل نموذج محاولاً تقديم تفسير للطبيعة البشرية، (Cloninger,2004;p.38) . ويرى (Cloninger,2008) ان الشخصية تتكون من وحدات اساسية تسمى السمات، وكل وحدة من وحدات الشخصية لها ثلاث جوانب وينظم بأنظمة منفصلة لكن متداخلة من التعلم والذاكرة وهذه الجوانب هي :

١- جانب جسدي او عاطفي ينظمه تعلم العادات والمهارات للفرد

٢- جانب معرفي ينظمه تعلم الحقائق والافتراضات للفرد

٣- جانب روحي ينظمه تعلم مدرك للذات بشأن استمرارية الفرد ومشاركته في كل اكبر من ذاته . (Cloninger,2008;p.294) ، وقدم (Cloninger,1986) نموذج يتضمن اربعة ابعاد في المزاج وثلاثة ابعاد في الشخصية، تتمثل الامزجة بالسعي نحو الجدة (NS) (Novelty Seeking)، وتجنب الالم (HA) (Harm Avoidance) والاعتماد على المكافأة (RD) (Reward Dependence)، والمثابرة (PS) (Persistence) في حين تتمثل ابعاد الشخصية بالتوجيه الذاتي (SD) (Self-Directedness)، والتعاون (CO) (Cooperativeness)، والسمو الذاتي (ST) (Self-Trecendence) ، (Cloninger,1987,p;98) . وسعى (Cloninger,1997) نظرا لتخصصه كطبيب نفسي في نظريته الى البحث عن الاساس الفيزيولوجي للشخصية الانسانية، لذلك يعد المزاج مقاربة مادية عن الشخصية ركزت على الجوانب العضوية المحسوسة من الانسان، ووصفت الشخصية بانها متعددة الابعاد وان هنالك علاقات متبادلة وغير خطية بين تلك الابعاد، كما مكنت من دراسة المزاج والطبع وقياسهما بشكل موثوق بواسطة التقرير الذاتي والملاحظات على العديد من مستويات التنظيم (الوراثي، والكيميائي، والفيسيولوجي) الى سلوكي على خلاف النظريات الاخرى، و تناولت النظرية الانسان من جوانبه (البيولوجية، والعقلية، والروحية)، اذ يرى ان الانسان وحدة بايولوجية نفسية تتكون من مجموعة انظمة مترابطة، وهذا الكل المترابط اكثر من مجموع اجزائه لان اجزائه لا تعمل بشكل منفصل، فيرى (Cloninger ,1997) ان الشخصية عبارة عن نظام تكيفي ذاتي التنظيم ومتعدد الابعاد يتكون من عاملين اثنين هما (المزاج والطبع). تندرج تحتها وحدات اساسية هي السمات والتي يعرفها بانها انماط ثابتة للتصور والارتباط والتفكير في ذات المرء وفي الاخرين وفي العالم ككل، (Cloninger et al 1997;p.882). وتعد نظرية (Cloninger ,1986) عن تجنب الأذى هي نظرية نفسية تقترح أن البشر يحاولون تجنب الأذى بتوجيه اهتمامهم وجهودهم نحو تجنب المواقف الخطرة والمحتملة للأذى، سواء كان ذلك الأذى على المستوى الجسدي أو النفسي.و تركز على أن البشر يتخذون تصرفات لتجنب الأذى بناءً على تقديرهم للمخاطر والتهديدات المحتملة. يمكن أن تكون هذه التصرفات تجاهل المواقف المحتملة للخطر، أو اتخاذ إجراءات للوقاية والحماية، أو حتى تجنب الأشخاص أو الأماكن التي يعتقد أنها قد تشكل خطرًا على سلامتهم أو سلامة مصالحهم .و أن الافراد يقومون بتقييمات مستمرة للمخاطر والتهديدات المحتملة في بيئتهم، ويتخذون قرارات استنادًا إلى هذه التقييمات لتجنب الأذى والحفاظ على سلامتهم ورفاهيتهم. ويعد تجنب من السلوكيات الأساسية في العديد من المجالات، بما في ذلك الصحة النفسية والعلاقات الاجتماعية والصحة الجسدية وحتى التجارب الشخصية والمهنية. نظرًا لأن التجنب

هو استجابة طبيعية للحفاظ على السلامة والراحة الشخصية، فإنه يمكن أن يظهر في أشكال متعددة، مثل تجنب المواقف الاجتماعية المحرجة، أو تجنب المخاطر المالية، أو حتى تجنب المواقف التي تثير القلق أو الضغط النفسي. وفي بعض الأحيان، يمكن أن يكون التجنب ضاراً إذا تسبب في تقييد حياة الفرد بشكل غير مبرر أو منعه من تجربة النمو والتطور، (Hofstede & et al, 2010;p.78) . وتقدم نظرية (Cloninger, 2008) فهماً عميقاً لسلوك الفرد التجنبي من خلال التركيز على كيفية تقييمه للمخاطر والتهديدات المحتملة وكيفية تأثير هذه التقييمات على سلوكه، وتشير النظرية أيضاً إلى أن العوامل الشخصية، مثل الشخصية والخبرات السابقة والقيم، التي قد تؤثر على كيفية تقدير الأفراد للمخاطر ورد فعلهم تجاهها. ويمكن أن يكون التجنب نتيجة للتعلم والتجارب السابقة، حيث يتعلم الفرد من خلال تجاربه كيفية تجنب المواقف التي تسبب له الأذى أو الإزعاج. وفي بعض الدراسات التي أجراها (Cloninger, 2008) أشارت إلى أن هناك علاقة بين مستوى القلق وسلوك التجنب، حيث يميل الأشخاص الذين يعانون من مستويات أعلى من القلق إلى التجنب أكثر من غيرهم، سواء كان ذلك التجنب للمواقف الاجتماعية أو المواقف التي تشكل مخاطر محتملة. وعلى الرغم من أن التجنب يمكن أن يكون استراتيجية مؤقتة للتعامل مع المخاطر، إلا أنه قد يؤدي في بعض الأحيان إلى تفاقم المشاكل أو إلى فقدان فرص للنمو للفرد والتطور، (Cloninger, 2008;p.286) . من الجوانب الهامة في النظرية أيضاً هي الاعتراف بأن التجنب ليس دائماً سلوكاً سلبياً من قبل الفرد، بل قد يكون رد فعل طبيعياً ومفيداً في بعض الحالات. على سبيل المثال، في مواقف الخطر الحقيقية والتهديدات الجسدية، يمكن أن يكون التجنب استراتيجية حماية ضرورية للبقاء على قيد الحياة. ومع ذلك، يتعين علينا أيضاً أن نفهم كيفية التوازن بين التجنب الصحيح للمخاطر وبين السماح لأنفسنا بتجربة المواقف التي قد تكون مفيدة للنمو والتطور الشخصي نظراً لأن التجنب يمكن أن يكون استجابة طبيعية ومفيدة في بعض الحالات، فإن فهم العوامل التي تحفزها والعواقب المحتملة له يعتبر مهماً. ويشير إلى أن التجنب قد يكون ناتجاً عن الخوف أو عدم اليقين أو التوتر، ويمكن أن يكون له آثار سلبية على الصحة النفسية والعلاقات الاجتماعية إذا تم استخدامه بشكل مفرط أو غير فعال. لذلك، يمكن أن تساعد الأساليب الصحيحة للتعامل مع التجنب، مثل التفكير الإيجابي وتعلم مهارات التحمل، في تقليل الآثار السلبية وزيادة القدرة على التعامل مع المخاطر بشكل أفضل. (Cloninger, 2004;p.40) . كما أن النموذج النفسي للشخصية لدى (1993, Cloninger) هو نموذج أكثر فائدة للاستخدام عند دراسة العلاقة بين الشخصية والاجتهاد النفسي إذ تبين أن بعض الشخصيات تبدو وكأنها تحتوي على الضعف الوراثي للإجهاد، اقترح أن الشخصية تحتوي على مكونين أساسيين هما (المزاج ، والشخصية) . إذ يعتبر المزاج

