Iraqi Journal of Humanitarian, Social and Scientific Research المجلة العراقية للبحوث الانسانية والاجتماعية والعلمية
Print ISSN: 2710-095 Electronic ISSN 2790-1254
عدد خاص بالمؤتمر العلمي الدولي الثامن لكلية التربية ابن رشد للعلوم الانسانية – جامعة بغداد بعنوان
التكامل المعرفي للدراسات التربوية والاجتماعية

سلوك حماية الذات لدى المرشدين التربويين

م.د حنان موسى عمران
جامعة بغداد / كلية التربية ابن رشد
hanan.m@ircoedu.uobaghdad.edu.iq

ملخص

يهدف البحث الحالي التعرف على سلوك حماية الذات لدى المرشدين التربويين, وكذلك التعرف على دلالة الفرق في سلوك حماية الذات على وفق متغير الجنس (ذكور- إناث) ومتغير الخدمة (5 سنوات فمادون – 6سنوات فما فوق), ومن أجل التحقق من ذلك فقد قامت الباحثة بتبني مقياس سلوك حماية الذات المعد من قبل (خضير 2023) أذ تألف المقياس من (35) فقرة بصيغته النهائية, ، وقد تم التأكد من الخصائص السايكومترية وتم تطبيق الاداة على عينة بلغت (130) مرشد ومرشدة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من (6) مديريات تربية في محافظة بغداد ، للعام الدراسي 2023- 2024 وأظهرت نتائج البحث الآتي:

1. إن عينة البحث من المرشدين لديهم سلوك حماية الذات.
2. لا يوجد فرق ذات دلالة إحصائية في سلوك حماية الذات وفق الجنس (ذكور-اناث) .
3. يوجد فرق دال احصائيا في سلوك حماية الذات وفق سنوات الخدمة ولصالح 6 سنوات فما فوق .

الكلمات المفتاحية: سلوك حماية الذات، المرشدين التربويين.

Self -protective behaviour among the Educational Counselors

Abstract

The current research aims to identify the self- protective behavior of educational counselors, as well as to identify the significance of the difference in self-protection behavior according to the gender variable (males - females) and the service variable (5 years and below - 6 years and above), and in order to verify this, the researcher adopted the self- protective behavior scale prepared by (Khader 2023), as the scale consisted of (35) paragraphs in its final form, and the psychometric properties were verified and the tool was applied to a sample of (130) male and female counselors who were randomly selected from (6) education directorates in Baghdad Governorate, for the academic year 2023-2024. The research results showed the following:

1-The research sample of counselors has self- protective behavior.

2-There is no statistically significant difference in self- protective behavior according to gender (males – females).

3-There is a statistically significant difference in self- protective behavior according to years of service and in favor of 6 years and above.

Keywords: Self- protective behavior, educational counselors.

المجلة العراقية للبحوث الانسانية والاجتماعية والعلمية Iraqi Journal of Humanitarian, Social and Scientific Research
Print ISSN: 2710-095 Electronic ISSN 2790-1254
عدد خاص بالمؤتمر العلمي الدولي الثامن لكلية التربية ابن رشد للعلوم الانسانية – جامعة بغداد بعنوان
التكامل المعرفي للدراسات التربوية والاجتماعية

الفصل الأول

مشكلة البحث:

يتعرض المرشدين التربويين الى ضغوط نفسية واجتماعية واكاديمية ، والضغوط باختلاف مصادرها تُعد جزء من الحياة البشرية التي يخبرها الفرد في مواقف وأوقات مختلفة نتيجة تسارع نمط الحياة والتغيرات المتباينة التي لا تخلوا من التوترات التي يواجهها من يحيا في عالم سريع التغير (خليفة ، ٢٠٢٠ : ٢٥٧) ، فضلا عن التحديات والاحداث الصادمة التي قد تواجه الفرد والمجتمع التي تختلف مصادرها وتتنوع ، وقد تشكل مصدر خطر أو تهديد للافراد بشكل عام وللمرشدين بشكل خاص في المجتمع الواقع كالكوارث والامراض التي تحل بالانسان في كل مكان من العالم ، كل هذه التغييرات تعد ضغطاً على الانسان قد تفوق طاقة تحملة او إمكاناته فضلا عن مشاعر القلق والتوتر التي تفرزها والافكار السلبية التي تنجم عنها التي تؤثر على سلوك وشخصية الفرد ومن ثم تزداد النظره السلبية نحو الحياة، وكرد فعل غريزي طبيعي يسعى الفرد إلى استخدام أساليب عدة لاستعادة توازنه وتحقيق التوافق لمواجهة المواقف والأحداث الضاغطة التي يدركها على أنها مهددة له ، وذلك بالتخلص منها أو التخفيف من آثارها أو التكيف معها لحماية ذاته (مشري ، ٢٠١٦ : ١١) ، ووجدت الباحثة حاجه ماسة لدراسة هذا الموضوع . (ضمن هذا السياق أن أطار حماية الذات يتسع ليشمل سلوكيات وقايه الذات وعلاجها والحفاظ عليها من المخاطر ويدخل ضمن ذلك الوقايه والعلاج من الامراض البدنية بجميع اشكالها وصورها كما يشمل حماية الذات من الانفعالات السلبية المدمره كالتوتر والحزن والقلق .. الخ . ونجد المرشدين التربويين في بعض الأحيان يقدمون على سلوكيات خاطئة رغم علمهم بان فيها تدمير لذواتهم ، وهذه السلوكيات يمكن أن توجد في جميع مكونات السلوك من أفعال وانفعالات وتفكير ، ومن الأفعال المدمرة للذات مخالطة أهل السوء ، الفوضى وعدم النظام ، التسويف ، العادات الغذائية السيئة ، السهر وإهمال الصحة .. الخ ، ولاجل ما تقدم وجدت الباحثة أن من الضروري القاء الضوء على هكذا مفهوم يمكن ان يسهم في تعزيز الاهتمام بالجوانب التي تتطلب توعية وتمكين ليكون المرشدين التربويين ضمن هذه الفئة اكثر إمكانية وقدرة على مواجهة صعوبات الحياة .

