



انحياز التفاؤل وعلاقته بالحصانة لدى طلبة الجامعة المستنصرية

Optimism bias and invulnerability
relationship to immunity among Al-
Mustansiriya University students

أ.د. خديجة حيدر نوري

الجامعة المستنصرية / كلية الآداب

Dr.khadija@uomustansiriyah.edu.iq



المخلص

استهدف البحث الحالي التعرف على العلاقة الارتباطية بين انحياز التفاؤل والحصانة لدى طلبة الجامعة المستنصرية/ كلية الآداب/ قسم علم النفس في المرحلة الأولى، وقد قامت الباحثة بترجمة مقياس انحياز التفاؤل لـ Lapsley & Hill (٢٠٠٩) ومقياس الحصانة لـ Duggan et al (٢٠٠٠) وتطبيقهما على عينة من طلبة الجامعة بلغت (٢٠٠) طالب وطالبة. وقد اشارت نتائج البحث الى وجود علاقة ارتباطية إيجابية بين انحياز التفاؤل الإيجابي وحصانة الخطر والحصانة النفسية، وأيضا وجود علاقة ارتباطية عكسية بين انحياز التفاؤل السلبي وحصانة الخطر والحصانة النفسية. وقد توصل البحث الى بعض التوصيات والمقترحات.

الكلمات المفتاح: انحياز إيجابي، انحياز سلبي، حصانة الخطر، الحصانة النفسية.

Abstract:

The current research aims at identifying the correlational relation between optimism bias and invulnerability among university students in the first grade. The researcher has translated the optimism bias scale after Lapsley & Hill (2009), and the vulnerability scale after Duggan et al (2000) and applied both scales on a sample of university students about (200) male and female students. The research findings shows a positive correlation between positive optimism bias from one side and danger invulnerability and psychological invulnerability from the other side, and also shows a negative correlation between vegetive optimism bias from one side and danger invulnerability and psychological invulnerability from the other side. The research has achieved several recommendations and suggestions.

Key words: positive bias, negative bias, danger invulnerability, psychological invulnerability.



❖ مشكلة البحث: القدرة على التوقع سمة مميزة للمعرفة، والاستنتاجات حول ما سيحدث في المستقبل مهمة لاتخاذ القرار وتساعدنا على تهيئة افعالنا من أجل تجنب الأذى وربح المكافآت (Sharot, 2011, P. 941). يتوقع الناس الاحداث الإيجابية في المستقبل حتى عندما لا يكون هناك دليلاً لدعم مثل هذه التوقعات، على سبيل المثال يتوقع الناس ان يعيشوا اكثر ويكونوا اصحاء اكثر من المعدل، ويبخسون تقدير احتمالات الطلاق، ويغالون في تقدير احتمالات نجاحهم في سوق العمل (Sharot et al, 2007, P. 1).

يميل الناس الى عمل توقعات إيجابية موثوقة حول المستقبل والتي عادة تكون غير دقيقة. النزعة الى توقع أشياء جيدة في المستقبل تعرف عاى انها تفاؤل. التفاؤل المبالغ فيه يمكن ان يكون مؤذي لأنه بإمكانه ان يرفع التقدير البخس للخطر والتخطيط الضعيف، على النقيض يرتبط المنظور التشاؤمي مع شدة اعراض الكآبة. الوهم التفاؤلي المعتدل يمكن ان يحفز السلوك التكيفي في الحاضر تجاه أهداف المستقبل ويرتبط مع الصحة النفسية والبدنية. ولمعرفة كيفية توليد الدماغ الصحي النزعة لتوليد صور ذهنية للأحداث المستقبلية الإيجابية، أفترض ان الاحداث المستقبلية المتصورة تتطلب نظاماً يزور الماضي لأسترجاع المعلومات التي يعاد بناؤها فيها بعد من جديد لتشكيل تمثيلات للسيناريوهات المستقبلية المحتملة. وفقاً لهذا المقترح تبين ان تصور المستقبل يعتمد على الشبكات العصبية ذاتها التي تكون فاعلة عند تذكر الماضي. احد الاحتمالات هو ان تكون هذه الشبكة عند المتفائلين فاعلة اكثر عند تخيل الاحداث المستقبلية الإيجابية اكثر من الاحداث السلبية. ومن المحتمل ايضاً ان مناطق الدماغ الأخرى تعدل هذه الشبكة بطريقة بحيث تجعلها تنحاز للأنخراط في العروض المستقبلية (Sharot et al, 2007, P. 2).

الافراد يظهرون انحياز متغلغل وكبير عندما يتنبأون بما سيحدث لهم غداً، وما سيحدث الأسبوع القادم او بعد خمسون عاماً من الان. اننا نبالغ في تقدير احتمالية الاحداث الإيجابية ونبخس تقدير احتمالية الاحداث السلبية. على سبيل المثال نحن نبخس تقدير فرصنا في التعرض لحادث سيارة او الإصابة بمرض السرطان، وكذلك نتوقع ان نعيش أطول ونبالغ في تقدير نجاحاتنا المهنية ونعتقد ان يكون أطفالنا موهوبين. تعرف هذه الظاهرة بانحياز التفاؤل optimism bias وهو احد الانحيازات القوية المتسقة والمنتشرة والموثقة في علم النفس والاقتصاديات السلوكية (Sharot, 2011, P. 941).

انحياز التفاؤل هو الفرق بين توقع الفرد والنتيجة التي تتبعه. اذا كانت التوقعات افضل من الواقع فان الانحياز يكون متفاؤل. اما إذا كان الواقع افضل مما هو متوقع فان الانحياز يكون متشائم. يقاس

نطاق انحياز التفاؤل تجريبياً بواسطة تسجيل توقعات الفرد قبل ان ينكشف الحدث وتناقضاتها مع النتائج التي تحدث. مثلاً يتوقع الطلبة انهم يستلمون راتب اعلى وعروض عمل اكثر مما يحصلون عليه في نهاية المطاف. ويميل الناس الى ابخاس تقدير المدة الزمنية التي يتخذها المشروع للأنهاء وتكلفته. معضمنا يتنبأ بالحصول على متعة في العطلة اكثر مما نفعه في النهاية ونتوقع ان نواجه احداث إيجابية اكثر في الشهر القادم مثلاً استلام هدية او الاستمتاع بفيلم اكثر مما نخبره في نهاية الامر (Sharot, 2011, P. 942).

افترضت بعض نماذج السلوك الصحية ارتباطاً بين المدى الذي عنده يدرك الافراد انفسهم ان يكونوا في خطر نتيجة صحية سلبية والانخراط في سلوك موجه نحو تقليل الخطر. الاحكام المنحازة بشكل تفاؤلي يمكن ان تجعل الافراد يبخسون تقدير سهولة تاثرهم بنطاق واسع من الظروف الصحية مثل السرطان، وامراض القلب، وتناول الكحول. في ظروف معينة يمكن ان يسفر انحياز التفاؤل عن خطط معينة للتعامل مع المخاطر وزيادة السلوكيات الحامية للصحة، ولكن انحياز التفاؤل يمكن ان يكون له تأثير سلبي على الصحة (Murray, 2011, P. 2588)، مثلاً حالة HIV و AIDS، العديد من الشباب يعتقدون انهم اقل احتمالاً للأصابة بالمرض لذلك يقنعون بشكل اقل بالاساليب الوقائية لتجنب العدوى. وهؤلاء الذين يتوقعون النجاح في الامتحان قد يكونون مبالغين في ثقتهم ويفشلون في تهيئة انفسهم للاختبارات (Fife-Schaw & Barnett, 2008, P. 1).

رغم ان التفاؤل غير الواقعي المعتدل يمكن ان يكون تكييفاً، لكن التفاؤل المفرط قد يكون سيء التكيف. التفاؤل غير الواقعي الجمعي الى حد ما يلائم على بعض الحماقات الاقتصادية الكبيرة مثل المشاريع الاقتصادية الوهمية وحوادثها المحتومة. بينما المتفائلين بشكل معتدل هم مجازفين انتقائيين ويتخذون قرارات اقتصادية جيدة نسبياً وسليمة. في الحقيقة الزيادة في التفاؤل في الشيخوخة قد تكون ثنائي الحد لأن التفاؤل الأعلى يسمح لكبير السن النجاح في مواجهة المشاكل الصحية المتزايدة ولكنه قد يقود الى اتخاذ قرارات مالية ضعيفة (Bajada, 2014, P. 34).

توصف المراهقة بتغيرات هامة من حيث كيفية عمل الشباب لذلك هناك عدد من التحديات الجديدة للتوافق الملائم، وقد ينخرط المراهقون في سلوك خطر مقارنة بمجموعات أخرى. تتميز هذه الفترة بزيادة حادة في السلوكيات الخطرة التي قد تكون مضرّة بالصحة متضمنة استهلاك الكحول والتدخين وتعاطي المخدرات والنشاط الجسمي غير المحمي. رغم ان عواقب هذا النوع من السلوك قد تتنوع وبعضها قد يدرك من قبل المراهقين كونها مرغوبة (مثل الشعبية المدركة بين الاقران) لكن المجتمع يكون



قلقاً حول التأثيرات السلبية المحتملة من حيث النشاطات المهددة للحياة وصحة المراهقين (Milic et al, 2019, P.177).

يعتقد بشكل كبير ان المراهقين والراشدين الناشئين ينخرطون في سلوكيات خطيرة الى حد ما بسبب شعورهم بالحصانة من الإصابة باذى وضرر او خطر. هذا المنظور شائع جداً في علم نفس المراهقة، ورغم وجوده في كل مكان كتفسير لسلوك المراهقة فان هناك اجماع حول كيفية فهم الحصانة، وهناك جدل حول دورها في تطور المراهقة وتطبيقاتها بالنسبة للتكيف (Lapsley & Hill, 2009, P.847). يعتقد ان المراهقين ينخرطون في سلوكيات خطيرة بسبب الإحساس بالحصانة الذاتية غير الموضوعية. هذا الاعتقاد قد ترسخ في علم النفس بحيث يشير مصطلح المراهقة عادة الى الهجر المهمل والتجاهل المتعجرف للخطر. يؤكد هذه المنظور افتراضاً واسع الانتشار وهو ان الحصانة هي خاصية شائعة وباعثة على الأسف في فترة المراهقة (Hill et al, 2012, P.490).

❖ أهمية البحث: يشير التفاؤل الى الطريقة التي فيها يكون للأفراد اتجاه إيجابي في التنبؤ بالاحداث التي قد تحدث في المستقبل والتي ترتبط بالدرجة التي يرضى فيها الافراد عن حياتهم وحالتهم الصحية البدنية وتقدير الذات (Liu et al, 2018, P.3981)، منذ وقت طويل كان معروفاً ان الانسان لديه نزعة للتفاؤل حول فرصة في الحياة. في العديد من الظروف ينزع الناس الى الاعتقاد بان فرصهم في النجاح افضل مما هي في الواقع وان فرصهم في حدوث الأشياء السيئة لهم أقل مما هي للناس ظاهرياً في نفس الموقف. يعرف هذا الميل بأنحياز التفاؤل (Fife-Schaw & Barnett, 2008, P.1).

لقد تم اثبات هذه الظاهرة في البحث في نطاق واسع من السلوكيات والأوضاع. يركز البحث الان على تعريف الظروف التي تحتها يحدث انحياز التفاؤل، لأنه لا يحدث عند كل الناس وفي كل الأوقات، وتأثير هذا الانحياز على سلوك الافراد، مثال على ذلك هو البحث الذي يبين ان انحياز التفاؤل يكون اقل احتمالاً عندما يعتقد ان الخطر ليس تحت سيطرة الفرد وان الفرد له خبرة بالنتائج الخطرة من مصدر مباشر. بين Helweg-Larsen (1999) ان الافراد اظهروا انحياز تفاؤل أقل من حيث مقاومة الزلازل في كارثة زلزال نورثريج Northridge (1999) في كاليفورنيا مع ذلك استمروا يظهرون انحياز التفاؤل مع الأخذ بالأعتبار مخاطر أخرى. وقد نجح Harris et al (1996) في التخلص بشكل منطقي من ظاهرة انحياز التفاؤل وذلك بتغيير مكان داخل الجماعة الى خارج الجماعة بالنسبة للآخر الذي نحكم عليه (Fife-Schaw & Barnett, 2008, P.2).

