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

نضوب الانا وعلاقتها بالمعتقدات الوهمية لدى طلبة الجامعة

بحث مقدم إلى

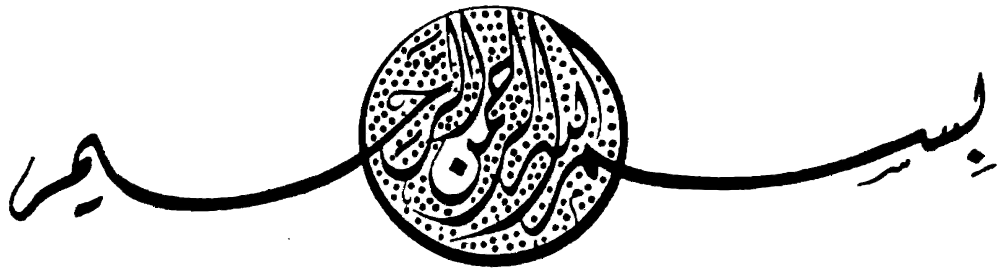
مجلس كلية التربية للعلوم الانسانية في جامعة بابل كجزء من متطلبات نيل شهادة البكالوريوس تربية في اختصاص العلوم التربوية والنفسية من قبل

الطالبة
تيجان احمد عبود جمعة

بإشراف
أ.د شيماء حمزة

1445هـ

2024م



ُوا۟ وَلَمْ {يَلْبِسُوٓا۟ إِيمَٰنَهُم بِظُلْمٍ أُو۟لَٰٓئِكَ
لَهُمُ ٱلْأَمْنُ وَهُم مُّهْتَدُونَ}

W

سورة الانعام / الآية (82)

الاهداء

الى من لم يبخل بشيء من اجل دفعي في طريق النجاح الذي علمني ان ارتقي

سلم الحياة بحكمة وصبر . . . والدي العزيز

من ساندتني بدعائها . . . . والدتي العزيزة .

من اعزهم واحترمهم . . . اخوتي دمتم لي .

كل من علمني حرفا فاصبح سنا بريقه يضيئ الطريق امامي .

وطني وان جار علي يبقى عزيزا

شهدائنا الذين بهم لازلنا نحيا

الباحثة

شكر وامتنان

الحمد لله رب العالمين ذي المن والفضل والإحسان، حمدا يليق بجلالته وعظمته، والصلاة والسلام على أشرف الخلق محمد صلى الله عليه وعلى إله الطيبين الطاهرين، ولله الشكر اولاً واخيراً، على حسن توفيقه.

أما وقد وفقني ربي إلى ما قصدت إليه من إنجاز هذا البحث، فلا يسعني إلا أن أتقدم بالشكر الجزيل، والعرفان الجميل إلى الأستاذ الفاضل الدكتور المشرف لإشرافه على البحث، ولما أبداه من ملاحظات بارعة، وتوجيهات سديدة أغنت فصولها، فقد كان أباً حنوناً ،وقلباً كبيراً، وفكراً صافياً ، وموسوعة لا يستغنى عنها، فجزاه الله خير جزاء المحسنين.

ومن واجب العرفان والتقدير، ان أقدم خالص شكري وتقديري إلى الأساتذة الأفاضل كافة في قسم العلوم التربوية والنفسية / كلية التربية للعلوم الانسانية – جامعة بابل لما أبدوه من مساعدة.

كما واتقدم بفائق الشكر والامتنان الى السادة المحكمين لما قدموه من ملاحظات حول اداتي البحث.

ولا بد من تقديم كلمة تقدير ومودة إلى زملائي الاعزاء لما أبدوه من إسناد ودعم طيلة إعداد هذا البحث.

واخيرا اتقدم بالشكر والامتنان الى كل من ساهم وساند وابدا مساعدة ولو بكلمة طيبة اثناء كتابة واعداد هذا البحث.

وفق الله الجميع لكل ما يرضى ... والحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على محمد واله الطيبين الطاهرين.

الباحثة

مستخلص البحث

يهدف البحث تعرف الى:

1. نضوب الانا لدى طلبة الجامعة.
2. المعتقدات الوهمية لدى طلبة الجامعة.
3. الدلالة الإحصائية للعلاقة الارتباطية بين نضوب الانا والمعتقدات الوهمية لدى طلبة الجامعة.

وقد حددت عينة البحث الحالي بطلبة جامعة بابل كلية التربية للعلوم الإنسانية ولكلا الجنسين (ذكور، اناث) للعام الدراسي (2024/2023) الدراسة الصباحية فقط والمتكونة من (60) طالب وطالبة وقد تبنت الباحثة مقياس عباس (2022) والذي يتكون من (30) فقرة لقياس نضوب الانا وتبنت الباحثة مقياس الذبحاوي (2021) لقياس المعتقدات الوهمية والذي يتكون من (30) فقرة وقد استخرجت الباحثة قيم الصدق الظاهري للمقياس وقيم الثبات بطريقة التجزئة النصفية وبعد المعالجة الإحصائية ظهرت النتائج الاتية:

- ان طلبة الجامعة يمتلكون نضوب الانا بمستوى متوسط.
- ان لدى الطلبة معتقدات وهمية بمستوى متوسط.
- توجد علاقة ارتباطية طردية بين نضوب الانا والمعتقدات الوهمية لدى طلبة الجامعة.

وفي ضوء نتائج البحث توصي الباحثة:

- لفت انتباه وحدات الارشاد النفسي في الكليات الى اعتماد برامج تربوية لغرض خفض نضوب الانا والذي هو مكون سلبي لدى الطلبة.
- لفت انتباه وحدات الارشاد النفسي والتربوي في الكليات الى إقامة ندوات تثقيفية حول معالجة المعتقدات الوهمية لدى الطلبة والتي تكونت بتاثير ما يشاع في وسائل التواصل الاجتماعي وغيرها.

ثبت المحتويات

المحتوى	الصفحة
العنوان.	أ
الاية القرانية.	ب
الاهداء.	ت
الشكر والامتنان.	ث
مستخلص البحث	ج
ثبت المحتويات.	ح
ثبت الجداول.	س-ش
ثبت الاشكال.	ش-ص
ثبت الملاحق.	ص
الفصل الأول: التعريف بالبحث	
مشكلة البحث.	2
أهمية البحث.	3
أهداف البحث.	6
حدود البحث.	7
تحديد المصطلحات.	7
الفصل الثاني: الإطار النظري ودراسات سابقة	
الاول: نضوب الانا	11
مفهوم نضوب الانا	14
النظريات المفسرة لنضوب الأنا	14
نظرية التحليل النفسي Theory Psychoanalytic	14
النظرية البيولوجية Theory Biological	15
نظرية الموارد المحدودة	15
الثاني: المعتقدات الوهمية	15
نبذة تاريخية عن مفهوم المعتقدات الوهمية	15
مواصفات المعتقدات الوهمية	17
عوامل تكوين المعتقدات الوهمية	18
أنواع الوهم	19
النظريات المفسرة للمعتقدات الوهمية	19
أولا: نظرية سيجموند فرويد في التحليل النفسي (1939)	19
ثانيا: نظرية بافلوف السلوكية (1944)	20
ثالثا: نظرية ماهر (2003)	21
المحور الثاني : الدراسات السابقة	22
أولا: دراسات اهتمت بنضوب الانا	22

ثانيا: دراسات اهتمت بالمعتقدات الوهمية	24
الموازنة بين الدراسة السابقة والحالية	26
جوانب الإفادة من الدراسة السابقة	28
الفصل الثالث: منهجية البحث وإجراءاته	
أولا: منهج البحث.	30
ثانيا: مجتمع البحث.	30
ثالثا: عينة البحث.	31
رابعا: اداتا البحث	31
اداة قياس نضوب الانا	32
الصدق	32
الثبات	32
وصف المقياس بصورته النهائية	33
أداة قياس المعتقدات الوهمية	33
الصدق	33
الثبات	34
وصف المقياس بصيغته النهائية	34
التطبيق النهائي	35
الوسائل الاحصائية	35
الفصل الرابع عرض النتائج وتفسيرها	
النتائج المتعلقة بالهدف الأول.	39
النتائج المتعلقة بالهدف الثاني.	40
النتائج المتعلقة بالهدف الثالث.	41
الاستنتاجات.	42
التوصيات.	42
المقترحات.	42
المصادر.	44
الملاحق.	48

ثبت الجداول

الجدول	عنوانه	الصفحة
1	مجتمع البحث	30
2	عينة البحث	31
3	نتائج اختبار صلاحية فقرات مقياس نضوب الانا بصيغته الأولية	32
4	نتائج اختبار صلاحية فقرات مقياس المعتقدات الوهمية بصيغته الأولية	34
5	نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي نضوب الانا	39
6	نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي المعتقدات الوهمية	40
7	العلاقة الارتباطية بين نضوب الانا والمعتقدات الوهمية	41

ثبت الملاحق

الملحق	عنوانه	الصفحة
1	أسماء السادة المحكمين في تقويم أدوات البحث	48
2	استبيان اراء المحكمين حول صلاحية فقرات مقياس نضوب الانا بصيغته الأولية	49
3	مقياس نضوب الانا بصيغته النهائية	52
4	استبيان اراء المحكمين حول صلاحية فقرات مقياس المعتقدات الوهمية بصيغته الأولية	55
5	مقياس المعتقدات الوهمية بصيغته النهائية	58

الفصل الأول
التعريف بالبحث

- مشكلة البحث
- أهمية البحث
- اهداف البحث
- حدود البحث
- تحديد المصطلحات

مشكلة البحث

يواجه طلبة الجامعة كثيرا من المشكلات والصراعات والاجهاد التي تؤثر على حياتهم تأثيرا سلبيا، مما يسبب انخفاضا في قدرتهم على ضبط الذات فهم يجدون صعوبة في مقاومة هذه المشكلات والصراعات والدوافع الداخلية والأفكار والمشاعر مما تتسبب لهم بالاكتئاب والقلق والخوف وغيرها، كما تستنزف منهم المقاومة وكبح مثل هذه الأفكار والمشاعر قدرا من طاقة الذات مما يؤدي إلى فراغ خزان الطاقة الداخلية المحدودة فيصاب الفرد بنضوب الانا بينما يعتبر انخفاض ضبط الانا هو السبب الرئيس للعدوانية وانتهاك القوانين والسلوكيات الشاذة والشعور بالذنب والخجل وغيرها وعند تشوب هذا المورد يحدث نضوب الأنا وقد توصلت دراسة عبد الاله وحافظ (2019) والتي شملت عينة من طلاب الجامعة الى ان المشكلات الاكاديمية والصراعات والاجهاد الذي يعاني منه الطلبة يؤدي الى نضوب الانا لديهم مما يؤدي الى انخفاض في أدائهم الدراسي (عبد الاله وحافظ,2019: 191)

ونظراً للثورة المعرفية ، والانفتاح التكنولوجي الذي نعيش واقعه وتوفر مصادر معلومات غزيرة وغير دقيقة، عن طريقها ولاطلاع النشئ الجديد على أيديولوجيات مختلفة قد يؤدي تبنيها والاعتقاد بها الى تغيير في السلوك، وان هذه المعتقدات قد تكون المعتقدات الشاذة ووهمية وقد يقع الطلبة نتيجة لذلك بالانشغال بها (أي أنها تشغل تفكير الفرد ويستغرق بها) مما تولد لديه الضيق والانزعاج , إضافة إلى كونها تتصادم مع الأداء الاجتماعي للفرد أي تعطيل دور الفرد اجتماعيا كما وضحها فريمان (1999) Freeman من إن تعطيل دور الفرد اجتماعيا وعرقلة عملياته المعرفية في مرحلة الشباب والتي تعد مرحلة حرجة في نمو الفرد بوصفها مرحلة الميلاد النفسي الحقيقي , التي تشهد التغيير الكيفي الفعلي في الشخصية (حاجم, 2021: 17)

وفي ضوء ما تم عرضه عن نضوب الانا والمعتقدات الوهمية تتجلى مشكلة البحث الحالي في الاجابة عن التساؤل الاتي: ما طبيعة العلاقة بين نضوب الانا والمعتقدات الوهمية لدى قسم العلوم التربوية والنفسية؟

أهمية البحث

ان الفرد يحتاج الى العديد من السلوكيات التي تتطلب ضبط النفس ويمكن أن يكون لعملية نضوب الأنا مسببا للسلوك العدواني المتزايد والتحيز وانخفاض الأداء العقلي، وبالمثل فإن كل شخص لديه الكثير من المطالب التي تؤثر على قوة الأنا لديه على مدار اليوم إلى جانب مقاومة الإغراءات. (Dahm et al.,2011: 11)

