

الحديث الذاتي السلبي وعلاقته بفقدان الامل لدى طلبة المدارس الثانوية

م.م. ضاري خميس كعيد

psy3dhari@gmail.com

م.م مروان عداي محمود

وزارة التربية/ المديرية العامة لتربية صلاح الدين

الملخص

هدف البحث الحالي الى معرفة مستوى الحديث الذاتي السلبي وعلاقته بفقدان الامل لدى طلبة المرحلة الثانوية في قسم تربية الدجيل. شملت عينة البحث الحالي طلبة المرحلة الثانوية للعام الدراسي (٢٠٢٣ - ٢٠٢٤) بلغ عددهم الكلي (١٤٦٤٢) منهم ذكور (٨٠٨٦) واناث(٦٥٧٤) طبق عليهم مقياس الحديث الذاتي السلبي الذي اعده (العبادي، ٢٠٢٢) والذي يتكون من (٤٥) فقرة موزعة على ثلاث مجالات هي (الثقة بالذات، التحدي الايجابي للذات، ادارة المواقف الذاتية) وبتدرج خماسي والذي من خلاله تم استخراج الصدق الظاهري ومؤشرات صدق البناء والقوة التمييزية لفقرات المقياس وذلك باستخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ولقياس فقدان الامل تبني الباحثان مقياس فقدان الامل الذي اعده (الهنداوي، ٢٠٠٤) والذي تكون من (٤٢) فقرة موزعة على ثلاث مجالات هي (المجال الاكاديمي ، المجال الاسري ، المجال الاجتماعي) وبتدرج خماسي للاستجابة وستخرج له في البحث الحالي الصدق الظاهري والقوة التمييزية للفقرات استمدت من نظرية Beck، k ونظرية فقدان الامل، وكشفت نتائج البحث في مقياس الحديث الذاتي السلبي ان طلبة المرحلة الثانوية لديهم حديث ذاتي سلبي بنسبة مقبولة وكذلك ظهر لديهم فقدان امل بنسبة متوسطة كما اظهرت النتائج وجود علاقة دالة احصائيا بين درجات افراد عينة البحث في الحديث الذاتي السلبي وفقدان الامل.

الكلمات المفتاحية: الحديث الذاتي السلبي، فقدان الامل.

Negative self-talk and its relationship to hopelessness among high school students

Dhari Khamis Kaid Sayed

Marwan Adai Mahmoud Abbas

Ministry of Education

Abstract:

The current research aims to know the level of negative self-talk and its relationship to loss of hope among secondary school students in the Dujail Education Department. The current research sample included secondary school students for the academic year (2023-2024), with a total number of (14642) including males (8068) and females (6574). The negative self-talk scale prepared by (Al-Abbadi, 2022) was applied to them, which consists of (45) paragraphs distributed over three areas: (self-confidence, positive self-challenge, self-situation management) and with a five-point scale, through which the apparent validity, construct validity indicators, and discriminatory power of the scale paragraphs were extracted using the t-test for two independent samples. To measure loss of hope, the researchers adopted the loss of hope scale prepared by (Al-Hindawi, 2004), which consisted of (42) paragraphs distributed over three areas: (academic field, family home, social field) and with a five-point scale for response. The apparent validity and discriminatory power of the paragraphs were derived from Beck's theory, k, and the theory of loss of hope. The results of the research in the negative self-talk scale revealed that secondary school students have negative self-talk at an acceptable rate. They also showed a moderate loss of hope, and the results showed a statistically significant relationship between the degrees of the research sample individuals in negative self-talk and loss of hope.

Keywords: Negative self-talk, hopelessness.

اولاً: مشكلة البحث:

من المؤسف اننا اصبحنا نعاني من التفكير السلبي المتمثل بالحديث مع النفس وخصوصاً شريحة طلبة المدارس الثانوية ، ان الحديث الذاتي لا يمثل مشكلة وانما نوعية الحديث الذاتي او نوعية الحوار مع النفس او مع الذات قد يسبب الكثير من المشاكل فعندما يكون الحوار الذاتي حواراً سلبياً فإنه قد يسبب محاولات اقناع بأمر ليست صائبة وهذا ما يعرف بالاختلالات المعرفية ورغم ان الحديث الذاتي قد لا يكون سلبياً مطلقاً او ايجابياً مطلقاً لا انه له بعض السمات مثلاً اشتماله على كلمات متطرفة مثل دائماً -ابداً - وكذلك المبالغة في تعميم الامور والحد من ايجابياتها ويصاحب هذه الاختلالات المعرفية . كثيرا من الانفعالات تدور اغلبها حول لوم الذات (الشيءاء محمود سلمان ، ٢٠٢٠: ٣٤٨-٣٨٩)

لا شك أن هذه الأزمات والصراعات والمشكلات تؤثر في سلوكيات الشباب وبخاصة المراهق ولا سيما أن مرحلة المراهقة من المراحل الحاسمة والخطرة في حياة الفرد ، إذ تمثل المراهقة تربة قابلة لنشوء الاضطرابات والصعاب نظراً لطبيعة النمو الشامل والتحويلات الممكنة. (يعقوب، ١٩٧٨، ص ٢٥).

وهذا يؤدي الى ضعفا واضحا لديهم وتعد المرحلة التعليم الثانوي من المراحل المهمة في اعداد جيل المستقبل ، كما تزايدت في الآونة الاخيرة حوادث الاقدام على اذاء النفس سواء بمحاولات الانتحار الفاشلة او بحالات الانتحار الفعلية ونجد ان معظمها لطلاب المرحلة الثانوية خصوصا الطلبة الذين لم تؤهلهم درجاتهم للالتحاق بالكليات التي يريدونها او تحقق طموحاتهم او طموحات ذويهم وهنا يفقدون الامل في الحياة وتحصل لديهم ضبابية في طريقة تفكيرهم لمستقبلهم بشكل عام(ابو الحسن، ٢٠١٩: ٣)

ثانياً : اهمية البحث:

ان اهمية البحث الحالي من حداثة الموضوع ومتغيراته كون مفهوم الحديث الذاتي السلبي مفهوما حديثا نسبيا ولم يلق الاهتمام الكافي من البحوث العربية ، رغم اهميته البالغة كأحد المفاهيم التي تؤثر على تشكيل شخصية الافراد في مرحلة الدراسة الثانوية واعدادهم للمستقبل كونه من المتغيرات الايجابية التي تمنح الافراد الكفاءة والامل في مواجهة الضغوط الاكاديمية حيث نعيش نحن الان في عصر التطور والتكنولوجيا والتطور في سرعة نقل المعلومات حيث جعل هذا التطور سهولة في نقل المعلومات ونقل صورته الثقافات بين جميع المجتمعات والوصول الى مستوى من الرقي ، كذلك ادى هذا التطور الانتقال من التقليدية الى الانماط الالكترونية لذلك اصبح الطالب وخاصة طالب المرحلة الثانوية بحاجة الى ثقافة مناسبة في هذا المجال ليستطيع تفسير ما حوله من تغيرات ويستطيع تلبية احتياجاته العلمية وفي تطور مهارات التعلم وخاصة التعلم الذاتي في حياة الانسان .(ابو رأس ، الكلالدة ٢٠١٦)

وان طلاب الدراسة الثانوية في دراستهم يمارسون المنافسة في نجاز اعمالهم سواء كانت هذه المنافسة سوية تتصف بالأخلاق او غير سوية تتصب لمصلحتهم فقط فمنهم من يتصيد لا خطأ الاخرين مستخدما الحديث السلبي حيث يكونون على مستوى متدني من تقدير الذات ويكررون المعلومات سلبية تلقائية بينما ان الطلبة الذين يستخدمون الحديث الايجابي مع الذات يكون لديهم مستوى اعلى من التقدير الذاتي ويكررون معلومات ايجابية تلقائية ويكونون اكثر ايجابية للذات (Kramer, hen, brinthaupt, 2009, 90).