بمثابة الجانب البيولوجي للشخصية فما دام جانب وراثي يعني يتطور في وقت مبكر من حياة الفرد، فالذاكرة والاستجابة العاطفية ومعالجة المعلومات كلها متأثرة بالمزاج، وان تطور الشخصية يختلف من فرد لأخر وهو عملية مستمرة تتأثر بتجربة حياة الفرد . (Cloninger & et al , 1993; p. 145) . وافترض ان المزاج والشخصية يتفاعلان لا نتاج الشخصية، فيعتقد ان هنالك اربعة امزجة رئيسية للشخصية هي : (البحث عن الجدة، وتجنب الاذى، والاعتماد على المكافأة، والمثابرة)، وثلاث ابعاد للشخصية هي : (التوجيه، والتعاون، وتجاوز الذات) ، فتجنب الاذى يصف التثبيط او التوقف عن السلوك، ويصف الافراد الذين يتعرضون لقدر كبير من الضرر او الاذى بتجنب السلوك المضر، فيكونون خجلون ومتشائمون وعرضة للتعب، وانخفاض الطاقة البدنية والعقلية، يميلون الى الحذر، والخوف، والتوتر، والتوجس، والعصبية، والشك، والاحباط، وانعدام الامن، والسببية، ولذلك يحتاجون الى مزيد من الاهتمام والطمأنينة والتشجيع في المواقف الاجتماعية، وكذلك يفضلون الابتعاد عن نقدهم وعقابهم بدرجة كبيرة، ورغم ذلك فان للأفراد في هذا النمط من المزاج عدة مزايا، ومنها عدم الاندفاع او التسرع، الحذر عند حدوث الاخطار المحتملة لذي يجعلهم يتميزون بدقة التفكير والتخطيط عند المصائب والازمات، بينما الافراد الذين يحصلون على مستوى منخفض من تجنب الاذى فقد يكونون خالين من الهموم ومسترخين ويشعرون بالراحة ومتفائلون ويتميزون بالجرأة والشجاعة وهادئين حتى في المواقف التي تقلق الآخرين لذلك يتسمون بالصلابة والثقة في معظم المواقف الاجتماعية، فضلا عن هماتهم وقوتهم ومستوى نشاطهم وعزيمتهم، ورغم ذلك فنجدهم متهورين ومندفعين وغير متمكنين من المواقف التي يقدمون عليها . (Cloninger , 2004; p. 65) .

ويؤكد (Cloninger , 1993) ان الافراد الذين يتمتعون بمستوى عالي لتجنب الاذى اكثر عرضة للإصابة بالاضطرابات النفسية ويتميزون بالقلق الاستباقي والخوف من عدم اليقين والخجل من الغرباء والتعب، وان زيادة الميل الى القلق من المجهول ربما يكون احد التفسيرات لسبب ارتفاع تجنب الاذى الذي يتعرض له الافراد من زيادة التوتر والقلق، اما الافراد الذين لديهم مستوى منخفض من تجنب الاذى من غير المرجح ان يصبحوا متوترين او قلقين لانهم يميلون الى التفاؤل وعدم القلق في المواقف التي عادة ما يشعر بها الآخرون بالقلق . وان الافراد الذين يعانون من تجنب اذى مرتفع هم اكثر عرضة للتعرض للإجهاد النفسي المدرك . (Cloninger & et al , 1993; p. 78) . وقد قام (Cloninger , 1987) بتطوير النظرية النفسية البيولوجية عامة لتحديد بنية الشخصية وتطويرها، وتشمل هذه النظرية على ابعاد المزاج الاربعة (تجنب الاذى (HA)، السعي نحو الجدة (NS)، والاعتماد على المكافأة (RD)، والمثابرة (PS)) والتي يفترض انها مستقلة وراثيا عن بعضها البعض، ومستقرة الى حد ما طول الحياة ولا تتغير بتأثير العوامل الاجتماعية والثقافية . اما الابعاد الثلاثة للشخصية (التوجيه

الذاتي (SD) ، التعاونية (C) ، وتجاوز الذات (ST) التي يفترض انها تتضج في مرحلة البلوغ، وتؤثر على الشخصية والعلاقات الاجتماعية . فيمثل المزاج الفروق الفردية الثابتة جزئيا في العمليات العاطفية والسلوك والانتباه . وهي ذات اصل بايولوجي، وقد عبر عن المزاج باعتباره اختلافات فردية في الاستجابات التلقائية المقدمة لمحفز عاطفي . يتم اكتساب الشخصية لاحقا في حين ان المزاج يكون فطريا الى حد كبير ومن هذا الجانب يمكن ان تتغير الشخصية بسهولة اكبر من المزاج (Cloninger,1987;p.89)

الدراسات السابقة التي تناولت تجنب الازدي :

الدراسات العربية : بعد اطلاع الباحثة لم تجد سوى دراسة عربية واحدة فقط تناولت متغير تجنب الازدي دراسة الندوي (٢٠١٠) الموسومة (الشخصية غير المكتملة وعلاقتها بالانقياد للآخرين وتجنب الازدي لدى طلبة الجامعة)

استهدفت الدراسة الكشف عن العلاقة بين الشخصية غير المكتملة وتجنب الازدي والانقياد للآخرين، وتحقيقا لأهداف الدراسة قام الباحث ببناء مقياس لقياس تجنب الازدي مستندا على نظرية (cattl, 1930)، وقد طبق المقياس على عينة من طلبة الجامعة والبالغ عددهم (٤٠٠) طالبا وطالبة تم اختيارهم بالطريقة الطبقيّة العشوائية من اربع كليات من جامعة بغداد بعد التأكد من صدق وثبات المقاييس، وبعد معالجة البيانات احصائيا باستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة ولعينتين مستقلتين ومعامل ارتباط بيرسون ومعادلة الفا- كرونباخ والارتباط المتعدد . توصلت النتائج الى ان طلبة الجامعة الذين حصلوا على درجات اعلى من المتوسط الحسابي اتصفوا بالشخصية المكتملة وتجنب الازدي وعدم الانقياد للآخرين، اما الطلبة الذين حصلوا على درجة اقل من المتوسط الحسابي اتصفوا بالشخصية غير المكتملة والانقياد للآخرين وعدم تجنب الازدي، ولاتوجد فروق بين الشخصية الغير مكتملة وتجنب الازدي من حيث (الجنس والتخصص)، وتوجد فروق بين الانقياد للآخرين وتجنب الازدي لصالح الذكور وهناك علاقة ارتباطية بين الشخصية غير المكتملة والانقياد للآخرين وتجنب الازدي، (الندوي، ٢٠١٠)

الدراسات الاجنبية :

١- دراسة (Shirahama et al, 2018) الموسومة (العلاقة بين المزاج القلق وتجنب الازدي لدى طلبة الطب والموظفين) (Relationip between anxious temperament and harm avidanc in medical students and staff

استهدفت الدراسة ايجاد العلاقة بين مزاج القلق وتجنب الازدي، وقد بلغ حجم العينة (١١١) طالبا وطالبة تم اختيارهم من جامعة الطب في (باريس وسان ديبغو)، وقد تم بناء مقياس مزاج القلق ومقياس تجنب الازدي، وقد تم استخدام درجات الانحدار المتعدد احدهما للتنبؤ بالنتابين في

درجات مزاج القلق مع او بدون تجنب الاذى والعوامل ذات الصلة، وتوصلت النتائج الى ارتباط المزاج القلق بشكل كبير وايجابي بالمزاج الاكتئابي والمزاج العصبي، بينما ارتبط تجنب الاذى بشكل كبير وسلبى بالمزاج المفرط في الاشارة والسعي الى الجديد والمثابرة والتوجيه الذاتي للفرد، وعلى الرغم من ان كلاهما كان مرتبط بشكل كبير وايجابي ببعضهما البعض، وتشير النتائج الى ان تجنب الاذى قد يكون لديه ميل الى السلبية، (Shirahama& et al, 2018;p,328)

٢-دراسة (Siggeirsdottir, 2016) الموسومة (علاقة اعراض الوسواس القهري (الاشمئزاز) بتجنب الاذى وعدم الاكتمال) (Disgust and OC Symptoms: The mediating Role of Harm Avoidance and Incompleteness)