أحد طرق العلماء لاختبار انحياز التفاؤل في المختبر هي ان يطلب من الفرد التنبؤ بفرصة لخبرة حدث ما وبعد ذلك مواصلة البحث لرؤية فيما إذا كان الحدث قد تحقق. المشكلة في هذا البحث هي ان نتيجة حدث ما لا تمثل دائماً بشكل دقيق فرص الفرد السابقة لأحراز النتيجة، وهذا يكون صحيحاً عندما النتيجة تكون ثنائية، على سبيل كلنا يعرف ان الفرد لديه فرصة صغيرة جداً للفوز باليانصيب، إذا تنبأ فرداً أن لديه فرصة ٧٥٪ في ربح يانصيب الأسبوع القادم وبعد ذلك فاز باليانصيب هذا لا يعني ان هذا الفرد كان متشائماً بشكل فعلي في تنبؤه، لكنه يعني انه كان محظوظاً جداً بالإضافة الى كونه متفائل جداً (Bajada, ٢٠١٤, P.٣٣).

لقد جادل كل من Mckay & Dennett (٢٠٠٩) ان المعتقدات الخاطئة، رغم كونها غير تكميلية بشكل عام للكائن الحي، فان المعتقدات الكاذبة الإيجابية مثل انحياز التفاؤل تكون تكميلية. في الحقيقة هناك زيادة في مقدار الدراسات التي تبين ان الناس الذين يظهرون مستويات معتدلة من التفاؤل غير الواقعي هم افضل من نظرائهم الذين ليس لديهم أي انحياز، او لديهم انحياز متشائم او انحياز تفاؤل مفرط، على سبيل المثال الافراد المتفائلين على الاحتمال الأكبر يمثلون للعلاج الطبي ويحضرون المواعيد اللاحقة. تبنى Varki (٢٠٠٩) منظوراً وافترض ان التفاؤل ليس مفيداً فقط ولكنه أساسي للبشرية للعمل بشكل مناسب والبقاء على قيد الحياة. لقد أشار ان القدرة على التوقع تأتي معها المعرفة بأن الموت ينتظرنا جميعاً. افترض Varki انه بدون المنظور المتفائل اللاواقعي حول الحياة فان الانسان سوف يغلبه الخوف الكبير والذي يجعلنا منقرضين، لهذا انحياز التفاؤل هو تكميلي ومن المحتمل اننا نحافظ عليه ارتقاءً لسببين، الأول هو ان الافراد المتفائلين رغم انهم غير دقيقين في تنبؤاتهم حول الاحداث المستقبلية ولكنهم يكونون محفزين لتحسين سعادتهم، على سبيل المثال إذا اعتقد الفرد ان هناك احتمال اقل من المتوسط ان الفرد سوف يلتقط المرض X فقد يحاول ان يجد طرقاً لتأكيد عدم التقاطه للمرض لهذا التنبؤ يصبح نبوءة تحقيق الذات. السبب الثاني، يكون هناك احتمال قليل انه يقهر بواسطة ازمة وجودية تؤدي به للانتحار. الزيادة في انحياز التفاؤل عند كبار السن قد تكون ميكانزم للأفراد الكبار لمواجهة المشاكل الصحية المتزايدة التي تنشأ في الشيخوخة (Bajada, ٢٠١٤, P.٣٣).

بينما يكون صعباً جداً ان نقول ان الفرد متفائلاً بشكل غير واقعي يكون من السهل الى حد ما ان نقول ذلك على الناس كمجموعة انهم متفائلين بشكل غير واقعي. إذا كان ممكناً ان نبين ان اغلبية الناس في المجموعة يعتقدون انهم افضل من اغلبية الناس الآخرين في المجموعة، يمكننا ان نستنتج ان بعض هؤلاء



الناس هم متفائلين بشكل غير واقعي، على سبيل المثال بين (Sevenson ١٩٨١) إن ٨٨٪ من السواق في US يعتقدون انهم سواق مأمونين اكثر من العدد المتوسط للسواق، وقد بين Sevenson ان الناس يعتقدون انهم يحبون عملهم بعد التخرج اكثر من زملائهم وانهم سيملكون بيتاً خاصاً، في الوقت ذاته اعتقد المشاركون انهم لديهم مشاكل تناول الكحول ومحاولات انتحار اقل من زملائهم، الناس ما زالوا متفائلين بشكل غير واقعي حول مستقبلهم رغم الأدلة الواضحة بانه غير ذلك (Bajada, ٢٠١٤, P.٣٣).

أشار Flyvbjerg (٢٠٠٨) في دراسة حول انحياز التفاؤل ان جمعية التخطيط الامريكية قد صادقت مؤخراً على طريقة جديدة للتنبؤ تسمى تنبؤ الفئة المرجعية reference class forecasting التي تستند الى نظريات التخطيط وانحياز القرار والتي أحرزت جائزة Nobel (٢٠٠٢) في الاقتصاد، وقد وصفت هذه الدراسة مثلاً عن تنبؤ الفئة المرجعية في ممارسات التخطيط، وضحت الدراسة حدوث عدم الدقة من حيث انحياز التفاؤل والتحريف والتشويه الاستراتيجي، كما قدمت الدراسة الأساس النظري بالنسبة لتنبؤ الفئة المرجعية التي أحرزت الدقة في التنبؤات وذلك بأسنادها الى الأداء الفعلي في الفئة المرجعية للأفعال المشابهة وهكذا يتم تجنب كل من أنحياز التفاؤل والتحريف الاستراتيجي (Flyvbjerg, ٢٠٠٨, P.٣).

وفي دراسة لـ Bain (٢٠٠٩) طبقت تنبؤات حركة المرور في قطاع الطرق الطويلة، وقد توصلت نتائج الدراسة ان تنبؤات المرور في الطرق الطويلة توصف باخطاء كبيرة وانحياز تفاؤل ضخم، وكتيجة لذلك يحتاج مهندسوا الأحوال تأكيد مرونة بناء الصفقات التجارية والاحتفاظ بالسيولة لكي يمكن تكيف انحراف المواد عن توقعات حركة المرور (Bain, ٢٠٠٩, P.١).

قدم كل من Hatfield & Joy (٢٠٠١) دراستين حول انحياز التفاؤل الذي يخص التلوث البيئي والذي قد يشبط السلوك المناصر للبيئة. في الدراسة الأولى لوحظ انحياز التفاؤل الذي يخص بعض جوانب التلوث البيئي (مثلاً تأثير تلوث الهواء على المنطقة) هذه النتائج اتفقت مع تفسير التمرکز حول الانا بالنسبة لأنحياز التفاؤل وهو ان التركيز المتمركز حول الانا على الاحترافات الشخصية قد لا يساهم في انحياز التفاؤل إذا لوحظ ان الآخرين مستفيدين من الاحترافات الشخصية الخاصة بالفرد. في الدراسة الثانية قيمت هذه الفرضية بتوظيف معالجة المدى المدرك لتأثير السلوكيات المتعلقة بالخطر، حكم الافراد على الاحتمالية التي قد يتأثرون بها هم واقراهم بالمخاطر البيئية. صيغت الفرضية اما في مصطلحات عامة (مثلاً تلوث الهواء) او مصطلحات محددة (مثلاً المشاكل التنفسية التي تحدث نتيجة تلوث الهواء)، حدد الافراد سلوكيات تؤثر على احتمالية كونهم تأثروا بكل خطر من المخاطر، وكما تم التنبؤ به سال الافراد

حول سلوكيات محددة للمخاطر البيئية العامة من المحتمل انها تفيد افراد عديدين (مثلا استخدام متناقص للمواد الكيماوية المضرة بالاوزون)، وقد اثبتوا انحياز تفاؤل اقل من الافراد الذين سألوا عن عواقب محددة للمخاطر ذاتها. كما وجد ان انحياز التفاؤل قد ارتبط سلبياً مع نطاق تأثير الاحترازات، لهذا انحياز التفاؤل المتعلق بالتلوث البيئي قد يكون محدداً بواسطة النزعة الى التركيز على السلوكيات المناصرة للبيئة ذات المدى الواسع من التأثير (Hatfield & Job, 2001, P.17).

بين البحث في السنوات الأخيرة ان انحياز التفاؤل مرتبط مع (IFG) التليفة الامامية الثانوية اليمنى وشبكات الدماغ الخوفية، ويفترض ان (IFG) اليسرى مهمة في كبح تحديث التوقعات في الاستجابة الى الاخبار السيئة. كما تبين ان الدوبامين ناقل عصبي مهم في النظام وان وجود الدوبامين في الدماغ يؤثر على نطاق انحياز التفاؤل (Bajada, 2014, P.35). وقد درس Lapsley & Hill (2009) العلاقة بين الحصانة الذاتية وانحياز التفاؤل في تقييم الخطر وارتباطاتهم المقارنة مع مؤشرات نشاط الخطر وتناول الكحول ومشكلات التوافق لدى طلبة الجامعة. تكونت العينة من (350) من الناشئين، تم قياس الحصانة الذاتية بمقياس (AIS)، اما انحياز التفاؤل في اتخاذ القرار قد تم تقييمه بمهمة تقييم الخطر الشرطي - للمقارنة المعيارية. أشارت النتائج ان حصانة الخطر والحصانة النفسية قد ارتبطتا مع سلوك الخطر اكثر من انحياز التفاؤل (Lapsley & Hill, 2009, P.847).

ان مفهوم انحياز التفاؤل استشهد به لأول مرة ليفسر تقييم الخطر في مجال علم نفس الصحة. البحث في ادبيات تقييم الخطر بين ان المراهقين بعد عمر 15 سنة والراشدين لا يبدو انهم يختلفون بشكل كبير في كيفية تقييمهم للخطر، حيث تبين ان المجموعتين يميلون الى الاعتماد على معالجات نفسية متشابهة منحازة بشكل معتدل تقودهم الى عزو احتمالات اكثر خطورة تستهدف الآخرين بدلاً من الذات. هذه البيانات لا تدعم الادعاء القوي بالنسبة للمراهق المحصن بشكل فريد من نوعه وتفترض ان انحياز التفاؤل هو خاصية شائعة لاتخاذ القرار الإنساني (Lapsley & Hill, 2009, P.848).

لقد زدنا البحث بدليل على دعم تواجد الحس الشخصي للحصانة بين المراهقين والراشدين والناشئين. هناك نوعين من الحصانة الذاتية هي حصانة الخطر او الشعور بعدم القابلية على الفناء والحصانة النفسية وهي شعور الفرد بالحصانة تجاه الكرب النفسي والشخصي. بينت الدراسات ان الحصانة الذاتية هي الإحساس الأكبر بالحصانة مرتبط مع السلوك الأكثر خطورة والنتائج النفسية الأفضل التي تنسجم مع فكرة كون الحصانة يمكن ان يكون لها تضمينات إيجابية وسلبية بالنسبة للتطور. الشعور الأكبر بالحصانة النفسية



وحصانة الخطر مرتبط مع سلوك المجازفة المتزايد بضمنها الجنوح وتناول العقاقير، وترتبط حصانة الخطر أيضاً مع المشاكل ما بين الأشخاص، لكن على النقيض يرتبط الشعور الأكبر بالحصانة النفسية مع تقدير الذات الأفضل واكتئاب اقل ومشاكل بين شخصية اقل ما بين المراهقين والراشدين الناشئين (Morrell et al, 2016, P. ٦٨١).

بينت النتائج التجريبية ان الحصانة عند المراهقين من ناحية تتنبأ بعدد من السلوكيات الخطرة وأيضاً نتائج نهائية إيجابية معينة من ناحية أخرى مثلاً تقدير الذات، والمواجهة المركزة على المشكلة، ومؤشرات التوافق الجيد. هذه المنظورات النظرية المختلفة وتشعب النتائج الامبريقية قد شجعت الباحثين ليعودوا مرة أخرى الى الافتراض حول الحصانة على انها بناء احادي البعد ذو تضمينات سلبية على نحو مرض. وفقاً لـ (Lapsley 2003) تشير هذه النتائج الى وجهين للحصانة، احدهما يشمل عامل خطر بالنسبة لسلوك الإساءة الصحية، والثاني مرتبط مع الجوانب الإيجابية للصحة النفسية للمراهق. التكامل النظري المحتمل لهذين الوجهين للحصانة ينبعان من فكرة انها يجب ان يصوران على انها بعدين مختلفين للظاهرة ذاتها ولهذا يعاملان على انها ابنية خاصة (Milic et al, 2019, P. ١٨٠).