وقد ظهر في دراسة طولية ، أن الأولاد الذين اجتازوا مرحلة المراهقة بسهولة وكانت تقاريرهم عن أنفسهم وتقارير الاختبارات عنهم أنهم سعداء وان فكرتهم عن أنفسهم واقعية ولديهم القدرة على مواجهة الضغوط ويتقبلون المعايير الاجتماعية ، فإن الأب والأم كانا على انسجام وعلى العكس من ذلك كانت مجموعة الأولاد الذين يتميزون بالتقلبات المزاجية الحادة ويعانون من الاكتئاب والقلق ، ويستجيبون للإحباطات الصغيرة كما لو كانت أحداثاً مأساوية كبيرة ، هؤلاء الأولاد ينتمون إلى آباء يسوؤهم جداً محاولة أبنائهم للاستقلال وهم ليسوا على انسجام تام (الأب والأم) (إسماعيل، ١٩٨٢، ص ٨٢).

عندما يشعر الإنسان بالسعادة عندما تحدث الأشياء الصحيحة، فإنه يتحدث مع نفسه، وهذا النوع من الحديث يسمى (تعزير الذات). وقد يتحدثون مع أنفسهم عندما يحتاجون إلى معرفة ما يجب عليهم فعله. (Shi, et al, 2015, 126).

عندما نعمل على تغيير الحديث السلبي عن النفس واستخدام تقنيات الحديث الإيجابي عن النفس، فهو شكل من أشكال البناء المعرفي المصمم لتعليم الأفراد التحدث إلى أنفسهم من أجل تغيير السلوك (يقول ميكيناوم). التخلص من أي مشكلة يعني التخلص من الحديث الذاتي السلبي واستبداله بالحديث الإيجابي عن النفس (الخطيب، ١٩٩٥: ٢٦٠).

وقد اشار هيلمستر (١٩٨٢) يعتبر الحديث الذاتي الإيجابي أداة فعالة للتغلب على البرامج السلبية التي تم اكتسابها في الماضي، من خلال محوها أو استبدالها ببرامج جديدة إيجابية وواعية. كما أضاف أن الحديث الذاتي الإيجابي يعد من الوسائل التي يستخدمها الفرد لتحقيق التغيير الذي يرغب فيه، حتى وإن كان قد عجز عن ذلك في الماضي. فهو يمنح الفرد الفرصة للتخلي عن الذات القديمة وبدء رحلة نحو التغيير الإيجابي والتحسين المستمر. (Helmsetter, 1982: 72).

ومما تقدم يمكن للباحث ايجاز اهمية البحث الحالي كالاتي:

١-للدراسه الحالية اهمية لكونها أجريت على طلبة المدارس الثانوية ،حيث تعد المرحلة الثانوية من المراحل المهمة في حياة المجتمع ،فهي تنمي اجيال اليوم ليصبحوا قادة المستقبل .

٢- توفر الدراسة الحالية ادوات لقياس الحديث الذاتي السلبي وفقدان الامل لدى طلبة المدارس الثانوية والتي يمكن الاستفادة منها في المستقبل .

٣- التعرف على العلاقة بين الحديث الذاتي السلبي وفقدان الامل ، وذلك لقلّة الدراسات التي بحثت في العلاقة بين هذه المتغيرات لدى طلبة المدارس الثانوية على حد علم الباحث .

٤- تقديم خلفية نظرية عن متغيري الدراسة (الحديث الذاتي السلبي وفقدان الامل).

ثالثاً: اهداف البحث:

هدف البحث الحالي التعرف على :

١. الحديث الذاتي السلبي لدى طلبة المدارس الثانوية .

٢. - فقدان الامل لدى طلبة المدارس الثانوية

٣. العلاقة الارتباطية بين الحديث الذاتي السلبي وفقدان الامل لدى طلبة المرحلة الثانوية.

رابعاً : حدود البحث :

يقصر البحث الحالي على طلبة المرحلة الثانوية في تربية قسم الدجيل ولهذا العام (٢٠٢٣ - ٢٠٢٤)

تحديد لمصطلحات :

اولاً. الحديث الذاتي السلبي وعرفه كل من :

(y.,theodorakis، 2001، 310) :

تُعتبر هذه الاستراتيجية المعرفية إحدى الوسائل التي يعتمدها الأفراد، حيث تعكس ما يتحدث به الشخص إلى نفسه بهدف تعزيز تفكيره وتوجيه سلوكياته وأفعاله. يمكن أن تظهر هذه الاستراتيجية بطرق لفظية أو غير لفظية. (y.,theodorakis، 2001، 310).

- التعريف الاجرائي : بأنه الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات مقياس الحديث الذاتي السلبي تبناه الباحث .

ثانياً- فقدان الامل: يعرف بأنه لمعانة من التوقعات السلبية سواء للشخص نفسه او لمستقبله(ابو الحسن، ١٣:٢٠١٩)

٧-التعريف الاجرائي.

بأنه الدرجة التي يحصل عليها المستجيب من خلال أجابته على فقرات مقياس فقدان الامل الذي تبناه الباحث.

الاطار النظري والدراسات السابقة:

اولاً : الحديث الذاتي السلبي :-

لقد برزت عبارة "الحديث الذاتي"، وخاصة "الحديث الذاتي السلبي"، كمصطلح معاصر في مجال الدراسات العلائقية في السياق العربي، على الرغم من تطبيقها السابق في مجالات مثل

الرياضة والاستشارة والعلاج النفسي. وقد أُشير إلى هذه الفكرة بأسماء مختلفة، بما في ذلك "الحديث الداخلي"، و"الحوار"، و"الصور السمعية"، و"الحديث الخاص"، و"الحديث الداخلي"، و"الحديث الذاتي"، و"التصريحات الذاتية". ومع ذلك، يميز معظم العلماء بين التحدث بصوت عالٍ إلى الذات، والذي يصنفونه على أنه حديث خاص، والانخراط في حوار ذاتي صامت، والذي يُعتبر حديثاً داخلياً. يفضل العديد من الباحثين مصطلح "الحديث الذاتي الإيجابي" لبساطته وقدرته على احتواء الحوارات الداخلية الخاصة والإيجابية. (علي، ٢٠٢٠: ٥٤٤)

يوجد داخل كل فرد حوار داخلي يشار إليه بالحديث الذاتي. يتميز هذا الحوار المستمر بصوتين متميزين يتفاعلان مع بعضهما البعض. الأول، المسمى بصوت "نعم"، يقدم حديثاً ذاتياً مبهجاً ومشجعاً. يعمل صوت "نعم" كمصدر للقوة والهدوء، ويجسد الفضول المتأصل والدهشة والحيوية والعفوية والإبداع والمرح وكل ما يساهم في السعادة. (. دوجلاس، بلوك، ٢٠٠٥: ١)

يمكن تصنيف الحديث مع النفس إلى نوعين مختلفين: الحديث التحفيزي الخارجي والحديث التحفيزي الداخلي. يتضمن الحديث مع النفس الخارجي قيام الطلاب باستخدام التأكيدات الذاتية التي تسلط الضوء على أهمية الحصول على درجات عالية، مما يشير إلى أن دوافعهم مستمدة من تأثيرات خارجية (wang et al., 2017, 299).