استهدفت الدراسة فحص الدور الوسيط البعدي الدافع لتجنب الضرر وعدم الاكتمال في هذه العلاقة وتكونت العينة من (٨٤) طالبا وطالبة من جامعة ايسلاندا تم جمع البيانات باستخدام التقرير الذاتي ومهمة تجنب السلوك المصممة للتحفيز للذين يعانون من الاشمئزاز الذين اظهروا سلوكا اقل في التعامل مع التلوث بسبب القلق وقد كشف التحليل الوسيط باستخدام استبيانات التقرير الذاتي ان عدم الاكتمال كان عاملا وسيطا في العلاقة بين الاشمئزاز والخوف من التلوث وليس تجنب الاذى، وهذا يشير الى انه قد يكون الحساسية الحسية وليس المبالغة في تقدير التهديد هي التي تفسر سبب الاشمئزاز، (siggeirsdottir,2016;p.6)

منهجية البحث : يتحدد منهج البحث على وفق مشكلته واهدافه التي يسعى لتحقيقها، ويعرف منهج البحث على انه الاسلوب الذي يتبعه الباحث لتحديد خطوات بحثه الذي يتمكن منه للوصول الى حل مشكلته. (محجوب، ٢٠٢٠: ٨١)

مجتمع البحث : يتحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة جامعة بغداد (*) للعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥) وللكليات العلمية والانسانية، والبالغ عددهم (٥٤١١٠) طالباً وطالبة، أذ بلغ عدد الطلبة في التخصص العلمي (٣٤٢٢٠) طالباً وطالبة وبلغت النسبة (٦٣%) من حجم المجتمع، في حين بلغ عدد الطلبة في التخصص الانساني (١٩٨٩٠) طالباً وطالبة وبلغت النسبة (٣٧%) من حجم المجتمع، أمّا فيما يخص متغير الجنس، فقد بلغ عدد الطلبة الذكور (٢١٢٧٥) بنسبة (٣٩%)، في حين بلغ عدد الطلبة الإناث (٣٢٨٣٥) بنسبة (٦١%)، والجدول (١) يوضح ذلك.

* تم الحصول على البيانات من قسم شؤون الطلبة والتسجيل/ جامعة بغداد حسب كتاب تسهيل مهمة (ملحق ١) للعام الدراسي

جدول (١) توزيع افراد مجتمع البحث الحالي على وفق متغيري (التخصص، والكلية، والجنس)

التخصص	الكلية	المجموع			النسبة المئوية %
		ذكور	إناث	المجموع	
العلمي	الهندسة	٢٦٠٩	١٢٣٢	٣٨٤١	٧.١٠%
	علوم الهندسة الزراعية	٨٨٨	١٠٦٣	١٩٥١	٣.٦١%
	العلوم	١١٩٢	٢١٣٦	٣٣٢٨	٦.١٥%
	الادارة والاقتصاد	٢٤٨٧	٢٤٦٨	٤٩٥٥	٩.١٦%
	العلوم للبنات	٠	١٧٩٠	١٧٩٠	٣.٣١%
	تربية بدنية وعلوم الرياضة للبنات	٠	٣٠٩	٣٠٩	٠.٥٧%
	التربية للعلوم الصرفة ابن الهيثم	١١٠٠	١٣٣٥	٢٤٣٥	٤.٥٠%
المجموع		٨٠٧٦	١٠٣٣٣	١٨٦٠٩	٦٣%
الانساني	القانون	٢١٩	٦٢٩	٨٤٨	١.٥٧%
	العلوم الاسلامية	١٣٩٣	١٩١٣	٣٣٠٦	٦.١١%
	الاداب	١٠٥٥	٢٠٨٢	٣١٣٧	٥.٨٠%
	اللغات	١١٠١	١٧٤٨	٢٨٤٩	٥.٢٧%
	الاعلام	٦٢٥	٤٩٥	١١٢٠	٢.٠٧%
	التربية للبنات	٠	٤٥٨٨	٤٥٨٨	٨.٤٨%
	التربية ابن رشد للعلوم الانسانية	١١٣٦	١٩٦٨	٣١٠٤	٥.٧٤%
المجموع		٥٩١٢	١٣٩٧٨	١٩٨٩٠	٣٧%
المجموع الكلي		٢١٢٧٥	٣٢٨٣٥	٥٤١١٠	١٠٠%

عينات البحث:.. وقد اشتمل البحث الحالي على عينتين، وهما :

١. عينة التحليل الاحصائي : تم اختيار عينة التحليل الاحصائي بالطريقة الطبقيّة العشوائية وهذه تقوم بتقسيم أفراد المجتمع الى فئات، ويتم اختيار من كلّ فئة بسحب عدد منها عشوائياً أو منتظماً، وبلغ عدد عينة التحليل الاحصائي (٤٠٠) طالباً وطالبة من طلبة المجتمع (جامعة بغداد) موزعين على وفق الجنس بواقع (١٥٦) طالباً و(٢٤٤) طالبة، أما فيما يتعلق بالتخصص، فقد بلغ عدد الطلبة في التخصص العلمي (٢٥٢) طالباً وطالبة، وبلغ عدد الطلبة في التخصص الانساني (١٤٨) طالباً وطالبة، والجدول (٢) يوضح ذلك.

جدول (٢) عينة التحليل الاحصائي موزعة بحسب (التخصص، والكلية، والجنس)

التخصص	الكلليات	الجنس		المجموع
		ذكور	اناث	
العلمي	علوم الهندسة الزراعية	٢١	٣٢	٥٣
	التربية للعلوم الصرفة ابن الهيثم	٢٦	٤٠	٦٦
	الادارة والاقتصاد	٥١	٨٢	١٣٣
المجموع		٩٨	١٥٤	٢٥٢
(الانساني)	الآداب	٢٥	٣٩	٦٤
	العلوم الاسلامية	٢٦	٤٠	٦٦
	القانون	٧	١١	١٨
	المجموع	٥٨	٩٠	١٤٨
المجموع الكلي		١٥٦	٢٤٤	٤٠٠

٢. عينة التطبيق النهائي: ولغرض اكمال اجراءات البحث الحالي وتحقيق اهدافه اختارت الباحثة عينة التطبيق النهائية (العينة التي طبقت ادوات البحث الحالي عليها بصورتها النهائية) وقد تم اختيارهم بالطريقة الطبقيّة العشوائية، أذ بلغ عددها (٣٠٠) طالب وطالبة من جامعة بغداد موزعين على وفق الجنس بواقع (١١٧) طالباً و(١٨٣) طالبة، أمّا فيما يتعلق بالتخصص، فقد بلغ عدد الطلبة في التخصص العلمي (١٨٩) طالباً وطالبة وبلغ عدد الطلبة في التخصص الانساني (١١١) طالباً وطالبة، والجدول (٣) يوضح ذلك. جدول (٣)

عينة التطبيق النهائي موزعة بحسب (التخصص، والكلية، والجنس)

	الكلليات	الجنس		المجموع
		ذكور	اناث	
علمي	الهندسة	٢٩	٤١	٧٥
	العلوم	٢٥	٤٠	٦٥
	التربية البدنية وعلوم الرياضة	٢٠	٢٩	٤٩
المجموع		٧٤	١١٥	١٨٩
الانساني	التربية ابن رشد	١٩	٩	٥٠
	تربية بنات		٣٠	
	اللغات	١٧	٢٠	٤٥
	العلوم السياسية	٧	٩	١٦
المجموع		٤٣	٦٨	١١١
المجموع الكلي		١١٧	١٨٣	٣٠٠

رابعاً: أداة البحث / مقياس تجنب الاذنى:

بعد اطلاع الباحثة على أدبيات ودراسات سابقة ذات علاقة بمتغير تجنب الاذنى، فضلاً عن مراسلة عدد من مراكز البحوث العربية والاجنبية، والبحث في شبكة المعلومات (الانترنت)، إذ إن مراجعة الباحثة لأدبيات بحثها والاطلاعها على الدراسات السابقة (دراسة (Berkel, 2009) ودراسة (Tuominen, 2014) ودراسة (Ragnarsdottir, 2016) ودراسة (Ashley&et at, 2018) ودراسة (Ray, 2006) ودراسة (Connor, 2007) ودراسة () (Tuominen, 2014) يساعدها في اكتسابها بصيرة بموضوع البحث وفهمها لأسباب ما يوجد في مجال البحث من تناقضات، فضلاً عن مساعدة الباحثة على تحديد وضع دراسته تاريخياً، وكيف أو ماذا سيضيف بحثها للمعرفة العلمية " (ابو علام، ٢٠٠٩: ١٠١). ومن خلال هذا الاطلاع ترجمت الباحثة مقياس تجنب الاذنى للمنظر (Cloninger, 1987) إذ عرف تجنب الاذنى (هو ميل الفرد وراثيا للاستجابة بشكل مكثف لإشارات المحفزات المنفرة، وبالتالي تعلم كيفية منع السلوك لتجنب العقاب وعدم المكافأة المحبطة وحادثة الموقف، ويتم التعبير عنه من خلال التشاؤم والتخوف والحذر) يتكون المقياس من (٣٢) موزعة على اربعة ابعاد هي (القلق الاستباقي، الخوف من عدم اليقين، الخجل من الغرباء، التعب) بواقع (١١) فقرة للقلق الاستباقي و (٦) فقرات للخوف من عدم اليقين (٧) فقرات للخجل من الغرباء و (٨) فقرات للتعب وبدائل الاجابة هي () . (خطأ بالتأكيد - خطأ في الغالب - لا صحيح ولا خطأ - صحيح في الغالب - صحيح بالتأكيد) ، وتعطى الدرجات للفقرات (١، ٢، ٣، ٤، ٥) على التوالي.

٢. توافق الترجمة: اتبعت الباحثة عدة إجراءات للتحقق من توافق ترجمة مقياس تجنب الاذنى، وكما هو مذكور سابقاً في مقياس النجاح الاكاديمي والاجهاد المدرك وعلى النحو الآتي:

١. عرض المقياس على مترجمين متخصصين باللغة الانكليزية فترجم المقياس من اللغة الانكليزية الى اللغة العربية (١). ٢- أ عيدت ترجمة المقياس من اللغة العربية الى اللغة الانكليزية (٢). ٣- عرض النصين باللغة الانكليزية احدهما يمثل النص الاصلي للمقياس، والآخر يمثل النص المترجم من اللغة العربية الى اللغة الانكليزية للمقارنة بينهما للثبوت من دقة الترجمة الى خبير ثالث باللغة الانكليزية (٣). ٤- عرض النص المترجم الى اللغة العربية على متخصص باللغة العربية للثبوت من سلامته اللغوية (٤).

٣. اعداد تعليمات المقياس:- اتبعت الباحثة نفس الخطوات في اعداد تعليمات مقياس النجاح الاكاديمي والاجهاد المدرك في (ص، ص)

١ أ.د . شيماء مهدي /كلية التربية للبنات / قسم اللغة الانكليزية

٢ أ.د. . مترجم في جمعية المترجمين

٣ أ.م. د بان محمود / كلية الاداب / قسم الترجمة / الجامعة المستنصرية

٤. الصدق الظاهري للمقياس (صلاحية الفقرات) : من أجل التعرف على صلاحية الفقرات، عرضت الباحثة فقرات المقياس بصورتها الأولية البالغ عددها (٣٢) فقرة على (٢٥) محكماً من التدريسيين المختصين ذوي الخبرة في مجال العلوم التربوية والنفسية ملحق ()، لإبداء آرائهم وملاحظاتهم حول المقياس في الحكم على مدى ملائمة المقياس للغرض الذي وضع من أجله، وقد اعتمدت الباحثة قيمة مربع كاي المحسوبة ومقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (٣,٨٤) محكاً للحكم على قبول الفقرة من عدمها وهي توازي نسبة (٨٠%) فأعلى من آراء المحكمين وقد تمت الموافقة على اغلب فقرات المقياس عدا (١٠) فقرات تم حذفها لعدم موافقة المحكمين عليها ليكون المقياس المطبق لعينة التحليل الاحصائي يتكون من (٢٢) فقرة والجدول (٤) يوضح آراء المحكمين على صلاحية الفقرات .

جدول (٤) آراء المحكمين بمدى صلاحية فقرات مقياس تجنب الاذى

الايحاء	أرقام الفقرات	المحكمين		النسبة المئوية	قيمة مربع كاي المحسوبة	الجدولية	مستوى دلالة ٠,٠٥
		الموافقون	غير الموافقين				
القلق الاستباقي	١١, ٨, ٦, ٤, ٣	٢٥	٠	١٠٠%	٢٥	٣,٨٤	دالة
	١٠, ١	٢٤	١	٩٦%	٢١,١٦	٣,٨٤	دالة
	٧, ٥	٢٣	٢	٩٢%	١٧,٦٤	٣,٨٤	دالة
	٩, ٢	١٣	١٢	٥٢%	٠,٠٤	٣,٨٤	غير دالة
الخوف من عدم اليقين	٢, ١	٢٥	٠	١٠٠%	٢٥	٣,٨٤	دالة
	٣	٢٤	١	٩٦%	٢١,١٦	٣,٨٤	دالة
	٤	٢٣	٢	٩٢%	١٧,٦٤	٣,٨٤	دالة
	٧, ٦, ٥	١٥	١٠	٦٠%	١,٠٠	٣,٨٤	غير دالة
الخجل من الغرباء	٢	٢٥	٠	١٠٠%	٢٥	٣,٨٤	دالة
	٥	٢٤	١	٩٦%	٢١,١٦	٣,٨٤	دالة
	٤, ١	١٤	١١	٥٦%	٠,٣٦	٣,٨٤	غير دالة
	٦, ٣	١٣	١٢	٥٢%	٠,٠٤	٣,٨٤	غير دالة
التعب	٧, ٤, ٣, ١	٢٥	٠	١٠٠%	٢٥	٣,٨٤	دالة
	٨, ٦, ٣	٢٤	١	٩٦%	٢١,١٦	٣,٨٤	دالة
	٥	١٥	١٠	٦٠%	١,٠٠	٣,٨٤	غير دالة

٥. عينة وضوح التعليمات وفهم الفقرات والوقت المستغرق للإجابة على مقياس تجنب الاذى. لغرض التعرف على وضوح تعليمات الإجابة على مقياس تجنب الاذى، ووضوح فقراته وبدائله، والكشف عن الصعوبات التي تواجه المستجيب لتلافيها، والوقت الذي تستغرقه الإجابة عن المقياس، طبقت الباحثة المقياس على عينة مكونة من (٤٠) طالب وطالبة، وقد اتضح ان فقرات المقياس وتعليماته كانت واضحة لدى أفراد العينة، وأن الوقت المستغرق للإجابة عن فقرات المقياس تراوح ما بين (١٠-١٣) دقيقة وبمتوسط حسابي مقداره (١١) دقيقة.

٦. تصحيح مقياس تجنب الاذى .يقصد به وضع درجة لاستجابة المفحوص من أفراد العينة على كل فقرة من فقرات المقياس، ومن ثم إيجاد الدرجة الكلية لمقياس تجنب الاذى بفقراته (٢٢) لكل طالب وطالبة، ومن أجل تحقيق هذا الغرض حدد لكل فقرة خمسة بدائل وبدرجات مختلفة: هي: البديل الأول: (خطأ بالتأكيد) ١ درجة، البديل الثاني: (خطأ في الغالب) ٢ درجة.

البديل الثالث (لا صحيح ولا خطأ) ٣ درجات. البديل الرابع (صحيح في الغالب) ٤ درجتان. البديل الخامس (صحيح بالتأكيد) ٥ درجة. وبهذه الصيغة سيتم حساب الدرجة الكلية لكل طالب عن طريق الجمع الجبري للدرجات على فقرات المقياس، ومن الناحية النظرية أن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب هي (١١٠) وأقل درجة هي (٢٢).