تبحث دراسة Hill et al (2012) فيما إذا تظهر الحصانة مع نتائج إيجابية متكيفة او نتائج سيئة التكيف خلال الطفولة المبكرة. تكونت العينة من (٢٤٨) مراهق اجابوا على مقياس الحصانة (AIS)، وتم قياس استهلاك العقاقير، والانحراف، واعرض الكآبة، والتفوق والنجاح في المواجهة. أثبت (AIS) ان الحصانة بناء ذو عاملين احدهما شعور المراهقين بالحصانة تجاه مخاطر الخطر والثاني تجاه المخاطر النفسية. تنبأت حصانة الخطر بشكل إيجابي بالانحراف وتناول العقاقير. بشكل معاكس تنبأت الحصانة النفسية بشكل سلبي باعراف الكآبة وتنبأت بشكل إيجابي بالتفوق والنجاح في المواجهة. تفترض هذه النتائج ان الشعور بالحصانة يؤدي الى فوائد ومخاطر للمراهقين في آن واحد (Hill et al, 2012, P. ٤٨٩).

وقد صمم Morrell & Lapsley (2015) دراسة طويلة لتحديد اتجاه التأثير بين مشاعر الحصانة نحو الأذى وتدخين السكائر وأيضاً اختبار فيما إذا كان الخطر المدرك وفوائد التدخين تتوسط العلاقة بين الحصانة والتدخين. تكونت العينة (٢٢٨) مراهق، وقد تنبأت الحصانة بسلوك التدخين ولكن ليس بالعكس. وقد توسطت الفوائد المدركة للتدخين وليس الخطر المدرك العلاقة بين الحصانة وسلوك التدخين، كما توصلت الدراسة الى ان المراهقين الذين يشعرون بانهم قادرين على تحصين انفسهم تجاه الخطر الفيزيقي يلجأون الى التدخين لأنهم يدركون فوائد اكثر مرتبطة بالتدخين (Morrell et al, 2016, P. ٦٧٩).

الشعور بالحصانة يرتبط بشكل عام مع سلوكيات الخطر عند المراهقين، ولكن وفقاً للنظريات النمائية هو أيضاً استجابة تكيفية للمهمات التطورية التي تحدث خلال فترة الحياة. وفي هذا الصدد قام Milic et al (٢٠١٩) بدراسة هدفت استكشاف وجهين للشعور بالحصانة (بدني ونفسي) على عينة من طلبة المدارس الثانوية، وبشكل أكثر تحديداً العلاقة بين الحصانة البدنية والنفسية من حيث الانخراط في السلوكيات الخطرة (التدخين) من ناحية ومؤثرات الرفاهية (الرضا عن الحياة) من ناحية أخرى طبقت الدراسة على عينة من (٢٩٧) مراهق تتراوح أعمارهم بين ١٦ الى ٢٠ سنة، وجدت الدراسة ان تقييم الذكور للحصانة البدنية والنفسية كان اعلى بالمقارنة مع تقييم الاناث، كما قدر المدخنون حصانتهم البدنية أعلى من المراهقين الذين تركوا التدخين، والذين حاولوا التدخين والذين لم يدخنوا ابداً، بينما لم ترتبط الحصانة البدنية مع تقديرات الحياة في معظم مجالات الرضا عن الحياة وارتبطت الحصانة النفسية ايجابياً مع جميع المجالات وايضاً مع الرضا العام عن الحياة، كما أظهرت النتائج ايضاً ان تقييم الحصانة النفسية يساهم في تفسير الرضا عن الحياة اكثر من تقييم الحصانة البدنية، والحصانة البدنية كانت منبأ لتواتر التدخين بين المراهقين (Milic et al, ٢٠١٩, P. ١٧٧).

❖ الإطار النظري: انحياز التفاؤل Optimism Bias

أنحياز التفاؤل هو ظاهرة نفسية معترف بها رسمياً ودراسته له تطبيقات بعيدة المدى في مجالات متنوعة مثل الصحة النفسية والنظرية الاقتصادية. مع ظهور مجال العلوم العصبية المعرفية وقدم تقنيات التصوير العصبي المتقدمة أصبح ممكناً دراسة وتحري الأساس العصبي لأنحياز التفاؤل وفهم أي الظروف العصبية يفسل فيها هذا الانحياز العصبي (Bajada, ٢٠١٤, P. ٣٣).

درست هذه الظاهرة لأول مرة من قبل Neil Weinstein لدى طلبة جامعة Rutgers عام ١٩٨٠ بمسمى التفاؤل غير الواقعي unrealistic optimism. سأل الطلبة ان يخبروه كيفية احتمالية مرورهم بخبرة (٤٢) حدث في الحياة وكيفية احتمالية خبرة زملائهم الأشياء ذاتها. عند الأخذ بالأعتبار الاحداث الإيجابية (مثلا الحصول على عمل جيد) رأى الطلبة انفسهم انهم على الاحتمال الأكبر سوف ينجحون اكثر من اقرانهم، وعندما كان الحدث غير إيجابي (مثلا الإصابة بنوبة قلبية) شعر الطلبة انهم اقل تعرضاً لخطر الإصابة بالنوبة من زملائهم. هذه الظاهرة غير مقتصرة على الطلبة، على سبيل المثال أشار Segerstrom et al (١٩٩٣) انه من بين ٤١٥٢ مدخن، اعتقد معظمهم ان فرصهم للأصابة بالمرض كنتيجة للتدخين كانت اقل مما هي للمدخنين الآخرين، كما اعتقدوا ان نوعهم المفضل من السكائر له محتوى قطران



أقل ضرراً مما هو في الحقيقة. بشكل مماثل بين Middleton (١٩٩٦) ان القافزين بالمطاط شعروا انهم اقل خطراً من زملائهم على الرغم من ان اسرهم وزملائهم الذين يتفرجون عليهم لم يشاهدوا مثل هذه الفروق في المجازفات التي قام بها محبيهم (Fife-Schaw & Barnett, ٢٠٠٨, P. ١). إن مفهوم أنحياز التفاؤل قدم لأول مرة من قبل Daniel Kahneman الفائز بجائزة نوبل عام (١٩٩٣) في نظرياتهم وبحثهم حول الحكم واتخاذ القرار تحت ظروف عدم التأكد. ينقسم انحياز التفاؤل بشكل رئيسي الى فئتين وهي انحياز التفاؤل نحو الاحداث الإيجابية وانحياز التفاؤل نحو الاحداث السلبية. أفترض Kahneman ان الطريقة لتجنب انحياز التفاؤل هي استخدام (منظور خارجي) outside view لاتخاذ القرار، المنظور الخارجي يشتق بشكل أساسي من البيانات الموضوعية للأداء السابق وآراء حاملي الأسهم والذين ليس لديهم مشاريع ابتدائية او أرباح محنية من العملية. وجد الانثروبولوجيون والاقتصاديون، وعلماء الإدارة، وعلماء النفس، وعلماء الاعصاب المعرفيين ان التفاؤل سائد وشائع في الحياة اليومية وله تاثيرات إيجابية وسلبية (Liu et al, ٢٠١٨, P. ٣٩٨١).

❖ الميكانيزمات النفسية التي تشكل الأساس لأنحياز التفاؤل: تفترض نظريات التعلم الكلاسيكية إننا اذا زدنا الفرد بمعلومات دقيقة تناقض معتقده فان الفرد بالتالي يتوجب عليه تحديث توقعاته بأسلوب بايسن Bayesian Manner حول الاحتمالات. في دراسة قام بها Sharot (٢٠١١) وجد ان الافراد الاصحاء يقومون بتحديث توقعاتهم بطريقة لامتثالة (غير متماثلة) asymmetrical. إذا تم إعطاء المشاركين اخباراً تفوق توقعاتهم فأنهم يقومون بتحديث توقعاتهم المستقبلية وفقاً لنظرية التعلم الكلاسيكية. رغم ذلك إذا كانت الاخبار اسوء من توقعاتهم فأنهم يقومون بتحديث توقعاتهم المستقبلية بشكل طفيف. على سبيل المثال إذا توقع المشارك ان فرصة اصابته بالسرطان كانت ٤٠٪ وتم اخباره ان احتمالية اصابته الفعلية كانت ٣٠٪ بالنتيجة فان المشارك من المحتمل انه يقلل توقعاته حول السرطان الى حوالي ٣١٪. من ناحية أخرى اذا قدر احتمالية اصابته بالسرطان الى ١٠٪ ولكنه اخبر ان الاحتمالية الصحيحة كانت ٣٠٪ فأنه بالنتيجة لا يقوم بتحديث توقعه الى ٣٠٪ ولكنه ربما يحدث توقعه الى حوالي ١٤٪. تشير الدراسات أيضاً ان الشباب والكبار يظهرون عدم تماثل اكبر في تحديث المعتقد، لهذا الاطفال والافراد الأكبر سناً تكون لهم مشاكل في التعلم من الاخبار السيئة (Bajada, ٢٠١٤, P. ٣٤). هناك مجموعة من الافراد لا يظهرون هذا الانحياز. في دراستين لـ Strunk et al (٢٠٠٦) طلب من الافراد ان يتنبأوا باحتمالية احداث حياتية مختلفة قد تحدث لهم في الشهر القادم (مثلا استلام هدية، عشاء فاخر،

العلاقة في ازدحام)، في نهاية الشهر طلب منهم ان يذكروا أي واحدة من الاحداث قد حدثت لهم. وجدت الدراساتين ان الافراد الاصحاء تنبؤوا بان الاحداث الإيجابية أكثر احتمالاً للحدوث من الاحداث السلبية او الاحداث المحايدة (لا سلبية ولا إيجابية). كما وجد ان انحياز التشاؤم الأكبر ارتبط مع الاحداث الكئيبة كما تم قياسها بدرجات BOI-11. الافراد الذين سجلوا درجات اقل على اعراض الكآبة أظهروا انحياز التفاؤل، والافراد الذين لم يظهروا انحيازاً في أي اتجاه كانوا مكتئبين بشكل معتدل، والافراد الذين اظهروا انحيازاً متشائم سجلوا درجات أعلى على اعراض الكآبة (Strunk et al, 2006, PP. 861-882). من المهم ان نلاحظ ان هذا لا يعني بالضرورة ان الفرد المنزعج هو دائماً واقعي، ولكن هذا يعني ان أي انحيازات لديهم سوف يلغي بعضها بعضاً. لقد وجد الباحثون أيضاً ان الفرد عندما يصبح أكثر اكتئاباً فانه على الاحتمال الأكثر يظهر انحياز متشائم. كنتيجة لذلك جادل القائمون بالتجربة ان الافراد الاصحاء لديهم نزعة ان يكونوا منحازين بشكل تفاؤلي، هذا يتماشى مع تجارب Mathson et al (2008) حول الطيور التي أظهرت ان الحيوانات السليمة والمعاملة بشكل جيد تكون منحازة بشكل تفاؤلي بينما الحيوانات في الظروف البيئية الفقيرة لا يظهرون تحيزاً (Bajada, 2014, P. 34). كما أشار Harding et al (2004) من خلال تجاربه على الفئران ان الانحيازات الإيجابية تشترك فيها أنواع أخرى من الحيوانات (Sharot, 2011, P. 942).

❖ الأساس العصبي لأنحياز التفاؤل: ما دام انحياز التفاؤل موجوداً عند الافراد الاصحاء وقد تم اختياره أرتقائياً لذلك يكون منطقياً ان نفترض ان هناك شبكة عصبية بايولوجية تعززه. نشر Sharlot et al (2007) ورقة رائدة حول الأساس العصبي لأنحياز التفاؤل باستخدام (fMRI). أثبت Sharlot et al ان القشرة الحزامية الامامية المنقرية (rACC) واللوزة الإضافية أظهرت نشاطاً متزايداً عندما تحيل المشاركون احداث مستقبلية إيجابية واقترح المنظرون انها يمكن ان تكون متضمنة في البناء العقلي للأحداث المستقبلية التي لها تكافؤ انفعالي مرتفع. لقد افترضوا أيضاً ان (rACC) تكون متضمنة في مراقبة الأهمية الوهمية للحدث المستقبلي وقد تعكس ميكانزم الدماغ المنظم لتوجيه الفرد لكي يختار منظوراً تفاؤلياً. إن (rACC) قد تبين انها ترتبط وظيفياً بقوة مع اللوزة الإضافية مفترضين شبكة عصبية مترابطة داخلياً تشكل أساس الانحياز تجاه التنبؤات الإيجابية. وأشار المنظرون أيضاً ان هذه المناطق هي ذاتها المناطق غير الطبيعية عند الافراد الذين يعانون من مرض الكآبة. انحياز التشاؤم الذي يظهر عند مرضى الكآبة قد يكون نتيجة تشويش وارباك في الشبكة العصبية أعلاه. رغم ان الباحثين قد بحثوا شبكات الدماغ الوظيفية



لكنه لا يوجد بحث يؤرخ حول الشبكات البنائية التي تشكل أساس الشبكات الوظيفية. مع وصول جهاز (MRI) المتقدم أصبحت هناك فرصة لبحث مستقبلي في فهم شبكة الدماغ التي تشكل الأساس لأنحياز التفاؤل (Bajada, 2014, P. 35).

