جامعــة دمشــق
كلية التربية
قسم إرشاد نفسي

السلوك الهازم للذات وعلاقته بكل من الغضب والقلق الاجتماعي لدى عينة من أبناء النازحين المراهقين في محافظة السويداء

رسالة مقدمة لنيل درجة الماجستير في الإرشاد النفسي

إعداد الطالبة

همسة جمال نصر

إشراف

الدكتور أحمد الزعبي

الأستاذ في قسم الإرشاد النفسي

كلية التربية - جامعة دمشق

1439-1440 هـ

2018-2019 م

شكر وتقدير

بدايةً أحمد الله الذي يسر لي طريقي وأشكر فضله الذي منَّ عليّ بإنجاز هذا العمل حتى أبصر النور.

وأتقدم بأسمى آيات الشكر وأبلغ عبارات التقدير والامتنان لأستاذي الفاضل الدكتور **أحمد الزعبي المحترم** اعترافاً بفضله على ما قدمه لي من عون كبير، ولما بذله من جهد و علمٍ ووقتٍ لمتابعة تقدم الرسالة، وإشرافه عليها، فأشكره كل الشكر على تشجيعه ومؤازرته الدائمة.

وأغتنم الفرصة لأعبر عن تقديري وامتناني مع فائق شكري لأعضاء لجنة الحكم الأفاضل لتكرمهم بقبول عضوية لجنة الحكم مقدرةً لهم ما سوف يبذلوه من جهد ووقت، في تقييم هذه الدراسة وتصويبها.

كما أتقدم بالشكر لأساتذتي الكرام محكمي أدوات الدراسة في كلية التربية بجامعة دمشق .

كما أتوجه بجزيل التقدير والامتنان إلى الدكتورة خزامى البعيني لمساعدتها في إنجاز المعالجات الإحصائية، وإلى الأستاذ هيسم أبو سعيد لمساعدته في تصويب الرسالة لغوياً، وإلى الدكتورة علا نصر التي لم تبخل بتقديم المساعدة والنصح والدعم ....شكراً واحتراماً يليق بإنسانيتكم وأخلاقكم.

والشكر الجزيل لعمادة وأعضاء الهيئتين الإدارية والتدريسية وعظيم الشكر للأساتذة في الإرشاد النفسي بكلية التربية بجامعة دمشق الذين قدموا كل التسهيلات اللازمة لإنجاز العمل.

كما أتقدم بالشكر إلى أفراد عينة الدراسة لما أظهروه من التزام وجهد وصبر في الإجابة على أدوات الدراسة فجزاهم الله كل الخير.

كما لا أنسى أن أتقدم بالشكر والامتنان إلى زوجي وطفلتي وعائلتي وأصدقائي الذين كانوا مصدر الدعم الأكبر والسند في كل اللحظات الصعبة...شكراً من القلب.

لكم جميعاً أقدم هذا العمل المتواضع.

الباحثة

همسة جمال نصر

فـــهرس المحتـــــويات	الصفحة
فهرس المحتويات	أ
فهرس الجداول	ه
فهرس الأشكال	ي
فهرس الملاحق	ل
الفصل الأول – التعريف بالدراسة	
مقدمة.	1
1-1. مشكلة الدراسة.	2
1-2. أهمية الدراسة.	4
1-3. أهداف الدراسة.	5
1-4. أسئلة الدراسة.	5
1-5. فرضيات الدراسة.	6
1-6. حدود الدراسة.	7
1-7. مصطلحات الدراسة وتعريفاتها الإجرائية.	7
الفصل الثاني- الإطار النظري	10
مقدمة عامة	11
مرحلة المراهقة	11

السلوك الهازم للذات	**14**
مفهوم السلوك الهازم للذات	**14**
بعض المصطلحات المشابهة لمصطلح السلوك الهازم للذات	**15**
طبيعة السلوكيات الهازمة للذات	**16**
أنواع السلوك الهازم للذات	**17**
كيف يكتسب الناس السلوك الهازم للذات؟	**19**
النظريات المفسرة للسلوك الهازم للذات	**20**
الغضب	**23**
مفهوم الغضب.	**23**
أنواع الغضب.	**24**
النظريات المفسرة للغضب.	**26**
مراحل الغضب.	**29**
أساليب التعبير عن الغضب	**30**
المراهق والغضب.	**31**
القلق الاجتماعي	**32**
مفهوم القلق الاجتماعي.	**32**
انتشار القلق الاجتماعي	**34**
النظريات المفسرة للقلق الاجتماعي.	**34**

تشخيص اضطراب القلق الاجتماعي.	39
العلاقة بين السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي	40
الفصل الثالث- الدراسات السابقة	42
مقدمة	43
3-1. دراسات عربية	43
3-2. دراسات أجنبية.	47
3-3. تعقيب على الدراسات السابقة.	50
الفصل الرابع- منهجية الدراسة وإجراءاتها	52
المقدمة	53
4-1. منهج الدراسة.	53
4-2. مجتمع الدراسة.	53
4-3. عينة الدراسة.	54
4-4. أدوات الدراسة.	57
4-4-1. مقياس السلوك الهازم للذات.	58
4-4-2. مقياس الغضب.	70
4-4-3. مقياس القلق الاجتماعي.	86
4-5. الأساليب الإحصائية المستخدمة.	102
الفصل الخامس- مناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها.	104

5-1. التحقق من اعتدالية الدراسة.	105
5-2. نتائج أسئلة الدراسة.	108
5-3. نتائج فرضيات الدراسة وتفسيرها.	115
5-4. ملخص نتائج الدراسة.	152
5-5.مقترحات الدراسة.	154
ملخص الدراسة باللغة العربية.	155
قائمة المراجع	160
أولاً: المراجع العربية.	161
ثانياً: المراجع الأجنبية.	168
الملاحق.	أ
ملخص الدراسة باللغة الأجنبية.	A

فهرس الجداول

رقم الجدول	عنوان الجدول	الصفحة
1	عينة الدراسة وفقاً لمتغيري الجنس والمرحلة الدراسية وتبعا لمكان السحب.	56
2	نتائج محك (كايزر ماير أولكن) لإمكانية الاستفادة من التحليل العاملي لمقياس السلوك الهازم للذات.	58
3	قيم الشيوع المنتزع والأولي للتحليل العاملي لبنود مقياس السلوك الهازم للذات.	59
4	قيم محك كاتل لتحديد عدد العوامل المستخلصة لمقياس السلوك الهازم لذات	60
5	التشبعات العاملية لبنود مقياس السلوك الهازم للذات في العوامل الأولية المستخلصة قبل التدوير.	61
6	التشبعات العاملية لبنود مقياس السلوك الهازم للذات في العوامل الأولية المستخلصة (بعد التدوير المتعامد).	62
7	التشبعات العاملية للتحليل العاملي لبنود مقياس السلوك الهازم للذات بعد التدوير.	63
8	نتائج محك(كايزر ماير اولكن) لإمكانية الاستفادة من التحليل العاملي من الدرجة الثانية للعوامل المستخلصة لمقياس السلوك الهازم للذات.	65
9	قيم الشيوع المنتزع والأولي للتحليل العاملي للعوامل لمقياس السلوك الهازم للذات.	65
10	الجدور الكامنة والتباين المفسر لتحليل العامل الاستكشافي من الدرجة الثانية لمقياس السلوك الهازم للذات.	66
11	التحليل العاملي من الدرجة الثانية للعامل العام المستخلص من مقياس السلوك الهازم للذات بعد التدوير المتعامد.	67
12	معاملات ارتباط بيرسون بين درجات الأبعاد الفرعية لمقياس السلوك الهازم للذات ودرجته الكلية.	68
13	فروق المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة(ت) بين المجموعتين العليا والدنيا في مقياس السلوك الهازم للذات.	68
14	معاملات ثبات ألفاكرونباخ لأبعاد مقياس السلوك الهازم للذات ودرجته الكلية.	69
15	الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس السلوك الهازم للذات وأبعاده الفرعية.	70

16	أبعاد مقياس الغضب قبل التحكيم.	72
17	التعديلات المقترحة من قبل المحكمين على مقياس الغضب.	72
18	نتائج محك (كايزر ماير أولكن) لإمكانية الافادة من التحليل العاملي لمقياس الغضب.	73
19	قيم الشيوع المنتزع والأولي للتحليل العاملي لبنود مقياس الغضب.	74
20	قيم محك كاتل لتحديد عدد العوامل المستخلصة لمقياس الغضب.	75
21	التشبعات العاملية لبنود مقياس الغضب في العوامل الأولية المستخلصة قبل التدوير.	76
22	التشبعات العاملية لبنود مقياس الغضب في العوامل الأولية المستخلصة بعد التدوير المتعامد.	77
23	التشبعات العاملية للتحليل العاملي لبنود مقياس الغضب بعد التدوير.	78
24	نتائج محك (كايزرماير اولكن) لإمكانية الافادة من التحليل العاملي من الدرجة الثانية للعوامل المستخلصة لمقياس الغضب.	80
25	قيم الشيوع المنتزع والأولي للتحليل العاملي لعوامل مقياس الغضب.	80
26	الجذور الكامنة والتباين المفسر لتحليل العامل الاستكشافي من الدرجة الثانية لمقياس الغضب.	81
27	التحليل العاملي من الدرجة الثانية للعامل العام المستخلص من مقياس الغضب قبل التدوير.	82
28	التحليل العاملي من الدرجة الثانية للعامل العام المستخلص من مقياس الغضب بعد التدوير.	82
29	معاملات ارتباط بيرسون بين درجات الأبعاد الفرعية لمقياس الغضب والدرجة الكلية.	83
30	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة(ت) للمجموعتين العليا والدنيا لمقياس الغضب.	84
31	معاملات ثبات ألفاكرونباخ لأبعاد مقياس الغضب ومركبيه ودرجته الكلية.	85
32	الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس الغضب وأبعاده الفرعية.	86
33	أبعاد مقياس القلق الاجتماعي قبل وبعد التحكيم.	88
34	العبارات التي تم حذفها وإضافتها في مقياس القلق الاجتماعي بعد التحكيم	88

35	العبارات التي تم تعديلها في مقياس القلق الاجتماعي بعد التحكيم	**89**
36	نتائج محك (كايزر ماير أولكن) لإمكانية الافادة من التحليل العاملي لمقياس القلق الاجتماعي	**90**
37	قيم الشيوع المنتزع والأولي للتحليل العاملي لبنود مقياس القلق الاجتماعي	**91**
38	قيم محك كاتل لتحديد عدد العوامل المستخلصة لمقياس القلق الاجتماعي	**92**
39	التشبعات العاملية لبنود مقياس القلق الاجتماعي في العوامل الأولية المستخلصة قبل التدوير	**93**
40	التشبعات العاملية لبنود مقياس القلق الاجتماعي في العوامل الأولية المستخلصة بعد التدوير المتعامد	**94**
41	التشبعات العاملية للتحليل العاملي لبنود مقياس القلق الاجتماعي بعد التدوير	**95**
42	نتائج محك (كايزرماير أولكن) لإمكانية الافادة من التحليل العاملي من الدرجة الثانية للعوامل المستخلصة لمقياس القلق الاجتماعي	**97**
43	قيم الشيوع المنتزع والأولي للتحليل العاملي للعوامل لمقياس القلق الاجتماعي.	**98**
44	الجدور الكامنة والتباين المفسر لتحليل العامل الاستكشافي من الدرجة الثانية لمقياس القلق الاجتماعي.	**98**
45	التحليل العاملي من الدرجة الثانية للعامل العام المستخلص من مقياس القلق الاجتماعي.	**99**
46	معاملات ارتباط بيرسون بين درجات الأبعاد الفرعية لمقياس القلق الاجتماعي والدرجة الكلية.	**99**
47	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة(ت) للمجموعتين العليا والدنيا لمقياس القلق الاجتماعي.	**100**
48	قيم ألفا كرونباخ للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس القلق الاجتماعي.	**101**
49	الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس القلق الاجتماعي وأبعاده الفرعية.	**102**
50	التحقق من اعتدالية التوزيع لدرجات أفراد العينة على المقاييس الثلاثة (السلوك الهازم للذات – الغضب – القلق الاجتماعي).	**105**
51	الأرباعيات لدرجات السلوك الهازم للذات.	**108**
52	مجموع التكرارات والنسب المئوية لمستويات مقياس السلوك الهازم الذات.	**110**

53	الارباعيات لدرجات الغضب.	**111**
54	الارباعيات لدرجات القلق الاجتماعي.	**113**
55	معامل ارتباط بيرسون بين الدرجات على مقياس السلوك الهازم للذات وأبعاده ومقاييس الغضب والقلق الاجتماعي.	**115**
56	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة الدراسة في مقياس السلوك الهازم للذات وفقاً لمتغير الجنس.	**118**
57	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة في مقياس السلوك الهازم للذات وفقاً للسنة الدراسية.	**121**
58	تحليل التباين الأحادي لدرجات أفراد عينة الدراسة في السلوك الهازم للذات تبعاً لمتغير السنة الدراسية.	**122**
59	اختبار شيفيه للفروق البعدية في بعد المقايضات الهازمة تبعاً لمتغير السنة الدراسية.	**123**
60	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة الدراسة في مقياس الغضب وفقاً لمتغير الجنس.	**125**
61	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة الدراسة في مقياس الغضب وفقاً السنة الدراسية.	**128**
62	تحليل التباين الاحادي لدرجات أفراد عينة الدراسة في الغضب تبعاً لمتغير السنة الدراسية.	**129**
63	اختبار شيفيه لتحديد اتجاه فروق متوسطات السنة الدراسية في مركب الغضب الخارجي وبعد الغضب الموجه نحو الآخرين.	**130**
64	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة الدراسة في مقياس القلق الاجتماعي وفقاً لمتغير الجنس.	**132**
65	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة الدراسة في مقياس القلق الاجتماعي وفقاً للسنة الدراسية.	**134**

66	تحليل التباين الاحادي لدرجات أفراد العينة في القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير السنة الدراسية.	135
67	اختبار شيفيه للفروق البعدية في بعد قلق التواصل تبعاً لمتغير السنة الدراسية.	135
68	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات منخفضي و مرتفعي السلوك الهازم للذات على مقياس الغضب.	137
69	المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات منخفضي و مرتفعي السلوك الهازم للذات على مقياس القلق الاجتماعي.	139
70	تحليل التباين المتعدد لتوضيح التفاعل بين كل من السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي تبعاً لمتغيرات الجنس والسنة الدراسية.	142
71	تجانس تباين المجموعات في المتغيرات المستقلة على المتغيرات التابعة (السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي).	143
72	الفروق بين متغيرات السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي وفقاً لكل من الجنس والسنة الدراسية.	143
73	التفاعل بين المتغيرات الثلاثة (السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي) تبعاً لمتغيري الجنس والسنة الدراسية.	144
74	معاملات ارتباط بيرسون بين السلوك الهازم للذات وكل من الغضب والقلق الاجتماعي.	147
75	العلاقة الخطية وتداخلها.	147
76	إحصاء البواقي.	148
77	خطوات تحليل الانحدار المتعدد وفق إدراجها.	148
78	ملخص نماذج تحليل الانحدار المتعدد.	148
79	تحليل التباين الأحادي وقوة العلاقة لنموذجي الانحدار المتعدد.	149
80	قيمة الثابت ومعاملات الانحدار ودلالتها الإحصائية للمتغيرات المستقلة على المتغير التابع.	150

فهرس الأشكال

رقم الشكل	عنوان الأشكال	الصفحة
1	البواقي المبعثرة للتحليل العاملي من الدرجة الأولى لبنود مقياس السلوك الهازم للذات	60
2	البواقي المبعثرة للتحليل العاملي من الدرجة الثانية لعوامل مقياس السلوك الهازم للذات	66
3	البواقي المبعثرة للتحليل العاملي من الدرجة الأولى لبنود مقياس الغضب	75
4	البواقي المبعثرة للتحليل العاملي من الدرجة الثانية لعوامل مقياس الغضب	81
5	البواقي المبعثرة للتحليل العاملي من الدرجة الأولى لبنود مقياس القلق الاجتماعي	92
6	البواقي المبعثرة للتحليل العاملي من الدرجة الثانية لعوامل مقياس القلق الاجتماعي	98
7	اعتدالية توزيع درجات الأفراد على مقياس السلوك الهازم للذات	106
8	اعتدالية توزيع درجات أفراد العينة على مقياس القلق الاجتماعي	106
9	اعتدالية توزيع درجات أفراد العينة على مركب الغضب الداخلي	107
10	اعتدالية توزيع درجات أفراد العينة على مركب الغضب الخارجي	107
11	اعتدالية التوزيع الغضب العام	107
12	مدى انتشار السلوك الهازم للذات لدى أفراد العينة	108
13	مستويات أبعاد مقياس السلوك الهازم للذات لدى أفراد العينة	111
14	مستويات الغضب لدى أفراد العينة	112
15	مستويات القلق الاجتماعي لدى أفراد العينة	114
16	متوسطات درجات الذكور والإناث في السلوك الهازم للذات	119

17	متوسط درجات السلوك الهازم للذات تبعاً لمتغير السنة الدراسية	123
18	متوسط درجات الذكور والإناث في الغضب	126
19	متوسطات درجات الغضب تبعاً لمتغير السنة الدراسية	130
20	فروق متوسطات الذكور والإناث في القلق الاجتماعي	133
21	متوسطات درجات القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير السنة الدراسية	136
22	الفروق بين مرتفعي ومنخفضي السلوك الهازم للذات في الغضب	138
23	الفروق بين مرتفعي ومنخفضي السلوك الهازم للذات في القلق الاجتماعي	140
24	انحدار قيم السلوك الهازم للذات على كل من الغضب والقلق الاجتماعي	151

فهرس الملاحق

رقم الملحق	عنوان الملحق	الصفحة
(1)	قائمة بأسماء السادة المحكمين.	
(2)	مقياس السلوك الهازم للذات بصورته الأولية.	
(3)	مقياس السلوك الهازم للذات بصورته النهائية.	
(4)	مقياس الغضب بصورته الأولية.	
(5)	مقياس الغضب بصورته النهائية.	
(6)	مقياس القلق الاجتماعي بصورته الأولية.	
(7)	مقياس القلق الاجتماعي بصورته النهائية.	
(8)	موافقات الجهات الرسمية والمؤسسات على تطبيق أدوات الدراسة.	

الفصل الأول
التعريف بالدراسة

مقدمة

1-1. مشكلة الدراسة.

1-2. أهمية الدراسة.

1-3. أهداف الدراسة.

1-4. أسئلة الدراسة.

1-5. فرضيات الدراسة.

1-6. حدود الدراسة.

1-7. مصطلحات الدراسة وتعريفاتها الإجرائية.

مقدمة

تزداد المخاطر باختلاف المراحل العمرية وتعد مرحلة المراهقة الأكثر حرجاً فهي مرحلة صراع تشكيل الهوية، فكيف إذا ترافقت مع خبرة النزوح القاسية؟ حيث يمر المراهقون ممن تتراوح أعمارهم بين (11–21) سنة بمرحلة نمائية تتطلب التعامل مع أزمة البحث عن الهوية والاستقلالية، وتعتبر حاجات ضرورية للمراهق، والتي قد تصطدم بظروف خارجية ضاغطة كالنزوح تحول دون إشباع هذه الحاجات، ويفقد الشعور بالأمان، فيزداد صراعه صعوبةً، وقد يفشل في حله، ما يدفعه لاتباع آليات نفسية دفاعية ــ تعود جذورها إلى طفولة قاسية ومراهقة متوترة ــ تسهم في بلورة أنماط من السلوك هازم للذات (Self-Defeating behavior)، وهو سلوك متعمد له نتائج مدمرة للذات، يخلق مشاعر سلبية تعيق طريق نجاح المراهق حتى وإن لم يكن هناك تفسير منطقي أو عقلاني لعدم تمكنه من تحقيق أهدافه أو إنهاء أعماله غير المكتملة، وكذلك تدفعه لفعل الأشياء التي من شأنها أن تسبب الفشل أو تجلب المتاعب، والإيذاء للذات، ويفقد القدرة على مواجهة التحديات المحيطة.

وقد يترافق السلوك الهازم للذات ببعض الانفعالات كالغضب والقلق الاجتماعي وغيرها، فمع اصطدام المراهقين النازحين بالواقع ومواجهتهم للتحديات والصعوبات وجهاً لوجه، تصبح معتقداتهم وأفكارهم على المحك، وقد لا تسعفهم بأكثر من إنتاج سلوكات غير تكيفية وردود أفعال تزيد من إحباطهم أكثر فأكثر، فإحساسهم بأنهم يستحقون معاملة أفضل، وأن الآخرين لا يفون بتوقعاتهم، يولد شعوراً بعدم الرضى الذي يثير انفعال الغضب لديهم، وهو أحد أهم الانفعالات الأساسية التي قد ترافق الإنسان طوال حياته، وقد يكون الغضب من أكثر الانفعالات المتوقعة كرد فعل على ما يواجهه النازحون، بالإضافة إلى الشعور بالافتقار إلى الأمن النفسي، وعدم الاستقرار الذي يعانون منه بعد خروجهم من منازلهم، والانتقال لمجتمع مليء بالتغيرات، وبيئات مختلفة في عاداتها وتقاليدها وأفكارها، فيتولد لديهم شعورٌ بالقلق بصفة عامة، والقلق الاجتماعي بصفة خاصة، ويعد القلق الاجتماعي عقبة تعيق سلوك النازحين التوافقي في التفاعلات الاجتماعية، وترتفع حدته عند المراهقين الذين يظهرون تجنبهم للمواقف الاجتماعية، وتصبح حساسيتهم مفرطة للنقد، ما يؤثر على توقعاتهم للنجاح ونظرتهم لشخصياتهم وعلى صورة ذاتهم وكفاءتها. وبالتالي يقومون بسلوكات تسبب لهم الضرر والأذى وتعوقهم عن أداء مهامهم المطلوبة بالشكل المناسب، فهم عاجزون عن توكيد ذواتهم مع أن لديهم القدرات لذلك.

ونظراً لخطورة أن ينخرط المراهقون في سلوك هازم للذات تم العمل في الدراسة الحالية على تسليط الضوء على العلاقة بين السلوك الهازم للذات وكل من الغضب والقلق الاجتماعي، لدى عينة من النازحين المراهقين في محافظة السويداء.

1-1. مشكلة الدراسة:

يعد النزوح الداخلي مسألة تثير القلق الدولي بشكل متنامٍ بسبب زيادة عدد المشردين داخلياً في شتى أنحاء العالم وحاجتهم إلى المساعدة والحماية، "فالنزوح الداخلي يمثل أحد أصعب التحديات الإنسانية المطروحة اليوم، إذ من الصعب بل من المستحيل قياس آثاره على الملايين من النازحين، وعلى عدد لا يحصى من العائلات المضيفة وعلى المجتمعات المحلية"(ICRC, 2010 اللجنة الدولية للصليب الأحمر).

وبعد مرور هذه السنوات العجاف لاندلاع الأزمة السورية، ما زال السوريون مهجرين وبحاجة للدعم ولتأمين حمايتهم وتعافيهم على المدى القصير المباشر والمدى البعيد (كولدري وبيبلز، 2018، ص2)، فكثرت الاضطرابات النفسية والمشكلات السلوكية، وهذا ما دفع الباحثين للاهتمام بالنازحين السوريين وإجراء دراسات تتعلق بهم، كدراسة (سعدي،2017) التي أشارت إلى انتشار اضطراب ما بعد الصدمة لدى عينة من المراهقين النازحين. وأكدت دراسة (كرماش، 2016) أن لدى النازحين مستوى مرتفعاً من الصدمة النفسية، وكذلك دراسة (شلهوب،2016) التي تناولت عينة من النازحين الشباب وأشارت إلى مستوى عالٍ من قلق المستقبل، "فالمراهقون ليسوا مجرد متفرجين، بل هم في الواقع أكثر عرضةً لسوء المعاملة والاعتداء والعنف والاستغلال الجنسي والاختطاف" (Sanchez, 2011)، "ومن المرجح أن تتفكك الهياكل الأسرية والمجتمعية والمعايير التقليدية بسبب النزوح" (Sithole, 2011).

إذاً عندما نتعامل مع أبناء النازحين المراهقين ننظر من منظورين، لا إلى أنهم منكوبي الحرب فحسب، بل إلى أنهم أيضاً يمرون بمرحلة عمرية حرجة، تصبح فيها مطالب النمو أكثر إلحاحاً من الفترات العمرية السابقة، فالمراهقة فترة تمتاز بحساسيتها الكبيرة لما لها من أثر كبير في تحديد الاتجاه الاجتماعي العام للفرد(محمود، 1981، ص16)، و تسارُع النضج والانتقال الاجتماعي إلى المسؤوليات والاستقلالية الذاتية (كلارك، 2016، ص23)، فبالتالي فإن تقصير الشبابِ عن تحقيق إمكاناتهم الكاملة؛ قد يُضعف مجتمعاتٍ واقتصاداتٍ بأكملها (سمبسون، 2018، ص38)، فالمراهقون هم الحلقة الأضعف والأكثر تأثراً بالضغوط والصدمات، بسبب الأوضاع المأساوية التي مروا بها في الطفولة ومعاناتهم من الحرب والنزوح والتعرّض للضرّاء خلال هذه الفترة الحرجة، أصبحت عاملاً مؤهلاً للعديد من المشكلات، وتربة خصبة لتكوين سلوك هازم للذات، فالضعف الإنساني هي صفة تلازم الإنسان منذ الولادة، إلاّ أن اشتداد الشعور بحالة الضعف واتساع نطاقها قد يفضي إلى انخراط الإنسان بسلوك هازم للذات Self-Defeating Behavior "وهو سلوك يكتسبه الشخص من تجاربه السابقة في مرحلة الطفولة" (Cudney, 1975, P1)، يعد من أخطر السلوكات لأنه يصيب المراهق بالإحباط والعجز على الرغم من توفّر إمكانيات التجاوز(أبو حلاوة، 2013، ص4)، ويولد مشاعر سلبية تعيق نجاحه وتمنعه من تحقيق أهدافه أو إنهاء أعماله، دون وجود تفسير منطقي أو عقلاني لذلك (Alshawashreh, et al., 2013, P4)،

وهوسلوك متعمد له نتائج مدمرة على الذات، يدفع الناس لفعل الأشياء التي من شأنها أن تسبب لهم الفشل أو تجلب لهم المتاعب وتعمل على استصغار الذات وتحقيرها، ولديهم ميل أكبر لليأس والإحباط(Kabatay, 1999, P3)، وقد بينت دراسة وي وكاو (Wei and Ku, 2007) أن للأنماط الهازمة للذات علاقة بالضيق الشخصي والقلق والاكتئاب وانخفاض تقدير الذات وقلة العلاقات الاجتماعية، ودراسة (قاعود، 2000) التي وجدت أن لاضطراب الشخصية الهازم للذات علاقة ببعض المظاهر السلبية والانحرافات بالمجتمع، وأشارت دراسة سيشل وآخرون (Schill et al., 1992) إلى ارتباط السلوك الهازمة للذات بالغضب، وكذلك دراسة سيشر وباومستر(Baumeister & Scher, 1988) التي أشارت إلى ارتباط السلوك الهازم للذات بالاندفاعية والغضب، فأظهرت دراسة(الشريف، 2013) أن الغضب هو من الانفعالات الشائعة في مرحلة المراهقة، إضافةً إلى أن المراهقين النازحين يواجهون مشاكل تعليمية ونفسية واجتماعية، فأكدت دراسة دروسارو وأيجيبوي (Durosaro & Ajiboye, 2011) صعوبة اندماج المراهقين النازحين مع أقرانهم في نفس العمر، بسبب التغيرات الجذرية التي حدثت في حياتهم، والتي قد تسبب أضرار دائمة في بناء الشخصية، إذاً فهم معرضون لثورات الغضب أكثر من غيرهم من المراهقين، بالإضافة إلى أن المراهقين أكثر عرضة للاكتئاب والقلق والضيق العاطفي وهزيمة الذات، وهو ما أكدته دراسة الشواشري (Alshawashreh.et al., 2013)، ونتيجة لأهمية المكانة الاجتماعية وتكوين الشخصية في المراهقة نجد لدى بعض المراهقين قلقاً اجتماعياً، وأكدت كل من دراسة (حجازي،2013) و (الطنطاوي،2015) و(Zeff , 2005) أن القلق الاجتماعي هو اضطراب يعد من أكثر الاضطرابات شيوعاً عند المراهق، فهو يؤدي إلى الشعور بالعجز بشكل واضح، فالشخص غير القادر على التفاعل مع الآخرين، أو التحدث أمامهم، قد يفشل في أداء مسؤولياته الدراسية والمهنية، ويتجنب التفاعل في المواقف الاجتماعية، وهذا يؤثر على أداء المراهق لوظائفه في الحياة العامة، ويؤدي إلى الانعزال والتغيب عن الدراسة والعمل، ويظهر المراهقون يقظة وحذراً زائداً تجاه المعلومات المهدِّدة اجتماعياً؛ ولذلك فهم يتسمون معرفياً بالانتباه المتمركز حول الذات، ولديهم نقص في تشفير وترميز المثيرات البيئية (Roelofs &Cremers, 2016, P219)، ويُكوّنون صورةً عقلية سلبية إلى حدٍّ بعيد عن أنفسهم ، مما قد ينتج أفكاراً لاعقلانية تقود لسلوك هازم للذات.

وقد وجدت الباحثة ما يؤكد إحساسها بالمشكلة من خلال الدراسة الاستطلاعية المسحية التي قامت بها في مركز الإيواء (معسكر الطلائع في قرية رساس التابع لمحافظة السويداء)، للتعرف إلى نسبة انتشار السلوكيات والمعتقدات الهازم للذات لديهم، باستخدام مقياس معتقدات هزيمة الذات من إعداد (العاسمي، 2016)، حيث طُبّق على عينة من (30) فرداً من الذكور والإناث ممن تتراوح أعمارهم بين (11-21) سنة، ويتبين من خلال الاطلاع على نتائج الدراسة الاستطلاعية أن نسبة انتشار المعتقدات الهازمة

للذات تساوي 44% وهي نسبة مرتفعة عند أفراد العينة والتي قد تؤدي إلى ارتفاع في نسبة السلوك الهازم للذات لدى هذه الفئة، وهذا ما يجعلها تستحق أن تؤخذ بعين الاعتبار.

وبالاعتماد على نتائج الدراسة الاستطلاعية وعلى التراث النظري، واطلاع الباحثة على الدراسات السابقة ذات الصلة بالبحث، وعدم عثورها على دراسة سابقة في البيئة المحلية، كل ذلك أدى إلى تعميق إحساسها بمشكلة بحثها ودفعها لاختيار هذا الموضوع. وبناءً على ذلك تم تحديد مشكلة الدراسة بالسؤال التالي: **هل توجد علاقة بين السلوك الهازم للذات وكل من الغضب والقلق الاجتماعي لدى المراهقين من أبناء النازحين في محافظة السويداء؟**

1-2. أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية في:

1-2-1. الناحية النظرية:

1-2-1-1- يعتبر الموضوع الذي تتصدى لدراسته؛ إضافة للتراث النظري حول مفهوم السلوك الهازم للذات وكل من الغضب والقلق الاجتماعي، وهي مفاهيم مهمة جداً في الصحة النفسية وعلم النفس الإيجابي وفي فهم السلوك البشري بشكل عام؛ مما يجعل لها قيمة تنبؤية وقيمة علاجية، وهي مفاهيم تحتاج إلى دراسة وبحث.

1-2-1-2- يمكن الإفادة من نتائج هذه الدراسة في تعرف مستوى كل من السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي، وعلاقة السلوك الهازم للذات بالغضب والقلق الاجتماعي لدى شريحة مهمة من شرائح المجتمع السوري وهي شريحة النازحين المراهقين، ممن تتراوح أعمارهم من (11 – 21) سنة.

1-2-2. الناحية التطبيقية:

1-2-2-1. تصديها لمشكلة لم يتناولها إلا عدد قليل جداً من البحوث والدراسات العربية والأجنبية والمحلية بشكل خاص_ في حدود علم الباحثة _ بل إن ما هو موجود من بحوث ودراسات قد ركز على السلوك الهازم للذات وعلاقاته بمتغيرات أخرى، دون أن تتطرق إلى علاقته بالغضب والقلق الاجتماعي، لذلك تعد الدراسة الحالية امتداداً للدراسات والبحوث السابقة ومكملة لها.

1-2-2-2. كونها إضافة جديدة إلى مجال الدراسات والبحوث النفسية والتربوية؛ إذ إن تعرف السلوك الهازم للذات وعلاقته بكل من الغضب والقلق الاجتماعي لدى أبناء المراهقين النازحين يشكل أساساً مهماً، يمكن من خلاله اتخاذ إجراءات عملية كفيلة بتخفيف السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي لديهم، ما ينعكس على تحصيلهم وزيادة فعاليتهم وإنتاجيتهم في المجتمع.

1-2-2-3. إعداد أدوات لكل من السلوك الهازم للذات والقلق الاجتماعي والغضب، لدى أبناء النازحين المراهقين، لذلك يمكن الإفادة من هذه المقاييس في دراسات وبحوث لاحقة.

1-2-2-4. وضع الحقائق الناتجة من هذه الدراسة أمام المختصين بالإرشاد والعلاج النفسي في المؤسسات النفسية والتربوية ومراكز الإيواء، والقائمين على رعاية الأسر النازحة بصفة عامة، من أجل العمل على وضع خطط كفيلة بتنمية كل منها، حيث يعول على المراهقين الكثير في بناء المستقبل.

1-3. أهداف الدراسة:

تسعى الدراسة الحالية إلى تحقيق الأهداف التالية:

1-3-1. التعرف إلى مستوى كل من السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة.

1-3-2. تعرف العلاقة الارتباطية بين السلوك الهازم للذات والغضب و القلق الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة.

1-3-3. الكشف عن الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس السلوك الهازم للذات تبعاً لمتغيري الجنس والسنة الدراسية.

1-3-4. الكشف عن الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الغضب تبعاً لمتغيري الجنس والسنة الدراسية.

1-3-5. الكشف عن الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لمتغيري الجنس والسنة الدراسية.

1-3-6. الكشف عن الفروق بين منخفضي ومرتفعي السلوك الهازم للذات على مقياسي الغضب والقلق الاجتماعي.

1-3-7. تعرف التفاعل بين كل من السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي تبعاً لمتغيري الجنس والسنة الدراسية.

1-3-8. تعرف الدلالة التنبؤيه بالسلوك الهازم للذات من خلال الغضب والقلق الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة.

1-4. أسئلة الدراسة:

1-4-1. ما مستوى السلوك الهازم للذات لدى أفراد عينة الدراسة؟

1-4-2. ما مستوى الغضب لدى أفراد عينة الدراسة؟

1-4-3. ما مستوى القلق الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة؟

1-5. فرضيات الدراسة:

تحاول الدراسة الحالية التحقق من الفرضيات التالية:

1-5-1. لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقيـــاس السلوك الهازم للذات ودرجاتهم على كل من مقياسي الغضب والقلق الاجتماعي.

1-5-2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس السلوك الهازم للذات تبعاً لمتغير الجنس.

1-5-3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس السلوك الهازم للذات تبعاً لمتغير السنة الدراسية.

1-5-4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الغضب تبعاً لمتغير الجنس.

1-5-5. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الغضب تبعاً لمتغير السنة الدراسية.

1-5-6. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس.

1-5-7. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير السنة الدراسية.

1-5-8. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة من مرتفعي ومنخفضي السلوك الهازم للذات على مقياس الغضب.

1-5-9. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة من مرتفعي ومنخفضي السلوك الهازم للذات على مقياس القلق الاجتماعي.

1-5-10. لا يوجد تفاعل بين كل من السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي تبعاً لمتغيري الجنس والسنة الدراسية.

1-5-11. لا توجد دلالة تنبؤيه بالسلوك الهازم للذات من خلال الغضب والقلق الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة .

1-6. حدود الدراسة:

- الحدود الزمانية : تم تطبيق أدوات الدراسة خلال العام الدراسي 2018 /2019 (من تاريخ 2018/8/16 حتى تاريخ 2018/11/12).
- الحدود المكانية : تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة من أبناء النازحين المراهقين في مدارس ومراكز الإيواء في محافظة السويداء .
- الحدود البشرية : تم تطبيق أدوات الدراسة على عينة عشوائية من أبناء النازحين في مدارس ومراكز الإيواء في محافظة السويداء .
- الحدود الموضوعية : تناولت الدراسة السلوك الهازم للذات وعلاقته بالغضب والقلق الاجتماعي لدى أبناء النازحين المراهقين في محافظة السويداء.

1-7. مصطلحات الدراسة وتعريفاتها الإجرائية:

النازحون (Displaced People):

هم الأشخاص الذين تركوا مكان إقامتهم المعتادة، ولم يعبروا حدود وطنهم، أما لجنة حقوق الإنسان التابعة للأُمم المتحدة: " فقد عرفت النازح بأنه شخص أو مجموعة أشخاص أُجبروا على مغادرة منازلهم أو مناطق إقامتهم المعتادة، بسبب الصراعات المسلحة واغتصاب حقوق الإنسان العامة أو الكوارث الطبيعية أو الإنسانية، ولم يعبروا حدود دولتهم المعروفة دولياً " (المنظمة الدولية للهجرة، 2015، ص11).

المراهقة (Adolescence):

" هي المرحلة السنّية الانتقالية من الطفولة إلى الرجولة، والتي تبدأ فيها التغيرات في النّمو من النّواحي الجسمية والعقلية واللغوية والنّفسية والاجتماعية باتجاه البلوغ وحتى الاستقرار وتمتد وسطياً بين 12 -21 سنة " (الشافعي، 2009، ص33).

بناء على ما سبق عرفت الباحثة أبناء النازحين المراهقين(Adolescents of Displaced People) إجرائياً بأنهم أبناء الأسر التي نزحت إلى محافظة السويداء خلال الأزمة السورية من عام 2011 إلى عام 2018 (أي منذ ثمان سنوات)، وتقصد بهم الباحثة شريحة الأفراد الذين في الفئة العمرية (11-21) سنة، أي فترة المراهقة كاملة بمراحلها الثلاث، وهي المراهقة المبكرة (12-14سنة) التي تقابل

المرحلة الاعدادية، والمراهقة المتوسطة (15-17سنة) التي تقابل المرحلة الثانوية، والمراهقة المتأخرة (18-21سنة) التي تقابل المرحلة الجامعية.

السلوك الهازم للذات (Self-Defeating Behavior):

تعددت التعريفات التي تناولت السلوك الهازم للذات (Self-Defeating behavior) فقد عرفه (Kabatay, 1999, P4) " بأنه سلوك يقوم به الإنسان لتخريب ذاته، أو يأخذه بعيداً عمّا يريد، أو يشتت انتباهه عن أهدافه، هذه السلوكيات التي تستنزف حيويته، وتتركه منهكاً دون الوصول إلى الطاقة القوية التي يحتاجها لخلق حياة أفضل".

وعرفه كودني(Cudney, 1975, P1) "بأنه سلوك مكتسب يتعلمه الشخص من تجاربه السابقة، ويستعمله لمقابلة الحياة فيجد طريقة مبتكرة، ويكثف جهوده ليعيق مكافحة نفسه في التعامل مع عالمه".

في حين يعرف باومستر وسيشر (Baumeister & Scher, 1988, P3) "السلوك الهازم للذات بأنه أي اجراء يقوم به الشخص ويعود عليه بالفشل وجلب المعاناة".

بناء على ما تقدم تعرف الباحثة السلوك الهازم للذات إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها الفرد في مقياس المعتقدات الهازمة للذات المستخدم في الدراسة.

الغضب (Anger):

عرف حبيب الغضب "بأنه شعور بعدم الرضا يتجه إلى شخص أو شيء، ترافقه رغبة بإزالة أسباب عدم الراحة. ولذا، فإن الغضب ميل فطري يواجه به الإنسان أشياءً (أو أشخاصاً) لا يستريح إليها ولا يتقبلها. فهو إما أنه يريد التخلص من هذه الأشياء، أو يريد أن يحقق أمانه، فيحاول أن يزيل هذه العوائق والمضايقات التي تقابله" (حبيب، 1994، ص11).

كما عرفه (Averill, 1983, P146) "بأنه استجابة انفعالية داخلية تتضمن شعوراً بالتهديد، وردود فعل أدرينالية، تهيئ الفرد للاعتداء على مصادر تهديده، ويظهر كرد فعل على الصدمات في المقام الأول، للبقاء على قيد الحياة استجابة لتهديد شديد، ووصف بأنه من الأعراض المهمة لصعوبة التكيف بعد الحرب".

في حين عُرف "بأنه مقدار من الطاقة الإبداعية النقية والمفيدة التي يمكن أن تخلق اضطراباً نفسياً واجتماعياً إذا تم قمعها بشكل مزمن" (Potegal & Novaco, 2010, P10).

بناء على ما تقدم تعرف الباحثة الغضب إجرائياً: هو الدرجة التي يحصل عليها المراهقون النازحون على مقياس الغضب المتبع في هذه الدراسة.

القلق الاجتماعي (Social Anxiety):

تعددت التعريفات التي تناولت القلق الاجتماعي فقد عرفه معمرية "بأنه خوف واضح ودائم من موقف أو أكثر من المواقف الاجتماعية التي تتطلب الأداء في جماعة، ويتم تجنب تلك المواقف الاجتماعية التي يخاف منها الفرد، أو التي تثير لديه القلق دائماً، ويرتبط مفهوم القلق الاجتماعي بالتفاعل بين الفرد والآخر، وهو جزء من عملية الاتصال" (معمرية، 2009، ص 135).

كما عرف لانغر Langer القلق الاجتماعي "بأنه يتميز بالخوف من التقييم السلبي الذي يرتبط عادة مع تجنب المواقف الاجتماعية أو المحفزات الاجتماعية" (Langer, 2015, P10).

وقد عرف ماجير (Mager, 2015) "قلق التفاعل الاجتماعي بأنه ضيق عند الاجتماع أو الكلام مع الناس الآخرين".

وعرف مول Mull الأفراد الذين يعانون من القلق الاجتماعي" بأنهم الأشخاص الذين يفكرون في أن الآخرين قد يلاحظون أعراضهم الجسدية التي تظهر بسبب القلق، و كثيراً ما يقلقون من أن يُنظر إليهم باعتبارهم غير أكْفّاء اجتماعياً، بالتالي يميلون إلى تجنب المواقف المخيفة أو البيئات التي تحمل الرهبة" (Mull, 2006, P12).

بناء على ما تقدم تعرف الباحثة القلق الاجتماعي إجرائياً بأنه الدرجة التي يحصل عليها الفرد في مقياس القلق الاجتماعي المستخدم في هذه الدراسة.

