وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
هيئة البحث العلمي
مركـــــز البحوث النفسية

مجلــة
العلوم النفسية

مجلة علمية فصلية محكمـــة معتمـدة

تصدر عن مركز البحوث النفسية

حاصلـــــــة على الأعتماديـــــة
رقــم الإيــداع 614 / 1994
الرمز الدولي 1790 – 1816

المجلد (36) – العدد (3)

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
مركز البحوث النفسية

مجلة

العلوم النفسية

مجلة علمية فصلية محكمـــــة معتمــدة تصدر عن مركز البحوث النفسية

المجلد : 36 العدد : 3

ISSN : 1816 - 1790

رقم الايداع : 614 / 1994

الرمز الدولي: 1816-1790

ايلول/ 2025

مجلة العلوم النفسية
مجلة علمية فصلية محكمة

رئيــس التحريــر/ أ.د. خليل ابراهيم رسول

مدير التحرير/ أ.م.د. عـــلا حسيــن علــوان

أعضاء هيئة التحرير

الاسم	مكان العمل	البلد
- أ.د. كامل علوان الزبيدي	جامعة بغداد / كلية الآداب / أستاذ متمرس (متقاعد) / علم النفس – صحة نفسية	العراق
- أ.د. يوسف حمه صالح مصطفى	جامعة صلاح الدين / كلية الآداب – أربيل / علم النفس العام	العراق
- أ.د. صفاء طارق حبيب	جامعة بغداد / كلية التربية ابن رشد / قسم العلوم التربوية والنفسية / قياس وتقويم	العراق
- أ.د. اسامة حامد محمد	جامعة الموصل / كلية التربية للعلوم الانسانية / قسم العلوم التربوية والنفسية/ علم النفس التربوي / قياس وتقويم	العراق
- أ.د. مهند عبدالستار النعيمي	جامعة ديالى / كلية التربية الاساسية / قياس وتقويم	العراق
- أ.د. حيدر جليل عباس	الجامعة المستنصرية / التربية الاساسية العلوم التربوية والنفسية / قياس وتقويم	العراق
- أ.د. سيف محمد رديف	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية	العراق
- أ.د. بشرى عبد الحسين	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية	العراق

الاسم	مكان العمل	البلد
محميد		
- أ.د. محمد حبشي حسين	جامعة الاسكندرية / كلية التربية	مصر
- أ.د. عصام توفيق قمر	كلية الدراسات العليا للتربية / المركز القومي لأصول التربية / التربية وعلم النفس	مصر
- أ.م.د. بيداء هاشم جميل	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية / علم النفس العام	العراق
- أ.م.د. براء محمد حسن	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي / مركز البحوث النفسية / الشخصية والصحة النفسية	العراق
- أ.م.د. هناء مزعل حسين الذهبي	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية	العراق
- أ.م.د. بشرى عثمان احمد	وزارة التعليم العالي والبحث العلمي/ مركز البحوث النفسية	العراق
- أ.م.د. صباح عايش بنت محمد	جامعة الشلف / كلية العلوم الانسانية والاجتماعية / علم النفس العام	الجزائر
- أ.م.د. مقبل بن عايد خليف العنزي	جامعة القصيم / الحدود الشمالية / كلية التربية / قسم التربية والاحتياجات الخاصة	السعودية

مجلة العلوم النفسية

مجلة علمية فصلية محكمة معتمدة متخصصة تصدر عن مركز البحوث النفسية

جمهورية العراق

قسيمة اشتراك

أرجو قبول اشتراكي في مجلة العلوم النفسية :

لمدة ( ) سنة ابتداءاً من .....

الأسم : .....

العنوان : .....

قيمة الاشتراك : .....

طريقة الدفع :- نقدا ( ) شيك ( ) حوالة بريدية ( )

رقم: تأريخ / /

التوقيع : ..... : التأريخ .....

قيمة الأشتراك لعدد واحد	الأفراد :(125000) الف دينار عراقي داخل العراق (100) $ او ما يعادلها خارج العراق للمؤسسات أو المؤتمرات : (90.000) الف دينار عراقي داخل العراق (70) $ او ما يعادلها خارج العراق

شروط النشر في المجلة

أولا : تنشر المجلة الأبحاث والدراسات الأكاديمية القيمة والأصيلة باللغتين العربية والأنكليزيـة في حقل مجالات أهتمام المجلة نفسيا وتربويا ، والتي لم تقبل أو تنشر سابقا ،ويتحمل الباحث المسؤولية القانونية في كل القضايا المتعلقة بالأمانة العلمية أذا كان بحثه منشور أو قدم للنشر .

ثانيا: يخضع كل بحث مقدم للنشر في المجلة الى الأستلال الألكتروني على أن لاتزيد درجـة الاستلال عن (20) .

ثالثا : يقدم الباحث المقبول بحثه للنشر في المجلة تعهد خطي بعدم نشر بحثه في مجلة آخرى أو حصوله على قبول نشر مسبقا .

رابعا: يقدم البحث مطبوعا على نظام (Word 2007) مصحوبا بالعنوان للبحث مع أسم الباحث الثلاثي واللقب العلمي والأختصاص وأسم الجامعة والكلية والقسم والبريد الألكتروني في بداية الصفحة الأولى للبحث باللغتين مع خلاصة للبحث باللغة العربية والأنكليزية مثبت فيها عنوان البحث واسم الباحث ومكان عمله على أن لاتزيد عن (250) كلمـــــــــة فقط .

خامسا: يجب أن لاتتجاوز عدد صفحات البحث المقدم للنشر في المجلة أكثر من (25) صفحة فقط بما فيها الجداول والأشكال والملاحق ، وبخلافه يتحمل الباحث مبلغا أضافيا مقداره (2) الفين دينار عن كل صفحة أضافية ، ولايتجاوز البحث بعد الزيادة عن (35) صفحة بكل الأحوال .

سادسا: موافقة أثنين من المحكمين المختصين الذين يقومون البحث علميا قبل نشره ، بالأضافة الى تقويم البحث من ناحية اللغة العربية والأنكليزية .

سابعا: يراعى في كتابة البحث الآتــي :

1- الأصول العلمية في كتابة البحث من حيث الدقة في التوثيق والأمانة العلمية في الـعرض.

2- يقدم البحث بنسختين مطبوعة على ورق أبيض (A4) مطبوعة على الحاسوب وعلى جهة واحدة من الورقة مــع قرص (CD)، بالمواصفات الآتية :

- الحاشية العليـا 4.50 سـم .
- الحاشية السفلى 4.50 سم .
- الحاشيـة اليمنى 3.75 سم .
- الحاشية اليسرى 3.75 سم .

- يكون الخط المستخدم نوع (Meersoft Word)، حجم الخط (14) بالنسبة للمتن و(12) بالنسبة للجداول .
- تحتوي كل صفحة على (22) سطر فقط وفقا لبرنامج التنضـيد .
- يكون التباعد بين الأسطر للصفحة الواحدة (1.15).
- تكون الأشكال والجداول واضحة ، وتستخدم فيها الأرقام العربية والنظام العالمـــي للوحدات .
- يكون البحث خالي من الأخطاء اللغوية والنحوية ولاتتحمل المجلة مسؤولية ذلك .
- لا تستعمل الهوامش في أسفل الصفحات وأنما يشار رقميا الى المصادر حســـب موضوعها في نهاية البحث من خلال ذكر أسم الباحث والسنة وعنوان البحث من جهة النشر والطبعة وتكتب بأسلوب (APA)...مثال
- الهاشمي ،عدنان علي (2009). تحمل المسؤولية الأجتماعية وعلاقتها بأتخاذ القرار لدى التدريسيين في الجامعة ،رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة.....، كلية ..... ، قسم ..... .
- يلتزم الباحث بدفع مبلغ قدره (125) الف دينار من داخل العراق ،و (100) دولار أمريكي من خارج العراق .

- يلتزم الباحث بالتعليمات المؤشرة من الخبراء ،ويعيد الباحث النسخة الأصلية للمجلة مع نسخة جديدة ورقية آخرى مصححة .
- لاتعاد البحوث الى أصحابها قبلت أم لم تقبل للنشر.
- لايزود الباحث بكتاب قبول النشر ، الأبعد التزامه بالتعليمات أعلاه وتسليم النسخ الورقية كافة .
- المجلة غير مسؤولة عن نشر الأبحاث بعد مرور (90) يوم من دون مراجعة الباحث للمجلة والتزامه بالتعليمات كافة .

ثامنا : تحتفظ المجلة بحقها في أن تحذف أو تعيد صياغة بعض الكلمات أو الجمل بما يتلائم مع أسلوبها في النشر .

تاسعا: تنتقل حقوق نشر البحث الى المجلة حال أشعار الباحث بقبول بحثه للنشـر .

مجالات اهتمام المجلة

1. البحوث والدراسات في مجالات العلوم التربوية والنفسية بفروعها المختلفة والطب النفسي، و الباراسايكولوجي .
2. المؤتمرات والندوات العلمية الوطنية والعربية والعالمية التي تعقد حول التخصصات في الفقرة المذكورة اعلاه
3. نشاطات وفعاليات المركز والمؤسسات الاخرى التي تهتم بالمجالات – الواردة في الفقرة (1) .