في دراسة لـ Sharot et al (2007) جمعت صور MRI الوظيفي من المشاركين اثناء اعتقادهم ان احداث السيرة الذاتية ترتبط مع وصف احداث الحياة التي تظهر على الشاشة لمدة (14) ثانية. وقدمت لهم كلمة (ماضي) او (مستقبل) لتشير الى انهم يجب ان يعتقدوا ان الحدث حصل في الماضي او ربما يحدث في المستقبل. قدمت تعليمات الى المشاركين بأن يضغطوا على زر حالما تبدأ الذكريات او العروض بالتشكل في دماغهم، ومرة ثانية عندما ينهون تفاصيلها وتوسيعها. بعد ذلك كان لهم ثانيتين لتقدير الذكريات او العرض بالنسبة للأستشارة الانفعالية و ثانيتين لتقديرها بالنسبة لتعدل الانفعالات. كان هناك (80) اختبار قد صنف الى إيجابية وسلبية او محايدة وفقاً لتقديرات المشاركين. بعد الفحص قدر المشاركون ذكرياتهم او عروضهم على (6) عوامل مرتبطة بخبرتهم الشخصية. وقد اكملوا مقياس LOT-R الذي يقيس سمة التفاؤل. وقد تم ترتيب المشاركون وفقاً لدرجة تفاؤلهم على مقياس (Sharot et al, 2007, P. 3). هذه الدراسة سلطت الضوء على كيفية توليد الدماغ النزعة للأنخراط في حماية الاحداث المستقبلية الإيجابية، مفترضين ان الاندماج الفاعل وانتظام المعلومات الانفعالية ومعلومات السيرة الذاتية تدعم عرض الاحداث المستقبلية الإيجابية عند الافراد الاصحاء وترتبط مع التفاؤل (Sharot et al, 2007, P. 1). فبينما يكون الماضي مقيداً فأن المستقبل يكون منفتحاً للتفسير ويسمح للأفراد أأنفسهم عن الاحداث السلبية الممكنة والتحرك اقرب نحو الاحداث الإيجابية. هذه النزعة عند جميع الافراد ارتبطت مع سمة التفاؤل. نتائج تصوير الدماغ زودت الباحثين بميكانيزم يتوسط الملاحظات السلوكية، ووجد ان هناك تناقض في إشارة BOLD تمت ملاحظته في اللوزة الإضافية و (rACC) خلال تخيل الاحداث المستقبلية السلبية المرتبطة بالاحداث المستقبلية الإيجابية وجميع الاحداث الماضية، مفترضين ان انحياز التفاؤل قد يرتبط مع انخفاض الأفكار المستقبلية السلبية (Sharot et al, 2007, PP. 2-3).

قدمت دراسة Sharot et al (2012) بيانات حول الميكانيزمات العصبية المتضمنة في الحفاظ على التفاؤل رغم ان الأدلة تشير الى ان الفرد يجب ان لا يبقى متفائلاً. أقترح الباحثون ان التليفة الامامية الثانوية اليمنى (IFG) قد تكون متضمنة في مراقبة المعلومات السلبية، ووجد ان هذه التليفة (IFG) عند المشاركين الذين سجلوا درجات منخفضة على سمة التفاؤل كانت افضل من مراقبة المعلومات السلبية

من المشاركين الذين سجلوا درجات اعلى على سمة التفاؤل والعكس بالعكس فأن (IFG) اليسرى، والمخيخ، واللحاء الامامي المتوسط الايسر والايمن (MFC) والتلفيفة الامامية الأعلى (SFG) كانت متضمنة في مراقبة المعلومات الإيجابية. هذه المناطق لم تظهر أي فروق عند المشاركين الذين سجلوا درجات اعلى او اقل على سمة التفاؤل. الباحثون كانوا قادرين على التنبؤ بالمقدار الذي يحدث فيه الفرد معتقداته وذلك بدراسة الانخفاض في نشاط BOLD في (IFG) اليمنى. لقد افترض ان الافراد المتفائلين لديهم قدرة منخفضة على ترميز المعلومات المقيمة عصبياً. افترض القائمون بالدراسة أيضا ان التأثير قد يكون معدّل بواسطة دافعية المشارك للحصول على افضل مستقبل ممكن. اتفقت النتيجة مع النتائج في مجالات أخرى للعلوم العصبية، حيث بينت ان هذه المناطق مرتبطة مع المراقبة السلوكية ومراقبة الواقع.

استخدم كل من FMRI و TMS لتحديد أي واحدة من هذه المناطق ضرورية لأنحياز التفاؤل. بينما FMRI هي طريقة ارتباطية فأن التحفيز المغناطيسي عبر الجمجمة TMS يستخدم نبضات مغناطيسية عالية المجال للتداخل المباشر مع النشاط الكهربائي للبناء العصبي . اذا كان يمكن اظهار ان التشويش في بناء تشريحي واحد يسفر عن تغيراً في تأثير انحياز التفاؤل، لذلك سيكون هناك ادعاء قوي بأن البناء العصبي ضرورياً في توليد العملية العصبية التي تولد تأثيراً سلوكياً يعرف بأنحياز التفاؤل. باستخدام TMS أشار Sharot et al (٢٠١٢) ان التشويش في IFG اليسرى يحسن قدرة المشارك على التعلم من الاخبار السيئة. المشاركون الذين لديهم تحفيز TMS على IFG اليسرى حدثوا توقعاتهم حتى عندما استلموا اخبار سيئة. بينما تحفيز TMS و IFG اليمنى لم يظهر هذا التأثير. قد يبدو متناقضاً ان دراسة FMRI افترضت ان IFG اليمنى متضمنة في مراقبة المعلومات السلبية بينما تحفيز TMS و IFG اليسرى هو الذي اظهر تغيراً في السلوك، هذا يمكن تفسيره اذا IFG اليسرى لها دور كاج. اذا كبح TMS العمل المناسب لـ IFG اليسرى فإنه يسبب إزالة تثبيط النظام لهذا يزيل الانحياز (Bajada, ٢٠١٤, P. ٣٥).

التمى البحث ضوءاً على النواقل العصبية المتضمنة في تعديل انحياز التفاؤل. في دراسة Sharot et al (٢٠٠٩) وجد ان المشاركين الذين استلموا L-DOPA توقعوا متعة في الاحداث المستقبلية اكثر من المشاركين الذين لم يستلموا العقار. لقد تبين أيضا في تجربة لاحقة ان الزيادة في الدوبامين تزيد انحياز التفاؤل عن طريق اضعاف قدرة المشارك للتعلم من النتائج السلبية. ان انحياز التفاؤل يزداد كدالة لمستويات الدوبامين. تتفق هذه النتائج مع نتائج Frank et al (٢٠٠٤) الذي اظهر ان مرضى باركنسون البعيدين عن التدخلات العلاجية المعززة للدوبامين بإمكانهم تعلم بشكل افضل من النتائج



السلبية، بينما المرضى ذوي التدخلات العلاجية يعملون بشكل افضل من نتائجهم الإيجابية. هذه الدراسات تزودنا بتفسيرات ميكانيكية محتملة وراء عقاقير الدوبامين المضادة للأكتئاب (Sharot et al, 2009, PP. 2077-2080).

❖ الحصانة Invulnerability

تمثل الحصانة وفقاً للمنهج المعرفي انحيازاً معرفياً له تأثير سلبي على عملية اتخاذ القرار لدى المراهقين والراشدين. ترتبط الحصانة مع انحياز التفاؤل وتعرف بشكل عام على انها خطأ معرفي معين يحدث شعوراً من الحصانة في عملية اتخاذ القرار على الاغلب عند تقييم النتائج المستقبلية السلبية والمعاكسة. في المعالجة المعرفية يهتم الفرد بمقارنة نفسه مع الآخرين ويعتقد إنه اذا انخرط في سلوكيات خطيرة مثل التدخين فانه عى الاحتمال الأكثر يستمتع بالفوائد بدلاً من خبرة التأثيرات السلبية مقارنة مع الافراد الآخرين، هذا النوع من الانحياز قد يكون له تأثير معاكس على الفرد وسعاداته لأنه يبالغ في تقدير العواقب الإيجابية ويقلل من تقدير العواقب السلبية مثلاً تطور السرطان وهذا ليس له دافعية محددة ليصبح منخرطاً في سلوكيات وقائية مصاحبة (Milic et al, 2019, P. 179).

يضع بعض الباحثين دوراً للحصانة خلال فترة المراهقة، بينما يدعي آخرون ان الحصانة هي انجاز خادم للذات موجود في اتخاذ القرار وليس فقط في فترة المراهقة. يفترض البحث الحديث وبشكل معاكس للمنظور الشائع، ان الإحساس بالحصانة يمنح فوائد للمراهقين ويجعلهم عرضة للسلوكيات الخطرة، لهذا معظم النطاق الذي عملت فيه الدراسات كان خلال المراهقة المتأخرة وبزوغ الرشد، لهذا القليل يكون معروفاً حول الكيفية التي تحدث فيها الحصانة مع الأخذ بالأعتبار المخاطر والفوائد في المراهقة المبكرة (Hill et al, 2012, P. 490).

الخط الثاني من التفكير يدرك الحصانة على انها استجابة تكيفية لعملية الانفصال - التفردية separation-individuation في تطور الفرد الشاب. توصف العملية بواسطة الاعتمادية المتناقصة على الوالدين والتطور التدريجي لهويته الخاصة وقيمه ومعتقداته لتشكيل الفرد المستقل. وفقاً لهذا المنهج فان الحصانة لا تتساوى مع خطأ المفاضلة، ولكنها تمثل استجابة تكيفية للتحديات النمائية الموروثة في عملية الانفصال - التفردية. الشعور بالحصانة لا ينتج من الخطأ في التطور المعرفي ولكنها مشكلة لتطور الانا (Milic et al, 2019, P. 179). إن الانفصال - التفردية تصف الخرافة الشخصية كونها ماثلة لستراتيجية التعويض النرجسي التي وصفها Bloss (1962). وفقاً لـ Bloss فان اندفاع تضخم الذات

الترجسية والانا المستميل للذات هي حالات من الادراك الداخلي الجديد الحاد والمؤثر للذات، يظهر كدفاع إزاء سرعة تأثر صورة الذات التي تلازم عملية التفردية وتعطي المراهق إحساس قوي من عدم القابلية على الفناء والوكالة الشخصية. وفقاً لـ Bloss فإن الحصانة تعطي الفرد إحساس كاذب ومزيف من القوة والذي بدوره يضعف حكمه في المواقف الناقدة (Hill et al, 2012, P. 491).

بالنسبة لكل من Elkind & Bloss فإن الحصانة هي خاصية معيارية لتطور المراهق وهي نتيجة المكانة التطورية للمراهقين رغم وجود ميكانزمات تطورية مختلفة تكون ضمنية. بالنسبة Elkind فإن الحصانة هي خرافة شخصية تنتج من التمرکز المعرفي حول الذات. بالنسبة لـ Bloss فإن الحصانة هي دفاع نرجسي إزاء ردود الأفعال الخزينة، لهذا كلا المنظورين يرى ان الحصانة كونها عامل خطر وانها شيء ما يعرض المراهق لمخاطر اكبر من حيث انها تضعف اتخاذ القرار في المواقف الناقدة (Hill et al, 2012, P. 492). إن كلا النموذجين التطوريين يدعمان الادعاء بأن الحصانة هي نتيجة العمليات التطورية المعيارية، ولكنها يختلفان بما تعنيه الوظيفة التكيفية. يرى تفسير التمرکز التقليدي حول الانا خرافات الحصانة على انها خاصية مؤسفة لتطور المراهق بقدر ما تعيق الحكم في المواقف الناقدة وتضعفه. اما المنظور البديل فإنه يقدم احتمالية ان الحصانة تقدم بوجهين، بمعنى تتنبا بالسلوك الخطر ولكنها تتنبا ايضاً بالتكيف والنجاح في المواجهة والمرونة، على سبيل المثال قد تشجع الحصانة المراهقين ان ياخذوا على عاتقهم التحديات النمائية المعيارية التي تشهد التحول الى مرحلة الرشد. قبل استكشاف خيارات الهوية، وعمل صداقات، وتعلم مهارات جديدة، والتقديم للوظيفة او القبول في الجامعة، هذه جميعها تتطلب المجازفة عندما نستغني عن النتيجة، وجميعها تتطلب المجازفة عندما يكون الفشل هو الخيار واحتمال ان تكون صورة الذات في خطر، لهذا المجازفة ليست دائماً سيئة التكيف. في الكثير من الظروف فان المراهق المحصن قد يكون مجهز بشكل افضل لمواجهة التحديات المعيارية والملائمة لسنه والتي هي الطابع المميز للتطور الراشد (Lapsley & Hill, 2009, P. 848).