ويمكن تلخيص مشكلة البحث بالتساؤلات الاتي :

(هل المرشدين التربويين لديهم سلوك حماية الذات وهل هناك فرق وفق متغير الجنس وسنوات الخدمة ؟)

أهمية البحث:

أن الافراد يتوقعون حصول الاشياء الايجابية ويكونون متفائلين في نظرتهم للحياة باعتقادهم انهم سوف تصادفهم احداث أكثر ايجابية مقارنة بالأحداث السلبية المتمثلة بالعوائق الذاتية والتشاؤم الدفاعي التي يحاول الافراد تخطيها وصولا لحماية الذات من خلال القيام بعدد من الافعال مثل تعريف السمات الذاتية الإيجابية ، عدم التقيد بالآخرين ، تجنب ردود الأفعال السلبية ، وللخصائص الشخصية الانسانية تأثير في حماية الافراد لذاتهم اذ اكد (Seligman , 2002) على ضرورة تنمية الخصال الايجابية في الشخصية لأنها تعد عاملا واقيا ضد أحداث الحياة الضاغطة ، كما أن للسمات الايجابية في الشخصية دورًا في استثارة السعادة الحقيقية فهي أفضل الطرق لتحمل الصعاب ومواجهة الفشل في مواقف، وأن منطق الحماية يشكل جزءاً أساسياً متفاعلاً ضمن نسيج شخصية الفرد وتفاعلاته الاجتماعية بمستوياتها المختلفة الحياة (أبو بكر والسيد ، ٢٠١٣ : ٦٢).

ويرى روجرز (Rogers) ان حماية الذات هي حاجة عامة ودائمة ، وموجودة لدى كل البشر وكل ما حصل الفرد على الحماية شعر بالرضا ، وان لم يحصل عليها يؤدي به الى الشعور بالإحباط ، وتتمثل حماية الذات بمجموعة من العمليات المعرفية والسلوكية والوجدانية التي تسعى الى حماية الذات والحفاظ على الصحة النفسية والاستجابة لدافع الحماية الذاتية ضمن عمليات السلوك التكيفي للافراد (Hepper & Sedikids , 2010 : 783 – 784) .

وأشار (روجرز) الى ان المحدد الرئيس في فهم حماية الذات هو السلوك الوقائي ، حيث يثير نشاط الافراد تجاه الاحداث الطارئة المستقبلية ، وإذ لم يتبنى الافراد سلوك وقائي او يقوم بتعديل سلوكه الحالي لخفض مستوى الخوف المثار يعد مؤشر على ضعف الحماية الذاتية (Glanz & Rimer , 2015 : 37)

ان سلوك حماية الذات يشمل مختلف السلوكيات التي يقوم بها الفرد للحفاظ على صحه البدن والنفس معا وكلاهما يؤثر في الاخر ويتاثر به لذا فسلوك حماية الذات يعد سلوك إيجابي نظرا لأهمية هذا السلوك سواء بالنسبة للفرد والمجتمع (القناعي ، ٢٠١١ : ٢٠) .

والعالم اليوم بحاجة ماسة إلى إرساء وتقوية منظومة حماية الأفراد لذاتهم عموما والمرشدين التربويين بشكل خاص ، وذلك لان حمايتهم قضية حقوقية وتنموية لايمكن انكارها ، والتي من شأنها أن تحمي وتحافظ على النفس والجسم معا

من كل ما يشكل خطرا عليهما وبذلك فان سلوك حماية الذات يتضمن مجموعة من الاستجابات الصادرة عن الفرد والمتوجهة شعوريا او لا شعوريا نحو اتخاذ الاحتياطات اللازمة للوقاية من الاحكام التي تخفض من قيمة الذات (الطباخ ، ٢٠٢٠ : ٤٧١) .

ويرى لانج (Lang) أن لكل فرد مستويات معينة من الحماية الذاتية ، ويرجع هذا التباين في مستويات الحماية الى نوع المواقف التي مر بها الفرد والتي تؤثر على نوع خبراته وتنعكس على شخصيته وبذلك فان الحماية الذاتية تعد مصدرا مهما لتماسك الشخصية عند الفرد (عباس ، ٢٠١٠ : ٢٣٣) .

وفي دراسة اجراها (Heckhausen & Brim , 1997) لمعرفة العلاقة بين التدهور الاجتماعي وحماية الذات على عينة كبيرة من الافراد بمختلف المستويات العمرية ، واشارت نتائج الدراسة الى وجود علاقة دالة موجبة بين التدهور الاجتماعي وحماية الذات، وتوجد فروق لصالح كبار السن وان الميل نحو الحماية الذاتية واضحاً في ظل وجود التهديد (Heckhausen & Brim , 1997 : 610)

واجرى (Williams & kleczkowsli & Maharaj & Cairns , 2015) دراسة لمعرفة العلاقة بين حماية الذات وسلوك الابتعاد الاجتماعي على عينة من الافراد ، وقد اشارت النتائج الى ان حماية الذات متغير مهم للتنبؤ بسلوك الابتعاد الاجتماعي عند حصول الخوف من المخاطر الصحية فيلجأ الأفراد الى حماية ذاتهم عن طريق الانخراط في سلوك الابتعاد الاجتماعي (Williams , et al , 2015 : 832-833) .

لذا فان الحماية الذاتية مفيدة فهي تكسب الفرد قدرة على التعامل مع الضغوط والتحديات والظروف المختلفة ، فالفرد يعيش في مجتمع تكثر فيه التحديات والتغيرات والظروف ويواجه وهو في طريقة لتحقيق أهدافه وتلبية احتياجاته الكثير من التحديات فهو بحاجة دائمة الى تحقيق الاستقرار بين ذاته والظروف الخارجية لذا فأن سلوك حماية الذات يجعل الفرد منسجم مع القيم الإنسانية السائدة في المجتمع ليؤدي به الى الإحساس بالرضا (Reasones & rebert , 2003 : 5) .

الأهمية النظرية :

1. تعد هذه الدراسة إضافة علمية للمكتبة العراقية في مجال العلوم التربوية والنفسية .
2. تاتي أهمية الدراسة النظرية بتناولها شريحة مهمة من شرائح المجتمع وهم المرشدين التربويين اذ يتعرضون للعديد من المشكلات والضغوط النفسية والاكاديمية اثناء عملهم في المدارس فضلا عن الضغوط الاجتماعية .
3. تساير هذه الدراسة الاتجاهات الحديثة في البحوث التربوية والنفسية ، وذلك بتناولها متغير ندر طرحة على المرشدين التربويين وهو سلوك حماية الذات.

