



جمهورية العراق  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة بابل/ كلية التربية للعلوم الإنسانية  
قسم العلوم التربوية والنفسية  
الدراسات العليا- الدكتوراه

# اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات وعلاقتها بما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة

أطروحة قدمتها إلى

مجلس كلية التربية للعلوم الإنسانية في جامعة بابل  
وهي جزء من متطلبات نيل درجة دكتوراه فلسفة في التربية  
(علم النفس التربوي)

**ضمياء حميد صلال عطية السلطاني**

**إشراف**

**أ.د. علي محمود كاظم الجبوري**

## بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

“وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ  
إِلَىٰ عَالَمِ الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ تَعْمَلُونَ”

(سورة التوبة / الآية: 105)

سورة التوبة / الآية: (105)

## إقرار المشرف

اشهد أن إعداد هذه الأطروحة الموسومة بـ(اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات وعلاقتها بما وراء الأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة) التي تقدمت بها الطالبة (ضمياء حميد صلال) قد جرت بإشرافي في قسم العلوم التربوية والنفسية/ كلية التربية للعلوم الإنسانية/جامعة بابل، وهي جزء من متطلبات نيل درجة دكتوراه فلسفة في التربية (علم النفس التربوي).

التوقيع

المشرف

الأستاذ الدكتور

علي محمود كاظم الجبوري

2023 / /

## توصية رئاسة القسم

بناءً على التوصيات المتوافرة أرشح هذه الأطروحة للمناقشة.

التوقيع:

رئيس القسم

الأستاذ الدكتور

مدين نوري طلال الشمري

رئيس قسم العلوم التربوية والنفسية

2023 / /

## إقرار المقوم اللغوي

اشهد أن اعداد هذه الأطروحة الموسومة ب (اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات وعلاقتها بما وراء الأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة) التي قدمتها الطالبة (ضمياء حميد صلال) وقد قمت بمراجعتها لغويا في كلية التربية للعلوم الانسانية- قسم العلوم التربوية والنفسية – جامعة بابل. واصبحت صالحه من الناحية اللغوية للمناقشة.

التوقيع

الاسم: أ.د رغد سلمان علوان

التاريخ: / / 2023

## إقرار المقومين العلميين

نشهد بأننا قرأنا هذه الأطروحة الموسومة بـ (اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات وعلاقتها بما وراء الأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة) التي تقدمت بها الطالبة (ضمياء حميد صلال) قد جرى تقويمها علمياً من قبلنا، ووجدناها صالحة من الناحية العلمية للمناقشة.

التوقيع:

الأسم: أ.م.د. عباس نوح سلمان

التاريخ: / / 2023

التوقيع:

الأسم: أ.د. نغم عبدالرضا عبدالحسين

التاريخ: / / 2023

## إقرار لجنة المناقشة

نشهد نحن أعضاء لجنة المناقشة أننا اطلعنا على الأطروحة الموسومة بـ (اضطراب الشخصية  
التجنبيه ونقد الذات وعلاقتها بما وراء الأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة) وقد ناقشنا الطالبة  
(ضمياء حميد صلال) في محتوياتها، وفيما يتعلق بها، ووجدنا أنها جديرة بالقبول لنيل درجة دكتوراه  
فلسفة في التربية في علم النفس التربوي، وبتقدير ( ) .

التوقيع:	التوقيع:
أ.د. حسين ربيع حمادي	أ.د. كاظم جبر جعيم
(عضوا)	(رئيسا)
التاريخ: / / 2023	التاريخ: / / 2023

التوقيع:	التوقيع:
أ.م.د. صادق كاظم جريو	أ.د. عبد السلام جودت جاسم
(عضوا)	(عضوا)
التاريخ: / / 2023	التاريخ: / / 2023

التوقيع:	التوقيع:
أ.د. علي محمود كاظم الجبوري	أ.م.د. رقيية هادي
(عضوا ومشرفا)	عبدالصاحب
(عضوا)	(عضوا)
التاريخ: / / 2023	التاريخ: / / 2023

صُدقت هذه الاطروحة من مجلس كلية التربية للعلوم الانسانية/ جامعة بابل بجلسته المرقمة ( )  
المنعقدة بتاريخ / / 2023م

أ.د. علي عبد الفتاح الحاج فرهود

عميد كلية التربية للعلوم الانسانية وكالة

# الإهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

.... "وقضى ربك ألا تعبدوا إلا أياه وبالوالدين إحسانا"....

.... " وأخفض لهما جناح الذل من الرحمة وقل ربي أرحمهما كما ربياني صغير... "

إلى من أفنى عمره وكل جهده لأجلي

وزرع بداخلي بذور العلم

.أبسي الحنون أطال في عمره وأعزه.

إلى من غرست فينا العطف صفحات وصفت لنا

ومن الأمل طرقات ومسحت بابتسامتها من عيوننا عبرات

وفي صلاتها كم أكثرت من الدعوات

فلها مني كل الحب والتقدير والاحترام وجميع الأمنيات

أمي الغالية أدام عليها صحتها ورعاها

إلى زوجي واسرتي حفظهما الله.

إلى كل أخوتي وأخواتي . إلى كل الأهل والأقارب.

إلى الأستاذ المشرف الذي كان له الدور الفعال والفضل على مساعدتي في إنجاز هذا العمل.

إلى كل زملائي وزميلاتي في الدراسة إلى كل أصدقائي

أهدي هذا العمل المتواضع

الباحثة

## الشكر والامتنان

بسم الله الرحمن الرحيم والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين ، أشكر الله العلي القدير الذي أعانني على اتمام هذا البحث ، وأشكره أن وفقني فيه حتى وصلت إلى ما وصلت إليه ، بعد حمد الله والثناء على توفيقه باعداد هذا الجهد العلمي المتواضع، فالكلام يطول والقلم يجف في وصفه وشكره يسرنني أن أتقدم بالشكر الجزيل إلى من كان رمزاً للعون الأستاذ الفاضل الدكتور (علي محمود الجبوري) المشرف على الاطروحة، لما بذله من جهد علمي ولما قدمه من معلومات وملاحظات سديدة وقيمة والتي أعانت الباحثة على تذليل الصعوبات التي واجهتها في أثناء إعدادها لهذه الاطروحة. واتقدم بالشكر الجزيل للأستاذ الدكتور ( حسين ربيع حمادي ) على ما قدمه للباحثة من توجيهات وارشادات خلال مدة اعداد البحث والسادة أعضاء لجنة السمنار الموقرين والسادة المحكمين فلهم مني جزيل الشكر والعرفان. ومن منطلق الوفاء بالعهد والتقدير والعرفان أقدم شكري وتقديري إلى نبع الحنان، الذين يشهد الله بحسن رعايتهما لي وبوجوب برهما والإحسان إليهما وتقدير جهودهما ...إلى (أبي وأمي ) اطال الله في عمرهما . وأتقدم بالشكر الى السيد رئيس قسم العلوم التربوية والنفسية في كلية التربية للعلوم الانسانية \_ جامعة بابل الاستاذ الدكتور ( مدين نوري طلاك ) . وتتوجه الباحثة بالشكر للسادة الأساتذة في القسم فلهم مني وافر التقدير والاحترام . كما تشكر الباحثة الدكتور (سلام زناد) لما قدمه للباحثة من جهد ومساعدة . فله مني كل الشكر والامتنان. وتشكر الباحثة عينة البحث طلبة الجامعة ونواة المستقبل فلهم مني كل الشكر لما ابذوه من تعاون وتتقدم الباحثة بالشكر إلى كل من قدم لي يد المساعدة للجميع مني كل الحب والتقدير .

والله ولي التوفيق

الباحثة



جمهورية العراق  
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي  
جامعة بابل / كلية التربية للعلوم الإنسانية  
قسم العلوم التربوية والنفسية

# اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات وعلاقتها بما وراء الأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة

مستخلص أطروحة قدمتها الى

مجلس كلية التربية للعلوم الإنسانية / جامعة بابل

وهي جزء من متطلبات نيل شهادة دكتوراه فلسفة في التربية في

(علم النفس التربوي)

ضمياء حميد صلال عطية السلطاني

بإشراف

أ.د. علي محمود كاظم موسى الجبوري

2023 م

1445 هـ

## مستخلص البحث

يعد الاهتمام بالجانب الاكاديمي للطالب من أهم جوانب العملية التعليمية التي قد تتأثر بمستوى تفكير الطالب، وطبيعة الضغوط النفسية والشخصية التي يواجهها. إذ قد يتأثر أداء الطالب بطبيعة جوانب ما وراء المعرفة مثل التخطيط، وتقدير قيمة المنفعة للمادة الدراسية، ومدى مشاركته التي يمكن القول انها تتأثر بنظرة الفرد الى نفسه

يهدف البحث الحالي التعرف الى

1. اضطراب الشخصية التجنبية لدى طلبة الجامعة.
2. نقد الذات لدى طلبة الجامعة ( ومن اشكاله الثلاثة: ضعف ملائمة الذات، كره الذات، طمأنة الذات).
3. ما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.
4. الدلالة الاحصائية للعلاقة الارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.
5. الفروق ذات الدلالة الاحصائية في العلاقة الارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغيري الجنس(ذكور- اناث)- التخصص ( علمي- انساني).
6. الدلالة الاحصائية للعلاقة الارتباطية بين اشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.
7. الفروق ذات الدلالة الاحصائية في العلاقة الارتباطية بين أشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة تبعاً لمتغيري الجنس ( ذكور- اناث)- التخصص ( علمي- انساني).
8. الدلالة الاحصائية للعلاقة الارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية وأشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.
9. اسهام متغيري اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات في ما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.

ولغرض تحقيق اهداف البحث تطلب وجود ثلاث ادوات: الاولى لقياس اضطراب الشخصية التجنبية تبنت الباحثة مقياس قدوري(2016)، والاداة الثانية لقياس أشكال نقد الذات الذي قامت

الباحثة ببناءه، والاداة الثالثة لقياس ما وراء الاداء الاكاديمي الذي قامت الباحثة ببناءه، وبعد ان تحققت الباحثة من الخصائص السيكومترية لأدوات البحث، طبقت على عينة مؤلفة من (377) طالباً وطالبة من طلبة جامعة بابل. وباستعمال الوسائل الاحصائية المناسبة توصل البحث الى النتائج الآتية:

1. انتشار اضطراب الشخصية التجنبية لدى طلبة الجامعة بنسبة (9%)
2. طلبة الجامعة ليس لديهم ضعف ملائمة الذات، ولكن لديهم كره الذات وطمأنة الذات.
3. طلبة الجامعة لديهم ما وراء الاداء الاكاديمي
4. علاقة ارتباطية طردية ضعيفة غير دالة احصائياً بين اضطراب الشخصية التجنبية وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.
5. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة الارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة وفقاً لمتغيري الجنس (ذكور - اناث) والتخصص (علمي - انساني).
6. توجد علاقة ارتباطية عكسية ضعيفة وغير دالة احصائياً بين ضعف ملائمة الذات وما وراء الاداء الاكاديمي، وتوجد علاقة ارتباطية طردية ضعيفة وغير دالة احصائياً بين كره الذات وما وراء الاداء الاكاديمي، وتوجد علاقة ارتباطية طردية دالة احصائياً بين طمأنة الذات وما وراء الاداء الاكاديمي.
7. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة الارتباطية بين أشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي تبعا لمتغير الجنس (ذكور - اناث). ولا توجد فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة الارتباطية بين ضعف ملائمة الذات وكره الذات وما وراء الاداء الاكاديمي تبعا لمتغير التخصص (علمي - انساني)، وتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين طمأنة الذات وما وراء الاداء الاكاديمي تبعا لمتغير التخصص (علمي - انساني) لصالح التخصص العلمي.
8. توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.
9. اسهام متغير اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات فيما وراء الاداء الاكاديمي. وفي ضوء النتائج وضعت الباحثة عدد من التوصيات والمقترحات.

## ثبت المحتويات

الصفحة	الموضوع
أ	العنوان.
ب	الآية القرآنية.
ج	إقرار المشرف
د	إقرار الخبير اللغوي.
هـ	إقرار الخبير العلمي.
و	إقرار لجنة المناقشة.
ز	الإهداء.
ح	شكر وامتنان.
ي-ك	مستخلص الرسالة باللغة العربية.
ل-ع	ثبت المحتويات.
ف-ق	ثبت الجداول.
ر	ثبت الاشكال.
ر	ثبت الملاحق.
22-2	<b>الفصل الأول / تعريف بالبحث</b>
8-2	مشكلة البحث.
16-8	أهمية البحث.
17-16	أهداف البحث.
17	حدود البحث.
22-81	تحديد المصطلحات.
105-24	<b>الفصل الثاني / إطار نظري ودراسات سابقة</b>
91-24	الجزء الاول- إطار نظري
24	اولاً- اضطراب الشخصية التجنبية
25-24	نبذة تاريخية عن اضطراب الشخصية التجنبية
29-25	تصنيف اضطرابات الشخصية
30-29	اعراض اضطراب الشخصية التجنبية(Symptoms of avoidant personality disorder):

الصفحة	الموضوع
31-30	انتشار اضطراب الشخصية التجنبية
33-32	الفرق بين خصائص الشخصية الانسحابية واضطراب الشخصية التجنبية
35-34	تشخيص اضطراب الشخصية التجنبية.
36-35	التشخيص الفارق (Differential diagnosis)
38-35	تشخيص اضطراب الشخصية التجنبية حسب الدليل التشخيصي (DSM-5) لجمعية الأطباء النفسانيين الأمريكية (APA):
39-38	مضاعفات اضطراب الشخصية التجنبية (Complications of avoidant personality disorder)
39	اضطراب الشخصية وبعض الاضطرابات النفسية الاخرى
39	اولا:- اضطراب الشخصية التجنبية والخجل
40	ثانيا:- اضطراب الشخصية التجنبية واضطراب الرهاب الاجتماعي
41-42	ثالثا:- اضطراب الشخصية التجنبية واضطراب الشخصية الفصامية
42	علاج الشخصية التجنبية (Avoidant personality Treatment)
43	اولا:- العلاج بالتحليل النفسي (Psychoanalytic Therapy)
45-44	ثانيا:- العلاج السلوكي (Behavioral Therapy)
47-45	ثالثا:- العلاج المعرفي (Cognitive Therapy)
47	رابعا:- العلاج الوجودي (Existential Therapy)
47	النظريات التي فسرت اسباب اضطراب الشخصية التجنبية ( of Avoidant Personality Disorder Theories that Explain the Causes
48-47	اولا:- نظريات التحليل النفسي (Psychoanalytic Theories)
49-48	ثانيا:- نظرية كارين هورني (Horney Karin)
50-49	ثالثا:- النظرية السلوكية (behavioral Theory)
53-50	رابعا:- نظرية المخططات المعرفية (Cognitive Schema Theory)
53	خامساً:- النظرية العقلية المزاجية (Mood Mental Theory)
54	مناقشة النظريات التي فسرت اسباب اضطراب الشخصية التجنبية:
54	ثانياً- نقد الذات (Self - Criticism)
57-54	مفهوم النقد الذات (Cognitive schema theory)
58-57	انواع النقد الذات (Types of self- criticism)

الصفحة	الموضوع
60-58	خصائص نقد الذات
62-60	الاساس العصبي لمفهوم نقد الذات (The neurological basis of self- criticism)
62	النظريات التي فسرت اسباب نقد الذات (= Theories that explained the causes of self-criticism)
62	اولا:- نظريات التحليل النفسي (Psychoanalytic theories)
63	- نظرية ادلر (Adler's theory)
63	ثانيا:- نظرية التعلق جون بولبي ( Bowlbys Attachment Theory, 1969 -1982 )
64	ثالثاً- نظرية سيدني بلات (Sidney Blatt Theory, 1974):
65	رابعاً- النظرية المعرفية السلوكية:
66	خامساً- نظرية تنظيم العاطفة المبكرة (Early Emotional Schema):
71-66	سادساً- النظرية العقلية الاجتماعية لجيلبرت (Gilbert's social mental theory,1989-) (2005):
74-72	سابعاً - نموذج محور النقد لشاهار (Shachar,2015):
75-74	علاج نقد الذات
75	مناقشة النظريات التي فسرت اسباب نقد الذات
79-77	ثالثاً- ما وراء الاداء الاكاديمي (beyond academic performance)
89-79	النظريات التي فسرت ما وراء الاداء الاكاديمي
91-89	مناقشة النظريات التي فسرت ما وراء الاداء الاكاديمي
91	دراسات سابقة
103	الموازنة بين الدراسات السابقة
105-104	جوانب الافادة من الدراسات السابقة.
<b>الفصل الثالث / منهجية البحث إجراءاته</b>	
107	منهجية البحث وإجراءاته
107	اولا:- منهج البحث
109-107	ثانيا :- مجتمع البحث
109	ثالثا:- عينة البحث
111-110	رابعاً:- ادوات البحث

الصفحة	الموضوع
111	اولا- مقياس اضطراب الشخصية التجنبية
111	صلاحية الفقرات
114	وضوح الفقرات والتعليمات
114	تصحيح المقياس
116-114	تحليل الاحصائي لفقرات مقياس اضطراب الشخصية التجنبية
116	اجراءات تحليل فقرات مقياس اضطراب الشخصية التجنبية
119-116	القوة التمييزية للفقرات بطريقة المجموعتين طرفيتين
122-119	علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية
122	خصائص السايكو مترية لمقياس اضطراب الشخصية التجنبية
122	1- الصدق
123	2- الثبات
126	ثانيا- مقياس نقد الذات
127	تحديد المفهوم
128-127	تحديد اشكال مقياس نقد الذات
128	صياغة فقرات مقياس اشكال نقد الذات
128	صلاحية الفقرات
129	وضوح الفقرات والتعليمات
129	تصحيح المقياس
-130	التحليل الاحصائي لفقرات مقياس أشكال النقد الذات
131	اجراءات تحليل فقرات مقياس أشكال نقد الذات
132	القوة التمييزية لفقرات مقياس أشكال نقد الذات بطريقة المجموعتين طرفيتين
133	علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية
136	خصائص السايكومترية لمقياس أشكال نقد الذات
136	1- الصدق
143-137	2- الثبات
143	ثالثا:- ماوراء الاداء الاكاديمي

الصفحة	الموضوع
144	تحديد المفهوم
145-144	تحديد مكونات مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي
145	صياغة فقرات مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي
148-147	صلاحية الفقرات مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي
149	وضوح الفقرات والتعليمات
149	تصحيح المقياس
149	التحليل الاحصائي لفقرات مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي
149	اجراءات تحليل فقرات مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي
153=150	القوة التمييزية للفقرات بطريقة المجموعتين طرفيتين
153	علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية
156-154	الخصائص السيكومترية لمقياس ما وراء الاداء الاكاديمي الصدق - الثبات
157	1- الصدق
158	2- الثبات
159-161	التطبيق النهائي للمقاييس
162-161	الوسائل الاحصائية
	<b>الفصل الرابع / نتائج البحث وتفسيرها ومناقشتها</b>
165	عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها.
172-165	الاستنتاجات.
175-173	التوصيات.
187-177	المقترحات.
	<b>المصادر</b>
192-189	المصادر العربية.
194	المصادر الأجنبية.
	<b>الملاحق</b>
A-C	ملخص الرسالة باللغة الإنكليزية.

## ثبت الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	ت
26	الفرق بين الشخصية الانسحابية واضطراب الشخصية التجنبية	1
108	مجتمع البحث	2
110	عينة البحث	3
112	اراء المحكمين حول صلاحية فقرات مقياس اضطراب الشخصية التجنبية	4
113	فقرات مقياس اضطراب الشخصية التجنبية قبل وبعد التعديل	5
115	اعداد طلبية عينة التحليل الاحصائي بحسب الجنس	6
118 - 117	القوة التمييزية لفقرات مقياس اضطراب الشخصية التجنبية بطريقة العينتين الطرفيتين	7
120-119	قيمة معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس اضطراب الشخصية التجنبية	8
121	علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي اليه	9
122-121	ارتباط درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس	10
124	معامل الثبات باستعمال الفا كرونباخ واعادة الاختبار	11
125	المؤشرات الإحصائية لمقياس اضطراب الشخصية التجنبية	12
129-128	اراء المحكمين حول صلاحية فقرات مقياس نقد الذات	13
132-130	القوة التمييزية بطريقة المجموعتين الطرفيتين لفقرات مقياس (نقد الذات	14
134-133	علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي اليه	16
138	الثبات باستخدام إعادة الاختبار والفاكرونباخ	17
139	الخطأ المعياري لأشكال نقد الذات	18
140-139	المؤشرات الإحصائية لمقياس اشكال نقد الذات	19
146	مفتاح التصحيح لمقياس ما وراء الاداء الاكاديمي	20

الصفحة	عنوان الجدول	ت
146	الفقرات الايجابية والسلبية لمقياس ما وراء الاداء الاكاديمي	21
147	اراء المحكمين حول صلاحية فقرات مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي	22
148	فقرات مقياس ما وراء الأداء الأكاديمي قبل وبعد التعديل	23
153-150	القوة التمييزية لمقياس ما وراء الاداء الاكاديمي	24
154-153	ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس ما وراء الاداء الاكاديمي	25
155	علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي اليه لمقياس ما وراء الاداء الاكاديمي والدرجة الكلية للمقياس	26
156	ارتباط درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس	27
159	معامل الثبات باستعمال الفا كرونباخ واعادة الاختبار	28
159	الثبات والفاكرونباخ والخطأ المعياري للمقياس ما وراء الاداء الاكاديمي	29
159	المؤشرات الإحصائية لمقياس ما وراء الأداء الاكاديمي	30
167	نتائج اختبار (ت) لعينة واحدة لمعرفة اشكال نقد الذات لدى طلبة الجامعة	31
169	قيمة اختبار (ت) لعينة واحدة لمعرفة ما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة	32
170	العلاقة الارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية وما وراء الأداء الاكاديمي	33
171	العلاقة الارتباطية بين اشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي	34
173	الفروق في العلاقة الارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة على وفق متغير الجنس (ذكور - اناث)	35
174	الفروق في العلاقة الارتباطية بين الشخصية التجنبية وما وراء الاداء الاكاديمي على وفق متغير التخصص	36
176	الفروق في العلاقة الارتباطية بين اشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة على وفق متغير الجنس	37

الصفحة	عنوان الجدول	ت
177	الفروق في العلاقة الارتباطية بين اشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة على فق متغير التخصص	38
179	العلاقة لارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي	39
180	الاختبار الفائي الكلي لتحليل الانحدار	40
181	نسبة اسهام اشكال نقد الذات واضطراب الشخصية التجنبية في ما وراء الأداء الاكاديمي	41
182-181	متغير الشكل الاول من اشكال نقد الذات يسهم بشكل	42
183	الاختبار الفائي الكلي لتحليل الانحدار	43
183	نسبة اسهام اشكال نقد الذات في ما وراء الأداء الاكاديمي	44
184	نسبة الاسهام النسبي لاشكال نقد الذات في ما وراء الاداء الاكاديمي	45

## ثبت الاشكال

الصفحة	عنوان الشكل	ت
58	الاساس العصبي لنقد الذات	1
118	توزيع افراد عينة البحث على مقياس اضطراب الشخصية التجنبية	2
132	توزيع افراد عينة البحث على مقياس نقد الذات (ضعف ملائمة الذات)	3
133	توزيع افراد عينة البحث على مقياس نقد الذات (كره الذات)	4
134	توزيع افراد عينة البحث على مقياس نقد الذات (طمأنة الذات)	5
الصفحة	ثبت الملاحق	ت
186	كتاب تسهيل المهمة المعنون الى رئاسة جامعة بابل قسم التسجيل وشؤون الطلبة ذي العدد 3780 بتاريخ 2022/4/18	1
187-188	أسماء السادة الخبراء بحسب اللقب العلمي والحروف الهجائية والتخصص ومكان العمل	2
189-193	مقياس اضطراب الشخصية التجنبية بصيغته الاولى	3
194-196	مقياس اضطراب الشخصية التجنبية بصيغته النهائية	4
197-201	مقياس أشكال نقد الذات بصيغته الاولى	5
202-205	مقياس أشكال نقد الذات بصيغته النهائية	6
206-211	مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي بصيغته الاولى	7
212-216	مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي بصيغته النهائية	8

**-Ministry of Higher Education and Scientific**

**Research**

**University of Babylon**

**College of Education for Humanities**

**Department of Educational and Psychological Science**



**Avoidant personality disorder, and self-criticism and their  
relationship to the meta academic performance of university  
students**

**Thesis submitted**

To the Council of the College of Education for Humanities  
/University of Babylon and It is part of the requirements for  
a Doctor philosophy in Educational Psychologyes

**By :**

**Damiaa Hameed Salal Alsultani**

**Supervised By:**

**Prof. Dr . ALI MAHMOOD KADHIM MOUSA AL-JUBOURI**

# **Avoidant personality disorder, and self-criticism and their relationship to the academic performance of university students**

## **Abstract of the research**

Attention to the academic side of the student is one of the most important aspects of the educational process that may be affected by the student's level of thinking, and the nature of the psychological personal pressures he faces. The student's performance may be affected by the nature of metacognitive aspects such as planning, estimating the value of the benefit of the study material, and the extent of his participation, which can be said to be affected by the individual's view of himself.

The current research aims to identify

1. Avoidant personality disorder among university students.
2. Self-criticism among university students (and its three forms: poor self-acceptance, self-hatred, and self-reassurance).
3. Meta the academic performance of university students.
4. The correlation between avoidant personality disorder and beyond academic performance among university students.
5. Differences in the correlation between avoidant personality disorder and Meta the academic performance of university students according to the variables of gender (male - female) - specialization (scientific - human).
6. The correlation between forms of self-criticism and beyond the academic performance of university students.
7. Differences in the correlation between forms of self-criticism and meta academic performance among university students according to the variables of gender (male - female) - specialization (scientific - human).

8. The correlation between avoidant personality disorder and forms of self-criticism and beyond the academic performance of university students.

9. The contribution of the variables of avoidant personality disorder and self-criticism in the academic performance of university students.

In order to achieve the objectives of the research, three tools were required: the first to measure the avoidant personality disorder, the researcher adopted the Kadouri scale (2016), the second tool to measure the forms of self-criticism that the researcher built, and the third tool to measure what is meta the academic performance that the researcher built, and after the researcher verified the psychometric properties of the research tools, it was applied to a sample consisting of (377) male and female students from the University of Babylon. Using appropriate statistical methods, the research reached the following results:

1. The prevalence of avoidant personality disorder among university students, at a rate of (9%)
2. University students do not have poor self-acceptance, but they do have self-loathing and self-assurance.
3. University students have meta academic performance
4. A weak, direct, non-statistically significant correlation between avoidant personality disorder and ameta academic performance of university students.
5. There are no statistically significant differences in the correlation between avoidant personality disorder and meta the academic performance of university students according to the variables of gender (male-female) and specialization (scientific-human).

6. There is a weak, non-statistically significant inverse correlation between poor self-acceptance and meta academic performance, and there is a weak, non-significant direct correlation between self-hate and meta academic performance, and there is a statistically significant direct correlation between self-reassurance and meta academic performance.

7. There are no statistically significant differences in the correlation between forms of self-criticism and meta academic performance, according to the gender variable (male-female). There are no statistically significant differences in the correlation between poor self-acceptance and self-hatred and meta academic performance according to the specialization variable (scientific - human), and there are statistically significant differences between self-reassurance and meta academic performance according to the specialization variable (scientific - humanistic) in favor of scientific specialization.

8. There is a correlation between avoidant personality disorder, self-criticism and meta academic performance among university students.

9. Contribution of avoidant personality disorder and self-criticism meta academic performance.

**In light of the results, the researcher made a number of recommendations and proposals**

# الفصل الاول

❖ تعريف بالبحث

- اولا:- مشكلة البحث
- ثانيا:- اهمية البحث
- ثالثا:- اهداف البحث
- رابعا:- حدود البحث
- خامسا:- تحديد المصطلحات

# الفصل الثاني

## ✦ اطار نظري ودراسات سابقة

### الاطار النظري

اولا:- اضطراب الشخصية التجنبية

- تصنيف اضطرابات الشخصية التجنبية

- الاعراض

- التشخيص

- العلاج

- النظريات التي فسرت اسباب اضطراب الشخصية التجنبية

- مناقشة النظريات

ثانيا:- نقد الذات

- انواع نقد الذات

- الاساس العصبي لنقد الذات

- النظريات التي فسرت اسباب نقد الذات

- مناقشة النظريات

ثالثا:- ما وراء الاداء الأكاديمي

- خصائص ما وراء الاداء الاكاديمي

- النظريات التي فسرت ما وراء الاداء الاكاديمي

- جوانب الافادة من النظريات

الدراسات السابقة

- دراسات تناولت اضطراب الشخصية التجنبية

- دراسات تناولت نقد الذات

- دراسات تناولت ما وراء الاداء الاكاديمي

- الموازنة بين الدراسات السابقة

# الفصل الثالث

❖ منهجية البحث و اجراءاته

اولا:- منهج البحث

ثانيا:- مجتمع البحث

ثالثا:- عينة البحث

رابعا:- اداة البحث

خامسا:- التطبيق النهائي

سادسا:- الوسائل الاحصائية

# الفصل الرابع

❖ عرض النتائج وتفسيرها ومناقشتها

- الاستنتاجات
- التوصيات
- المقترحات

# الملاحق

# المصنوع

مصادر عربية -

مصادر اجنبية -

---

## مشكلة البحث ( Problem Sereach ) :

تمثل المرحلة الجامعية نقطة الانطلاق المؤهلة لالتحاق بالحياة المهنية، إذ يواجه فيها الطالب تحديات متعددة تتطلب الفاعلية في استخدام الاستراتيجيات المعرفية لتحقيق أهداف، ويعد الأداء الاكاديمي أحد التحديات التي تواجه الطالب (الصادق،2022:2). إذ يعد الأداء الأكاديمي لدى طلبة الجامعة أحد أهم المشكلات التي تواجه المؤسسات التعليمية الذي يؤثر على فاعلية دراستهم وقدرتهم على الأداء بشكل جيد، إذ اشارت دراسة الزيات (2006) أن الاداء الجيد لا يتحقق بصورة مرضية ومقبولة بشكل يلبي أهداف ومتطلبات العملية التربوية، الأمر الذي يجعل بلوغ مستويات جيدة في الأداء الاكاديمي لدى الكثير من المتعلمين مشكلة قائمة بذاتها، إذ أن هذا الضعف ليس بسبب انخفاض درجات الذكاء أو النقص في الجهد المبذول من المتعلمين او ضعف الميل للدراسة وانما بسبب انخفاض مهاراتهم في تنظيم المعلومات وتجهيزها واسترجاعها بصورة منظمة وواضحة وموجهة (الزيات،2006:344)، وهذا ما أشارت إليه دراسة باركلي (Barkley, 2017) إن طلبة الجامعة يمرون بعدت ادوار في حياتهم اليومية التي تتطلب منهم التواجد في بيئات جديدة، والتعرف على أشخاص جدد، وتعلم مهارات واكتساب خبرات جديدة، والارتقاء إلى متطلبات جديدة، تشكل تحديا للتغيرات البيولوجية والنفسية والاجتماعية في ظل التطور العلمي والتكنولوجي الذي تشهده المجتمعات المعاصرة (2022:339) (Preiss,).

فضلا عن أن البيئة الاكاديمية الجامعية تشكل تحدي للطلاب تنطوي على مجموعة من الضغوط النفسية تتطلب التعامل معها لان ضعف القدرة على مواجهة هذه الصعوبات الاكاديمية تدفعه الى الضيق والتوتر وهو ما يسبب أزمة واضطرابات نفسية للطلاب وعجز عن التوافق والتواصل مع الآخرين (Thomas,2009:245). وبنفس الاتجاه تشير دراسة نومي واخرون (Noemy.et.al,2017) أن هذه الضغوط النفسية تجعله سلبي وينعكس هذا على الجانب الاكاديمي والدراسي (Noemy et. al,2017:267-269)، لذا تتضح مشكلة البحث ان البعض من الطلبة يواجه صعوبة في الحفاظ على التحفيز والدافعية العالية للأداء الأكاديمي، وقد يشعرون بالملل أو الاحباط من الدروس والمواد التعليمية مما يؤثر سلبًا على تحصيلهم الأكاديمي (الحارثي، وايمان، 2022:165). والتي قد تعود الى ضعف متطلبات ما وراء الاداء الاكاديمي

مثل المشاركة السلوكية، وقلة الاهتمام بالموضوع، وضعف الكفاءة الاكاديمية الذاتية التي تتأثر بعناصر ما وراء المعرفة المتمثلة بالتخطيط التقويم والمتابعة والتنفيذ، والوعي بالعمليات المعرفية كأحد أهم العمليات المعرفية المسؤولة عن جودة الأداء الأكاديمي (Wallner,2008:422). وتظهر مشكلة البحث بوضوح في أن ما وراء الاداء الاكاديمي يتأثر بالقابلية على التنظيم والمتابعة والتقويم من خلال مراقبة النشاط المعرفي الذي يتأثر بالمعتقدات الذاتية عن أداء الفرد تمثل الوعي بعمليات الذاكرة، وتوجيهها والسيطرة عليها باعتبارها أحد مكونات ما وراء المعرفة (Metacognition)، إذ قد تضطرب هذه العمليات بسبب طبيعة الشخصية لأنها أمر حيوي لتحديد من نحن كأفراد كونها تنطوي على مزيج فريد من السمات التي تؤثر بالمواقف والأفكار والسلوكيات، وكذلك كيفية التعبير عن هذه السمات في تفاعلاتنا مع الآخرين ومع العالم من حولنا وضعف قدرة الفرد على تحقيق أهدافه (Stern,2004:32). كذلك فإن الصراعات والاضطرابات النفسية التي يمر بها الطالب ويعيشها حول مستقبله الدراسي والوظيفي تؤثر على أدائه للمهام التعليمية المختلفة، فالمناخ النفسي السيء قد يلقي بضلاله على ضعف قدرة الطالب على القيام بالواجبات الدراسية وضعف تحصيله الاكاديمي (Menekse.et.al,2020:3).

فقد أشارت دراسة لايسكر وآخرون ( Lysaker et.al,2005 ) إن إهمال العلاقة بين الجانب النفسي للفرد وما وراء الأداء يؤدي الى الغشل في فهم التكامل بين الروابط والعلاقات بين ما وراء عملياته المعرفية وادائه الاكاديمي، وعدم معرفة اوجه القصور لتلك العمليات (Lysaker.et.al,2005:12) ولذا يمكن القول ان اضطرابات الشخصية المبكرة وضعف الذات قد تؤدي الى خلل في العمليات المعرفية مما يؤثر سلباً على جميع جوانب حياة الفرد منها تحصيله الدراسي (Yassin.et.al,2020:24\_29).

ولهذا فإن مشكلة البحث قد تظهر بوضوح عند اضطراب الشخصية والتي قد تسبب تصورات مشوهة للواقع، وسلوكيات غير طبيعية، وضيق عبر مختلف جوانب الحياة، بما في ذلك العمل والعلاقات والتوافق الاجتماعي، بالإضافة إلى ذلك قد لا يتعرف الأشخاص المصابون باضطراب الشخصية على سلوكياتهم المزعجة أو التأثير السلبي الذي يتركونه على الآخرين (ماكمورن، وهوارد، 2012:614). ويمكن أن يتأثر بمجموعة من العوامل الاجتماعية والوراثية والبيولوجية. على وجه التحديد، ارتبطت اضطرابات الشخصية في الطفولة والمراهقة بمزاج يتميز بالتنشيط

السلوكي، بما في ذلك خصائص الخجل والانطواء والخوف من المشاركة في المواقف الدراسية (Eikenaes.et.al,2013:746)، وما يؤيد ذلك فقد اشارت أدبيات علم النفس ان العديد من الأشخاص الذين تم تشخيصهم بإضطراب الشخصية قد تعرضوا لتجارب سابقة مؤلمة ومزمنة من النقد والرفض من قبل الوالدين أو الأقران، بسبب خصائصهم النفسية (الخجل ، واضطرابات السلوك ، واضطراب الاستقزاز المعارض ، واضطراب نقص الانتباه / فرط النشاط) أو عيوب جسدية (Zou,2022:27). ومن الاضطرابات التي يعاني منها طلبة الجامعة في مرحلة المراهقة وبداية سن الرشد هي اضطراب الشخصية التجنبية والتي تظل ملازمة طيلة حياتهم، فأضطراب الشخصية هو اضطراب طويل الأمد يتميز بأنماط سلوكية غير تكيفه فيما يتعلق بأدراك الذات والبيئة المحيطة إلا إذا تم التدخل العلاجي مبكراً (ابراهيم،2010:80).

فقد اشارت دراسة اندريو واستيفن (Andrew & Steven,2015) إن الافراد الذين يعانون من اضطراب الشخصية التجنبية لديهم مستويات عالية من الصعوبات على مستوى سلوكهم الشخصي وضعف مفهوم الذات والعجز عن العمل عبر مجالات متعددة (الحديبي، والدواش،2020:423). كذلك أشارت دراسة ماير (Mayr,2002) إلى وجود علاقة بين صدمات الطفولة واضطراب الشخصية التجنبية التي أجراها على طلبة الجامعات الذين يعانون من اضطراب الشخصية التجنبية كانت لديهم ذكريات طفولة سلبية أكثر من طلبة الجامعات الذين يعانون من اضطرابات شخصية اخرى فالمتوقعون المتشائمون أكثر عرضة للأصابة بهذا الاضطراب خاصة عندما تتعزز ذكرياتهم بتجارب الطفولة الاجتماعية السيئة التي تولد العزلة والرفض والتجنب (Eikenaes,2016:173).

ايضاً أشارت دراسة فانجمين وكانج (Fangmin & Gang,2013) أنه بالمقارنة مع طلاب الجامعات العاديين، فإن طلاب الجامعات الذين يعانون من اضطراب الشخصية التجنبية لديهم تجربة عاطفية سلبية أكثر وتجربة عاطفية أقل ايجابية، أما فيما يخص خصائص التنظيم المعرفي والعاطفي لطلبة الجامعات الذين يعانون من اضطراب الشخصية التجنبية وجدت الدراسة أن الطلبة يستخدمون التنظيم المعرفي والعاطفي غير التكيفي في مواجهة الاحداث السلبية على شكل إلقاء اللوم على الذات (Hummelen,2013: 19). وسبب ذلك يعود الى أن الحاجة إلى الارتباط بالوالدين الذي يكون عرضة للرفض تجعل الشخص المصاب بالاضطراب جائعاً

للعلاقات، لكن رغبته الكبيرة تتطور تدريجياً إلى "قوقعة" دفاعية لحماية الذات ضد النقد الأبوي المتكرر. كذلك، يزعم العديد من الأشخاص الآخرين أنهم واجهوا مشاكل مع والديهم شديداً الحماية، مما منعه من تطوير شخصيته، فقد أشارت دراسة الواعظ (2006) إن وصف الافراد بصفات سيئة (كالأساءة اللفظية) مثل سيء، غبي من قبل والديهم يكونون أكثر عرضة لنقد الذات من خلال استيعاب هذه التسميات بسهولة، إذ أن نقد الذات يتوسط بشكل كامل بين الأساءة اللفظية واضطراب الشخصية التجنبية والقلق (Gilbert and Procter, 2006: 356).

ويعد اضطراب الشخصية التجنبية من أكثر اضطرابات الشخصية شيوعاً وانتشاراً حيث يتراوح الانتشار بين ( 11% - 57% ) بين المجموعات السريرية ويرتبط بمستويات شديدة من الضعف النفسي والاجتماعي وضيق الذات وإنخفاض جودة الحياة (4: Sorensen, 2018). وهذا ما أشارت إليه نتائج البحوث والدراسات الى ارتفاع نسبة انتشار اضطراب الشخصية التجنبية لدى طلبة الجامعة، إذ أشارت دراسة ناصر (2002) ان نسبة انتشار اضطراب الشخصية التجنبية بلغت (18%) مقارنة بما قدرته جمعية الطب الأمريكية لانتشار اضطراب الشخصية التجنبية لدى عامة السكان حيث بلغت النسبة (2,4%)، ودراسة كل من ابراهيم ومحمد (2019) أن نسبة انتشار اضطراب الشخصية التجنبية بلغت (38%) لدى طلبة الجامعة (بثينة، 2022: 7).

وأشارت دراسة عطا الله (2017) إن اضطراب الشخصية التجنبية يعد أحد أكثر اضطرابات الشخصية التي تولد عواقب نفسية سلبية بما في ذلك زيادة التأثير السلبي وانخفاض التأثير الايجابي لاحترام الذات والشعور بالوحدة الذاتية، وانخفاض صورة الذات (الأزيرجاوي، ومروة، 2019: 56)

لذا تعد من الاضطرابات الخطيرة والنمهة التي تواجه المجتمع نظراً لما تحدثه من أضرار للفرد والمجتمع، وهذا ما أشارت إليه دراسة باركر (Parker, 2004) فهي ترتبط بمجموعة من العوامل، منها ضعف الاداء الاكاديمي للطلبة، الادمان على الكحول، والاكتئاب والامراض العصابية، وسوء التوافق المهني والاجتماعي (Parker, 2004: 5). وتظهر مشكلة البحث بوضوح لأن اضطرابات الشخصية التجنبية قد تتفاقم بسبب الضغوط النفسية والأكاديمية للطلبة، إذ تشير دراسة رينكروس وآخرون (Ringrose et al, 2013). ودراسة رانديسب وكيس (Randsepp and Kais, 2019) إن التعرض المستمر للضغوط النفسية مثل التمر، مشاكل

صورة الجسم ( عدم الرضا عن المظهر)، الاسراف في استخدام وسائل التواصل الاجتماعي، والضغوط الأكاديمية التي تتطلب أداء أكاديمي عالي ( Stentiford et al, 2021: 5).

إذ تؤدي الحاجة المتزايدة في العلاقات الشخصية ( التوجه الاجتماعي) الى زيادة خطر الإصابة باضطراب الشخصية التجنبية، في مواجهة الضغوطات مثل الخسارة والشعور بالوحدة، كذلك فإن تعرض الفرد للنقد في العلاقات الشخصية يؤدي الى تزايد نقد الذات مما يعاني الفرد في فشل يتعلق بالأداء والشعور بالدونية أو تضائل تقدير الذات (Siever,2022:3).

ولهذا فقد أشارت دراسة ويرنر وآخرون (Werner et al, 2019) إن كثرة التعرض لنقد الذات عامل ضعف تشخيصي لمشاكل الصحة العقلية يرتبط بمجموعة من الأمراض النفسية مثل الاكتئاب، والانتحار، واضطرابات الأكل، واستخدام المخدرات، والاعراض الذهانية، والقلق الاجتماعي والمشاكل الشخصية (Gilbert.et.al ، 2006:183).

ويرى جيلبرت ووديات (Gilbert & Woodyatt ، 2004) أن ذوي نقد الذات لديهم سمات شخصية انتحارية تتميز بمشاعر الدونية وعدم الكفاية (Gilbert & Woodyatt، 2017:3)، وان هناك تفاعلاً بين نقد الذات والطمأنينة داخل ذات الفرد ويقترح أن نقد الذات يسبب كره الذات الذي يتسم بزيادة مشاعر الاحباط والحاجة لتقليل هذا الشعور فانهم ينتقدون انفسهم بشكل غير واقعي واتخاذ موقف عقابي إتجاه الذات بعد الفشل، إذ أن الافراد الذين ينتقدون ذاتهم يميلون الى الاعتماد على انفسهم ولأنهم يرون أنهم يستحقون مكافئتهم على إنجازاتهم (Gilbert et al,2004) وان كراهية الذات هي أكثر مسببات الأمراض النفسية، وترتبط بمشاكل الصدمات المبكرة في الحياة بما في ذلك سوء المعاملة، هنا لا يحاول الفرد تحسين نفسه بل التخلص من أجزاء منه وقد يضطر الفرد لأنكار جزء من سلوكياته لتقليل لوم الذات، إذ اشارت دراسة جيلبرت وآخرون (Gilbert ,et al ,2010) أن نقد الذات الية دفاعية غير قادرة على التكيف مرتبطة بقلة التحصيل واستراتيجيات الاعاقة الذاتية مثل التسويف وعدم القدرة على إمتلاك موقف ذاتي متوازن عند مواجهة الاخفاقات تنعكس على الاداء الاكاديمي الأمثل مع ضعف التوجه النفسي للطلبة نحو اداء واجباتهم الأكاديمية (Kable,et al ,2017:13). فقد أشارت دراسة كالغير (Gallagher,2011) التي أجريت على عينة من طلبة الجامعة أن الصحة العقلية أصبحت مصدر قلق متزايد في جميع أنحاء العالم خاصة مع تزايد عدد الطلبة الذين

يسعون للحصول على خدمات الدعم النفسي والارتقاء بمستويات عالية في الاوساط الاكاديمية والتي ترتبط بالارهاق والقلق والاكتئاب (McIntyre,2017:27)، فقد توصلت دراسة توكر ولو (Tucker& Luu,2012) أن نقد الذات يرتبط باعراض القلق مثل اليقظة المفرطة، والتحيز في التفكير السلبي، والمشاكل الأردية وإضطراب الساعة البيولوجية، وخلل في تنظيم العواطف (Tucker& Luu,2012:25).

وتبرز مشكلة نقد الذات ان الفرد الذي لديه نقد ذات عالي يميل إلى اضطهاد الذات، وتبدو هنا المشكلة فهذه الوظيفة قد إرتبطت بعدد من المشكلات لدى معظم المضطربين، كإيذاء الذات، والقلق، والاكتئاب (Mills.et.al, et.al,2007:358). وهذا ما اشارت اليه دراسة مونجرين وليثر (Leather & Mongrain2006) أن كثرة استخدام نقد الذات للفرد تجاه السلوكيات الخاطئة ارتبط بصورة دالة بالكشف عن الأصابة بأضطراب الشخصية والاكتئاب. كما أوضحت نتائج دراسة إهريج وأخرون (Ehring et.al, 2008) إنخفاض الاداء الاكاديمي للطلاب الذي يميل الى النقد أو لوم الذات (Self-blame) وذلك موازنة بأولئك الذين لم يعتادوا إستخدام نقد الذات تجاه السلوكيات الخاطئة (Kitayama & Uchida,2003:2).

وتظهر مشكلة الأثر السلبي الذي يتركه نقد الذات من التميز بين العينات السريرية وغير السريرية فقد جادل عدد من المؤلفين منهم ليو واخرون (Lau et al,2010) انه يوجد الكثير عن جوانب نقد الذات عبر الثقافات، والافتقار الى ادوات قياس ثابتة ذات هيكل ثابت لذلك وجود حاجة لفحص دقيق لنقد الذات عبر الثقافات ذات اهمية لما لها من تأثير على الصحة العقلية للفرد (Falgares,et al,2017:4).

وما يؤيد ذلك فأن مشكلة البحث الحالي تتضح من خلال استعراض الدراسات والأدبيات السابقة، كذلك من خلال ملاحظة الباحثة ان ما يعانيه الطلبة في الوقت الحاضر من ضغوط اجتماعية ونفسية، وقلة وجود فرص العمل وما يترتب عليها من اثار سلبية يمتد اثرها على جميع مفاصل حياتهم الاجتماعية والاكاديمية بسبب ظهور مواقع السوشيل ميديا (مواقع التواصل الاجتماعي) أدت الى إنعزال أغلب الشباب عن العالم الخارجي، وقلة التواصل والتفاعل الاجتماعي المباشر مما قد يؤدي الى تكوين شخصية تجنبية انطوائية، وما يزيد الامر تعقيد إنتشار تعاطي المخدرات بين الأفراد والبطالة، والانتحار.... الخ

لذا يحاول البحث الحالي الأجابة عن التساؤل الأتي:

- ما علاقة اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات بما وراء الأداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة؟

### أهمية البحث (Problem Search) :

يعد التعليم الجامعي أحد أهم مراحل العملية التعليمية، حيث أنه يمثل قمة الهرم التعليمي الذي يهدف الى إعداد الأفراد بصورة منظمة وموجهة للحياة، إذ أن ما تشهده هذه المؤسسات من تطور في مجال العلم والتكنولوجيا تعمل على تزويد الطلبة بأفكار واساليب عقلية جديدة تمكنهم من زيادة معلوماتهم ومعارفهم من أجل تنمية الاداء الاكاديمي لهم، والذي يعد الأساس لمتطلبات المهنة التي سيزاولها الطالب بعد التخرج(النعاس، و خليل،2016:96) والأعداد الأكاديمي مؤشراً للدور المستقبلي الذي يؤديه في التنمية البشرية والاقتصادية والاجتماعية بما يوفره من قوة عاملة مؤهلة لقيادة المجتمع( ناصر ، 2015: 5). ولتحقيق ذلك لابد من الاهتمام بالعناصر الأساسية لما وراء الاداء الاكاديمي، لذا تبرز اهمية ما وراء الاداء الاكاديمي أنه يجعل الطلبة قادرين على استعمال معرفتهم وقدراتهم العقلية بصورة أكثر فاعلية (Oyserman,2014:679). فقد اشارت دراسة (Dixon,et at,2016) أن ما وراء الاداء الاكاديمي لدى الطلبة كمتغير مؤثر في اداء الطلبة وتحصيلهم الاكاديمي مثل التمتع بمستويات عالية من المهارة الاكاديمية، والكفاءة الذاتية الاكاديمية، والبنى التحفيزية المتعلقة بالاداء، إذ وجد فيلدمان ان ما وراء الاداء الاكاديمي لدى الطلبة الموهوبين أسباب اخرى مثل القدرة على أداء المهام الاكاديمية ولديهم روح الشغف والمثابرة على تحقيق اهداف طويلة الأمد (Dixon,et at,2016: 67).

كذلك اشارت دراسة يميتر واخرون (Demetriou.et.al,2019) أن ما وراء الاداء الاكاديمي له دور مهم في تحفيز وإثارة دافعية الطلبة الاكاديمية، وأستثمار امكانياتهم وقابلياتهم في الاداء من اجل تحسين نتائجهم الاكاديمية(Demetriou.et.al,2019:422).وتوصلت دراسة بايدن ونيومان (Padden&Neumann,2022) أن ما وراء الاداء الاكاديمي يمكن الطلبة من تقييم الصعوبات المرتبطة بأدائهم الاكاديمي فهو يتضمن العديد من المهارات الحياتية والاجتماعية فضلا عن درجة من الأستقلالية، والتحفيز الذاتي، إذ عادة ما يكون هؤلاء الطلبة بارعين للغاية

وقادرين أكاديميا على النجاح في الجامعة، لذا من الضروري أن يختار الطلبة برامج وتحديات مناسبة لأحتياجاتهم(Wenzel and Brown,2014:1). لذا يمكن القول ان أهمية ما وراء الاداء الاكاديمي أنه يساعد على تطوير إستراتيجيات معرفية معقدة تعزز الأنظمة المعرفية من خلال إستخدام إستراتيجيات تكيف التي يمكن مواجهتها عند التعرض للضغوط النفسية (Marin& Brown,2008:2). لذا يمكن القول أن ما وراء الاداء الاكاديمي يؤثر على العديد من الجوانب التي يعتقد أنها تؤثر على الدافع الاكاديمي للفرد مثل اختيار الانشطة، مستوى الجهد، والمثابرة، ردود الفعل العاطفية، اذ يميل الافراد الى إختيار المواقف أو المسائل التي تشكل تحدي لقدرتهم في حل المشكلة، إذ يتعمق الأفراد في المهام بكفاءة عالية ويفضلون الاندماج في الانشطة التي يعتقد إنها تتجاوز قدراتهم المعرفية، فهم أكثر استعداد لأختيار المهام الصعبة ويحاولون اكثر في الحفاظ على تقدم أدائهم الاكاديمي(Galarza et.al,2020:444).

لهذا فقد أشارت ادبيات علم النفس التربوي أن ما وراء الاداء الاكاديمي له أهمية كبرى في المؤسسات التعليمية ومن نظر التربويين لما له من أهمية في تنمية مهارات التفكير فوق المعرفي وعدم الاقتصار على المعرفة بذاتها بل إكساب الطلبة مجموعة من المعارف في عصر تتضاعف فيه المعرفة في شتى المجالات فلا بد من اكساب الطلبة مهارات تمكنهم من السيطرة على معارفهم والتحكم فيها وتقويمها حتى لا يسلم الطلاب بما يعرفونه بل يقيمونه ويطورونه للوصول الى افضل النتائج الاكاديمية(Demetriou,2019:4)، حيث وجد أن الافراد الذين يستخدمون قدراتهم في تنمية ما وراء قدراتهم الاكاديمية تكون كفاءتهم الاكاديمية عالية في فهم مشاعرهم، وتسيير أمور حياتهم، وتحديد اختياراتهم، والاهتمام بالمواضيع الدراسية مُدركين للعمليات العقلية والمعرفية التي يقومون بها اثناء ادائهم الاكاديمي (Wigfield.et.al,2016:5).

كذلك تتجلى اهمية البحث ان ما وراء الاداء الاكاديمي يدفع المتعلم الى توسعة مداركه وتنمية قدرته على التفكير العميق، واجراء التحليلات، وايجاد الروابط والعلاقات بين المواضيع التي يدرسها، والبحث عن الأدلة والشواهد، وايجاد معنى لما يتعلمه، هذا بالاضافة الى ان فهم المتعلم ووعيه لما يقوم به يمكنه من ادارة الوقت بطريقة منظمة تقود الى اختصار الكثير من الجهد والوقت اللازمين لأنجاز المهمات(العنزي،2021:3). ومن جانب اخر يمكن ان يتاثر ما وراء

الاداء الاكاديمي بحاجة الافراد الى الانتماء الاجتماعي فهي دافع بشري اساسي يشعرون من خلالها بالقبول والاهتمام (Yeung,2022:71). ان الطالب الجامعي هو فرد اجتماعي في تفاعل مستمر مع الاخرين ومن خلال هذا التفاعل يعبر بحرية عن مشاعره الإيجابية والسلبية ورائه وافكاره ومعتقداته وحاجاته وتصوراته عن ذاته، لذلك تتضح اهمية ما وراء الاداء الاكاديمي قي تقليل الضغوط التي يتعرض لها المتعلمون اثناء عملية التعلم، وتنظيم السلوك الذاتي، والوعي بالذات من خلال مراقبة انفسهم خلال عملية التعلم التي تتيح لهم فرصة اختيار استراتيجية التعلم الافضل التي تضمن الوصول للفهم الكامل (Camahalan,2006:77).

كذلك فإن ما وراء الاداء الاكاديمي يعد مؤشراً عن طبيعة اداء الطالب للمهام الدراسية وتفاعله مع تلك المهام والواجبات وشعوره الايجابي اثناء استعمال العمليات العقلية العليا في أدائه الاكاديمي، وقد أشارت دراسة كيفر وريان (Ryan&Shim,2008) أن ما وراء الاداء الاكاديمي أحد الاسباب التي تجعل المتعلم ينخرط في أنشطة سلوكية تمثل توجهات واسعة لتحقيق الكفاءة الاكاديمية (Ryan,2013:33).

يتضح مما سبق أهمية ما وراء الأداء الأكاديمي وذلك لأنه يساهم في جعل المتعلم أكثر فاعليه وحيويه فعندما ننظر إلى الأداء الأكاديمي بشكل أوسع نجد أنه يتأثر بالعوامل النفسية والاجتماعية والعاطفية والشخصية للفرد، لذلك فإن التركيز على ما وراء الأداء الأكاديمي يمكن أن يساعدنا في فهم العوامل الداخلية والخارجية التي تؤثر على أداء الفرد في البيئة التعليمية وتعزيز التحصيل الذاتي وبناء الثقة في الذات لدى المتعلم. عندما يتم تشجيع المتعلم على فهم مدى قدرته على التعلم وتحقيق النجاح، يصبح أكثر استعداداً للتحديات والمساهمة بشكل إيجابي في البيئة التعليمية. ولا تقتصر أهمية ما وراء الاداء الاكاديمي على المساهمة في رفع التحصيل الاكاديمي للطلبة، وتوفير بيئة تعليمية فعالة فحسب، فقد أظهرت الدراسات وجود علاقة ايجابية بين ما وراء الاداء الاكاديمي للطلبة وبعض المتغيرات الاخرى، فقد توصلت دراسة فان (Phan,2009) الى وجود علاقة بالغة الأهمية بين التعلم المنظم ذاتياً والكفاءة الاكاديمية ومهارات العمليات العقلية العليا لدى المتعلم (Korpershoek. et.al,2020:115).

وتظهر اهمية ما وراء الاداء الاكاديمي لأنه يتعلق بهوية الفرد الذاتية والتي تتضمن استقرار احترام الذات ودقة التنظيم الذاتي، والتوجه الذاتي عن طريق استخدام المعايير الداخلية البناءة،

والقدرة على الانعكاس الذاتي بشكل منتج لكن ذلك قد يتأثر عند ارتفاع نقد الذات لدى الطلبة وينعكس بشكل سلبي على ادائهم الاكاديمي (Bialka,2016:4).أذ يؤثر نقد الذات في التقدم التعليمي للطلاب، اذ يعاني الطلبة ذو الأداء المنخفض من ضعف الوعي ونقد الذات المفرط وهذا ما اشارت اليه دراسة بيلروني وحشمتاتي (Pellerone،Heshmati،2018) إلى وجود علاقة سلبية بين نقد الذات وادائهم الاكاديمي بمعنى أن مستوى ما ورائهم الاكاديمي ينخفض مع زيادة نقد الذات (Pellerone،Heshmati،2018:11).

ولهذا السبب تتجلى أهمية نقد الذات ان التمييز بين اشكال ووظائف نقد الذات مهم لان العديد من العمليات النفسية مثل الغضب او القلق يمكن ان يكون لها اشكال ووظائف مختلفة وستكون مرتبطة بالصعوبات الاجتماعية ومشاكل الصحة العقلية بطرق مختلفة، ينتقد الافراد الذات لانهم يعانون من الفشل ويشعرون انه ينبغي عليهم القيام بعمل افضل يمكنهم القيام به وهو ما يكون مرتبط بالكمال، وهذا ما توصلت إليه دراسة فلات وهوت (Flett & Hewill,1991) على عينة مؤلفة من (247) من طلبة الجامعة في أمريكا الى وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين نقد الذات وكمالية الذات (Flett & Hewill,1991:6).

وأشارت أدبيات علم النفس أن نقد الذات له أشكال ووظائف مختلفة، فعندما يركز نقد الذات على محاولة تحقيق الذات أو تصحيح سلوكيات الاحساس بعدم الكفاءة الشخصية يكون ذلك أقل نقداً مما هو عليه عندما يركز الفرد على المشاعر العدائية والأضطهادية تجاه الذات، إذ تشير كراهية الذات الى الشعور بالاشمئزاز والغضب مع الذات وظيفتها الاساسية الرغبة في اضهاد الذات ومعاقبتها واستبعادها ( الشخبي،2018:131)، وتظهر أهمية نقد الذات انه من التركيبات الشخصية التي تؤثر على النتائج النفسية والاجتماعية السلبية، اذ يتميز الافراد ذوي نقد الذات بإحساس ضعيف بقيمة الذات، والخوف من الفشل والشعور بالذنب، والمخاوف المفرطة بشأن الوضع الاجتماعي فضلا عن المخاوف من الخسارة والهجر والرفض ( Zuroff & Sibley,2017:3). ويرى جيلبرت واخرون (Gilbert. et. al,2004) إن الجوانب الايجابية لنقد الذات أو عدم كفاية الذات يرتبط بالدافع التنافسي والخوف من الدونية، فعند مواجهة صعوبات الحياة بكل صورها فإن الطريقة التي نعزو بها السببية لتلك الصعوبات والطريقة التي

نقيم بها أنفسنا او نحكم عليها او ندينها او نقبل بها وندعم بها ذاتنا لها تاثير كبير على التأقلم والمرونة والمثابرة (Gilbert et al,2004:7).

وتظهر أهمية البحث أن احد أشكال نقد الذات وهو اطمئنان الذات في نقد الافراد لذاتهم مهم إذ يجعلهم أكثر تحفيز لأنهم مهتمون بالتعلم من أخطائهم ويمكنهم المضي قدما بشكل اسرع بعد الانتكاسة ووضع اهداف جديدة بدلا من الوقوع بخيبة الامل وتوبيخ الذات يساعدهم الدعم والتشجيع على النجاح، وقد يأتي بعض الدعم من العائلة أو الأصدقاء أو الزملاء، ويمكنهم أيضا تزويد ذاتهم بالدعم العاطفي عن طريق إستبدال أفكار نقد الذات بأفكار أكثر واقعية واسناد عن الذات. وإطمئنان الذات حافظ أكثر فاعلية وإيجابية من نقد الذات (Martin,2019: 4). كذلك تتضح أهمية طمأنة الذات بجعل الفرد يتسم بالعقلانية والايجابية في التفكير وهذا ما أشار إليه نيف (Neff,2017) أن أحد أشكال نقد الذات الذي يتسم بالايجابية في التفكير هو طمأنة الذات ما يميزه القدرة على التحكم في المواقف غير السارة والنضج الفكري فهو بمثابة وسيلة لحماية الفرد من التأثير السلبي للمشكلات والاضطرابات النفسية والاجتماعية وتمكنه من ضبط إنفعالاته والتحكم فيها وينمي ثقته بذاته وتفاعله الاجتماعي (Neff,2017:27). وأشارت دراسة بوارت وآخرون (Puarte, et al, 2017)، أن طمأنة الذات اسلوب تواصلية تعاطفية مع الذات فهي عامل علاجي رئيسي تهدف الى اعادة التوازن الى نظام الجهاز العصبي (Gilbert.et.al,2004:31)، وتوصلت دراسة كولمان وآخرون (Colman,et.al,2022)، أن طمأنة الذات مورد نفسي يحمي الافراد الذين خرجوا عن مسارهم في مواجهة العقبات الاجتماعية ( Colman,et al, 2022: 3 )، وكذلك أظهرت دراسة كوترا وآخرون ( Kotera,et al,2022 ) التي أجراها على (130) طالبا وطالبة في الجامعة التشيكية أن هنالك تفاعلا بين النقد والطمأنينة، إذ أن طمأنة الذات تعمل حاجز وقائي ضد تطور الاضطرابات النفسية والاكتئاب والقلق على وجه الخصوص (Kotera,et al,2022:2)، كذلك توجد علاقة بين نقد الذات وتعاطف الذات. إذ يمنح تعاطف الذات فوائد متعددة للرفاهية بما في ذلك زيادة السعادة والترابط الاجتماعي والسلوك المعزز للصحة والابداع والتدخلات التي تزيد من التعاطف مع الذات تؤدي إلى العديد من النتائج النفسية والاجتماعية الإيجابية، خاصة لدى

الطلبة أن تكون لطيفا مع الذات بدل النقد ورؤية مشكلات الفرد كجزء من حالة انسانية وادراك الضيق بدلا من العزلة والتجنب والمبالغة فيه (Zuroff,2021:3).

وفي هذا الصدد أظهرت دراسة جناه ويوليادي (Jannah & Yuliadi,2022) التي أجراها في إحدى جامعات اندونيسيا على (54) طالبا تتراوح أعمارهم بين (18- 23) عاما أن نقد الذات وعدم التنظيم الانفعالي يؤثر على أداء الطلبة ويولد لديهم رغبة في إيذاء الذات (Jannah & Yuliadi,2022:1). إن الأفراد الذين يؤذون انفسهم ولديهم الشكل الأخر من أشكال نقد الذات وهو مشاعر الاشمئزاز والكرهية والنفور والاحتقار هذا الشكل من نقد الذات مرتبط بالمعاناة النفسية والشعور بالوحدة وكذلك منتشر بين الافراد المصابين بإضطرابات شخصية وإضطرابات ذهانية، لذا فإن إشمئزاز الذات وكره الذات مرتبطان ببعضهما البعض في أنظمة علائقية (Gilbert,2004:5). فقد أشارت دراسة فليت ودايفس (Flett & Davis,2003) التي أجراها على (167) من طلبة جامعة أونتاريو في كندا الى وجود علاقة بين نقد الذات وأنماط الشخصية والشعور بالوحدة، وقد وجدت الدراسة ان أسلوب الشخصية ونقد الذات كان مرتبطاً بمستويات مرتفعة من الوحدة (Davis & Flett,2003: 2). والخطر من ذلك ان نقد الذات لدى الافراد في مرحلة المراهقة يزيد من الشعور بالاكئاب والوحدة النفسية، إذا لم تجابه بنجاح وصولا الى مرحلة الرشد وقد تحدث المشكلة نفسها إذا اقترنت بأساءة اساليب المعاملة الوالدية الامر الذي يؤدي الى تطور نقد الذات لدى الفرد المراهق، إذ أشارت دراسة وارين (Warren,2016). أن نقد الذات في مرحلة المراهقة يتوسط بشكل كبير في العلاقة بين الإساءة اللفظية في مرحلة الطفولة من الوالدين والاكئاب والقلق في مرحلة المراهقة والبلوغ (Warren.et.al,2016:4).

لذا تتجلى أهمية نقد الذات في مرحلة المراهقة لأنها تتأثر بما سبقها وتؤثر بما يتبعها من مراحل نمائية اذ تتبلور في اثائها شخصية الفرد ومفهومة عن ذاته ونضجه الاجتماعي الى جانب كونها مرحلة تحول اجتماعي ثقافي في حياة الفرد (الأسدي، وعطاري،2014:675).

لذا تعد هذه المرحلة العمرية من اصعب المراحل بالنسبة للمراهق من حيث العلاقات الشخصية في البيت والمدرسة ، فالطالب في هذه المرحلة يتمرد على المراقبة والتوجيه والنقد في قبول النمط السلوكي المفروض عليه والسبب في هذا التحدي والرفض هو الحاجة الى تكوين الهوية (هاشم، 2016:5) وما يؤيد ذلك ما أشارت اليه أدبيات علم النفس الى ان الابناء المراهقين

الذين يتدخل الآباء في شؤونهم بشكل ايجابي ويشعرونهم بالحب والاحترام كانوا اقل تعرضا للأمراض النفسية ومشاكل الانحراف، وان ظهور مشكلة نقد الذات بشكل واضح في مرحلة المراهقة لأن حاجات هذه المرحلة اثبات الذات وتأكيد الهوية والحاجة الى الاعتماد على النفس وهي واحدة من اهم مظاهر النمو في هذه المرحلة(كاظم،2014:521).

