

الشفقة بالذات وعلاقتها بفك الارتباط لدى طلبة الجامعة (الدراسات العليا)

ا.م.د. راضي حسن عبيد متعب
جامعة القادسية - كلية التربية

ملخص البحث:

يهدف البحث الحالي إلى 1- التعرف على الشفقة بالذات لدى طلبة الدراسات العليا . 2-الفروق ذات الدلالة الإحصائية لمتغير الشفقة بالذات على وفق متغيري الجنس (ذكور – إناث) والتخصص (علمي – إنساني) . 3-التعرف على فك الارتباط لدى طلبة الدراسات العليا . 4-الفروق ذات الدلالة الإحصائية لمتغير متغيري الجنس (ذكور – إناث) والتخصص (علمي – إنساني) . 5-العلاقة الارتباطية بين الشفقة بالذات وفك الارتباط لدى طلبة الدراسات العليا . وقد تألفت عينة البحث من (344) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة الطبيعية العشوائية وبعد إجراء المعالجات الإحصائية أظهرت النتائج :- 1- أن عينة البحث تتمتع بالشفقة بالذات . 2-وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير الشفقة بالذات وفق متغير الجنس (ذكور – إناث) ولصالح الذكور 3-عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير الشفقة بالذات على وفق متغير التخصص (علمي – إنساني). 4-أن عينة البحث تتمتع بفك الارتباط . 5-وجود فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير فك الارتباط على وفق متغير الجنس ولصالح الذكور . 6-وجود فروق إحصائية لمتغير فك الارتباط على وفق متغير التخصص ولصالح التخصص الإنساني. 7-وجود علاقة ارتباطية بين الشفقة بالذات وفك الارتباط .

الكلمات المفتاحية: الشفقة بالذات / فك الارتباط.

Self-Compassion and its Relationship to Disengagement among University Students (Postgraduate Studies)

Assistant Professor Dr. Radhi Hassan Obaid Mutab
Al-Qadisiyah University - College of Education

Research Summary: This research aims to: 1- Identify self-compassion among postgraduate students. 2- Determine the statistically significant differences in self-compassion based on the variables of gender (male-female) and specialization (scientific-humanities). 3- Identify disengagement among postgraduate students. 4- Determine the statistically significant differences based on the variables of gender (male-female) and specialization (scientific-humanities). 5- Establish the correlation between self-compassion and disengagement among postgraduate students. The research sample consisted of 344 male and female students selected using natural random sampling. After statistical analysis, the results showed the following: 1- The research sample exhibits self-compassion. 2- There are statistically significant differences in self-compassion based on gender (male-female), favoring males. 3- There are no statistically significant differences in self-compassion based on academic specialization (scientific-humanities). 4- The research sample exhibits dissociation. 5- There are statistically significant differences in dissociation based on gender, favoring males. 6- There are statistically significant differences in dissociation based on academic specialization, favoring humanities. 7- There is a correlation between self-compassion and dissociation.

Keywords: Self-compassion / Dissociation

مشكلة البحث :

لقد زاد الاهتمام في علم النفس خاصة علم النفس الإيجابي في دراسة المتغيرات الإيجابية في الشخصية والتي تمكن الطالب من مواجهة التحديات والصعوبات أو التقليل من الأحداث الضاغطة التي يتعرض لها الطالب وخاصة في المواقف التعليمية ومن المتغيرات التي اهتم بها في الفترة الأخيرة الشفقة بالذات كأحد المتغيرات المهمة والإيجابية في شخصية الطالب حيث تتضمن الشفقة بالذات بعداً أساسياً من أبعاد البناء النفسي للطالب كما أنها تعد سمة من سمات الشخصية الإيجابية وأحد متغيرات المقاومة للآثار السلبية لأحداث الحياة التي تواجه الطالب. (متولي ، 2021 ، 325)

كما أن الطلبة المشفقين بأنفسهم في المواقف المؤلمة يختلفون عن الطلبة غير المثقفين في سماتهم الشخصية، فهم أكثر مرونة وأكثر انفتاحاً على خبراتهم وانهم أكثر عقلانية في التعامل مع كل جوانب الخبرة السلبية، كما أن الثقة بالذات ترتبط بالسعادة والتفائل والشخصية الناضجة، فالأفراد المثقفون على ذواتهم عندما يمرون بخبرات مؤلمة أو حالات من الفشل قد ينظرون إلى أنفسهم نظرة تفهم وانسجام وعطف بدلاً من المبالغة في الحكم النقدي أو جلد الذات كما يحدث لهم . (عبد الله ، 2014. 42)

كما أن فك الارتباط الأخلاقي هي عملية معرفية تركز على الأحكام السلوكية الشخصية للفرد والتي يحصل عملها نمطياً ، ويتم ذلك عن طريق اكتسابه الأعراف الاجتماعية ، وإن هذه الأعراف تشمل الى أن تترسخ لدى الفرد عبر البيئة التي تحيط به الأسرة والأصدقاء والمدرسة ، وقد تمنح هذه البيئة للفرد سلوكاً ضد القيم والقوانين والأعراف الاجتماعية السائدة في المجتمع أو المدرسة، إلا أن هذا السلوك يلقى قبولاً ضمن جماعة الأقران . (الحميداوي ، 2018 ، 3) .

فالطالب يمارس سلوك فك الارتباط الأخلاقي في البيئة التي يعيش فيها عندما يسلك الفرد سلوكاً مغايراً أو مخالف لذلك السلوك في بيئة أخرى وهذا يتم تغييره في ضوء العملية المعرفية للفرد والتي هنا ان الفرد لديه معتقدات مختلفة في سياقات مختلفة حول مختلف المواقف والأشخاص وهنا يكون فك الارتباط الأخلاقي هو ميكانيزم دفاعي يستعمله الطالب للمعارضة أو الاختلاف مع الآخرين ويمكن أن يصفه الفرد أو يعبر عنه بأنه مستوى منخفض من الوعي بالذات (Pandura , 1999 , 12)

أهمية البحث

لقد وفرت الثورة التكنولوجية إمكانات وفرصاً كثيرة وفتحت الأفاق لتحسين عملية التعليم والتعلم من عملية الاقتصار على الجانب المعرفي فقط إلى دراسة شخصية الطالب لكل أبعادها باعتبار أن الطالب فرد من أسرة ومجتمع .(تومان. 1989. 32)

إن أهمية الشفقة بالذات في ان كثير من الطلبة يواجهون نوع من التحديات التعليمية والاجتماعية والثقافية والاقتصادية والوجدانية مما يؤدي إلى الإجهاد العلمي لذا فمن الضروري ان يتبع الطالب بقدر من الشفقة بالذات نحو ذاته والاهتمام بها حتى يستطيع التعامل معها فالحياة التعليمية يمكن أن تكون صعبة للغاية ومرهقة نتيجة لزيادة المسؤولية والتنافسية في مختلف مجالات الحياة بما في ذلك المناهج الأكاديمية والعملية فقد تساعد الشفقة بالذات على التكيف السليم في الحياة الجامعية . (Terry & Smethta , 2013 , 13)

وقد اكد (Koole , 2009) أن الشفقة بالذات أحد أهم الملامح المهمة لأنها تمكن الطالب من التقدم نحو إنجاز الأهداف . كما أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين الشفقة بالذات ونواتج التعلم لأنها تعد عامل مهم لتجنب الأوضاع الضاغطة في العملية التعليمية كالإجهاد العلمي . كما أن الشفقة بالذات تعد بمثابة عامل حماية من القلق والاكتئاب والذات وإذا تم ربطها بشيء إيجابي يؤدي إلى الشعور بالرضا وزيادة الوعي وتقبل العثرات

ولذا فقد أكدت العديد من الدراسات بارتباط متغير الشفقة بالذات بعد * فقد أشارت دراسة (Yiny , 2009) والتي طبقت على طلبة الماجستير على عينة قوامها (65) طالب وطالبة الى وجود ارتباط بين الشفقة بالذات والتماسك الذاتي ، كما أشارت دراسة (Neff & Pittman , 2010) بوجود علاقة ارتباطية قوية بين الشفقة بالذات والمرونة النفسية لدى المراهقين على عينة قوامها (235) مراهق ومراة.