ان انخفاض مستوى قوة الأنا لدى الفرد يؤدي به الى ان يجد صعوبة في مقاومة الاغراءات المحيطة به في بيئته. (الشاذلي ومحمود,2019: 401)

وأشارت دراسة كايكزوز واخرون Kaygusuz et al. (2015) الى أن اتخاذ خيارات صعبة شخصياً، والتحكم في المزاج والأفكار، ومحاولة ترك انطباع جيد وحتى تجاهل شخص ما يستنزف قوة الأنا. (Kaygusuz et al. , 2015 :166)

يشكل نضوب الانا أهمية كبيرة من خلال ما توصلت اليه الدراسات السابقة أذ ارتبط نضوب الانا مع الشعور باليأس وفقدان الامل لدى طلبة الجامعة وكانت نتيجة الدراسة وجود علاقة دالة بين نضوب الانا والشعور باليأس وفقدان الامل كما ارتبط نضوب الانا بالضغوط الاكاديمية وأشارت النتيجة الى ظهور أعراض النضوب كانخفاض الاداء وضعف القدرة في السيطرة على المشاعر

وكذلك ارتبط بالاكتئاب وأشارت النتائج الى ان النضوب منبئ بالاكتئاب لدى طلبة الجامعة (رضوان, 2017: 22)

ويرى بوميستر ان "استنفاد الأنا" حالة لا تمتلك فيها "الأنا" جميع الموارد التي تمتلكها عادةً لهذا السبب، تعتمد بعض الوظائف التنفيذية المسؤولة عنها (مثل التنظيم الذاتي واتخاذ القرار والتفعيل السلوكي) على عدد الموارد التي تم استهلاكها أو توفره أنه كلما زاد استنفاد الأنا، قل الشعور بالذنب و / أو التعاطف. ومع هذا، تقل احتمالية ممارسة السلوكيات الاجتماعية الإيجابية. (عبد الاله وحافظ,2019: 19)

وتتضح اهمية وصف "الأنا" بأنها جزء من النفس التي يجب أن تتعامل باستمرار مع الواقع الخارجي، والتوسط بين الصراعات الداخلية أو الرغبات والاجهاد الخارجية. لكن هذا لم يتحقق من العدم لتحقيق ذلك، يجب على الأنا أن تستفيد من مستوى كبير من الطاقة النفسية في حالة نضوب الأنا، فأن قدرة الفرد تصبح ضعيفة على التنظيم الذاتي ويندفع الفرد في مجموعة من السلوكيات غير المرغوب فيها ويكون غير قادر على التكيف، مثل التصرفات العدوانية وبالتالي، فإن المعرفة والاستراتيجيات لمواجهة استنفاد الأنا ستكون مفيدة للغاية في مواقف الحياة الواقعية المختلف.(Dahm et al.,2011: 14)

ومن هنا يعتبر النضوب مشكلة نفسية لها تأثير سلبي على الفرد فقد تؤدي ممارسة ضبط النفس الى نضوب مورد مفاهيمي يسمى(قوة الانا) او يسمى (قوة ضبط النفس) على وجه الخصوص هذا المورد مهم لجميع محاولات ضبط النفس ليس هناك حاجة ألية أنشطة باستثناء ضبط النفس " قوة الانا " هذه مورد ً من هذا المورد بحيث يكون محدود ومقدارها القوة امر بالغ الاهمية لنجاح

ضبط النفس يستنفذ التحكم بعضا ً لدى الفرد بعد النجاح ضبط الانخراط في ضبط النفس قوة اقل من الانا إذا كان بالفعل مستوى القوة امرا حاسما ً من هذا المورد. ويترتب على ذلك انه بعد ممارسة ضبط النفس وهذا المجهود من ضبط النفس ينضب بعضا النفس فقد تكون المحاولات اللاحقة لضبط النفس اكثر عرضة للفشل (الشاذلي ومحمود, 2019: 782)

ويوضح موران Moran (2002(جانب أهمية دراسة المعتقدات الوهمية في مجال التربية في ان علينا أن نعي أن كل معرفة معرضة للوقوع في الخطأ والوهم ومن واجب التربية مواجهة هذه المشكلة المعرفية المزدوجة ,وإن أكبر خطأ قد نرتكبه هو التقليل من مُشكلة الخطأ, وأكبر وهم قد نسقط فيه هو التقليل من مُشكِلة الوهم خصوصاً إنه من الصعب الكشف عن الوهم كونه لا يقدم أبداً بوصفه كذلك, وعلى التربية أن تُبين إنه لا وجود لمعرفة , مهما كان مستواها في منأى عن الوهم ,وإن المعرفة ليست مرآة للأشياء وللعالم الخارجي فقط , فكل الإدراكات هي في الوقت ذاته ترجمات وإعدادات بناء يقوم بها الدماغ انطلاقا من مثيرات أو إشارات تلتقطها الحواس وتقوم بتشفيرها , والى جانب الخطأ الإدراكي هناك الخطأ العقلي فكون المعرفة في شكل كلمات وأفكار ومعتقدات ونظريات هي ثمرة عملية ترجمة ,وإن أنظمتنا الفكرية (نظريات – مذاهب – أيديولوجيات) ليست فقط معرضة للوقوع في فخ الوهم بل أكثر من ذلك تقوم بحماية أخطائها وأوهامها , بعبارة أخرى إن المنطق الداخلي لكل نسق من الأفكار يكمن في مقاومة كل ما لا يتلاءم معه أو لا يمكن دمجه بداخله , وهذا يفسر جزءا من ديمومة المعتقدات الوهمية وثباتها ومقاومتها للتغيير(حاجم,2021: 10)

وقد بحثت عدة دراسات في المعتقدات الوهمية وفي الأداء التنفيذي للذاكرة واللغة والانتباه منها دراسة شانج واخرون .Chang et al (2011) على عينتين من الاصحاء والمضطربين والتي

توصلت نتائجها الى ان المعتقدات الوهمية تؤثر على الأداء التنفيذي للذاكرة والانتباه واللغة في الفئتين لعينة الاصحاء والمضطربين نفسيا (Chang et al.,2011:102)

ويشير ادمز Adams (1999) الى انه لا يمكن ان تنمو ذات سليمة للفرد دون اعتقادات حقيقية وصحيحة، فالإدراك الخاطئ للمعتقدات أو تبني معتقدات وهمية يؤدي الى عزلة اجتماعية وحدوث فجوة بين الفرد والمجتمع وفقدان قدرة الفرد على لعب الأدوار المهنية كما أن الحاجة إلى التقدم وتحقيق الذات وخلق التغيرات المهمة في الحياة تتطلب افراداً يتمتعون بذوات سليمة وفعالة (الساعاتي , 215:2003).

لذلك يبرر ديماسيو Damasio (2000(أهمية دراستها في إن نحدد الهدف الأساس لمعرفة الاعتقاد والذي يتمثل بتوفير المعنى واليقين حول الأمور التي تتعلق بالفكرة التي نحملها عن أنفسنا وعمايحيطُ بنا، لان هذه المعتقدات قد تكون قويةوتقَدمبُنى اجتماعية لمعنىمٌشترك للعالم، فضلا عن انها يمكن أن توفر الراحة لمتبنيها أو قد تُثير السخرية أو قد تكونمِحنةً لكل من الأفراد وأُسَرِهم في حالة الوهمية منها (Damasio ,2000 :14)

اهداف البحث

يهدف البحث تعرف:

4. نضوب الانا لدى طلبة الجامعة.
5. المعتقدات الوهمية لدى طلبة الجامعة.
6. الدلالة الإحصائية لعلاقة الارتباطية بين نضوب الانا والمعتقدات الوهمية لدى طلبة الجامعة.

حدود البحث

يقتصر البحث الحالي على طلبة الجامعة بابل للعام الدراسي (2024/2023) الدراسة الصباحية ولكلية التربية للعلوم الإنسانية قسم العلوم التربوية والنفسية المرحلتين الثالثة والرابعة، ولكلا الجنسين (ذكور، اناث).

تحديد المصطلحات

اولا: نضوب الذات Self – depletion

عرفه كل من:

1- بومستير واخرون .Baumeister et al (1998)

حالة من انخفاض المؤقت في قدرة الانا او الارادة الازمة لأداء الافعال الارادية مثل التحكم في البيئة والتحكم الذاتي والاختيار وهذا الانخفاض ينتج ن الاستخدام السابق والمتكرر لموارد الانا مما يؤدي الى نفاذ هذا المصدر. (Baumeister et al.,1998: 1252)

2- رضوان (2019)

ظاهرة نفسية فسيولوجية سلوكية نسبية يصاب بها الفرد تتمثل بانخفاض مؤقت في قدرة الانا لأداء المهام الناتجة عن استهلاك الطاقة الداخلية للانا في الأفعال الارادية المختلفة مما يؤدي الى انخفاض الطاقة للفرد لأداء المهام المختلفة . (رضوان , 2019: 192)

3- سلمون واخرون Salamon et al. (2014)

شعور الفرد بنضوب قوته التي من خلالها يستطيع التغلب على السلوكيات والأفكار غير المرغوب فيها والتي يمكن ان تسبب له الكثير من المشكلات والسمات المزعج.) Salamon et al.,2014:11)

والبحث الحالي يتبنى **التعريف النظري لـ بومستير واخرون (1998)**

اما **التعريف الاجرائي** فهو الدرجة التي يحصل عليها الطالب/ الطالبة في الاستجابة على فقرات مقياس نضوب الانا المتبنى في الدراسة الحالية.

ثانيا: المعتقدات الوهمية: Delusional Beliefs

عرفها كل من:

1- فريث وفريث Frith&Frith (1999):

اعتقاد خاطئ لا يتزعزع، ولا يتماشى مع الخلفية الثقافية والدينية للفرد، أو مستوى ذكائه، ويرجع ذلك الى عملية ادراك داخلي مضطرب.(Frith&Frith,1999:56)

2- دليل التشخيص الأمريكي للأمراض النفسية (APA) (2000):

معتقدات لدى الفرد مبنية على إدراك خاطئ للواقع الخارجي، والذي يكون ثابتاً بقوة بالرغم مما يعتقده الجميع تقريباً وبالرغم مما يشكل دليلاً واضحاً لا جدال فيه أو وجود برهان على العكس من ذلك. (APA,2000:321)

3- ماهر Maher (2003):

معتقدات تتسم بالثبات الزمني وغير حقيقية وكاذبة يتم الاحتفاظ بها على وجه اليقين وليس بما يتماشى مع السياق الاجتماعي والثقافي المعتاد، وتوصف بالانحراف عن الواقع وارتباطها مع قناعة غير عادية وغير خاضعة للمنطق وذات محتوى خاطئ أو عبثي يظهر بوضوح للآخرين. (Maher,2003:67)

وستتبنى الباحثة التعريف والإطار النظري لماهر Maher (2003).

التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب/ الطالبة عند اجابته على مقياس المعتقدات الوهمية المتبنى في الدراسة الحالية.

الفصل الثاني
الأطار النظري والدراسات السابقة

أولا: الاطار النظري

- المحور الأول: نضوب الانا
- المحور الثاني: المعتقدات الوهمية

ثانيا: الدراسات السابقة

- دراسات تناولت نضوب الانا
- دراسات تناولت المعتقدات الوهمية

يتضمن الإطار النظري والدراسات السابقة للبحث الحالي الإشارة الى النظريات والادبيات التي أوضحت متغيرات البحث، بما يعزز الرؤية النظرية التي يتم تبنيها والتي يعتمد عليها في إجراءات البحث وفي تفسير النتائج والدراسات السابقة التي تناولت المفهومين وهي على النحو الاتي:

المحور الاول: الاطار النظري

أولا: نضوب الانا

يعد ضبط الانا من أكثر العمليات المفيدة والمهمة في بناء شخصية الإنسان وتشير الدلائل إلي وجود ارتباط قوي بين قوة ضبط الذات والسلوكيات المرغوب فيها ومنها العلاقات البينشخصية الجيدة، وتحسن الصحة النفسية، و زيادة الفاعلية في التكيف وتقليل العدوانية ، وارتفاع مستوي الأداء الأكاديمي ، وتقليل الإقبال على إدمان العقاقير والكحول كما يعتمد ضبط الذات على طاقة محدودة؛ فالقيام بالعمليات التي تتطلب ضبط الانا يقلل من شدة الطاقة لأداء العمليات اللاحقة التي تتطلب ضبط الانا حيث تستنفذ كمية من الطاقة في الفعل الأول (Duckworth et al., 2005 : 939-944) .