الفصل الثاني
الإطـــــار النـــظـري

مقدمة

مرحلة المراهقة

السلوك الهازم للذات

الغضب

القلق الاجتماعي

العلاقة بين السلوك الهازم والغضب والقلق الاجتماعي

مقدمة

يمر الإنسان خلال مسيرة حياته بمراحل عمرية مختلفة بصفاتها وخصائصها، وبما تتركه من آثار على الشخصية، ونجد غالباً إن مرحلة المراهقة تأخذ الحصة الأكبر في الأبحاث والدراسات، فهي مرحلة إثبات الذات، وتأكيد الهوية، وبداية النضج النفسي والجسدي والمعرفي والاستقلال الذاتي، فيكون المراهق عرضة للإصابة بالعديد من الاضطرابات والمشكلات النفسية والاجتماعية، لما يترتب عليها من تزايد معدلات القلق والخوف وحالات الغضب على الواقع المحيط بهم، ما يمهد لتعزيز السمات السلبية والسلوكيات الهازمة للذات التي تعود جذورها إلى طفولة قاسية ومتزمتة.

إن اكتساب المراهق شخصية مهزومة تعد من المشكلات التي تؤثر على مجالات حياته كافةً، فتعمل على تعطيل قدراته المختلفة وخسارة إمكاناته وطاقاته الاجتماعية والأكاديمية.

لذلك على الوالدين أن يكونا واعيين لأهمية مرحلة المراهقة في حياة الإنسان، فالبيت هو المصدر الرئيسي للمعتقدات غير المنطقية مقارنة مع المدرسة، وهذه المعتقدات تؤدي إلى أشكال متعددة من سلوك هزيمة الذات، فالمعاملة السيئة تمهد الطريق لانخفاض الذات والشعور بالنقص، وهو اعتقاد سلبي لا منطقي يمكن أن يصبح عاملاً جوهرياً في حياة المراهق، فيرتفع معدل القلق الاجتماعي ما يؤثر على وظائفهم الاجتماعية وتدني قدرتهم على أداء أدوارهم بشكل فعّال، أما مشكلة الغضب التي ترافق المراهقين بشكل عام نظراً للتغيرات الفيزيولوجية والنفسية والعاطفية التي يمرون بها، فإما أن يتجاهلوا هذه الطاقة الغاضبة ويكبتوها، فتصبح طاقة هدامة تعرضهم للإصابة بالإحباط وتجلب لهم الأمراض، وإما أن تتفجر ثورة غضبهم على من حولهم، ما يهدم علاقاتهم بالمحيط الاجتماعي، ويزيد من السلوك الهازم للذات والقلق الاجتماعي.

مرحلة المراهقة (Adolescence):

المراهقة هي الفترة التي تلي الطفولة، وتقع بين البلوغ الجنسي وسن الرشد، وفيها تعتري الفرد فتى أو فتاة تغيرات أساسية واضطرابات شديدة في جميع جوانب نموه الجسمي والعقلي والاجتماعي والانفعالي، وتنتج عن هذه التغيرات والاضطرابات مشكلات كثيرة متعددة، وهناك عدد من التغيرات الانفعالية التي تجعل صورة المراهق كصورة الطفل الصغير، الذي يغضب لأقل بادرة وينفجر ويصخب، أو نحو ذلك من التصرفات ذات الخصائص الانفعالية الحادة (محمود، 1981، ص15).

يمكن تقسيم مرحلة المراهقة ــ بقصد الدراسة ــ إلى ثلاث مراحل فرعية، نفصل منها ما يقابل المراحل التعليمية المتتالية:

مرحلة المراهقة المبكرة، سن 12- 13- 14 ، وتقابل المرحلة الإعدادية.

مرحلة المراهقة الوسطى، سن 15-16-17 ، وتقابل المرحلة الثانوية .

مرحلة المراهقة المتأخرة، سن 18-19-20-21، وتقابل المرحلة الجامعية (زهران، 1986، ص293).

ولا يوجد نمط واحد للمراهقة، فهي تأتي في أشكال متعددة، وقد حاول علماء النفس وضع تقسيم للمراهقين بحسب الأنماط السلوكية السائدة في كل جماعة منهم، وهذا التقسيم هو:

المراهقة المتكيفة: تمتاز بالهدوء والاتزان الانفعالي، فالمراهق مدرك لمسؤولياته، متقبل لذاته، واعٍ للتغيرات التي تحدث له.

المراهقة الانسحابية المنطوية: حيث ينسحب المراهق من مجتمع الأسرة والأصدقاء وينطوي على نفسه، ويفضل تأمل ذاته ومشكلاته منفرداً، يميل إلى العزلة والسلبية والشعور بالنقص وعدم التوافق الاجتماعي، ويسرف في أحلام اليقظة حيث يحقق أمانيه من خلالها.

المراهقة العدوانية المتمردة: هذا النمط من المراهقة يتسم سلوك المراهق فيه بالعدوان على نفسه وعلى غيره من الناس والأشياء، قد يكون صريحاً مباشراً يتمثل في الإيذاء، أو قد يكون بصورة غير مباشرة كالعناد، تلعب أساليب التربية الضاغطة المتزمتة، أو القائمة على النبذ والحرمان، وكثرة الاحباطات دورًا كبيرًا في المراهقة العدوانية أو الانسحابية.

المراهقة المنحرفة: يمتاز هذا النوع بانغماس المراهق في ألوان السلوك المنحرف، كالإدمان على المخدرات، أو السرقة، أو تكوين عصابات، أو الانحلال الخلقي، أو الانهيار العصبي، وقد يكون أفراد هذا النوع قد تعرضوا إلى خبرات شاذة، أو صدمات عاطفية عنيفة، مع انعدام الرقابة الأسرية، أو القسوة الشديدة في المعاملة، وتلعب جماعة الرفاق السيئة دورًا مهمًا في هذا النوع من المراهقة (عقل،1997، ص326 - ص327).

المراهق النازح (The displaced adolescent):

إن فئة المراهقين من أكثر الفئات تضرراً خلال رحلة النزوح، وذلك لعدم قدرتهم على تقدير مصالحهم أو الأضرار التي قد تلحق بهم، ولضعفهم وقلة حيلتهم، فيمكن استغلالهم وانتهاك حقوقهم، فقد يتعرضون لفقدان أحد الأبوين أو كليهما، وفقدان المأوى والتشتت الأسري، وكذلك فقدان التعليم والعلاج والخدمات الأخرى، والتعرض للأذى الجسماني والاستغلال الجنسي، وإرغامهم على العمل (Liao, 2009, P31)،

فالفرار بحد ذاته قد يكون مصدراً للخطر مع استمرار المعاناة والانتهاكات على طول الطريق، إلا أن معاناتهم لم تنته بوصولهم إلى مراكز الإيواء، إذ أصبحت المشاكل من نوع آخر، منها تدهور الحالة الأمنية، وانتشار المخدرات، وصعوبة الوصول إلى الغذاء والماء والرعاية الصحية، وغيرها من الأمور الضرورية التي أصبحت مصدر معاناة يومي، الأمر الذي يشكل تحدياً لديناميكية الأسرة المهجرة، إضافة إلى الضغوطات المتعلقة بالتكيف مع الحياة والبيئة الجديدة.

أما عن الوضع النفسي فقد وجد أن الآثار النفسية تبرز بشكل واضح في شكل اختلال نفسي، وذكريات مريرة، وتكّون الشخصية الثأرية الانتقامية، إضافة لانعدام الثقة في كل شيء حتى في النفس. إن شعور العديد من المراهقين بالضيق هو نتاج التعرض المباشر للصدمات الناجمة عن الحرب، ومن المرجح أنَّ الذين تعرضوا لتجارب مؤلمة قد تظهر عليهم أعراض مرتبطة بالتوتر والصدمات النفسية، وأن يمارسوا سلوكات سيئة تشمل الإساءة والإهمال لأنفسهم في بعض الحالات (Durosaro & Ajiboye, 2011, P256)، ما يشكل استعداداً لممارسة السلوك الهازم للذات.

ويعبر المراهقون السوريون النازحون الذين يتلقون خدمات الدعم النفسي عن شعور هائل بالمسؤولية الشخصية لدعم وحماية أفراد أسرهم، بما فيهم الوالدان، وبعضهم يصف ذلك"بحراسة" أسرهم كدورية ثابتة عند الباب، أو يقلقون من التفكير بأفضل السبل لمواساة والديهم عند شعورهم بالضيق، وقد يلجؤون إلى حماية والديهم بالامتناع عن الكشف عن تجاربهم المؤلمة والأعراض المرتبطة بها.

فنجد أن شعور المراهق النازح بالغضب والقلق الاجتماعي يعتبر رد فعل طبيعي على أوضاع غير طبيعية في أوقات الأزمات والنزوح، فالكثير من المراهقين المتضررين من الحرب تُلقى على عاتقهم أدوار البالغين قبل الأوان، فيصبحون جنوداً وأمهات وأباء وأرباب أسر وأزواجاً وزوجات، وغير ذلك في ظل قدر ضئيل من المساندة، ما يخلق لديهم القلق والخوف المستمر والغضب والافتقار إلى الاهتمام بالنشاطات والشعور باليأس والانسحاب الاجتماعي، ومشاكل في الوظائف الجسمانية الأساسية، لعدم امتلاكهم أي شيء يهدئ من روعهم، ويشعرهم بالأمان، إلى درجة أنهم لا يريدون الاستمرار في العيش، فهم غير قادرين على ممارسة النشاطات الأساسية في حياتهم اليومية، وليس لديهم اعتقاد بوجود ملاذ آمن في أي مكان (سمبسون، 2018، ص39) .

السلوك الهازم للذات (Self-Defeating Behavior):

مفهوم السلوك الهازم للذات (The concept of self-defeating behavior) :

نجد كثيراً من الناس يعزلون أنفسهم عن أنفسهم وعن الناس الآخرين وعن كل الحياة، ويعايشون حالات الكآبة، والقلق، والاجحاف، والسأم، والانسحاب، والتبعية، وما شابه ذلك.

فكيف يمكن للإنسان أن يعمل ضد نفسه، وكيف للإنسان أن يقاوم مصلحته؟ هذا السؤال المحير الذي طرحه كودني Cudney، فالسلوك الهازم للذات (Self-Defeating Behavior) والذي يرمز له بالاختصار(SDBs)، هو سلوك مكتسب يتعلمه الشخص من تجاربه السابقة، يستعمله لمقابلة الحياة، ويجد طريقة مبتكرة ويكثف جهوده ليعيق مكافحة نفسه في التعامل مع عالمه (Cudney, 1975, P1).

أي سلوك يقوم به الإنسان في تخريب ذاته، أو يأخذه بعيداً عن ما يريد، أو يشتت انتباهه عن أهدافه هو سلوك هازم للذات، هذه السلوكيات التي تستنزف حيويته، وتتركه منهكاً دون الوصول إلى الطاقة القوية التي يحتاجها لخلق حياة أفضل (Bond, 2005, p1).

السلوك الهازم للذات هو نمط من الأنماط السلوكية التي يتعمد فيها الإنسان تجنب خبراته السارة والممتعة وإفسادها، إذ يستجيب للنجاحات والإنجازات التي يحققها بالاكتئاب والشعور بالذنب، ويستدرج نفسه لمواقف وأشخاص وعلاقات تجلب له الأسى والحزن، أي أنه يصر على وضع نفسه في تلك المواقف التي تجلب له القهر والمعاناة، مع الامتناع عن تقبل المساعدة من الآخرين، كما يعمل على إثارة غضب الآخرين أو رفضهم له، للحصول على فوائد ومكاسب نفسية سلبية وضارة، كالشعور بالمهانة والمكانة النفسية والاجتماعية المتدنية والهزيمة والإذلال، ويعد هذا النمط من أنماط الشخصية المضطربة، ويطلق عليه الشخصية المهزومة ذاتياً Self-Defeating Personality(Kass,1987, P92).

يتصف الشخص الذي يمارس السلوك الهازم للذات بأنه يتجنب الخبرات الممتعة، ويسعى إلى استدراج المواقف أو العلاقات التي تسبب المعاناة، ويضع نفسه في مواقف تسبب له البؤس والإحباط، ولا يتقبل مساعدة الآخرين له (Kabatay, 1999, P3)، ويمنع الآخرين من مساعدته أو يضع نفسه في مواقف تسبب له القهر والمعاناة(غانم، 2006، ص 184).

وقد عرف ميلون (Millon,1987) "السلوكيات الهازمة للذات بأنها مجموعة متكاملة من السلوكيات المتعلقة بسمات غير مرنة، وتتصف بأنها تكبد صاحبها خسائر نفسية على المدى الطويل من الزمن، ولا يجني من الفوائد إلا الشيء القليل" (التميمي، 2013، ص11)، كما عرف كورتس(Curtis, 1989,

P4) السلوك المهزوم بأنه أي سلوك يؤدي إلى مكافأة قليلة لا تتناسب مع السلوك على الرغم من توافر الأفضل، وتشمل سلوكيات هزيمة الذات اختيار المعاناة، والعجز الذاتي، والفشل في تحقيق الإمكانات، والخوف من النجاح، والعجز الملموس، والتسويف. يتم تعلم هذه السلوكيات بطرق متنوعة، ولكنها عادة ما تكون متكيفة في البداية لمنع حدوث معاناة أكبر أو للحصول على مكافآت في الحالات التي يتم تعلمها في الأصل.

وقال ستيفن بيرغلاس (Berglas)، عالم النفس السريري في كلية الطب بجامعة هارفارد، والذي يقدم النتائج التي توصل إليها بشأن هزيمة الذات في ندوة له: إن ميزة منح نفسك إعاقة هي أنه يمكن أن يكون لديك وَهم النجاح دون الاضطرار إلى المخاطرة بفقدانه، يوافقون على أن صنع العذر الضئيل لإنقاذ ماء الوجه أمر شائع جداً، لكن الناس الذين يهزمون أنفسهم يعتمدون في كثير من الأحيان على الأعذار والعقوبات المفروضة ذاتياً التي يسجنون بها، وهذا السلوك هو اضطراب من وجهة نظر التشخيص المؤقت، عادة ما يقوض المصاب به نفسه أو ينجذب إلى مواقف أو علاقات حيث سيصاب بخيبة أمل، أو يفشل، أو يتعرض لسوء المعاملة، ويشير بحث الدكتور بيرغلاس إلى ميل كثير من الناس إلى استخدام حيلة الهزيمة الذاتية في اللحظة التي اكتسبوا فيها انتصاراً، يعتقدون أنهم لا يستحقون (Goleman, 1987, P3).

بعض المصطلحات المشابهة لمصطلح السلوك الهازم للذات (Some terms similar to the term self-defeating behavior):

قد تتشابه المصطلحات النفسية فيما بينها، فمصطلح السلوك الهازم للذات على الرغم من حداثته نسبياً يقترب بمعناه من بعض مصطلحات منها:

انهزامية الذات(Self-defeating): وتعرف على أنها اضطراب نفسي يشير إلى حدوث خلل في مفهوم الذات لدى الفرد، يولد لديه شعوراً باللاقدرة على مواجهة المواقف والمثيرات من حوله، وانعدام الثقة بالنفس وبقدراته ومهاراته، وتشعره بأنه غير قادر على أداء مهامه وأنه غير قادر على التكيف النفسي والاجتماعي، وإقامة العلاقات الإنسانية والاجتماعية السوية (دحلان، 2015، ص15). وتعرف أيضاً بأنها اعتقاد الفرد بعدم قدرته على القيام بأدواره، وأنه لو حاول سيفشل، إضافة إلى تراجع في قدراته على التفاعل الاجتماعي وتكوين علاقات سوية مع الآخرين وتراجع الثقة بالنفس، والثقة بالآخرين (Cleven, 2013, P219).

السلوك الانهزامي (The defeatist behavior): يعني حالة من الشعور بالعجز وقلة الحيلة وانعدام الفاعلية الشخصية في الحياة والتعاسة العامة، وهو دال في جزء منه على الأقل لتعرف الأحداث الصادمة والظروف العصية والأحداث الحياتية الضاغطة، وفقدان الأفراد الإحساس بحقيقة قدراتهم وخبراتهم وقوة تأثيرهم على الأحداث الجارية، والاستسلام لها والشعور بالذنب، والانسحاب، والاستبعاد الاجتماعي، وتدمير الذات، والعدوان، والخوف من الفشل، والقلق، وتدني الذات (محمد، 2016، ص326).

الهزيمة النفسية(Psychological defeat): عرفت بأنها حالة نفسية عامة، تتجسد في الشعور بالعجز وقلة الحيلة تجاه أحداث ووقائع الحياة المختلفة في الحاضر والمستقبل، وتقترن بالكآبة واليأس والخزي، والافتقاد للفاعلية والحيوية الذاتية، وتتمثل في سلوكيات دالة على الاستسلام والركون، وتقبل الواقع الشخصي دونما بذل أي مجهود لتغييره، مع تبعية تامة للآخر، على مستوى التفكير والانفعال والفعل، مع الميل إلى استصغار الذات وإهانتها وتحقيرها (أبو حلاوة، 2013، ص53).

الشخصية المهزومة ذاتياً(Self-defeating personality): هي نمط من السلوكات الهازمة للذات التي يتصف صاحبها بإفساد الخبرات الممتعة، ويسعى إلى المواقف أو الأشخاص أو العلاقات التي تسبب له المعاناة ويضع نفسه في مواقف تسبب له القهر والإحباط (Kabatay, 1999, P3)، وهي نمط شامل لهزم الذات يبدأ منذ المراهقة المبكرة ويقضي على الخبرات الممتعة للفرد ويفشل في إنجاز الأهداف ويستجيب للأحداث الإيجابية بالشعور بالذنب واليأس (قاعود، 2000).

طبيعة السلوك الهازم للذات(The nature of self-defeating behavior):

إن الخصائص التي نلاحظها على الشخص البالغ ما هي إلا انعكاس مباشر للخبرات التي مر بها خلال مرحلة الطفولة، ففي هذه المرحلة المبكرة جداً تبدأ الشخصية في التشكل وتبدأ أنواعها المختلفة في الظهور بوضوح، فيبدأ بعض الأطفال في النمو والتطور في اتجاه البحث عن القوة وطلبها، ويختار الواحد منهم الظهور في المجتمع من خلال التحلي بالشجاعة والثقة بالنفس، بينما يختار طفل آخر الطريق العكسي، كأن يتاجر بنقاط ضعفه، ويحاول إظهارها بشتى الطرق، وعلينا أن نراقب كلاً منهم، وطريقته في التعبير حتى نكتشف إلى أي المجموعتين ينتمي، إن لكل نمط من هذين النمطين معنى خاصاً لو أننا حاولنا فهم علاقة هذا النمط بالبيئة المحيطة به، فبيئة الطفل تكون منعكسة في سلوكه (آدلر، 2005، ص18-ص21).

إن الكثير من أساليب التربية الخاطئة والمتزمتة تؤدي إلى تنمية المعتقدات والأفكار السلبية وترسخها في نفوس الأطفال ومنذ المراحل الأولى من الطفولة، ومن بين تلك السمات السلبية ما يشار إليها بالشخصية المهزومة ذاتياً، والتي تعرف على أنها مجموعة من السلوكيات المهزومة ذاتياً تعود جذورها إلى مرحلة الطفولة، وتتضح ملامحها في مرحلة الرشد المبكر، ويتصف صاحبها بتجنب وإفساد الخبرات السارة والممتعة، واختيار الأشخاص والعلاقات المحبطة التي تجلب له الأسى والحزن، وهي بمثابة ردود أفعال عكسية نحو الذات (التميمي، 2013، ص1)، في حين أن دراسة تشامبر (Chambers, 1980) أكدت " أنه توجد علاقة موجبة ودالة بين اللاعقلانية التي حددها "أليس" وبين كل من القلق والاكتئاب والعدوانية كانفعالات، وبين سلوكيات هازمة للذات، وإن الأفراد عندما يتصرفون بطرق تهزم الذات فإن ذلك لا يعتمد فقط على الخبرات المبكرة في الماضي، ولكن على افتراضات واتجاهات نفسية تم تكونها، ولا يزالوا يكونونها عن خبراتهم السابقة " (مراد، 2011، ص13)، فأنماط السلوك التي تهزم الذات هي السلوكيات التي تعلمها الإنسان من خلال التجارب السابقة، وعندما يأتي إلى لحظات جديدة من الحياة، يضع هذه السلوكيات للعمل ضده، وفي حالات أخرى، هي سلوكيات يستخدمها شخص ما للقاء عالمه، فيعمل ضد نفسه بطرق مبتكرة عندما يتعامل مع هذا العالم (Cudney, 1975, P11).

أنواع السلوك الهازم للذات (Types of self-defeating behaviors):

إن المراهقين الذين يعانون من مشكلات نفسية وخاصة السلوك الهازم للذات يقومون بأفعال ويبنون أفكاراً خاصة بهم، كرؤيتهم للعالم المحيط وواقعهم بأنه مؤلم وإنهم فاشلون وإن مستقبلهم ممتلئ بالعذاب والمعاناة والشعور بالذنب والخزي ورفض محاولات الآخرين للمساعدة، والتدخين عند الضيق والإدمان والانسحاب وقت المنافسة، والخوف من النجاح وغيرها، فهم يقومون بسلوكيات تسبب لهم الضرر والأذى وتعوقهم عن أداء مهامهم المطلوبة بالشكل المناسب، فهم عاجزون عن توكيد ذواتهم مع أن لديهم القدرات لذلك (Thau &Poortvliet &Aquino, 2007, P840).

يحاول هؤلاء الأشخاص إجبار أنفسهم على أن يكونوا مثاليين، الأمر الذي يجعلهم يؤجلون الأمور المهمة لهم ولرفاهيتهم وصحتهم (المماطلة)، وهم يمتلكون وجهات نظر سلبية وغير واقعية عن أنفسهم، ويشعرون ويتصرفون بطرق دون المستوى، ومن المألوف بالنسبة لبعض الناس تقييد نموهم بسلوكيات قهرية، أو أن يزنوا أنفسهم مع الشعور بالذنب والتوقعات غير الواقعية، ويقومون بتنفير أنفسهم من أنفسهم والآخرين ومن كل الحياة، وهناك الكثير من الناس الذين يمارسون التبعية والملل والانكماش

والقلق والانسحاب، ويغلقون على أفكارهم بشكل كامل، ويخلقون لأنفسهم الأمراض النفسية الجسدية، ويحافظون على السلبية والعدائية والدفاعية، ويبقون الثقة بأنفسهم منخفضة جداً، ويمكن أن تستمر القائمة أكثر (Cudney, 1975, P8).

قسم باومستر وسيشر السلوكات التي تهزم الذات إلى ثلاثة أنواع، النوع الأول هو التعطيل الذاتي(Self-deactivation) أو التدمير الذاتي الأولي (Primary Self-Destruction)، وهو النية القصدية لإيذاء الذات وهزيمتها، والذي يعكس العداء اتجاه الذات والكراهية غير المتسامحة مع النفس، وقد يكون تدني احترام الذات أحد الأسباب الرئيسية له (Baumeister &Scher, 1988, P4)، ومن الأمثلة على "التعطيل أو الإعاقة الذاتية" عندما يقوم الأشخاص بعمل ما لجعل نجاحهم في مهمة أقل احتمالاً. يفعل الناس ذلك حتى يكون لديهم عذر مقنع إذا فشلوا. على سبيل المثال، قد يغرق الطلاب في الليلة السابقة لامتحان كبير. إذا كان أداؤهم سيئاً في الامتحان، فإن لديهم عذراً مقنعاً: فهم لم يدرسوا وكانوا معلقين. وبهذه الطريقة يتجنبون التفكير في أنه ليس لديهم القدرة على الأداء الجيد في الفصل (Goleman,1987, P6).

والنوع الثاني هو المفاضلات(Tradeoff)، أي اختيار الخيارات التي لها فوائد معينة ولكن لها أيضاً بعض التكاليف الضارة بالنفس، وبالتالي فإن الأضرار والتكاليف التي تتكبدها النفس تكون متوقعة ولكنها غير مرغوبة، عكس التدمير الذاتي الأولي، فيتم قبول الضرر أو المخاطرة بالنفس كمرافقة ضرورية لتحقيق بعض الأهداف الأخرى، فيجب أن يستدعي الموقف هدفين متنافسين غالباً ما يكونان غير ملائمين لبعضهما البعض (Baumeister &Scher, 1988, P4)، على سبيل المثال، قد تقرر عدم الذهاب إلى حفلة حتى تتمكن من الدراسة للامتحان. هذه مقايضة: أنت تقارن المرح الذي ستحصل عليه في الحفلة بالمنفعة التي ستحصل عليها من الدراسة (درجة أفضل)، هذا المثال من المفاضلة ليس هزيمة ذاتية. من المحتمل أنك ستخرج فائزاً: ففائدة الدراسة ستفوق في النهاية فائدة الذهاب إلى الحفلة، لكن بعض أنواع المقايضات تهزم الذات: التكلفة التي عليك قبولها أكبر من الفائدة التي تحصل عليها في النهاية، مثال (إهمال الرعاية الجسدية، فعندما لا يمارس الناس تمارين رياضية أو لا يذهبون إلى طبيب الأسنان أو لا يتبعون أوامر الطبيب، فإنهم يخاطرون بصحتهم، إما لتجنب بعض الآلام، أو الانزعاج على المدى القصير كعدم الراحة في ممارسة الرياضة أو القلق الذي يسببه طبيب الأسنان) (Bond, 2005, P1).

والنوع الثالث يسمى الاستراتيجيات العكسية (Counterproductive Strategies): وهي السلوكيات التي تهزم نفسها بنفسها، ولا يرغب فيها الشخص، إذ يُحدث السلوك النتائج المعاكسة عندما يحاول الشخص

الحصول على شيء ما، ولكن الطريقة التي يختارها للحصول عليه لا تنتهي إلى الأهداف المرجوة، وتشمل هذه الفئة مواقف ذات اتجاه واحد أو بعد أساسي من الأهمية، يحاول الشخص النجاح فيه، لكنه يختار بشكل منهجي طرقاً غير فعالة لتحقيق هذا النجاح، لذلك يمكن اعتبار هذه الفئة بمثابة تدمير ذاتي غير مقصود (Baumeister &Scher, 1988, P4)، على سبيل المثال: تتمثل أهداف معظم الطلاب في الحصول على أعلى درجة ممكنة، لكن أداءهم سيئ جداً، أو قد لا تكون لديهم القدرة على اجتياز الفصل ويرفضون الرسوب فيه، فإن رفض ترك الفصل هو سلوك يهزم الذات، فعادة ما تحدث السلوكيات العكسية لأن الشخص لديه فكرة خاطئة سواء عن نفسه أو عن الحالة التي يكون فيها، والطلاب هنا لديهم فكرة خاطئة عن قدراتهم؛ إذ يعتقدون أنهم يستطيعون النجاح، لكنهم لا يستطيعون ذلك (Bond, 2005, P1).

إن تعاطي الكحول أو المخدرات هو سلوك هازم للذات ، فالمدمنون يستخدمون المواد المخدرة كمقايضة، حيث يتداول الشخص تكاليف استخدام المخدرات (المخاطر الصحية، الإدمان، السلوك الخطير، المشاكل القانونية) للحصول على فوائد (الشعور بالرضا ، عدم الاضطرار إلى التفكير في عدم كفاية الشخص)، على الرغم من أن التكاليف أكبر بكثير من الفوائد (Watson, 2014, P65).

ويمكن اعتبار الانتحار بمثابة مقايضة تهزم الذات أيضاً، فالأشخاص الذين ينتحرون يحاولون الهروب من الأشياء السلبية في حياتهم، إنهم يتاجرون بالخوف من الموت والأشياء الجيدة في الحياة، قد يعتقد الناس أن إنهاء حياتهم سوف يسمح لهم بالوصول إلى هدف معين، أو التخلص من المشاكل (Taylor&Wood&Tarrier, 2011, P395)، ومن الأمثلة عن سلوكات هازمة للذات (العناد: الحاجة إلى أن تكون دائماً على حق، وإرضاء الناس على حساب سعادتك أو صحتك، اللوم: عدم القدرة على تحمل المسؤولية عن أخطائك، ورفض طلب المساعدة، والخوف من تحمل مخاطر الكلام السلبي عن النفس، والشعور بالذنب والشعور بعدم استحقاق الأشياء الجيدة في الحياة (Bond, 2005, P2).

كيف يكتسب الناس السلوك الهازم للذات؟(How people acquire Self-defeating Behavior?):

يلاحظ على الشخصية المهزومة ذاتياً بأنها تميل إلى جلب الأذى والمعاناة لذاتها، كما يلاحظ عليها بعض السمات المازوشية المعنوية، والمازوشية هي حالة مرضية تتميز بطلب الألم، إذ ينشد المازوشي الألم مباشرة عن علم ودراية، إلا أن هناك صورة أخرى من المازوشية إذ يطلب فيها المازوشي الألم للذات بصورة غير مباشرة أو لاشعورية، وتنبع من سلوكيات الفشل أو السلوكيات المتكررة للفشل،

فتدل على إشباع النزعة اللاشعورية ومن ثم يلجأ الشخص إلى السلوكيات العقابية، وهي عبارة عن عقاب يوجهه الشخص لذاته لإشباع "أنا أعلى" كثير المطالب (Vazire & Funder, 2006, P156).

وهذا التحول ضد الذات ما هو إلا استبدال موضوع النزوة بالأنا، فمثلاً تحوّل العدوانية نحو الموضوع المفقود من خلال توجيهها نحو الذات، إن ميكانزم التحول ضد الذات هو رفض الشخص لا شعورياً لعدوانيته فيحولها من الآخرين نحو ذاته، وقد يكون هذا الميكانزم مصدراً لأحاسيس بالذنب والحاجة للعقاب، وعصاب الفشل ومحاولات التهديم الذاتي، وفي هذا الميكانزم (التحول ضد الذات) يحدث تغير لموضوع النزوة أما هدفها فيبقى على حالة، فالمازوشية هي تحول السادية ضد الذات، وتطلق آنا فرويد (Anna Freud) على هذا الميكانيزم اسم " تبدل إلى العكس أو تحول إلى العكس " (Wei and Yao Ku, 2007, P296)، ويعزو أدلر هذا الميكانزم (التحول ضد الذات) إلى العدوان، الذي يرى بأنه غريزة فطرية في الإنسان، وأي إخفاق أو خطأ في هذه الغريزة يؤدي بالفرد إلى اختلال كيانه وتدهوره، ويذكر أدلر أن الطفولة المضطربة التي يسودها التدليل المفرط من أحد الوالدين والإهمال من الآخر، والتنافس الأخوي الشديد، يمكن أن تؤدي إلى ترسيخ ميكانزم التحول ضد الذات في شخصية الفرد لاحقاً (أدلر، 2005، ص170).

النظريات المفسرة للسلوك الهازم للذات(Explanatory theories of self-defeating behavior):

نظرية التحليل النفسي(Psychoanalysis Theory):

يرى علماء منظور التحليل النفسي وفي مقدمتهم سيجموند فرويد Freud أن السنوات الأولى من حياة الفرد وما يحدث فيها من إحباطات ناتجة من مشاعر الذنب مصدرها الخوف في علاقة الطفل مع السلطة (الوالدين)، تكون سبباً في نشوء السلوك الهازم للذات، كما أكد فرويد على أهمية التحويل والكبت والخوف من إظهار مشاعر ما، لما سيترتب عليها من عقاب، فيقوم الفرد بكبت العداوة المتأصلة لديه تجاه الوالدين وتحويلها نحو الذات ومن ثم هزمها ، ويرى فرويد أنّ الفرد الانهزامي وقع فريسة لانفعال ذاتي أخفق في التعبير عن نفسه ،فانعكس إلى الداخل (التميمي، 2013، ص12) (محمد، 2016، ص332)، وأكد بيرغلاس أن جذور نزعة إيذاء الذات تعود إلى طفولة يفرض فيها الآباء توقعات مرموقة، ويثنون على الطفل بشكل روتيني غالباً ما لا يستحقه، هؤلاء الأطفال ينمون مع صورة مضخمة لأنفسهم ويشعرون أنّ عليهم حماية الاختبارات الواقعية مرة أخرى، من خلال اتخاذ الأعذار للفشل المحتمل، وإن الطفل الذي تم الإشادة به حتى قبل أن يقوم بالأداء يمكن أن يتعلم إيجاد عائق يحول دون أدائه (Goleman, 1987, P1)، والفرق بين العائق المفيد والمرضي، يأتي مع الخط

الدقيق بين حالة عابرة ودائمة، فعندما يصبح اختلاق العائق أو العذر نمطاً دائماً للتعامل مع المواقف تظهر مشكلة السلوك الهازم للذات.

النظرية السلوكية (Behavioral Theory):

ويرى أيزنك Eyzenck إن تعلم أي سلوك هو نتاج استجابات لمثيرات بيئية، وأكد باندورا إنّ الأفراد ينهمكون في التقليل من قيمة أنفسهم وتكوين أفكار سلبية عنها عندما تنتهك المعايير الداخلية المثلى من جراء ارتكابهم أخطاء ملموسة أو غير ملموسة، يصل بهم الأمر لمعاقبة الذات ونزعة عقاب الذات فتكون في مراحل متعددة تتمثل بسلوك خاطئ يثير خوفاً من عقاب متوقع يولد شعوراً بالذنب (محمد، 2016، ص233).

ويؤكد دوركهايم Durkheim ذو التوجه الاجتماعي، بأن سوء التوافق الاجتماعي يؤدي إلى توليد نزعة انهزام الذات، إذ أن القوى الاجتماعية المحيطة بالفرد هي التي تدفعه إلى هزيمة ذاته وليس حالته النفسية، ومن منظور التعلم الاجتماعي، يتعلّم الإنسان كثيراً من سلوكه من المحاكاة والنمذجة، والطفل الذي يرى والديه تستحوذ عليهم مشاعر انهزام الذات سيكتسبها وينقلها معه إلى حياته الراشدة (Sherman &Cohen, 2006, P188).

النظرية المعرفية (Cognitive Theory):

يرى علماء النفس المعرفيون أن السلوكات الهازمة للذات هي جزء من تشوهات معرفية محددة، والتي تعد أساساً لصورة الذات عند الفرد، وإن معظم عمليات انهزام الذات هي عمليات مقصودة ومخطط لها بأسلوب معرفي وبواسطة طرائق محددة في مكان وزمان محدّد (التميمي، 2013، ص13)، فتنظر النظرية المعرفية للسلوك الهازم للذات على أنه ناتج عن اضطراب عاطفي على هذا النحو: مزيج من الاعتقاد والإيمان المهزوم ذاتياً (مثل إيمان الإنجاز) بالإضافة إلى حدث سلبي (مثل الشد أو الأداء السيئ عند إلقاء محاضرة) يؤدي إلى ضغوط عاطفية والغرق بأفكار ومشاعر سلبية، مثل "يا إلهي ، كان حديثي نوعًا من الفشل– بدأ الناس بالملل– أنا خاسر..إلخ" (Burns, 2018, P4).

النظرية العقلانية الانفعالية (Rational Emotional Theory):

يرى" إليس Ellis " أن الأفكار اللاعقلانية هي مجموعة من الأفكار غير المنطقية التي تتميز بعدم موضوعيتها، وعدم وملاءمتها لإمكانات الفرد وواقعه، ما يسبب له العديد من المشكلات؛ فيرى" إليس " إن التفكير غير العقلاني، والسلوكات الهازمة للذات تعود في أصولها إلى التعلم المبكر الذي يكتسبه الفرد من الوالدين والمحيطين به في مراحل حياته الأولى بشكل خاص. إن الاضطرابات العاطفية هي نتاج

للتفكير غير المنطقي الذي ينتهجه الإنسان في رسم معالم حياته، فالإنسان يفكر بطريقة غير منطقية من خلال الأسلوب التعسفي في التفكير، ويرمز إلى هذا الأسلوب بصيغة الأوامر (يجب علي أن أفعل، لابد لي أن أنجح في، ينبغي علي فعل كذا وكذا، لا بد لي من الحصول على)، فلذلك يؤكد" إليس " أن أسلوبه العلاجي يسعى إلى تعاون الأخصائي مع المسترشد في دحض الأفكار الخاطئة التي يعتنقها في الوقت الحاضر، من خلال الحوار المنطقي الواعي، وهذا بدوره ينعكس على مشاعر المسترشد وسلوكه (شحادة، 2019، ص35). وهناك قائمة من المعتقدات الشائعة الهازمة للذات:

1. الكمالية العاطفية: "يجب أن أشعر دائماً بالسعادة والثقة، والسيطرة على عواطفي".
2. الكمالية بالأداء: "لا يجب أن أفشل أبداً أو أن أرتكب الأخطاء".
3- الكمالية المتصورة: "الناس لن يحبوني ويقبلوني كإنسان معيب وضعيف".
4- الخوف من الرفض أو الانتقاد: "أحتاج إلى موافقة الجميع حتى أشعر بالسعادة".
5- الخوف من الرفض: "إذا لم أكن محبوباً، فإن الحياة لا تستحق العيش".
6. الخوف من الوحدة: "إذا كنت وحدي ، سأشعر بالبؤس".
7- الخوف من الفشل: "يعتمد احترامي الذاتي على إنجازاتي (أو ذكائي أو وضعي أو جاذبيتي)".
8- رهاب الصراع: "لا ينبغي للناس الذين يحبون بعضهم البعض أن يختلفوا".
9- رهاب الالم: "لا ينبغي أن أشعر بالغضب والقلق وعدم الكفاية والغيرة والضعف".
10. الاستحقاق: "يجب أن أسبق الناس دائماً" (Bond, 2005, P2).

النموذج المتكامل في تفسير السلوك الهازم للذات(The integrated model in the interpretation of self-defeating behavior):

قدم هذا النموذج وجهة نظر متكاملة حول نشوء السلوكات الهازمة للذات، وطبقاً للأنموذج فإن هناك عدداً من العوامل النفسية والاجتماعية للفرد التي تتفاعل فيما بينها، لتولد شخصية مهزومة ذاتياً، ويتفق مع منظور التحليل النفسي في أهمية خبرات الطفولة وعلاقة الطفل بوالديه في أثناء هذه المرحلة، كما يتفق مع النظريات الاجتماعية وأهمية فاعلية الذات الاجتماعية في تكوين علاقات سوية بالآخرين، ويتفق مع وجهات النظر التي ترى بأن الأشخاص المهزومين ذاتياً يتميزون بتقدير ذات منخفض، وتوصلت دراسة وي وياوكو إلى أن هناك عدداً من العوامل تؤدي بالفرد إلى النمط المهزوم ذاتياً، وهذه العوامل هي تقدير الفرد لذاته، ومدى فاعلية ذات الشخص، وكذلك مستويات متعددة من الاكتئاب، والكرب الناتج عن العلاقات الشخصية بين الأفراد، إذ لوحظ وجود ارتباط عالٍ لهذه العوامل مع الشخصية المهزومة ذاتياً (Wei & Yao Ku, 2007, P295) (Sherman& Cohen, 2006, P188).

الغضب(Anger):

مفهوم الغضب(The concept of Anger):

يعد الغضب جزءاً من حياتنا ومن أكثر الانفعالات الإنسانية تعقيداً، فهو ميل طبيعي في الإنسان وشعور صحي ورد فعل عام للإحباط وللمعاملة السيئة، لكن عندما نفقد سيطرتنا عليه قد يقود إلى كثير من المشكلات، وبالتالي تنعكس نتائجه على حياة الإنسان في مختلف جوانبها.

وقد اختلف الباحثون في تعريفه، فعرفه كورمير(Cormier,2005)"بأنّه شعور قوي بعدم الرضا، يكون موجهاً نحو شخص أو شيء ما، ما يؤدي إلى حدوث حالة انفعالية تسبب الأذى والانزعاج للشخص المعني، ويكون الهدف من هذا الانفعال، حماية الذات من التعرض لمثل هذا الأذى مستقبلاً" (شريف، 2014، ص59). في حين عرفه نوفاكو وبوتجال بأنه مقدار من الطاقة الإبداعية النقية والمفيدة التي يمكن أن تخلق اضطراباً نفسياً واجتماعياً إذا تم قمعها بشكل دائم (Potegal&Novaco, 2010, P11)، وهو حالة عاطفية تحدد بوجود إثارة فيزيولوجية وعنصر إدراكي معرفي، والغضب يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالتأثير السلبي الناتج عن الأحداث غير السارة، والوعي بالمشاعر السلبية يدفع للتفكير حول أسباب تلك المشاعر والتفكير في كيفية التصرف (Novaco&Chemtob, 1998, P167).

كما عرف أفيرل (Averill,1981) الغضب بأنه رد فعل حاد وعاصف يعتمد على تقدير الفرد لخطورة الأحداث البيئية المؤذية، وقد يؤدي الحدث الضاغط إلى إحدى استجابتين هما الغضب أو الخوف، ويعتمد ذلك على طبيعة الحدث، وقدرة الفرد على مواجهته والأضرار الناجمة عن الحدث (حمزة، 2012، ص13). فالغضب هو أحد المشاعر الرئيسية وليس مجرد عاطفة سلبية مثل العدوان والعداء، فهو عاطفة طبيعية وشعور شامل وعالمي، ويكون بمثابة درع شخصي في أوقات معينة، ويمكن التعبير عنه بطريقة إيجابية، ويعتبر بمثابة وظيفة صحية، إلا أنه يمكن أن يسبب الكثير من الضرر للفرد والبيئة المحيطة به (Shahsavarani, 2015, P279).

وهذه الحالة الانفعالية تتراوح شدتها ما بين مضايقة خفيفة إلى حالة من الثورة العارمة، وفقاً لعالم النفس تشارلز سبيلبرجر المتخصص في دراسة الغضب، والغضب مثل انفعالات أخرى، يصاحبه تغيرات نفسية وبيولوجية؛ حين تغضب يزيد معدل ضربات القلب وضغط الدم، بالإضافة إلى زيادة مستويات هرمونات الطاقة والأدرينالين والنور أدرينالين (البيلاوي، 2008، ص2).

الغضب هو عاطفة عادية غير مؤذية لديها قيمة تكيفية كبيرة للتعامل مع شدائد الحياة، وتمكن من المثابرة للتغلب على العقبات التي قدمتها الظروف ويوفر المرونة الشخصية، وهو وصي مهم على قيمة الذات(Novaco&Chemtob, 1998, P172).

ومما سبق نجد أن الغضب عاطفة إنسانية صحية تماماً، ونحتاجها لإدارة المواقف الخطيرة، وكل شخص يستجيب للغضب بطرق مختلفة تبعاً للفروق الفردية والخبرات الحياتية ومعتقداته الشخصية ورؤيته للعالم، فبعض الناس يشعرون أنهم لا يستطيعون السيطرة على غضبهم ما يسبب لهم مشاكل كثيرة، وفي الوقت نفسه يمكن أن يكون الغضب عاطفة إيجابية تحفزنا لفعل أشياء لحماية أنفسنا من خطر ما وتدفعنا للانتباه والحذر.

أنواع الغضب(Types of Anger):

- **الغضب كحالة والغضب كسمة**(Anger as a case and Anger as a Trait):

يهتم سبيلبيرجر(Spielberger) بتعريفه للغضب بكل من طبيعة الغضب ودرجته ويفرد لكل منهما تعريفاً :الغضب كحالة(Anger as a case) : عرفها بأنها حالة عاطفية تتركب من أحاسيس ذاتية، تتضمن الانزعاج والتوتر والإثارة والغيظ (عبد الرحمن وعبد الحميد، 1998، ص9)، ويشير إلى مستوى الغضب الذي يواجه الفرد في وقت التقييم، ويكون ظاهرياً ويتغير خلال فترات زمنية قصيرة، فتتفاوت كثافة الغضب كحالة بمرور الوقت من انزعاجٍ معتدل(Mild annoyance) إلى غيظٍ شديد(Iintense fury)، من خلال التقييم الإدراكي لعدم العدالة أو سوء المعاملة أو الإحباط والانزعاج الناتج عن المعيقات للسلوك الموجه نحو هدف (Goal-directed Behavior) (Tully,el al., 2015, P2)، ويشير الغضب كحالة إلى خبرة وقتية متغيرة ومرحلية متعلقة بشعور الفرد بأنه مضطرب هنا والآن، تختلف في الشدة من فرد لآخر حسب طريقة تأثره وتفكيره بالموقف الذي يتعرض له (Shahsavarani, 2015, P281) (الدوسري، 2012، ص34)، وينقسم الغضب كحالة إلى ثلاثة عناصر (Tully,el al., 2015, P5)، هي:

1- الشعور بالغضب Feeling Angry.