الأهمية التطبيقية :

1. تسهم هذه الدراسة في توفير اداة سيكومترية مناسبة للبيئة العربية والعراقية بشكل خاص في قياس سلوك حماية الذات لدى المرشدين التربويين.
2. قد تفيد هذه الدراسة في تصميم برامج ارشادية نفسية موجهة للمرشدين التربويين وللطلبة بغرض تعزيز سلوك حماية الذات لديهم .
3. قد تخدم نتائج البحث المختصين في الميادين النفسية والتربوية والاجتماعية في مجال البحوث.

اهداف البحث : يهدف البحث الحالي التعرف الى :

1. سلوك حماية الذات لدى المرشدين التربويين .
2. دلالة الفروق في سلوك حماية الذات على وفق متغير الجنس (ذكور-اناث) لدى المرشدين التربويين
3. دلالة الفروق في سلوك حماية الذات على وفق متغير الخدمة (5سنوات فمادون – 6سنوات فما فوق) لدى المرشدين التربويين.

حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بالمرشدين التربويين ولكلا الجنسين (ذكور-اناث) من العاملين في المديريات الست لمحافظة بغداد (الرصافة الاولى ، الثانية ، الثالثة ، والكرخ الاولى ، الثانية ، الثالثة) وللعام الدراسي (2024 – 2025) .

تحديد المصطلحات :

أولا : سلوك حماية الذات Self -protective behaviour عرفه كل من :

- **روجرز (Rogers , 1975) :**

دافع الحماية الإيجابية للذات ويتضمن توجيهها والحفاظ على الفاعلية الذاتية ضمن عمليات تقييم التهديد و عمليات تقييم المجابهة والسلوك الوقائي (Rogers , 1975 : 93) .

- **هورني (Horney , 1982)**

هي استجابة انفعالية لخطر يكون موجهاً إلى المكونات الأساسية للشخصية (الرفاعي ، ١٩٨٢ : ٢٠٥) .

- **موراي (Murray , 2002)**

الابتعاد عن المواقف المحرجة و تجنب الظروف التي قد تؤدي الى التصغير، الازدراء و السخرية و اللامبالاة من جانب الآخرين (Murray , 2002 : 573) .

التعريف النظري : تبنت الباحثة تعريف روجرز (Rogers , 1975) تعريفاً نظرياً في البحث الحالي ، كونه اقرب التعاريف التي تنسجم مع اهداف البحث الحالي فضلاً عن كونه المنظر الاصلي لمفهوم حماية الذات وصاحب النظرية المتبناة في البحث الحالي .

التعريف الاجرائي : الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب (المرشدين التربويين) من خلال اجابته على فقرات مقياس سلوك حماية الذات في البحث الحالي .

الفصل الثاني

أطار النظري ودراسات سابقة

سلوك حماية الذات Self -protective behavior

مقدمة introduction

تعود جذور هذا المفهوم سلوك حماية الذات (Self-protective behaviour) الى العصور الأبيقورية ، إذ عد الفلاسفة فكرة ان اللذة تحث السلوك الإنساني وقد لاحظوا ان الأفراد يرغبوا بان يشعروا بالخير ويتجنبوا الشعور السيء حول ذاتهم واقترحوا ايضا ان الأفراد يريدون ان يتابعوا الخبرات الممتعة في حين يتجنبوا ويكرهوا الخبرات السلبية غير الممتعة ، وهناك بعض الأدبيات التي تناولت سلوك حماية الذات وفق مفهوم واسع أصلته الأفكار السيكولوجية الحديثة ، باعتباره يتضمن الاحتياطات اللازمة للوقاية من الأحكام التي تخفض من قيمة الذات ، وتلعب الخبرات الشخصية دوراً في توجيه للفرد لاتخاذ السلوكيات المناسبة للتعامل مع مواقف التهديد والخطر (أبوعباة والفخراني ، ١٩٩٧ : ٥٦)

وانه كمفهوم سيكولوجي ظهر وتطور في سياق الأدبيات المعنية بمصطلح الذات كونه يعد من المصطلحات الأساسية في علم النفس ، ويلعب مفهوم (الذات) دورا ثلاثياً في ما يتعلق بتحديد السلوك فهو يعمل بشكل آلي للحفاظ على الاتساق الداخلي للفرد أولا ، فالانسان يتصرف بطريقة يحافظ بها على اتساقه الداخلي و إذا كان لدى الفرد مشاعر او ادراكات غير متناسقة أو متعارضة، ينتج عن ذلك حالة من عدم الراحة النفسية والتي تسمى (بالتنافر المعرفي) ، ويقوم الفرد بعدها بأي سلوك لحماية ذاتة ويؤمن له الشعور بالراحة والطمأنينة و يعيد اليه توازنه ، و ثانيا انه يشكل الطريقة التي يفسر بها الخبرات الشخصية، فالفرد يعطي لكل خبرة معنى ، أما الدور الثالث فيتمثل بتقديم مجموعة من التوقعات إذ يحدد ماذا يتوقع ان يقوم به الافراد في المواقف المختلفة وهذه التوقعات تعتبر المظهر الرئيس لمفهوم الذات ، ويطلق سلوك حماية الذات على الاستجابات الصادرة عن الفرد كافة والمتجهة شعورياً أو لا شعورياً نحو درء المخاطر عن ذاته. ونظرا لتعدد أنماط السلوك الإنساني ، فإن سلوك حماية الذات تتعدد مظاهره ، فكل سلوك يقوم به الفرد لإشباع حاجة معينة يمكن أن يندرج تحت مسمى حماية الذات بصرف النظر عن صحة أو خطأ تقييم الفرد لهذا السلوك (جابر ، ٢٠٠٢ : ص ١٣٥)

نظرية دافع الحماية لروجرز (1975) The protective Motive Theory :-

اقترح (Rogers 1975) نظرية دافع حماية الذات كأطار لفهم تاثير الخوف ، اذ يزعم روجرز ان الخوف له تاثير غير مباشر على النيه ويمكن ان ينتج عنه تغيير في المواقف او النوايا السلوكية ، وعرف روجرز سلوك حماية الذات