وجهات النظر التي فسرت متغيري البحث الحالي:

الحديث الذاتي السلبي :

-نظرية مايكنبوم:

يعتقد دونالد هيربرت ميكنبوم (١٩٤٠) أن العوامل المعرفية تلعب دوراً مهماً في التغيير السلوكي. وقد شمل برنامج البحث دراسة حول تأثير هذه العوامل في عملية التعديل السلوكي، حيث تم التركيز على الحديث الداخلي أو التحدث مع الذات بشكل سمعي. تم استكشاف ما إذا كان هذا التغيير في الحديث مع الذات يمكن أن يؤدي إلى تغييرات في التفكير والمشاعر والسلوك. واستندت هذه الدراسة إلى الأبحاث التي أظهرت أن الحديث الذاتي يؤثر بشكل كبير على سلوك الأفراد (الشناوي، ١٩٩٤: ١٢٣).

يعتبر ميكنبوم هو الرائد في تطوير أسلوب التحدث مع الذات، حيث أدرك أن حل أي مشكلة يتطلب التخلص من الحديث السلبي مع النفس واستبداله بأسلوب إيجابي.. (الخطيب، ١٩٩٥:

(٢٦٠)

أكد ميكنبوم أن من أنجح الوسائل للتغلب على المعتقدات الخاطئة هو تنبيه الفرد إلى الأفكار أو الآراء التي يكررها في حديثه الذاتي عندما يواجه مواقف مهددة مثل العدوان، والخوف، والقلق. كما أن سلوك الفرد في العديد من المواقف، سواء كانت مهنية أو دراسية، يعتبر نتيجة مباشرة لما يردده مع نفسه وما يقنع به من أفكار. (ابراهيم، ١٩٩٠: ١١١)

استخدم مايكنبوم أسلوب التوجيه الذاتي والحديث الداخلي مع الأطفال والمراهقين الذين يعانون من اضطرابات سلوكية مثل الاندفاعية، والنشاط الزائد، والقلق، والعدوانية. علمهم كيفية التحدث مع أنفسهم لفهم متطلبات المهام الموكلة إليهم، مما يساعدهم في ضبط سلوكهم. كما اعتمد على أساليب التقليد والنمذجة والتعزيز والعلاج المعرفي (الحياي، ٢٠١١: ٢٩٢).

وقد استنتج مايكنبوم أن التفكير والمعتقدات والمشاعر والحديث الذاتي مع النفس، بالإضافة إلى توجيهات الفرد لنفسه (مثل إعطاء أوامر لنفسه)، تلعب دورًا كبيرًا في هذه العملية (العزة وعبد الهادي، ١٩٩٩: ٣٣).

-نظرية هانس سيلبي (1960 Selye theory) :

يقول سيلبي ان الامراض التي تثار وتترسب بسبب العوامل النفسية ومنها التحدث مع الذات بصورته السلبية، تكون الاعراض المرضية مسببة عن المرض العضوي، غير ان للعامل النفسي امكانية الفصل كنقطة ابتداء لها وهذا ما يحدث في بعض الامراض مثل الذبحة الصدرية وارتفاع ضغط الدم وغيرها من الحالات التي قد تحدث على اثر تجارب الخوف والقلق والصدمات النفسية المختلفة (كمال، ١٩٨٩: ٣٩١).

وقد اوضح سيلبي ان الضغوط المؤدية الى: الاضطرابات العضوية التي تترسب بسبب العوامل النفسية ليست ذات طبيعة فيزيائية فحسب بل هي عاطفة الحب والكره والفشل والغضب وان الاثارة النفسية احدى الانشطة المهمة التي يمكن عدها من اكثر المؤثرات (Selye، 1983:1-6).

نظرية المهاد لوالتر كانون (١٩٢٠)

نصت نظرية والتر كانون على ان الامراض التي ترجع الى اسباب وعوامل نفسية مثل تحدث الفرد مع ذاته بشكل سلبي والازمات والصراعات والتوترات تنتج عن الجهاز العصبي الذاتي وجهاز الغدد الصماء ووفقا لنظرية المهاد ان الشحنات المهيجة المتولدة في منطقة المهاد اذا وصلت الى القشرة الدماغية يمن ان تسبب حدوث تأثيرات قوية في الجزء الودي من الجهاز العصبي الذاتي الذي يؤدي دورا مميزا في اعداد العضو الى موقف الطوارئ في الموقف الذي يثير الشعور والسلوك السلبي كالخوف والغضب وتغيرات مهمة في الجسم مثل زيادة في عدد ضربات القلب واعادة توازن الدم في العضلات وزيادة في ضغط الدم. (Geysers، 1993; 12)

ثانيا: نظرية فقدان الأمل Hopelessness Theory

أن نظرية فقدان الأمل لابرامسون وميتالسكي وألوي (Alloy، Metalsky،Abramson، 1989) نموذج معرفي حديث للاكتئاب تم إثباته فقد تم توسيعها بناءً على إعادة صياغة نظرية العجز المتعلم لابرامسون وسليجمان (Abramson & Seligman، 1978) حيث اكتسبت هذه

النظرية دعم قوي من قبل الأبحاث التجريبية على الراشدين، ووفقاً لهذه النظرية، فإن السبب الكاف والمباشر والأقرب لفقدان الأمل هو توقع عدم حصول نتائج مرغوبة جداً أو توقع حصول نتائج غير مرغوبة في المستقبل مع احتمالية عدم قدرة الفرد على تغيير هذا الوضع (Gotlib & Constance، 2002، p: 269).

وترى هذه النظرية أن اساليب استنتاجية معينة أو طرق مألوفة لإدراك أسباب ومغزى الحوادث تجعل الفرد عرضة للإصابة بفقدان الأمل عند مواجهة أحداث الحياة السلبية، حيث تم وصف ثلاثة أنواع من الأساليب المعرفية الاستنتاجية التي يستنتجها الأفراد عند مواجهتهم للأحداث السلبية والتي تسهم في تكوين فقدان الأمل وهي (Abela et al.، 2004، p: 112).

١ - الاستنتاجات حول الاسباب (أي العزو السببي).

٢ - الاستنتاجات حول النتائج.

٣ - الاستنتاجات حول الذات (Abramson et al.، 1989، p: 360-361).

إذ أن الاستنتاجات حول الأسباب (العزو السببي): تشير إلى النزعة لعزو الأحداث إلى أسباب ثابتة stable (أي أنها تدوم) وشاملة global (أي أنها تؤثر في نواحٍ عديدة). والاستنتاجات حول النتائج: تشير إلى الميل لرؤية نتائج الأحداث السلبية كالتكبات والأحداث المأساوية على أنها مهمة جداً وغير قابلة للتغير وهي تؤثر في جوانب عديدة من حياة الفرد . أما الاستنتاجات حول الذات : فتشير إلى الميل لرسم استدلالات سلبية حول الذات فيما يتعلق ب(القيمة - القابلية - الشخصية - المرغوبة الخ) والتي تتبع ظهور الحدث السلبي (Abela et al.، 2004، Lating & George، p: 112، p:144).