((في هذا العدد))

ت	الموضوع	الباحث	الصفحة
1	مؤشرات ضعف التكامل المعرفي من وجهة نظر أساتذة الجامعات العراقية	أ.د بشرى عبد الحسين الطائي	18-1
2	التوجيه الذاتي وعلاقته بالإقناع لدى المرشدين التربوين	أ.م .د أسماء عبد الحسين محمد	62-19
3	الصمت العقابي وعلاقته بالشخصية غير المكتملة وكفاءة المواجهة	أ.م. د. افراح هادي حمادي الطائي	110-63
	دور الدراما الإبداعية في مناهج رياض الأطفال للمرحلة التمهيدية لدى الأطفال ضعاف السمع من وجهه نظر معلماتهم	أ.م وفاء قيس كريم	132-111
5	الامتنان وعلاقته بالتجهيز لانفعالي لدى طلبة الجامعة	م.د هديل علي جبر	160-133
6	الجدية بالعمل وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة لدى مديرات رياض الاطفال	م.د.فاتن سبع خماس	186-161
7	استخدامات الذكاء الاصطناعي التوليدي وعلاقته بالإدراك المعرفي الذاتي لدى طلبة الدراسات العليا	م.د نور علي مختاض	216-187
8	فاعلية برنامج ارشادي قائم على استراتيجيات التفكير قبل الفعل في خفض السلوك الاندفاعي لتلاميذ المرحلة الابتدائية	م. زينب حسن لفته	252-217
9	الاحتراق النفسي لدى تدريسيي المراكز البحثية في جامعة بغداد	م.م رؤى كاظم عبد الله ناصر م.د سارة محمد عبد م.م رافد جاسم محمد	268-253
10	العمل العاطفي وعلاقته بالإنهاك الوظيفي لدى الموظفين	م.م. عتاب صبري جلال حمد	290-269
11	صدمة الأنا لدى طلبة الجامعة	مي مهدي عبد كاطع أ.م.د. ازهار هادي رشيد	314-291

ت	الموضوع	الباحث	الصفحة
12	الجنوح الكامن وفقا لأساليب المعاملة الوالدية لدى طلبة الصف الأول متوسط	رؤى باسم محمد أ.د. انتصار كمال قاسم	336-315
13	المعتقدات الضمنية للذكاء وعلاقتها بالانسجام النفسي لدى طلبة الدراسات العليا	أماني سعود عباس علي أ.م. د عمر خلف رشيد	372-337
14	العوامل الستة الكبرى للشخصية لدى طلبة الجامعة	ملاك امجد مخلف عبد الفهداوي م.د. ايلاف حميد موسى المحمدي	396-373
15	الإعلاء الأخلاقي وعلاقته بالمسافة النفسية لدى طلبة الجامعة	ضياء جمال فاضل أ.م. د. بلال طارق حسين	420-397

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
هيئة البحث العلمي
مركز البحوث النفسية

وحدة مجلة العلوم النفسية

ملاحظـة...

الافكار الواردة في البحوث والدراسات المنشورة تُعبر عن آراء أصحابها وليس بالضرورة عن رأي المجلة .

المراسلات

توجه جميع المراسلات الى رئيس التحرير على العنوان التالي:

مجلة العلوم النفسية – مركز البحوث النفسية

ص.ب. 47041 جادرية – بغداد – العراق

هـ 07833304447

رقم الإيداع في دار الكتب والوثائق

614 لعام 1994

بغداد ـ العراق

صدمة الأنا لدى طلبة الجامعة

مي مهدي عبد كاطع
Mai.Abd2306@coeduw.uobaghdad.edu.iq
أ.م.د. ازهار هادي رشيد
جامعة بغداد / كلية التربية للبنات

الملخص
يستهدف البحث الحالي طلبة الجامعة حيث تعتبر شريحة مهمة وأساسية لبناء جيل المستقبل الواعد المليء بالأمل والتفاؤل والصحة النفسية والعلاقات السليمة، وانبثقت مشكلة البحث في التساؤل الرئيسي الآتي:
ما طبيعة صدمة الأنا لدى طلبة الجامعة، وما العوامل النفسية والاجتماعية المرتبطة بها؟

ويندرج تحت هذا التساؤل مجموعة من الأسئلة الفرعية، مثل:

- ما مدى انتشار صدمة الأنا بين طلبة الجامعة؟
- ما العوامل النفسية (كالمستوى التكيفي وتقدير الذات) المرتبطة بحدوث هذه الصدمة؟
- هل توجد فروق دالة إحصائيًا في مستوى صدمة الأنا باختلاف الجنس أو التخصص الدراسي أو المرحلة الدراسية؟

و تنبع أهمية هذا البحث من التركيز على واحدة من القضايا النفسية الدقيقة التي قد تؤثر في التكوين النفسي والاجتماعي للطلبة الجامعيين، وهي صدمة الأنا، والتي تعبر عن اضطراب في إدراك الذات نتيجة التغيرات أو الصدمات التي يتعرض لها الطالب في بيئة جديدة كليًا عن سابقتها.
و يتحدد البحث الحالي بـ طلبة جامعة بغداد ومن كلا الجنسين (الذكور، والإناث) وللتخصصين (العلمي، والانساني) للدراسة الصباحية وللعام الدراسي (2024- 2025).
وتوصلت الدراسة إلى وجود فرق ذي دلالة إحصائية في صدمة الأنا لدى طلبة الجامعة تبعًا لمتغير الجنس، وكانت الفروق لصالح الإناث، حيث بلغت القيمة الفائية المحسوبة (23.67)، وهي أكبر من القيمة الفائية الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1،296) وكذلك أشارت النتائج إلى عدم وجود فرق ذي دلالة إحصائية في صدمة الأنا بين طلبة التخصصات العلمية والإنسانية، حيث بلغت القيمة الفائية المحسوبة (0.067)، وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1، 296) .

الكلمات المفتاحية : صدمة الأنا ، طلبة الجامعة ، الصحة النفسية ، التكيف الجامعي ، الهوية الشخصية

Ego shock among university students

Mai Mahdi Abdel Katea
By: Asst. Prof. Dr. Azhar Hadi Rashid
University of Baghdad / College of Education for Girls

Abstract

The current research targets university students, a crucial segment for building a promising future generation filled with hope, optimism, mental health, and healthy relationships. The research problem stems from the following main question:

What is the nature of ego shock among university students, and what are the psychological and social factors associated with it؟

This question includes a set of sub-questions, such as:

•How widespread is ego shock among university students؟

•What psychological factors (such as adaptive level and self-esteem) are associated with the occurrence of this shock؟

•Are there statistically significant differences in the level of ego shock according to gender, academic major, or academic level؟

The importance of this research stems from its focus on one of the most critical psychological issues that may affect the psychological and social makeup of university students: ego shock. This disorder expresses a disturbance in self-perception resulting from changes or shocks experienced by students in an environment completely new to their previous experiences. The current study is limited to students from the University of Baghdad, both males and females, and both science and humanities majors, for morning classes for the academic year 2024-2025.

The study found a statistically significant difference in ego shock among university students according to the gender variable. The differences were in favor of females, with the calculated p-value reaching (23.67), which is greater than the tabulated p-value of (3.84) at a significance level of (0.05) and a degree of freedom of (1.296.(

The results also indicated no statistically significant difference in ego shock between students from science and humanities majors. The

calculated p-value reached (0.067), which is less than the tabulated p-value of (3.84) at a significance level of (0.05) and a degree of freedom of (1.296)

.**Keywords: ego shock, university students, mental health, university adjustment, personal identity**

الفصل الاول
التعريف بالبحث

اولا : الإطار المنهجي

مشكلة البحث : تُعدّ مرحلة الانتقال إلى الحياة الجامعية من المراحل الحاسمة في تشكيل الهوية النفسية والاجتماعية للفرد، إذ يواجه الطلبة مجموعة من التحديات المرتبطة بالاستقلالية، والمسؤولية، وإعادة بناء الصورة الذاتية، مما قد يؤدي إلى اضطرابات في إدراك الذات أو ما يُعرف بـ"صدمة الأنا". وتتمثل صدمة الأنا في التوترات أو الانهيارات التي تصيب التصورات الذاتية نتيجة مواجهة الطالب لمواقف أو خبرات تتجاوز قدرته على التكيف أو تتعارض مع صورته عن ذاته.

وبالنظر إلى ما تفرضه الحياة الجامعية من متغيرات نفسية واجتماعية وأكاديمية، يُلاحظ أن عدداً من الطلبة يُظهرون مؤشرات لصراع داخلي، أو شعور بالإحباط، أو فقدان المعنى، مما قد يشير إلى وجود صدمة على مستوى الأنا. ورغم أهمية هذه الظاهرة، إلا أنها لم تحظَ بالاهتمام الكافي في الدراسات المحلية أو العربية، مما يفرض الحاجة إلى تسليط الضوء على أبعادها وأسبابها وآثارها.

ومن هنا تنبع مشكلة البحث في التساؤل الرئيس التالي:
ما مظاهر وأسباب صدمة الأنا لدى طلبة الجامعة، وكيف تنعكس على تكيّفهم النفسي والأكاديمي؟

أهمية البحث :-

تنبع أهمية هذا البحث من كونه يتناول إحدى القضايا النفسية الدقيقة التي قد تؤثر بشكل مباشر في تكوين الشخصية الجامعية، وهي "صدمة الأنا"، والتي تُعد مؤشراً لتأزم داخلي يعانيه بعض الطلبة نتيجة صراعات نفسية أو ضغوط اجتماعية وأكاديمية. وتكمن أهمية الدراسة في أنها تركز على فئة عمرية حساسة (فئة الشباب الجامعي)، تمرّ بمرحلة انتقالية حرجة بين المراهقة والنضج، حيث تتشكل الملامح النهائية للهوية الذاتية والاجتماعية.

وتتجلّى أهمية البحث في الجوانب الآتية:

1. **أهمية علمية** :يسهم في إثراء الأدبيات النفسية بمجال "صدمة الأنا"، وهو موضوع لم يُتناول بكثافة في البيئة الأكاديمية العربية، مما يجعله إضافة نوعية للبحوث النفسية المعاصرة.
2. **أهمية تطبيقية** :يمكن أن تساعد نتائج هذا البحث في تطوير برامج إرشادية ونفسية تستهدف طلبة الجامعة، بهدف تعزيز التكيف النفسي، وتقوية الأنا، والحدّ من الانهيارات أو التشوهات التي قد تعيق النمو النفسي السليم.
3. **أهمية تربوية ومؤسسية** :تتيح نتائج الدراسة للمؤسسات الجامعية فهمًا أعمق للضغوط النفسية التي يتعرض لها الطلبة، مما يدعم تطوير السياسات الجامعية المعنية بالصحة النفسية ودعم الطلبة.