بانه " دافع الحماية الإيجابية للذات ويتضمن توجيهها والحفاظ على الفاعلية الذاتية ضمن عمليات تقييم التهديد وتقييم المجابهة والسلوك الوقائي " (Rogers, 1975 : 93)

وتعد نظريه دافع الحماية اداة مفيده لفحص التغيير السلوكي باستخدام التواصل المقنع والذي يشار اليه أيضا باسم (Fear appeals) نداءات الخوف او استمالات الخوف ، ونداءات الخوف (Fear appeals) هي عبارة عن رسائل مقنعه مصممة بشكل فعال لتخويف الناس من خلال وصف الاشياء الفضيعه التي ستحدث لهم اذ لم يفعلوا ما توصي به الرساله ، واستخدمت في البدايه على شكل اعلانات تجاريه للوقايه من الامراض او المخاطر التي تؤثر على صحه الافراد اذا استمروا في تكرار سلوكيات معينه والهدف من نداءات الخوف هو تغيير سلوك الافراد لحماية ذاتهم ، واثبتت العديد من الدراسات فعاليه نداءات الخوف على سبيل المثال دراسة (Beck) & (Rogers & Stain back ,1983) (1984 , وقد تكون نداءات الخوف على شكل مثيرات لفظيه (لغه حيه ، شخصية) على سبيل المثال (مدخنون مثلك ...) او صور دموية وافلام على سبيل المثال (صور ضحايا حوادث التصادم) وعاده ما تقدم نداءات الخوف توصيات مجدية يتم تقديمها على انها فعاله في تجنب التهديد وبالتالي فان التركيبات المركزية الثلاثه في نداءات الخوف هي (الخوف و التهديد و الفعالية) ، **والخوف** هو عبارة عن عاطفه ذات قيمه سلبيه مصحوبه بمستوى عالٍ من الاثاره و ينتج عن تهديد ينظر اليه على انه مهم وذو صلة شخصيه وقد يتم التعبير عن الخوف من الناحيه الفسيولوجيه (كاثاره) او من خلال السلوك اللغوي (لفظي) او من خلال الافعال العلنية (تعبير الوجه) ، **والتهديد** هو متغير محفز خارجي (على سبيل المثال ، إشارة بيئية او رسالة) موجود سواء كان الشخص يعرف لذلك ام لا فان كان الفرد يحمل ادراك بوجود تهديد (على سبيل المثال الايدز يؤدي الى الموت) في المقابل سيدرك الخطورة المتصورة وهي معتقدات الافراد حول خطورة التهديد والقابليه المتصورة وهي معتقدات الفرد حول فرصه في مواجهه التهديد ، اما **الفاعلية** فهي متغير مهم ضمن نداءات الخوف تحمل رسالة على الاستجابه الموصى بها (اي فاعليه الاستجابة) من خلالها يدرك الفرد قدرته على اداء الاستجابه الموصى بها (اي الكفاءه الذاتية) وتشير فاعلية الاستجابه المتصورة الى معتقدات الفرد في ما اذا كانت الاستجابه تمنع التهديد بشكل فعال (على سبيل مثال ، اعتقد ان ارتداء الكمامات تمنع الاصابه بفايروس كورونا (وتشير الكفاءه الذاتيه المتصورة الى اعتقاد الفرد بقدرته على أداء الاستجابة الموصى بها (على سبيل المثال ، اعتقد ان بامكاني بسهوله الالتزام بارتداء الكمامات لمنع الاصابه بفايروس كورونا) , Kim) (331 : 1992 . والنتيجه من نداءات الخوف هي قبول الرسالة والتي تعرف على انها تغيير في الموقف او النيه او السلوك ، او يلجأ الفرد الى التجنب الدفاعي لحماية ذاته وهو مقاومته دافع الرساله مثل انكار التهديد او التقليل منه او من خلال قمع اي افكار حول التهديد على المدى البعيد ، والتوتر غير السار الناجم عن اثارة الخوف ضمن نداءات الخوف يدفع الافراد الى التخلص من خوفهم اما عن طريق استجابة تكيفية (على سبيل المثال ، تغيرات في السلوك) او استجابة غير تكيفية (على سبيل المثال ، الانكار او التجنب الدفاعي) لحماية ذاته ، فالخوف كان بمثابه دافع يهدف الى تحفيز الناس على قبول توصيات الرسالة لتغيير الموقف او السلوك لحماية انفسهم من التهديد او الخطر ، ويرى روجرز ان التقييم الادراكي للتهديد فقط والنظر الى الاستجابه على انها فعالة يدل على قبول الرساله بالتالي يلجأ الفرد الى تغيير سلوكه لحمايه ذاته وهذا السلوك (السلوك الوقائي التكيفي) ينبع من محاولات السيطره على التهديد او الخطر (الادراك) وليس من محاولات السيطره على الخوف ، اي اذا فكر الناس في رسالة التهديد ووضعوا استراتيجيات لتجنب الخطر تغير (الموقف او النيه او السلوك) فانهم يشاركون في عمليات التحكم في المخاطر ، في المقابل اذا ركز الناس على مشاعر الخوف لديهم وحاولوا السيطرة على خوفهم بدل من السيطرة على التهديد (على سبيل المثال انكار التهديد او التقليل من حجمه وغيرها) فانهم بذلك يعانون من عمليات السيطرة على الخوف (Kim , 1992 : 332) .