ولكون نقد الذات يرتبط بتنظيم العمليات العاطفية والتنظيمية للأفراد، اذ اشارت دراسة جي (Gainey,2018) التي اجريت على عينة مؤلفة من (109) طالبا اكملوا مذكرات يومية مدتها (14) يوماً، وشملت الدراسة استراتيجيات تنظيم العاطفة التكيفية (بما في ذلك التفكير والدعم الاجتماعي والاستمتاع والقبول وإعادة التقييم)، والاستراتيجيات غير القادرة على التكيف بما في ذلك (الاجترار والتجنب السلوكي والإلهاء والتسويق وقمع تعبيرى)، وجدت الدراسة علاقة بين هذه الاستراتيجيات ونقد الذات (Everett and Cord,2021:6). وأشارت دراسة بلات (Blatt,1974) إن المستويات العالية من نقد الذات يمكن أن تمنح القابلية للتأثر بنوعين مختلفين من هؤلاء الافراد عندما يكونوا حساسون بشكل خاص لحالات الانفصال والفقان ويميلون الى الاستجابة لمثل هذه المواقف بمشاعر العجز والفراغ، في المقابل، النوع الثاني يشعر الأفراد الذين ينتقدون الذات بالقلق بشكل خاص بشأن تجارب الخزي والفشل الشخصي يميل الأفراد الذين ينتقدون أنفسهم بشدة إلى الشعور بالذنب ولوم الذات أثناء حالات الفشل المتصور (Warren et.al,2016:24).

وتتجلى أهمية دراسة نقد الذات من انه يرتبط بالعديد من المتغيرات منها على سبيل المثال الحساسية الانفعالية، اذ اشارت دراسة جاد (2021) أن الافراد ذو الحساسية الانفعالية السلبية يميلون الى النقد الذاتي وأصدار احكام سلبية قاسية عن الذات، ومحاولات جلد الذات المتكررة للوصول الى الكمال من ناحية، وسيطرة مشاعر الأحساس بعدم الجدارة والشك الذاتي وعدم السيطرة على الذات من ناحية اخرى (جاد،2021: 2533). ان نقد الذات يعمل كعائق سلبي على اداء الطلبة وتحقيق انجازاتهم، وهذا ما اشار اليه فيستينجر (Festinger,1954) في نظريته المقارنة الاجتماعية الى وجود علاقة بين المقارنة الاجتماعية ونقد الذات حيث تنص نظريته ان لدى طلبة الجامعة رغبة اساسية في تقييم ارائهم وقدراتهم ويسعون جاهدين للحصول على تقييمات مستقرة ودقيقة عن ذاتهم وامكانياتهم(Santor&Yazbek,2006:2). ومع زيادة

المقارنة الاجتماعية ينخفض احترام الذات والتفاؤل والتأثير الايجابي، ويرتفع القلق والعصابية والتاثير السلبي في المواقف التي توجد فيها ضغوط او حادثة او تغيير كالحضور في الجامعة تزداد الحاجة إلى المقارنة الاجتماعية وقد يسبب صعوبة اكتساب الأدوار التكيفية والتأقلم للمقارنة الاجتماعية تأثير سلبي على الصحة العقلية للطلاب وضعف تحصيل الطلبة ونتائجهم الاكاديمية (Jonghan & Park, 2008:3).

ان كل فرد يحتاج أن يشعر بالأمن والنظر إلى نفسه باهتمام فهو منذ الطفولة يسعى لمعرفة ما الذي يجعله مقبولاً أمام نفسه وأمام الآخرين، لأن ضعف إهتمام الإنسان بنفسه وعدم معرفته بقدراته يجعله يقيم ذاته تقييماً خاطئاً، فإما أن يعطيها أكثر مما تستحق فيثقل كاهلها، وإما أن يحتقر ذاته ويقلل من قيمتها فينتقد ذاته ومن ثم فإن الشعور السيئ ذات تأثير كبير في تدمير الإيجابيات التي يملكها. فالمشاعر والأحاسيس التي يمتلكها الفرد نحو ذاته هي التي تكسبه الشخصية القوية المتميزة بدلاً من ان يكون شخصية تظهر الكثير من السلوكيات التجنبية والتي تدفع بالفرد الى الأبتعاد عن مواجهة مختلف المواقف أو تجعله سلبي يعتمد على تصور رأي الآخرين فيه وعلى ملاحظته لسلوكه الخاص وعلى المعايير التي يستخدمها في الحكم على ذلك السلوك. (الجبوري، والمعموري، 2020:47).

كذلك تأتي أهمية البحث من أهمية المرحلة التي تتعرض لها وهي المرحلة الجامعية. وفيها يمر الطالب بنهاية مرحلة المراهقة المتأخرة والتي يعد علاج نقد الذات من أهم مطالبها النفسية، ولكون المرحلة الجامعية تتمثل في ذاتها مرحلة إختبارات وأعداد للمستقبل المهني، وأختيار شريك الحياة، وهي أمور تحدد التوافق العام للفرد (محمد، 2000:6). وهم يشكلون الفئة العمرية المهمة لأي مجتمع يسعى للتطور والتقدم فهم دعامة المجتمع وقوته، فطلاب الجامعة ليسوا بمعزل عن هذا المجتمع يتعرضون لضغوط متعددة المصادر سواء كانت اكايدمية أو اجتماعية وفي مختلف المجالات يصاحبها إضطرابات وتقلبات خصوصاً انهم ينتمون الى مرحلة المراهقة التي تتسم بتقلباتها المزاجية والنفسية وهذا ينعكس على توافقه الاجتماعي وإنجازهم الأكاديمي.

ويمكن إيجاز أهمية البحث الحالي بما يأتي:

**اولا- الأهمية النظرية:**

1. إنه أول بحث على حد علم الباحثة يدرس علاقة اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات بما وراء الاداء الاكاديمي.
2. خاصة نحن نعيش في عصر اضطراب العلاقات الاجتماعية والتوقع والتوجه نحو مواقع التواصل الاجتماعي التي جعلت الفرد يعيش بمعزل عن العالم الواقعي.
3. يسهم البحث الحالي في تقديم إطار نظري يتناول متغيرات البحث
4. تبرز أهمية البحث تناوله لأحد اهم فئات المجتمع ( طلبة الجامعة).

**ثانيا- الأهمية التطبيقية:**

1. الأفادة من أدوات البحث الحالي في التعرف على دراسة طبيعة المتغيرات الثلاثة مستقبلاً.
2. قد تسهم نتائج البحث الحالي في تقديم الدعم النفسي والعاطفي للطلبة الذين يعانون من اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات، يمكن أن يساهم في تحسين برامج الإرشاد الأكاديمي المقدمة في المؤسسات التعليمية وتطوير استراتيجيات وأدوات تساعد الطلبة في التعامل مع التحديات النفسية والاجتماعية التي يواجهونها وتعزيز الثقة بالنفس وتحفيزهم لتحقيق أداء أكاديمي أفضل.
3. تخطيط برامج تدريبية وورش عمل سواء كانت علاجية او وقائية يساعد في تحسين مهارات التواصل والتفاعل الاجتماعي للطلاب من اجل تعزيز قدراتهم في التواصل الفعال، وبناء العلاقات الاجتماعية الصحيحة.

**أهداف البحث ( Research Objective ) :****يهدف البحث الحالي التعرف الى:**

- 1- اضطراب الشخصية التجنبية لدى طلبة الجامعة.
- 2- نقد الذات لدى طلبة الجامعة وفق اشكاله الثلاثة ( ضعف ملائمة الذات، كره الذات، طمأنة الذات).

- 3- ما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.
- 4- الدلالة الأحصائية للعلاقة الارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.
- 5- الفروق ذات الدلالة الأحصائية في العلاقة الارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة تبعا لمتغيري:
- الجنس ( ذكور ، اناث )
  - التخصص ( علمي ، انساني )
- 6- الدلالة الأحصائية للعلاقة الارتباطية بين أشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.
- 7- الفروق ذات الدلالة الاحصائية في العلاقة الارتباطية بين أشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة تبعا لمتغيري:
- الجنس (ذكور ، اناث ) .
  - التخصص ( علمي ، انساني ) .
- 8- العلاقة الارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية وأشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.
- 9- نسبة اسهام متغيري اضطراب الشخصية التجنبية وأشكال نقد الذات بما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.

### حدود البحث :

يتحدد اجراء البحث الحالي على دراسة " اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات وعلاقتها بما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة جامعة بابل"، للعام الدراسي ( 2021- 2022 ) للدراسة الصباحية ولكلا الجنسين ( ذكور ، اناث )، وللتخصصين ( العلمي ، الانساني).

## تحديد المصطلحات:

## اولا - اضطراب الشخصية التجنبية Avoidant personality disorder

عرفها كل من:-

## 1. منظمة الصحة العالمية(1999,10-LCD):

احاسيس بالتوجس والتوتر مستمرة ومنتشرة، واعتقاد المريض بأنه في غير موضعه الاجتماعى المناسب، وأنه غير مقبول اجتماعيا وشخصيا، او انه اقل من الاخرين، انشغال شديد بكونه موضع نقد أو رفض في المواقف الاجتماعية، عدم الرغبة في مشاركة الاخرين الا عند التأكد من كونه محبوبا. يحاط بقيود تقيد أنماط حياته بسبب الحاجة إلي الشعور بالامان الذاتي، تجنب الانشطة الاجتماعية والوظيفية التي تتطلب علاقات شخصية أساسية بسبب الخوف من النقد والاعتراض والرفض (منظمة الصحة العالمية،1999:91).

## 2. عكاشة (2010):

هو اضطراب يتميز بأحاسيس مستمرة وواسعة المدى تتسم بالتوتر والتوجس، واعتقاد على الوعي الشديد بالذات، واحاسيس بعدم الأمان والدونية، والسعي الدائم بحب وقبول الاخرين، حساسية مفرطة نحو الرفض والنقد، ورفض الدخول في أي علاقات وارتباطات شخصية الا بعد الحصول على ضمانات شديدة بالقبول غير المشروط بنقد وارتباطات شخصية محدودة جدا، واستعداد دائم للمبالغة في الأخطار التي من الممكن أن يواجهها الفرد مما يقوده الى تجنب العديد من الأنشطة (عكايشة،2020:65).

## 3. تعريف ماتو وجوبتا (2010,Mattoo &amp; Gupta):

هي نماذج سلوكية مستمرة وعميقة ومتأصلة تظهر على شكل ردود واستجابات غير مرنة في مدى واسع وعريض من المواقف الاجتماعية والشخصية، وتتضح من خلال الانحراف

الواضح عما هو سائد في ثقافة الفرد فيما يتعلق بالأدراك، و التفكير، والأحاساس وكيفية الارتباط  
بالآخرين (Mattoo & Gupta,2012:147).

#### 4. الدليل التشخيصي والاحصائي للأضطرابات العقلية (DSM-5) (APA,2013):

يعرف بانه إضطراب ينطوي على نمط شامل (منتشر) من التثبيط الاجتماعي،  
ومشاعر عدم الملاءمة ، وفرط الحساسية للتقييم السلبي ( American Psychiatric  
Association, 2013: 672).

#### التعريف النظري:

تبنت الباحثة تعريف الدليل التشخيصي (DSM-5) لاضطراب الشخصية التجنبية. لأنها  
تبنت معايير تشخيصية في المقياس المتبنى.

#### التعريف الاجرائي:

هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب الطالب الجامعي من خلال إجابته على  
مقياس إضطراب الشخصية التجنبية.

#### ثانيا : نقد الذات self-criticism : عرفه كل من :

##### 1. دوتيش (Deutsch,1961):

هي ردود فعل تقييمية سلبية وردت من أشخاص آخرين في التفاعلات الاجتماعية"  
(Lee et.al,2015:902).

##### 2. كوكس واخرون (Cox et.al,2004):

هو شكل ضار أو مؤذى من التقييم الذاتي الذي ينطوي على مشاعر عدم الجدوى واللاقيمة  
والشعور بالذنب، ويرتبط بالشعور بأن الشخص قد فشل في الارتقاء إلى مستوى التوقعات وسيتم  
رفضه وانتقاده من الاخرين (Cox et.al,2004:163).

## 3. جيلبرت (Gilbert,2005):

هو سمة شخصية مستقرة تبدأ من مرحلة المراهقة وحتى الرشد تمتاز بالضعف النفسي والاجتماعي وترتبط بالعواطف السلبية والازدراء والاشمئزاز من الذات والسلوك الدفاعي التطميني (Gilbert,2005:31).

## 4. ليوتن واخرون (Luyten, et al,2007):

هو عملية تشخيص ترتبط بمجموعة واسعة من المشاكل النفسية بما في ذلك الاكتئاب والقلق الاجتماعي واضطرابات الشخصية (Luyten, et al,2007:4).

## 5. كانان وليفت (Kannan &amp; Levitt ,2013):

هو تقييم واع للذات يمكن من أن يكون سلوك ايجابي ولكن يمكن أن يكون له أيضاً آثار ونتائج ضارة للفرد (Kannan & Levitt, 2013:166).

## 6. زوروف (Zuroff,2014):

توقعات الفرد حول ذاته وبذل اقصى محاولاته في سبيل التقدم وتحقيق اهدافه يصبح الأفراد الذين ينتقدون أنفسهم عرضة للخطر عندما يواجهون عقبات في تحقيق أهدافهم وعرضة لمشاعر الاكتئاب مع الإذلال الشديد والذنب وانعدام القيمة والفشل عندما يفشلون في تحقيق المعايير المتوقعة (Zuroff,2014:22).

## 7. شاهار واخرون (Shahar ,2015):

هو عملية تقييم ذاتي حيث يحكم الافراد على ذاتهم بطريقة سلبية او قاسية (Rose&Rimes,2018:4).

## 8. . تاكيت وتروكر (Tackett and Kurger,2016):

النزعة الى انه يخبر الفرد بمشاعر من الفشل، وعدم الكفاية، ويكون الشعور بالذنب ناتجاً عن التوقعات العالية، وغير الواقعية التي يضعها الفرد لنفسه (Tackett and Kurger,2016:28).

## 9. دايفد ودانيل (David &amp; Daniel, 2017):

هو بالشعور بضعف قيمة الذات، والخوف من الفشل، والشعور بالذنب، والمخاوف المفرطة بشأن الوضع الاجتماعي (David & Daniel, 2017:6).

## 10. بورس (Powers et.a, 2018):

التقييم القاسي والمؤلم للذات يكون مصاحباً بالشعور بالذنب ومشاعر عدم الاستحقاق واتهام الذات (Powers et.al, 2018: 61).

## 11. لو واخرون (Low et.al, 2020):

يتضمن نقد الذات الفحص القاسي والدائم للذات وتقييمات نقدية مفرطة في سلوك الفرد وردود الفعل السلبية على الأخفاقات الملحوظة من حيث العنف الذاتي (Low et.al, 2020:164).

**التعريف النظري:** تبنت الباحثة تعريف جيلبرت (Gilbert, 2005) لقياس أشكال نقد الذات كتعريفا نظريا، وذلك لتبني نظريته في بناء المقياس وتفسير النتائج.

**التعريف الاجرائي:**

هي الدرجة التي يحصل عليها المستجيب الطالب الجامعي من خلال اجابته على مقياس كل شكل من اشكال نقد الذات الذي سيتم بناؤه.

**ثالثاً- ما وراء الاداء الاكاديمي (Meta academic performance):** عرفه كل من:

## 1. اويسرمان (Oyserman, 2007):

هو اعتماد البنيات التحفيزية المتمثلة بالمشاركة السلوكية، والكفاءة الاكاديمية الذاتية، والاهتمام بالموضوع، وقيمة المنفعة. لتحقيق الاهداف الاكاديمية التي تتطلب بذل المزيد من الجهد للتغلب على التحديات الاكاديمية للوصول الى أفضل النتائج الدراسية (35: Oyserman, 2007)

**التعريف النظري:**

تتبت الباحثة تعريف اويسرمان (Oyserman,2007) لأن الباحثة تبنت نظريته في بناء المقياس، وتفسير النتائج.

**التعريف الاجرائي:**

هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب الجامعي من خلال إجابته على مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي الذي سوف تقوم الباحثة بينائه.

## أولاً: اضطراب الشخصية التجنبية (Avoidant personality disorder)

### ❖ نبذة تاريخية عن اضطراب الشخصية التجنبية:

في القرن الخامس قبل الميلاد قدم أبقراط فرضيته فيما يتعلق بأصل السلوك من خلال نظريته الخلطية، حيث استمدت الحالة المزاجية من التوازن غير المتجانس للأشكال الأربعة المميزة في الجسم. تتكون الأخلط الأربعة من (السوداء - حزينة ، صفراء - عصبية ، بلغم - لامبالي ، ودم - متفائل). من المفترض أن تكون المزاجات ومزاجها اللاحق تجسد عناصر الأرض، النار، الماء، والهواء، على التوالي. حيث يمكن ملاحظة الإشارات إلى تصنيف الشخصية طوال العصور القديمة حتى القرن العشرين. أول قائمة تصنيفية لأنواع الشخصية تجلت مع إنشاء الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية (DSM-1) في عام (1952) حيث تم تحديد سبعة أنواع مميزة من الشخصيات (French & Shrestha,2022:2) تعديل هذه القائمة الأولية في الإصدارات اللاحقة من الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية، مما أدى في النهاية إلى تعجيل اضطرابات الشخصية العشرة في الدليل التشخيصي والإحصائي، تم تصنيف هذه الاضطرابات العشرة إلى ثلاث مجموعات (A ، B ، C). تحتوي المجموعة (A) على جنون العظمة والفصام والشيزوفرينا. وتتألف المجموعة (B) من اضطرابات الشخصية المعادية للمجتمع ، والتمثليات ، والنرجسية ، والحدودية. وتشمل المجموعة (C) اضطرابات الشخصية الانطباعية والمعتمدة والوسواس القهري، والتجنبية، وبشكل عام يمكن وصف اضطرابات الشخصية بأنها أنماط سلوكية مزمنة غير قابلة للتكيف مدى الحياة وغير مرنة ومنتشرة (APA,2013:34).

تعود أسبابها الى بداية نمو الفرد من الناحية النفسية في الطفولة، وتظهر على شكل إستجابات غير مرنة لنطاق عريض من المواقف الخاصة والاجتماعية، وتعكس انحرافات شديدة او ذات دلالة عن الأسلوب الذي ينتهجه الشخص العادي في ثقافة بعينها عندما يفكر ويشعر، خاصة حين يتعامل مع الآخرين، وتميل هذه الانماط من السلوك والأداء الاجتماعي للفرد في كثير من الاحيان بدرجات متفاوتة من الضيق الذاتي واختلال الأداء الاجتماعي، فهي تعد من الاضطرابات النفسية الحادة التي تتميز بأنماط وظيفية دائمة تؤثر على التنظيم الذاتي للفرد، وأدائه، وقدرته على التحكم في

الانفعالات، هذه الانماط منتشرة عبر مجموعة واسعة من المواقف الشخصية والاجتماعية تسبب ظاهرة شخصية كبيرة للفرد (Massaal. et al,2022:1). ومما لا شك فيه فإن اضطرابات الشخصية ذات اثر كبير على الافراد والمجتمعات، حيث يعاني الافراد من أعراض الاضطراب المزعجة، وكذلك عدم قدرتهم على العمل والمشاركة في النشاطات، فهم دائموا القلق بسبب شعورهم بضعف القدرة على تحمل المسؤولية إتجاه عائلاتهم وأصدقائهم وخوفهم من أن يكونوا عبئاً على الآخرين. إنه مع زيادة اعمار الناس حول العالم فإن العبء المرضي للأمراض النفسية والشخصية سوف يزيد من (10.5%) من العبء العام للاضطرابات حتى يصل الى (15%) عام (2020)(الريماوي،2004: 626). ومن العلامات البارزة لأفراد المصابين بأضطراب الشخصية يظهر بشكل واضح لديهم تجنبهم المواقف الاجتماعية (Zhang&Huang,2006:4).

وقد ادرجت بشكل واضح اضطرابات الشخصية في تصنيف منظمة الصحة العالمية والدليل التشخيصي والاحصائي للاضطرابات العقلية والنفسية لجمعية الأطباء النفسانيين الامريكية النسخة الخامسة (DSM-5) والتصنيف الاحصائي العالمي العاشر للأمراض والمشكلات النفسية ذات العلاقة بالصحة Statistical Classification of Diseases and Related Health Problems (ICD-10) ضمن الفئة المتعلقة بتصنيف الاضطرابات النفسية والعقلية والسلوكية Disorders Mental and Behavioral لمنظمة الصحة العالمية World Health Organization (ناصر،2002:3). وصفت بأنها نمط متفش دائم من الخبرة الداخلية والسلوك ينحرف بشكل كبير عن توقعات الفرد وثقافته، وغير مرن، يبدأ في مرحلة المراهقة أو بداية البلوغ وهو ثابت عبر الزمن، ويؤدي الى الكرب والأختلال وهذا يعني انها تظهر مبكراً في مسار نمو الفرد، كنتيجة لكل من العوامل التكوينية والخبرة الاجتماعية، في حين ان البعض الاخر يصاب به الفرد في مرحلة متأخرة من العمر،(صالح وطارق،1998:348).

### تصنيف اضطرابات الشخصية (Classification of Personality Disorders)

يتعرض الفرد في بعض أطوار حياته الى ضغوط وأحباطات ينتج عنها في بعض الأحيان تغيرات سلوكية تصيبه بأكتئاب شديد، يترتب على حادثة صدمية، إستجابة خوف شاذ، ومع ذلك فلا تحدث

إضطرابات الشخصية بصورة مفاجئة، ويبدو أن أنماط السلوك الشاذ راسخة بعمق في الشخصية، وتظهر في بدايتها على أنها أمور مبالغ فيها، هذه الأنواع يشار إليها على أنها إضطرابات الشخصية (العنزي، 1998:403).

يصنف الدليل التشخيصي والاحصائي لجمعية الأطباء النفسانيين الأمريكية (DSM-5,2013) إضطرابات الشخصية الى ثلاث مجموعات وهي:

أولاً- المجموعة الاولى (أ):

### 1- إضطراب الشخصية الهستيرية (Histrionic personality disorder).

ويسمى اضطراب الشخصية الدرامية هو اضطراب نفسي يتميز بنمط من الانفعال المبالغ فيه وسلوكيات البحث عن الأهتمام، التي توصف عادة بأنها دراماتيكية أو سريعة الانفعال أو غير منتظمة أو متقلبة، عادةً ما يظهر الأشخاص المصابون باضطراب الشخصية الهستيرية على أنهم مغرورون وساحرون ومتلاعبون ومندفعون وحيويون، وقد يستخدمون المظهر الجسدي للفت الانتباه الى أنفسهم او لديهم مشاعر متغيرة او مبالغ فيها بسرعة (Perrotta,2020:2).

### 2- اضطراب الشخصية المعتمدة (approved personality disorder):

نمط من سلوك الحاجة الى العناية والسلوك الخاضع والتشبث، قد يواجه الأشخاص المصابون بإضطراب الشخصية المعتمدة صعوبة في إتخاذ القرارات اليومية دون طمأنة الآخرين، وقد يشعرون بعدم الارتياح او العجز عندما يكونون بمفردهم بسبب الخوف من عدم رعاية انفسهم.

### 3- اضطراب الشخصية النرجسية (Narcissistic personality disorder):

نمط من سلوك الحاجة للأعجاب وعدم التعاطف مع الآخرين، قد يكون لدى الفرد المصاب بإضطراب الشخصية النرجسية إحساس كبير بأهمية الذات، او الاستفادة من الآخرين أو يفتقر الى التعاطف (DSM-5,2015:11).

ثانياً- المجموعة الثانية (ب):

- 1- اضطراب الشخصية الوسواسية ( القهرية)(Compulsive personality disorder) :  
نمط من الأتسغال بالكمال والنظام والسيطرة، يركز الفرد بشكل مفرط على التفاصيل أو الجداول، وقد يعمل بشكل مفرط، ولا يسمح بوقت لقضاء وقت الفراغ مع الاصدقاء.
- 2- اضطراب الشخصية المصابة بجنون العظمة(Compulsive personality disorder) :  
نمط من الشك في الآخرين ورؤيتهم على أنهم دنيئون وحاقدون، غالباً ما يفترضون أن الآخرين سيؤذونهم أو يخدعونهم، ولا يتقون بهم أو يصبحوا قريبين منهم.
- 3- اضطراب الشخصية الفصامية(Schizotypal personality disorder) :  
الانفصال عن العلاقات الاجتماعية، والتعبير القليل عن المشاعر، لا يسعى الشخص المصاب باضطراب الشخصية الفصامية الى إقامة علاقات وثيقة، ويختار أن يكون بمفرده، لا يهتم بالنقد أو الثناء عليه من قبل الاخرين(Skodol,2012:321).

ثالثاً- المجموعة الثالثة (ج):

- 1- اضطراب الشخصية المعادية للمجتمع(Antisocial personality disorder) :  
نمط من التجاهل، أو إنتهاك حقوق الآخرين، لا يتوافق الشخص المصاب باضطراب الشخصية المعادية للمجتمع مع الاعراف الاجتماعية، وقد يكذب بشكل متكرر، أو يتصرف بأندفاع.
- 2- اضطراب الشخصية الحدية(borderline personality disorder) :  
نمط من عدم الأستقرار في العلاقات الشخصية، والمشاعر الشديدة، ضعف الصورة الذاتية والأندفاع، قد يبذل الشخص المصاب باضطراب الشخصية الحدية للحفاظ على علاقاته الاجتماعية، وتجنب التخلي عنه، أو تكرار محاولات الانتحار، أو إظهار الغضب الشديد غير المناسب، والشعور المستمر بالفراغ.
- 3- اضطراب الشخصية التجنبية(Avoidant personality disorder) :  
إن ما يميز اضطراب الشخصية التجنبية التوق الى التواصل الاجتماعي والتواصل مع الآخرين، لكنه محبطاً بسبب الحساسية المفرطة للمحفزات الاجتماعية، التفاعل المفرط مع الحالة

المزاجية ومشاعر الآخرين، إنعدام الثقة في الآخرين، مع توقع الأذلال والرفض، هذه تؤدي الى نمط ( نشط ومنفصل) بمعنى الانسحاب النشط من التفاعل الاجتماعي أو تجنبه خاصة عندما ينتج عن التقييم النقدي أو الرفض (APA,2013:4-7)، ويذكر ارتنز واخرون (Arntz et.al.2017) إن هناك نوعين من التجنب احدهما يطلق عليه التجنب السلبي او الشخصية الفصامية ويتميز اصحاب هذا النمط بعدم القدرة على اكتشاف المتعة ويفتقرون لسعادة ولا يمتلكون القدرات الفعالة اللازمة لأقامة علاقات اجتماعية ناجحة ونتيجة لهذا فانهم يفشلون في الاستجابة لكل من مثيرات الثواب والعقاب التي تنشط السلوك البين شخصي، اما النمط الآخر يطلق عليه الانعزال الايجابي وهو ما يشار به الى الشخصية التجنبية واصحاب هذا النمط يشبهون في بعض السمات النمط الاول الا انهم يتميزون بفرط الاستجابة للمثيرات الاجتماعية كما انهم لديهم حساسية زائدة تجاه الآخرين وخاصة هؤلاء الذين يتوقعون منهم الرفض ولديهم قلق زائد يحول دون تفاعلهم بشكل ايجابي مع بعض المواقف الاجتماعية وخاصة تلك التي تجلب لهم السرور وذلك لحماية انفسهم من الألم النفسي المتوقع، وقد تحدث كاهن (Kahn,1931) عن الذاتية السلبية (Passive Autist) وهي ترتبط الى حد كبير باضطراب الشخصية التجنبية حيث اشار ان هؤلاء الافراد لا يستطيعون الدخول في تجارب حقيقية مع الآخرين الا القليل، ويفشلون في تأكيد ذاتهم بصورة كاملة لانهم يبحثون عن هدف واحد وهو حماية الانا التي يشعرون انها ضعيفة دائماً وذلك يجعلهم يشعرون بالعجز ورفض مواجهة المخاطر لذا يفضلون العيش خارج صراع الحياة او في عزله تامه (2018:386 Rubin.et.al).

إلا أن الوصف الدقيق للشخصية التجنبية ورد في الدليل التشخيص الثاني DSM-5 ويعتبر كل من بيرنهام ، وجلاستون ، وجيبسون (Burnham . Gladstone & Gibson ,1969) من أوائل من أسهموا في تقديم وصف للصورة الإكلينيكية للشخصية التجنبية ، كذلك يعد التوجه الذي قدمه بيك وزملاءه (associates & Beck,1990) من أحدث التفسيرات التي تناولت اضطراب الشخصية التجنبية من الناحية المعرفية حيث يرى أن انخفاض تحمل هؤلاء الأفراد للقلق يمنعهم من تنمية طرق خاصة للتغلب على خجلهم وتوكيد ذاتهم بصورة فعالة، ولأنهم يتميزون بالقدرة على الاستبطان والمراقبة الداخلية للمشاعر فإنهم يكون لديهم حساسية تجاه مشاعر الخزي والقلق الخاصة بهم على نحو مثير للسخرية وبالرغم من هذه

الحساسية المفرطة والتيقظ الشديد تجاه مشاعر الألم فهم يخلون من تحديد الأفكار غير السارة وهذا ما نطلق عليه التجنب المعرفي (Cognitive avoidance). ويضيف بك بأن المرضى التجنبيين لديهم العديد من المعتقدات الخاطئة التي تؤثر على وظائفهم الاجتماعية والتي لا تكون واضحة بشكل كافي ولكنها تعكس مفهوم هؤلاء المرضى عن ذاتهم وعن الآخرين ( Millon & Davis 1996- 258 )  
ويعد العمل الذي قدمه بنجامين ( Benjamin,1993 ) من الأعمال التي ساهمت في إثراء فهمنا لاضطراب الشخصية التجنبية، حيث تناول هذا الاضطراب من منظور بين شخصي حيث أشار إلى أن الفرد التجنبي لديه خوف شديد من الرفض والخزي وتجنب الإحراج المتوقع من الآخرين ، لذا فإنه يبدأ في الانسحاب بحذر بالرغم من رغبته وحاجته الشديدة للحب والتقبل – ولا يقيم أى علاقة حميمة إلا مع القليل من الاشخاص الذين يتأكد من أنهم يحبونه – وهذا يتماشى مع أحد المحكات التي وردت في الـ DSM لتشخيص هذا الاضطراب (Benjamin, 1993:297).

### أعراض اضطراب الشخصية التجنبية (Symptoms of avoidant personality disorder):

إن اعراض اضطرابات الشخصية، أنماط سلوكيه محددة تحديداً أكلينيكيا دقيقا تظهر على شخصية الفرد ( صالح، 2005 :41). وتظهر اعراض الشخصية التجنبية في مجموعة متنوعة من السلوكيات مثل:

1. يبدأ في مرحلة مبكرة من البلوغ.
2. يميل الأشخاص المصابون باضطراب الشخصية إلى تجنب العمل او الأنشطة الاجتماعية خوفاً من النقد او الرفض، قد يشعر الفرد بأنه غير مرحب به وغير مرغوب من قبل الآخرين، وفي كثير من المواقف الاجتماعية، الافراد الذين يعانون من اضطراب الشخصية التجنبية يتخلون أنفسهم أقل شأنا من الآخرين، يميلون الى عزل أنفسهم لأنهم يخشون التحدث خوفاً من قول الشيء الخطأ او إحمرار الوجه، او التلعثم، او الإحراج، والأصابة بالتوتر ( Quilty.et.al,2021:2 ).
3. يجد الأشخاص المصابون باضطراب الشخصية التجنبية صعوبة الانخراط او المشاركة في أي شكل من أشكال النشاط الجديد خوفاً من السخرية او المضايقة، ويميل الى الانعزالية.
4. يكون الفرد حساساً للحكم او الملاحظات السلبية، فهو يفكر باستمرار في نقده

5. يجدون صعوبة في مشاركة مشاعرهم مع الآخرين حتى مع أحبائهم.
6. التحلي بضبط النفس في العلاقات الشخصية تجنباً للتعرض للنقد او المضايقة (American Psychiatric Association,2013:5).
7. طراز ثابت من الاحساسات بعدم الكفاية وفرط الحساسية للتقييم السلبي.
8. يتجنب النشاطات المهنية التي تتطلب تفاعلاً مهماً مع الآخرين بسبب الخوف من الانتقاد أو عدم الأستحسان.
9. يعتقد انه ادنى من الآخرين ولا يمتلك شخصية جذابة.
10. يمتنع عن تعريض نفسه للمجازفات.
11. الشعور بالإحباط: حيث يشعر الشخص بالإحباط وعدم الرضا عن الحياة الاجتماعية والشخصية، ويعاني من نقص في الشعور بالسعادة
12. الإفراط في الاهتمام بالتفاصيل: حيث ينصب إهتمام الشخص الزائد على التفاصيل والمعلومات الصغيرة بشكل لا يتناسب مع أهمية المواقف (الغانمي، 2015:236-237).

### إنتشار اضطراب الشخصية التجنبية (Prevalence of avoidant personality disorder):

يعد اضطراب الشخصية التجنبية شائعاً بين الأفراد، ويمكن أن يتأثر به أي شخص بغض النظر عن العمر أو الجنس أو الثقافة أو الخلفية الاجتماعية. وفقاً لأحصائيات منظمة الصحة العالمية، وجمعية الأطباء النفسانيين، والدراسات السريرية، يعتقد أن حوالي (1% إلى 3%) من السكان يعانون من اضطراب الشخصية التجنبية في العالم، ومن المحتمل أن يكون أكثر شيوعاً بين الرجال من النساء. إذ يتميز اضطراب الشخصية التجنبية بأنه يصعب تشخيصه، حيث يمكن أن يتشارك مع أعراض وعلامات العديد من الأمراض النفسية الأخرى، مما يجعل من الصعب تحديد ما إذا كانت الشخصية تعاني فعلاً من هذا الاضطراب أم لا. ومع ذلك، فإنه يعتبر مشكلة مهمة تحتاج إلى تشخيص وعلاج مناسب لتحسين نوعية الحياة للأشخاص الذين يعانون منه (Momani & Momani,2023:61).

إذ قدرت منظمة الصحة العالمية إنتشار الإصابة باضطراب الشخصية بنسبة (6.1%). إنتشار المجموعات الثلاث المنفصلة (A,B,C) هو 3.6% ، 1.5% ، 2.7% بين افراد المجتمع، أشارت احصائيات اخرى الى

إنتشار اضطراب الشخصية إلى (30%) ويرتفع أعلى بين الأفراد الذين يراجعون في العيادات النفسية، وأشارت احصائيات أخرى أن ما يقارب (2.5%) مؤهلين لتشخيص اضطراب الشخصية التجنبية (Fariba & Sapr,2020:32). إذ كشفت دراسة سمث (Smith,2022) أن أولئك الذين يعانون من اضطرابات الشخصية هم أكثر عرضة لأن يكونوا أصغر سناً ، وغير متزوجين ، وذكور ، وينتمون إلى وضع اجتماعي واقتصادي أقل ، ومستويات تعليم أقل (Sellbom &Smith,2017:2). في دراسة لعينة ممثلة من عامة المملكة المتحدة باستخدام مقابلة اكلينيكية منظمة، تم تحديد معدل انتشار اضطراب الشخصية التجنبية ب(4,4%). إذ كانت إصابة الرجال أكثر بالاضطراب بنسبة تتراوح (4,5%) من النساء بنسبة (4,3%). ويقدر عدد المصابين باضطراب الشخصية في المملكة المتحدة بثلاثة ملايين وربع المليون (ماك Moran، هوارد، 2012: 25). وأشارت الدراسات الأخرى إلى أن اضطراب الشخصية التجنبية ينتشر بشكل أكبر بين الذكور بنسبة تتراوح بين (1.5 إلى 2) أضعاف الإناث. ومع ذلك، قد يكون ذلك بسبب الصعوبة في تشخيص هذا الاضطراب بشكل صحيح لدى الإناث. ويشير بعض الأبحاث إلى أن الإناث المصابات بالاضطراب يمكن أن يكون لديهن أعراض مختلفة عن تلك التي تظهر عند الذكور ، وقد يكون لديهن ميول نحو التجنب بطريقة مختلفة عن الذكور، وبالتالي فإن النسب المعلنة للانتشار يمكن أن تكون غير دقيقة بشكل كامل. لذلك ، من المهم دائماً أن يتم تشخيص وعلاج اضطراب الشخصية التجنبية بشكل صحيح للغاية ، سواء كان الشخص ذكراً أو أنثى، ويعد اضطراب الشخصية التجنبية من أكثر اضطرابات الشخصية شيوعاً، إذ يقدر معدل الانتشار حوالي (1.5%) في عموم سكان العالم، و(15.2%) لدى الأفراد المضطربين، في حين كان انتشار اضطراب الشخصية التجنبية مع اضطرابات الشخصية مرتفعاً (58.7%)، بين اضطرابات الشخصية بشكل عام من هذه الاضطرابات مقارنة بأضطراب الشخصية الفصامية (12.3%)، واضطراب جنون العظمة (4%) (Drago et.al,2016: 4). في حين اشارت دراسة (Massaal et.al,2022) أن نسبة إنتشار اضطراب الشخصية التجنبية في المجتمعات الغربية (6%)، و(45%) لدى المراجعين للعيادات الخارجية للأمراض النفسية (Massaal et.al,2022:2).

أما بخصوص الاطفال لا يمكن تشخيص اضطراب الشخصية التجنبية في الأطفال قبل سن المراهقة أو البلوغ. ومع ذلك ، يمكن ملاحظة بعض السلوكيات المرتبطة بهذا الاضطراب في سن مبكرة ، مثل الانعزال والتجنب الاجتماعي، والقلق في المواقف الاجتماعية، والعلاقات الشخصية وعدم الاستجابة للحاجات

الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي الضعيف، ويشير البعض الآخر إلى أن هذه الأعراض قد تكون مؤشرًا على اضطراب الشخصية التجنبية لاحقًا في الحياة. ومع ذلك، لا يوجد اتفاق حول نسبة انتشار اضطراب الشخصية التجنبية بين الأطفال، ويرجع ذلك جزئيًا إلى الصعوبات التي تواجهها في التشخيص في سن مبكرة (Emmelkamp et al, 2018:4).

### الفرق بين خصائص الشخصية الانسحابية واضطراب الشخصية التجنبية

الشخصية الانسحابية واضطراب الشخصية التجنبية يعدان من الاضطرابات الشخصية المختلفة، ولكنهما يختلفان في بعض الجوانب والمعايير الأساسية التي يتم تشخيصهما بها.

الشخصية الانسحابية (Dependent Personality) تتميز بالحاجة الشديدة للرعاية والاعتماد على الآخرين، وعدم القدرة على اتخاذ القرارات بمفردها والاعتماد على الآخرين في اتخاذ القرارات الهامة. ويمكن أن يؤدي هذا الاضطراب إلى تجنب المسؤولية والتعرض للخطر، وإعتماد الشخص على الآخرين بشكل مفرط ولا يمكن الاستغناء عنه. اضطراب الشخصية التجنبية (Avoidant Personality Disorder) يتميز بالشعور بالتوتر والقلق الشديد في المواقف الاجتماعية، والحاجة المفرطة للتجنب والانعزال عن الآخرين، والخوف من الانتقاد والرفض، والشعور بالعجز عند التعامل مع العلاقات الاجتماعية. وعلى الرغم من أن الأفراد الذين يعانون من هذا الاضطراب قد يكونون شديدي التوتر الاجتماعي، فإنهم يرغبون في الحصول على العلاقات الاجتماعية، ولكن يعانون من صعوبة في إقامتها بشكل جيد (Moroni.et.al, 2016:752).

يمكن القول بأن الفرق الرئيسي بين الشخصية الانسحابية واضطراب الشخصية التجنبية يتمثل في الطبيعة الأساسية للقلق والتوتر الذي يشعر به الفرد. في حالة الشخصية الانسحابية، يشعر الفرد بالتوتر والقلق بسبب حاجته المفرطة للتبعية والرعاية من الآخرين، بينما في حالة اضطراب الشخصية التجنبية، يشعر الفرد بالتوق للتواصل مع الآخرين، كذلك يوجد فرق بين خصائص الشخصية الانسحابية واضطراب الشخصية التجنبية (Eggum.et.al, 2009:7) والجدول (1) يوضح ذلك.

## جدول (1)

الفرق بين خصائص الشخصية الانسحابية واضطراب الشخصية التجنبية.

ت	خصائص الشخصية الانسحابية	خصائص اضطراب الشخصية التجنبية
1	الشعور بالراحة مع العادة والتكرار والروتين	المبالغة في التصرف فيما يتعلق بالصعوبات المحتملة، والمخاطر الجسدية، والمخاطر المرتبطة بها في التصرف الروتيني، خارج الروتين
2	تفضيل المعلوم على المجهول	الافتقار التام أو شبه التام للعلاقات الاجتماعية والثقة مع الأفراد، رفض الأنشطة التي تنطوي على اتصال شخصي كبير،
3	رغبة الفرد في البقاء فترة طويلة في المنزل وعدم الخروج.	عدم الرغبة في التعامل مع الافراد الاخرين ما لم يتم التأكد من قبولهم، الحساسية المفرطة للنقد والرفض
4	الحساسية والاهتمام بما يعتقدونه الآخرون، والخوف من الوقوع بالاحراج امام الآخرين	الخوف من احمرار الوجه او البكاء او القلق من الآخرين.
5	الافراط في الحذر، وعدم الرغبة في اقامة علاقات اجتماعية	التكتم في المواقف الاجتماعية الناجم عن الخوف من قول شيء غير لائق، أو عدم القدرة على الإجابة على سؤال.
6	رغبة الفرد في التحفظ، وقمع مشاعره تجاه الآخرين	الميل لأداء أقل من قدرة الفرد وصعوبة التركيز على الأنشطة المهنية والهوايات.
7	لدى الفرد شغف وروح التسلية، وحب الفضول،	

المصدر: اعداد الباحثة

### تشخيص اضطراب الشخصية التجنبية (Diagnosis of avoidant personality disorder):

من بين المغالطات الواسعة الانتشار نجد ان مفهوم الحالات النفسانية لا تعد امراضا حقيقية بمعنى خضوعها للتعريف، التقييم، والتحديد، والعلاج، اذ تم تعزيز هذا المفهوم على ايدي الباحثين النفسانيين في الخمسينات والستينات من القرن الماضي عند تشخيص اضطراب الشخصية، يجب على الطبيب ان يراعي كل أوجه الأداء الوظيفي للشخص، وذلك بالرغم من الصياغة التشخيصية لكي تكون بسيطة ومفيدة يجب ان تشير فقط الى الابعاد او السمات، التي يرى انها قد وصلت حداً من الشدة (عكاشة وعكاشة، 2005: 695-695). لذا يمكن القول ان التشخيص عملية هامة في العلاج النفسي وهو من صميم عمل المعالج، يعد فن او وسيلة يتسنى من خلالها التعرف الى اصل وطبيعة ، ونوع المرض ، وتتضمن عملية التشخيص التعرف على ديناميات شخصية المريض واسباب واعراض مرضه، وهذا له قيمة كبيرة بالنسبة للمريض والمعالج (ابو سيف، واحمد، 2009: 192). الأفراد الذين تم تشخيص اصابتهم باضطراب الشخصية على اساس السمات التي تميل الى جعلهم يشعرون ويتصرفون بطرق مختلفة اجتماعيا، وغالباً ما تكون هذه السمات انحرافاً شديداً عن الطريقة التي يرى بها الشخص العادي في ثقافة معينة ويفكر، يشعر ويتعلق بالآخرين، وفقاً لجمعية الطب الامريكية (APA, 2000) غالباً ما تتوافق هذه الأنماط المستمرة للسلوكيات، المستقرة عموماً والمنتشرة، وبالتالي ينظر اليها الفرد على انها دليل واضح على وجود اضطراب في شخصية الفرد عند مقارنته بسلوكيات الآخرين (APA, 2000: 2). اذ يجب ان يعتمد التقييم على أكبر عدد من مصادر المعلومات، اذ انه في كثير من الاحيان عند تقييم حالة الشخصية في مقابلة واحدة مع الشخص، الا ان الأمر يستدعي اكثر من مقابلة معه وجمع معلومات عن تاريخه ومعارفه، كذلك فان مؤشرات التشخيص لا يمكن ارجاعها مباشرة الى ضرر جسمي او مرض بالمخ او الى أي اضطراب طبي نفسي اخر، اذ لا بد من ان تستوفي عدة معايير منها

- 1- سلوك واتجاهات غير متجانسة، تشمل مجالات متعددة من الأداء، على سبيل المثال الوجدان التنبه، التحكم في النزوات، طرق الادراك والتفكير، واسلوب الارتباط بالآخرين.

- 2- يكون نمط السلوك الشاذ ثابت وطويل المدى، ليس مقتصرًا على نوبات من المرض العقلي.
- 3- يكون نمط السلوك الشاذ واسع الانتشار، ويفتقد الى التكيف بشكل واضح، مع نطاق عريض من المواقف الشخصية والاجتماعية.
- 4- المظاهر المذكورة اعلاه تظهر دائما أثناء الطفولة او المراهقة، وتستمر أثناء مرحلة الرشد؟
- 5- الاضطراب يؤدي الى انزعاج شخصي جسيم، ولكن قد يتضح ذلك فقط في مرحلة متأخرة من مساره.
- 6- الاضطراب يكون مصحوباً عادة ولكن ليس دائماً، بخلل واضح في الأداء المهني والاجتماعي(عكاشة وعكاشة،2005: 695-697).

والنقطة التي يجب اخذها بنظر الاعتبار عن تشخيص اضطراب الشخصية التجنبية هي انه كان يُعتقد في البداية أن اضطراب الشخصية التجنبية يمثل تصنيفاً ضمن طيف القلق المرضي، اذ افترض الخبراء أن ظاهرة هذا الاضطراب لا يمكن أن توجد إلا بالتوازي مع اضطراب القلق الاجتماعي، ومع ذلك. فقد تم تبديد هذا الافتراض منذ ذلك الحين ، لأن ما يقرب من ثلثي الأفراد المصابين باضطراب الشخصية التجنبية لا يستوفون المعايير القياسية لاضطراب القلق الاجتماعي، تؤدي عوامل الضعف المشتركة ومعايير التشخيص الشائعة إلى أعراض سريرية مماثلة مع اضطرابات المجموعة C الأخرى ، مثل اضطراب الشخصية المعتمدة، على الرغم من التشابه بلا شك الا انه يوجد اختلافات بينهما، ويرى ارنوط (2016) أن اضطراب الشخصية التجنبية يبدأ في بواكير طور الرشد، والكثير منهم يستطيعون العيش في جو يوفر حماية، وبعضهم يتزوج ويكون أسرة يرتبط بها واذا إنهارت المساندة من حوله يصاب بالأكتئاب والقلق والغضب(ارنوط،2016:49).

### التشخيص الفارق (Differential diagnosis).

يقوم التشخيص الفارق على التفرقة بين الاعراض مرضيين لتقدير أي منهما هو الذي يعاني منه المريض، ويحتم التشخيص الفارق على المعالج سواء كان معالجا نفسيا او طبيباً نفسياً، أن يحيط بطرق وعلاج الاضطراب، وهذا له اهمية بالغة لأنه في ضوء هذا التفريق تتحدد طريقة إجراءات العلاج، ويتطلب التشخيص الفارق الاهتمام بما يأتي.

- 1- التعرف الواضح على أسباب المرض.
- 2- التفريق بين الاضطراب والاضطرابات المصاحبه له.
- 3- إكتشاف ردة فعل الشخص إتجاه الاضطراب.
- 4- تقدير شدة الاعراض الفرق بين الشخصية السوية والمضطربة من حيث الاعراض فرق في الدرجة وليس في النوع
- 5- إتباع الاساس العلمي والأحصائي في تصنيف وتحليل المعلومات.
- 6- تحديد نوع واسلوب العلاج الذي يجب ان يتبع ( ابو سيف، احمد، 2009: 193).

تشخيص اضطراب الشخصية التجنبية حسب الدليل التشخيصي (DSM-5) لجمعية الأطباء النفسانيين الأمريكية (APA):

ظهر التصنيف الاول (DSM-1) عام (1952) اذ تم تصنيف اضطرابات الشخصية بغياب اضطراب الشخصية التجنبية، وقلة الشعور بالضيق وانعدامه، وظهر (DSM-II)، عام (1968) يتصنيف اوسع لأضطرابات الشخصية، لكنه لم يستعرض بشكل واضح اضطراب الشخصية التجنبية، عام (1980) تم تصنيف اضطراب الشخصية التجنبية من المحور الثاني ضمن المجموعة (C)، جنبا الى جنب مع الوسواس القهري، والشخصية المعتمدة ، والسلبية العدوانية وقدم عدد من الاعراض لكل اضطراب ومجموعة معايير متعددة الجوانب، في عام (1994) تم اصدار (DSM-IV) ولم يحدث تغير في اضطراب الشخصية التجنبية، في سنة (2013) تم اصدار (DSM-5)، يتم تشخيص اضطراب الشخصية التجنبية عن طريق القيام بتقييم شامل للأعراض والتاريخ الصحي النفسي للشخص. ويشمل التشخيص عادةً المراحل التالية:

اولا- التاريخ الطبي والنفسي: يجرى السؤال عن تاريخ الأعراض، ومتى ظهرت، وما هي العوامل التي قد تؤثر على الشعور بالتجنب.

ثانيا- المقابلة السريرية: يجري مقابلة شخصية مع المريض لتحديد مدى تأثير الأعراض على حياته، وعلاقاته الاجتماعية.

ثالثاً- اختبارات الشخصية: يمكن استخدام اختبارات الشخصية لتقييم الأعراض والتحقق من وجود اضطراب الشخصية التجنبية.

رابعاً- تشخيص اخر: يجب استبعاد وجود أي حالات نفسية أخرى تشبه أعراض اضطراب الشخصية التجنبية مثل الاكتئاب أو الوسواس القهري.

يجب التأكد من تشخيص الاضطراب من قبل متخصص في الصحة النفسية والعمل على وضع خطة علاجية مناسبة تستهدف تحسين الحالة النفسية والعلاقات الاجتماعية (APA,2013:21).والذي تضمن اضطراب الشخصية التجنبية من خلال المعايير الآتية:

اولا- معايير اضطراب الشخصية التجنبية حسب الدليل التشخيصي(DSM-5):

- 1- الخجل والجبن والانسحاب من العلاقات المرتبطة بالتخلي الطوعي عن المساعي المستقلة لتجنب الاحتكاك والأختلاط المرتبط بالتقارب والالتزام. "الخوف من الالتزام" يؤدي دوراً مهماً في ديناميات التجنب.
- 2- يكون الفرد منشغل بكونه موضع انتقاد او رفض في المواقف الاجتماعية.
- 3- مشاعر النقص وتدني احترام الذات.
- 4- القلق في المواقف الاجتماعية الجديدة.
- 5- فرط اليقظة والوعي الذاتي
- 6- الأرتباك الاجتماعي الناجم عن سلوك متوتر مخيف يؤدي بدوره الى السخرية والاستهزاء من الآخرين، مما يؤدي الى اثاره شكوكهم الذاتية ، وبالتالي يؤدي إلى مزيد من الإحراج، مما يتسبب في تراجع الآخرين لأنهم لا يرون المتهربين على أنهم "خائفون من الرفض من قبلي ، ولكن يرفضونني" ( APA,2013:111).

ثانياً- معايير التشخيص حسب (LCD-10). لمنظمة الصحة العالمية:

- 1- احساس بالتوتر والتوجس مستمرة ومنتشرة.
- 2- الاعتقاد بأنه ( اي المريض) في غير موضعه الاجتماعي المناسب، وأنه غير مقبول شخصياً، او انه اقل من الآخرين.
- 3- انشغال شديد بكونه موضع رفض او نقد في المواقف الاجتماعية.
- 4- عدم الرغبة في مشاركة الاخرين الا اذا تأكد من تقبلهم له.
- 5- قيود تقيد انماط حياته بسبب الحاجة الى الشعور بالأمان الذاتي.
- 6- تجنب الأنشطة الاجتماعية والوظيفية التي تتطلب علاقات شخصية اساسية بسبب الخوف من النقد او الاعتراض ( عبيد،2008:76).

#### مضاعفات اضطراب الشخصية التجنبية (Complications of avoidant personality disorder):

قد تؤدي اضطرابات الشخصية إلى صراعات بين الأشخاص وضعف العلاقات الاجتماعية، يواجه الفرد الذي يعاني من اضطرابات الشخصية من صعوبات مهنية ، وضعف في الأداء الاجتماعي ، ومصاعب شخصية. اذ تشير الدراسات إلى ارتفاع معدلات البطالة والطلاق والعنف المنزلي وتعاطي المخدرات والتشرد. يتأثر المجتمع أيضاً بعبء الرعاية الصحية. الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات الشخصية من المرجح أن يزوروا أقسام الطوارئ في المستشفيات، ويعانون من الحوادث المؤلمة ، ويعانون من الوفيات المبكرة بسبب الانتحار. تكمن المعضلة الرئيسية في أن هؤلاء المرضى غالباً ما يصابون بالاكتئاب أو القلق المقاوم للعلاج. نظراً لعدم وجود تشخيص دقيق ، تؤدي اضطرابات الشخصية إلى تكاليف وأعباء كبيرة على المجتمعات والبلدان. طبيعتها المنتشرة وعدم وجود تشخيص دقيق وعلاج يؤدي إلى مشاكل مستمرة. بالإضافة إلى ذلك ، يؤدي نقص البصيرة إلى مشاكل في طلب العلاج (كوفمان، ولاندروم، 2012:351). اذ يعد اضطراب الشخصية التجنبية حالة نفسية يعاني فيها الشخص من الخوف الشديد من الرفض والانتقاد وعدم الثقة بالنفس. يمكن أن يؤدي هذا الاضطراب إلى العديد من المضاعفات السلبية على الصعيد النفسي والاجتماعي والعاطفي والمهني، ومن هذه المضاعفات:

اولاً- الانعزال الاجتماعي: يميل الأشخاص الذين يعانون من اضطراب الشخصية التجنبية إلى الانعزال الاجتماعي وتجنب المواقف الاجتماعية المختلفة، مما يؤدي إلى عدم تطوير العلاقات الاجتماعية والانخراط في المجتمع.

ثانياً- الإحباط والتوتر النفسي: يشعر الأشخاص المصابون بالاضطراب بالتوتر والقلق الدائم والإحباط، مما يؤثر على جودة حياتهم النفسية والعاطفية.

ثالثاً- صعوبات في العمل: قد يواجه الأشخاص الذين يعانون من اضطراب الشخصية التجنبية صعوبة في العمل، خاصة إذا كان يتطلب العمل التعامل مع الآخرين بشكل مباشر.

رابعاً- عدم التطور الشخصي: يميل الأشخاص الذين يعانون من هذا الاضطراب إلى عدم تحقيق التطور الشخصي والمهني، وذلك بسبب تجنبهم للمواقف التي تتطلب التحدث أو المشاركة بشكل فعال.

خامساً- الاكتئاب: يعاني العديد من الأشخاص الذين يعانون من اضطراب الشخصية التجنبية من الاكتئاب والشعور بالحزن الشديد، وذلك بسبب الانعزال الاجتماعي وعدم التواصل الفعال مع الآخرين (APA,2013:21).

### اضطراب الشخصية التجنبية وبعض الاضطرابات النفسية الاخرى

وجد أن اضطراب الشخصية التجنبية يحدث مع عدد من الاضطرابات العقلية المختلفة. وتشمل هذه الاضطرابات ثنائية القطب والاكتئاب ، واضطرابات القلق، وخاصة القلق الاجتماعي. يمكن أن يحدث أيضا مع اضطرابات شخصية مختلفة، مثل اضطراب الشخصية المعتمد ، واضطراب الشخصية المصابة بجنون العظمة ، واضطراب الشخصية الحدية:

### اولاً- اضطراب الشخصية التجنبية والخجل (Avoidant Personality Disorder and Shyness):

يعد اضطراب الشخصية التجنبية مثل اضطرابات الشخصية الأخرى، ويختلف عن الخجل الشائع او الارتباك الاجتماعي في انه حالة مزمنة، لا يؤدي الخجل في حد ذاته بالضرورة الى العزلة الاجتماعية او المشكلات المهنية، او المشكلات الصحية والسلوكيات السلبية، الأكثر حدة وايداء للنفس كما هو الحال مع

اضطراب الشخصية التجنبية، المرتبطة به مثل الحساسية بل يختفي بتقدم العمر وتجربة الحياة، بينما يستمر اضطراب الشخصية التجنبية خلال مرحلة البلوغ ويزداد سوءاً دون علاج مناسب (McQuillan&Vallières 2022:4).

### ثانياً- اضطراب الشخصية التجنبية واضطراب الرهاب الاجتماعي ( Avoidant personality disorder and social phobia disorder):

يتضمن اضطراب الشخصية التجنبية أكثر قلقاً وتجنباً وأكثر انتشاراً من الرهاب الاجتماعي، والذي غالباً ما يكون خاصاً بالموقف التي قد تؤدي الى الأحراج مثل التحدث امام الجمهور ، الاداء على خشبة المسرح، اضطراب الرهاب الاجتماعي هو حالة نفسية تتميز بالقلق والخوف الشديد من المواقف الاجتماعية المختلفة، ويعاني المصابون بهذا الاضطراب من صعوبة في التعامل مع الآخرين، ويمكن أن يؤثر على جودة حياتهم الاجتماعية والعملية.ويمكن أن يتجلى هذا الاضطراب بأعراض مثل الخجل الشديد، والرعب من الحديث أمام الجماعات الكبيرة، والتفكير المتواصل في النقد والانتقاد الذي قد يتعرضون له، والتفكير بشكل مستمر في كيفية التصرف في المواقف الاجتماعية، وقد يشعر المصابون بهذا الاضطراب بأعراض جسدية مثل العرق الشديد والتلعثم في الكلام والرجفة (Egeland& wilberg,2015:6).

الاضطراب الشخصية التجنبية واضطراب الرهاب الاجتماعي على الرغم من وجود بعض التشابهات في الأعراض، إلا أنهما يختلفان بشكل كبير في الطبيعة والأسباب والعلاج وكما يأتي:

أولاً- الأسباب: يعتبر اضطراب الشخصية التجنبية ناتجاً عن التجربة العاطفية السلبية في الطفولة والتي تؤدي إلى اضطرابات في النمو الشخصي، في حين يرجع اضطراب الرهاب الاجتماعي في العديد من الحالات إلى العوامل الوراثية والبيئية.

ثانياً- الأعراض: يتميز اضطراب الشخصية التجنبية بالانعزال والتجنب من المواقف الاجتماعية والحوارات، ويعاني المصابون بهذا الاضطراب من صعوبة في إقامة علاقات عاطفية واجتماعية، ويشعرون بالشعور بالعزلة والوحدة. أما في حالة اضطراب الرهاب الاجتماعي، فيعاني المصابون من القلق والخوف المفرط من المواقف الاجتماعية المختلفة، ويشعرون بالرهبة من التعرض للانتقادات والنقد.

ثالثاً - العلاج: يتطلب العلاج النفسي المتخصص في حالات الاضطراب الشخصية التجنبية، علاجاً مكثفًا وطويل الأمد يهدف إلى تعديل السلوك والتفكير وزيادة الثقة بالنفس، بينما يشمل العلاج النفسي في حالة اضطراب الرهاب الاجتماعي التركيز على تقديم الدعم النفسي وتعلم المهارات الاجتماعية والتدريب على التفكير الإيجابي وإدارة القلق، وقد يحتاج المصابون بهذا الاضطراب إلى تناول بعض الأدوية المضادة للقلق والاكتئاب لتخفيف الأعراض (Simonsen. et al., 2022:21).

**ثالثاً- اضطراب الشخصية التجنبية واضطراب الشخصية الفصامية ( Avoidant personality disorder and schizotypal personality disorder):**

يتميز اضطراب الشخصية التجنبية واضطراب الشخصية الفصامية بسمات وأعراض مختلفة، وفيما يلي نستعرض الفروقات الرئيسية بينهما:

#### 1- الأعراض الرئيسية:

اضطراب الشخصية الفصامية: يتميز بالهلوسة والانفصام والأفكار الوهمية والتفكير غير الواقعي.

اضطراب الشخصية التجنبية: يتميز بالانعزالية والتقادي والتوتر الشديد في المواقف الاجتماعية والانخفاض في الثقة بالذات.

#### 2 - التعامل مع الآخرين:

اضطراب الشخصية الفصامية: يمكن أن يؤدي إلى سلوك غريب وتوتر في التعامل مع الآخرين وإلى سلوك عدائي في بعض الأحيان.

اضطراب الشخصية التجنبية: يميل الشخص المصاب بهذا الاضطراب إلى تجنب التعامل مع الآخرين وقد يشعر بالانعزال والوحدة (Waugh.et.al,2022:22).

## 3- التأثير على الحياة اليومية:

اضطراب الشخصية الفصامية: يؤثر بشكل كبير على الحياة اليومية للشخص المصاب به وقد يحتاج إلى العلاج الطبي والدوائي والعلاج النفسي.

اضطراب الشخصية التجنبية: يمكن أن يؤثر على الحياة اليومية للشخص المصاب به، ولكن بشكل أقل حدة من اضطراب الشخصية الفصامية.

ومن الجدير بالذكر أنه يمكن أن يتشارك بعض الأعراض بين الاضطرابين مثل الشعور بالعزلة والتوتر الشديد في المواقف الاجتماعية، ولكن الاختلاف الرئيسي يكمن في السمات والأعراض الرئيسية المميزة لكل منهما (Zimmerman.et.al,2022:22).

## علاج اضطراب الشخصية التجنبية:

تعد اضطرابات الشخصية من أصعب الاضطرابات التي يمكن علاجها في الطب النفسي. لأن الأفراد الذين يعانون من اضطرابات الشخصية لا يعتقدون ان سلوكهم يمثل مشكلة، لذلك لا يسعون في كثير من الأحيان الى العلاج لن يرى المريض سلوكه على أنه غير قادر على التكيف ولكن بدلاً من ذلك سيشعر بالغرور. باعتقاد هذا ، سيجد المريض صعوبة في الإذعان للعلاج. ومما يزيد في الأمر صعوبة، أنه حتى لو وافق المريض على العلاج، لا يزال الطب الحديث يفتقر إلى طرق العلاج المتاحة، حيث لا توجد أدوية معتمدة حالياً لعلاج أي اضطراب في الشخصية. أن أفضل استراتيجية يقوم الطبيب بتنفيذها هي مساعدة المريض على تطوير سلوك جديد في مواجهة الشدائد لكل اضطراب يجب على الطبيب أن يؤكد على تكتيكات قد لا يكون العلاج الجماعي هو الأكثر حكمة لأنهم يميلون إلى الشك وعدم الثقة. بدلاً من ذلك ، قد يكون التدريب على المهارات الاجتماعية الفردية أكثر فائدة لقد ثبت أن العلاج النفسي الداعم، والتأكيد، والتدريب على المهارات الاجتماعية، والعلاج النفسي الديناميكي النفسي مفيدة في اضطراب الشخصية التجنبية (Popolo.et.al,2019:46). واضطراب الشخصية التجنبية حاله حال بقية الاضطرابات النفسية الاخرى، عولج بعدة انواع من العلاج تبعاً للمدرسة النفسية او النظرية المتبناة في العلاج، وتقسم انواع العلاج المعتمدة مع اضطرابات الشخصية التجنبية الى:

## اولا- العلاج بالتحليل النفسي (Psychoanalytic treatment):

ان النظرية الأساسية التي يستند اليها مذهب التحليل النفسي، والعلاج الناجم عنه هي الدوافع الغريزية، واثر الفشل في أرضائها، او اثر التوقف في ادوار نموها على مستقبل حياة الفرد وقد اعطى اهمية للدافع الغريزي الجنسي وما له من اهمية في تكوين حياة النفسية للفرد وفي اضطراباته، وقد افترض فرويد ان الفرد يمر في نموه الجنسي بأربعة ادوار ( الشفوي، الشرجي، القضيب، التناسلي)، وافترض ان فشل او اثباط الطاقة المرتبطة بأي دور من هذه الأدوار يؤدي الى اثار ضارة في الحياة النفسية للفرد، ويرى فرويد ان الدافعين الجنسي والتعدي يلتمان في السلوك الطبيعي والشاذ للفرد، ومن هذه النظرية ينبع اسلوب فرويد في التحليل النفسي وفي العلاج، فبأكتشافه اللاوعي وأهميته في تكوين شخصية الفرد وحياته النفسية، اتجه اسلوبه نحو استخراج محتويات اللاوعي بطريقة التنويم في البداية ثم بطريقة التداعي الحر ( Free Association ) بما في ذلك تحليل الاحلام وزلات اللسان ( كمال، 1988:460) ان الهدف الاساسي في العلاج عند فرويد هو تحويل ما في اللاشعور الى الشعور، وتقوية الأنا مما يؤدي الى توافق السلوك مع الواقع ويقل اعتماده على متطلبات الغريزة ويخفف الشعور بالذنب لديه، والتحليل الناجح هو ما يستهدف تعديل اساسي في شخصية الفرد وفي بنائها، ان طرق العلاج تستعمل لتفريغ اللاشعور الى الشعور، وعلى هذا فان خبرات الطفولة يعاد تشكيلها ومناقشتها وتفسيرها ثم تحليلها، من الواضح ان المدرسة التحليلية وعملياتها لا تتحصر في حل المشاكل وتعلم السلوكيات الجديدة، وإنما تدخل في عمق الماضي حتى تصل الى المستوى الذي يساعد على فهم الذات الضروري للتغير في الشخصية، ان العلاج القائم على المدرسة التحليلية يهدف الى ان يصل الفرد الى الاستبصار في سلوكياته، ليس فقد الى الفهم العقلاني والمنطقي للسلوك، اذ يشير منظرو التحليل النفسي الى ضرورة ان يعيد الفرد تجربة المشاعر والذكريات والتي لها علاقة لفهم الذات، ان تنظيم العمليات العلاجية ضمن محتوى فهم مكونات الشخصية والديناميكية النفسية يساعد المحلل لتكوين فكرة عن طبيعة مشاكل الفرد المضطرب بغية الوصول الى استبصار لمشكلته وازدياد وعيه في الطرق التي تؤدي به الى التغير حتى يستطيع السيطرة على مجرى حياته (Secor,2020:4). ان الاضطراب والفوضى النفسية في الشخصية التجنبية يتأسس بسبب الخوف من النقد والرفض من الاخرين كما يسبب احداث مؤلمة (Lerner.et.al,2020: 126-127). ظهور هذه الاعراض في مرحلة الرشد المبكرة، تعتمد المدرسة التحليلية بشكل كبير على استعمال طرق ووسائل معينة، فهي تركز على خبرات

الطفولة حيث يتم مناقشتها وإعادة تكوينها وتفسيرها تم تحليلها، والفرضية لدى التحليلين هو سير غور الماضي ضروري لتغيير الشخصية وذلك عن طريق الاستفادة من ظاهرة التحويل ( تحويل الأحداث المؤلمة الى اعراض واضحة على المريض (Caver & Johnson,2018:3).