2- الشعور بالتعبير عن الغضب لفظياً (S-Ang/V) Feel Like Expressing Anger Verbally.

3- الشعور بالتعبير عن الغضب جسدياً (S-Ang/P)Feel Like Expressing Anger Physically .

أما الغضب كسمة(Anger as a trait) عرفه سبيلبيرجر(Spielberger) بلغة الكم بعدد المرات التي يشعر فيها المفحوص بحالة الغضب في وقت محدد، والشخص مرتفع سمة الغضب يميل للاستجابة لكل المواقف أو غالبيتها بالغضب(عبد الرحمن وعبد الحميد، 1998، ص9)، و يشير إلى ميل أو سمة ثابتة نسبياً في الشخصية للاستجابة لمواقف الحياة المختلفة بطريقة تغلب فيها حالة الغضب (الدوسري، 2012، ص34)، فهو استعداد لاختبار تجربة الغضب (Shahsavarani, 2015, P281) وينقسم إلى عنصرين وهما:

1-مزاج غاضب(T-Ang/T) Angry Temperament: يشير إلى استعداد الفرد لتجربة الغضب دون إثارة.

2- رد فعل غاضب(T-Ang/R) Angry Reaction: يشير إلى رد فعل الفرد الغاضب للأحداث السلبية (مثلاً عندما يتم نقده أ معاملته بشكل غير عادل) (Tully,el al., 2015, P5) .

- **الغضب الإيجابي والغضب الضار**(Positive Anger and Harmful Anger):

عندما نتكلم عن الغضب أول ما يتبادر إلى أذهاننا العنف والدمار الذي يجعل من الصعب لدينا أن نتذكر الجانب الإيجابي منه، وقد أكدت لندنفيلد على وجود وظيفتين رئيسيتين للسمات الجسدية للغضب (لندنفيلد،2008، ص34-35)، وهما:

الوقاية الذاتية: استثارة تولد أقصى قدر من الطاقة الجسدية للدفاع وحماية أجسادنا ضد أي أذى محتمل، فتستثير استجابتنا القتالية الطبيعية.

التخلص من الضغط: فالغضب يعطي فرصة لأجسادنا للتخلص من التوتر الناتج عن التعرض الزائد للإحباط، فالتنفيس الجسدي الآمن عن الغضب طريقة فعالة لمساعدة الجهاز العصبي التلقائي للعودة إلى حالته الوظيفية الطبيعية المسترخية (هدوء ما بعد العاصفة).

فعاطفة الغضب تهيئ الإنسان لمواجهة المواقف وتدفعه للاندماج الفعال والإيجابي في المحيط، فهي صمام الأمن في حياة الفرد (حبيب، 1994، ص40)، وهو مفيد إذا ما كان متبوعاً بالعمل والبناء لا الهدم، ومدفوعاً بالعقل لا المشاعر، وإذا لم يكن فيه هدم للذات بل بناء و رفعة لها (العثمان، 2005، ص18).

فهو قوة خير إذا أحسن الفرد توجيهه وتوظيفه بطريقة صحيحة، ولولاه لبقينا في حالة سكون وعدم حركة (Dunn,2016, P4)، إذاً فالغضب هو وسيلة بناءة إيجابية للحفاظ على الحياة، ووظيفتها إمدادنا بالطاقة العاطفية والجسدية حين تشتد حاجاتنا إلى الحماية (Josephs & McLeod, 2014, P70).

من ناحية أخرى قد يصبح الغضب ضاراً وغير مفيد، فيأتي على نحو ثورات من العداء والانفجار والعنف تتحول إلى مآسٍ (Kweon, et al., 2008, P356)، وذلك حين يكون شديداً يتجاوز الحد الطبيعي، وفي مواقف عادية لا تبرر وجوده، وفي ظروف يصعب التحكم فيها، فتنجم عنه في هذه الحالة مساوئ عديدة تلحق بالمرء عواقب وخيمة (Black &Donald &Henderson, 2005, P15).

ووفقاً للدراسات السابقة التي تناولت الغضب اتفق الباحثون على أن الغضب الشديد يمكن أن يُحدث آثاراً سلبيةً على جميع جوانب الحياة الفكرية والاجتماعية والنفسية والجسمية للفرد (Novaco&Chemtob, 1998) (Black et al., 2005) (Potegal&Novaco, 2010) و(الدوسري،2012)

و(الخوالدة وجرادات، 2014)، فقد يتحول الغضب إلى شحنة انفعالية وطاقة هائلة توجه إلى التحطيم والتخريب (الريشان والعذاري، 2012، ص6).

ومن **أضرار الغضب الفكرية** أنه يعطل تفكير الفرد وسلوكه ويشوه الإدراك لديه ويسلبه عقله ما يجعله يندفع ويسلك وفقاً لنزعاته ورغباته الي تحد من قدرته على التفكير السليم وحل المشكلات، وبالتالي تُضعف الأداء العام لديه.

ومن **أضرار الغضب الاجتماعية** أنه قد يُضعف الترابط بين الناس، ويولد الحقد في القلوب وإضمار السوء لديهم، بالإضافة إلى قطع التواصل بين الأصدقاء، وقد تؤدي إلى أضرار تلحق بالفرد والممتلكات، وقد يسبب خسارة العمل ويصل إلى حد العدوان.

أما بالنسبة **للأضرار الجسمية** فقد ثبت علمياً أن الغضب كصورة من صور الانفعال النفسي يؤثر على قلب الشخص الذي يغضب ويؤدي للنوبات القلبية والصداع واحمرار الوجه، وزيادة معدل العرق للتخلص من الحرارة الزائدة الناتجة عن إنتاج الطاقة، وكذلك حدوث الرعشة والدوران، كما يؤدي إلى سرعة التنفس بدون انتظام وانقطاع النفس؛ وذلك لأن الرئتين تزودان الدم بالأكسجين أكثر من المعتاد.

ومن هنا نجد أن الغضب يؤثر على الجسم سلباً أو إيجاباً، وذلك حسب نوع الغضب ودرجة حدته ونظراً لما يخلفه من آثار، وهذا ما أكده نوفاكو وبوتجال (Potegal & Novaco, 2010, P19) حين تحدث عن النظرة الابيقورية للغضب المناسب مقابل الغضب الفارغ غير المتحرك، وقد ميز القديس توما الأكويني بين الغضب الأيمن رداً على الشر مقابل الغضب الخاطئ، وميز أليس(Ellis) الغضب العقلاني الذي يولد التفكير العقلاني ويسعى إلى هدف معين وهو إزالة العوائق والأهداف المحبطة، مقابل الغضب اللاعقلاني الذي يولد التفكير غير العقلاني وليس له هدف محدد ولا يتناسب مع المثير الذي أثار الغضب.

النظريات المفسرة للغضب (Explanatory theories of Anger):

النظرية البيولوجية(Biological Theory): تشير إلى أنّ الغضب له أسباب بيولوجية و يمكن أن يكون وراثياً، أو نتيجة لاختلال في الإفرازات الهرمونية(Verduyn et al., 2009, P85)، فهناك عوامل تؤثر على الإنسان تدفعه للغضب، فالغضب يزيد مع زيادة إفراز الغدة الدرقية أو الغدتين فوق الكليتين، أو الغدد التناسلية، وقد يزيد مع حالات التعب الشديد أو قلة الراحة والنوم وسوء التغذية والإمساك والإصابة بالبرد، بالإضافة إلى كبر السن عند الرجال أو النساء، ويقلل القدرة على ضبط الانفعال الزائد، أما السمنة أو النحافة فلهما تأثير مباشر على ثورات الغضب (حبيب، 1994، ص29).

النظرية السلوكية (Behavioral Theory): تفسر هذه النظرية الغضب بأنّه سلوك متعلم بعمليات إشراطية، حيث يتم تعزيز هذه السلوكيات، ثم يتم تعميم الغضب للتعامل مع المواقف المختلفة، للحصول على تعزيزات مشابهة لتلك التي حصل عليها في الموقف الأصلي، فالأطفال الذين ينمون بأسرة تتصرف بغضب وعدائية يكتسبون هذه السلوكيات ويتبنونها كمعايير سلوكية تتجاوب مع التوقعات الوالدية، وهذه المعايير يتم تعلمها من الوالدين اللذين يضعان الحدود ويعززان السلوك المرغوب ويمنعان السلوك الهدام بشكل فعال (رضوان، 2007، ص786).

فحين ندرك وجود تهديد، إما من خلال الإحساسات الخارجية، وإما في عقولنا من خلال التخيل، فإن هناك مسارين للاستجابة، الأول يمر بمراكز التفكير المعقدة بالمخ، وهو الذي نستخدمه في المواقف اليومية، وهو المسار الذي يتخذه الغضب حين يكون لدينا وقت للتفكير في طبيعة التهديد واختيار استجابة مناسبة، ومفتاح التحكم بها هي القشرة العصبية مركز التفكير (مخزون الحكمة للتعلم من الخبرات السابقة والتعلم والتدريب السابق أو الإدراك الواعي بالانفعالات)، أما المسار الثاني هو طريق الطوارئ الانفعالية، وهو المسار الذي تتخذه الاستجابة حين نكون في حاجة إلى رد فعل غريزي سريع لنحمي أنفسنا، وهو الطريق السريع للاستجابة البدائية، ومفتاح التحكم بها هي مراكز معالجة الانفعالات بالمخ(ذاكرة صور الأحداث المخزونة لاستجابة وقائية سريعة، أو مخزن ذاكرة الخبرات الانفعالية السابقة)، ومن ثم تتدخل مراكز التغيرات البيو كيميائية بالمخ (إفراز الهرمونات) ومن ثم التغيرات الفسيولوجية ومن ثم الفعل هنا إما استجابة بدائية (اضرب واهرب وتخشب) أو استجابة واعية معقدة (لندنفيلد، 2008، ص25).

النظرية المعرفية (Cognitive Theory): انطلق المعرفيون في تفسيرهم للغضب من مقولة أبقراط "إن البشر لا ينزعجون من الأشياء ذاتها، ولكن من أفكارهم في تفسير الأشياء" (عبد الرحمن وعبد الحميد، 1998، ص12)، فالأفكار التلقائية واللاعقلانية، والمعتقدات الخاطئة، والتفسير غير المنطقي للأحداث، هي سبب الاضطراب والغضب الذي يشعر به الفرد، وليس الحدث بحد ذاته (Berkeley, 2016, P1)، فطريقة تفكير الفرد، وتفسيره للمواقف التي يتعرض لها، هي الدافع وراء الغضب. يرى بيك أن الناس ينفعلون تبعاً للمعاني التي يسبغونها على الأحداث، والتفسيرات الشخصية لأي حدث تؤدي إلى استجابات انفعالية مختلفة للفرد الواحد في المواقف المختلفة، فالفكرة التي تقرر أن المعنى أو التفسير الخاص لأي حدث تحدد أشكال الاستجابة الانفعالية التي تصدر عن ذلك الشخص تعتبر المحور

المعرفي في التعامل مع الانفعالات والاضطرابات الانفعالية (عبد الرحمن وعبد الحميد، 1998، ص11-ص12).

ويرى ألبرت أليس Ellis مؤسس العلاج العقلاني الانفعالي إن الغضب انفعال قوي يميل إلى التداخل والامتداد إلى مجالات أخرى في حياة الإنسان، وهو ينتج عن معتقدات الإنسان اللاعقلانية، حيث يعتقد أليس أن الناس يسهمون في خلق مشكلاتهم النفسية، وذلك بسبب الطريقة التي يفسرون بها الأحداث والمواقف، و تنطلق نظرية أليس من مبدأ (A.B.C)، حيث A هو الحدث أو المحرك للسلوك والانفعال، أما B فتمثل نظام المعتقدات العقلانية وغير العقلانية للفرد، بينما تمثل C النتائج الانفعالية والسلوكية للأحداث بعد أن تمر بنظام معتقدات الفرد، وتكون المعتقدات عقلانية إذا كانت نابعة من قيم أساسية ذات أدلة تجريبية وليس من افتراضات غير واقعية تؤدي إلى التفكير اللاعقلاني المصاحب للغضب (Kingdon &Turkington, 2002, P180)، فيغضب المرء وتراوده أفكار سلبية مثل تعرضه للاعتداء أو الغبن أو الأذى، وهو ما يسمى الحديث السلبي مع الذات، وتصّعد هذه الأفكار انفعال الغضب والتعبئة الذاتية، مما يعود بدوره فيفاقم الأفكار السلبية مدخلاً المرء في حلقه متزايدة من التأزم الفكري والانفعالي:

غضب ← حديث سلبي مع الذات (أفكار غبن أو تهديد) ← مزيد من الغضب ← مزيد من الأفكار السلبية ← فيض الغضب ← لوم الآخرين وإدانتهم ← النقمة على الآخرين ← فقدان السيطرة ← انفجار الغضب (الحجازي، 2015، ص134).

ويرى أليس أن هناك أربع عبارات تمثل الأفكار الأساسية غير العقلانية التي يتمسك بها الأفراد الغاضبون على وجه العموم، هي:

1. كم كان فظيعاً أن تعاملني بهذه الطريقة الظالمة.
2. لا أستطيع أن أتحمل معاملتك لي بهذا الأسلوب الفظ.
3. لا ينبغي أن تتصرف معي بهذه الطريقة.
4. أنت شخص فظيع لا بد من عقابك لتصرفك معي بهذه الطريقة.

وفقاً لهذا النموذج فان المعوقات والمشكلات اليومية(A) التي تبدو إنها محركة للغضب ليست هي في الواقع التي تؤدي للغضب(C) بشكل مباشر ولكن الذي يؤدي إلى الغضب هو (B) نظام المعتقدات غير العقلانية (الريشان والعذاري، 2012) (حساسنة وداود، 2016).

نظرية إعادة تقييم الغضب(recalibrational theory of anger): وأخيراً من النظريات الحديثة المفسرة للغضب نظرية الغضب الذي أعيد تقييمه التي تتناغم مع نظريات العدوان التي تعمل دفاعاً عن

المستقبل، وتنص نظرية إعادة تقييم الغضب على أن الغضب تطور لتحفيز حل النزاعات الشخصية لصالح الشخص الغاضب. عندما لا يُعامل الفرد بمستوى الاهتمام والاحترام المناسب، فإنه سيعايش تجربة الغضب، وفي المقابل الغضب بدوره يحفزه على إلحاق التكاليف أو حجب المنافع، بحيث يقوم الطرف المخالف أو المهين بإعادة ضبط وتقييم مستوى احترامه (هذا ما يسمى نسبة المقايضة الاجتماعية) (Wyckoff, 2016, P3)، ووفق هذه النظرية فإن الأفراد الأكثر قوة وجاذبية لديهم فرص أكبر للفوز في هذه الصراعات، ويبلغون عن شعورهم بأن لهم الحق في الحصول على معاملة أفضل من الآخرين، وإن الفرد أكثر عرضة للغضب عندما يتم استفزازه من قبل شخص ذي قيمة وقوة ضعيفة مما هو عند استفزازه من قبل شخص قوي وذي قيمة مرتفعة.

مراحل الغضب(Stages of anger):

لفهم سيكولوجيا الغضب بشكل أفضل نحتاج إلى النظر إلى أجزائه بطريقة منهجية، ونرى كيف تتناسب وتؤثر على بعضها البعض، ومن المفيد فصل الجوانب الشخصية للغضب والتي تشمل (المزاج والأفكار وردود الفعل الجسدية والسلوك الاندفاعي) عن العالم الخارجي والبيئة المحيطة، حيث يوضح التفسير النفسي للغضب أن مزاجنا هو الجزء الأساسي من الغضب، ولكنه ليس الجزء الوحيد، فكل أجزاء الغضب يمكن أن تؤثر على بعضها البعض، فقد تقودنا مثيرات معينة مثل (المواقف الضاغطة أو بعض الذكريات...) إلى حلقة مفرغة من الغضب، والتي تبدأ بأفكار الشخص (الأفكار الغاضبة أو غير العقلانية)، وتقود إلى مزاج سيء ومكدر، وتتبعها إشارات جسدية وسلوكيات غاضبة، والشعور بعدم السيطرة، ما يزيد الحالة سوءاً ويصبح الشخص أكثر غضباً، فيدخل في حلقة مفرغة من الغضب (Black et al., 2005, P17).

ولكن إثارة الغضب هي أيضاً مشكلة لأنها يمكن أن تتداخل مع معالجة المعلومات لدى الشخص الغاضب، فالمراحل الأولى من استحضار الغضب ترتبط بالإدراك التلقائي للأحداث، وذاك الإدراك هو الذي يحكم ويسيطر على ردود الفعل الأولية، والتي تظهر على شكل النزعات الحركية والهروب وبالتالي يعوق الحكم وحل المشكلات(Novaco&Chemtob,1998, P169).

لذلك فانفعال الغضب يمر بعدة مراحل:

1. **استقبال المثير:** تبدأ باستقبال المثيرات من خلال الحواس الخمس.
2. **مرحلة الإدراك:** وفي هذه المرحلة يتم إرسال ما تم استقباله إلى مركز الإدراك في المخ الذي يقوم بترجمتها إلى عمليات عقلية، فيحدث التمييز بين المواقف المثيرة وغير المثيرة للغضب.

3. **مرحلة الانفعال:** بعد عمليات الترجمة تصل رسالة إلى مركز الوجدان بالمخ، فينطلق الشعور بالغضب الذي يسيطر على الفرد في ذلك الموقف، ويملأ الجسم بالانفعال والإحساس الحاد، وهما يعاونان على دفع الدم في الأوعية، وتعطيل الهضم.
4. **مرحلة العصبية الإرجاعية:** وبهذا الأمر يرسل المخ رسالة إلى جميع الأطراف المعنية بالاستعداد للهجوم أو للهرب أو إلى تسوية الأمور، وهو ما يعرف بضبط انفعال الغضب، فقد يزداد ضغط الدم وتتوتر العضلات، وتصطك الأسنان، ويزداد التنفس حدة وسرعة، ويندفع الدم من المعدة متجهاً نحو الأعضاء التي تستطيع أن تسهم في رد العدوان.
5. **مرحلة الإمداد بالطاقة:** حيث تتزود الأعضاء بالطاقة اللازمة من خلال الهرمونات التي تفرزها الغدتان الكظريتان، ومن هذه الهرمونات هرمون الأدرينالين الذي يعمل على زيادة سرعة نبضات القلب، وتوسيع حدقة العين، ومقاومة التعب العضلي. وتسبق مرحلة الإمداد بالطاقة مرحلة العصبية الإرجاعية أو تلازمها وقد تستمر بعدها بقليل. فالإنسان في حالة الانفعال يفرز هرمون الأدرينالين وهرمون النورأدرينالين، وهما يساعدان على زيادة الذاكرة والتذكر.
6. **مرحلة التنفيذ:** وهي آخر مرحلة من مراحل الغضب حيث يظهر الغضب كرد فعل للمثيرات التي استدعته، ويظهر بنمط أو أكثر من الأنماط السلوكية، ويشعر الإنسان عندها بقوة غير عادية في اليدين والذراعين (حبيب، 1994،ص37) (خوالدة وجودات، 2014، ص313) (Boodman,2013, P7).

أساليب التعبير عن الغضب (Methods of expressing Anger):

هناك أساليب مؤذية أو ضارة إما للذات أو للآخرين للتعبير عن الغضب، وهي الأساليب التي تجعل منه انفعالاً مداناً أو غير مستحب، وهناك في المقابل أسلوب إيجابي يمثل إحدى مهارات الذكاء العاطفي يتمثل في التحكم بالغضب لصالح الشخص والآخرين والعلاقات معهم في أن معاً.

تخزين الغضب أو قمعه: والمقصود به بلع مشاعر الغضب وقمعها في النفس، ويتجلى في السكوت على الضيم، والاستكانة وعدم إيجاد وسيلة لعلاج الموقف المولد للغضب.

تصعيد الغضب: نحن هنا بصدد إطلاق العنان للمشاعر والأفكار الغضبية ما يجعلها تتصعد وتتفاقم وتخرج عن السيطرة. إن وضع اللوم على الآخرين بشكل دائم يؤدي إلى عدم تحمل مسؤولية عـــلاج الموقف ومن ثم فقدان التحكم بالأمر، مما ينتهي بتكرار ردود الفعل المؤذية.

إزاحة الغضب: وتعني صب جام غضبه المتراكم على طرف ثالث لا صلة له ولا مسؤولية، مثـــل صب الزوج غضبه على زوجته وأولاده، وقد يصب البعض غضبهم على أنفسهم فيسببون لهـــا الأذى (الجسدي أو المعنوي)، هنا يبرز السلوك الهازم للذات.

الهروب إلى العقاقير والإدمان: يحاول المرء أن يطفئ نار غضبه من خلال العقاقير والمســـكنات التي توقف تفاقم الحديث السلبي مع الذات والأفكار الآلية، وتساعد على تخفيف احتقان الغضب، وقـــد تؤدي غلى إيذاء الذات نظراً لتراجع الفاعلية الناتجة عنها في إدارة شؤون الحياة، ما ينتج ســـلوكات هازمة للذات(Poole et al, 2010, P7-25).

السلوكيات العدوانية: تتمثل بإنزال الأذى بالآخرين مما يؤدي إلى إيذاء الذات (الحجازي، 2015، ص137).

المراهق والغضب (Teenager and Anger):

ويطال الغضب المراهق كما يطال جميع الفئات العمرية الأخرى، ولكن ما يميز المراهق أنه قليل الخبرة في التعامل مع المواقف المثيرة للغضب مقارنة بمن هم أكبر منه سناً، كما أنه يرفض القبول ولا يرضى بالواقع بسهولة مقارنةً بمن هم أصغر منه سناً، وما يميز غضب المراهق استمرارية غضبه لمدة طويلة، وتكون لديه ردات فعل سريعة، وقد يكون الخروج من المنزل إحدى الصور في التعبير عن غضبه. حيث تتميز هذه المرحلة بأنواع كثيرة من الصراع. وما هو جدير بالـــذكر أن مســـببات الغضب لدى المراهقين تختلف عنها لدي الأطفال، فغالباً ما تتعلق أسباب الغضب في مرحلة المراهقة بأشخاص أكثر من تعلقها بأشياء (حمزة، 2012، ص24)، وعموماً تتسم مرحلة المراهقة بعدم الثبات الانفعالي وبالانفعالات العنيفة والمتهورة التي لا تتناسب مع مثيراتها، وقد لا يستطيع المراهق التحكم فيها ولا في المظاهر الخارجية لها. يزداد شعور المراهق بذاته وحساسيته لها، ويصبح سريع التقلب انفعاليًا، وتشيع بين المراهقين نوبات الغضب والتوتر والتمسك بآرائهم، والبحث عن أخطاء الآخرين ونقد تصرفاتهم.

القلق الاجتماعي:

مفهوم القلق الاجتماعي (The concept of Social Anxiety):

يعتبر القلق الاجتماعي Social Anxiety أحد أنواع الرهاب Phobia الذي يمثل أحد اضطرابات القلق Anxiety Disorders. ويتسم بخوف واضح ودائم من موقف أو أكثر من المواقف الاجتماعية التي تتطلب الأداء في جماعة، ويتم تجنب تلك المواقف الاجتماعية التي يخاف منها الفرد، أو التي تثير لديه القلق دائماً، ويرتبط مفهوم القلق الاجتماعي بالتفاعل بين الفرد والآخر وهو جزء من عملية الاتصال (معمرية، 2009، ص135).

وعرف لنغر Langer القلق الاجتماعي بأنه يتميز بالخوف من التقييم السلبي الذي يرتبط عادة مع تجنب المواقف الاجتماعية أو المحفزات الاجتماعية (Langer, 2015, P10).

وذكر حجازي أن القلق الاجتماعي يمثل جانباً من جوانب القلق الذي تستثيره المواقف الاجتماعية، ويعبر عن مشكلة نفسية انفعالية فردية يمر بها الفرد خلال المواقف الاجتماعية تتمثل في الخوف من التقييم السلبي من الآخرين(حجازي، 2013، ص11).

ويعرف القلق الاجتماعي بأنه: أعراض انفعالية إكلينيكية من مثير غير مخيف واقعياً، يندرج تحت اضطرابات القلق، فهو لا يتضمن تهديداً فعلياً أو خطراً واقعياً على حياة الفرد، وهو أيضاً غير موضوعي وغير عقلاني وغير تكيفي للفرد،ولا يستطيع الفرد التحكم بسلوكه أثناء الموقف المثير(النفيسة، 2010، ص43).

وقد عرف ماجير (Mager, 2015, P20) قلق التفاعل الاجتماعي: بأنه ضيق عند الاجتماع أو الكلام مع الناس الآخرين، ويرى دبابش إن القلق الاجتماعي يظهر عندما يصبح الخوف من المواقف الاجتماعية مزعجاً للشخص ومؤثراً فيه ومستمراً وعندما يتضرر الشخص في مجالاته الحياتية بشكل كبير (دبابش،2011، ص11).

ويتضح القلق الاجتماعي من خلال استجابة خوف غير منطقية تحدث للفرد عند مواجهة الآخرين، أو من خلال التحدث والاتصال في مواقف التفاعل الاجتماعي وتؤدي بالفرد إلى تجنب هذه المواقف لشعوره بأنه موضع تقييم ونقد من الآخرين (شما، 2015، ص143)، وقد يتعرض الشخص في الحالات المزمنة لنوبات من الذعر عندما يضطر إلى مواجهة مواقف اجتماعية معينة، ويؤثر القلق الاجتماعي على روتين الحياة والأداء الوظيفي والعلاقات بشكل العام (Alkhathami, 2015, P26).

ويبدو القلق الاجتماعي في أعراض نفسية أو سلوكية أو فيزيولوجية، ويظهر في مواقف اجتماعية معينة، حيث يعتبر الأحجام عن المواقف الاجتماعية من أبرز معالم الرهاب الاجتماعي الذي يؤدي في الحالات الشديدة إلى العزلة الاجتماعية الكاملة (معمرية، 2009، ص135) .

ويعتقد مول (Mull, 2006, P12) إن الأفراد الذين يعانون من القلق الاجتماعي يفكرون في أن الآخرين قد يلاحظون أعراضهم الجسدية التي تظهر بسبب القلق، و كثيراً ما يقلقون من أن يُنظر إليهم باعتبارهم غير أكفاء اجتماعياً، بالتالي يميلون إلى تجنب المواقف المخيفة أو البيئات التي تحمل الرهبة. وكذلك إن الأفراد ذوي القلق الاجتماعي يظهرون يقظة وحذراً زائداً تجاه المعلومات المهدِّدة اجتماعيًّا؛ ولذلك فهم يتسمون معرفيًّا بالانتباه المتمركز حول الذات، ولديهم نقص في تشفير وترميز المثيرات البيئية، ونزعة إلى تفسير الأحداث الغامضة بصورة سلبية (الطنطاوي، 2015، ص3).

ويرى (Barlo, 1988) إن الفوبيا الاجتماعية ترتبط بعوامل جينية، ويستدل على ذلك من أن المصابين بالفوبيا الاجتماعية يسجلون درجات عالية على سمة مقياس العصابية وسمة القلق(دبابش،2011، ص14).

أما الرابطة الأمريكية للطب النفسي (APA) فقد عرفت القلق الاجتماعي في الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية (DSM-IV) بأنه"الخوف الناتج من واحد أو أكثر من المواقف الاجتماعية التي يتطلب خلالها أداء من الفرد، والتي فيها يكون الفرد أمام الغرباء، أو يكون في موقع تقييم أو فحص من قبل الآخرين، ويكون الخوف ناتجاً عن الشعور بالارتباك أو التحقير والإذلال، ويدرك الفرد أن خوفه غير عقلاني أو غير منطقي" (American Psychiatric Association, DSM-IV, 1994)

ويحتل القلق الاجتماعي أو الرهاب الاجتماعي موقعاً هاماً في التصنيف الدولي العاشر للاضطرابات النفسية (ICD-10) الذي أصدرته منظمة الصحة العالمية (WHO, 1991) ، ويعرف القلق الاجتماعي في هذا التصنيف بأنه: "الخوف من التدقيق وإمعان النظر في الفرد من خلال الناس الآخرين، وهذا يؤدي بالفرد إلى تجنب المواقف الاجتماعية، وأن الكثير من المخاوف الاجتماعية لدى الفرد ترتبط بانخفاض تقدير الذات لديه، والخوف من النقد" (World Health Organization, ICD-10, 1991).

وبناءً على ما سبق يمكن أن نستخلص تعريفاً للقلق الاجتماعي: هو تجنب المواقف الاجتماعية، والخوف من القيام بأشياء محرجة أمام الناس، والخوف من التقييم والحكم السلبي من الآخرين، وقد يصبح مزمناً ويعترض طريق الفرد في القيام بأعماله والاستمتاع بحياته، يترافق مع أعراض فيزيولوجية وأفعال سلوكية وتغيرات معرفية تتعارض بشكل دال مع الوظائف الاجتماعية والأسرية والمهْنية والأكاديمية للفرد.

انتشار القلق الاجتماعي (Prevalence of Social Anxiety):

يعتقد (معمرية، 2009) أن اضطراب القلق الاجتماعي يبدأ غالباً في مرحل المراهقة ويتمركز حول الخوف من نظرة الآخرين، ويؤدي إلى تجنب المواقف الاجتماعية، ويتفق معه (دبابش، 2011، ص16) فيقول أن القلق الاجتماعي يبدأ في مرحلة المراهقة من 15 إلى 25 سنة، أما مالح فشمل أيضاً مرحلة الطفولة إضافة إلى المراهقة.

في حين يختلف راينكر (Reinecker) عنهم ويعتقد أن المخاوف الاجتماعية تبدأ بعد المراهقة تماماً، حيث يبلغ متوسط السن عند البداية (18سنة) ويرى رايم وليفبفر(Rayem&Levbever) إن الخوف من التقويم الاجتماعي يزداد مع التقدم بالسن، ومن النادر أن تبدأ المخاوف الاجتماعية بعد سن الثلاثين(راينكر، 2009، ص124).

ويعتبر القلق الاجتماعي واسع الانتشار، وتصل نسبة انتشاره إلى 14% من المجتمع العربي، ويظهر عند الإناث والذكور بنسبة (1\2) (المالح والزياد، 2004، ص59)، ويعتقد رضوان إن نسبة انتشاره عند النساء أكثر من الرجال (رضوان،2001، ص49)، أما ماركس فيرى إن نسبة انتشاره متساوية بين النساء والرجال, ويتفق معه في هذا الرأي العديد من الباحثين (دبابش، 2011، ص16).

وأشارت دراسة فورمارك Furmark أن الرهاب الاجتماعي أكثر انتشاراً بين من هم أقل تعلماً، وبين غير المتزوجين، ومن الطبقة الاقتصادية الاجتماعية المتدنية، وكان انتشار اضطرابات القلق بين الاناث أكثر من الذكور، وإن نسبة انتشار الرهاب الاجتماعي أقل عند سكان المدن (ملص، 2007، ص5) .

ويصعب تحديد الظروف الدقيقة لبدء المخاوف الاجتماعية إلا بالطريقة الاسترجاعية، إن مجرى المخاوف الاجتماعية غالباً ما يكون مزمناً إذا لم يعالج، ويستمر طوال الحياة (راينكر، 2009، ص124)، وقد يعود القلق الاجتماعي إلى عوامل وراثية ومن الممكن أن تصاحبه اضطرابات أخرى من القلق (دبابش، 2011، ص16).

النظريات المفسرة للقلق الاجتماعي: (Explanatory theories of self-defeating behavior):

اختلفت وجهات نظر العلماء في القلق وتعددت نظرياته وتنوعت وهي على النحو التالي:

نظرية التحليل النفسي(Psychoanalysis Theory):

يعتبر فرويد من أوائل من تحدثوا عن القلق، والقلق عنده استجابة انفعالية أو خبرة مؤلمة يمر بها الفرد، تكون مصحوبة بإحساسات بدنية معينة يمكن إرجاعها إلى أعضاء معينة من البدن، تخضع

للجهاز العصبي المستقل مثل: القلب والجهاز التنفسي (فرويد، 1998، ص107)، ويعود القلق إلى مراحلة الطفولة نتيجة عقد ومخاوف وإشارات جنسية في سنوات العمر الأولى (الشربيني، 1990، ص31)، وقد رأى فرويد في القلق إشارة إنذار للأنا حتى تتخذ أساليب وقائية ضد ما يهددها، وغالباً ما يكون مصدرها رغبات مكبوتة أو خبرات عدوانية، أو نزعات جنسية مما سبق للأنا أن كبتته في اللاشعور، فإما أن تقوم الأنا بعمل ما، أو نشاط ما تدافع به عن نفسها ضد ما يهددها وتبعده عنها، وإما أن يتراكم القلق حتى تقع الأنا صريعة للانهيار العصبي (شما، 2015)، فالأنا هو المقر الحقيقي للقلق، ولا يوجد أي سبب كي ننسب أية ظاهرة من القلق للأنا الأعلى، والقلق هو حالة وجدانية لا يستطيع الهو الاحساس بها لأنه ليس بمنظمة، ولا يستطيع أن يصدر حكماً يتعلق بحالة الخطر (فرويد، 1998، ص109)، بينما يرى إدلر إن الأطفال يشعرون بالضعف والنقص إذا ما قارنوا أنفسهم بالكبار، فيحاولون تعويض ذلك عن طريق كسب حب الآخرين ولكنهم يشعرون بالقلق إذا فشلوا في ذلك (شما، 2015، ص144)، فقد ربط إدلر بين القلق والقصور العضوي والمعنوي، فالشعور بالنقص يؤدي إلى الإحساس بعدم الأمن والقلق، وإن شعور الفرد بالإهمال والرفض يؤدي به إلى القلق والاضطرابات النفسية ومحاولة التعويض عن هذه المشاعر يوضح أهداف غير معقولة لإظهار تفوقه الشخصي (حسين، 2013، ص52).

ونجد أتباع فرويد مثل "هورني وسوليفان" قد ربطوا بين الواقع الحالي الذي يتأثر به الطفل ويحدد سلوكه الحالي، وهم بذلك خالفوا فرويد حين قال إن الماضي وحده هو الذي يحرك الحاضر والمستقبل للفرد، واعتبروا أن خبرات الحاضر الناشئ عن الواقع الخارجي، والخبرات الحاضرة هي التي تشكل نمط تطلعات الفرد للمستقبل (حجازي، 2013، ص13).

ويشير جون ديفيسون إلى أن نظرية التحليل النفسي تؤكد أن أحداث الحياة الضاغطة من المقومات الهامة في تكوين الصراعات النفسية الداخلية للفرد، أكثر من تأثير المؤثرات الخارجية التي يواجهها الفرد في علاقاته مع البيئة المحيطة به، وهي التي تعود إلى إحساس الفرد بمشاعر القلق، وإن القلق يكون في الأصل من الحوافز العدوانية، والرغبات الجنسية (دبابش، 2011، ص17).

النظرية السلوكية (Behavioral Theory):

يركز السلوكيون على عملية التعلم، ويؤكدون على أن الإنسان يتعلم القلق والخوف والسلوك المرضي كما يتعلم السلوك السوي ويركز الأوائل أمثال واطسون Watson على أن عمليات التعلم تتم عن طريق اقتران بين المثير الشرطي والطبيعي (الإسي، 2014، ص69).

وتعتبر النظرية السلوكية أن السلوك الإنساني ما هو إلا مجموعة من العادات تعلمها الفرد أو اكتسبها أثناء مراحل نموه المختلفة، وتتحكم في تكوينها قوانين الدماغ، وهذا المبدأ لا يرتبط بالسلوك السوي فقط بل يمتلك صلاحيته كذلك بالنسبة للسلوك المرضي، وإن الاضطراب الانفعالي ناتج من العوامل التالي: الفشل في اكتساب أو تعلم سلوك مناسب، أو تعلم أساليب سلوكية غير مناسبة أو مرضية، مواجهة الفرد لمواقف متناقضة لا يستطيع معها اتخاذ قرار مناسب، أو ربط استجابات الفرد بمنبهات جديدة لاستثارة الاستجابة (رضوان، 2009، ص421).

تفسر هذه النظرية الاضطرابات السلوكية والعصابية بأنها سلوك مكتسب يتم تعلمه من خلال الإشراط والتعزيز، والذين اكتسبوا مخاوف أو أشكالاً من القلق يفترض أن هذه المخاوف تكتسب عن طريق الاشتراط الكلاسيكي الذي يرتبط فيه مثير محايد بمثير مؤلم أو غير سار، فالمثير ليس معززاً جيداً بل هو جيد لأنه معزز، وهو ما نشعر به كشيء جيد وليس الإحساس هو الجيد (سكينر، 1980، ص15) (رضوان، 2009، ص332) (بلحسيني، 2013، ص74).

ويرى أصحاب هذه النظرية أيضا إن ردود أفعال مرضى الرهاب الاجتماعي نحو القلق الجسمي الطبيعي هي ردود متطرفة، إذ يفسر ذلك بالتعلم المسبق والتعود على الاستجابة المتطرفة تجاه القلق، وهكذا يمكن القول بأن استجابتي الخوف والقلق للمثيرات الاجتماعية هي عادات خاطئة وغير ملائمة، ويقوم العلاج على إعادة تعلم عادات جديدة أكثر توافقاً في المواقف الاجتماعية من خلال تغيير ما يسبق السلوك نفسه، والنتائج التي تليه (كحلة، 2009، ص61).

تركز النظرية السلوكية على الأعراض أكثر من التركيز على أسباب فرضية، وتفترض أن السلوكيات المضطربة تكون مكتسبة إلى حد بعيد عن طريق التعلم بالطريقة نفسها التي يتعلم بها الفرد، وتقوم على أسس نفسية، وبصفة خاصة قواعد التعلم، وتعمل على تعديل السلوك غير المتوافق، وتركز على مبدأ "هنا والآن"، وتهتم بالجانب التجريبي، وتضع أهدافاً علاجية محددة وواضحة لفرد معين.

النظرية المعرفية (Cognitive Theory):

يرى علماء النظريات المعرفية إن الاضطراب السلوكي هو نمط من الأفكار الخاطئة أو غير المنطقية التي تسبب الاستجابات السلوكية غير التوافقية، "ويركز كل من بيك Beck وأليس Ellis على أفكار ومعتقدات المريض حيث أن المعارف الخاطئة والمشوهة هي التي تسبب الاضطرابات الانفعالية والسلوكية" (محمد، 1999، ص26).

ويعتقد الشربيني إن القلق قد يكون في أصله فكرة سلبية تسللت إلى داخلنا وبدأت في السيطرة علينا، فقد وجد أن أي واحد منا يمكن أن يثير نفسه انفعالياً في اتجاه السرور، أو القلق، أو الاكتئاب، تبعاً لما يردده بينه وبين نفسه من أفكار (الشربيني، 1990، ص41).

وتعتمد النظرية المعرفية بشكل عام على الافتراض القائل بأن: "الناس لا يضطربون بسبب الأحداث، ولكن بسبب المعاني التي يسبغونها على هذه الأحداث، وهذه المعاني والتفسيرات مختلفة للفرد الواحد في المواقف المختلفة" (العصار، 2015، ص22)، فيعتمد العلاج على الأفكار والمعتقدات، ويقوم على أساس أن العملاء القلقين اجتماعياً لديهم معتقدات غير صحيحة حول المخاطر التي يمكن مواجهتها في المواقف الاجتماعية (Morris &Mensink &Stewar ,2015,P4-5)، وقد استخدم مصطلح العلاج المعرفي بسبب ما وجد من أن الاضطرابات النفسية تتبع غالباً من أخطاء معينة في عادات التفكير المحرفة (كحلة، 2009، ص21).

وفيما يتعلق بنشأة الاضطرابات النفسية واستمرارها عامةً والقلق خاصةً، فيعتبر نموذج بيك أكثر النماذج المعرفية أصالة وتأثيراً، حيث تمثل الصيغة المعرفية حجر الزاوية في نظرية بيك، فجميع الأفراد لديهم صيغ معرفية تساعدهم في استبعاد معلومات معينة غير متعلقة ببيئاتهم، والاحتفاظ بمعلومات أخرى إيجابية(Mull, 2006, P5).،

يدرك الفرد المصاب بالرهاب الاجتماعي أن ما يشعر به من انزعاج غير منطقي، ولكن مع ذلك لا يستطيع أن يتجاهله. وتكون اللاعقلانية واضحة للفرد المصاب بالرهاب الاجتماعي وللأفراد من حوله أيضاً. ولذلك فإن مواجهة المواقف الاجتماعية ستكون مخيفة بالنسبة لهم، ويميلون لتفسير الأشياء بحوار ذاتي سلبي ويضعون لأنفسهم معايير عالية الأداء، وتتضمن الأعراض المعرفية أفكار الفرد وتقييماته لذاته، والوعي المفرط والاستغراق في الذات وتوقع الظهور بشكل لبق أمام الآخرين، مع توقع استهجانهم والانزعاج من النقد والملاحظات السلبية، والانشغال المتكرر بالمواقف الاجتماعية الصعبة والمثيرة للقلق(Wittchen, 2000, P8).

عندما يقوم الفرد بالقراءة الذاتية للمواقف الحياتية من خلال العمليات الذهنية التي يتمكن بها من إدراك العالم الداخلي والخارجي، قد يعتريها أو يعتري جزءاً منها خلل أو تحريف، يؤدي إلى بلورة أفكار وتصورات مشوهة عن النفس أو عن الآخر أو عن العالم المحيط، وتكون سبباً في نشأة العديد من المشاكل النفسية وصعوبات التوافق (غزو وسمور، 2015، ص60).

وبناءً على ما سبق نجد إن الأفكار الخاطئة والإدراك الخاطئ لدى المريض يقوده إلى سلوك خاطئ، فوجود أفكار خاطئة لديه تتعلق بحياته وعلاقاته وتصوراته عن الحياة قد تقوده إلى سلوكيات خاطئة، ما

يترتب على ذلك ظهور القلق الذي يوجد لديه، فالأشخاص الذين يعانون من قلق اجتماعي يشوهون المواقف الاجتماعية معرفياً فيدركون الآخرين كمصدر تهديد لهم، ويشعرون بأنهم محط أنظار الآخرين بقدر أكبر بكثير مما يعنيهم الآخرون أنفسهم، أو النشاط الذي يقومون به، ويتصورون أن محيطهم ليس له اهتمام آخر إلا تقييمهم المستمر، وبطبيعة الحال يتصورون دائماً أن التقييم لا بد و أن يكون سلبياً، والنتيجة هي تضخيم العواقب التي تنتج عن ذلك، فيصورون أي خطأ يرتكبونه كارثة، تغرقهم في الخجل والخزي، وتعزز ميلهم إلى الانسحاب.