٧. التحليل الاحصائي لفقرات مقياس تجنب الاذى/ لغرض إجراء التحليل الإحصائي لفقرات مقياس تجنب الاذى، طبق المقياس الذي يتكون من (٢٢) فقرة على عينة التحليل الاحصائي والبالغة (٤٠٠) طالباً وطالبة، وبعد ان تم تطبيق المقياس، تم حساب الدرجات الكلية لكل مستجيب من افراد العينة، ولكل فقرة من فقرات المقياس لتمثيل الدرجة الخام، وحسب طريقة تصحيح مقياس تجنب الاذى المذكورة سابقاً.

ب. حساب الخصائص السيكمترية للفقرات: قامت الباحثة بحساب الخصائص السيكمترية للفقرات المتمثلة بالتحليل العاملي للكشف عن البنية العاملية للمقياس والتعرف فيما اذا كان المقياس يقيس عامل واحد ام عوامل متعددة، وايضاً ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية، كما قامت الباحثة بحساب القوة التمييزية للفقرات وكالاتي:

١. التحليل العاملي التوكيدي: تم التحقق من الصدق العاملي لمقياس تجنب الاذى عن طريق استخدام التحليل العاملي التوكيدي ببرنامج (Amos 24) لدى عينة البحث البالغة (٤٠٠) طالباً وطالبة، حيث افترض ان ابعاد المقياس الاربعة وهي (القلق الاستباقي، الخوف من عدم اليقين، الخجل من الغرباء، التعب) تنتشعب بعامل كامن واحد وهو (تجنب الاذى)، لذلك قد تم بناء الانموذج

وقد اسفر هذا الاجراء عن نموذج ذي مؤشرات مطابقة جيدة، والجدول (٥) يوضح مؤشرات حسن المطابقة كما يلي:-

جدول (٥) مؤشرات حسن المطابقة لنموذج العامل الكامن الواحد لمقياس تجنب الاذى

م	اسم المؤشر	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر
١	الاختبار الاحصائي كا ٢ درجة الحرية df مستوى دلالة كا ٢	٢٤٢,٧٨١ ٢٠,٣ ٠,٢٩٠	ان تكون قيمة كا ٢ غير دالة احصائياً
٢	نسبة كا ٢ X2\DF	١,١٩٥	من (صفر) الى (٥)
٣	مؤشر حسن المطابقة GFL	٠,٩٤٩	من (صفر) الى (١)
٤	مؤشر حسن المطابقة المصحح AGFL	٠,٩٣٦	من (صفر) الى (١)
٥	جذر متوسط خطأ الاقتراب RMSEA	٠,٠٢٢	من (صفر) الى (٠,١)
٦	مؤشر المطابقة المعياري NFI	٠,٩٠٥	من (صفر) الى (١)
٧	مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠,٩٨٣	من (صفر) الى (١)
٨	مؤشر المطابقة النسبي RFI	٠,٨٩٢	من (صفر) الى (١)

ومن الجدول (٢١) يتضح ان نموذج التحليل العاملي التوكيدي الناتج يحضى بمؤشرات حُسن مطابقة، حيث كانت قيمة (كا^٢ = ٢٤٢,٧٨١) وهي قيمة غير دالة احصائياً، كما وقعت قيم بقية المؤشرات في المدى المثالي لكل مؤشر، مما يدل على مطابقة جيدة للبيانات موضع الاختبار، وان قيم التشبعات تتراوح ما بين (٠,٧٢٨ : ٠,٣٢١) وجميعها دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٠١)، ونتيجة ظهور علاقة قوية بين ابعاد المقياس تطلب ذلك استخراج عامل كامن من الدرجة الثانية يوضح سبب الارتباط بين هذه الابعاد لذلك تم بناء هذا الانموذج وقد اسفر هذا الاجراء عن نموذج ذي مؤشرات مطابقة جيدة، وان قيم التشبعات تتراوح ما بين (٠,٨٩٩ : ٠,٦٤٧) وجميعها دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٠٠١) والجدول (٦) يوضح قيم التشبعات والاختفاء المعيارية كما يأتي :-

جدول (٦) قيم التشبعات والاختفاء المعيارية لأبعاد مقياس تجنب الانذى

الابعاد	التشبع	الخطأ المعياري للتشبع	قيمة (T)	مستوى الدلالة
القلق الاستباقي (A1)	٠,٨٩٩	٠,٠٦١	٢١,٥٦٧	٠,٠٠١
الخوف من عدم اليقين (A2)	٠,٨٠٧	٠,٠٣٥	١٨,٩٩٦	٠,٠٠١
الخجل من الغرباء (A3)	٠,٦٤٩	٠,٠٢٣	١٤,٠٤٦	٠,٠٠١
التعب (A4)	٠,٨٥٠	٠,٠٢٠	٢٠,٥٣٧	٠,٠٠١

ويتضح من الجدول ان جميع الابعاد تتشبع بعامل كامن واحد وهو تجنب الانذى وهذا يشير الى ان الابعاد مترابطة فيما بينها وسيتم التعامل معها كدرجة كلية واحدة وليس ابعاد مستقلة .

٢. القوة التمييزية للفقرات (Discrimination Power of Items): طبقت الباحثة المقياس على افراد عينة التحليل الاحصائي والبالغة (٤٠٠) طالب وطالبة وقد قامت الباحثة باستخراج القوة التمييزية وفقاً للخطوات الاتية: تم تصحيح استمارات الإجابة لاستخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس. بعد ذلك تم ترتيب درجات أفراد العينة تنازلياً من أعلى درجة كلية إلى اقل درجة كلية. ثم حددت المجموعتان المتطرفتان بالدرجة الكلية ونسبة (٢٧ %) من كل مجموعة إذ اقترح " كيللي (Kelly) ان يكون عدد افراد كل مجموعة من المجموعتين المتطرفتين في الدرجة الكلية عند حساب القوة التمييزية للفقرات بنسبة (٢٧ %) من أفراد العينة (عودة، ١٩٩٨، ٢٨٦)، وبلغ العدد الكلي (٢١٦) طالب وطالبة، بواقع (١٠٨) طالب وطالبة في المجموعة العليا و(١٠٨) طالباً وطالبة في المجموعة الدنيا. واستعملت الباحثة الاختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين في حساب دلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين في درجات كل فقرة من فقرات المقياس، على أساس أن القيمة التائية المحسوبة تمثل القوة التمييزية للفقرة،

واتضح أن جميع الفقرات مميزة لكونها دالة احصائياً؛ لأن قيمتها التائية المحسوبة أكبر من القيمة التائية الجدولية والبالغة (١,٩٦) بدرجة حرية (٢١٤) وعند مستوى دلالة (٠.٠٥).
الجدول (٧).