### ثانياً- العلاج السلوكي(Behavioral therapy):

ان العلاج السلوكي متنوع ومختلف ومتشعب فيما يتعلق بالمفاهيم الاساسية والتقنيات التي يستعملها، هذه التقنيات يمكن تطبيقها للتعامل مع مشكلات معينة مع الافراد، والميزة الفريدة للعلاج السلوكي هي اعتماد العلاج الصارم على الطريقة العلمية، حيث نلاحظ ان المفاهيم والأجراءات تدون بشكل واضح ويتم اختبارها وقياسها تجريبياً ، اذ ان العلاج والتقييم مرتبطان معاً ويحدثان مع بعض زمنياً، ان البحوث هنا تعتبر ركناً اساسياً في المقاربة، والتقنيات العلاجية دوماً في مراجعة وصل (Alden & Taylor,2002:29).

يستهدف العلاج السلوكي تحديد الاهداف بدقة مع بداية العملية العلاجية، ومساعدة الافراد المضطربين في تحقيق اهدافهم، لذا فإن المعالجين السلوكيين يتمصون دوراً نشطاً ومباشراً، في العلاج السلوكي الافراد هم من يقررون ما هو السلوك الذي يريدون تغييره، والمعالج هو الذي يقرر كيف وما هي الطريقة التي يمكن تغيير السلوك بواسطتها، وعند تصميم خطة العلاج يوظف المعالجون السلوكيون التقنيات والأجراءات من مختلف الأنظمة العلاجية الواسعة والعريضة ويطبقونها على المشاكل التي يعاني الأفراد كل حسب حاجته ونوع مشكلته، يضع العلاج السلوكي تركيزه على التفاعل المتبادل بين الفرد وبيئته، ان الاستراتيجيات السلوكية يمكن استعمالها لتحقيق اهداف سواء كانت فردية او مجتمعية، تعد العوامل المعرفية دور عند ممارسة العلاج السلوكي، فإن التقنيات المستخدمة يمكن تطبيقها لأنجاز اهداف انسانية، ومن الممكن بناء جسر يربط العلاج السلوكي بالعلاج الانساني، ان التقنيات السلوكية اصبحت جزء من الطب والطب النفسي وبرامج تأهيل وادارة التوتر والضغط، خصوصا لأدارة حياة صحية واسلوب حياة ايجابي

مثمر (Bornovalova.et.al.2011:106)

التقنيات السلوكية تؤكد على مهارات التيسير الذاتي والكثير من السلوكيات التكيفية الجديدة، بالإضافة الى بناء افكارهم، ويجري العلاج السلوكي من خلال استعمال هذه التقنيات للسيطرة على حياتهم، ويتعاملوا

بفاعلية مع المشاكل المستقبلية والحاضرة، ويؤدون اعمالهم بشكل افضل بعد ان ينتهوا من تجربتهم في العمل مع الجماعة، ويتم تصميم العديد من المجموعات لهدف اساسي هو زيادة اندماج الفرد في فيما يتعلق بالسيطرة والحرية في جوانب معينة من حياته اليومية (Corey,2011:337-340).

يعتمد العلاج السلوكي المعرفي على افتراض أن القلق والتجنب مرتبطان بمعتقدات الأفراد غير القادرة على التكيف وعمليات التفكير، ويؤكد على التفاعلات التعاونية بين المريض والمعالج بالاقتران مع تقنيات معرفية وسلوكية محددة مثل الحوار السقراطي، ومراقبة المعتقدات، وتحليل مزايا وعيوب التجنب، ومراقبة النشاط والجدولة، وتعيينات التعرض المتدرجة، والتجارب السلوكية ولعب الأدوار (Emmelkamp.et.al,2018:60).

### ثالثاً- العلاج المعرفي (Cognitive therapy):

يعمل العلاج المعرفي السلوكي لاضطراب الشخصية التجنبية في المقام الأول على تحليل الأفكار التلقائية المختلفة وظيفياً والمشوهة وغير الدقيقة والتي تشكل أساس اضطراب الشخصية التجنبية، هذه الأفكار بمجرد تحديدها ومشاركتها مع المريض يتم تحديدها من خلال تنفيذها واستبدالها بأفكار جديدة أكثر فاعلية. على سبيل المثال ، افترض أن المريض يعتقد بقوة أن1ه أدنى من الآخرين وأن الآخرين يرغبون تركهم حيث يعمل المعالج ، باستخدام تقنيات مختلفة ، يشكك في صحة الأفكار من خلال سؤاله عن أسماء الأشخاص الذين يحبهم ويفضل قضاء الوقت معهم أو التجارب الأخرى التي استمتع بها معهم. وبهذه الطريقة يوضح المعالج أن هناك أشخاصاً يريدون أن يكونوا معه ويستمتعون معه وأن مخاوفه وانعدام الأمن في المواقف الاجتماعية بشكل عام غير منطقية ولا أساس لها من الصحة. هذا مثال بسيط لتقنية مستخدمة في العلاج المعرفي تسمى (إعادة الهيكلة المعرفية)، كما يتم عرض الدورات الشخصية للمريض ، وبالتالي كيف تؤثر معتقداته الشخصية أيضاً على الآخرين بردود فعل تؤكد في النهاية الاعتقاد الأساسي فقط، الهدف هو إظهار الاستراتيجيات الممكنة للتعامل مع المواقف المخيفة باستخدام الأساليب السلوكية، كما أن تحليل الأفكار السلبية الشخصية يجعل من الممكن تحسين العلاقة العلاجية نفسها ، وهو أمر أساسي لاستمرار العلاج ونجاحه(Perrotta,2021: 4). وهناك من يرى ان العلاج المعرفي اسلوباً تكاملياً يجمع بين افضل جوانب العلاجات المعرفية والسلوكية والتجريبية والشخصية والتحليلي النفسي في نموذج واحد،اذ يركز العلاج

المعرفي على مساعدة الأفراد في تغيير انماطهم السلبية ( غير القدرة على التكيف) التي عاشوا معها لمدة طويلة، الاساليب والجهود الأخرى التي جربوها من قبل وباءت بالفشل الى حد كبير، اذ تم تطوير العلاج الاستكشافي الذاتي بواسطة جيف يونغ (Jeff Young) الذي عمل في البداية بشكل وثيق من الدكتور أرون بيك مؤسس العلاج المعرفي على تقوية وتحسين شخصية الفرد بغض النظر عن الجنس فيما يتعلق بمشاكل السلوك، ينظر العلاج الى أفكار الفرد ومشاعره ويكون لديه دوافعه ويسأل لماذا، يساعد العلاج الافراد في البحث عن ذاتهم والاجابة عن جميع اسالتهم عن أنفسهم، يسمح لنا العلاج بفهم اعمق لانفسنا وكيف يمكننا الحصول على العديد من الفوائد في حياتنا وهذا يساعد الافراد على فهم وقبول من هم ولماذا يفعلون ما يفعلونه (اليهي،2006:227).

بهذه الطريقة سيعرف المريض أنه نظرًا لخصائص شخصيته يمكنه أن ينظر إلى المعالج على أنه نقدي مما يزيد من الشعور بالأمان إذا حدث ذلك ويشاركه في النهاية في الوقت الفعلي وقيم صدقه. نهج علاجي آخر لعلاج اضطراب تجنب الشخصية هو العلاج ما وراء المعرفي بين الأشخاص والذي يحاول، من خلال سرد السيرة الذاتية للفرد، التماس قدرة المريض على التمييز بين الخيال والواقع ، ولا سيما في النظر إلى التمثيلات السلبية للذات مع الآخرين على أنها إفتراضية وليست مرآة لواقع موضوعي، استحضار تمثيلات بديلة يمتلكها المريض، لكنها تخفيها الحالات العقلية الإشكالية السائدة، تعزيز السلوكيات الجديدة لتحل محل السلوكيات المعتادة ، لتشكيل تمثيل متكامل للذات يأخذ في الاعتبار التناقضات والأخطاء النفسية في تفكير المريض ، مثل الملاحظة المنهجية للنوايا العدائية لدى الفرد أو استراتيجيات من النوع "إذا تجنبتم ، فأنا بالتأكيد لا أعاني من الحكم السلبي"، لقراءة نوايا الآخرين بحساسية أكبر لتمييز علامات العداء المتوقعة عن تلك الفعلية ولا مركزية ، أي إفتراض وجهة نظر الآخر التي لا تتأثر بالتوقعات السلبية للفرد. أخيرًا ، يمكن أن تكون فئات مختلفة من الأدوية النفسية ، مثل مضادات الاكتئاب ثلاثية الحلقات ، ومثبطات مونو-أمينو أوكسيديز ، ومثبطات امتصاص السيروتونين الانتقائية ومثبطات السيروتونين والنورابينفرين ، كجزء من العلاج المتكامل ، مفيدة في تقليل الحساسية الفردية للخوف من الرفض ، النقد ومشاعر الاحراج والعار. يشار إلى البنزوديازيبينات لعلاج القلق أو الذعر والعصبية والتوتر الناجم عن الاضطراب إلى التعامل مع المواقف الاجتماعية التي عادة ما يتم تجنبها. تم العثور على حاصرات  $\beta$  لتكون فعالة في إدارة فرط نشاط

الجهاز العصبي اللاإرادي (التعرق، الرعشة، الاحمرار، إلخ) التي تحدث عند مواجهة المواقف المخيفة (Perrotta,2021:4).

#### رابعاً: العلاج الوجودي

يعد العلاج الوجودي طريقة أو أسلوب في التفكير أكثر منه ممارسة علاجية، أن الفرضية الأساسية للفرد الوجودي اننا لسنا ضحايا وقدر الظروف لأننا نحن اللذين نختار كيف نكون ومغزى وجودنا، إن هدف العلاج هو تشجيع الافرد أن يفكروا بعمق، وان يتعرفوا على المدى الواسع من الخيارات الموجودة امامهم ثم يتخذون القرار المناسب حسب رغبتهم ،واشارت دراسة يالوم(2003) ان الخطوة الاولى لرحلة العلاج هي أن يتقبل الافراد المسؤولية التي يعرف فيها الافراد دورهم في خلق وصنع ازمان حياتهم ومشكلاتها، ويعرفون ايضا انهم يملكون القدرة لتغيير مجرى حياتهم، واحد اهداف العلاج الوجودي هو تحدي الافراد لأنفسهم بأن يتوقفوا خداع انفسهم فيما يتعلق بضعف شعورهم بالمسؤولية تجاه ما يحصل لهم، كذلك اشارت دراسة فان دورزين (2002) إن الارشاد الوجودي لا يهدف الى شفاء الافراد من الاضطرابات الشخصية بالمفهوم التقليدي العلاجي(ابراهيم،2010:325).

النظريات التي فسرت اسباب اضطراب الشخصية التجنبية ( Theories that explain the causes of )  
:(avoidant personality disorder)

#### اولاً- نظريات التحليل النفسي (Psychoanalytic theory):

تعد نظرية فرويد واحده من أشهر النظريات النفسية التي تستخدم لتفسير الأمراض النفسية، بما في ذلك اضطراب الشخصية التجنبية. وتركز نظرية فرويد على الدافع النفسي والعواطف والاندماج الشخصي في النمو الشخصي والسلوك وفقاً لفرويد، يمكن أن يحدث اضطراب الشخصية التجنبية نتيجة لصدمة نفسية أو تجربة مؤلمة في الطفولة، مثل الإهمال أو الإساءة الجسدية أو العاطفية. وفي ظل هذه الظروف، يمكن للفرد أن يتجه إلى استخدام آلية دفاعية تسمى "التجنب"، والتي تتمثل في تجنب المواقف المؤلمة والأشخاص الذين قد يسببون له الألم النفسي(Weinbrecht,2016:10).

وترى نظرية فرويد أن التجنب يتميز بوجود خوف شديد من الاقتراب من الآخرين، ويمكن أن يؤدي إلى تشكل أنماط سلوكية سلبية مثل الانعزال والتهرب والتجميد وعدم الاندماج الشخصي. وبالإضافة إلى ذلك، تشير نظرية فرويد إلى أن الشخصية التجنبية يمكن أن تنشأ نتيجة لعدم قدرة الفرد على التأقلم مع الظروف الاجتماعية والعاطفية الأخرى. (Reich,2010:222).

ومن أجل علاج اضطراب الشخصية التجنبية وفقاً لنظرية فرويد، ينصح بإجراء العلاج النفسي الذي يركز على تحليل العواطف والاندماج الشخصي والتأقلم مع المواقف الاجتماعية والعاطفية الأخرى. ويشجع المعالجون عادة الفرد على التفاعل مع الآخرين بشكل أفضل وتطوير مهارات التواصل والعلاقات الإيجابية مع الآخرين (Blatt & Levy ,2003:150).

ويعتقد المؤيدون لنظرية التحليل النفسي أن الشخصية التجنبية تنشأ بشكل رئيسي من الرغبة في تجنب الألم النفسي والانعزال عن العواطف والمشاعر المؤلمة. ويمكن أن يعتبر الانعزال والتجنب من الآخرين على أنها آلية دفاعية للفرد، تمكنه من الحد من التعرض للألم النفسي. وبالإضافة إلى ذلك، تشير نظرية التحليل النفسي إلى أن الشخصية التجنبية يمكن أن تنشأ نتيجة لصعوبات في تنمية مهارات التفاعل الاجتماعي وتوافر الدعم العاطفي في المراحل الحرجة من النمو الشخصي. إعتقد فرويد أن العصاب ذو منشأ نفسي بصورة رئيسية ، وكان في أول ابحاثه يتصور العصاب كنتيجة أذى واضطراب في التطور الجنسي، الا أنه قال بعد ذلك بأن العصاب هو عقدة أوديب غير المحلولة كما أفترض فرويد أن الشخصية تتألف من تفاعل الأنظمة النفسية معا وهذه الانظمة النفسية هي (id) ،والانا ( Ego ) والانا العليا (Super Ego) وتعمل هذه المكونات تبعا إلى الطاقة الموجودة في كل مكون من هذه المكونات (الدباغ ، 1983 : 29 ).

#### ❖ نظرية كارين هورني (Horney Karin) :

تؤكد هورني أهمية دور العوامل الثقافية في تشكيل الشخصية فضلاً عن دور التأثيرات الناجمة عن التفاعلات بين الوالدين والطفل في بيئته المبكرة، وترى أن القلق الاساسي هو سبب العصاب، ويشير مفهومها عن القلق الاساسي الى الشعور بالعجز في عالم ملئ بالعداوة وتنبثق مشاعر القلق والعداء نتيجة اتجاهات النبذ من الاسرة الاقرباء ، واقترح كارين هورني ان القلق المرضي يمكن تجنبه بمنح الطفل حنانا

ودفناً حقيقياً حتى تنمو لديه مشاعر الشخص المطلوب والمحبوب، استخدام التجنب والكف كدفاعات شخصية في عديد من المواقف الحياتية - الانشغال الزائد بالمخاوف والتهديدات المحتملة ، كذلك قدمت هورنى (Horney, 1959) مجموعة من السمات التي أطلقت عليها النمط المنعزل والتي وصفتها بأنها ذلك النمط البين شخصي الذي يتميز بالابتعاد عن الآخرين والتوتر الزائد المرتبط بوجود الآخرين ، ومن ثم تصبح العزلة وسيلة هامة لتجنب هذا التوتر ، ومن ثم توجد حاجة داخلية لدى هؤلاء الأفراد لوضع مسافات بينهم وبين الآخرين - وأنهم يرسمون حول ذواتهم ما يشبه بالدائرة السحرية التي لا يستطيع أحد اقتحامها ، وبالتالي فإن كل الصفات التي يكتسبونها وكل حاجاتهم تتجه نحو الهدف الأساسي وهو عدم التورط أو الاندماج مع الآخرين ، وأشارت هورنى في النهاية أن ازدياد الذات من بين السمات التي تميز النمط الانعزالي ( الانسحابي ) وهذا ناتج من الشكوك العميقة تجاه الذات التي تؤدي إلى التشكك في الآخرين مما يجعل الفرد غير قادر على تقبل ذاته كما هي عليه وغير قادر على الاعتقاد بأن الآخرين يتقبلونه كما هو عليه بكل عيوبه ومزاياه مما يجعله يعتقد بأن الآخرين يحتقرونه بدلاً من أن يحترمونه . كذلك أشار بعض المنظرين إلى وجود بعض العوامل البيولوجية الوراثية المسؤولة عن حدوث هذا الاضطراب واضطرابات الشخصية عامة منهم (Bernstein.et.al,2015:73).

### ثانياً- النظرية السلوكية (Behavioral theory):

تشير النظرية السلوكية إلى أن اضطراب الشخصية التجنبية ينتج عن سلوكيات وأنماط تفكير غير صحية وغير فعالة. وتشمل هذه السلوكيات والأنماط التفكيرية السلبية مثل الخوف الشديد من الرفض والاضطراب في التعامل مع العواطف والعلاقات الإنسانية.

يمكن أن تكون الأسباب الأساسية لاضطراب الشخصية التجنبية متعددة، ولكن في العادة تتضمن الأسباب النفسية والاجتماعية. فقد يكون الأفراد الذين يعانون من هذا الاضطراب قد تعرضوا لصدمات نفسية في الطفولة مثل الإهمال أو الإساءة أو التعرض للعنف، وقد يكون لديهم تجارب سلبية في العلاقات الاجتماعية المبكرة مما يؤدي إلى اضطراب في تطوير مهارات التفاعل الاجتماعي.بالإضافة إلى ذلك، قد يكون للعوامل الوراثية والبيئية دور في تطور اضطراب الشخصية التجنبية. فقد يكون للعوامل الوراثية دور في زيادة عرضة الفرد للاضطراب، فيما قد يؤدي الضغوط البيئية والاجتماعية مثل الإجهاد المستمر والعزلة إلى تفاقم

الأعراض. تركز النظرية السلوكية على السلوكيات والأنماط التفكيرية السلبية التي تساهم في تطور الاضطرابات النفسية، بما في ذلك اضطراب الشخصية التجنبية (Fariba,2023:11).

تعتبر النظرية السلوكية أن السلوك والتفكير هما عاملان رئيسيان في تكوين الأمراض النفسية، حيث تؤدي السلوكيات السلبية والأنماط التفكيرية السلبية إلى تفاقم الأعراض وتصبح عملية العلاج.

بشكل عام، يمكن القول إن اضطراب الشخصية التجنبية ينشأ من تفاعل بين العوامل الوراثية والبيئية، ويتم تشخيصه عادة في مرحلة الشباب المبكرة ويستمر على مدى الحياة إذا لم يتم علاجه بشكل صحيح. ومن المهم التركيز على تحديد الأسباب الدقيقة للمشكلة وتقديم العلاج اللازم لتحسين جودة حياة الأفراد الذين يعانون من هذا الاضطراب، يمكن تلخيص النظرية السلوكية في مبدأ أن السلوك يتأثر بالمحفزات الخارجية والعوامل النفسية الداخلية والتعلم، ويمكن تعديله أو تغييره بتعديل المحفزات الخارجية أو العوامل النفسية الداخلية أو عن طريق التعلم والتدريب (Levy. et.al ,2015:44).

### ثالثاً- نظرية المخططات المعرفية (Young et al,2003)

نظرية حديثة طورها بيك وبيونك (Beck &Young 2003) في محاولات لشرح اضطراب الشخصية التجنبية والشخصية المعقدة، يجادلون بأن عدم القدرة على تلبية الاحتياجات العاطفية الأساسية خلال مرحلة الطفولة والمراهقة يؤدي إلى تطوير واحد أو أكثر من المخططات المبكرة لسوء التكيف تُعرّف المخططات اللاتكيفية المبكرة (Early Maladaptive Schemas) على أنها "موضوع أو نمط واسع النطاق يتألف من ذكريات وعواطف وافكار فيما يتعلق بالذات وعلاقاته الفرد مع الآخرين(الحديبي، الدواش،2020:428). وفقاً لـ (Young al et,2003) المخططات اللاتكيفية هي القوة الدافعة وراء السلوكيات الفرد الغير سويه والمضطربة، ويعتقد أيضا أنها تؤثر بشكل كبير على تصور الفرد للأحداث والسمات والتي تؤثر ايضا على السلوك تؤدي الى بعض الاعراض المرضية كالقلق والرهاب الاجتماعي (Young .et.al,2003:24) وفقاً لنظرية المخططات الخاصة بـ (Young.et. al,2003) فانها تستند الى ثلاثة مفاهيم:

- المخططات المعرفية الالآكيفية تتشكل من آآارب الطفولة السيئة لذا فإن آآارب الطفولة التي تؤدي إلى عدم تلبية الالآتياجات العاطفية الأساسية، تؤدي إلى تطوير الالآراض المرضية واضطراب الشخصية الالآجنبية يطلق عليها مخططات الالآكيفية المبكرة وتتصف بانها مستقرة كالالآعتقدات الدائمة حول العالم والذات والتي ترجع جذورها إلى الالآارب في مرحلة الطفولة المبكرة كالعزلة الالآجتماعية والالآهمال والالآساء من قبل القائلين على رعاية الطفل اذ تعمل على تصفية الالآبرات الواردة بشكل انآقائي وتتوسع وتثرى خلال حياة الفرد وتتشط هذه المخططات عندما يواجه الفرد مواقف شبيهة بتلك التي ادت إلى نشوئها
- إساليب الالآعيش (Methods of Coexistence): يعد المفهوم الثاني الالآساسي للنظرية يلجأ إليها الشخص للحفاظ على استمرارية المخططات.
- الصيغ (Formulas): إساليب الالآعيش نشطة في زمن معين (Young. et. al,2006:6).

يرى يونك (Young. et. al,2003) إن المخططات تتميز بصفة الثبات والالآتساع والعمق تتعلق بنظرة الفرد لذاته، وعلاقته مع الالآخرين تتطور وتنمو خلال مرحلة المراهقة وتتضح تفاصيلها خلال مراحل حياته الالآحقة وتتميز بانها مختلفة بصوره واضحة وما يؤيد ذلك اذ وجدت دراسة كل من بيل وسييرو (Ball and Cecero, 2001) وجوفيف وباكسون (Jovev and Jackson,2004)، وماير وكارفر (2000)، Mayer and Carver) التي أجريت على طلبة الجامعة من ذوي الشخصية الالآجنبية إلى وجود علاقة مهمة بين الالآصابة بأضطراب الشخصية الالآجنبية واستعادة الذكريات المبكرة التي تعكس موضوع الالآنعزال الالآجتماعي، والهجر، والرفض إذ تشير هذه النتائج إلى دور المخططات الالآكيفية المبكرة في العزلة الالآجتماعية، والالآحلي والالآحرمان العاطفي والالآعتماد وعدم الكفاءة المرتبط بتوقعات الالآرفض على سبيل المثال (الذين يهتم الالآخرون بي وبالتالي لن يلبوا حاجتي العاطفية) وانعدام الثقة، سوء المعاملة المرتبط بأضطراب الشخصية الالآجنبية (سيؤذيني الالآخرون من خلال استبعادي ورفضني) (Jackson and Jovev,2004, 123) ويرى بيك والآخرين (Beck et al,2004) ان المخططات المعرفية الالآكيفية معتقدات وافكار راسخة لدى الفرد عن نفسه وعن الالآخرين تضل عاملة وفاعلة على مر حياته وتبقى مؤثرة باستمرار بالطريقة التي يتفاعل بها الفرد مع البيئة والعمليات الالآخلية لديه ومن تسهم في ظهور الكثير من الالآضطرابات، وتصبح ثابتة ومقاومة جداً الآن الأفراد المصابين بأضطراب الشخصية

التجنبيه يميلون إلى تجنب عدد من التجارب المعرفية والعاطفية وعدم تحملهم لها. وقد وجد تايلور وآخرون (Taylor et al, 2004) دعماً تجريبياً لهذا التأكيد من خلال إظهار ان اضطراب الشخصية التجنبية مرتبطا بالمعتقدات المتعلقة بنفور التجارب العاطفية، بما في ذلك التجارب الإيجابية. وهذا يشير الى دور المخططات اللاتكيفية في التثبيط العاطفي والإخضاع (والذي يتضمن قمع احتياجات الفرد وبالتالي التجارب العاطفية الإيجابية المحتملة) والضعف بسبب الخوف من العلاقات الاجتماعية مما يعني ضمنا النفور من التجارب العاطفية. ومن المثير للاهتمام، في دراسة حديثة باستخدام عينة غير سريرية كبيرة وجد ريفز وتايلو (Reeves and Taylor, 2007) أن المخططات المعرفية اللاتكيفية للعزلة الاجتماعية وتثبيط المشاعر كانت مرتبطة بأعراض اضطراب الشخصية التجنبية عند التحكم في جميع المخططات الأخرى (De Rick.et.al, 2009: 222-223).

ويفترض أن يُعبر المخطط عن نمط التفكير المكتسب خلال المراحل الأرتقائية، بينما تسمح مخططات الأسوياء بتفسيرات وتقييمات واقعية للأحداث فإن مخططات الأشخاص غير المتوافقين تؤدي إلى تشويه الواقع (Brock, 2014:242) وتفترض نظرية المخططات أن استجابة الأفراد وفقا للمخططات اللاتكيفية غالبا ماتكون آليات جامدة وذاتية وانهازامية، مثل: اضطراب الشخصية التجنبية. وتنشط هذه المخططات مع الأحداث اليومية والحالة المزاجية وال سيما اضطرابات الشخصية التجنبية التي تعاني من خلل وظيفي وتسبب اضطرابات شخصية (Shorey, et al., 2014: 913).

وقد قام يونج بتحديد المخططات المعرفية اللاتكيفية التي تندرج تحت خمس مجالات وهي كالآتي:

**المجال الأول:** الانفصال والرفض: وهي تدور حول توقع تخلي الآخرين والاستجابة بطريقة غير موثوقة لأحتياجات الدعم والاتصال العاطفي أو الأساءة المتعمدة أو الحرمان والتجاهل

**المجال الثاني:** قصور الأستقلال الذاتي وضعف الأداء: وتدور حول توقع الفرد أن يكون الشخص عاجز ولا يمكنه القيام بالأداء المناسب، ويكون عرضة لأمراض والضرر وغير قادر على البقاء على قيد الحياة وفقد السيطرة على المصير.

**المجال الثالث:** ضعف القيود أو الحدود: تدور حول توقع الفرد أنه الأفضل، ويستحق الأكثر، والشعور بالاستعلاء، وعدم القدرة على كبح جماح تعبيراتهم الأنفعالية أو ضبط انفعالاتهم.

**المجال الرابع:** التوجه نحو الآخر: يدور حول وضع احتياجات الآخرين قبل احتياجات الفرد والسعي إلى الحصول على موافقة على حساب الذات ليتناسب مع الآخرين.

**المجال الخامس:** الحذر الزئد والكبت" فيدور حول توقع الفرد أن تكون الحياة مؤلمة وصعبة أو سلبية بطريقة أو بأخرى، وأن هناك مجموعة من المعايير يجب الوفاء بها من أجل تجنب النقد فيها، والعقاب ضروري لأولئك الذين يرتكبون أخطاء (Lyrakos, 2014: 463-465). (Helpful, 2017:52-54)

#### رابعاً- النظرية العقلية المزاجية (Mood mental theory)

إن الخصائص التطورية لهذه النظرية تشير إلى علاقات الافراد في التطور المبكر والمستمر، ليست مهمة فقط من حيث البقاء الجسدي، وتعزيز القدرة على التفكير، والانخراط في علاقات وثيقة الصلة مع الآخرين، وهي القدرات الحيوية لفهم الذات والآخرين، السلوك الاخلاقي، وبالتالي تصبح فاعلاً مهماً ومشاركاً في العلاقات الاجتماعية البشرية والمجتمع ككل، وفقاً لهذه النظرية فإن اضطراب الشخصية التجنبية يتميز بالخوف والنزعة وتجنب الموقف المختلفة (Converse .et.al ,2008:725).

إن العلاقة الديناميكية بين المزاج والتعلق يمكن أن تزيد من تقاوم وتطور اضطراب الشخصية التجنبية، وتتجلى هذه الظاهرة في أن عدم قدرة الرضيع على التعبير تقابل باستجابة رفض من قبل مقدمي الرعاية، مما يحفز انماط السلوك غير القادرة على التكيف، إذ تؤدي التفاعلات المبكرة مع الوالدين الى الخوف من الألفة، والثقة، مما يؤدي الى زيادة حالة اليقظة المفرطة، وبالتالي تؤدي الى ظهور المخططات السلبية، بتجنب استراتيجيات المواجهة لتقادي او لتجنب الأهمال، الشعور بالذنب، وسوء المعاملة (Lampe&Malhi,2018:11).

### • مناقشة النظريات التي فسرت اسباب اضطراب الشخصية التجنبية:

من خلال الاطر النظرية التي تناولت اضطراب الشخصية التجنبية والتي تم استعراضها نجد أن إختلاف النظريات التي فسرت إضطراب الشخصية التجنبية وذلك بسبب التباين والأختلاف في وجهات نظر كل مدرسة الا أن الباحثة استفادت منها في بيان اوجه التشابه بين النظريات المفسرة لأضطراب، إذ تستنتج الباحثة أن نظرية فرويد ركزت على التجارب الصادمة المكبوتة خلال السنوات الخمس الاولى من الطفولة في حياة الفرد ان عدم اشباع تلك الرغبات يؤدي الى التثبيت عند تلك المرحلة ومن الصعب تغييرها فيما بعد، أما هورناي تؤكد على أهمية دور العوامل الثقافية في تشكيل الشخصية فضلاً عن دور التأثيرات الناجمة عن التفاعلات بين الوالدين والطفل في بيئته المبكرة، اما النظرية السلوكية فتري ان الاضطرابات ناتجة عن عادات سلوكية سيئة او غير طبيعية تعلمها الفرد ، اما نظرية المخططات المعرفية فتري ان اضطراب الشخصية التجنبية تتشكل من مخططات معرفية سلبية ناتجة من تجارب الطفولة السيئة لذا فإن تجارب الطفولة التي تؤدي إلى عدم تلبية الاحتياجات العاطفية الأساسية، تؤدي إلى تطوير الاعراض المرضية واضطراب الشخصية التجنبية يطلق عليها المخططات الأنكيفية المبكرة.

### ثانياً: نقد الذات (self-criticism):

ما يميز البشر عن الحيوانات الأخرى ليس الدافع والتوجهات العاطفية بقدر ما هو التطور الأخير للكفاءات المعرفية للعمليات مثل الوعي الذاتي، والتقييم الذاتي من الدرجة الثانية ، والتفكير المنهجي، والاجترار ، والتوقع، والإسناد، والذات السلبية - الأحكام وإمكانيات مسامحة الذات، ويمثل مفهوم الذات احدى التحديات التنموية التي تواجه الفرد اثناء مرحلة المراهقة في تطوير مفهوم ذاتي مستقل يصبح اكثر تعقيد وتمايز (Gadassi, 2020:5). (Gilbert,2009:42) (Suddendorf & Whitten,2001:3). التقييم الذاتي السلبي من ناحية، وقبول الذات والتسامح وطمأنة الذات من ناحية أخرى، لا يمكن أن ينشأ إلا لأن لدينا قدرات لتمثيل الذات الرمزية التي لا يمكن فصلها عن السياقات الاجتماعية التي تعمل فيها (Szyner, 2016:5). إن تركيز نقد الذات وحتى كراهية الذات يستند إلى سياقاتنا الاجتماعية ( Szyner et al., 2016). إذ إن النظر إلى نقد الذات وطمأنة الذات من منظور سياقي اجتماعي وتطوري يوفر منصة للاعتراف بأن نقد الذات والتعاطف مع الذات والتسامح مع الذات يمكن فهمه من منظور أشكالهم

ووظائفهم الاجتماعية والشخصية (Gilbert. et al,2004:10). بالإضافة إلى ذلك ، فإنه يوفر أساساً لفهم علاقة الرحمة بمسامحة الذات. نقد الذات بشكل عام هو مكون رئيسي في الشخصية، يجعل الفرد يقيم ذاته على نحو موجب سوي، أو غير سوي، وقد يكون ظاهراً أو خفياً شعورياً أو غير شعوري فهو مكون معرفي، وجداني، سلوكي له شق إيجابي عندما يقف الفرد مع ذاته بشفافية، ويحدد مواطن قوته ونقاط ضعفه ، وينمي ويطور إيجابياته ويعدل ويمحو سلبياته، وهذا المكون يرتبط بقوة أو ضعف كل من الأنا والأنا الأعلى ومدى استدخاله للعرف والتقاليد التي تلقاها من البيئة المحيطة به (Dunkley.et.al,2006:665).

يعود تاريخ نقد الذات إلى الفلسفة اليونانية القديمة، حيث كانت الحكمة تعني السعي للمعرفة الذاتية والتحكم في النفس. وفي القرون الوسطى، طور الفلاسفة العرب فكرة النظرية النفسية والتي تعني دراسة النفس والذات. وفي القرن العشرين، ظهرت عدة مدارس نقدية للذات، مثل النفسانيات الإنسانية ونظرية الذات الاجتماعية. وفي الوقت الحاضر، يتم تطوير نظريات نقد الذات في مجالات مختلفة، مثل علم النفس والفلسفة وعلم الاجتماع والأدب. وتهدف هذه النظريات إلى فهم الذات وتحسينها وتطويرها (2015: 201, Wyatt& Lee)

قد تتم بشكل عادل أو غير عادل بين ما لا يمتلكه وما يمتلك الآخرين مما يجعله عرضة للسوء أو بالأضطرابات النفسية (Campos.et.al, 2018:122) ، وهناك عدة مفاهيم متداخلة مع هذا المفهوم منها جلد الذات، والشفقة على الذات ، والمسؤولية الاجتماعية ، والنزعة الى الكمالية، والعزو الشخصي. جلد الذات هلو قمع الخبرات والمشاعر التي يعيشها الفرد نتيجة فعل ما قام به، مع فقدان الاستحقاق بما تعلمه (Neff,2003:85). ويلجأ إليه الفرد كوسيلة لتعرية الذات أمام نفسه والآخرين ، وهو مصطلح ديني أكثر منه مصطلح نفسي، أما نقد الذات هو اضطراب نفسي ناتج عن أفكار وإعتقادات غير منطقية لدى الفرد تجذولت لانفعالات وتصرفات عاقب بها نفسه(Chang & Asakawa, 2003:569).

الشفقة على الذات هي شكل من أشكال الاستعلاء ، ويمارسها الفرد عندما يشعر بالهشاشة والضعف ، والشفقة دائما تتبدى عند الشعور بالاستكانة والضعف، غالباً تتعلق بالجانب الانفعالي الاجتماعي (Casalin et al, 2014:) وهي شكل من أشكال الرثاء على الذات، لأنها تؤكد الاحساس بالأناانية والانعزال عن العالم المحيط، وعدم الاهتمام بمشاعر الآخرين ، بل التشدق والمبالغة في معاناة الذات ).

(Kornfield & Goldstein,1987:169)، وتختلف عن الشفقة بالذات أو العطف بالذات فيشعر بها الفرد ويمارسها من منطلق الحب والعطف والود والمساواة، أمام نقد الذات له جانب معرفي، ووجداني، وسلوكي تجاه الذات، وسيطرة الانفعال على العقل، اما المسؤولية الاجتماعية هي مسؤولية ذاتية أخلاقية تتميز بالمراقبة الداخلية والمحاسبة الذاتية، كما ان فيها من الأخلاقية ما في الواجب الملزم داخلياً ، إلا أنه إلزام داخلي خاص بأفعال ذات طبيعة اجتماعية، في حين نقد الذات يقوم الفرد بتوجيه اللوم لنفسه لأسباب شعورية وغالبا يسيطر عليه الشعور بالتعاسة والخوف من استهجان ونقد وتقييم، اما النزعة الى الكمالية هي مطالبة النفس والآخرين بأداء اسمى مما يتطلبه الموقف، حيث يسيطر على الفرد الرغبة في تعقب التفاصيل الدقيقة، وفرض شكل غير عادي من الضبط والجودة يفرضه على الذات والآخرين. ومن ثم فهي جهد مبالغ فيه يلجأ إليها الفرد ليقبل نقده لذاته علن طريق انشغاله بسلوكه طلبا لتجنب الأخطاء ونيل الاستحقاق من الآخرين(Ghelerter , 2017:67)، فالكمالية لا يشترط فيها نقد الفرد لذاته ومعاقبتها على عدم الخضوع (Fairbanks, 2016:123).

العزو الشخصي (التفكير الشخصي) يقوم الفرد بلوم ذاته وإسناد سبب تأنيب ضميره لنفسه، وشعوره بأنه المسؤول عن الأحداث السلبية، ولا يدرك دور الآخرين في ذلك، اما نقد الذات تسيطر على الفرد العديد من الكلمات الانتقادية الداعمة لعدم الاستحقاق والجدارة المدمرة للمسؤولية الذاتية مثل ( ينبغي ، لا بد، يجب)، في حين اذا استبدل هذه الكلمات بعبارات تعكس المسؤولية الذاتية وحرية الاختبار سيصل لمرحلة جيدة من العطف بالذات (Valas,2001:71).

يعد الانتقاد من المشاكل الصعبة التي يواجهها الأفراد بصفتهما كائنات اجتماعية فنحن حريصون على الاهتمام بما يعتقد الآخرون عنا والنقاط الإشارات الدقيقة للرفض الاجتماعي، اذ يعد نقد الذات مثالا معتدلاً على الرفض الاجتماعي والذي يمكن أن يكون مؤثراً جداً في الواقع لأن التعرض المتكرر لمستويات عالية من النقد يؤدي إلى زيادة الحساسية للنقد مما يؤدي إلى التعرض للاضطرابات العقلية مثل الاكتئاب بالإضافة الى ذلك أن التعرض المتكرر للضغوط الشديدة مثل المستويات العالية من النقد أو حتى الإساءة اللفظية تسبب مشاكل عصبية تؤدي إلى تغييرات تشريحية ووظيفية في الدماغ وتغييرات في حجم المادة الرمادية

في القشرة السمعية اليسرى هذه العواقب الوخيمة طويلة الأمد والموثقة جيداً والمعترف بها على نطاق واسع لضغوط الحياة المبكرة الخطيرة لا تشكل مفاجأة (Bonduelle et.al,2021:2).

### انواع نقد الذات (Types of self-criticism):

يمكن تصنيف أنواع نقد الذات إلى العديد من الفئات، ومنها:

1. **نقد الذات البناء:** وهو النوع الذي يستخدم لتحسين الذات، والعمل على تطوير النقاط الضعيفة في الشخصية، ويتضمن النظر في الأفعال والتصرفات وتقييمها، والعمل على تحسين السلوكيات والمهارات.

2. **نقد الذات الكمالي:** نقد الذات الكمالي هو نمط يتميز بالتطلع المستمر للكمال والانتقاد الشديد للنقاط الضعيفة في الذات والأخطاء الشخصية، إذ يتسم الأشخاص الذين يعانون من نقد الذات الكمالي بتوقعات عالية وغير واقعية لأنفسهم، ويشعرون بعدم الرضا دائماً عن أدائهم وإنجازاتهم.

من الجوانب السلبية لنقد الذات الكمالي هو أنه يمكن أن يؤدي إلى زيادة الضغط والقلق والاكتئاب. يمكن أن يكون الشخص الذي يعاني من نقد الذات الكمالي متوتراً ومتعباً بسبب محاولته المستمرة لتحقيق المثالية في كل جانب من جوانب حياته، وهذا يؤدي إلى تجاهل الإنجازات والجوانب الإيجابية في الذات، حيث يتم التركيز بشكل كبير على الأخطاء. قد يفقد الشخص الذي يعاني من نقد الذات الكمالي القدرة على الاستمتاع بالحياة وتحقيق الرضا الذاتي، إذ يؤدي إلى تطوير القدرة على التقبل الذاتي والتفكير الإيجابي، والتركيز على النمو والتطور بدلاً من الكمال المطلق، وتعلم التعامل مع الأخطاء وال فشل بشكل إيجابي (Stoeber.et.al,2008:223).

3. **النقد الذاتي السلبي:** وهو النوع الذي يتمثل في الانتقاد اللاذع للنفس، وتجريد الذات من أي

إيجابيات أو قيمة، ويؤدي هذا النوع من النقد إلى تقليل ثقة الشخص بنفسه والشعور بالاحباط.

4. **نقد الذات الاجتماعي:** وهو النوع الذي يأتي من الآخرين، ويستخدم في بعض الأحيان كطريقة

لتحسين السلوكيات والمهارات، ومن الممكن أن يكون هذا النوع من النقد بناءً ومفيداً إذا كان يأتي

من أشخاص يثق فيهم الشخص.

5. **النقد الذات المتطرف:** وهو النوع الذي يتمثل في اتهام النفس بأخطاء لا تعود لها، وهذا النوع من النقد يؤدي إلى الشعور بالذنب والخطأ، ويمكن أن يكون سبباً للقلق والاكتئاب.
6. **النقد الذاتي الإيجابي:** وهو النوع الذي يركز على الإيجابيات والقوى في الشخصية، ويساعد على تحفيز الشخص لتطوير مهاراته وتحسين سلوكياته، وهو نوع من النقد يساعد على زيادة الثقة بالنفس والإيمان بالقدرات الشخصية. أنه عملية تقييم وتحليل الأعمال الفنية التي أنتجها الفرد، سواء كان ذلك بصفته فناناً محترفاً أو هاوياً.
7. **النقد الفني:** وهو النوع الذي يتم استخدامه في مجالات الفنون، مثل الأداء الفني أو الكتابة أو التصميم، ويهدف هذا النوع من في هذا السياق، يستخدم الفرد تقنيات النقد الفني لتحليل وتقييم أعماله الفنية الخاصة، مثل الرسم، أو النحت، أو الأداء، أو الكتابة، وغيرها. ويهدف النقد الذاتي الفني إلى تحسين مستوى الإنتاج الفني للفرد، عن طريق الاعتراف بالنواحي الإيجابية والسلبية للعمل، وتحديد المجالات التي يحتاج الفرد إلى تحسينها وتطويرها يمكن للفرد أن يتبع خطوات معينة لتحليل أعماله الفنية، مثل تحليل التقنية المستخدمة، وتحليل الأسلوب الفني والرسالة التي يريد الفرد إيصالها، وتقييم التأثير الذي يحدثه العمل الفني على الجمهور وغيرها من العوامل يمكن أن يساعد النقد الذاتي الفني الفرد على تحسين مستواه الفني وتطويره، وتحقيق أهدافه الفنية المستقبلية، كما يمكن أن يساعد الفرد على فهم نفسه ومواهبه الفنية بشكل أفضل، وتعزيز الثقة بالنفس (Kupeli.et.al,2013:12).

### خصائص نقد الذات (characteristics of self-criticism):

يتميز ذوي نقد الذات بالخصائص الآتية:

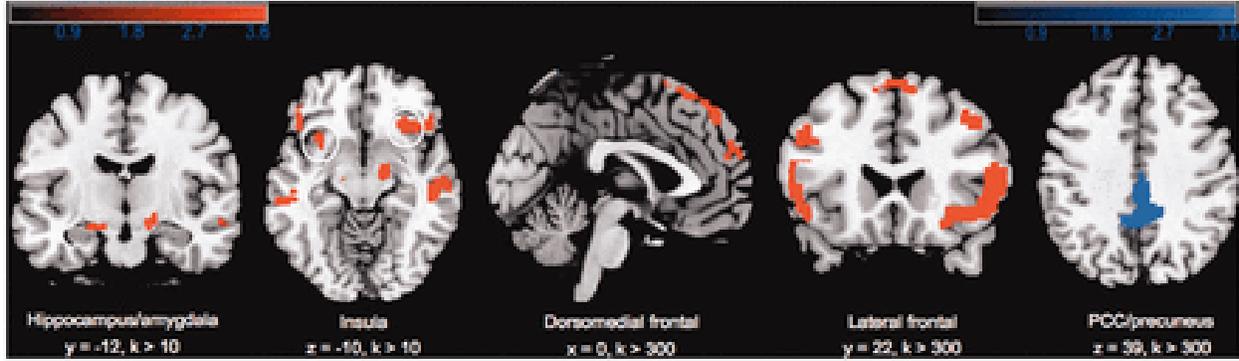
1. القلق الاجتماعي
2. تحقير الذات
3. الكمالية اللاتوافقية (Leather, 2003)،
4. الشعور بالذنب والاعتراب (Kruger & Tackett, 2006)،
5. الخجل والاعتقادات البارونويه

6. فقدان الثقة في النفس والتقدير المنخفض لها، والانشغال الدائم بلومها، وإيذاء الذات، Christie, (2010:)
7. الدوجامتية، والتأثر بنقد الآخرين (Powers et al, 2004).
8. تميع الهوية، والشعور بالحرج عندما يحتاج الموقف للدفاع عن الذات
9. صعوبات اكااديمية، صعوبات في التفاعل الاجتماعي، الشعور بالوصمة الاجتماعية، والاعتمادية، والاعراض الأستدماجية
10. اضطرابات الاكل، والتركيز على المظاهر السلبية اكثر من الجوانب الايجابية في المواقف والاشخاص، هذه الاعتقادات والانفعالات والسلوكيات المضطربة تجعل الافراد الناقدون لذواتهم عرضة للأمراض النفسية ونتيجة هذا الكم من الخصائص السلبية المقترنة بنقد الذات، فنجدهم قد يفضلون التوقع على ذواتهم والانسحاب من المواقف او الهجوم حتى لا يشعرون بالضعف (Gilbert,2010:223). ويرى بركنر (Bergner1995) ان نقد الذات يصاحبه بعض السمات وهي:
1. تقدير الذات المحطم: فالافراد الناقدون لذواتهم يصفون أنفسهم باستمرار أنهم غير محبوبين، وأنانيون، ويفشلون فشلاً ذريعاً في الوفاء بالمعايير التي يضعونها لأنفسهم، ويهاجمون أنفسهم بطريقة سيئة للذات.
  2. عدم الشعور بالأهلية الشخصية: عندما يقيم الأشخاص ذواتهم بطريقة مدمرة ويرون أنهم غير محبوبين فإن ذلك يؤثر سلباً في إحساسهم بكفاءتهم، ويرون أنفسهم غير مؤهلين وغير كفاء لعمل أي شيء.
  3. الأنفعالات السالبة: إذ يصاحب نقد الذات مجموعة من الأنفعالات السالبة، فعلى سبيل المثال: عندما ينخرط الافراد الناقدون للذات مرارا وتكرارا في وصف ذاتهم بأنهم غير كفؤين وغير مؤهلين، ويحكمون على ذواتهم بالفشل الذريع فإنهم يتعرضون للأكتئاب، وعندما يصفون ذواتهم بأنهم غير قادرين على مواجهة بعض المواقف الحياتية يصبحون عرضة للقلق، وعندما يحكمون على أنفسهم بأنهم مرفوضون اجتماعياً فإنهم يشعرون بالخجل، وعندما يرون ذواتهم غير قادرين على تغيير ظروف الحياة السلبية فإنهم يشعرون باليأس .

4. الشعور بالضعف اتجاه انتقادات الآخرين: نقد الذات يجعل الأفراد أكثر عرضة لانتقادات الآخرين ما يجعلهم يصدقون الأسوأ عن أنفسهم، ويكونون على استعداد لتصديق الآخرين في الأحكام السلبية التي تصدر اتجاههم، ولأنهم يقدرّون ذواتهم سلبياً فإنهم يميلون إلى الاعتماد المفرط على الآخرين في استقبال التقدير منهم في شكل الأستحسان والحب والأعراف.
5. البعد عن النظر للأيجابيات: إذ يميل الأشخاص ناقدا الذات إلى النظر إلى أخطائهم بصفة مستمرة والا يدركون نقاط قوتهم وانجازاتهم مما يفقدهم الشعور بالرضا عن الحياة والسعادة، فعلى سبيل المثال إذا حصل الشخص الناقد للذات على تقييم إيجابي في العمل فإنه لا يعترف بذلك، ولا يشعر بالفاعلية الذاتية، ما يؤدي إلى عدم الشعور بالفرح والرضا والانجاز.
6. عدم القدرة على التغيير: من أكثر السمات المميزة لنقد الذات عدم القدرة على تغيير سلوكه وفرض المعايير المستحيلة، والهجوم القاسي على الذات (Bergner, 1995: 3-6).

### الاساس العصبي لمفهوم نقد الذات (The neurological basis of self-criticism):

يقارن الأفراد انفسهم بالمعايير الداخلية التي يضعونها لأنفسهم بين مراقبة ذاتهم وكيف ينظر اليهم الاخرون، والسعي الى تقليل الفجوة بين التمثيلات المختلفة للذات تعرف هذه الفجوات تناقضات الذات (Self contradictions)، تسبب اضطراباً نفسياً وعاطفياً يظهر على شكل نقد ذات قاسٍ يؤثر على الصحة العقلية للفرد، والمظهر الخارجي، السلوك الاجتماعي والأفكار والعواطف والانفعالات، وخصائص الشخصية، والقدرات الفكرية (Gilbert & Miles, 2000: 29) إذ اشارت دراسة يوشيمورا واخرون (Yoshimura et.al, 2013) ان نقد الذات يؤدي الى نشاط عصبي في المنطقة المسؤولة عن العواطف) تكوين الفصوص الامامية/ الحُصين واللوزة)، إذ ارتبطت المعالجة النقدية الذاتية بالنشاط في القشرة الامامية الجانبية (lateral frontal cortex) والقشرة الحزامية الامامية الظهرية (Dorsal anterior cingulate cortex) وتمتد إلى الأجزاء العلوية الجانبية من الفص الجبهي الأيمن. علاوة على ذلك ، أثار التباين زيادة كبيرة في اثاره المناطق الجانبية للقشرة الامامية السفلية الممتدة إلى القشرة الامامية المدارية وأجزاء من التلفيف الجبهي الأوسط. علاوة على ذلك ، اكتشفت تغييرات كبيرة في الإشارة في التلفيف الصدغي الأوسط لنصف الكرة الأيمن وفي المخيخ الأيسر (الصليب الثاني). مما يشير الى وجود ارتباطات محتملة بين التفكير النقدي الذاتي ومعالجة الاخطاء والتثبيط السلوكي والشكل (1) يوضح ذلك (Longe et.al, 2010: 1849).



شكل (1) الاساس العصبي لنقد الذات

اذ يمثل نقد الذات ضعفا نفسيا امام اعراض الاكتئاب لذا فان دراسة النشاط العصبي والمخاطر المحتملة والعوامل الوقائية للأكتئاب اثناء معالجة نقد الذات يسهم في فهم التفاعل بين نقد الذات والامراض النفسية الناتجة عنه (Doerig.et.al,2014:1340). ويشير سميتانا (Smetana,1989) وادمز ولورانس (Lawrence&Adams,2001) ان فهم دور الأبوة والأمومة امر مهم في التطور الطبيعي وغير الطبيعي لأنظمة الدماغ المرتبطة بالمعالجة العاطفية والمعرفية والاجتماعية وهذا يسمح بالتحقق في دور التحكم المعرفي والمعالجة المعرفية الاجتماعية ان الصراع بين الوالدين حول القواعد والاعراف الاجتماعية والمعايير الاخلاقية ( Mizokawa,2013:5).

### الفروق بين الجنسين في نقد للذات:

توصلت دراسة لوتيان واخرون (Luyten.et. al.,2007) في عيّنات غير اكلينيكية ان النساء لديهم مستويات أعلى من نقد الذات مقارنة بالرجال، في حين يُتوقع من الرجال إظهار مستويات أعلى من نقد الذات مقارنة بالنساء. في العينات الاكلينيكية ان التعارض بين الجنسين مرتبطاً فعلياً بزيادة خطر الإصابة بأمراض نفسية، كما توصلت دراسة بلات (Blatt,1974) أن الرجال والنساء على حد سواء الذين يعانون من اكتئاب شديد لديهم مستويات مرتفعة من نقد الذات مقارنة مع العاديين. بالإضافة إلى ذلك، المرضى الذين يعانون من الاكتئاب أيضا لديهم مستويات أعلى من نقد الذات من المرضى النفسيين المختلطين. ومع ذلك ، فإن مستويات نقد الذات لا تختلف بين مرضى الاكتئاب والمرضى النفسيين المختلطين. في العينات غير الاكلينيكية ، فقد كان لدى الرجال مستويات أعلى بكثير من نقد الذات في عينة البالغين العاديين (Blatt, 2004:179). كما أن الفروق بين الجنسين فيما يتعلق بنقد الذات قد تكون أقل وضوحاً وربما

تختفي في الطلاب، ربما بسبب التركيز الشديد على التحصيل لكل من الطلاب والطالبات. وتوصلت نتائج دراسة (صابر، 2010) إلى وجود فروق بين الجنسين في مستوى نقد الذات لصالح الذكور. كما اشارت نتائج دراسة كل من فانيا (Vanea, 2004), (Khan & Blatt, 2012), (Naqvi & Ghizdareanu, 2016) إلى أنه لا توجد فروق بين الجنسين في النقد المرضى للذات، وأشارت دراسة كل من (Viliegen, et. al., 2010), (Viliegen and Luyten, 2009) إلى أنه توجد فروق بين الجنسين في نقد الذات لصالح الإناث (هلال وعيس، 2022، 2).

### النظريات التي فسرت اسباب نقد الذات (Theories that explained the causes of self-criticism):

#### اولاً- نظرية التحليل النفسي (Psychoanalytic Theory)

تم تحديد وظائف النقد الذاتي منذ قرون من قبل فرويد (1856-1939)، الذي استعار من الفيلسوف الألماني فريدريك نيتشه فكرة أنه "لا أحد يلوم نفسه دون رغبة سرية في الانتقام" (Ellenberger، 1970). كانت هذه الفكرة الأساسية تظهر في منشور فرويد عام 1917 الحداد والكآبة، والذي ميز فيه الحداد (حيث أصبح العالم فارغاً) من الكآبة (حيث أصبحت الذات فارغة). بالنسبة للأخير اقترح فرويد أن بعض الأفراد لديهم عدا كبير تجاه الأشخاص الذين يعتمدون عليهم ولكنهم فشلوا في التعبير عنها بسبب الخوف من هجوم مضاد أو فقدان الدعم. أصبح هذا معروفًا باسم نموذج "الغضب يتحول إلى الداخل اذ قام فرويد (1917) بإضفاء الطابع الرسمي على هذه التجربة من خلال اقتراح أن التقليل من قيمة الذات والنقد الذات ينشأ من هجمات الأنا العليا على الأنا والجهود المبذولة لحماية الشخص المطلوب من الغضب. اذ يرى فرويد ان نقد الذات في سياق تفسيره للاضطرابات النفسية على اعتبار أنه تعبير داخلي عن الغضب والكرهية والصراعات حول الموضوع المؤلم (Casalin et al, 2014:12).

#### ثانياً- نظرية آدلر (Adler's theory)

من وجهة نظر آدلر فإن شعور الفرد بمشاعر الدونية والنقص وفقده الاهتمام الاجتماعي يجعله عرضة لأن تتكون لديه عقدة النقص التي تجعله غير واثق من نفسه ويعمل على نقد ذاته سلبياً وبصفة

مستمرة، كما أن ترتيب الطفل ومركزه في الأسرة يلعب دور كبير في تكوين شخصيته فالطفل الوحيد غالباً ما يكون مدلاً وقد يشعر بصدمة قوية أو خيبة أمل قاسية عندما يذهب الى المدرسة لأول مرة لأنه يدرك أنه لم يعد مركزاً للأهتمام فالطفل الوحيد غالباً ما يتسم بالخوف والجبن والاعتماد على الآخرين (احمد،2020:11).

### ثالثاً- نظرية التعلق جون بولبي (Bowlby's Attachment Theory, 1969-1982):

تفترض نظرية التعلق أن البشر يمتلكون أنظمة سلوكية فطرية للتعلق، وتقديم الرعاية، وفقاً لبولبي (Bowlby1969/1982) تتمثل وظيفة نظام التعلق في حماية الأفراد من الخطر من خلال ضمان بقائهم بالقرب من رعاية ودعم الآخرين لهم، ويتضمن كفاءات للتعبير عن الضيق والاستجابة لإشارات الآخرين حول الرعاية (Hermanto & Zuroff,2015:2). اكتشف بولبي ان التجارب المبكرة للطفل تؤثر على انماط مختلفه من جوانب حياته، مثل القلق، والأمن والانسحاب ( Feeney & Colli ، 2000:326).

تفترض وجهة نظر مختلفة حول نفس الفكرة الأساسية لنقد الذات من قبل طبيب التعلق النفسي ( Bowlbys (John,1980). وافترض أن الأطفال، الذين يعتمدون على والديهم، قد لا يكونون قادرين على التعبير عن الغضب أو الدفاع ضد عداة الوالدين أو الرفض لأن القيام بذلك قد يؤدي إلى تصعيد عداة الوالدين. وبالتالي، عندما يُضرب الطفل فإنهم يميلون إلى افتراض أنه ارتكب خطأ بدلاً من النظر إلى والدته أو أبيه على أنه شخص متهور وعدواني. صاغ (Bowbly) مصطلح " الاستبعاد الدفاعي " للإشارة إلى الطريقة التي يتعلم بها الطفل استبعاد السلوك السيئ للوالدين (ولاحقاً الآخرين) من الوعي، وإلقاء اللوم شخصياً من أجل الحفاظ على نوع من الارتباط الإيجابي. يمكن للمرء أن يتخيل أن هؤلاء الأطفال قد يكونون عرضة بشكل خاص لإلقاء اللوم على أنفسهم في سياقات الصراع، ومن المحتمل أن يكونوا فقراء متسامحين مع أنفسهم. يمكن أن يصبحوا اعتذاريين بشكل مفرط وخاضعين ويتحملون المسؤولية في السياقات التي قد يكون فيها ذلك غير مناسب (Mikulincer & Shaver,2007).

اذ يمكن لهذه التجارب ان تضع الاساس لنماذج الداخلية للذات فيما يتعلق بالأمن، والكرم مما يجعل الذات جديرة وقادرة، ومنتقلة للآخرين، وقد تساعد هذه على الأنتقال الى مرحلة المراهقة، اذ يميل الأطفال الأكثر

أماناً ان يكون لديهم علاقات اجتماعية أكثر ايجابية وداعمه من الأطفال غير الأمنين (Joireman, 1997)، (De Bruin & .

ان تجارب التعلق المبكرة يؤثر على مجموعة من الاستراتيجيات الاجتماعية، والسلوك الاجتماعي للفرد، اذ يرى ان الافراد ذوو نقد الذات المفرط يتسمون بشخصية قلقة تتميز بالتوتر، والتشبث، والسيطرة، ان اسلوب التعلق والعلاقات المبكرة السيئة والمهملة والمسيسة تؤدي الى انعدام الأمن والخوف والغضب عند الانفصال. في المقابل، يستجيب الأشخاص المرتبطون بالتجنب بالانسحاب إلى الانفصال، ولا يطلبون المساعدة، وليس لديهم آراء واتخاذ القرارات. كما أنهم يستخدمون القمع كآلية للتكيف، ويعتمدون بشكل مفرط على الذات ( Collins & Feeney, 2000).

### رابعاً- نظرية سيدني بلات (Sidney Blatt Theory, 1974):

يعد بلات (Blatt) في المرحلة من ( 1974 - 2004) اول من تحدث عن مفهوم نقد الذات السلبي تحت مسمى الاكتئاب الاستدماحي (Introjective Depression) مع الاعتمادية (Dependency) ( ويطلق عليها مفهوم الاكتئاب الاعتمادي (Luyten et al, 2007:96). يميل الشخص نحو التقليل من شأنه وتشويه صورته أمام نفسه (Powers et al, 2004: 61- 72).

وهو احساس الفرد بالعجز، والشعور بالذنب، وانشغاله بشكل دائم بمراقبة ذاته ، والرغبة من استهجان وعدم قبول الآخرين له، والميل للتنافس بشكل مبالغ فيه لتحقيق التعويض والحفاظ على القبول والاستحسان (Blatt & Zuroff, 1992: ) ، وعلى التقييمات السلبية التي يوجهها الفرد لذاته وسلوكياته بشكل مفرط، وعدم قدرته على ان يستمد الرضا عن أدائه الناجح، والخوف المبالغ من انتقادات الآخرين أو حتى عدم الوصول الى توقعاتهم (Ongen, 2011:560). ويقسم بلات نقد الذات الى نوعين هما:

#### 1. نقد الذات المقارن (Criticism-Self Comparative):

ويعرف بأنه النظرة السلبية لذات من قبل الآخرين إذ يقارن الفرد ذاته بالآخرين ويرى أنهم أعلى منه أو معادون له، ومن ثم يشعر دائماً بعدم الراحة عند التقييم ، أي إن في هذا النوع من نقد الذات تكون المعايير التي يقارن الفرد ذاته بها معايير خارجية، ويشعر بعدم الكفاءة، ويدرك

الأخرين أنهم أعداء وناقدون له، ويشعر بالنقص وعدم القدرة على التأقلم مع الحياة ومن ثم يتجنب التعامل مع المشاكل لأنه يرى انه لا يمكنه التغلب عليها. وتبعاً لهذا النوع من النقد الذاتي يكون مفهوماً الشعور بالنقص مفهوماً علائقي لأنه يتعلق بالأخرين ويشعر فيه الفرد بتشويه الذات نتيجة المقارنات المرضية مع الآخرين ومن ثم يرتبط هذا النقد بالكمالية الاجتماعية أو الموجهة المرضية للذات مع الآخرين.

2. نقد الذات الداخلي (Criticism-Self Internalized) ويعرف بأنه النظرة السلبية للذات مقارنة بالمعايير الداخلية والشخصية للفرد ذاته وتكون المعايير عالية دائماً وغير واقعية ومتناقضة باستمرار مما يؤدي إلى فشل مزمن في قدرة الفرد على تحقيقها أي إن نقد الذات الداخلي هو شعور يتولد ذاتياً ينتج عنه شعور مزمن بعدم القدرة على الوصول للمثالية، ويتطلب محاولات متكررة لتحقيق أهداف غير واقعية وضعها لنفسه، فهو يرتبط بالكمالية الموجبة نحو الذات ويتسم بعدم الرضا عن ذاته ولا يعترف بنجاحه بل بدلاً من ذلك يرى نفسه فاشلاً دائماً، وأن النجاح يحتاج إلى تحقيق مستوى أعلى من الانجاز (Thompson&Zuroff,2004:420-422).

### خامساً- النظرية المعرفية السلوكية:

يرى اصحاب النظرية السلوكية المعرفية وعلى رأسهم ميكنيوم الذي يرى بأن السبب الرئيسي الذي يكمن خلف المرض النفسي هو ان المرضى يكونوا منخرطين في نوع من الاحاديث الذاتية التلقائية التي يرددونها داخل ذواتهم وتؤثر على التفكير والشعور والسلوك، فالنقد الذاتى ما هو الا حديث داخلي تلقائي يحدث به الفرد ذاته ويتشربه مما يؤثر على التفكير والشعور والسلوك، أما الاشخاص القادرين على نقد ذواتهم بطريقة إيجابية فهم يحدثون أنفسهم بشكل متميز بحيث يمكنهم أن يفهموا المهام التي تدخل في المشكلات التي يتعاملون معها بشكل أفضل، وأن يطوروا أساليب ووسائل لفظية ويستخدمونها في توجيه ومراجعة ومراقبة وضبط سلوكهم (المري، 2015:206).

### ساساً- نظرية تنظيم العاطفة المبكرة (Early Emotional Schema):

بدأت بوادر هذه النظرية في التطور والظهور في الثمانينيات والتسعينيات من القرن العشرين. طورها العالمان النفسيان جيفري يونغ وفاينمان (Jeffrey Young and Feynman) هذه النظرية خلال تلك الفترة، وتعزيز انتشارها وتطبيقها في المجال العلاجي، لذا يمكن اعتبار تلك الفترة مرحلة بداية ظهور النظرية وتطويرها (Young and Feynman,2003:42). في البداية، ارتكزت هذه النظرية على فهم الأنماط العاطفية والعلاقات العاطفية المبكرة للأفراد وكيفية تأثيرها على صورة الذات والنقد الذاتي. ومع مرور الوقت، تم تطوير النظرية لتشمل تحليل المخططات العقلية السلبية وتأثيرها على نقد الذات والسلوكيات السلبية. وتفترض النظرية ان الحُصين واللوزة تاتر بشكل خاص في ترميز الاحداث العاطفية المتعلقة بالذات (Phelps,2004:3). اذ ينظر الى الحُصين واللوزة على انهما نشطان بشكل مشترك بعد الأستثارة العاطفية واسترجاع التجارب العاطفية السابقة (Buchanan,2007:121). ومعالجة محفزات نقد الذات الاكتشاف والتجربة الانعكاسية لأستحضار العاطفي، وتتضمن ايضا التنظيم اللاحق للأستجابات الفعالة التي تحافظ على التحكم العاطفي عند مواجهة معايير ذاتية تسبب الانتقاد للفرد تقوم بتجديد استراتيجيات اعادة تقييم لحماية الذات (Gadassi.et.al,2021:1438).

### سابعاً- النظرية العقلية الاجتماعية لجيلبرت ( Gilbert's social mental theory,1989-2005):

بول جيلبرت (Paul Gilbert) هو عالم نفس إنجليزي ومؤسس العلاج المعرفي السلوكي النفسي (Cognitive Behavioral Therapy)، وهو مهتم بالعديد من الموضوعات النفسية، بما في ذلك الصحة العقلية ونقد الذات. ركزت نظريته العقلية الاجتماعية على العلاقة بين العقلية والمجتمع، وكيف تؤثر البيئة الاجتماعية على نقد الذات، اذ ان تعرض الفرد لتجارب سلبية في الحياة، مثل التعرض للإساءة أو الانتقادات القاسية أو الفشل في السعي للوصول الى النجاح. وهذه التجارب السلبية تؤثر على تصورات الفرد لنفسه وتجعله يشعر بالعجز والتقصير والقلق والتشاؤم (Gilbert,2005:4).