النظرية السلوكية والمعرفية (Cognitive-Behavioral Theory):

ولم يكن العلاج المعرفي معرفيا بحتا منذ بدايته، سواء على المستوى النظري، أو على المستوى التطبيقي، فعلى المستوى النظري يتم التعامل مع الأفكار بقصد تغييرها، حتى يتسنى حدوث تغييرات سلوكية مرغوبة، وعلى المستوى التطبيقي لم يتوقف" بيك "عند استخدام الفنيات المعرفية فقط في العلاج بل استخدم إلى جانبها فنيات سلوكية (الجوهي، 2008، ص3)، إن جوهر هذه النظرية قائم على أساس العلاقة الوثيقة بين المعرفة والانفعال والسلوك، فعندما يفكر الإنسان فإنه ينفعل ويسلك وعندما ينفعل الإنسان فهو يفكر ويسلك، وبذلك يكون العلاج هو جُهد تعاوني بين المريض والمعالجِ لاستهداف قلق المريض بفاعلية(Morris et al., 2015,P4-5).

يعد القلق الاجتماعي بالنسبة للمعالج المعرفي السلوكي في الأساس اضطراباً في التفكير حيث يقوم المريض بتحريف الواقع بطريقة مفرطة الحساسية، وتؤثر عمليات التفكير في نظرة العميل نحو العالم، وتنتج عنها انفعالات مختلفة وظيفياً ومشكلات سلوكية، ومن ثم يحاول المعالج أن يقوم بتعديل سلوك المريض من خلال التأثير في عمليات التفكير لديه، وذلك بمساعدته على تعيين مفاهيمه الخاطئة، وتوقعاته غير الواقعية، إلى جانب اختبار مدى صدقها ومعقوليتها (محمد، 1999، ص22).

تعتبر الاضطرابات، مثل القلق والرهابات، أساساً كاضطراب في التفكير، وتنتج حينما يركز الفرد على نواحٍ سلبية من المواقف في حين يتجاهل أو يهمل ملامح بارزة أخرى، فيفقد الموضوعية ويشوه الحقيقة، فتضعف قدرة الفرد على تضمين استجابات سلوكية متوافقة (Butler et al., 2006. P19).

ويرى أليس Ellis إن المعتقدات أو الأفكار اللاعقلانية يمكن أن تؤدي إلى حدوث القلق، وإن الأشخاص المصابين بالقلق يتبنون أفكاراً تخلو من العقلانية والمنطق، وهذه الأفكار هي التي تسبب لهم مشاعر القلق، حيث تتضمن تمسك الفرد بأهداف غير واقعية تتسم بالمثالية والكمال (الإسي،2014، ص54)، إن الناس يتعلمون طرقاً أو اتجاهات للتفكير حول عالمهم هي التي تسبب لهم القلق، فحجم

القلق الذي يمكن أن يسببه الفرد لنفسه ينشأ ويتزايد لو اعتقد أنه يجب أن يكون على درجة كبيرة من الكفاءة والمنافسة والإنجاز في كل شيء حتى يمكن أن نعتبره شخصاً ذا أهمية، ويمكن أن يتسبب الفرد لنفسه في القلق الاجتماعي أيضاً وذلك لو اعتقد أنه من الضروري بالنسبة له أن يكون محبوباً من كل المحيطين به ومرضياً عنه منهم، إذ تعكس أفكار الفرد تقييمه للمواقف وليس الموقف الفعلي، كما إنها أيضاً تثير استجاباته الانفعالية والسلوكية.

تشخيص اضطراب القلق الاجتماعي((Social Anxiety Disorder Diagnosis (F40.10):

A. خوف ملحوظ أو قلق حول واحد أو أكثر من المواقف الاجتماعية والتي يحتمل أن يتعرض الفرد فيها للتدقيق من قبل الآخرين. الأمثلة تتضمن التفاعلات الاجتماعية(كإجراء محادثة مثلاً، مقابلة أناس غير مألوفين) أو أن يكون مراقباً (مثلاً، الأكل أو الشرب) أو الأداء أمام الآخرين (كإلقاء كلمة مثلاً).

ملاحظة: يجب أن يحدث القلق عند الأطفال في مواقع تجمع الطفل مع أقرانه وليس فقط في علاقاته مع البالغين.

B. يخاف الفرد أنه أو أنها [سوف يتصرف بطريقة محرجة أو سوف تظهر أعراض القلق] والتي سيتم تقييمها سلباً (أي سوف تكون مهينة أو محرجة وسوف تؤدي إلى الرفض أو الإساءة من قبل الآخرين.)

C. يثير التعرض للموقف الاجتماعي القلق أو الخوف بشكلٍ دائم تقريباً.

ملاحظة: قد يُعبَّر عن القلق لدى الأطفال بالبكاء أو ثورات الغضب أو التجمد أو الانكماش والانسحاب أو فشل التكلم في المواقف الاجتماعية.

D. يجري تجنب المواقف الاجتماعية وبخلاف ذلك قد يتحملها الشخص مع قلق أو خوف شديد.

E. الخوف أو القلق لا يقارن بالخطر الفعلي الذي يمثله الشيء أو الموقف الرهابي والسياق الثقافي والاجتماعي.

F. يكون الخوف، القلق، التجنب، مستمراً ويدوم بشكلٍ نموذجي لستة أشهر أو أكثر.

G. يسبب الخوف، القلق، التجنب، إحباطاً سريرياً مهماً أو انخفاضاً في الأداء الاجتماعي أو الأكاديمي أو المهني أو مجالات الأداء الهامة الأخرى.

H. الخوف، القلق، التجنب لا تُعزى للتأثيرات الفيزيولوجية لمادة (مثلاً إساءة استخدام عقار، دواء) أو لحالة طبية أخرى.

I. الخوف، القلق، التجنب لا تُفسر بشكلٍ أفضل بأعراض مرض عقلي آخر، كاضطراب الهلع، اضطراب تشوه شكل الجسم أو اضطراب طيف التوحد.

J. إذا تواجدت حالة طبية أخرى (مثلاً، داء باركنسون، والسمنة، والتشوه من الحروق أو الإصابة) فمن الواضح أن الخوف، والقلق، أو التجنب لا علاقة له بالمرض أو يكون مفرطاً.

حدد ما إذا كان: مع الأداء فقط :إذا اقتصر الخوف على الكلام أو الأداء علناً.

(American Psychiatric Association, DSM-5, 2014)

العلاقة بين السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي:

يعتبر السلوك الهازم للذات من المشكلات السلوكية التي يعاني منها المراهقون، وتترك آثارها على مجمل حياة الفرد وعلاقته بالآخرين، فالذين يقومون بسلوكات هازمة للذات لديهم مستوى عالٍ من المعتقدات الانهزامية، يكونون أكثر عرضة لقييمات سلبية نحو أنفسهم، كما ترتبط معتقدات هزيمة الذات بموقف سلبي من الذات.

ويشير (العاسمي، 2016، ص2) إلى أن الأفراد المهزمين ذاتياً لديهم مستويات منخفضة من الثقة بالذات، فكلما انخفضت الثقة بالذات كانت الأعراض الاكتئابية واضحة على هؤلاء الأفراد المدمرون لذواتهم استناداً إلى معتقداتهم غير السوية، علاوة عن مشكلات مع الآخرين كما في حالة السلوكيات العدوانية، نتيجة لزيادة العبء السلبي على الذات والذي يتجلى عنه مجموعة من ضعف الأنا أو نضوبها أو عدم فاعليتها وقدرتها على ضبط المثيرات الداخلية والخارجية بمرونة، وبالتالي معاناة الفرد من الإجهاد والضغوط المتنوعة التي تسقط في نهاية الأمر على الذات، حيث ينظر الفرد إلى الذات بأنها هي السبب وراء تلك المشكلات والسلوكيات السلبية تجاه الذات والآخرين.

فعدم القدرة على بناء علاقات متوازنة مع المحيط، والانقياد إلى أفكار الآخرين ومحاولة قبولها ودمجها في البناء النفسي والفكري على الرغم من عدم الاقتناع بتلك الأفكار، يخلق صراعاً بين الخبرات الذاتية وخبرات الآخرين التي استدمجت في الذات، ما يسبب قابلية للغوص في معتقدات وسلوكات هازمة للذات.

فعندما يكون الأفراد مكتئبين أو قلقين أو لديهم تقدير ذاتي منخفض، كثيراً ما يطورون التفكير بطرق تؤكد الآراء السلبية عن أنفسهم، وتدعم مخاوفهم، وتساهم في صورة ذاتية منخفضة وتديمها، وهذا يؤدي إلى تغييرات هامة في النظرة العامة للتفكير اللاعقلاني لدى الشخص (Johnl, 1991, P367).

فالأفكار اللاعقلانية تترك آثاراً عميقة على تنظيم شخصية الفرد وقدرته على التفاعل الاجتماعي، وتضعف اتزانه الانفعالي، وينتابه إحساس بعدم الراحة والتهديد، وشكوى من الوساوس، يرافق ذلك قلق

وإحساس بالعزلة إضافة إلى تصلب المعتقدات وانغلاقها وجمودها، وتؤدي إلى عبارات اللوم الموجهة نحو الذات (محمد، 2016، ص324)، لذلك نجد أن السلوك الهازم للذات يظهر بنسبة أعلى عند القلقين اجتماعياً، فتدني احترام الذات غالباً ما ينتج عن مشاعر الرفض والشعور بالوحدة وعلاقات ضعيفة، ما يؤدي إلى قلق اجتماعي وانهزام ورفض الانتماء إلى المجتمع.

أكد شامبرلين (Chamberlain,1978) أن السلوك الهازم للذات هو مفهوم يشمل الأفكار المتكررة، والمشاعر والمواقف، فيصبح كنمط متكرر من السلوك الذي يهدف إلى محاولات تلبية الحاجات الإنسانية الأساسية (سواء كانت الحاجة إلى الإلفة أو الانتساب أو السيطرة أو القبول) ولكنها تؤدي إلى عواقب غير مقصودة وضارة، ما يجعل الفرد عرضه لصعوبات واضطرابات نفسية مثل الاكتئاب، القلق، العزلة الاجتماعية، أو الغضب والاندفاعية(Hartzler &Brownson, 2000, P5).

ووجد كل من جوسكوف وويلز (Guckauf &Wells,1991) "أن السلوكات الهازمة للذات غالباً ما تترافق مع الغضب عند المراهقين، لأنهم في هذه المرحلة يسعون للحصول على الاستقلال، والحب، والموافقة، ولفت الانتباه وتأكيد الذات، وغير ذلك من الحاجات، ولكن عدم حساسية الوالدين لحاجات الأبناء وقمعهم لمحاولات المراهق للاستقلالية، وسعيهم للسيطرة عليه، تجعل المراهق ينخرط في مزيد من السلوكات الهازمة للذات، ويؤدي به فشله في التعامل مع القائمين على تربيته إلى البدء في ممارسة سلوكات قد تكون غير مقبولة، لاعتقاده أن هذه السلوكات ستشعره بالرضا والسعادة، وتساعده على تحقيق رغباته" (شحاذة، 2019، ص36).

وعلى الرغم من تباين واسع في الأعراض المحتملة، والقضايا الأساسية، فإن حصة الفرد من الإحباط مع وجود حاجة لا تزال غير مشبعة، ومع تضاؤل الأمل وعدم الفعالية الذاتية في المحاولات المستقبليه لتغيير حالة المرء، تؤدي إلى السلوكيات الهازمة للذات والتي قد تعكس دوامه ذاتية السلبية، وتديم لدى الفرد محاولات تلبية حاجات غير مشبعة، ما يزيد الشعور بالإحباط، واليأس، والافتقار للسيطرة، والانفعالات غير المنتظمة (Hartzler &Brownson , 2000, P5).

الفصل الثالث

دراســـات ســـابقة

مقدمة

3-1. دراسات عربية.

3-2. دراسات أجنبية.

3-3. تعقيب على الدراسات السابقة.

مقدمة:

من خلال استعراضنا للدراسات السابقة العربية والأجنبية التي تناولت العلاقة بين السلوك الهــازم للذات وكل من الغضب والقلق الاجتماعي تبين أنه لا وجود لها _في حدود علم الباحثة _ بالمقارنة مع تلك الدراسات التي تناولت كلاً منها على حدة، أو تناولت أياً منها في علاقته بعوامل أخرى، وفيما يلي نستعرض بعض الدراسات التي تيسر للباحثة الاطلاع عليها، والتي تفيد في البحث الحالي، مرتبــة حسب تسلسلها الزمني.

3-1. دراسات عربية:

أجرى(العقاد وقاعود، 2001) في مصر دراسة هدفت إلى التعرف العلاقة بين الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالسلوك الهازم للذات لدى عينة من المراهقين، وتعرف الفروق في هذه المتغيرات تبعاً لمتغير الجنس، لدى عينة مكونه من (195) طالباً وطالبة في مرحلة التعليم الثانوي.

استُخدم مقياس السلوك الهازم للذات، ومقياس الأفكار اللاعقلانية، وأشارت إلى نتائج أهمها :وجود علاقة بين الأفكار اللاعقلانية والسلوك الهازم للذات، وعدم وجود فروق بين الذكور والإنــاث فــي مستوى الأفكار اللاعقلانية، في حين وُجدت فروق بين الذكور والإناث في السلوك الهازم للذات لصالح الإناث.

وتوصلت (الدوسري، 2012) في المملكة العربية السعودية من خلال دراستها التي هدفت إلى تعرف العلاقة بين العفو وانفعال الغضب لدى عينة من طلبة جامعة أم القرى بمكة المكرمة، و معرفة درجة انفعال الغضب كحالة وسمة لدى طالبات جامعة أم القرى، حيث طبقت الدراسة على عينة عشــوائية بلغت (476) طالبة من طالبات جامعة أم القرى فرع الزاهر، وقامت الباحثة بتطبيق مقياس العفو من إعداد موليه Mullet (2007) وترجمة وتقنين الباحثة، ومقياس الغضب كحالة وكسمة لســبيلبيرجر ولندن ترجمة وتقنين عبد الرحمن عبد الحميد(1998)، وجاءت النتائج إن هنالك انخفاضاً في درجة الغضب كحالة والغضب كسمة لدى عينة الدراسة، ووجود علاقة ارتباطية إيجابية منخفضة جداً ذات دلالة إحصائية بين العفو وانفعال الغضب كحالة وكسمة، بالإضافة إلى وجود علاقة ارتباطية ســالبة منخفضة جداً ذات دلالة إحصائية بين العفو(بعد الرغبة في العفو) وانفعال الغضب كحالة وكسمة.

أجرى (العاسمي، 2012) في سورية دراسة هدفت إلى تعرّف العلاقة بين تناقض إدراك الذات وكل من القلق الاجتماعي والاكتئاب لدى عينة من طلاب جامعة دمشق، إضافة إلى معرفة الفروق بين الذكور والإناث، وعينة الدراسة مكونة من (230) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية والعلوم بواقع (94) طالباً و (136) طالبة، وتم استخدام استبيان تناقضات إدراك الذوات لهيغينز، ومقياس القلق الاجتماعي من إعداد الباحث، ومقياس الاكتئاب لبيك، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة دالة بين تناقض إدراك الذات الواقعية/ الواجبة والقلق الاجتماعي، ووجود علاقة بين تناقض إدراك الذات الواقعية/المثالية والاكتئاب النفسي، كما أشارت النتائج إلى أن الطلاب الذين حصلوا على درجات مرتفعة في تناقض إدراك الذات الواقعية/ الواجبة حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس القلق الاجتماعي، وذلك مقارنة بالطلاب الذين حصلوا على درجات منخفضة.

أما الشواشري وآخرون (Alshawashreh et al., 2013) في الأردن فقد أجروا دراسة هدفت للتعرف إلى العلاقة بين السلوك الهازم للذات وتقدير الذات لدى طلاب جامعة الأردن، وتكونت عينة الدراسة من (435) طالباً وطالبة منهم (182) من الذكور، و (253) من الإناث. تم اختيارهم جميعاً بشكل عشوائي من الطلاب الذين التحقوا في الفصل الدراسي الثاني من السنة الدراسية 2012/2011 في جامعة اليرموك، واستخدم الباحثون أداة من إعدادهم لقياس السلوك الهازم للذات لدى العينة المدروسة، يتكون من 32 بنداً، خماسي البعد، تتدرج الإجابة عليه من (الموافق بشدة إلى المعارض بشدة)، وأشارت النتائج إلى أن الطلاب الذين يتمتعون بمستوى متوسط من الإنجاز لديهم الكثير من السلوك الهازم للذات مقارنة بأقرانهم الذين يتمتعون بمستوى جيد من الإنجاز؛ فهذا يعني أن مستوى الإنجاز يمكن أن يكون تنبؤاً جيداً لسلوك الطلاب المهزوم، وكذلك بالنسبة للتحصيل الدراسي فالطلاب ذوو مستوى التحصيل الدراسي المنخفض والمتوسط لديهم مستوى مرتفع من السلوك الهازم للذات، ما يشير إلى كون المستوى التحصيلي منبئاً بالسلوك الهازم للذات، إضافة إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب حسب متغير الجنس والسنة الدراسية (الكلية/ المدارس الثانوية)، فيما يتعلق بمستوى السلوك الهازم للذات أو المستوى الكلي لتقدير الذات، أيضا لم يتم العثور على علاقة ذات دلالة إحصائية بين السلوك الهازم للذات وتقدير الذات بين الطلاب.

كما هدفت دراسة (حجازي،2013) في فلسطين إلى تعرّف القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الاعدادية بالمدارس الحكومية في غزة، ومعرفة مدى انتشار كل من القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية وتعرف الفروق بين الطلبة تبعاً لمتغير الجنس، ومنطقة السكن، والمستوى التعليمي للطلبة، والمستوى التعليمي للأب، والمستوى التعليمي للأم، وحجم الأسرة، والترتيب الولادي، وتكونت العينة من (888) من طلبة المدارس الإعدادية الحكومية موزعين على جميع محافظات غزة، وتم تطبيق مقياس القلق الاجتماعي و مقياس الأفكار اللاعقلانية من إعداد الباحث، وأهم النتائج هي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين القلق الاجتماعي والأفكار اللاعقلانية، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى عينة الدراسة نسبةً إلى متغيرات (الجنس، والمستوى التعليمي للأب، والمستوى التعليمي للأم، وحجم الأسرة، والترتيب الولادي)، ولكن توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى القلق الاجتماعي لدى عينة الدراسة نسبةً إلى متغيرات (منطقة السكن، والمستوى التعليمي للطلبة).

وأجرت (حسنية، 2013) في الجزائر دراسة لتعرّف علاقة الغضب بظهور السلوك العدواني لدى المراهقين بثانويات ولاية تيزيوزو، فطبقت الدراسة على عينة عشوائية بلغ (30) مراهقاً من تلاميذ المرحلة الثانوية أخذوا من أربع ثانويات بولاية تيزيوزو، وقامت الباحثة بتطبيق مقياس العدوانية من إعداد (Bass & Perry, 1992) من ترجمة عبد الله سليمان، ومقياس الغضب حالة وسمة لعبد الرحمن وعبد الحميد(1997)، وأظهرت نتائج الدراسة أنه توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الغضب كحالة وكسمة والعدوانية المرتفعة، وتوجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة العدوانية بين الذكور والإناث لصالح الذكور.

وقد ربطت دراسة (حسين، 2013) في العراق بين القلق الاجتماعي واضطراب ما بعد الضغوط الصدمية لدى المراهقين في مدينة بعقوبة، وهدفت إلى قياس القلق الاجتماعي لدى المراهقين تبعاً لمتغير الجنس (ذكور _ إناث) وقياس العلاقة بين اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية والقلق الاجتماعي لدى المراهقين تبعاً لمتغير الجنس (ذكور _ إناث)، واستخدمت الباحثة مقياس (الأزيرجاوي لعام2005) للضغوط الصدمية، وقامت ببناء مقياس يقيس سمة القلق الاجتماعي، وقد طبقت المقياس على عينة مكونة من (120) طالباً وطالبة من طلاب المرحلة الثانوية، وكانت النتائج بشكل عام أن

مستوى القلق الاجتماعي لم يكن دالاً احصائياً لدى أفراد العينة، والعلاقة غير دالة إحصائياً بين متغير اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية والقلق الاجتماعي.

وفي دراسة أجراها (التميمي، 2013) في العراق بعنوان الشخصية المهزومة ذاتياً وعلاقتها بالمكانة النفسية والاجتماعية، والتي هدفت إلى قياس كل من الشخصية المهزومة ذاتياً والمكانة النفسية والاجتماعية لدى طلبة الجامعة، وتعرّف الفروق في المتغيرات السابقة تبعاً متغيري الجنس والتخصص (علمي/ إنساني)، والكشف عن العلاقة بين الشخصية المهزومة ذاتياً والمكانة النفسية والاجتماعية لدى طلبة الجامعة، وتكونت عينة الدراسة من (400) طالباً وطالبة، تم اختيارهم عشوائياً من (8) كليات في جامعة القادسية من التخصصين العلمي والإنساني، واستُخدم مقياس الشخصية المهزومة ذاتياً لكاباتي(Kabatay,2008)، ومقياس المكانة النفسية والاجتماعية للصالحي (2005)، وأظهرت النتائج أن هناك علاقة ارتباطية عكسية بين الشخصية المهزومة ذاتياً والمكانة النفسية والاجتماعية، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الشخصية المهزومة ذاتياً لدى طلبة الجامعة وفق متغير الجنس، في حين وجدت فروق ذات دلالة إحصائية في الشخصية المهزومة ذاتياً لدى طلبة الجامعة وفق متغير التخصص(علمي/ إنساني)، وفروق ذات دلالة إحصائية في المكانة النفسية والاجتماعية لدى طلبة الجامعة وفق متغير الجنس (ذكور وإناث)، أي إن الذكور لديهم مكانة أكثر من الإناث، ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المكانة النفسية والاجتماعية لدى طلبة الجامعة وفق متغير التخصص (علمي/ إنساني).

وهدفت دراسة (الشريف، 2014) في الأردن إلى تعرّف العلاقة بين سلوك الغضب وأساليب التنشئة الأسرية لدى طلبة المرحلة الثانوية في عمان، على عينة تكونت من (310) طالباً وطالبة تم اختيارهم عشوائياً من طلاب المرحلة الثانوية. استخدمت الدراسة مقياس الغضب من إعداد الباحثة حيث تكّون من(19) فقرة، ومقياساً لأساليب التنشئة الأسرية طورته (حسن،2008)، وأظهرت نتائج الدراسة أنّ هناك فروقا ذات دلالة إحصائية في سلوك الغضب تُعْزى لمتغير الجنس لصالح الذكور، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في سلوك الغضب تُعْزى لأثر الصف، ووجود علاقة ارتباطيه دالة إحصائياً بين سلوك الغضب والأسلوب التسلطي.

وأجرت (محمد، 2016) في العراق دراسة هدفت إلى تعرّف الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالسلوك الانهزامي لدى طالبات رياض الأطفال في كلية التربية الأساسية، على عينة تكونت من (200) طالبة من طالبات قسم رياض الأطفال في كلية التربية، وتم تطبيق مقياس الأفكار اللاعقلانية من إعداد الباحثة، ومقياس السلوك الانهزامي للوائلي (2015)، وأوضحت النتائج انتشار الأفكار اللاعقلانية والسلوك الانهزامي العالي لدى طالبات قسم رياض الأطفال، ووجود علاقة ارتباطية موجبة بين الأفكار اللاعقلانية والسلوك الانهزامي.

وهدفت دراسة (وادي، 2016) في فلسطين إلى تعرّف العلاقة بين مكونات انفعال الغضب والتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحلة الاعدادية، على عينة عشوائية بلغت (382) طالباً وطالبة من المرحلة الإعدادية من مدارس غزة، وقامت الباحثة بتطبيق مقياس انفعال الغضب (إعداد أحمد حمزة)، ومقياس التوافق الدراسي من إعداد الباحثة، وأظهرت النتائج أن مستوى مكونات انفعال الغضب كان مرتفعاً يتراوح ما بين (77- 80,3%)، ووجود علاقة عكسية بين متوسط مكونات انفعال الغضب والتوافق الدراسي لدى العينة، بالإضافة إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تبعاً لمتغير الجنس والمراحل التعليمية على مقياس مكونات انفعال الغضب.

3-2. دراسات أجنبية:

أجرى سيشل وآخرون (Schill et al., 1992) في الولايات المتحدة الأمريكية دراسة بعنوان دور المعتقدات وحالات الغضب في السلوكيات الهازمة للذات.

The Role of Beliefs and Anger Issues in Self-defeating Behaviors

حيث هدفت هذه الدراسة لتعرّف العلاقة بين المعتقدات والغضب والسلوكات الهازمة للذات، على عينة مكونة من(123) مراهقاً ومراهقة؛ حيث تم استخدام مقياس المعتقدات اللاعقلانية، ومقياس الغضب، ومقياس السلوكات الهازمة للذات، وتم التوصل إلى النتائج الآتية: إن السلوكات الهازمة للذات منتشرة بشكل مرتفع لدى أفراد عينة الدراسة، بالإضافة إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في السلوكات الهازمة للذات، ووجود علاقة بين السلوكات الهازمة للذات والغضب والمعتقدات اللاعقلانية، كما تم التوصل إلى أن الذكور أكثر ميلاً للتعبير عن الغضب.

وأجرى كاباتي (Kabatay,1999) في الولايات المتحدة الأمريكية دراسة بعنوان الشخصية المهزومة ذاتياً والعجز المكتسب.Self-Defeating Personality and Learned Helplessness

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين السلوكيات الهازمة للذات والعجز المكتسب، وحاولت تحديد ما إذا كان الأشخاص الذين ينخرطون في سلوكيات عالية من هزيمة الذات أي (الذين يحصلون على الدرجات العالية في مقياس شخصية هزيمة الذات) ستكون لديهم النتائج عالية للخصائص الداخلية والمستقرة والعالمية على استبيان أنماط الارتباط، مثل (عزو أسباب أحداث لا يمكن السيطرة عليها إلى الذات، والعوامل الثابتة، والعوامل الموجودة في مجموعة متنوعة من الحالات). تألفت عينة الدراسة من (43) متطوعة من طالبات المرحلة الجامعية، وتم تطبيق مقياس (Schill,1990) لتقييم شخصية الهازمة لذاتها، يتضمن المقياس (48) بنداً (نعم/ لا)، واستبيان أسلوب سليجمان Seligman (١٩٧٨)، وأهم نتائج الدراسة أنها لم تدعم النتائج العلاقة الافتراضية بين السلوكيات الهازمة للذات والعجز المكتسب، وتشير إلى أن السلوكيات الهازمة للذات لا ترتبط بالعجز المكتسب، على الأقل بالنسبة للموضوعات المدروسة في هذه العينة.

أما مول (Mull, 2006) فأجرى دراسة في الولايات المتحدة الأمريكية بعنوان القلق الاجتماعي والانطواء لدى طلبة الجامعة The Social Anxiety and Introversion in College Students.

هدفت الدراسة إلى تعرّف العلاقة بين القلق الاجتماعي والانطواء و تقدير الذات، وقد افترضت الدراسة أن تقدير الذات يتوسط العلاقة بين الانطواء والقلق الاجتماعي، وأنه سيكون من المرجح أن يكون لدى الانطوائيين قلق اجتماعي عال وتدني تقدير الذات، تتكون عينة الدراسة من (107) من طلاب الجامعة، (45 من الذكور، 62 من الإناث)، تتراوح أعمارهم بين(18–27)، وطبقت مقياس القلق الاجتماعي ومقياس قلق التفاعل الاجتماعي الذي طوره كلارك وماتيك (1989)، ومقياس الشخصية لأيزنك المعدل المختصر لقياس الانطواء، ومقياس تقدير الذات ل توماس ونوكنت وسيرز(1993)، وكانت أهم النتائج وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين القلق الاجتماعي والتقدير الذاتي، ووجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية بين القلق الاجتماعي والانطواء، بالإضافة إلى أن الانطوائيين الذين يتمتعون بتقدير ذاتي منخفض هم أكثر عرضة للقلق الاجتماعي من الانطوائيين الذين يتمتعون بتقدير ذاتي عالٍ.

وأجرى وي و ياوكو (Wei and Yao Ku, 2007) في الولايات المتحدة الأمريكية دراسة بعنوان اختبار نموذج مفاهيمي للعمل من خلال أنماط هزيمة الذات
.Testing a Conceptual Model of Working Through Self-Defeating Patterns

وكان الهدف الرئيسي من هذه الدراسة هو تطوير وفحص نموذج مفاهيمي للعمل من خلال أنماط الهزيمة الذاتية على أسس نظرية وتجريبية وسريرية، يتألف من المكونات التالية (الكفاءة الذاتية الاجتماعية و التقدير الذاتي، والقلق التعلقي، والاكتئاب)، وكان المشاركون 390 طالب جامعي، بمتوسط أعمار 19 سنة، تم استخدام مقياس الشخصية الهازمة للذات (Schill، 1990)، لقياس نزعات الأنماط الذاتية الهزيمة، وأشارت النتائج إلى أن الأشخاص ذوي المستوى المرتفع من أنماط الهزيمة الذاتية يميلون إلى أن يكون لديهم معتقدات سلبية عن أنفسهم، أي لديهم تقدير ذاتي منخفض وكفاءة ذاتية اجتماعية منخفضة أيضاً، وأن الأشخاص ذوي المستوى المرتفع من أنماط الهزيمة الذاتية يحصلون على نسبة عالية على مقياس القلق التعلقي والاكتئاب

وأجرى (Alkhathami, 2015) في المملكة المتحدة UK دراسة بعنوان القلق الاجتماعي ونوعية الحياة لدى المراهقين: الجانب المعرفي والتفاعل الاجتماعي والنزعة الثقافية.

(Social Anxiety and Quality of Life in Adolescents: Cognitive Aspect, Social Interaction and Cultural Tendency).

وهدفت إلى تعرّف علاقة القلق الاجتماعي بنوعية الحياة، وكان الهدف العام من هذا البحث تقييم القلق الاجتماعي لدى المراهقين فيما يتعلق بتحديد كيفية تأثير القلق الاجتماعي على نوعية الحياة، فطبقت الدراسة على عينة من 564 طالباً (273 طالباً، 291 طالبة). وتم فحص ومقارنة المراهقين من المملكة العربية السعودية والمملكة المتحدة، وكانت أهم النتائج أنه لا توجد فروق بين الجنسين في الدرجة الكلية للقلق الاجتماعي وفي الخوف من التقييم السلبي والتجنب الاجتماعي، وأن هناك فروقاً بين الجنسين على مقياس الرهاب الاجتماعي، إضافة إلى أن المراهقين الذين لا يعانون من القلق الاجتماعي سجلوا معدلات أعلى في نوعية الحياة ومعدلاتها الفرعية من المراهقين الذين يعانون من القلق الاجتماعي.

وقد أجرى ويكوف (Wyckoff,2016) في الولايات المتحدة الأمريكية دراسة بعنوان دور الغضب في تَوقُّع العدوان المباشر وغير المباشر.

(The Role of Anger in Predicting Direct and Indirect Aggression)

هدفت الدراسة إلى تعرّف العلاقة بين الغضب والعدوان حسب متغير قيمة الشخص المثير للغضب وحسب متغير قوة الشخص المثير للغضب، وطبقت الدراسة على عينة بلغت (202) مشــارك مــن الجامعة (130 من الإناث، 72 من الذكور)، وتم استخدام مقاييس طورت من قبل الباحــث، مقيــاس للعواطف اشتمل على مقياس ثانوي للغضب يتضمن عناصر (غاضبة، ومغضــبة)، ومقيــاس إدراك الذات وضعه وليامز (Williams, 1999)، ومقيــاس العــدوان المباشــر وغيــر المباشــر وضــعه غريسكيفيوس (Griskevicius, 2009)، وأوضحت النتائج أن هناك علاقة عكســية بــين الغضــب والعدوان، وإن الغضب مفيد في التنبؤ بالعدوان المباشر وغير المباشر، وتوجــد فــروق ذات دلالــة إحصائية في الغضب والعدوان حسب متغيري قيمة الشخص المثير للغضب وقوته، فــالأفراد أكثــر عدواناً عندما يغضبهم شخص أقل قيمة منهم، وإن الأشخاص ذوو القوة العالية أكثر غضباً ويستخدمون العدوان المباشر أكثر من الأشخاص ذوي القوة المنخفضة، ويظهر الغضب أكثر عند الذكور.

3-3. تعقيب على الدراسات السابقة:

يتضح من خلال استعراض الدراسات السابقة العربية والأجنبية التي تيسر للباحثة الاطلاع عليها، أن بعض الدراسات السابقة التي تناولت السلوك الهازم للذات ربطته بمتغيرات مثــل حــالات الغضــب والمعتقدات، كدراســة (Schill et al.,1992) وتقــدير الــذات كدراســة (Alshawashreh et al , 2013)، والأفكار اللاعقلانية كدراسة (العقاد وقاعود، 2001) ودراسة (محمد، 2016)، بينما هــدفت دراسة (Wei and Yao Ku, 2007) للكشف عن السلوكات الهازمة للذات، كمــا تناولــت دراســة (التميمي، 2013) ودراسة (Kabatay, 1999) الشخصية المهزومة ذاتياً وتم ربطها بمتغيرات المكانة النفسية والاجتماعية والعجز المكتسب.

أما بالنسبة للدراسات السابقة التي تناولت الغضب فقد ربطته بمتغيرات مثل العفو كدراسة الدوسري (2012)، والسلوك العدواني كدراسة حسنية (2013)، وأساليب التنشئة الأسرية كدراســة الشــريف (2014)، التوافق الدراسي كدراسة وادي (2016)، وبينت دراسة (Wyckoff, 2016) دور الغضب في توقع العدوان.

في حين أن بعض الدراسات السابقة التي تناولت القلق الاجتماعي كانت قد ربطته بمتغيرات مثــل الانطواء كدراسة(Mull, 2006)، والتناقض إدراك الــذات كدراســة العاســمي(2012)، والأفكــار

اللاعقلانية كدراسة حجازي(2013)، واضطراب ما بعد الضغوط الصدمية كدراسة حسـين(2013)، وكذلك نوعية الحياة كدراسة (Alkhathami, 2015).

في الدراسات السابقة المذكورة لا يوجد أية دراسة قد تناولت موضوع السلوك الهـازم للـذات مـع الغضب والقلق الاجتماعي مجتمعة، فضلاً عن ذلك تباينت الدراسات السابقة فـي اسـتخدام الأدوات، سواء كان في قياس السلوك الهازم للذات أو في قياس كل من الغضب والقلق الاجتماعي.

وتم التركيز في الدراسة الحالية على فئة عمرية تمتد من ال12 إلى 21 سنة، وهي فترة المراهقة بمراحلها الثلاثة وهي المراهقة المبكرة (12-14سنة) في المرحلة الاعدادية، والمراهقـة المتوسـطة (15-17سنة) في المرحلة الثانوية، والمراهقة المتأخرة (18-21سنة) في المرحلة الجامعية، بالإضافة إلى أن المراهقين هم من أبناء النازحين، فبعض الدراسات السابقة ركزت على فئة طلبة الجامعة وهذه الفئة تصنف ضمن المراهقة المتأخرة، ودراسة التميمـي (2013) ودراسـة الشواشـري وآخـرين (2013) من الدراسات الخاصة بالسلوك الهازم للذات، ودراسة العاسمي (2012)، ودراسة الدوسري (2012)، بينما ركزت كل من دراسة حسين (2013) ودراسة حسنية(2013)، ودراسـة الشـريف (2014) على المرحلة الثانوية والتي تقابل تصنيف المراهقة المتوسطة، أما دراسة حجازي(2013)، ودراسة وادي(2016) فقد ركزتا على المرحلة الإعدادية والتي تقابل تصنيف المراهقة المبكرة، فـي حين أن الدراسة الحالية شملت فترة المراهقة بمراحلها الثلاث، بالإضافة إلى أن العينـة مـن أبنـاء النازحين.

ومن خلال ما سبق يتضح لنا أن معظم هذه الدراسات قد أجريت في بلدان عربية وأجنبية مختلفة، ولم تتوصل الباحثة إلى أية دراسة على المستوى المحلي تناولت العلاقة بين السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي لدى أبناء النازحين المراهقين.

أفادت الباحثة من هذه الدراسات العربية والأجنبية في دراستها الحالية من حيـث اختيـار الأدوات والأساليب الإحصائية المناسبة للإجابة عن أسئلة الدراسة وفروضها، كما أفادت من تباين منهجيـات الدراسات السابقة، ومن تفسير النتائج التي توصل لها الباحثون؛ مما جعلها تختط أسلوباً يتناسب مـع دراستها الحالية والبيئة التي أجريت فيها.

الفصل الرابع

منهجية الدراسة وإجراءاتها

4-1. منهج الدراسة.

4-2. مجتمع الدراسة.

4-3. عينة الدراسة.

4-4. أدوات الدراسة.

4-4-1.مقياس السلوك الهازم للذات.

4-4-2.مقياس الغضب.

4-4-3.مقياس القلق الاجتماعي.

4-5. الأساليب الاحصائية المستخدمة.

مقدمة:

يتضمن هذا الفصل تحديداً منهج الدراسة ومجتمعها، ووصفاً للعينة، والتعريف بـــأدوات الدراســـة، والإجراءات المتبعة للتحقق من خصائصها السيكومترية، وفيما يلي توضيح لذلك:

4-1. منهج الدراسة:

استخدمت الباحثة في الدراسة الحالية المنهج الوصفي التحليلي بشقيه الارتباطي والمقارن لمناسبته أهداف الدراسة؛ التي تسعى إلى معرفة العلاقة بين السلوك الهازم للذات وكل من الغضب والقلق الاجتماعي لدى عينة من أبناء النازحين المراهقين، يتصف المنهج الوصفي التحليلي بقدرته على تزويد الأفراد بالمعلومات الضرورية وتحليلها وتفسيرها بهدف الوصول إلى النتائج التي يمكن أن تحقيق الأهداف المرجوة للبحث، إذ يهدف المنهج الوصفي التحليلي إلى جمع البيانات حول الظواهر المدروسة، ووصف هذه الظواهر وتحديد خصائصها تحديداً كيفياً أو كمياً دقيقاً، وتقسيم وتحليل البيانات بغرض اختبار الفروض أو الإجابة على التساؤلات التي تتعلق بالظاهرة أو الحالة الراهنة لأفراد العينة(إبراهيم، 2000، ص126).

ويتمثل المنهج الوصفي التحليلي بإعداد أدوات الدراسة وتحكيمها، واختيار عينة لها خصائص العينة الأساسية نفسها، لإجراء الدراسات اللازمة لحساب مؤشرات الصدق والثبات، وأيضاً اختيار عينة لتطبيق المقاييس عليها للإجابة عن أسئلة وفرضيات الدراسة، وتحليل النتائج باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS، وتفسير ما تم التوصل إليه من نتائج.

4-2. مجتمع الدراسة:

يتكون مجتمع الدراسة من أبناء النازحين المراهقين في محافظة السويداء، الذين نزحوا خلال الفترة الممتدة من عام 2011 إلى عام 2018 (أي منذ ثمان سنوات إلى الآن) من المناطق الساخنة (دير الزور – الحسكة – إدلب–حلب– حمص– ريف دمشق– درعا– ريف السويداء)، والبالغ عددهم (10863) مراهقاً ومراهقة، حسب إحصائيات منظمة الهلال الأحمر في السويداء ومحافظة مدينة السويداء لعام 2018/2017.

4-3. عينة الدراسة:

تم سحب العينة على مراحل إجراء الدراسة ولتحقيق أهدافها وفيما يلي عرض مفصل لها:

4-3-1. عينة الدراسة الاستطلاعية (عينة الدراسة السيكومترية):

تكونت عينة الدراسة الاستطلاعية من (100) مراهقاً ومراهقة من أبناء النازحين(من خارج عينة الدراسة الأساسية) تم اختيارها عشوائياً، لإجراء التحليل العاملي لأدوات الدراسة الحالية المتمثلة (بمقياس السلوك الهازم للذات، ومقياس الغضب، ومقياس القلق الاجتماعي)، وأيضاً تم سحب عينة بلغت (100) مراهقاً ومراهقة من أبناء النازحين (من خارج عينة الدراسة الأساسية) تم اختيارها عشوائياً وذلك للتحقق من الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات) لأدوات الدراسة.

4-3-2. عينة الدراسة الأساسية:

يمثل اختيار العينة إحدى أهم خطوات الدراسة لأنّ النتائج التي ستنتهي إليها الدراسة ترتكز ارتكازاً كلياً على خصائص العينة، ومدى تمثيلها لمجتمع الدراسة، حتى يمكن تعميم نتائجها على أفراد المجتمع الأصلي الذي سحبت منه العينة، وقد اعتمدت الباحثة على مجموعة من المتغيرات في سحب العينة وهي (الجنس، السنة الدراسية)، وتم سحب العينة بطريقة مقصودة وهم من أبناء النازحين المراهقين، وبطريقة عشوائية من أماكن تواجد النازحين المراهقين كمراكز الإيواء والمدارس والمؤسسات المسؤولة عن النازحين في محافظة السويداء، حيث يكون فيها لكل فرد من أفراد المجتمع الأصلي فرصة ليكون أحد أفراد العينة، وإن اختيار فرد لا يرتبط باختيار أي فرد آخر.

أجريت الدراسة على عينة مكونة من(325) مراهقاً ومراهقة من أبناء النازحين بنسبة 3% من المجتمع الأصلي، وبهدف التحقق من مستوى الثقة بتمثيل العينة المسحوبة ونسبة خطأ العينة تم تطبيق القانون التالي:

$$\text{خطأ العينة} = 1.9 \times \sqrt{\frac{\text{ف}(1-\text{ف})}{\text{ن}}}$$

حيث z = القيمة المعيارية عند مستوى ثقة معين وحددت بـــــ 1,96 عند مستوى الثقة 95%، وتشير / ف/إلى درجة الاختلاف بين مفردات المجتمع الأصلي، قد وضعت لها قيمه ثابتة ف=0,5 ، و ن= عدد أفراد العينة (القصاص،2007، ص113- 120).

وكانت النتيجة كما يلي:

$$\sqrt{\frac{(1-0.5)0.5}{325}} \times 1.96 = 0.05$$

أي أن نسبة الخطأ المعياري المتوقع هي[(0,05 ×100) = 5%] وهي تشير إلى إمكانية الوثوق بتمثيل العينة بنسبة 95%).

وعليه فقد تم اختيار العينة ؛ بحيث تكون ممثلة للتركيب الأساسي لمجتمع الدراسة، ممن انتقلوا للعيش في محافظة السويداء بعد أن تركوا بيوتهم في المناطق الساخنة مثل(الحسكة – دير الزور- إدلب – حلب- حمص- ريف دمشق-درعا-ريف السويداء) خلال فترة الأزمة السورية أي (من عام 2011 إلى عام 2018)، من فئة المراهقة (11-21 سنة)، ومنهم من يعيش في مراكز الإيواء ومنهم من يسكن في منزل خاص له، ومدة الإقامة تتراوح من (شهر إلى 8 سنوات).