هناك منظور اكثر ايجابية لتطور الخرافة الذاتية، إذ جادل كل من Bjork & Green (1992) ان ميول الخرافة الشخصية قد تسهل المجازفة المناسبة، والانفصال النفسي الواقعي عن الوالدين وتزود المراهقين بمصادر لاستكشاف الأفكار والهويات والادوار والمهام الجديدة، كما افترض Cole (1989) ان تصور الخرافة الشخصية قد يكون عامل معرفي يقلل من تأثيرات اليأس في المراهقة، لذلك يعمل كمخفف للصدمات ما بين اليأس والسلوك الانتحاري (Aalsma et al, 2006, P. 482).



❖ منظورات حول الحصانة: هناك منهجين تطويرين للحصانة يمكن تمييزها، احد المنهجين يجادل ان الحصانة هي مشكلة النمو المعرفي، بمعنى ان الحصانة تنتج من التمرکز المعرفي حول الانا cognitive egocentrism الذي يشهد التحول الى العمليات الأساسية. في هذا التفسير فأن تمرکز المراهق حول الانا يشجع التمييز المفرط للمشاعر التي تساهم في الشعور بالتميز والخلود، هذا الشعور بالخلود بدوره يعد المراهقين للأعتقاد بالخرافات الشخصية والتي هي ان النتائج تكون مؤذية للآخرين اكثر من الذات. لقد أحتضن عدد من المنظرين التمرکز المعرفي حول الذات كانهياز تطوري لتصوير الخرافة الشخصية والسلوك الطائش والمتهور الذي تشجعه (Lapsley & Hill, ٢٠٠٩, P.١). من هؤلاء المنظرين Elkind الذي أشار الى ان الحصانة هي نوع من الخطأ المعرفي الذي يحدث في مرحلة العمليات الرسمية في عمر (١٢) سنة والذي يسمى خطأ المفاضلة differentiation error، انه يتخذ شكل التمييز الضعيف بين الفئات العامة والفئات الفريدة من نوعها، على سبيل المثال قد يعتقد المراهقون ان الناس الذين يدخنون لأكثر من (٤٠) سنة يطورون السرطان (نتيجة عامة)، ولكن في نفس الوقت هم مقتنعين ان هذا لا ينطبق عليهم في الموقف ذاته أي اذا دخنا لكثير من ٤٠ سنة (نتيجة فريدة)، أي ان خطأ المفاضلة يحدث كمعتقد مفاده ان المبادئ العامة وتأثيراتها تطبق على كافة السلوكيات الخطرة ولكن ليس علينا (Milic et al, ٢٠١٩, P.١٧٩).

يفترض Elkind ان المراهقين يشعرون باحساس عدم الفناء indestructibility كحالة مصاحبة للتمرکز حول الانا الذي يندفق في المراهقة المبكرة. في منظور Elkind يستميل التمرکز حول الذات المراهقين الى تشييد خرافة الخلود والبقاء التي تجعلهم عرضة للأعتقاد بان النتائج المؤذية هي اكثر احتمالاً للحدوث عند الآخرين مما هي لديهم. ويرى Elkind ان هذه الخرافات الشخصية لعد الفناء هي خاصية باعثة للأسف للمراهقة بقدر ما تتضمن اتخاذ المراهقين للقرار. نظرية Elkind (١٩٦٧) حول تمرکز المراهق حول الانا كانت واحدة من اكثر النظريات المؤثرة حول تطور المراهق خلال العقود الأربعة الأخيرة. رغم ذلك هناك شكوك حول النظرية على القاعدتين النظرية والامبريقية. هذا النقد لا يستند الى كون الحصانة هي خاصية معيارية للمراهقة او فيما إذا ارتبطت مع السلوك الخطر ولكنه يأخذ بالأعتبار فيما إذا كان التمرکز المعياري حول الانا هو افضل هيكل نظري نفهم من خلاله الحصانة (Hill et al, ٢٠١٢, P.٤٩٠)، وهناك منهج ثالث للحصانة الذي لا يقدم افتراضات تطويرية. يعالج هذا المنهج الحصانة على انها انحياز معرفي شائع يربك اتخاذ القرار وليس فقط في فترة المراهقة. الحصانة وفق هذا

التفسير هي نتيجة لأنحياز التفاؤل الموجود فقط في تقدير الخطر. انحياز التفاؤل يكون واضحاً عندما يفترض الافراد نتائج إيجابية مبشرة للذات اكثر من الآخرين، وعندما يحكم على الاحداث السلبية كونها تحدث للآخرين اكثر من الذات، على سبيل المثال يميل الافراد الى ان يكونوا متفائلين حول فرض اصابتهم بالسرطان إذا قاموا بالتدخين، وحول نجاتهم من كارثة طبيعية تصادفهم (Lapsley & Hill, 2009, P. 848).

❖ أهداف البحث: يهدف البحث الحالي تعرف:

- ١- انحياز التفاؤل (السليبي والايجابي) لدى طلبة الجامعة .
- ٢- الفرق في انحياز التفاؤل (السليبي والايجابي) بين الذكور والاناث من طلبة الجامعة.
- ٣- الحصانة الذاتية (الخطر والنفسية) لدى طلبة الجامعة
- ٤- الفرق في الحصانة الذاتية (الخطر والنفسية) بين الذكور والاناث من طلبة الجامعة.
- ٥- العلاقة الارتباطية بين انحياز التفاؤل (السليبي والايجابي) والحصانة الذاتية (الخطر والنفسية) لدى طلبة الجامعة.

❖ حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بطلبة الجامعة المستنصرية في كلية الآداب في المراحل الأولى من الدراسات الصباحية من الذكور والاناث للعام الدراسي (٢٠٢٤-٢٠٢٥).

❖ تحديد المصطلحات: إن انحياز التفاؤل Optimism Bias: هو خلل في تقييم المخاطر الحقيقية يظهر عندما يفترض الافراد نتائج حكمية على احتمالية حدوث الاحداث السلبية للآخرين اكثر من احتمالية حدوثها للذات (Lapsley & Hill, 2009, P. 848).

❖ الحصانة Invulnerability:

-تعريف Elkind (١٩٧٦): هي نتيجة التمرکز المعرفي على الانا الذي يصاحب الانتقال الى العمليات الرسمية، والذي يشجع على التمييز المفرط في المشاعر مما يساهم في الشعور بالتفرد والخلود، هذا الشعور بالخلود بدوره يدفع المراهق الى تصديق خرافة شخصية مفادها ان احتمالية وقوع النتائج المؤذية والضارة على الآخرين تكون اكثر من احتمالية وقوعها على الفرد (Elkind, 1976, P. 1031).

-تعريف Lapsley & Murphy (١٩٨٥): استجابة تكيفية نرجسية للتحدي النمائي المتمثل في الانفصال والفردانية (Lapsley & Murphy, 1985, P. 202).

-تعريف Jacobs-Quadrel (١٩٩٣): تحيزاً معرفياً شاملاً يؤثر في عملية اتخاذ القرار



ليس فقط في مرحلة المراهقة يحدث نتيجة تحيز التفاؤل المتجذر في تقييم المخاطر (Jacobs-quadrel, 1993, P.102).

❖ التعريف النظري الذي تبنته الباحثة: معتقد شخصي مفاده ان احتمالية وقوع النتائج المؤذية والضارة على الآخرين اكبر من احتمالية وقوعها على الفرد ذاته، وهو استجابة تكيفية نرجسية للتحدي النهائي المتمثل في الانفصال والفردانية تحدث نتيجة لتحيز معرفي متأصل في تقييم المخاطر. استنبطت الباحثة التعريف من دراسة Lapsley & Hill (2009) لأعتادها مقياس انحياز التفاؤل المطور في هذه الدراسة.

❖ منهجية البحث: مجتمع البحث: يتألف مجتمع البحث الحالي من طلبة الجامعة المستنصرية في كلية الآداب من الدراسات الصباحية من الطلبة الذكور والإناث في المرحلة الأولى للعام الدراسي 2024-2025.

❖ عينة البحث: بلغت عينة البحث الحالي (200) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية البسيطة من طلبة المرحلة الأولى في كلية الآداب / الجامعة المستنصرية بواقع (100) طالب و (100) طالبة.

❖ اعداد اداتا البحث:

• أولاً: مقياس انحياز التفاؤل Optimism Bias Scale: قامت الباحثة بترجمة مقياس انحياز التفاؤل لـ Lapsley & Hill (2009) المكون من (22) فقرة موزعة على مجالين (انحياز سلبي وانحياز إيجابي) الى اللغة العربية ثم عرضت نسختي المقياس الأجنبية والعربية (ملحق/ 1) على (3) خبراء في اللغة الإنكليزية وعلم النفس لأبداء رأيهم في صحة الترجمة واقتراح التعديلات المناسبة، وقد حصلت جميع الفقرات على نسبة اتفاق (100)%. وبعد التأكد من صدق ترجمة فقرات المقياس، أعدت الباحثة استبيان اراء المحكمين (ملحق/ 2) للتعرف على مدى صلاحية فقرات المقياس وتعليقاته وأسلوب القياس، ثم تم عرضه على (5) محكمين من المختصين في ميدان علم النفس، وبعد احتساب النسبة المئوية لأتفاق المحكمين حصلت جميع الفقرات على نسبة اتفاق (100)%. وبذلك استبقيت جميع الفقرات. أما بالنسبة لتصحيح مقياس انحياز التفاؤل فقد أعطيت اوزان تراوحت من (-3) الى (+3) مع إعطاء (0) للنقطة الوسط التي تشير الى انعدام انحياز التفاؤل، بالنسبة لأنحياز التفاؤل السلبي يشار اليه بدرجات تراوح من (-3) الى (-1) إزاء البدائل (اقل بكثير من المتوسط، اقل من المتوسط، اقل قليلا من المتوسط)، اما بالنسبة لأنحياز التفاؤل الإيجابي يشار

اليه بدرجات تتراوح من (١) الى (٣) إزاء البدائل (اعلى قليلا من المتوسط، فوق المتوسط، اعلى بكثير من المتوسط). يشير كل من Lapsley & Hill ان انحياز التفاؤل يدل عليه اذا كانت تقديرات المتوسطات لكل فقرة مختلفة معنويا عن الصفر (Lapsley & Hill, ٢٠٠٩, P.٨٥١). لذلك استخرجت الباحثة الوسط الحسابي والانحراف المعياري لكل فقرة واستخدمت الاختبار التائي لعينة واحدة لأختبار الدلالة المعنوية لمتوسطات الفقرات إزاء (الصفر) النقطة الوسط وكما في الجدول (١).

الجدول (١) نتائج تحليل فقرات المقياس

ت	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة t	ت	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة t
1	-0.73	0.08	121.6	12	-0.12	0.07	24
2	-0.31	0.07	62	13	0.14	0.08	23.33
3	-0.14	0.08	23.3	14	1	0.91	16.66
4	-0.20	0.90	33.33	15	1.5	0.62	37.5
5	-0.33	0.06	82.5	16	-1.5	0.77	27.77
6	-0.11	0.06	27.5	17	-1.33	0.91	22.16
7	-0.19	0.07	38	18	-2.1	0.60	52.5
8	-0.16	0.08	26.66	19	-1.21	0.81	20.16
9	-0.35	0.07	70	20	-0.43	0.82	7.16
10	-0.14	0.09	23.33	21	-0.59	0.63	14.75
11	-0.58	0.09	96.66	22	-1	0.70	20

وقد صرح Lapsley & Hill المقياس بطريقة Likert لغرض استخراج نتائج البحث واحتساب العلاقات الارتباطية حيث أعطيت الاوزان (٧-١) لفقرات الانحياز السلبي و (١-٧) لفقرات الانحياز الإيجابي (Lapsley & Hill, ٢٠٠٩, P.٨٥١).