وإن الأفراد الذين لديهم هذه الأنواع الثلاثة من الأساليب المعرفية يقال أنهم يمتلكون الأسلوب الاستنتاجي الاكتئابي (Joiner & David، Depressogenic inferences style، 2000، p:22).

إن الأسلوب الاستنتاجي الاكتئابي يعد استعداداً في مركب (الاستعداد - الإجهاد) لنظرية فقدان الأمل وسبب بعيد لأعراض كآبة فقدان الأمل لذلك فالأفراد الذين يمتلكون أسلوب استنتاجي اكتئابي هم أكثر استعداداً لتطور فقدان الأمل لأنهم يقومون باستنتاجات سلبية تتعلق (بالأسباب - النتائج - الذات) عند مواجهتهم لأحداث الحياة السلبية (Alloy et al.، 1999، p: 503).

أي أن الأفراد الذين يعزون أحداث الحياة السلبية إلى أسباب ثابتة وشاملة ويستنتجون خصائص سلبية عن أنفسهم عند مواجهتهم لحدث سلبي في حياتهم يكونون أكثر عرضة لتطور

فقدان الأمل، وخصوصاً كآبة فقدان الأمل مقارنة بالأفراد الذين لا يمتلكون هذا الأسلوب (Gotlib et al., 1997، p: 541).

وفي غياب أحداث الحياة السلبية فالأفراد الذين يملكون أسلوب استنتاجي اكتتابي من غير المحتمل أن يطوروا فقدان الأمل (Alloy et al., 1997، p: 321).

أن نظرية فقدان الأمل تفترض أن الأفراد ذوي الاستعداد المعرفي عند مواجهتهم لأحداث الحياة السلبية، يتعرضون للإصابة بفقدان الأمل، إذ تحدد هذه النظرية عاملين رئيسيين من العوامل المسببة لفقدان الأمل وهي تتبع سلسلة سببية زمنية:

أولاً: مركب (الاستعداد - الإجهاد) diathesis - stress والذي يفترض فيه أن الاستعداد المعرفي يتفاعل مع أحداث الحياة السلبية ليساهم في تكوين فقدان الأمل ثانياً: أن فقدان الأمل يجب أن يتوسط العلاقة بين مركب (الاستعداد - الإجهاد) (Hankin et al., 2001، p: 608).

أن مفهوم الاستعداد المعرفي (Cognitive Vulnerability) للإصابة بفقدان الأمل هو تركيب محوري في النظريات المعرفية وخصوصاً نظرية فقدان الأمل Hopelessness Theory التي أثبتت أن أنماط معرفية سلبية تمنح الاستعداد للإصابة بفقدان الأمل (O'Connor & Cheyne, 2000، p: 156).

ووفقاً لنظرية فقدان الأمل ونظرية بيك (Beck) فإن الأفراد ذوي النمط المعرفي السلبي معرضون بدرجة كبيرة للإصابة بفقدان الأمل مقارنة بالأفراد ذو النمط المعرفي الإيجابي (العنزي، ٢٠٠٤، ص ١٢٥).

كما ان فقدان الأمل (HD) (Hopelessness Depression) تتميز بمجموعة من الأعراض: الحزن Sadness، التلكؤ في المبادرة للاستجابة الطوعية Retarded Initiation of Voluntary Responses، الانتحار Suicide، ونقص الحيوية Lack of energy، اللامبالاة Apathy، وتلكؤ الحركة الناتج عن أسباب نفسية Psychomotor retardation، اضطراب النوم Sleep disturbance، الصعوبة في التركيز Difficulty in Concentration، تفاقم المزاج المعرفي السلبي Mood - Exacerbated negative Cognitions تقدير الذات المتدني Low Self - esteem، الاعتمادية Dependency.

أن الاستنتاجات السببية للإحداث السلبية تكون سبباً رئيسياً في زيادة احتمالية أن يصبح الشخص فاقداً للأمل (Abramson et al., 1989، p: 359 - 363).

وأثبتت العديد من الدراسات دقة ملاحظة Beck بأن فقدان الأمل هو صفة من صفات المكتئبون ونذكر بعضاً منها إذ أفادت دراسة Zivcic 1993 الى وجود علاقة إيجابية بين فقدان الأمل والكتابة وإدراك الأسناد الاجتماعي (Zivcic, 1993، P. 165). كما أثبتت دراسة

Alloy and Clements (1998) الى ارتباط فقدان الأمل بالكآبة ارتباطاً موجباً إلا انه لم يرتبط مع القلق كما تتبأ فقدان الأمل بـ (٤) من (٨) أعراض مفترضة لتكون جزء من أعراض كآبة فقدان الأمل (Alloy & Clements ، 1998 ، P. 303) . كما تتفق دراسة Prociuk (1976 et al.) مع الدراسات أعلاه في وجود علاقة إيجابية بين فقدان الأمل والكآبة (Prociuk ، 1976 ، et al. ، P. 299) .

كما توصل Gilbert 1992 الى أن نظرية فقدان الأمل واحدة من أهم النظريات في مجال الصحة النفسية للأسباب الآتية: قدرتها على التنبؤ بالعلاقة بين التحكم والتغيير النفسي ، تأثيرها على العديد من مجالات الصحة النفسية ، تأثيرات فقدان الأمل على السلوك الاستكشافي (Gilbert ، 1992 ، P. 178) .

الفصل الثالث : منهجية البحث وإجراءاته: يسعى الباحثان من خلال هذا الجزء عرض منهجية البحث والمتمثلة بوصف المجتمع واختيار عينة البحث والاجراءات المتبعة التي استند اليها الباحثان في اختيار ادوات البحث واستخراج الخصائص السيكومترية الملائمة لها بالإضافة عن تحديد الوسائل الاحصائية المناسبة في تحليل بيانات البحث.

منهجية البحث: استخدم الباحثان في البحث الحالي المنهج الوصفي الارتباطي لملائمة هذا المنهج للدراسة الحالية وتحقيق اهداف البحث في هذه الدراسة وباعتباره احد اساليب لمنهج البحث العلمي بالإضافة الى ذلك ان يقوم بدراسة الظاهرة كما هي في الواقع.

مجتمع البحث: تم تحديد مجتمع البحث الحالي المتمثل بطلبة المرحلة الثانوية في اعداديات قضاء الدجيل للعام الدراسي (٢٠٢٣ - ٢٠٢٤) وقد بلغ مجتمع البحث الحالي (١٤٦٤٢) طالبا وطالبة بواقع (٨٠٦٨) طالب و (٦٥٧٤) طالبة بلغت نسبتهم المؤيه الذكور () الاناث () كما موضح في الجدول التالي:

جدول (١)

مجتمع البحث موزعا حسب الجنس

الجنس	العدد	النسبة
ذكور	٨٠٦٨	%٥٣
اناث	٦٥٧٤	%٤٧
المجموع	١٤٦٤٢	%١٠٠

عينة البحث :

لجأ الباحثان الى اختيار عينة عشوائية لكي تكون ممثلة لنسبتهم في المجتمع الاصلي اذا تم اختيار عينة بلغت (٢٠٠) طالب وطالبة بواقع (١٠٦) طالب و (٩٤) طالبة يوضح الجدول الجدول رقم (٢) عينة البحث موزعة حسب الجنس