علاوة على ذلك، يؤكد جيلبرت على أن البيئة الاجتماعية تؤثر أيضاً على نقد الذات. فمن خلال التفاعل مع الآخرين، يقوم الفرد بتشكيل صورة عن نفسه ويقوم بمقارنة نفسه بالآخرين ويحلل نتائجها، وهذا يؤدي الى

انعدام الثقة بالنفس، فإن الفرد يتأثر بشدة بآراء الآخرين ويقدم لهم سلطة كبيرة في تحديد تقييمه لنفسه، مما يزيد من نقد الذات لديه، فهو يرى أن نقد الذات يكمن في نظام "الحماية من التهديد" وله وظيفة تحفز الفرد على تجنب فقدان المرتبة الاجتماعية داخل المجال الاجتماعي (Gilbert et al.2004:50).

وفقاً لنظرية العقلية الاجتماعية أن نقد الذات والصراعات الداخلية يمكن أن يكونان نتيجة لتجارب سلبية في الحياة، مثل التعرض للإساءة أو إهمال من قبل الابوين أو الفشل في تحقيق الأهداف. ويقول جيلبرت أن العوامل الاجتماعية مثل الثقافة والتربية والأصدقاء والعلاقات الاجتماعية يمكن أن تؤثر على نقد الذات وتحسينه أو تفاقمه. إذ يمكن فهم علاقة التقييم الذاتي الداخلية على أنها شكل من أشكال السلوك الخاضع للتلقائي كنتيجة لنظام تهديد مفرط التنظيم وسوء التنظيم (Gilbert & Procter، 2006 :353) بناء على التجربة السلبية مع العلاقات الاجتماعية لمقدمي الرعاية، يتعلم الفرد ان يرتبط بنفسه بطرق تحكم قسري، غالباً في شكل حديث مع الذات وأصوات معادية داخلية (Gilbert Irons ، 2005:263). يرتبط الحوار الداخلي التقييمي الذاتي الذي يتسم بالنقد المفرط والمعرض للعار بتصورات عن قيمته الاجتماعية المنخفضة فيما يتعلق بالآخرين (Gilbert،2010: 201) يُنظر إلى هذا الموقف الخاضع على أنه دونية ، وعجز، وفشل شخصي. يُعتقد أن الأفراد الذين ينتقدون الذات لديهم قدرات منخفضة وغير متطورة للأفكار والصور المهدئة للذات الرحيمة (Irons & Gilbert ،2005:90). وفقاً لجيلبرت أن القدرة على تحقيق الأهداف والنجاح في الجوانب المهمة من الحياة مثل العمل والعلاقات الاجتماعية والصحة، تلعب دوراً هاماً في طمأنة الذات. كما يرى أن الدعم الاجتماعي والانتماء لمجموعة اجتماعية يمكن أن يساهم في زيادة طمأنة الذات (Gilbert،2005:113)

اقترح جيلبرت (2002) أن يتكيف الأطفال مع مكانتهم الاجتماعية من خلال أمرين أساسيين هما، تقييمات التهديد النسبي، وسلامة البيئة، إذ تحفز البيئات المهددة سلوكيات تنظيم الإجهاد (مثل الهروب، والخضوع) البيئات غير المهددة ، خاصة تلك المرتبطة بالدفء التعاطفي، تحفز انتباهاً أكثر استرخاءً وتأثيراً إيجابياً (Gilbert،2002:300).

ومن المرجح أن يطور الأطفال توجهاً دفاعياً ويصبحون أكثر تركيزاً على قدرة الآخرين على إيذاء الآخرين أو خزيهم أو رفضهم ، وبالتالي فهم منسجمون للغاية مع المرتبة الاجتماعية ومكانهم داخل هذه الرتب.

هذا يدفعهم إلى أن يكونوا متناغمين بشكل خاص مع الديناميكيات التنافسية، والحاجة إلى التنافس لكسب مكانهم، والمخاوف من الدونية النسبية -التفوق والرفض، ويمكن تفعيلهم بسهولة في سلوكيات دفاعية من الخضوع، أو الاسترضاء، أو التجنب، أو السيطرة العدوانية. في البيئات الآمنة، هناك نشاط أقل للمشاعر والسلوكيات الدفاعية، مع احتمال أكبر للقدرة على المشاركة في الأدوار الاجتماعية للانتماء والتعاون الاجتماعي. يمكن بعد ذلك نقل هذه التوجهات الداخلية نحو العالم الاجتماعي إلى تجمع بين الأقران. بالإضافة إلى ذلك، تؤثر الأنماط الاجتماعية المختلفة ذات الصلة على البيئة الاجتماعية والتي يمكن أن تعمل بعد ذلك على تعزيز بعض الاستراتيجيات الاجتماعية. على سبيل المثال، من المعروف أن الأطفال القلقين الخاضعين أيضاً يمكن أن يكونوا أقل إعجاباً ورفضاً من أقرانهم. و هذا يؤكد "اعتقادهم" أن البيئة من المحتمل أن ترفض (Spinet al،1999:327).

مع دخول الأطفال مرحلة المراهقة، أصبحوا مهتمين بشكل متزايد بانتماء الأقران ومكانتهم الاجتماعية بين أقرانهم (Leary & Baumeister ، 1995). بقدر ما يمكن أن تركز علاقات الأقران المراهقين على التنافس على القبول الاجتماعي مع أقرانهم، فضلاً عن تجنب الرفض والنبذ، يمكن أن يكون المراهقون حساسين بشكل خاص للمقارنة الاجتماعية والمخاوف المتعلقة بترتيبهم النسبي بين أقرانهم. نظرًا لأن الأطفال الآمنين يدخلون هذا الإطار وهم يشعرون بالرضا النسبي عن أنفسهم والآخرين، فقد يستقرون بسرعة في إنشاء شبكات تعاونية وداعمة. ومع ذلك، قد يدخل الأطفال غير الآمنين هذا المجال أكثر قلقًا أو خضوعًا أو قلقًا للسيطرة وقد يعيدون إنشاء ديناميكيات العلاقات الأسرية المبكرة. يوجد الآن دليل جيد على أن المخاوف المفرطة من الشعور بالدونية تجاه الآخرين، والميل إلى السلوك الخاضع والاعتقاد بأن الآخرين ينظرون إلى الذات بازدراء، ترتبط ارتباطًا وثيقًا بمستويات عالية من الاكتئاب وأعراض القلق لدى البالغين (Allan, T. Gilbert, and Joss,1994:401).

### اقترح جيلبرت ثلاث افتراضات مهمة

أولاً- يطور البشر كفاءات محددة ليكونوا قادرين على تعلم وفهم وتفعيل الأدوار الاجتماعية (على سبيل المثال، التعلق، أو الصديق-العدو، أو المسيطر-المرؤوس، أو الأدوار الجنسية).

ثانياً- هذه الكفاءات تعمل من خلال أنظمة دماغية متخصصة ويمكن أن تتأثر بهرمونات ونواقل عصبية معينة.

ثالثاً- يمكن توظيف كفاءات تشكيل الأدوار التي تطورت لتنسيق الأدوار الاجتماعية مع الآخرين الخارجيين للتقييم الذاتي ويمكن أن تلعب ضد بعضها البعض (33: Gilbert,2000). على سبيل المثال (فإن الكفاءات والسلوكيات الخاصة بالسيطرة العدائية على الآخرين المرتبطة باليقظة تجاه الانتهاكات الثانوية ، والانتقاص من الآخرين ، وإصدار التهديدات) ، وتلك التي تعمل كمرووس مهدد (الامتثال المخيف ، والاسترضاء ، والخضوع ، والهروب) يمكن أن التفاعل على المستوى الشخصي (الذات إلى الذات) (Gilbert et al ، 2001). لقد أظهرنا أن التقييمات الذاتية والمشاعر مستمدة من مخطط شخصي أو علاقاتي داخلي (Fergusson & Baldwin ، 2001:4).

وتوجد عدة معايير وفقاً لجيلبرت التي تنص ان نقد الذات يتأثر بالمقارنة الاجتماعية وتوقعات الأداء والتفكير السلبي الذي يؤدي إلى تقليل الثقة بالنفس وهي على النحو الآتي:

1- يؤثر توقعات الأداء على نقد الذات، فعندما يتوقع الفرد أن يتمكن من تحقيق أهدافه بنجاح، فإن ذلك يؤدي إلى زيادة نقد الذات. بينما عندما يتوقع الفرد الفشل في تحقيق الأهداف، فإن ذلك يؤدي إلى انخفاض نقد الذات.

2- يؤثر توقعات الأداء على نقد الذات، فعندما يتوقع الفرد أن يتمكن من تحقيق أهدافه بنجاح، فإن ذلك يؤدي إلى زيادة نقد الذات. بينما عندما يتوقع الفرد الفشل في تحقيق الأهداف، فإن ذلك يؤدي إلى انخفاض نقد الذات.

3- يتأثر نقد الذات بالتفكير السلبي، وهو التفكير الذي ينحو إلى النظر إلى الجوانب السلبية في الذات وتضخيمها، وتقليل الجوانب الإيجابية. ويؤدي هذا النوع من التفكير إلى تقليل الثقة بالنفس وانخفاض نقد الذات.

ويرى جيلبرت (Gilbert,2014) ان العقلية الاجتماعية أنظمة داخلية تولد أنماطاً من الإدراك والتأثير والسلوك، تسمح بسن الأدوار الاجتماعية لحل التحديات الاجتماعية الضرورية للبقاء مثل البحث عن الرعاية

والاهتمام، التزاوج، المنافسة والتعاون (Gilbert,200:120).اذ توجه العقلية الاجتماعية الفرد الى انشاء ادوار معينة مع الآخرين، مثل السعى الى الأنتماء، اقامة علاقات اجتماعية مع الآخرين، وأدراك الآخرين على انهم يتصرفون بطريقة وديه مقابل طريقة تنافسية اتجاه الذات، ان السمه المميزة للجنس البشري هي قدرتنا المعرفية العليا للوعي الذاتي والخيال، والتفكير (Gilbert, 2005: 3). ويقسم جيلبرت (Gilbert,2005) أشكال نقد الذات الى ثلاثة اشكال هي على النحو الآتي:

### 1-ضعف ملائمة الذات (Poor self-adaptation):

وفقاً لجيلبرت ينشأ ضعف ملائمة الذات عندما يفقد الفرد الاتصال المناسب بين صورة الذات الفعلية والذات المثالية المرجوة. يشير إلى أن الفرد يتأثر بطريقة نظر الآخرين له وتقييمهم لأدائه وسلوكه، مما يؤثر على صورته الذاتية ويسبب ضعف ملائمة الذات. تشمل العوامل التي تؤثر في ضعف ملائمة الذات وفقاً لنظرية جيلبرت:

1. التوقعات الاجتماعية: الضغوط والتوقعات التي يفرضها المجتمع والثقافة على الأفراد بشأن سلوكهم وأدائهم. قد يشعر الفرد بعدم القدرة على تحقيق هذه التوقعات وبالتالي ينشأ ضعف ملائمة الذات.
2. التقييم الاجتماعي: تقييم الآخرين للفرد وملاحظاتهم على أدائه. إذا كانت التقييمات سلبية أو إذا كان هناك توقعات صارمة وغير واقعية، فقد يعاني الفرد من ضعف ملائمة الذات.
3. القدرات الاجتماعية: مهارات التواصل والتفاعل الاجتماعي التي يمتلكها الفرد. إذا كانت هناك نقص في هذه المهارات، فقد يشعر الفرد بالعجز في التفاعل بشكل فعال مع الآخرين، مما يؤدي إلى ضعف ملائمة الذات.

ان تأثر الفرد بالبيئة الاجتماعية والتوقعات الاجتماعية، وتأثير ذلك على صورته الذاتية وشعوره بالارتباط والتقبل الاجتماعي. اذ يؤكد جيلبرت على أهمية تنمية الوعي الاجتماعي (Social Mindfulness) والتفكير بشكل نقدي في التقييمات الاجتماعية والتوقعات، وتعزز أيضاً أهمية تعزيز المهارات الاجتماعية للفرد من خلال تحقيق توافق أفضل بين الذات والبيئة الاجتماعية، يمكن للفرد تحسين ملائمة الذات وزيادة شعوره بالثقة والارتياح الاجتماعي (Gilbert.et.al,2007:633).

## 2-كره الذات (self-loathing):

اقترح جيلبرت (1997) أن لوم الذات وانتقاد الذات يمكن أن ينشأ من الجهود المبذولة لمحاولة تحسين الذات ومنع الأخطاء، أو من الإحباط (انتقاد الذات)، أو من كراهية الذات إن مثال بيبي كونولي لخفض قيمة الذات، والذي تم تطبيقه عندما فكر في تجربة أشياء جديدة، يشير إلى شكل مختلف لمنع الذات من المخاطرة والاحتفاظ بها في موقع التبعية (Gilbert & Allan, 1998:585).

أن أشكال الهجوم الذاتي ووظائفه قد تعكس (ويمكن تكيفها) كفاءات متطورة تنظم سفن العلاقات الخارجية، إذ قد يهدد الآباء أطفالهم ويعاقبونهم على الأخطاء أو "لايبدلون جهداً كافياً قد يهددون الطفل بالإشارة إلى الخسائر ، إذ يتم استخدام التهديدات والهجمات لتنظيم سلوك الطفل (إغراء الامتثال) ، ولكن قد يدعي أحد الوالدين أن هذا من أجل مصلحتهم (بولبي، 1980:34).

قد تكون الدوافع والمعتقدات التي ينطوي عليها هذا النمط من الارتباط بتلك التي تقوم عليها أيضاً أشكال الكره والنبذ والاضطهاد (Salerno، 2018:34). إذ تميل مشاعر الطفل الى الشعور بالاشمئزاز والازدراء والكرهية اتجاه المحيطين به هذه الأدوار التي تتكون لدى الطفل ربما قد تتطور بمرور الوقت يصبح تأثيرها سلبي على الطفل على أنه "سيء" ، مصدر للاشمئزاز أو الازدراء (Shweder et al، 1997) عندما يهاجم أحد الوالدين الطفل بهذه الطريقة ، يتم تكوين هذه المشاعر ، وفقاً لجيلبرت، يُعتبر كره الذات حالة شعورية وعقلية سلبية تتضمن تشكيكاً وعدم الرضا بالذات، وعدم الثقة في القيمة الشخصية والقدرات الذاتية. يعكس كره الذات عدم القبول والتقدير الذاتي، ويمكن أن يؤثر سلباً على الصحة النفسية والعاطفية للفرد، ويؤثر على العلاقات الاجتماعية والأداء الشخصي

تقسم النظرية العقلية الاجتماعية نمط نقد الذات الى مفهومين رئيسيين:

- **النمط المشاعري المتكون:** يشير إلى الانطباع العاطفي العام الذي يشعر به الفرد تجاه نفسه، ويتكون من مجموعة من المعتقدات الذاتية والمشاعر والمعتقدات المتعلقة بقدراته وقيمه الشخصية.

• **التقييم الاجتماعي:** يعكس تقييم الآخرين للفرد وآرائهم حوله، ويؤثر على انطباعه الشخصي عن الذات.

وفقاً لهذه النظرية، عندما يتعرض الفرد لتجارب سلبية في التفاعلات الاجتماعية، ينتقل هذا التقييم السلبي إلى النمط المشاعري المتكون لديه، مما يؤدي إلى تكون كره الذات. وعلى العكس من ذلك، عندما يتعرض الفرد لتجارب إيجابية وداعمة في التفاعلات الاجتماعية، يؤدي ذلك إلى تشكيل نمط مشاعر إيجابي تجاه الذات (Duarte.et.al,2017:33).

**3-طمأنة الذات (Self rea):** تعد طمأنة الذات مهمة لصحة النفسية فهي تركيبات داخلية مرتبطة بمواقف الصحة النفسية، تعمل طمأنة الذات على تحسين وتصحيح الذات من حيث دعمها ورعايتها على قدم المساواة، اذ يمكن تقليل نقد الذات بطمأنة الفرد في المواقف السلبية وتهدئة انظمة الفرد العاطفية المرتبطة بالجهاز السمبثاوي تجعل الفرد متعاطفاً ومتقهماً لذاته في الاوقات الصعبة (Gilbert,2004: 142).

يرى جيلبرت (Gilbert,2004) ان طمأنة الذات اسلوب معرفي تتمثل وظيفته الفسيولوجية تهدئة الفرد من خلال تنشيط الجهاز السمبثاوي في اوقات التهديد المتصور، ان تنمية نظام تحفيزي مهدىء يمكن الفرد من تنمية قدرات داعمة ومشجعة " البنية التحتية الفسيولوجية" حيث تتيح الفرصة للفرد في اوقات الشدة ان يكون مفيداً وليس مؤذي

#### رابعاً - نموذج محور النقد لشاهار (Shachar,2015):

استمد هذا النموذج جذوره من النظرية السيكودينامية وأعمال التحليل النفسي والتي قدمها (Shahar,2015)نموذج محور النقد له أصوله في نظرية التحليل النفسي والديناميكي النفسي أيضاً. يفترض النموذج الذي قدمه شاهار (2015) أن أصول النقد الذاتي تكمن في النقد الأبوي من خلال مشاعرهم النقدية المعبر عنها تجاه الطفل، محاولة الطفل الفاشلة (وفيما بعد مراهق وبالغ) لتطوير الذات الحقيقية من خلال الأصالة، ومعرفة الذات. يؤدي الافتقار إلى المصادقية ومعرفة الذات من جانب والمشاعر النقدية المعبر عنها للآخرين (الآباء ، الأقران ، المعلم ، إلخ) على الجانب الآخر ، إلى زيادة النقد الذاتي (Shahar ، 2015)، مما يجعل الفرد عرضة لسوء التكيف والتطور المرضي، خاصة عند حدوث

أحداث الحياة المجهدة ،(Shahar et al. ،2015: 241). يرتبط التطور المرضي تجاه التصرف النقدي الذاتي ارتباطاً وثيقاً بسوء معاملة الأطفال ، كما هو موضح في الدراسات التي تتناول هذه العلاقة (Sachs–Ericsson et al.)(Falgares et al ،2018:) ان نقد الذات الناجم عن سوء معاملة الطفل، له أيضاً تأثير على التفاعلات الاجتماعية لأنه يرتبط برضا أقل في العلاقات الاجتماعية وتدهور جودة الحياة (Lassri et al. ، 2016 ، 2018) بسبب العواقب الواسعة للنقد الذاتي ، من المهم منع تطوره في المقام الأول. تدعم النتائج التجريبية للدراسات الطولية المستقبلية نموذجاً متبادلاً ، حيث يشكل يرى شاحار ان النقد الذاتي عامل ضعف سببي للتطور المرضي ولكنه يتأثر أيضاً بأعراض الاكتئاب (Zuroff et al. ، تؤكد هذه النتائج على فكرة النموذج القائلة بأن النقد الذاتي يؤدي إلى حلقة مفرغة ، تتضاعف في التفاعل مع الآخرين من خلال استيعاب الأفراد الذين ينتقدون الذات على أنهم "غير قادرين" وبالتالي منعهم من قبول الآخرين علاوة على ذلك ، يرتبط هذا التصرف بتقليل السعي وراء الهدف والتقدم (باورز وآخرون ، 2012). من خلال مفهوم ذاتي أوضح يعتمد على الأصالة العالية ومعرفة الذات ، سيتم تسهيل توجيهه الهدف و "السعي وراء السعادة" ، بينما يمنع النقد الذاتي مثل هذه الاحتمالات التكيفية وفقاً ل ACRIM (Shahar, 2015:23). وضع النموذج مصادر نقد الذات كما يأتي:

1. من خلال نقد الوالدين للتعبيرات الانفعالية نحو أطفالهم.

2. فشل في محاولات الطفل في تطوير ذات حقيقية ذات موثوقية والمعرفة بالذات .إن فقدان الموثوقية والمعرفة بالذات في جانب والتعبيرات الانفعالية الناقدة للآخرين (الوالدين، الأصدقاء، والمعلمين) من جانب آخر تؤدي إلى ارتفاع نقد الذات وهي عوامل تؤدي بالفرد إلى الاضطراب وعدم التوافق والنمو المرضي حيث إن النمو المرضي ناحية نقد الذات يرتبط بشدة مع سوء المعاملة في الطفولة فنقد الذات الحادث بسبب سوء المعاملة يؤثر على التفاعل الاجتماعي والرضا عن العلاقات الاجتماعية وجودة الحياة وبسبب النتائج العديدة لنقد الذات فمن المهم أن نمنع نموه وتطوره من أول وهلة . وقد أوضحت الأدلة المأخوذة من الدراسات النمائية والدراسات المستقبلية النموذج التبادلي حيث يشكل نقد الذات أحد عوامل النموذج المضطرب للنمو المرضي ولكنها تتأثر أيضاً بأعراض الاكتئاب (ومثل هذه النتيجة في النموذج الخاص بنقد الذات تؤدي إلى نتائج سيئة مثل اضطراب التفاعل مع الآخرين عبر النقد الداخلي

للذات على أنها عاجزة عن التقبل من الآخرين، إن هذه النزعة متصلة كذلك بضعف الصرار على الهدف والتقدم نحوه (Shahar,2015:143).

## علاج نقد الذات

### اولا- العلاج النفسي الديناميكي (Dynamic psychotherapy):

يتم العلاج بواسطة الأصوات النقدية، والسرديات الحوارية، إذ تم تطوير عدد من الأساليب الديناميكية النفسية بواسطة روبرت فايرستون (Firestone,1988) للتعامل مع نقد الذات، وهو منظر التحليل النفسي الرئد في عمليات التدمير الذاتي، ومطور أسلوب "العلاج الصوتي" لمعالجة النقد الذاتي وفقاً لفايرستون، يحدث التغيير عندما تنتقل الطريقة التي يتعامل بها المرء مع الأفكار الناقدة للذات (أي عملية اجترار سلبية موجهة داخلياً إلى صوت خارجي حر وغير مكبوت).بالاعتماد على النتائج المستخلصة من البحث في علم الأعصاب والتعلقين الأشخاص، تعتمد تقنيات العلاج الصوتي على نظرية الفصل، والتي تدمج الديناميكية النفسية والوجودية التي تشرح كيفية تعزيز الحواجز النفسية التي تشكلت في وقت مبكر جدا من الحياة عندما يطور الأطفال (Layne & Shahar,2006:421).

### ثانيا - العلاج بالمعرفة (Knowledge therapy):

نما العلاج المعرفي من تعليق بيك لنظرية التحليل النفسي والنظريات السلوكية (Rector.et.al ,2000:69) وإنشاء إطار عمل جديد يحدد إجراءات العلاج لتغيير الإدراك الفرد حول ذاته، ويرى بيك وآخرون (Beck et.al,1979) المخططات المعرفية للمعرفة "أنماط معرفية مستقرة نسبياً"تستخدم باستمرار لتفسير مواقف الحياة (Yonk,1999:7). وحدد مجموعة من 18 مخططاً غير قادر على التكيف، والتي وجدت بعض الدعم في البحث الفرعي المتسلسل (Joiner & Schmidt ، 2004). يمكن لبعض هذه المخططات المبكرة لسوء التكيف أن تعزز حالات النقد الذاتي، مثل المعايير الصارمة، النقد المفرط، والعقاب. تتمحور آليات التغيير التي ينطوي عليها العلاج المعرفي حول الفهم وتغيير الاختلال الوظيفي، أو أفكار أو مخططات النقد الذاتي التي يحملها الأفراد معهم في مواقف مختلفة لعلاج النقد الذاتي هما تعديل المخططات غير القادرة على التكيف من خلال إعادة الهيكلة المعرفية (Beck et al, 1979:70).

## مناقشة النظريات المفسرة لنقد الذات:

من خلال الاطر النظرية التي تناولت نقد الذات والتي تم استعراضها تستنتج الباحثة أن نظرية فرويد ركزت على الدوافع الفطرية الغريزية المكبوتة خلال الخمس سنوات الأولى من عمر الفرد وعند عدم اشباع أي من تلك الرغبات يؤدي إلى التثبيت عند تلك المرحلة ومن ثم من الصعب تغييرها فيما بعد وحسب رأي فرويد يرى أن تكوين الثقة بالنفس وبالأخرين والاعتماد على النفس يرجع إلى المرحلة الفمية وبالتالي ليس هنالك دور للوالدين أو لطبيعة العلاقات الاجتماعية فيما بعد، أما زوروفيري ان نقد الذات يرتبط بالكمالية والتقييمات السلبية التي يوجهها الفرد لذاته وسلوكياته بشكل مفرط، وعدم قدرته على ان يستمد الرضا عن أدائه الناجح، والخوف المبالغ من انتقادات الآخرين أو حتى عدم الوصول الى توقعاتهم، اما النظرية المعرفية فتري ان نقد الذات ناتج عن سلوكيات وعادات خاطئة تعلمها الفرد واكتسبها من البيئة هذه السلوكيات يتشربها الفرد الى الداخل فتأثر على نظرة الفرد لذاته، اما جيلبرت فأكد على الادوار الاجتماعية واهميتها في تقييم الفرد لنفسه وفق اشكاله الثلاثة (ضعف ملائمة الذات، كره الذات، طمأنة الذات) من خلال نظريته العقلية الاجتماعية فأن تفاعلات الفرد مع الآخرين لها اهمية في تشجيعه والشعور بالرضا عن الذات، اما شاهاار فيؤكد على سوء التعامل مع الطفل من قبل المحيطين به يؤثر على حياة الفرد لاحقاً بسبب نقد الذات ويؤدي الى الاكتئاب.

وقد تبنت الباحثة نظرية العقلية الاجتماعية لجيلبرت (Gilbert,2005) لأنها تبنتها في بناء المقياس ومن ثم في تفسير النتائج .

## ثالثاً- ما وراء الاداء الاكاديمي (Meta academic performance)

يعود التطور التاريخي لما وراء الأداء الأكاديمي إلى القرن العشرين، حيث بدأ العلماء في دراسة العوامل التي تؤثر على أداء الطلاب في الجامعة بصورة أكثر شمولاً. وتطورت هذه الدراسات على مر السنين لتشمل عدة جوانب، منها، عام (1905) قدم العالم الأمريكي تشارلز روبنسون دراسة حول العوامل الاجتماعية التي تؤثر على أداء الطلاب في الجامعة. اما عام (1930) قدم العالم الأمريكي إدوارد ثورنديك دراسة حول العوامل النفسية التي تؤثر على أداء الطلاب في الجامعة، في عام (1960) قدم العالم الأمريكي

فيكتور فروم (Fromm) دراسة حول العوامل الاجتماعية والنفسية التي تؤثر على أداء الطلاب في الجامعة، اما في عام (1970) قدم العالم الأمريكي تريفور بيكر دراسة حول العوامل الاجتماعية والنفسية والتعليمية التي تؤثر على أداء الطلاب في الجامعة. عام (1990) قدم العالم الأمريكي فيليب أستين دراسة حول العوامل الاجتماعية والنفسية والتعليمية والثقافية التي تؤثر على أداء الطلاب في الجامعة (Cook et al,2010:10).

ومنذ ذلك الحين تطورت الدراسات حول ما وراء الأداء الأكاديمي لتشمل عدة جوانب، منها العوامل الاجتماعية والنفسية والتعليمية والثقافية والصحية والعائلية والمالية وغيرها. وتهدف هذه الدراسات إلى فهم أفضل للعوامل التي تؤثر على تجربة الطلاب في الجامعة وتحسين أدائهم الأكاديمي (Dunning.et.al,2003:37).

اذ ينطوي على استخدام العمليات العقلية ذات المستويات العليا اثناء اداء المهام الاكاديمية، مثل وضع خطط للتعلم، واستخدام المهارات، والاستراتيجيات المناسبة لحل مشكلة ما. من جانب اخر قدرة الفرد على التخطيط، وتقدير قيمة المنفعة (Coutinho,2007:40).

"ما وراء الأداء الأكاديمي" هو مصطلح يشير إلى الجوانب الأخرى الهامة بعدما يحصل الطالب على النتائج الأكاديمية المرجوة، أو يتدرب الموظف على الوظائف بشكل جيد اذ يشمل ذلك المشاركة في الأنشطة الاجتماعية والرياضية، إكساب المهارات العملية مثل القيادة والعمل الجماعي، وتعلم التواصل الفعال. ويتم هذا من خلال الانخراط في أنشطة أكاديمية أو التطوع في أعمال وانشطة عقلية تتحدى قدرة الفرد.

بالإضافة إلى ذلك، يشمل "ما وراء الأداء الأكاديمي" الجوانب الشخصية والعاطفية، والتي قد يتم التعرض لها بالتدريب على المهارات الحياتية الأساسية، مثل التحكم في الضغوط وتنظيم الوقت والتعامل مع المشكلات وتحقيق التوازن بين العمل والحياة الشخصية.

يعني "ما وراء الأداء الأكاديمي" إظهار التزامك بالعمل والمساهمة في المشاركة الاكاديمية ويمكن تحقيق ذلك باتخاذ المبادرة، والعمل على تطوير المهارات الجديدة، والتعامل مع المواقف الصعبة بسلاسة وفعالية، والتواصل الجيد مع زملائك في العمل والرؤساء. (Te wang & Hofkens,2021:12).

بشكل عام يعني ما وراء الأداء الأكاديمي تطوير الشخصية والمهارات الأخرى التي تعزز النضج والاستقلالية والتأثير الإيجابي على المجتمع المحيط..، يشير دينسون وشراو (Dennison and Schraw, 1994) ان ما وراء الاداء نظيم ما وراء المعرفة إلى القدرة على التفكير ف يتعلم المرء وفهمه وإدارته يتضمن ما وراء المعرفة المعرفة حول التعلم وعن الذات كمتعلم، ومهارات مراقبة وتنظيم العمليات المعرفية للفرد. الإدراك بأنه يتكون من الجوانب الخمسة التالية وهي التخطيط واستراتيجيات إدارة المعلومات ومراقبة الفهم واستراتيجيات التصحيح والتقييم (Aurah, 2013:13).

### خصائص ما وراء الأداء الأكاديمي

1. الجو الاجتماعي والثقافي: يشير إلى العلاقات الاجتماعية التي يتمتع بها الطالب في الجامعة، وتشمل الصداقات والمجموعات الطلابية والأندية الرياضية والثقافية. ويمكن أن يؤثر هذا الجو على الأداء الأكاديمي للطالب، حيث إن الطلاب الذين يشعرون بالارتباط الاجتماعي والانتماء إلى المجتمع الجامعي يميلون إلى تحقيق نتائج أفضل في الدراسة.
2. الحياة الشخصية والعاطفية: يشير إلى العوامل الشخصية والعاطفية التي يواجهها الطالب، مثل العلاقات العاطفية والأسرية والمشاكل الشخصية والصحية. ويمكن أن تؤثر هذه العوامل على الأداء الأكاديمي للطالب، حيث إن الطلاب الذين يواجهون صعوبات شخصية وعاطفية قد يواجهون صعوبات في التركيز على الدراسة وتحقيق النجاح الأكاديمي.
3. التحديات المالية والعائلية: يشير إلى العوامل المالية والعائلية التي يواجهها الطالب، مثل الديون الطلابية والتكاليف الجامعية والتحديات العائلية. ويمكن أن تؤثر هذه العوامل على الأداء الأكاديمي للطالب، حيث إن الطلاب الذين يواجهون صعوبات مالية وعائلية قد يواجهون صعوبات في تحقيق النجاح الأكاديمي.
4. الصحة النفسية والجسدية: يشير إلى الصحة النفسية والجسدية للطالب، ويمكن أن تؤثر هذه العوامل على الأداء الأكاديمي للطالب. فالطلاب الذين يعانون من مشاكل صحية نفسية أو جسدية قد يواجهون صعوبات في التركيز على الدراسة وتحقيق النجاح الأكاديمي (Xu, 2018:801 & Solanki).

## العوامل المؤثرة في ما وراء الأداء الأكاديمي:

1. الموهبة والقدرات الفردية: يعتبر الطلاب الذين يمتلكون مواهب طبيعية في مجال معين أكثر قدرة على التفوق في هذا المجال. فعلى سبيل المثال، قد يكون بعض الطلاب موهوبين في الرياضيات، اللغات، العلوم أو الموسيقى، مما يسهم في أدائهم الأكاديمي المميز في هذه المجالات.
2. المحفزات والدافع: الدافع الشخصي والرغبة في النجاح يمكن أن يحفز الطلاب على العمل بجد والتفاني في التعلم وتحقيق أهدافهم الأكاديمية. الدافع يمكن أن يكون داخلياً من الطالب نفسه أو خارجياً من خلال التحفيز والتشجيع من المحيطين به.
3. البيئة الداعمة: تلعب البيئة المحيطة بالطلاب دوراً هاماً في التأثير على أدائهم الأكاديمي، الأهل والأسرة التي تدعم وتشجع الطلبة على الدراسة وتوفر لهم بيئة مناسبة للتعلم قد تسهم في تحسين أدائهم الأكاديمي. كذلك، المدرسة والأصدقاء يمكن أن يكون لهم دور في تشجيع الطلاب وتوفير الدعم اللازم.
4. الصحة العامة والعقلية: يؤثر الصحة الجسدية والعقلية على تركيز الطلاب وقدرتهم على التعلم. إذا كان الطالب يعاني من مشاكل صحية أو نفسية، فقد يتأثر أدائه الأكاديمي بشكل سلبي. لذلك، من المهم أن يحصل الطلاب على الرعاية الصحية اللازمة والدعم النفسي إذا لزم الأمر.
5. تحديد الأهداف: وضع أهداف واضحة وقابلة للقياس يمكن أن يساعد الطلاب على التركيز والتحفيز في الدراسة. عندما يكون للطالب هدف واضح يريد تحقيقه، يمكن أن يكون له تأثير إيجابي على أدائه الأكاديمي.
6. استراتيجيات التعلم: قدرة الطلاب على استخدام استراتيجيات فعالة للتعلم والذاكرة تلعب دوراً هاماً في تحسين أدائهم الأكاديمي. من بين هذه الاستراتيجيات: التنظيم، الخطط الدراسية، المذاكرة المنهجية، واستخدام الرسوم البيانية لتوضيح المفاهيم.
7. الاهتمام والشغف: عندما يكون الطالب مهتماً بموضوع معين ويكون لديه شغف للتعلم، فإنه يصبح أكثر اهتماماً ومشاركة في الدروس والمواد الدراسية ذات الصلة.
8. الوقت وإدارة المهام: قدرة الطلاب على إدارة وقتهم بشكل فعال والتعامل مع المهام والواجبات المدرسية يمكن أن يحسن من أدائهم الأكاديمي ويساهم في تحقيق النجاح.

9. الثقة بالنفس: الثقة بالنفس والاعتقاد بأن الطالب قادر على تحقيق النجاح يمكن أن يسهم في تحسين أدائه الأكاديمي وتحقيق نتائج إيجابية.

10. الظروف الاجتماعية والاقتصادية: تأثير ظروف الحياة الاجتماعية والاقتصادية على فرص الطلاب ومدى تركيزهم على الدراسة لا يمكن تجاهله. قد يواجه الطلاب من الأوضاع الاقتصادية الصعبة صعوبات في الحصول على الدروس الخصوصية أو الموارد الأكاديمية الإضافية (Rand & Shea, 2011:683).

### النظريات المفسرة لما وراء الاداء الاكاديمي

ستتطرق الباحثة الى عدد من النظريات التي فسرت ما وراء الاداء الأكاديمي وكالاتي:

#### اولا- نظرية التوقعات (Expectancy Theory, 1950-1960)

هي نظرية تفسر العوامل التي تؤثر في تحقيق الأداء الأكاديمي وتفاعل الفرد مع البيئة التعليمية. تم تطوير هذه النظرية بواسطة فيكتور فروم في عام (1957) وأعيد تطويرها فيما بعد بواسطة بطريس فينروس وإدوارد لوكر في عام (1968) وفقاً لهذه النظرية، يتصرف الأفراد استناداً إلى توقعاتهم للنتائج المتوقعة من أدائهم الأكاديمي. إذا كان لديهم توقعات إيجابية بأن جهودهم ستؤدي إلى أداء مرتفع ونتائج مرغوبة، فإنهم يكونون أكثر احتمالاً للقيام بالجهود اللازمة وتحقيق الأداء العالي.

تعتمد نظرية التوقعات على ثلاثة مفاهيم رئيسية هي:

1- **التوقعات (Expectancy)** يشير إلى استعداد الفرد للقيام بجهود معين لتحقيق الأداء الأكاديمي المرتبط بالهدف المرجو. وتعتمد هذه التوقعات على الاعتقاد بأن الجهود المبذولة ستؤدي فعلياً إلى نتائج مرغوبة، وأن الأداء الأكاديمي سيكون مرتبطاً بالمستوى المرجو من الأداء.

2- **قيمة الهدف (Valence)** يشير إلى مدى قيمة الهدف المرجو للفرد. يعتبر الهدف قيماً إذا كان يلبي الاحتياجات والرغبات الشخصية للفرد. وتعتبر قيمة الهدف عاملاً مهماً في تحفيز الفرد للقيام بالجهود المطلوبة لتحقيق الأداء الأكاديمي.

3- رابطة الأداء والمكافأة: (Instrumentality) يشير إلى اعتقاد الفرد بأن تحقيق الأداء الأكاديمي سيؤدي فعليًا إلى مكافآت ومنافع مرتبطة به، مثل الاعتراف والتقدير من الآخرين أو الفرص المهنية المستقبلية. وتؤثر رابطة الأداء والمكافأة على استعداد الفرد للقيام بالجهود المطلوبة لتحقيق الأداء الأكاديمي.

4- الانتقاء بين الأهداف المتاحة: يشير إلى أن الأفراد يقومون بتحديد الأهداف التي يودون تحقيقها بناءً على تقديراتهم لقيمة الهدف وتوقعاتهم للأداء.

بموجب نظرية التوقعات، يعتقد الفرد أن تحقيق الأداء الأكاديمي يعتمد على توقعاته بأن الجهود التي يبذلها ستؤدي إلى الأداء المرجو، وأن هذا الأداء سيؤدي إلى مكافآت تعتبر مهمة بالنسبة له. وبالتالي، يتحفز الفرد لتحقيق النجاح الأكاديمي عندما تكون هذه التوقعات عالية وتكون قيمة الهدف ورابطة الأداء والمكافأة قوية.

قد يتم تطبيق نظرية التوقعات في مجالات التعليم والتدريب لفهم وتحسين أداء الطلاب وتحفيزهم لتحقيق النجاح الأكاديمي (Tsiplakides&Keramida,2010:22-23).

تشير نظرية التوقعات إلى ثلاث تفسيرات بين التوقعات وما وراء الأداء وهي كالآتي:

1. حساب العواقب السلوكية: تفترض العديد من التوضيحات النظرية المتعلقة بالتوقعات أن الطموحات توجه السلوك الأكاديمي الفردي من خلال توجيه السلوك نحو هدف معين، فالعواقب السلوكية للتوقعات من حيث التحضير أو التحفيز يجب أن تكون مرئية في التغييرات في ما وراء الاداء الاكاديمي

2. تفترض النظرية أن التوقعات هي مجرد انعكاسات للفرص التي يتصورها الأفراد أثناء التعليم وأن هذه الفرص وليست التوقعات هي المحددات الرئيسية للنجاح، إذ من المحتمل أن تتأثر الفرص بالخصائص الفردية والهيكلية المستقرة ("حساب الفرص المستقرة زمنيًا").

3. تختلف الفرص أيضًا بمرور الوقت وتؤثر على التحصيل السابق للطلبة. إذ يؤدي ما وراء الاداء الاكاديمي في التحصيل الدراسي السابق دورًا حاسمًا في تكوين التوقعات وتكييفها ويؤثر على التحصيل المستقبلي للطلبة حساب السببية المتبادلة (Dochow & Sebastian,2021:11).

ثانياً- نظرية الأنا الكامل (Self-Concordance Theory)

هي نظرية في علم النفس تركز على دراسة الأهداف والتحفيز الشخصي وتفسيرهما. تم تطوير هذه النظرية بواسطة ريتشارد راين وإدوارد ديسي وهي تعتبر امتدادًا لنظرية التحفيز المستندة إلى الهوية (Self-Determination Theory).

وفقًا لنظرية الأنا الكامل، تشير المفاهيم الرئيسية التالية إلى التفسير الأساسي لحدوث ما وراء الاداء الاكاديمي:

1- التوافق مع الذات (Self-Concordance) يشير إلى مدى توافق الأهداف الشخصية مع القيم والاهتمامات الداخلية للفرد. عندما تكون الأهداف متوافقة مع الذات، فإنها تعكس ما يعتقد وما يهتم به الفرد بشكل أكبر، مما يزيد من الرغبة والتحفيز الشخصي. وفقًا لنظرية الأنا الكامل ان ما وراء الاداء الاكاديمي يتوسط العلاقة بين الأهداف الشخصية والأداء الأكاديمي. اذ يؤثر توافق الأهداف مع الذات والقيم الشخصية على مستوى الرغبة والتحفيز، مما يؤدي في النهاية إلى تحسين الأداء الأكاديمي.

2- الرغبة الذاتية (Self-Determination) تشير إلى شعور الفرد بالاستقلالية والتحكم الذاتي في اتخاذ القرارات وتحقيق الذاتي. عندما يكون للفرد الحرية والاختيار في تحقيق أهدافه وتلبية احتياجاته الشخصية، فإنه يشعر بالرغبة الذاتية والاستقلالية، مما يعزز التحفيز والرضا الشخصي.

3- الجودة الذاتية (Self-Quality) تشير إلى مدى ملاءمة الأهداف مع قيم الفرد واهتماماته العميقة. عندما تكون الأهداف ذات جودة ذاتية عالية، تعكس قيم الفرد وتحقق معانيه الشخصية، مما يزيد من الرضا والتحفيز.

بشكل عام، تركز نظرية الأنا الكامل على أهمية اختيار الأهداف التي تتوافق مع الذات وقيم الفرد، وتعزز الرغبة الذاتية والرضا الشخصي، وتؤدي إلى تحقيق نجاح متوقع (Sleeth,2006:34).

### ثالثًا- نظرية الهوية المستندة إلى التحفيز (Identity-Based Motivation Theory):

تعود جذور نظرية التحفيز المستند إلى الهوية للعالم اويسرمان (Oyserman,2007) التي بدأت بالظهور والتطور في الثمانينات والتسعينيات من القرن الماضي، وتقرح النظرية أن الأفراد يميلون إلى

التصرف وفقاً للمعتقدات والقيم والهوية التي يرتبطون بها ويتعرفون بها. يعني ذلك أن الهوية الشخصية تلعب دوراً مهماً في توجيه الأهداف وتحفيز الأفراد لتحقيقها. تم تطبيق نظرية التحفيز المستندة إلى الهوية في العديد من المجالات والسياقات، بما في ذلك المجال الأكاديمي والمهني والاجتماعي. وقد أظهرت الأبحاث الحديثة أن الهوية الشخصية يمكن أن تكون عاملاً مؤثراً في تحفيز الأفراد وتحقيق النجاح والرضا الشخصي. وتقسم النظرية جوانب ما وراء الأداء الأكاديمي إلى أربعة جوانب هي:

اولا- المشاركة الأكاديمية (Academic participation):

المشاركة الأكاديمية في ما وراء الأداء الأكاديمي تشير إلى الانخراط النشط والمشاركة الإضافية في الأنشطة والفعاليات ذات الصلة بالموضوعات المدرسية أو المجالات الأكاديمية الأخرى. يعتبر هذا المشاركة التكميلية للمناهج الأكاديمية الرسمي وتهدف إلى تعزيز الفهم والتعلم وتوسيع المعرفة. وتشمل أمثلة على المشاركة الأكاديمية في ما وراء الأداء الأكاديمي:

1. المناقشات والندوات: المشاركة في المناقشات والندوات المتعلقة بالموضوعات المهمة بها، سواء كانت في إطار الصفوف الدراسية أو الأندية الطلابية أو المجموعات البحثية. يمكن للطلاب تبادل الأفكار والتجارب والرؤى، وتوسيع وجهات النظر وتطوير المهارات التواصل والتفكير النقدي.
2. المسابقات والمشاريع: المشاركة في المسابقات الأكاديمية والمشاريع البحثية والابتكارية تعزز المشاركة الأكاديمية. يمكن للطلاب تحليل المشكلات وتطبيق المفاهيم والمعرفة التي اكتسبوها في مجال معين، والتعاون مع الآخرين وتقديم الإبداع والابتكار.
3. النشر الأكاديمي: تقديم الأبحاث والمقالات الأكاديمية في المؤتمرات والمجلات العلمية تسهم في المشاركة الأكاديمية. يمكن للطلاب المشاركة في عملية البحث والكتابة وتقديم اكتشافاتهم واقتراحاتهم للمجتمع الأكاديمي.
4. الخدمة المجتمعية: المشاركة في الأنشطة التطوعية والخدمة المجتمعية التي ترتبط بالموضوعات الأكاديمية تعزز المشاركة الأكاديمية تعميق المعرفة عندما يشارك الطلاب في أنشطة خارجية ويستكشفون الموضوعات بصورة أكثر عمقاً، يتم توسيع وتعميق مستوى المعرفة وفهمهم للموضوعات

المهتمين بها. يتمكن الطلاب من تطبيق المفاهيم والمهارات التي اكتسبوها في سياقات مختلفة والاستفادة منها في تطبيقات الحياة الحقيقية (Oyserman&destin,2011:1043).

### ثانيا: الاهتمام بالموضوع (Interest in the topic):

الاهتمام هو عملية تحفيزية قوية تنشط التعلم وتوجه المسارات الأكاديمية والوظيفية، وهي ضرورية للنجاح الأكاديمي فهو يعد حالة نفسية من الاهتمام والتأثير تجاه شيء أو موضوع معين ، واستعداد دائم لإعادة الانغماس بمرور الوقت يمر نموذج تطوير الاهتمام في أربع مراحل التي تعزز الاهتمام وهي: جذب الانتباه ، والسياقات والكيفية التي تثير الاهتمام الفردي، والتعلم القائم على حل المشكلات ، وتعزيز قيمة المنفعة. يمكن أن يسهم تعزيز الاهتمام في تجربة تعليمية أكثر تفاعلاً وتحفيزاً في سياق ما وراء الأداء الأكاديمي فأن الاهتمام بالموضوع يشير إلى الاندماج العميق والشغف بالمواد الدراسية والمواضيع المعينة التي يتعلمها الطلاب. يتعلق الأمر بالرغبة الحقيقية والاهتمام العميق في استكشاف وفهم المواد بشكل شامل ومعقد، وليس فقط لأغراض النجاح الأكاديمي (Unsworth & McMillan,2013:393).

عندما يكون الطالب مهتماً بالموضوع، فإنه يظهر الاندماج العميق في العمل الأكاديمي، ويشعر بالحماس والرغبة في فهم المفاهيم الأساسية واستكشاف التفاصيل والتطبيقات العملية للموضوع. يتفاعل الطالب بشكل نشط مع المادة، ويطرح الأسئلة ويناقش الأفكار ويتعمق في التحليل والتفكير النقدي المرتبط بالموضوع.

الاهتمام العميق بالموضوع يمكن أن يؤدي إلى نتائج إيجابية متعددة في الأداء الأكاديمي. فهو يعزز التركيز والتفاني في التعلم، ويسهم في تعزيز الذاكرة والتفكير النقدي والقدرة على حل المشكلات. كما يمكن أن يعزز الإبداع والابتكار والقدرة على التطبيق العملي للمعرفة. عندما يكون الاهتمام بالموضوع في ما وراء الأداء الأكاديمي، يمكن أن يتطور الطالب إلى مستويات أعلى من الإنجاز والتفوق، ويشعر بالرضا الشخصي والتحقق الذاتي من خلال تحقيق نتائج متميزة في المجال الذي يهتم به بشكل خاص. ومن المهم أن يكون الاهتمام بالموضوع مصحوباً بالدعم المناسب من قبل البيئة التعليمية، ويشمل الاهتمام بالموضوع عدة عناصر منها (Swarat,2008:3):

- **المدرسين والأساتذة:** يلعب دور المدرسين والأساتذة دورًا حاسمًا في دعم اهتمام الطلاب بالموضوعات. يجب أن يكونوا متحمسين وملمين بالمادة وقادرين على إيصالها بشكل مثير وملهم. ينبغي لهم أيضًا تقديم الدعم والتوجيه الفردي للطلاب وتحفيزهم على استكشاف المزيد من المواد ذات الصلة.
- **المناهج والموارد التعليمية:** يجب أن تتوفر مناهج شيقة ومحفزة وموارد تعليمية متنوعة ومتاحة للطلاب للتعلم في الموضوعات التي يهتمون بها. يمكن أن تشمل ذلك الكتب المدرسية المناسبة، والمواد التعليمية الإضافية، والبرامج التعليمية التفاعلية، والأنشطة العملية التطبيقية.
- **البيئة الطلابية:** يجب أن تكون البيئة الطلابية داعمة ومحفزة للاهتمام بالموضوعات. يمكن تحقيق ذلك من خلال توفير فرص التفاعل والمناقشة في الصفوف الدراسية، وتشجيع التعاون بين الطلاب، وتوفير المساحات والموارد الملائمة للتعلم والبحث، مثل المكتبات والمختبرات والمرافق الأخرى.
- **الدعم الإداري:** يجب أن يكون هناك دعم إداري قوي وملائم لتشجيع الاهتمام بالموضوعات في المستويات المختلفة. يمكن أن يشمل ذلك إقامة ورش عمل وندوات وفعاليات خاصة بالموضوعات المحددة، وتوفير فرص التدريب والتطوير المهني (Harackiewicz & Priniski 2018:409).

### ثالثًا- الكفاءة الأكاديمية الذاتية (Academic self-efficacy) :

اعتقاد الفرد بقدرته وامكانياته على أداء المهمة التي توكل إليه، وشعوره بقدرته على التغلب على المشكلات التي قد تواجهه، وبقدرته على ضبط سلوكه والتخطيط السليم في التعامل مع التحديات وقدرته على التصرف في المواقف مهما كانت مفاجئة والمثابرة على حلها والصمود أمام خبرات الفشل التي تعترضهم (النجار، 2022:155).

### رابعًا قيمة المنفعة (utility value):

وتعتمد النظرية على عدة افتراضات أساسية لشرح كيفية تأثير الهوية على التحفيز والأداء. إليك بعض الافتراضات الرئيسية لهذه النظرية:

1. الهوية المتعلقة بالهدف: تفترض النظرية أن الأفراد لديهم هويات تتعلق بأهداف محددة. يعني ذلك أن لديهم انتماءات وتعريفات تتعلق بمجالات معينة مثل الدراسة، العمل، الرياضة، أو الفن. تعتبر هذه الهويات جزءًا من هويتهم الشخصية وتؤثر على تحفيزهم وسلوكهم في تلك المجالات.
2. الالتزام بالهوية: تفترض النظرية أن الأفراد الذين يشعرون بقوة بالالتزام بالهوية ويرتبطون بشكل وثيق بها، سيكونون أكثر تحفيزًا وإصرارًا على تحقيق الأهداف المرتبطة بتلك الهوية. يعتبر الالتزام بالهوية عاملاً هامًا في تحفيز الأداء الذاتي والتفاني في المجهود الذي يتم بذل
3. التمايز الإيجابي: تفترض النظرية أن التمايز الإيجابي يلعب دورًا مهمًا في تحفيز الأداء. عندما يشعر الأفراد بأن الهوية المتعلقة بالهدف تمنحهم قيمة ومعنى إيجابيين وتميزهم بشكل إيجابي عن الآخرين، فإنهم يكونون أكثر استعدادًا للعمل بجد وتحقيق الأداء المرتفع في تلك المجالات.
4. التناغم الداخلي: تفترض النظرية أن الأفراد الذين يشعرون بالتناغم الداخلي بين هويتهم وأهدافهم وقيمهم الشخصية، سيكونون أكثر رغبة واستعدادًا للتفاني في تحقيق تلك الأهداف وتحسين الأداء. التناغم الداخلي يشير إلى اتساق وتوافق بين هويتهم وما يرونه هامًا وقيمهم وأهدافهم الشخصية.

هذه الافتراضات تساعد في فهم تأثير الهوية على التحفيز والأداء الأكاديمي، وتوفر إطارًا لدراسة وتحليل دور الهوية في سياقات مختلفة مثل العمل والتعليم والرياضة (Oyserman, 2007:11).

وفقًا لهذه النظرية، يعزز الارتباط بين الهوية الشخصية والأداء الأكاديمي العمل الجاد والتحصيل الأكاديمي المتميز.

السبب الرئيسي وراء حدوث ما وراء الأداء الأكاديمي وفقًا لنظرية التحفيز القائمة على الهوية هو الاستراتيجية التي يتبعها الأفراد لتحقيق هدفهم الذاتي وتعزيز هويتهم. وتشمل هذه الاستراتيجيات:

- ❖ التفوق والتفوق الأكاديمي: يعتبر الأفراد الذين ينتمون إلى هوية مرتبطة بالنجاح الأكاديمي والتفوق، أن تحقيق النجاح الأكاديمي هو جزء أساسي من هويتهم. لذا، يعملون بجد ومثابرة لتحقيق النجاح الأكاديمي العالي لتعزيز هويتهم الشخصية.

- ❖ تقادي الفجوة والتنافس: يمكن أن يكون لدى الأفراد الذين يعانون من فجوة بين هويتهم الشخصية وأدائهم الأكاديمي الحالي دافعًا للعمل بجد لتقليل هذه الفجوة. قد يشعرون بالاضطراب أو عدم الرضا عندما يشعرون بأن أدائهم الحالي لا يتناسب مع صورة هويتهم المرغوبة، مما يدفعهم للسعي لتحقيق التوافق بين هويتهم وأدائهم.
- ❖ الانتماء والتحقق الاجتماعي: يمكن أن يشعر الأفراد الذين يرتبطون بالهوية الأكاديمية بحاجة إلى الانتماء والتأكيد الاجتماعي من خلال تحقيق النجاح الأكاديمي. قد يسعون للحصول على تقدير واعتراف من قبل المجتمع الأكاديمي والمجموعة الاجتماعية المحيطة بهم، مما يدفعهم للعمل بجد لتحقيق النجاح الأكاديمي.
- ❖ تعتمد نظرية التحفيز القائمة على الهوية على افتراض أن الهوية الشخصية تعزز التحفيز والأداء الأكاديمي العالي، حيث يكون الفرد أكثر استعدادًا للاجتهد والتفاني في المهام الأكاديمية لتحقيق أهدافه الذاتية وتعزيز صورته لذاته(Oyserman&Destin,2011:121):

#### رابعاً- نظرية الفجوة (Goal-Setting Theory, 1968)

نظرية الفجوة (Goal-Setting Theory) ظهرت في الستينيات من القرن العشرين. تم تطوير هذه النظرية بواسطة الباحثين إدوين لوكر وغاري لاثام (Locker and Latham) (1968). تم نشر أول توضيح للنظرية في مقالة بعنوان "Toward a Theory of Task Motivation and Incentives" التي نُشرت في مجلة "Organizational Behavior and Human Performance" منذ ذلك الحين، تم تطوير وتوسيع النظرية بواسطة العديد من الباحثين والعلماء في مجال علم النفس وإدارة الموارد البشرية والتنمية الشخصية. وتُعتبر نظرية الفجوة واحدة من النظريات الرائدة في فهم التحفيز وتحقيق الأهداف في السياق العملي والأكاديمي.

تستند إلى عدد من المبادئ الأساسية التي تشكل أساس فهمها وتفسيرها لما وراء الاداء الاكاديمي:

1- تحديد الأهداف: يعتبر تحديد الأهداف واضحة ومحددة أحد أهم المبادئ في نظرية الفجوة. يجب أن تكون الأهداف قابلة للقياس والتحقق وذات طابع تحدي. تحديد الأهداف يساعد في توجيه الجهود وترتيب الأولويات وتحفيز الأفراد لتحقيق الأداء العالي.

2- الفجوة: الفجوة تعني الاختلاف بين الحالة الحالية للفرد والحالة المطلوبة أو المرغوبة. الفجوة هي ما يحفز الفرد للعمل بجد وتحقيق الأهداف. يعتبر وجود فجوة كبيرة بين الحالة الحالية والحالة المرغوبة محفزاً قوياً للفرد لتحقيق التطوير وتحسين أدائه.

3- التغذية الراجعة: تعتبر التغذية الراجعة أحد العوامل المهمة في نظرية الفجوة. تقدم التغذية الراجعة معلومات حول أداء الفرد وتقدمه في تحقيق الأهداف. توفر التغذية الراجعة توجيهاً وملاحظات بناءة للفرد، وتعزز الوعي بالتقدم وتحفز على التحسين والتطوير.

4- الالتزام بالأهداف: يشير هذا المبدأ إلى أهمية الالتزام الشخصي بتحقيق الأهداف المحددة. عندما يكون الفرد ملتزماً بشكل شخصي بتحقيق الأهداف ويعتبرها هامة وقيمة، فإنه يكون أكثر اندفاعاً وتحفيزاً للعمل بجد وتحقيق التطور.

5- المرونة والتحكم الذاتي: تعزز نظرية الفجوة أيضاً المرونة والتحكم الذاتي كمبادئ أساسية. يعني ذلك أن الفرد يجب أن يكون قادراً على ضبط جهوده وتنظيم وقته وتحديد الإجراءات اللازمة لتحقيق الأهداف. التحكم الذاتي والمرونة تلعبان دوراً مهماً في تحفيز الفرد وتحقيق الأداء الأكاديمي العالي -Clerkin,2018:146 (179)

نظرية الفجوة تقدم تفسيراً لما وراء الأداء الأكاديمي من خلال التركيز على دور تحديد الأهداف في تحفيز الأفراد وتحقيق أداء عالٍ. وفقاً لهذه النظرية، تكون الفجوة بين الحالة الحالية للفرد والحالة المطلوبة أو المرغوبة هي المحفز الرئيسي لتحقيق الأداء العالي في المجال الأكاديمي. عندما يشعر الفرد بوجود فجوة بين مستوى أدائه الحالي والمستوى الذي يرغب في تحقيقه، ينشأ لديه رغبة قوية لتقليص هذه الفجوة. ويحاول الفرد تطوير مهاراته واكتساب المعرفة اللازمة والعمل بجد لتعزيز أدائه وتحقيق الأهداف المطلوبة.

تحديد الأهداف يلعب دورًا هامًا في تطبيق نظرية الفجوة. عندما يتم تحديد أهداف واضحة ومحددة للفرد، توفر هذه الأهداف معايير للأداء وتوجه الجهود نحو التحقيق والتطور. كما تشجع الأهداف الصعبة والتحديات المناسبة الفرد على بذل جهود إضافية وتحقيق أداء عالٍ.

بالإضافة إلى تحديد الأهداف، تعزز نظرية الفجوة أيضًا أهمية توفير التغذية الراجعة (الملاحظات) للفرد. من خلال تزويده بمعلومات حول أدائه وتقدمه وتوجيهه للتحسين، يتلقى الفرد معلومات مهمة تساعده على ضبط جهوده وتحسين أدائه. باختصار ترى نظرية الفجوة ان ما وراء الأداء الأكاديمي يعود إلى الفجوة بين الحالة الحالية للفرد والحالة المرغوبة، وتحديد الأهداف وتوفير التغذية الراجعة كمحفزات رئيسية لتحقيق أداء عالٍ وتطوير المهارات الأكاديمية (Stephens.et.al,2014:943).

### خامساً- نظرية النظام الذاتي (Self-order theory,2005):

نظرية النظام الذاتي في سياق الأداء الأكاديمي تتعلق بكيفية تنظيم وتحسين أداء الفرد الأكاديمي بطريقة ذاتية ودون الحاجة لتدخلات خارجية. يركز هذه النظرية على كيفية تنظيم العناصر المختلفة في سياق العملية الأكاديمية وكيفية تأثير هذه العناصر على بعضها البعض، وكيف يؤثر ذلك في تطوير الأداء بشكل ذاتي.

يعتمد أداء الفرد الأكاديمي على عدة عوامل تتضمن:

1. الأهداف والتحفيز: يلعب الهدف الأكاديمي والتحفيز الشخصي دورًا هامًا في تحسين الأداء الأكاديمي. عندما يكون لديك أهداف واضحة ومحددة، يمكن أن يساعدك ذلك على تحديد الخطوات التي يجب اتخاذها لتحقيق هذه الأهداف وتحفيز نفسك للوصول إليها.
2. التخطيط والتنظيم: القدرة على تنظيم وتخطيط الوقت والمهام المتعلقة بالدراسة يساهم في تحسين الأداء الأكاديمي. عندما تحدد خططاً واضحة للدراسة وتقسّم المهام إلى أجزاء صغيرة قابلة للتنفيذ، ستصبح العملية أكثر فعالية.

3. التحكم الذاتي والانضباط: يدور جزء من نظرية النظام الذاتي حول القدرة على التحكم في النفس والانضباط في العملية التعليمية. عندما يكون لديك القدرة على التحكم في المشتتات والتركيز على المهام الأكاديمية بشكل منظم، ستحسن أدائك العام.
4. التعلم والتكيف: تعزز القدرة على التعلم المستمر والتكيف مع التحديات الأكاديمية من قدرتك على التحسين المستمر في الأداء. عندما تتعلم من الأخطاء وتعديل أساليبك واستراتيجياتك، ستتحسن قدرتك على التفوق أكثر.
5. تقييم الأداء الذاتي: يلعب تقييم الأداء الذاتي دورًا هامًا في دورة نظرية النظام الذاتي. عندما تكون قادرًا على تقييم أدائك الحالي وتحديد المجالات التي تحتاج إلى التحسين، ستكون قادرًا على التغيير والتحسين (Bandura, 1978:344). بشكل عام، تهدف نظرية النظام الذاتي في مجال الأداء الأكاديمي إلى تشجيع الفرد على اكتساب القدرات الذاتية وتنظيم العوامل المؤثرة في أدائه لتحسين نتائجه الأكاديمية وتحقيق التحصيل العلمي المرجو (Raynor & McFarlin, 1986:43).

#### ❖ مناقشة النظريات المفسرة لما وراء الاداء الاكاديمي:

لقد اختلفت النظريات التي فسرت ما وراء الاداء الاكاديمي وذلك بسبب اختلاف طبيعة السلوك الانساني اذ نجد ان نظرية الأنا الكاملة (Self-Determination Theory) هي نظرية نفسية تهدف إلى فهم ما يحفز الأفراد ويؤثر في سلوكهم. وفقًا لهذه النظرية تعتبر الرغبة الأساسية للأفراد هي تلبية ثلاث احتياجات أساسية: الاحتياجات الذاتية للملكية (الشعور بالتحكم والقدرة على اتخاذ القرارات الخاصة بنفسك)، والاحتياجات الذاتية للتواصل (الشعور بالارتباط الاجتماعي والتواصل مع الآخرين)، والاحتياجات الذاتية للكفاءة (الشعور بالكفاءة والقدرة على تحقيق الأهداف) عندما يتم تلبية هذه الاحتياجات، يشعر الأفراد بالرضا الذاتي والحماس والشعور بالتحفيز الداخلي. ومن ثم، يكون لديهم ميولًا للمضي قدمًا وتحقيق النجاح في أنشطتهم. أما بالنسبة لنظرية الفجوة والتحفيز (Gap Theory/Motivation-Hygiene Theory) ، فتعتبر نظرية تطبيقية تتعلق بعلاقة الأفراد بالعمل والرضا الوظيفي. تشير النظرية إلى وجود عاملين مهمين يؤثران في رضا الأفراد ودافعيتهم: عوامل التحفيز وعوامل الفجوة. فهي عوامل ترتبط بالعمل ذاته، مثل التحدي، والإنجاز، والمسؤولية، والترقية، والاعتراف بالأداء الجيد. على الجانب الآخر، تعتبر عوامل الفجوة

هي عوامل غير مرتبطة بالعمل نفسه نظرية الفجوة والتحفيز (Gap Theory/Motivation-Hygiene Theory) تشير إلى أن هناك عوامل تحفيزية وعوامل فجوة تؤثر على رضا الأفراد في بيئة العمل. أما عوامل نظرية الفجوة، فهي العوامل التي لا ترتبط بالعمل نفسه ولكن تؤثر على شعور الأفراد بالاحتياجات الأساسية. تشمل هذه العوامل الإدارة السيئة، وسوء العلاقات الاجتماعية في العمل، وعدم التقدير وعدم المكافآت المناسبة، وعدم وجود فرص التطوير المهني. عندما تكون هذه العوامل حاضرة بشكل كبير في بيئة العمل، فإن الأفراد يشعرون بالاستياء والاحتياجات غير الملباة، مما يؤدي إلى تراجع في الرضا والدافعية وأداء أقل جودة. بموجب هذه النظرية، يقترح أنه لتعزيز رضا الأفراد ودافعيتهم، يجب على المؤسسات توفير بيئة عمل تحتوي على عوامل التحفيز على سبيل المثال، ينبغي للمؤسسات التعليمية توفير فرص التدريب والتطوير الذاتي.

وقد تبنت الباحثة هذه النظرية في بناء المقياس، وتفسير نتائج ما وراء الاداء الاكاديمي وفي ضوء هذه النظرية فإن دافع الفرد في الحصول على هويته الشخصية تعزز التحفيز والاداء الأكاديمي العالي، حيث يكون الفرد أكثر استعدادًا للاجتهد والتفاني في المهام الأكاديمية لتحقيق أهدافه الذاتية وتعزيز صورة الذات(Oyserman et.al. 2017:3).