وقد تم التطبيق في مركز الإيواء (معسكر الطلائع في قرية الرساس)، ومنظمة الهلال الأحمر فرع السويداء، ودائرة العلاقات المسكونية والتنمية، إضافة إلى مدارس الثانوية والإعدادية والتي تم اختيارها بمساعدة الهلال الأحمر تبعاً لنسبة النازحين في المدرسة، فتم انتقاء المدارس التي تضم أكبر عدد من النازحين، وهي (ثانوية اللواء عصام حرب، ثانوية فواز البدعيش، ثانوية ممدوح نصار، ثانوية توفيق مزهر، ثانوية نايف جربوع، إعدادية ضياء حبوس، إعدادية دريد درغم، إعدادية معسكر الطلائع)، إضافة إلى كلية التربية الثانية في السويداء وكلية الهندسة الزراعية في السويداء، تم التطبيق بمساعدة المرشدين النفسيين في المدارس وفريق من الهلال الأحمر، وسحبت العينة بعد الاطلاع على السجالات الخاصة للنازحين في المدارس والمعلومات التي قدمها المشرف على النازحين في مراكز الإيواء، واستمر التطبيق 3أشهر حيث بدأ في 2018/8/16 وانتهى في 2018/11/16 .

الجدول (1)عينة الدراسة وفقاً لمتغيري الجنس والمرحلة الدراسية وتبعاً لمكان السحب

العينة الأساسية					
الجنس	السنة الدراسية			حجم العينة	نسبة التمثيل في العينة %
	المرحلة الإعدادية	المرحلة الثانوية	المرحلة الجامعية		
ذكور	49	54	15	118	%36,31
إناث	28	70	109	207	%63,69
المجموع	77	124	124	325	%100
نسبة التمثيل %	%23,69	%38,15	%38,15	325	%100
العينة تبعاً لمكان السحب					
الهلال الأحمر	3	4	40	47	%14,46
معسكر الطلائع	37	14	5	56	%17,23
دائرة العلاقات المسكونية والتنمية	5	12	17	34	%10,46
المدارس	32	94	-----	126	%38,77
الكليات	-----	-----	62	62	%19,08
المجموع	77	124	124	325	%100
نسبة التمثيل %	%23,69	%38,15	%38,15	325	%100

من الجدول يتضح أن العينة قد تضمنت (118) من الذكور شكلوا ما نسبته (36,30%)، و207 من الإناث شكل ما نسبته (63,69%) من العينة. موزعين على ثلاثة مراحل دراسية وهـــي الإعداديـــة

تضمن (77) من أفراد العينة شكلوا ما نسبته (23,69%) من العينة، و(124) من المرحلة الثانوية شكلوا ما نسبته (23,69%) من العينة ، و(124) من المرحلة الجامعية شكلوا ما نسبته (38,15%) من العينة. وكما بلغت أعلى نسبه تمثيل حسب المكان من المدارس بلغت (38,77%)، ويليها الكليات (19,08%) ومن ثم معسكر الطلائع (17,23%)، الهلال الأحمر (14,46%) وأدناها من دائرة العلاقات المسكونية(10,46%).

4-4.أدوات الدراسة:

4-4-1. مقياس السلوك الهازم للذات:

4-4-1-1. وصف مقياس السلوك الهازم للذات:

تم أعداد مقياس السلوك الهازم للذات بعد الرجوع إلى بعض المقاييس ذات الصلة ومراجعة مجموعة من الأدبيات والدراسات المرتبطة بالسلوكات الهازمة للذات، كمقياس العاسمي (2016)، ومقياس كروتس (Curtis,1989)، ودراسة الشواشري وآخرون(Alshawashreh.et al.,2013)، ودراسة (Baumeister& Scher,1988) ودراسة أبو حلاوة (2013) (الملحق 2 مقياس السلوك الهازم للذات بصورته الأولية).

وقد تم التحقق من صدق البنية العاملية للمقياس قبل تطبيقه على عينة الدراسة الأساسية وذلك بهدف تحديد طبيعة العوامل المستخلصة في البيئة المحلية والتي انتهت إلى مقياس من 34 بند ووجود ثلاثة عوامل:

العامل الأول: تشبع بـــ/14/ عبارة وقد تم تسميته بعامل المقايضات الهازمة للذات.

العامل الثاني: تشبع بـــ /15/ عبارة وهو بعد الاستراتيجيات العكسية (التدمير الذاتي غير المقصود).

العامل الثالث: تشبع بـــ /5/ عبارة وهو بعد التعطيل أو الإعاقة الذاتية .

يُجاب عليها بخمسة خيارات تتراوح من الأكثر شدة إلى الأقل شدة بحيث يأخذ كل خيار درجة معينة تتراوح من (0-4) درجات: وهذه الخيارات هي: موافق بشده (4) درجات، موافق إلى حد ما (3) درجات، محايد (2) درجة، غير موافق إلى حد ما (1) درجة، غير موافق بشدة (0) درجة.

يتراوح مدى الدرجات بين /0-136/. حيث يمثل (0-45) منخفضو السلوك الهازم للذات، (46-91) متوسطو السلوك الهازم للذات، (92-136) مرتفعو السلوك الهازم للذات.

وللتأكد من صلاحية هذا المقياس، بعد التحقق من صدق البنية العاملية له قبل تطبيقه على عينة الدراسة الأساسية، تم استخراج معاملات الصدق والثبات اللازمة وذلك وفقاً للآتي:

4-4-1-2- التحقق من صدق مقياس السلوك الهازم للذات:

تم التحقق من صدق المقياس بطريقة التحليل العاملي الاستكشافي على عينة بلغ عددها /100/ من النازحين، وبعد ذلك تم التحقق من الصدق المنطقي للمقياس والصدق البنيوي، والصدق التمييزي بين مجموعتي أعلى وأدنى الدرجات، وفيما يلي عرض للنتائج:

4-4-1-2-1. صدق التحليل العاملي لمقياس السلوك الهازم للذات:

تم التحقق من صدق البنية العاملية من خلال تحليل العامل الاستكشافي للمكونات الأساسية للبنود التي يتكون منها المقياس بصورته الأولية، وقد بلغ عددها (35) عبارة، والذي طبق على عينة بلغ عددهم /100/ (من خارج حدود الدراسة الأساسية) وكانت النتائج كما يلي:

تم تحديد تجانس عينة البحث وكفايتها من خلال تطبيق الاختبار الأول محك كايزرماير أولكن (Kaiser- Meyer- Olkin of Sampling Adequace Bartlett)؛ وهو يختبر الفرضية القائلة إن مصفوفة الارتباط صادقة لما يجب أن تكون عليه. ولا بد أن تكون قيمته أكبر من (0.05). ولابد أن تكون قيمة الاحتمال لاختبار بارتليت أصغر من 0,05 وكات النتائج كما يلي:

الجدول(2) نتائج محك (كايزر ماير أولكن) لإمكانية الاستفادة من التحليل العاملي لمقياس السلوك الهازم للذات

قيمة محك (كايزر ماير وأولكن) Kaiser-Meyer-Olkin r		.608
محك بارتليت	قيمة كاي مربع Chi-Square	1469.948
	درجة الحرية	595
	قيمة الاحتمال	.000

ويلاحظ أنَّ قيمة محك (كايزر ماير وأولكن) أكبر من 0,05 كما أن قيمة الاحتمال لمحك بارتليت أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، مما يشير إلى إمكانية الاستفادة من إجراء تحليل العامل الاستكشافي للبيانات قبل التدوير وبالتدوير المتعامد. وقد أظهرت نتيجة تحليل العامل الاستكشافي قيم الشيوع المنتزع والأولي بطريقة التحليل الاستكشافي قبل التدوير كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول (3) قيم الشيوع المنتزع والأولي للتحليل العاملي لبنود مقياس السلوك الهازم للذات

الشيوع					
الرقم	منتزع	أولي	الرقم	منتزع	أولي
س1	.777	1.000	س21	.759	1.000
س2	.602	1.000	س22	.688	1.000
س3	.701	1.000	س23	.704	1.000
س4	.710	1.000	س24	.576	1.000
س5	.649	1.000	س25	.784	1.000
س6	.791	1.000	س26	.754	1.000
س7	.826	1.000	س27	.678	1.000
س8	.661	1.000	س28	.692	1.000
س9	.747	1.000	س29	.745	1.000
س10	.708	1.000	س30	.712	1.000
س11	.729	1.000	س31	.649	1.000
س12	.658	1.000	س32	.652	1.000
س13	.746	1.000	س33	.813	1.000
س14	.648	1.000	س34	.715	1.000
س15	.793	1.000	س35	.612	1.000
س16	.754	1.000			
س17	.716	1.000			
س18	.688	1.000			
س19	.752	1.000			
س20	.767	1.000			

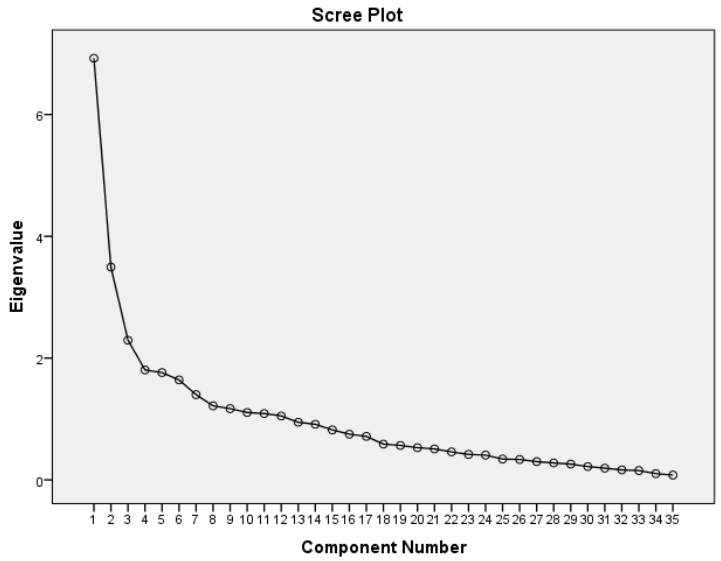
ومن الجدول(3) يتضح أن قيم التشبعات الأولية والمنتزعة قد تراوحت بين / 0,576 لـــــ 0,767/ وهي قيم مرتفعة ودالة يمكن الوثوق بها.

وقد أظهرت قيم محك كاتل وفقاً لمعيار الجذر الكامن ونسبة التباين الكلي والمفسر لتحديد عدد العوامل المستخلصة النتائج التالية :

الجدول(4) قيم محك كاتل لتحديد عدد العوامل المستخلصة لمقياس السلوك الهازم لذات

العوامل	القيم الأولية			مجموع مربعات التشبعات		
	الجذر الكامن	%نسبة التباين	التباين التراكمي %	الجذر الكامن	%نسبة التباين	التباين التراكمي%
1	6.923	19.780	19.780	6.923	19.780	19.780
2	3.494	9.983	29.764	3.494	9.983	29.764
3	2.294	6.554	36.318	2.294	6.554	36.318
4	1.806	5.159	41.477	1.806	5.159	41.477
5	1.762	5.033	46.510	1.762	5.033	46.510
6	1.642	4.692	51.202	1.642	4.692	51.202
7	1.400	4.000	55.202	1.400	4.000	55.202
8	1.216	3.473	58.675	1.216	3.473	58.675
9	1.170	3.343	62.018	1.170	3.343	62.018
10	1.107	3.163	65.181	1.107	3.163	65.181
11	1.090	3.114	68.295	1.090	3.114	68.295
12	1.050	3.000	71.295	1.050	3.000	71.295

ونستنتج وفقاً لمحك كاتل وجود اثنا عشرة /12/ عاملاً تشكل عوامل هامة للتشبع بمجموعة من البنود بحيث يبين التشبعات العاملية للبنود قبل التدوير و تفسر ما قدره /71,295% / من التباين التراكمي وجذره الكامن تراوح بين /1,050و 6,928/ وهي أكبر من 1، ويوضح الشكل (1) ذلك.



الشكل (1) البواقي المبعثرة للتحليل العاملي من الدرجة الأولى لبنود مقياس السلوك الهازم للذات

من الشكل(1) يتضح وجود ثلاثة عوامل لمقياس السلوك الهازم للذات تمثل العوامل أكثر وضوحاً و التي توفر فيها شروط قبول العامل و كانت النتائج كما يلي(*العبارات المظللة التي تم تضميها في كل عامل)

الجدول (5) التشبعات العاملية لبنود مقياس السلوك الهازم للذات في العوامل الأولية المستخلصة قبل التدوير

العبارات	العوامل		
	1	2	3
س1	.326		
س2	.494		
س3		.431	
س4	.302	.513	.327
س5	.548		
س6	.620		
س7	.594		
س8	.644		
س9	.318		
س10	.638		
س11	.375	.427	
س12	.534		
س13		.431	
س14	.478		
س15	.317	.416	
س16	.446		
س17	.544		
س18	.312		
س19	.405	.324	
س20		.440	
س21	.311	.327	
س22	.331		
س23	.553		
س24	.380	.302	
س25			
س26	.385		
س27	.334		
س28			0.338
س29	.558		
س30	.337		
س31	.509		
س32	.454		
س33			.664
س34	.328		
س35	.361		
العدد	26	6	2

ومن الجدول(5) يتضح التشبعات العاملية في عاملين حققا شروط القبول وهي 3 بنود كحد أدنى لعدد العبارات في كل عامل وتزيد تشبعاتها عن 0,30 .

يتضح أن التحليل العاملي قبل التدوير قد ظهر عدم تشبع العبارة رقم:(25 ، 28، 33). وتشبع بنود المقياس الـــ/32/. حيث تشبع العامل الأول بـــ /26/ عبارة، وتشبع العامل الثاني بـــ/6/عبارات.

وقد تم إجراء التحليل العاملي بعد التدوير المتعامد فيرمكس وكانت النتائج كما يلي:

الجدول (6) التشبعات العاملية لبنود مقياس السلوك الهازم للذات في العوامل الأولية المستخلصة (بعد التدوير المتعامد)

العبارات	العوامل		
	1	2	3
س1		.307	
س2	.536		
س3		.379	
س4		.638	
س5	.605		
س6	.466		.307
س7	.387	.469	
س8	.565		.372
س9	.416		
س10	.369	.396	.351
س11		.549	
س12		.532	
س13		.515	
س14	.430		
س15		.518	
س16	.527		
س17	.304	.466	
س18	.313		
س19		.460	.316
س20		.502	
س21		.470	
س22		.367	
س23		.326	.527
س24		.458	
س25			
س26	.426		
س27	.400		.304
س28			.319
س29			.692
س30	.573		
س31		.323	.331
س32	.683		

س33			.680
س34	.526		
س35	.330		
العدد	14	15	5

*العبارات المظللة التي تم تضميها في كل عامل

يتضح من التشبعات وضوح ثلاثة عوامل تنطبق عليها شروط قبول العوامل وهي تشبعات عاملية بأكثر من 3 بنود تزيد عن 0,30 .

وقد تبين عدم تشبع عبارة واحدة وهي رقم: (25) مما أدى إلى حذفها.

وقد تشبع العامل الأول /14/ عبارة ، والعامل الثاني /15/ عبارة ، والعامل الثالث ثلاث عبارات /5/ عبارات. وبذلك أصبح عدد عبارات المقياس (34 عبارة). فيما يلي عرض لها ضمن كل عامل مع البنود والتسميات السيكولوجية المقترحة وفقها.

جدول (7) التشبعات العاملية للتحليل العاملي لبنود مقياس السلوك الهازم للذات بعد التدوير

مضمون العبارة		
رقم العبارة	العامل الأول: المقايضات الهازمة للذات.	التشبع
س32	أشعر بقلة الحيلة عندما تتراكم الأعمال والواجبات.	0.683
س5	يعتمد تقديري لذاتي إلى حد كبير على آراء الآخرين.	0.605
س30	انتقد ذاتي، إذا لم أكن قادراً على إرضاء الجميع.	0.573
س8	إذا رفضني شخص ما، أشعر أن هناك شيء خاطئ ارتكبته.	0.565
س16	أشعر أن الآخرين لن يحترموني إذا عرفوا حقيقة نفسي.	0.527
س34	أشعر أني غير قادر على التخطيط للمستقبل.	0.526
س2	أشعر بأني غير جدير بالاهتمام إذا لم يوافقني شخص ما.	0.536
س6	لا أستطيع أن أشعر بالسعادة من دون أن أكون محبوباً من قبل شخص آخر.	0.466
س14	أشعر بالنقص عند مقارنة نفسي مع الآخرين.	0.43
س26	أرغب بتوجيه اللوم لذاتي عندما يستاء مني شخص ما.	0.426
س9	أرفض فرص التمتع بالحياة السعيدة مع أنه لا تنقصني المهارات الاجتماعية.	0.416
س27	انتقد ذاتي إذا لم يكن لي صديق.	0.4
س35	هناك أشخاص قليلون جداً يمكن التعويل عليهم لمساعدتي في حل مشكلاتي.	0.33
س18	ينظر الناس إلي بدونية إذا لاحظوا شيء خطأ بي.	0.313

رقم العبارة	العامل الثاني: الاستراتيجيات العكسية (التدمير الذاتي غير المقصود).	التشبع
س4	غالبا، استخدم وسائلي الدفاعية عندما ينتقدني شخص ما.	0.638
س11	أشعر أحياناً بالضيق، لأنني لم أكن ناجحا في الحياة.	0.549
س12	الناس في المهن المشهورة و الأوضاع الاجتماعية الجيدة أكثر سعادة ونجاحاً من الناس غير الناجحين بشكل خاص.	0.532
س15	يعتمد احترام ذاتي إلى حد كبير نجاحي في الحياة.	0.518
س13	الناس الذين يحققون قدراً من تقدير الذات جديرين بالاهتمام من أولئك الذين لا يفعلون ذلك.	0.515
س20	أشعر أنني يجب أن أكون مثالياً.	0.502
س21	غالبا انزعج من الآخرين عندما لا يفون بتوقعاتي.	0.47
س7	أشعر بالضيق إذا لم أحصل على معدل عالٍ في الدراسة.	0.469
س17	أشعر أنني أقل شأنا عندما أفشل.	0.466
س19	عادة انزعج جداً عندما ارتكب خطأ.	0.46
س24	لا أتحدث عن مشاعري حتى لا أفقد علاقتي مع الآخرين.	0.458
س10	أهتم بما يريد أن يحققه الآخرون بدل مما أريد أن أحققه أنا.	0.396
س3	احتاج إلى موافقة الآخرين لكي أشعر بالسعادة والاهتمام.	0.379
س22	يجب أن يعاملني الآخرين بعدل واحترام وإلا شعرت بأنهم سيئون.	0.367
س1	أشعر بالضيق عند انتقاد الآخرين لي.	0.307
رقم العبارة	**العامل الثالث: التعطيل أو الإعاقة الذاتية**	**التشبع**
س29	إذا انزعج شخص مني، فإني عادةً أشعر بأنني ارتكبت خطأ معه.	.692
س33	أشعر أنني سبب كل المشكلات التي أعاني منها في حياتي.	.680
س23	عادة أكون مسؤول عن مشكلاتي في علاقتي مع الآخرين.	.527
س31	إذا لم أحصل على ما أريد سأشعر بالتشاؤم.	.331
س28	ألوم نفسي عادة عن علاقاتي المتوترة مع الآخرين.	.319

ثم قامت الباحثة بإجراء التحليل العاملي من الدرجة الثانية للعوامل المستخلصة وهذا عرض للنتائج:

لتحديد تجانس عينة البحث وكفايتها تم تطبيق الاختبار الأول محك كايزرماير أولكن (Kaiser-Meyer- Olkin of Sampling Adequace Bartlett)؛ وهو يختبر الفرضية القائلة إن مصفوفة الارتباط صادقة لما يجب أن تكون عليه. ولا بد أن تكون قيمة الاحتمال أكبر من (0.05). كما في الجدول(8).

الجدول (8) نتائج محك(كايزر ماير اولكن) لإمكانية الاستفادة من التحليل العاملي من الدرجة الثانية للعوامل المستخلصة لمقياس السلوك الهازم للذات

قيمة محك(كايزر ماير اولكن) Kaiser-Meyer-Olkin		.663
محك بارتليت	كاي مربع Approx. Chi-Square	44.797
	درجة الحرية Df	3
	قيمة الاحتمال Sig.	.000

و يلاحظ من الجدول(8) أنَّ قيمة محك (كايزر ماي اولكن) أكبر من 0,05 كما أن قيمة الاحتمال لمحك بارتليت أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، مما يشير إلى إمكانية إجراء تحليل العامل الاستكشافي للبيانات قبل التدوير وبعد التدوير المتعامد.

وقد أظهرت نتيجة تحليل العامل الاستكشافي قبل التدوير قيم الشيوع المنتزع والأولي بطريقة التحليل الاستكشافي من الدرجة الثانية بعد التدوير المتعامد vermax كما هو موضح في الجدول(9):

الجدول (9) قيم الشيوع المنتزع والأولي للتحليل العاملي للعوامل لمقياس السلوك الهازم للذات

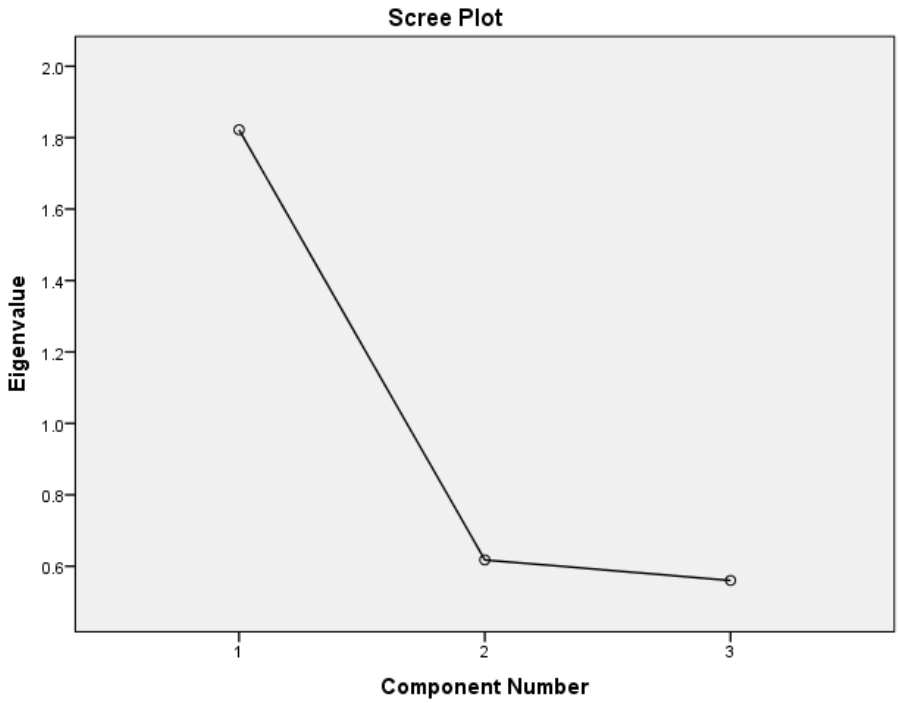
العوامل	الشيوع	
	منتزع	أولي
عامل1(مقايضات هازمة للذات)	.606	1.000
عامل2(الاستراتيجيات العكسية)	.632	1.000
عامل3 (التعطيل الإعاقة الذاتية)	.583	1.000

وقد أظهرت قيم محك كاتل وفقاً لمعيار الجذر الكامن ونسبة التباين الكلي والمفسر لتحديد عدد العوامل المستخلصة النتائج التالية :

جدول (10) الجدور الكامنة والتباين المفسر لتحليل العامل الاستكشافي من الدرجة الثانية لمقياس السلوك الهازم للذات

العوامل	القيم الأولية			مجموع مربعات التشبعات		
	الجذر الكامن	%نسبة التباين	التباين التراكمي	الجذر الكامن	%نسبة التباين	التباين التراكمي
1	1.822	60.731	60.731	1.822	60.731	60.731
2	.618	20.594	81.325			
3	.560	18.675	100.000			

ونستنتج وفقاً لمحك كاتل وجود عامل عام لمقياس السلوك الهازم للذات يتضمن العوامل الثلاثة حيث يتبين من التشبعات العاملية للعوامل بعد التدوير المتعامد، التي تفسر ما قدره/60,731%/ من التباين التراكمي وجذره الكامن/1,822/وهو أكبر من1، وهذا ما يؤكده تمثيل البواقي المبعثرة في الشكل(2):



الشكل (2) البواقي المبعثرة للتحليل العاملي من الدرجة الثانية لعوامل مقياس السلوك الهازم للذات

من الشكل(2) يتضح وجود العامل العام من الدرجة الثانية أكثر وضوحاً وهي العوامل التي توفر فيها شروط قبول العامل وقد كانت النتائج كما يلي:

وهي بعد التدوير كما يلي :

جدول (11) التحليل العاملي من الدرجة الثانية للعامل العام المستخلص من مقياس السلوك الهازم للذات بعد التدوير المتعامد

العوامل من الدرجة الأولى	العامل 1 السلوك الهازم للذات
عامل1 – المقايضات	.779
عامل2– الاستراتيجيات العكسية	.795
عامل3–التعطيل الذاتي	.764

يتضح من الجدول(11) تشبع العوامل الثلاثة بعامل عام من الدرجة الثانية ويمكن تسميته بالسلوك الهازم للذات وهي غير قابلة للتدوير المتعامد والمائل وبذلك يمكن القول أن البنية العاملية المستخلصة لمقياس السلوك الهازم للذات تنطوي على ثلاثة عوامل –محاور– تتضمن المقايضات والاستراتيجيات العكسية و التعطيل أو الإعاقة الذاتية.

4-4-1-2-2-الصدق المنطقي لمقياس السلوك الهازم للذات:

قامت الباحثة بعرض مقياس السلوك الهازم للذات بعد إجراء التحليل العاملي له على عدد من المحكمين (9 محكمين) من المتخصصين في علم النفس والقياس والتقويم في كلية التربية في جامعة دمشق وفي كلية التربية الثانية في السويداء (الملحق 1 يبين أسماء السادة المحكمين)، للوقوف على سلامة البنود ومدى ملاءمتها للهدف العام للمقياس، وقدرتها على قياس الموضوع الذي أعدت لقياسه ومدى وضوح تعليمات المقياس، حيث أبدى السادة المحكمون آرائهم في فقرات المقياس، تم الوصول إلى أن نسبة الاتفاق على عبارات المقياس كانت (91%)، وبالرجوع إلى المعيار الذي اعتمده "كوبر" دلالة نسبة الاتفاق بين المحكمين والذي ينص على أن نسبة الاتفاق على عبارات المقياس يجب أن تدور حول (85%) فأكثر لتكون دالة (المفتي، 1984، ص61)، نجد أن نسب اتفاق المحكمين حول عبارات المقياس كانت دالة، وبالتالي يمكننا الوثوق بالمقياس واعتمادها.

4-4-1-2-3- الصدق البنيوي(الارتباطات الداخلية) لمقياس السلوك الهازم للذات:

من خلال حساب معامل ارتباط بيرسون بين أبعاد مقياس السلوك الهازم للذات ودرجته الكلية للتحقق من صدق التكوين الفرضي بطريقة معاملات الارتباط بيرسون.

الجدول (12) معاملات ارتباط بيرسون بين درجات الأبعاد الفرعية لمقياس السلوك الهازم للذات ودرجته الكلية

المقياس	المقايضات	الاستراتيجيات العكسية	تعطيل ذاتي	الدرجة الكلية
المقايضات	1			
الاستراتيجيات العكسية	.400**	1		
تعطيل ذاتي	.387**	.475**	1	
الدرجة الكلية	.826**	.820**	.661**	1

** دال عند مستوى الدلالة 0.01 ، *دال عند مستوى الدلالة 0.05.

يستنتج من الجدول(12) أن معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس السلوك الهازم للذات ودرجته الكلية دالة إحصائياً ويمكن الوثوق بها ما يقدم دليلاً على صدق الارتباطات الداخلية للمقياس المعد.

4-4-1-2-4- الصدق التمييزي (المجموعات الطرفية) لمقياس السلوك الهازم للذات:

تم التحقق من الصدق التمييزي لمقياس السلوك الهازم للذات من خلال تطبيقه على عينة مكونة من(100) مفحوص (خارج حدود العينة الأساسية للدراسة)، ثم رتبت الدرجات وأخذ ما نسبته 25% من الدرجات العليا للمفحوصين و25% من الدرجات الدنيا للمفحوصين ومن ثم تقدير الفروق بين كلا المجموعتين حيث بلغ عدد أفراد كل مجموعة /25/ فرداً وبلغ قوام العينة /50/ فرداً، ومن ثم حساب الفروق بين متوسطات درجات عينتين مستقلتين وكانت النتائج كما يلي:

جدول (13) فروق المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة(ت) بين المجموعتين العليا والدنيا في مقياس السلوك الهازم للذات.

		المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	ت ستودنت	قيمة p الاحتمالية	القرار
المقايضات	المجموعة العليا	40.2400	5.26213	48	12.378	0.00	دال
	المجموعة الدنيا	18.5600	7.00048				
الاستراتيجيات العكسية	المجموعة العليا	45.5600	5.31570	48	9.800	0.00	دال
	المجموعة الدنيا	28.4800	6.90483				
التعطيل الذاتي	المجموعة العليا	14.5200	2.38258	48	7.956	0.00	دال
	المجموعة الدنيا	8.4400	2.98719				
الدرجة الكلية	المجموعة العليا	100.3200	7.86193	48	18.404	0.00	دال
	المجموعة الدنيا	55.4800	9.30555				

ومن الجدول(13) يتضح أن قيم p الاحتمالية أصغر من 0,05 وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي أعلى وأدنى الدرجات، ما يقدم مؤشراً على قدرة المقياس التميزية بين مرتفعي ومنخفضي السلوك الهازم للذات في أبعاده الثلاثة.

4-4-1-2. التحقق من ثبات مقياس السلوك الهازم:

تم التحقق من ثبات الاتساق الداخلي ألفا كرونباخ وثبات التجزئة النصفية لمقياس السلوك الهازم للذات بعد تطبيق المقياس على عينة قوامها/100/ مراهقاً ومراهقة (خارج حدود العينة الأساسية).

4-4-1-2-1. الثبات بطريقة ألفاكرونباخ (الاتساق الداخلي):

تم حساب ثبات مقياس السلوك الهازم للذات بطريقة ألفاكرونباخ بين البنود ودرجتها الكلية وفق كل بعد، وفيما يلي عرض للنتائج:

الجدول (14) معاملات ثبات ألفاكرونباخ لأبعاد مقياس السلوك الهازم للذات ودرجته الكلية

المقياس	عدد البنود	معاملات ألفا كرونباخ
المقايضات	14	0.832
الاستراتيجيات العكسية	15	0.778
تعطيل ذاتي	5	0.652
الدرجة كلية	34	0.865

من الجدول (14) نستنتج أن قيم ألفا كرونباخ تراوحت بين (0,652 و0,865) وهي قيم يمكن الوثوق بها وتشير لاتساق داخلي بين درجة المقياس الكلية ومقاييسه الفرعية.

4-4-1-2-2. الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

تم التحقق من الثبات بالتجزئة النصفية لمقياس السلوك الهازم للذات بتوزيع البنود ال(34)إلى بنود فردية وأخرى زوجية بالنسبة للمقياس ككل، ثم حساب معاملات الارتباط بين نصفي المقياس على عينة قدرها (100) فرداً (خارج حدود عينة الدراسة الأساسية) باستخدام معامل جوثمان ومعادلة سبيرمان براون لتصحيح أثر التجزئة. "معامل ارتباط التجزئة النصفية جوثمان ومعادلة سبيرمان براون لتصحيح أثر التجزئة بين النصفين والدال إحصائياً ويقدم دليل على الاتساق الداخلي واعتباره دليل على ثبات المقياس"(علام،2002، ص173). والجدول(15) يوضح ذلك.

جدول (15) الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس السلوك الهازم للذات وأبعاده الفرعية.

	عدد البنود	معامل التجزئة النصفية جوثمان	تصحيح اثر التجزئة سبيرمان براون
المقايضات	14	0.809	0.815
الاستراتيجيات العكسية	15	0.825	0.825
تعطيل ذاتي	5	0.645	0.659
الدرجة كلية	34	0.851	0.853

من الجدول (15) يتضح إن معاملات ثبات التجزئة النصفية لأبعاد المقياس ودرجته الكلية تراوح بين /0,659 و 0,853/ وهي قيم دالة ويمكن الوثوق بها.

وبذلك أصبح المقياس جاهزاً لتطبيقه على العينة الأساسية بهدف الإجابة عن أسئلة وفرضيات الدراسة (الملحق 3).

4-4-2- مقياس الغضب:

4-4-2-1. وصف مقياس الغضب:

أعدت الباحثة هذا المقياس بعد الرجوع إلى بعض المقاييس ذات الصلة ومراجعة مجموعة من الأدبيات والدراسات المرتبطة بالموضوع، ومن أبرزها دراسة (Novaco, 1979)، دراسة (Snell et al., 2013) مقياس الغضب السريري (CAS)، ومقياس الغضب كحالة وسمة (عبد الرحمن و عبد الحميد، 1998)، و مقياس الغضب للمراهقين (حمزة، 2012)، ودراسة (الدوسري، 2012).

يتكون مقياس الغضب في صيغته النهائية من (23) عبارة مقسمة إلى خمسة أبعاد،(الملحق6) وهي:

- البعد الأول: غضب نحو الآخرين(7عبارات): ويتضمن العبارات ذات الأرقام:(5-6-7-11-17-18-22).
- البعد الثاني:الغضب المتعلق بالشعور بالضعف(نقص تقدير الذات)(5 عبارات): ويتضمن العبارات ذات الأرقام: (2-9-16-19-21).

- البعد الثالث: غضب متعلق بتغير الظروف الحياة ويتضمن العبارات ذات الأرقام: (1-10-14).
- البعد الرابع: الغضب المتعلق بالعجز نحو الظروف ويتضمن العبارات ذات الأرقام: (8-12-15-23).
- البعد الخامس: الآثار الفيزيولوجية للغضب ويتضمن العبارات ذات الأرقام: (3-4-13-20).

وقد تشبع العوامل الخمسة بعاملين عامين من الدرجة الثانية وهما:

- مركب.1 الغضب الداخلي (12) يضم الأبعاد (الثاني- الثالث-الرابع).
- مركب.2 الغضب الخارجي(11) يضم الأبعاد (الأول-الخامس).

وتكون الإجابة عن كل عبارة ضمن ثلاثة بدائل هي: تنطبق دائماً- تنطبق أحياناً - لا تنطبق أبداً. وتنال الدرجات من (0-2)، ومن ثم تراوح درجة المفحوص من (0-46) درجة، وللتأكد من صلاحية هذا المقياس، تم التحقق من صدق البنية العاملية له قبل تطبيقه على عينة الدراسة الأساسية، ثم استُخرجت معاملات الصدق والثبات اللازمة وذلك وفقاً للآتي:

4-4-2-2. التحقق من صدق مقياس الغضب:

بعد إعداد المقياس والتأكد من صدقه المنطقي (عرضه على المحكمين) تم إجراء التحليل العاملي على عينة بلغ عددها /100/ مراهقاً ومراهقة من النازحين (خارج حدود العينة الأساسية للدراسة)، ومن ثم تم التحقق من صدق مقياس الغضب من خلال دراسة الصدق البنيوي، والصدق التمييزي بين مجموعتي أعلى وأدنى الدرجات، وفيما يلي عرض للنتائج:

4-4-2-2-1. الصدق المنطقي لمقياس الغضب:

قامت الباحثة بعرض مقياس الغضب على عدد من المحكمين (9 محكمين) من المتخصصين في علم النفس والقياس والتقويم في كلية التربية في جامعة دمشق (الملحق 1 يبين أسماء السادة المحكمين)، للوقوف على سلامة البنود ومدى ملاءمتها للهدف العام للمقياس، وقدرتها على قياس الموضوع الذي أعدت لقياسه ومدى وضوح تعليمات المقياس، حيث أبدى السادة المحكمون آراءهم في فقرات المقياس، وقامت الباحثة بإجراء ما يلزم من تعديل في ضوء مقترحاتهم، ويبين الملحق (4 مقياس الغضب بصورته الأولية قبل التحكيم) والملحق (5 مقياس الغضب بعد التحكيم وإجراءات الصدق والثبات).

جدول(16) أبعاد مقياس الغضب قبل التحكيم

أبعاد مقياس الغضب		توزع البنود
البعد الأول	مثيرات الغضب	12 بنداً
البعد الثاني	الاستجابة السلوكية والانفعالية للغضب	11 بنداً
البعد الثالث	الأعراض السيكوسوماتية	5 بنود
البعد الرابع	حدة الغضب	7 بنود
المجموع		35

و يوضح الجدول (17) التعديلات المقترحة من قبل المحكمين :

جدول(17) التعديلات المقترحة من قبل المحكمين على مقياس الغضب

العبارات قبل التحكيم	العبارات بعد التحكيم
يجبرني من أثار غضبي على شتمه.	أضطر إلى شتم من يثير غضبي.
الجمل التي تم حذفها بعد التحكيم	أندم كثيراً بعد موقف الغضب.
	أشعر بالإحباط الشديد عندما أغضب.
	شعوري بالغضب يتعبني لدرجة تكبلني.
	يفقدني غضبي الشديد القدرة على اتخاذ قرارات سليمة.
	يستمر غضبي الشديد لفترة طويلة.
	يتجنبني الاخرون لانني اغضب باستمرار.
	عندما أشعر بالغضب الشديد تنخفض قدرتي على إنجاز مهماتي.
	أصاب بحالة من فقدان السيطرة التامة على نفسي أثناء الغضب الشديد.
	اشعر بالغضب اكثر مما يحدث عند الاخرين.
الجمل التي تمت إضافتها	أغضب عندما أشعر أني بحاجة دائماً للمساعدة من الآخرين.
	أغضب عندما أشعر بعدم قدرتي على الخروج متى أريد من مركز الإيواء.
	تغضبني سخرية الطلاب من لهجتي عندما أتكلم معهم.
	أشعر بالغضب بسبب ما حل بي أنا وأسرتي.
	يغضبني عدم تطبيق القوانين والأنظمة إلا على النازحين.
	أشعر بالغضب من المستوى المعيشي السيء بعد نزوحي من مسكني الأصلي.

وبعد أن تم تنفيذ التعديلات المقترحة من قبل المحكمين، قامت الباحثة بالتحقق من الصدق بالتحليل العاملي للمقياس على عينة بلغ عدد أفرادها (100) مراهقاً ومراهقة من خارج حدود عينة الدراسة الأساسية.

4-4-2-2-2. صدق التحليل العاملي لمقياس الغضب:

تم التحقق من صدق البنية العاملية لمقياس الغضب من خلال تحليل العامل الاستكشافي للمكونات الأساسية للبنود التي يتكون منها المقياس بصورته الأولية، بحيث تكون المقياس من (30) عبارة، والذي طبق على عينة بلغ عدد أفرادها /100/ فرداً من النازحين المراهقين وكانت النتائج كما يلي:

تم تحديد تجانس عينة البحث وكفايتها من خلال تطبيق الاختبار الأول محك كايزرماير أولكن (Kaiser- Meyer- Olkin of Sampling Adequace Bartlett)؛وهو يختبر الفرضية القائلة إن مصفوفة الارتباط صادقة لما يجب أن تكون عليه، ولا بد أن تكون قيمته أكبر من (0.05)، ولابد أن تكون قيمة الاحتمال لاختبار بارتليت أصغر من 0,05 وكانت النتائج كما يلي:

جدول (18) نتائج محك (كايزرماير أولكن) لإمكانية الإفادة من التحليل العاملي لمقياس الغضب

قيمة محك (كايزرومايير وأولكن)Kaiser-Meyer-Olkinr		.511
محك بارتليت	قيمة كاي مربعChi-Square	1183.774
	درجة الحرية	435
	قيمة الاحتمال	.000

يلاحظ من الجدول(18) أنَّ قيمة محك (كايزرماير أولكن) أكبر من 0,05 كما أن قيمة الاحتمال لمحك (بارتليت) أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، ما يشير إلى إمكانية الإفادة من إجراء تحليل العامل الاستكشافي للبيانات قبل التدوير وبالتدوير المتعامد.

وقد أظهرت نتيجة تحليل العامل الاستكشافي قبل التدوير قيم الشيوع المنتزع والأولي بطريقة التحليل الاستكشافي قبل التدوير كما هو موضح في الجدول (19):

جدول (19) قيم الشيوع المنتزع والأولي للتحليل العاملي لبنود مقياس الغضب

الشيوع					
الرقم	منتزع	أولي	الرقم	منتزع	أولي
س1	.615	1.000	س21	.648	1.000
س2	.748	1.000	س22	.752	1.000
س3	.756	1.000	س23	.686	1.000
س4	.537	1.000	س24	.680	1.000
س5	.718	1.000	س25	.690	1.000
س6	.617	1.000	س26	.721	1.000
س7	.661	1.000	س27	.704	1.000
س8	.755	1.000	س28	.785	1.000
س9	.550	1.000	س29	.613	1.000
س10	.820	1.000	س30	.555	1.000
س11	.762	1.000			
س12	.715	1.000			
س13	.711	1.000			
س14	.778	1.000			
س15	.644	1.000			
س16	.697	1.000			
س17	.763	1.000			
س18	.669	1.000			
س19	.718	1.000			
س20	.738	1.000			

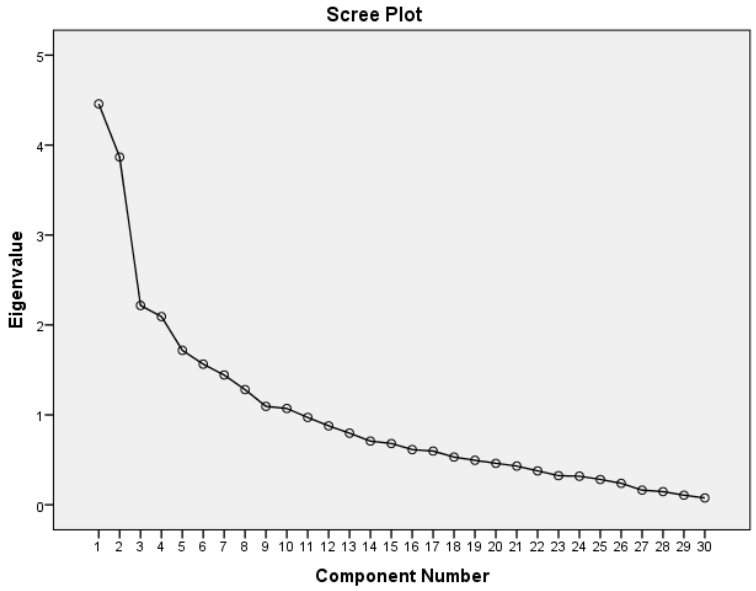
ومن الجدول(19) يتضح أن قيم الشيوع الأولية والمنتزعة قد تراوحت بين / 0,537 لـــــ 0,820/ وهي قيم مرتفعة ودالة يمكن الوثوق بها.