حيث تنشب الطاقة بشكل تدريجي ولا يحدث نضوب الأنا كنتيجة لنفاد الوقود من المخ ينفد نهائيا حيث يبقي لدي الفرد كمية من الطاقة اللازمة للقيام بضبط الانا عند اثارة دافعيته. وأشار بعض الباحثين إلي أن تناول جرعة من الجلوكوز يمكنه أن يحسن من أداء الفرد المنضوب ويتمثل المظهر الأساسي لنضوب الأنا في انخفاض الأداء للقيام بمهام ضبط الانا اللاحقة للمهمة الأولي ، بما في ذلك انخفاض القدرة علي اتخاذ القرار ، و الرغبة في التدريب ، وصعوبة مقاومة الدوافع المثيرة ، كما تشمل الاعراض الأخرى التب والاجهاد الذاتي والسلبية تجاه الذات بينما تميل

السلوكيات المرتبطة بنضوب الأنا إلى أن تصبح أكثر تلقائية وتعتمد على العمليات المعرفية التلقائية ووفقا لنظرية نضوب الأنا فإن الافراد لديهم مخزون محدودة من الموارد المعرفية اللازمة للقيام بأنشطة الضبط الذاتي وعمليات الضبط التنفيذية ، وعند الانغماس في هذه الأنشطة فإن المصادر المعرفية تنضب . كما يؤثر النضوب سلبا على المهام الأكثر تعقيدا، بينما لا تتأثر المهام البسيطة. (Daham et al.,2011: 43)

كما أكد بعض الباحثين أن نضوب الأنا ما هو إلا تغيير في القدرة علي ضبط الانا؛ وطبقا لذلك فإن قدرة الفرد علي ضبط ذاته تتغير عبر الزمن في الفرد نفسه كما أن هذا التغيير يختلف من فرد إلي آخر وفقا لمبدا الفروق الفردية كما يكون الأفراد أكثر عرضة إلي الشعور بنضوب الأنا في نهاية اليوم عن بدايته في حين أن نضوب الأنا ما هو إلا اتجاه الحفاظ على الطاقة المتبقية والتي مازالت تستنزف وهو ليس كمؤشر علي الاستنزاف التام ومن المهام أو المواقف التي تتسبب في حدوث نضوب الأنا الاستمرار في المهام غير السارة، و اتخاذ القرار، وقمع الفكر وقمع المشاعر، والتقديم الذاتي ، وبعد أداء تلك المهام التي تستنزف طاقة الأنا يصبح الأفراد غير قادرين علي أداء المهام الصعبة ، أو التطوع لمساعدة الآخرين ، واستخدام التفكير المنطقي، ومقاومة الإغراءات، ومقاومه قلق الموت،كما يمكن استعادة طاقة الأنا عن طريق تعلم الطرق الإيجابية مثل مشاهدة فيديو كوميدي أو الحصول علي هدية(التعزيز) ، وتوكيد الذات الايجابي.(Frise et al,2019: 12)

ومن ناحية اخرى ميز فوز واخرون (2008) بين نوعين من النضوب هما :

- النضوب المعتدل: وينشأ بد أداء المفحوصين لمهمة واحدة تتطلب ضبط الذات ويحدث بعد (5-10) دقائق من ممارسة المهمة، ويستمر لقليل من الدقائق.
- النشوب الشديد: ويحدث بعد القيام بالعديد من المهام التي تستنزف الأنا ويستمر لفترة أطول، وهذا النوع أشد وأقوى من النشوب المعتدل ومن الصعب التغلب عليه ومواجهته وهزيمته. (88-89: Baumeister&vhoz ,2006)

ويرتبط نضوب الأنا بالكثير من الاعراض منها: الشعور بالإحباط، الاكتئاب، انخفاض الإرادة الداخلية، الشعور بالحزن، والرغبة في الانتحار اضطرابات النوم، البلادة، وتأخر في النمو النفسي، صعوبة في التركيز، تقلبات مزاجية الشعور بالاجهاد، والأفكار التشاؤمية تجاه المستقبل والشعور بالاكتئاب واليأس وفقدان الأمل وبذلك يعد نضوب الأنا كمنبئ لإصابة الفرد بالاكتئاب انخفاض الرغبة في ممارسة أي مهمة، الشعور بالإجهاد والاجهاد والتعب في بعض الأوقات كنتيجة لاستنفاد الطاقة الداخلية. الشعور بالضعف العام والكسل، إيجاد صعوبة في كبت ومقاومة المشاعر والرغبات والإغراءات والصراعات والأفكار، إيجاد صعوبة في البدء في مهمة جديدة بعد القيام بعمل مجهد، انخفاض الأداء الأكاديمي في بعض المهام الصعبة.(رضوان واخرون , 2019: 321)

ان انخفاض مستوي الكفاءة الذاتية، صعوبات في تركيز الانتباه، إيجاد صعوبة في اتخاذ الاختيار الصحيح عند التعرض لكثير من الاختيارات وقد يحدث نضوب الأنا لعدة أسباب منها العوامل الفسيولوجية وتشمل: الأنشطة العضلية وممارسة ضبط الذات و انخفاض الجلوكوز بالمخ والعوامل الفسيولوجية العصبية وترتبط بتدفق الدم في المخ ، والذي يتضح من خلال التصوير المغناطيسي

للمخ . والعوامل النفسية وتشمل تغيرات في التأثير، والعمليات الدافعية والمعرفية، واستراتيجية الحفاظ على مصادر ضبط الذات، وانخفاض الكفاءة الذاتية. (Ryan &Deci,2011: 18-16)

النظريات المفسرة لنضوب الأنا

أولا: نظرية التحليل النفسي Theory Psychoanalytic

قدم فرويد نموذج اقتصادي عن الطاقة وأفترض أن طاقة الأنا تنبع من مصدر محدود والذي يستخدم في كافة المجالات كما أن هذه الكمية المتاحة يمكن أن تجف وتنضب كنتيجة للصراعات والضبط المكتف والقمع الداخلي للذات والكثير من الباحثين الذين تناولوا طاقة الأنا واتفقوا في أن الضغوط والصراعات والمشكلات التي لم تحل بعد تستهلك الطاقة المحدودة كما أن كل هذه النماذج تناولت الطاقة بأنها مصدر محدود والذي يمكن أن ينضب أو ينفد أو يمكن ادخاره (120: Bertrams & Englert , 2012) .

ثانيا: النظرية البيولوجية Theory Btological

تفسر حدوث نضوب الأنا في نشؤ انخفاض مستوي الجلوكوز وعدم قدرة الجسم علي نقل الجلوكوز إلي المخ؛ ويحدث النضوب عندما يقوم الأفراد بممارسة المهام التي تتطلب ممارسة ضبط الانا والذي يستنزف كمية كبيرة من (الجلوكوز، الجليكوجين) ؛ حيث أن عند ممارسة ضبط الانا تقل كمية الجليكوجين بالمخ ؛ فيحدث الخلل في قيام الأنشطة المخية والتي تؤدي الى ان تنخفض مستويات الجلوكوز بالمخ مسببا كثير من المشكلات المعرفية والسلوكية.(رضوان واخرون, 2019: 231)

ثالثا: نظرية الموارد المحدودة لبوميستير (النظرية المتبناة)

وفقا لنموذج الموارد فإن ضبط الانا يعتمد على مورد طبيعي للطاقة وهدا المورد له قدرة محدودة لأداء أعمال ضبط الانا التي تستنفد هذا المورد، مما يؤدي إلي انخفاض قدرة الفرد على ممارسة ضبط الانا في مهمة ضبط الانا اللاحقة وعرفها باوميستر بنضوب الأنا حيث استعار مصطلح الأنا من نموذج الطاقة الذاتية لفرويد وطبقا لنموذج الموارد المحدودة فإن الانا تتكون من تنمية محدودة من المصادر والتي تشبه الطاقة أو القوة والتي تنفق في تغيير وتجنب وتنظيم الاستجابات. (Stuke& Baumeister ,2006 : 89-90).

المحور الثاني: المعتقدات الوهمية Delusional Beliefs

نبذة تاريخية عن مفهوم المعتقدات الوهمية

استعمل مصطلح الوهم أول مرة عام (1420) عندما تم الإشارة إليه على انه (فعل تضليل شخص ما) , ولم يسجل على إنه يشير كلياً أو ضمنياً الى مرض او اضطراب عقلي حتى عام (1552) ومنذ ذلك الحين ,تطورت الأفكار المحيطة بالأوهام بشكل كبير , ونظرا الى الدور البارز الذي تلعبه الأوهام في تشخيص الاضطرابات العقلية , عمل الباحثون في مجال الطب النفسي بشكل عام على تحديده ضمن المتلازمات المرضية بدلاً من كونه احد الأعراض , وهو اتجاه بدأ بالأفكار المؤثرة لإيميل كريبلين Emil Kraepelin (1856 - 1926)، وهو طبيب نفسي ألماني تُعرفه موسوعة (هانز آيزنك لعلم النفس)، بأنه مؤسس الطب النفسي الحديث وعلم الأدوية النفسية وعلم الوراثة النفسية حيث يعتقد كريبلن أن الأصل الرئيس للأمراض النفسية هو قصور بيولوجي وراثي حيث سيطرت نظرياته على الطب النفسي في نهاية القرن التاسع عشر، وعلى الرغم من التأثير الكبير لسيغموند فرويد وتلاميذه، فقد تمتعت نظريات كريبلين بالكثير من الاهتمام مجدداً

في بداية القرن العشرين بينما أعلن عن معاييره السريرية الخاصة بجمع المعلومات عن طريق تحليل المختصين في العلاج النفسي السريري للحالات الفردية، وفي عام (1889) نشر كريبلين كتابه (Compendium of Psychiatry) دافع فيه عن عدد من التشخيصات النفسية , وكان لكل منها نمط نموذجي من الأعراض المتعلقة بأنواع مختلفة من أمراض الدماغ تضمنت اضطرابا يتميز بالتشتت ,والهلوسة , جنباً الى جنب مع التدهور العام في الإدراك وظهور الأوهام على شكل معتقدات مرضية وكانت هذه النقطة المرجعية الأولى لتشخيص المعتقدات الوهمية ومن ثم جاء العالم بلولر Blular الذي تأثر بأفكار فرويد ويرى ان القوى اللاواعية لعبت دوراً في المرض العقلي وجادل بأن الأوهام والهلوسة كانت نتيجة ردود فعل نفسية على المرض وليست سبباً له ومن ثم جاء الفيلسوف والطبيب النفسي الألماني كارل جاسبرز Karl Jaspers (1883-1969) وهو مختص في الطب النفسي وأحد فلاسفة ألمانيا المعدودين في القرن العشرين ولد في أولدنبورغ بألمانيا ,الذي عد الاصول النفسية للاضطرابات العقلية مهمة , وعزز فهم الاضطرابات النفسية عن طريق تقديم دراسة مفصلة لتاريخ الحالات الفردية للمرضى العصابيين وفي مقدمة التصنيفات التي اجراها وضع تصنيفا للأوهام, وميز بين الأوهام الاساسية التي كانت غير مفهومة والأوهام الثانوية حيث أشار الى انه يمكن وضع الاعتقاد الوهمي في سياق قصة حياة حاملها. (Leeser&O'Donohue, 1999:688)

فيما بعد وفي منتصف القرن العشرين بالإضافة إلى الأدبيات المتعلقة بمسببات الأوهام ووضعها كمعتقدات، ظهرت أدبيات متنامية في العلوم النفسية عن جوانب أخرى من طبيعة الأوهام وتأثير الأوهام على صحة الناس العقلية وتهدف هذه الأدبيات إلى معالجة مفهوم التجربة الوهمية والمعتقدات الوهمية في السياق الأوسع للبحوث النفسية والممارسة السريرية التي غالباً ما يتم

تطبيق المناقشات العامة في الطب النفسي على الأوهام بشكل أكثر تحديداً، مثل ما إذا كانت الأوهام أنواعاً طبيعية، وما إذا كانت ظاهرة مرضية. (Fulford, 1998:54)

وطرح المهتمون بطبيعة الأوهام عدداً من الأسئلة التي تسلط الضوء على نقاط جوهرية في الاوهام ومنها، كيف يمكننا تمييز الأوهام بصرف النظر عن الأمراض الأخرى التي تنطوي على إعاقات عقلية أو عجز معرفي؟ كيف يمكننا التمييز بين الأوهام والمعتقدات غير المرضية؟ حيث تهدف هذه الأسئلة إلى التعرف على ما يميز الأوهام، وما يجعلها مرضية، وتثير دراسة الأوهام أسئلة مفاهيمية حول القصدية، وحول العلاقة بين القصدية والعقلانية ومعرفة الانا، اضافة الى ذلك إلى إعادة النظر في التفاعل بين الإدراك والسلوك وما الذي يأتيأو لاً، التجربة أم المعتقد؟ (Campbell, 1999:43) وهل الأوهام قناعات غريبة تغير طريقة المرء في رؤية العالم، أم أنها فرضيات مصاغة لتفسير بعض التجارب غير العادية، ثم يتم إقرارها كمعتقدات؟ هل يجب وصف الأوهام على أنها معتقدات؟ظراً لأنها تشترك في ميزات مع الخيال كما اوضحها كوريCurrie (2000)، وتشترك مع الرغبات كما عبر عنها ايكن Egan (2009) وتتوافق مع التصورات كما عبر عنها هيوي وراجن Hohwy&Rajan (2012)، وهل يمكن أن تكون الأوهام معتقدات إذا كانت تمثل انحرافات كبيرة عن معايير العقلانية؟وغالباً ما لا تتفق مع معتقدات الشخص ولا تستجيب للأدلة المتاحة؟ (Colbert et al.,2006:1390).