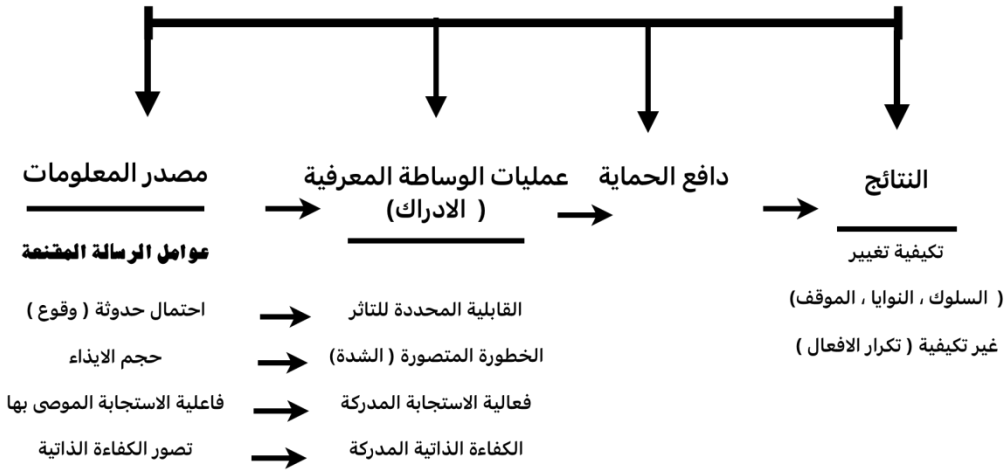
فالتغيير السلوكي يحدث بعد ان يتعرض الفرد للرسالة والتي تزوده بمقترحات بشأن التهديدات المحتملة وخيارات الحماية المحتملة والأسباب التي تجعل الفرد يجب ان يشارك في استجابة وقائية معينة ، وقد يكون مصدر الرسالة بيئي (مثيرات لفظية) كالاقناع اللفظي (نداءات الخوف) او وسائل الاعلام او الشرطة او من خلال المحادثات مع الأخرين مثل افراد الاسرة او الجيران واستلام التوجيه منهم ، او قد يكون شخصي وحدد روجرز مصدرين للمعلومات الشخصية وهي متغيرات الشخصية والتجارب السابقه فالخبرات السابقه للفرد وخصائصه الشخصيه تسهم في معرفه التهديدات المحتمله والاستجابات الوقائيه المحتمله بناء على المعلومات التي يحصل عليها الفرد بمرور الوقت بعد ذلك سيدرك الفرد وجود خطر بالتالي ينشأ دافع الحماية مما يدفعه لوضع الاستراتيجيات الفعالة للتعامل مع الخطر ، لذا فدافع الحماية

تثيرة عمليات الوساطة المعرفيه (الادراك بوجود خطر) ودافع الحماية هو متغير متداخل يثير النشاط ويديمه ويوجهه فيحدث التغير السلوكي (Clubb & Hinkle , 2015 , P . 3) .

واقترح روجرز اربع مكونات للرسالة للتسبب في عمليات الوساطه المعرفيه وهي حجم الضرر ، احتمال حدوثه (وقوعه) ، فاعليه الاستجابه الموصى بها ، تصور الكفاءه الذاتيه ، واكد روجرز انه عمليات الوساطة المعرفيه هي التي تثير دافعا للحماية لان الفرد يدرك انه في خطر حقيقي ويجب ان ياخذ الاجراء المناسب لحمايه ذاته ، واثناء عملية الوساطة المعرفية (الادراك) سينتج عن :

أ- احتمال حدوثة (وقوعة) ← القابلية المحددة للتأثر
ب- حجم الايذاء ← الخطورة المتصورة (الشدة)
ت- فاعلية الاستجابة الموصى بها ← فعالية الاستجابة المدركة
ث- تصور الكفاءة الذاتية. ← الكفاءة الذاتية المدركة

(نظرية دافع الحماية)



. . . . . .

(Rogers , 1975)

(تمثيل تخطيطي لعمليات الوساطة المعرفية) . (Kim , 1992 : 334)

وفي عام (١٩٨٣) وسع روجرز نظرية دافع الحماية لتصبح اكثر شمولا وميز فيها بين عمليات تقييم التهديد غير التكيفية Threat appraisal وعمليات تقييم التكيف التكيفية (تقييم المجابهة) Coping appraisal ، فضلا عن المكافآت المتصورة والقيمة المرتبطة بالاستجابة الموصى بها وتكاليف الاستجابة وفاعلية الذات ، اذا وجد روجرز ان فاعلية الذات لها تاثير كبير على النوايا السلوكية بعد ان تعاون مع (Maddux , 1983) للتحقق من دور فاعلية الذات باستخدام استمالات الخوف وتعرف على انها ايمان الفرد وقدرته على تنفيذ السلوك الوقائي ، لذا عدت فاعلية الذات كمتغير رئيسي ضمن نظرية دافع الحماية (Mwagwabi , 2015 : 28) .

وتؤثر الفروق الفردية على تقييم التهديد والمجابهة، فكل شخص يقوم بتقييم مكونات الرسالة بحسب خبراته السابقة وثقافته وخصائصه الشخصية فان نداء الخوف نفسه قد ينتج تصورات مختلفة في مختلف الناس وبالتالي يؤثر على النتائج على سبيل المثال اذا رأى احد الافراد تهديدا كبيرا وفعالية منخفضة من رسالة ما وادرك الفرد الأخر تهديدا كبيرا وفعالية عالية من الرسالة نفسها فمن المتوقع ان يشارك الاول في عمليات السيطرة على الخوف بينما يتوقع من الثاني الانخراط في عمليات السيطرة على المخاطر ، وان عملية السيطرة على الخوف هي عملية لا ارادية بطبيعتها وقد

تحدث خارج وعينا الواعي ، فيها يستجيب الناس ويتعاملون مع خوفهم وليس مع الخطر والافراد يكونون غير قادرين على منع هذه العملية او السيطرة عليها بمجرد بدئها ، خاصة اذا كانت رفاهية الفرد مهددة فيتم تنشيط أليات الدفاع اللاواعي او التلقائي لحمايه الفرد من مزيد من الضيق مثل ان ينكر الناس التهديد بوعي او بدون وعي او يتفاعلون ضد الرساله فيستمر الفرد في اسلوب حياته الحالي على الرغم من انه قد يتعرض لخطر محتمل ، (على سبيل المثال ، يستمر الفرد بسلوك التدخين بعد ادراكة بحجم الأذى الذي يسببه التدخين كالتعرض لسرطان الرئة (تقييم التهديد) ، فهو يرى انه من غير المحتمل ان يكون قادرا على الإقلاع عن التدخين (تقييم المجابهة) خوفا من فوات الأوان على الوقاية من سرطان الرئة) او يستمر بسلوك التدخين نتيجه ادراكه للمكافآت المرتبطة باستجابة سوء التكيف (كالتدخين يسهل من عملية التفاعل ضمن المجموعات الاجتماعية او يساعد على تنظيم الوزن) بالرغم من معرفة خطورتة (سرطان الرئة) فضلاً عن تكاليف الاستجابة التكيفية (مال ، وقت ، صعوبات وغيرها) فيستمر بالانخراط بالسلوكيات غير التكيفية ، بينما فرد اخر يسهم في عمليات التحكم في الخطر وهي عمليات معرفيه في المقام الأول ، فحين يدركون أنهم معرضون لخطر شديد حيث يقوم الافراد بتقييم مدى تعرضهم للتهديد وشده التهديد (تقييم التهديد) وقدرتهم على اداء الاستجابه الموصى بها (تقييم المجابهة) و يصبحوا متحمسين لحماية انفسهم و يعتقدون انهم يستطيعون منع الخطر (فعاليه عالية) فيواجهون الخطر عمدا وبشكل مدرك ونتيجة دافع الحماية هي تغيير السلوك (ترك التدخين) أي الانخراط في سلوكيات تكيفية وقائية ، والسلوك التكيفي الوقائي Protective adaptive behaviour ينبع من محاولة السيطرة على الخطر (Kim , 1992 : 338-349)