كما أشار (Bandura , 2002) أن الفرد الذي يمتلك فك الارتباط له القدرة على توجيه الذات وتنظيمها وتعديل جوانب السلوك من وجهة نظر الفرد وكذلك تعديل اتجاهاته وأفكاره التي يعتقدها في سلوكه الخاص أو تصرفاته أي يمتد تأثيره إلى مختلف أبعاد لشخصيته بحيث يمكن السيطرة على الكثير من الأفعال غير المناسبة (Bandura , 2002 , 193) .

كما أشار (Obeman , 2011) أن فكرة الارتباط الأخلاقي هو عملية معرفية ترتكز على الأحكام السلوكية الشخصية للفرد والتي تعمل نمطياً ويتم ذلك عن طريق اكتساب للأعراف الاجتماعية وإن هذه الأعراف تميل إلى أن تترسخ لدى الفرد عبر البيئة الاجتماعية التي تحيط به (Obeman , 2011 , 44) .

ولذا فقد أشارت دراسة (Sungert & Tomas , 2018) إلى وجود ارتباط إيجابي بفك الارتباط الأخلاقي لدى المراهقين وإن مستوى فك الارتباط الأخلاقي لدى الذكور أعلى من الإناث (الحميداوي، 2018، 11).

كما أن فك الارتباط الأخلاقي يحدث تدريجياً وليس فوراً إذ تصبح كل من العقوبات الذاتية من خلال فك الارتباط الأخلاقي بسهولة اكتشافها في وقت ما . أي يمكن التعرف عليها بطرائق اكتشافية بوقت ما وتشير الكثير من الدراسات الى ارتباط السلوك العدواني ارتباطاً إيجابياً بفك الارتباط الأخلاقي لدى الطلبة وإن مستوى فك الارتباط الأخلاقي لدى الذكور أعلى بكثير من فك الارتباط الأخلاقي لدى الإناث وإيضاً إن حالات العدوان لدى الذكور أعلى من الإناث.(الحميداوي، 2018، 6)

أهداف البحث : يهدف البحث الحالي الى.

- 1- التعرف على الشفقة بالذات لدى طلبة الدراسات العليا .
- 2- الفروق ذات الدلالة الإحصائية لمتغير الشفقة بالذات على وفق متغيري الجنس (ذكور – إناث) والتخصص (علمي – إنساني) .
- 3- التعرف على فك الارتباط لدى طلبة الجامعة (الدراسات العليا) .
- 4- الفروق ذات الدلالة الإحصائية لمستوى فك الارتباط على وفق متغيري الجنس (ذكور – إناث) والتخصص (علمي – إنساني) .
- 5- العلاقة الارتباطية بين فك الارتباط والشفقة بالذات .

حدود البحث (تحدد البحث الحالي بطلبة جامعة القادسية (الدراسات العليا) (الماجستير / الدكتوراه والتخصص (العلمي / الإنساني) من الكليات العلمية والإنسانية للعام الدراسي 2024 – 2025)
تحديد المصطلحات .أولاً. الشفقة بالذات.

1- تعريف نيف (Neff , 2003) هي اتجاه إيجابي نحو الذات في المواقف المؤلمة والفشل تنطوي على اللطف بالذات وعدم الانتقاد الشديد كما

(
2- تعريف عبد العزيز ومحمد (2018) هي الاستجابات التي تكون المواقف النفسية للإنسان اتجاه ذاته عند ادراكه لأوجه القصور ومظاهر الضعف واخفاقاته في الحياة (عبد العزيز ومحمد، 2018، 43)

التعريف النظري – تم تبين تعريف نيف (Neef , 2003) و عدة التعريف النظري لملائمة لمتطلبات البحث

التعريف الاجرائي – عدة من الفقرات تكون منتشلة لمحتوى النطاق السكون لمظلوم الشفقة بالذات والذي يقيس الدرجة الكلية التي يحصل عليها طالب الدراسات العليا وذلك من خلال اجابته على مصاب الشفقة بالذات المعد لذا الغرض

2- فك الارتباط .

1- تعريف بندورا (Albert Bandura , 2001) هي العملية ذاتية التنظيم والتي يتم فيها فصل السيطرة الأخلاقية عن السلوك القابل للانتقاد واللوم (Bandura , 2001 , 2771)

2- تعريف (Obwrman & d.d , 2010) هو عملية معرفة يستخدمها الافراد لتسرسر وعقلنة السلوك العدوانى الذي يناقض مع التفكير الأخلاقي لهم . (Obwrma., 2011 , 352)

التعريف النظري – تم تبني تعريف بندورا وعده التعريف النظري لملائمة المتطلبات في البحث الحالي .

التعريف الاجرائي – الدرجة الكلية التي حصل عليها الطالب من خلال اجابته على فقرات مقياس فك الارتباط .

إطار نظري ودراسات سابقة

اولا. الشفقة بالذات. نظرية (Neff , 2003)

أشارت (نيف) أن الشفقة بالذات هي قدرة الفرد على تحمل مشاعر المعاناة بحب واهتمام وهو يعد إيجابى نحو ذات الفرد في المواقف المؤلمة التي يتعرض لها الفرد وهذا ينطوي على اللطف بالذات وعلى عدم الانتقاد الشديد لها وفهم خبراتها كجزء من الخبرة التي يعانيتها أغلب الناس ومعالجة المشاعر المؤلمة بوعي . (Neff ,)

(2003 , 272)

أبعاد ومكونات الشفقة بالذات : ترى نيف ان الشفقة بالذات لها ثلاث ابعاد متداخله وهي كالآتي .

1- اليقظة العقلية مقابل التوحد المفرط (وهي الممارسة التي يكون فيها الناس غير مطلقين الأحكام ويكونون مدركين ومنفتحين على أفكارهم ومشاعرهم وأفعالهم ومشاعرهم والاحاسيس المؤلمة في اللحظة الراهنة ، أي الوعي المتوازن الذي يحب الفرد التوحد الكامل في المعنوية الذاتية وتساعد اليقظة العقلية الفرد على حفظ الأفكار السلبية عن الذات وتزوده بالاستبصار الكامل للتعرف على القواسم المشتركة مع الآخرين كما تخفف تأثير الخبرات الوجدانية السلبية وإدراك المعاناة والفضل الشخصي ولوم الذات كما تتطلب اليقظة من الفرد اتخاذ أسلوب متوازن في التعامل مع الانفعالات السلبية ومراقبة أفكاره.)

(Neff.& Vonk , 2009)

2-الانسانيه المشتركه مقابل العزله0 أشارت (نيف Neff) أن الشفقة بالذات هي قضية مشتركة بين الفرد والآخرين والتي يمكن أن تعد جزءاً من الخبرة الإنسانية المشتركة ، وإن كل الناس يعانون ويستحقون الشفقة . وإن إدراك الصلة بين التجارب الشخصية وتجارب الآخرين ومعاناتهم وعدم الكفاية الذاتية هو جزء من التجارب الإنسانية المشتركة ، كما أن الشفقة بالذات تسمح للفرد أن يرى تجاربه الذاتية وتجارب الآخرين دون تشويه أو انفصال ويشعر الفرد عندئذ بارتباط قوي معهم ويكون واعياً لمعاناتهم التي من وجهة نظره (Neff & Lamp , 2009) .