مواصفات المعتقدات الوهمية

المعتقد هو إيمان ناشئ من مصدر لا شعوريُدر ه الإنسان على تصديق فكر أو رأي أو تأويل أي مذهبجزافاً , وسوف نرى أن العقل غريب في تكوين المعتقد , ولا يأخذ العقل في تبرير المعتقد إلا بعد أن يتم تأويله , ويجب أن نصف المعتقد هو كل ما عُمل بإيمان وتصديق , ومتى

ما استعان المرء في تحقيق صحة المعتقد أو التأكد منه بالتأمل والتجربة لا يضل معتقداً بل يصبح معرفة , إضافة إلى أن الاعتقاد يتم بدليل ذاتي وغير موضوعي خاضع للتحيز , أما اذا تم الاعتماد على أدلة موضوعية غير متحيزة إضافة للدليل الذاتي أصبحت معرفة , فالمعتقد والمعرفة أمران نفسيان يختلفان من حيث المصدر اختلافا تاماً , إذ أن المعتقد كناية عن إلهام لاشعوري ناشئ عن علل بعيدة عن إرادتنا والمعرفة عبارة عن اقتباس شعوري عقلي قائم على الاختبار والتأمل (لوبون , 2012: 15).

والمعتقدات ينبغي أن تتصف بما يأتي:

1أن تكون متماسكة مع بعضها أولاً وكجزء من شبكة أوسع من المعتقدات.

2. أن تكون مدعومة بأدلة كافية ذاتياً (أي أن صاحبها يثق في حقيقة المعتقد في حين أن الاتفاق الموضوعي ليس مهماً).

3. أن يكون لها تأثير على أفعال الفرد وعاطفته في ظل الظروف ذات الصلة. (ينطبق المعيار الثالث على جميع المعتقدات الى حدٍ ما ولكنه يتقلب مع قوة وأهمية المعتقد كونه ذو صلة خاصة بالمعتقدات القوية ذات الأهمية الشخصية). (Philips,2003:320)

عوامل تكوين المعتقدات الوهمية:

حدد بروكنجتون Brockington (1991(العوامل المتعلقة بتكوين المعتقدات الوهمية ولخصها في :

1. اضطرابات في عمل الدماغ.
2. تأثيرات الخلفية المزاجية والشخصية للفرد.
3. حب الذات (النرجسية).

4. تأثير العاطفة.
5. رد فعل على الاضطرابات الإدراكية.
6. رد فعل على تبدد الشخصية.
7. مرتبط مع الجهد المعرفي الزائد. (Brockington, 1991:79) .

أنواع الوهم

يقسم الوهم الى عدة أنواع منها حيث يصف جاسبر Jasper (1976) اربعة أنواع من الوهم:

1. **الأوهام البديهية أو الحدسية (الحدس الوهمي)** حيث تأتي الأوهام فجأة دونما سابق إنذار ومن دون سبب خارجي حيث تأتي الأوهام من العدم.
2. **الإدراك الوهمي:** حيث يتم تفسير الإدراك الطبيعي بالمعنى الوهمي.
3. **الشعور العام الوهمي (الجو الوهمي)** حيث يبدو العالم متغيراً أو غريباً أو شريراً .
4. **الذاكرة الوهمية:** حيث يقوم الاعتقاد الوهمي باستدعاء الذاكرة أو الذاكرة الخاطئة لتجربة سابقة. (Higgins,1990:119)

النظريات المفسرة للمعتقدات الوهمية

أولا: نظرية سيجموند فرويد في التحليل النفسي (1939)

يفترض فرويد أن الأوهام تنبع من الميول المثلية المكبوتة،بناءاً على دراسات الحالة التي أجراها، مع ذلك يمكن إيجاد طريقة للخروج من اللاوعي عن طريق بعض التشوهات التي تظهر على شكل اقتراحات في اللاوعي تدعى الأوهام وقد أشار فرويد الى بعض منها وهي:

- أوهام الاضطهاد: أنا أكرهه، هو يكرهني (بالتالي هو بعدي).
- أوهام الحب: أنا أحبها، هي تحبني.

- أوهام الغيرة: أنا أحبها، هي تحبه.
- أوهام العظمة: أنا لا أحبها، أنا أحب نفسي والجميع يحبوني (Sass,1994:355)

ثانيا: نظرية بافلوف السلوكية (1944)

قدم بافلوف وأتباعه انموذج التكييف الشرطي الكلاسيكي ومساهمات مهمة أخرى في علم النفس ، مثل تصنيف شخصية الافراد بناءا على أساس دراسة الجهاز العصبي, و يعد المؤيد الأول الى أن الشذوذ الإدراكي يمكن أن يسبب الأوهام، والتفسير الذي أعطاه هو أن الجمود المرضي لخلايا القشرة المخية والذي يؤدي فرط الإثارة أو النشاط للخلايا المحيطة بها تسبب أفكار ليس لها علاقة بالموضوع غير ذات صلة لدخول الوعي في حالة الأوهام وهي انعكاس لهذه الأفكار, تستمد فرضياته من الخصائص الأساسية للجهاز العصبي والتي اشار اليها بعمليتين فيسيولوجيتين هما الإثارة والتثبيط ,وكذلك خصائصه الرئيسية الثلاثة: القوة والتوازن والتنقل تحدث العمليات العصبية المثيرة والمثبطة بشكل مستقل، على الرغم من أنها تتفاعل مما يؤدي إلى حالات مختلفة من النشاط القشري تبعا لدرجة غلبة كل منها يشبه تعريف هذه المفاهيم ما نستخدمه حالياً عند الحديث عن الجهاز العصبي الودي وغير الودي.(Kircher&Davies,2003:37)

واشار بافلوف الى ذلك حيث يشرح الاختلافات بين الأفراد في السلوك بواسطة الخصائص العمليات المثيرة والمثبطة لكل شخص (أو حيوان) وتحدث عن "القوة" للإشارة إلى القدرة العامة على عمل الخلايا العصبية ، والتوازن بين الإثارة والتثبيط والحركية أو سرعة هذه العمليات وأوضح ان الاختلاف الرئيس بين البشر والحيوانات العليا الأخرى هو أن الأول كان قادراً على تطوير نظام الإشارة الثاني أو اللغة بينما تسمح ردود الفعل غير المشروطة بالتكيف من خلال الاتصال المباشر بين مستقبلات الكائنات الحية العليا والبيئة ، وسمحت ردود الفعل المشروطة

بالتكيف من خلال رد الفعل على سمح نظام الإشارة الثاني للبشر بالتفاعل مع الكلمات ، وقد سمح نظام الإشارة الثاني للمجموعة بتكوين ثقافة ، والذي يسمح لبعض الناس بتشكيل الوهم كنمط من استجابته إلى البيئة الخارجية عن طريقأو لاً ، قوة الإثارة و تثبيط العمليات العصبية الثانية ، التوازن بين الإثارة والكبتوأخير ا ، حركة أو تفاعل الجهاز العصبي.(Hohwy, 2013:43)

ثالثا: نظرية العامل الواحد لماهر (2003) (النظرية المتبناة)

يشير ماهر الى ان المعتقدات الوهمية ناتجة عن فشل إدراكي، والذي يمكن أن يكون تجربة إدراكية غير طبيعية (Maher, 1974:43) فيما عدها المناصرون لنظرية العامل الواحد انها تجربة غير طبيعية مصحوبة باختلالات أكثر اعتدالاً مثل التحيز المنطقي (, Garety & Freeman 1999:564) وبالنسبة لبعض منظري العامل الواحد، فإن الوهم هو فرضية معقولة بالنظر إلى غرابة التجربة، أو أن التجربة الغريبة بطريقة حسية أو في مرحلة معالجة حيث لا يتوفر لها المزيد من اختبارات الواقع. فيما يرى اخرون من منظري نظرية العامل الواحد من أنه قد يكون من المعقول صياغة فرضية وهمية، إلا أنه ليس من المنطقي الحفاظ عليها في مواجهة الأدلة المضادة فيما يسلط فريمان Freeman (2008(الضوء على الطبيعة المتعددة الأبعاد للمعتقدات الوهمية ويسرد الخصائص الرئيسة لها في ظل نظرية ماهر، ويوضح انه ليس فقط أن المعتقدات الوهمية قد لا أساس لها من الصحة، ومتماسكة بقوة، ومقاومة للتغيير، ولكن أيضا أنها مقلقة ومزعجة، وأنها تتدخل في البعد الاجتماعي لحياة الإنسان (Freeman,2008:24-26)

المحور الثاني: الدراسات السابقة

أولا: دراسات تناولت نضوب الانا

1- رضوان، اسماء، عبدالاله، حافظ، حافظ، نبيل (2019): علاقة نضوب الأنا بكلٍ من النوع والعمر لدي عينة من طلاب الجامعة

هدف هذا البحث إلى التعرف على نضوب الأنا وأثره على كل من النوع والعمر لدي طلاب الجامعة. وتكونت عينة البحث من (200) من طلاب جامعة سوهاج، ممن تتراوح أعمارهم ما بين (19-24) سنة. واستخدم البحث مقياس نضوب الأنا وأسفرت النتائج عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية موجبة بين متوسطات درجات أعمار عينة الدراسة علي مقياس نضوب الأنا ، كما كشفت عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات عينه البحث من الجنسين على مقياس نضوب الأنا وكانت هذه الفروق لصالح الذكور .

2- دراسة الشاذلي ومحمود (2019): نضوب الانا وعلاقته بقلق المستقبل لدى الطلبة الموهوبين

هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة كل من نضوب الانا وقلق المستقبل والعلاقة بينهما لدى عينة من الطلاب الموهوبين بالمرحلة الثانوية، اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي ، وشملت عينه الدراسة (90) من الطلاب الموهوبين بالصف الأول الثانوي العام بمحافظه سوهاج، طبق عليهم مقياس نضوب الانا إعداد الباحثين) ومقياس قلق المستقبل وقد أشارت نتائج الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية إيجابية وداله إحصائيا بين نضوب الانا وقلق المستقبل لدى عينه الدراسة، كما جاءت درجه نضوب الانا لديهم (متوسطة)، وكذلك درجة قلق المستقبل (متوسطة)، وقد وجدت فروق داله إحصائيا بين الذكور والاناث في نضوب الانا لصالح الذكور، بينما لم توجد فروق داله إحصائيا في قلق المستقبل تعزى إلى الجنس، ويعمل نضوب الانا كمنبئ بقلق المستقبل

3- عباس، انتظار (2022): نضوب الأنا وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة

هدف البحث الى التعرف على نضوب الانا والمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة وكذلك التعرف على الدلالة في الفروق الإحصائية لمتغيري (النوع–التخصص) لكلا المتغيرين فضلاً عن التعرف على العلاقة الارتباطية بين المتغيرين ودلالة الفروق في العلاقة بين كلا المتغيرين. إذ اتبعت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي لاستخراج نتائج البحث وتحقيق الأهداف اما عينات البحث التي استعملتها الباحثة فهي عينة التحليل الاحصائي المؤلفة من (400) طالب وطالبة من جامعة كربلاء، من التخصصات العلمية والإنسانية للعام الدراسي (2021–2022) اختيروا بأسلوب عشوائي طبقي ذي توزيع متساو وعينة االتطبيق لأساسية المؤلفة من (377) طالباً وطالبة من جامعة كربلاء الدراسة الصباحية. ولتحقيق أهداف البحث قامت الباحثة ببناء مقياس نضوب الأنا الذي بلغ عدد فقراته بصورته النهائية ((45 فقرة اعتمادا على أنموذج (Baumeister,1998) واستخرجت الباحثة الخصائص السيكومترية للمقياس من صدق وثبات إذ بلغ معامل ثابته بطريقة الفا كرو نباخ (94.0) وبطريقة أعادة الاختبار (0.89) بعدها تم تطبيق المقياس بصورته النهائية على عينة البحث الأساسية التي بلغ عددها(377)طالباٍ وطالبة اما المساندة الاجتماعية قامت الباحثة بتبني مقياس (الأعجم2013,) للمساندة الاجتماعية المكون من(40) فقرة بصورته النهائية واستخرجت الخصائص السيكومترية، وقد بلغ معامل ثباته بطريقة الفاكرونباخ (0.92) وبطريقة أعادة الاختبار(0.85) ثم طبقت الباحثة كلا المقياسين على عينة التطبيق وبعد انتهاء التطبيق استخدمت الوسائل الإحصائية التي تتناسب مع طبيعة وأهداف البحث الحالي إذ استعانت بالحقيبة الإحصائية للعلوم الاجتماعية وتوصل البحث الى نتائج ان طلبة الجامعة ليس لديهم نضوب للأنا و لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في نضوب الأنا وفق متغير النوع والتخصص ولا يتمتع طلبة الجامعة بالمساندة الاجتماعية ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية

في المساندة الاجتماعية وفق متغير النوع والتخصص وتوجد علاقة ارتباطية موجبة بين نضوب الأنا والمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة وتوجد فروق دالةإحصائياً بين نضوب الأنا والمساندة الاجتماعية حسب النوع ولصالح الذكور ولا توجد فروق دالةإحصائياً بين نضوب الأنا والمساندة الاجتماعية حسب التخصص

ثانيا: دراسات تناولت المعتقدات الوهمية

1-حاجم , شمس خضر(2021): المعتقدات الوهمية وعلاقتها بالهوية المرتهنة لدى طلبة الجامعة.