## ثانياً- دراسات سابقة

دراسات تناولت اضطراب الشخصية التجنبية:

اولاً- دراسة (ناصر، 2002):

" اضطراب الشخصية التجنبية وبعدي الشخصية (الانبساط- الانطواء - والعصابية) لدى طلبة الجامعة"

هدفت الدراسة الى معرفة اضطراب الشخصية التجنبية وبعدي الشخصية (الانبساط-الانطواء) والعصابية) لدى طلبة جامعة بغداد من كلا الجنسين ومن المراحل الأولية للدراسة الصباحية. وتالفت عينة البحث من (٤٠٠) طالب وطالبة موزعين على أربع كليات علمية وإنسانية وبواقع (٢٠٠) من الذكور و(٢٠٠) من الإناث. قامت الباحثة بعد ذلك باختيار أداتين لقياس بعدي الشخصية الانبساط-الانطواء والعصابية وهما مقياس الانبساط-الانطواء ومقياس العصابية من الصورة (أ) من قائمة أيزنك للشخصية. ويتكون كل مقياس منهما من (٢٤) فقرة يجاب عنها بطريقة التقرير الذاتي. كما تم إعداد أداة أخرى لقياس اضطراب الشخصية إلى المعايير التشخيصية في تصنيفي DSMIV, LCD-10 تم تحديد تسعة معايير تشخيصية صيغ لكل منها عدد من الفقرات ويجاب عن هذه الفقرات ب(نعم) أو (لا) والمقاييس تتمتع بمؤشرات جيدة للصدق والثبات. وقد تم تطبيق المقاييس الثلاثة على طلبة الجامعة. وكانت النتائج تشير إلى أن نسبة المصابين باضطراب الشخصية التجنبية هي (١٨%) من طلبة الجامعة, لا توجد فروق دالة في اضطراب الشخصية التجنبية على وفق متغير الجنس. وأن عينة البحث الحالي تتسم بدرجة عالية من العصابية ودرجة منخفضة من الانبساط. كما اشارت النتائج الى ان طلبة الجامعة من الذكور اكثر انبساطية من الإناث في حين كانت الإناث اكثر عصابية من الذكور. ولا توجد علاقة ارتباطية واضحة بين الانبساط-الانطواء واضطراب الشخصية التجنبية، ثم خلص البحث إلى مجموعة من التوصيات (ناصر، 2002:9).

ثانياً- دراسة (ابو زيد وعبدالحميد، 2020)

"فاعلية العلاج بالقبول والالتزام في خفض أعراض اضطراب الشخصية التجنبية لدى عينة من طالبات الجامعة"

هدفت الدراسة الى التعرف على فاعلية العلاج بالقبول والالتزام في خفض أعراض اضطراب الشخصية التجنبية لدى عينة من طالبات جامعة سوهانج وتألفت العينة من (13) طالبة تم توزيعهم عشوائياً، استخدمت الدراسة الاداتا البحث هما مقياس اضطراب الشخصية التجنبية اعداد الباحثان، مقياس اليقظة العقلية لفيلادفيا (2008)، برنامج القبول والالتزام اعداد الباحثان. اما الوسائل الاحصائية المستخدمة هي معامل الثبات الفاكرونباخ، اختبار مان وتي لعينتين مستقلتين، اختبار ويلكوكسن لعينتين غير مستقلتين. وتوصلت نتائج الدراسة الى فاعلية برنامج بالقبول والالتزام في خفض اعراض اضطراب الشخصية التجنبية (ابو زيد وعبدالحميد، 2020:).

ثالثاً- دراسة (السيد، 2020):

"النموذج السببي للعلاقات بين الالكسيثيميا واضطرابي الشخصية الاعتمادية والتجنبية والاكئاب لدى طلاب الجامعة"

هدفت الدراسة إلى معرفة اضطراب الشخصية الاعتمادية واضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب الجامعة لما له من أهمية كبيرة وخاصة عندما ندرس العلاقة بينه وبين العديد من المتغيرات النفسية كالاكتئاب والالكسيثيميا، وتألفت عينة الدراسة من (٥٣٧) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية جامعة قناة السويس، وشملت أدوات الدراسة: مقياس الاعتمادية ومقياس التجنبية وقائمة بيك للاكتئاب ومقياس الالكسيثيميا. أما نتائج الدراسة فكانت كالتالي:

1. توجد تأثيرات سببية بين اضطراب الشخصية التجنبية كمتغير تابع، والالكسيثيميا كمتغير مستقل، من خلال الاكتئاب والاعتمادية كمتغيرات وسيطة.
2. توجد تأثيرات سببية بين اضطراب الشخصية الاعتمادية كمتغير تابع، والالكسيثيميا كمتغير مستقل، من خلال الاكتئاب والتجنبية كمتغيرات وسيطة.

3. توجد تأثيرات سببية بين الالكسيثيميا كمتغير تابع، واضطرابي الشخصية الاعتمادية والتجنبية كمتغير مستقل من خلال الاكتئاب كمتغير وسيط (السيد، 2020:321).

رابعاً- دراسة ( عبدالله واخرون، 2021)

التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس اضطراب الشخصية التجنبية

هدفت الدراسة إلى التعرف على الخصائص السيكومترية لمقياس اضطراب الشخصية التجنبية، وتألفت العينة من (300) طالب وطالبة من قسم التعليم العام - قسم التربية الأساسية (قسم الطفولة) في كلية التربية بقنا - جامعة جنوب الوادي للعام الدراسي (2019-2020)، وتراوحت أعمارهم بين (19-21)، استعملت الدراسة الوسائل الاحصائية الفاكرونباخ، توصلت نتائج الدراسة الى ارتفاع اضطراب الشخصية التجنبية لدى طلبة الجامعة. (عبدالله واخرون، 2021: 2)

الدراسات الاجنبية

اولاً- دراسة ماير ( Meyer,2002) العلاقة بين الشخصية والمزاج واضطراب الشخصية التجنبية

**Relationship between Personality and mood and avoidant personality disorder**

هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الشخصية والمزاج واضطراب الشخصية التجنبية وتألفت العينة من (365) طالباً جامعياً، واستخدمت الدراسة الأداة مقياس المزاج، وبناء مقياس اضطراب الشخصية التجنبية وفق معايير (DSM-IV) واستخدمت الدراسة الوسائل الاحصائية تحليل عاملي توكيدي، انحدار متعدد توصلت الدراسة الى وجود علاقة بين اضطراب الشخصية التجنبية والتوقعات المتشائمة، وظهرت النتائج ان الاضطراب يؤثر على الناحية المزاجية للفرد، تتوافق النتائج مع نماذج اضطراب الشخصية التجنبية التي تؤكد على التأثيرات المشتركة للضعف العاطفي والعوامل المعرفية الاجتماعية المؤثرة والمستدامة. (Meyer,2002:2).

ثانياً- دراسة (Bowles et al,2013):

**Relationship Self-esteem and other-esteem in college students with "borderline and avoidant personality" disorder features"**

علاقة تقدير الذات والاعتداد بالذات لدى طلبة الكلية الذين لديهم سمات اضطراب الشخصية الحدية والمتجنبة

هدفت الدراسة إلى التعرف إلى العلاقة بين تقدير الذات والاعتداد بالذات وسمات اضطراب الشخصية الحدية والمتجنبة لدى طلبة الجامعات وتألقت العينة من (169) طالبا جامعياً في المملكة المتحدة البريطانية استخدمت الدراسة الوسائل الاحصائية المناسبة وتوصلت الدراسة الى وجود علاقة بين قلة احترام الذات وتقدير الذات باضطراب الشخصية التجنبية. (Bowles et al,2013:3).

ثالثاً- دراسة (Min Xu,2022):

**"التأثير المعتدل لاضطراب الشخصية التجنبية المحتمل على الارتباط بين إيذاء التنمر وأعراض الاكتئاب لدى طلبة الجامعة الجدد"**  
**Possible Avoidant Personality Disorder Magnifies the Association Between Bullying Victimization and Depressive Symptoms Among Chinese University Freshmen**

هدفت الدراسة إلى التعرف على التأثير المعتدل لأضطراب الشخصية التجنبية المحتمل على الارتباط بين إيذاء التنمر واعراض الاكتئاب لدى طلاب الجامعات الصينية الجدد وتألقت عينة الدراسة من (1045) طالباً جديداً من جامعة شاملة في ووهان، الصين واستخدمت الوسائل الاحصائية: تحليل الانحدار الخطي أحادي المتغير، تحليل التباين الثنائي، وتوصلت نتائج الدراسة الى انتشار ايذاء التنمر بين طلبة الجامعة وانتشار نسبة اعراض الاكتئاب واضطراب الشخصية التجنبية بين طلبة الجامعة. (Min Xu,2022:4)

## دراسات تناولت نقد الذات

## الدراسات العربية

اولاً- دراسة (نعمة، 2012):

"العطف على الذات وعلاقته بالخوف من التقييم الاجتماعي السلبي لدى طلبة الجامعة"

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى العطف على الذات لدى طلبة الجامعة ، والتعرف على دلالة الفروق في متغير العطف على الذات على وفق متغير الجنس، و التعرف على مستوى الخوف من التقييم الاجتماعي السلبي لدى طلبة الجامعة، والتعرف على دلالة الفروق في مستوى الخوف من التقييم الاجتماعي السلبي على وفق متغير الجنس، والتعرف على طبيعة واتجاه العلاقة الارتباطية بين العطف على الذات والخوف من التقييم الاجتماعي السلبي، والتعرف على طبيعة العلاقة الارتباطية بين متغيري البحث على وفق متغير الجنس، وقد تحدد البحث الحالي بطلبة الجامعة المستتصية للعام (2011-2012) وتحقيقاً لأهداف البحث قام الباحث ببناء مقياس العطف على الذات الذي تكون في صيغته النهائية من (43) فقرة، أما مقياس الخوف من التقييم الاجتماعي السلبي فقد تكون في صيغته النهائية من (41) فقرة ، وقد روعي التأكد من الخصائص القياسية للمقياسين . وبعد تطبيق المقياسين على عينة البحث أشارت نتائج البحث إلى وجود عطف على الذات لدى عينة البحث، فضلاً عن وجود فروق دالة إحصائياً في العطف على الذات لدى عينة البحث عن وفق متغير الجنس ولصالح الذكور، واتصاف طلبة الجامعة بالخوف من التقييم الاجتماعي السلبي بدرجة متوسطة مع وجود فروق دالة إحصائياً في الخوف من التقييم الاجتماعي السلبي على وفق متغير الجنس لصالح الأناث وكذلك وجود علاقة ارتباطية عكسية بين العطف على الذات والخوف من التقييم الاجتماعي السلبي لدى عينة البحث وهي أعلى لدى الأناث، وفي ضوء هذه النتائج قدم الباحث مجموعة من التوصيات والمقترحات لأجراء بحوث مستقبلية.

(نعمة، 2012:3)

ثانياً- دراسة(المندلاوي،2020):

"التلاعب النفسي ونقد الذات وعلاقتها بتبدد الشخصية لدى المدمنين وقرانهم الغير مدمنين"

تهدف الدراسة إلى التعرف إلى التلاعب النفسي ونقد الذات وتبدد الشخصية لدى المدمنين وقرانهم غير المدمنين و دلالة الفروق في التلاعب النفسي ونقد الذات وتبدد الشخصية بين المدمنين وقرانهم غير المدمنين على وفق متغيرات (الادمان - العمر - الترتيب الولادي) والعلاقة بين التلاعب النفسي ونقد الذات ومتغير تبدد الشخصية لدى المدمنين وقرانهم غير المدمنين ،استنتجت الدراسة ان نسبة المتلاعبين والذين يعانون من تبدد الشخصية بين المدمنين تفوق نسبتهم بين غير المدمنين وغير المدمنين أكثر نقداً لذواتهم من اقرانهم المدمنين ووجود علاقة طردية بين الادمان وكل من التلاعب النفسي وتبدد الشخصية وبشكل يسهم متغير نقد الذات في انخفاض مستوى تبدد الشخصية عند غير المدمنين في حين لم يكن للتلاعب النفسي إي دور في تبدد الشخصية ،اوصت الدراسة انشاء مراكز لتأهيل المدمنين وتفعيل دورها في المجتمع المحلي وتوجيه مراكز الارشاد والتوجيه التربوي ووسائل الاعلام لعقد ندوات التوعية للشباب في اطار البرامج الوقائية للخدمة المجتمعية. (المندلوي،2020:2-3)

ثالثاً - دراسة(رديف، شاعر،2020):

#### دراسة لبعض المتغيرات المرتبطة بالنقد المرضي للذات لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة

هدفت الدراسة إلى بحث طبيعة العلاقة بين النقد المرضي للذات وكل من القلق الاجتماعي والكمالية لدى عينة من طلاب الجامعة، وكذلك التعرف على الفروق بين الجنسين في النقد المرضي للذات والقلق الاجتماعي والكمالية، والتعرف على الفروق بين القسمين (العلمي / الأدبي ) في متغيرات الدراسة (النقد المرضي للذات ، القلق الاجتماعي ، والكمالية )، والتنبؤ بالنقد المرضي للذات من خلال متغيرات القلق الاجتماعي والكمالية لدى طلاب الجامعة ، ومعرفة تأثير الجنس والتخصص الدراسي على النقد المرضي للذات لدى طلاب الجامعة . وقد تكونت عينة الدراسة من (300) طالباً وطالبة بكلية التربية بطنطا، وتم تطبيق مقياس النقد المرضي للذات (إعداد: الباحثان) ومقياس القلق الاجتماعي ومقياس الكمالية اعده (أحمد هلال ). واعتمدت الدراسة علي المنهج الوصفي الارتباطي التنبؤي والمقارن . أوضحت النتائج أن هناك علاقة ارتباطية موجبة بين النقد المرضي للذات وكل من الكمالية والقلق الاجتماعي والاكثاب لدي عينة الدراسة ، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق بين الجنسين في النقد المرضي للذات، وجود فروق بين الجنسين في القلق

الاجتماعى لصالح الاناث، وعدم وجود فروق بين الجنسين في الكمالية، عدم وجود فروق بين القسمين (العلمي/الانساني) في كل من النقد المرضى للذات والقلق الاجتماعى والكمالية . كما أوضحت النتائج عدم وجود تأثير للجنس والتخصص الدراسى على النقد المرضى للذات لدى طلاب الجامعة، ويسهم متغير القلق الاجتماعى فى التنبؤ بالنقد المرضى للذات لدى طلاب الجامعة (رديف، شاکر، 2020:2)

رابعاً: دراسة (هلال، عيسى، 2022):

### "العلاقة بين نقد الذات والقلق الاجتماعى والكمال لدى طلبة الجامعة"

هدفت الدراسة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين نقد الذات وكل من القلق الاجتماعى والكمال لدى عينة من طلبة الجامعة، وكذلك التعرف على الفروق بين الجنس في نقد الذات والقلق الاجتماعى والكمال، وتحديد الفروق. بين القسمين (علمي / انساني ) في متغيرات الدراسة (النقد الذات، القلق الاجتماعى، الكمال) التنبؤ بالنقد الذات من خلال متغيرات القلق الاجتماعى والكمال لدى طلبة الجامعة، ومعرفة تأثير الجنس والتخصص الأكاديمي على النقد الذات لطلبة الجامعة. تألفت عينة الدراسة من (300) طالب وطالبة بكلية التربية بطنطا، ومقياس نقد الذات من إعداد الباحثين، تم تطبيق مقياس القلق الاجتماعى ومقياس الكمال (اعداد احمد هلال) اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي والارتباطي والتنبؤي والمقارن، وأظهرت النتائج أن هناك علاقة ارتباط موجبة بين نقد الذات والكمال والقلق الاجتماعى والاكنتاب في عينة الدراسة. أظهرت النتائج عدم وجود فروق بين الجنسين في نقد الذات للمرضى. توجد فروق بين الجنسين في القلق الاجتماعى لصالح الإناث، ولا توجد فروق بين الجنسين في الكمال، وأظهرت النتائج عدم وجود فروق بين القسمين (علمي / انساني) في كل من نقد الذات والقلق الاجتماعى والكمال. كما أظهرت النتائج عدم وجود تأثير للنوع والتخصص الأكاديمي على نقد الذات لطلبة (هلال، عيسى، 2022:148).

الدراسات الاجنبية:

اولاً- دراسة أوكن (Ongen,2011):

The Relationships among perfectionism, self criticism and identity styles in Turkish university students "العلاقات بين الكمالية ونقد الذات وأنماط الهوية لدى طلاب الجامعة التركية"

هدفت الدراسة الى معرفة العلاقة بين شكلين مختلفين من التقييم الذات السلبى (نقد الذات المقارن ونقد الذات الداخلى) ، والكمالية التكيفية (المعايير العالية) ، والكمالية غير القادرة على التكيف (التناقض) وأنماط الهوية الأولى. تالفت عينة الدراسة من(196) طالبًا وطالبة جامعيًا أكملوا مستويات نقد الذات ل (LOSC, Thompson and Zuroff, ). أظهرت تحليلات الانحدار أن أسلوب هوية التوجه المعلوماتي تم التنبؤ به بشكل إيجابي من خلال المعايير العالية ونقد الذات الداخلى. وجود فروق ذات دلالة احصائية في نمط هوية التوجه المعياري بشكل إيجابي، تم التنبؤ بشكل سلبى بأسلوب الهوية المتجنب الانتشار عن طريق النظام وتم التنبؤ به بشكل إيجابي من خلال نقد الذات المقارن (Ongen,2011:6).

ثانياً- دراسة كورسيون (Craciun,2013):

استراتيجيات المواجهة ونقد الذات وعامل الجنس وعلاقتها بجودة الحياة

**Coping Strategies, Self-criticism and Gender Factor in Relation to Quality of Life**

الهدف من الدراسة هو تحديد العلاقة بين مستوى الإجهاد المتصور، واستراتيجيات المواجهة ونقد الذات المبلغ عنه. والتحقيق في العلاقة بين الجنسين، واستراتيجيات المواجهة ، ومستوى النقد الذاتي ونوعية الحياة. تألفت عينة الدراسة من (228) طالبًا وطالبة في علم النفس والقانون وأكملوا مقياس الإجهاد المتصور ، وأداة للتعامل مع الإجهاد ، ومقياس للنقد الذاتي ، ومقياس جودة الحياة. اظهرت النتائج فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في اختيار استراتيجيات المواجهة. أظهرت النتائج أيضًا أن متغيرات استراتيجيات

المواجهة - المهام الموجهة والعاطفة والجنس والنقد الذاتي كانت مرتبطة بشكل كبير بنوعية الحياة.  
(Craciun,2013:366 )

ثالثاً- دراسة (Worobec&Lydia,2016):

**Self-criticism and self-compassion in university students**  
نقد الذات والتعاطف مع  
الذات لدى طلبة الجامعة"

هدفت الدراسة الى معرفة نقد الذات والتعاطف مع الذات لدى عينة من طلبة الجامعة بلغت (507) طالب وطالبة قام الباحثان استعمال استبيان تقييم سلوكيات الوالدين، والتعلق، وإيذاء الأقران، والتعاطف مع الذات. استخدمت الدراسة تحليلات الانحدار الخطي المتعددة لتقييم ارتباط الوالدين بالنقد الذاتي، وتأثيرات الوساطة للنقد الأبوي ، والفروق ذات الدلالة الاحصائية في التعاطف مع الذات حسب إيذاء الأقران، والجنس ، وتعاطي المخدرات من قبل الوالدين، وطلاق الوالدين. اظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية التعاطف مع الذات لصالح الام، عدم وجود فروق في ايذاء الاقران على نقد الذات، عدم وجود فروق في تعاطي المخدرات من قبل الوالدين على النقد الذاتي. لا توجد علاقة ارتباطية بين التعاطف مع الذات وطلاق الوالدين والجنس. اظهرت الدراسة عدد من الاستنتاجات منها أن الأمهات أكثر تأثيراً من الآباء في تشكيل نظرة أطفالهم لأنفسهم والآخرين. قد تعكس النتائج الاختلافات النوعية أو الكمية في علاقات الأمهات بأطفالهن.

(Worobec&Lydia,2016:321)

رابعاً\_ دراسة ستونر (Stoner,2018):

**Vulnerable Narcissism, Self-Criticism, and Self-Injurious Behavior**  
correlation between

"العلاقة الارتباطية بين النرجسية الضعيفة ونقد الذات وسلوك إيذاء الذات"

هدفت الدراسة الى معرفة العلاقة الارتباطية بين النرجسية الضعيفة بإيذاء الذات ونقد الذات، اذ ارتبطت النرجسية الضعيفة بضعف تنظيم العاطفة، وهل توجد فروق ذات دلالة احصائية بين النرجسية الضعيفة

وأشكال إيذاء الذات ، حيث تم ربط عدم تنظيم العاطفة بزيادة خطر إيذاء الذات أيضًا وهل توجد فروق في العلاقة الارتباطية بين النرجسية الضعيفة ونقد الذات، تالفت عينة الدراسة من (260) طالب وطالبة في جامعة جنوب الميسيسيبي. أظهرت النتائج الى وجود فروق في العلاقة الارتباطية بين النرجسية الضعيفة بشكل إيجابي بكل من إيذاء الذات ونقد الذات ، وأدى عدم تنظيم العاطفة إلى تعديل العلاقة بين النرجسية الضعيفة ونقد الذات، اذ كانت العلاقة بين النرجسية الضعيفة ونقد الذات أقوى عندما كانت مستويات عالية من عدم تنظيم العاطفة موجودة لم تختلف العلاقة الإيجابية بين النرجسية الضعيفة وإيذاء الذات عند مستويات مختلفة من عدم انتظام العاطفة.

(Stoner,2018 :3)

خامساً- دراسة أوزر (Ozer,2019):

### “The Impact of Core Self-evaluation on Self-criticism”

#### أثر التقييم الذاتي الأساسي على نقد الذات

هدفت الدراسة الى معرفة تاثير التقييم الذاتي الأساسي لدى عينة من طلبة الجامعة، والمقارنة بين سلوك نقد الذات الداخلي والمقارن تكونت عينة الدراسة من (336) طالباً وطالبة من طلبة جامعة عدنان مندريس في تركيا خلال العام الدراسي (2017-2018).ضمت عينة الدراسة (243) طالبة و (93) طالبا.تم استخدام مقياسي النقد الذات والتقييم الذاتي الأساسي في الدراسة. تم استخدام تحليل الانحدار المتعدد لتحليل بيانات الدراسة، أظهرت نتائج الدراسة وجود فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة الارتباطية بين نقد الذات والتقييم الذاتي الاساسي

(Ozer,2019:8)

سادساً- دراسة كوتيرا(Kotera,2019):

**The relationship between mental health symptoms, self-criticism, self-compassion, and role identity**

"العلاقة بين أعراض الصحة النفسية، ونقد الذات، والتعاطف مع الذات، وهوية الدور"

تهدف هذه الدراسة الى تقييم مواقف طلاب الخدمة الاجتماعية تجاه مشاكل الصحة النفسية، واستكشاف العلاقات بين أعراض الصحة النفسية، ونقد الذات، والتعاطف مع الذات، وهوية الدور. وتألقت عينة الدراسة من (84) طالبة جامعية بريطانية في العمل الاجتماعي مقياسًا للمواقف تجاه مشاكل الصحة النفسية ، وتمت مقارنتها بأربع وتسعين طالبة جامعية من المملكة المتحدة. استخدمت الدراسة الخصائص السيكومترية للتحقق من الصدق والثبات، اظهرت النتائج ان لدى طالبات العمل الاجتماعي الجامعيات في المملكة المتحدة مستوى أعلى من الإدراك السلبي في مواقف مجتمعهم تجاه مشاكل الصحة النفسية، واطهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة احصائية بين ، التعاطف مع الذات وهوية الدور بشكل كبير بأعراض الصحة النفسية وتم تحديدها على أنها تنبئ مهم ومستقل لأعراض الصحة النفسية. أكدت هذه الدراسة أن طلاب الخدمة الاجتماعية يعتبرون أن مجتمعهم ينظر إلى مشاكل الصحة النفسية بشكل سلبي وأن نقد الذات والتعاطف مع الذات وهوية الدور تتعلق بصحتهم العقلية السيئة وقد اوصت النتائج ان طلاب العمل الاجتماعي والمعلمين والباحثين على تعميق فهم أعراض صحتهم النفسية وتحديد حلول أفضل.

(Kotera,2019:327)

سابعاً- دراسة شارما وجارج (Garg&Sharma,2020):

**Metacognition, self-criticism as predictors of fear of happiness among college students**  
 "ما وراء المعرفة ونقد الذات كمتنبئين للخوف من السعادة لدى طلبة الجامعة"

هدفت الدراسة الى معرفة القيمة التنبؤية لما وراء المعرفة ونقد الذات في الخوف من السعادة بين طلاب الجامعات، وتألقت عينة الدراسة من (80) طالب وطالبة جامعية، منهم (40) طالبًا و(40) طالبة في الهند. تم استخدام أدوات مقياس الخوف من السعادة (جوشانلو ، 2013) ، ومقياس الوعي ما وراء المعرفي

(Schraw & Dennison,1994)، أشارت النتائج إلى قيمة تنبؤية كبيرة للمعرفة التصريحية (ما وراء المعرفة) والتقييم (ما وراء المعرفة) على الخوف من السعادة، ونقد الذات (Garg&Sharma,2020:7).

ثامناً - دراسة واهيوني واخرون (Wahyuni et.al,2021):

### Emotion regulation difficulties and self-criticism among university students

during COVID 19 pandemic in Indonesia "العلاقة بين صعوبات تنظيم المشاعر ونقد الذات

لدى طلبة الجامعات خلال جائحة كوفيد (19)"

هدفت هذه الدراسة الى معرفة العلاقة بين صعوبات تنظيم المشاعر ونقد الذات بين طلاب الجامعات خلال جائحة كوفيد (19). ومعرفة الفروق في العلاقة الارتباطية بين صعوبات تنظيم العاطفة وبعد نقد الذات. بلغ عدد المشاركين (1049) طالبًا جامعيًا من إحدى جامعات العاصمة (84% إناث و 16% ذكور). جاء الطلاب من كليات مختلفة وهي (كلية التربية ، والفنون واللغة ، والعلوم الاجتماعية ، والتقنيات ، وعلوم الرياضة ، وعلم النفس ، والعلوم والرياضيات ، والاقتصاد). وُجدت الدراسة أن صعوبات تنظيم العاطفة مرتبطة بشكل كبير بنقد الذات. كما اظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في تنظيم العاطفة ونقد الذات. (Wahyuni et.al,2021:94)

تاسعاً - دراسة جناه واخرون (Jannah et.al,2022).

### The mediating effect of self-criticism on college students' emotion

" dysregulation and intention to self-harm

"التأثير الوسيط لنقد الذات على طلبة الكلية"

تهدف هذه الدراسة الى معرفة تأثير نقد الذات كوسيط في الارتباط بين عدم تنظيم العاطفة ونية إيذاء الذات لدى طلبة الجامعة. تالفت عينة البحث من (354) طالبًا وطالبة تتراوح أعمارهم بين (18 - 23) عامًا في اندونيسيا، تم اختيارهم بطريقة العينات العشوائية العنقودية غير المتناسب. كانت الأدوات المستخدمة عبارة عن مقياس إيذاء الذات ، ومقياس نقد الذات ، ومقياس عدم تنظيم العاطفة. اظهر نتائج

التحليل الاحصائي الذي تم إجراؤه باستخدام برنامج (PROCESS) وجود فروق دالة نقد الذات يتوسط بشكل كبير في العلاقة بين عدم تنظيم العاطفة ونية الطلاب لإيذاء الذات، كذلك تشير النتائج أيضا إلى أنه حتى بعد حساب التأثير الوسيط لنقد الذات، لا يزال عدم التنظيم العاطفي يؤثر بشكل إيجابي على نية الطلاب لإيذاء الذات توفر الآثار المترتبة على النتائج رؤى لطلاب الجامعات وجميع الأطراف المعنية معهم فيما يتعلق بالآليات الكامنة وراء نية إيذاء الذات. (Jannah et.al,2022:2).

### ثالثاً: الدراسات التي تناولت ما وراء الاداء الاكاديمي:

بالنظر لعدم وجود دراسات عربية او محلية تناولت مفهوم ما وراء الاداء الاكاديمي، لذا ستتطرق الباحثة الى دراسة اجنبية واحدة تمكنت من الحصول عليها.

#### اولاً- دراسة سولانكي وشو (Solanki and Xu, 2018):

اثر جنس المعلم فيما وراء الاداء الاكاديمي على تحفيز الطلاب في مجالات العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات  
**Looking Beyond Academic Performance: The Influence of Instructor Gender on Student Motivation in STEM Fields**

هدفت الدراسة الى التعرف تاثير جنس المعلم على تحفيز في مجال العلوم والتكنولوجيا والهندسة والرياضيات لدى طلبة الجامعة، وتألقت العينة من (9766) طالباً وطالبة من جامعة كاليفورنيا، استعملت الدراسة الوسائل الاحصائية الفاكرونباخ والتحليل العاملي ، اظهرت نتائج الدراسة الى وجود فروق في العلاقة الارتباطية بين ما وراء الاداء الاكاديمي وتشكيل الهوية لدى طلبة الجامعة، عدم وجود فروق في تاثير جنس المعلم فيما وراء الاداء الاكاديمي حسب الجنس (ذكور - اناث). (Solanki and Xu, 2018:21)  
ثالثاً- الموازنة بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية:

بعد عرض الدراسات السابقة سيتم اجراء موازنه بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية في الجوانب

الاتية:

## اولا- الاهداف:

تباينت أهداف الدراسات تبعا لطبيعة المشكلة التي تروم الباحثة دراستها، وطبيعة المتغيرات ونوع المنهج المستعمل في كل دراسة . اما في البحث الحالي فقد استعملت الباحثة المنهج الوصفي- الدراسة الارتباطية لمعرفة العلاقة بين اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.

## ثانياً- العينة :

اختلفت حجم العينات في الدراسات السابقة التي درست بعضاً من متغيرات البحث الحالي، اذ تراوحت بين (13) في دراسة ابو زيد وعبدالحميد(2020) و(9766) كما في دراسة (Solanki,2018). وشملت الذكور والاناث ومن طلبة الجامعات. اما البحث الحالي فقد بلغ حجم العينة ( 377 ) طالبا وطالبة من طلبة جامعة بابل شملت كليات متنوعة

## ثالثا: الأدوات المستعملة:

تعددت الادوات التي استعملتها الدراسات السابقة على وفق اختلاف اهدافها وطبيعة المتغيرات التي تناولتها، اذ استعمل كل من ناصر مقياس اضطراب الشخصية التجنبية الممعد من قبله وفق معايير LCD- (DSM-IV) وقام ماير ببناء مقياس اضطراب الشخصية التجنبية، واستعملت دراسة رديف وشاكر(2020) ودراسة عيسى(2022) المقياس الممعد من قبلهما. بينما في البحث الحالي قامت الباحثة ببناء مقياس نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي، وتبنت مقياس قدوري(2016) لقياس اضطراب الشخصية التجنبية.

## رابعا- الوسائل الاحصائية:

اعتمدت الدراسات السابقة عدة وسائل إحصائية لتحقيق اهداف البحث ( الفاكرونباخ، تحليل الانحدار، اختبار مان وتي، وولكوكسن، تحليل العاملي، تحليل التباين الثنائي) أما الوسائل الاحصائية المستخدمة في البحث الحالي فهي معامل ارتباط بيرسون، الاختبار التائي لعينة واحدة ولعينتين، والفاكرونباخ والارتباط المتعدد، والانحدار المتعدد واختبار(Z)....

## خامساً- نتائج الدراسات السابقة:

سيتم مناقشتها في الفصل الرابع من خلال مقارنة نتائجها مع نتائج البحث الحالي.

## سادساً- جوانب الاستفادة من الدراسات السابقة:

يتضمن هذا الجانب تحديد جوانب الاستفادة من هذه الدراسات، فقد اطلعت الباحثة على (20) دراسة سابقة عربية واجنبية للمتغيرات الثلاث، (7) دراسات عربية واجنبية تناولت اضطراب الشخصية التجنبية، و(13) دراسة عربية واجنبية تناولت نقد الذات، و(1) دراسة اجنبية تناولت ما وراء الاداء الاكاديمي، ولم تجد الباحثة(على حد علمها) دراسات عربية او اجنبية قد جمعت بين هذه المتغيرات، إذ تناول البحث الحالي هذه المتغيرات مجتمعة، ومن خلال هذا الاستعراض للدراسات السابقة فقد تم الاستفادة منها في تحديد وصياغة أهداف البحث الحالي، فضلا عن تحديد نوع العينة وطريقة اختيارها، إذ تباينت الدراسات السابقة من حيث اعداد العينات، وكذلك تم الاستفادة من الدراسات السابقة باختيار ادوات البحث، فقد اتفقت اغلبها على استعمال (الاستبانة) كأداة رئيسة في جمع البيانات والمعلومات المتعلقة بدراساتهم، وكان معظم هذه الادوات جاهزة تم بناؤها مسبقاً في حين قام البعض من الباحثين ببناء ادوات دراسته، اما في البحث الحالي فقد تم تبني مقياس اضطراب الشخصية التجنبية ل(قدوري،2016)، وبناء مقياس نقد الذات، ومقياس ما وراء الاداء الاكاديمي.



## منهجية البحث و اجراءاته

يتضمن هذا الفصل عرضاً لمنهجية البحث والأجراءات التي اتبعتها الباحثة في معالجة موضوع البحث في ما يتعلق بوصف المجتمع الأصلي للبحث واسلوب اختيار العينة واعتماد أداة البحث المناسبة، فضلاً عن تحديد الأساليب الاحصائية الملائمة لتحليل بيانات البحث وهو على النحو الآتي:

### أولاً- منهج البحث (Research Methodology):

يتحدد منهج البحث الحالي على وفق مشكلته وأهدافه وطبيعة متغيراته ومجتمعه، وبما ان الهدف من البحث الحالي التعرف على العلاقة بين اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي، فإن المنهج الملائم هو المنهج الوصفي - الدراسة الارتباطية، لكونه أكثر المناهج ملائمة لدراسة العلاقات الارتباطية بين المتغيرات وتشخيصها والكشف عن الفروق التي بينهما، وتحديد العلاقات بينها وبين الظواهر الاخرى (العزاوي، 2008:97). ويعد المنهج الوصفي استقصاء ينصب على ظاهرة من الظواهر كما هي قائمة في الحاضر، بقصد تشخيصها وكشف جوانبها، وتحديد العلاقات بين عناصرها وبينها وبين ظواهر اخرى، فهو أحد أشكال التحليل والتفسير العلمي المنظم، لوصف ظاهرة او مشكلة محددة، وتصويرها كميّاً عن طريق جمع البيانات والمعلومات المقننة عن الظاهرة، او المشكلة وتصنيفها وتحليلها وإخضاعها للدراسة الدقيقة ( سليمان، 2014:131).

### ثانياً- مجتمع البحث (research community):

ويقصد به جميع مفردات أو وحدات الظاهرة التي يقوم الباحث بدراستها (النعيمي وآخرون، 2015: 77). أي يشكل المجتمع المجموع الكلي للعناصر التي يسعى الباحث الى أن يعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة فهو أمر ضروري لأنه يساعد الباحث في تحديد الأسلوب الأمثل لدراسة هذا المجتمع ( عليان، وعثمان ، 2000 : 137). تحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة جامعة بابل للدراسة الصباحية وللعام الدراسي (2020-2021)، والبالغ عددهم (23969) مقسمين

الى (10186) انساني بنسبة بلغت (43%)، بواقع (4001) ذكور انساني بلغت نسبتهم (17%) و(6185) اناث انساني بلغت نسبتهم (26%)، و(13783) علمي بلغت نسبتهم (57%) بواقع (6745) ذكور علمي بلغت نسبتهم (28%)، و(7038%) بلغت نسبتهم (29%) من مجتمع البحث بعد استبعاد اعداد طلبة المرحلة الخامسة والسادسة من كلية الطب، والمرحلة الخامسة من الصيدلة وطب الاسنان والهندسة المعماري، وكما موضح في الجدول (2):

جدول (2) مجتمع البحث

ت	الكلية	الذكور	الاناث	المجموع
1	القانون	739	599	1338
2	التربية الاساسية	1898	2540	4438
3	الاداب	400	622	1022
4	الدراسات القرآنية	244	480	724
5	التربية للعلوم الانسانية	720	1944	2664
	المجموع	4001	6185	10186
6	للعلوم الصرفة	458	583	1041
7	التمريض	93	370	463
8	التربية الفنية	146	346	492
9	الهندسة	1525	1018	2543
10	تكنولوجيا المعلومات	345	410	755
11	طب حمورابي	243	421	664
12	الادارة والاقتصاد	776	712	1488
13	الطب	504	879	1383

1455	579	876	طب اسنان	14
600	412	188	العلوم	15
963	133	830	التربية البدنية وعلوم الرياضة	16
500	297	203	هندسة المواد	17
1072	758	314	الصيدلة	18
364	120	244	هندسة مسيب	19
23,969	13783	10186	المجموع	

### ثالثاً- عينة البحث(The research sample):

هي ذلك الجزء من المجتمع التي يجري اختيارها وفق قواعد وطرق علمية، بحيث تمثل المجتمع تمثيلاً صحيحاً ( عودة،1985:24). أي هي الجزء الذي يمثل مجتمع الاصل أو النموذج الذي يجري الباحث مجمل ومحور عمله عليه ( اسعد،1981:150). يؤكد مايرز (1990) ان العينة الأقل تمثيلاً للمجتمع، أقل احتمالاً في أن يعكس سلوكها سلوك المجتمع الذي تنتمي اليه (مايرز، 1990:145)، ومن اجل ان تكون العينة ممثلة لمجتمعها يجب إعتقاد الطرائق والوسائل الصحيحة في اختيارها، كما أن الصفات العديدة التي يحتويها مجتمع ما لا بد ان تضمن في العينة التي يتم اختيارها من ذلك المجتمع، وبناءً على ما تقدم فقد استعملت الباحثة معادلة ستيفن\* في اختيار عينتها على الطريقة الطبقيّة العشوائية ذات التوزيع المتناسب مؤلفة من ( 377 ) طالباً وطالبة من مجتمع الدراسة بنسبة (27%) الذكور الانساني من مجتمع البحث، ونسبة الاناث الانساني (29%) بمجموع (56%)، ونسبة الذكور العلمي (15%) ونسبة الاناث العلمي ( 29%) بمجموع (44%) وكما موضح في الجدول (3).

## جدول ( 3 ) عينة البحث

توزيع العينة									توزيع الكليات			
نسبتهم المئوية	التقريب	المجموع الكلي	نسبتهم المئوية	التقريب	عدد الإناث	نسبتهم المئوية	التقريب	عدد الذكور	المجموع	الإناث	الذكور	الكلية
24%	92.00	92.45	15%	56.00	56.27	10%	36.00	36.18	1022	622	400	الأداب
32%	121.00	121.04	14%	54.00	54.19	18%	67.00	66.85	1338	599	739	القانون
56%	213.00	213.49	29%	110.00	110.45	27%	103.00	103.03				المجموع
14%	54.00	54.28	10%	37.00	37.27	4%	17.00	17.01	600	412	188	العلوم
11%	42.00	41.88	9%	33.00	33.47	2%	8.00	8.41	463	370	93	التمريض
18%	68.00	68.30	10%	37.00	37.09	8%	31.00	31.21	755	410	345	تكنولوجيا المعلومات
0%	-	-	0%	-	-	0%	-	-	0			
44%	164.00	164.46	29%	107.00	107.83	15%	56.00	56.63				المجموع
100%	378.00	377.94	58%	218.00	218.28	42%	160.00	159.66	4178	2413	1765	مجموع الكلي
											377.94	نتائج معادلة قومن بعد التقريب

## رابعاً- أداة البحث (Tools of Research)

بما أن البحث الحالي يدرس العلاقة بين ثلاثة متغيرات هي: اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات بما وراء الاداء الاكاديمي، لذا تطلب تحقيق أهداف البحث وجود ثلاثة ادوات: الاولى لقياس اضطراب الشخصية التجنبية، والأداة الثانية لقياس نقد الذات، والأداة الثالثة لقياس ما وراء الاداء الاكاديمي، وهي على النحو الاتي:

## اولاً- اضطراب الشخصية التجنبية(Avoidant Personality Disorder):

بعد الاطلاع على العديد من الأدبيات والدراسات التي درست اضطراب الشخصية التجنبية منها دراسة ويلبرغ وكارترود (Wiberg & Karterud,2009)، ودراسة كامل ووحيد (2020)، ودراسة قدوري (2016)، ودراسة ناصر(2002). تبنت الباحثة مقياس ( قدوري،2016) للأسباب التالية:

1. أعتد في بنائه على معايير تشخيص جمعية الأطباء النفسانيين (DSM-APA) (5,2013)

2. يصلح للتطبيق على عينة الدراسة (طلبة الجامعة) لأنه مبني على نفس العينة.  
وصف المقياس بصيغته الاولى:

يتكون المقياس من (36) فقرة موزعة على ستة معايير هي الشعور بالنقد واللوم من الآخرين (7) فقرات، وصعوبة الاندماج مع الآخرين (6) فقرات، والشعور بعدم قبول الآخرين (5) فقرات، صعوبة تحمل المسؤولية (6) فقرات، ضعف الثقة بالنفس (6) فقرة، الشعور بالخل من الآخرين (6) فقرة، وثلاثة بدائل لتقدير استجابات على درجات فقرات المقياس وهي (دائماً، احياناً، نادراً) ويعطى البديل دائماً ( 3 ) و احياناً (2) و نادراً (1)، وقامت قدوري (2016) باستخراج الصدق والثبات وحسب الثبات بطريقة اعادة الاختبار وكان يساوي (0,80) ولغرض التأكد من مدى ملائمة لعينة البحث قامت الباحثة بالأجراءات الآتية:

#### أ- صلاحية الفقرات

عرضت فقرات المقياس بصيغته الأولى (ملحق/3) على (30) محكماً من المختصين في العلوم التربوية والنفسية لتقدير مدى صلاحية الفقرات لقياس ما وضعت لأجله وابداء الرأي في سلامة صياغة فقرات المقياس ومدى ملائمتها للعينة. تعد هذه الطريقة من الوسائل المعتمدة بهدف الكشف عن مدى تمثيل فقرات المقياس لجوانب المتغير التي يفترض ان يقيسها ( تايلور، 1988: 185). وبعد استعمال اختبار مربع كاي ظهر ان جميع الفقرات حصلت على قيمة محسوبة اعلى من القيمة الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1) باستثناء الفقرة (4) من المعيار الثاني صعوبة الاندماج مع الاخرين (0.12) وهي اقل من قيمة كاي الجدولية (3.84) وبذلك حذفت الفقرة ،

ليكون عدد فقرات المقياس (35) ، فضلاً عن اجراء بعض التعديلات اللغوية التي اقترحها المحكمين كما موضح في الجدول (4) و (5).

جدول (4)

نتائج اختبار مربع كا2 آراء المحكمين حول صلاحية فقرات مقياس اضطراب الشخصية التجنبية

المعيار	الفقرات	عدد المحكمين	الموافقون	الغير موافقون	قيمة كا2 المحسوبة	قيمة كا2 الجدولية	مستوى الدلالة
الشعور بالنقد واللوم من الاخرين	1,3,4,5,6,7	30	30	لايوجد	30	3.84	0.05
	2	30	29	1	26.132	3.84	0.05
صعوبة الاندماج مع الاخرين	1,2,3,5,6,7	30	30	لايوجد	30	3.84	0.05
	4	30	16	14	0.12	3.84	0.05
الشعور بعدم قبول الاخرين	4,5,6,7,1,2,3	30	30	لايوجد	30	3.84	0.05
صعوبة تحمل المسؤولية	1,2,3,5,6,	30	30	لايوجد	30	3.84	0.05
	4	30	29	1	26.132	3.84	0.05
ضعف الثقة بالنفس	1,2,3,4,5,6,7	30	30	لايوجد	30	3.84	0.05
الشعور بالخجل من الاخرين	1,3,4,5,6	30	30	لايوجد	30	3.84	0.05
	2	30	29	1	26.132	3.84	0.05

## جدول (5)

فقرات اضطراب الشخصية التجنبية قبل وبعد التعديل

المعيار	الفقرة	الفقرة قبل التعديل	الفقرة بعد التعديل
الشعور بالنقد واللوم من الآخرين	2	اشعر بالخجل والانسحاب من المواقف التي تتطلب التفاعل مع الآخرين	شعوري بالخجل يجعلني انسحب من المواقف الاجتماعية
	5	اشعر بالارتباك عند مواجهة الآخرين لدرجة قد أبدأ بالبكاء	أرتبك عند مواجهة الآخرين.
	6	أميل الى الأبتعاد عن الأنظار عندما اكون مع من هم اعلى مني مركزا.	أبتعد عن الأنظار عندما اكون مع من هم اعلى مني مركزا.
صعوبة الاندماج مع الآخرين	5	اخشى استدراج الآخرين لدرجة الكشف عن بعض اسراري	أتجنب كشف اسراري للآخرين.
	6	اشعر ان العلاقات التي تتضمن اجراء اتصالات مضيعة للوقت.	أرى ان العلاقات التي تتطلب تواسلاً اجتماعياً مضيعة للوقت.
صعوبة تحمل المسؤولية	2	اشعر بالخوف في اغلب الأوقات.	اخاف في اغلب الأوقات.
	4	اهرب كثيرا من المسؤوليات الأصفية.	اتهرب من المسؤوليات التي تتطلب التعاون مع الآخرين.
ضعف الثقة بالنفس	4	اشعر بالدونية وعدم الكفاءة الشخصية	ضعف كفاءتي الشخصية تشعرني بالدونية.

**ج- وضوح الفقرات والتعليمات**

لغرض التعرف على مدى وضوح الفقرات وتعليمات الأجابه، قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (60) طالب وطالبة من طلبة الجامعة بواقع (30) طالب وطالبة من التخصص الانساني و (30) طالب وطالبة من التخصص العلمي في جامعة بابل للتعرف على وضوح فقرات المقياس، وكذلك معرفة الصعوبات التي يمكن أن تواجه المستجيبين لغرض تلافيتها قبل تطبيق المقياس بصورته النهائية، والكشف عن الفقرات الغامضة وغير الواضحة فضلا عن معرفة الزمن الذي يستغرقه المستجيب في استجابته على المقياس وقد تبين ان فقرات المقياس وتعليماته كانت واضحة وأن الوقت الذي استغرقه أفراد العينة في إجابتهم على مقياس اضطراب الشخصية التجنبية بمدى يتراوح بين (9-12) دقيقة بمتوسط زمني قدره (10) دقائق.

**د- تصحيح المقياس**

ويقصد به وضع درجة لأستجابة الطالب ( المفحوص) على كل فقرة من فقرات المقياس ومن ثم جمع هذه الدرجات لأيجاد الدرجة الكلية. وقد تكون المقياس من (35) فقرة وضعت امامها ثلاثة بدائل (دائماً ، احياناً ، نادراً )، دائما تعطى ثلاث درجات، احيانا تعطى درجتان، نادرا تعطى درجة واحدة، وبهذا يكون اعلى درجة للمقياس (105) واقل درجة (35). بمتوسط فرضي قدره (70) درجة.

**هـ- التحليل الاحصائي لفقرات مقياس اضطراب الشخصية التجنبية**

تعد هذه العملية من الخطوات الاساسية والمهمة في بناء اي مقياس، والكشف عن الخصائص السايكومترية التي تساعد في اختيار الفقرات ذات الخصائص الجيدة وهذا يؤدي الى تحقيق صدق المقياس وثباته، ان هذا الأجراء ضروري للتمييز بين الأفراد في الصفة المقاسة، والتي تعني قدرة المقياس على التمييز بين الأفراد المتفوقين في الصفة التي يقيسها المقياس، والأفراد الضعاف في تلك الصفة فلا بد من إستبعاد الفقرات التي لا تميز بين المستجيبين والأبقاء على الفقرات التي تميز بينهم،

كما يعكس الأفراد الذين حصلوا على درجات عالية على المقياس خصائص السلوك المراد قياسه بدرجة أكبر من الذين حصلوا على درجات منخفضة ( Anastasi&Urbina,2010:157 ) وتعد العينتين الطرفين والأتساق الداخلي (علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس، وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمكون الذي تنتمي اليه) من الإجراءات المناسبة في عملية تحليل فقرات المقياس ولغرض تحقيق ذلك اشارت الأدبيات المتخصصة في القياس النفسي الى ان الحجم المناسب لعينة التحليل الاحصائي يجب ان يكون متناسباً مع حجم عينة التطبيق النهائي وعدد فقرات المقياس وعلى وفق تأكيد استازيا (Anastasi,1976) الذي يشير الى ان نسبة افراد عينة التحليل الاحصائي يجب ان لا تقل عن (400) من عدد افراد مجتمع الدراسة (Anastasi,1976:262). ولتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (410) طالباً وطالبة اختيرت بالطريقة العشوائية الطبقية من ( 5 ) ( كليات على وفق الاسلوب المتناسب ( Prepositional Allocation ) منها (2) كليات انسانية و(3) كليات علمية موزعين على وفق متغيري: الجنس ( ذكور ، اناث) والتخصص الدراسي(علمي ، انساني)، والجدول(6) يوضح ذلك.

## جدول(6)

عينة التحليل الاحصائي بحسب الجنس والتخصص

المجموع	اناث		ذكور		الكلية	ت
	النسبة المئوية	الاناث	النسبة المئوية	الذكور		
123	%39.3	90	%17	33	كلية التربية للعلوم الانسانية	1
62	%12.2	28	%18.8	34	كلية القانون	2
123	%21.4	49	%40.9	74	هندسة	3
53	16.2	37	8.8	16	العلوم	4

49	%11	25	13.3	24	تكنولوجيا المعلومات	5
410	%56	229	%44	181	المجموع	

### 1. اجراءات تحليل فقرات مقياس اضطراب الشخصية التجنبية

يعد أسلوب المجموعتين الطرفيتين وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس إجراءين مناسبين في عملية تحليل الفقرات لذا اعتمدتها الباحثة في تحليل الفقرة ولغرض تحليل الفقرات قامت الباحثة بأستخراج القوة التمييزية لفقرات مقياس اضطراب الشخصية التجنبية بطريقتين هما:

#### أ- طريقة العينتين الطرفيتين

يعد أسلوب المجموعتين الطرفيتين وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس إجراءين مناسبين في عملية تحليل الفقرات ولأستخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس طبق المقياس على عينة التحليل الاحصائي البالغة (410) طالباً وطالبة من طلبة مجتمع البحث من طلبة كليات جامعة بابل تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقية ذات التوزيع المتناسب وقد اختارت الباحثة العينة (410) تحسباً لحذف بعض الفقرات ولتحقيق ذلك إتبعت الباحثة الخطوات الآتية:

1. تصحيح اجابات الطلبة وتحديد الدرجة الكلية التي يحصل عليها كل طالب في مقياس اضطراب الشخصية التجنبية.

2. ترتيب الدرجات تنازلياً من أعلى درجة الى أقل درجة لكل استبانة.

3. أختيرت نسبة (27%) العليا ونسبة (27%) الدنيا من الدرجات لتمثيل المجموعتين المتطرفتين تم اختيار (27%) العليا والتي بلغ عددها (111) طالب وطالبة وال (27%) الدنيا مساوية للعليا من حيث الحجم وبذلك اصبح العدد الكلي (222) طالب وطالبة.

4. قامت الباحثة بتطبيق الأختبار التائي (t-test) لعينتين مستقلتين لأختبار دلالة الفرق بين المجموعتين العليا والدنيا على كل فقرة من فقرات المقياس وتعد الفقرة مميزة اذا كانت

القيمة التائية المحسوبة اعلى من القيمة التائية الجدولية ، وقد دلت نتائج تحليل فقرات مقياس (اضطراب الشخصية التجنبية) ان جميع القيم التائية المحسوبة دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (220) وبذلك لم تحذف اي فقرة من فقراتها، وكما موضح في الجدول (7).

## جدول ( 7 )

القوة التمييزية لفقرات مقياس اضطراب الشخصية التجنبية بطريقة العينتين الطرفيتين

الفقرات	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية	الدالة الإحصائية 0.05
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
1	.561	2.67	.601	1.50	15.002	دالة
2	.606	2.39	.553	1.47	11.805	دالة
3	.724	2.36	.612	1.43	10.314	دالة
4	.566	2.57	.792	1.86	7.606	دالة
5	.663	2.32	.479	1.30	13.236	دالة
6	.725	2.37	.527	1.33	12.214	دالة
7	.659	2.50	.613	1.44	12.338	دالة
8	.677	2.39	.423	1.20	15.708	دالة
9	.694	2.41	.536	1.36	12.669	دالة
10	.685	2.46	.869	1.84	5.919	دالة
11	.594	2.60	.703	1.72	10.043	دالة
12	.671	2.54	.755	1.71	8.641	دالة
13	.736	2.36	.542	1.28	12.459	دالة

دالة	15.583	.466	1.23	.670	2.44	14
دالة	12.620	.540	1.38	.666	2.41	15
دالة	9.447	.653	1.59	.668	2.42	16
دالة	5.521	.729	1.82	.681	2.34	17
دالة	7.918	.685	1.64	.671	2.36	18
دالة	11.716	.629	1.45	.643	2.45	19
دالة	11.772	.559	1.32	.720	2.34	20
دالة	11.939	.522	1.32	.760	2.36	21
دالة	13.451	.550	1.35	.671	2.46	22
دالة	15.262	.409	1.18	.632	2.27	23
دالة	13.716	.501	1.31	.627	2.35	24
دالة	11.065	.645	1.48	.641	2.43	25
دالة	7.854	.739	1.62	.642	2.35	26
دالة	6.072	.461	1.23	2.011	2.41	27
دالة	12.372	.485	1.27	.718	2.29	28
دالة	10.600	.559	1.39	.653	2.25	29
دالة	10.627	.544	1.40	.708	2.30	30
دالة	8.790	.645	1.51	.698	2.31	31
دالة	11.335	.525	1.32	.716	2.28	32
دالة	12.452	.561	1.33	.673	2.37	33
دالة	2.117	.813	1.89	.705	2.11	34
دالة	9.074	.610	1.34	.784	2.20	35

## ب- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس:

وقد حسب الاتساق الداخلي ل فقرات مقياس اضطراب الشخصية التجنبية عن طريق ايجاد العلاقة بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس وباستعمال معامل ارتباط بيرسون ولجميع استجابات افراد عينة التحليل الاحصائي، وتبين من خلال هذا الاجراء أن جميع فقرات مقياس اضطراب الشخصية التجنبية ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطاً دالاً احصائياً عند مستوى دلالة (0.05) إذ كانت القيمة الجدولية ( 0.098 ) عند درجة حرية (408) ليبق عدد فقرات المقياس (35) فقرة وكما موضح في الجدول (8).

جدول (8)

قيمة معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس اضطراب الشخصية التجنبية

رقم الفقرة	معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية
1	0.586	19	0.503
2	0.529	20	0.548
3	0.532	21	0.525
4	0.402	22	0.551
5	0.576	23	0.606
6	0.551	24	0.575
7	0.545	25	0.507
8	0.621	26	0.412
9	0.550	27	0.373
10	0.325	28	0.525

0.493	29	0.484	11
0.548	30	0.436	12
0.451	31	0.532	13
0.501	32	0.608	14
0.522	33	0.524	15
0.142	34	0.482	16
0.447	35	0.341	17
		0.438	18

### ج- علاقة درجة الفقرة بالمجال الذي تنتمي اليه:

إن إرتباط درجة كل مكون من المكونات الفرعية بالدرجة الكلية للمكون الذي تنتمي اليه هي قياسات مهمة تساعد في تحديد مجال السلوك المراد قياسه ( Anstasi,1982:206)، ولغرض التأكد من أن فقرات كل مكون تعبر عنه بحسب معامل ارتباط بيرسون بين درجة المتعلم على الفقرة ضمن مكونه، ودرجته الكلية على هذا المكون، بمعنى حساب الدرجة الكلية لأفراد عينة البحث على وفق مكونات المقياس ثم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات هؤلاء الأفراد على كل فقرة والدرجة الكلية للمكون الذي تنتمي اليه ، وكان معامل الارتباط دال احصائيا لجميع الفقرات عند مستوى دلالة ( 0.05) ودرجة حرية (408)، وكما موضح في الجدول(9)

جدول (9)

علاقة درجة الفقرة بالمجال الذي تنتمي اليه

الشعور بالخجل من الآخرين	ت	ضعف الثقة بالنفس	ت	صعوبة تحمل المسؤولية	ت	الشعور بعدم قبول الآخرين	ت	صعوبة الاندماج من الآخرين	ت	الشعور بالنقد واللوم من الآخرين	ت
0.626	1	0.649	1	0.593	1	0.630	1	0.655	1	0.636	1
0.598	2	0.584	2	0.615	2	0.643	2	0.661	2	0.629	2
0.571	3	0.495	3	0.672	3	0.666	3	0.569	3	0.636	3
0.676	4	0.624	4	0.651	4	0.622	4	0.625	4	0.531	4
0.327	5	0.621	5	0.619	5	0.565	5	0.635	5	0.659	5
0.626	6	0.577	6	0.657	6					0.621	6
										0.643	7

د- ارتباط درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس:

حسب ارتباط درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس كما موضح في الجدول (10)

جدول (10)

ارتباط درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس

قيمة الارتباط	المعيار	ت
0.853	الشعور بالنقد واللوم من الآخرين	1
0.758	صعوبة الاندماج مع الآخرين	2
0.797	الشعور بعدم قبول الآخرين	3
0.833	صعوبة تحمل المسؤولية	4

0.790	ضعف الثقة بالنفس	5
0.762	الشعور بالخجل من الاخرين	6

يلاحظ من الجدول (10) أن جميع معاملات الارتباط متقاربة في قيمها مما يدل على أنها تقيس متغيراً واحداً.

### الخصائص السيكومترية للمقياس (Psychometric properties of the scale)

تشير أدبيات القياس النفسي الى عدد من الخصائص (السايكومترية) التي يمكن أن تستعمل كمؤشرات لدقة المقاييس والاختبارات النفسية (ابو زيدة، 2018:73)، وتعد خاصيتي الصدق والثبات من أهم الخصائص علماً أن خاصية الصدق تعد أهم من الثبات لأن المقياس الصادق يكون بطبيعته ثابتاً في حين أن المقياس الثابت قد لا يكون صادقا (فرج، 1980 : 33). لذا قامت الباحثة بعدد من الإجراءات اللازمة للتحقق من الصدق والثبات، وهي على النحو الآتي:

#### 1. صدق المقياس (The validity of the scale).

يعد صدق المقياس شرطاً أساسياً من شروط ادوات القياس الفعالة في قياس الظاهرة موضوع القياس فهو يتعلق بالمقياس والى أي حد ينجح في قياسه ويتصل هذا بمدى وصولنا الى تنبؤ دقيق واستنتاج صحيح من الدرجة التي يحصل عليها الطالب في الاجابة عن فقرات المقياس(ابو الديار، 2012:29). أستعملت الباحثة عدة أساليب لأستخراج صدق المقياس وهي:

#### أ- الصدق الظاهري (face validity)

يدل الصدق الظاهري على المظهر العام للمقياس، اذ يعكس مدى انسجام فقرات المقياس مع الموضوع وتمثيلها للأهداف المقاسة (Ebel & Frisbie, 2009:243) وتحقق هذا النوع من الصدق بعرض الاداة على مجموعة من المحكمين المتخصصين في التربية وعلم النفس (عودة، ومكاوي، 1992: 184). وهو يمثل المظهر العام للمقياس، اي الفحص المبدئي لمحتويات المقياس من حيث نوع الفقرات وكيفية صياغتها ومدى وضوحها، فضلا عن تعليماته ودقتها ودرجة وضوحها (العجيلي واخرون , 1990 : 130)، كما ورد في فقرة صلاحية الفقرات. وعليه عرض المقياس على مجموعة من المحكمين في العلوم التربوية والنفسية (ملحق/3 ) للتحقق من مدى صلاحيته في قياس (

اضطراب الشخصية التجنبية ) ومدى ملائمته للعينة قيد الدراسة، وقد تبين أن اغلب الفقرات قد حظيت بموافقة المحكمين بنسبة مئوية تراوحت بين (80-100%).

#### ب- صدق البناء: (Construct Validity)

يوصف بأنه أكثر أنواع الصدق تمثيلاً لمفهوم الصدق، الذي يسمى أحياناً بصدق المفهوم أو صدق التكوين الفرضي . ويشير إلى مدى قياس المقياس النفسي لتكوين فرضي أو مفهوم نفسي معين (لهمن، 2003:218) . وقد تحقق هذا النوع من الصدق لمقياس اضطراب الشخصية التجنبية من خلال:

- 1- ايجاد القوة التمييزية بطريقة العينتين الطرفيتين .
- 2- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس.
- 3- علاقة درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي اليه
- 4- علاقة درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس.

#### 2- الثبات (The Scale Reliability):

يشير الثبات الى أن المقياس يعطي النتائج نفسها تقريباً إذا قاس الخاصية نفسها عند إعادة تطبيقه أكثر من مرة على نفس الأشخاص وفي الظروف نفسها (Ebel & Frisbie, 2009 : 259). ولاستخراج الثبات استعمل الباحث الطرق الآتية:

#### أ- طريقة الاختبار - إعادة الاختبار (Test - Re - test) :

إن طريقة إعادة الاختبار تعني إعادة تطبيق الاختبار نفسه بفاصل زمني بين مرتي التطبيق على نفس الأشخاص وإيجاد قيمة معامل الارتباط بين درجات التطبيقين، وبذلك يحصل الباحث على قيمة تقديرية لمعامل الاستقرار (علام، 2000: 148). وقد طبقت الباحثة المقياس على عينة عشوائية تبلغ (60) طالباً وطالبة في ضمن مجتمع البحث والجدول ( 11) يوضح ذلك. وقد اعيد تطبيق المقياس نفسه على المجموعة نفسها بعد مرور (14) يوماً من اجراء التطبيق الاول، وقامت الباحثة بحساب معامل الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني اذ بلغ (0.87) وهو معامل ثبات يمكن الاعتماد عليه، اذ أن معامل الثبات الجيد يجب أن لا يقل عن (0.70) فما فوق (عوض ، 1998:134).

#### ب- معادلة الفا كرو نباخ (Cronbach Alpha):

تُستخدم معادلة الفا- كرونباخ عندما يجيب الفرد عن فقرات مقياس ذات درجات متدرجة (علام، 2000: 165). وبالاعتماد على بيانات عينة التحليل الإحصائي حسب معامل الثبات لمقياس اضطراب الشخصية التجنبية وفقاً لمعادلة ألفا - كرونباخ والذي بلغ (0.90). مما يبين أن فقرات المقياس يتمتع بالثبات على وفق هذه الطريقة. كما موضح في جدول (11)

جدول (11)

معامل الثبات باستعمال الفا كرونباخ واعادة الاختبار

إعادة الاختبار	الفا كرونباخ
0.87	0.90

ج- الخطأ المعياري للمقياس:

بلغ الخطأ المعياري للثبات بطريقة إعادة الاختبار (4.02) عندما بلغ (0.87)، كما بلغ (4.15) بطريقة الفا كرونباخ عندما بلغ (0.90)، فكلما كانت قيمة هذا الخطأ منخفضة كلما كانت الفروق بين الدرجة الحقيقية والدرجة الظاهرية منخفضة (البياتي واثناسيوس، 1977: 211). والجدول (12) يوضح ذلك.

جدول (12)

الخطأ المعياري للمقياس

المقياس	إعادة الاختبار	الخطأ المعياري	الفا كرونباخ	الخطأ المعياري
اضطراب الشخصية التجنبية	0.87	4.02	0.90	4.15

المؤشرات الاحصائية:

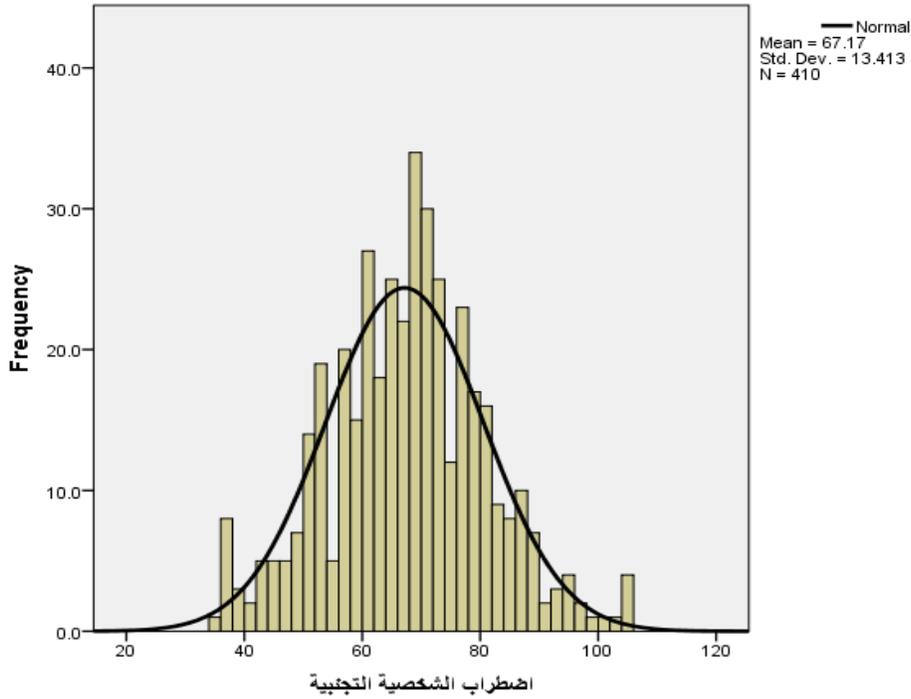
لقد توافرت لمقاييس البحث الحالي المؤشرات الاحصائية المبينة في الجدول (12) وتشير النتائج الى اقتراب التوزيع التكراري من التوزيع الاعتمالي لكل متغير من متغيرات البحث مما يؤيد توزيع الخاصية المقاسة بشكل اعتدالي في المجتمع وان العينة التي جرى اختبارها كانت مناسبة . إذ تشير القيم المعروضة الى تقارب قيم مقاييس النزعة المركزية ( الوسط الحسابي , الوسيط , المنوال ) وانخفاض قيمتي الالتواء والتفرطح الخاصة بتوزيع الدرجات وبذلك يمكن الباحثة من استعمال الوسائل

الإحصائية المعلمية. وكما موضح في شكل (2) وهو مؤشر على أن عينة البحث تتوزع اعتدالياً. جدول (13).