3- اللطف بالذات مقابل الحكم الذاتي. اللطف بالذات هو ميل الناس لإظهار اللطف والابتعاد عن الحكم على أنفسهم ويتضمن اللطف بالذات إظهار التأثير الإيجابي للذات بدلاً من نقدها وهي حالة من فهم الفرد لنفسه في موقف الفضل والإحباط بدلاً من إصدار أحكام قاسية عليها . كما أن اللطف بالذات يعني قدرة

الفرد على علاج نفسه بالرعاية والتقبل بدلاً من الأحكام الذاتية القاسية وتعبر عن فهم الفرد لنفسه في مواقف عدم الكفاءة الذاتية أو المعاناة ، كما تتضمن الفهم والدفء العاطفي نحو الفرد (neff.2015) 2 - نظرية (ماسلو) أشار ماسلو إلى أهمية مساعدة الآخرين وتقبلهم ومشاركتهم باعتبار الفرد جزء من جماعة لتقدير الذات وقد شجع ماسلو على مساعدة الآخرين والشفقة بهم والتفاعل والتعاطف معهم في معاملاتهم ومعاناتهم وقشلهم ، كما شجع على فهم الذات الشخصية والتعاطف معها. كما أشار (روجرز) في النظرية الإنسانية لمفهوم الذات والشفقة الذاتية كأحد العلاج المتمركز حول العميل في العلاج النفسي ومساعدة العميل على أن يكون أكثر وعياً وتقبلاً لذاته مع قدرته على التعبير عن احتياجاته وهو ما يطلق عليه (التقبل الذاتي) غير المشروط (أمانى عادل ، ٢٠٢٠ : 336) .

3-نظرية التحليل النفسي 0 اشار (فرويد) إلى أن الشفقة بالذات حالة من حالات التمرکز حول الذات التي يستغرق الفرد فيها بشكل مفرط في عالمه الداخلي ويعد شؤونه وأرائه الهدف الأكثر من بين الاهداف الأخرى ولذلك فإن المعلومات المرتبطة بالذات ينظر إليها الفرد على أنها الأكثر أهمية في تشكيل أحكامه مقارنة بالأفكار التي يطرحها الآخرون عنه أو المعلومات المرتبطة بالآخرين . وإن الشفقة بالذات هي حالة عقلية يمر بها الفرد نتيجة لتعرضه للمواقف المكروهة والبعيضة التي تجعله غير راضٍ عن تلك المواقف ولا يمتلك الثقة والقدرة على التعامل معها فالفرد يستحق المؤاساة والشفقة كما أشار فرويد إلى أن الشفقة بالذات حالة انفعالية سلبية . (البويري ، ٢٠٢٢ : ٧) . كما فسرت مدرسة التحليل النفسي مفهوم الشفقة بالذات بانها حاله شعوريه من الاستغراق المنظم للذات والتمرکز حولها تجعل الفرد قادراً على مواجهة المواقف الضاغطة ومواقف الفشل وتذليلها والتعايش معها (kool.2009.331)

ثانياً : النظريات التي فسرت فك الارتباط .

1-نظرية بندورا 0أشار بندورا إلى أن السلوك الإنساني هو عملية تفاعل بين البيئة والفرد وطبيعة السلوكيات التي يقومون بها الأفراد والنتائج السلوكي يتضمن صبغات بيولوجية والتأثيرات النفسية الداخلية والتي تتخذ شكل المعتقدات التي يؤمن بها الفرد والقدرات والانطباعات والجوانب العاطفية والاهداف والتوجهات وكذلك القيم . فقد تؤثر العوامل الشخصية الداخلية في كيفية إدراك الأفراد هؤلاء للبيئة والكيفية التي يتصرفون بها الأفراد ، كذلك شار بندورا الى طبيعة السلوك الذي يؤديه الفرد فقد تكون اجتماعياً وجسدياً وعاطفياً وفي التفاعل اليومي يغير السلوك الظروف البيئية وبدوره يتغير تبعاً للظروف التي مر بها (Patterson , 1979) .

فالأفراد يقومون بأنماط سلوكه في بيئتهم الاجتماعية بجانب مستقل عما يقولونه أو يفعلونه وذلك اعتماداً على طبيعة الجنس البشري والعرق وكذلك السمات الجسدية فضلاً عن إثارة في ردود الافعال الاجتماعية واعتماداً على الدور الاجتماعي والمكانة الاجتماعية .

كذلك أشار (بندورا) إلى التفاعلات وكثرة المؤثرات البيئية، كذلك اشارت النظرية إلى ثلاثة أنواع من البيئة هي

- 1- البيئة المختارة : والتي هي لا تأتي إلى الحياة وإلى الوجود حتى يتم اختيارها وتفعيلها من قبل الفرد وعن طريق الأفعال التي يقوم بها الفرد .
- 2- البيئة المفروضة : وتتمثل بالبيئة المادية والثقافية والاجتماعية سواء أحبها أم لا، وللأفراد سيطرة محدودة ومقدار من الحرية في التعامل .
- 3- البيئة المصنوعة : وهي البيئة التي جاءت نتيجة التطورات الثورية في التكنولوجيا الإلكترونية والتي مكنت الإنسان من التواصل الآني حول العالم، (bandura. 2006. 43)

2- نظرية كولبرج 0أشار كولبرج إلى أهمية البناء المعرفي للفرد في فك الارتباط الأخلاقي والذي يعني تغييراً في فهم الفرد لمبدأ العدالة وبالتالي في قراراته الأخلاقية وقد استخدم الطريقة ال** في دراسة فك الارتباط الأخلاقي فقد استخدم قصصاً تقدم أزمات افتراضية تتطلب الفرد لتقديم قرارات أخلاقية واعتبر

الإجابة عن هذه المعضلات بـ (نعم ، لا) هو غير كافٍ ومن هنا كان يهتم في البحث عن أخلاق الفرد الذي يكمن خلف هذه الإجابات من خلال الكشف عن الأسباب التي أدت إلى ذلك الحكم وأشار إلى أن معرفة القيم الثقافية التي عادة ما تقضي الى نسبة أخلاقية بل إنه أصبح يمثل التحولات التي تحدث في البناء المعرفي للفرد كما أن القيم ومضمونها تتفاوت من ثقافة إلى أخرى ، كما أن هذه القيم الثقافية ليس بوسعها الكشف عن كيفية تفاعل الفرد مع بيئته الاجتماعية أو سلوكه في حل المشكلات المتعلقة بعالمه الاجتماعي ومن ثم فإن ذلك يتطلب تحليلاً لأنماط التغيير الأخلاقي والتي وجد أنها عامة في جميع الثقافات (obwrman, 2011 ، 72) .

كما لم يركز كولبرج على الاستجابة الأخلاقية ذاتها لأنه يرى أن التركيز على الاستجابة يتعامل متغيري السلوك . فقد يوجد مثلاً فردان يسلكان نفس السلوك ولكن لكل منهما هدفاً خاصاً به .

فطبيعة فك الارتباط الأخلاقي يتعلّق بالتقييم الخلفي للأشياء والأحداث وهو يسبق كل فعل أو سلوك خلقي فالتغيير الأخلاقي ليس مجرد تطبيق وتنفيذ لنظام أو قانون سائد بل يتمثل كامن وراء الاختيار بين الصواب أو الخطأ يتعلّق بالطريقة التي يصل بها الفرد إلى الحكم على مبررات هذا الاختبار (عبد الفتاح ، ٢٠٠٤ ، 14) .

فالسلوك الخلقي سلوك معقد يتضمن بداخله عناصر متعددة وتسهم في حدوثه عوامل عديدة فالتغيير الأخلاقي وفك الارتباط تختلف عن القيم الأخلاقية . فالقيمة الأخلاقية هي اعتقاد الفرد مثلاً انه صواب وما يعتقد انه خطأ ، فكثير من الناس يعتقدون أن السرقة خطأ وهذه قيمة وكلهم يختلفون في طريقة الوصول إلى الحكم وفك الارتباط بينما يبني شخص حكمة على أساس طاعة القانون يبني آخر حكم على أساس مراعاة ضميره . واخرون كانطباع لمعايير المجتمع واخرون الاعتبارات تتعلّق بتأثير السرقة (قناوي ٢٠٠١ : ٤٦١) .

ثانياً – الدراسات السابقة ١٠اولا. الدراسات التي تناولت الشفقة بالذات.