هدف البحث التعرف الى المعتقدات الوهمية لدى طلبة الجامعة والفروق ذات الدلالة الاحصائية في المعتقدات الوهمية لدى طلبة الجامعة على وفق متغيري الجنس (ذكور، اناث) والاختصاص (علمي، انساني) والهوية المرتهنة لدى طلبة الجامعة والفروق ذات الدلالة الإحصائية في الهوية المرتهنة لدى طلبة الجامعة على وفق متغيري الجنس (ذكور، اناث) والاختصاص (علمي، انساني) والعلاقة بين المعتقدات الوهمية والهوية المرتهنة لدى طلبة الجامعة ولتحقيق هذه الأهداف، قامت الباحثة ببناء أداة قياس المعتقدات الوهمية اعتمادا على نظرية ماهر (Maher,2003) والتي تكونت من (53) فقرة وبأربعة مجالات وخمسة بدائل على مقياس ليكرت، وتبنت مقياس (الدليمي،2019) لقياس الهوية المرتهنة لدى طلبة الجامعة الذي يتكون من (28) فقرة وأربعة مجالات،وطبق المقياسين على عينة بلغت (365) طالباً وطالبة اختيروا بالطريقة العشوائية ذات التوزيع المتناسب, من ستة كليات من جامعة بابل موزعين على وفق متغيري الجنس ، والتخصص, وبعد جمع المعلومات ومعالجتها إحصائياً باستعمال معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة، ولعينتين مستقلتين، وكذلك معامل ارتباط بيرسون والتحليل العاملي الاستكشافي ومربع كاي لحسن المطابقة

ومعادلة الفا كرونباخ وتحليل التباين الثنائي، توصل البحث إلى النتائج وهي وجود معتقدات وهمية لدى طلبة الجامعة ان الاناث يمتلكن معتقدات وهمية أكثر من الذكور والتخصصات الإنسانية أكثر من التخصصات العلمية ان طلبة الجامعة يمتلكون هوية مرتهنة وهي اعلى في التخصصات الإنسانية منها في العلمية وجود علاقة ارتباطية بين المعتقدات الوهمية والهوية المرتهنة.

2- دراسة جاكس واخرون (2004): هل ترتبط موضوعات المعتقدات الوهمية مع موضوعات مشاكل الحياة والاهداف؟

هدفت الدراسة الى معرفة العلاقة الارتباطية بين الموضوعات التحفيزية للأوهام وموضوعات التحفيزية لمشاكل الشخص وأهدافه وشملت العينة(200) فردا (120 من الاناث و80 من الذكور) من طلبة جامعة روتلج الامريكية وقام الباحثون بأعداد مقياس موضوعي للمعتقدات الوهمية على شكل صورة تعرض على المفحوصين وتحتها مجموعة من الاستجابات تمثل دلالة كل صورة معتقد وهمي يؤشر المفحوص امامه (بنعم او لا أو محايد) ولقياس اهداف الحياة تم تبني مقياس اهداف الحياة من دراسة وريك (Werick,2002) واستعملت عدة وسائل احصائية منها الاختبار التائي لعينتين مستقلتين وعينة واحدة والتحليل العاملي لكشف مصفوفة الارتباط بين المتغيرات وتحليل الانحدار المتعدد ومعامل بيرسون وبينت النتائج وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين مشاكل الحياة / أهداف الحياة والمعتقدات الوهمية.

3- دراسة سيس‌تي واخرون (2012): الضيق النفسي وعلاقته بمجالات المعتقدات الوهمية

هدفت الدراسة الارتباطية الى تقصي العلاقة بين مجالات المعتقدات الوهمية والضيق النفسي لدى عينة من طلبة الجامعة مكونه من (210) من الافراد يمثل الذكور ما نسبته (47%) من العينة وتمثل الاناث (53%) من العينة وبلغ متوسط اعمار المشاركين في الدراسة (22,7) واستعملت

عدة وسائل إحصائية في استخراج نتائج العينة منها معامل ارتباط بيرسون وتحليل الانحدار والتحليل العاملي بطريقة المكونات الأساسية واستخراج مصفوفة الارتباط وحساب المتوسطات والانحرافات المعيارية على أدوات القياس حيث استعمل لقياس المعتقدات الوهمية مقياس (BABS) المطور من قبل الباحثين من جامعة اوكسفور واستعمل مقياس (PDI-21) النسخة الإيطالية والذي يتكون من عدة مقاييس فرعية وب(60) فقرة لخمسة ابعاد لقياس الضيق النفسي وتوصلت النتائج الى جود علاقة ارتباطية موجبة بين المعتقدات الوهمية والضيق النفسي لدى المفحوصين وكذلك أظهرت النتائج ان المعتقدات الوهمية تمتلك القدرة على التنبؤ بالضيق النفسي لدى المفحوصين وان قيم المتوسطات للعينة الاناث كانت اعلى من قيم متوسطات الاستجابات لدى الذكور وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية للجنس تعزى لصالح الاناث.

الموازنة بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة

(1)**الهدف** : تباين هدف كل دراسة في التعرف على نضوب الانا والمعتقدات الوهمية وارتباطها بمتغيرات اخرى متنوعة ، فقد هدفت دراسة رضوان وحافظ (2019) فحص العلاقة بين نضوب الانا والجنس والعمر ، ودراسة الشاذلي ومحمود (2019) التي هدفت الى تعرف نضوب الانا وعلاقته بقلق المستقبل لدى الطلبة الموهوبين ودراسة عباس (2022) هدفت الى تعرف نضوب الأنا وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة اما فيما يخص المعتقدات الوهمية فدراسة حاجم (2021) هدفت الى تعرف المعتقدات الوهمية وعلاقتها بالهوية المرتهنة لدى طلبة الجامعة ودراسة جاكس واخرون (2004) التي سعت الى الإجابة عن سؤال هل ترتبط موضوعات المعتقدات الوهمية مع موضوعات مشاكل الحياة والاهداف؟ ودراسة سيس‌تي واخرون (2012)

التي هدفت الى تعرف الضيق النفسي وعلاقته بمجالات المعتقدات الوهمية اما الدراسة الحالية فهدفت الى التعرف على نضوب الانا وعلاقتها بالمعتقدات الوهمية لدى طلبة الجامعة.

(2)**حجم العينة:** اختلفت بعض الدراسات فيما بينها في حجم عيناتها وقد تراوحت بين (200-400) فرد اما الدراسة الحالية فقد بلغت (100) طالب وطالبة بواقع (50) ذكور و(50) اناث وهي تتناسب مع طبيعة العينة واهدافها.

(3)**أدوات الدراسة:** تعددت أدوات الدراسة وفق أهداف كل دراسة واشتركت في كونها جميعها مقاييس اما من اعداد الباحثين او تم تبنيها من دراسات سابقة في حين ان الدراسة الحالية تبنت الباحثة أدوات الدراسة وكما موضح في الملاحق.

(4)**منهج البحث:** تشابهت الدراسات السابقة في اتباع باحثيها منهج البحث الوصفي الارتباطي، وبذلك تشابهت مع منهج الدراسة الحالية.

(5)**النتائج:** اتفقت كل الدراسات في وجود علاقة ارتباطية بين نضوب الانا والمتغيرات الاخرى في الدراسة، وكذلك وجود علاقة ارتباطية بين المعتقدات الوهمية والمتغيرات الاخرى بينما تسعى الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة الارتباطية ما بين نضوب الانا والمعتقدات الوهمية لدى طلبة الجامعة.

جوانب الإفادة من الدراسات السابقة

لقد أفادت الباحثة من اطلاعها على الدراسات السابقة من وجوه عدة، ويمكن إجمالها في الآتي:

- الإفادة من المقاييس التي اعدت في الدراسات السابقة التي افادت الباحثة في اختيارها للمقاييس المناسبة لمتغيرات الدراسة.
- الإفادة من الأطر النظرية التي اعتمدها الباحثون في تفسير متغيرات بحوثهم.
- الإفادة من الدراسات السابقة في تفسير ما قد يتوصل اليه البحث من نتائج.
- كما أفادت الباحثة من الدراسات أيضاً في اختيارها لعينة البحث من حيث تحديد حجم العينة وتوزيعها.
- فضلاً عما سبق أفادت الباحثة من اختيار الوسائل الإحصائية المناسبة.

الفصل الثالث
منهجية البحث وإجراءاته

- منهج البحث
- مجتمع البحث
- عينة البحث
- اداتا البحث
- الوسائل الاحصائية

يتضمن هذا الفصلعرضاً لمنهجية البحث واجراءاتهبدءً بتحديد مجتمع البحث، وعينته، والمقاييس والتعرف على مؤشرات صدقها وثباتها، وانتهاءً بتطبيقها والوسائل الإحصائية المستعملة في معالجة البيانات وتحليلها وكما يأتي:

أولا: منهج البحث

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي، لكونه انسب المناهج لدراسة العلاقات الارتباطية بين المتغيرات والكشف عن العلاقة الارتباطية فيما بينها من اجل الوصف والتحليل للظاهرة المدروسة.

ثانيا: مجتمع البحث

يتألف مجتمع البحث الحالي من طلبة كلية التربية للعلوم الإنسانية/قسم العلوم التربوية والنفسية الدراسة الصباحية للعام الدراسي (2024/2023) والجدول (1) يوضح تفاصيل إضافية.

جدول (1) مجتمع البحث

ت	المرحلة	ذكور	اناث	المجموع الكلي
1	الأولى	31	69	100
2	الثانية	10	45	55
3	الثالثة	18	40	58
4	الرابعة	47	77	124
المجموع الكلي		106	231	337

ثالثا: عينة البحث

يقصد بالعينة عدد من المفردات التي يتم سحبها من المجتمع، على وفق طرق منهجية علمية من اجل ان تمثل المجتمع تمثيلا مناسبا (ملحم، 2005: 90)

بعد تحديد مجتمع البحث الحالي تم اختيار عينة البحث الحالي بالطريقة الطبقية العشوائية ذات التوزيع المتناسب[1] من قسم العلوم التربوية والنفسية وكما موضح بالجدول الاتي:

جدول (2) عينة البحث موزعة وفق التوزيع العشوائي

ت	المرحلة	ذكور	نسبتهم المئوية	اناث	نسبتهم المئوية	المجموع الكلي	نسبتهم المئوية
1	الثالثة	15	%25	15	%25	30	%50
2	الرابعة	15	%25	15	%25	30	%50
المجموع الكلي		30	%50	30	%50	60	%100

رابعا: اداتا البحث

لما كان البحث الحالي يهدف الى التعرف على العلاقة الارتباطية بين نضوب الانا والمعتقدات الوهمية لدى طلبة الجامعة تطلب وجود أداة لقياس نضوب الانا والمعتقدات الوهمية وكما يأتي:

- **مقياس نضوب الانا**

بعد الاطلاع على العديد من الدراسات والادبيات التي درست نضوب الانا، تبنت الباحثة مقياس عباس (2022) وذلك كونه اعتمد في بناء مقياسه على نظرية بوميستير ووجدت الباحثة انه من المناسب تطبيقه على العينة بسبب انه اعتمد ذات العينة وهي طلبة الجامعة.