❖ صدق المقياس The Scale Validity

-صدق الترجمة Translation Validity: تحقق صدق الترجمة في مقياس انحياز التفاؤل من خلال عرض النسخة الاصلية للمقياس باللغة الإنكليزية مع نسخته المترجمة الى اللغة العربية على (٣) خبراء في ميدان الترجمة وعلم النفس وكما تم توضيحه.

-الصدق الظاهري Face Validity: يشير Devellis (٢٠١٢) ان الصدق الظاهري هو تقييم فقرات المقياس لما يبدو انها تقيسه في سطحها الظاهري (Devellis, ٢٠١٢, P.٧٠)، وقد تحقق ذلك من خلال عرض فقرات المقياس على مجموعة من المحكمين وكما تم ذكره.



-صدق البناء Construct Validity: يشير Heiman (١٩٩٩) ان صدق البناء هو التحقق من ان المتغير الذي نقيسه يعكس بالفعل وفقط البناء الافتراضي المطلوب وكما تم تعريفه مفاهيميا من منظور نظري خاص (Heiman, 1999, PP. ٤٨-٤٩). وقد تحقق صدق البناء في مقياس انحياز التفاؤل من خلال اختبار الافتراض النظري في دراسة (Lapsley & Hill) (٢٠٠٩) الذي أشار الى وجود ارتباط سلبي دال بين المقياسين الفرعيين، وقد تم إيجاد الارتباط بين المقياس الفرعية في الدراسة الحالية، حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (- ٣٤, ٠) بين المقياسين الفرعيين (انحياز التفاؤل الإيجابي وانحياز التفاؤل السلبي) وهي دالة معنوياً، وبهذا تحقق صدق البناء في مقياس انحياز التفاؤل.

وقد تم أيضاً التحقق من صحة الافتراض النظري في دراسة Lapsley & Hill الذي يشير الى عدم وجود فروق دالة معنوية بين الذكور والاناث، حيث اشارت قيمة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين الى عدم وجود فرق معنوي بين عينة الذكور وعينة الاناث على مقياس الانحياز السلبي اذ بلغت قيمة (t) (١١, ٠) وهي غير دالة، بينما بلغت قيمة (t) على مقياس الانحياز الإيجابي (٣٢, ١) وهي غير دالة ايضاً. ❖ ثبات المقياس The Scale Reliability: تم استخراج ثبات المقياس بطريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة الفا لـ Cronbach للمقياسين الفرعيين، حيث بلغت قيمة & لمقياس انحياز التفاؤل السلبي (٨٠, ٠) و (٧٤, ٠) لمقياس انحياز التفاؤل الإيجابي وهي مقبولة بالمقارنة مع معاملات (&) في دراسة Lapsley & Hill (٢٠٠٩) التي بلغت (٨٥, ٠) لمقياس الانحياز السلبي و (٧٦, ٠) لمقياس الانحياز الإيجابي.

• ثانياً: مقياس الحصانة Invulnerability Scale: لغرض قياس الحصانة قامت الباحثة بترجمة مقياس الحصانة invulnerability الذي اعده (Duggan et al) (٢٠٠٠) المكون من (٢٠) فقرة موزعة على مجالين بواقع (١٢) فقرة لمجال حصانة الخطر dander invulnerability و (٨) فقرات لمجال الحصانة النفسية psychological invulnerability، ثم عرضت نسختي المقياس الأجنبية والعربية (ملحق/ ٣) على (٣) خبراء في ميدان الترجمة وعلم النفس لأبداء رأيهم في صحة الترجمة واقتراح التعديلات المناسبة، وقد حصلت جميع الفقرات على نسبة اتفاق ١٠٠٪. وبعد التأكد من صدق ترجمة الفقرات قامت الباحثة بأعداد استبيان آراء المحكمين (ملحق/ ٤) للتحقق من مدى صلاحية الفقرات وتعليمات المقياس وأسلوب القياس، ثم تم عرضه على (٥) محكمين في مجال علم النفس وقد تم احتساب النسبة المئوية لأتفاق المحكمين وقد حصلت الترجمة على نسبة اتفاق ٨٠٪ مع تعديل ترجمة (٤) فقرات

وقد تم تصميم المقياس وفقاً لأسلوب Likert حيث الإجابة عليه تكون من خلال التأشير على البديل المناسب من (٥) بدائل تتراوح من (١) لا أوافق بشدة إلى (٥) أوافق بشدة.

- تحليل فقرات المقياس: اتبعت الباحثة أسلوب علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال الذي تنتمي إليه لأجراء عملية التحليل، إذ كلما زاد معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية كان احتمال تضمينها في المقياس أكبر (Allen & Yen, 1979, P. 125)، وقد تم استخدام معامل ارتباط بيرسون لهذا الغرض وكما موضح في الجدول (٢).

الجدول (٢) قيم معاملات الارتباط لدرجة كل فقرة مع الدرجة الكلية للمجال

ت	r	ت	R	ت	r
١	0.30	٨	0.31	١٥	0.32
٢	0.22	٩	0.35	١٦	0.33
٣	0.21	١٠	0.28	١٧	0.36
٤	0.19	١١	0.40	١٨	0.39
٥	0.32	١٢	0.26	١٩	0.28
٦	0.25	١٣	0.20	٢٠	0.27
٧	0.22	١٤	0.34		

صدق المقياس The Scale Validity

- صدق الترجمة Translation Validity: تحقق صدق الترجمة في مقياس الحصانة الشخصية من خلال عرض النسختين الإنكليزية والعربية المترجمة عن المقياس على (٣) خبراء في ميدان الترجمة وعلم النفس، وكما تم توضيحه.

- الصدق الظاهري Face Validity: تحقق الصدق الظاهري من خلال عرض فقرات مقياس الحصانة على مجموعة من الحكمين وكما تم ذكره.

- صدق البناء Construct Validity: تحقق صدق البناء في مقياس الحصانة من خلال اختبار الافتراض النظري النظري في دراسة (Lapsley & Hill) (٢٠٠٩) الذي أشار إلى وجود ارتباط إيجابي دال بين المقياسين الفرعيين، وقد تم إيجاد الارتباط بين المقياسين الفرعيين في الدراسة الحالية، حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون (٣٢, ٠) بين المقياسين الفرعيين (حصانة الخطر والحصانة النفسية) وهي دالة معنوياً، وبهذا تحقق صدق البناء في مقياس الحصانة.

وقد تم التحقق من صحة الافتراض النظري في دراسة Lapsley & Hill الذي يشير إلى وجود فرق



دال معنوياً بين الذكور والاناث في كل من حصانة الخطر والحصانة النفسية ولصالح الذكور حيث بلغت قيمة (t) في مقياس حصانة الخطر (٣, ١٧) و (٥, ٣٢) في مقياس الحصانة النفسية، وهي دالة معنوياً ولصالح الذكور.

- ثبات المقياس The Scale Reliability: تم استخراج ثبات مقياس الحصانة بطريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة الفا لـ Cronbach للمقياسين الفرعيين، حيث بلغت قيمة & لمقياس حصانة الخطر (٠, ٧٨) و (٠, ٧٥) لمقياس الحصانة النفسية وهي مقبولة بالمقارنة مع معاملات الفا في دراسة Lapsley & Duggan (٢٠٠١) التي بلغت (٠, ٨٥) لمقياس حصانة الخطر و (٠, ٧٩) لمقياس الحصانة النفسية، وأيضاً دراسة Lapsley & Hill (٢٠٠٩) التي بلغت (٠, ٧٦) لمقياس حصانة الخطر و (٠, ٧٣) لمقياس الحصانة النفسية.

تطبيق الاداتين: تم اعتماد الاستمارات السابقة التي تم تطبيقها على عينة الطلبة ذاتها المكونة من (٢٠٠) طالب وطالبة .

نتائج البحث: سوف يتم عرض نتائج البحث وتفسيرها في ضوء اهداف البحث:

١- تعرف انحياز التفاؤل (السلبي و الايجابي) لدى طلبة الجامعة.

بلغ متوسط درجات افراد عينة البحث على مقياس انحياز التفاؤل السلبي (٧٣, ٥٨) بانحراف معياري مقداره (٩, ٩١). وبمقارنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي (٧٦) يلاحظ انه اقل من المتوسط الفرضي. وعند اختبار دلالة الفرق بين المتوسطين باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة تبين انه دال معنوياً ولصالح المتوسط الفرضي عند مستوى دلالة (٠, ٠٥) وبدرجة حرية (١٩٩)، وهذا يدل على ان انحياز التفاؤل السلبي منخفض لدى افراد عينة البحث؛ إذ بلغ متوسط درجات افراد العينة على مقياس انحياز التفاؤل الإيجابي (١٥, ٣٣) بانحراف معياري مقداره (٢, ٣٩). وبمقارنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي (١٢) يلاحظ انه اعلى من المتوسط الفرضي. وعند اختبار دلالة الفرق بين المتوسطين باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة تبين انه دال معنوياً وهذا يعني ان الانحياز الإيجابي كان مرتفعاً عند الطلبة.

٢- تعرف الفرق في انحياز التفاؤل (السلبي والايجابي) بين الذكور والاناث من طلبة الجامعة.

بلغ متوسط درجات افراد عينة البحث من الذكور على مقياس انحياز التفاؤل السلبي (٧٣, ٥٠) بانحراف معياري (١٠, ١١)، كما وبلغ متوسط درجات افراد عينة البحث من الاناث على نفس المقياس (٧٣, ٦٦) بانحراف معياري (٩, ٧٠)، وعند اختبار دلالة الفرق بين المتوسطين باستخدام الاختبار

التائي لعيتين مستقلتين تبين انه لا يوجد فرق دال معنوياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٩٨).

اما بالنسبة لمقياس انحياز التفاؤل الإيجابي فقد بلغ متوسط درجات افراد عينة البحث من الذكور على المقياس (١٥,٣٣) بأنحراف معياري (٢,٨٠)، بينما بلغ متوسط درجات الاناث على المقياس ذاته (١٥,٧٨) بأنحراف معياري (١,٩٨)، وعند اختبار دلالة الفرق بين المتوسطين باستخدام الاختبار التائي تبين انه لا يوجد فرق دال معنوياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٨).

٣- تعرف الحصانة (الخطر والنفسية) لدى طلبة الجامعة.

بلغ متوسط درجات افراد عينة البحث على مقياس حصانة الخطر (٢٤,٣٧) بأنحراف معياري (٤,١٥). وبمقارنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي (٣٦) تبين انه اقل من المتوسط الفرضي. وعند اختبار دلالة الفرق بين المتوسطين باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة تبين انه دال معنوياً ولصالح المتوسط الفرضي عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٩)، وهذا يعني ان حصانة الخطر منخفضة لدى عينة البحث.

وبلغ متوسط درجات افراد عينة البحث على مقياس الحصانة النفسية (١٨,٦١) بأنحراف معياري (٢,٨٩)، وبمقارنة هذا المتوسط مع المتوسط الفرضي (٢٤) يلاحظ انه اقل من المتوسط الفرضي، وعند اختبار دلالة الفرق بين المتوسطين باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة تبين انه دال معنوياً وهذا يعني ان مستوى الحصانة النفسية منخفض لدى افراد العينة.

٤- تعرف الفرق في الحصانة (الخطر والنفسية) لدى طلبة الجامعة.

بلغ متوسط درجات افراد عينة البحث من الذكور على مقياس حصانة الخطر (٢٥,٣٠) بأنحراف معياري (٤,٤٠)، كما وبلغ متوسط درجات افراد عينة البحث من الاناث على نفس المقياس (٢٣,٤٣) بأنحراف معياري (٣,٩٠)، وعند اختبار دلالة الفرق بين المتوسطين باستخدام الاختبار التائي لعيتين مستقلتين تبين انه يوجد فرق دال معنوياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية (١٩٨) ولصالح الذكور.

اما بالنسبة لمقياس الحصانة النفسية فقد بلغ متوسط درجات افراد عينة البحث من الذكور على المقياس (١٩,٧٠) بأنحراف معياري (٣,١١)، بينما بلغ متوسط درجات الاناث على المقياس ذاته (١٧,٥٢) بأنحراف معياري (٢,٦٦)، وعند اختبار دلالة الفرق بين المتوسطين باستخدام الاختبار التائي تبين انه



يوجد فرق دال معنويًا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١٩٨) ولصالح الذكور.

٥- تعرف العلاقة الارتباطية بين انحياز التفاؤل (السلبى والايجابى) والحصانة (الخطر والنفسية).