1- دراسة (الزغبى والعاسمي. 2015) أجريت هذه الدراسة في سوريا وقد هدفت إلى استكشاف العلاقة بين الشفقة بالذات وكل من الأمل والأكاديمي والاكنتاب لدى الطلبة مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي . وقد بلغت عينة البحث من (33) طالب وطالبة من طلبة المرحلة الإعدادية وبواقع (150) طالباً و (180) طالبة منهم (252) طالباً من الفرع العلمي و (78) من الفرع الأدبي وقد تم تبني مقياس (Neff. 2003) من ضمن الباحثات . وبعد إجراء المعالجات الإحصائية أظهرت النتائج الى وجود علاقة إيجابية بين الشفقة بالذات والأمل الأكاديمي . كذلك وجود فروق وفق الشفقة بالذات بين مرتفعي ومنخفضي التحصيل ولصالح منخفضي التحصيل كذلك وجود فروق في الشفقة بالذات وفق متغير الجنس ولصالح الذكور كذلك لا توجد فروق في الشفقة بالذات بين الفرع العلمي والفرع الأدبي . (الزغبى والعاسمي ، 2015)

2- دراسة (العبيدي . 2014) أجريت الدراسة في العراق وقد هدفت إلى التعرف على مستوى الشفقة بالذات لدى طلبة الجامعة وقد بلغت عينة البحث من (200) طالب وطالبة وقد تم استخدام مقياس (Neff 2003) وبعد إجراء الوسائل الإحصائية أظهرت النتائج أن عينة البحث تتمتع بالشفقة بالذات، كذلك لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية على وفق متغير الجنس بين الذكور والإناث . كذلك لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية لمتغير الشفقة بالذات على وفق متغير التخصص العلمي والإنساني . (العبيدي ، 2014)

3- دراسة (ادم والشيخ. 2018) أجريت الدراسة في سوريا وقد هدفت إلى إيجاد العلاقة بين الشفقة بالذات والسعادة النفسية لدى طلبة الجامعة وفق عدد من المتغيرات وقد بلغت عينة البحث من (200) طالب وطالبة وفق الأقسام العلمية والإنسانية (100) طالب من قسم الانساني و (100) من الأقسام العلمية وتم تبني مقياس (Neff , 2003) لقياس متغير الشفقة بالذات من قبل الباحثين وبعد تطبيق الأداة على العينة الإحصائية وبعد إجراء المعالجات الإحصائية أظهرت النتائج الى وجود علاقة قوية بين الشفقة

بالذات والسعادة النفسية كذلك وجود فروق على وفق متغير الجنس ولصالح الذكور كذلك لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية على وفق التخصص (أدم ، الشيخ : 2018)

الدراسات الأجنبية

1- دراسة (kyeong) أجريت الدراسة في كوريا الشمالية وهدفت إلى اكتشاف دور الآثار المعتدلة للشفقة بالذات في العلاقة بين الاحتراق الأكاديمي والصحة النفسية . وقد بلغت عينة البحث من (350) طالب وطالبة بواقع (270) طالبة و (80) طالب من طلبة الجامعة وقد تم تبني مقياس (Neff , 2003) لقياس متغير الشفقة بالذات وبعد إجراء التطبيق على ذات العينة المختارة وبعد إجراء الوسائل الإحصائية أظهرت النتائج أن عينة البحث تتمتع بالشفقة بالذات كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشفقة بالذات على وفق متغير الجنس ولصالح الذكور كذلك لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية على وفق التخصص . (Kyeong , 2013)

2- دراسة (Morley & et. Al. 2016) أجريت هذه الدراسة في الولايات المتحدة الأمريكية . وقد هدفت إلى التعرف على دور الشفقة بالذات والتعلم الذاتي في التنبؤ بالاستجابات العدوانية تجاه خبرات الحياة السلبية لدى طلبة الجامعة . وقد تكونت عينة البحث من (66) طالب وطالبة منها (32) طالب و (34) طالبة ، وتم استخدام مقياس (SCS-SF) وهو من إعداد (Waston & et-al , 1988) وبعد إجراء المعالجات الإحصائية أظهرت النتائج أن عينة البحث تتمتع بالشفقة بالذات ، كذلك وجود علاقة سلبية بين الشفقة بالذات وخبرات الحياة السلبية . كذلك وجود علاقة قوية بين الشفقة بالذات والتعلم الذاتي . وجود فروق ذات دلالة إحصائية على وفق متغير الجنس ولصالح الإناث ، كذلك لا توجد فروق في الشفقة بالذات على وفق التخصص . (Morley & et-al , 2016)

3 - دراسة . (fong&loi. 2016) أجريت الدراسة في الولايات المتحدة الأمريكية وقد هدفت إلى فحص الدور الوسيط للشفقة بالذات في الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة وقد بلغت عينة البحث من (306) طالباً وطالبة منهم (66) طالباً و (239) طالبة ، وقد استخدم الباحث أداة لقياس متغير الشفقة بالذات وهو من إعداد (Neff , 2003) على ذات العينة الأساسية وبعد استخدام الوسائل الإحصائية أظهرت النتائج أن عينة البحث تتمتع بالشفقة بالذات ، كذلك أن الشفقة بالذات تلعب دوراً مهماً وقائياً في التخفيف من أوقات الشدة والضيق ، كذلك يوجد ارتباط إيجابي بين الشفقة بالذات والرفاهية ، كذلك لا توجد فروق بين الذكور والإناث في متغير الجنس . (Fong & Loi , 2016)

الدراسات التي تناولت فك الارتباط الأخلاقي 0 اولاً. الدراسات العربية.

1- دراسة (الحميداوي . 2018) أجريت الدراسة في العراق وقد هدفت إلى إيجاد العلاقة بين السلوك العدواني وفك الارتباط الأخلاقي وقد بلغت عينة البحث (٤٠٠) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة الطبقيّة العشوائية (٢٠٠) طالب و (٢٠٠) طالبة من طلبة المرحلة الإعدادية. وتم استخدام أداة لقياس متغير فك الارتباط الأخلاقي من إعداد بندورا (٢٠01) وبعد إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) أظهرت النتائج أن عينة البحث تتمتع بفك الارتباط الأخلاقي عالٍ المستوى كذلك لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية على وفق متغير الجنس (ذكور ، إناث) في فك الارتباط الأخلاقي ، وكذلك وجود علاقة ذات دلالة إحصائية في فك الارتباط الأخلاقي على وفق متغير التخصص وصالح التخصص الإنساني (الحميداوي ، 2018) .

2- دراسة(ناصر ومحمد .2022) أجريت الدراسة في العراق وقد هدفت إلى الكيفية التي يستخدمها الفرد في حل المشكلات النفسية التي يتعرض لها الطالب الجامعي ، وقد هدفت عينة البحث من (٦٠٠) طالب وطالبة من طلبة جامعة المستنصرية (٣٠٠) طالب و (٣٠٠) طالبة . وتم استخدام أداة لقياس متغير فك الارتباط الأخلاقي لـ (بندورا 2001 , Bandura) وبعد استخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) أظهرت النتائج أن عينة البحث تتمتع بفك الارتباط الأخلاقي ، كذلك لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فك الارتباط الأخلاقي على وفق متغير الجنس والتخصص (ناصر ومحمد ، ٢٠٢٢)

3- دراسة (المهناوي وآخرون. 2024) أجريت الدراسة في العراق وقد هدفت الى تحقيق في الأثر المباشر وغير المباشر لدور ضبط الذات بوصفه متغيراً بسيطاً بين أنماط التفكير الامراضي وفك الارتباط الاخلاقي لدى الاحداث الجانبين وقد بلغت عينة البحث (94) حدث وقد تراوحت أعمارهم من (13 - 18) وتم استخدام مقياس بندورا (2001) لقياس متغير فك الارتباط والاخلاقي وبعد إجراء المعالجات الإحصائية باستخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) أظهرت النتائج أن عينة البحث تتمتع بفك الارتباط الاخلاقي كذلك توجد فروق ذات دلالة إحصائية على وفق متغير الجنس (ذكور / إناث) ولصالح الذكور في متغير فك الارتباط الاخلاقي . (المهناوي وآخرون ، 2024)