الجنس	العدد	النسبة
ذكور	١٠٦	%٥٣
اناث	٩٤	%٤٧

نكور	١٠٦	%٥٣
اناث	٩٤	%٤٧
المجموع	٢٠٠	%١٠٠

اداتا البحث:

اولا: مقياس الحديث الذاتي السلبي :

١. وصف مقياس الحديث الذاتي السلبي: بعد اطلاع الباحثان على الاطر النظرية ،والأدبيات السابقة لموضوع البحث ،فقد تمّ تبني مقياس (العبادي ٢٠٢٢) المعد الى البيئة العراقية تكون مقياس البحث الحالي من (٤٣)فقرة بتدرج خماسي وكالاتي (وافق بشدة ، اوافق، محايد، لا اوافق، لا اوافق بشدة) على وفق مفتاح التصحيح الذي يشير إلى أعطاء الدرجة (٥) للبدل الأول (وافق بشدة) والدرجة (٤) للبدل الثاني (وافق) والدرجة (٣) للبدل الثالث (محايد) والدرجة (٢) للبدل الرابع (لا اوافق) والدرجة (١) للبدل الخامس (لا اوافق بشدة) ، ويتكون المقياس من اربعة مجالات هي (التحدي ، الالتزام ، التحكم ، الثقة).

صلاحية فقرات المقياس: تم عرض فقرات المقياس على عدد من المحكمين في تخصص العلوم التربوية والنفسية بلغ عددهم (٧) محكم لغرض الحكم على مدى وضوح التعليمات وفهم العبارات للمستجيب وقد تمت الموافقة على جميع الفقرات من قبل المحكمين بنسبة أكثر من (٨٠%) وبذلك أصبح مقياس التوجه نحو الهدف مكوناً من (٤٣) فقرة موزعة على اربعة مجالات.

إعداد تعليمات المقياس: أعد الباحثان تعليمات للمقياس تضمنت كيفية الإجابة عن فقراته، وحثّ المستجيبين على الدقة في الإجابة، وإعطاء مثال يوضح كيفية الإجابة وقد أخفى الباحث الهدف من المقياس حتى لا يتأثر المستجيب به عند الإجابة. وقد طلب الباحثان من المستجيب وضع علامة (√) تحت البدل الذي يمثل إجابته على مقياس خماسي التدرج.

التطبيق الاستطلاعي: طبّق المقياس على عينة عشوائية مكونة من (٢٠) طالب وطالبة بواقع (١٠) طلاب، و(١٠) طالبات بهدف معرفة مدى وضوح وفهم تعليمات وعبارات المقياس وحساب الوقت المستغرق في الإجابة لذا طلب الباحثان من المستجيبين قراءة تعليمات المقياس وفقراته بكل دقة والاستفسار عن أيّ غموض في التعليمات أو المقياس وقد تبين من هذه التجربة فهم المستجيبين لتعليمات المقياس، ووضوح فقراته، إذ تراوح الوقت المستغرق في الإجابة بين (١٨-٢٩) دقيقة، بمتوسط يبلغ (٢٢) دقيقة.

التحليل الاحصائي الذي قام به الباحثان لفقرات المقياس الخاص بمقياس الحديث الذاتي السلبي

أولاً- تمييز فقرات مقياس الحديث الذاتي السلبي: لقد قام الباحثان بتحقيق من قوة فقرات المقياس في التمييز بين الأشخاص من خلال تطبيق المقياس على عينة التحليل الاحصائي بلغ

عدددهم (٢٠٠) طالب وطالبة ، وقد تم تصحيح الإجابات الخاصة بالفقرات، وقد قام الباحثان باحتساب الدرجة الكلية لكل استمارة من الاستمارات، حيث قام الباحثان بترتيب جميع الاستمارات ومن الدرجة الأعلى الى الدرجة الأدنى الكلية، وبعد ذلك حدد الباحثان المجموعتين أطرفيتين وبنسبة (٢٧ %) من الأشخاص ومن خلال ذلك اصبح عدد الأشخاص في كل مجموعة (٥٤) شخص وبعد التطبيق للاختبار التائي لعينتين مستقلتين (independent samples t-test) وذلك لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين أطرفيتين في درجات كل فقرة من فقرات المقياس حيث اظهر ان القيم التائية المحسوبة تتراوح بين (٤،٤٥١ - ٩،٣٢٢) وبهذه النتيجة حيث تظهر اكبر من القيمة الجدولية والبالغة (١،٩٨) وبدرجة حرية تبلغ (١٠٦) وعند مستوى ثقة (٠،٠٥).

ثانياً_ أسلوب الاتساق الداخلي. وبذلك تم احتساب علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي اليه وذلك من خلال استخدام معامل ارتباط بيرسون لعينة تحليل الاحصائي (٢٠٠) شخص، وبذلك كانت قيم المعامل الارتباط دالة احصائيا اذ كانت قيمها المحسوبة اكبر من القيمة ألحرجة لمعامل الارتباط عند مستوى الدلالة (٠،٠٥) وبدرجة حرية (١٩٨) والتي تبلغ (٠،١٣٩).

- الخصائص ألسايكومترية لمقياس الحديث الذاتي السلبي.

أولاً- صدق المقياس. وهنا تم تحقق الصدق بنوعيه لمقياس للحديث الذاتي السلبي:

أ_ أصدق الظاهري- التحقق من هذا أصدق للمقاس الخاص بالمتانة النفسية من خلال عرضه بصيغته الأولية على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال التربية وعلم النفس إذ بلغ عدددهم (٧) وكما مر ذكره في إجراءات تبني المقياس.

ب - صدق ألبناء _ تم التحقق لصدق البناء للمقياس وذلك من خلال ألقوة ألتمييزية للفقرات والاتساق الداخلي كما مر ذكره سابقاً.

ثانياً: ثبات المقياس: لقد تم التأكد من ثبات مقياس الحديث الذاتي السلبي من خلال معادلة الفاكرونباخ حيث استعملت إجابات عينة ألتحليل ألاحصائي والبالغ حجمها (٢٠٠) شخص، وكانت قيمة معامل ثبات الفاكرونباخ لمجالات المقياس كما موضحة في جدول (٣).

جدول (٣) قيم ثبات مجالات الحديث الذاتي السلبي

مجالات المقياس	قيم الثبات
الثقة بالذات	٠،٨٨
لتحدي الايجابي للذات	٠،٩٠
ادارة المواقف الذاتية	٠،٨٦

وهذا يدل على مؤشر جيد لثبات المقياس، حيث ان اكرونباخ أكد ان المقياس الذي يكون معامل ثباته عالي هو مقياس دقيق.

ثانياً مقياس فقدان الامل : لأجل تحقيق أهداف البحث الحالي وفيما يتعلق بفقدان الامل وبعد ان اطلع الباحثان على الإطار النظري والدراسات السابقة. قام الباحثان بتبني مقياس (Beck 1974) المعد الى البيئة العراقية للباحث (العززي ، ٢٠٠٤)، وتكون المقياس من عدد من الفقرات بلغ عددها (32)فقرة، موزعة على ثلاث مجالات هي (المجال الاكاديمي ، المجال الاسري ، المجال الاجتماعي) ويتدرج خماسي للأستجابة وهي (اوافق بشدة - اوافق - محايد - ارفض - ارفض بشدة)، وعند تصحيح إجابات الفقرات يتم إعطاء (١) لادنى درجة، و(٥) لاعلى درجة، وبذلك فان اعلى درجة يمكن ان يحصل عليها المستجيب من خلال الإجابة عن فقرات المقياس هي (١٦٠) درجة ويمكن ان يحصل على اقل درجة هي (٣٢) والمتوسط الفرضي لمقياس فاعلية الذات الانفعالية مقداره (٩٦) درجة.