وبشكل عام تتمتع نداءات الخوف بإمكانية كبيرة لتحفيز التغير السلوكي ، وقد استخدمت هذه النظرية في اكثر من ٢٠ مجالاً مختلفا متعلقا بالصحة من اجل دراسة النوايا والسلوكيات ، واستخدمت النظرية على نطاق واسع لفحص سلوك الحماية في المعاملات عبر الانترنت ، ووعي الموظفين في سياسات امن المعلومات التنظيمية والاستخدام الفردي لبرامج الأمان (Sedek & Othman , 2018 : 2) .

وقد تبنت الباحثة نظرية روجرز للأسباب الاتية :

1. نظرية واضحة
2. نظرية شاملة ومتكاملة
3. فسرت سلوك حماية الذات بشكل مباشر وبالصورة التكيفية وغير التكيفية ومن جوانب مختلفة (صحية ، نفسية ، اجتماعية) .
4. تم اعداد مقياس سلوك حماية الذات على وفق هذه النظرية .

الدراسات السابقة

أولا : الدراسات العربية

- **دراسة محمود وعزيز ، (٢٠١٨)**

عنوان الدراسة : التفكير المنفتح النشط وعلاقته بحماية الذات لدى طلبة الجامعة

الهدف من الدراسة : هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة الارتباطية بين التفكير المنفتح النشط وحماية الذات لدى طلبة الجامعة في إقليم كردستان العراق .

العينة : بلغت عينة الدراسة (٦٠٠) طالب وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية

الأدوات : تم تطوير مقاييس لمتغيرات البحث النفسية

النتائج : اشارت نتائج الدراسة ان الاناث يتفوقن على الذكور في دافعيتهن نحو حماية الذات (محمود وعزيز ، ٢٠١٨)

- **دراسة الموسوي ، (٢٠٢١)**

عنوان الدراسة : الذات الرقمية وعلاقتها بالحماية الذاتية لدى طلبة الجامعة

الهدف من الدراسة: هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة الارتباطية بين الذات الرقمية و الحماية الذاتية لدى طلبة الجامعة

العينة : تكونت عينة الدراسة من (٥٠٠) طالب وطالبة من مجتمع جامعة كربلاء تم اختيارهم بالطريقة الطبقية العشوائية

الأدوات : تبنت الباحثة مقياس (Thompson & Dinnel (2003 للحماية الذاتية
النتائج : توصلت نتائج الدراسة الى ان طلبة الجامعة لديهم حماية ذاتية ذكوراً واناث وبالتخصص العلمي والإنساني (الموسوي ، ٢٠٢١)

ثانياً : الدراسات الأجنبية

- **دراسة Sarah Hoff , (2015)**

(Self – protective Behaviors and Campus Threat Assessment)

الهدف من الدراسة : هدفت الدراسة استكشاف تصورات الطلاب لقضايا السلامة والمشاركة في سلوكيات الحماية الذاتية لتقليل مخاطر الايذاء
العينة : أجريت لدراسة على عينة بلغ حجمها (430) طالبا من كلا الجنسين (ذكور و اناث) ، وبنسبة (28.1 %) ذكور و (71 . 9 %) اناث
الأدوات : استخدمت الباحثة مقياس ليكرت متبعة المنهج الوصفي
النتائج : أظهرت نتائج الدراسة ان لدى الاناث مستويات اعلى بكثير من سلوكيات الحماية الذاتية من الذكور ، نتيجة انخفاض الشعور بالأمان (Sarah Hoff , 2015) .

الفصل الثالث
إجراءات البحث

مجتمع البحث

تألف مجتمع البحث الحالي من المرشدين التربويين ولكلا الجنسين (ذكور-اناث) من العاملين في المديريات الست لمحافظة بغداد (الرصافة الاولى ، الثانية ، الثالثة ، والكرخ الاولى ، الثانية ، الثالثة) وللعام الدراسي (2023 – 2024) حيث بلغ العدد ألكلي للمجتمع (1924) مرشد ومرشدة .

عينة البحث الأساسية

تَكونت عينه ألبحث الاساسية من (130) مرشد ومرشدة ، اختيروا بالطريقة العشوائية، موزعين بأعداد مختلفة بحسب المديريات والجنس، والجدول رقم (1) يوضح حجم عينة البحث الأساسية.

جدول (1)
حجم عينة البحث الأساسية موزعة على وفق المديرية والجنس

المديرية العامة	الجنس		المجموع
	ذكور	إناث	
رصافة أولى	12	11	23
رصافة ثانية	10	13	23
رصافة ثالثة	10	9	19
كرخ أولى	13	10	23
كرخ ثانية	11	14	25
كرخ ثالثة	8	9	17
المجموع	**64**	**66**	**130**

اداة البحث

بعد اطلاع الباحثة على الأدبيات والدراسات السابقة ذات العلاقة بمفهوم (سلوك حماية الذات) فقد قامت الباحثة بتبني المقياس المعد من قبل (خضير 2023) , أذ تألف المقياس من (35) فقرة بصيغته النهائية ، ويقابلها خمس بدائل هي (تنطبق علي دائما، تنطبق علي غاليا، تنطبق علي ، تنطبق علي نادراً، لاتنطبق علي ابدا) وكانت درجات البدائل (5،4،3،2،1) وبهذا فأن اعلى درجة في المقياس يحصل عليها المرشد (175) درجة، وأدنى درجة هي (35) وبمتوسط فرضي (105) درجة.