جدول (٧) القوة التمييزية لفقرات مقياس تجنب الاذى

ت الفقرة	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	مستوى دلالة (0,05)
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري		
١	٣.٦١١	١.٣١٧	١.٥٢٨	٠.٩٩٠	١٣.٣٢٦	دالة
٢	٣.٩٣٥	١.١٣٠	١.٤٢٦	٠.٨٠٠	١٩.١١١	دالة
٣	٤.٩٩١	٠.٠٩٦	٤.٥٧٤	٠.٩٢٩	٤.٧٠١	دالة
٤	٤.٤٩١	٠.٩٩١	٢.٢٧٨	١.٥٦٤	١٢.٦٠١	دالة
٥	٣.٨٦١	١.١١٥	٢.٣٠٦	٠.٩٩٠	١٠.٩٩٨	دالة
٦	٤.١١١	١.٢٣٣	٢.٥٠٩	١.٣٢٢	٩.٣٤١	دالة
٧	٢.٩٧٢	١.٥٦٨	١.٤٨١	١.١٠٦	٨.١٩٠	دالة
٨	٣.٤٠٧	١.٢٦١	١.٦٩٤	١.٠٩٨	١٠.٨٠٢	دالة
٩	٤.٨٩٨	٠.٤٩٢	٢.٦٢٠	١.٤٨٣	١٥.٣٦٤	دالة
١٠	٣.٤١٧	١.٣٧٥	١.٧٧٨	٠.٩٠٠	١٠.٥١٣	دالة
١١	٤.٢٣١	٠.٩٧٣	٢.٤٠٧	١.١٣٦	١٢.٨٥٧	دالة
١٢	٤.١٣٠	١.٣١٩	١.٥٩٣	١.٠٠٥	١٦.١٢٦	دالة
١٣	٣.٤١٧	١.٥٧٢	١.٣٦١	٠.٩٧١	١١.٧٢٩	دالة
١٤	٣.٥٦٥	١.٥٦٦	١.٦٠٢	٠.٨٩٦	١١.٤٦٦	دالة
١٥	٤.٤٠٧	١.٠٦٨	٢.٢٥٩	١.٤١٧	١٢.٧٦٣	دالة
١٦	٣.١٧٦	١.١٥١	١.٧٥٠	٠.٦٥٧	١١.٣٤٢	دالة
١٧	٣.٧٥٩	١.٣١٨	٢.٣٨٩	١.٥٠٩	٧.٢١١	دالة
١٨	٤.٤٦٣	٠.٨٩١	٣.٠٠٩	١.١٢٣	١٠.٦٩٠	دالة
١٩	٣.٢٤١	١.٦٥١	١.١٣٩	٠.٥٧١	١٢.٦٨٠	دالة
٢٠	٣.٢٢٢	٠.٨٤٦	٢.٠٠٩	٠.٩٢٢	١٠.٢١٤	دالة
٢١	٤.٣٦١	١.٢١١	٢.٤٣٥	١.٤٧٤	١٠.٦٤١	دالة
٢٢	٣.٥١٩	١.٢٧١	١.٢٨٧	٠.٦٤٢	١٦.٥١٥	دالة

٢. الإتساق الداخلي (صدق الفقرات): تم حساب الإتساق الداخلي من خلال الآتي:

أ. علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس تجنب الاذى :

اعتمدت الباحثة في حساب صدق الفقرة على معامل ارتباط " بيرسون " Person correlation بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية، لكون درجات الفقرة متصلة ومتدرجة، علماً

أن عينة صدق الفقرات تتكون من (٤٠٠) طالب وطالبة في البحث الحالي، واتضح أن جميع معاملات الارتباط دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) إذ كانت قيم معاملات ارتباطها بالدرجة الكلية أكبر من القيمة الجدولية البالغة (٠,٠٩٨) بدرجة حرية (٣٩٨) وبمستوى دلالة (٠,٠٥). والجدول (٨) يبين ذلك.

جدول (٨) معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس تجنب الانزى

رقم الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	رقم الفقرة	معامل ارتباط بيرسون
١	٠,٥٦٧	١٢	٠,٦٤٤
٢	٠,٧٠٢	١٣	٠,٥٤٧
٣	٠,٣١٥	١٤	٠,٥٠٤
٤	٠,٥٢٧	١٥	٠,٥٦٨
٥	٠,٥٠٤	١٦	٠,٥٣١
٦	٠,٤٦٣	١٧	٠,٣٣٢
٧	٠,٤٤٢	١٨	٠,٥٢٠
٨	٠,٤٥٢	١٩	٠,٥٩٦
٩	٠,٦١٦	٢٠	٠,٥٧١
١٠	٠,٤٧٥	٢١	٠,٤٨١
١١	٥٩٤	٢٢	٠,٦٨٥

ب. علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي إليه:

لغرض حساب قيمة معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه، فقد استعمل معامل ارتباط بيرسون، وتبين أن جميع معاملات الارتباط دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٨) عند مقارنتها بالقيمة الحرجة لمعامل الارتباط البالغة (٠,٠٩٨) وكما مبين في الجدول (٩).

جدول (٩) معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي اليه لمقياس تجنب الانزى

القلق الاستباقي		الخوف من عدم اليقين		الخجل من الغرباء		التعب	
رقم الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	رقم الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	رقم الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	رقم الفقرة	معامل ارتباط بيرسون
١	٠,٦١٦	١٠	٠,٦٣٣	١٤	٠,٨٠٥	١٦	٠,٥٩٢
٢	٠,٧٠٣	١١	٠,٦٥٩	١٥	٠,٧٩٧	١٧	٠,٤٨١
٣	٠,٣٤٩	١٢	٠,٧٤٥			١٨	٠,٥٨٣
٤	٠,٦١١	١٣	٠,٦٩٢			١٩	٠,٦٤٩
٥	٠,٥٣١					٢٠	٠,٥٦٨
٦	٠,٥٢١					٢١	٠,٥٩٦
٧	٠,٤٩٠					٢٢	٠,٧٠٥
٨	٠,٥٠٦						
٩	٠,٦٤٠						

ج. علاقة المجالات مع بعضها وبالدرجة الكلية لمقياس تجنب الاذى :

لغرض حساب قيمة معامل الارتباط بين المجالات مع بعضها والدرجة الكلية للمقياس، فقد استعمل معامل ارتباط بيرسون، وتبين أن جميع معاملات الارتباط بين المجالات مع بعضها والدرجة الكلية دالة احصائياً عند مستوى دلالة (٠.٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٨) عند مقارنتها بالقيمة الحرجة لمعامل الارتباط البالغة (٠.٠٩٨) وكما مبين في الجدول (١٠).

جدول (١٠) مصفوفة الارتباطات الداخلية لمقياس تجنب الاذى

مجلات مقياس تجنب الاذى	الدرجة الكلية	القلق الاستباقي	الخوف من عدم اليقين	الخجل من الغرباء	التعب
الدرجة الكلية	١	٠,٩٢٢	٠,٨٢٧	٠,٦٦٩	٠,٨٨٠
القلق الاستباقي		١	٠,٦٨٣	٠,٥٤٤	٠,٧١٦
الخوف من عدم اليقين			١	٠,٤٦٢	٠,٦٤٠
الخجل من الغرباء				١	٠,٥٠١
التعب					١

أولاً: صدق المقياس (Validity of the Scale) : الصدق الظاهري (Face Validity):

تتحقق هذا النوع من الصدق عند عرض المقياس بصورته الاولى على مجموعة من الخبراء والمحكمين ملحق (٢) للحكم على مدى صلاحية فقرات مقياس تجنب الاذى في قياس المتغير الذي وضع لأجل قياسه (Allen&Yen,1979:96). ويعبر الصدق الظاهري عن دقة تعليمات المقياس، و موضوعيتها، وملاءمتها للغرض الذي وضعت من اجله (الإمام، ١٩٩٠: ١٣٠). وقد تحقق هذا النوع من الصدق لمقياس تجنب الاذى من خلال عرضه على المحكمين والأخذ بأرائهم حول صلاحية فقرات المقياس وتعليماته.

صدق البناء (Construct Validity): وقد تحققت الباحثة من صدق البناء عن طريق المؤشرات الاتية :- ١- التحليل العاملي التوكيدي للمقياس ٢- التمييز من خلال إيجاد الفروق بين الجماعات والأفراد. ٣- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية. ٤- علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال. ٥- مصفوفة الارتباطات الداخلية

ثانياً : ثبات المقياس Scales Reliability :

تم حساب الثبات لمقياس تجنب الاذى بطريقتي إعادة الاختبار والفاكرونباخ، وعلى ما يأتي: ثبات مقياس تجنب الاذى بطريقة الاختبار- إعادة الاختبار Test-Retest: ان من أيسر الطرائق للحصول على قياسات متكررة للمجموعة ذاتها من الأفراد ولقياس السمة ذاتها هو تطبيق المقياس نفسه مرتين (ملحم، ٢٠٠٢، ٢٥٢) ولغرض استخراج الثبات بهذه الطريقة فقد أعيد تطبيق المقياس على عينة الثبات التي تكونت من (٦٠) طالب وطالبة وبفاصل زمني بلغ (١٤) يوماً من التطبيق الأول، ثم حُسب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الأول

والثاني وبلغ معامل الارتباط (٠,٩١) للمقياس، وتعد هذه القيمة مؤشراً جيداً على استقرار إجابات الأفراد على المقياس عبر الزمن، لأنه إذا كان معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني (٠,٧٠) فأكثر، فإن ذلك يُعد مؤشراً جيداً لثبات الاختبارات في العلوم التربوية والنفسية. (العيسوي، ١٩٨٥، ٥٨).