وقد أظهرت قيم محك كاتل وفقاً لمعيار الجذر الكامن ونسبة التباين الكلي والمفسر لتحديد عدد العوامل المستخلصة النتائج التالية:

الجدول(20) قيم محك كاتل لتحديد عدد العوامل المستخلصة لمقياس الغضب

العوامل	القيم الأولية			مجموع مربعات التشبعات		
	الجذر الكامن	%نسبة التباين	التباين التراكمي %	الجذر الكامن	%نسبة التباين	التباين التراكمي %
1	4.458	14.860	14.860	4.458	14.860	14.860
2	3.866	12.888	27.748	3.866	12.888	27.748
3	2.217	7.390	35.138	2.217	7.390	35.138
4	2.093	6.978	42.115	2.093	6.978	42.115
5	1.717	5.725	47.840	1.717	5.725	47.840
6	1.564	5.213	53.054	1.564	5.213	53.054
7	1.444	4.813	57.866	1.444	4.813	57.866
8	1.281	4.268	62.134	1.281	4.268	62.134
9	1.095	3.649	65.783	1.095	3.649	65.783
10	1.071	3.570	69.353	1.071	3.570	69.353

ونستنتج وفقاً لمحك كاتل وجود عشر /10/ عوامل، تشكل عوامل هامة للتشبع بمجموعة من البنود بحيث يبين التشبعات العاملية للبنود قبل التدوير وتفسر ما قدره /69,353%/ من التباين التراكمي وجذره الكامن تراوح بين /1,071و 4,458/ وهي أكبر من 1، كما يوضح في الشكل (3):



الشكل (3) البواقي المبعثرة للتحليل العاملي من الدرجة الأولى لبنود مقياس الغضب

من الشكل يتضح وجود خمسة عوامل أكثر وضوحاً وهي العوامل التي توفر فيها شروط قبول العامل وقد كانت النتائج كما يلي:

الجدول (21) التشبعات العاملية لبنود مقياس الغضب في العوامل الأولية المستخلصة قبل التدوير

العبارات	العوامل				
	1	2	3	4	5
س1		.337			.373
س2		.579		-.514-	
س3					
س4	.334	.305	-.314-		
س5			.522		
س6			.491		
س7		.456	-.385-		
س8	.388	.340			
س9		.458			
س10	-.463-	.450			.475
س11	.538				
س12	.566			.361	
س13	.419	.315		.588	
س14	-.358-	.491			
س15	.482	.387			
س16				.563	.486
س17		.448	.529-	-.369-	
س18		.327	.498		
س19	.346	.257	.470		-.331-
س20	.575				
س21	-.385-	.509			.324
س22	.571				.374
س23		.448			
س24	.702				
س25	.356	.377	.404		
س26			.410	.309	-.331-
س27	.501	.431	-.302-		
س28	-.426-	.508		.446	
س29					.544
س30	.407	.334			
العدد	10	6	7	3	3

*العبارات المظللة التي تم تضمينها في كل عامل

من الجدول(21) يتضح أن التشبعات العاملية في خمسة عوامل حققت شروط القبول، وهي 3 بنـــود كحد أدنى لعدد العبارات في كل عامل وتزيد تشبعاتها عن 0,30. وقد اتضح عدم تشبع العبارة رقم 3 بأي من العوامل، مما أدى إلى حذفها. وبذلك أصبح عدد بنود المقياس /29/عبارات، حيث تشبع العامل الأول بـــ/10/ عبارات، وتشبع العامل الثاني بـــ/6/عبارات، والعامل الثالث بـــ/7/ عبارات، والعامل الرابع بـــ/3/ عبارات والعامل الخامس بـــ/3/ عبارات.

وقد تم إجراء التحليل العاملي بعد التدوير المتعامد فيرمكس ، والجدول(22) يوضح النتائج:

الجدول (22) التشبعات العاملية لبنود مقياس الغضب في العوامل الأولية المستخلصة بعد التدوير المتعامد

العبارات	العوامل				
	1	2	3	4	5
س1					
س2			.746		
س3					
س4		.472			
س5					.782
س6					.306
س7	.506	.322			
س8					
س9	.460		.368		
س10	.418				
س11		.370		.619	
س12		.603			
س13			.679		.337
س14	.830				
س15				.557	
س16					
س17			.637		
س18				.618	.363
س19		.422			.426
س20		.559		.407	
س21	.615				
س22					
س23	.617		.333		

س24		.740			
س25					.707
س26					
س27		.705	.357		
س28	.755				
س29					
س30				.671	
العدد	7	5	3	4	4

*العبارات المظللة التي تم تضميها في كل عامل

يتضح من التشبعات وجود خمسة عوامل تنطبق عليها شروط قبول العوامل وهي تشبعات عاملية بأكثر من 3 بنود تزيد عن 0,30 .

وقد تبين عدم تشبع سبع عبارات وهي :(1، 3، 8، 16، 22، 26، 29) وهي التي تم حذفها.

وقد تشبع العامل الأول بـــ7 عبارات، والعامل الثاني بـــ5 عبارات، والعامل الثالث بـــ3 عبارات، والعامل الرابع بـــ4 عبارات، والعامل الخامس بـــ4 عبارات. وبذلك أصبح عدد عبارات المقياس (23عبارة).

فيما يلي عرض لها ضمن كل عامل مع البنود والتسميات السيكولوجية المقترحة وفقها:

جدول (23)التشبعات العاملية للتحليل العاملي لبنود مقياس الغضب بعد التدوير

مضمون العبارة		
رقم العبارة	العامل الأول: الغضب الموجة نحو الآخر	التشبع
14	عندما أغضب لا أستطيع إخفاء مظاهر غضبي.	0.83
28	أصرخ على الآخرين عندما أغضب لدرجة أنني أفقد السيطرة على نفسي.	0.755
23	أقوم بكسر الأشياء الموجودة أمامي عندما أغضب.	0.617
21	أعجز عن التعامل مع الموقف بطريقة واعية عند الغضب.	0.615
7	أضطر إلى شتم من يثير غضبي.	0.506
9	أصرخ بصوت مرتفع عندما أغضب.	0.46
10	أقوم بضرب من يثير غضبي.	0.418

رقم العبارة	العامل الثاني: الغضب المتعلق بالشعور بالضعف (نقص تقدير الذات)	التشبع
24	أشعر بالغضب عندما يسخر مني أحد زملائي.	0.74
27	يثير غضبي عدم القدرة على أخذ حقي من الآخرين.	0.705
12	تغضبني سخرية الطلاب من لهجتي عندما أتكلم معهم.	0.603
20	أشعر بالغضب نتيجة عدم المساواة بيني وبين زملائي من قبل المدرسين.	0.559
4	أغضب عندما أشعر أني بحاجة دائماً للمساعدة من الآخرين.	0.472
رقم العبارة	**العامل الثالث: الغضب المتعلق بتغير ظروف الحياة**	**التشبع**
2	تتسارع ضربات قلبي عندما أغضب.	0.746
13	أشعر بالغضب نتيجة ما حل بي أنا وأسرتي.	0.679
17	أحطم ما في يديّ عندما أغضب.	0.637
رقم العبارة	**العامل الرابع: الغضب المتعلق بالعجز نحو الظروف**	**التشبع**
30	أشعر بغضب عندما أفكر في مستقبلي، لأنه لا يمكن تحسينه.	0.671
11	أغضب عندما أشعر بعدم قدرتي على الخروج متى أريد من مركز الإيواء.	0.619
18	يغضبني أن أتذكر موقف سيء حدث معي في الماضي.	0.618
15	أشعر بالغضب من المستوى المعيشي السيء بعد نزوحي من مسكني الأصلي.	0.557
رقم العبارة	**العامل الخامس: الآثار الفيزيولوجية للغضب**	**التشبع**
5	غضبي الشديد يفقدني شهيتي للطعام.	0.782
25	يغضبني نقد المدرسين لي أمام زملائي.	0.707
16	يغضبني عدم تطبيق القوانين والأنظمة إلا على النازحين.	0.426
6	أشعر بالارتجاف في أطرافي عندما أغضب.	0.306

ثم قامت الباحثة بإجراء التحليل العاملي من الدرجة الثانية للعوامل المستخلصة، وفيما يلي عرض للنتائج:

لتحديد تجانس عينة البحث وكفايتها تم تطبيق الاختبار الأول محك (كايزرماير أولكن)(Kaiser- Meyer- Olkin of Sampling Adequace Bartlett)؛ وهو يختبر الفرضية القائلة إن مصفوفة الارتباط

صادقة لما يجب أن تكون عليه. ولا بد أن تكون قيمة الاحتمال أكبر مـــن (0.05) والجـــدول (24) يوضح ذلك.

الجدول (24) نتائج محك (كايزرماير أولكن) لإمكانية الإفادة من التحليل العاملي من الدرجة الثانية للعوامل المستخلصة لمقياس الغضب

قيمة محك (كايزروماير أولكن)Kaiser-Meyer-Olkin		.542
محك بارتليت	كايمربعApprox. Chi-Square	42.462
	Df درجة الحرية	10
	Sig. قيمة الاحتمال	.000

ويلاحظ أنَّ قيمة محك (كايزرماير أولكن) أكبر من 0,05 ، وأن قيمة الاحتمال لمحك بارتليت أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، مما يشير إلى إمكانية إجراء تحليل العامل الاستكشافي للبيانات قبل التدوير وبعد التدوير المتعامد.

وقد أظهرت نتيجة تحليل العامل الاستكشافي قبل التدوير قيم الشيوع المنتزع والأولي بطريقة التحليل الاستكشافي من الدرجة الثانية بعد التدوير المتعامد (vermax)، كما هو موضح في الجدول (25):

الجدول (25) قيم الشيوع المنتزع والأولي للتحليل العاملي للعوامل لمقياس الغضب

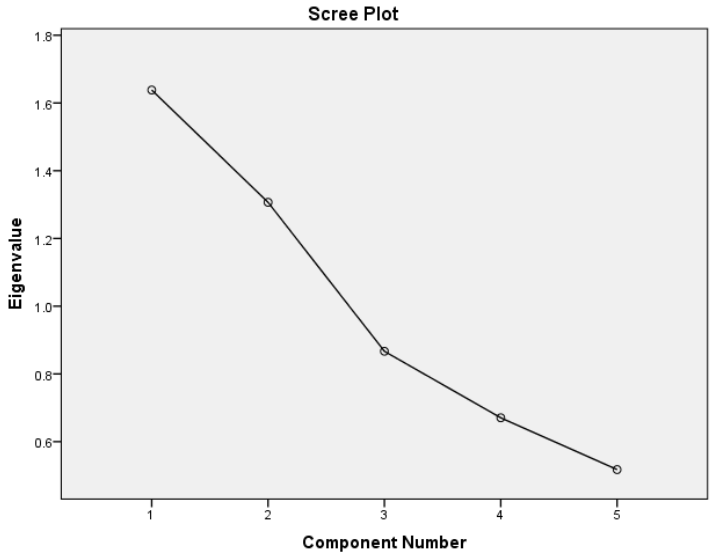
	الشيوع	
العوامل	منتزع	أولي
عامل1	.648	1.000
عامل2	.717	1.000
عامل3	.455	1.000
عامل4	.631	1.000
عامل5	.494	1.000

وقد أظهرت قيم محك كاتل وفقاً لمعيار الجذر الكامن ونسبة التباين الكلي والمفسر لتحديد عدد العوامل المستخلصة النتائج التالية :

جدول (26) الجذور الكامنة والتباين المفسر لتحليل العامل الاستكشافي من الدرجة الثانية لمقياس الغضب

العوامل	القيم الأولية			مجموع مربعات التشبعات		
	الجذر الكامن	%نسبة التباين	التباين التراكمي	الجذر الكامن	%نسبة التباين	التباين التراكمي
1	1.638	32.766	32.766	1.638	32.766	32.766
2	1.307	26.135	58.901	1.307	26.135	58.901
3	.867	17.339	76.240			

نستنتج وفقاً لمحك كاتل وجود عاملين هامين حيث يتبين من التشبعات العاملية للعوامل بعد التدوير المتعامد، التي تفسر ما قدره/58,901%/ من التباين التراكمي، وتراوح جذره الكامن بين /1,307 و 1,638/ وهو أكبر من 1، وهذا ما يؤكده تمثيل البواقي المبعثرة في الشكل (4):



الشكل (4) البواقي المبعثرة للتحليل العاملي من الدرجة الثانية لعوامل مقياس الغضب

من الشكل(4) يتضح وجود عاملين من الدرجة الثانية أكثر وضوحاً، وهي العوامل التي توفرت فيها شروط قبول العامل. وهي قبل التدوير كما يلي :

جدول (27) التحليل العاملي من الدرجة الثانية للعامل العام المستخلص من مقياس الغضب بعد التدوير

العوامل من الدرجة الأولى	العامل 1	العامل 2
عامل1		.802
عامل2	.749	-.395-
عامل3	.617	
عامل4	.780	
عامل5		.640

ومن الجدول(27) يتضح ما يلي :

تشبعت العوامل الخمسة بعاملين عامين من الدرجة الثانية (مركبان)، وهما العامل الأول الذي تشبع به كل من العوامل الثاني والثالث والرابع ، والعامل الثاني الذي تشبع به العاملان الأول والخامس، وبعد إجراء التحليل العاملي المتعامد فيرماكس أظهرت النتائج التشبعات العاملية التالية :

الجدول (28) التحليل العاملي من الدرجة الثانية للعامل العام المستخلص من مقياس الغضب بعد التدوير

العوامل من الدرجة الأولى	العامل 1	العامل 2
عامل1		.792
عامل2	.828	
عامل3	.519	.431
عامل4	.792	
عامل5		.695

من الجدول(28) يتضح أن:

العامل الأول تشبع به كل من العوامل الثاني والثالث والرابع ويمكن تسميته بالغضب الموجه نحو الذات والشعور بالعجز والنقص المتعلق بظروف الحياة .

العامل الثاني تشبع به العاملان الأول والخامس ويمكن تسميته بالغضب الموجة نحو الآخرين والضغوط الخارجية.

وبذلك أصبح عدد بنود المقياس بصورته الأولية بعد إجراء التحليل العاملي الاستكشافي بطريقة المكونات الأساسية /23/ عبارة متشبعة بخمسة مقاييس فرعية، وتشكل عاملين عامين وهما **الغضب موجه نحو الآخرين والغضب الموجه نحو الذات.**

وبعد الحصول على مقياس الغضب بصورته النهائية قامت الباحثة بإعادة عرض المقياس على عدد من المحكمين في جامعة دمشق للحصول على آرائهم، وبذلك أصبح المقياس جاهزاً للتحقق من صدقه وثباته على عينة استطلاعية مؤلفة من (100) مفردة.

تم التحقق من صدق الأداة على عينة بلغ عددها / **100**/ مراهقاً ومراهقة من النازحين(خارج حدود العينة الأساسية للدراسة)، بهدف التحقق من صدق وثبات مقياس الغضب، من خلال دراسة صدق البنية الداخلية والصدق التمييزي بين مجموعتي أعلى وأدنى الدرجات، وفيما يلي عرض للنتائج:

4-4-2-2-3. الصدق البنيوي(الارتباطات الداخلية) لمقياس الغضب:

تم التحقق من الصدق البنيوي لمقياس الغضب من خلال معاملات ارتباط بيرسون بين الأبعاد الفرعية للمقياس ومركباه للتحقق من صدق التكوين الفرضي.

الجدول (29) معاملات ارتباط بيرسون بين درجات الأبعاد الفرعية لمقياس الغضب والدرجة الكلية

المقياس	غضب نحو الآخرين	غضب من الشعور بالضعف	غضب نحو تغيرات الظروف	الغضب من العجز نحو الظروف	الأثار الفيزيولوجية	مركب 1 غضب داخلي	مركب 2 غضب خارجي
غضب نحو الآخرين	1						
غضب من الشعور بالضعف	-.172-	1					
غضب نحو تغيرات الظروف	.141	.349**	1				
الغضب من العجز نحو الظروف	-.024-	.441**	.469**	1			
الآثار الفيزيولوجية	.237*	-.015-	.132	.146	1		
مركب.1 الغضب الداخلي	.746**	.097	.752**	.226*	.238*	1	
مركب.2 الغضب الخارجي	.892**	-.141-	.172	.049	.650**	.694**	1
الغضب الدرجة الكلية	.881**	-.012-	.532**	.158	.460**	.936**	.903**

** دال عند مستوى الدلالة 0.01 ، *دال عند مستوى الدلالة 0,05.

يستنتج من الجدول (29) أن معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الغضب ومركبي الغضب الداخلي والغضب الخارجي دالة إحصائياً، ويمكن الوثوق بها، ما يقدم دليلاً على صدق الارتباطات الداخلية للمقياس المعد، يتضح أيضاً أن بعد الغضب المتعلق بالشعور بالضعف لا يرتبط بشكل دال مع مركبي الغضب الداخلي والخارجي، في حين كان ارتباطه دالاً مع بعدي الغضب من العجز والغضب نحو تغيرات الظروف الحياتية، وقد يكون السبب أن الغضب كرد فعل على الظروف الحياتية أكثر منه غضب نحو الذات والأشخاص، ويتبين ارتباط بعد الغضب من العجز مع مركب الغضب الداخلي الذي يجعل الغضب يتجه نحو الذات لعدم القدرة على التحكم بها ولومها على العجز، وهو ما يقدم مؤشرات مهمة لطبيعة علاقة المتغيرات ببعضها البعض.

4-4-2-2-4. الصدق التمييزي (المجموعات الطرفية) لمقياس الغضب:

تم التحقق من الصدق التمييزي لمقياس الغضب على عينة قدرها (100) فرداً (خارج حدود العينة الأساسية للدراسة)، وبعد ترتيب الدرجات وتحديد ما نسبته 25% من الدرجات العليا و25% من الدرجات الدنيا ومن ثم تقدير الفروق بين كلا المجموعتين، حيث بلغ عدد أفراد كل مجموعة/25/ فرداً وبلغ قوام العينة /50/ فرداً ، تم حساب الفروق بين متوسطات درجات عينتين مستقلتين، والجدول (30) يوضح النتائج:

جدول (30) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة(ت) للمجموعتين العليا والدنيا لمقياس الغضب.

		المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	ت ستودنت	قيمة p الاحتمالية	القرار
غضب نحو الآخرين	المجموعة الدنيا	5.0800	2.27156	24	6.695-	0.00	دال
	المجموعة العليا	9.1200	1.98578				
نقص تقدير الذات	المجموعة الدنيا	4.8400	2.77909	24	5.629-	0.00	دال
	المجموعة العليا	8.1600	.98658				
غضب نحو ظروف الحياة	المجموعة الدنيا	3.5600	1.82757	24	-6.819	0.00	دال
	المجموعة العليا	6.6800	1.37598				
عجز أمام تغيرات الظروف	المجموعة الدنيا	4.0400	1.71950	24	-6.565	0.00	دال
	المجموعة العليا	6.7200	1.10000				
الآثار الفيزيولوجية للغضب	المجموعة الدنيا	3.8400	2.05508	24	4.685-	0.00	دال
	المجموعة العليا	6.0400	1.13578				
مركب1 غضب داخلي	المجموعة الدنيا	11.6400	4.17213	24	-8.855	0.00	دال
	المجموعة العليا	20.9600	3.20780				
مركب2 غضب خارجي	المجموعة الدنيا	8.9200	3.46314	24	-7.133	0.00	دال
	المجموعة العليا	15.1600	2.67208				
الغضب الدرجة الكلية	المجموعة الدنيا	22.8000	1.77951	24	26.128-	0.00	دال
	المجموعة العليا	39.8000	2.72336				

من الجدول (30) يتضح أن قيم p الاحتمالية أصغر من 0,05 وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين مجموعتي أعلى الدرجات وأدناها، ما يقدم مؤشراً على قدرة المقياس التمييزية.

4-4-2-3. ثبات مقياس الغضب:

4-4-2-3-1.الثبات بطريقة ألفاكرونباخ:

تم حساب معاملات الارتباط بين درجات كل من البنود والدرجة الكلية لمقياس الغضب، وفي الجدول (31) عرض للنتائج:

الجدول (31) معاملات ثبات ألفاكرونباخ لأبعاد مقياس الغضب ومركبيه ودرجته الكلية

أبعاد المقياس	عدد البنود	معاملات ألفا كرونباخ
غضب نحو الآخرين	7	0.795
الغضب المتعلق بالشعور بالضعف	5	0.730
غضب نحو تغيرات الظروف	3	0.601
غضب من العجز نحو التغيرات	4	0.643
الآثار الفيزيولوجية للغضب	4	0.706
الدرجة الكلية	23	0.717
مركب 1 غضب داخلي يتضمن المقاييس (2+3+4)	12	0.670
مركب2 غضب خارجي يتضمن المقاييس (1+5)	11	0.815

من الجدول (31) نستنتج أن قيم ألفا كرونباخ بلغت0,717 للدرجة الكلية، وتراوحت بين (0,601 و0,815) وهي قيم يمكن الوثوق بها، وتشير إلى اتساق داخلي لمقياس الغضب.

4-4-2-3-2. الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

تم التحقق من الثبات بالتجزئة النصفية لمقياس الغضب بتوزيع البنود الـ23 إلى بنود فردية وأخرى زوجية بالنسبة للمقياس ككل، ثم حساب معاملات الارتباط بين نصفي المقياس على عينة قدرها(100) فرداً (خارج حدود عينة الدراسة الأساسية) باستخدام معامل جوتمان ومعادلة سبيرمان براون لتصحيح أثر التجزئة، والجدول(32) يوضح ذلك.

جدول (32) الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس الغضب وأبعاده الفرعية.

	عدد البنود	معامل التجزئة النصفية جوتمان	تصحيح اثر التجزئة سبيرمان براون
غضب نحو الآخرين	7	0.832	0.835
نقص تقدير الذات	5	0.675	0.716
غضب نحو تغيرات الظروف	3	0.513	0.535
غضب من العجز نحو تغيرات الظروف	4	0.642	0.652
الآثار الفيزيولوجية للغضب	4	0.607	0.607
الدرجة الكلية	23	0.703	0.712
مركب 1 غضب داخلي يتضمن المقاييس (2+3+4)	12	0.537	0.640
مركب2 غضب خارجي يتضمن المقاييس (1+5)	11	0.441	0.482

من الجدول (32) يتضح أن معاملات ثبات التجزئة النصفية لدرجة الغضب الكلية /0,712/ ، كما تراوحت قيمته لأبعاد المقياس ومركبيه بين / 0,482 و0,835 / وهي قيمة دالة ويمكن الوثوق بها.

ويتضح مما سبق أن مقياس الغضب يتمتع بدلالات الصدق والثبات، ما يجعله صالحاً للاستخدام كأداة للدراسة الحالية.

4-4-3. مقياس القلق الاجتماعي:

4-4-3-1. وصف مقياس القلق الاجتماعي:

تم إعداد مقياس القلق الاجتماعي لدى أبناء النازحين المراهقين، وذلك بعد الاطلاع على بعض المقاييس ذات الصلة ومراجعة مجموعة من الأدبيات والدراسات المرتبطة بالموضوع، والتي من أبرزها دراسة العاسمي (2012)، ودراسة رضوان (2001)، ودراسة حسين (2013)، و العاسمي (قائمة الخوف الاجتماعي والقلق)، ومقياس ليبويتز (Liebowitz,1987).

يتكون مقياس القلق الاجتماعي في صيغته النهائية من (28) عبارة مقسمة إلى خمسة أبعاد،(الملحق7)، هي:

- البعد الأول: قلق متعلق بالتواصل والمواجهة مع الآخر (6عبارات): ويتضمن العبارات ذات الأرقام: (3-20—23-25-27-28).
- البعد الثاني: قلق متعلق بالسلوكيات والأفكار التجنبية (5عبارات): ويتضمن العبارات ذات الأرقام: (5-17-22-24-26).
- البعد الثالث: قلق فيزيولوجي (6عبارات): ويتضمن العبارات ذات الأرقام: (4-6-7-12-13-14).
- البعد الرابع: قلق متعلق بالمكانة والقبول الاجتماعي (6عبارات): ويتضمن العبارات ذات الأرقام: (2-8-9-15-16-18).
- البعد الخامس: قلق متعلق بالتعبير عن الذات (5عبارات): ويتضمن العبارات ذات الأرقام:(1-10-16-19-21).

وتكون الإجابة عن كل عبارة ضمن ثلاثة بدائل هي: تنطبق دائماً– تنطبق أحياناً–لا تنطبق أبداً. وتنال الدرجات من(0-2)، ومن ثم تراوح درجة المفحوص من (0-56) درجة، وللتأكد من صلاحية هذا المقياس، استُخرجت معاملات الصدق والثبات اللازمة قبل تطبيقه على العينة الكلية في هذه الدراسة وذلك وفقاً للآتي:

4-4-3-2. التحقق من صدق مقياس القلق الاجتماعي :

4-4-3-2-1. الصدق المنطقي لمقياس القلق الاجتماعي:

قامت الباحثة بعرض مقياس القلق الاجتماعي على عدد من المحكمين (9 محكمين) من المتخصصين في علم النفس والقياس والتقويم في كلية التربية في جامعة دمشق (الملحق1 يبين أسماء السادة المحكمين)، وذلك للوقوف على سلامة البنود ومدى ارتباطها بالهدف العام للمقياس، وقدرتها على قياس الموضوع الذي أعدت لقياسه ومدى وضوح تعليمات المقياس، حيث أبدى السادة المحكمون آرائهم في فقرات المقياس، وبعد ذلك قامت الباحثة بإجراء التعديلات في ضوء مقترحاتهم، ويبين الملحق (6 مقياس القلق الاجتماعي بصورته الأولية قبل التحكيم) والملحق (7 مقياس القلق الاجتماعي بعد التحكيم وإجراءات الصدق والثبات).

جدول (33) أبعاد مقياس القلق الاجتماعي قبل وبعد التحكيم

أبعاد مقياس القلق الاجتماعي قبل عرض المقياس على المحكمين		أبعاد مقياس القلق الاجتماعي بعد عرض المقياس على المحكمين	
البعد الأول الفزيولوجي	7 بنود	البعد الأول الفزيولوجي	6 بنود
البعد الثاني سلوكي	14 بند	البعد الثاني سلوكي	10 بنود
البعد الثالث معرفي	9 بنود	البعد الثالث معرفي	10 بنود
		البعد الرابع السلوك المدرسي التجنبي	6 بنود
		البعد الخامس المعيشي الواقعي	8 بنود
المقياس ككل	**30 بند**	**المقياس ككل**	**36 بند**

جدول (34) العبارات التي تم حذفها وإضافتها في مقياس القلق الاجتماعي بعد التحكيم

البعد	العبارة التي تم حذفها	العبارات التي تمت إضافتها
الأول الفزيولوجي	أشعر بالقلق وعدم الاطمئنان عند غياب والديّ.	أشعر بالتوتر عندما أكون محل ملاحظ الآخرين.
الثاني السلوكي	أتردد بطلب المساعدة من الآخرين.	
	أجد صعوبة كبيرة في إيجاد الأصدقاء والمحافظة عليهم.	أجد صعوبة في إلقاء السلام على أشخاص يقطنون بجواري.
	يزداد توتري عندما أبتعد عن منزلي.	أميل للجلوس في الخلف في المناسبات الاجتماعية.
البعد الرابع المعرفي	أشعر بالقلق عن وجودي في موقف غير متوقع.	أجد صعوبة بالسيطرة على أفكاري في المواقف الاجتماعية.
	أشعر بعدم الرضا عن مظهري الشخصي.	قبل أن أدخل في موقف اجتماعي أكون مهموماً من احتمال فشلي في هذا الموقف.
		قبل الذهاب إلى مكان ما، أفكر بأنني سوف يحدث لي شيء مكروه.
البعد الرابع السلوك المدرسي التجنبي	لم يكن موجود قبل التحكيم	
البعد الخامس المعيشي(الواقعي)	لم يكن موجود قبل التحكيم	

جدول(35) العبارات التي تم تعديلها في مقياس القلق الاجتماعي بعد التحكيم

البعد	العبارة قبل عرض المقياس على المحكمين	العبارة بعد عرض المقياس على المحكمين
البعد الأول الفزيولوجي	يحمر وجهي خجلاً عندما أتعرض إلى موقف اجتماعي جديد	يحمر وجهي خجلاً عندما أتحدث مع الغرباء.
	أشعر بضيق التنفس في المواقف الاجتماعية.	أشعر بضيق التنفس عندما اضطر للكلام أمام مجموعة من الناس في المواقف الاجتماعية.
	أشعر بالدوار عند التواجد في مكان يقومون فيه بتصوير الموجودين.	نقل إلى بعد الخامس المعيشي
البعد الثاني السلوكي	أتردد عندما أسأل شخصاً عن شارع معين.	أتردد عندما أريد سؤال شخص ما عن موضوع معين.
	مشاركتي مع زملائي في المناسبات والحفلات المدرسية قليلة.	مشاركتي قليلة في المناسبات الاجتماعية.
	يزعجني التعبير عن رأيي أمام أشخاص لا أعرفهم جيداً.	أتردد في التعبير عن رأيي بصراحة ضمن مجموعة من الأفراد.
	عندما أجلس في مكان مزدحم أشعر بدافع قوي في ترك المكان.	أشعر برغبة ملحّة فيأن أرحل على الفور عند دخولي حجرة مكتظة بالناس فالعزلة تشعرني بالاستقرار والسكينة.
	أتجنب التحدث بصوت مسموع أثناء اجتماع أو مناقشة.	أشعر بالتوتر عندما أقرأ او أتكلم بصوتٍ عالٍ أمام الآخرين.
	أتجنب الإجابة على أسئلة المدرس داخل الصف	نقل إلى البعد الرابع السلوك المدرسي التجنبي
	في المدرسة أختار مكاناً في آخر الصف.	
	أشعر بالراحة عندما أتغيب عن المدرسة.	
	أتردد من دخولي الصف عند حضوري متأخراً.	
	أتجنب الإجابة على أسئلة المدرس داخل الصف	
البعد الثالث المعرفي	يزعجني الدخول إلى مكان مليء بالناس وينظرون إليّ.	يزعجني الدخول إلى مكان مليء بالناس وينظرون إليّ خشية عدم لباقة السلوك.
	ألاحظ أني افكر بأشياء ليس لها علاقة بالموقف الذي أكون فيه.	أفكر بأشياء ليس لها علاقة بالموقف الذي أكون فيه.

وبعد ذلك قامت الباحثة باستكمال إجراءات التحقق من صدق المقياس وثباته ، بإجراء التحليل العاملي لمقياس القلق الاجتماعي.

1. 4-3-2-2. صدق التحليل العاملي لمقياس القلق الاجتماعي :

تم التحقق من صدق البنية العاملية من خلال تحليل العامل الاستكشافي للمكونات الأساسية للبنود التي يتكون منها المقياس بصورته الأولية ، وقد بلغ عددها (35) عبارة، والذي طبق على عينة بلغ عـــدد أفرادها /100/ .

وكانت النتائج كما يلي:

تم تحديد تجانس عينة البحث وكفايتها من خلال تطبيق الاختبار الأول محك كايزرماير أولكن (Kaiser-Meyer- Olkin of Sampling Adequace Bartlett)؛وهو يختبر الفرضية القائلة إن مصفوفة الارتباط صادقة لما يجب أن تكون عليه.

ولا بد أن تكون قيمته أكبر من (0.05)، ولابد أن تكون قيمة الاحتمال لاختبار بارتليت أصغر من 0,05، وكانت النتائج كما يلي:

الجدول (36) نتائج محك (كايزرمايرأولكن) لإمكانية الإفادة من التحليل العاملي لمقياس القلق الاجتماعي

قيمة محك(كايزرومايير أولكن)r Kaiser-Meyer-Olkin		.608
محك بارتليت	قيمة كاي مربعChi-Square	1469.948
	درجة الحرية	595
	قيمة الاحتمال	.000

ويلاحظ أنَّ قيمة محك كايزر ماي اولكن أكبر من 0,05 كما أن قيمة الاحتمال لمحك بارتليت أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، ما يشير إلى إمكانية الإفادة من إجراء تحليل العامل الاستكشافي للبيانات قبل التدوير وبالتدوير المتعامد.

وقد أظهرت نتيجة تحليل العامل الاستكشافي قبل التدوير قيم الشيوع المنتزع والأولي بطريقة التحليل الاستكشافي قبل التدوير.

كما هو موضح في الجدول (37) :

الجدول (37) قيم الشيوع المنتزع والأولي للتحليل العاملي لبنود مقياس القلق الاجتماعي

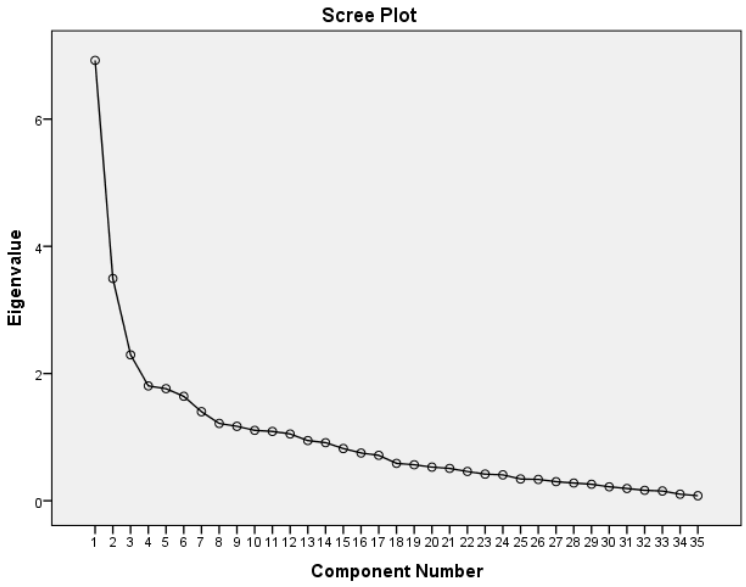
الشيوع					
الرقم	منتزع	أولي	الرقم	منتزع	أولي
س1	.777	1.000	س21	.759	1.000
س2	.602	1.000	س22	.688	1.000
س3	.701	1.000	س23	.704	1.000
س4	.710	1.000	س24	.576	1.000
س5	.649	1.000	س25	.784	1.000
س6	.791	1.000	س26	.754	1.000
س7	.826	1.000	س27	.678	1.000
س8	.661	1.000	س28	.692	1.000
س9	.747	1.000	س29	.745	1.000
س10	.708	1.000	س30	.712	1.000
س11	.729	1.000	س31	.649	1.000
س12	.658	1.000	س32	.652	1.000
س13	.746	1.000	س33	.813	1.000
س14	.648	1.000	س34	.715	1.000
س15	.793	1.000	س35	.612	1.000
س16	.754	1.000			
س17	.716	1.000			
س18	.688	1.000			
س19	.752	1.000			
س20	.767	1.000			

ومن الجدول(37) يتضح أن قيم الشيوع الأولية والمنتزعة قد تراوحت بين / 0,576 لـــــ 0,826/ وهي قيم مرتفعة ودالة يمكن الوثوق بها. وقد أظهرت قيم محك كاتل وفقاً لمعيار الجذر الكامن ونسبة التباين الكلي والمفسر لتحديد عدد العوامل المستخلصة النتائج التالية :

جدول (38) قيم محك كاتل لتحديد عدد العوامل المستخلصة لمقياس القلق الاجتماعي

العوامل	القيم الأولية			مجموع مربعات التشبعات		
	الجذر الكامن	%نسبة التباين	التباين التراكمي %	الجذر الكامن	%نسبة التباين	التباين التراكمي %
1	6.923	19.780	19.780	6.923	19.780	19.780
2	3.494	9.983	29.764	3.494	9.983	29.764
3	2.294	6.554	36.318	2.294	6.554	36.318
4	1.806	5.159	41.477	1.806	5.159	41.477
5	1.762	5.033	46.510	1.762	5.033	46.510
6	1.642	4.692	51.202	1.642	4.692	51.202
7	1.400	4.000	55.202	1.400	4.000	55.202
8	1.216	3.473	58.675	1.216	3.473	58.675
9	1.170	3.343	62.018	1.170	3.343	62.018
10	1.107	3.163	65.181	1.107	3.163	65.181
11	1.090	3.114	68.295	1.090	3.114	68.295
12	1.050	3.000	71.295	1.050	3.000	71.295
13	.946	2.703	73.998	.946	2.703	73.998

ونستنتج وفقاً لمحك كاتل وجود ثلاثة عشر /13/ عاملاً تشكل عوامل هامة للتشبع بمجموعة من البنود بحيث يبين التشبعات العاملية للبنود قبل التدوير، و تفسر ما قدره /71,295%/ من التباين التراكمي، وتراوح جذره الكامن بين /1,050و 6,923/ وهي أكبر من 1، كما في الشكل (5):



الشكل (5) البواقي المبعثرة للتحليل العاملي من الدرجة الأولى لبنود مقياس القلق الاجتماعي

من الشكل(5) يتضح وجود خمسة عوامل أكثر وضوحاً، وهي العوامل التي توفرت فيها شروط قبول العامل، ويوضح الجدول (39) النتائج كما يلي: *العبارات المظللة التي تم تضميها في كل عامل

الجدول (39) التشبعات العاملية لبنود مقياس القلق الاجتماعي في العوامل الأولية المستخلصة قبل التدوير

العبارات	العوامل				
	1	2	3	4	5
س1	.363			.406-	
س2	.527				
س3		.490	.327		
س4	.336	.529-	.359-		
س5	.564	.309			
س6	.647				
س7	.626				
س8	.646				
س9	.346				.503
س10	.657				
س11	.415	.447			
س12	.557				-.331-
س13		.480			
س14	.531				
س15	.356	469			.449
س16	.476				
س17	.582				
س18	.318	.366			
س19	.427		.305		
س20	.317	.487			
س21	.351	.365			-.328-
س22	.375		-.372-		.358
س23	.556		.394		
س24	.413	-.345-			
س25					
س26	.413			.463	
س27	.345	.445			
س28			.338	.368	.411
س29	.539		.495		
س30	.336	.532		-.344-	
س31	.529			-.378-	-.301-
س32	.463	.488			
س33			.713		
س34	.355	.333	-.352-		
س35	.391				
العدد	21	11			

ومن الجدول(39) يتضح أن التشبعات العاملية في عاملين فقط حققت شروط القبول، وهي 3 بنود كحد أدنى لعدد العبارات في كل عامل وتزيد تشبعاتها عن 0,30.

وقد اتضح عدم تشبع العبارة رقم 25 بأي من العوامل، ما أدى إلى حذفها. وتشبع العبارة 28 بالعامل الخامس، والعبارة 33 بالعامل الثالث والذي لم يحقق شروط قبول العامل، مما أدى إلى حذف العبارات(25،28،33). كما اتضح تشبع عدد من العبارات بعاملين، وقد اتخذ التشبع الأعلى أساساً لتضمينها ضمن العامل، وبذلك أصبح عدد بنود المقياس/32/عبارة، حيث تشبع العامل الأول بـ/21/عبارة، والعامل الثاني بـ/11/عبارة. وقد تم إجراء التحليل العاملي بعد التدوير المتعامد فيرمكس، والجدول(40) يوضح النتائج.

الجدول (40) التشبعات العاملية لبنود مقياس القلق الاجتماعي في العوامل الأولية المستخلصة بعد التدوير المتعامد

العبارات	العوامل				
	1	2	3	4	5
س1					
س2	.318				.330
س3					
س4				.488	
س5	.625			.317	.313
س6					
س7			.397	.348	
س8		.398			.306
س9					
س10		.356	.536		
س11			.715		
س12		.306		.564	
س13				.823	
س14			.330		.567
س15				.317	
س16	.387		.456		
س17			.639		
س18					
س19			.600	.354	
س20	-.372-			.514	
س21					
س22					.313
س23		.683			
س24				.356	

س25					
س26					.788
س27	.372				
س28					.548
س29		.750			
س30	.624				
س31		.402			
س32	.731				
س33		.741			
س34	.645				
س35	.520				
العدد	6	5	6	6	5

*العبارات المظللة التي تم تضميها في كل عامل

يتضح من التشبعات وضوح خمسة عوامل تنطبق عليها شروط قبول العوامل، وهي تشبعات عاملية بأكثر من 3 بنود تزيد عن 0,30.

وقد تبين عدم تشبع سبع عبارات وهي : (1، 3، 5، 9، 18، 21، 25) وهي التي تم حذفها. وقد تشبع العامل الأول ب ست عبارات، والعامل الثاني بخمس عبارات، والعامل الثالث بست عبارات والعامل الرابع بست عبارات، والعامل الخامس بخمس عبارات. وبذلك أصبح عدد عبارات المقياس (28عبارة). وفيما يلي عرض لها ضمن كل عامل مع البنود والتسميات السيكولوجية المقترحة وفقها.

جدول (41) التشبعات العاملية للتحليل العاملي لبنود مقياس القلق الاجتماعي بعد التدوير

رقم العبارة	العامل الأول القلق المتعلق بالتواصل و المواجهة مع الآخر	التشبع
32	أشعر بالدوار عند وجودي في مكان يتم فيه تصوير الموجودين لهدف إعلامي.	0.731
34	أجد صعوبة كبيرة في التعرف على أصدقاء جدد في المنطقة التي نزحت إليها.	0.645
5	أنزعج عندما ينظر إليّ أحد بشكل مباشر.	0.625
30	أشعر بتوتر شديد عند مناداتي من قبل مدير المدرسة للاستفسار عن شيء ما.	0.624
35	قبل الذهاب إلى مكان ما، أفكر بأنني سوف يحدث لي شيء مكروه.	0.52
27	يزعجني الدخول إلى مكان مليء بالناس وينظرون إليّ خشية عدم لباقة السلوك.	0.372

العامل الثاني القلق المتعلق بالأفكار والسلوكيات التجنبية		
29	أختار في المدرسة مكاناً في آخر الصف للابتعاد عن نظر المدرس	0.75
33	أفكر بأشياء ليس لها علاقة بالموقف الذي أكون فيه.	0.74
23	أشعر بالتوتر عندما أكون محل ملاحظة الآخرين.	0.683
31	قبل أن أدخل في موقف اجتماعي أكون مهموماً من احتمال فشلي في هذا الموقف.	0.402
8	أتوتر عندما أضطر لمساعدة أشخاص لا أعرفهم عند حدوث الكوارث.	0.398
العامل الثالث القلق الفيزيولوجي المتعلق بأحكام وأراء الآخرين		
11	أخاف من ملاحظة الناس لأعراض القلق التي تظهر علي مثل (تعرق أو احمرار الوجه أو ارتجاف....إلخ).	0.715
17	أتردد في دخولي للصف عند حضوري متأخراً.	0.639
19	أشعر بالتوتر الشديد عندما أضطر لإيجاد مصادر النجدة عند حدوث مشكلة ما.	0.6
10	أشعر بالغثيان عندما يطلب مني التحدث أمام الآخرين.	0.536
16	أخاف من إطلاق الأحكام عليّ من قبل الآخرين.	0.456
7	أتجنب الإجابة على أسئلة المدرس بشكل شفهي داخل الصف مع أنني أعرف الإجابة.	0.397
العامل الرابع القلق المتعلق بالمكانة والقبول الاجتماعي		
13	أميل للجلوس في الخلف في المناسبات الاجتماعية.	0.823
12	أشعر بضيق التنفس عندما اضطر للكلام أمام مجموعة من الناس في المواقف الاجتماعية.	0.564
20	أشعر بعدم تقدير الآخرين لي بعد النزوح.	0.514
4	أشعر بأنني مرفوض من قبل الآخرين.	0.488
24	أشعر بالوحدة في المجتمع الذي أقيم فيه مع النازحين.	0.356
15	أشعر بالتوتر عندما أقرأ أو أتكلم بصوتٍ عالٍ أمام الآخرين.	0.317

العامل الخامس القلق الفكري المتعلق بالتعبير عن الذات		
26	أجد صعوبة بالسيطرة على أفكاري في المواقف الاجتماعية.	0.788
14	أتردد عندما أريد سؤال شخص ما عن موضوع معين.	0.567
28	تتشتت أفكاري عندما أتحدث مع الآخرين.	0.548
2	أجد صعوبة في البدء بالحديث مع الآخرين.	0.33
22	أتردد في التعبير عن رأيي بصراحة ضمن مجموعة من الأفراد.	0.313

ومن ثم قامت الباحثة بإجراء التحليل العاملي من الدرجة الثانية للعوامل المستخلصة وكانت النتائج كما يلي:

لتحديد تجانس عينة البحث وكفايتها تم تطبيق الاختبار الأول محك(كايزرماير أولكن) (Kaiser-Meyer- Olkin of Sampling Adequace Bartlett)؛ وهو يختبر الفرضية القائلة إن مصفوفة الارتباط صادقة لما يجب أن تكون عليه، ولا بد أن تكون قيمة الاحتمال أكبر من (0.05)، والجدول(42) يوضح ذلك.