صلاحية الفقرات :

لغرض التعرف على مدى صلاحية الفقرات فقد تم عرض مقياس سلوك حماية الذات على مجموعة من المختصين في التربية وعلم النفس والارشاد النفسي والتوجيه التربوي، لتحديد مدى صلاحية الفقرات, وفي ضوء اراء المختصين تم الإبقاء على الفقرات التي حصلت على نسبة اتفاق 80% فأكثر وبناءا على ذلك تم الإبقاء على جميع الفقرات في المقياس مع بعض التعديلات .

التحليل الإحصائي للفقرات:

بما ان المقياس حديث واستوفى شروط التحليل الاحصائي بما يتمثل بتمييز الفقرات والاتساق الداخلي ، ولم يمر على تحليله الاحصائي خمس سنوات فقد قامت الباحثة باستخراج الخصائص السايكومترية فقط والتي تتمثل بالصدق الظاهري والثبات.

الخصائص السايكوتمرية لمقياس النزعة نحو الكمال:

1- **الصدق الظاهري Face Validity**: يعد الصدق الظاهري الاشارة الى ما يبدو ان المقياس يقيس ما وضع من اجله اي مدى ما يتضمن فقرات يبدو انها على صلة بالمتغير الذي يقاس وان مضمون المقياس متفق مع الغرض منه، وهو المظهر العام للمقياس من حيث نوع المفردات وكيفية صياغتها ومدى وضوحها (الامام ،1990, ص130) ولقد قامت الباحثة باستخراج الصدق الظاهري عندما قامت بعرض المقياس على مجموعة من المحكمين من أجل التعرف على صلاحية الفقرات وكما مذكور انفاً.

2- **الثبات Reliability :**

تم حساب الثبات لمقياس البحث الحالي بطريقة ألفا كرونباخ Cronbach Alfa , اذ تعد هذه الطريقة مفضلة لقياس الثبات فهي تقيس الاتساق الداخلي والتجانس بين فقرات المقياس (Anstasi, 1997,p.95) أي أن الفقرات جميعها تقيس فعلاً الخاصية نفسها وهذا يتحقق عندما تكون الفقرات مترابطة مع بعضها البعض داخل الاختبار كذلك ارتباط كل فقرة مع الاختبار كله، وتم تطبيق معادلة ألفا كرونباخ على درجات (130) مرشد ومرشدة ، وبلغ معامل ثبات ألفا (0,84) وهو معامل ثبات جيد جداً.

الوسائل الإحصائية:

استعملت الباحثة الوسائل الإحصائية الآتية لتحقيق اهداف البحث بالاستعانة ببرنامج الحقيبة الاحصائية SPSS:

- الاختبار التائي (T-test) لعينتين مستقلتين.
- معادلة ألفاكرونباخ .
- الاختبار التائي (T-test) لعينة واحدة .
- معادلة النسبة المئوية.

الفصل الرابع
عرض النتائج وتفسيرها

الهدف الأول: التعرف على سلوك حماية الذات لدى المرشدين التربويين :

أظهرت نتائج التحليل الإحصائي إن متوسط درجات العينة على مقياس سلوك حماية الذات بلغ (133.17) وبأنحراف معياري مقداره (11.31) , بينما كان المتوسط الفرضي للمقياس (105) , وباستعمال الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة, ظهر أن القيمة التائية المحسوبة كانت (18.69) وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (1,96) تبين أنها دالة إحصائياً عند مستوى (0,05) وبدرجة حرية (129) , مما يعني أن المرشدين التربويين يمتلكون سلوك حماية الذات، كما في الجدول (2).

المجلة العراقية للبحوث الانسانية والاجتماعية والعلمية Iraqi Journal of Humanitarian, Social and Scientific Research
Print ISSN: 2710-095 Electronic ISSN 2790-1254
عدد خاص بالمؤتمر العلمي الدولي الثامن لكلية التربية ابن رشد للعلوم الانسانية – جامعة بغداد بعنوان
التكامل المعرفي للدراسات التربوية والاجتماعية

الجدول (2)
نتيجة الاختبار التائي للفرق بين المتوسط الحسابي والفرضي لعينة البحث في سلوك حماية الذات

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة (0,05)
				المحسوبة	الجدولية	
130	133.17	11.31	135	18.69	1,96	دالة

الهدف الثاني: التعرف على دلالة الفرق في سلوك حماية الذات على وفق متغير الجنس (ذكور- اناث) لدى المرشدين التربويين :

ولتحقيق هذا الهدف تم حساب متوسط درجات الذكور والاناث كلاً بمعزل عن الآخر في مقياس سلوك حماية الذات إذ بلغ متوسط درجات الذكور (133.9) وبانحراف معياري مقداره (10.12), بينما كان متوسط درجات الاناث (133.27) وبانحراف معياري مقداره (11.79), وباستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين, ظهر أن القيمة التائية المحسوبة (0.44) وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (1,96) تبين انها غير دالة احصائيا, عند مستوى (0,05) ودرجة حرية (128) , وكما موضح في الجدول (3)

الجدول (3)
نتائج الاختبار التائي وفقاً لمتغير الجنس (ذكور-اناث) في سلوك حماية الذات

الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة (0,05)
				المحسوبة	الجدولية	
ذكور	64	133 ،9	13.12	0.44	1,96	غير دالة
اناث	66	133،27	11.79			

الهدف الثالث: التعرف على دلالة الفرق في سلوك حماية الذات على وفق متغير سنوات الخدمة (5 سنوات فما دون- 6 سنوات فما فوق) لدى المرشدين التربويين :

ولتحقيق هذا الهدف تم حساب متوسط درجات على مقياس سلوك حماية الذات إذ بلغ متوسط درجات ذوي خدمة 5 سنوات فما دون (131.11) وبانحراف معياري مقداره (13.20), بينما كان متوسط درجات ذوي خدمة 6 سنوات فما فوق (134.89) وبانحراف معياري مقداره (12.22), وباستعمال الاختبار التائي لعينتين مستقلتين, ظهر أن القيمة التائية المحسوبة (7.59) وعند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (1,96) تبين انها دالة احصائيا, عند مستوى (0,05) ودرجة حرية (128) , وكما موضح في الجدول (4)