الدراسات الأجنبية

1- دراسة (زيلد مان . 2003) أجريت الدراسة في جنوب شرق ميشيغان وقد هدفت الدراسة إلى تقويم تأثير التعاطف على الارتباط بين سلوك التنمر عند المراهقين وفك الارتباط الأخلاقي ، وقد بلغت عينة البحث من (676) طالباً في المرحلة السابعة والثامنة من المدارس المتوسطة ، وتم استخدام مقياس (Bandura , 2001) لمعرفة متغير فك الارتباط الأخلاقي ، وبعد إجراء المعالجات الإحصائية أظهرت النتائج أن الذكور يتغيرون فك الارتباط الاخلاقي أكثر من الإناث كذلك أن المرحلة الثامنة تتميز بفك الارتباط الاخلاقي أكثر من المراحل السابعة ، كذلك أظهرت النتائج أن الأفراد الذين لا يتغيرون بالتنمر هم أكثر استخدام في حل المشاكل الذاتية واستخدام فك الارتباط الأخلاقي في حل المشاكل

2- دراسة (Li & et. Al. 2014) أجريت الدراسة في الصين وقد هدفت إلى التعرف على أثر كل من فك الارتباط الأخلاقي وضبط الذات على العدوان ، وقد بلغت عينة البحث (946) طالب وطالبة من طلبة الجامعة ، وتم استخدام مقياس (Bandura , 2001) لقياس متغير فك الارتباط ، وتم تطبيق المقياس على ذات العينة الأساسية باستخدام الحقيبة الإحصائية (SPSS) وبعد إجراء المعالجات الإحصائية أظهرت النتائج أن عينة البحث تتمتع بفك الارتباط الاخلاقي بشكل إيجابي كذلك وجود فروق ذات دلالة إحصائية في فك الارتباط الأخلاقي على وفق متغير الجنس ولصالح الذكور . كذلك توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متغير فك الارتباط الأخلاقي على مستوى متغير التخصص ولصالح الإنساني . (Li & et al , 2014)

منهج البحث وإجراءاته

أولاً : منهج البحث (Method of research)

اعتمد البحث الحالي المنهج الوصفي (Descriptive method) منهجاً له ، والذي يعتبر وصف ماهر كائن ويتضمن وصف الظاهرة الراهنة وتركيبها وعملياتها والظروف السائدة ويشمل المنهج الوصفي جمع المعلومات والبيانات وتسويتها وقياسها وتفسيرها وهو عبارة عن أسلوب دقيق ومنظم وأسلوب تحليلي للظاهرة أو المشكلة المراد بحثها من خلال منهجية بطريقة موضوعية (عبد الرحمن ، 1998 : 178) .

مجتمع البحث (Population of research)

ويقصد به جميع الأفراد أو وحدات الظاهرة التي يدرسها الباحث فقد يكون المجتمع مكوناً من سكان مدينة أو مجموعة من الأفراد في منطقة ما (التمييزي وآخرون ، 2015 : 77) . ونظراً لأهمية تحديد مجتمع البحث ووصفه ، عمد الباحث إلى تحديد مجتمع البحث وهم طلبة الدراسات العليا (ماجستير / دكتوراه) والبالغ عددهم (720) طالباً وطالبة ومن الاختصاصين (العلمي / الإنساني) فقد بلغ عدد الإناث في الكليات (412) طالبة أما عدد الذكور (308) طالباً .

عينة البحث (The sample of Research)

يُقصد بالعينة هي مجموعة جزئية من المجتمع التي تُجرى عليها الدراسة ويختارها الباحث لإجراء دراسته عليها وفق قواعد خاصة لتمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً (داوود وعبد الرحمن ، ١٩٩٠ : 67) وقد اختار الباحث عينة ممثلة لمجتمع البحث بأسلوب الطبقة العشوائية ذات التوزيع المتساوي من كليات الجامعة والبالغة (3٤٤) طالب وطالبة . وجدول (1) يوضح ذلك

جدول(1) يوضح عينة البحث موزعه على وفق متغيري الجنس(ذكور –اناث) والتخصص(علمي – انساني)

ت	الكلية	الماجستير		الدكتوراه		المجموع الكلي	النسبة المئوية
		ذ	ث	ذ	ث		
1	الطب	11	10	6	4	31	9,012
2	الهندسة	6	7	1	0	14	4,070
3	العلوم	5	19	9	8	41	11,919
4	علوم الحاسبات	2	6	0	0	8	2,326
5	الطب البيطري	10	15	1	4	30	8,721
6	التربية	16	26	6	6	54	15,698
7	الزراعة	1	3	1	1	6	1,744
8	الإدارة والاقتصاد	11	14	5	6	36	10,465
9	التربية الرياضية	2	3	8	1	14	4,070
	المجموع العملي	64	103	37	30	234	
10	القانون	2	11	0	0	13	3,779
11	التربية	8	35	9	2	53	15,407
12	الأداب	2	12	7	3	24	6,977
13	الاثار	2	8	0	0	10	2,907
14	الفنون الجميلة	2	8	0	0	10	2,907
	المجموع	16	74	15	5	110	
						344	

رابعاً : أداتا البحث - instruments of research

من أجل تحقيق أهداف البحث الحالي لابد من وجود أداة لقياس متغيرات البحث وتقيس متغير الشفقة بالذات وفك الارتباط الأخلاقي وعلى النحو الآتي :

1- مقياس الشفقة بالذات : بعد الاطلاع على عدد من الأدبيات والدراسات السابقة والبحوث ذات العلاقة والبحث والتقصي عن البحوث العربية منها والأجنبية منها دراسة (الزعبي والعاسمي ، 2015) وكذلك

دراسة (العبيدي ، 2017) ودراسة (أدم والشيخ ، 2018) وغيرها من الدراسات وعدد من المقاييس منها مقياس (Neff , 2003) ومقياس (آدم والشيخ ، 2018) وقد تم تبني مقياس (Neff , 2003) والذي يتكون من (26) فقرة فقد كانت (26) كحد ادنى و (120) كحد اعلى .

2- مقياس فك الارتباط الأخلاقي : بعد الاطلاع على عدد من الأدبيات والدراسات السابقة والبحوث ذات العلاقة والبحث والتقصي عن البحوث العربية والأجنبية وعدد من المقاييس ذات العلاقة منها دراسة (الحميداوي ، 2018) ودراسة (ناصر ومحمد ، 2022) ودراسة (Li & et – al , 2014) ومقياس بندورا (Bandura , 2002) فقد تم الاعتماد مقياس بندورا (Bandura , 2002) ويتكون من (32) فقرة .

تصحيح اداتا البحث لغرض تصحيح اداتا البحث * * الاتية وفق طريقة ليكرد د.ض (5) بدائل (تنطبق عليّ تماماً ، تنطبق عليّ غالباً ، تنطبق عليّ أحياناً ، تنطبق عليّ نادراً ، لا تنطبق عليّ أبداً) (5 ، 4 ، 3 ، 2 ، 1) وعلى التوالي لل فقرات الإيجابية و(1 ، 2 ، 3 ، 4 ، 5) على التوالي لل فقرات السلبية .

التجربة الاستطلاعية : إن الغرض من هذه التجربة هو التعرف على مدى وضوح وتعليمات أداتا البحث وفقراتها ومدى صلاحيتها لمستوى استيعاب الطلبة والوقت اللازم للإجابة لذاتهم اختار عينة مؤلفة من (40) طالب وطالبة ومن بين (4) كليات وبواقع (20) طالباً وطالبة من التخصص العلمي وبواقع (20) طالب وطالبة ومن التخصص الإنساني وفي ضوء هذه التجربة يتبين أن تعليمات أداتا البحث والفقرات واضحة ومفهومة من قبل الطلبة اما بالنسبة للوقت المستغرق في ضوء الإجابة فقد انحصرت ما بين (20 – 25) دقيقة ومتوسط مقداره (25) دقيقة .