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي التعرف إلى:-

1- صدمة الأنا لدى طلبة الجامعة.
2- الفروق في صدمة الأنا لدى طلبة الجامعة على وفق المتغيرات الآتية:
أ- الجنس (الذكور، والإناث).
ب- التخصص (العلمي، والانساني)

حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بـ طلبة جامعة بغداد ومن كلا الجنسين (الذكور، والإناث) وللتخصصين (العلمي، والانساني) للدراسة الصباحية وللعام الدراسي (2024-2025).

تحديد المصطلحات:

التعريف النظري لصدمة الأنا: هي استجابة نفسية شديدة ناتجة عن حدث خارجي يهدد تماسك الأنا أو يزعزع استقرار الهوية الشخصية للفرد، مما يؤدي إلى مشاعر مفاجئة من الانهيار، أو فقدان السيطرة، أو الإحساس بالعجز، أو التهديد الوجودي لذاته".

التعريف الاجرائي لصدمة الأنا: هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب عند استجابته على فقرات مقياس (صدمة الأنا) الذي قامت الباحثة بإعداده.

الفصل الثاني
الاطار النظري والدراسات السابقة

- **الاطار النظري**

تعد صدمة الأنا بمثابة عملية فورية وتلقائية تؤدي إلى تهديدات جسيمة لتقدير الفرد لذاته يمكن أن تُسبب في الواقع حالة من الشلل النفسي، وهنا يستخدم مصطلح "صدمة الأنا" للإشارة إلى هذه الحالة، وصدمة الأنا تحدث بشكل رئيسي استجابةً لضربات قوية تُصيب تقدير الذات أو الكبرياء، أما الصدمات الطفيفة لتقدير الذات فقد لا تُسبب مثل هذه الاستجابة، وقد تُساعد هذه الحالة تفسير سبب عدم ظهور مفهوم صدمة الأنا حتى الآن، على الرغم من عقود من الأبحاث التي تناولت التهديدات التي تُصيب تقدير الذات للفرد والجوانب الأخلاقية والعملية له، وتتميز هذه الصدمة بخصائص فريدة منها:

1- الطبيعة اللحظية التي تحدث كاستجابة فورية للتهديد في الثواني الأولى من المواجهة.
2- الزوال السريع بحيث تعود الوظائف النفسية إلى طبيعتها خلال دقائق.
3- والتبعات الانفعالية المتأخرة إذ تظهر على الفرد مشاعر (الغضب، والحزن، أو لوم الذات) بعد زوال هذه الحالة، (Campbell & Sedikides, 1999; p. 8).

وهنا يكون مفهوم الصدمة هو "التفاعل السلبي الذي يظهر على الهوية الذاتية للفرد، ويحدث نتيجة لعوامل الاشتباك مثل (الإيذاء، والفقدان، أو الخيانة)، مما يؤدي إلى عدم الثقة بالنفس واهتزاز الهوية"، (Gilbert & et al, 2005; p.263).

النظرية المفسرة لصدمة الأنا

-نظرية (Campbell & et al,2003)

قام (Campbell & et al, 2003) مع عدد من زملاؤه الباحثين بدراسة صدمة الأنا في إطار العلاقات الشخصية، حيث عرّفوها على "أنها تجربة نفسية تنطوي على إحساس بالخسارة أو الضرر الذي يمس جوهر الهوية الذاتية وقيمة الفرد". وقدموا تحليلاً لمراحل هذه الصدمة وفقاً لنظريتهم، إذ **تمر صدمة الأنا بأربع مراحل متتالية هي:**

1- **مرحلة الشلل الأولي:** وتتميز هذه المرحلة بـ (التوقف المفاجئ في الوظائف المعرفية للفرد، وخدر عاطفي مؤقت وقد تدوم هذه الحالة لثوانٍ أو دقائق معدودة فقط).
2- **مرحلة الإنكار الوقائي**: حيث يعمل كحاجز نفسي مؤقت يمنع الفرد من القيام بردود أفعال متهورة قد تسهم في الحفاظ على التوازن النفسي الهش له.
3- **مرحلة الوعي التدريجي**: والتي تشمل (زوال تدريجي لآلية الإنكار، وظهور المشاعر الصادمة للفرد مثل (الألم، والحزن، والقلق، والإدراك المتأخر لخطورة الموقف).
4- **مرحلة المواجهة النشطة**: وفيها يقوم الفرد بمحاولات لإيجاد حلول والبحث عن سبل التكيف وإعادة عملية التنظيم النفسي، ويُذكر أن هذه المراحل قد تتداخل مع بعضها

البعض أو تختلف في مدتها حسب طبيعة شخصية الفرد ودرجة الصدمة، (Campbell et al, 2003;p.33).

ويؤكد كل من (Campbell et al, 2003) إنه هناك عدة أسباب لصدمة الأنا منها:-

1. الصدمات النفسية (وفاة أحد المقربين، والتعرض للعنف، والخيانة، وغيرها).
2. الصدمة العاطفية.
3. القلق.
4. اضطرابات الشخصية.
5. الادمان، (Campbell & et al, 2003; p.12).

ويؤكد (Campbell & et al, 2003) تحدث صدمة الذات عندما يتعرض الشخص لمواقف تهز ثقته بنفسه ويعد ضعف قدرته على بناء علاقات مستقرة من أهم الأسباب وراء ذلك ويزيد الأثر النفسي إذا جاء الرفض من أشخاص مقربين مثل الأب أو الأم أو أحد أفراد الأسرة أو الأصدقاء وتؤدي هذه الصدمة إلى حالة من الارتباك العقلي وتنتج عنها مشاعر غير مألوفة لدى الفرد مثل الشعور بـ(الحزن لشيء مجهول، أو الغضب لأسباب لا تستحق الغضب، أو لوم الفرد لنفسه على كل شيء)، (Campbell,2003; p.4) .

ويشير كل من (Campbell & et al, 2003) إلى أن الأفراد ذوي (النزعة النرجسية) يعتمدون بدرجة كبيرة على التغذية الراجعة الخارجية في بناء شعورهم بقيمة الذات، الأمر الذي يجعلهم في حالة يقظة دائمة تجاه نظرة الآخرين إليهم، وعندما يتعرض هؤلاء الأفراد لمواقف اجتماعية مثل (التجاهل، والنقد، أو الانفصال المفاجئ) فإنهم يختبرون ما يُعرف بـ "تهديد الأنا"، وهي حالة نفسية تتسم بانهيار (مؤقت أو دائم) في الصورة الذاتية التي يسعى الفرد لتثبيتها أمام ذاته والآخرين، (Campbell & et al, 2003; pp.329-332).

كما يفسر (Campbell) أن صدمة الذات تنتج أحيانا عن تصرفات غير اخلاقية يتعرض لها الشخص مثل السرقة من أحد أفراد العائلة دون معرفة الفاعل مما يؤدي إلى شعور بالجمود العاطفي بسبب الاحساس بأن البيئة الاسرية لم تعد مكانا آمنا.

يؤكد (Campbell) أن الصدمة التي يمر بها "الأنا" نتيجة هذا النوع من التهديد لا تشمل فقط مشاعر الحزن أو الإحباط، بل يمكن أن تمتد لتشمل حالات غضب شديدة، وسلوك عدواني، أو انسحاب من العلاقات الاجتماعية، وفي بعض الحالات، قد تتفاقم الأمور إلى اضطرابات نفسية أعمق مثل الاكتئاب أو اضطرابات في الهوية، ويعتمد ذلك على درجة قوة البنية الذاتية للفرد قبل التعرض للصدمة، كما تُعد تجربة صدمة "الأنا" تجربة ذات أهمية طويلة المدى، حيث تساهم في بناء حماية نفسية لدى الفرد تجنّبه الوقوع في مواقف مشابهة مستقبلاً. ويجب الإشارة إلى أن الشخص الذي يمر بصدمة "الأنا" ليس

بالضرورة شخصًا يعاني من تشويش فكري أو انهيار في الوعي الذاتي بل هو شخص مخدر بارد الانفعال.

وفي دراسة سردية أولية لصدمة الأنا أجراها كل من (Campbell & et al, 2003) حيث استهدفت هذه الدراسة تبيان ردود الأفعال التي يبينها الأفراد تجاه التهديدات المتعلقة بالذات يتوقع الباحثون أن الأفراد الذين يواجهون تهديدًا كبيرًا لتقديرهم الذاتي قد يمرون بتجربة تُعرف بصدمة "الأنا"، وهي حالة مؤقتة تتميز بتجمد في الوعي وفقدان مؤقت للإحساس العاطفي، وتظهر بشكل تلقائي كرد فعل فوري، وقد أُعدت هذه الدراسة لتوفير أدلة أولية تشير إلى أن التهديدات الجادة لتقدير الذات يمكن أن تؤدي فعليًا إلى حدوث شلل نفسي مؤقت، واستخدم في هذا السياق مصطلح "صدمة الأنا" للإشارة إلى هذه الحالة النفسية الناتجة، وقد استنتجوا من الدراسة أن صدمة الأنا تحدث بشكل رئيسي استجابةً لصدمات قوية تُصيب تقدير الذات أو الكبرياء، أما الصدمات الطفيفة لتقدير الذات فقد لا تُسبب مثل هذه الاستجابة، (Campbell & et al,2003; pp 79-81).

وأشار كل من (Campbell & et al,2003) إلى أنه يمكن أن يكون لصدمة الأنا عواقب سلبية وإيجابية على الفرد منها:

1 -العواقب السلبية على المدى القريب والبعيد:

قد يجد بعض الأفراد الذين يعانون من (صدمة الأنا) صعوبة في التحكم في أنفسهم، ومشاعرهم ولهذا السبب فإنهم يتأثرون بسهولة أكبر بالظروف الاجتماعية والخلافات الشخصية. فعلى سبيل المثال، إذا قدم أحدهم له سيكارة وقال له، "اشرب هذه"، فمن المرجح أن يفعلها لأنه يعاني من صدمة الأنا. **أما على المدى الطويل** أو البعيد يمكن أن يكون لتجربة (صدمة الأنا) على الفرد عواقب سلبية فقد يستجيب الأفراد لصدمة الأنا بالتخلي عمّا تسبب في الضربة لتقديرهم لذاتهم.