الجدول(42) نتائج محك (كايزرمايرأولكن) لإمكانية الإفادة من التحليل العاملي من الدرجة الثانية للعوامل المستخلصة لمقياس القلق الاجتماعي

قيمة محك (كايزرومايرأولكن)Kaiser-Meyer-Olkin		.728
محك بارتليت	كاي مربع Approx. Chi-Square	104.447
	Df درجة الحرية	10
	Sig. قيمة الاحتمال	.000

ويلاحظ أنَّ قيمة محك (كايزر ماي أولكن) أكبر من 0,05 كما أن قيمة الاحتمال لمحك بارتليت أصغر من مستوى الدلالة (0.05)، ما يشير إلى إمكانية إجراء تحليل العامل الاستكشافي للبيانات بعد التدوير المتعامد.

وقد أظهرت نتيجة تحليل العامل الاستكشافي بعد التدوير قيم الشيوع المنتزع والأولي بطريقة التحليل الاستكشافي من الدرجة الثانية بعد التدوير المتعامد(vermax) كما هو موضح في الجدول (43):

الجدول (43) قيم الشيوع المنتزع والأولي للتحليل العاملي للعوامل لمقياس القلق الاجتماعي

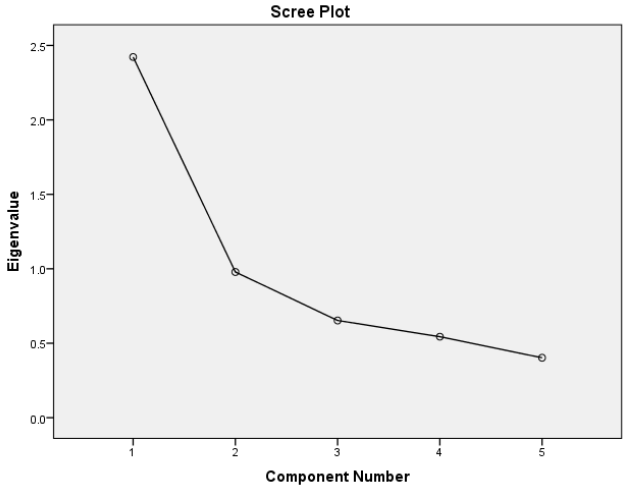
العوامل	الشيوع	
	متنزع	أولي
عامل1	.391	1.000
عامل2	.508	1.000
عامل3	.676	1.000
عامل4	.352	1.000
عامل5	.496	1.000

وقد أظهرت قيم محك كاتل وفقاً لمعيار الجذر الكامن ونسبة التباين الكلي والمفسر لتحديد عدد العوامل المستخلصة النتائج التالية:

جدول (44) الجدور الكامنة والتباين المفسر لتحليل العامل الاستكشافي من الدرجة الثانية لمقياس القلق الاجتماعي

العوامل	القيم الأولية			مجموع مربعات التشبعات		
	الجذر الكامن	%نسبة التباين	التباين التراكمي	الجذر الكامن	%نسبة التباين	التباين التراكمي
1	2.422	48.441	48.441	2.422	48.441	48.441
2	.979	19.572	68.013			
3	.653	13.058	81.071			

ونستنتج وفقاً لمحك كاتل وجود أربعة عوامل تشكل عوامل هامة للتشبع بمجموعة من العوامل، بحيث يبين التشبعات العاملية للعوامل بعد التدوير المتعامد، و تفسر ما قدره /48,441%/ من التباين التراكمي، وبلغ جذره الكامن / 2,422/ وهو أكبر من 1، وهذا ما يؤكده تمثيل البواقي المبعثرة في الشكل (6):



الشكل (6) البواقي المبعثرة للتحليل العاملي من الدرجة الثانية لعوامل مقياس القلق الاجتماعي

من الشكل(6) يتضح وجود عامل عام من الدرجة الثانية أكثر وضوحاً، وهي العوامل التي توفر فيها شروط قبول العامل وقد كانت النتائج قبل التدوير كما يلي :

جدول (45) التحليل العاملي من الدرجة الثانية للعامل العام المستخلص من مقياس القلق الاجتماعي

العوامل من الدرجة الأولى	العامل العام من الدرجة الثانية للقلق الاجتماعي
عامل1	.625
عامل2	.712
عامل3	.822
عامل4	.593
عامل5	.704

من الجدول (45) يتضح تشبع العوامل الخمسة بعامل عام من الدرجة الثانية وهو القلق الاجتماعي العام، وبذلك أصبح المقياس بصورته الأولية بعد إجراء التحليل العاملي الاستكشافي بطريقة المكونات الأساسية جاهزاً، حيث أصبح عدد بنوده /28/ عبارة متشبعة بخمسة عوامل فرعية ، و تشكل عاملاً عاماً للقلق الاجتماعي.

4-4-3-2-3. الصدق البنيوي (الارتباطات الداخلية) لمقياس القلق الاجتماعي:

تم حساب معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية لمقياس القلق الاجتماعي ودرجته الكلية للتحقق من صدق التكوين الفرضي بطريقة معاملات الارتباط بيرسون.

الجدول (46) معاملات ارتباط بيرسون بين درجات الأبعاد الفرعية لمقياس القلق الاجتماعي والدرجة الكلية

المقياس	قلق التواصل	قلق الأفكار التجنبي	قلق فيزيولوجي	قلق المكانة الاجتماعية	قلق التعبير عن الذات	الدرجة الكلية
قلق التواصل	1					
قلق الأفكار التجنبي	.569**	1				
قلق فيزيولوجي	.562**	.616**	1			
قلق المكانة الاجتماعية	.676**	.638**	.535**	1		
قلق التعبير عن الذات	.478**	.453**	.554**	.410**	1	
الدرجة الكلية	.829**	.818**	.805**	.836**	.706**	1

** دال عند مستوى الدلالة 0.01 ، *دال عند مستوى الدلالة 0,05.

يستنتج من الجدول(46) أن معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس القلق الاجتماعي ودرجته الكلية دالة إحصائياً، ويمكن الوثوق بها، ما يقدم دليلاً على صدق الارتباطات الداخلية للمقياس المعد.

4-4-3-2-4. الصدق التمييزي (المجموعات الطرفية) لمقياس القلق الاجتماعي:

تم التحقق من الصدق التمييزي لمقياس القلق الاجتماعي من خلال تطبيقه على عينة قوامها/100/فرداً، وبعدها تم أخذ الربع الأعلى من درجات المفحوصين الذين بلغ عدهم /25/ فرداً ومقارنتها مع الربع الأدنى والذي بلغ /25/ فرداً، ليصبح عدد أفراد العينة /50/، ومن ثم تم تقدير الفروق بين كلا المجموعتين، وذلك بحساب الفروق بين متوسطات درجات عينتين مستقلتين.

والجدول (47) يوضح النتائج:

جدول (47) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية وقيمة(ت) للمجموعتين العليا والدنيا لمقياس القلق الاجتماعي

الأبعاد		العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	ت ستودنت	قيمة p الاحتمالية	القرار
قلق التواصل	المجموعة الدنيا	25	4.3600	1.68028	24	-8.739	0.00	دال
	المجموعة العليا	25	8.3200	1.51987				
قلق الأفكار التجنبي	المجموعة الدنيا	25	2.5600	1.32539	24	-15.110	0.00	دال
	المجموعة العليا	25	7.8000	1.11803				
قلق فيزيولوجي	المجموعة الدنيا	25	4.3200	1.24900	24	-9.735	0.00	دال
	المجموعة العليا	25	8.5200	1.75879				
قلق المكانة الاجتماعية	المجموعة الدنيا	25	4.2400	1.05198	24	-15.390	0.00	دال
	المجموعة العليا	25	10.0800	1.57903				
قلق التعبير عن الذات	المجموعة الدنيا	25	3.5200	1.26227	24	-8.892	0.00	دال
	المجموعة العليا	25	7.2800	1.69607				
القلق الاجتماعي العام	المجموعة الدنيا	25	19.0000	2.66145	24	-25.877	0.00	دال
	المجموعة العليا	25	42.0000	3.55903				

من الجدول(47) يتضح أن قيم p الاحتمالية أصغر من 0,05، ما يؤكد وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين العليا والدنيا لمقياس القلق الاجتماعي، ما يقدم مؤشراً على قدرة المقياس التمييزية.

4-4-3-3.ثبات مقياس القلق الاجتماعي:

4-4-3-3-1. ثبات بطريقة ألفاكرونباخ الاتساق الداخلي:

تم حساب معاملات الارتباط بين درجات كل بعد من أبعاد مقياس القلق الاجتماعي مع درجته الكلية، والجدول (48) يوضح ذلك.

الجدول (48) قيم ألفا كرونباخ للأبعاد والدرجة الكلية لمقياس القلق الاجتماعي

الأبعاد	عدد البنود	معاملات ألفا كرونباخ
قلق التواصل	6	0.702
قلق الأفكار التجنبي	5	0.729
قلق فيزيولوجي	6	0.676
قلق المكانة الاجتماعية القبول	6	0.701
قلق التعبير عن الذات	5	0.718
القلق الاجتماعي العام	28	0.731

من الجدول (48) نستنتج أن قيم ألفا كرونباخ قد بلغت / 0,731/ للقلق الاجتماعي العام، وتراوحت بين (0,676 و0,729)، وهي قيم يمكن الوثوق بها، وتشير إلى اتساق داخلي لمقياس القلق الاجتماعي.

4-4-3-3-2. الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

تم التحقق من الثبات بالتجزئة النصفية لمقياس القلق الاجتماعي بتوزيع البنود الـ28 إلى بنود فردية وأخرى زوجية بالنسبة للمقياس ككل، ثم حساب معاملات الارتباط بين نصفي المقياس على عينة قدرها (100) فرد (خارج حدود عينة الدراسة الأساسية) باستخدام معامل جوثمان ومعادلة سبيرمان براون لتصحيح أثر التجزئة. "معامل ارتباط التجزئة النصفية جوثمان ومعادلة سبيرمان براون لتصحيح أثر التجزئة بين النصفين والدال إحصائياً ويقدم دليل على الاتساق الداخلي واعتباره دليل على ثبات المقياس"(علام،2002، ص173).

والجدول(49) يوضح ذلك.

جدول (49) الثبات بطريقة التجزئة النصفية لمقياس القلق الاجتماعي وأبعاده الفرعية

الأبعاد	عدد البنود	معامل التجزئة النصفية جوثمان	تصحيح أثر التجزئة سبيرمان براون
قلق التواصل	6	0.560	0.566
قلق الأفكار التجنبي	5	0.486	0.494
قلق فيزيولوجي	6	0.693	0.783
قلق المكانة الاجتماعية القبول	6	0.621	0.623
قلق التعبير عن الذات	5	0.595	0.600
القلق الاجتماعي العام	28	0.875	0.875

من الجدول (49) يتضح إن معاملات ثبات التجزئة النصفية لدرجة المقياس الكلية قد بلغت/0,875/، وقد تراوحت بين /0,494 و 0,783/ لمقاييسه الفرعية، وهي قيم دالة عند مستوى دلالة 0.01 ويمكن الوثوق بها.

وبذلك أصبح المقياس جاهزاً لتطبيقه على العينة الأساسية بهدف الإجابة عن أسئلة الدراسة وفرضياتها.

4-5.الأساليب الإحصائية المستخدمة :

تم استخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية Spss في انجاز الدراسة، حيث استخدمت الأساليب الإحصائية التالية:

4-5-1. التحقق من الصدق والثبات:

1-تحليل العامل الاستكشافي بطريقة المكونات الأساسية للتحقق من الصدق البنيوي.

2-معاملات الارتباط بيرسون للتحقق من صدق البنية الداخلية.

3-قانون ت ستيودنت لعينتين مستقلتين للتحقق من الصدق التمييزي بين مجموعتي أعلى الدرجات وأدناها.

4-معادلة ألفا كرونباخ للتحقق من ثبات الاتساق الداخلي.

5-معادلة جوثمان للتجزئة النصفية، سبيرمان بروان لتصحيح التجزئة لحساب ثبات التجزئة.

4-5-2. استخلاص النتائج :

1-مقاييس النزعة المركزية والتشتت للتحقق من اعتدالية توزيع درجات أفراد العينة الأساسية.

2- التكرارات والنسب المئوية لتحديد مستويات الدرجات وفقاً لمتغيرات الدراسة (سلوك هازم للذات، غضب، قلق اجتماعي).

3-معادلة الانحدار الخطي المتعدد للتنبؤ، وتقدير قيمة المتغير التابع السلوك الهازم من المتغيرات المستقلة الغضب والقلق الاجتماعي.

4-معامل الارتباط بيرسون لحساب العلاقة بين المتغيرات التابعة والمستقلة.

5-قانون ت ستيودنت لعينتين مستقلتين لحساب الفروق بين متوسطات الدرجات وفق المتغير التصنيفي (الجنس)، ومتغير الشدة (مرتفع ومنخفض السلوك الهازم في الغضب والقلق).

6-تحليل التباين الأحادي ANOVA لحساب الفروق وفقاً للمتغير التصنيفي السنة الدراسية

7- تحليل التباين المتعدد MANOVA لحساب أثر التفاعل بين المتغيرات المستقلة والتابعة.

8- رسوم بيانية توضيحيه.

الفصل الخامس

مناقشة نتائج الدراسة وتفسيرها

5-1. التحقق من اعتدالية التوزيع.

5-2. نتائج أسئلة الدراسة.

5-3. نتائج فرضيات الدراسة وتفسيرها.

5-4. ملخص نتائج الدراسة.

5-5. مقترحات الدراسة.

مقدمة:

يتضمن الفصل الحالي عرضاً مفصلاً لنتائج الدراسة، متمثلة بالإجابة عن أسئلة وفرضيات الدراسة، وتفسيرها، ومناقشتها في ضوء الأدبيات والدراسات السابقة.

5-1. التحقق من اعتدالية التوزيع :

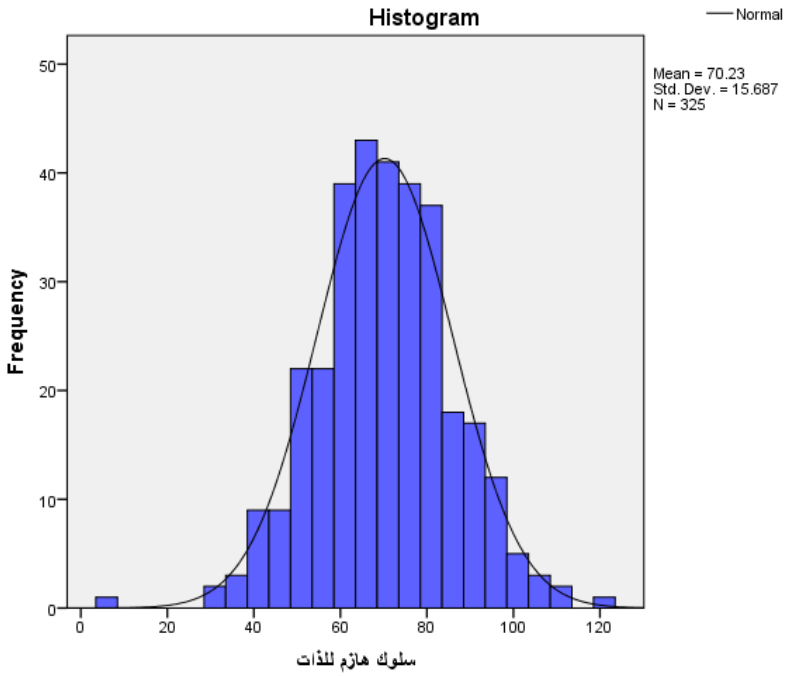
قبل الإجابة عن فرضيات الدراسة وأسئلتها قامت الباحثة بالتحقق من اعتدالية توزيع الدرجات على المقاييس الثلاثة (السلوك الهازم للذات- الغضب-القلق الاجتماعي)، لتحديد طبيعة القوانين الإحصائية القابلة للاستخدام، وإمكانية تعميم النتائج التي سيتم استخلاصها، والجدول (50) يوضح النتائج:

جدول (50) التحقق من اعتدالية التوزيع لدرجات أفراد العينة على المقاييس الثلاثة (السلوك الهازم للذات- الغضب-القلق الاجتماعي)

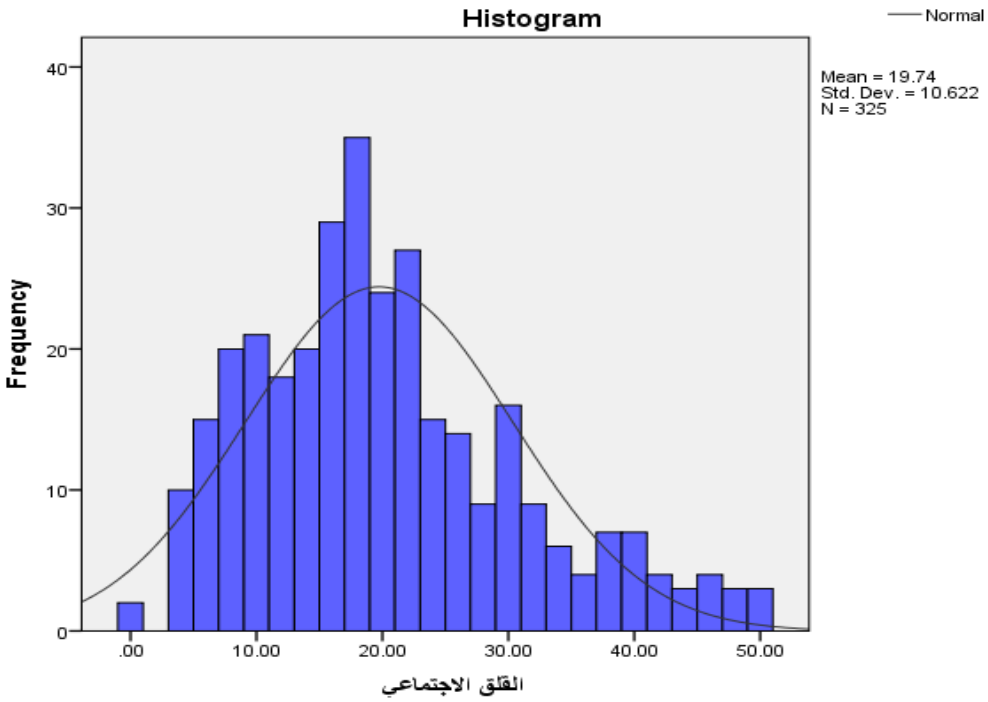
	اختبار كولموغروف وسميرنوف	الالتواء	الخطأ المعياري للالتواء	التفلطح	الخطأ المعياري للتفلطح	المتوسط	الخطأ المعياري للمتوسط
السلوك الهازم الذات	.200*	-0.075	0.135	0.597	0.270	70.230	0.870
القلق الاجتماعي	.000	0.698	0.135	0.066	0.270	19.735	0.589
الغضب داخلي	.000	-0.031	0.135	-0.900	0.270	11.843	0.280
الغضب الخارجي	.000	0.302	0.135	-0.438	0.270	10.246	0.232
الغضب العام	0.002	0.173	0.135	-0.605	0.270	22.08	0.467

*دال عند مستوى الدلالة 0,05

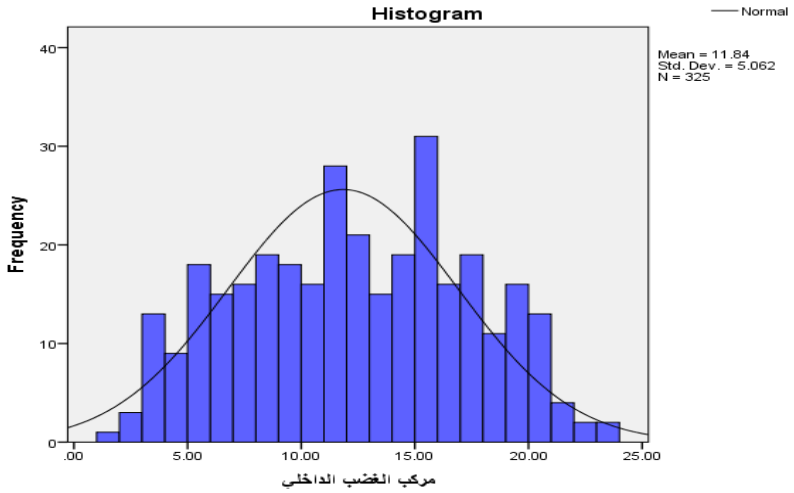
ومن الجدول (50) وبالنظر لقيم اختبار اعتدالية التوزيع "كولموغروف وسميرنوف" تبين أنها أكبر من 0,05 على مقياس السلوك الهازم، ما يؤكد اعتدالية التوزيع، في حين كان لابد من تقديم المزيد من الأدلة لكل من مقياس القلق الاجتماعي ومقياس الغضب من خلال قيم الالتواء والتفلطح، ولتحقق شرط اعتدالية التوزيع لابد أن يتراوح معامل الالتواء الطبيعي بين /+1،-1 / ويتراوح معامل التفلطح الطبيعي بين /+3، - 3/ أي أن الالتواء والتفلطح بقيمهما أساسيان للحكم على اعتدالية التوزيع (فهمي، 2005، ص 200). ويلاحظ أن الالتواء والتفلطح في كل من مقاييس الغضب بمركباته ودرجت الكلية والقلق الاجتماعي تقع ضمن الحدود الطبيعية ، وبذلك يمكن القول إن درجات أفراد العينة على المقاييس الثلاثة تقترب من التوزيع الطبيعي. والأشكال رقم (7) و (8) و (9) و (10) و (11) توضح ذلك:



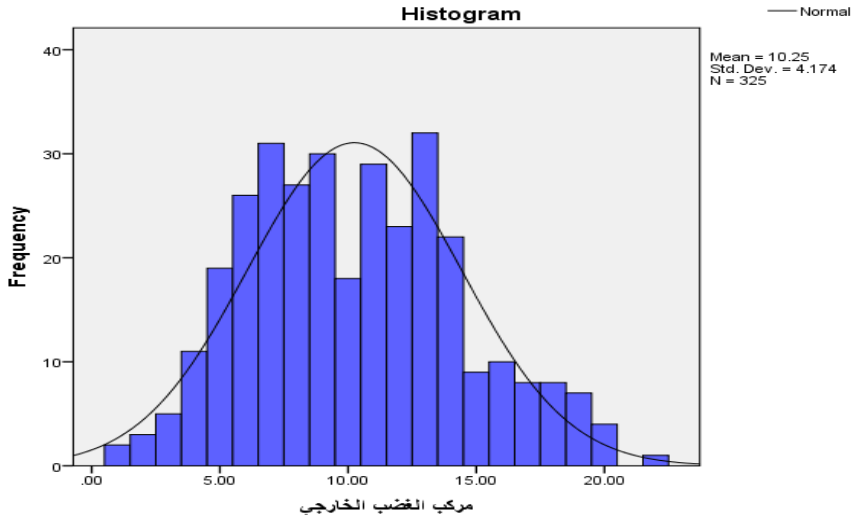
الشكل (7) اعتدالية توزيع درجات الأفراد على مقياس السلوك الهازم للذات



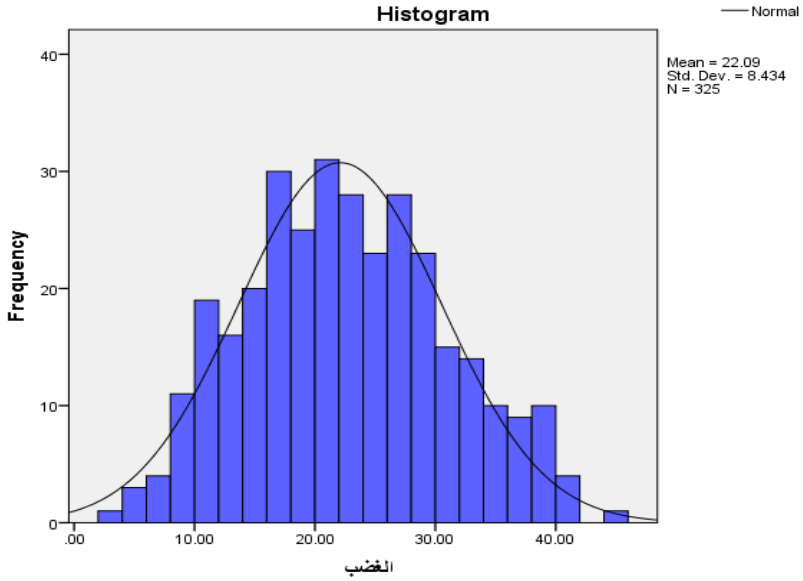
الشكل (8) اعتدالية توزيع درجات أفراد العينة على مقياس القلق الاجتماعي



الشكل (9) اعتدالية توزيع درجات أفراد العينة على مركب الغضب الداخلي



الشكل (10) اعتدالية توزيع درجات أفراد العينة على مركب الغضب الخارجي



الشكل (11) اعتدالية توزيع الغضب العام

وبذلك تم تحديد طبيعة القوانين الإحصائية المناسبة للإجابة عن أسئلة وفرضيات الدراسة، حيث ستقوم الباحثة باعتماد القوانين المناسبة متمثلة بقانون معامل الارتباط بيرسون، وقانون ت ستيودنت، وتحليل التباين الأحادي أنوفا، وتحليل الانحدار المتعدد.

5-2. نتائج أسئلة الدراسة:

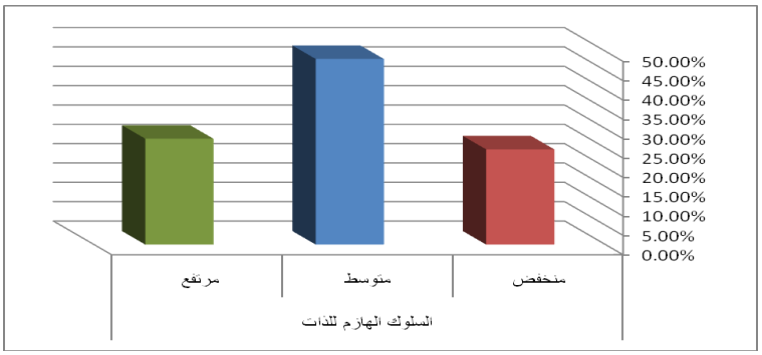
5-2-1. ما مستوى السلوك الهازم للذات لدى أفراد عينة الدراسة؟

تم التحقق من مستوى السلوك الهازم للذات لدى أفراد العينة عن طريق تحديد الإرباعيات وفقاً لدرجات أفراد العينة، والجدول (51) يوضح النتائج :

الجدول (51) الارباعيات لدرجات السلوك الهازم للذات

المتوسط		70.23		
الانحراف المعياري		15.687		
الإرباعيات		موقع الربيع	مدى الدرجات المقابلة	عدد الأفراد
الربيع الأول	25	81	(60 -6)	80
الربيع الثاني	50	242-80	(79-61)	156
الربيع الثالث	75	243	(119-80)	89
المجموع				325

من الجدول (51) يتضح أن أفراد العينة يظهرون مستوى متوسط من السلوك الهازم للذات بلغت نسبته (48%)، في حين بلغت نسبة أفراد العينة ممن حصلوا على سلوك هازم للذات مرتفع (27,38%) وهم(89) فرداً ممن تراوحت درجاتهم بين (80-119)، وهي نسبه أعلى من منخفضي سلوك الهازم للذات والشكل(12) يوضح ذلك:



الشكل (12) مدى انتشار السلوك الهازم للذات لدى أفراد العينة

استناداً إلى الربيعات نجد أن متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس السلوك الهازم للذات بلغ (70.23)، وهذا يعني أن السلوك الهازم للذات لدى المراهقين النازحين يقع ضمن المستوى المتوسط أي في الربيع الثاني الذي تتراوح فيه الدرجات بين(61-79)، حيث تختلف هذه النتيجة عن نتيجة دراسة (شحادة، 2019) التي أكدت ارتفاع مستوى السلوكات الهازمة للذات لدى طلاب المرحلة الثانوية، وكذلك تختلف عن دراسة (محمد،2016) التي وجدت مستوى عالاً من السلوك الانهزامي لدى طالبات الجامعة، ودراسة (Schill et al.,1992) التي أكدت على إن السلوكات الهازمة للذات منتشرة بشكل مرتفع لدى المراهقين.

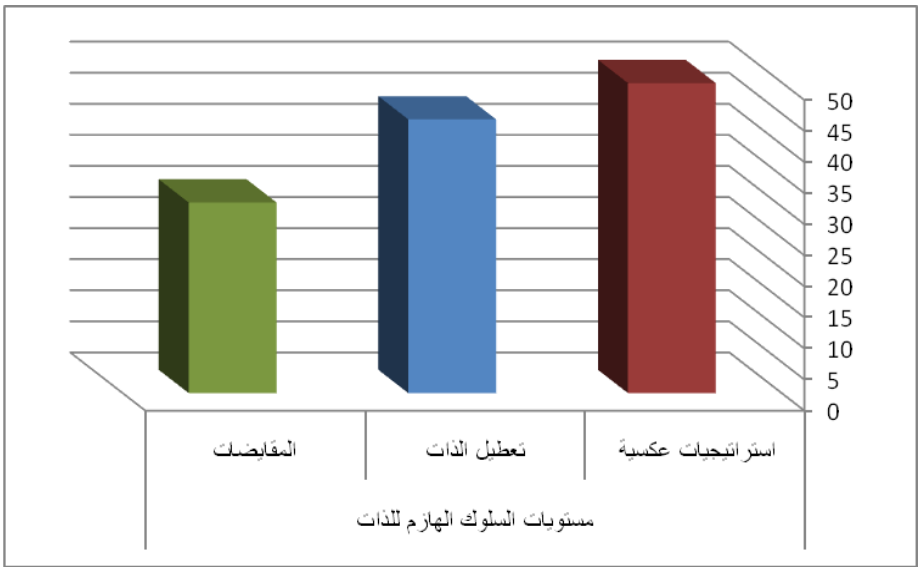
إلا أن نسبة الذين حصلوا على درجات مرتفعة من السلوك الهازم للذات بلغت (27,38%)، هي نسبة ليست قليلة بالنسبة للمراهقين وتؤخذ بعين الاعتبار ويجب عدم إغفالها، ويمكن تفسير هذه النتيجة برأي الباحثة وتبعاً لملاحظة مرشدي النازحين ومدرسيهم في المدارس، ووفقاً لما عبرَّ عنه بعض المشرفين في مراكز الإيواء، أن فئة المراهقين النازحين هم الفئة الأكثر تأثراً بالأحداث الضاغطة، والأكثر معاناةً من العوامل البيئية والانفعالية التي جعلتهم عرضة للأخطار، ووقفت عثرة أمام عملية تكيفهم، فقد عانوا في بداية انتقالهم المفاجئ إلى البيئة الجديدة من صدمة شديدة حملت في طياتها الكثير من الخوف والقلق، فهم لم يمتلكوا استعداداً نفسياً ولا فكرياً مسبقاً للانتقال وترك منازلهم، بالإضافة إلى المعاناة من صدمات شديدة أثناء رحلة النزوح، وبذلك نجد المراهقين النازحين ــ بعد ثمان سنوات من الحرب في سوريا ــ قد عاشوا طفولة قاسية معذبة، حرموا خلالها التمتع بالأمن والسلامة البدنية وضرورات الحياة الأساسية، بما في ذلك الغذاء والمياه النظيفة والمأوى والملبس الملائم والخدمات الصحية، وما إلى ذلك من حقوق، وقد تعرضوا أثناء فرارهم لفقدان ممتلكاتهم ووثائقهم، وأيضا فقدان دعم أفراد الأسرة والمحيطين وشبكات المجتمع المحلي، الأمر الذي جعلهم يشعرون بالرفض وعدم الاهتمام والتقبل من قبل الآخرين وعدم الرعاية والحماية اللازمة لهم، ما كوّن لديهم أفكاراً لاعقلانية ومعتقدات مدمرة للذات تم تعزيزها من المحيط الذي نشأ فيه المراهقون النازحون، ودفعتهم لسلوكات من شأنها أن تزيد تعاطف الآخرين، وتجبرهم على العناية بهم، فالخوف من الهجر والفقدان الذي نشأ عند المراهقين خلال الطفولة قد تمت معالجته بأنماط من السلوك الهازم للذات، فأصبحت نمطاً ثابتاً للتعامل مع المواقف المختلفة، ويمكن تفسير هذا من خلال ما أشار إليه" باومستر وسيشر" من أن السلوكات الهازمة للذات هي ملاذ لمن تعرض لإهمال أو نقص عاطفي أو إساءة معاملة في مراحل حياته الأولى، فيلجأ إلى هذه السلوكات لتعويض هذا

النقص"(شحادة،2019،ص145)، فأنماط السلوك الهازم للذات تحقق نتائج نفسية سلبية طويلة الأجل (مثل الاكتئاب والقلق والضيق) لفوائد فورية قصيرة الأمد (على سبيل المثال ضمان تقبل الآخرين وتقديم الرعاية) (Baumeister & Scher, 1988)، وبذلك يميلون إلى الاحتفاظ بنموذج عمل سلبي للذات واستخدام رد فعل مبالغ فيه للمشاعر السلبية من أجل الحصول على الدعم من الآخرين وضمان توفر مقدمي الرعاية، ويمكن النظر إلى هذه الإستراتيجية على إنها إستراتيجية فطرية للبقاء عند الأطفال عندما يكون لديهم شعور بالإهمال، وأن الآخرين غير حساسين لاحتياجاتهم، لكن "إستراتيجية البقاء" هذه قد تصبح مشكلة عندما يستخدمها الأفراد باستمرار وبصورة صارمة عبر جميع العلاقات بين الأشخاص في مرحلة البلوغ لضمان اهتمام الآخرين وتقديرهم وتقبلهم (Wei and Ku, 2007, P297)، ما قد يؤدي في النهاية إلى شعور الآخرين بالضجر ورد فعل سلبي تجاه هؤلاء الأفراد عن طريق الابتعاد عنهم، فيبدأ بلوم ذاته وتزداد الأفكار اللاعقلانية والمعتقدات المدمرة للذات، ومن ثم تدفعه إلى سلوك هازم للذات، وبذلك يكون قد دخل في حلقة مفرغة من الأفكار اللاعقلانية المعطلة للذات والإستراتيجيات العكسية والمقايضات الهازمة، وهذا ما يؤدي إلى انتشار أنماط من السلوك الهازم للذات لدى المراهقون من أبناء النازحين.

جدول (52) مجموع التكرارات والنسب المئوية لمستويات مقياس السلوك الهازم للذات

أبعاد		منخفض		متوسط	مرتفع		
		غير موافق مطلقاً	غير موافق	عادي	موافق	موافق بشدة	المجموع
مقايضات	تكرار	778	1141	1212	1088	298	4517
	نسبة%	17.22%	25.26%	26.83%	24.08%	6.60%	100%
إستراتيجيات عكسية	تكرار	429	757	1265	1707	717	4875
	نسبة%	8.8%	15.52%	25.95%	35.14%	14.76%	100%
تعطيل ذات	تكرار	150	322	437	575	141	1625
	نسبة%	9.23%	19.82%	26.89%	35.38%	8.67%	100%
الدرجة الكلية	تكرار	1357	2220	2914	3370	1156	11017
	نسبة%	12.31%	20.15%	26.45%	30.60%	10.50%	100%

من الجدول(52) يتضح أن أعلى مستويات السلوك هازم للذات في الاستراتيجيات العكسية، وقد بلغت(49,9%)، ومن ثم تعطيل الذات وقد بلغت(44,05%)، يليه المقايضات وقد بلغت (30,68%)، والشكل(13) يوضح ذلك.



الشكل (13) مستويات أبعاد مقياس السلوك الهازم للذات لدى أفراد العينة

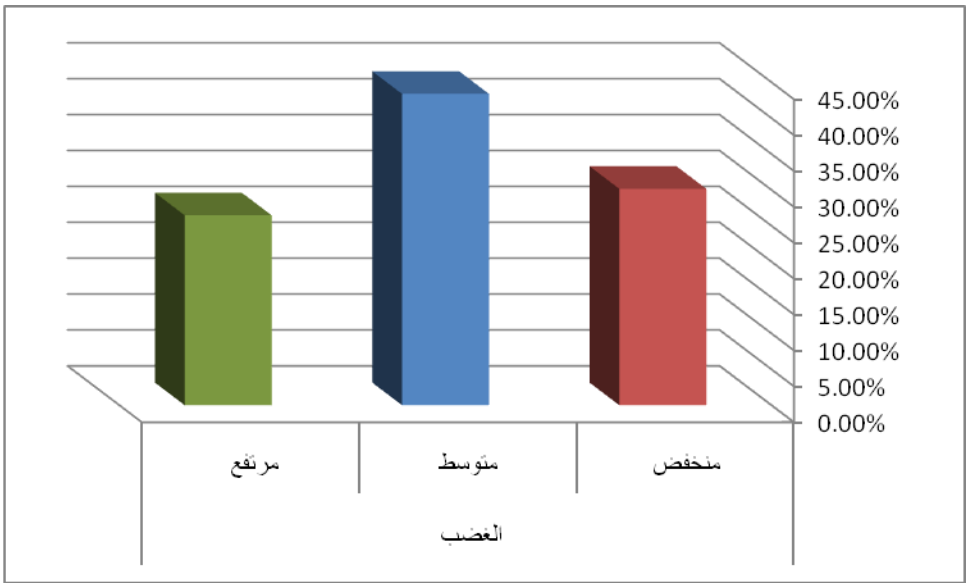
5-2-2. ما مستوى الغضب لدى أفراد عينة الدراسة؟

تم التحقق من مستوى الغضب لدى أفراد العينة عن طريق تحديد الإرباعيات وفقاً لدرجات أفراد العينة، والجدول (53) يوضح النتائج:

الجدول (53) الإرباعيات لدرجات الغضب

المتوسط		22.09			
الانحراف المعياري		8.434			
الإرباعيات		موقع الربيع	مدى الدرجات المقابلة	عدد الأفراد	(نسبة%)
الربيع الأول	25	81	(16-3)	98	30.15%
الربيع الثاني	50	242-80	(27-17)	141	43.38%
الربيع الثالث	75	243	(44 -28)	86	26.46%
المجموع				325	100%s

من الجدول (53) يتضح أن أعلى نسبة للغضب تقع ضمن المستوى المتوسط والتي بلغ (43,38%) وتضمن 141 من أفراد العينة، في حين بلغت نسبة مرتفعي الغضب (26.46%) وهي أقل من نسبه منخفضي الغضب والتي بلغت (30.15%) والشكل (14) يوضح ذلك.



الشكل (14) مستويات الغضب لدى أفراد العينة

استناداً إلى الربيعات نجد أن متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الغضب بلغ (22.09)، وهذا يعني أن الغضب لدى المراهقين النازحين يقع ضمن المستوى المتوسط أي في الربع الثاني الذي تتراوح فيه الدرجات بين (17-27)، أي أن أفراد العينة لديهم مستوى متوسط من الغضب، وتختلف هذه النتيجة عن دراسة (الدوسري،2012) الذي وجد أن هناك انخفاضاً في درجة الغضب كسمة وكحالة لدى طالبات الجامعة، وتختلف مع دراسة (وادي، 2016) التي أظهرت ارتفاع نسبة الغضب عند طلاب المرحلة الإعدادية.

على الرغم من "أن الغضب من الانفعالات البارزة في مرحلة المراهقة، ويظهر له أهمية خاصة وحرجة في حياة المراهق"(Lowth, 2015, P19)، إلا أن يمكن تفسير توسط نسبة الغضب لدى أفراد عينة الدراسة، بأنه يوجد اختلاف بين الأفراد في طرق تعبيرهم واستجابتهم للغضب، فبعضهم ينكر الغضب ويقوم بكبته؛ ما يؤدي إلى الاكتئاب والأمراض النفس–جسمية، وقد يكون على شكل انسحاب وهروب وعزلة عن الآخرين، وبعضهم قد يكون لديه على شكل لوم للذات أو الآخرين، أو من خلال الانفجار واستخدام العنف وتوجيهه للأشياء والآخرين (أسعد،1987،ص89)، وأحياناً كثرة الصراعات والتحديات التي تواجه المراهق النازح وقلة الخبرة في التعامل مع مواقف الغضب، تشعره بالخوف من إظهار غضبه فيقوم بتحويله للداخل، أي كبته، فيزداد لديه الغضب الموجه نحو الذات، كما يمكن أن يتناقض الغضب كعاطفه حثيثة متجذرة في علم الأحياء مع الغضب كجزء لا يتجزأ من الحفاظ على الكرامة والعمل العادل، بالتالي يقمع الناس غضبهم في

بعض الأحيان، إما خوفاً من عواقب المواجهة وإيثاراً للسلامة والحفاظ على المصالح من الأذى، أو بسبب مشاعر ضعف تجاه الآخر ناشئ عن التربية التسلطية التي تفرض الرضـــوخ والســـكوت والانصياع، حيث ليس في اليد حيلة. قد يتراكم الغضب، ولا يجد تصريفاً ملائمـــاً لـــه، ويســـبب المرض الذي هو نتاج دمار نفسي داخلي، ومن أخطار قمع الغضب أنه قد ينفجر في مكان آخـــر غير موضعه الأصلي (حجازي، 2015)، فيتوجه الغضب نحو الذات ويصبح الغضب داخلياً.