(13)

المؤشرات الإحصائية لمقياس اضطراب الشخصية التجنبية

المؤشر	قيمة المؤشر
الوسط الحسابي	67.17
الوسيط	68.00
المنوال	69
الانحراف المعياري	13.413
التباين	179.920
الالتواء	-.074
التفرطح	.147
اقل درجة	35
اعلى درجة	105
المدى	70
عدد الفقرات	35



شكل (2) توزيع افراد عينة البحث على مقياس اضطراب الشخصية التجنبية

### وصف مقياس اضطراب الشخصية التجنبية بصيغته النهائية:

يتكون المقياس بصيغته النهائية من ( 35 ) فقرة ووضع للمقياس (3) بدائل ( دائما، احيانا، نادرا) وتكون درجات تصحيحها (1,2,3) على التوالي لل فقرات الايجابية، و(3,2,1) لل فقرات عكس اتجاه المتغير، فان درجات المقياس تتراوح ما بين (35 - 105)، بمتوسط فرضي قدره ( 70 ) ويمثل ( ملحق / 4 ) مقياس اضطراب الشخصية التجنبية بصيغته النهائية.

### 2- مقياس نقد الذات (measure of self-criticism):

بعد الأطلاع على الدراسات والأدبيات والبحوث السابقة التي درست نقد الذات منها دراسة بلات ( Blatt,1976 ) ودراسة شاهر واخرون (Shahar et.al,2008)، ودراسة أونجين (Ongen,2011)، دراسة هوليووجيرمان (Hooley&Germain,2013)، ودراسة كوتيرا وموجان (Kotera&Maughan,2020) ودراسة واهيوني واخرون (Wahyuni et al,2022)، والدراسات التي تم ذكرها في الأطار النظري والدراسات المرتبطة بموضوع نقد الذات، لم تجد الباحثة

مقياساً مناسباً لذلك قامت الباحثة ببناء المقياس على وفق النظرية العقلية الاجتماعية للعالم جيلبرت (Gilbert,2005) واتبعت الباحثة ادبيات القياس النفسي في بناء المقياس وهي على النحو الآتي:

#### أ- تحديد مفهوم نقد الذات (The concept of self-criticism):

لكي يكون المقياس دقيقاً في قياسه لابد أن نحدد المفهوم المراد قياسه بشكل واضح ودقيق تجنباً لأي تداخل قد يحدث بين سلوك وآخر، وفي ضوء اطلاع الباحثة على الأدبيات الخاصة بمتغيرات البحث، قامت الباحثة بتحديد المفاهيم الخاصة بالبحث الحالي وفق تصورات الأطر النظرية، وهذا ما يؤكد عليه كرونباخ (Cronbach,1970) إذ يرى ضرورة تحديد المفهوم في ضوء الأطر النظري والمفاهيم البنائية التي يعتمدها ويستند إليها الباحث في عملية البناء، وبالتالي تحديد فقرات المقياس على وفق المنطلقات النظرية والدراسات السابقة (Cronbach,1970:496). وعلى النحو الآتي:

#### ب- مفهوم نقد الذات:

في ضوء النظرية العقلية الاجتماعية التي صاغها جيلبرت (Gilbert, 2005)، والذي عرفها (هو سمة شخصية مستقرة تبدأ من مرحلة المراهقة وحتى الرشد تمتاز بالضعف النفسي والاجتماعي وترتبط بالعواطف السلبية والازدراء والاشمئزاز من الذات والسلوك الدفاعي التطميني).

#### ت- تحديد اشكال مقياس نقد الذات (Determine the forms of self-criticism scale):

في ضوء المنطلقات النظرية في تفسير نقد الذات شرعت الباحثة بتحديد اشكال نقد الذات في ضوء مدخل النظرية العقلية الاجتماعية التي حددها جيلبرت (Gilbert, 2005)، في نظريته العقلية الاجتماعية والذي تالف من ثلاث اشكال هي: ضعف ملائمة الذات (double self-) (adjustment)، كره الذات (self-loathing)، وطمأنة الذات (self-assurance) (Gilbert, ) (2005:43).

### ج-صياغة فقرات مقياس نقد الذات (Drafting paragraphs of the self-criticism scale):

بعد ان تم تحديد مفهوم نقد الذات، والهدف الاساس من بناء المقياس في ضوء الاطر النظرية المتعلقة بنقد الذات والدراسات السابقة ثم صياغة فقرات المقياس بما يلائم البيئة العراقية صيغت في صورة فقرات تقريرية ووضعت امام كل فقرة خمسة بدائل للأستجابة وهي: ( تنطبق علي دائماً، تنطبق علي غالباً، تنطبق عليه احياناً، تنطبق علي نادراً، لا تنطبق علي ابدا). وتأخذ الأوزان (1.2.3.4.5). لجميع الفقرات، وبناء على ما سبق من خطوات تم صياغة (45) فقرة موزعة على ثلاث اشكال لكل شكل (15) فقرة.

### د- صلاحية فقرات مقياس نقد الذات (The validity of the paragraphs of the self-criticism scale):

عرض المقياس بصيغته الاولية على عدد من المحكمين (ملحق/5) المختصين في العلوم التربوية والنفسية والبالغ عددهم (30) محكمًا لتقدير مدى صلاحية الفقرات لقياس ما وضعت لأجله. وتعد هذه الطريقة من الوسائل المعتمدة عند صياغة الفقرات للتأكد من صلاحيتها وقد قامت الباحثة باستعمال اختبار مربع كاي لمعرفة مدى صلاحية فقرات مقياس اشكال نقد الذات وظهرت القيمة المحسوبة لجميع الفقرات اعلى من القيمة الجدولية البالغة (3.84) عند مستوى دلالة (0.05)، وقد حظيت جميع الفقرات بالموافقة كذلك طلب من المحكمين احداث بعض التعديلات اللغوية كما موضح في الجدول (14) .

#### جدول (14)

نتائج اختبار مربع كاي آراء المحكمين حول صلاحية فقرات مقياس نقد الذات

مستوى الدلالة	قيمة كا2 الجدولية	قيمة كا2 المحسوبة	الغير موافقين	الموافقون	عدد المحكمين	الفقرات	الاشكال
0.05	3.84	30	لا يوجد	30	30	1,2,4,5,8,9,10,11,15	ضعف ملائمة الذات

0.05	3.84	22.53	2	28	30	3,6,7,12,13,14	
0.05	3.84	30	لا يوجد	30	30	1,2,3,4,5,6,9,12,14,15	كره الذات
0.05	3.84	26.13	1	29	30	7,10,11	
0.05	3.84	22.53	2	28	30	8,13	
0.05	3.84	26.13	1	29	30	14	طمأنة الذات
0.05	3.84	30	لا يوجد	30	30	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,15	

### هـ - تجربة وضوح الفقرات والتعليمات ( Clarity of paragraphs and instructions):

لغرض التعرف على وضوح تعليمات الاجابة ووضوح فقرات المقياس وكذلك معرفة الصعوبات التي يمكن أن تواجه المستجيبين لغرض تلافيها قبل تطبيق المقياس بصورته النهائية ومعرفة الزمن الذي يستغرقه المستجيب في استجابته على المقياس لذا قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينه بلغت (60) طالبا وطالبة من كليات جامعة بابل تم اختيارهم بالطريقة العشوائية من غير عينة البحث، وقد تبين أن فقرات المقياس وتعليماته كانت واضحة وأن الوقت الذي استغرقه أفراد العينة في إجابتهم على مقياس نقد الذات بمدى يتراوح بين (15-17) دقيقة ومتوسط زمني مقداره (14) دقيقة.

### ي\_ تصحيح المقياس (Scale correction):

ويقصد به وضع درجة لإستجابة الطالب (المفحوص) على كل فقره من فقرات المقياس ومن ثم جمع الدرجات لإيجاد الدرجة الكلية .وقد تكون المقياس من (45) فقره وكل فقره تحتوي على خمس من البدائل (تتطبق عليّ تماماً، تتطبق عليّ غالباً، تتطبق عليّ احياناً ، تتطبق عليّ نادراً، لا تتطبق عليّ ابداً) (البديل الأول يعطى خمس درجات، البديل الثاني يعطى اربع درجات ، البديل الثالث يعطى

ثلاث درجات ,البديل الرابع يعطى درجتان، البديل الخامس يعطى درجة واحدة. لذا فان درجات المقياس تتراوح ما بين (15 -75) لضعف ملائمة الذات، (15- 75) درجة لكره الذات، (15-75) درجة لطمأنة الذات بمتوسط فرضي قدره (45) درجة لكل شكل من اشكال نقد الذات.

### و-التحليل الاحصائي لفقرات مقياس نقد الذات (Statistical analysis of the items of the self-criticism scale)

ولأجل تحليل الفقرات إحصائيا تم اختيار ( 410 ) طالباً وطالبة بالأسلوب الطبقي العشوائي ذات التوزيع المتناسب من(5) كليات (3) منها للكليات العلمية (2) للكليات الانسانية. ويعد أسلوب المجموعتين الطرفيتين وعلاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس إجراءين مناسبين في عملية تحليل الفقرات لذا اعتمدها الباحثة في تحليل الفقرة وهي كما يأتي :

### أ-القوة التمييزية بطريقة العينتين الطرفيتين(-)using the two-The discriminatory power ( sample method)

ولاستخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس طبق على عينة التحليل الإحصائي البالغة (410) طالبا وطالبة من طلبة مجتمع البحث من طلبة كليات جامعة بابل تم اختيارهم بالطريقة العشوائية الطبقيه ذات التوزيع المتناسب ومن غير عينة البحث ,وبعد تصحيح اجابات الطلبة وتحديد الدرجة الكلية التي يحصل عليها كل طالب في مقياس نقد الذات تم ترتيب الدرجات تنازليا من أعلى درجة إلى أقل درجة بعدها تم اختيار الـ (27%) لتشكّل المجموعة العليا والتي بلغ عددها (111) استبانة. و(27%) لتشكّل المجموعة الدنيا المساوية للعليا من حيث الحجم وبذلك اصبح العدد الكلي (222) استبانة. ولايجاد القوة التمييزية لفقرات استعملت الباحثة اختبار (ت) لعينتين مستقلتين. كما موضح في الجدول ( 15 ).

جدول(15)

القوة التمييزية بطريقة المجموعتين الطرفيتين لفقرات مقياس (أشكال نقد الذات)

الدالة الإحصائية	القيمة التائية المحسوبة	المجموعة الدنيا		المجموعة العليا		الفقرات	الاشكال
		الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
0.05							
دالة	16.260	1.228	2.17	.873	4.50	1	٩

دالة	19.329	.816	1.35	1.094	3.86	2	
دالة	9.111	1.406	2.26	1.094	3.80	3	
دالة	22.080	.620	1.28	1.106	3.94	4	
دالة	15.650	1.065	1.59	1.105	3.87	5	
دالة	14.643	1.133	1.91	1.009	4.02	6	
دالة	13.746	1.159	1.83	.993	3.82	7	
دالة	15.242	1.111	1.83	1.009	4.00	8	
دالة	8.402	1.396	2.92	.836	4.22	9	
دالة	15.634	1.176	2.00	.931	4.23	10	
دالة	12.536	1.343	2.28	.865	4.18	11	
دالة	15.246	1.099	1.97	.858	3.99	12	
دالة	22.143	.830	1.49	.949	4.14	13	
دالة	9.473	1.426	2.52	1.071	4.13	14	
دالة	16.008	1.043	1.86	.977	4.03	15	
دالة	13.414	1.070	1.90	1.121	3.87	1	
دالة	11.870	1.224	2.29	1.102	4.14	2	
دالة	8.972	1.455	2.59	1.021	4.11	3	
دالة	11.356	1.405	2.19	1.066	4.09	4	
دالة	10.877	1.201	2.33	1.079	4.00	5	
دالة	20.141	1.042	1.77	.942	4.46	6	
دالة	13.248	1.311	1.97	1.046	4.08	7	
دالة	14.903	1.056	2.05	1.069	4.17	8	
دالة	17.026	.932	1.47	1.224	3.95	9	
دالة	17.102	.829	1.46	1.262	3.91	10	

كرة السلة

دالة	7.182	1.431	2.91	1.021	4.11	11	طمأنة الذات
دالة	12.242	1.135	1.83	1.221	3.77	12	
دالة	9.717	1.400	2.53	.998	4.12	13	
دالة	14.349	1.101	2.07	1.040	4.14	14	
دالة	15.513	0.908	1.41	1.238	3.03	15	
دالة	13.171	1.252	2.82	.714	4.62	1	
دالة	14.279	1.129	2.92	.623	4.67	2	
دالة	9.744	1.195	3.01	1.061	4.49	3	
دالة	17.265	1.191	2.68	.501	4.80	4	
دالة	14.989	1.309	2.82	.496	4.81	5	
دالة	14.909	1.228	2.83	.591	4.76	6	
دالة	11.219	1.219	2.64	1.021	4.33	7	
دالة	10.870	1.227	3.12	.867	4.67	8	
دالة	10.179	1.215	2.85	1.047	4.40	9	
دالة	12.305	1.311	2.91	.753	4.68	10	
دالة	15.115	1.093	2.74	.738	4.63	11	
دالة	14.809	1.193	2.76	.651	4.67	12	
دالة	12.443	1.273	2.68	.840	4.48	13	
دالة	15.338	1.077	2.64	.792	4.59	14	
دالة	10.766	1.143	2.53	1.063	4.13	15	

يلاحظ من الجدول (15) ان جميع القيم دالة احصائيا لمقياس اشكال نقد الذات، اذ تراوحت قيمة (ت) المحسوبة لضعف ملائمة الذات بين (8.402-22.143)، وكره الذات بين (7.182-20.141)،

وطمأنة الذات بين (9.744 - 17.265) وهي جميعا أعلى من قيمة (ت) الجدولية البالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (220). وبذلك لم تحذف أي فقرة من فقرات المقياس.

### ب- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس :

حسب صدق الفقرات لمقياس أشكال نقد الذات عن طريق إيجاد العلاقة بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس باستعمال معامل ارتباط بيرسون ولجميع استجابات عينة التحليل الإحصائي. وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط المحسوبة (0.228\_ 0.600) وهي أعلى من القيمة الجدولية لمعامل الارتباط البالغة (0,098) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (408) وكما مبين في الجدول (16).

### جدول ( 16 )

قيمة معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية (أشكال نقد الذات)

ت	معامل ارتباط درجة الفقرة الكلية	رقم الفقرة	معامل ارتباط درجة الفقرة الكلية
1	0.303	24	0.550
2	0.503	25	0.539
3	0.522	26	0.467
4	0.600	27	0.486
5	0.519	28	0.481
6	0.473	29	0.578
7	0.503	30	0.501
8	0.554	31	0.363

0.390	32	0.481	9
0.312	33	0.506	10
0.395	34	0.505	11
0.296	35	0.512	12
0.374	36	0.585	13
0.345	37	0.458	14
0.228	38	0.585	15
0.346	39	0.557	16
0.302	40	0.537	17
0.381	41	0.435	18
0.322	42	0.468	19
0.380	43	0.549	20
0.426	44	0.581	21
0.433	45	0.504	22
		0.566	23

د- علاقة درجة الفقرة بالمجال (الشكل) الذي تنتمي اليه:

تم التحقق من هذه المؤشرات بإتباع نفس الخطوات التي اتبعتها الباحثة في مقياس اضطراب الشخصية التجنبية، أذ تبين ان جميع معاملات الارتباط دالة عند مقارنتها بالقيمة الجدولية (0.098) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (408)، وكما موضح في الجدول (17).

جدول (17)

علاقة درجة الفقرة بالمجال ( الشكل ) الذي تنتمي اليه

رقم الفقرة	ضعف ملائمة الذات	رقم الفقرة	كره الذات	رقم الفقرة	طمأنة الذات
1	0.470	1	0.611	1	0.599
2	0.655	2	0.552	2	0.570
3	0.486	3	0.471	3	0.543
4	0.696	4	0.523	4	0.682
5	0.654	5	0.553	5	0.639
6	0.626	6	0.694	6	0.641
7	0.556	7	0.582	7	0.520
8	0.601	8	0.639	8	0.566
9	0.423	9	0.628	9	0.501
10	0.597	10	0.639	10	0.588
11	0.561	11	0.413	11	0.624
12	0.610	12	0.551	12	0.588
13	0.705	13	0.532	13	0.614
14	0.484	14	0.631	14	0.594
15	0.646	15	0.613	15	0.524

هـ - ارتباط درجة المجال ( الشكل ) بالدرجة الكلية للمقياس. كما موضح في الجدول (18)

جدول (18)

ت	الشكل	قيمة الارتباط
1	ضعف ملائمة الذات	0.85
2	كره الذات	0.90
3	طمأنة الذات	0.75

### الخصائص السايكومترية للمقياس (properties of scales psychometric).

تستخدم الخصائص السايكومترية في البحوث التربوية والنفسية بوصفها مؤشرات لدقة. المقياس وكلما كان عدد الخصائص التي تشير الى دقته وقدرته في قياس ما أعد لقياسه أكثر كلما أمكن الوثوق به لقياس السمة المراد قياسها، ولهذا اتجهت جهود المهتمين بالقياس النفسي في الآونة الأخيرة الى زيادة دقة المقاييس لتحديد بعض الخصائص السايكومترية للمقياس وفقراتها التي يمكن أن تكون مؤشراً على دقتها في قياس ما وضعت لقياسه وإجراء عملية القياس بأقل ما يمكن من الأخطاء ( Frisbie 237: 2009 Eble & ) ومن أهم الخصائص القياسية للمقياس التي اكدها المختصون في القياس النفسي هي ( الصدق , الثبات) إذ يعتمد عليها دقة البيانات التي نحصل عليها من المقاييس النفسية (تايلور, 1988:95) لذلك قامت الباحثة بعدد من الاجراءات اللازمة للتحقق من الصدق والثبات وهي على النحو الآتي:

#### 1- صدق المقياس (validity)

يشير مفهوم الصدق الى ما اذا كان المقياس يقيس فعلا ما أعد لقياسه، ويعرف على انه درجة قدرة المقياس على قياس ما وضع لقياسه (ميخائيل، 2016:87). وتعد جوانب الصدق من اهم خصائص الاختبارات والمقاييس التربوية والنفسية، فصدق المقياس يتعلق بالاختبار الذي يبنى من اجله (علام، 2000:86) وقد اعتمدت الباحثة على عدة مؤشرات للصدق وكما يلي.

#### أ\_الصدق الظاهري (face validity):

يشير الصدق الظاهري أن الاختبار يقيس الخاصية المصمم لقياسها، من خلال عرضة على مجموعة من المحكمين ليقرروا ما اذا كان صالحا او غير صالح، بمعنى عند تفحص المقياس ظاهريا

نستنتج بأنه يقيس ما وضع لأجله (Urbina,2014:113). وقد تحقق هذا النوع من الصدق بعرض المقياس على مجموعة من محكمين في العلوم التربوية والنفسية والقياس النفسي (ملحق/ 5) كما تم توضيح ذلك في صلاحية فقرات المقياس.

**ب-صدق البناء (Construci Validitys):** اعتمدت الباحثة على الطرق الاتية:

من خلال استخراج المؤشرات الاتية:

- المجموعتين الطرفيتين.
- ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس
- ارتباط درجة الفقرة بدرجة المجال (الشكل) الذي تنتمي اليه
- ارتباط درجة المجال (الشكل) بالدرجة الكلية للمقياس

**ثانياً : الثبات (Reliability):**

يقصد به هو دقة الاختبار قي القياس والملاحظة وعدم تناقضه مع نفسه واطراده فيما يزودنا به من معلومات عن سلوك المستجيب، وبعد الاختبار ثابتا اذا كان يؤدي الى النتائج نفسها في حالة تكراره خاصة اذا كانت الظروف المحيطة بالاختبار والمستجيب مماثلة في كلا التطبيقين (مجيد،2014:83). تعني ان تكون النتائج التي تظهرها الأداة ثابتة بمعنى تشير الى الأشياء او النتائج نفسها لو اعيد تطبيقها على العينة نفسها في الظروف نفسها بعد مدة ملائمة فعندما لا تتغير النتائج باعادة تطبيق الاداة ولا تختلف استجابة فهذا يعني ان الاداة ثابتة(عطية،2009:111) ولحساب الثبات لمقياس نقد الذات اتبعت الباحثة طريقتين وهما: طريقة الاختبار واعادة الاختبار التي تؤشر التجانس الداخلي، وطريقة او معادلة الفاكرونباخ التي تؤشر التجانس الداخلي وكما يأتي:

**أ- طريقة اعادة الاختبار (Test - Retest):**

تقوم هذه الطريقة على تطبيق الاختبار على مجموعة من الافراد، ثم إعادة التطبيق على نفس المجموعة وتحت نفس الظروف، ويكون الفاصل الزمني بين التطبيقين في فترة لا تقل عن اسبوعين من تطبيق الاختبار (البيسوني،2013: 263) يتطلب حساب الثبات بهذه الطريقة اعادة تطبيق المقياس على عينة الثبات نفسها بفارق زمني. لذا قامت بتطبيق مقياس نقد الذات على عينة من طلبة جامعة بابل بلغ عددهم (60) طالباً وطالبة تم اختيارهم بشكل عشوائي، وبعد مضي (14) يوماً حسب معامل الثبات من خلال ايجاد العلاقة الارتباطية بين درجات الطلبة في التطبيقين، وظهر ان قيمة معامل

ارتباط بيرسون لأشكال نقد الذات ضعف ملائمة الذات (0.854)، وكره الذات (0.864)، وطمأنة الذات (0.882) عن اشكال نقد الذات وهو معامل ثبات جيد (ثورندايك، 1986:211).

### ب-طريقة ألفا كرونباخ (Coefficient Alpha):

تؤثر هذه الطريقة معامل اتساق اداء الفرد، اي التجانس بين فقرات المقياس وقد قامت الباحثة باستخراج معادلة الفا للاتساق الداخلي (Consistency Alfa Coefficient) ذلك ان معادلة الفا (Alfa) تزودنا بتقدير جيد للثبات في اغلب المواقف (عودة، 2002:254). وقد اشار (Thomdik & Hegen, 1989) الى استخراج الثبات على وفق هذه الطريقة يتوقف على الاتساق الداخلي في استجابة الفرد على كل فقرة من فقرات المقياس ويعتمد على الانحراف المعياري للمقياس كله والانحراف المعياري لكل فقرة على المقياس (عودة، 2005:312). وبموجب ذلك تم حساب ثبات مقياس نقد الذات لأفراد عينة الثبات ذاتها البالغ عددها (410) طالباً وطالبة ثم استعملت معادلة الفا كرونباخ . وقد بلغ معامل الفا كرونباخ عن اشكال نقد الذات ضعف ملائمة الذات (0,844)، وكره الذات (0,856)، وطمأنة الذات (0.863)، والجدول (19) يوضح ذلك.

### جدول (19)

الثبات باستخدام إعادة الاختبار والفاكرونباخ لمقياس اشكال نقد الذات

ت	اشكال نقد الذات	الفاكرونباخ	إعادة الاختبار
1	ضعف ملائمة الذات	0.844	0.854
2	كره الذات	0.856	0.864
3	طمأنة الذات	0.863	0.882

يتضح من الجداول (19) ان معاملات ثبات مقياس اشكال نقد الذات للمقياس بالطريقتين يمكن الركون اليه اذا ما قورن بقيم معاملات الثبات في الدراسات السابقة

### الخطأ المعياري للمقياس (The Standard Error of the Measurement):

هو الانحراف المعياري لأخطاء او الفروق بين القيم الاصلية للمتغير التابع والقيم المناظرة لها، ويعد حجم الخطأ المعياري دليلاً على درجة العلاقة بين

المتغيرات (عليان، 2001:218). ويذكر ايبيل (Ebel,1972) ان الخطأ المعياري يعد مؤشراً من مؤشرات دقة المقياس لانه يوضح مدى اقتراب درجة الفرد على المقياس من الدرجة الحقيقية (Ebel,1972:86). ولتحقيق ذلك استخرجت الباحثة الخطأ المعياري للمقياس كما موضح في الجدول (20):

جدول ( 20 )

الخطأ المعياري لمقياس اشكال نقد الذات

ت	اشكال نقد الذات	الفاكرونباخ	الخطأ المعياري	إعادة الاختبار	الخطأ المعياري
1	ضعف ملائمة الذات	0.844	5.09	0.854	4.935
2	كره الذات	0.856	4.61	0.864	4.478
3	طمأنة الذات	0.863	3.93	0.882	3.64

المؤشرات الإحصائية لمقياس نقد الذات (Statistical indicators for the measure of self-criticism):

بينت الدراسات والادبيات أن طبيعة التوزيع الأعتدالي لأستجابات افراد العينة من العوامل المهمة في عملية القياس، ويمكن التعرف على هذا التوزيع من خلال بعض المؤشرات الاحصائية التي تبين لنا طبيعة المقياس، لذا استخرجت الباحثة المؤشرات الإحصائية باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وكما مبينة في الجدول (21):

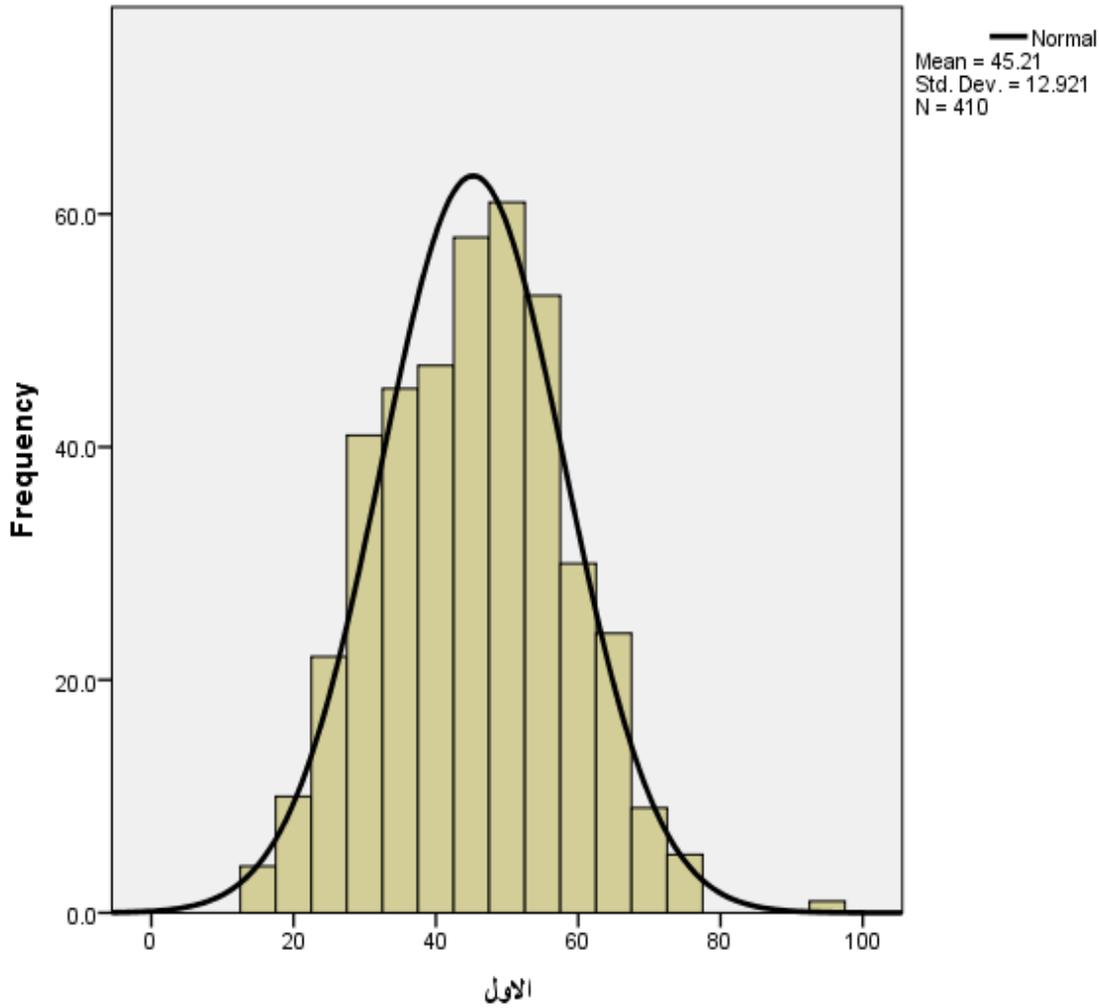
جدول(21)

المؤشرات الاحصائية لمقياس اشكال نقد الذات

المؤشر	قيمة المؤشر	ضعف ملائمة الذات	كره الذات	طمأنة الذات
الوسط الحسابي	147.75	45.21	46.54	56.28
الوسيط	150.00	45.00	48.00	57.00
المنوال	150	48	45	55

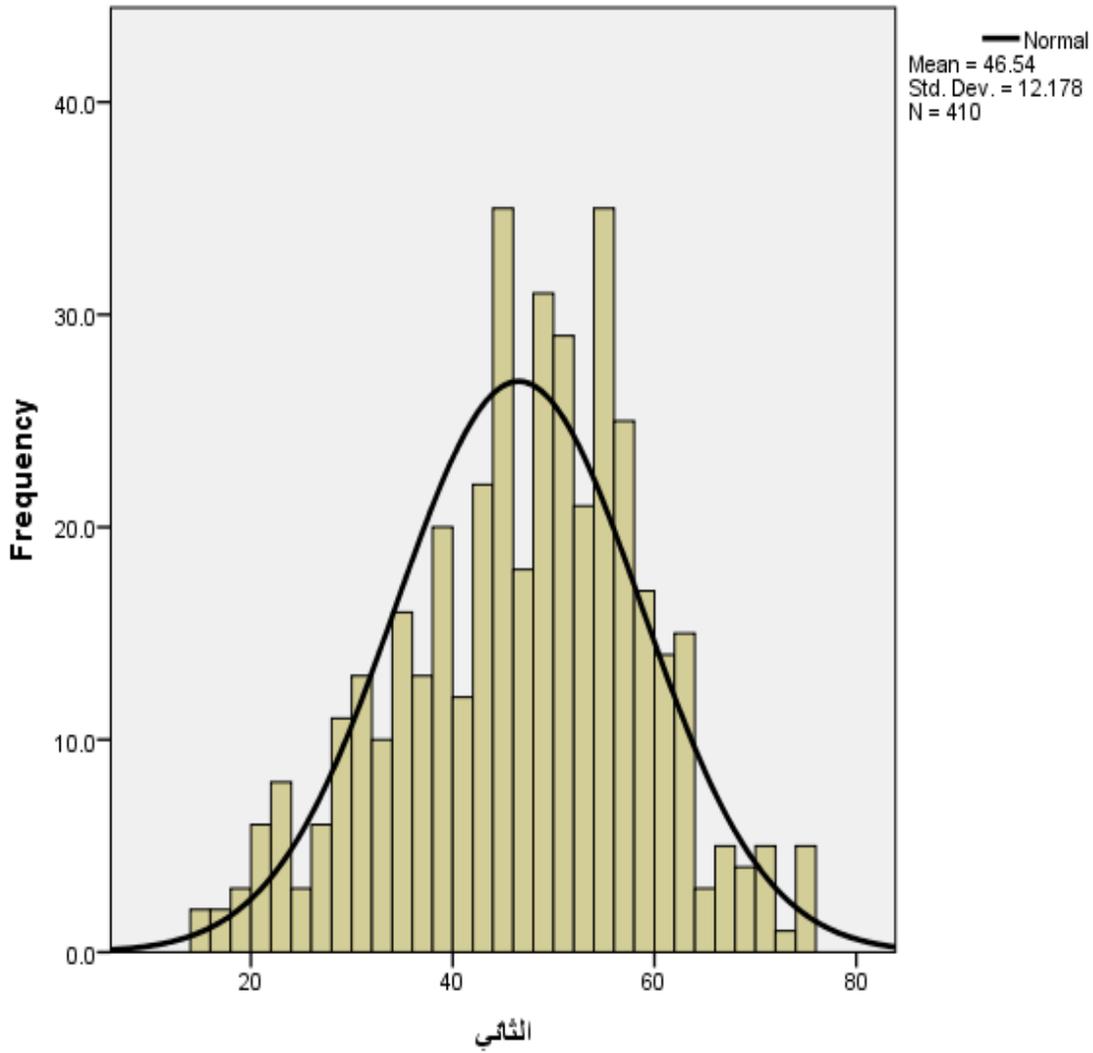
10.646	12.178	12.921	28.924	الانحراف المعياري
113.342	148.31	166.963	836.590	التباين
	2			
.398	.265	-.116	-.192	الالتواء
-.335	-.207	-.205	.844	التفرطح
27	15	15	45	اقل درجة
75	75	75	225	اعلى درجة
48	60	60	180	المدى
15	15	15	45	عدد الفقرات

نلاحظ من الجدول (21) والاشكال (5.4.3) أن المؤشرات تتبع التوزيع الطبيعي من خلال اقتراب درجات المتوسط الحسابي والوسيط والمنوال من بعضهما البعض، وانخفاض درجتي التفرطح والالتواء، مما يمكن الباحثة من استعمال الوسائل الإحصائية المعلمية.



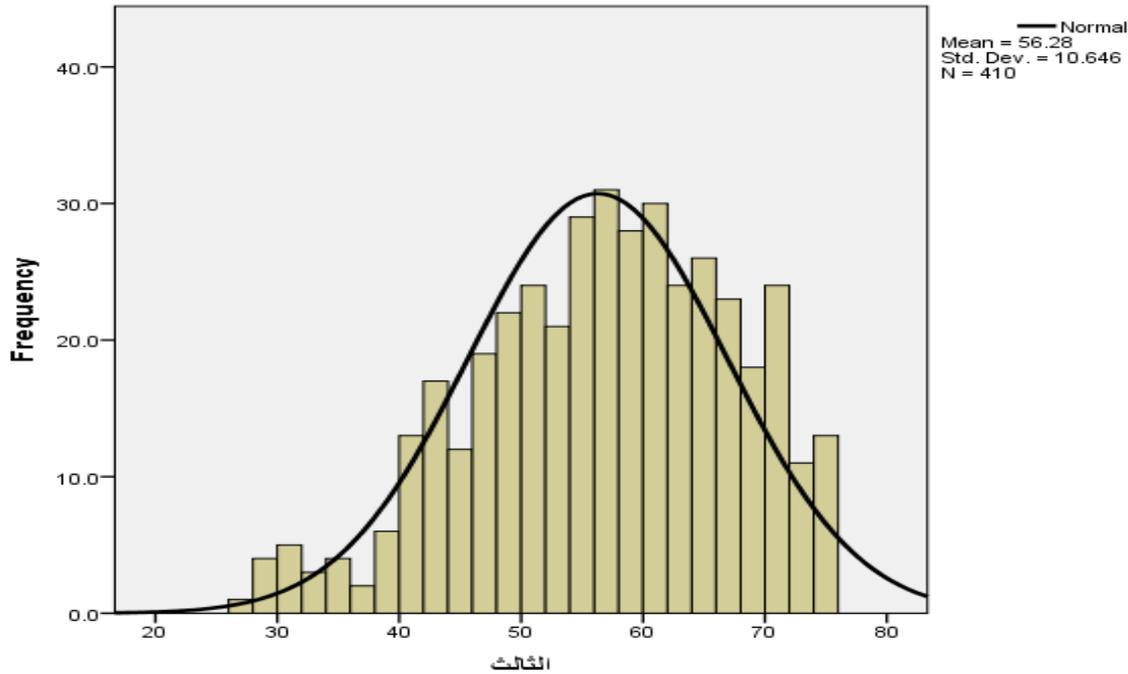
شكل ( 3 )

توزيع افراد عينة البحث على مقياس نقد الذات (ضعف ملائمة الذات) و اقترابه من التوزيع الاعتدالي



شكل (4)

توزيع أفراد عينة البحث على مقياس نقد الذات (كره الذات) و إقترابه من التوزيع الاعتمالي



شكل (5)

توزيع أفراد عينة البحث على مقياس نقد الذات (طمأنة الذات) وإقترابه من التوزيع الاعتدالي وصف مقياس نقد الذات بصيغته النهائية:

بعد الانتهاء من الخصائص السيكومترية لمقياس نقد الذات والذي يتكون من ( 45 ) فقرة موزعة على ثلاثة اشكال ويتضمن الشكل الاول ضعف ملائمة الذات (15) فقرة، والشكل الثاني كره الذات (15) فقرة والشكل الثالث ضعف ملائمة الذات (15) فقرة ووضع امام كل فقرة (5) بدائل هي: ( تتطبق علي تماماً، تتطبق علي غالباً، تتطبق علي احيانا، تتطبق علي نادراً ، لا تتطبق علي ابدأ) وتكون درجات تصحيحها (1,2,3,4,5) على التوالي، لذا فان درجات المقياس تتراوح ما بين (75-15) لضعف ملائمة الذات، (75-15) درجة لكره الذات، (75-15) درجة لطمأنة الذات بمتوسط فرضي قدره (45) درجة لكل شكل من اشكال نقد الذات كما موضح في (ملحق / 6) مقياس نقد الذات بصيغته النهائية.

### ثالثاً- ما وراء الأداء الاكاديمي(beyond academic performance):

بعد إطلاع الباحثة على الادبيات والدراسات التي درست ما وراء الاداء الاكاديمي، منها دراسة ( Solanki,2018,Lane,2016) لم تجد الباحثة مقياس يقيس ما وراء الاداء الاكاديمي سواء

عربيا او اجنبيا على حد علم الباحثة، لذا قامت الباحثة ببناء مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي يلائم طبيعة عينة البحث الحالي والبيئة العراقية.

يشير آلن ويان (Allen&yen,2001) الى وجود مجموعة من الخطوات الأساسية التي يجب ان تتوفر في عملية بناء المقاييس التربوية والنفسية وهي كالآتي:

- تحديد المفهوم ومجالاته وفق الاطار النظري.
- صياغة الفقرات لكل مجال من مجالات المقياس.
- عرض المقياس بصيغته الاولية على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص.
- تطبيق المقياس على عينة البناء
- التحليل الاحصائي للفقرات (Allen&yen,2001:182).

ولهذا تم بناء مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي وفق الآتي:

### أ- مفهوم ما وراء الاداء الاكاديمي (Concept beyond academic performance):

تم تحديد مفهوم ما وراء الاداء الأكاديمي في ضوء نظرية الدافع المستند الى الهوية التي صاغها(Oyserman,2007). التي درست ما وراء الاداء الاكاديمي فقد عرفه (هو اعتماد البنيات التحفيزية المتمثلة بالمشاركة السلوكية، والكفاءة الأكاديمية الذاتية، والأهتمام بالموضوع، وقيمة المنفعة. لتحقيق الأهداف الاكاديمية التي تتطلب بذل المزيد من الجهد للتغلب على التحديات الأكاديمية للوصول الى أفضل النتائج الدراسية).

### ب- تحديد مجالات ما وراء الاداء الاكاديمي:

في ضوء نظرية الدافع المستند الى الهوية لأويسرمان(Oyserman,2007) حددت النظرية اربع مجالات لما وراء الاداء الاكاديمي وهي على النحو الآتي:

1. المشاركة السلوكية(Behavioral Engagement): وهي السلوكيات الايجابية التي يقوم بها الطلبة أثناء تعلم الانشطة الدراسية، واتباع الشروط والقواعد داخل القاعة الدراسية، والتي تحدد مستوى مشاركتهم في الواجب الدراسي، ومدى اسهامهم في المناقشة والحوار، والاستماع باهتمام للمحاضرة

2. الاهتمام بالموضوع (Interest in topic): هو مدى اهتمام الطلبة بادائهم الاكاديمي المتمثل بقدرتهم على حل المشكلات المثيرة والمحفزة لاهتمامهم وتفكيرهم.
3. الكفاءة الاكاديمية الذاتية (Academic self-efficacy): هي استخدام الفرد قدراته وامكانياته ومهاراته لتحقيق ادائه الاكاديمي واتقان المواد الدراسية المعقدة التي يتم تدريسها في الفصل الدراسي.
4. قيمة المنفعة (Utility value): هي شعور الفرد بالفائدة من تحصيله الاكاديمي في تحقيق الاهداف التي يطمح اليها، باعتماده المهارات والمعارف في معالجة المعلومات التي تعد ذات قيمة وجانب مهم في حياة الفرد (Oyserman, 2007: 124-128).

### ج- صياغة فقرات مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي:

بعد أن تم تحديد مفهوم ما وراء الاداء الاكاديمي، ومجالاته الأربعة التي يتكون منها المفهوم وتعريف كل مكون فضلاً عن الأفادة من الادبيات والدراسات السابقة ذات العلاقة بالمفهوم منها دراسة سولانكي (Solanki, 2018) التي تهتم بما وراء اداء الطلبة الاكاديمي، صاغت الباحثة (55) فقرة في صورة فقرات تقريرية بعضها باتجاه المتغير والاخر عكس اتجاه المتغير موزعة على اربعة مكونات بواقع (14) فقرة للمشاركة السلوكية، و(14) فقرة لأهتمام بالموضوع، و(13) فقرة للكفاءة الاكاديمية الذاتية، و(14) فقرة لقيمة المنفعة، ووضعت امام كل فقرة خمسة بدائل للأستجابة وهي: ( تنطبق علي دائماً، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي احياناً، تنطبق علي نادراً، لا تنطبق علي ابداء). وتأخذ الأوزان ( 1.2.3.4.5). للفقرات الايجابية وتعكس هذه الاوزان في العبارات السلبية فتأخذ الأوزان (5.4.3.2.1). وعليه فإن ادنى درجة لمقياس ما وراء الاداء الاكاديمي واعلى درجة له تتراوح بين ( 275 - 55) بمتوسط فرضي قدره (165) والجدول ( 22 ) يوضح ذلك.

جدول (22)

مفتاح التصحيح لمقياس ما وراء الاداء الاكاديمي

الدرجات المستحقة على الأجابة					ما وراء الاداء الاكاديمي
لا تنطبق علي ابدأ	تنطبق علي نادراً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي دائماً	
1	2	3	4	5	الفقرة الايجابية
5	4	3	2	1	الفقرة العكسية
55					النهاية الصغرى للفقرات
275					النهاية العظمى للفقرات

وتم تحديد الفقرات الايجابية والعكسية لفقرات المقياس (ملحق / 7 ) والجدول ( 23 ) يوضح ذلك.

جدول (23)

الفقرات الايجابية والسلبية مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي

اتجاه الفقرة		المجالات
عكس المفهوم	مع المفهوم	
لا يوجد	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13,14	المشاركة السلوكية
3,4,9	1,2,5,6,7,8,10,11,12,13	الكفاءة الاكاديمية الذاتية
8,13	1,2,3,4,5,6,7,9,10,11,12,14	الأهتمام بالموضوع
11	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,12,13,14	قيمة المنفعة

## د- صلاحية فقرات ما وراء الاداء الاكاديمي:

تشير هذه العملية الى التعرف على تمثيل المقياس للمتغير المراد قياسه، ولأجل التحقق من ذلك عرض المقياس بصيغته الاولية على عدد من المحكمين المختصين في العلوم التربوية والنفسية والقياس والتقويم النفسي والبالغ عددهم (30) محكمًا (ملحق / 7) لتقدير مدى صلاحية الفقرات لقياس ما وضعت لأجله وهي ما وراء الاداء الأكاديمي لتعديل ما يروونه مناسباً ومدى مناسبة البدائل مما يجعل المقياس ملائماً لعينة البحث الحالي. وتعد هذه الطريقة من الوسائل المعتمدة عند صياغة الفقرات للتأكد من صلاحيتها وقد قامت الباحثة باستعمال اختبار مربع كاي كذلك طلب من المحكمين احداث بعض التعديلات اللغوية، وقد حظيت جميع فقرات المقياس بموافقة اذ كانت القيمة المحسوبة اعلى من القيمة الجدولية (3.84) عند مستوى دلالة (0.05) وبذلك لم تحذف اي فقرة من فقرات المقياس وكما موضح في الجدول ( 24 )، (25).

## جدول (24)

نتائج اختبار كاي أراء المحكمين حول صلاحية فقرات مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي

المجالات	الفقرات	عدد المحكمين	الموافقون	الغير موافقين	قيمة كا2 المحسوبة	قيمة كا2 الجدولية	مستوى الدلالة
المشاركة السلوكية	2,3,4,5,6,7,9,11,13,14	30	30	لا يوجد	30	3.84	0.05
	1,10	30	26	4	16.13	3.84	0.05
	,8,12	30	29	1	26.13	3.84	0.05
الكفاءة الأكاديمية الذاتية	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,13	30	30	لا يوجد	30	3.84	0.05
	14	30	29	1	26.13	3.84	0.05
الأهتمام بالموضوع	1,2,3,4,5,6,7,8,9,10,11,12,1	30	30	لا يوجد	30	3.84	0.05

0.05	3.84	30	لا يوجد	30	30	1,3,4,6,7,8,9,10,11,12,13	قيمة المنفعة
0.05	3.84	22.53	2	28	30	2,5,14	

جدول (25) فقرات مقياس ما وراء الأداء الأكاديمي قبل وبعد التعديل

المكون	الفقرة	الفقرة قبل التعديل	الفقرة بعد التعديل
المشاركة السلوكية	13	اندمج في سلوكيات ايجابية داخل الكلية	لدي علاقات ايجابية مع زملائي
	1	لدي ثقة كبيرة في قدراتي	لدي ثقة كبيرة في قدرتي على التحدي والمنافسة
	11	انا متأكد من انني استطيع اتقان المهارات التي يتم تدريسها في الفصل الدراسي	انا متأكد من انني استطيع تعلم المهارات الجديدة في الفصل الدراسي
الاهتمام بالموضوع	1	احاول ان اجد اكثر من طريقة لحل المسائل التي يطلبها مني المدرس	أحاول ايجاد اكثر من طريقة لحل المسائل التي يطلبها مني استاذ المادة
	2	اصغي بانتباه لكل ما يقوله التدريسي	أصغي بأهتمام لكل ما يقوله التدريسي

#### هـ- اعداد تعليمات مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي:

لأكمال الصيغة الاولية للمقياس أعد الباحث تعليمات توضح كيفية الأجابة عن مواقف المقياس وحرصت الباحثة على أن تكون هذه التعليمات واضحة ومبسطة، ولزيادة الوضوح تضمنت التعليمات مثالا يوضح كيفية الاجابة عن مواقف المقياس، وان الاستجابة لن يطلع عليها سوى الباحثة، لذا لم يطلب من المستجيب ذكر اسمه ولم تذكر الباحثة الهدف من المقياس، اذ يشير كرونباخ (Cronbach) الى ان ذكر الهدف من المقياس يؤدي الى تزييف الاجابة (Cronbach, 1970:40).

**ي- تجربة وضوح التعليمات والفقرات**

سعت الباحثة الى اجراء هذه التجربة من أجل التعرف على وضوح فقرات وتعليمات المقياس، والكشف عن الفقرات الغامضة وغير الواضحة وكذلك حساب الوقت المستغرق في الاجابة عن المقياس، اذ تم تطبيق المقياس على عينة مؤلفة من (60) طالبا وطالبة من كليات جامعة بابل، وتمت الاجابة عن فقرات مقياس البحث امام الباحثة، كي يمكن الاجابة عن استفساراتهم وتحديد العبارات غير المفهومة، وضمان الاستجابة الصادقة وتجنب المرغوبية الاجتماعية وتبين من خلال هذا التطبيق ان التعليمات كانت مفهومة وان فقرات المقياس كانت واضحة من حيث الصياغة والمعنى، وبعد توزيع الاستمارات عليهم طلب منهم قراءة التعليمات قبل البدء بالاجابة عن فقرات المقياس وان الوقت المستغرق للأجابة بمدى تراوح بين (14- 17) دقيقة تقريبا ومتوسط حسابي(15) دقيقة ولجميع فقرات المقياس.

**و- التحليل الاحصائي لفقرات مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي**

تعد هذه الخطوة من الخطوات الاساسية في بناء اي مقياس، وذلك للكشف عن الخصائص السيكومترية للفقرات التي تساعد في اختيار الفقرات ذات الخصائص الجيدة، وهذا بدوره يؤدي الى صدق المقياس وثباته، ان الهدف من هذا الاجراء هو فحص استجابات الطلبة على كل فقرة من فقرات المقياس بهدف معرفة دقتها وقدرتها على قياس ما وضعت من اجل قياسه اي التاكد من كفاءتها لان التحليل المنطقي لا يكشف بشكل دقيق عن صلاحية وصدق الفقرات، بينما يكشف التحليل الاحصائي للفقرات دقتها في ما وضعت من اجل قياسه (Ebel,1972:225). لقد اشارت الادبيات المتخصصة في القياس النفسي الى ان الحجم المناسب لعينة التحليل الاحصائي يجب ان يكون متناسبا مع حجم عينة التطبيق النهائي وعلى فقرات المقياس، ولتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة اختيرت بالطريقة الطبقيّة العشوائية ذات التوزيع المناسب ( Prepositiona I Allocation ) مؤلفة من (410) طالب وطالبة من كليات التربية في جامعة بابل موزعين على وفق متغير الجنس(ذكور- اناث)، والتخصص ( علمي- انساني) وكما موضح في الجدول (6):

## أ- القوة التمييزية بطريقة العينتين الطرفيتين

ولاستخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس، طبقت الباحثة المقياس بعد اعادة توزيع فقراته ثم تصحيح اجابات الطلبة وتحديد الدرجة الكلية التي يحصل عليها كل طالب في مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي ولأجراء التحليل الاحصائي تم ترتيب الدرجات تنازليا من أعلى درجة إلى أقل درجة بعدها تم اختيار ال (27%) لتشكّل المجموعة العليا والتي بلغ عددها (111) استبانة. و(27%) لتشكّل المجموعة الدنيا المساوية للعليا من حيث الحجم وبذلك اصبح العدد الكلي (222) استبانة. ولايجاد القوة التمييزية للفقرات استعملت الباحثة اختبار (ت) لعينتين مستقلتين. واعتبرت قيمة(ت) المحسوبة مؤشرا لتمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية، وعند مقارنة القيمة التائية لكل فقرة من فقرات المقياس تبين ان جميع الفقرات دالة ما عدا الفقرتين (22 ، 52) كانت غير دالة لان القيمة التائية المحسوبة اقل من القيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (220) وكما موضح في الجدول (26).

## جدول ( 26 )

القوة التمييزية لمقياس ما وراء الاداء الاكاديمي بطريقة العينتين الطرفيتين

الفقرات	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة	الدلالة الإحصائية 0.05
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي		
1	.847	4.14	1.175	3.37	5.569	دالة
2	1.190	3.50	1.235	2.23	7.747	دالة
3	.878	4.41	1.294	2.79	10.865	دالة
4	1.089	4.06	1.303	2.78	7.935	دالة
5	.646	4.68	1.220	3.52	8.869	دالة
6	.952	4.52	1.263	3.36	7.740	دالة

دالة	5.571	1.239	3.59	1.015	4.43	7
دالة	10.954	1.109	3.23	.694	4.59	8
دالة	7.032	1.177	3.18	.949	4.19	9
دالة	6.464	1.301	3.38	.982	4.38	10
دالة	13.253	1.194	2.71	.711	4.46	11
دالة	7.358	1.354	3.46	.946	4.61	12
دالة	9.530	1.187	2.86	.956	4.24	13
دالة	16.678	1.117	2.57	.649	4.61	14
دالة	11.525	1.252	2.76	.746	4.35	15
دالة	13.669	1.074	2.97	.583	4.56	16
دالة	12.915	1.248	2.70	.818	4.53	17
دالة	10.541	1.320	3.17	.738	4.68	18
دالة	6.588	1.326	2.44	1.302	3.60	19
دالة	7.516	1.359	3.35	.640	4.42	20
دالة	10.708	1.231	3.05	.773	4.52	21
غير دالة	1.539	1.286	2.68	1.578	2.98	22
دالة	10.619	1.217	3.25	.604	4.62	23
دالة	9.441	1.237	3.28	.671	4.54	24
دالة	3.813	1.259	3.13	5.534	4.18	25
دالة	3.238	1.234	3.44	4.858	4.98	26
دالة	5.141	1.411	2.86	1.486	3.86	27
دالة	11.088	1.220	2.63	.927	4.24	28
دالة	10.426	1.297	2.91	.861	4.45	29
دالة	9.626	1.300	3.10	.841	4.51	30

دالة	5.310	1.247	2.59	1.451	3.55	31
دالة	2.778	1.284	2.93	1.554	3.46	32
دالة	8.454	1.299	3.36	.781	4.58	33
دالة	8.942	1.249	3.05	.881	4.35	34
دالة	9.828	1.238	2.94	.892	4.36	35
دالة	8.077	1.180	3.30	.951	4.46	36
دالة	2.891	1.176	2.79	1.580	3.33	37
دالة	11.626	1.200	3.08	.714	4.62	38
دالة	12.209	1.272	3.10	.602	4.73	39
دالة	7.462	1.213	3.73	.559	4.68	40
دالة	10.449	1.140	3.16	.712	4.50	41
دالة	11.503	1.169	3.13	.666	4.59	42
دالة	12.650	1.120	3.10	.642	4.65	43
دالة	12.271	1.179	3.14	.564	4.66	44
دالة	11.443	1.205	3.20	.595	4.66	45
دالة	11.077	1.116	3.14	.736	4.54	46
دالة	14.382	1.150	3.07	.466	4.77	47
دالة	11.507	1.141	3.35	.538	4.73	48
دالة	11.480	1.145	3.32	.575	4.72	49
دالة	11.703	1.178	3.06	.669	4.57	50
دالة	10.480	1.113	2.92	.899	4.34	51
غير دالة	1.060	1.264	2.86	1.625	3.06	52
دالة	9.235	1.257	3.17	.893	4.52	53
دالة	10.412	1.193	2.76	1.046	4.32	54

دالة	11.617	1.201	2.94	.761	4.50	55
------	--------	-------	------	------	------	----

### ب- علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس :

وقد حسب صدق الفقرات لمقياس ما وراء الاداء الاكاديمي عن طريق إيجاد العلاقة بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمقياس باستعمال معامل ارتباط بيرسون ولجميع استجابات عينة التحليل جميع الفقرات دالة ماعدى الفقرتين (22 , 52) كانت غير دالة لان قيمة معامل ارتباط بيرسون المحسوبة اقل من القيمة الجدولية البالغة (0.098) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (408). الإحصائي وكما مبين في الجدول(26).

### جدول ( 27 )

ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس ما وراء الاداء الاكاديمي

معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة المكون	معامل ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية	رقم الفقرة المكون
0.503	29	0.340	1
0.500	30	0.357	2
0.121	31	0.523	3
0.179	32	0.420	4
0.405	33	0.437	5
0.433	34	0.397	6
0.496	35	0.355	7
0.454	36	0.458	8
0.130	37	0.374	9
0.521	38	0.391	10
0.552	39	0.527	11

0.394	40	0.444	12
0.488	41	0.446	13
0.548	42	0.619	14
0.555	43	0.536	15
0.555	44	0.571	16
0.551	45	0.544	17
0.508	46	0.482	18
0.575	47	0.334	19
0.527	48	0.444	20
0.498	49	0.509	21
0.522	50	0.080	22
0.513	51	0.479	23
0.095	52	0.440	24
0.480	53	0.390	25
0.482	54	0.324	26
0.501	55	0.252	27
		0.491	28

#### د- إرتباط درجة الفقرة بالمجال الذي تنتمي اليه

إن ارتباط درجة كل مكون من المكونات الفرعية بالدرجة الكلية للمكون الذي تنتمي اليه، هي قياسات اساسية لانها تساعد في تحديد مجال السلوك المراد قياسه (Anastasi, 1982:206)، ولغرض التأكد من أن فقرات كل مكون تعبر عنه بحسب معامل ارتباط بيرسون بين درجة المتعلم على الفقرة ضمن مكونه، ودرجته الكلية على هذا المكون، بمعنى حساب الدرجة الكلية لأفراد عينة البحث على وفق مكونات المقياس ثم حساب معامل ارتباط بيرسون بين درجات هؤلاء الأفراد على كل فقرة والدرجة

الكلية للمكون الذي تنتمي اليه ، وكان معامل الارتباط دال احصائياً عند مستوى دلالة ( 0.05 ) ودرجة حرية ( 408 )، وكما موضح في الجدول ( 28 ).

جدول (28)

علاقة الفقرة بالمجال الذي تنتمي اليه لمقياس ما وراء الاداء الاكاديمي والدرجة الكلية للمقياس

رقم الفقرة	المشاركة السلوكية	رقم الفقرة	الاهتمام بالموضوع	رقم الفقرة	الكفاءة الذاتية الاكاديمية	رقم الفقرة	قيمة المنفعة
1	0.429	1	0.508	1	0.548	1	0.596
2	0.468	2	0.559	2	0.521	2	0.605
3	0.594	3	0.562	3	0.424	3	0.631
4	0.537	4	0.510	4	0.314	4	0.644
5	0.504	5	0.374	5	0.485	5	0.571
6	0.473	6	0.449	6	0.483	6	0.662
7	0.446	7	0.444	7	0.523	7	0.635
8	0.530	8	0.012	8	0.473	8	0.640
9	0.459	9	0.436	9	0.237	9	0.623
10	0.511	10	0.394	10	0.513	10	0.539
11	0.590	11	0.617	11	0.537	11	0.014
12	0.516	12	0.528	12	0.427	12	0.551
13	0.533	13	0.331	13	0.508	13	0.591
14	0.680	14	0.493	14		14	0.585

من الجدول (28) يتبين جميع الفقرات دالة احصائياً بأرتباطها بالمجال بأستثناء الفقرتين (22- 52) وبذلك يكون المقياس بصيغته النهائية مؤلف من (53) فقرة.

### ج- ارتباط درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس:

تم حساب ارتباط درجة المجال بالدرجة الكلية لمقياس ما وراء الاداء الاكاديمي بأستعمال معامل ارتباط بيرسون ويظهر ان جميعها دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (408) لأنها اكبر من القيمة الجدولية لمعامل ارتباط بيرسون البالغة (0.098) كما موضح في الجدول (29).

### جدول (29)

ارتباط درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس

ت	المجال	قيمة الارتباط
1	المشاركة السلوكية	0.838
2	الاهتمام بالموضوع	0.854
3	الكفاءة الذاتية الاكاديمية	0.804
4	قيمة المنفعة	0.862

وبذلك يكون المقياس بصيغته النهائية مؤلف من (53) فقرة.

### الخصائص السيكومترية لمقياس ما وراء الاداء الاكاديمي:

تتعلق الخصائص السيكومترية الرئيسية لأي مقياس بصدقه وثباته، ويتم تحليل هذه الخصائص لتقييم مدى جودة وموثوقية المقياس، إذ يتصف المقياس الجيد بعدد من المعايير التي تحدد صلاحيته للأستخدام، وتعد هذه المعايير بمثابة الصفات الأساسية التي تحدد صلاحيته ويمثل ذلك بالصدق والثبات ان اتصاف المقياس بهذه المعايير يعني انه صالح لقياس الظاهرة المراد دراستها (النجار، 2010: 280). وقد قامت الباحثة بعدد من الاجراءات اللازمة للتحقق من الصدق والثبات، وهي على النحو الآتي.

**1- صدق المقياس:**

يعد صدق المقياس الخاصية الأكثر أهمية في القياس النفسي، إذ يعد المقياس صادقاً إذا كان يقيس ما وضع لقياسه (عمر وآخرون، 2009:190). بمعنى أن المقياس الصادق يقيس الخاصية، أو السمة التي يزعم أنه يقيسها ولا يقيس شيئاً آخر بدلاً منها أو بالإضافة إليها أو يخلط بينها وبين سمات أخرى، أو ظواهر أخرى (ملحم، 2011: 27) وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال المؤشرات الآتية:

**أ\_الصدق الظاهري (face validity)**

تحقق هذا النوع من الصدق من خلال عرض المقياس على مجموعة من المحكمين المختصين، وحصول الاتفاق على ملائمة المقياس، أو الاختبار للخاصية التي وضع من أجلها المقياس أو الاختبار (Jenesn, 1980: 29) يعد الصدق العامل الأكثر أهمية بالنسبة لمحكيات جودة الإختبارات والمقاييس. ويعرف بأنه الإختبار الذي يقيس بدقة كافية الظاهرة التي صمم لقياسها ولا يقيس شيئاً بدلاً منها أو بالإضافة إليها (عبد الرحمن، 1998: 184) وقد تحققت الباحثة من الصدق من خلال عرض مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي على مجموعة من المحكمين (ملحق/ 7) بلغ عددهم (30) محكم، وطلب منهم إبداء ملاحظاتهم وآرائهم في مدى صلاحية كل فقرة في قياس المكون التابع لها فضلاً عن مقترحاتهم في تعديل الصياغة اللغوية لل فقرات التي يرون انها بحاجة الى تعديل أو حذف

**ب- صدق البناء (Construct Validity):**

عبارة عن تحليل معنى درجات الأختبار في ضوء المفاهيم السيكولوجية ويهدف هذا النوع من الصدق الى إيجاد معاملات الارتباط مع اختبارات أخرى عن طريق حساب معامل الارتباط بين الأختبار الذي نريد الوصول الى صدق البناء فيه وبين الأختبارات التي تتشابه معه في الوظائف التي يقيسها والتي سبق التأكد من صدقها (مراد، سليمان، 2005:350). إعتمدت الباحثة على الطرق الآتية للتعرف على صدق البناء:

- المجموعتين الطرفيتين.
- ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

- ارتباط درجة الفقرة بدرجة المجال الذي تنتمي اليه
- ارتباط درجة المجال بالدرجة الكلية للمقياس.

## 2- الثبات (Reliability):

ويقصد بالثبات حصول الفرد على نفس الدرجات اذا طبق عليه نفس الأداة وتحت نفس الظروف، ويعني مقدار التباين او التقارب بين درجات الافراد اذا ما اعيد تطبيقه على نفس الافراد وتحت ظروف متشابهة(مراد، سليمان، 2005:359). وتعرف الأداة ثابتة اذا كانت تعطي نتائج متقاربة او نفس النتائج اذا طبقت اكثر من مرة في ظروف مماثلة(عبد المؤمن، 2008:266). اتبعت الباحثة طريقة اعادة الاختبار ومعادلة الفاكرونباخ ولتحقيق ذلك اتبعت الباحثة الاجراءات التالية:

### أ- طريقة إعادة الاختبار

وفقاً لهذه الطريقة يتم تطبيق المقياس على نفس المجموعة من الأفراد لمرتين متتاليتين وعادة يفصل بين التطبيقين مدة لا تقل عن اسبوعين ثم يستخدم معامل الارتباط بين درجات التطبيقين، فإذا كان معامل الارتباط مرتفعاً دل على ثبات الاداة (النعمي، 2015: 165). لذا تم تطبيق المقياس على عينة وضوح التعليمات البالغ عددها (60) طالبا وطالبة تم اختيارهم بشكل عشوائي من كليات جامعة بابل وبعد مضي اكثر من (14) يوماً حسب معامل الثبات من خلال ايجاد العلاقة الارتباطية بين درجات الطلبة في التطبيقين . وظهر أن قيمة معامل ارتباط بيرسون قد بلغت (0.91) معامل ثبات جيد يعد مؤشر على استقرار اجابات الأفراد على المقياس الحالي (الروسان، 1999:53).

### ب- معادلة الفا كرونباخ:

تم حساب ثبات المقياس على عينة التحليل الاحصائي البالغ عددها (410) طالب وطالبة، ثم استعملت الباحثة معادلة الفا كرونباخ، وقد بلغ معامل الفاكرونباخ(0.904) والجدول ( 30) يوضح الثبات باستخدام إعادة الاختبار والفاكرونباخ:

## جدول (30)

معامل الثبات باستعمال الفا كرونباخ وإعادة الاختبار

إعادة الاختبار	الفا كرونباخ
0.91	0.904

## ج- الخطأ المعياري:

بلغ الخطأ المعياري للثبات بطريقة إعادة الاختبار (8.91) عندما بلغ (0.91)، كما بلغ (9.20) بطريقة الفا كرونباخ عندما بلغ (0.904) والجدول (31) يوضح ذلك:

جدول (31) الثبات والفاكرونباخ والخطأ المعياري للمقياس

إعادة الاختبار	الخطأ المعياري	الفاكرونباخ	الخطأ المعياري
0.91	8.91	0.904	9.20

## المؤشرات الإحصائية للمقياس:

بينت الأدبيات أن طبيعة التوزيع الأعتدالي لأستجابات افراد العينة من العوامل المهمة في عملية القياس، ويمكن التعرف على هذا التوزيع بواسطة بعض المؤشرات التي تبين لنا طبيعة القياس لذا قامت الباحثة باستخراج المؤشرات الإحصائية باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية (spss) وكما مبينة في الجدول (32) والشكل (6):

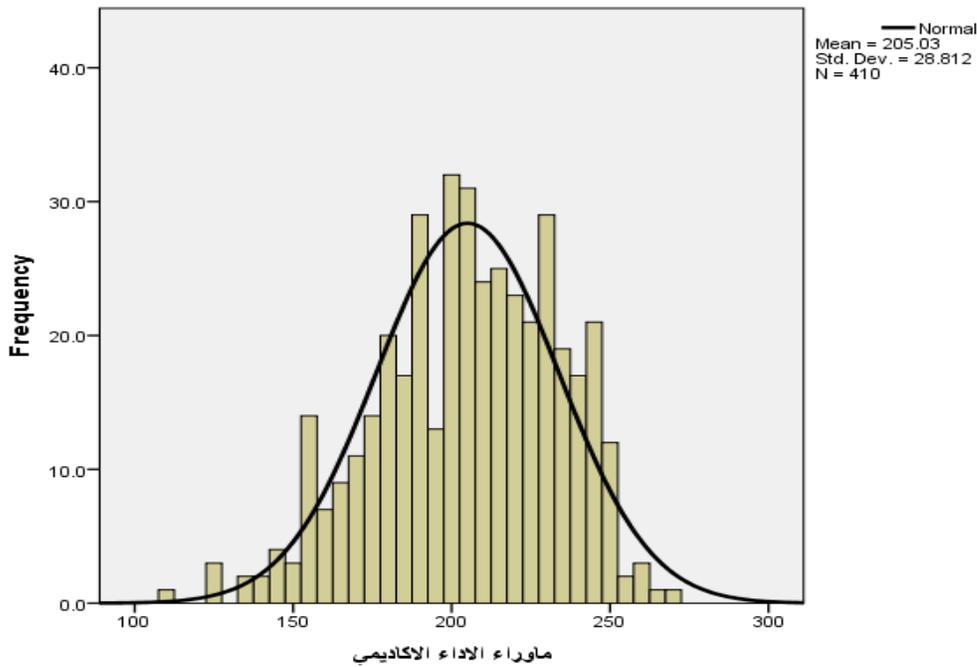
## جدول (32)

المؤشرات الإحصائية لمقياس ماوراء الأداء الاكاديمي

المؤشر	قيمة المؤشر
الوسط الحسابي	205.03
الوسيط	207.00
المنوال	207
الانحراف المعياري	28.812
التباين	830.107

-0.397	الالتواء
-0.200	التفرطح
110	اقل درجة
268	اعلى درجة
158	المدى
53	عدد الفقرات

نلاحظ من الجدول (32) ان المؤشرات تتبع التوزيع الطبيعي من خلال اقتراب درجات الوسط الحسابي والوسيط والمنوال من بعضها البعض وانخفاض درجتي التفرطح والالتواء. مما يمكننا استخدام الاحصاء البارامترية.