2-العواقب الايجابية لصدمة الأنا على المدى القريب والبعيد

فقد يكون لصدمة الأنا فوائد ومميزات معينة لبعض الأفراد لأنها من الممكن أن تحمي الفرد المصاب بـ(صدمة الأنا) نفسياً في الأمد القريب بعد تعرضه لتهديد احترام الذات، فبدلاً من الانهيار أو التصرف غير المسؤول قد يصاب الفرد بـ(الخدر العاطفي) وعدم ابداء أي مشاعر أو انفعالات، أما على الأمد البعيد، غالباً ما يغير الأفراد الذين يعانون من (صدمة الأنا) حياتهم بطرائق إيجابية مذهلة، فبعد زوال صدمة الفشل الأكاديمي الكبير مثلاً، قد يضاعف الطلبة جهودهم لتحقيق النجاح ويصبحون طلبة أفضل مما كانوا عليه سابقاً وأكثر مسؤولية تجاه مستقبلهم، (Campbell & et al,2003; pp 90-92).

وقد تكون هنالك عدة أسباب لصدمة الأنا منها: إنها قد تكون سمة (تكيفية أو وقائية) تطورت للمساعدة في الحفاظ على شخصية الفرد في مواجهة المعلومات المهددة، وقد تعكس (صدمة الأنا) أيضًا عطلًا ميكانيكيًا في الدماغ؛ لأنه عند وصول معلومات شديدة

التطرف وسلبية بحيث لا يمكن معالجتها بشكل فعّال، يتوقف الدماغ ببساطة أو يتباطأ مؤقتًا وهذا ما يعرف بـ(الشلل الذهني)، (Campbell & et al,2003;pp 90-96).

إذ قدمت نظرية (Campbell & et al, 2003) تفسيراً لمفهوم صدمة الأنا بصورته النهائية كجزء من علم نفس الصدمة وقاموا بوضع نظرية انموذجية تبين الحالات التي تسبب صدمة الأنا لدى الفرد وأشاروا أنه عند حدوث الصدمة تؤدي إلى الخدر العاطفي والشلل الذهني حين يتم ضرب تقدير الذات للفرد من قبل الآخرين بسبب عدة أسباب منها الفقد والانفصال والهجران والخيانة والخ .

الدراسات السابقة

- **دراسات سابقة عربية**

بعد اطلاع الباحثة المتواضع لم تجد سوى دراسة عربية واحدة تناولت مفهوم صدمة الأنا وهي :

-دراسة (كاظم، 2023) الموسومة بـ(صدمة الأنا وعلاقتها بنمو ما بعد الصدمة لدى طلبة المدارس الايتام)

هدفت الدراسة التعرف على صدمة "الأنا" وعلاقتها بالتطور الذي يحدث بعد الصدمة لدى طلبة المدارس الخاصة بالأيتام، فضلاً عن الكشف عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في العلاقة بين صدمة "الأنا" والنمو التالي للصدمة تبعًا لمتغير الجنس (الذكور والإناث). وقد اعتمد الباحث المنهج الوصفي الارتباطي في إجراء الدراسة، والتي شملت عينة بلغ عدد أفرادها (400) طالباً وطالبةً من طلبة مدارس الأيتام التابعة لإدارة تربية بغداد الكرخ الثانية. كما استخدمت الباحثة في جمع البيانات ترجمة لاختبار قياس صدمة "الأنا"، وتبنّت اختبارًا لقياس النمو ما بعد الصدمة كأداة رئيسية للبحث، وبعد تطبيقهما على الطلبة وجمع وتحليل البيانات وقد بيّنت النتائج أن طلبة المدارس الخاصة بالأيتام يعانون من مستوى منخفض في صدمة "الأنا"، ويمتلكون مستوى مقبولًا من النمو الذي يحدث بعد الصدمة، ويرتبط انخفاض صدمة "الأنا" لديهم بتحقيق نمو إيجابي أعقب تلك الصدمة، كما تبين وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين صدمة "الأنا" والتطور الذي يليها، أي كلما قلت صدمة "الأنا" زادت درجة النمو التالي للصدمة. بالإضافة إلى ذلك، لم تظهر أي فروق إحصائية ذات أهمية بين الذكور والإناث فيما يتعلق بمستوى صدمة "الأنا" أو النمو ما بعد الصدمة. (كاظم، 2023: 1-2).

دراسات سابقة اجنبية تناولت مفهوم صدمة الانا

1- دراسة (Campbell & et al, 2003) الموسومة بـ(الرد على التهديدات الرئيسية لاحترام الذات): دراسة سردية أولية لصدمة الأنا

هدفت هذه الدراسة إلى فحص ردود أفعال الأفراد تجاه التهديدات الجسيمة لتقدير الذات، وتحديدًا ظاهرة صدمة الأنا، التي تُعرف كحالة مؤقتة من "التجمد" في الوعي

والخدر العاطفي. وأكد الباحثون أن التهديدات الجسيمة ستؤدي إلى مستويات أعلى من صدمة الأنا مقارنةً بالتهديدات الطفيفة، واشتملت العينة على(52) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة، حيث قاموا بكتابة سؤالين: الأول يصف موقفًا تعرضوا فيه لتهديد جسيم لتقدير الذات، والثاني يصف موقفًا بتهديد طفيف، بعد ذلك أجاب المشاركون على الاستبانة التي تقيس تجربة صدمة الأنا في كل من الموقفين، وأظهرت النتائج أن صدمة الأنا كانت أكثر وضوحًا بعد التهديدات الجسيمة مقارنةً بالتهديدات الطفيفة، كما كشفت تحليلات إضافية أن هذه الاستجابة تمثل عملية فورية وتلقائية من قبل الأفراد في مواجهة الصدمة كمحاولة لتعزيز تقديرهم لذاتهم، وناقشت الدراسة الآثار المحتملة طويلة المدى للتهديدات الجسيمة على الصحة النفسية للأفراد، **(campbell & et al, 2003;pp.79-96)**.

2- دراسة (Wiley,2013) الموسومة بـ(صدمة الأنا وتطور الهوية الايجابية لدى الشباب)

هدفت الدراسة إلى معالجة وفحص أربع تساؤلات بحثية تركز على العلاقة بين صدمة "الأنا" وبناء الهوية والتحول الإيجابي الذي يطرأ على الفرد.

ولتحقيق أهداف البحث، اعتمد الباحثون المنهج الوصفي المسحي، واستخدموا عينة بلغ عدد أفرادها (908) شخصًا تتراوح أعمارهم بين (18-24) سنة. ولجمع البيانات، تم استخدام استبانة موزعة على العينة المستهدفة، وتتناول الاستبانة طبيعة الصدمات التي مر بها المشاركون خلال حياتهم، بالإضافة إلى طريقة تعاملهم مع تلك التجارب. وقد حرصت الدراسة على اختيار أفراد تعرضوا فعليًا للصدمة، مع التركيز على متغيرات ديموغرافية مثل العمر والنوع. وقد أظهرت النتائج أن الأفراد الذين تعرضوا لصدمة "الأنا" بشكل كبير لديهم مستوى أعلى من الهوية الإيجابية مقارنة بمن لم يمروا بصدمات. كما تبين أن الفئة العمرية (18-20) تتمتع بهوية إيجابية أقوى من الفئة (20-24)، وأن الإناث سجلن درجات أعلى في نمو الهوية الإيجابية مقارنة بالذكور. **(Wiley, 2013; P.21)**.

3-دراسة (Berman, 2016) الموسومة بـ (الهوية والصدمة):

استهدفت الدراسة تعرف العلاقة بين الهوية الذاتية والصدمة وقد طبقت الدراسة على عينة بلغت (221) من الشباب وبمدى عمري يتراوح بين (20-30) سنة، وقد استعمل الباحث استبانة توضح أهم اعراض اضطراب ما بعد الصدمة وقد استعمل عدة وسائل إحصائية منها (معامل ارتباط بيرسون، وتحليل التباين)، وقد بينت النتائج أن هنالك علاقة ما بين الهوية الذاتية للفرد والصدمات التي يواجهها، إذ يمكن للهوية الذاتية ان تتشكل بالطريقة التي يدرك بها الفرد الصدمة وكيفية فهمها ويمكن أن تساهم الصدمة بتعزيز النمو الايجابي للأفراد لما بعد الصدمة، إذ تدمج أسباب الصدمة في هوية الفرد لكي يقاوم الصدمة، (Berman, 2016; pp.112-121).

بعد مراجعة الأدبيات السابقة، تبين أن دراستي بعنوان **"صدمة الأنا لدى طلبة الجامعة "** تختلف عن الدراسات السابقة بعدة جوانب أساسية، منها:

التركيز على عينة طلبة الجامعة بشكل خاص: بينما الدراسة العربية السابقة (كاظم، 2023) استهدفت طلبة المدارس الخاصة بالأيتام، فإن دراستي تركز على طلبة الجامعات، مما يسمح بفهم أعمق لصدمة الأنا في مرحلة عمرية ومجتمعية مختلفة، حيث يواجه الطلبة الجامعيون تحديات نفسية واجتماعية مميزة مرتبطة بالانتقال إلى مرحلة الاستقلالية وتحمل المسؤوليات الجديدة.

المجال الجغرافي والسياق الاجتماعي: الدراسة العربية السابقة اقتصرت على طلبة المدارس الأيتام في بغداد، بينما دراستي قد تشمل عينة من جامعات أو مناطق مختلفة، ما يتيح تعميم النتائج ضمن سياقات اجتماعية وأكاديمية أوسع.

التركيز على المفهوم بشكل أوسع أو مختلف :الدراسات الأجنبية (Campbell et al., 2003; Wiley, 2013)ركزت على صدمة الأنا كاستجابة مباشرة لتهديدات احترام الذات أو كعامل في تطور الهوية الإيجابية، مع تركيز على الجوانب النفسية التفاعلية والتحول الإيجابي بعد الصدمة في المقابل، تهدف دراستي إلى استكشاف صدمة الأنا كظاهرة قائمة بذاتها وتأثيرها على الجوانب النفسية والسلوكية لدى طلبة الجامعة، مع إمكانية تضمين متغيرات جديدة أو مناهج تحليلية مختلفة.