[1] استخدم قانون النسبة المئوية الجزء / الكل * 100% لاستخراج قيم الاعداد وتوزيعها

1- الصدق الظاهري

يشير عالما النفس "Alen & Yen" ان من المهم عرض أي مقياس او اختبار على مجموعة من المحكمين، وذلك من اجل تقييم الدرجة التي يقيس فيها الاختبار ما صمم له من الفقرات التي تشكل بناء المقياس.(Alen&yen,1979:96)

ولغرض تحقيق ذلك فقد عرضت الفقرات بصيغتها الأولية على عدد من المحكمين وعددهم (10) في تخصص العلوم التربوية والنفسية ملحق (1) وبعد جمع اراء المحكمين وتحليلها تم التوصل الى استبقاء جميع فقرات المقياس الحاصلة على نسبة اتفاق اعلى من (80%) وقد أشار المحكمين الى اتفاقهم حول فقرات المقياس وكما موضح في الجدول ادناه.

جدول (3) نتائج اختبار صلاحية فقرات مقياس نضوب الانا بصيغته الاولية

الفقرات	التكرارات		نسبة اتفاقهم المئوية	الدلالة
	الموافقون	المعترضون		
1 - 30	10	0	%100	دالة

1- ثبات المقياس

يعد الثبات خاصية سايكومترية يجب التحقق منها لبيان صلاحية استعمال المقياس فضلا عن الصدق مما يجعله أكثر قوة ومتانة (فرج ،1989: 143)

استخدمت الباحثة طريقة التجزئة النصفية وتعتمد هذه الطريقة أساسا على تقسيم فقرات المقياس إلى قسمين أي تجزئة المقياس إلى نصفين يحصل كل فرد على درجة عن كل قسم وهكذا يصبح كل قسم وكأنه مقياس مستقل ولكن يتم الاختبار مرة واحدة، أي أنّ المدة الزمنية بين إجراء القسمة

معدومة، وبعد التصحيح نحسب درجة كل نصف (الأول والثاني) ثم نستخرج معامل الارتباط بين درجات الأفراد بين هذين القسمين (فرج، 1989: 82).

وقد بلغت قيمة معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية (77،0) وبما أن حساب الثبات بالتجزئة النصفية، هو عبارة عن ثبات نصف الاختبار وليس كله، لذلك ينبغي تصحيح معامل الارتباط الذي يمثل معامل الثبات في التجزئة النصفية بمعادلة سبيرمان – براون وقد بلغ معامل الثبات هذا بعد التصحيح (0.87).

وصف مقياس بصيغته النهائية

بعد التحقق من الصدق والثبات لمقياس نضوب الانا أصبح بصيغته النهائية يتكون من (30) فقرة يستجيب في ضوئها المفحوص على خمسة بدائل ((تنطبقعليّ تماماً، تنطبقعليّ غالبا، تنطبق عليّ أحياناً، تنطبق عليّ نادراً، لا تنطبق عليّ ابداً)) وتعطي لها عند التصحيح الدرجات (1,2,3,4,5) على التوالي وللحصول على الدرجة الكلية للمفحوص لابد جمع الدرجات لكل استمارة حيث بلغت اعلى درجة يحصل عليها المفحوص (150) درجة واقل درجة يحصل عليها المفحوص (30) والملحق (2) يتضمن المقياس بصورته النهائية.

- **مقياس المعتقدات الوهمية**

بعد الاطلاع على العديد من الدراسات والادبيات التي درست المعتقدات الوهمية، تبنت الباحثة مقياس الذبحاوي (2021) والتي اعتمدت على تعريف فريث وفريث (1999) ونظرية ماهر (2003) ووجدت الباحثة انه من المناسب تطبيقه على افراد العينة لحداثته واستخدامه ذات العينة.

1- **الصدق الظاهري**

عرضت الفقرات بصيغتها الأولية على عدد من المحكمين وعددهم (10) في تخصص العلوم التربوية والنفسية وبعد جمع اراء المحكمين وتحليلها تم التوصل الى استبقاء جميع فقرات المقياس الحاصلة على نسبة اتفاق اعلى من (80%) وقد أشار المحكمين الى اتفاقهم حول فقرات المقياس وكما موضح في الجدول ادناه.

جدول (4) نتائج اختبار صلاحية فقرات مقياس المعتقدات الوهمية بصيغته الاولية

الفقرات	التكرارات		النسبة المئوية	الدلالة
	الموافقون	المعترضون		
30 - 1	10	0	%100	دالة

2- **ثبات المقياس**

استخدمت الباحثة طريقة التجزئة النصفية وتعتمد هذه الطريقة أساساً على تقسيم فقرات المقياس إلى قسمين أي تجزئة المقياس إلى نصفين يحصل كل فرد على درجة عن كل قسم وهكذا يصبح كل قسم وكأنه مقياس مستقل ولكن يتم الاختبار مرة واحدة، أي أنّ المدة الزمنية بين إجراء القسمة معدومة، وبعد التصحيح نحسب درجة كل نصف (الأول والثاني) ثم نستخرج معامل الارتباط بين درجات الأفراد بين هذين القسمين (فرج، 1989: 82).

وقد بلغت قيمة معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لنصفي الاختبار (792،0) وبما أن حساب الثبات بالتجزئة النصفية ، هو عبارة عن ثبات نصف الاختبار وليس كله ، لذلك ينبغي تصحيح معامل الارتباط الذي يمثل معامل الثبات في التجزئة النصفية بمعادلة سبيرمان – براون وقد بلغ معامل الثبات هذا بعد التصحيح (883،0).

2- وصف مقياس بصيغته النهائية:

بعد التحقق من الصدق والثبات لمقياس المعتقدات الوهمية اصبح بصيغته النهائية يتكون من (30) فقرة يستجيب في ضوئها المفحوص على خمسة بدائل ((تنطبق عليّ تماماً، تنطبق عليّ غالبا، تنطبق عليّ أحياناً، تنطبق عليّ نادراً، لا تنطبق عليّ ابداً)) وتعطي لها عند التصحيح الدرجات(1,2,3,4,5) على التوالي وللحصول على الدرجة الكلية للمفحوص لابد جمع الدرجات لكل استمارة حيث بلغت اعلى درجة يحصل عليها المفحوص (150) درجة واقل درجة يحصل عليها المفحوص (30) والملحق (3) يتضمن المقياس بصورته النهائية.

خامسا: التطبيق النهائي

بعد إكمال إعداد أداتي البحث وبعد أن تحقق الصدق والثبات قامت الباحثة بتطبيق الأداتين على عينة البحث البالغ عددها (60) طالبا وطالبة من طلبة كلية التربية قسم العلوم التربوية والنفسية للعام الدراسي (2023 – 2024) الدراسة الصباحية واستمرت مدة التطبيق من (2023/12/10) إلى (2023/12/25).

سادسا: الوسائل الإحصائية

من اجل تحقيق اهداف البحث استخدمت عدة وسائل إحصائية التي تضمنت الوسائل التالية:

1- الوسط الحسابي

$$م = \frac{مج\ س}{ن}$$

2- الاختبار التائي لعينة واحدة

$$ت = \frac{م - أ}{\sqrt{\frac{ع}{ن}}}$$

3- معامل ارتباط بيرسون

$$ر = \frac{ن \text{ مجـ } (س \times ص) - \text{مجـ } س \times \text{مجـ } ص}{\sqrt{[ن \text{ مجـ } س^2 - (\text{مجـ } س)^2] \times [ن \text{ مجـ } ص^2 - (\text{مجـ } ص)^2]}}$$

4- معادلة سبيرمان – براون لتصحيح الثبات

$$\text{معامل الثبات} = \frac{2 ر}{1 + ر}$$

5- معادلة الانحراف المعياري

$$ع = \sqrt{\frac{ن \text{ مج } س2 - (\text{مج } س)2}{ن2}}$$

6- الوسط الفرضي

عدد الفقرات X مجموع البدائل

الوسط الفرضي = ــ

عدد البدائل

7- الاختبار التائي لمعامل الارتباط

$$ت_{ر} = \frac{ر}{\sqrt{\frac{1-(ر)2}{ن-2}}}$$

الفصل الرابع
عرض النتائج وتفسيرها

- عرض النتائج
- الاستنتاجات
- التوصيات
- المقترحات

سيتم في هذا الفصل عرض النتائج التي توصل اليها البحث على وفق الأهداف ومناقشتها وكما يأتي:

الهدف الأول: التعرف على نضوب الانا لدى طلبة الجامعة.

لغرض تحقيق هذا الهدف تم تحليل إجابات افراد عينة البحث على مقياس نضوب الانا وظهر ان الوسط الحسابي لإجاباتهم قد بلغ (144,127) وبانحراف معياري (14,221) وهو اعلى من الوسط الفرضي للمقياس والبالغ (90) وعند مقارنة المتوسط الحسابي لعينة البحث بالمتوسط الفرضي من خلال استعمال اختبار لعينة واحدة ظهر ان القيمة التائية المحسوبة بلغت (78.45) وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (1،96) لذلك فهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة (0،05) وبدرجة حرية (59) كما موضح في الجدول (5)

جدول (5) نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لمقياس نضوب الانا

عدد افراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة	الدلالة
				المحسوبة	الجدولية		
60	144,127	14,221	90	78.45	1,96	0,05	دال

وتشير النتيجة الى ان عينة البحث يتمتعون بنضوب الانا ويمكن تفسيرها في ان الطلبة يعانون من الضغوط الدراسية إضافة الى الضغوط الاجتماعية وارتباط اغلبهم بالتزامات اجتماعية ومسؤوليات مع تقدمهم بالعمر حيث يرى بوميستر ان "استنفاد الأنا" حالة لا تمتلك فيها "الأنا" جميع الموارد التي تمتلكها عادةً لهذا السبب، تعتمد بعض الوظائف التنفيذية المسؤولة عنها (مثل التنظيم الذاتي واتخاذ القرار والتفعيل السلوكي) على عدد الموارد التي تم استهلاكها أو توفره أنه كلما زاد استنفاد الأنا، قل الشعور بالذنب و / أو التعاطف حيث تقل احتمالية ممارسة السلوكيات الاجتماعية الإيجابية على

وجه الخصوص هذا المورد مهم لجميع محاولات ضبط النفس وليس هناك حاجة ألية باستثناء ضبط النفس " قوة الانا " تكون محددة وان مقدارها امر بالغ الاهمية لنجاح ضبط النفس اذ يستنفذ التحكم بعضاً من مجهود الانا لدى الفرد.

الهدف الثاني : التعرف على المعتقدات الوهمية لدى طلبة الجامعة.

لغرض تحقيق هذا الهدف تم تحليل إجابات افراد عينة البحث على مقياس المعتقدات الوهمية وظهر ان الوسط الحسابي لإجاباتهم قد بلغ (101,45) وبانحراف معياري (18,76) وهو اعلى من الوسط الفرضي للمقياس والبالغ (90) وعند مقارنة المتوسط الحسابي لعينة البحث بالمتوسط الفرضي من خلال استعمال اختبار لعينة واحدة ظهر ان القيمة التائية المحسوبة بلغت(4.72) وهي اكبر من القيمة الجدولية البالغة(1،96) لذلك فهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة(0،05) وبدرجة حرية(59) كما موضح في الجدول (6)

جدول (6) نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لمقياس المعتقدات الوهمية

عدد افراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة	الدلالة
				المحسوبة	الجدولية		
60	101.45	18,76	90	4.72	1,96	0,05	دال

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ان الثورة المعرفية ، والانفتاح التكنولوجي الذي نعيش واقعه وتوفر مصادر معلومات غزيرة وغير دقيقة، عن طريقها ولاطلاع النشئ الجديد على أيديولوجيات مختلفة قد يؤدي تبنيها والاعتقاد بها الى تغيير في السلوك، وان هذه المعتقدات قد تكون المعتقدات الشاذة ووهمية وقد يقع الطلبة نتيجة لذلك بالانشغال بها (أي أنها تشغل تفكير الفرد ويستغرق بها) مما تولد لديه الضيق والانزعاج , إضافة إلى كونها تتصادم مع الأداء الاجتماعي للفرد أي تعطيل دور

الفرد اجتماعيا كما وضحها فريمان (1999) Freeman من إن تعطيل دور الفرد اجتماعيا وعرقلة عملياته المعرفية في مرحلة الشباب والتي تعد مرحلة حرجة في نمو الفرد بوصفها مرحلة الميلاد النفسي الحقيقي , التي تشهد التغيير الكيفي الفعلي في الشخصية

الهدف الثالث: تعرف العلاقة الارتباطية بين نضوب الانا والمعتقدات الوهمية لدى طلبة الجامعة.