شكل (6) التوزيع التكراري لدرجات افراد عينة البناء على فقرات مقياس ماوراء الاداء الاكاديمي

❖ وصف مقياس ما وراء الأداء الاكاديمي بصيغته النهائية:

بعد الانتهاء من إجراء التحليل الأحصائي لمقياس ما وراء الأداء الاكاديمي والذي يتكون من (53) فقرة موزعة على اربعة مكونات هي المشاركة السلوكية، الكفاءة الاكاديمية الذاتية، الاهتمام بالموضوع، وقيمة المنفعة، وقد وضع امام كل فقرة خمسة بدائل هي: (تطبق علي دائماً، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي احياناً، تنطبق علي نادراً، لا تنطبق علي ابدأ) يقابلها سلم درجات يتراوح (1,2,3,4,5) وبذلك تكون اعلى درجة محتملة للمقياس (265) درجة، واول درجة محتملة للمقياس(53) درجة، بمتوسط فرضي قدره(159) لمقياس ما وراء الاداء الاكاديمي ( ملحق/8 ).

#### ❖ التطبيق النهائي لادوات البحث:

بعد إن تحققت الباحثة من الخصائص السيكومترية لمقاييس البحث اضطراب الشخصية التجنبية، نقد الذات، ما وراء الاداء الاكاديمي، وبهدف تحقيق اهداف البحث طبقت الباحثة المقاييس معا على عينة البحث الاساسية التي تكونت من(377) طالب وطالبة من طلبة جامعة بابل الدراسة الصباحية للكليات العلمية والانسانية للعام الدراسي(2021-2022) للمدة من ( 2022/4/19 الى 2022/5/1)\*

#### ❖ الوسائل الاحصائية:

لمعالجة البيانات التي تم جمعها لغرض تحقيق اهداف البحث الحالي إستعانت الباحثة بالحزمة الاحصائية (SPSS) وهي كالتالي:

1- اختبار التائي لعينتين مستقلتين (Independe Sample T Test) لاستخراج:

القوة التمييزية ( بأسلوب المجموعتين الطرفيتين ) لفقرات المقاييس الثلاثة.

2- معامل ارتباط بيرسون (Person Correlation Coefficient) لاستخراج ما يأتي:

- الاتساق الداخلي ( بأسلوب علاقة درجة كل فقرة بالمجموع الكلي ) لفقرات مقياس اضطراب الشخصية التجنبية، نقد الذات، ما وراء الاداء الاكاديمي وعلاقة درجة الفقرة بدرجة المجال والدرجة الكلية للمقياس.
- لغرض استخراج قيمة معامل الثبات ( بطريقة اعادة الاختبار ) للمقاييس الثلاثة . اضطراب الشخصية التجنبية، نقد الذات، ما وراء الاداء الاكاديمي.

- ايجاد العلاقة الارتباطية بين متغيرات البحث.
- 3- الاختبار التائي (t-test) لعينة واحدة : نقد الذات، وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة.
- 4- معادلة الفا كرونباخ للاتساق الداخلي ( Alfa Coefficient for Internal ) لاستخراج الثبات وقد استعملت لاستخراج قيمة الثبات للمقاييس الثلاثة (اضطراب الشخصية التجنبية، نقد الذات، ما وراء الاداء الاكاديمي
- 5- الاختبار الزائي لمعرفة الفروق في العلاقة الارتباطية.
- 6- معامل الارتباط المتعدد لاستخراج العلاقة بين المتغيرات الثلاثة اضطراب الشخصية التجنبية، نقد الذات، ما وراء الاداء الاكاديمي
- 1. اختبار تحليل الانحدار المتعدد ( Simple Linear Regression ) للتعرف عن مدى اسهام المتغيرات المستقلة (اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات) في المتغير التابع ( ما وراء الاداء الاكاديمي).

## الفصل الرابع

### عرض النتائج وتفسيرها

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي تم التوصل إليها على وفق أهداف البحث وتفسيرها على نحو يتسق مع الإطار النظري والدراسات السابقة وهي على النحو الآتي:

#### الهدف الاول: التعرف على نسبة انتشار اضطراب الشخصية التجنبية لدى طلبة الجامعة

لأجل تحقيق هذا الهدف تم تطبيق مقياس اضطراب الشخصية التجنبية على عينة البحث الأساسية البالغة (377) طالباً وطالبة. وبعد تفرغ البيانات والاستعانة ببرنامج الرزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وبعد تحليل درجات أفراد العينة, اذ تم التعرف على اضطراب الشخصية التجنبية لدى طلبة الجامعة من خلال تحديد نقطة القطع لغرض التمييز بين المصابين باضطراب الشخصية التجنبية من غير المصابين وبعد مراجعة الادبيات والدراسات السابقة . خاصة الشبيهة بالدراسة الحالية . وهي (السليفاني , 1990) التي درست قياس وانتشار الكأبة و (العبيدي , 1991) التي درست قياس وانتشار اضطراب الفوبيا و(السامرائي , 1993) التي درست تشخيص وانتشار اضطرابات الوسواس القهرية لدى طلبة الجامعة و (الجبوري , 1994) التي درست تشخيص وانتشار ردود الفعل التحولية (الهستيريا) لدى طلبة الجامعة .

وقد اعتمدت هذه الدراسات في تحديد نقطة القطع على (الوسط الحسابي + انحرافين معياريين) . ويعد المحك الاحصائي ان الفرد غير السوي أو غير العادي هو الذي يبتعد عن الوسط الحسابي بمقدار انحراف معياري واحد او اثنين سواء كان سلبياً او ايجابياً في خاصية او مظهر ( الجبوري , 2016:53) . لذا قامت الباحثة بتحديد نقطة القطع باستخراج الوسط الحسابي البالغ (66.36) وانحرافيين المعياريين الذي يساوي (12.52), (12.52) وبذلك فان مجموع الوسط الحسابي زائداً الانحرافيين المعياريين يساوي (91.4) وبالتالي يتم تشخيص الطلبة الذين يعانون من اضطراب الشخصية التجنبية من خلال حصوله على درجة (91.4) فما فوق على مقياس اضطراب الشخصية التجنبية المستعمل في الدراسة الحالية. كان عدد الطلبة المشخصين من الذكور والاناث للتخصصات العلمية والانسانية (33) طالباً وطالبة من طلبة جامعة بابل وبنسبة (9%) من عينة البحث البالغة (377) طالباً وطالبة . هذا إن دل على شيء إنما يدل على أن الانسان المعاصر, وخاصة طلبة

الجامعة هم اكثر تأثراً بما يحيط بهم بالضغوط النفسية والاجتماعية. اذ أن تطور المجتمع في كافة مجالاته الطبية أو المهنية أو التكنولوجية وخاصة وسائل الاتصال الحديثة الان فقد قدمت العديد من الخدمات وقللت المسافات لكن مع هذه الايجابيات أو الانجازات رافق ذلك او قد يكون نتج عن ذلك العديد من السلبيات او ما يسمى بأدبيات علم النفس الضغوط النفسية. وكان العلامة الفارقة لكل هذا التطور هو ما انتجته من ضغوط نفسية كبيرة بل تتزايد كل يوماً كماً ونوعاً ... مما ترتب عليه ظهور او بروز عدد من المشاكل منها اضطراب الشخصية التجنبية , الادمان على المخدرات , والانتحار، اذ نجد تزايد عدد المنتحرين في العالم . فتشير الدراسات الحديثة ومنظمة الصحة العالمية بوجود اكثر من مليون شخص في العالم ينتحرون سنوياً ( الجبوري , 2018:352). وبسبب هذه الضغوط النفسية التي يعيشها الفرد حيث نجد أن الأفراد الذين يعانون اضطراب الشخصية التجنبية ليس لديهم الرغبة في الدخول في علاقات مع الآخرين ولديهم اعتقادات أنهم غير محبوبين ومنبوذين اجتماعياً أو أنهم أقل من الآخرين ، كل ذلك ناتج عن الحساسية المفرطة لديهم وانشغالهم بفكرة النبذ والرفض، مما يعوق إقدامهم على التواصل الاجتماعي والتفاعل مع الآخرين . وهذا يرجع إلى الإحساس بالدونية وعدم الكفاءة الشخصية وانخفاض تقدير الذات لديهم وهذا أشارت اليه هورنى (1959) ، وماك كينون وآخرين (1971) . حينما أوضحوا أن هذه الفئة من الأفراد تستخدم الكف والتجنب كموقف دفاعي في التفاعلات الحياتية وأن لديهم توتر زائد مرتبط بوجود الآخرين ومن ثم تصبح العزلة وسيلة هامة لتجنب هذا التوتر، وبالتالي تتولد لديهم حاجة داخلية لوضع مسافات بينهم وبين الآخرين ، وهذا أيضاً أكده ميللون وديفز في وصفة الصورة الإكلينيكية في الجزئية التي تصف العلاقات بين شخصية هؤلاء الأفراد حيث أشار إلى إنهم يودون الإقبال على الآخرين ولكنهم يحتفظون بمسافة معينة بينهم وبين الآخرين وذلك لخوفهم من الرفض والإيذاء وهذه تتفق مع دراسة (عبدالله واخرون، 2021) التي اشارت الى ارتفاع نسبة اضطراب الشخصية التجنبية لدى طلبة الجامعة. وتتفق هذه الدراسة مع دراسة ناصر(2002) التي اشارت الى ارتفاع نسبة اضطراب الشخصية التجنبية وقد يرجع سبب الاختلاف الى اختلاف المعايير المعتمدة في الدراسة حيث استخدمت دراسة ناصر معايير الدليل التصنيفي الثالث لاضطرابات الشخصية.

الهدف الثاني: التعرف الى نقد الذات لدى طلبة الجامعة:

بما أن الباحثة تبنت نظرية جيلبرت التي تعاملت مع نقد الذات على أنه ثلاثة اشكال ولأجل تحقيق هذا الهدف تم تطبيق مقياس اشكال نقد الذات على عينة البحث الاساسية البالغة (377) طالباً وطالبة. وبعد الاستعانة ببرنامج الحزمة الاحصائية للعلوم الاجتماعية (SPSS) وبعد تحليل درجات أفراد العينة لكل شكل من اشكال نقد الذات والجدول (32) يوضح ذلك.

أن المتوسط الحسابي لضعف ملائمة الذات يساوي (45.56) بانحراف معياري بلغ (12.618)، وكره الذات يساوي (47.03) بانحراف معياري بلغ (11.950)، وطمانة الذات تساوي (55.94)، بانحراف معياري بلغ (11.177) بينما كان الوسط الفرضي للأشكال يساوي (45)، ولمعرفة الفروق ذات الدلالة الاحصائية بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي إستعملت الباحثة الاختبار التائي(ت) لعينة واحدة والجدول(32) يوضح ذلك.

جدول ( 32 )

نتائج الأختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة اشكال نقد الذات لدى طلبة الجامعة

اشكال الذات	نقد	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	درجة الحرية	الدلالة الاحصائية
ضعف ملائمة الذات	377	45.56	12.618	45	.861	1.96	376	غير دالة	
كره الذات	377	47.03	11.950	45	3.293	1.96	376	دالة	
طمأنة الذات	377	55.94	11.177	45	18.998	1.96	376	دالة	

وقد اشارت المعالجة الاحصائية لأشكال نقد الذات في الجدول ( 32 ) كما يأتي:

1. نقد الذات الشكل الأول (ضعف ملائمة الذات) غير دالة احصائياً لان القيمة التائية المحسوبة المحسوبة بلغت (0.861) وهي أقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (376). ويمكن تفسير هذه النتيجة وفقاً لنظرية العقلية الاجتماعية المتبناة أن الفرد يحاول تحقيق صورة حقيقية مرغوبة بين الآخرين مما يتبين ان رغبة طلبة الجامعة على تحقيق صورة ايجابية قادرة على التطور والسعي لتحقيق الاهداف وزيادة المعرفة وتطوير المهارات وتحسين القدرات الشخصية (Gilbert et al,2004:42).
2. نقد الذات الشكل الثاني (كره الذات) دال احصائياً لان القيمة التائية المحسوبة بلغت (3.293) وهي أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (376). وهذا يفسر ان طلبة الجامعة لديهم كره الذات، ويمكن تفسير النتيجة الحالية في ضوء النظرية المتبناة العقلية الاجتماعية التي اشارت الى ان كره الذات حالة شعورية وعقلية سلبية تتضمن تشكيكاً وعدم الرضا بالذات، وعدم الثقة في القيمة الشخصية والقدرات الذاتية وهذا يعكس عدم القبول وتقدير الذات للفرد، مما يعني ان الطالب يعرف بوجود سلوكيات تخص ذاته غير راضٍ عنها.
3. نقد الذات شكل (طمأنة الذات) دال احصائياً لان القيمة التائية المحسوبة بلغت (18.998) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96). عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (376). وهذا يفسر ان طلبة الجامعة لديهم طمأنة الذات يمكن تفسير ذلك وفقاً لنظرية العقلية الاجتماعية اذ يرى جيلبرت أن الأشخاص الذين يتمتعون بطمأنة ذاتية عالية يكونون عادةً أكثر قدرة على التعامل مع الضغوط والتحديات، ويظهرون مستوى أعلى من الرضا الذاتي والسعادة ويملكون ثقة في قدراتهم ومهاراتهم، ويشعرون بالقوة الداخلية المتمثلة بالتحفيز والتشجيع وتقديم الدعم والمساندة للذات والاستقلالية.، وفقاً لجيلبرت أن القدرة على تحقيق الأهداف والنجاح في الجوانب المهمة من الحياة مثل العمل والعلاقات الاجتماعية والصحة، تلعب دوراً هاماً في طمأنة الذات. كما يرى أن الدعم الاجتماعي والانتماء لمجموعة اجتماعية يمكن أن يساهم في زيادة طمأنة الذات (Gilbert,2005:113).

## الهدف الثالث: التعرف على ما وراء الأداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة:

لغرض التعرف الى ما وراء الاداء الاكاديمي، تم تطبيق المقياس على العينة البالغة (377) طالب وطالبة وبعد تصحيح المقياس وعمل التحليل الإحصائي تبين أن المتوسط الحسابي للدرجات (199.68) وانحراف معياري بلغ (29.462) وبلغ المتوسط الفرضي (159)، وللتعرف على الفرق الدالة بين المتوسط الحسابي المتحقق والمتوسط الحسابي الفرضي، استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة. والجدول (33) يوضح ذلك.

## جدول ( 33 )

## نتائج الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة ما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة

المتغير	العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	درجة الحرية	الدالة الاحصائية
ما وراء الأداء الاكاديمي	377	199.68	29.462	159	26.811	1.96	376	0.05

يلاحظ من الجدول (33) أن القيمة التائية المحسوبة البالغة (26.811) أكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96). وبذلك تكون دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (376). وهذا يفسر ان طلبة الجامعة لديهم ما وراء الاداء الاكاديمي، ويمكن تفسير هذه النتيجة حسب نظرية التحفيز المستند الى الهوية المتبناة ان المناخ الجامعي والتحديات الاجتماعية تساعد على تنمية شخصية الطلبة مما تساهم في تشجيع الطلبة على تركيز امكانياتهم وقدرتهم على التعلم والتفوق في دراستهم. بالاضافة الى وجود عوامل تؤثر على أداء الطلاب الأكاديمي، مثل ضغوط الوقت، وتوازن الحياة الشخصية والدراسية، والتحفيز والتشجيع من الأشخاص المحيطين بهم، والدعم الاجتماعي المتاح عوامل تؤثر وتساعد على زيادة ما وراء الاداء الاكاديمي وهذا ما اشارت اليه دراسة موريرا وبومبو (Moreira& Pombo,2020) أن المؤسسات التعليمية تساعد الطلاب على استكشاف

التحديات والمشاكل الشخصية والعوامل الخارجية التي قد تؤثر على أدائهم الأكاديمي وتوجيههم نحو الدعم والاستراتيجيات المناسبة للتعامل معها. (Moreira & Pombo, 2020:14).

### الهدف الرابع: العلاقة الارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية وما وراء الاداء الاكاديمي

لمعرفة العلاقة الارتباطية استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون وكان يساوي (0.171) ولمعرفة دلالة العلاقة استعملت الباحثة الاختبار التائي لمعامل ارتباط بيرسون وكانت القيمة التائية المحسوبة تساوي (0.97) وهي اصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة (2.042) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (31) كما في الجدول (34).

#### جدول ( 34 )

العلاقة الارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية وما وراء الأداء الاكاديمي

المتغيرات	العينة	قيمة معامل الارتباط	القيمة التائية لمعامل الارتباط	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
الشخصية التجنبية ما وراء الأداء الاكاديمي	33	0.171	0.97	2.042	0.05 غير دالة

يظهر من الجدول (34) وجود علاقة ارتباطية طردية ضعيفة بين اضطراب الشخصية التجنبية وما وراء الاداء الاكاديمي, لان القيمة التائية المحسوبة اقل من القيمة التائية الجدولية ويرجع سبب ضعف العلاقة الى توفير البيئة الاجتماعية والاكاديمية الجيدة للطلبة تساهم في توفير مناخ اجتماعي يساعد في تحسين مستوى اداء الطلبة اذ قد تؤثر البيئة الاجتماعية والتربوية على تطور الشخصية والسلوك لكن إذا كانت هناك عوامل إيجابية في البيئة مثل الدعم الاجتماعي، والتوجيه العاطفي، والفرص المناسبة للتفاعل الاجتماعي وتطوير المهارات الاجتماعية، مما يعني ان اضطراب الشخصية التجنبية عامل غير مؤثر فيما وراء الأداء الاكاديمي.

الهدف الخامس: الفروق في العلاقة الارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة على وفق:

أ- الجنس (ذكور ، اناث):

للتعرف على الفروق في العلاقة الارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية وما وراء الاداء الاكاديمي وفقاً للجنس (ذكور ، اناث) إستعمل معامل ارتباط بيرسون, وبعدها تم تحويل القيم الى درجات معيارية زائنية وطُبق اختبار (Z) لايجاد قيمة الفرق في الارتباط والتي بلغت (1.033) وهي اقل من القيمة الزائنية الحرجة البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) وبذلك تكون غير دالة إحصائياً كما موضح في جدول (35) .

جدول (35)

الفروق في العلاقة الارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة على وفق الجنس:

المتغيرات	قيمة معامل الارتباط	الدرجة الزائنية	عدد العينة	قيمة الفرق في الارتباط
الجنس	ذكور	0.483	11	1.033
		الشخصية التجنبية ما وراء الاداء الاكاديمي		
	اناث	--0.095	22	
		الشخصية التجنبية ما وراء الاداء الاكاديمي		

يظهر من الجدول (36) لا توجد فروق ذات دلالة احصائية للعلاقة الارتباطية بين الشخصية التجنبية وما وراء الاداء الاكاديمي وفقاً للجنس. وان عدم وجود فروق في العلاقة الارتباطية بين الشخصية التجنبية وما وراء الأداء الأكاديمي بناءً على الجنس، قد يكون هناك عدة أسباب منها التشابه النفسي: قد يكون لدى الرجال والنساء تشابهات في الطبيعة النفسية وطرق التعامل مع الضغوط والتحديات، أي تماثل الظروف الاجتماعية والتعليمية لدى الذكور والاناث ساهمت في عدم وجود الفروق وقد يكون لديهم أيضاً مستويات مشابهة من الشخصية التجنبية ونفس العوامل المؤثرة على الأداء الأكاديمي التي تساهم في التطور الثقافي الذي يعمل على تقليل الفروق بين الجنسين، قد يكون هناك تغيرات في القيم والتوقعات المجتمعية التي تؤثر على تطور الشخصية والتواصل الاجتماعي للرجال والنساء، التطور الثقافي: قد يكون هناك تطور في المجتمعات يعمل على تقليل الفروق بين الجنسين في العلاقة بين الشخصية التجنبية والأداء الأكاديمي. قد يكون هناك تشابه في التعليم والتوجيه النفسي والدعم الاجتماعي التي تؤثر على تطور الشخصية والتواصل الاجتماعي لكلا الجنسين. من المهم أن نفهم أن الجنس هو عامل واحد من بين عدة عوامل تؤثر على العلاقة بين الشخصية التجنبية والأداء الأكاديمي. قد تكون هناك عوامل أخرى مثل العمر والتعليم والثقافة والتجربة الشخصية التي تلعب دوراً في هذه العلاقة، وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع نتيجة دراسة (ناصر، 2002) التي اظهرت عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية وفق متغير الجنس.

ب- الفروق في العلاقة الارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة على وفق التخصص ( علمي ، انساني):

للتعرف على الفروق في العلاقة الارتباطية بين الشخصية التجنبية وما وراء الاداء الاكاديمي وفقاً للتخصص (علمي ، انساني) إستعمل معامل ارتباط بيرسون، وبعدها تم تحويل القيم الى درجات معيارية زائفة وطبق اختبار ( Z ) لايجاد قيمة الفرق في الارتباط والتي بلغت (0.927) وهي أقل من القيمة الزائفة الحرجة البالغة (1.96) وبذلك تكون غير دال إحصائياً كما موضح في جدول (37)

## جدول (36)

الفروق في العلاقة الارتباطية بين الشخصية التجنبية وما وراء الاداء الاكاديمي على وفق التخصص

قيمة الفرق في الارتباط	عدد العينة	الدرجة الزائفة	قيمة معامل الارتباط	المتغيرات		
0.927	13	0.485	0.450	الشخصية التجنبية	علمي	التخصص
				وما وراء الاداء الاكاديمي		
-0.113	20	0.116	-0.113	الشخصية التجنبية	انساني	
				وما وراء الاداء الاكاديمي		

يلاحظ من الجدول (37) لا توجد فروق ذات دلالة احصائية العلاقة بين اضطراب الشخصية التجنبية وما وراء الاداء الاكاديمي على وفق التخصص (علمي- انساني)، لان القيمة الزائفة المحسوبة البالغة (0.927) اقل من القيمة الحرجة البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ان التخصص لا يؤثر في هذه العلاقة بين المتغيرين وذلك لتمائل البيئة الاكاديمية للتخصصين فضلا عن تماثل مستوى النضج الفكري والاجتماعي لذوي التخصص وكذلك تماثل البيئة الاجتماعية ساهم في عدم وجود فروق في العلاقة تبعا للتخصص.

الهدف السادس: العلاقة الارتباطية بين أشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي:

لمعرفة العلاقة الارتباطية استعملت الباحثة معامل ارتباط بيرسون بين كل شكل من اشكال مقياس نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي اذ بلغ معامل الارتباط لضعف ملائمة الذات وما وراء الاداء الاكاديمي (-0.040) وكره الذات وما وراء الاداء الاكاديمي بلغ (0.024) وطمأنة الذات وما وراء الاداء الاكاديمي بلغ (0.238) ولمعرفة دلالة العلاقة استعملت الباحثة الاختبار التائي لمعامل ارتباط بيرسون كما في الجدول (35).

جدول(35)

العلاقة الارتباطية بين اشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي

اشكال نقد الذات	قيمة معامل الارتباط	القيمة التائية لمعامل الارتباط	القيمة الجدولية للارتباط	مستوى الدلالة
اشكال نقد الذات	377	0.78	1.96	غير دالة
ما وراء الأداء الاكاديمي				
كره الذات	377	0.46	1.96	غير دالة
ما وراء الاداء الاكاديمي				
طمأنة الذات	377	4.76	1.96	دالة
ما وراء الاداء الاكاديمي				

من خلال ملاحظة نتائج الجدول ( 35 ):

- وجود علاقة ارتباطية عكسية ضعيفة وغير دالة احصائيا بين ضعف ملائمة الذات وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة لان القيمة التائية المحسوبة البالغة (0.78) أقل من القيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (375) .

2. وجود علاقة ارتباطية عكسية ضعيفة وغير دالة احصائياً بين كره الذات وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة, لان قيمة التائية المحسوبة البالغة (0.46) أقل من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (375).

3. وجود علاقة ارتباطية طردية دالة احصائياً بين طمأنة الذات وما وراء الاداء الاكاديمي لان القيمة التائية المحسوبة البالغة (4.76) اعلى من القيمة التائية الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (375). وهذا يدل على ان طمأنة الذات فأنه يقود الى نجاحات وانجازات مرغوبة وبالعكس عندما يكون الانسان كارهاً لذاته فانه يخفق في تحقيق النجاح والانجاز لان كره الذات يبعد الانسان عن المشاركة والتعاون مع الاخرين، وبالتالي ينخفض مستوى طمأنة الذات، لكن يمكن القول إن الأداء وطمأنة الذات يرتبطان ببعضهما البعض، فالأداء الجيد وتحقيق الأهداف يعزز طمأنة الذات، بينما الأداء الضعيف وعدم تحقيق الأهداف يمكن أن ينعكس سلباً على طمأنة الذات ويؤثر على ما وراء الاداء الاكاديمي للطلبة.

**الهدف السابع: الفروق في العلاقة الارتباطية بين أشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة على وفق الجنس:**

للتعرف على الفروق في العلاقة الارتباطية بين أشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي وفقاً للجنس (ذكور , اناث) استعمل معامل ارتباط بيرسون, وبعدها تم تحويل القيم الى درجات معيارية زائفة وطُبق اختبار ( Z ) لايجاد قيمة الفرق في الارتباط وللتعرف عن الفروق في العلاقة الارتباطية بين كل شكل من اشكال نقد الذات وماوراء الأداء الاكاديمي استخرجت درجات كل شكل من الأشكال وإيجاد الفروق في العلاقة الارتباطية لهم كما موضح في جدول (38).

جدول (38)

الفروق في العلاقة الارتباطية بين اشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة على  
فق الجنس

المتغيرات	اشكال نقد الذات	قيمة معامل الارتباط	الدرجة الزائفة	عدد العينة	قيمة الفرق في الارتباط
الجنس	اناث	ضعف ملائمة الذات	0.055	217	0.4
		ماوراء الاداء الاكاديمي	-0.057		
	ذكور	ضعف ملائمة الذات	0.015	160	
		وراء الاداء الاكاديمي	-0.015		
الجنس	اناث	كره الذات	0.005	217	0.55
		ما وراء الاداء الاكاديمي	0.002		
	ذكور	كره الذات	0.060	160	
		ما وراء الاداء الاكاديمي	0.059		
الجنس	اناث	طمانة الذات	0.383	217	1.76
		ماوراء الاداء الاكاديمي	0.365		
	ذكور	طمانة الذات	0.198	160	
		ماوراء الاداء الاكاديمي	0.194		

من خلال النتائج في الجدول ( 38 ) يتضح ما يأتي:

- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة الارتباطية وفقاً للجنس بين (ضعف ملائمة الذات) وما وراء الاداء الاكاديمي، لان قيمة الزائفة المحسوبة البالغة (0.4) أقل من القيمة الزائفة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05).

2. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة الارتباطية وفقاً للجنس بين (كره الذات) وما وراء الاداء الاكاديمي لان قيمة الزائفة المحسوبة البالغة (0.55) أقل من القيمة الزائفة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05)

3. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة الارتباطية وفقاً للجنس بين (طمأنة الذات) وما وراء الاداء الاكاديمي، لان قيمة الزائفة المحسوبة البالغة (1.76) أقل من القيمة الجدولية البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05). مما يعني ان كل من الذكور والأناث يتعرضون لنفس الظروف البيئية، وتتفق نتيجة البحث الحالي مع ما توصلت اليه دراسة (رديف وشاكر، 2020) لا توجد فروق ذات دلالة احصائية وفقاً لمتغير الجنس. ودراسة (هلال وعيس، 2022) التي اشارت الى انه لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في نقد الذات تبعا لمتغير الجنس، ودراسة واهيوني واخرون (2021) الى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية تبعا لمتغير الجنس.

**الهدف الثامن: الفروق في العلاقة الارتباطية بين اشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة على وفق التخصص:**

للتعرف على الفروق في العلاقة الارتباطية بين اشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي وفقاً للتخصص (علمي , انساني) استعمل معامل ارتباط بيرسون، وبعدها تم تحويل القيم الى درجات معيارية زائفة وطبق اختبار ( Z ) لايجاد قيمة الفرق في الارتباط لهم وكما موضح في الجدول (39):

جدول ( 39 )

الفروق في العلاقة الارتباطية بين اشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة على وفق التخصص

المتغيرات	الاشكال	قيمة معامل الارتباط	الدرجة الزائفة	عدد العينة	قيمة الفرق في الارتباط
التخصص علمي	ضعف ملائمة الذات	-0.035	0.035	164	0.048
	ما وراء الاداء الاكاديمي				

	213	0.030	-0.031	ضعف ملائمة الذات	انساني	
				ما وراء الاداء الاكاديمي		
0.76	164	0.105	0.104	كره الذات	علمي	التخصص
				ما وراء الاداء الاكاديمي		
	214	0.025	-0.025	كره الذات	انساني	
				ما وراء الاداء الاكاديمي		
3.65	164	0.485	0.448	طمأنة الذات	علمي	التخصص
				ما وراء الاداء الاكاديمي		
	213	0.105	0.106	طمأنة الذات	انساني	
				ما وراء الاداء الاكاديمي		

من خلال النتائج في الجدول (39) يتضح ما يأتي:

1. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة الارتباطية بين ضعف ملائمة الذات وما وراء الاداء الاكاديمي وفقاً للتخصص, لان قيمة الزائفة المحسوبة البالغة (0.048) اصغر من القيمة الزائفة الحرجة البالغة ( 1.96 ) عند مستوى دلالة (0.05).
2. لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة الارتباطية بين كره الذات وما وراء الاداء الاكاديمي, لان قيمة الزائفة المحسوبة البالغة (0.76) اصغر من القيمة الزائفة الحرجة البالغة (1.96) عند مستوى دلالة (0.05).
3. توجد فروق ذات دلالة احصائية في العلاقة الارتباطية بين طمأنة الذات وما وراء الاداء الاكاديمي, لان قيمة الزائفة المحسوبة البالغة (3.65) اكبر من القيمة الزائفة الحرجة البالغة

(1.96) عند مستوى دلالة (0.05). وتلك الفروق في صالح التخصص العلمي ويمكن تفسير ذلك ان الطلبة من ذوي التخصص العلمي يشعرون بطمأنة الذات أكثر من التخصص الأنساني وربما ذلك يعود الى انهم يمكن ان يحصلوا على فرص عمل بنسبة اكبر من ذوي التخصص الأنساني، وهذا ينعكس على دافعية الطلبة ومشاركتهم ومستوى كفاءتهم الأمر الذي يترتب عنه الاحساس بطمأنة الذات.

**الهدف التاسع: العلاقة الارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية واشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي:**

لمعرفة العلاقة استعملت الباحثة معامل الارتباط المتعدد وكان يساوي (0.430) ولمعرفة دلالة العلاقة استعملت الباحثة الاختبار التائي لمعامل ارتباط بيرسون كما في الجدول (40).

جدول ( 40 )

العلاقة لارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي

المتغيرات	العينة	قيمة معامل الارتباط	القيمة التائية لمعامل الارتباط	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة 0.05
اضطراب الشخصية التجنبية	33	0.430	2.65	2.042	دالة
اشكال نقد الذات					
ما وراء الاداء الاكاديمي					

يظهر من الجدول ( 40 ) وجود علاقة ارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية واشكال نقد الذات وما وراء الاداء الاكاديمي اذ كانت القيمة التائية المحسوبة البالغة (2.65) اكبر من القيمة الجدولية البالغة(2.042) عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية(31). مما يعني ان المستوى المتغير المستقل الاول اضطراب الشخصية التجنبية يؤثر في المتغير التابع ما وراء الاداء الاكاديمي بأختلاف المستويات الاخرى للمتغير المستقل الثاني اشكال نقد الذات.

### الهدف العاشر: نسبة اسهام اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات فيما وراء الأداء الاكاديمي

ولتحقيق هذا الهدف تم ايجاد القيمة (F) للتعرف على الدلالة الاحصائية لمساهمة اشكال نقد الذات واضطراب الشخصية التجنبية في التنبؤ بماوراء الاداء الاكاديمي, وجدول ( 41 ) يوضح ذلك.

#### جدول (41)

#### الاختبار الفائي الكلي لتحليل الانحدار

الدلالة	القيمة الفائية	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
غير دالة	1.592	1201.472	4	4805.890	الانحدار
		754.896	28	21137.080	الخطأ المتبقي
			32	25942.970	الخطأ الكلي

من الجدول ( 41 ) تبين ان القيمة الفائية المحسوبة (1.592) اقل من القيمة الفائية الجدولية (2.96) وبذلك تكون غير دالة عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1) وهذا يشير ضعف مساهمة منبئ اشكال نقد الذات واضطراب الشخصية التجنبية في ما وراء الاداء الاكاديمي.

- للتعرف على بنسبة مساهمة المتغيرات المستقلة (ضعف ملائمة الذات , كره الذات , طمأنة الذات واضطراب الشخصية التجنبية) في المتغير التابع (ما وراء الأداء الاكاديمي). تم استخراج معامل الارتباط ومعامل التحديد وكما موضح في جدول(42).

جدول (42)

نسبة اسهام اشكال نقد الذات واضطراب الشخصية التجنبية في ما وراء الأداء الاكاديمي

المتغيرات	العينة	معامل الارتباط	معامل التحديد	الخطأ المعياري للتقدير
ماوراء الأداء الاكاديمي	33	0.430	0.185	27.475
اشكال نقد الذات				
اضطراب الشخصية التجنبية				

يتبين من جدول ( 42 ) ان المتغيرات المستقلة تسهم اسهام في المتغير التابع إذ ان معامل التحديد بلغ (0.185) .

- اما التعرف للأسهام النسبي للمتغيرات المستقلة (اشكال نقد الذات, واضطراب الشخصية التجنبية) في المتغير التابع (ما وراء الأداء الاكاديمي) فهذا يعكسه معامل الانحدار في معادلة التنبؤ في صيغة درجات خام (b) وما يقابلها من قيم معيارية تعكسه قيم (Beta)، كما موضح في الجدول ( 43 )

جدول ( 43 )

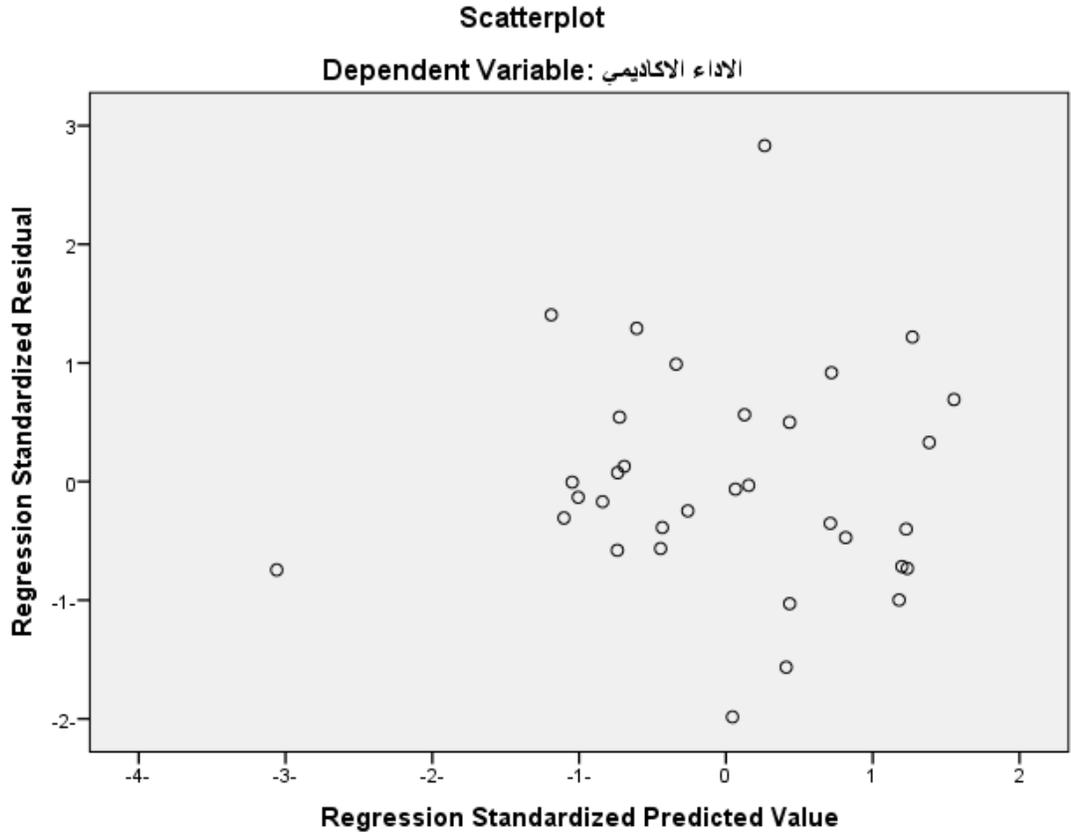
القيمة التائية	BETA الاسهام النسبي	الخطاء المعياري	B	المتغيرات
1.942		91.886	178.430	الثابت
-.320	-0.059	0.951	-0.305	الشخصية التجنبية
1.462	0.623	0.889	1.300	الاول
-1.194	-0.549	0.982	-1.172	الثاني
1.628	0.370	0.569	0.926	الثالث

خلاصة الانحدار المتعدد يظهر ان متغير الشكل الاول ( ضعف ملائمة الذات ) من اشكال نقد الذات

يسهم

بشكل اكبر من الشكلين ومن متغير اضطراب الشخصية التجنبية الاخرين في ماوراء الأداء الاكاديمي

إذ كان وزنه المعياري (0.623) .



نسبة مساهمة اشكال نقد الذات بما وراء الأداء الاكاديمي:

ولتحقيق هذا الهدف تم ايجاد القيمة (F) للتعرف على الدلالة الاحصائية لمساهمة اشكال نقد الذات في التنبؤ بماوراء الاداء الاكاديمي, وجدول ( 44 ) يوضح ذلك.

جدول ( 44 )

الاختبار الفائي الكلي لتحليل الانحدار

الدالة	القيمة الفائيه	متوسط المربعات	درجة الحريه	مجموع المربعات	مصدر التباين
دالة	37.792	25358.609	3	76075.827	الانحدار

		671.008	373	250285.977	الخطأ المتبقي
			376	326361.804	الخطأ الكلي

يلاحظ من الجدول ( 44 ) ان القيمة الفائية المحسوبة (37.792) اكبر من القيمة الفائية الجدولية (3.04) وبذلك تكون دالة عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (1) وهذا يشير مساهمة منبئ اشكال نقد الذات في ما وراء الاداء الاكاديمي.

- للتعرف على بنسبة مساهمة المتغيرات المستقلة (ضعف ملائمة الذات , كره الذات , طمأنة الذات) في المتغير التابع (ماوراء الاداء الاكاديمي).تم استخراج معامل الارتباط ومعامل التحديد وكما موضح في جدول ( 45 )

جدول (45)

نسبة اسهام اشكال نقد الذات في ما وراء الأداء الاكاديمي

المتغيرات	العينة	معامل الارتباط	معامل التحديد	الخطأ المعياري للتقدير
ماوراء الأداء الاكاديمي اشكال نقد الذات	377	.483 <sup>a</sup>	.233	25.904

يلاحظ من جدول ( 45 ) ان المتغير المستقل يسهم في المتغير التابع إذ ان معامل التحديد بلغ (.233) .

- اما التعرف الإسهام النسبي للمتغير المستقلة (اشكال نقد الذات) في المتغير التابع (ما وراء الأداء الاكاديمي) فهذا يعكسه معامل الانحدار في معادلة التنبؤ في صيغة درجات خام (b) وما يقابلها من قيم معيارية تعكسه قيم (Beta)، كما موضح في الجدول (46) :

## جدول ( 46 )

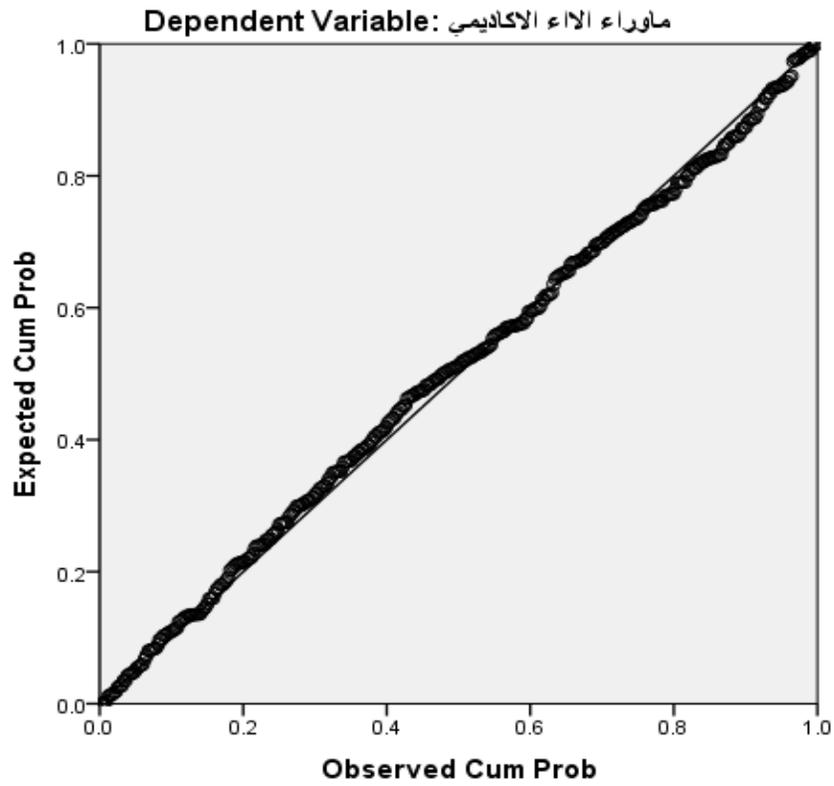
نسبة الاسهام النسبي لاشكال نقد الذات في ما وراء الاداء الاكاديمي

القيمة التائية	BETA الاسهام النسبي	الخطاء المعياري	B	المتغيرات
18.892		7.745	146.312	الثابت
-3.180	-0.238	0.178	-0.567	ضعف ملائمة الذات
1.113	0.087	0.192	0.213	كره الذات
9.688	0.469	0.128	1.236	طمأنة الذات

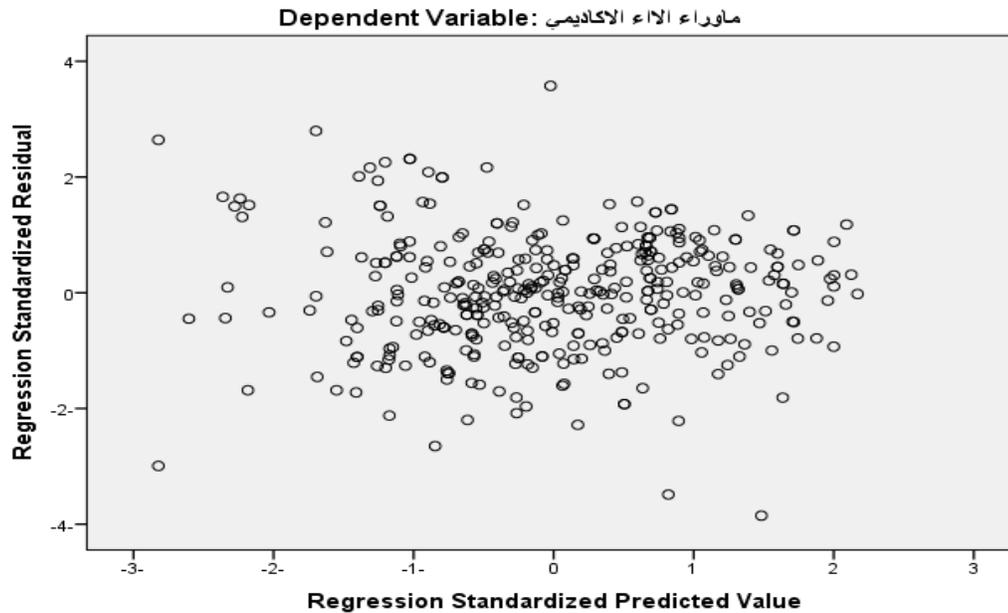
## خلاصة الانحدار المتعدد

يتضح من جدول ( 46 ) ان متغير الشكل الثالث ( طمأنة الذات ) من اشكال نقد الذات يسهم بشكل اكبر من الشكلين الاخرين (ضعف ملائمة الذات، كره الذات) في ما وراء الأداء الاكاديمي إذ كان وزنه المعياري (.469).

## Normal P-P Plot of Regression Standardized Residual



## Scatterplot



الاستنتاجات:

في ضوء النتائج التي تم التوصل اليها فإن الباحثة تستنتج:

1. وجد أن نسبة (9%) من طلبة الجامعة يعانون من اضطراب الشخصية التجنبية.
2. أكثر اشكال نقد الذات شيوعا لدى طلبة الجامعة هو طمأنة الذات.
3. إسهام كل من اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات بما وراء الاداء الاكاديمي.

### التوصيات:

1. على وحدات الارشاد التربوي والنفسي في الجامعة القيام ببرامج علاجية لعلاج المصابين باضطراب الشخصية التجنبية.
2. على وحدات الارشاد القيام ببرامج ارشادية لزيادة او تعزيز اطمئنان الذات وزيادة الثقة بالنفس لدى طلبة الجامعة.
3. على وحدات الارشاد القيام ببرامج علاجية لمساعدة الطلبة على التقليل من كره الذات وتحويله الى زيادة الوعي بالذات وقابليات الفرد ورفع مستوى الثقة بالنفس وكفاءة الذات.
4. على المؤسسات التعليمية والاساتذة تشجيع الطلبة على المشاركة السلوكية وحثهم على المشاركة داخل الفصل الدراسي.
5. تشجيع الطلبة باهمية التعليم واهمية الشهادة وما تتيحه من فرص التعيين وفرصة المنافسة والتقديم على الدراسات العليا.
6. تشجيع الطلبة للأرتقاء بكفائتهم وقدراتهم وامكانياتهم وكيفية استثمارها على اكمل وجه.

### المقترحات:

استكمالاً للبحث الحالي وتوسيعاً لمدياته وتطويرها، توصي الباحثة بما يأتي:

1. إجراء دراسات مماثلة للبحث الحالي على شرائح اجتماعية اخرى مثل: طلبة المرحلة الاعدادية، طلبة الدراسات العليا.

2. إجراء دراسات مماثلة للبحث الحالي تأخذ متغيرات اخرى مثل الكفاءة الذاتية، التسوية  
الاكاديمي
3. دراسة علاقة نقد الذات بمتغيرات اخرى مثل: صورة الجسم، اضطراب الاكتئاب، اضطراب  
الاكل، المرحلة العمرية)
1. دراسة اضطراب الشخصية التجنبية مع متغيرات اخرى مثل: انماط التعلق، التوجه نحو  
الحياة، اساليب المعاملة الوالدية، الرضا الوظيفي.

# المصادر

- مصادر عربية

- مصادر اجنبية

## المصادر العربية

- القرآن الكريم
- إبراهيم، سليمان عبد الواحد(2010) علم النفس العصبي، ايتراك للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر
- إبراهيم، عامر وآخرون (1989): مبادئ القياس والتقويم في التربية، ط، دار عمان للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- ابو الديار، مسعد(2012): القياس والتشخيص، ط، مكتبة الكويت الوطنية للنشر، الكويت
- أبو حطب، فؤاد عثمان، سيد احمد (1976): التقويم النفسي، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، مصر.
- أبو زيدة، حاتم(2018): مناهج البحث العلمي، ط2، عالم الكتب، القاهرة، مصر
- ابو سيف، حسام احمد، واحمد محمد(2009): الصحة النفسية، ايتراك للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
- ابو علام، رجاء وشريف، نادية محمود (1989): الفروق الفردية وتطبيقاته التربوية، دار النشر، الكويت.
- ارنوط، بشرى اسماعيل(2016). التوجه نحو الحياة وعلاقته باضطراب الشخصية التجنبية لدى المطلقين، مجلة الارشاد النفسي، جامعة الزقازيق، مصر.
- الأزييرجاوي، احمد، ومروة عبدالعظيم الجبوري(2019): اضطراب الشخصية التجنبية لدى طلبة جامعات الفرات الاوسط النازحين وقرانهم العاديين، مجلة الباحث، المجلد (21)، العدد (201)، العراق.
- الأسدي، سعدي جاسم، عطاري محمد (2014). الصحة النفسية للفرد والمجتمع، ط1، دار رضوان للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- اسعد، ميخائيل ابراهيم (1981): القياس النفسي، دمشق مطبعة الجمهورية، سوريا
- الامام، مصطفى (1990): التقويم النفسي، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، بغداد. العراق
- بثينة، طيبي (2022): النقد المرضي لذات وعلاقته باضطراب الشخصية التجنبية لدى عينة من طلبة الجامعة، رسالة ماجستير، جامعة ورقلة، الجزائر.
- تايلور، لينون(1988): الاختبارات والمقاييس، ترجمة: عبدالرحمن سعد، دار الشروق، القاهرة،

رمصر

- ثورنديك، روبرت، هيجن (1986): القياس والتقويم في علم النفس والتربية، ترجمة عبد الله زيد الكيلاني وعبد الرحمن عدس، مركز الكتاب الاردني، عمان - الاردن.
- الجبوري، علي محمود(2004). الفطام النفسي لدى طلبة المرحلة الاعدادية، مجلة كلية الاداب، العدد 110، جامعة بغداد، العراق.
- الجبوري، علي محمود، وعلي حسين المعموري(2020). نظريات الشخصية، دار المنهجية للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- الجلي، سوسن شاكرا (2005): اساسيات بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية، ط (1)، مؤسسة علاء الدين.
- الحارثي، اسماء غازي، وايمان زكي(2022): الحرية الأكاديمية وعلاقتها بتميز الأداء الجامعي، مجلة القادسية في الآداب والعلوم التربوية (3)، 22.
- الحديبي، والدواش (2020): النموذج السببي للعلاقة بين المخططات المعرفية اللا تكيفية واضطراب الشخصية التجنبية، رسالة ماجستير
- حسام مراجع النعاس، & خليل عقوب. (2016): العوامل المؤثرة على الأداء الأكاديمي لطلبة المحاسبة في كلية الاقتصاد بجامعة طبرق. مجلة العلوم الإقتصادية والسياسية، (8)، 94-124.
- الحولي، عليان عبد الله، وسناء ابراهيم ابو دقة، 2004، تقويم برامج الدراسات العليا في الجامعة الاسلامية بغزة من وجهة نظر الخريجين، مجلة الجامعة الاسلامية، (الدراسات الانسانية)، (المجلد 12)، العدد (2)، فلسطين.
- الدباغ، فخري(1983). اصول الطب النفسي، دار الطليعة للطباعة والنشر، بغداد، العراق.
- الدليمي، احسان عليوي، المهداوي، عدنان محمود (2005): القياس والتقويم في العملية التعليمية، ط (2)، دار الكتب والوثائق ببغداد، العراق.
- الدليمي، عصام حسن، وصالح علي(2014): البحث العلمي اسسه ومناهجه، دار رضوان للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- دوران، رودثي(1985): أساسيات القياس والتقويم في تدريس العلوم، ترجمة محمد سعيد وآخرون، دار الأمل، جامعة اليرموك، عمان، الاردن.

- رضوان، سامر جليل (2002): الصحة النفسية، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن
- الروسان، فاروق (1999): اساليب القياس والتشخيص في التربية الخاصة، دار الفكر للطباعة والنشر، عمان - الاردن.
- الريماوي، محمد عودة (2004): علم النفس العام، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- الزغول، عماد عبد الرحيم مبادئ (2012): علم النفس التربوي، ط (2)، دار الكتاب الجامعي.
- الزوبعي، عبد الجليل وآخرون. (1981): الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية، مطابع جامعة الموصل، الموصل، العراق.
- الزيات، فتحي (2006): صعوبات التعلم (الاستراتيجيات التدريسية والمداخل العلاجية، ط2، دار النشر للجامعات، القاهرة، مصر.
- سليمان، عبدالرحمن سيد (2014): مناهج البحث، ط1، عالم الكتب للنشر، القاهرة، مصر.
- السيد، فؤاد البهي (2006): علم النفس الاحصائي وقياس العقل البشري، دار الفكر العربي، ط (3)، عمان، الاردن.
- الصادق، فاتن صلاح (2022): النموذج البنائي للعلاقات السببية بين نقص الانتباه وفرط النشاط وتنظيم الذات وما وراء الاداء الاكاديمي، المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد (32)، المجلد (116).
- صالح، حسين قاسم (2005): علم النفس الشواذ والاضطرابات العقلية والنفسية،
- صالح، قاسم حسين، وعلي طارق (1998): الاضطرابات النفسية والعقلية والسلوكية، مكتبة الجيل الجديد، عمان، الاردن
- عبد الرحمن، سعد (1998) القياس النفسي النظرية والتطبيق، ط (3) القاهرة، دار الفكر العربي، عمان، الاردن
- عبد المؤمن، علي معمر (2008) مناهج البحث في العلوم الاجتماعية والاساسيات والتقنيات والاساليب، ط(1)، منشورات جامعة 7 اكتوبر، مصراته، ليبيا.
- عبيد، ماجدة بهاء الدين (2008): الضغط النفسي ومشكلاته واثره على الصحة النفسية، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- عثمان، عابد محمد (2006). درجة القلق لدى طلبة جامعات الضفة الغربية في فلسطين وعلاقتها

ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير منشورة، فلسطين.

- العجيلي، صباح حسين وآخرون(1990): **التقويم والقياس**، جامعة بغداد، العراق.
- العزاوي، رديم يونس(2008): **مقدمة في منهج البحث**، دار دجلة للنشر، عمان، الاردن
- عطية، محسن علي(2009): **البحث العلمي في التربية مناهجة وادواته، وسائله الاحصائية**، دار المناهج للنشر والتوزيع، عمان، الاردن
- عقل، اياد زكي(2005): **المشكلات الدراسية التي تواجه طلبة الدراسات العليا في الجامعة الاسلامية وسبل التغلب عليها**، رسالة ماجستير منشورة، كلية التربية- الجامعة الاسلامية.
- عكاشة، أحمد(2010): **الطب النفسي المعاصر**، ط2، مكتبة الأنجلو المصرية، مصر.
- علام، صلاح الدين محمود (2000) **القياس والتقويم التربوي والنفسي**، ط (1) دار الفكر للنشر والتوزيع، مدينة نصر - القاهرة، مصر.
- عليان، ربحي مصطفى(2001): **البحث العلمي، اسسه، مناهجة، واساليبه واجرائاته**، بيت الافكار الدولية للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- عليان، ربحي مصطفى، وعثمان محمد(2000): **مناهج وأساليب البحث العلمي النظرية- التطبيق**، دار صفاء للنشر والتوزيع: عمان، الاردن.
- البسيوني، محمد سويلم (2013): **اساسيات البحث العلمي في العلوم التربوية والاجتماعية والانسانية**، دار الفكر العربي للنشر والطباعة، القاهرة، مصر
- العنزي، فريح عويد(1998). **علم النفس الشخصية**، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت
- عودة، احمد سليمان (2002). **القياس والتقويم في العملية التربوية**، الجزء الثاني، المطبعة الوطنية، عمان، الاردن.
- عودة، احمد سليمان (2005): **القياس والتقويم في العملية التدريسية**، الاصدار الخامس، دار الأمل للنشر والتوزيع، أربد، الأردن.
- عودة، احمد سليمان، الخليلي، خليل يوسف (1988) **الاحصاء للباحث في التربية للعلوم الانسانية**، ط (1)، دار الفكر، عمان - الاردن.
- عودة، احمد سليمان، مكاوي، فتحي حسين (1992) **اساسيات البحث العلمي في التربية وعلم النفس**، ط (2)، دار الكناني، اربد - الاردن.

- عوده، احمد سليمان(1985): القياس والتقويم في العملية التدريسية. المطبعة الوطنية، جامعة اليرموك، عمان، الاردن
- الغانمي، محمد حسن(2015): دراسات في الشخصية والصحة النفسية، دار غريب للنشر، القاهرة، مصر.
- فرج، صفوت (1980): القياس النفسي، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- الكناني، ممدوح عبد المنعم (1995). القياس والتقويم التربوي، مطبعة الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت.
- ليهي، روبرت(2005): العلاج النفسي المعرفي في الاضطرابات النفسية، ترجمة جمعة محمد، ومحمد نجيب احمد، ط1، ايثراك للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
- لهمن، وليم(2003): القياس والتربية في التربية وعلم النفس، ترجمة: ماهر ابو هالة، دار الكتاب الجامعي، بيروت، لبنان.
- ماکمورن، ماري، وريتشارد هوارد(2012). الشخصية وأضطراباتها والعنف، ترجمة عبدالمقصود عبد الكريم، ط1، المركز القومي للترجمة والنشر والتوزيع، الجزيرة، القاهرة، مصر.
- مايزر، أن(1990): علم النفس التجريبي ترجمة: خليل ابراهيم البياتي، مطبعة جامعة بغداد، بغداد، العراق
- مجيد، سوسن شاکر(2014): اسس بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية، ط3، مركز دبيونو لتعليم التفكير، عمان، الاردن
- محمد، عادل عبد الله (2000). العلاج المعرفي السلوكي: اسس وتطبيقاته، دار الرشاد، القاهرة، مصر.
- مخائيل، امطانيوس نايف(2016): بناء الاختبارات والمقاييس النفسية والتربوية وتقنياتها، دار الاعصار العلمي للنشر والتوزيع، عمان، الاردن
- مراد، صلاح، وسليمان، امين علي(2005): الاختبارات والمقاييس في العلوم التربوية والنفسية، دار الكتاب الحديث، القاهرة، مصر
- ملحم، سامي محمد (2000) القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ط (1) دار المسيرة، عمان، الاردن.

- منظمة الصحة العالمية (1999). المراجعة العاشرة، التصنيف الدولي للأمراض، تصنيف الأضطرابات النفسية والسلوكية، الأوصاف السريرية الأكلينيكية والدلائل الإرشادية التشخيصية.
- ناصر، اشواق صبر(2002): بعدي الشخصية ( الانبساط- الانطواء ، العصابية) وعلاقتها باضطراب الشخصية التجنبية، رسالة ماجستير، جامعة بغداد، العراق.
- النعاس، حسام مراجع & خليل عقوب (2016). العوامل المؤثرة على الأداء الأكاديمي لطلبة المحاسبة في كلية الاقتصاد بجامعة طبرق، رسالة ماجستير، مجلة العلوم الإقتصادية والسياسية، (8)، 94، ليبيا.
- النعيمي، محمد عبدالعال، عبدالجبار توفيق، وغازي جمال خليفة(2015): طرق مناهج البحث العلمي، الوراق للنشر والتوزيع، عمان، الاردن.
- هاشم، أركان فلاح (2016). الطمأنينة الأنفعالية وهوية الأنا وعلاقتها بالدافع المعرفي لدى طلبة المرحلة الاعدادية، كلية التربية للعلوم الانسانية، جامعة بابل، العراق.
- هلال، احمد الحسيني ودينا علي(2022): دراسة لبعض المتغيرات المرتبطة بالنقد للذات لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة، مجلة كلية التربية، جامعة طنطا، مصر.

## المصادر الاجنبية:

- Alden LE, Laposla JM & Taylor. CT (2002) Avoidant personality disorder: current status and future directions. **Journal of Personality Disorders**, N 16, 1.
- Allen,M.J.,&Yen,W.M.(2001).**Introduction to Measuremen Theory** .Waveland Press.
- American Psychiatric Association(2013). **Diagnostic and statistical manual of mental disorders**.5th ed. American Psychiatric Publishing,
- Anastasi,A & Urbina,s.(2010); **Psychological testing PH learning Private Limited**, New Delhi.and goal progress.
- \_\_\_\_\_,A.(1982): **Psychological Testing**(5<sup>th</sup> Edition), New York Mac.millan.
- Aurah,C.M.(2013).The Effects of Self–efficacy Beliefs and Metacognition on Academic Performance. Masinde Muliro University of Science and Technology, Kakamega, Kenya, **American Journal of Educational Research**, Vol. 1, No.8
- Bandura, A. (1978). The self system in reciprocal determinism. **American psychologist**, 33(4), 344.
- Benjamin, L. (1993) **Interpersonal and Treatment of personality disorders**. New York, Guilford.
- Bergner, R. M.,(1995). **Promoting Constructive Modes of Self–Criticism. Pathological Self–Criticism: Assessment and Treatment**, Springer Series in Clinical Social Psychology.

- Bernstein, D. P., Arntz, A., & Travaglini, L. (2015). **Schizoid and avoidant personality disorders**.U.S.A.
- Bialka, Christa S(2016). **Beyond Knowledge and Skills Best Practices for Attending to Dispositions in Teacher Education Programs**, Issues in Teacher Education, Villanova University.U.S.A.
- Blatt SJ, & Levy KN (2003). Attachment theory, psychoanalysis, personality development, and psychopathology. A Psychoanalytic Inquiry, **Objective journal for mental health professionals**,23 (1).
- —, S ( 2004). **Experiences of Depression: Theoretical, Clinical, and Research Perspectives**. Washington, D C: American Psychological Association.U.S.A
- Bonduelle, T., Hartlieb, T., Baldassari, S., Sim, N. S., Kim, S. H., Kang, H. C., ... & Baulac, S. (2021). Frequent SLC35A2 brain mosaicism in mild malformation of cortical development with oligodendroglial hyperplasia in epilepsy (MOGHE). **Journal of Acta neuropathologica communications**, 9(1).
- Bornovalova, M. A., Matusiewicz, A., & Rojas, E. (2011). Distress tolerance moderates the relationship between negative affect intensity with borderline personality disorder levels. **Comprehensive psychiatry**, 52(6).
- Brock, J. P. (2014). **Examining the relationships between early maladaptive schemas**, forgiveness and vengeance.Regent University.
- Brock, J. P. (2014). **Examining the relationships between early maladaptive schemas, forgiveness and vengeance**. Regent University. ProQuest Dissertations Publishing.

- Camahalan, F. M. G. (2006). Effects of a metacognitive reading program on the reading achievement and metacognitive strategies of students with cases of dyslexia. *Reading improvement*, 43(2), 77–94. Austin,U.S.A.
- Campos, R. C., Holden, R. R., Cacador, B., Fragata, A. S., & Baleizao, C. (2018). Self-criticism, intensity of perceived negative life events, and distress: Results from a two-wave study.**Journal of Personality and Individual Differences**,12(4).
- Canevello, A. (2020). **Gender schema theory. Encyclopedia of Personality and Individual Differences**, Cambridge University Press.England.
- Carver, C. S., & Johnson, S. L. (2018). Impulsive reactivity to emotion and vulnerability to psychopathology. **Journal of American psychologist**, 73(9).
- Casalin, P., & Allan, S. (1998). The role of defeat and entrapment (arrested flight) in depression: an exploration of an evolutionary view. **Journal of Psychological medicine**, 28(3).
- Casalin, S., Luyten, P., Besser, A., Wouters, S., & Vliegen, N. (2014). A longitudinal cross-lagged study of the role of parental self-criticism, dependency, depression, and parenting stress in the development of child negative affectivity.**Journal of Self and Identity**, 13(4).
- Chang, E.C., & Asakawa, K. (2003). Cultural differences around the optimistic and pessimistic self versus sibling bias: Is there evidence of self-promotion in the West and self-criticism in the East when identifying the reference group? **Journal of Personality and Social Psychology**, 84(3), 569.

- Converse, B. A., Lin, S., Keysar, B., & Epley, N. (2008). **In the mood to get over yourself: mood affects theory-of-mind use.** *Emotion*, 8(5), 725.
- Coutinho, Savia. A(2007). The relationship between goals, metacognition, and academic success, **Journal Northern Illinois University**, United States of America, Vol.7, No.1.
- Cox, B. J., MacPherson, P. S., Enns, M. W., & McWilliams, L. A. (2004). Neuroticism and self-criticism associated with posttraumatic stress disorder in a nationally representative sample. **Journal of Behaviour research and therapy**, 42(1).
- Cronbach, L.J(1970): **Essentials of psychology testing.** Harner . *Psychological bulletin*, 74(1).
- Cronbach. L.& Gleser. G.(1970). **Essentials of psychological testing.** 3<sup>rd</sup>. New York. Harper and Row publisher.
- De Rick, A., Vanheule, S., & Verhaeghe, P. (2009). Alcohol addiction and the attachment system: an empirical study of attachment style, alexithymia, and psychiatric disorders in alcoholic inpatients. *Substance Use & Misuse*, 44(1).
- Demetriou, Andreas, Nikolaos Makrisb, Dimitrios Tachmatzidis & George Spanoudis(2019). **Decomposing the influence of mental processes on academic performance,**
- Dixson, D.D., Worrell, F.C., Olszewski-Kubilius, P., & Subotnik, R.F. (2016). Beyond perceived ability: The contribution of psychosocial factors to academic performance. **Journal of the New York Academy of Sciences**, 1377(1), 67-77.