المنهجية وأدوات القياس :دراستي قد تعتمد على أدوات أو مقاييس مطورة أو متكاملة تختلف عن تلك المستخدمة في الدراسات السابقة، سواء في قياس صدمة الأنا أو في رصد تأثيراتها النفسية، مما يضيف بعداً جديداً للبحث العلمي في هذا المجال.و على عكس الدراسات السابقة التي ركزت على جنس الطالب أو الفئة العمرية، قد تشمل دراستي متغيرات إضافية مثل التخصص الدراسي، المستوى الأكاديمي، الحالة الاجتماعية، أو عوامل دعم نفسية مختلفة، لتعزيز الفهم الشامل لصدمة الأنا وتأثيراتها.

الفصل الثالث

منهجية البحث وإجراءاته

يعرض هذا الفصل الطريقة التي تم اتباعها في الدراسة ويشرح خطوات تنفيذها مثل تحديد المجتمع واختيار العينة والتحقق من صدق وثبات أداة قياس صدمة الذات لدى طلاب الجامعة، فضلاً عن تحديد الوسائل الاحصائية المعتمدة في البحث الحالي للتوصل إلى النتائج وعلى وفق الآتي:

أولاً- منهجية البحث :

يُعد المنهج الوصفي أحد أشكال التحليل العلمي الذي يركز على تفسير الظاهرة محل الدراسة بشكل دقيق، حيث يهدف إلى تصنيفها وتحليلها بعناية ليس فقط لوصف الواقع، وإنما للتوصل إلى نتائج تسهم في فهمه وتفسيره وتطويره. وقد اعتبرت الباحثة أن المنهج الوصفي الارتباطي هو الأكثر ملاءمة لمتغيرات البحث الحالي، ويُعرف بأنه نوع من التحليل العلمي يقوم بوصف قضية أو ظاهرة معينة وتقديمها بشكل كمي من خلال جمع

البيانات وتحليلها بدقة، وهو منهج يعتمد على دراسة الواقع كما هو لدى العينة المستهدفة. (عبيدات وآخرون، 1984: 187).

يُعنى المنهج الوصفي بتصوير الواقع إما بطريقة وصفية تعبر عن صفاته النوعية وتوضح ملامحه، أو بطريقة كمية تُظهر الظاهرة بالأرقام وتقدير حجمها.(عباس وآخرون، 2011: 47).

كما إن المنهج الوصفي الارتباطي هو من أكثر المناهج شيوعاً واستخداماً في البحوث التربوية والنفسية. لما يحققه من أهداف للبحث؛ ولأنه يتناسب مع البحث الحالي والإجراءات المتبعة والاهداف التي يسعى الى تحقيقها تبنت الباحثة هذا المنهج.

ثانياً- مجتمع البحث:

المقصود بالمجتمع الاحصائي للبحث هم جميع الأفراد الذين يقوم الباحث بدراسة الظاهرة لديهم، (ملحم، 2000: 82). أما مجتمع البحث فهم جميع الأفراد أو الأشخاص الذين لهم علاقة بالمشكلة التي يسعى الباحث إلى حلها والوصول إلى النتائج وتعميمها على المجتمع، (عبيدات وآخرون، 1984: 109).

ويتحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة الجامعة في (جامعة بغداد) ولثمان كليات وهي (كلية التربية للبنات، وكلية العلوم للبنات، وكلية العلوم السياسية، وكلية التربية الرياضية، وكلية الاعلام، وكلية الهندسة، وكلية الهندسة الخوارزمي، وكلية العلوم المختلط). ومن كلا الجنسين (الذكور، الاناث) وللاختصاصين (العلمي، والانساني) للعام الدراسي (2024-2025)، والبالغ عددهم (18830) طالباً وطالبة، والموزعة بحسب الجنس الى (6976) من الذكور و(11854) من الاناث، وموزعة على وفق الاختصاص بواقع (12184) للتخصص العلمي و(6646) للتخصص الانساني وكما موضح في الجدول (1)

الجدول (1)

توزيع افراد مجتمع البحث الحالي على وفق الكلية (التخصص، والجنس)

ت	اسم الكلية	التخصص		الجنس		المجموع
		العلمي	الانساني	ذكر	أنثى	
1	كلية التربية للبنات		-	0	4588	4588
2	كلية الاعلام		-	625	495	1120
3	كلية العلوم السياسية		-	383	555	938
	المجموع			1008	5638	6,646
4	التربية البدنية وعلوم الرياضة	-		1635	609	2244

5	كلية العلوم للبنات	-		0	1790	1790
6	كلية العلوم المختلط	-		1192	2136	3328
7	كلية الهندسة	-		2609	1232	3841
8	كلية الهندسة الخوارزمي	-		532	449	981
	المجموع			5968	6216	12,184
المجموع الكلي				6976	11854	18830

ثالثاً-عينات البحث:

ويقصد بالعينة الانموذج الذي يشمل جانباً أو جزءاً من المجتمع الأصلي والذي تنبثق منه مشكلة الدراسة، ويتم اختيار العينة وفقاً لقواعد علمية دقيقة، وتكون هذه العينة ممثلة أو تحمل صفات مشتركة لهذا الانموذج أو الجزء وهذا ما يغني الباحث عن دراسة كل وحدات المجتمع الاصلي ومفرداته ولاسيما في ظل صعوبة دراسة تلك الوحدات مجتمعة، (الجابري وصبري، 2013: 151).

تُعد عملية الاختيار خطوة أساسية ومؤثرة في الدراسات العلمية، حيث يلعب اختيار العينة دورًا كبيرًا في جميع المراحل التي تليها. ولضمان تمثيل العينة للمجتمع الأصلي بدقة، يجب أن تحمل جميع خصائص هذا المجتمع وتتوزع فيها بشكل عادل. (عودة وملكاوي،1987: 128).

تجدر الإشارة إلى وجود مجموعة من المعايير العلمية التي تُحدد على أساسها درجة العينة واختيارها بدقة ووفقاً لرأي (Ebel, 1972)، كلما زاد حجم العينة كان ذلك أفضل؛ لأن ذلك يقلل من احتمال حدوث خطأ في التقدير مما يجعل العينة أكثر تمثيلاً للمجتمع الأصلي (Ebel, 1972: 289-290).

بدوره أكد (Nunnally, 1978) أن عدد أفراد العينة المستخدمة في تحليل الفقرات الإحصائية يجب أن تتراوح بين (1-5) أفراد لكل سؤال في المقياس، وذلك لتقليل تأثير الصدفة على النتائج. (Nunnally, 1978; p.262)

ويتضمن البحث الحالي عينتين هما:

***عينة التحليل الاحصائي**: هي مجموعة فرعية مأخوذة من مجموعة أكبر تُعرف بالمجتمع، الهدف من اختيار العينة هو توفير تمثيل دقيق لخصائص المجتمع، مما يسهل عملية التحليل دون الحاجة إلى دراسة جميع أفراد المجتمع، يُستخدم التحليل الإحصائي لفهم البيانات، واستخلاص الاستنتاجات، ودعم القرارات بناءً على النتائج، وتمتاز خصائص العينة بالتنوع

اي يجب أن تعكس العينة تنوع الافراد في المجتمع من حيث الجوانب (الديموغرافية والاجتماعية) وايضا يجب ان يكون حجم العينة كافياً للتأكد من دقة النتائج حيث كلما زاد حجم العينة، زادت موثوقية التحليلات، وتمتاز عينة التحليل الاحصائي ايضاً بانها يجب ان تكون ممثلة لكل فئة من فئات المجتمع وبنسب متناسبة مع وجودها في المجتمع الكلي.

وتم اختيار عينة التحليل الاحصائي بالطريقة الطبقية العشوائية ذات التوزيع المتساوي، اذ اختير (400) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة موزعين على الكليات الثمان، واعتمدت الباحثة في تحديد حجم عينة البحث على المراجع العلمية التي ترى (انه اذا اريد للعينة ان تكون ممثلة لمجتمع البحث فيجب أن لا يقل عدد أفراد العينة عن (400 فرداً) على أن يتم اختيارهم بدقة من المجتمع الأصلي (Krejcie&Morgan,1970;p.607)، وعليه تم اختيار هذا العدد من الطلبة موزعين بواقع (200) من الذكور و(200) من الإناث و كما موضح في جدول (2).

جدول (2) عينة التحليل الاحصائي موزعة على وفق متغيري الجنس (الذكور، والاناث) والتخصص (العلمي، والانساني)

ت	اسم الكلية	التخصص		الجنس		المجموع الكلي
		العلمي	الانساني	ذكور	اناث	
1	كلية التربية للبنات		-	0	40	40
2	كلية العلوم السياسية		-	44	30	74
3	كلية الاعلام		-	44	30	74
مجموع الكليات الانسانية				88	100	188
4	كلية العلوم المختلط	-		28	20	48
5	كلية التربية الرياضية	-		28	20	48
6	كلية الهندسة	-		28	20	48
7	كلية الهندسة الخوارزمي	-		28	20	48
8	كلية العلوم للبنات	-		0	20	20
مجموع الكليات العلمية				112	100	212
المجموع الكلي				200	200	400

***عينة التطبيق النهائي "**وهي العينة الفعلية التي يتم استخدامها بعد تطبيق جميع ضوابط الجودة وإزالة البيانات غير الصالحة أو غير المكتملة"، وإن تحديد حجم العينة الأمثل يعتمد

على حجم المجتمع الأصلي ومستوى الثقة المطلوب (عادةً 95%) وهامش الخطأ المقبول (غالبًا 5%)، ولكن العينة النهائية قد تقل عن الحجم المُحتسَب مسبقًا بسبب عدة عوامل مثل **معدل الاستجابة** (فقدان بعض المشاركين بسبب عدم الرد أو الانسحاب)، **وجودة البيانات** (استبعاد البيانات التي لا تلبي شروط الصلاحية أو الدقة المطلوبة)، ويُؤكد الباحثين أن العينة النهائية يجب أن تحافظ على تمثيلها للمجتمع الأصلي حتى تصبح النتائج قابلة للتعميم، (Krejcie & Morgan, 1970, p. 608).