صلاحيات فقرات مقياس فقدان الامل: قام الباحثان بعد مقياس فقدان الامل وعرضه على مجموعة من المحكمين في تخصص العلوم التربوية والنفسية بلغ عددهم (٧) محكمين وبذلك قام الباحثان بتعديل بعض فقرات المقياس وعلى ضوء ملاحظاتهم وقد تمت الموافقة على جميع الفقرات من قبل المحكمين وبنسبة اكثر من (٨٠%) وعليه فقد اصبح مقياس جدارة الذات مكونا من (٣٢) فقرة.

إعداد تعليمات المقياس: قام الباحثان سعيا ان تكون جميع تعليمات المقياس واضحة للمستجيب ودقيقة، والتأشير على الفقرات يكون بوضع علامة (صح) تحت البديل الذي يحس به الباحث انه ينطبق عليه من البدائل الخمسة، حيث طلب الباحثان من المستجيبين ان تكون الإجابة بكل صراحة وبدن أي مجاملة او غش وذلك لغرض البحث العلمي، وان هذه الإجابات تعبر عن رأيهم ولا يوجد فيها إجابة خاطئة او صحيحة وان الإجابات لا يطلع عليها سوى الباحثان، وللعلم ان الوقت الذي يستغرقه المستجيبين على المقياس هو (١٨) دقيقة.

- **ألتحليل الاحصائي لفقرات مقياس فقدان الامل .**

أولاً- تمييز الفقرات لفقدان الامل : لقد قام الباحثان بالتحقق من قوة فقرات المقياس في التمييز بين الأشخاص من خلال تطبيق المقياس على عينة التحليل الاحصائي بلغ عددهم (٢٠٠) طالب وطالبة، وقد تم تصحيح الإجابات الخاصة بالفقرات، وقد قام الباحثان بأحتساب الدرجة الكلية لكل استمارة من الاستمارات، حيث قام الباحثان بترتيب جميع الاستمارات ومن الدرجة الأعلى الى الدرجة الأدنى الكلية، وبعد ذلك حدد الباحثان المجموعتين الطرفيتين وبنسبة (٢٧%) من الأشخاص ومن خلال ذلك اصبح عدد الأشخاص في كل مجموعة (٥٤) شخص وبعد تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين (Independent samples t –test) وذلك

لمعرفة دلالة الفروق بين المجموعتين الطرفيتين في درجات كل فقرة من فقرات المقياس حيث اظهر ان القيم التائية المحسوبة تتراوح بين (٣،٧٨١-٨،٥١٠) وبهذه النتيجة تظهر اكبر من القيمة الجدولية والبالغة (١،٩٨) وبدرجة حرية تبلغ (١٠٦) وعند مستوى ثقة (٠،٠٠٥).

ثانياً- أسلوب الاتساق الداخلي: وبذلك يتم احتساب علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي اليه وذلك من خلال استخدام معامل ارتباط بيرسون لعينة تحليل الاحصائي (٢٠٠) شخص، وبذلك كانت قيم المعامل الارتباط دالة احصائيا اذ كانت فيها المحسوبة اكبر من القيمة الحرجة لمعامل الارتباط عند مستوى الدلالة (٠،٠٥) وبدرجة حرية (١٩٨) والتي تبلغ (٠،١٣٩).

الخصائص السيكومترية للمقياس:

أولاً- صدق المقياس.

وهنا تم تحقق الصدق بنوعيه لمقياس فاعلية الذات الانفعالية

١- **أصدق الظاهري** - التحقق من هذا الصدق للمقياس الخاص بفاعلية الذات الانفعالية من خلال عرضه بصيغته الأولية على مجموعة من المحكمين المختصين في مجال العلوم التربوية والنفسية اذ بلغ عددهم (٧) وكما مر ذكره في إجراءات تبني المقياس.

ب - **صدق البناء** - تم التحقق لصدق البناء للمقياس وذلك من خلال القوة التمييزية للفقرات والاتساق الداخلي كما مر ذكره سابقا.

ثانياً: ثبات المقياس:

لقد تم التأكد من ثبات مقياس فقدان الامل بطريقة الفاكرونباخ وكالاتي:

▪ **معادلة الفا كرونباخ:**

لحساب قيمة ثبات الفاكرونباخ استعملت الإجابات الخاصة بعينة التحليل للاحصائي والبالغ عددها (٢٠٠) فرد، وكانت قيمة معامل ثبات المقياس باستعمال معادلة الفا كرونباخ (٠،٨٤) مما يشير إلى انسجام الفقرات فيما بينها.

- **الوسائل الإحصائية التي استخدمها الباحثان في بحثهما:**

قام الباحثان باستخدام الوسائل الإحصائية التي تناسب بحثهما حيث استعانا بالحقيبة الإحصائية ((spss)) في عملية معالجة البيانات واستخراج النتائج وكما الاتي:

معامل ارتباط بيرسون حيث استخراج معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية ولكلا المقياسين واستخراج العلاقة الارتباطية بين المتغيرين، والاختبار التائي لعينة واحدة وذلك لمعرفة دلالة الفروق بين الوسط الحسابي الوسط الفرضي لكلا المقياسين، والاختبار التائي لعينتين مستقلتين وذلك لاستخراج التميز لفقرات المقياسين، وكذلك استخدمنا معادلة الفاكرونباخ وذلك لاستخراج الثبات لكلا المقياسين.

صلاحية فقرات المقياس: تم عرض فقرات المقياس على عدد من المحكمين في تخصص العلوم التربوية والنفسية بلغ عددهم (٧) محكمين لغرض الحكم على مدى وضوح التعليمات وفهم العبارات للمستجيب وقد تمت الموافقة على جميع الفقرات من قبل المحكمين بنسبة أكثر من (٨٠%) وبذلك أصبح مقياس الحديث الذاتي السلبي مكون من (٤٥) فقرة موزعة على ثلاث مجالات.

اعداد تعليمات المقياس: أعد الباحثان تعليمات للمقياس تضمنت كيفية الإجابة عن فقراته، وحثَّ المستجيبين على الدقة في الإجابة، وإعطاء مثال يوضح كيفية الإجابة وقد أخفى الباحث الهدف من المقياس حتى لا يتأثر المستجيب به عند الإجابة. وقد طلب الباحثان من المستجيب وضع علامة (√) تحت البديل الذي يمثل إجابته على مقياس خماسي التدرج.

التطبيق الاستطلاعي: طبّق المقياس على عينة عشوائية مكونة من (٢٠) طالب وطالبة بواقع (١٠) طالب، و(١٠) وطالبة بهدف معرفة مدى وضوح وفهم تعليمات وعبارات المقياس وحساب الوقت المستغرق في الإجابة لذا طلب الباحثان من المستجيبين قراءة تعليمات المقياس وفقراته بكل دقة والاستفسار عن أي غموض في التعليمات أو المقياس وقد تبين من هذه التجربة فهم المستجيبين لتعليمات المقياس، ووضوح فقراته، إذ تراوح الوقت المستغرق في الإجابة بين (١٨-٢٩) دقيقة، بمتوسط يبلغ (٢٢) دقيقة.