- Dochow. S & Sebastian.N(2021). **An investigation of the causal effect of educational expectations on school performance.Behavioral consequences**, time–stable confounding, or reciprocal causality, Research in Social Stratification and Mobility,V(71).
- Drago, A., Marogna, C., & Jorgen Sogaard, H. (2016). A review of characteristics and treatments of the avoidant personality disorder. Could the DBT be an option?. **International Journal of Psychology and Psychoanalysis**.
- Duarte, C., Stubbs, J., Pinto–Gouveia, J., Matos, M., Gale, C., Morris, L & Gilbert, P. (2017). **The impact of self–criticism and self–reassurance on weight–related affect and well–being in participants of a commercial weight management programme**. Obesity Facts, 10(2).
- Dunkley, D. M., Blankstein, K. R., Zuroff, D. C., Lecce, S., & Hui, D. (2006). Self–critical and personal standards factors of perfectionism located within the five–factor model of personality. **Journal of Personality and individual differences**, 40(3).
- Dunkley, David. M, Zuroff & Kirk. R Blankstein(2006). Specific perfectionism components versus self–criticism in predicting maladjustment, **Journal Personality and individual differences** 40 (4).
- Dunning, D., Johnson, K., Ehrlinger, J., and Kruger, J. (2003): Why people fail to recognize their own incompetence. **Journal Current Directions in Psychological Science** 12, 3,
- Ebel, R. & Frisbie.D.A.(2009): **Essentials of educational measurement**.Englewood Cliffs,NJ:Prentice–Hall,U.S.A

- —,R.L(1972): **Essential of Educational Measurement.** New York,Prentice– Hill, U.S.A
- Egeland& wilberg(2015): **be a person: Lived experience of avoidant personality disorder,** wileyonlinelibrary.com.
- Eggum, Natalie. D, Nancy Eisenberg,Tracy. L., Spinrad, Carlos Valiente, Alison Edwards, Anne S. Kupfer, & Mark Reiser(2009). Predictors of withdrawal: Possible precursors of avoidant personality disorder, Cambridge University, **journal Development and Psychopathology**, Volume 21 , Issue 3.
- Eikenaes, I., Hummelen, B., Abrahamsen, G., Andrea, H., & Wilberg, T. (2013). Personality functioning in patients with avoidant personality disorder and social phobia. **Journal of personality disorders**, 27(6), 746.
- Eikenæs, I.H.U.M. (2016). **Avoidant Personality Disorder and Social Phobia. Studies of Personality Pathology and Functioning**, Childhood Experiences and Adult Attachment, University of Oslo, Norway
- Emmelkamp, P.M., Benner, A., Kuipers, A., Feiertag, G.A., Koster, H.C., & van Apeldoorn, F.J. (2018). Comparison of brief dynamic and cognitive–behavioral therapies in avoidant personality disorder. **The British Journal of Psychiatry**, UK, 189(1).
- Fairbanks, L. (2016). **Self–Compassion, Mindfulness and Wellbeing in Counselors–in–Training.** Lea Fairbanks, Central Washington University.
- Falgares, G., Marchetti, D., De Santis, S., Carrozzino, D., Kopala–Sibley, D. C., Fulcheri, M., & Verrocchio, M. C. (2017). Attachment styles and suicide–related behaviors in adolescence: the mediating role of self–criticism and dependence.**Juornal Frontiers in psychiatry**, 8, 36.

- Fariba, K. A., & Sapra, A. (2020). **Avoidant Personality Disorder**,APA.
- Fishman.S.H (2019). Do plans really matter?: Re-assessing the role of adolescent expectations in educational attainment. **Juornal Research in Social Stratification and Mobility**, 62.
- Flett, G. L., Besser, A., & Davis, R. A. (2003). Self-criticism, dependency, silencing the self, and loneliness: A test of a mediational model. **Juornal of Personality and Individual Differences**, 35(8).
- French, J. H. & Shrestha, S. (2022). **Histrionic Personality Disorder**,“Treasure Island (FL).
- Gadassi, R., Everaert, J., Uddenberg, C., Kober, H., & Joormann, J. (2021). Emotion regulation and self-criticism in children and adolescence: Longitudinal networks of transdiagnostic risk factors. **American Journal of Psychology**, 21(7). APA
- Galarza., Rodas,P., Pasquel,M. & Martínez, N.(2020). The role of executive functions in academic performance and behaviors of university students. **Journal of Applied Research in Higher Education** .12 (3) 444–455
- Gang & Fngman(2013). Perceived parental rearing style, self-esteem and self-criticism as predictors of happiness, *Journal of happiness studies* 5 (1), 1–21,
- Gilbert & Irons(2009). **Shame, self-criticism, and self-compassion in adolescence**, Cambridge University Press. Cambridge University
- \_\_\_\_P. (Ed.) (2005). *Compassion: conceptualisations, research and use in psychotherapy* (New Ed edition), Routledge, New York, London.

- ———. (2010). **Compassion–focused therapy: The hallmarks series of cognitive–behavioral therapy**, Routledge, London, UK.
- ———. (2004). Depression: A biopsychosocial, integrative and evolutionary approach. *Mood disorders: A handbook of science and practice*, 99–142.
- ———. (2009). **Introducing compassion–focused therapy**. *Advances in psychiatric treatment*, 15(3).
- ———. (2020). **Compassion: From its evolution to a psychotherapy**. *Frontiers in psychology*, A.P.A.
- ———., & Procter, S. (2006). Compassionate mind training for people with high shame and self–criticism: Overview and pilot study of a group therapy approach. ***Journal of Clinical Psychology & Psychotherapy***, 13(6).
- ———, P., & Woodyatt, L. (2017). **An evolutionary approach to shame–based self–criticism, self–forgiveness, and compassion**. ***Handbook of the psychology of self–forgiveness***, *Handbook of the Psychology of Self–Forgiveness*, 29–41.
- ———, P., Broomhead, C., Irons, C., McEwan, K., Bellew, R., Mills, A., Knibb, R. (2007). Development of a striving to avoid inferiority scale. ***The British Journal of Social Psychology***, 46.
- ———, P., Clarke, M., Hempel, S., Miles, J. N. V., & Irons, C. (2004). Criticizing and reassuring oneself: An exploration of forms, styles and reasons in female students. ***The British Journal of Clinical Psychology***, 43 (1).
- ———, Paul, Mark. W, Baldwin, Chris, Irons & Jodene. R, Baccus (2006). Self–criticism and self–warmth: An imagery study exploring their relation to depression, ***Journal of Cognitive Psychotherapy***, 20 (2), 183.

- Gupta, S., & Mattoo, S. K. (2012). Personality disorders: Prevalence and demography at a psychiatric outpatient in North India. **International Journal of Social Psychiatry**, 58(2), 146–152
- Harackiewicz, J. M., & Priniski, S. J. (2018). Improving student outcomes in higher education: **Juornal The science of targeted intervention**. Annual review of psychology, 69, –435.
- Harnois, S. (2022). **Perfectionnisme et fonctionnement dans la pratique d'une activité sportive: rôle médiateur des besoins psychologiques fondamentaux**, **Doctoral dissertation**, Université du Québec à Trois-Rivières.
- Helpful, W. M. I. B. (2017). **Schema Therapy for Problem Gamblers. Evidence-Based Treatments for Problem Gambling**, New yourk, U.S.A.
- Heshmati & Pellerone (2018). **Relationship of dispositional mindfulness, self-destruction and self-criticism in academic performance of boy students**, Department of Psychology, Faculty of Education & Psychology, VOL( 6) N(3). University of Tabriz, Tabriz, Iran.
- Hummelen, B., Abrahamsen (2013). Personality functioning in patients with avoidant personality disorder and social phobia. **Journal of personality disorders**, 27(6).
- James & Fairbanken, B (2015). Self-criticism as a mediator in the relationship between unhealthy perfectionism and distress. **Personality and Individual Differences, Journal of Personality and Individual Differences**, 79, 123.
- Jannah & Yuliadi(2022). **The mediating effect of self-criticism on college students' emotion dysregulation and intention to self-harm**,

Department of Psychology, Faculty of Medicine, Universitas Sebelas Maret, Surakarta – Indonesia.

- Jonghan, Y& Park (2008). **Relationships among self-view, perception of the conditions for happiness, self-esteem and optimism**, University, Korea, Japan.
- Kable, JW, Caulfield, M.K., Falcone, M., McConnell, M., Bernardo, L., Parthasarathi, T., & Lerman, C. (2017). There was no effect of commercial cognitive training on brain activity, choice behavior, or cognitive performance. **Journal of Neuroscience**, 37 (31).
- Kannan, D., & Levitt, H. M. (2013). A review of client self-criticism in psychotherapy. **Journal of Psychotherapy Integration**, 23(2), 166.
- Kitayama, S., & Uchida, Y. (2003). Explicit self-criticism and implicit self-regard: Evaluating self and friend in two cultures. **Journal of Experimental Social Psychology**, 39(5).
- Kocalar, HE (2019). **Investigating the psychometric properties of the Self-Critical Rumination Scale and the mediating role of self-critical thinking on perfectionism and academic procrastination among university students**.
- Kornfield, J., & Goldstein, J. (1987). **Seeking the heart of wisdom: The path of insight meditation**. Random House.
- Korpershoek, H., Canrinus, E. T., Fokkens-Bruinsma, M., & de Boer, H. (2020). The relationships between school belonging and students' motivational, social-emotional, behavioural, and academic outcomes in secondary education: A meta-analytic review. **Journal of Research papers in education**, 35(6), 641-680.

- Kotera, Aledh, Barnes, Rushforth, Adam & i Riswani(2022). **Relationship with Self-Compassion and Resilience, School of Health Sciences, University of Nottingham, Nottingham NG7 2HA, UK**
- Kupeli, N., Chilcot, J., Schmidt, UH, Campbell, IC, & Troop, NA (2013). Affirmation factor analysis and validation of forms of self-criticism/reassurance scale. **British Journal of Clinical Psychology**, 52 (1), 12-25.
- Lampe & Malhi (2018). Avoidant personality disorder: current insights, **Juornal of National Center for Biotechnology Information**,55-66,
- Layne, J. A., Porcerelli, J. H., & Shahar, G. (2006). Psychotherapy of self-criticism in a case of mixed anaclitic-introjective depression.**Juornal of Clinical Case Studies**, 5(5), 421-436
- Lerner, E., Teitelbaum, J., & Meehan, K. B. (2020). Avoidant personality disorder. **Encyclopedia of Personality and Individual Differences**, 351-358.
- Longe.A. et al(2010). **Having a word with yourself: Neural correlates of self-criticism and self-reassurance**, School of Life and Health Sciences, Neurosciences Research, Aston University, Birmingham, 49 1849-1856. UK
- Luyten, P., Sabbe, B., Blatt, S. J., Meganck, S., Jansen, B., De Grave, C., Maes, F., & Corveleyn, J. (2007). Dependency and self-criticism: Relationship with major depressive disorder, severity of depression, and clinical presentation. **Journal of Depression and Anxiety**,24.

- Lyrakos, D. G. (2014). **The validity of young Schema Questionnaire 3rd Version and the Schema Mode Inventory Version on the Greek Population.** Psychology, U.S.A.
- Lysaker, P. H., Carcione, A., Dimaggio, G., Johannesen, J. K., Nicolò, G., Procacci, M., & Semerari, A. (2005). Metacognition amidst narratives of self and illness in schizophrenia: associations with neurocognition, symptoms, insight and quality of life. **Journal of psychiatrica scandinavica**, 112(1).
- Marin, P., & Brown, B. (2008). The school environment and adolescent well-being, **Journal of Beyond academics.** JAMA, 295(13),
- Massaal-van der Ree, L. Y., Eikelenboom, M., Hoogendoorn, A. W., Thomaes, K., & van Marle, H. J. (2022). Cluster B versus cluster C personality disorders: a comparison of comorbidity, suicidality, traumatization and global functioning. **Journal of Behavioral Sciences**, 12(4).
- McIntyre, Ruth(2017). **A qualitative investigation of the experience of self-criticism in a student population, Awarding institution:King's College London, England.**
- McQuillan, K., Hyland, P., & Vallières, F. (2022). **Prevalence, correlates, and the mitigation of ICD-11 CPTSD among homeless adults: The role of self-compassion.** Child Abuse & Neglect, APA.
- Menekse, Muhsin (2020). The Reflection-Informed Learning and Instruction to Improve Students' Academic Success in Undergraduate Classrooms, **Journal of Experimental Education**, Purdue University, West Lafayette, IN, USA.

- Mikulincer, M., & Shaver, PR (2007). **Attachment in adulthood: structure, dynamics, and change**. New York: Guilford.
- Millon, T. & Davvis, R. (1996) **Disorders of personality: DSM-IV. And beyond**. 2nd. Ed. New York, Wiley & Sons, Inc.
- Mills, A., Gilbert, P., Bellew, R., McEwan, K., & Gale, C. (2007). Paranoid beliefs and self-criticism in students. **Journal of Clinical Psychology & Psychotherapy**, 14(5), 358.
- Mizokawa,Ai(2013). **Relationships between maternal emotional expressiveness and children's sensitivity to teacher criticism**, Tokyo, Japan.
- Momani, F. A., & Momani, K. M. (2023). The prevalence of avoidant personality disorder among Yarmouk University students in light of some variables. **Jordan Journal of Applied Science-Humanities Series**, 34(1), 61-71.
- Moroni, F., Procacci, M., Pellecchia, G., Semerari, A., Nicolò, G., Carcione, A., ... & Colle, L. (2016). Mindreading dysfunction in avoidant personality disorder compared with other personality disorders. **The Journal of Nervous and Mental Disease**, 204(10), APA.
- Neff, K. (2003). **Self-compassion: An alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself**. *Self and identity*, 2(2), 85.
- Noemy, Gn Gerard, N., Kadji, C., Bongaerts, X., Desaive, P., & Tecco, J. M. (2017). Admitting or discharging patients with opiate or alcohol related problems? Psychiatrist uncertainty and welfare losses. **Journal of Psychiatria Danubina**, 29( 3), 267-269.

- Novais, F., Araujo, A. M., & Godinho, P. (2015). **Historical roots of histrionic personality disorder**. *Frontiers in psychology*, Lisbon, Portugal.
- Nunnally.L.(1981).**Psychology Theory**,New York. Mcgraw Hill, U.S.A.
- Oyserman, D. (2007). Social identity and self-regulation. **Jurnal of Social psychology**: Handbook of basic principles, 2(1), 432-453.
- Oyserman, D. (2014). **Identity-based motivation: Core processes and intervention examples**. In *Motivational Interventions*, Emerald Group Publishing Limited.N (14).
- Oyserman, D., Johnson, E., & James, L. (2011). **Seeing the destination but not the path: Effects of socioeconomic disadvantage on school-focused possible self-content and linked behavioral strategies**. *Self and Identity*, 10(4), University of Michigan, Ann Arbor, Michigan, USA.
- Ozer, E. (2019). The impact of core self-evaluation on self-criticism. **Universal Journal of Educational Research**, 7(7 ).
- Parker, Gordon(2004). Implications of childhood trauma for depressed women: An analysis of pathways from childhood sexual abuse to deliberate self-harm and revictimization, **American Journal of Psychiatry**,l(161),N(8).
- Perrotta, G. (2020). Borderline Personality Disorder: definition, differential diagnosis, clinical contexts and therapeutic approaches.**Journal of Ann Psychiatry Treatm**, 4(1).
- Perrotta, G. (2021). Affective Dependence: From Pathological Affectivity to Personality Disorders: Definitions, Clinical Contexts, Neurobiological Profiles and Clinical Treatments. **Journal of Health Sciences**, 1(1), 52

- Petrocchi, Dentale&Gilbert(2018). **Self-reassurance, not self-esteem, serves as a buffer between self-criticism and depressive symptoms**, Cabot University, Rome, Italy.
- Popolo, R., MacBeth, A., Canfora, F., Rebecchi, D., Toselli, C., Salvatore, G., & Dimaggio, G. (2019). **Metacognitive Interpersonal Therapy in group (MIT-G) for young adults with personality disorders: A pilot randomized controlled trial**. Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice, A.P.A.
- Powers & Zuroff(2007): SELF-CRITICISM, GOAL MOTIVATION,
- ———, T., Zuroff, D. & Topciu, R. (2018). **Covert and Overt Expressions of Self-criticism and Perfectionism and their Relation to Depression**. European Journal of Personality.18, 61-72
- Preiss, D. D. (2022). Metacognition, mind wandering, and cognitive flexibility:Understanding creativity. **Journal of Intelligence**,10(3), Santiago, Chile.
- Quilty, L. C., Bagby, R. M., Krueger, R. F., & Pollock, B. G. (2021). Validation of DSM-5 clinician-rated measures of personality pathology. **Psychological assessment**, 33(1).
- Rand KL, Martin AD, Shea AM (2011). Hope, but not optimism, predicts law students' academic performance beyond previous academic achievement. **Journal of Research in Personality**, 45 (6), 683.
- Raynor, J.O., & McFarlin, D.B. (1986). **Motivation and the self-system**,U.S.A
- Rector, N. A., Bagby, R. M., Segal, Z. V., Joffe, R. T., & Levitt, A. (2000). Self-criticism and dependency in depressed patients treated with cognitive

therapy or pharmacotherapy. *Cognitive Therapy and Research*, 24, 571–584.

- Reich, J. (2010). Avoidant personality disorder and its relationship to social phobia. **Journal of Social Anxiety**, 20(2).
- Rose and Reem S(2018). Self-report measures of self-criticism: a systematic review, **Journal Psychology and Psychotherap Theory, Research and Practice**,V 91,N 4
- Rubin, A., Dolev, T., & Zilcha-Mano, S. (2018). Patient demographics and psychological functioning as predictors of unilateral termination of psychodynamic therapy. **Journal of Psychotherapy Research**, 28(5).
- Ryan, C. (2013). What is behind the decline in student achievement in Australia?. Carlton, Australia, **Juornal of Economics of Education Review**, 37.
- Salerno, A. (2018). **The light shines through: A psychodynamic study of the healing transition from self-hatred to self-compassion**, Doctoral dissertation, The Chicago School of Professional Psychology,U.S.A.
- Santor, D. A., & Yazbek, A. A. (2006). Soliciting unfavourable social comparison: Effects of self-criticism.**Journal of Personality and individual differences**, 40(3).
- Sellbom, Alexander & Smith(2017).Assessment of DSM-5 Section II Personality Disorders With the MMPI-2-RF in a Nonclinical 4 Sample, **Journal of Personality Assessment**, 4(99).
- Shahar, Blatt, Zuroff, Kuperminc (2004). Reciprocal Relations Between Depressive Symptoms and Self-Criticism (but Not Dependency) Among

Early Adolescent Girls, **Journal of Cognitive Therapy and Research**, Vol. 28, No. 1, February 2004 , pp. 85–103

- —, G. (2015). **Erosion: The psychopathology of self-criticism**. Oxford University Press, USA.
- Shorey, R. C., Anderson, S., & Stuart, G. L. (2014). The relationship between antisocial and borderline personality symptoms and early maladaptive schemas in a treatment seeking sample of male substance users. **Journal of Clinical psychology & psychotherapy**, 21(4).
- —, R. C., Stuart, G. L., Anderson, S., & Strong, D. R. (2013). Changes in early maladaptive schemas after residential treatment for substance use. **Journal of clinical psychology**, 69(9), 912–922.
- Sibley & Zuroff(2017). **Self-Criticism and Dependency**, university of Calgary.
- Siever, H. (2022). **Übersetzungswissenschaft: Eine Einführung**. Narr Francke Attempto Verlag.
- Simonsen, S., Popolo, R., Juul, S., Frandsen, F. W., Sørensen, P., & Dimaggio, G. (2022). Treating avoidant personality disorder with combined individual metacognitive interpersonal therapy and group mentalization-based treatment: A pilot study. **The Journal of nervous and mental disease**, 210(3).
- Skodol, E. Andrew(2012). **Personality Disorders in DSM-5**, Department of Psychiatry, University of Arizona College of Medicine, Tucson.
- Sleeth, D. B. (2006). The self and the integral interface: Toward a new understanding of the whole person. **The Humanistic Psychologist**, 34(3).

- Solanki, S. M., & Xu, D. (2018). Looking beyond academic performance: The influence of instructor gender on student motivation in STEM fields. *American Educational Research Journal*, 55(4).
- Sorensen (2018). **Stuggling to be aperson: lived experience of avoidant personality disorder**, wileyonlinelibrary.com
- Stephens, N.M., Hamedani, M.G., & Destin, M. (2014). Closing the social–class achievement gap: A difference–education intervention improves first–generation students' academic performance and all students' college transition. *Psychological science*, 25(4), 943.
- Stern, Scott (2004). Do scientists pay to be scientists?. **Juornal of Bureau of Economic Research**, Massachusetts, 50(6).
- Stoeber, J., Hutchfield, J., & Wood, K. V. (2008). Perfectionism, self–efficacy, and aspiration level: Differential effects of perfectionistic striving and self–criticism after success and failure. **Journal of Personality and Individual differences**, 45(4), 323.
- Swarat, S. (2008). What makes a topic interesting? A conceptual and methodological exploration of the underlying dimensions of a topic of interest. **The Electronic Journal for Research in Science & Mathematics Education**.
- Thomas, I. (2009). Critical thinking, transformative learning, sustainable education, and problem–based learning in universities. *Journal of Transformative Education*, **Journal of Transformative Education**, (3)7
- Tucker, D., & Luu, P. (2012). **Cognition and neural development**. Oxford University Press, USA.

- Unsworth, N., & McMillan, B. D. (2013). Mind wandering and reading comprehension: Examining the roles of working memory capacity, interest, motivation, and topic experience. **Journal of Experimental Psychology**, American Psychological Association.
- Urbina,S.(2014). Essentials of Psychological testing. John Wiley& Son.
- Valas, H (2001), Learned Helplessness and Psychological Adjustment: Effects of Age, Gender and Academic Achievement, **Scandinavian journal of Educational Research**, V(45) n(1) pp(71).
- Valås, H. (2001). Learned helplessness and psychological adjustment: Effects of age, gender and academic achievement. **Scandinavian Journal of Educational Research**, 45(1), 71–90.
- Waite, F., Knight, M.T., & Lee, D. (2015). Self–compassion and self–criticism in recovery in psychosis: An interpretative phenomenological analysis study. **Journal of clinical psychology**, 71(12).
- Wallner, Jennifer (2008). Legitimacy and Public Policy: Seeing Beyond Effectiveness, Efficiency, and Performance, **Journal of Management Studies**, Volume36, Issue3.
- Warren, R., Smeets, E., & Neff, K. (2016). Self–criticism and self–compassion: Risk and resilience: Being compassionate to oneself is associated with emotional resilience and psychological well–being. **Juornal of Current Psychiatry**, 15(12),18–28.
- Warren, R., Smeets, E., & Neff, K. (2016). Self–criticism and self–compassion: Risk and resilience: Being compassionate to oneself is associated with emotional resilience and psychological well–being. **Journal of Current Psychiatry**, 15(12), 18–28.

- Warren, R., Smeets, E., & Neff, K. (2016). Self-criticism and self-compassion: Risk and resilience: Being compassionate to oneself is associated with emotional resilience and psychological well-being. **Journal of Current Psychiatry**,15(12).
- Waugh, M. H., Ridenour, J. M., & Lewis, K. C. (2022). The alternative DSM Model for Personality Disorders in psychological assessment and treatment.
- Weinbrecht, A., Schulze, L., Boettcher, J., & Renneberg, B. (2016). **Avoidant personality disorder: a current review**. Current psychiatry reports, (18).
- Wenzel, C., & Brown, J.T. (2014). Beyond academic intelligence: Increasing college success for students on the autism spectrum. Handbook of Autism and Pervasive Developmental Disorders, Fourth Edition.**Wiley Online Library**. V ( 2)
- Wigfield, Gladstone & Turci(2016). Beyond Cognition Reading Motivation and Reading Comprehension, the Eunice Kennedy Shriver National Institute of Child Health and Human Development and the National Science Foundation. University of Maryland V(10), N(3).
- Wyatt. F, Knight, MT & Lee, D (2015). Self-compassion and self-criticism in psychosis recovery: an interpretive phenomenological study. **Journal of Clinical Psychology**, 71(12), 1201.
- Yassin, A., Al-Mistarehi, A. H., Yonis, O. B., Aleshawi, A. J., Momany, S. M., & Khassawneh, B. Y. (2020). Prevalence of sleep disorders among medical students and their association with poor academic performance: A cross-sectional study. Annals of medicine and Surgery, 58, 124-129.

- Yeung, Susanna Siu(2022). The effects of a gamified morphological awareness intervention on students' cognitive, motivational and affective outcomes, **British Journal of Educational Technology**, England . 53(2).
- Young, J ; Klosko, J & Weishaar, M (2003): **Schema therapy: A practitioner's guide**. New York: Guilford Press.
- Young, J. E., Klosko, J. S., & Weishaar, M. E. (2006). *Sc therapy: A practitioner's guide*. guilford press.
- Zhang, M. Y., Huang, Y` Q., He, Y. L., Liu, Z. R., Cheng, H., & Kessler, R. C. (2006). Twelve-month prevalence, severity, and unmet need for treatment of mental disorders in metropolitan China. *Psychological medicine*, 36(2),267.
- Zimmermann, R., Steppan, M., Zimmermann, J., Oeltjen, L., Birkhölzer, M., Schmeck, K., & Goth, K. (2022). **A DSM-5 AMPD and ICD-11 compatible measure for an early identification of personality disorders in adolescence-LoPF-Q (12-18) latent structure and short form**. *Plos one*, 17(9).
- Zou,chenqingyan(2022). *Avoidant Personality Disorder:general Overview*, Suzhou city, Jiangsu Province, China.

## ملحق (1)

Ministry of Higher Education  
and Scientific Research

جمهورية العراق

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

University of Babylon

College of Education for Human Sciences



جامعة بابل

كلية التربية للعلوم الانسانية

Ref. No :

العدد: ٧٨٠

Date: / /

التاريخ: ١٨ / ٤ / ٢٠٢١

رئاسة جامعة بابل / قسم الدراسات والتخطيط والمعلوماتية



م / تسهيل مهمة

تحية طيبة:

يرجى التفضل بالموافقة على تسهيل مهمة طالبة الدراسات العليا / الدكتوراه (ضمياء حميد صلال عطيه) من قسم العلوم التربوية والنفسية/علم النفس التربوي في كليتنا، لغرض الحصول على بيانات تخص بحثها الموسوم (اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات وعلاقتها بما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة ) علما انه مستمرة بالدراسة للعام الدراسي الحالي ٢٠٢١-٢٠٢٢.

...مع الاحترام...

أ.د. اسامة كاظم عمران

عميد الشؤون العلمية  
والدراسات العليا



نسخة منه إلى :-  
الدراسات العليا .  
- الصادرة .

سارة

## ملحق (2)

اسماء السادة الخبراء والمحكمين الذين عُرضت عليهم مقاييس البحث

ت	أسماء المدعين	الاختصاص	مكان العمل
1	أ.د. إسماعيل عليم	قياس النفسي والتربية	بغداد
2	أ.د. الطاف ياسين خضر	علم النفس العام	جامعة بغداد / كلية التربية للبنات
3	أ.د. أمال اسماعيل حسين	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية
4	أ.د. بتول بناي زبيري	الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي	جامعة البصرة / كلية التربية للعلوم الإنسانية
5	أ.د. حسين ربيع حمادي	علم النفس التربوي	جامعة بابل / كلية التربية للعلوم الإنسانية
6	أ.د. رجاء ياسين عبد الله	علم النفس التربوي	جامعة كربلاء / كلية التربية للعلوم الإنسانية
7	أ.د. رحيم عبد الله الزبيدي	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية
8	أ.د. سعدي جاسم عطيه الغريزي	علم النفس التربوي	الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية
9	أ.د. صفاء طارق	القياس النفسي والتقويم التربوي	جامعة بغداد
10	أ.د. عبد الرزاق محسن سعود	علم النفس التربوي	الجامعة العراقية / كلية التربية
11	أ.د. عبد السلام جودت جاسم	علم النفس النمو	جامعة بابل / كلية التربية الأساسية
12	أ.د. علي حسين مظلوم المعموري	علم النفس المعرفي	جامعة بابل / كلية التربية للعلوم الإنسانية
13	أ.د. علي عودة محمد الحلفي	علم النفس التربوي	جامعة بغداد / مركز البحوث التربوية والنفسية
14	أ.د. عماد حسين عبيد المرشدي	علم النفس النمو	جامعة بابل / كلية التربية الأساسية

الجامعة المستنصرية / كلية التربية للعلوم الإنسانية	علم النفس التربوي	أ.د. قبيل كودي حسين	15
جامعة القادسية	علم النفس السريري	أ.د. كاظم جبر جغيم الجبوري	16
جامعة بابل / كلية التربية للعلوم الإنسانية	الإدارة التربوية	أ.د. كريم فخري هلال	17
جامعة بغداد / مركز البحوث التربوية والنفسية	علم النفس التربوي	أ.د. لطيف غازي مكي	18
جامعة بابل / كلية الفنون الجميلة	علم النفس العام	أ.د. ناجح حمزة خلخال المعموري	19
جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الإنسانية	علم النفس التربوي	أ.د. هيثم أحمد الزبيدي	20
جامعة بابل / كلية التربية للعلوم الإنسانية	علم النفس التربوي	أ.د. مدين نوري طلاك الشمري	21
جامعة بابل / كلية التربية الأساسية	علم النفس التربوي	أ.م.د. حيدر طارق كاظم	22
جامعة ديالى / كلية التربية للعلوم الإنسانية	الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي	أ.م.د. سناء حسين خلف	23
جامعة بغداد / كلية التربية للبنات	علم النفس التربوي / قياس وتقويم	أ.م.د. شيماء صلاح حسين	24
جامعة بابل / كلية التربية للعلوم الإنسانية	علم النفس التربوي	أ.م.د. صادق كاظم جريو الشمري	25
جامعة الانبار / كلية التربية للعلوم الإنسانية	علم النفس التربوي	أ.م.د. صافي عمال صالح	26
جامعة سامراء / كلية التربية	علم النفس التربوي	أ.م.د. عدنان طلفاح محمد	27
جامعة الانبار / كلية التربية للعلوم الإنسانية	علم النفس السريري	أ.م.د. فؤاد محمد فريح	28
جامعة كركوك / كلية التربية للبنات	علم النفس التربوي	أ.م.د. نظير سلمان علي	29
جامعة بغداد / كلية التربية للبنات	علم النفس التربوي	أ.م.د. هناء مزعل حسين	30

## ملحق (3)

بسم الله الرحمن الرحيم

مقياس اضطراب الشخصية التجنبية بصيغته الاولية المقدم للسادة المحكمين

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة بابل/ كلية التربية للعلوم الانسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات العليا / الدكتوراه

الاستاذ الفاضل .....المحترم

تحية طيبة

تروم الباحثة إجراء بحثها الموسوم ( اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات وعلاقتها بما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة ) ولقياس اضطراب الشخصية التجنبية ( avoidant scale disorder personality ) تبنت الباحثة مقياس (قدوري، 2016) الذي اعتمد على معايير وتعريف الدليل التشخيصي DSM-5 لجمعية الاطباء النفسانيين الامريكية والذي عرفه (اضطراب ينطوي على نمط شامل (منتشر) من التثبيط الاجتماعي، ومشاعر عدم الملاءمة ، وفرط الحساسية للتقييم السلبي ). علما ان المقياس يتضمن ستة معايير .

ونظرا لما تتمتعون به من خبرة في مجال تخصصكم لذلك تود الباحثة الافادة من ارائكم فيما اذا كانت الفقرات التي أمامكم صالحة لقياس ما اعدت لقياسه او غير صالحة مع التعديل المقترح وقد وضعت الباحثة امام كل فقرة ثلاثة بدائل هي ( دائما، احيانا، نادرا)

مع جزيل الشكر والامتنان

الباحثة

اشراف

ضمياء حميد صلال السلطاني

أ.د علي محمود كاظم الجبوري

المعيار الاول: (الشعور بالنقد واللوم من الآخرين) : يتجنب الفرد الأحتكاك بالآخرين خشية من النقد او اللوم الزائد منهم.

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
1	أفرض العزلة الاجتماعية على ذاتي.			
2	أشعر بالخجل والانسحاب من المواقف التي تتطلب التفاعل مع الآخرين.			
3	أخشى التعرض للنقد من الآخرين.			
4	أخشى وضع مصالحي بين ايدي الآخرين او عقد الأتفاقات معهم.			
5	أشعر بالأرتباك عند مواجهة الآخرين لدرجة قد أبدء بالبكاء.			
6	أميل الى الأبتعاد عن الأنظار عندما اكون مع من هم اعلى مني مركزا.			
7	انشغل بالتفكير في الأسباب التي تجعل الآخرين لا يرغبون بسماعي.			

المعيار الثاني : (صعوبة الأندماج مع الآخرين) : لا يندمج الفرد بسهولة مع الآخرين الا اذا وثق انهم يهتمون به اي يتجنب العلاقات الاجتماعية.

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
1	أشعر بالقلق الشديد من وجود الآخرين.			

			اتجنب بناء علاقات مع الآخرين.	2
			ارغب بالاختلاط مع الآخرين ولكن يمنعني الخجل والحياء.	3
			اخشى استدراج الآخرين لدرجة الكشف عن بعض اسراري .	4
			اشعر ان العلاقات التي تتضمن اجراء اتصالات مضيعة للوقت.	5
			ليس لدي الرغبة في الاندماج مع الاخرين الا مع بعض من احب.	6

المعيار الثالث: (الشعور بعدم قبول الآخرين) يخشى الفرد النقد او الرفض من الآخرين.

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
1	اشعر بأني غير مرغوب من الآخرين			اجد
2	اتألم كثيرا عندما ينتقدني الآخرون			
3	اتردد في تجربة اي شيء جديد.			
4	أفضل ان اكون كتوما خوفا من قول اشياء غير ملائمة			
5	اختصر الكلام مع الآخرين.			

المعيار الرابع: (صعوبة تحمل المسؤولية) يشعر الفرد بقله الحيلة والضعف في المواقف الاجتماعية الجديدة.

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
1	اشعر بأني اضخم الأمور العادية احيانا			
2	اشعر بالخوف في اغلب الأوقات			
3	اشعر بأني شخص لا يستطيع تحمل المسؤولية.			
4	اهرب كثيرا من المسؤوليات الالصفية			
5	أخاف من تقديم محاضرة امام زملائي			

			او أي تجمع من الناس	
			اشعر بأني غير قادر على اكتساب اهتمام الآخرين.	6

المعيار الخامس: (ضعف الثقة بالنفس): يشعر الفرد بالنقص والدونية وأنه غير جذاب

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
1	ابالغ في تصغير نفسي واتراجع عن امور استطيع ادائها بكفاءة عالية.			
2	اشعر بأني كثير الشكوك حول نوايا الآخرين.			
3	ابالغ في الأهتمام بمظهري			
4	اشعر بالدونية وعدم الكفاءة الشخصية			
5	اشعر بأني لا استحق ان يعجب بي احد			
6	اشعر بأني افسر الأمور بطريقة مختلفة عن حقيقتها.			

المعيار السادس: (ضعف الثقة بالنفس): يخشى الفرد الأشتراك في اي أنشطة اجتماعية او مهنية لأحتمال الحرج.

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
1	اتجنب الأقتراح على زملائي المكان الترفيهي خوفا ان لا يعجبهم ذلك.			
2	اشعر بالأنزعاج عند ذهابي الى الحفلات والأماكن المزدحمة.			
3	اكون متردد عند المشاركة في ندوة ما لأنني قد اتعرض للأستهجان			
4	رفض الآخرين يجعلني اتجنب			

			المشاركة في الألعاب الجماعية.	
			ارغب في الأختلاط مع الآخرين وأشاركهم الأنشطة الاجتماعية.	5
			اخشى من ضعف قدرتي الجسدية في ممارسة الأنشطة الرياضية في الجامعة.	6

## ملحق (4)

بسم الله الرحمن الرحيم

## مقياس اضطراب الشخصية التجنبية بصيغته النهائية

جامعة بابل / كلية التربية للعلوم الانسانية

الدراسات العليا/ دكتوراه

عزيزي الطالب..... عزيزتي الطالبة

تقوم الباحثة بقياس احد انماط السلوك لذلك تضع بين يديك مجموعة من الفقرات التي تعبر عن المشاعر والاحاسيس التي شعرت بها ومجموعة المواقف التي يمر بها كل الافراد. ولكن يختلف الافراد فيما بينهم بطريقة التعبير او الشعور ازائها وترجو منك الباحثة التعاون معها من اجل اكمال البحث من خلال الخطوات التالية.

1- ان تكون اجابتك صريحة وصادقة على فقرات المقياس. علما ليست هنالك اجابة صحيحة او خاطئة ولا تستخدم اجابتك الا لأغراض البحث العلمي.

2- يرجى عدم ترك أي فقرة دون اجابة مثال يوضح طريقة الاجابة

ضع علامة صح امام كل فقرة وتحت البديل الذي يعبر عن مدى انطباق الفقرة عليك

ت	الفقرات	تنطبق عليّ دائماً	تنطبق عليّ غالباً	تنطبق عليّ احيانا	تنطبق عليّ نادراً	لا تنطبق عليّ اطلاقاً
1	أفرض العزلة الاجتماعية على ذاتي.	√				

قبل البدء بالإجابة يرجى تدوين المعلومات الآتية:

- الجنس      الذكر       انثى
- التخصص:      علمي       انساني
- الكلية :-

شاكراً تعاونكم معي بالإجابة الدقيقة والصحيحة

ت	الفقرات	دائماً	أحياناً	نادراً
1	أفرض العزلة الاجتماعية على ذاتي.			
2	شعوري بالخجل يجعلني انسحب من المواقف الاجتماعية.			
3	أخشى التعرض للنقد من الآخرين.			
4	أخشى وضع مصالحي بين ايدي الآخرين او عقد الاتفاقات معهم.			
5	ارتبك عند مواجهة الآخرين.			
6	ابتعد عن الأنظار عندما اكون مع من هم اعلى مني مركزا.			
7	انشغل بالتفكير في الأسباب التي تجعل الآخرين لا يرغبون بسماعي.			
8	أشعر بالقلق الشديد من وجود الآخرين.			
9	أتجنب اقامة علاقات مع الآخرين.			
10	أتجنب كشف اسراري للآخرين.			
11	ارى ان العلاقات التي تتطلب توصلا اجتماعيا مضيعة للوقت.			
12	ليس لدي الرغبة في الاندماج مع الآخرين الا مع بعض من احب.			
13	اشعر بأني غير مرغوب من الآخرين			
14	أتألم كثيرا عندما ينتقدي الآخرون			
15	أتردد في تجربة اي شيء جديد.			
16	أفضل ان اكون كتوما خوفا من قول اشياء غير ملائمة			
17	أختصر الكلام مع الآخرين.			
18	اشعر بأني اضخم الأمور العادية			
19	أخاف في اغلب الأوقات			
20	اشعر بأني شخص لا يستطيع تحمل المسؤولية.			
21	أتهرب من المسؤوليات التي تتطلب التعاون مع الآخرين			

			أخاف من تقديم محاضرة امام زملائي او أي تجمع من الناس	22
			انا غير قادر على اكتساب اهتمام الآخرين.	23
			ابالغ في تصغير نفسي واتراجع عن امور استطيع ادائها بكفاءة عالية.	24
			اشعر بأني كثير الشكوك حول نوايا الآخرين.	25
			ابالغ في الأهتمام بمظهري	26
			ضعف كفائتي الشخصية تشعرنني بالدونية	27
			اشعر بأني لا استحق ان يعجب بي احد	28
			اشعر بأني افسر الأمور بطريقة مختلفة عن حقيقتها.	29
			اتجنب الأقتراح على زملائي المكان الترفيهي خوفا ان لا يعجبهم ذلك.	30
			انزعج عند ذهابي الى الحفلات والأماكن المزدحمة.	31
			اكون متردد عند المشاركة في ندوة ما لأنني قد اتعرض للأستهجان	32
			رفض الآخرين يجعلني اتجنب المشاركة في الألعاب الجماعية.	33
			ارغب في الأختلاط ومشاركة الاخرين انشطتهم الاجتماعية.	34
			اخشى من ضعف قدرتي الجسدية في ممارسة الأنشطة الرياضية في الجامعة.	35

## ملحق (5)

بسم الله الرحمن الرحيم

مقياس نقد الذات بصيغته الاولى المقدم للسادة المحكمين

جامعة بابل/ كلية التربية للعلوم الانسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات العليا / الدكتوراه

الاستاذ الفاضل .....المحترم

تحية طيبة

تروم الباحثة إجراء بحثها الموسوم ( اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات وعلاقتها بما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة ) ولتحقيق ذلك تقتضي متطلبات البحث اعداد مقياس لقياس نقد الذات، لذا قامت الباحثة ببناء المقياس بالاعتماد على نظرية العقلية الاجتماعية لجيلبرت ( Social Mental Theory Gilbert ) والذي عرفه ( هو سمة شخصية مستقرة تبدأ من مرحلة المراهقة وحتى الرشد تمتاز بالضعف النفسي والاجتماعي وترتبط بالعواطف السلبية والازدراء والاشمئزاز من الذات والسلوك الدفاعي التطميني (Gilbert,2005). ووفقا للتعريف فإن نقد الذات يتضمن ثلاثة مجالات موزعة على(48) فقرة، هي (ضعف ملائمة الذات(15) ، كره الذات(17) فقرة، طمأنة الذات(16) فقرة.

ونظرا لما تتمتعون به من خبرة في مجال تخصصكم لذلك تود الباحثة الافادة من ارائكم فيما اذا كانت الفقرات التي أمامكم صالحة لقياس ما اعدت لقياسه او غير صالحة مع التعديل المقترح وقد وضعت الباحثة امام كل فقرة خمسة بدائل هي (تنطبق عليّ تماما، تنطبق عليّ غالبا، تنطبق عليّ احيانا، تنطبق علي نادراً، لا تنطبق عليّ ابدأ)

مع جزيل الشكر والامانة

اشراف

الباحثة

ضمياء حميد صلال السلطاني

أ.د. علي محمود كاظم الجبوري

اولا- ضعف ملائمة الذات: هي شعور الفرد بضعف كفاءته في نظر الاخرين مما يترتب عليه الشعور بالنقص والدونية بسبب الاخفاقات والنكسات الشخصية فهي تركز على لفت الانتباه إلى أوجه القصور.

( Gilbert,2005)

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المناسب/ المقترح
1	اشعر انني لست جيداً بما فيه الكفاية بسبب كثرة اخطائي.			
2	انا غير قادر على كسب احترام الاخرين.			
3	أشعر انني بلا قيمة اذا فشلت في تحقيق النجاح.			
4	أرى ان ادائي ضعيف بسبب شعوري بالنقص.			
5	أشعر انني غير مقبول بين الاخرين			
6	اشعر انني غير قادر على اتخاذ قرارات صائبة.			
7	أحساسي بالنقص يشعرنني بخيبة أمل كبيرة.			
8	ليس لدي القدرة على تصحيح الاخطاء التي ارتكبتها.			
9	أجد صعوبة في نسيان الاخفاقات التي أمر بها.			
10	اعتقد إنني غير قادر على تحقيق درجات أعلى من زملائي.			
11	انا أعي ما يعتقدده الآخرون عند ضعف إمكانياتي.			
12	أجد صعوبة في إنجاز الاعمال الموكلة الي.			
13	ضعف ثقتي بنفسي يجعلني أتجنب اللقاءات الاجتماعية.			
14	أجد نفسي عرضة للنقد الذاتي عند تحمل مسؤولية معينة.			

15 في الاوقات الصعبة لا أجد التصرف الصحيح.

ثانيا- كره الذات: تشير الى الرغبة في تقبل الاذى وتتميز بشكل أساسي بعقاب الذات ومشاعر الاشمئزاز والنفور والكرهية وازدراء الذات والرغبة في التخلص او استبعاد اجزاء منها. ( Gilbert,2005)

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المناسب/ المقترح
1	أشعر بالازدراء تجاه ذاتي.			
2	أعاقب نفسي عن طريق نعتها بصفات سيئة ( أنا سيء ، غير كفوء ، رديء).			
3	أقوم بالقاء الوم على نفسي عندما افشل في تحقيق أي هدف.			
4	تتناوبني كوابيس سيئة اثناء النوم.			
5	أقوم برد فعل ضعيف اتجاه المواقف المحرجة.			
6	اكره نفسي بسبب صعوبة تحقيق اهدافي.			
7	تتمر الآخرين يجعلني افضل العزلة الاجتماعية.			
8	لدي حساسية شديدة تجاه نبذ الآخرين لي.			
9	أشعر أن منزلتي الاجتماعية اقل من الآخرين.			
10	كثرة نقد الآخرين تجعلني أحتقر ذاتي.			
11	انزعج عندما لا أستطيع أداء واجباتي الدراسية.			
12	كثرة الاخفاقات تجعلني افشل في ان اكون جذاباً ومحترماً.			
13	يصعب علي تقبل فشلي.			
14	اعتقد انني استحق معاقبة نفسي على فشلي واخطائي.			
15	اشعر أن الآخرين يستهزؤون بي..			

ثالثاً- طمأنة الذات: عرفها جيلبرت بانها تفاعل تكيفي تتمثل بالقدرة على جلب اللطف والاهتمام والدعم للذات عندما تسوء الامور وهي جانب ايجابي تسمح بالقبول والعفو وفهم العيوب والفشل.  
(Gilbert, .. 2005 )

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المناسب/ المقترح
1	أحاول أن أكون متفهماً وصبوراً إتجاه بعض جوانب شخصيتي التي لا أحبها.			
2	أشعر ان اخفاقي يدفعني لابتذل المزيد من الجهد لتحقيق النجاح.			
3	عندما افشل في بعض المواقف احاول معرفة سبب الفشل.			
4	عندما أفشل فاني أشجع نفسي وأدعمها.			
5	أشجع نفسي لكي أحقق أداء عالي.			
6	أنظر للمستقبل بتفاؤل.			
7	اسامح نفسي بسهولة عندما اتعرض للفشل.			
8	أعتقد انني لدي بعض القدرات والمواهب التي تجعل الاخرون ينظرون لي بأحترام			
9	لدي سمات شخصية تجعلني مقبول من الجنس الاخر.			
10	اسعى لكي احصل على مكانة اجتماعية مرموقه في المجتمع.			

			اشعر ان انتقادي لذاتي يحفزني لأقوم بالافضل	11
			تجربتي في الحياة تؤهلني لمواجهة مشاكل الشخصية	12
			اتمتع بمرونة عالية في التعامل مع أي حدث طارئ يحدث في حياتي.	13
			احاول القيام بواجباتي الدراسية بشكل صحيح لكي اتجنب ارتكاب الاخطاء	14
			انظر للمواقف نظرة موضوعية.	15

## ملحق (6)

بسم الله الرحمن الرحيم

مقياس نقد الذات بصيغته النهائية

جامعة بابل / كلية التربية للعلوم الانسانية

الدراسات العليا/ دكتوراه

عزيزي الطالب ..... عزيزتي الطالبة

تقوم الباحثة بقياس احد انماط السلوك لذلك تضع بين يديك مجموعة من الفقرات التي تعبر عن المشاعر والاحاسيس التي شعرت بها ومجموعة المواقف التي يمر بها كل الافراد. ولكن يختلف الافراد فيما بينهم بطريقة التعبير او الشعور ازائها وترجو منك الباحثة التعاون معها من اجل اكمال البحث من خلال الخطوات التالية.

3- ان تكون اجابتك صريحة وصادقة على فقرات المقياس. علما ليست هنالك اجابة صحيحة او خاطئة ولا تستخدم اجابتك الا لأغراض البحث العلمي.

4- يرجى عدم ترك أي فقرة دون اجابة مثال يوضح طريقة الاجابة

ضع علامة صح امام كل فقرة وتحت البديل الذي يعبر عن مدى انطباق الفقرة عليك

ت	الفقرات	لا تنطبق عليّ ابداً	تنطبق عليّ نادراً	تنطبق عليّ احياناً	تنطبق عليّ غالباً	تنطبق عليّ دائماً
1	اشعر انني لست جيداً بما فيه الكفاية بسبب كثرة اخطائي.					√

قبل البدء بالإجابة يرجى تدوين المعلومات الآتية:

- الجنس:  الذكر  انثى
- التخصص:  علمي  انساني
- الكلية:

شاكراً تعاونكم معي بالإجابة الدقيقة والصحيحة

ت	الفقرات	تنطبق علي تماماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي اطلاقاً
1	اشعر انني لست جيداً بما فيه الكفاية بسبب كثرة اخطائي.					
2	يصعب عليّ كسب احترام الاخرين.					
3	عندما افشل في بعض المواقف احاول معرفة سبب الفشل.					
4	أرى ان ادائي ضعيف بسبب شعوري بالنقص.					
5	أشعر انني غير مقبول بين الاخرين					
6	تجربتي في الحياة تؤهلني لمواجهة مشاكل الشخصية					
7	أعتقد انني لدي بعض القدرات والمواهب التي تجعل الاخرون ينظرون لي بأحترام					
8	أجد نفسي عرضة للنقد الذاتي عند تحمل مسؤولية معينة.					
9	أجد صعوبة في نسيان الاخفاقات التي أمر بها.					
10	اعتقد انني غير قادر على تحقيق درجات أعلى من زملائي.					
11	انا أعي ما يعتقدده الاخرون عند ضعف أمنيائتي.					
12	أجد صعوبة في إنجاز الاعمال الموكلة الي.					
13	ضعف ثقتي بنفسي يجعلني أتجنب اللقاءات الاجتماعية.					
14	انظر للمواقف نظرة موضوعية.					
15	في الاوقات الصعبة لا أجد التصرف الصحيح.					
16	أشعر بالازدراء تجاه ذاتي.					
17	أعاقب نفسي عندما افشل في انجاز اداء معين على اكمل وجه.					

					أقوم بالقاء الوم على نفسي عندما افشل في تحقيق أي هدف.	18
					أحاول أن أكون متفهماً وصبوراً إتجاه بعض جوانب شخصيتي التي لا أحبها.	19
					أقوم برد فعل ضعيف اتجاه المواقف المحرجه.	20
					اكره نفسي بسبب صعوبة تحقيق اهدافي.	21
					أنظر للمستقبل بتفاؤل.	22
					لدي حساسية شديدة تجاه نبذ الآخرين لي.	23
					أشعر أن منزلتي الاجتماعية اقل من الآخرين.	24
					كثرة نقد الاخرين تجعلني أحتقر ذاتي.	25
					انزعج عندما لا أستطيع أداء واجباتي الدراسية.	26
					اتمتع بمرونة عالية في التعامل مع أي حدث طارئ يحدث في حياتي.	27
					يصعب علي تقبل فشلي.	28
					اعتقد انني استحق معاقبة نفسي على فشلي واخطائي.	29
					اشعر أن الآخرين يستهزؤون بي..	30
					تتناوبني كوابيس سيئة اثناء النوم.	31
					اخفاقي في اداء معين يدفعني لابذل المزيد من الجهد لتحقيق النجاح.	32
					أشعر انني بلا قيمة اذا فشلت في تحقيق النجاح.	33
					عندما أفشل فاني أشجع نفسي وأدعمها.	34
					أشجع نفسي لكي أحقق أداء عالي.	35
					تتمر الآخرين يجعلني افضل العزلة الاجتماعية.	36
					اسامح نفسي عندما اتعرض للفشل.	37
					أحساسي بالنقص يشعرنني بخيبة أمل كبيرة.	38

					39	لدي سمات شخصية تجعلني مقبول من الجنس الاخر.
					40	اسعى لكي احصل على مكانة اجتماعية مرموقه في المجتمع.
					41	اشعر ان انتقادي لذاتي يحفزني لأقوم بالافضل
					42	انا غير قادر على اتخاذ قرارات صائبة.
					43	كثرة الاخفاقات تجعلني افشل في ان اكون جذاباً ومحترم.
					44	احاول القيام بواجباتي الدراسية بشكل صحيح لكي اتجنب ارتكاب الاخطاء
					45	قدرتي ضعيفة على تصحيح الاخطاء التي ارتكبتها.

## ملحق (7)

بسم الله الرحمن الرحيم

مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي بصيغته الاولية المقدم للسادة المحكمين

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة بابل/ كلية التربية للعلوم الانسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات العليا / الدكتوراه

الاستاذ الفاضل .....المحترم

## تحية طيبة

تروم الباحثة إجراء بحثها الموسوم ( اضطراب الشخصية التجنبية ونقد الذات وعلاقتها بما وراء الاداء الاكاديمي لدى طلبة الجامعة ) وبعد مراجعة عدد من الادبيات والدراسات السابقة التي استطاعت ان تطلع عليها الباحثة لم تحصل على اداة لقياس متغير ما وراء الاداء الاكاديمي, لذا قامت الباحثة ببناء المقياس بالأعتماد على نظرية التحفيز المستند الى الهوية (Identity-based motivation Theory ) لأويسرمان (Oyserman,2007) والذي يعرفه ( هو اعتماد البنيات التحفيزية المتمثلة بالمشاركة السلوكية, والكفاءة الاكاديمية الذاتية, والاهتمام بالموضوع, وقيمة المنفعة. لتحقيق الاهداف الاكاديمية التي تتطلب بذل المزيد من الجهد للتغلب على التحديات الاكاديمية للوصول الى افضل النتائج الدراسية). ووفقاً للتعريف فان ما وراء الاداء الاكاديمي يتضمن اربعة مجالات موزعة على (58) فقرة هي (المشاركة السلوكية (14) فقرة، الكفاءة الاكاديمية الذاتية(16) فقرة، الاهتمام بالموضوع(14) فقرة، قيمة المنفعة(14) فقرة ).

ونظرا لما تتمتعون به من خبرة في مجال تخصصكم لذلك تود الباحثة الافادة من ارائكم فيما اذا كانت الفقرات التي أمامكم صالحة لقياس ما اعدت لقياسه او غير صالحة مع التعديل المقترح وقد وضعت الباحثة امام كل فقرة خمسة بدائل هي ( تنطبق علي دائما ، تنطبق علي غالبا، تنطبق علي أحيانا، تنطبق علي نادرا، لا تنطبق علي ابدا).

((مع جزيل الشكر والامتنان))

الباحثة

اشراف

ضمياء حميد صلال السلطاني

أ.د علي محمود كاظم الجبوري

اولا- المشاركة السلوكية: وهي السلوكيات الايجابية التي يقوم بها الطلبة أثناء تعلم الانشطة الدراسية، واتباع الشروط والقواعد داخل القاعة الدراسية، والتي تحدد مستوى مشاركتهم في الواجب الدراسي، ومدى اسهامهم في المناقشة والحوار ، والاستماع باهتمام للمحاضرة. ( Oyserman,2007)

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
1	لدي القدرة على تركيز انتباهي لمدة طويلة.			
2	اطرح عدة اسئلة متنوعة اثناء المحاضرة			
3	اشعر بالسعادة عندما اشارك في المناقشات العلمية داخل القاعة الدراسية			
4	لدى القدرة على المناقشة والحوار اثناء المحاضرة.			
5	التزم بالضوابط والشروط التي تضعها الكلية			
6	أشعر أن العمل الجماعي يطور من مهاراتي.			
7	أقوم بطلب المساعدة من استاذ المادة او احد زملائي عندما تواجهني صعوبة في فهم المادة الدراسية.			
8	أحرص بانتظام على حضور المحاضرات.			
9	أتعامل بطريقة ايجابية مع مشكلاتي الاكاديمية.			
10	أصرف بعقلانية في المواقف المحرجة.			
11	عندما يكلفني استاذ المادة بواجب دراسي احرص على انهاءه قبل الوقت المحدد			
12	لدي علاقات ايجابية مع زملائي.			

			أشارك زملائي الأنشطة الصفية	13
			أبذل قصاري جهدي من اجل ان اكون متميز بين زملائي في الدراسة.	14

ثانيا: الاهتمام بالموضوع: هو مدى اهتمام الطلبة بادائهم الاكاديمي المتمثل بقدرتهم على حل المشكلات المثيرة والمحفزة لاهتمامهم وتفكيرهم .  
( Oyserman,2007)

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
1	أحاول أيجاد اكثر من طريقة لحل المسائل التي يطلبها مني أستاذ المادة.			
2	أصغي بأهتمام لكل ما يقوله الأستاذ.			
3	اشعر بالارتياح من حضور المحاضرات في الكلية.			
4	أعتقد أن ما أتعلمه في مجال تخصصي مهم جداً.			
5	أشترك في أي دورة علمية تقيمها الكلية.			
6	تثير انتياهي الكثير من الموضوعات العلمية المهمة التي تطرح في المحاضرة.			
7	لدى القدرة والاستعداد لتقديم التضحيات في سبيل تحقيق النجاح.			
8	أجد ان العديد من المواد الدراسية التي ندرسها لافائدة منها.			
9	حل المشكلات أجده مثيراً للاهتمام بالنسبة لي.			
10	أهتماي بكل ما يدور من حولي يشعرنني بالمسؤولية.			

			11	أجد ان المذاكرة المستمرة تعزز من قدراتي المعرفية.
			12	أميل الى تذكر الاشياء التي اهتم بها.
			13	أرى ان تخصصي الدراسي غير مثير للاهتمام.
			14	انا مولع جدا بالدراسة.

ثالثاً: الكفاءة الذاتية الأكاديمية: هي استخدام الفرد قدراته وامكانياته ومهاراته لتحقيق ادائه الأكاديمي واثقان المواد الدراسية المعقدة التي يتم تدريسها في الفصل الدراسي. (Oyserman,2007)

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
1	لدي ثقة كبيرة في قدراتي.			
2	أستطيع تبسيط المواد الدراسية باستخدام طرق تعلم اسهل.			
3	الجأ الى تاجيل الواجبات الدراسية التي اكلف بها.			
4	أتجنب المناقشات العلمية داخل القاعة الدراسية.			
5	أعتمد على نفسي في حل المشكلات التي تواجهني			
6	لدي المهارات الكافية للتغلب على الملل من المواد الدراسية			
7	لدى قدرة على مواجهة العقبات التي تواجهني اثناء دراستي.			
8	استطيع تحقيق النجاح مهما واجهتني من ظروف.			
9	خوفي من الفشل يحول دون تقدم ادائي الدراسي			

			10 السعي لتحقيق اهدافي يعزز من فرص نجاحي الاكاديمي
			11 انا متأكد من انني استطيع تعلم المهارات الجديدة في الفصل الدراسي
			12 استثمر قدراتي وامكانياتي في تعلم اشياء جديدة ومفيدة
			13 لدي قدرات تؤهني لفهم اصعب المواد الدراسية

رابعاً: قيمة المنفعة: هي شعور الفرد بالفائدة من تحصيله الاكاديمي في تحقيق الاهداف التي يطمح اليها، باعتماده المهارات والمعارف في معالجة المعلومات التي تعد ذات قيمة وجانب مهم في حياة الفرد.

( Oyserman,2007)

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل المقترح
1	تخصصي الدراسي يؤهني لأشغال منصب مهم في المستقبل.			
2	أبذل المزيد من الجهد لاحصل على درجات عالية ترفع من مستواي الدراسي.			
3	أعتقد ان لدي قدرات عالية تؤهني للحصول على فرصة عمل مستقبلاً.			
4	اعمل على تطوير معلوماتي باستمرار لانها ترسم مستقبلي بوضوح.			
5	اتعاون مع زملائي في الدراسة لتطوير انجازي الدراسي.			
6	ما احصل عليه من معلومات يؤهني لأكون ناجحاً في مجال عملي مستقبلاً.			
7	مهما تكن المشكلات الدراسية التي تواجهني فانها لا تمنعني من تحقيق طموحي.			
8	أتوقع انني ساكون ناجحاً في مجال عملي في			

			المستقبل.	
			أحرص على تقديم أداء دراسي متميز لضمان القبول في الدراسات في الدراسات العليا مستقبلاً.	9
			مهما تكن صعوبة الواجبات الدراسية الا انني أجدها مفيدة وممتعة.	10
			كثير من مواضعنا الدراسية اجدها مملة ولا فائدة منها في المستقبل.	11
			فرصة النجاح كفيلة بان تجعلني انسى متاعبي الدراسية.	12
			ما اتمتع به من قدرات تتيح لي فرصة السفر خارج بلدي لاكمال الدراسة.	13
			أعتقد أنني قادر على تحقيق اداء اكايمي مستمر.	14

## ملحق (8)

بسم الله الرحمن الرحيم

مقياس ما وراء الاداء الاكاديمي بصيغته النهائية

جامعة بابل / كلية التربية للعلوم الانسانية

الدراسات العليا/ دكتوراه

عزيزي الطالب..... عزيزتي الطالبة

تقوم الباحثة بقياس احد انماط السلوك لذلك تضع بين يديك مجموعة من الفقرات التي تعبر عن المشاعر والاحاسيس التي شعرت بها ومجموعة المواقف التي يمر بها كل الافراد. ولكن يختلف الافراد فيما بينهم بطريقة التعبير او الشعور ازائها وترجو منك الباحثة التعاون معها من اجل اكمال البحث من خلال الخطوات التالية.

5- ان تكون اجابتك صريحة وصادقة على فقرات المقياس. علما ليست هنالك اجابة صحيحة او خاطئة ولا تستخدم اجابتك الا لأغراض البحث العلمي.

6- يرجى عدم ترك أي فقرة دون اجابة مثال يوضح طريقة الاجابة

ضع علامة صح امام كل فقرة وتحت البديل الذي يعبر عن مدى انطباق الفقرة عليك

ت	الفقرات	لا تنطبق عليّ اطلاقاً	تنطبق عليّ نادراً	تنطبق عليّ احياناً	تنطبق عليّ غالباً	تنطبق عليّ دائماً
1	لدي القدرة على تركيز انتباهي لمدة طويلة.					√

قبل البدء بالإجابة يرجى تدوين المعلومات الاتية:

- الجنس      الذكر       انثى
- التخصص:      علمي       انساني
- الكلية

شاكراً تعاونكم معي بالاجابة الدقيقة والصحيحة

ت	الفقرات	تنطبق علي دائماً	تنطبق علي غالباً	تنطبق علي احياناً	تنطبق علي نادراً	لا تنطبق علي ابدأ
1	لدي القدرة على تركيز انتباهي لمدة طويلة.					
2	اطرح عدة اسئلة متنوعة اثناء المحاضرة					
3	اشعر بالسعادة عندما اشارك في المناقشات العلمية داخل القاعة الدراسية					
4	لدى القدرة على المناقشة والحوار اثناء المحاضرة.					
5	الترم بالضوابط والشروط التي تضعها الكلية					
6	أشعر أن العمل الجماعي يطور من مهاراتي.					
7	أقوم بطلب المساعدة من استاذ المادة او احد زملائي عندما تواجهني صعوبة في فهم المادة الدراسية.					
8	أحرص بانتظام على حضور المحاضرات.					
9	أتعامل بطريقة ايجابية مع مشكلاتي الاكاديمية.					
10	أصرف بعقلانية في المواقف المحرجة.					
11	عندما يكلفني استاذ المادة بواجب دراسي احرص على انهاءه قبل الوقت المحدد					
12	لدي علاقات ايجابية مع زملائي.					
13	أشارك زملائي الانشطة الصفية					
14	أبذل قصاري جهدي من اجل ان اكون متميز بين زملائي في الدراسة.					
15	أحاول أيجاد اكثر من طريقة لحل المسائل التي يطلبها مني أستاذ المادة.					
16	أصغي بأهتمام لكل ما يقوله الأستاذ.					

				اشعر بالارتياح من حضور المحاضرات في الكلية.	17
				أعتقد أن ما أتعلمه في مجال تخصصي مهم جداً.	18
				أشترك في أي دورة علمية تقيمها الكلية.	19
				تثير انتياهي الكثير من الموضوعات العلمية المهمة التي تطرح في المحاضرة.	20
				لدى القدرة والاستعداد لتقديم التضحيات في سبيل تحقيق النجاح.	21
				حل المشكلات أجد مثيراً للاهتمام بالنسبة لي.	22
				أهتمامي بكل ما يدور من حولي يشعرنني بالمسؤولية.	23
				أجد ان المذاكرة المستمرة تعزز من قدراتي المعرفية.	24
				أميل الى تذكر الاشياء التي اهتم بها.	25
				أرى ان تخصصي الدراسي غير مثير للاهتمام.	26
				انا مولع جدا بالدراسة.	27
				لدي ثقة كبيرة في قدرتي على التحدي والمنافسة.	28
				أستطيع تبسيط المواد الدراسية باستخدام طرق تعلم اسهل.	29
				الجبأ الى تأجيل الواجبات الدراسية التي اكلف بها.	30
				أتجنب المناقشات العلمية داخل القاعة الدراسية.	31
				أعتمد على نفسي في حل المشكلات التي تواجهني	32
				لدي المهارات الكافية للتغلب على الملل من المواد الدراسية	33
				لدى قدرة على مواجهة العقبات التي تواجهني اثناء دراستي.	34

					35	استطيع تحقيق النجاح مهما واجهتني من ظروف.
					36	خوفي من الفشل يحول دون تقدم ادائي الدراسي
					37	السعي لتحقيق اهدافي يعزز من فرص نجاحي الاكاديمي
					38	انا متأكد من انني استطيع تعلم المهارات الجديدة في الفصل الدراسي
					39	استثمر قدراتي وامكانياتي في تعلم اشياء جديدة ومفيدة
					40	لدي قدرات تؤهلني لفهم اصعب المواد الدراسية
					41	تخصصي الدراسي يؤهلني لأشغال منصب مهم في المستقبل.
					42	أبذل المزيد من الجهد لاحصل على درجات عالية ترفع من مستواي الدراسي.
					43	أعتقد ان لدي قدرات عالية تؤهلني للحصول على فرصة عمل مستقبلا.
					44	اعمل على تطوير معلوماتي باستمرار لانها ترسم مستقبلي بوضوح.
					45	اتعاون مع زملائي في الدراسة لتطوير انجازي الدراسي.
					46	ما احصل عليه من معلومات يؤهلني لأكون ناجحا في مجال عملي.
					47	مهما تكن المشكلات الدراسية التي تواجهني فانها لا تمنعني من تحقيق طموحي.
					48	أتوقع انني ساكون ناجحا في مجال عملي في المستقبل.
					49	أحرص على تقديم أداء دراسي متميز لضمان القبول في الدراسات العليا مستقبلاً.
					50	مهما تكن صعوبة الواجبات الدراسية الا انني

					أجدها مفيدة وممتعة.	
					51 فرصة النجاح كفيلة بان تجعلني انسى متاعبي الدراسية.	
					52 ما اتمتع به من قدرات تتيح لي فرصة السفر خارج بلدي لاكمال الدراسة.	
					53 أعتقد أنني قادر على تحقيق اداء اكايمي مستمر.	