الخصائص السيكومترية لأداتا البحث :

أولاً : الصدق الظاهري (Face Validity)

يُعد هذا النوع من الصدق الى الدرجة التي يبدو فيها المقياس أنه يقيس ما صُمم لقياسه (Fornagy & Higgitt , 1984 , 12) . ولذلك إن أفضل وسيلة لاستخراجه هو عرض المقياس على عدد من المحكمين المختصين في علم النفس لمعرفة مدى تمثيل فقرات ومواقف المقياس للصفة المراد قياسها وعلى هذا الاساس تم عرض أداتا البحث على مجموعة من الخبراء (15) خبير وتم الأخذ بأرائهم حول صلاحية فقرات أداتا البحث والبدائل وتم الأخذ بأرائهم ، وقد أجرى تعديل على بعض فقرات أداة البحث .

ثانياً : الصدق المنطقي (Logical Validity) :

يتحقق هذا النوع من الصدق من خلال تعريف مجالات المقياس ومن خلال التصميم المنطقي للفقرات بحيث تغطي المساحات المهمة لكل مجال من مجالات المقياس (Allen & Yen , 1979 , 96) . وقد تحقق هذا النوع من الصدق لأداتا البحث من خلال التعريف الدقيق والواضح لمفهوم التنبؤ الوجدانية وكل مجال من مجالات أداتا البحث كما تم التحقق من تغطية الفقرات لأداتا البحث .

ثانياً – الثبات (Reliability)

طريقة إعادة الاختبار (Test – Retest)

هذه الطريقة تتضمن تطبيق الأداة على عينة ممثلة من الأفراد ثم يتم إعادة تطبيق المقياس عليها مرة أخرى بعد فترة زمنية قد تكون (15) يوم (Adams , 1969 , 58) ويتم تطبيق أداتا البحث على ذات العينة والمؤلفة من (40) طالب وطالبة من الذكور والاناث ومن التخصص العلمي والانساني ثم بعد ذلك تم إيجاد معاملات الارتباط . فقد بلغ معامل الارتباط للشفه بالذات (0, 79) ولفك الارتباط (0, 74)

معادلة ألفا – كرونباخ (Alfa – Cronbach method)

وفي هذه الطريقة يتم حساب الارتباطات بين درجات جميع فقرات المقياس على أساس أن الفقرات تمثل مقياساً قائماً بذاته ويؤثر معامل الثبات على إتساق أداء الفرد أي التماس بين جميع فقرات للمقياس (عودة ، 2000 ، 254) وذلك بالاعتماد على الحد الأعلى الذي يصل إليه معامل الثبات ولذا استعمل الباحث في إجاباته لعينة التحليل النهائية البالغ حجمها (344) طالب وطالبة وكان معامل الثبات (0.72) للشفقة بالذات و(69 ، 0) للافصاح عن الذات وهو مؤشرجيد

التطبيق النهائي بعد الانتهاء من إجراء الخصائص السيكومترية لأداتا البحث طبق الباحث أداتا البحث على ذات العينة الأساسية والمؤلفة من (344) طالب وطالبة من طلبة الدراسات العليا ، تم اختيارهم بالأسلوب الطبقي العشوائي ذات التوزيع المتناسب وقد امتدت من 2024 / 3 / 23 ولغاية 2024 / 4 / 2 وقد جرى الباحث التطبيق بشكل مباشر على أفراد العينة .

الوسائل الإحصائية : تم الاستعانة بالحقيبة الإحصائية (SPSS) منها :

- 1- الاختبار الثاني لعينة واحدة للتعرف على مستوى متغيرات البحث .
- 2- الاختبار الثالث لعينتين مستقلتين لمعرفة متغيرات البحث ودلالة الفروق .
- 3- معادلة ألفا - كرونباخ لإيجاد الثبات .

عرض النتائج وتفسيرها

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج التي تم التوصل إليها ومناقشتها في ضوء الأدبيات والدراسات السابقة وأهم التوصيات والمقترحات المنبثقة من تلك النتائج .

1- الهدف الأول : التعرف على مستوى الشفقة بالذات لدى طلبة الدراسات العليا .

لتحقيق هذا الهدف تم تطبيق مقياس الشفقة بالذات على عينة البحث التي بلغت (344) من طلبة الدراسات العليا وبعد إجراء المعالجات الإحصائية تبين أن الوسط الحسابي قد بلغ (120.43) وبانحراف معياري (17.63) وعند مقارنة الوسط الحسابي بالوسط الفرضي البالغ (102) باستخدام الاختبار الثاني لعينة واحدة فقد ظهر أن هناك فرقاً بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي ولمصلحة الوسط الحسابي ، فقد بلغت القيمة الثالثة المحسوبة (20.469) وهي أكبر من الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (343) وهذه النتيجة تشير إلى أن عينة البحث تتمتع بالشفقة بالذات . وجدول (2) يوضح ذلك

جدول (2) الاختبار التائي لدلالة الفرق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي على مقياس الشفقة بالذات

العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة الثانية المحسوبة	القيمة الثانية الجدولية	درجة الحرية	مستوى الدلالة	النتيجة
344	120.43	17.63	102	20.46	1.96	343	0.05	داله

ربما يعزى سبب ذلك إلى أن عينة البحث تتمتع بالاستقرار الذاتي والشعور بالراحة وتحقيق الضغط النفسي والارهاق النفسي ولهم القدرة على حل المشكلات التي تواجههم ولهم القدرة على الاتزان الانفعالي ولهم القدرة على الامتلاك لمهارات جديدة لتقليل الشعور بالضعف كما أن عينة البحث تتمتع بالتقبل الذاتي والتعامل معها بلطف في كل المواقف الحياتية وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (العبيدي ، 2017) ودراسة (Kyeog , 2013) ودراسة (Morly & et – al , 2016) .

الهدف الثاني : التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية في الشفقة بالذات لدى طلبة الدراسات العليا تبعاً لمتغيري الجنس (ذكور – إناث) والتخصص (علمي – إنساني) .

وتحقيقاً لهذا الهدف طبقت المقياس (الشفقة بالذات) على أفراد عينة البحث والبالغ عددهم (344) طالب وطالبة وبعد جمع البيانات ومعالجتها إحصائياً كان الوسط الحسابي لعينة الذكور (125.54) والوسط الحسابي لعينة الإناث (119.68) وكان الانحراف المعياري للذكور (19.80) والانحراف المعياري للإناث (18.75) ، أما التخصص العلمي فقد كان الوسط الحسابي له (121.28) والانحراف المعياري (19,58) والتخصص الإنساني فقد كان الوسط الحسابي (120.94) والانحراف (19,79) وجدول(3)بوضح

جدول (3) يوضح الأوساط الحسابية والانحرافات المعيارية في الشفقة بالذات على وفق متغيري الجنس (ذكور - إناث) والتخصص (علمي - إنساني) .

الجنس	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	التخصص	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري
ذكور	125.54	19.80	علمي	120.28	19.58
إناث	119.68	18.75	إنساني	120.94	19.79

ومن خلال الجدول أعلاه يتبين أن الذكور يتميزون بالشفقة بالذات أكثر من الإناث ، وربما يُعزى سبب ذلك إلى أن طبيعة المجتمع العراقي هو مجتمع ذكوري فالذكور يكونون أكثر اتصالاً وقادرين على مواجهة المواقف الصعبة التي تواجههم ولديهم مثابرة كبيرة ويعاملون أنفسهم برحمة ولطف ولا يطلقون على أنفسهم أحكام تقييمية قاسية ولا يلومون ذواتهم على كل صغيرة وكبيرة ولديهم مرونة في التعامل مع المواقف المحبطة بينما تقل مثابرة الإناث إذا تعرضت لمواقف الفشل كما أن الإناث يتميزون بالضعف عن التعبير عن مشاعرهن أمام الآخرين كما أن الإناث لا يستطعن التعامل بطريقة عقلية وإيجابية عند مواجهة مواقف ، وهذه النتيجة تتفق مع دراسة (الزعبي والعاسمي ، ٢٠١٨) ودراسة (أدم والشيخ ، ٢٠١٨) ودراسة (Kyeng , 2013) .