ثبات مقياس تجنب الاندماج بطريقة ألفا كرونباخ Alpha – Cronbach Method:

تعد هذه الطريقة مفضلة لقياس الثبات فهي تقيس الإتساق الداخلي والتجانس بين فقرات المقياس، أي إن الفقرات جميعها تقيس فعلاً الخاصية نفسها، وهذا يتحقق عندما تكون الفقرات مترابطة مع بعضها البعض داخل المقياس، وأن حساب الثبات بطريقة ألفا كرونباخ (طريقة الإتساق الداخلي) هو أفضل التقديرات الخاصة لحساب الثبات وأكثرها شيوعاً في بعض المواقف، (الشايب، ٢٠١٢، ١٠٤)، وتستند هذه الطريقة إلى أن إتساق استجابات الأفراد عبر مفردات الاختبار يمكن الاعتماد عليه في تقدير معامل الثبات، (علام، ٢٠١٤، ١٠١)، لذا أستخدمت الباحثة الثبات بهذه الطريقة من درجات استمارات عينة تحليل الإحصائي والبالغة (٤٠٠) استمارة، وباستعمال معادلة ألفا كرونباخ بلغ معامل ألفا (٠,٨٨) وهو معامل ثبات جيد، ويمكن الاعتماد عليه في البحث الحالي.

وصف مقياس تجنب الاندماج بصورته النهائية : يتألف مقياس تجنب الاندماج في البحث الحالي بصورته النهائية من (٢٢) فقرة وكل فقرة لها خمسة بدائل وهي: (خطأ بالتأكيد - خطأ في الغالب - لا صحيح ولا خطأ - صحيح في الغالب - صحيح بالتأكيد)، والوزن المخصص لها: (١، ٢، ٣، ٤، ٥) على التوالي، ويتم حساب درجة كلية للمقياس عن طريق جمع الدرجات التي يحصل عليها المستجيب عن كل بديل يختاره من كل فقرة من فقرات المقياس، لذلك فإن أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب (١١٠) درجة التي تمثل أعلى الدرجات، وأقل درجة يحصل عليها هي (٢٢) درجة والتي تمثل أدنى درجة كلية للمقياس، وبذلك فإن المتوسط النظري للمقياس يكون (٦٦) درجة.

أ. المؤشرات الإحصائية لمقياس تجنب الاندماج : لاستخراج المؤشرات الإحصائية للمقياس تطلب ذلك من الباحثة استعمال الحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (Statistical Package for Social Science) (SPSS) في استخراج تلك المؤشرات الإحصائية، وكما موضحة

جدول (١١) قيم المؤشرات الإحصائية لمقياس تجنب الأذى

المؤشرات الإحصائية	مقياس تجنب الأذى
الوسط الحسابي	Mean
الوسيط	Median
المنوال	Mode
الانحراف المعياري	Std, Deviation
التباين	Variance
الالتواء	Sleekness
التفرطح	Kurtosis
أقل درجة	Minimum
أعلى درجة	Maximum
المدى	Range

وعند ملاحظة قيم المؤشرات الإحصائية في الجدول (١١) لمقياس تجنب الأذى، يبدو أن شكل التوزيع التكراري لدرجات مقياس تجنب الأذى يقترب من التوزيع الاعتدالي؛ لأن درجات الوسط والوسيط والمنوال متقاربة، كذلك أن معاملات الالتواء والتفرطح تقترب من الصفر، وكلما كان معامل الالتواء ومعامل التفرطح قريباً من الصفر سواء كان موجباً أو سالباً، دلّ هذا على أن شكل التوزيع التكراري قريب من التوزيع الاعتدالي، وعليه يكون المقياس دقيقاً في قياس المفهوم النفسي وتكون العينة ممثلة للمجتمع مما يسمح بتعميم نتائج تطبيق هذا المقياس. (عودة، ١٩٩٨، ٨٦).

عرض النتائج وتفسيرها التعرف على تجنب الأذى لدى طلبة الجامعة.

لتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بتطبيق مقياس تجنب الأذى المتكون من (٢٢) فقرة على عينة التطبيق والبالغة (٣٠٠) طالباً وطالبة، وبعد معالجة البيانات إحصائياً أظهرت نتائج البحث إلى أن المتوسط الحسابي قد بلغ (٦٥,٢٨٦) درجة وبانحراف معياري قدره (١٦,٠٤٠) درجة، ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي والبالغ (٦٦) درجة، تم استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة، وتبين أن الفرق غير دال إحصائي عند مستوى دلالة (٠,٠٥) إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (٠,٧٧٠) وهي اصغر من القيمة التائية الجدولية

البالغة (١,٩٦)، وبدرجة حرية (٢٩٩) مما يدل على أن طلبة الجامعة لا يتجنبون الاذى والجدول (١٢).

الجدول (١٢) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لمقياس تجنب الاذى

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية t *		الدلالة (٠,٠٥)
					المحسوبة	الجدولية	
تجنب الاذى	٣٠٠	٦٥,٢٨٦	١٦,٠٤٠	٦٦	٠,٧٧٠	١,٩٦	غير دالة

ويفسر النتيجة هذه على وفق النظرية (Cloninger,1986) اذ يشير الى ان الافراد قد يستخدمون تجنب الاذى كاستراتيجية تكيف معتدلة ، حيث يعتمدون عليها عندما يكون التعرض المباشر للمواقف المجهد صعباً او غير مفيد، ومع ذلك لا يعتمدون كلياً على هذه الاستراتيجية بل يوازنونها مع استراتيجيات تكيف اخرى مثل المواجهة او البحث عن حلول للمشاكل، وهذه الاستجابة المتوازنة تدل على مرونة تكيفية حيث يتكيف الافراد مع الضغوط وفقاً للمواقف مما يمكنهم من تقليل الاذى النفسي والعاطفي بطريقة فعالة دون ان يعرضوا انفسهم لمشاكل اكبر نتيجة لتجنب المشكلة بشكل دائم . وتعتقد الباحثة انه قد يكون هذا مرتبطاً بقدرة الطلبة على التكيف مع التحديات والصعوبات الاكاديمية مثل (الضغوط الدراسية، والاختبارات، والمشاريع الصعبة) فقد يتجنب الطلبة مواجهة الاذى او الضغوط النفسية من خلال الانسحاب او التقليل من الجهود المبذولة، في حين ان البعض الاخر قد يواجهون هذه التحديات بروح الحماس والمثابرة والمرونة النفسية . ان عدم تجنب الاذى قد يعني ان الطلبة لديهم قدرة على التكيف مع الصعوبات التي تواجههم ولا يخشون من الفشل او المشاكل التي من الممكن ان تواجههم في حياتهم الاكاديمية، فيفضلون مواجهة التحديات بدلاً من تجنبها، مما يعزز من نموهم الاكاديمي والشخصي . ولغرض التعرف على توزيع افراد العينة حسب مستويات تجنب الاذى تم اللجوء الى تقييم أداء افراد عينة التطبيق باستعمال التقييم "المرجعي المعياري والذي يعني ان يتم تقييم أداء الفرد في ضوء اقرانه في العينة. بناء عليه تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري وعرضت في الجدول ادناه.

جدول (١٣) المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لمقياس تجنب الاذى

تجنب الاذى	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري
	٣٠٠	٦٥,٢٨٦	١٦,٠٤٠

وبالتالي تكونت ثلاث مستويات وكما يلي:

- ١: المستوى المنخفض وتضم الافراد الذين تقل درجاتهم عن (٤٩) (المتوسط الحسابي - انحراف معياري واحد).

- ٢: المستوى المتوسط وتضم الافراد الذين درجاتهم تقع ضمن المدى من (٥٠) (متوسط حسابي + انحراف معياري) الى (٨١) (متوسط حسابي-انحراف معياري)
- ٣: المستوى العالي وتضم الافراد الذين تكون درجاتهم اعلى من (٨١) (متوسط حسابي + انحراف معياري).