وتم اختبار عينة التطبيق النهائي بالطريقة الطبقية العشوائية ذات التوزيع المتساوي، اذ اختير (377) طالباً وطالبة من (طلبة الجامعة) موزعين على الكليات الثمان التي اختارتها الباحثة سابقاً، على ان يتم اختيارهم بدقة من المجتمع الاصلي، وعليه تم اختيار هذا العدد من الطلبة موزعين بواقع (140) طالباً من الذكور و(237) طالبة من الاناث، وكما موضح في الجدول (3)

جدول (3) توزيع افراد عينة التطبيق النهائي على وفق متغيري الجنس (الذكور، والاناث) والتخصص (العلمي، والانساني)

ت	اسم الكلية	التخصص		الجنس		المجموع الكلي
		العلمي	الانساني	ذكور	اناث	
1	كلية التربية للبنات		-	0	43	43
2	كلية العلوم السياسية		-	25	20	45
3	كلية الاعلام		-	25	15	45
مجموع الكليات الانسانية				50	78	133
4	كلية العلوم المختلط	-		25	40	90
5	كلية التربية الرياضية	-		25	15	65
6	كلية الهندسة	-		15	24	45
7	كلية الهندسة الخوارزمي	-		25	35	45
8	كلية العلوم للبنات	-		0	45	31
مجموع الكليات العلمية				100	159	244
المجموع الكلي				140	237	377

رابعا- أدوات البحث:

تعد أدوات البحث وسيلة موضوعية مقننة لقياس نوع معين من السلوك، وهي الطريقة أو الاسلوب الذي يتم بها قياس الظاهرة أو الصفة موضوع البحث (Mehrens,1975;pp.231-250) لذلك يشكل اختيار الأداة دوراً رئيسياً في التعرف على السمة أو الخاصية التي يهدف البحث لقياسها. ومن أجل تحقيق الهدف أو الغاية من البحث الحالي وقياس متغيراته لابد من وجود مقياسين مناسبين مع الأطر النظرية وطبيعة المجتمع في البحث الحالي.

***الدراسة الاستطلاعية:- (وضوح التعليمات والفقرات وحساب الوقت للإجابة على مقياس صدمة الأنا):**

للاطمئنان على وضوح تعليمات مقياس صدمة "الأنا" وفهم فقراته وبدائلها، بالإضافة إلى التعرف على الفقرات غير الواضحة لتعديلها، وتحديد الوقت اللازم للإجابة على المقياس، قامت الباحثة بتطبيقه على عينة تجريبية بلغ عدد أفرادها (60) طالبًا وطالبة، اختيروا بطريقة عشوائية من خارج العينة الأساسية، ومن كليتين هما: (كلية التربية للبنات وكلية الهندسة). وقد أظهرت نتائج التطبيق أن التعليمات والفقرات والبدائل واضحة ومفهومة، وأن الوقت الذي يحتاجه الفرد لإكمال المقياس يتراوح بين (11-15) دقيقة، بمتوسط قدره (13) دقيقة، كما هو موضح في الجدول (4).

جدول (4) توزيع افراد العينة الاستطلاعية لمقياس صدمة الانا

ت	اسم الكلية	التخصص الدراسي	الجنس		المجموع
			الذكور	الاناث	
1	كلية التربية للبنات	الانساني	-	30	30
2	كلية الهندسة	العلمي	30	-	30
المجموع			30	30	60

حساب الخصائص السايكومترية لفقرات مقياس صدمة الانا:

-القوة التمييزية لفقرات مقياس صدمة الانا بطريقة المجموعتين الطرفيتين:

تم تطبيق مقياس صدمة الذات على عينة الدراسة وبعد تصحيح الاستمارات تم حساب القوة التمييزية للفقرات باستخدام طريقة المقارنة بين أعلى وأدنى الدرجات حيث تم تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة ثم ترتيب الدرجات تصاعديا وبعد ذلك تم اختيار اعلى 27 بالمئة وادنى 27 بالمئة من الدرجات لتمثيل المجموعتين الطرفيتين، وبما أن عينة التحليل الاحصائي مكونة من (400) طالباً وطالبة كان عدد استمارات أفراد المجموعة العليا (108) أما استمارات المجموعة الدنيا فكانت (108) وبهذا يكون لدينا أكبر حجم وأقصى تباين ممكنين ويقرب توزيعهما من التوزيع الطبيعي (Anastasi, 1976; p. 208).

تم استخدام اختبار لعينتين مستقلتين لقياس الفروق بين أعلى وأقل الدرجات لكل فقرة من خلال حساب المتوسط والانحراف المعياري لكل مجموعة وتم اعتبار القيمة التائية الناتجة

دليلاً على تميز الفقرة إذا تجاوزت القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (214) وقد بينت النتائج أن جميع الفقرات كانت مميزة؛ لأن القيم المحسوبة تجاوزت القيمة المطلوبة، والجدول (5) يوضح ذلك :

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس صدمة الأنا

تم حساب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة والمجموع الكلي لمقياس صدمة "الأنا" باستخدام معامل بيرسون، وقد تبين أن جميع قيم الارتباط المحسوبة ذات دلالة إحصائية، حيث تجاوزت القيمة الجدولية البالغة (0.088) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجات حرية (398)، ويعرض الجدول (6) هذه النتائج بشكل مفصل.

جدول (5) علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس صدمة الانا

الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة	الفقرة	معامل الارتباط	الدلالة
1	0.38	دالة	8	0.42	دالة	15	0.57	دالة	22	0.57	دالة
2	0.48	دالة	9	0.53	دالة	16	0.55	دالة	23	0.50	دالة
3	0.50	دالة	10	0.57	دالة	17	0.55	دالة	24	0.46	دالة
4	0.46	دالة	11	0.61	دالة	18	0.34	دالة	25	0.48	دالة
5	0.49	دالة	12	0.55	دالة	19	0.37	دالة	26	0.52	دالة
6	0.54	دالة	13	0.55	دالة	20	0.52	دالة	27	0.49	دالة
7	0.48	دالة	14	0.50	دالة	21	0.39	دالة	28	0.49	دالة

ث- التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس صدمة الأنا :

بلغت قيمة اختبار(Kaiser-Meyer-Olkin) (0,88) وتقارن مع (0,05) درجة القطع، وهي أعلى منها مما يشير إلى أن حجم عينة البحث الحالي مناسبة للتحليل العاملي.

جدول (6) مصفوفة العوامل لمقياس صدمة الانا

ت	العامل الاول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	العامل الخامس	العامل السادس
1	0.48				0.34	
2	0.49		-0.48			
3	0.51		-0.57			
4	0.46	-0.32			-0.31	

					0.49	5
					0.55	6
				-0.46	0.47	7
		0.33	0.36		0.47	8
					0.53	9
	-0.31				0.58	10
					0.62	11
				-0.38	0.55	12
					0.55	13
			0.35		0.49	14
					0.58	15
					0.56	16
				0.36	0.56	17
		0.30		0.57	0.33	18
				0.59	0.37	19
-0.33		-0.39			0.51	20
0.39		-0.30	0.37		0.49	21
					0.58	22
0.36		-0.30			0.49	23
-0.38		-0.34			0.46	24
					0.48	25
					0.53	26
		-0.34			0.49	27
				-0.34	0.49	28
1.96	**2.01**	**2.18**	**2.27**	**2.47**	**2.89**	**الجذر الكامن**
7.00	**7.16**	**7.77**	**8.10**	**8.81**	**10.32**	**التباين المفسر**
49.17	**42.17**	**35.00**	**27.23**	**19.13**	**10.32**	**التباين التراكمي**

يتضح من نتائج التحليل العاملي الاستكشافي أن المقياس نتج عنه عامل واحد مما يشير إلى تحقق الصدق البنائي ويتكون المقياس من (26) فقرة، إذ تم حذف الفقرتين (19 ,18)؛ لأنهما تشبعتا على العامل الثاني منفردتان لذا تم حذفهما من المقياس وهما على التوالي [فقرة (18) اعتقد إن الابتزاز الالكتروني الذي يمارسه البعض هو نوع من الاخفاقات الاخلاقية، وفقرة (19) يصبح العالم غريباً حين تنقلب الموازين ويصبح الباطل حق والحق باطلاً].

***الثبـــــات:**

تـم حسـاب ثبـات مقيـاس صـدمة الأنـا بطريقـة (معامـل الفـا كرونبـاخ) حيـث تقـوم هـذه الطريقـة علـى حسـاب معـاملات الارتبـاط بـين درجـات فقـرات المقيـاس كلهـا علـى أسـاس أن كـل فقـرة تمثـل مقياسـاً قائمـاً بحـد ذاتـه، وعلـى وفـق هـذه الطريقـة يؤشـر معامـل الثبـات علـى اتسـاق أداء الفـرد (التجـانس بـين فقـرات المقيـاس)، وتعـد هـذه الطريقـة مـن أكثـر الطرائـق شـيوعاً؛ لأنهـا تتميز بتناسقها والموثوقية بنتائجها، (عودة، 2000: 345).

قامـت الباحثـة بحسـاب ثبـات مقيـاس صـدمة الـذات باسـتخدام طريقـة الفـا كرونبـاخ بالاعتمـاد علـى اسـتجابات عينـة التحليـل الاحصـائي البـالغ عـددها اربعمئـة طالبـاً وطالبـةً وبلـغ معامـل الثبـات النـاتج صـفر فاصـل ثمانيـة وثمـانين ممـا يـدل علـى إن المقيـاس يتمتـع بدرجـة جيـدة من الثبات.