الفصل الرابع - عرض نتائج البحث وتفسيرها:

الهدف الأول- ألتعرف على الحديث الذاتي السلبي لدى طلبة المرحلة الثانوية.

ولتحقيق هذا الهدف من اهداف البحث قام الباحثان بتطبيق مقياس المتانة النفسيه والذي يتكون من (٤٣) فقرة على عينة بحثهما والمكونة من (٢٠٠) مدرس ومدرسة، ومن ثم استخراج الانحراف المعياري والمتوسط الحسابي لكل مجال من مجالات الحديث الذاتي السلبي على حدة، وكذلك استخدم الباحثان الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة دلالة الفرق بين المتوسط الفرضي والمتوسطات الحسابية لكل مجال من المجالات وكانت النتائج كما موضحة في جدول (٤) الاختبار التائي لعينة واحدة للفرق بين ألتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي لمجالات مقياس

الحديث الذاتي السلبي

الدلالة (٠,٠٥)	ألقية التائية t		ألتوسط الفرضي	ألتأحراف المعياري	ألتوسط الحسابي	ألعينة	مجالات الحديث الذاتي السلبي
	ألتأولية	ألتأوسبة					
دالة	١,٩٦	١٣,٩٣٢	٢٤	٣,٥٦٩	٢٧,٥١١	٢٠٠	التحدي
دالة	١,٩٦	١٠,٦٢٠	٣٣	٥,١٤٢	٣٦,٨٥٥	٢٠٠	الالتزام
دالة	١,٩٦	٧,٤٠١	٣٦	٤,٤٨٠	٣٨,٣٤٦	٢٠٠	التحكم
دالة	١,٩٦	١٣,٣٤٢	٣٦	٥,٦١٢	٤١,٢٩٧	٢٠٠	الثقة

١- ويتبين من الجدول أعلاه ان مجال التحدي قد بلغ أمتوسط الحسابي لعينة البحث (٢٧،٥١١)، والانحراف المعياري لها بلغ (٣،٥٦٩)، والمتوسط الفرضي قد بلغ (٢٤)، والقيمة التائية المحسوبة كانت (١٣،٩٣٢)، وهي اكبر من القيمة الجدولية والتي تبلغ (١،٩٦) وعند مستوى دلالة (٠،٠٥) وبدرجة حرية تبلغ (١٩٩) والنتائج التي استخرجت تدل على ان افراد عينة البحث يمتلكون مجال التحدي.

٢- اما فيما يخص مجال الالتزام لفقده بلغ أمتوسط الحسابي للعينة (٣٦،٨٥٥) والانحراف المعياري لها هو (٥،١٤٢) وبمتوسط فرضي (٣٣) والقيمة التائية المحسوبة كانت (١٠،٦٢٠) وهذه النسبة اكبر من القيمة الجدولية والتي تبلغ (١،٩٦) وعند مستوى دلالة (٠،٠٥) وبدرجة حرية تبلغ (١٩٩)، وبهذه النتيجة تظهر ان افراد عينة البحث يمتلكون مجال الالتزام.

٣- اما بالنسبة لمجال التحكم قد بلغ أمتوسط ألسابى للعينة (٣٨،٣٤٦) وانحراف معياري بلغ (٤،٤٨٠) وبمتوسط فرضي بلغ (٣٦)، وكانت القيمة التائية المحسوبة للعينة (٧،٤٠١) وهي اكبر من القيمة الجدولية والتي تبلغ (١،٩٦) وعند مستوى الدلالة (٠،٠٥) وبدرجة حرية (١٩٩)، وهذه النتيجة تدل على ان افراد العينة يمتلكون مجال التحكم.

٤- اما بالنسبة لمجال الثقة قد بلغ أمتوسط ألسابى لعينة البحث (٤١،٢٩٧)، وانحراف معياري (٥،٦١٢) وبمتوسط فرضي بلغ (٣٦) وكانت القيمة التائية المحسوبة للعينة (١٣،٣٤٢)، وهي اكبر من القيمة الجدولية والتي تبلغ (١،٩٦) وبمستوى دلالة يبلغ (٠،٠٥) وبدرجة حرية (١٩٩) وهذه النتيجة تدل على ان افراد العينة يمتلكون مجال الثقة.

والنتيجة التي ظهرت في هذا الهدف من اهداف البحث تشير الى ان الأشخاص في عينة البحث قد كان لديهم مستوى مرتفع من أحديث الذاتي السلبي وفي المجالات جميعها وبالأستناد الى النموذج النظري للبحث فسر الباحثان النتيجة حيث يعد ان الحديث الذاتي السلبي من السمات التي لا يستغني عنها الشخص ، وتتفق نتيجة البحث الحالي مع نتائج دراسة جاسم (٢٠٢٣) والتي أظهرت النتائج فيها ان اشخاص العينة ينعمون بالمتانة النفسية المرتفعة وفي جميع الابعاد الأربعة.

الهدف الثاني: التعرف على فقدان الامل لدى طلبة المرحلة الثانوية.

ولتحقيق هذا الهدف قام الباحثان بأخذ استجابات العينة على المقياس والذي يتكون من (٣٢) فقرة والنتيجة التي أظهرت في البحث تبين ان أمتوسط الحسابي لدرجات عينة المقياس بلغ (١١٠،٧٦٥)، والانحراف المعياري بلغ (١٤،٩١٢) درجه، وعند معرفه دلالة الفرق بين المتوسط ألفرضي وأمتوسط الحسابي والذي يبلغ (٩٦) درجه، اظهر ان الفرق كان دال احصائيا عند مستوى الدلالة (٠،٠٥) حيث بلغت القيمة التائية المحسوبة (١٤،٠٠٨)، وهي اعلى من

القيمة التائية الجدولية والتي تبلغ (١,٩٦)، وعند درجة حرية (١٩٩)، وهذا يدل على ان الأشخاص في عينة البحث يتمتعون بفاعلية أذات الانفعالية والجدول رقم (٥) بين ذلك

الجدول (٥) الأوساط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية الخاص بمقياس فقدان الامل

ألمتغير	أعينه	أوسط أحسابي	أانحراف أمعاري	أأمتوسط أفرضي	أالقيمة التائية t		أأدلالة (٠,٠٥)
					أأجدولية	أأحسوبة	
أفقدان أالامل	٢٠٠	١١٠,٧٦٥	١٤,٩١٢	٩٦	١,٩٦	١٤,٠٠٨	دالة

وتتفق نتيجة البحث الحالي التي قام بها الباحثان مع نتيجة عودة (٢٠١٨) والتي بينت ان الافراد لديهم فاعلية للذات الانفعالية مرتفع.

الهدف الثالث: التعرف على العلاقة الارتباطية بين الحديث الذاتي السلبي وفقدان الامل لدى طلبة المرحلة الثانوية .

قام الباحثان بإيجاد العلاقة الارتباطية لعينة البحث الرئيسة البالغ عددها (٢٠٠) طالب وطالبة بين متغيرا البحث (مجالات الحديث الذاتي السلبي) و (فقدان الامل)، وباستعمال معامل ارتباط بيرسون، ظهر أن قيم معاملات الارتباط كما موضحة بالجدول (٦).