أما من حيث التخصص العلمي والإنساني ومن خلال الجدول أعلاه يتبين أن لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية وربما يُعزى سبب ذلك إلى أن كلا التخصصين (العلمي والإنساني) يعيشون في بيئة واحدة ويتعرضون لمواقف حياتية متشابهة مما يعبرون عنها باستجابات غير متماثلة ومتشابهة لأن هؤلاء الطلبة وخاصة في مرحلة الدراسات العليا لديهم القدرة على التركيز على أنفسهم والتعامل معها بموضوعية عندما يواجهون مواقف الشدة والإحباط لأن طبيعتهم النفسية تتطلب أن يكونوا منسجمين مع أنفسهم 0

3- التعرف على فك الارتباط الأخلاقي لدى طلبة الدراسات العليا :

تم تطبيق مقياس فك الارتباط الأخلاقي على طلبة الدراسات العليا والبالغ عددهم (344) وللتحقق من هذا الهدف فقد استخدم الباحث الاختبار التائي لعينة واحدة (one sample. T. Test) فقد كان المتوسط الحسابي لعينة البحث (96.85) وانحراف معياري قدره (15.41) فقد تبين أن القيمة التائية المحسوبة (31.41) وهي أكبر من القيمة الجدولية عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (343) والبالغة (1.96) مما يعني أن طلبة الدراسات العليا يتمتعون بفك الارتباط الأخلاقي والجدول (4) يوضح ذلك .

جدول(4) يوضح نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لدلالة فك الارتباط الأخلاقي لطلبة الدراسات العليا .

العينة	المتوسط الحسابي	المتوسط الفرضي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولة	الدلالة
344	96.82	64	15.41	31.41	1.96	دالة

ومن خلال الجدول أعلاه يتبين أن عينة البحث الأساسية تتمتع بفك الارتباط الأخلاقي وربما يعزى سبب ذلك إلى الجانب المعرفي والذي تركز عليه الاحكام السلوكية الشخصية للفرد التي يحصل عليها نمطياً عن طريق اكتسابه للأعراف الاجتماعية وهذه الأعراف الاجتماعية تميل إلى أن لدى الفرد عبر البيئة الاجتماعية المحيطة به ولا سيما زملائه في الجامعة او في المجتمع . وقد تتمتع هذه البيئة للفرد سلوكاً ضد القيم والقوانين الاجتماعية في المجتمع وهذه تتفق مع دراسة (الحميداوي ، 2018) ودراسة (ناصر ، ومحمد ، 2022)

4- التعرف على الفروق ذات الدلالة الإحصائية لمتغير فك الارتباط الأخلاقي على وفق متغيري الجنس (ذكور – إناث) والتخصص (علمي – إنساني) ولتحقيق هذا الهدف طبق مقياس فك الارتباط الأخلاقي على ذات العينة الأساسية وبالغاة (344) طالب وطالبة من طلبة الدراسات العليا في الجامعة ، وبعد جمع المعلومات ومعالجتها إحصائياً كان الوسط الحسابي للذكور (123.13) والوسط الحسابي للإناث (117.03) والانحراف المعياري للذكور (18.32) والانحراف المعياري للإناث (18.02) ، والوسط الحسابي للتخصص العلمي (119.43) والوسط الحسابي للتخصص الإنساني (124.13) ، والانحراف المعياري للتخصص العلمي (19.24) والانحراف المعياري للتخصص الإنساني (25.17) . وجدول(5) يوضح ذلك

جدول (5) يوضح دلالة الفروق في فك الارتباط على وفق متغيري الجنس والتخصص 0

الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	التخصص	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الجنس
19.24	119.43	علمي	18.32	123.13	ذكور
25.17	124.13	انساني	18.02	117.03	اناث

ومن خلال الجدول أعلاه تبين أن الذكور أعلى من الإناث في فك الارتباط الأخلاقي . وربما يعزى ذلك إلى أن الذكور أكثر معرفة ومكانة اجتماعية في المجتمع العراقي باعتبار أن المجتمع هو مجتمع ذكوري فالذكور يقومون بسلوكيات قد تكون قاسية ومؤلمة قد تتعارض مع المبادئ والقيم الأخلاقية دون مشاعر الذنب أو الخجل وإن فك الارتباط الأخلاقي تبرر سلوكياتهم غير المقبولة أخلاقياً وإن هذه الآليات فك الارتباط الأخلاقي تحد من اللوم الذاتي ومشاعر الذنب وفصل السلوك الأخلاقي عن المبادئ الأخلاقية خاصة لدى طلبة الدراسات العليا وجاءت هذه النتيجة متنسقة مع دراسة (Li & et al , 2019) ودراسة (النبهايوي وآخرون ، ٢٠٢٤) . أما من حيث التخصص فقد ظهرت النتائج من خلال الجدول أعلاه تبين أن التخصص الإنساني أعلى من التخصص العلمي ، وربما يعزى سبب ذلك ان التخصص الانساني يمتلك مهارات اجتماعية وتفاعل اجتماعي اكثر مما ينعكس على استجاباتهم الاجتماعية.

الهدف الرابع : التعرف على العلاقة بين الشفقة بالذات وفك الارتباط الأخلاقي لدى طلبة الدراسات العليا

بين الشفقة بالذات وفك الارتباط الأخلاقي لدى طلبة الدراسات العليا

ولتحقيق الهدف تم استخدام معامل ارتباط بيرسون بين الدرجات الكلية لأفراد عينة البحث على مقياس الشفقة بالذات ومقياس فك الارتباط الأخلاقي ، وظهر أن قيمة معامل الارتباط يساوي (0.673) ولمعرفة دلالة قيمة معامل الارتباط تم استعمال القيمة التائية لاختبار الفرضيات الخاصة بمعاملات الارتباط ووجد أن القيمة التائية المحسوبة هي (13.636) وهي أكبر من القيمة التائية المحدولة (1.96) عند مستوى الدلالة (0.05) ودرجة حرية (342) وهذا يدل على أن العلاقة بين الشفقة بالذات وفك الارتباط الأخلاقي علاقة ارتباطية موجبة وقوية . وجدول(6) يوضح ذلك

جدول(6) يوضح العلاقة الارتباطية بين متغيري البحث

العدد	المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	القيمة الثابتة		مستوى الدلالة	دلالة الفرق
					المجدولة	المحسوبة		
344	الشفقة بالذات	120.43	17.63	0.673	1.96	13.636	0.05	داله
	فك الارتباط الأخلاقي	96.82	15.41					

ومن خلال الجدول أعلاه تبين ان وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الشفقة بالذات وفك الارتباط الأخلاقي ، ربما يعزى سبب ذلك إلى الطبيعة الشخصية والتطبيع السلوكي للفرد فالأفراد الذين لديهم اتجاه إيجابي نحو الذات يكونون قادرين على حل الأزمات التي يتعرضون لها ووضع حلول لها ، ولا يكون هناك لديهم فصل في السيطرة الأخلاقية فهم يتكيفون مع مواقف الفشل والإحباط ويضعون حلول لها بينما الأفراد الذين لديهم اتجاه سلبي نحو الذات فلا يستطيعون التكيف مع الذات في المواقف المؤلمة وتحصل هناك فشل السيطرة الاخلاقية لديهم في السلوكيات القابلة للوم .

التوصيات والمقترحات(0)

اولاً – التوصيات

- 1- وضع منهج في المدارس للتربية الأخلاقية لعدد من المراحل في وزارة التربية .
- 2- إقامة برامج إرشادية لدى الطلبة لضبط الذات في المواقف التي يتعرضون لها .
- 3- عقد عدد من الورش الإرشادية في كيفية التعامل مع الذات في حالات الفشل والمواقف السلبية والضغط
- 4- عقد عدد من الندوات من أجل تعزيز الطاقة الإيجابية لدى الطلبة .
- 5- إقامة عدد من البرامج الإرشادية لفرض شخصية بالذات لمعالجة المشكلات النفسية التي يتعرض لها

ثانياً – المقترحات

- 1- عمل برامج إرشادية لخفض فك الارتباط الأخلاقي لدى الطلبة .
- 2- إجراء دراسة لفك الارتباط الأخلاقي وعدد من المتغيرات منها اقتصادية واجتماعية .
- 3- دراسة متغيرات البحث الحالي على عينات أخرى ولكلي مرحلة المراهقة .
- 4- دراسة علاقة الشفقة بالذات مع متغيرات إيجابية مثل الثقة بالنفس والصمود النفسي وقوة الأنا .