الجدول (4)
نتائج الاختبار التائي وفقاً لمتغير الخدمة في سلوك حماية الذات

سنوات الخدمة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة (0,05)
				المحسوبة	الجدولية	
5 فما دون	71	131 ،11	13.20	7.59	1,96	دالة لصالح 6 سنوات فما فوق
6 فما فوق	59	89،134	12.22			

التوصيات:

1. قيام وزارة التربية بتعزيز الوعي لدى المرشدين التربويين بالاساليب والاستراتيجيات الإيجابية التي توفر حماية لذاتهم طيلة مشوارهم الاكاديمي والتربوي وفي حياتهم العامة ، من خلال الندوات والدورات التثقيفية والمحاضرات المستمرة .
2. حث الوحدات الارشادية والمختصين في الارشاد النفسي من قبل وزارة التربية على بناء برامج ارشادية تساعد المرشدين على توجيه وتوظيف الافكار الايجابية بصورة صحيحة في مختلف جوانب الحياة .
3. توجيه مديرات التربية العامة في محافظة بغداد على اعداد برامج وانشطة فعالة للمرشدين تؤكد أهمية تعزيز مفهوم الحماية الذاتية ولاسيما بما يتعلق بالجانب الصحي .

المقترحات:

1- اجراء دراسة مماثلة على عينات مختلفة مثل طلبة الجامعة وملاكات وزراة التربية.
2- عمل دراسة ارتباطية بين مفهوم سلوك حماية الذات ومتغيرات الاخرى .

المصادر

- أبو بكر ، نشوة كرم والسيد ، فاطمة خليفة (٢٠١٣) : **دور بعض المتغيرات النفسية في التنبؤ بالتعميم الإيجابي لدى طالبات الجامعة المصريات والسعوديات** ، مجلة بحوث كلية الاداب ، العدد (٩٢) .
- أبو عباة ، صالح بن عبدالله والفخراني ، خالد إبراهيم سعد (١٩٩٧) : **بعض الخصائص النفسية المرتبطة بسلوك حماية الذات** : دراسة عاملية ، مجلد ١ ، القاهرة ، جامعة عين الشمس ، الصفحات ٤٩٥ – ٤٨٦ .
- جابر ، جودت بنى و عبد العزيز سعيد (٢٠٠٢) ، **المدخل الى علم النفس** ، عمان – الأردن ، مكتبة دار الثقافة للنشر والتوزيع ، ط ١ .
- خضير، هدير خضير عباس (2023): **سلوك حماية الذات وعلاقته بالتعميم الإيجابي لدى طلبة الجامعة**، رسالة ماجستير، كلية التربية للبنات ، جامعة بغداد.
- خليفة ، سعدة علي (٢٠٢٠) : **الاثار النفسية وتاثيرها على طلبة الجامعة في ليبيا** ، مجلة مركز بابل للدراسات الإنسانية ، المجلد ١٠ ، العدد (١) .
- الرفاعي ، نعيم (١٩٨٢) : **الصحة النفسية ، دراسة في سيكولوجية التكيف** ، ط ٥ ، منشورات جامعة دمشق ، دمشق – سوريا .
- الطباخ ، رانية محمد كمال (٢٠٢٠) : **مهارات حماية الذات من الإساءة الجنسية لدى عينة من المعاقين عقليًا القابلين للتعلم : دراسة مقارنة بين الجنسين** ، العدد (١٢٢) ، ج (٥) .
- عباس ، مدحت (٢٠١٠) : **الصلابة النفسية كمنبئ بخفض الضغوط النفسية و السلوك العدواني لدى معلمين المرحلة الإعدادية** ، مجلة كلية التربية بأسيوط ، جامعة جنوب الوادي ، ج ٧ ، القاهرة مصر .

- القناعي ، منى بدر (٢٠١١) : **العلاقة بين التفاؤل و سلوك حماية الذات لدى كبار السن الكويتيين** ، دراسات تربوية واجتماعية ، مج ١٧ ، ع ١ ، ١١ – ٥٤ .
- مشري ، سلاف (٢٠١٦) : **الضغط النفسي في المجال المدرسي** : المفهوم والمصادر واستراتيجيات المواجهة ، جامعة الوادي الجزائر .
- Clubb, A.C., & Hinkle, J.C. (2015). **Protection motivation theory as a theoretical framework for understanding the use of protective measures.** Criminal Justice Studies, 28, 336 – 355
- Glanz, K.R., Viswanath, K., & Rimer, B. K. (2015). **Theory, Research and Practice in Health Behavior**. in Glanz, K., Rimer, B.K., & Viswanath, K. (Eds.), Health Behavior: Theory Research and Practice (pp.24 - 40). San Francisco: jossey- bass.
- Hepper, E.G., Gramzow, R., & Sedikides, C. (2010). **Individual Differences in self Enhancement and self- Protection Strategies** : An Integrative Analysis . Journal of Personality, 78, pp. 1-40.
- Kim, W . (1992) **Putting The FEARS Back Into Fear appeal** : The Extended Parallel Process model
- Murray, S.L., Gomillion, S., Holmes, J.G. (2002). **Inhibiting Self-Protection in Romantic Relationships** . Journal of Social Psychology and Personality Science, pp. 1-6.
- Mwagwabi, F. M. (2015) **A Protection Motivation Theory Approach to Improving Compliance with Password Guidelines.** [Doctoral Thesis] Murdoch University
- Reasones, Robert, (2003). **The true Meaning of Self-Esteem**, National Association for Self-Esteem Available
- Rogers, R.W. (1975): **The Book of A protection Motivation Theory of Fear Appeals and Attitude Change**. Journal of humanistic psychology interdisciplinary and applied , vol.91,(1).
- Williams, L., Rasmussen, S., Kleczkowski, A., Maharaj, S. & Cairns, N. (2015). **Protection Motivation Theory and Social Distancing Behavior in Response to Simulated Infectious Disease Epidemic**. Journal of psychology health, pp.832-837.