-مقياس صدمة الانا بصورته النهائية:

تـألف مقيـاس صـدمة الأنـا بصـورته النهائيـة مـن (26) فقـرة يتبعهـا خمسـة بـدائل هـي [(ينطبـق علـي دائمـا)، (ينطبـق علـي احيانـا)، و(ينطبـق علـي نـادرا)، و(لا ينطبـق علـي)، و(لا ينطبق علي ابداً)].

- الخصائص الاحصائية الوصفية لمقياس صدمة الأنا:

بعـد تطبيـق مقيـاس صـدمة الأنـا علـى أفـراد عينـة البحـث الأساسـية (عينـة القيـاس) والبـالغ عـددهم (400) طالبـاً وطالبـةً حصـلت الباحثـة علـى عـدد مـن المؤشـرات الإحصـائية ولمـا كـان توزيـع درجـات أفـراد عينـة التطبيـق الاحصـائي علـى المقيـاس توزيعـاً اعتـدالياً، أذا كانـت قـيم الالتـواء ضـمن مـدى قياسـي (±1,96) (Cleophas,2017,p.107)، لـذا لجـأت الباحثـة إلـى اسـتعمال الوسـائل الإحصـائية المعلميـة (Parametric Statistic) فـي تحليـل بيانـات بحثها الحالي احصائياً .

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها

فـي هـذا الفصـل سـوف يـتم عـرض النتـائج التـي توصـلت لهـا الباحثـة فـي بحثهـا الحـالي وعلـى وفـق الاهـداف المحـددة مسـبقاً، وتفسـير النتـائج ومناقشـتها فـي ضـوء الاطـار النظـري، والدراسـات السـابقة، والخـروج بمجموعـة مـن التوصـيات والمقترحـات وفقـاً لاهـداف البحـث الحالي.

صدمة الانا لدى طلبة الجامعة:

لتحقيـق هـذا الهـدف تـم تطبيـق مقيـاس صـدمة الأنـا علـى أفـراد عينـة التطبيـق النهـائي والبالغـة (300) طالبـاً وطالبـة، وقـد أظهـرت النتـائج أن متوسـط درجـاتهم علـى المقيـاس بلـغ (93,55) درجـة وبـانحراف معيـاري مقـداره (17,24) درجـة، وعنـد موازنـة هـذا المتوسـط مـع

المتوسط الفرضي([1]) للمقياس والبالغ (78) درجة، وباستعمال الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة تبين أن الفرق دال إحصائياً ولصالح المتوسط الحسابي، إذ كانت القيمة التائية المحسوبة (15,62) وهي أعلى من القيمة التائية الجدولية والبالغة (1,96) وبدرجة حرية (299) ومستوى دلالة (0,05) والجدول (7) يوضح ذلك .

جدول (7) نتائج الاختبار التائي للفرق بين متوسط العينة والمتوسط الفرضي لمقياس صدمة الأنا

حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة
300	93,55	17,24	78	15,62	1,96	299	دال

من الجدول أعلاه يتضح أن أفراد عينة البحث الحالي (طلبة الجامعة) لديهم شعور بصدمة الأنا وتفسر الباحثة هذه النتيجة على أن (طلبة الجامعة) قد تعرضوا لصدمة الأنا في حياتهم لسبب أو لأخر ربما بسبب تعرضهم للتجاهل من قبل أشخاص مقربين لهم في الجامعة، أو فقد أحد الأفراد المقربين من (العائلة او الاصدقاء) أو الشعور بالرفض الاجتماعي وتغيير العادات والتقاليد في المجتمع وبالرجوع أيضا إلى نظرية (Campbell & et al,2003) الذي يفسر صدمة الأنا بأنها "حالة نفسية يشعر بها الفرد بشعور مؤقت من الشلل الذهني، أو الخدر العاطفي نتيجة لتعرضه إلى موقف شديد التهديد يؤثر على تقديره لذاته وهويته الشخصية" وفي هذ الحالة قد يشعر الفرد بالصدمة وانفصاله عن العالم المحيط به لمدة قصيرة ولكن أثارها مستمرة على الفرد.

وقد تحدث صدمة الأنا عادةً عندما يتعرض الأفراد لضغوطات شديدة في تقديرهم لذاتهم، وأحد أكثر أسباب صدمة الأنا شيوعًا هو (الشعور بالرفض) من قبل الأصدقاء والزملاء، على سبيل المثال، قد يؤدي قول صديقة أو صديق بشكل غير متوقع (أنك شخص لا قيمة له وانت قبيح) إلى تجربة صدمة الأنا، وقد تظهر أفكار ومشاعر أخرى، مثل (الغضب، أو الحزن، أو لوم الذات) وتشمل الأسباب الأخرى لصدمة الأنا الفشل الأكاديمي مثل (رفض القبول من قبل جامعة مرموقة)، والفشل الرياضي، والفشل الأخلاقي ويمكن أن يكون لصدمة الأنا عواقب (سلبية، وإيجابية) على الفرد في الأمد القريب أو البعيد، إذ يواجه الأشخاص الذين يعانون من حالة صدمة الأنا صعوبة في التحكم في أنفسهم.

[1] **تم استخراج المتوسط الفرضي لمقياس (صدمة الانا) وذلك من خلال جمع أوزان بدائل المقياس الخمسة وقسمتها على عددها ثم ضرب الناتج في عدد فقرات مقياس صدمة الانا والبالغة (26) فقرة.**

وهنا قد يقع (طلبة الجامعة) في أزمات نفسية وبسببها قد يصبح من السهل عليهم أن يستسلموا لأي موقف صادم، أما من الناحية الايجابية، فقد يكون لصدمة الأنا فوائد ومميزات معينة؛ لأنها من الممكن أن تحمي الفرد بعد تعرضه لتهديد احترام الذات، فبدلاً من الانهيار أو التصرف غير المسؤول، قد يصاب الفرد بـ(الخدر العاطفي) وعدم إبداء أي مشاعر أو انفعالات، أما في الأمد الأبعد، غالباً ما يغير الأفراد الذين يعانون من (صدمة الأنا) حياتهم بطرائق إيجابية مثل انتباه (طلبة الجامعة) إلى تعليمهم الأكاديمي والاجتهاد فيه وتمكنهم من تطوير أنفسهم مستقبلاً كرد فعل لهذه الصدمة، وقد اختلفت نتائج الهدف الحالي مع نتائج الدراسات السابقة كدراسة (Campbell & et al, 2003) ودراسة (Rachel Wiley 2013).

تعرّف الفروق في صدمة الانا وفق متغيري الجنس والتخصص.

من اجل الوصول الى هذا الهدف استخدمت الباحثة تحليل التباين الثنائي لفحص الفروق في صدمة الذات بناء على متغيري الجنس والتخصص ويتضح ذلك من خلال الجدولين (10و11).

جدول (8)

المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمقياس صدمة الانا على وفق متغيري (الجنس، والتخصص)

المتغيرات	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
الذكور العلمي	85	86.75	19.39
الذكور الإنساني	33	87.97	13.86
الذكور الكلي	118	87.09	17.96
أناث علمي	105	98.70	15.56
أناث أنساني	77	96.40	15.19
أناث كلي	182	97.73	15.41
العلمي الكلي	190	93.36	18.33
الإنساني الكلي	110	93.87	15.24
المجموع الكلي	300	93.55	17.24

جدول (9) نتائج تحليل التباين الثنائي للكشف عن دلالة الفروق في صدمة الانا لدى طلبة الجامعة على وفق متغيري (الجنس، والتخصص)

مصدر التباين s.of.v	مجموع المربعات s.of.s	درجة الحرية D.F	متوسط المربعات M.S	القيمة الفائيةF	الدلالة Sig
الجنس	6434.595	1	6434.595	23.67	دال
التخصص	18.243	1	18.243	0.067	غير دال
الجنس * التخصص	191.748	1	191.748	0.71	غير دال
الخطأ	80449.149	296	271.788	---	---
الكلي	2714114	300	---	---	---

وتشير نتائج الجدول (9) أعلاه إلى ما يأتي:

1-هناك فرق ذو دلالة إحصائية في صدمة الأنا لدى طلبة الجامعة على وفق متغير الجنس ولصالح الإناث، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (23,67) وهي أكبر من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (3,84) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1-296)، وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن الإناث هن أكثر عرضة لإصابتهن بصدمة الأنا من الذكور كونهن أقل خبرة في الحياة ولديهن عاطفة كبيرة تفوق عاطفة الذكور إذ يتبين ذلك من خلال النتائج وهذا يتفق مع نظرية (Campbell & et al, 2003)، تُظهر النتائج أن الإناث أكثر عرضة لصدمة "الأنا" مقارنة بالذكور، وهو أمر تدعمه النظرية القائمة على تحليل الفروق بين الجنسين. يعود هذا الاختلاف إلى طبيعة التنشئة الاجتماعية، حيث تُشجع الإناث بشكل أكبر على الانتباه إلى آراء الآخرين، بينما يتعلم الذكور تجاهل النقد أو إرجاع أسباب الفشل إلى عوامل خارجية. من ناحية أخرى، تميل الإناث إلى الاستجابة العاطفية بشكل أعمق، وغالبًا ما يُسَبِّب ذلك اكتناز المشاعر السلبية لديهن، مما يزيد من تأثير صدمة "الأنا". أما الذكور، فهم أكثر ميلاً إلى كتمان المشاعر أو تحويلها إلى سلوكيات تنافسية وخارجية.

2-ليس هناك فرق ذو دلالة إحصائية في صدمة الانا وفق متغير التخصص، إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (0,067) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1-296)، وتفسير هذه النتيجة في ضوء نظرية (Campbell& et al, 2003) كون صدمة الانا تركز على التهديدات الذاتية وارتباطها بـ (التقييم الذاتي، وحماية الأنا)، كما تشير إلى أن صدمة "الأنا" تظهر عندما تتعرض صورة الفرد عن نفسه للخطر بسبب الفشل أو النقد. ويرتبط رد فعل الطلبة تجاه هذه التهديدات أكثر بالخصائص الشخصية مثل مستوى احترام الذات وقدرة الشخص على تقديرها، مقارنة بعوامل خارجية مثل نوع التخصص (علمي أو إنساني). وتنص النظرية على أن التهديدات التي تستهدف "الأنا"، مثل الرسوب الأكاديمي أو النقد، تُثير استجابات

عاطفية مشابهة لدى جميع الطلاب بغض النظر عن تخصصهم، لأنها ترتبط بهوية الفرد الداخلية. فمثلاً، قد يشعر طالب الطب (في تخصص علمي) وطالب اللغة العربية (في تخصص إنساني) بنفس درجة الإحساس بالخجل عند تلقي تعليق سلبي من الآخرين، لأن هذا النقد يُنظر إليه كاعتداء على الذات وليس على الكفاءة المهنية أو المعرفية.