لغرض إيجاد العلاقة الارتباطية بين انحياز التفاؤل والحصانة تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين المتغيرين وكما هو في الجدول ادناه:

الجدول (٣) معاملات الارتباط بين الحصانة وانحياز التفاؤل

انحياز ايجابي	انحياز سلبي	الحصانة النفسية	حصانة الخطر	
0.06	0.22 -	0.32	-----	حصانة الخطر
0.21	0.24 -	-----		الحصانة النفسية
0.34 -	-----			انحياز سلبي
-----				انحياز ايجابي

من الجدول يتبين ان حصانة الخطر ترتبط إيجابيا مع الحصانة النفسية وانحياز التفاؤل الإيجابي كما ترتبط الحصانة النفسية إيجابيا مع الانحياز الإيجابي، وكلاهما يرتبطان عكسياً مع الانحياز السلبي. بينما يرتبط الانحياز السلبي عكسياً مع الانحياز الإيجابي.

تفسير النتائج:

تبين من نتائج البحث ان انحياز التفاؤل السلبي وحصانة الخطر والحصانة النفسية منخفضة لدى عينة البحث من المراهقين في المرحلة المتأخرة بينما أنحياز التفاؤل الأيجابي مرتفع ويمكن تفسير ذلك وفقاً لـ McKay & Dennett (٢٠٠٩) فأن المعتقدات الخاطئة رغم كونها غير تكيفية للإنسان، فان المعتقدات الكاذبة الإيجابية مثل انحياز التفاؤل تكون تكيفية ووفقاً لمنظور Varki (٢٠٠٩) فأن انحياز التفاؤل الإيجابي ليس مفيداً فقط ولكنه أساسي للعمل بشكل مناسب والبقاء على قيد الحياة.

أما بالنسبة للحصانة فان الباحثين يدعون ان الحصانة هي انجاز خادم للذات موجود في اتخاذ القرار وليس فقط في مرحلة المراهقة، والاحساس بالحصانة يمنح فوائد للمراهقين لهذا معظم نطاق الدراسات كان خلال فترة المراهقة المتأخرة وبزوغ الشباب لذلك يرى الخط الاخر من العلماء ان الحصانة هي استجابة تكيفية لعملية الانفصال - الفردانية وتوصف هذه العملية بالأعتيادية المتناقضة على الوالدين والتطور التدريجي لهويته الخاصة، وحسب رأي Boss فان الحصانة هي دفاع نرجسي إزاء ردود الأفعال الحزينة. لذلك تكون هذه نتيجة متوقعة بالنسبة للطلبة في المراهقة المتأخرة كأستجابة تكيفية إزاء الخطر والاحداث الحزينة المهددة للفرد وبقائه.

بالنسبة للفروق بين الذكور والاناث فقد يمكن ايعاز عدم وجود فرق بين الاثنين الى ان الانحياز هو عيب معرفي في تقييم المخاطر الحقيقية نتيجة خلل النشاط في القشرة الحزامية وهذا يعني ان سبب الانحياز هو فيسيولوجي يحدث نتيجة أسباب خارجية قد يتعرض لها بشكل متساوي كل من الذكور والاناث. اما بالنسبة للحصانة فهي معتقد (فكري) حول احتمالية وقوع الاحداث السلبية الضارة والتصدي لهذه المواقف هو ضمن عمل الذكور وليس الاناث لذلك يلجأ الذكور الى هذه الاستجابة التكيفية النرجسية للتحدي النهائي المتمثل في الانفصال والفردانية اكثر من الاناث.

أخيراً تبين ان انحياز التفاؤل الإيجابي يرتبط طردياً مع الحصانة (الخطر و النفسية) وهذا ما اشارت اليه نتائج دراسة (Lapsley & Hill ٢٠٠٩) من وجود ارتباط إيجابي بين انحياز التفاؤل الإيجابي والحصانة ولكنه لا يدل على انهما كيانان متماثلان بل منفصلان بمعنى أي زيادة في المتغير الأول يقابلها زيادة في المتغير الثاني وهذا ما أشار اليه (Jacobs-Quadrel et al ١٩٩٣) بأن الحصانة هي نتيجة لأنحياز التفاؤل الذي هو نتيجة الخلل في نشاط اللحاء الامامي والذي يولد معتقدات لاعقلانية متأصلة في تقييم المخاطر، وبالتأكيد يكون العكس مع الانحياز السلبي في ارتباطه مع الحصانة.

التوصيات: توصي الباحثة مجموعة من التوصيات بناءً على النتائج التي توصل اليها البحث:

١-توعية الآباء والأمهات عن طريق وسائل الاعلام او في اجتماعات أولياء الأمور بضرورة احتواء أبنائهم في مرحلة المراهقة من بدايتها حتى مراحلها المتأخرة ومساعدتهم في تجاوز ازمة الانفصال والفردانية (التفرد) والمساعدة في التطور التدريجي لهوية المراهق الخاصة.

٢-توصية الوحدات الارشادية في الجامعات بتوجيه الطلبة الجدد الى حسن التعامل مع الازمات والاحداث السلبية والتشجيع على مواجهتها وعدم الركون الى الاعتقاد المتفائل المتجنب للأحداث الخطيرة التي تعترض حياتهم.

٣-توصية الجهات التربوية المختصة بالاستفادة من مقاييس الدراسة الحالية في مجالات التوجيه والإرشاد التربوي.

المقترحات:

١-اجراء دراسة مماثلة للدراسة الحالية لكن مع عينة من المراهقين في مرحلة المراهقة المبكرة.

٢-اجراء دراسة تتناول علاقة انحياز التفاؤل والحصانة مع متغيرات أخرى مثل التعامل مع الضغوط، والتوافق، والمخاطرة، والرفاهية النفسية، والشخصية النرجسية، والخرافات الشخصية.



٣- اجراء دراسة لأيجاد العلاقة الارتباطية بين الحصانة الذاتية والأنحيازات المعرفية.

٤- اجراء دراسة تطويرية لبحث تطور انحياز التفاؤل والحصانة لدى شرائح عمرية مختلفة.

المصادر

-Aalsma,M., Lapsley, D.K., & Flannery, D. (2006). Narcissism, personal fable, and adolescent adjustment. *Psychology in the Schools*,43, 481-491.doi:10.1002/pits.20162.

-Allen, N.J. & Yen,W.(1979).Introduction to measurement theory, California, Brook cole.

-Bain, R. (2009). Error and optimism bias in toll road traffic forecasts. *Springer*, Vol. 36, pp.469-482. Dio.10.1007/s11116-009-9199-7.

-Bajada, C. (2014).The optimism bias: A cognitive neuroscience perspective, *journal of the Malta chamber of scientists*, dio:1007423/XJENZA.2014.1.04.

-Devellis, R.G.(2012).Scale development-theory and applications, third edition, Sage publication Inc. Los Angeles.

-Elkind, D. (1976) .Egocentrism in adolescence. *Child Development*, 38, 1025-1034. doi:10.2307/1127100.

-Fife-Schaw, C., & Barnett, J. (2008). Measuring optimistic bias. In book: doing social psychology research (pp.54-74) dio:10.1002/9780470776278.ch3.

-Flyvbjerg, B. (2008). Curbing optimism bias and strategic misrepresentation in planning: reference class forecasting in practice. *European planning studies*, Vol 16, No.1, pp.3-21.

-Hatfield, J. & Job, R. (2001).Optimism bias about environmental degradation: The role of the range of impact of precautions. *Journal of environmental psychology*, 21, 17-30.dio:10.1006/jevp.2000.0190.

-Hill, P. ,Duggan, M., Lapsley, D.(2012). Subjective invulnerability, risk behavior, and adjustment in early adolescence. *The journal of early adolescence*. 32(40):489-501. DIO:10.1177/0272431611400304.



-Jacobs-Quadrel, M. ,Fischhoff, B.,& Davis, W.(1993). Adolescent (in)vulnerability. The American Psychologist, 48,102-116.doi:10.1037/0003-066X.48.2.102.

-Lapsley, D.K. & Hill, P.L. (2009). Subjective invulnerability, optimism bias and adjustment in emerging adulthood. Journal of Youth and Adolescence, 39,847-857.

-Lapsley ,D. N. & Murphy, N. (1985). Another look at the theoretical assumptions of adolescent egocentrism. Developmental Review, 5, 201-217.

-Liu, H., Jiang, C. , Liu, Y. ,Hertogh, M. , Lyu, X. (2018). Optimism bias evaluation and decision – making risk forecast on bridge project cost based on reference class forecasting: Evidence from China. Sustainability, 10(11).3981,dio.org/10.3390/su10113981.

-Milic, M. & Vlajcic, R. , Krizanic, V. (2019). Perception of invulnerability, engaging in risky behaviors and life satisfaction among high school students. Journal of criminology and social integration, Vol.27(2019) 2, 177-203.

-Morrell, H.E., Lapsley, D.K. , & Halpern-Felsher, B.L. (2016). Subjective invulnerability and perceptions of tobacco-related benefits predict adolescent smoking behavior. Journal of early adolescence ,2016.Vol 36(5) 679-703.doi:10.1177/027243165578274.

-Murray, A. (2011). Editorial: The implications of the optimistic bias for nursing and health. Journal of clinical nursing / Vol. 20, issue 17-18/pp.2588-2590. Dio.org/10.1111/j.1365-2702.2010.03340.

-Sharot, T. (2011). The optimism bias. Curr. Biol.,21(23),R941-945.

-Sharot, T., Riccardi, A., Raio, C., Phelps, E. (2007). Neural mechanisms mediating optimism bias. Nature, 450(7166),102-105.

-Sharot, T. Shiner, T., Brow, A., Fan J., Dolan, R. (2009). Dopamine enhances expectation of pleasure in humans. Curr. Biol., 19(24), 2077-2080.

-Strunk, D., Lopez H., DeRubeis R. (2006).Depressive symptoms are associated with unrealistic negative predictions of future life events. Behav. Res. Ther., 44(6), 861-882.

الملاحق:

ملحق (١)



استبيان اراء المحكمين في مدى صدق ترجمة مقياس انحياز التفاؤل

الأستاذ الفاضل :-----المحترم

بين يديكم مقياس انحياز التفاؤل optimism bias scale الذي اعداه Lapsley & Hill (٢٠٠٩) والذي يتكون من (٢٢) فقرة، وقد قامت الباحثة بترجمة فقرات المقياس الى اللغة العربية، ونظرالها تتمتعون به من خبرة في مجال الترجمة ترجو الباحثة ابداء رأيكم العلمي في الحكم على صلاحية ترجمة الفقرات الى اللغة العربية واقترح التعديلات المناسبة في صياغة الفقرات اذا تطلب ذلك، مع الشكر الجزيل.

التعديل	الفقرة باللغة العربية	الفقرة باللغة الانكليزية	ت
	فرصي للأصابة من جراء إعصار اذا ضرب بالقرب من نزهة كنت احضرها هي	My chances of being injured in a tornado if one struck near a picnic .that I was attending	1
	فرص القبض علي اذا حاولت الغش في الاختبار هي	My chances of getting caught if I cheat on a test are	2
	فرصي في الإصابة بمرض ينتقل عن طريق الاتصال الجنسي اذا مارست الجنس دون وقاية هي	My chances of getting a sexually transmitted disease if I have unprotected sex are	3
	فرص القبض علي (الإمساك بي) اذا اتلفت او دمرت أشياء لا تعود لي هي	My chances of getting caught if I damage or destroy something that did not belong to me are	4
	فرص امساك السلطات بي اذا استخدمت مواد غير قانونية هي	My chances of getting caught by authorities if I use illegal substances are	5
	فرصي في التعرض للأصابة في حادث سيارة اذا قمت بقيادتها بسرعة كبيرة هي	My chances of becoming injured in a car accident if I drive very fast are	6
	فرص القبض علي اذا قمت بتنزيل مواد من الانترنت بشكل غير قانوني هي	My chances of getting caught if I illegally download materials from the internet	7