تحقيقا لهذا الهدف تم حساب معامل الارتباط بين درجات الطلبة للعينة الاحصائية البالغة (60) طالبا وطالبة على مقياس نضوب الانا والمعتقدات الوهمية وذلك باستعمال معامل ارتباط بيرسون وتبين ان هنالك علاقة ارتباطية طردية حيث بلغ معامل الارتباط (0.87) وبما انه ليس بالإمكان الحكم على قيمة الارتباط نلجأ الى تحويله الى القيمة التائية ومقارنته بالقيمة الجدولية وقد بلغت القيمة التائية (13.34) وهي اعلى من القيمة الجدولية والبالغة (1.96) وهذا يدل على وجود علاقة ارتباطية بين نضوب الانا والمعتقدات الوهمية أي كلما زاد نضوب الانا زادت المعتقدات الوهمية.

جدول (7) اختبار تحويل معامل ارتباط بيرسون الى القيمة التائية

العينة	قيمة معامل الارتباط المحسوب	الاختبار التائي لمعامل الارتباط	القيمة الجدولية التائية	مستوى الدلالة 0,05
60	0,87	13.43	1.96	دالة

الاستنتاجات:

في ضوء ما توصلت إليه الباحثة من نتائج في البحث الحالي يمكن استنتاج ما يأتي:

- ان نضوب الانا لدى الطلبة يعطي معتقدات وهميه لديهم لانها تؤثر بشكلٍ مباشرٍ في أنماط السلوك والتفكير، بحيثيُمكن أن تكون إيجابية أو سلبية فالأفراد الذين لديهم شعور إيجابي بكفاءتهم الذاتية يميلون في تفكيرهم نحو تحليل المشكلات محاولين التوصل الى حلول منطقية مما يؤثر في سلوكهم بشكلٍ فعّال
- ان لدى الطلبة معتقدات وهمية تتعلق بالطابع الاجتماعي الذي يعيشونه وكثرة ما يتلاقونه من معلومات من مصادر متعددة ومنها وسائل التواصل الاجتماعي.
- توجد علاقة ارتباطية طردية بين نضوب الانا والمعتقدات الوهمية لدى الطلبة أي انه كلما زادت المعتقدات الوهمية زاد نضوب الانا لدى الطلبة.

التوصيات:

في ضوء نتائج البحث تضع الباحثة التوصيات الآتية:

- على وحدات الارشاد النفسي اعتماد برامج لغرض تخفيض نضوب الانا والذي هو مكون سلبي لدى الطلبة
- إقامة ندوات علمية وارشادية حول المعتقدات الوهمية لدى طلبة الجامعة لإيضاح ضررها على السلوك وأيضا على الأداء الدراسي.

المقترحات:

استكمالا للبحث الحالي وتطويرا له تقترح الباحثة إجراء دراسات لاحقة مثل:

1- اجراء دراسة لمعرفة العلاقة بين نضوب الانا والصحة النفسية لدى طلبة الجامعة.

2- اجراء دراسة عن علاقة المعتقدات الوهمية بـالسمات الشخصية، أساليب التعلم.

ال مصادر

ال مصادر

- حاجم , شمس خضر(2021): المعتقدات الوهمية وعلاقتها بالهوية المرتهنة لدى طلبة الجامعة, رسالة ماجستير غير منشورة , جامعة بابل, العراق.
- رضوان , أسماء أبو بكر (2019): نضوب الانا وعلاقته بالاكتئاب لدى طلبة الجامعة: دراسة سيكومترية – اكلينيكية (رسالة ماجستير , كلية التربية , جامعة عين شمس, مصر).
- رضوان, اسماء , عبدالاله , حافظ , حافظ , نبيل (2020) : علاقة نضوب الأنا بكلٍ من النوع والعمر لدي عينة من طلاب الجامعة , مجلة كلية التربية , جامعة القاهرة , العدد (166), مصر.
- الساعاتي، سامية (2003): المرأة والمجتمع المعاصر، الهيئة المصرية للكتاب، القاهرة، مصر.
- الشاذلي , وائل أحمد سليمان , محمود , محمد عبدالعظيم محمد (2019): نضوب الانا وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من الطلاب الموهوبين بالمرحلة الثانوية , مجلة كلية التربية , جامعة أسيوط , المجلد (5) , العدد (6), مصر.
- فرج، صفوت (1989): القياس النفسي، ط 2، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة – مصر.
- لوبون، غوستاف (2012): الاراء والمعتقدات، مؤسسة هنداوي، ط1 , لندن، انكلترا.
- ملحم، سامي محمد (2005): القياس والتقويم في التربية وعلم النفس، ط 3، دار المسيرة، عمان، الأردن.

- Adams, G. R. (1999). Blackwell handbook of adolescence (2nd Ed) (pp. 205-226). Oxford, UK: Blackwell
- Allen, M-J & yen, W, M (1979) Introduction to Meadsurement Theory, Califrnis Brook Sicole, U.S.A, 45(8).
- American Psychiatric Association.(APA) (2000). Diagnostic and statistical manual of mental disorders, (4th ed., text revision). Washington, DC: American Psychiatric Association.
- Baumeister, R. F.& Vohz, K. D. (2007). Self- Regulation. Ego depletion. And motivation. Social and Personality Psychology Compass, 1(1), 115–128.
- Bertrams A., Englert C, (2012). Anxiety, ego depletion, and sports performance. journal of Sport Exercises Psychology., 34(5),580-99.
- Brockington, I. F. (Eds.). (1991). The closure of mental hospitals. Gaskell/Royal College of Psychiatrists.

- Chang, W.C., C.L.M. Hui, J.Y.M. Tang, G.H.Y. Wong, M.M.L. Lam, S.K.W. Chan, E.Y.H. Chen.(2011):Persistent negative symptoms in first-episode schizophrenia: a prospective three-year follow-up study Schizophr. Res., 133, 22-28.
- Colbert, S.M., Peters, E.K., Garety, P.A., (2006). Need for closure and anxiety in delusions: A longitudinal investigation in early psychosis, Behavior Research and Therapy, 44 (10): 1385–1396.
- Dahm, T., Neshat-Doost, H. T., Golden, A. M., Horn, E., Hagger, M., & Dalgleish, T. (2011). Age shall not weary us: Deleterious effects of self-regulation depletion are specific to younger adults. PlOS one, 6(10).
- Damasio, A. R. (2000). A second chance for emotion. In R. D. Lane, L. Nadel (Eds.), Series in affective science. Cognitive neuroscience of emotion (p. 12–23). Oxford University Press.
- Freeman, D. (2006). Delusions in the nonclinical population. Current Psychiatry Reports, 8, 191-204
- Freeman, D., Garety, P. A. (1999). Cognitive approaches to delusions: A critical review of theories and evidence, British Journal of Clinical Psychology, 38: 113–154.
- Friese, M. , Loschelder, D. , Gieseler, K., Frankenbach, J.& Inzlicht, M. (2019). Is Ego Depletion Real? An Analysis of Arguments. Personality and Social Psychology Review, 23(2) 107–131.
- Frith C.D, Frith U.(1999): Interacting minds-a biological basis, 286:1692–1695.
- Fulford, K.W.M., (1998). Completing Kraepelin's psychopathology: Insight, delusion and the phenomenology of illness, in X. F. Amador and A. David (eds.) Insight and Psychosis, Oxford: Oxford University Press: 47–65.
- Higgins, E. T. (1990). Personality, social psychology, and person-situation relations: Standards and knowledge activation as a common language. In L. A. Pervin (Ed.), Handbook of personality: Theory and research, 301–338. The Guilford Press.

- Hohwy, J., (2013). The Predictive Mind, Oxford and New York: Oxford University Press.
- Kaygusuz .C ; Duyan G; Oksal A; Duyan V . (2015) . The Effects of Some Socio-Demographic and Academic Characteristics of University Students on Self-Control . American International Journal of Social Science , 4(5) , 162-168 .
- Kircher, T. , David, A. (2003). The Self in Neuroscience and Psychiatry, Cambridge: Cambridge University Press.
- Leeser, J., O'Donohue, W., (1999). What is a delusion? Epistemological dimensions, Journal of Abnormal Psychology, 108(4): 687–694.
- Maher, B.A. (1988). Anomalous experience and delusional thinking: The logic of explanations, in T.F. Oltmann and B.A. Maher (eds.) Delusional Beliefs, New York: Wiley, 15–33.
- Phillips, J., (2003). Psychopathology and the narrative self, Philosophy, Psychiatry & Psychology, 10 (4): 313–328.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2008). From ego depletion to vitality: Theory and findings concerning the facilitation of energy available to the self. Social and Personality Psychology Compass, 2(2), 702-717 .
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2008). From ego depletion to vitality: Theory and findings concerning the facilitation of energy available to the self. Social and Personality Psychology Compass, 2(2), 702-717 .
- Sass, L., (1994). The Paradoxes of Delusion: Wittgenstein, Schreber, and the Schizophrenic, Mind, Ithaca, Cornell University Press.
- Stucke, T. S., & Baumeister, R. F. (2006). Ego depletion and aggressive behavior: Is the inhibition of aggression a limited resource?. European Journal of Social Psychology, 36(1), 1-13 .
- Stucke, T. S., & Baumeister, R. F. (2006). Ego depletion and aggressive behavior: Is the inhibition of aggression a limited resource?. European Journal of Social Psychology, 36(1), 1-13 .

-

الملاحق

ملحق (1) أسماء السادة المحكمين في تقويم أدوات البحث

ت	اللقب العلمي	اسم المحكم	التخصص
1	ا. د	علي محمود كاظم	علم النفس السريري
2	ا.د	مدين نوري طلاك	علم نفس الخواص
3	أ.د	علي حسين المعموري	علم النفس التربوي
4	أ.م.د	رقيه هادي عبد صاحب	علم النفس التربوي
5	أ.م.د	صادق كاظم الشمري	علم النفس التربوي
6	أ.م.د	عمران عبد صكب	طرائق تدريس
7	أ.م.د	فارس مطشر	طرائق تدريس
8	أ.م.د	متمم جمال الياسري	طرائق تدريس
9	م.د	رنا فليح عبيس	علم النفس العام
10	م.د	مروان الساعدي	علم النفس التربوي

ملحق (2)

جامعة بابل
كلية التربية للعلوم الانسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية

الدراسات الاولية

م / استبيان اراء المحكمين حول صلاحية فقرات مقياس نضوب الانا

حضرة الأستاذ..... الفاضل المحترم

تحية طيبة:

تروم الباحثة اجراء بحثها الموسوم ب(نضوب الانا وعلاقته بالمعتقدات الوهمية لدى طلبة الجامعة) ولتحقيق اهداف البحث تطلب وجود اداة لقياس (نضوب الانا) وبعد الاطلاع على الادبيات والبحوث السابقة اعتمدت الباحثة على مقياس عباس (2022) والذي يتكون من (30) فقرة والذي اعتمد تعريف بوميستير والذي عرفه (حالة من انخفاض المؤقت في قدرة الانا او الارادة الازمة لأداء الافعال الارادية مثل التحكم في البيئة والتحكم الذاتي والاختيار وهذا الانخفاض ينتج ن الاستخدام السابق والمتكرر لموارد الانا مما يؤدي الى نفاذ هذا المصدر). (Baumeister et al.,1998: 1252)

وبالنظر لما نعهده فيكم من خبرة وعلمية فذة في هذا المجال نود الاستنارة بارائكم السديدة في الحكم على صلاحية فقرات المقياس وبدائله وذلك بوضع علامة صح تحت الحقل الذي يمثل ارائكم أو ما تبدونه من ملاحظات علما ان بدائل المقياس (تنطبق علي دائما، تنطبق علي غالبا، تنطبق علي أحيانا، تنطبق علي نادرا، لا تنطبق ابدا).

ولكم جزيل الشكر والامتنان لتعاونكم

اسم الخبير:

اللقب العلمي:

التخصص الدقيق:

المشرف **الباحثة**

أ.د شيماء حمزة **تيجان احمد عبود**

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
1	أتشاجر مع الآخرين بسرعة.			
2	أشعر بالضيق من نفسي.			
3	يصعب على زملائي فهمي.			
4	أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين.			
5	أشعر أن زملائي أفضل مني.			
6	يصعب علي تذكر ما استذكره.			
7	أشعر بالتعب بسرعة.			
8	أشعر بالحزن في معظم الاوقات.			
9	أشعر أن زملائي لا يفهموا آرائي.			
10	أفضل مشاهدة المباريات الرياضية أكثر من الاشتراك بها.			
11	أشعر أن والدي لا يثقون بي.			
12	أشعر بعدم الرضا عن أدائي في العمل.			
13	أشعر بالخجل عندما أتحدث مع الآخرين.			
14	لا أشعر بالراحة والسرور عندما أذهب إلى العمل.			
15	أشعر دائماً بالقلق في موقف الاختبار.			