جدول (٦) قيم معاملات الارتباط بين مجالات الحديث الذاتي السلبي وفقدان الامل

مستوى الدلالة (٠,٠٥)	القيمة التائية		قيمة معامل الارتباط بين الحديث الذاتي السلبي وفقدان الامل	العدد	مجالات الحديث الذاتي السلبي
	أأجدولية	أأحسوبة			
داله	١,٩٦	٦,٨٥٧	٠,٤٣٢	٢٠٠	أألتحدي
داله	١,٩٦	٨,٠٣٢	٠,٥٠٦	٢٠٠	أأألتزام
داله	١,٩٦	٧,٧٣٠	٠,٤٨٧	٢٠٠	أأألتحكم
داله	١,٩٦	١٠,٢٩١	٠,٥٦٦	٢٠٠	أأأالثقة

ومن الجدول أعلاه يظهر ان:

١- أن قيمة الأارتباط بين الحديث الذاتي السلبي ومجال التحدي قد بلغت (٠,٤٣٢) وتدل على انها علاقة طردية ولمعرة دلالة ألعلاقة بينهما قام الباحثان بأستخدام أالاختبار التائي لدلالة معامل الأارتباط حيث بلغت أالقيمة التائية أأالحسوبة (٦,٨٧٥)، وهي أكبر من أالقيمة أأالجدولية والتي تبلغ (١,٩٦) وعند مستوى الدلالة (٠,٠٥) وبدرجة حرية تبلغ (١٩٨) وهذا يدل انه كلما امتلك الفرد هذا المجال قل فقدان الامل لديه .

٢- قيمه معامل الأارتباط بين الحديث الذاتي السلبي ومجال الألتزام بلغت (٠,٥٠٦)، وهي علاقة طردية ولمعرة دلالة بينهما قام الباحثان بأستخدام أالاختبار التائي لدلالة معامل الأارتباط حيث بلغت أالقيمة التائية أأالحسوبة (٨,٠٣٢)، وهي أعلى من أالقيمة أأالجدولية والتي تبلغ

(١،٩٦) وعند مستوى دلالة (٠،٠٥) وبدرجة حرية تبلغ (١٩٨)، وهذا يعني انه كلما امتلك الفرد هذا المجال قل فقدان الامل لديه .

٣- قيمة معامل الارتباط بين الحديث الذاتي السلبي ومجال الثقة قد بلغت (٠،٤٨٧) وتدل على انها علاقة طردية ولمعرفة دلالة قام الباحثان باستخدام الاختبار التائي لدلاله معامل الارتباط حيث بلغت أقيمه التائية المحسوبة (٧،٧٣٠)، وهي قيمة اكبر من أقيمه الجدولية والتي تبلغ (١،٩٦)، وعند مستوى الدلالة (٠،٠٥) وبدرجة حرية تبلغ (١٩٨)، وهذا يدل انه كلما امتلك الفرد هذا المجال قل فقدان الامل لديه .

٤- قيمه معامل الارتباط بينالحديث الذاتي و بين مجال الثقة قد بلغت (٠،٥٦٦)، وتدل على انها علاقة طردية ولمعرفه دلالة العلاقه قام الباحثان باستخدام الاختبار التائي لدلاله معامل الارتباط حيث بلغت أقيمه التائية المحسوبة (١٠،٢٩١) وهي نتيجة اعلى من أقيمه الجدولية والتي تبلغ (١،٩٦) وعند مستوى دلالة (٠،٠٥) وبدرجة حرية (١٩٨)، ويدل هذا انه كلما امتلك هذا المجال قل فقدان الامل لديه وتشير النتيجة أعلاه الى ان هناك علاقة داله بين الحديث الذاتي السلبي وفقدان الامل.

الاستنتاجات:

- من خلال النتائج التي توصل اليها الباحثان في هذا البحث يمكن ان يستنتج:
١. ان طلبة المرحلة الثانوية في قسم تربية الدجيل لا يمتلكون حديث ذاتي سلبي الا بنسبة قليلة ومقبولة .
 ٢. ان طلبة المرحلة الثانوية في قسم تربية الدجيل ليس لديهم فقدان امل عالي .
 ٣. هناك علاقته داله بين الحديث الذاتي السلبي وفقدان الامل .

التوصيات:

- وفي ضوء النتائج البحث الحالي يوصي الباحثان بما يأتي:
١. ان تقوم وزارة التربية بندوات ودورات تهدف الى توعية طلبة المرحلة الثانوية من خطورة الحديث الذاتي السلبي لكي تزيد امكانياتهم في تحقيق أهدافهم.
 ٢. ان تقوم تربية الدجيل بأقامة دورات تطويرية وتدريبية لتعزيز نتائج البحث الحالي والتأكيد على الجوانب فقدان الامل وانعكاسه السلبي على حياة الطالبة بشكل عام وحياتهم الاكاديمية بشكل خاص.

المقترحات:

١. اجراء دراسة مقارنة الحديث الذاتي السلبي والحديث الذاتي الايجابي وانعكاسه على تحصيل الطلبة المرحلة الاعدادية .
٢. دراسة العلاقه بين كل فقدان الامل وتدني المستوى الدراسي لطلبة الإعدادية.

قائمة المصادر والمراجع:

أولاً: المصادر العربية:

- الحياي، صبري بردان علي (٢٠١١): الإرشاد التربوي والنفسي الإسلامي ونظرياته، ط١، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
 - الخطيب، جمال (١٩٩٥): تعديل السلوك الانساني، ط٣ مكتبة الفلاح، الكويت.
 - الشناوي، محمد محروس (١٩٩٤): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، ط١ دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، السعودية.
 - كمال، علي (١٩٨٩): النفس - انفعالاتها - وامراضها - علاجها، الجزء الاول، ط٤، جريدة وموسوعة، دار واسط، بغداد.
 - ابوالحسن، احمد سمير مجاهد، (٢٠١٩): فقدان الامل لدى طلاب الجامعة وعلاقتة بكل من نسق التفكير التكاملي والتوافق الجامعي، دراسة عاملية تنبؤية، مجلة كلية التربية بالزقازيق العدد (١٠٣) الجزء الاول،
 - العنزي، هدى جبار (٢٠٠٤): فقدان الامل وعلاقتة بتعقيد الغزو لدى طلبة الجامعة رسالة ماجستير، جامعة بغداد كلية الاداب.
 - الكلالدة، ابو راس، ايمان سلمان، اروى ممدوح (٢٠١٦). الوعي المعلوماتي واثره في مجتمع المعلومات. المجلة الاردنية للمكتبات والمعلومات مجلد (١٥) ع (٤)، الأردن.
 - علي، حسام محمود زكي (٢٠٢٠). نمذجة العلاقات بين الحديث الذاتي الاكاديمي والمنافسة وقلق الاحصاء لطلاب الدراسات العليا. رساله ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنيا
- ❖ ثانياً: المصادر الاجنبية:

- 98-Helmstetter، Shad .(1982) What To say When you Talk To yourself . pocket Books، a division of Simon &Schuster Inc.، U.S.A.
- 105-Shi ، X.، Brinthaup ، T. M.، &McCree ، M. (2015) . the relationship of self – talk frequency to communication apprehension and public speaking anxiety . personality and individual Differences ، 75 ، 125-129.
- 112-Wang، C.، Shim، S.S.، & Waiters، C. A. (2017). Achievement go motivational self-talk ، and academic engagement Chinese .students . Asia pacific Education Review.