8	My chances of getting caught if I take something from a store without paying for it are	فرصي في الوقوع اذا اخذت شيئاً من متجر دون دفع ثمنه هي	
9	My chances of becoming an alcoholic if I drink regularly are	فرصي في ان اصبح مدمناً على الكحول اذا شربت بكثرة هي	
10	My chances of getting dental problems if I don't floss regularly are	فرص إصابتي بمشاكل في الاسنان اذا لم استعمل خيط الحرير هي	
11	My chances of getting mugged if I go to a dangerous neighborhood are	فرصي في التعرض للسطو اذا ذهبت الى حي خطير هي	
12	My chances of failing a class if I don't study regularly are	فرص فشلي في الدراسة اذا لم ادرس كثيراً هي	
13	My chances of getting a good grade if I study for an exam are	فرص حصولي على درجة جيدة اذا درست للامتحان هي	
14	My chances of getting an interview if I apply for a job are	فرصي في الحصول على مقابلة اذا ما قدمت طلب للحصول على عمل هي	
15	My chances of making a new friend if I make the first move are	فرصي في تكوين صديق جديد اذا قمت بالخطوة الأولى هي	
16	My chances of being injured if I got a fight are	فرص إصابتي اذا دخلت في شجار هي	
17	My chances of developing lung cancer if I smoke regularly are	فرص إصابتي بسرطان الرئة اذا كنت ادخن كثيراً هي	
18	My chances of being rejected if I ask someone for a date are	فرصي في الرفض اذا طلبت موعداً من شخص ما هي	

مستنصرية



19	My chances of getting a divorce if I were married are	فرصي في الطلاق اذا كنت متزوجاً هي	
20	My chances of losing a friend because of something I did are	فرصي في فقدان صديق بسبب شيء فعلته هي	
21	My chances of becoming depressed of something I did are	فرص إصابتي بالأكتئاب بسبب خيبة امل هي	
22	My chances of giving up on a task after being criticized are	فرصي في التخلي عن مهمة بعد تعرضي للانتقاد هي	

ملحق (٢)

استبيان آراء المحكمين في مدى صلاحية فقرات مقياس انحياز التفاؤل

الاستاذ الفاضل ----- المحترم

تروم الباحثة القيام بدراسة (انحياز التفاؤل وعلاقته بالحصانة لدى المراهقين في المرحلة المتأخرة) ولتحقيق اهداف البحث تطلب ذلك تبني مقياس انحياز التفاؤل optimism bias لـ Lapsley & Hill (٢٠٠٩)، وقد تمت ترجمة فقرات المقياس الى اللغة العربية واستخرج لها صديق الترجمة بعد عرضها على مجموعة من الخبراء المختصين في مجال الترجمة وعلم النفس . وقد عرف كل من Lapsley & Hill (٢٠٠٩) انحياز التفاؤل على انه (خلل في تقييم المخاطر الحقيقية يظهر عندما يفترض الافراد نتائج حكمية على احتمالية حدوث الاحداث السلبية للآخرين اكثر من احتمالية حدوثها للذات)، علما ان بدائل الإجابة هي (اقل بكثير من المتوسط، اقل من المتوسط، اقل قليلا من المتوسط، متوسط الطلبة، اعلى قليلا من المتوسط، فوق المتوسط، اعلى بكثير من المتوسط)، تعطى الاوزان من (١-٧) في حال حساب درجة الفرد على المقياس، ومن (-٣ الى +٣) في حساب تمييز الفقرات. ونظرا لما تتمتعون به من خبرة ومعرفة ترجو الباحثة ابداء رأيكم العلمي في تحديد صلاحية الفقرات لقياس هذا المفهوم ومدى ملائمتها للمرحلة العمرية لأفراد العينة.

وتقبلوا خالص شكر الباحثة وتقديرها لتعاونكم في انجاز هذا البحث.

تعليمات المقياس:

قيم جميع الفقرات على وفق المقياس ادناه بالمقارنة مع طلبة (X) من جنسك
اقل بكثير من المتوسط، اقل من المتوسط، بقدر متوسط الطلبة، اعلى قليلا من المتوسط، فوق المتوسط،
اعلى بكثير من المتوسط.

انحياز التفاؤل السلبي (negative optimism bias):

خلل في تقييم الاحداث السلبية مع احتمالية وقوعها للآخرين اكثر من الذات.

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
1	فرصي أصابتي من جراء إعصار اذا ضرب بالقرب من نزهة كنت احضرها هي			
2	فرص القبض علي اذا حاولت الغش في الاختبار هي			
3	فرصي في الإصابة بمرض ينتقل عن طريق الاتصال الجنسي اذا مارس الجنس دون وقاية هي			
4	فرص القبض علي (الإمساك بي) اذا اتلفت او دمرت أشياء لا تعود لي هي			
5	فرص امساك السلطات بي اذا استخدمت مواد غير قانونية هي			
6	فرصي في التعرض للأصابة في حادث سيارة اذا قمت بقيادتها بسرعة كبيرة هي			
7	فرص القبض علي اذا قمت بتنزيل مواد من الانترنت بشكل غير قانوني هي			
8	فرصي في الوقوع اذا اخذت شيئا من متجر دون دفع ثمنه هي			
9	فرصي في ان اصبح مدمنا على الكحول اذا شربت بكثرة هي			
10	فرص إصابتي بمشاكل في الاسنان اذا لم استعمل خيط الحرير هي			



11	فرصي في التعرض للسطو اذا ذهبت الى حي خطير هي		
12	فرص فشلي في الدراسة اذا لم ادرس كثيرا هي		
13	فرص إصابتي اذا دخلت في شجار هي		
14	فرص إصابتي بسرطان الرئة اذا كنت ادخن كثيرا هي		
15	فرصي في الرفض اذا طلبت موعداً من شخص ما هي		
16	فرصي في الطلاق اذا كنت متزوجاً هي		
17	فرصي في فقدان صديق بسبب شيء فعلته هي		
18	فرص إصابتي بالأكئاب بسبب خيبة امل هي		
19	فرصي في التخلي عن مهمة بعد تعرضي للانتقاد هي		

انحياز التفاؤل الإيجابي (positive optimism bias)

خلل في تقييم الاحداث الإيجابية مع احتمالية وقوعها للآخرين اكثر من الذات.

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
1	فرص حصولي على درجة جيدة اذا درست للأمتحان هي			
2	فرصي في الحصول على مقابلة اذا ما قدمت طلب للحصول على عمل هي			
3	فرصي في تكوين صديق جديد اذا قمت بالخطوة الأولى هي			

ملحق (٣)

استبيان آراء المحكمين في مدى صدق ترجمة مقياس الحصانة

الأستاذ الفاضل: ----- المحترم

بين يديكم مقياس الحصانة invulnerability الذي اعده Duggan et al (٢٠٠٠) والذي يتكون من (٢٠) فقرة، وقد قامت الباحثة بترجمة فقرات المقياس الى اللغة العربية، ونظرا لما تتمتعون به من خبرة في مجال الترجمة ترجو الباحثة ابداء رأيكم العلمي في الحكم على صلاحية ترجمة الفقرات الى اللغة العربية واقتراح التعديلات المناسبة في صياغة الفقرات اذا تطلب ذلك، مع الشكر الجزيل.

الترتيب	الفقرة باللغة العربية	الفقرة باللغة الانكليزية	التعديل المقترح
١	من غير المحتمل ان أصاب في حادث.	I' m unlikely to be injured in a .accident	
٢	مشاعري لا تنجرح.	.My feeling don't get hurt	
٣	لن يحدث شيئا سيئا لي عندما اذهب لمكان ما بنفسي.	Nothing bad will happen to be .when I go to a place by myself	
٤	لا شيء يبدو انه يزعجني.	.Nothing seems to bother me	
٥	هناك أوقات اعتقد انني لا افنى.	There are times when I think I .am indestructible	
٦	من المحتمل انني استطيع تناول الخمر وقيادة السيارة دون الوقوع في حادث.	I could probably drink and drive without getting unto an acci- .dent	
٧	تنجرح مشاعرس بسهولة.	.My feelings are easily hurt	
٨	من غير المحتمل ان أصاب بأذى اذا فعلت شيئا خطرا.	I'm unlikely to get hurt if I did a .dangerous thing	
٩	انا شخص هش وسريع الانكسار.	.I'm a fragile person	



١٠	Special problems, like getting an illness or disease, are not likely to happen to me	المشاكل الخاصة مثل الإصابة بمرض أو داء من غير المحتمل ان تحدث لي.	
١١	.Nothing can harm me	لا شيء يمكن ان يؤذي.	
١٢	The problems that happen to people my age are unlikely to happen to me	المشاكل التي تحدث للناس بعمرى من غير المحتمل ان تحدث لي.	
١٣	The opinions of other people just don't bother me	لا تزعجني آراء الآخرين.	
١٤	When people say about me has no effect on me at all	ما يقوله الآخرون عني ليس له تأثير علي على الإطلاق.	
١٥	Driving very fast wouldn't be dangerous if I were driving	السياسة بسرعة سوف لن تكون خطرة اذا كنت انا السائق.	
١٦	I feel very badly when I know there is gossiping about me	اشعر بشعور سيء جداً اذا كانت هناك نميمة عني.	
١٧	Taking safety precautions is far more important for other people than it is for me	اتخاذ الاحتياطات الأمنية مهمة للآخرين اكثر مني.	
١٨	.Safety rules do not apply to me	القوانين الأمنية لا تطبق علي.	
١٩	It is just necessary for me to hurt my feelings	من غير الممكن للآخرين إيذاء مشاعري.	
٢٠	It is not necessary for me to worry about being injured or harmed	لا أقلق من درجتي على مقياس الإصابات والاذى.	

ملحق (٤)

استبيان آراء المحكمين في مدى صلاحية فقرات مقياس الحصانة

الاستاذ الفاضل ----- المحترم

تروم الباحثة القيام بدراسة (انحياز التفاؤل وعلاقته بالحصانة لدى المراهقين في المرحلة المتأخرة) ولتحقيق اهداف البحث تطلب ذلك تبني مقياس الحصانة invulnerability، وقد تمت ترجمة فقرات المقياس الى اللغة العربية واستخرج لها صدق الترجمة بعد عرضها على مجموعة من الخبراء المختصين في

مجال الترجمة وعلم النفس . وقد استنبطت الباحثة تعريفاً للحصانة من الأدبيات التي استخدمت مقياس Duggan et al (٢٠٠٠) وهي (معتقد شخصي بأن احتمالية وقوع النتائج المؤذية والضارة على الآخرين أكبر من احتمالية وقوعها على الفرد ذاته، وهو استجابة تكيفية نرجسية للتحدي النهائي المتمثل في الانفصال والفردانية تحدث نتيجة لتحيز معرفي متأصل في تقييم المخاطر)، علماً أن بدائل الإجابة هي (لا أوافق بشدة، لا أوافق، محايد، أوافق، أوافق بشدة) تقابلها الأوزان من (١-٥) وتعكس بالنسبة للفقرات العكسية. ونظراً لما تتمتعون به من خبرة ومعرفة ترجو الباحثة إبداء رأيكم العلمي في تحديد صلاحية الفقرات لقياس هذا المفهوم ومدى ملائمتها للمرحلة العمرية لأفراد العينة.

وتقبلوا خالص شكر الباحثة وتقديرها لتعاونكم في إنجاز هذا البحث.

حصانة الخطر danger invulnerability

الاعتقاد بعدم احتمالية وقوع الخطر على الفرد مع الاعتقاد بأهمية وقوعه على الآخرين.

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
١	من غير المحتمل أن أصاب في حادث.			
٢	لن يحدث شيئاً سيئاً لي عندما أذهب لمكان ما بنفسني.			
٣	هناك أوقات اعتقد أنني لا أفنى.			
٤	من المحتمل أنني أستطيع تناول الخمر وقيادة السيارة دون الوقوع في حادث.			
٥	من غير المحتمل أن أصاب بأذى إذا فعلت شيئاً خطراً.			
٦	من غير المحتمل أن أصاب بمرض أو داء.			
٧	لا شيء يمكن أن يؤذي.			
٨	من غير المحتمل أن أصاب بمرض أو داء.*			
٩	السيارة بسرعة سوف لن تكون خطرة إذا كنت أنا السائق.			
١٠	اتخاذ الاحتياطات الأمنية مهمة للآخرين أكثر مني.			
١١	القوانين الأمنية لا تطبق علي.			
١٢	لا أقلق من درجتي على مقياس الإصابات والذى.			

الحصانة النفسية psychological invulnerability



الاعتقاد بعدم إمكانية الآخرين من إيذاء مشاعر الفرد الخاصة.

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
١	مشاعري لا تنجرح.			
٢	لا شيء يبدو انه يزعجني.			
٣	تنجرح مشاعرس بسهولة. (عكسية)			
٤	انا شخص هش وسريع الانكسار. (عكسية)			
٥	لا تزعجني اراء الآخرين.			
٦	ليس لكلام الآخرين عني أي تأثير. (عكسية) *			
٧	النميمة عني تجعلني اشعر بشعور سيء. *			
٨	لا يستطيع الآخرون إيذاء مشاعري. *			

(*) الفقرات التي تم تعديل ترجمتها من قبل خبراء الترجمة