المصادر العربية

- 1- الحميداوي ، سندس خضر (2023) فك الارتباط الأخلاقي وعلاقته بالتنمر لدى طلبة المرحلة الإعدادية ، المديرية العامة لتربية القادسية ، مجلة العلوم التربوية والنفسية ، مركز البحوث العدد (1) ، المجلد (34) ، ص 331 – 372 .
- 2- العبيدي ، غفران (2014) الشفقة بالذات لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات ، مجلة العلوم الاجتماعية ، بغداد ، العدد (26) ، ص 181 – 201 .
- 3- متولي ، وائل عبد السميع (2021) الإسهام النسبي لكل من الشفقة بالذات واليقظة العقلية في التنبؤ بالنهوض الأكاديمي لدى عينة من طلاب جامعة الملك سعود ، مجلة الجامعة الإسلامية للعلوم التربوية والاجتماعية ، العدد الثامن ، الجزء الأول .

- 4- واعر ، نجوى أحمد (2019) الشفقة بالذات والعبء المعرفي لمسميات بالاجتهاد التعليمي لدى طالبات كلية التربية بالوادي الجديد ، المجلة التربوية ، العدد (62) ، جامعة الوادي الجديد .
- 5- ادم ، شيماء . والشيخ كنان (2018) الشفقة بالذات وعلاقتها بالسعادة النفسية ودراسة ميدانية على عينه من طلبة الجامعة . مجلة جامعة طرطوس . سلسلة الاداب والعلوم الانسانية . المجلد (2) العدد (1)
- 6- امانى عادل سعيد (2020) النموذج البنائي للعلاقة بين الشفقة بالذات والنهوض الاكاديمي لدى طلبة الصف الأول الثانوي ، مجلة كلية التربية (31) (121) 224 – 282 .
- 7- البويري ، رشا إبراهيم (2022) مستوى الشفقة بالذات وعلاقتها بالرضا الوظيفي لدى معلمي المرحلة الأساسية العليا في محافظة جنين من وجهة نظر المعلمين والمدرسين
- 8- تومان ، جوزيف (1989) ألقان أساليب التدريس ، ترجمة حسين عبدالفتاح ، عمان ، مركز الكتب الأردنية .
- 9- الحميداوي ، سندس خضر (2018) فك الارتباط الأخلاقي وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة الإعدادية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية للعلوم الصرفة ، ابن الهيثم . فك الارتباط الأخلاقي وعلاقته بالسلوك العدواني لدى طلبة المرحلة الإعدادية ، رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بغداد ، كلية التربية للعلوم الصرفة ، ابن الهيثم .
- 10- داود ، عزيز عبد الرحمن ، وأنور حسين (1990) مناهج البحث في التربية ، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة بغداد ، العراق .
- 11- الزغبى ، أحمد والعاسمي ، رياض (2015) الشفقة بالذات وعلاقة كل من الأمل الأكاديمي والاكنتاب لدى طلبة مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي في المدارس الثانوية ، سوريا – دمشق ، مجلة جامعة دمشق للعلوم التربوية والنفسية ، المجلد (31) ، العدد (1) ، ص 55 – 90 .
- 12- عبد العزيز إبراهيم ومحمد السيد (2018) إيصال الشخصية وعلاقتها بكل من الشفقة بالذات والتوجه الروحي في الحياة لدى طلبة الدراسات العليا المتفوقين دراسياً ، كلية التربية / جامعة منصور ، مجلة الارشاد النفسي ص 55 – 223 .
- 13- عبدالله ، محمد الصافي (2014) دراسة استكشافية لتفاعل الشفقة بالذات والمرونة النفسية في خفض اعراض الاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية لدى أمهات الأطفال ذوي اضطراب التوحد ، المعهد العالي ، القاهرة ، الإسكندرية .
- 14- عبد الرحمن سعد (1998) القياس النفسي . النظرية والتطبيق . دار الفكر العربي . القاهرة . مصر .
- 15- عودة ، احمد سلمان (2000) الإحصاء للباحث في التربية ، ط4 ، دار الامل ، اربد ، الأردن
- 16- ناصر ، أياد عبد و محمد ، سحر هاشم (2022) فك الارتباط الأخلاقي لدى طلبة الجامعة ، مجلة الآداب ، الجامعة المستنصرية ، العدد (141) ، المجلد (2) ، ص 210 – 234 .
- 17- التميمي ، محمد عبد العال وآخرون (2015) طرق ومناهج البحث العلمي ، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع ، عمان ، الأردن .
- 18- الهناوي ، أحمد كمال وآخرون (2024) ضبط الذات كمتغير وسيط بين أنماط التفكير الإيجابي وفك الارتباط الأخلاقي لدى الاحداث الجانبين ، مجلة الأستاذ العدد (4) المجلد (78) .

المصادر الأجنبية

- 19- Allen , M. J. & Yen. M. W. (1979) introduction to measurement theory . California . U – S – A .
- 20- Kyeong , L . W . (2013) Self-compassion as moderator of the relationship between academic burn-out and psychological health in Korean cyber-university student . Personality and Individual Differences . (54) 899 – 902
- 21- Morley , R . H & et-al . (2016) The role that self-compassion and self-control play in hostility provoked from a negative life event .

- 22- Neff , K . & Lamb . L , (2009) self-compassion in Lopez . S. (Ed) the Encyclopedia of positive psychology . Blackwell publishing .
- 23- Neff , K . & Vonk . R , (2009) self-compassion versus global self-esteem two different ways of relating to oneself . Journal Personality . 77 . 23 – 50 .
- 24- Neff , K . (2015) the motivational power of self-compassion Retrieved .
- 25- Terry , M , & mehta , S (2013) Self-compassion as a buffer against home sickness ion , depression and dissatisfaction in the transition to college Self and Identity , 12 – 278 – 290 .
- 26- Adams. C. S. (1969) Measurement and Evaluation in Education Psychology and Guidance Now York Holt Rinhart and Winston . Linear Algebra . cambridge university press. pp 154 .
- 27- Bandura , A (1999) Moral disengagement in the pepetration of in humanities Personality and social Psychology Review special Issue on Evil and Violence – 3 – 193 – 209 .
- 28- Bandura , A . (2001) The retical integration and research essays social cognitive theory of mass communication media psychology . 3: 265 – 299 .
- 29- Bandura , A . (2002) Social cognitive theory in cultural context Applied Psychology an International Review . 51 – 29 – 290 .
- 30- Bandura , A . (2006) Moral Disengagement . How People Do Harm and Live with Themselves .
- 31- Fong , M . & Loi. M (2016) The mediating role of self-compassion in student psychological health Australian Psychologist . (51) 431 – 441 .
- 32- Fongy , P & Higgitt . A. (1984) personality theory and clinical practice . London . Methuen .
- 33- Koole .s. (2009)the psychology of emotion regulation an integrative. Review cognition &emotion(29) 4-9
- 34- Li , J . B & et-al . (2014) moral disengagement moderates the predicted effect of trait self-control on self-reported aggression Asian Journal of Social Psychology . (17) (4) 312 – 318 .
- 35- Neff , K . (2003) understanding how universal goals of independence are
- 36- Neff. K. &pittman. M.(2010)self- compassion and psychological resilience among adolesents and young adults self and identity(9) 225- 240
- 37- Oberman , M , (2011) Morisis engagment among bystanders to school bullying Journal of School Violence . 10 – 239 – 257 .
- 38- Obermann , M . (2010) Moral disengagement in self-reported and peer-nominated school bullying aggressive behavior . 37 (3) 133 – 100 .
- 39- Patterson , G . R . (1979) the aggressive child: Victim and architect of acercive system . In E . J mach , L . A . Hamerlynck . and L . C Behavior modification and families . (267 – 316) New York Brunner / Mazel .
- 40- Ying. Y.(2009) contribution of self- compassion to competence and mental health social work and student . gournal of social work education.45(2). 309-325