جدول (١٥) توزيع افراد العينة وفقاً لمستويات تجنب الاذى

المستوى	العدد	النسبة
المنخفض	٥٦	١٩ %
المتوسط	١٩٩	٦٦ %
العالي	٤٥	١٥ %
المجموع	٣٠٠	

(و).

جدول (١٥) يبين توزيع افراد العينة وفقاً لمستويات تجنب الاذى. إذ لوحظ ان (١٩٩) من افراد العينة يتمتعون بمستوى متوسط من تجنب الاذى وبنسبة (٦٦%)، وان (٥٦) فرد بنسبة (١٩%) من الطلبة كان مستوى تجنب الاذى لديهم منخفض، وفقط (١٢) فرد بنسبة (١٥%) كانوا ذوو مستوى لتجنب الاذى عالٍ.

واستنتج البحث الحالي ان افراد عينة البحث الحالي يتجنبون الاذى بمستوى منخفض .

التوصيات

- ١- تعزيز بيئة تعليمية داعمة من خلال خلق بيئة دراسية تشجع الطلبة على التعبير عن مخاوفهم ومناقشة التحديات التي تواجههم دون خوف من الفشل .
- ٢- انشاء وحدات ارشادية او عيادات نفسية متخصصة داخل الجامعات لمساعدة الطلبة على التعامل مع مشاعر القلق وتجنب الاذى .
- ٣- تشجيع الطلبة على تقسيم المهام الدراسية الكبيرة الى خطوات صغيرة ليسهل التعامل معها، مما يساعدهم على تقليل الشعور بالقلق .

المقترحات

- ١- اجراء دراسة مماثلة على عينات مختلفة مثل (طلبة الدراسات العليا، اساتذة جامعة، طلبة الاعدادية وخاصة طلبة السادس الاعدادي، معلمين) .
- ٢- استخدام تقنيات جديدة من خلال دمج التكنولوجيا مثل التطبيقات المساعدة لتعليم الطلبة طرق تنظيم الوقت والتخفيف من القلق .
- ٣- اختبار فاعلية برامج تدريبية تهدف الى تقليل تجنب الاذى وتعزيز مهارات الاستعداد للامتحانات .

المصادر العربية

- ١- - دافيدوف، لندا ل (١٩٨٨)، مدخل علم النفس، ترجمة سيد الطواب و آخرون، ط/٣، دار المريخ، الرياض .
- ٢- - مرسى، نبيل احمد (١٩٨٨) : نماذج تربوية تعليمية معاصرة، ط٢، دار الفكر عمان الاردن .
- ٣- - النداوي، عدنان علي حمزة (٢٠١٠) : (الشخصية غير المكتملة وعلاقتها بالانقياد للآخرين وتجنب الانزى لدى طلبة الجامعة)، جامعة بغداد، كلية الاداب، اطروحة دكتوراة غير منشورة .
- ٤- - الشايب، عبد الحافظ (٢٠١٢): أسس البحث التربوي، ط٢، دار وائل للنشر، عمان.
- ٥- - عواد، حيدر علوان (٢٠٢٣) : (ادراك التعرض للمرض وعلاقته بالطائفة الاخلاقية وتجنب الانزى لدى الكوادر الصحية) جامعة بغداد، كلية التربية، اطروحة دكتوراة غير منشورة .

المصادر الاجنبية

1. Allport GW, Odbert HS (1936) Trait-names: A psycho lexical study. Psychological Monographs 47:38.
2. Bandura, A. , (1994). Social learning and Personality Development , New York, Holt, Rinehart Winston, Inc.
3. Baekel C, De Raedt R, Ramsey N, Van Schuerbeek P, Hermes D, Bossuyt A, Leyman L, Vanderhasselt MA, De Mey J, Luypaert R (2009) Amygdala responses to positively and negatively valenced baby faces in healthy female volunteers: influences of individual differences in harm avoidance. Brain Res 1296:94- 103.
4. Barlow, D. H. (2002). Anxiety and its disorders: The nature and treatment of anxiety and panic (2nd ed.). New York: Guilford Press.
5. Bakker, A. B., and Joiner, E. (2000). The job demands resources model: state of the art. J. Manag. Psychol. 22, 309-328. doi: 10.1108/02683940710733115.
6. Brown, S., Svrakic, D. M., Przybeck, T. R., & Cloninger, R. C. (1992). The relationship of personality to mood and anxiety states: A

- dimensional approach. Journal of Psychiatric Research, 26(3), 197–211.
7. Cattel, R (1965). Personality of Psychological interpretation. New York.
8. Cloninger CR (1987) A systematic method for clinical description and classification of personality variants. A proposal. Arch Gen Psychiatry 14 : 73– 88.
9. Cloninger, C. R. (2004). Feeling Good: The Science of Well-Being. New York: Oxford University Press.
10. Cloninger, C. R. (2008). The Psychobiological Theory of Temperament and Character: Comment on Farmer and Goldberg (2008). Psychological Assessment, 20(3), 292–299. <https://doi.org/10.1037/a0012933>.
11. Cloninger, C. R., & Svrakic, D. M. (1997). Role of personality self organization in development of mental order and disorder Development and Psychopathology, 9(4), 881–906. <https://doi.org/10.1017/S095457949700148X>
12. Cloninger, C. R., Svrakic, D. M., & Przybeck, T. R. (1993). A psychobiological model of temperament and character. Archives of General Psychiatry, 50, 975–990.
13. Cohen S, Kamarck T, Mermelstein R (1983) A global measure of perceived stress. Journal of Health and Social Behavior 24: 386–396
14. Dymond simon ,Michaelw.Schlund ,Bryan Roche , Jan De Houwer and Cary P ,Freegard (2006) : saf from Harm : Learned , Instruded ,and symbolic Genwali Zation Pathways of Human threat –Avoidance) university S Wansea SA28PP ,Kingdom .
15. Folkman. S. (1984). stress appraisal and coping CPP 150–153 New Yorkispinger Pubishing Company.

16. Hansenne, M., Pitchot, W., Gonzalez Moreno, A., Machurot, P. Y., & Ansseau, M. (1998). The tridimensional personality questionnaire (TPQ) and depression. *European Psychiatry*, 13(2), 101–103.
17. Harris ,oclu (1978) Functional promoter and polyadenylation site mapping of the human serotonin (5-HT) transporter gene. *J Neural Transm Gen Sect* 102:247–254.
18. Hofstede D, Cho H, Brodish PH (2010). Identifying high school students ‘at risk’ for substance use and other behavioral problems: implications for prevention. *Subst Use Misuse* 41, 1–15
19. Lazarus.R.S.&LAunier,R.(1987) Stress related Transactions between Person and environment .new york
20. Pickett, S.M., & Kurby, C.A. (2009). The impact of experiential avoidance on the inference of characters’ emotions: evidence for an emotional processing bias. *Cognitive Therapy and Research*, 34(6), 493–500.
21. shirahama, Takeshi Terao, Nobuyoshi Ishij, koji Hatano, Hika Kentaro Kohno, oita University, (2018): Relationship between anxious temperament and harm avoidance in medical students and staff),), Journal Article (Relationship. *PSYchiatry and clinical Neurosciences* (John Wiley & Sons,Ltd) – Vol.72, 155:5, PP 322–328.
22. Siggeirsdóttir , Sóley (2016) : (Disgust and OC Symptoms: The Mediating Role of Harm Avoidance and Incompleteness) , Lokaverkefni til BS-gráðu í sálfræði Sálfræðideild Heilbrigðisvísindasvið Háskóla Íslands.
23. Simon B, Prasad S, Pandey R, Singh J, Sohdi KS, Wadhwa D (2020) Evaluation of Stress among Post-graduate Medical and Dental Students: A pilot study. *Delhi Psychiatry Journal* 16(2): 312–316.
24. Yoskino D. Yin, H. H., & Knowlton, B. J. (2005). The role of the basal ganglia in habit formation. *Nature* 1219 *Reviews Neuroscience*, 7, 464–476.

.