3-ليس هناك تفاعل دال بين متغيري (الجنس والتخصص) إذ بلغت القيمة الفائية المحسوبة (0.71) وهي أقل من القيمة الفائية الجدولية والبالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (296-1)، وتفسر الباحثة أن عدم وجود تفاعل ذو دلالة احصائية بين متغيري الجنس (ذكور/إناث) والتخصص (علمي/إنساني) في تفسير التباين في صدمة الأنا؛ لأنه وبحسب نظرية (Campbell& et al, 2003) أن تأثير كل من متغير (الجنس، أو التخصص) على صدمة الأنا مستقل عن الآخر، ولا يعزز أحدهما تأثير الآخر، ومن ناحية التفسير النظري للدراسات السابقة فإن صدمة الأنا تنشأ من تهديدات الذات المرتبطة بالتقييمات الداخلية (كالفشل أو النقد)، وتتأثر بشكل أكبر بالعوامل الفردية (مثل السمات الشخصية) مقارنة بالعوامل السياقية (مثل التخصص الأكاديمي). وإن الإناث في التخصصات العلمية والإنسانية قد يعانين من صدمة الأنا بنفس الدرجة؛ لأن التهديد يُنظر إليه كـ هجوم على الذات، وليس على مهارات مرتبطة بالتخصص.

الاستنتاجات والتوصيات والمقترحات

الاستنتاجات :

1. اتضح من خلال نتائج البحث أن صدمة الأنا تُعدّ ظاهرة نفسية شائعة بين طلبة الجامعة، خاصةً في السنوات الأولى من الدراسة الجامعية، حيث يواجه الطالب انتقالًا مفاجئًا من بيئة مدرسية منظمة إلى بيئة أكثر حرية واستقلالية، ما يؤدي إلى صراع داخلي بين صورة الذات المتخيلة والواقع الجامعي الجديد.
2. أظهرت نتائج الدراسة أن هناك علاقة طردية بين حدة صدمة الأنا وبين بعض العوامل النفسية والاجتماعية، مثل ضعف الدعم الأسري، وضبابية الأهداف الأكاديمية، وضعف المهارات التكيفية. الطلبة الذين يفتقرون إلى أدوات التكيف الفعّال كانوا أكثر عرضة لاضطرابات في الهوية وتدني احترام الذات.
3. تبين أن صدمة الأنا قد تتجلى في عدة مظاهر سلوكية ونفسية، مثل القلق الاجتماعي، العزلة، فقدان الحافز الدراسي، والتقلبات المزاجية. وغالباً ما يتم تفسير هذه المظاهر من قبل الطالب على أنها "فشل شخصي"، مما يزيد من حدة الأزمة النفسية.
4. سجلت الدراسة فروقاً واضحة في درجة صدمة الأنا تبعًا لمتغيرات الجنس، والسنة الدراسية، والتخصص الأكاديمي، حيث لوحظ أن طلبة التخصصات العلمية والسنوات الأولى أكثر عرضة لها، بينما أظهر الطلبة في المراحل المتقدمة مرونة نفسية أعلى.
5. تكشف نتائج هذا البحث الحاجة الملحة إلى برامج إرشادية ونفسية داخل البيئة الجامعية، تهدف إلى مساعدة الطلبة على فهم ذواتهم بشكل واقعي ومتوازن، وتقديم أدوات عملية لتجاوز تحديات المرحلة الجامعية دون الإخلال بتوازن الشخصية.

التوصيات:

1. تضمين برامج دعم نفسي داخل الحرم الجامعي، تعنى بمساعدة الطلبة على التكيف مع التغيرات النفسية والاجتماعية التي تصاحب مرحلة الانتقال إلى الحياة الجامعية، وخاصة ما يتعلق بصدمة الأنا.
2. تنمية مهارات الوعي الذاتي لدى الطلبة الجدد، من خلال ورش عمل تُركّز على فهم الذات، وإدارة المشاعر، وتقدير الذات بطريقة صحية ومتوازنة.
3. دمج مقررات أو أنشطة جامعية تهتم بالصحة النفسية في الخطط الدراسية، وذلك للمساهمة في الوقاية من الأزمات النفسية المرتبطة بصدمة الأنا وتخفيف آثارها.
4. تفعيل دور الإرشاد النفسي الجامعي وتوفير متخصصين مؤهلين قادرين على رصد علامات اضطراب الأنا مبكرًا، وتقديم الدعم النفسي الملائم.
5. تشجيع البحث العلمي في مجال الصحة النفسية للطلبة الجامعيين، مع التركيز على قضايا مثل صدمة الأنا، الهوية الذاتية، وضغوط التكيف الأكاديمي والاجتماعي.

المقترحات :

1. ضرورة توفير برامج إرشادية نفسية تهدف إلى مساعدة طلبة الجامعة في فهم ذواتهم، والتكيف مع التحولات النفسية والاجتماعية التي ترافق الانتقال إلى البيئة الجامعية.
2. إدراج مساق خاص في المراحل الجامعية الأولى يعالج مفاهيم مثل "الهوية الذاتية" و"الأنا" و"الوعي بالذات"، ويساعد الطلبة على فهم التغيرات النفسية التي قد تؤدي إلى صدمة الأنا.
3. تعزيز دور المرشدين النفسيين في الجامعات، من خلال تفعيل وحدات الإرشاد النفسي وتقديم جلسات فردية وجماعية تهدف إلى معالجة التحديات المرتبطة بصدمات الهوية الذاتية.
4. إجراء دراسات مقارنة مستقبلية لقياس الفرق في مستويات صدمة الأنا بين طلبة الأقسام العلمية والإنسانية، أو بين الذكور والإناث، لمعرفة ما إذا كانت هناك فروقات دالة إحصائيًا تستحق التدخل الموجَّه.
5. التعاون بين الأقسام النفسية والإدارية في تطوير بيئة جامعية داعمة، تأخذ بعين الاعتبار الضغوط النفسية والتحولات الفكرية التي يمر بها الطالب في سنواته الأولى.

المصادر والمراجع

المصادر العربية:

1- الجابري، كاظم كريم وصبري، داود عبد السلام (3013)، مناهج البحث العلمي، ط1، دار الكتب والوثائق، بغداد العراق.
2- عباس، أحمد، السعدي، محمد، الجبوري، خالد، (2011)، الإحصاء التطبيقي في البحوث العلمية (الطبعة الأولى). دار المناهج للنشر والتوزيع.
3- عبيدات، ذوقان وعبد الحق، كايد وعدس، عبد الرحمن (1984): البحث العلمي مفهومه وادواته واساليبه، ط1 ، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان، الاردن.

4- عودة، احمد سليمان وملكاوي، فتحي حسن (1987): اساسيات البحث العلمي في التربية والعلوم الانسانية - عناصر البحث ومناهجه والتحليل الاحصائي لبياناته، عمان، الاردن، مكتبة الكتاني، الطبعة الثانية .
5- عودة، احمد سليمان (1998): القياس والتقويم في العملية التدريسية، ط2، دار الامل للنشر والتوزيع، اربد، الاردن.
6- عودة، احمد سليمان والخليلي، خليل يوسف (2000): الاحصاء للباحث في التربية والعلوم الانسانية، ط2 ، دار الامل للنشر والتوزيع، اربد، الاردن.
7- عيسوي، عبد الرحمن. (1982). القياس النفسي: النظرية والتطبيق. القاهرة: دار المعارف. ص. 51
8- كاظم، ايه فاضل كاظم. (2023). صدمة الانا وعلاقتها بنمو ما بعد الصدمة لدى طلبة المدارس الايتام، رسالة ماجستير (غير منشورة)، جامعة بغداد، كلية التربية/ ابن رشد. العراق.
9- ملحم، سامي (2000): القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ط1، دار الميسرة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.

المصادر الاجنبية :

1. Berman, S. L. (2016). Identity and Trauma. Journal of Traumatic Stress, 29 (2), 112-121. https://doi.org/10.1002/ jts.22088.
2. Campbell, W. K. et al. (2003). Narcissism, Self-Esteem, and the Positivity of Self-Views: Two Portraits of Self-Love"..
3. Campbell, W. K., & Sedikides, C. (1999). Self threat magnifies the self-serving bias: Ameta-analytic integration. Review of General Psychology, 3, 23-43.
4. . Gilbert, P., & Irons, C. (2005). Compassionate mind training: Freeing yourself from shame and self-criticism using cognitive, behavioural, emotional, and imagery interventions. In P. Gilbert (Ed.), Compassion: Conceptualisations, Research and Use in Psychotherapy (pp. 263–325). Brunner-Routledge.
5. Krejcie, R. V., & Morgan, D. W. (1970). Determining sample size for research activities. Educational and Psychological Measurement, 30(3), 607–610. https://doi.org/10.1177/001316447003000308.
6. 66-Mehrens, W. A., & Lehmann, I. J. (1975). Standardized Tests in Education (4th ed.). New York: Holt, Rinehart and Winston. Pages 231–250.
7. Anastasi, A.(1976): Psychological Testing , New York, Macmillon on Publishing.
8. Ebel, R. L. (1972): Essential of Educational Measurement. 2nd - ed, New Jersey, Prentice- Hill.
9. Nunnally, J.C.(1978) ***Psychometric Theory.***2nd ed. New York: Mchraw Hall.
10. Freud, S. (1923). The Ego and the Id. London: Hogarth Press.