16	أشعر بالضيق من شكلي ومظهري.			
17	أنا عصبي.			
18	أجد صعوبة في فهم معظم القرارات والأنظمة.			
19	أشعر بعدم الرضا عن الأشياء من حولي.			
20	أميل إلى البطء في الانتهاء من أي عمل.			
21	أعتبر أن تصرفاتي سيئة بالمنزل.			
22	أخاف من أتفه الأشياء.			
23	لا أجد صعوبة في شرح وتوضيح الأمور أمام زملائي.			
24	الآخرون لا يهتم بأفكاري وآرائي.			
25	أشعر بالخجل من مظهري.			
26	أشعر بالخوف في كثير من الأحيان.			
27	لا أميل إلى الألعاب الرياضية العنيفة.			
28	أن متقلب المزاج.			
29	أشعر بالضيق عندما يطلب مني الإجابة عن سؤال معين.			
30	أنا سيئ الحظ.			

ملحق (3)

مقياس نضوب الانا بصورته النهائية

جامعة بابل

كلية التربية للعلوم الانسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

عزيزي الطالب...عزيزتي الطالبة....

بين يديك مجموعة من الفقرات تعبر عن ارائك ازاء بعض المواقف الحياتية قد تنطبق عليك او لا تنطبق يرجى قراءة جميع الفقرات المرفقة طيا بدقة والاجابة عنها بوضع علامة (√) تحت البديل الذي تراه مناسبا والذي يمثل اختيارك ولا توجد اجابة صحيحة واخرى خاطئة وان لا تترك أي فقرة من دون اجابة علما ان هذه الاجابات ستكون لأغراض البحث العلمي ولا حاجة لذكر الاسم

شكرا لتعاونكم معنا ... مع وافر شكري وامتناني

ملاحظة : يرجى تدوين البيانات الاتية :

الجنس : ذكر: ☐ انثى: ☐ المرحلة : ثالثة ☐ رابعه ☐

مثال توضيحي : اذا كان اختيارك الفقرة (تنطبق علي تماما) كما موضح في المثال ادناه , نضع علامة (√) في المربع المقابل للبديل الذي يمثل رأيك واختيارك

ت	الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي أحيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق ابدا
1	أتحدى الصعاب، وأعتقد أن مهاراتي تمكنني من مواجهتها	√				

املا منكم التعاون .... مع جزيل الشكر والامتنان

الباحثة

تيجان احمد عبود

ت	الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي أحيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق ابدا
1	أتشاجر مع الآخرين بسرعة.					
2	أشعر بالضيق من نفسي.					
3	يصعب على زملائي فهمي.					
4	أجد صعوبة في التعامل مع الآخرين.					
5	أشعر أن زملائي أفضل مني.					
6	يصعب علي تذكر ما استذكره.					
7	أشعر بالتعب بسرعة.					
8	أشعر بالحزن في معظم الاوقات.					
9	أشعر أن زملائي لا يفهموا آرائي.					
10	أفضل مشاهدة المباريات الرياضية أكثر من الاشتراك بها.					
11	أشعر أن والدي لا يثقون بي.					
12	أشعر بعدم الرضا عن أدائي في العمل.					
13	أشعر بالخجل عندما أتحدث مع الآخرين.					
14	لا أشعر بالراحة والسرور عندما أذهب إلى العمل.					
15	أشعر دائماً بالقلق في موقف الاختبار.					
16	أشعر بالضيق من شكلي ومظهري.					
17	أنا عصبي.					
18	أجد صعوبة في فهم معظم القرارات والأنظمة.					

19	أشعر بعدم الرضا عن الأشياء من حولي.					
20	أميل إلى البطء في الانتهاء من أي عمل.					
21	أعتبر أن تصرفاتي سيئة بالمنزل.					
22	أخاف من أتفه الأشياء.					
23	لا أجد صعوبة في شرح وتوضيح الأمور أمام زملائي.					
24	الآخرون لا يهتم بأفكاري وآرائي.					
25	أشعر بالخجل من مظهري.					
26	أشعر بالخوف في كثير من الأحيان.					
27	لا أميل إلى الألعاب الرياضية العنيفة.					
28	أن متقلب المزاج.					
29	أشعر بالضيق عندما يطلب مني الإجابة عن سؤال معين.					
30	أنا سيئ الحظ.					

ملحق (4)

جامعة بابل
كلية التربية للعلوم الانسانية
قسم العلوم التربوية والنفسية
الدراسات الاولية

م / استبيان اراء المحكمين حول صلاحية فقرات مقياس المعتقدات الوهمية

حضرة الأستاذ..... الفاضل المحترم

تحية طيبة:

تروم الباحثة اجراء بحثها الموسوم ب(نضوب الانا وعلاقته بالمعتقدات الوهمية لدى طلبة الجامعة) ولتحقيق اهداف البحث تطلب وجود اداة لقياس (المعتقدات الوهمية) وبعد الاطلاع على الادبيات والبحوث السابقة اعتمدت الباحثة على مقياس الذبحاوي (2021) وتعريف ماهر (2003):

معتقدات تتسم بالثبات الزمني وغير حقيقية وكاذبة يتم الاحتفاظ بها على وجه اليقين وليس بما يتماشى مع السياق الاجتماعي والثقافي المعتاد، وتوصف بالانحراف عن الواقع وارتباطها مع قناعة غير عادية وغير خاضعة للمنطق وذات محتوى خاطئ أو عبثي يظهر بوضوح للآخرين. (Maher,2003:67)

وبالنظر لما نعهده فيكم من خبرة وعلمية فذة في هذا المجال نود الاستنارة بارائكم السديدة في الحكم على صلاحية فقرات المقياس وبدائله وذلك بوضع علامة صح تحت الحقل الذي يمثل ارائكم أو ما تبدونه من ملاحظات علما ان بدائل المقياس (تنطبق علي دائما، تنطبق علي غالبا، تنطبق علي أحيانا، تنطبق علي نادرا، لا تنطبق ابدا)

ولكم جزيل الشكر والامتنان لتعاونكم

اسم الخبير:

اللقب العلمي:

التخصص الدقيق:

المشرف **الباحثة**

أ.د شيماء حمزة **تيجان احمد عبود**

ت	الفقرات	صالحة	غير صالحة	التعديل
1	أعتقد أن زملائي في الدراسة يحاولون مضايقتي بأستمرار			
2	أؤمن بعالم التنجيم وتأثير حركة الكواكب والنجوم ومواقعها على حياتنا			
3	أعتقد أن جسمي أو جزءاً منه مشوه أو قبيح			
4	لدي الثقة بأنني شخص أستثنائي لا مثيل لي			
5	أشعر دائماً بأنني مراقب قبل الأجهزة الأمنية ورجال الشرطة			
6	أعتقد أن بعض أعضاء جسدي لا تؤدي وظائفها بشكل جيد			
7	أظن أن الأفراد في الخارج يمكن أن يؤذوني أو يشوهوني			
8	أثق بأنني سأصاب بالمرض اذا لمست مقابض الأبواب			
9	أؤمن بالسحر والشعوذة فهي جزء من أعتقادي			
10	أؤمن بوجود حياة خارج كوكب الارض			
11	بعض الأفراد يفعلون اموراً او يقولون أشياءاً تحمل تلميحات موجهة تحديداً لي			
12	أثق أنني سأصاب بالسرطان إذا تناولت الفاكهة المعالجة وراثيا			
13	الشخص الذي أراه في المرآة ليس أنا أحيانا			
14	أشعر أن جميع من حولي يحاولون أستغلالي			
15	15-أثق بوجود الاشباح والارواح الشريرة			
16	أؤمن بأن الروح تنجو او تتسامى عن الجسد بعد الموت			
17	أظن أن جسدي مليء بالطفيليات والمايكروبات			
18	من الصعب أن أتحكم كلياً بأفعالي أو أقوالي			

19	أرى أنه لابأس في تناول المخدرات			
20	أظن أن العالم قد شارف على الانتهاء			
21	أؤمن بأن الأرض هي مركز الكون			
22	أعتقد أن جزءاً من جسدي لا ينتمي لي			
23	أتمسك بمعتقداتي وأفكاري بشدة			
24	المعتقدات تغير مواقفي وقراراتي			
25	تؤثر المعتقدات على الطريقة التي أشعر بها			
26	تحدد معتقداتي طريقة تعاملي مع الاخرين			
27	أعتقد أن معتقداتي حقيقة وليست خاطئة			
28	أعد نفسي شخص متدينا			
29	أؤمن بالخوارق وبأشياء غير موجودة			
30	أعد معتقداتي جزءاً مهما من مكونات شخصيتي			

ملحق (5)

مقياس المعتقدات الوهمية بصورته النهائية

جامعة بابل

كلية التربية للعلوم الانسانية

قسم العلوم التربوية والنفسية

عزيزي الطالب...عزيزتي الطالبة....

بين يديك مجموعة من الفقرات تعبر عن ارائك ازاء بعض المواقف الحياتية قد تنطبق عليك او لا تنطبق يرجى قراءة جميع الفقرات المرفقة طيا بدقة والاجابة عنها بوضع علامة (√) تحت البديل الذي تراه مناسبا والذي يمثل اختيارك ولا توجد اجابة صحيحة واخرى خاطئة وان لا تترك أي فقرة من دون اجابة علما ان هذه الاجابات ستكون لأغراض البحث العلمي ولا حاجة لذكر الاسم

شكرا لتعاونكم معنا ... مع وافر شكري وامتناني

ملاحظة : يرجى تدوين البيانات الاتية :

الجنس : ذكر: ☐ انثى: ☐ المرحلة : ثالثة ☐ رابعه ☐

مثال توضيحي : اذا كان اختيارك الفقرة (تنطبق علي تماما) كما موضح في المثال ادناه , نضع علامة (√) في المربع المقابل للبديل الذي يمثل رأيك واختيارك

ت	الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي أحيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق ابدا
1	استطيع التحكم بمشاعري	√				

املا منكم التعاون .... مع جزيل الشكر والامتنان

الباحثة

تيجان احمد عبود

ت	الفقرات	تنطبق علي دائما	تنطبق علي غالبا	تنطبق علي أحيانا	تنطبق علي نادرا	لا تنطبق ابدا
1	أعتقد أن زملائي في الدراسة يحاولون مضايقتي بأستمرار					
2	أؤمن بعالم التنجيم وتأثير حركة الكواكب والنجوم ومواقعها على حياتنا					
3	أعتقد أن جسمي أو جزءاً منه مشوه أو قبيح					
4	لدي الثقة بأنني شخص أستثنائي لا مثيل لي					
5	أشعر دائماً بأنني مراقب قبل الأجهزة الأمنية ورجال الشرطة					
6	أعتقد أن بعض أعضاء جسدي لا تؤدي وظائفها بشكل جيد					
7	أظن أن الأفراد في الخارج يمكن أن يؤذوني أو يشوهوني					
8	أثق بأنني سأصاب بالمرض اذا لمست مقابض الأبواب					
9	أؤمن بالسحر والشعوذة فهي جزء من أعتقادي					
10	أؤمن بوجود حياة خارج كوكب الارض					
11	بعض الأفراد يفعلون اموراً او يقولون أشياءاً تحمل تلميحات موجهة تحديداً لي					
12	أثق أنني سأصاب بالسرطان إذا تناولت الفاكهة المعالجة وراثيا					
13	الشخص الذي أراه في المرآة ليس أنا أحيانا					
14	أشعر أن جميع من حولي يحاولون أستغلالي					
15	15-أثق بوجود الاشباح والارواح الشريرة					
16	أؤمن بأن الروح تنجو او تتسامى عن الجسد بعد الموت					

17	أظن أن جسدي مليء بالطفيليات والمايكروبات					
18	من الصعب أن أتحكم كلياً بأفعالي أو أقوالي					
19	أرى أنه لابأس في تناول المخدرات					
20	أظن أن العالم قد شارف على الانتهاء					
21	أؤمن بأن الأرض هي مركز الكون					
22	أعتقد أن جزءاً من جسدي لا ينتمي لي					
23	أتمسك بمعتقداتي وأفكاري بشدة					
24	المعتقدات تغير مواقفي وقراراتي					
25	تؤثر المعتقدات على الطريقة التي أشعر بها					
26	تحدد معتقداتي طريقة تعاملي مع الاخرين					
27	أعتقد أن معتقداتي حقيقة وليست خاطئة					
28	أعد نفسي شخص متدينا					
29	أؤمن بالخوارق وبأشياء غير موجودة					
30	أعد معتقداتي جزءاً مهما من مكونات شخصيتي					