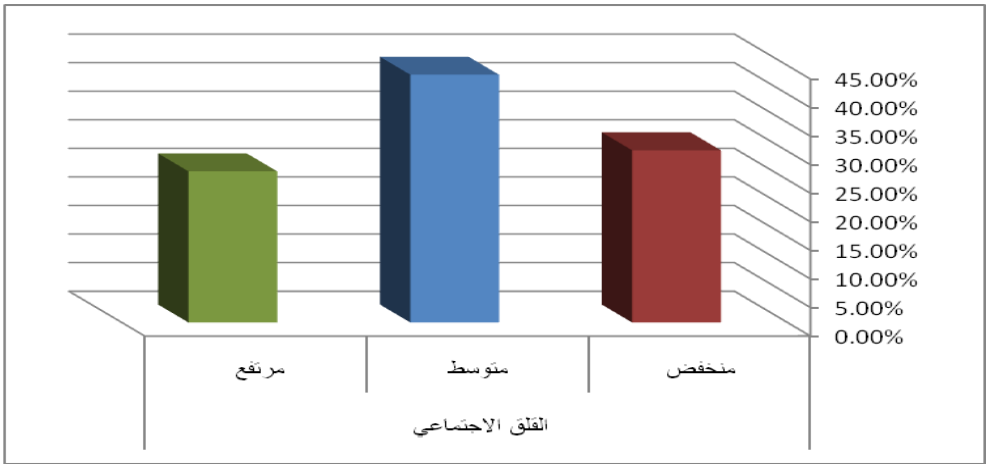
5-2-3. ما مستوى القلق الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة؟

تم التحقق من مستوى القلق الاجتماعي لدى أفراد العينة عن طريق تحديد الإرباعيات وفقاً لدرجات أفراد العينة، والجدول (54) يوضح النتائج:

الجدول (54) الارباعيات لدرجات القلق الاجتماعي

المتوسط		19.74			
الانحراف المعياري		10.622			
الإرباعيات		موقع الربيع	مدى الدرجات المقابلة	عدد الأفراد	(نسبة%)
الربيع الأول	25	81	(12-0)	85	26.15%
الربيع الثاني	50	242-80	(24- 13)	151	46.46%
الربيع الثالث	75	243	(50- 25)	89	27.38%
المجموع				325	100%s

من الجدول(54) يتضح أن أفراد العينة يظهرون مستوى متوسط من القلق الاجتماعي بلغـــت نسبته (46.46%)، في حين بلغت نسبة أفراد العينة ممن حصلوا على قلـــق اجتمـــاعي مرتفـــع (27,38%)، أما نسبة الذين حصلوا على قلق الاجتماعي منخفض فبلغت(26.15%)، والشـــكل (15) يوضح ذلك.



الشكل (15) مستويات القلق الاجتماعي لدى أفراد العينة

استناداً إلى الربيعات نجد أن متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس القلق الاجتماعي بلغ (19.74)، وهذا يعني أن القلق الاجتماعي لدى المراهقين النازحين يقع ضمن المستوى المتوسط أي في الربيع الثاني، الذي تتراوح فيه الدرجات بين (13–24)، أي أن أفراد العينة لديهم مستوى متوسط من القلق الاجتماعي، تتفق هذه النتيجة مع دراسة الخاتمي(Alkhathami, 2015) التي أكدت على أن المراهقون يعانون من القلق الاجتماعي على مستوى ضعيف إلى متوسط، وتختلف عن دراسة روسيل وتوبام (Russell&Topham, 2012).

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن المراهقين النازحين يتنازعهم شعور بالانتماء إلى المكان، وذلك بعد مضي ثمان سنوات على النزوح، فمن الصعوبة البالغة الحياة كضيوف في مكان مضى على العيش في سنوات، فقد تكيفوا مع الأوضاع الجديدة والظروف المحيطة ولم تعد تشكل لهم مصدر خوف أو توتر، إلا أنه في كثير من الأحيان ينتابهم شعور بالإحباط مما قد يتعرضون له من سخرية أو مضايقات من جانب الشبان المحليين والأقران في المحيط، فيظهر لديهم قلق اجتماعي في بعض المواقف ناتج عن الخوف من التقييم السلبي من قبل الآخرين والتشوه الادراكي لمواقف التفاعل الاجتماعي وتجنبها، فضلاً عن ضعف الفعالية الذاتية ومشاعر القصور والعجز في أداء السلوكيات التي تتيح التكيف مع الحياة اليومية بالنسبة للمراهقين (الشريف، 2014)، فلدى وصول المراهقين إلى مراكز الإيواء كان الكثير منهم قد فقدوا منازلهم، وشعورهم بأنه ليس هناك مكاناً يمكن العودة إليه، نجدهم يدركون أنه بات لزماً عليهم أن يشبوا ويبلغوا أشدهم بسرعة. وعندما سئلوا عن أهم شيء لديهم في الوقت الحالي، تحدث الكثيرون منهم عن أهمية وجود مكان يتخذونه مستقراً لهم أثناء هذه الفترة الانتقالية، مما يزيد شعورهم بالقلق الاجتماعي.

5-3. نتائج فرضيات الدراسة وتفسيرها:

5-3-1. لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس السلوك الهازم للذات ودرجاتهم على كل من مقياسي الغضب والقلق الاجتماعي.

وذلك عند مستوى الدلالة 0,05.

الجدول(55) معامل الارتباط بيرسون بين الدرجات على مقياس السلوك الهازم للذات وأبعاده ومقاييس القلق الاجتماعي والغضب

المقياس		السلوك الهازم للذات			
		مقايضات	استراتيجيات عكسية	تعطيل ذاتي	الدرجة الكلية
القلق الاجتماعي	قلق التواصل	.447**	.344**	.263**	.443**
	قلق الأفكار التجنبية	.432**	.338**	.222**	.424**
	قلق فيزيولوجي	.359**	.280**	.269**	.369**
	قلق المكانة الاجتماعية	.414**	.263**	.218**	.379**
	قلق التعبير عن الذات	.378**	.310**	.245**	.388**
	القلق الاجتماعي العام	.480**	.361**	.288**	.472**
الغضب	غضب نحو الآخرين	.159**	.151**	.201*	.174**
	نقص تقدير الذات	.349**	.349**	.135*	.369**
	غضب نحو تغيرات الظروف	.152**	.188**	.123*	.191**
	عجز نحو ظروف الحياة	.249**	.202**	.167**	.256**
	الآثار الفيزيولوجية	.196**	.272**	.146**	.258**
	مركب.1 الغضب الداخلي	.323**	.314**	.172**	.347**
	مركب.2 الغضب الخارجي	.207**	.235**	.145**	.245**
	الغضب العام	.296**	.305**	.175**	.330**

*دال عند مستوى الدلالة 0,05 ، **دال عند مستوى الدلالة 0,01 .

من الجدول(55) يتضح وجود معاملات ارتباط ذات دلالة إحصائية بين درجات مقياس السلوك الهازم للذات وبين درجات كل من مقياسي الغضب والقلق الاجتماعي. وبذلك نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة التي تنص على وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين

درجات أفراد العينة على مقياس السلوك الهازم للذات ودرجاتهم على كل من مقياسي الغضب والقلق الاجتماعي عند مستوى الدلالة 0,05.

ومن الجدول(55) يتضح وجود ارتباطات ذات دلالة إحصائية بين كل من السلوك الهازم للذات والقلق الاجتماعي، وقد تراوحت بين / 0,288 و 0,480/، أعلاها بين المقايضات الهازمة للذات يليها استراتيجيات عكسية ومن ثم التعطيل الذاتي.

كما تراوحت قيم معاملات ارتباط السلوك الهازم للذات والغضب العام بين /0,174و 0,330/ أعلاها مع الاستراتيجيات العكسية يليها المقايضات والتعطيل الذاتي، كما تبين ارتباط سلوك هازم للذات مع الغضب الموجه للخارج تراوحت بين / 0,248 و0,122/ أعلاها للاستراتيجيات العكسية يليه المقايضات من ثم التعطيل الذاتي، وبين/ 0,356 و 0,182/ للغضب الموجه نحو الداخل أعلاه المقايضات يليه الاستراتيجيات العكسية ومن ثم التعطيل الذاتي.

كما تبين أن معاملات الارتباط بين الأبعاد في كل من مقاييس السلوك الهازم والقلق الاجتماعي والغضب دالة إحصائياً.

فالعلاقة الارتباطية بين السلوك الهازم للذات وكل من القلق الاجتماعي والغضب الداخلي تعود الى المعتقدات السلبية التي يحملها الفرد عن ذاته والأفكار اللاعقلانية التي تدور في رأسه، فانهزامية الذات تجعل الفرد يعتقد بأنه غير قادر على القيام بأدواره، وأنه لو حاول سيفشل، إضافة إلى تراجع في قدراته على التفاعل الاجتماعي وتكوين علاقات سوية مع المحيطين وتراجع الثقة بالنفس والثقة بالآخرين ما يؤدي إلى القلق الاجتماعي (Cleven, 2013, P219).

وفيما يخص العلاقة بين السلوك الهازم للذات والغضب تتفق هذه النتيجة مع دراستي (شحادة،2019) و(Schill et al, 1992)، حيث أظهرتا وجود علاقة إيجابية بين السلوك الهازم للذات والغضب، ويمكن تفسير نتيجة هذه الفرضية بأن المراهقين يسعون للحصول على الاستقلال، والحب، والموافقة، ولفت الانتباه وتأكيد الذات وغير ذلك من الحاجات، ولكن عدم حساسية الوالدين لهذه الحاجات وقمعهم محاولات المراهق للاستقلالية، إضافةً لعدم الوعي الذاتي وعدم تقدير المراهق للصواب والخطأ، يجعله ينخرط في مزيد من السلوكات الهازمة للذات اعتقاداً منه أنها ستشعره بالرضا أو السعادة، وتساعده على تحقيق رغباته إلا أن هذه السلوكات قد تترك آثاراً سلبية على الآخرين وتولد لديهم ردود فعل تتمثل بالنقد أو التجاهل، فيشعر المراهق بالإهانة، من خلال نوبات الغضب الموجهة نحو الذات والآخر كمحاولة منه للتعويض عن معاناته (شحادة،

2019،34)، الأمر الذي يدفعه إلى دخول مقايضات هازمة للذات للتخفيف من الغضب الداخلي فيختار السبل الأسهل والتي تخفف من المعاناة ولكن لها آثار وخيمة على الذات مع الزمن، أو أن يعمل بشكل مقصود على إيذاء الذات وتعذيبها (الإعاقة الذاتية أو التعطيل الذاتي) كلوم الذات على كل المشكلات الخارجة عن إرادته التي تعيشها الأسرة لأنه يهدف إلى تعذيب نفسه ويعمد إلى القسوة ولوم الذات، أو أن يستخدم الاستراتيجيات العكسية التي تعود بالضرر والهزيمة للذات عن غير قصد فيسلك طريق لا يتناسب مع الهدف الذي يسعى فتعود عليه بنتائج سلبية، مثلاً عندما يقوم المراهق بإيذاء نفسه لعدم القدرة على التعبير عن غضبه وتحويله نحو الذات وكبته فيشعر براحة أو على الأقل يتخلص من شعور الغضب ومع الوقت تصبح استراتيجية يستخدمها كلما شعر بالغضب، فالشخصية المهزومة ذاتياً تعاني إدمان الحب والقبول من الآخرين وارتباط تقديرهم لذواتهم بنظرة المحيط لهم لذلك لا يظهرون الغضب اتجاه الآخرين بل يحولونه إلى أنفسهم لكي لا يفقدوا الحب والدعم والقبول من الآخرين(Kass,1987,P93).

أما فيما يخص العلاقة بين السلوك الهازم للذات والقلق الاجتماعي فيمكن تفسير هذه النتيجة بأن القلق الاجتماعي ينتج عن الأفكار اللاعقلانية والمعتقدات التي يكونها الشخص عن ذاته، وهو ما أكدته دراسة (قاعود والعقاد، 2011)، ودراسة (حجازي،2013)، حيث اعتمدتا النظرية العقلانية والانفعالية لأليس"Ellis" في تفسيرها للسلوك الإنساني والاضطرابات النفسية، بأن التفكير والانفعال يمثلان وجهين لشيء واحد لا يمكن فصلهما عن بعضهما البعض، فالتفكير اللاعقلاني الذي يتعلمه الفرد خلال نشأته هو المسؤول عن الاضطرابات، وإن الطريقة التي يدرك بها الفرد الأشياء والموضوعات والأحداث يمكن أن تثير القلق النفسي وتحدد السلوك وليس الأحداث في حد ذاتها، ووفقاً لما أكدته دراسة وي و ياوكو (Wei and Yao Ku, 2007) بأن المراهقين ممن لديهم معتقدات سلبية عن أنفسهم، أي لديهم تقدير ذاتي منخفض وكفاءة ذاتية اجتماعية منخفضة أيضاً، يميلون إلى أن يكون لديهم نمط مرتفع من أنماط الهزيمة الذاتية، وإن الأشخاص الذين يحصلون على نسبة عالية على مقياس القلق التعلقي والاكتئاب لديهم مستوى مرتفع من أنماط الهزيمة الذاتية، فمن العوامل المساعدة في انهزام الذات عدم تحقق الذات وعدم توكيدها وانعدام الثقة بالنفس، وضعف القدرة على مواجهة المواقف الاجتماعية (دحلان،2015، ص22)، فالكفاءة الذاتية الاجتماعية هي اعتقاد الأفراد بأنهم قادرون على تكوين صداقات جديدة واتخاذ خطوات لبناء شبكتهم الاجتماعية، فمن البديهي أن الأفراد الذين لديهم مستويات أعلى من أنماط الهزيمة الذاتية

كانوا أكثر عرضة للعجز في مهاراتهم الاجتماعية(Wei and Ku, 2007,P299) وبالتالي قلق اجتماعي.

ولا نهمل الدور الكبير لطبيعة العينة في الدراسة الحالية، فبسبب الاحباطات والعوائق غالباً ما يشعر المراهقون النازحون بالجرح النفسي الذي يدفعهم للسلوك على نحو هازم للذات، فيمر النازحون بأوضاع تكون أكثر تعقيداً بسبب الحرب، وبتجارب عنيفة وضغوطٍ نفسية واجتماعية كبرى، فالأزمات والنزاعات تؤدي إلى صعوبات اقتصادية اجتماعية وعاطفية هائلة، تمنعهم شيئاً فشيئاً من ممارسة عاداتهم اليومية في مجتمعهم، أو حتى من الذهاب إلى مدارسهم وجامعاتهم وتحرمهم من أصدقاء الطفولة والمقربين، وتضعهم في بيئات تختلف في عاداتها وتقاليدها، هذا ما يخلق لديهم بعضاً من الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية، وبالتالي السلوكيات الهازمة للذات، فعدم القدرة على تغيير الواقع القاسي بعد النزوح، والقهر الذي يشعر به المراهق مما عايشه، والصراعات النفسية بين إثبات الذات والبحث عن الهوية وبين ظروف لا تخدم هذا الغرض، والإحباطات المتكررة، تؤدي إلى تهيج ثورات الغضب داخله، والانسحاب والقلق الاجتماعي.

5-3-2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس السلوك الهازم للذات تبعاً لمتغير الجنس.

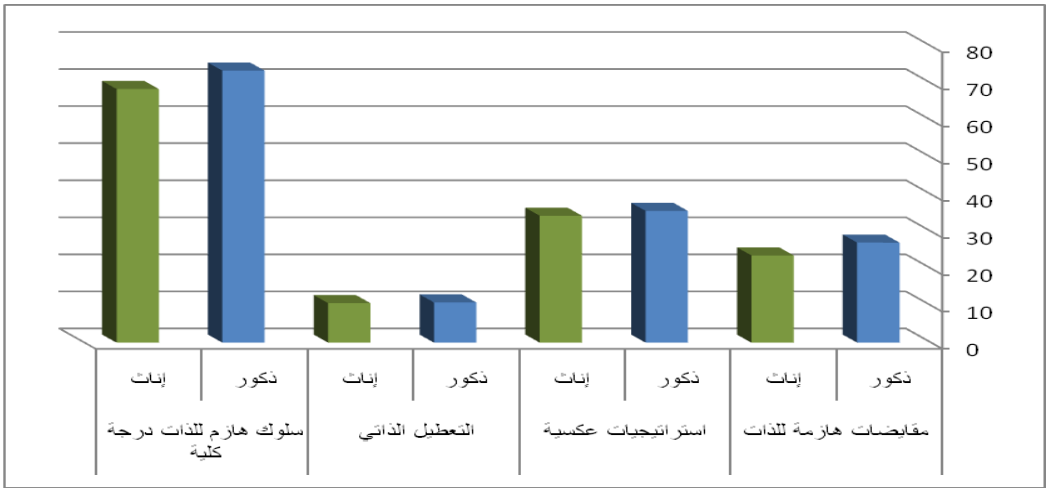
للتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب الفروق بين الجنسين في ظهور السلوك الهازم، من خلال تطبيق قانون ت ستيودنت لعينتين مستقلتين، وفي الجدول(56) عرض للنتائج:

الجدول(56) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة الدراسة في مقياس السلوك الهازم للذات وفقاً لمتغير الجنس

	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت ستيودنت	P الاحتمالية	القرار
مقايضات هازمة للذات	ذكور	118	26.9915	7.92324	323	3.872	0.00	دال
	إناث	207	23.5362	7.62962				
استراتيجيات عكسية	ذكور	118	35.5508	6.90299	323	1.530	0.127	غير دال
	إناث	207	34.2415	7.69438				
التعطيل الذاتي	ذكور	118	10.8475	3.32724	323	0.520	0.603	غير دال
	إناث	207	10.6522	3.21326				
سلوك هازم للذات الدرجة الكلية	ذكور	118	73.3898	14.96779	323	2.769	0.006	دال
	إناث	207	68.4300	15.83727				

بالنظر إلى الجدول(56) ولقيم (ت ستيودنت) وقيمة الاحتمالp نجد أنها أصغر من 0,05 بالتالي نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة التي تنص على وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس السلوك الهازم للذات تبعاً لمتغير الجنس وهي لصالح الذكور الذين يظهرون مستويات أعلى على مقياس السلوك الهازم للذات.

ومن الجدول (56) لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية في كل من الاستراتيجيات العكسية والتعطيل الذاتي بين الذكور والإناث، في حين يتبين وجود فروق ذات دلالة إحصائية في المقايضات الهازمة للذات بين كل من الذكور والإناث لصالح الذكور يمكن تفسير ذلك بأن الأفكار والمعتقدات التي تحركها تختلف نظراً لاختلاف نمط التفكير لدى كل من الذكور والإناث، فالذكور يتاح لهم خيارات أكثر من الإناث ومما يفرض عليهم مقايضات تجلب لهم بعض الفوائد على المدى القصير ولكن قد يكون لها نتائج سلبية وهازمة للذات على المدى الطويل(كالإدمان والمخدرات التي تكون نتاحه للذكور أكثر من الإناث). والشكل (16) يوضح ذلك.



الشكل (16) متوسطات درجات الذكور والإناث في السلوك الهازم للذات

تتفق هذه النتيجة مع دراسة (دحلان، 2015) التي وجدت فروقاً في انهزامية الذات حسب متغير الجنس لصالح الذكور، أما دراسة (قاعود والعقاد،2001) ودراسة (مراد، 2011) فقد وجدت فروقاً بين الجنسين في السلوك الهازم للذات لكنها لصالح الإناث، في حين تختلف هذه النتيجة عن دراسة كل من (Schill et al.,1992)، (Alshawashreh et al,2013)، (التميمي،2013) ودراسة(شحادة، 2019) التي لم تجد فروقاً بين الجنسين في السلوك الهازم للذات.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الأفكار والمعتقدات التي تنتج السلوك الهازم للذات تختلف نظـراً لاختلاف نمط التفكير لدى كل من الذكور والإناث، فالذكور يتاح لهم خيارات أكثر من الإناث ومما يفرض عليهم مقايضات تجلب لهم فوائد معينة على المدى القصير ولكن قد يكون لها نتائج سـلبية وهازمة للذات وبالتالي فإن أضرر والتكاليف التي تتكبدها النفس تكون متوقعة ولكنها غير مرغوبة، على المدى الطويل (كالإدمان والمخدرات التي تكون نتاحه للذكور أكثر من الإناث)، بالإضافة إلى أن مجتمعاتنا الذكورية تولي مطالب كبير للذكور كتكوين الأسرة والحصول على فرصـة عمـل، وتوفير المال والحماية لأفراد العائلة، فيكوّن المراهقُ آمالاً وطموحات قد تفوق قدراته أو تدفعه إلى الكمالية المبالغة ليصبح مقبولاً في المجتمع والأسرة، ولكنه يصطدم بالواقع المرير الذي يحبط لديه كل التوقعات والطموحات، فعدم قدرته على تحقيق الأهداف والآمال يعطيه انطباعات سيئة حول المستقبل، ويشكل لديه احباطات تعيش معه، وتخفض تقديره لذاته، ما يولد لديه السلوك الانهزامي، إضافةً إلى ما يعانيه أفراد العينة من النازحين ظل الحرب والأزمة والنزوح نجد أن مهمات الذكور المراهقين تتضاعف وتصبح أكثر صعوبة وتعقيداً، لعدم توفر الظروف المعيشية المساعدة للحصول على أبسط الحقوق وهي الأمان والدفء والطعام وغيرها الكثير من الحاجات المسـلوبة، فخـلال سنوات النزوح القاسية تعرضوا لكل أشكال الضغوط النفسية والقهر والمخاطر التي غرست فـي قلوبهم مخاوف وأحداث لا تمحوها الأيام القادمة.

ويمكن تفسير عدم وجود فروق بين الجنسين في ضوء كل من الاستراتيجيات العكسية والتعطيل الذاتي، وفقاً لما أكده علماء النفس والأخصائيين على أن مرحلة المراهقة تمتاز بحساسيتها الكبيرة وما لها من أثر كبير في تحديد الاتجاه الاجتماعي العام للفرد وهي مرحلة تكوين مفهوم الذات وبناء الشخصية (محمود، 1981، ص16)، فالاهتمام وتقدير الإنجازات والمكانة نفسية مهما كان حجـم هذه المكانة، هي حاجات يسعى لها كل إنسان أياً كان جنسه، وكون الإناث قد تعرضـن لضـغوط مشابهة لما تعرض له الذكور في ظل الحرب والأزمة التي طالت كل السوريين كبيراً وصـغيراً، مثل التعرض لمآسي كبيرة كفقد عزيز أو ممتلكات أو مكان السكن والعمل، فإنهن يعـانين أعبـاءً وضغوطاً كفيلة بأن تفقدهن توازنهن وقدرتهن على التحمل، وتخلق لديهن نمطاً مـن السـلوكات الهازمة للذات، كلوم الذات وتحقير الإنجازات وتعميم الخطأ والفشل في قضية ما على سائر القضايا والأمور المشابهة.

5-3-3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس السلوك الهازم للذات تبعاً لمتغير السنة الدراسية.

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب الفروق في ظهور السلوك الهازم تبعاً لمتغير السنة الدراسية ضمن ثلاث فئات هي: (إعدادي، ثانوي، جامعي) من خلال تطبيق قانون تحليل التباين الأحادي، وفي الجدول(57) عرض للنتائج:

جدول (57) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة الدراسة في مقياس السلوك الهازم للذات وفقاً للسنة الدراسية

المقياس	السنة الدراسية	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري
مقايضات هازمة	إعدادي	77	7.94793	26.0390
	ثانوي	124	8.59604	25.5484
	جامعي	124	6.90336	23.2581
	المجموع	325	7.90253	24.7908
استراتيجيات عكسية	إعدادي	77	7.97585	34.9351
	ثانوي	124	8.06900	34.3548
	جامعي	124	6.39525	34.9435
	المجموع	325	7.43282	34.7169
تعطيل ذاتي	إعدادي	77	3.24290	10.5065
	ثانوي	124	3.48305	10.4194
	جامعي	124	2.98339	11.1613
	المجموع	325	3.25134	10.7231
سلوك هازم للذات الدرجة كلية	إعدادي	77	15.85345	71.4805
	ثانوي	124	17.35781	70.3226
	جامعي	124	13.77953	69.3629
	المجموع	325	15.68691	70.2308

الجدول(58) تحليل التباين الأحادي لدرجات أفراد عينة الدراسة في السلوك الهازم للذات تبعاً لمتغير السنة الدراسية

المتغير	التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	قيمة p الاحتمالية	التفسير
مقايضات هازمة للذات	بين المجموعات	482.438	2	241.219	3.933	.021	دال
	داخل المجموعات	19751.335	322	61.340			
	المجموع	20233.772	324				
استراتيجيات عكسية	بين المجموعات	26.290	2	13.145	.237	.789	غير دال
	داخل المجموعات	17873.667	322	55.508			
	المجموع	17899.957	324				
تعطيل ذاتي	بين المجموعات	38.862	2	19.431	1.848	.159	غير دال
	داخل المجموعات	3386.214	322	10.516			
	المجموع	3425.077	324				
الدرجة الكلية	بين المجموعات	214.705	2	107.353	.435	.648	غير دال
	داخل المجموعات	79514.987	322	246.941			
	المجموع	79729.692	324				

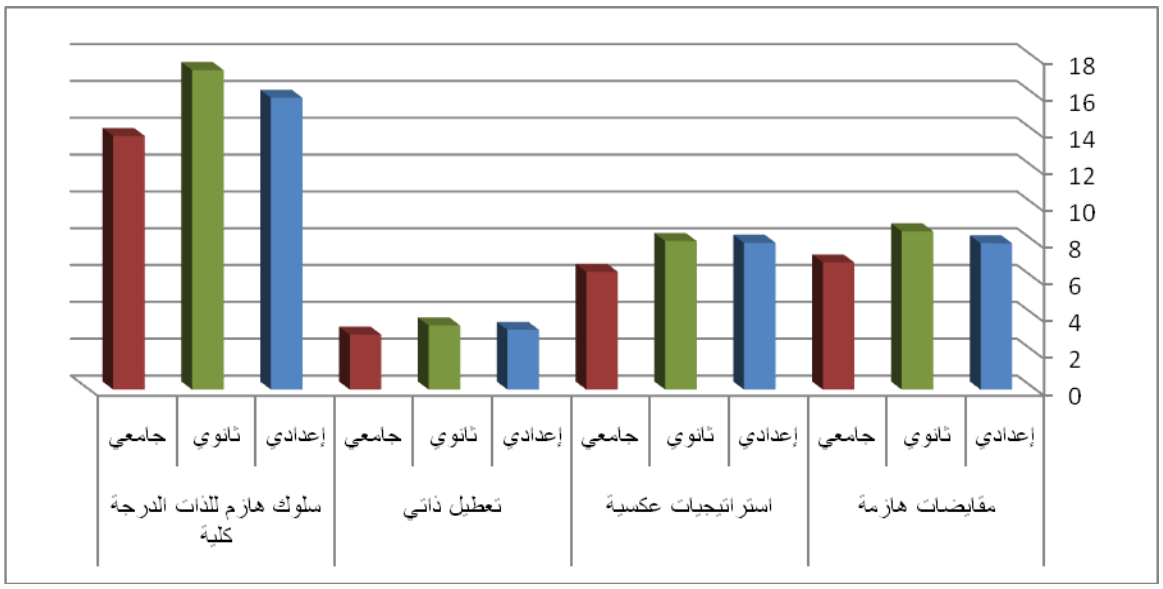
من الجدول (58) وبالنظر لقيم (ف) وقيمة الاحتمالية p نجد أنها أكبر من مستوى الدلالة 0,05 في المقايضات الهازمة للذات، وبذلك نقبل الفرضية الصفرية وهي: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المقايضات الهازمة تبعاً لمتغير السنة الدراسية، في حين لم تظهر فروق في كل من الاستراتيجيات العكسية والتعطيل الذاتي والدرجة الكلية لمقياس السلوك الهازم للذات، أي نقبل الفرضية الصفرية بأن لا توجد فروق في السلوك هازم للذات (الاستراتيجيات العكسية والتعطيل الذاتي) تبعاً لمتغير السنة الدراسية.

في حين أظهرت النتائج وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بعد المقايضات الهازمة للذات تبعاً لمتغير السنة الدراسية كان لابد من تحديد اتجاه هذه الفروق من خلال تطبيق اختبار شيفيه للفروق البعدية والجدول (59) يوضح ذلك:

جدول (59) اختبار شيفيه للفروق البعدية في بعد المقايضات الهازمة تبعاً لمتغير السنة الدراسية

المتغيرات	السنة الدراسية		فروق المتوسطات	خطأ القياس	قيمة الاحتمالp
مقايضات هازمة للذات	إعدادي	ثانوي	.49057	1.13635	.666
		طالب جامعة	2.78090*	1.13635	.015
	ثانوي	إعدادي	-.49057-	1.13635	.666
		طالب جامعة	2.29032*	.99466	.022
	طالب جامعة	إعدادي	-2.78090-*	1.13635	.015
		ثانوي	-2.29032-*	.99466	.022

من الجدول(59) يتضح وجود فروق بين الفئات الدراسية الثلاثة في مقايضات هازمة للـــذات وهي لصالح طلبة المرحلة الثانوية الذين يظهرون مستويات أعلى في مقايضات هازمـــة للـــذات مقارنة بفئتي الإعدادي والجامعي، والشكل(17) يوضح ذلك.



الشكل (17) متوسط درجات سلوك هازم للذات تبعاً لمتغير السنة الدراسية

يمكن تفسير عدم وجود فروق في السلوك هازم للذات (الاستراتيجيات العكسية والتعطيل الذاتي) تبعاً لمتغير السنة الدراسية، بأن الفرد قد يواجه مشكلة أساسية في كل مرحلة من مراحل النمو، وإن هذه المشكلة تنبع من الضغوط الاجتماعية التي تفرضها عليه المؤسسات الاجتماعية المختلفة كالبيت والمدرسة وجماعة الرفاق لذلك فإن كل مرحله من مراحل النمو الاجتماعي مرتبطة بأزمة اجتماعية، إلا أن أنواع الضغوطات التي تولد الإحساس بالذنب والانهزام عند البشر لا تحتاج إلى الطابع الاجتماعي. وبدلاً من ذلك، فإن أي تجربة تشير إلى فشل كبير في الأهداف الهرمية، بما في ذلك فقدان دور أو مركز أو مورد ذي قيمة، قد تؤدي إلى إدراك الهزيمة الذاتية، وبالتالي القيام بسلوكات هازمة للذات(Taylor, et al.,2011)، ونظراً للأوضاع والمصاعب التي تعيق حياة النازحين المراهقين ولما تحمله مراحل المراهقة (المبكرة المتوسطة والمتأخرة) من مشكلات والصراعات التي تميزها عن بعضها، فتؤدي إلى معاناة المراهق في كل مراحله الدراسة (الإعدادية – الثانوية – الجامعية) ونجده يدخل في حلقة مفرغة من الأفكار اللاعقلانية الهازمة فينخرط بسلوك هازم للذات، ويقضي على الخبرات الممتعة ويفشل في انجاز الأهداف الشخصية ويستجيب للأحداث بالاكتئاب والشعور بالذنب ولوم الذات واليأس والإدمان أو حتى الانتحار.

كما يتبين وجود فروق في بعد المقايضات الهازمة للذات لصالح طلاب المرحلة الثانوية الذين يظهرون مستويات أعلى مقارنةً بالمرحلة الإعدادية والجامعية، تعزى هذه النتيجة إلى أن المرحلة الثانوية هي مرحلة الخيارات المستقبلية والمهنية ولهذا تشتد حاجة طلاب الثانوية إلى فهم أنفسهم، وتزداد الحاجة إلى تنمية هذه المهارات والميول واستثمارها في أوقات الفراغ، وإلى الشعور بقيمة ذواتهم ومكانتهم الاجتماعية، والشعور بالأمن النفسي والاستقرار، إلا أن طالب الثانوية النازح يعيش في قلقٍ دائمٍ حيال ما ينتظره بعد المدرسة، والجامعة التي سيرتادها، والعمل المناسب، بالإضافة إلى قلقه حول تلبية حاجاته المستقبلية، فالكثير من طلاب الثانوية نتيجة ظروفهم أو تهجيرهم من مناطقهم واجهوا صعوبات منعتهم من إكمال تعليمهم، واضطروا إلى ترك المدرسة والعمل لإعالة أسرهم، ومنهم من يواجه مصير مجهول، ما يدفعهم إلى تكوين أفكار ومشاعر غير منطقية وهازمة للذات من خلال الاهتمام بتفضيلات معينة؛ كالرغبة بالحصول على الحب، والقبول الاجتماعي، والاستحقاق، ويميلون إلى تضخيم رغباتهم وحاجاتهم وتصبح أكثر إلحاحاً، فتنتج نمطاً من التفكير غير الواقعي وغير العقلاني مسبباً نوعاً من المقايضات الغير فعالة وهازمة للذات، والتي تقود إلى أضرار كبيرة على المدى البعيد.

5-3-4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الغضب تبعاً لمتغير الجنس.

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب الفروق بين الجنسين في ظهور الغضب، من خلال تطبيق قانون ت ستيودنت لعينتين مستقلتين، والجدول (60) يوضح النتائج:

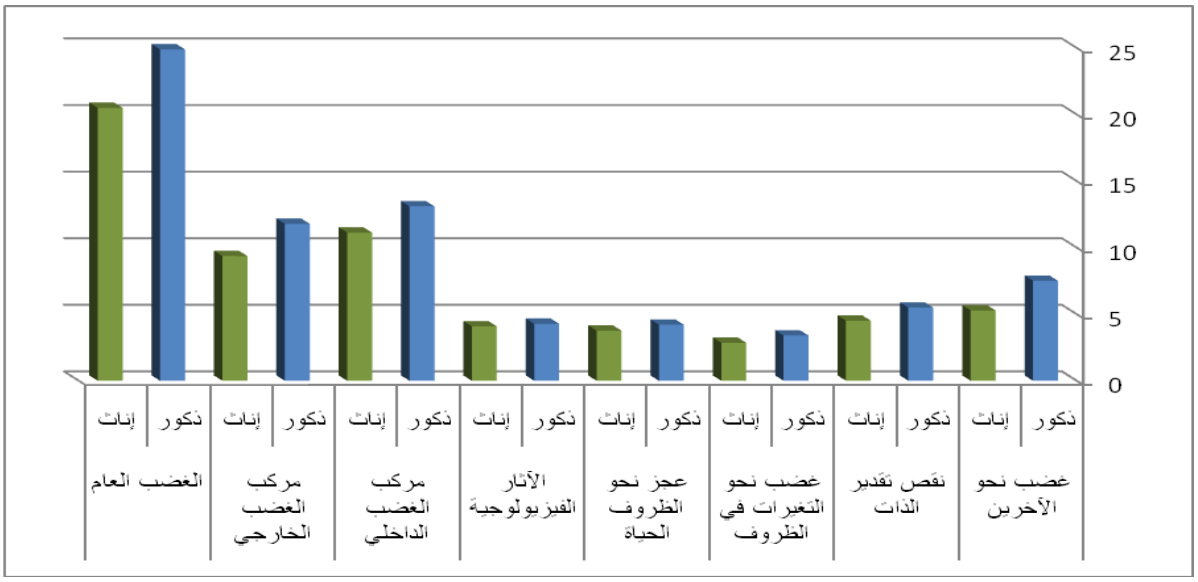
الجدول(60) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة الدراسة في مقياس الغضب وفقاً لمتغير الجنس

المقياس	الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت ستيودنت	P الاحتمالية	القرار
غضب نحو الآخرين	ذكور	118	7.5085	3.37600	323	6.612	0.00	دال
	إناث	207	5.2802	2.62895				
نقص تقدير الذات	ذكور	118	5.4915	2.37417	323	3.338	0.001	دال
	إناث	207	4.5072	2.65467				
غضب نحو التغيرات في الظروف	ذكور	118	3.3983	1.51426	323	3.391	0.001	دال
	إناث	207	2.8556	1.31032				
غضب من العجز الظروف	ذكور	118	4.2119	2.13178	323	1.882	0.061	غير دال
	إناث	207	3.7633	2.02820				
الآثار الفيزيولوجية	ذكور	118	4.2797	1.79213	323	0.891	0.374	غير دال
	إناث	207	4.0870	1.92131				
مركب الغضب الداخلي	ذكور	118	13.1017	4.93096	323	3.440	0.001	دال
	إناث	207	11.1261	5.00656				
مركب الغضب الخارجي	ذكور	118	11.7881	4.60927	323	5.229	0.00	دال
	إناث	207	9.3671	3.63244				
الغضب العام	ذكور	118	24.8898	8.68812	323	4.661	0.00	دال
	إناث	207	20.4932	7.87180				

من خلال الجدول(60) وبالنظر لقيم (ت ستيودنت) وقيمة الاحتمال p لمقياس الغضب نجد أنها أصغر من 0,05، وبذلك نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة التي تنص على وجود

فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الغضب تبعاً لمتغير الجنس، حيث تظهر الفروق في كل من الغضب العام ومركبي الغضب الداخلي والخارجي وأبعاد غضب نحو الآخرين والغضب المتعلق بنقص تقدير الذات والغضب نحو التغيرات في الظروف تبعاً لمتغير الجنس وهي لصالح الذكور الذين يظهرون مستويات أعلى من الغضب.

في حين لم تظهر فورق ذات دلالة إحصائية في كل من بعدي العجز نحو الظروف والآثار الفيزيولوجية بين الذكور والإناث، الشكل(18) يوضح ذلك.



الشكل (18) متوسط درجات الذكور والإناث في الغضب

تتفق نتيجة هذه الدراسة مع الدراسة (حسنية، 2013) و(الشريف، 2014) ودراسة ويكوف (Wyckoff,2016) التي أكدت على وجود فروق في الغضب بين الجنسين لصالح الذكور، في حين تختلف مع دراسة (الوادي، 2016) ودراسة(شحادة،2019) التي لا تدعم وجود فروق بين الجنسين في الغضب.

يمكن تفسير هذه النتيجة بأن الذكور يعبرون عن غضبهم مباشرةً، أما الإناث فعكس ذلك، ويشير هاينز (Haynes, 2001, P24) إلى أن اختلاف النوع يؤدي دوراً في الاستجابات إزاء الضغوط والصدمات، فقد أشارت بعض الدراسات إلى أن الذكور يظهرون سلوكاً عدوانياً بشكل أكبر من الإناث في المواقف الضاغطة، حيث أثبتت الدراسات أن النساء بشكل عام لديهن صعوبة في التعبير عن غضبهن، ما يتسبب في المزيد من القمع، وتلك الفروق الجنسية تعزى إلى العوامل المرتبطة

بالدور الأنثوي، والذى يشير إلى أنه من المفضل ألا تُظهر الأنثى التعبير عن غضبها، حيث تمل الإناث إلى الشعور بحرية أقل عند التعبير عن إحباطاتهن بشكل مباشر مقارنة بالذكور، وأثبتت الكثير من البحوث أن الإناث أكثر عرضة لقمع غضبهن وأكثر قابلية للبكاء والتعبير عنه في صورة أعراض جسمية (Wyckoff, 2016)، فقد يمنح الذكور استقلالية أكبر وحرية الاختيار أكثر من الإناث، ويرافق ثورات الغضب مظاهر معينة تعتمد على العمر والجنس، والظروف التي يعيشها الإنسان (حبيب، 1994)، ومن الممكن عزو هذه النتيجة إلى أسلوب التنشئة الأسرية ومدى الحرية لكل من الذكر والأنثى؛ فالذكور لديهم متسع من الحرية أكثر من الإناث، كما أنّ التربية الأسرية أكثر تشدداً مع الإناث، ما يؤدي بهن إلى عدم إظهار سلوك الغضب لديهن كما هو لدى الذكور، ويمكن افتراض أن وجود فوارق بين الجنسين يعود أساساً إلى تأثير القوالب الاجتماعية، إذ يُسمح للذكور بإظهار غضبهم في علاقاتهم مع رفاق والجيران، وغالباً ما يلقون تشجيعاً أكثر من الفتيات للدفاع عن أنفسهم، نظراً لاعتقادهم بأن الغضب والعدوانية صفة من صفات الذكور.

أما فيما يخص نتيجة عدم وجود فروق بين الجنسين في بعدي (الغضب من الشعور بالعجز تجاه ظروف الحياة والآثار الفزيولوجية)، فيمكن أن تعزى هذه النتيجة إلى أن الغضب من الانفعالات البيولوجية الطبيعية التي تولد مع الإنسان منذ ولادته ويتغير التعبير عنه تبعاً للمراحل العمرية، بحيث يتم اكتساب وتعلم طرق تفريغه خلال عملية النمو والتنشئة الاجتماعية وأساليب المعاملة الوالدية والتفاعل مع المجتمع (Alvarado& Jameson, 2002, P156) والغضب يعطي فرصة لأجسادنا للتخلص من التوتر أو التنفيس الجسدي الآمن نتيجة التعرض للضغوط والإحباط (لندنفيلد، 2008، ص22)، لذلك رفضت بعض الدراسات وجود فروق بين الجنسين في الغضب، وأكدت على تساوي الذكور والإناث في شدة وتكرار انفعال الغضب لأسباب متشابهة، ولكن الذكور أكثر قدرة على التعبير عن غضبهم من خلال الاستجابات العدوانية، بينما تستخدم الإناث مجموعة كبيرة من الأساليب للتأقلم مع غضبهن، إضافة إلى أن أفراد عينة الدراسة من أبناء النازحين يواجهون مآسي العيش في دور الإيواء، ونظراً لأن مرحلة المراهقة مرحلة حرجة قد يتولد الغضب لدى الجنسين على حدٍ سواء، ولكن آثاره أو التعبير عنه يختلف بينهما، ولكن الغضب موجود ولا يمكن إخفاء آثاره الفيزيولوجية وهذا ما يفسر عدم وجود فروق بين الذكور والإناث على بعد الغضب من الشعور بالعجز نحو الظروف وبعد الآثار الفيزيولوجية.

5-3-5. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الغضب تبعاً لمتغير السنة الدراسية.

للتحقق من صحة هذه الفرضية تم حساب الفروق في الغضب تبعاً لمتغير السنة الدراسية ضمن ثلاث فئات وهي: (إعدادي، ثانوي، جامعي) من خلال تطبيق قانون تحليل التباين الأحادي، وفي الجدول (61) توضيح للنتائج:

جدول (61) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة الدراسة في مقياس الغضب وفقاً للسنة الدراسية

المقياس	السنة الدراسية	الانحراف المعياري	المتوسط	عدد
الغضب نحو الآخرين	إعدادي	3.27431	6.8312	77
	ثانوي	3.40215	6.2258	124
	جامعي	2.55507	5.4919	124
	المجموع	3.10834	6.0892	325
نقص تقدير الذات	إعدادي	2.53721	5.2208	77
	ثانوي	2.70782	5.0323	124
	جامعي	2.48725	4.4758	124
	المجموع	2.59632	4.8646	325
غضب نحو الظروف	إعدادي	1.50824	2.9610	77
	ثانوي	1.53037	3.1782	124
	جامعي	1.20961	2.9839	124
	المجموع	1.40996	3.0526	325
عجز نحو الظروف	إعدادي	2.07152	3.8442	77
	ثانوي	2.11950	4.2097	124
	جامعي	2.01287	3.6935	124
	المجموع	2.07441	3.9262	325
الآثار الفيزيولوجية	إعدادي	1.84758	4.1429	77
	ثانوي	1.99414	4.2823	124
	جامعي	1.77333	4.0403	124
	المجموع	1.87495	4.1569	325
مركب الغضب الداخلي	إعدادي	4.79576	12.0260	77
	ثانوي	5.56464	12.4202	124
	جامعي	4.63469	11.1532	124
	المجموع	5.06185	11.8434	325
مركب الغضب الخارجي	إعدادي	4.30720	10.9740	77
	ثانوي	4.64075	10.5081	124
	جامعي	3.46043	9.5323	124
	المجموع	4.17381	10.2462	325
الغضب العام	إعدادي	8.38859	23.0000	77
	ثانوي	9.38212	22.9282	124
	جامعي	7.25759	20.6855	124
	المجموع	8.43442	22.0895	325

الجدول(62) تحليل التباين الأحادي لدرجات أفراد عينة الدراسة في الغضب تبعاً لمتغير السنة الدراسية

المتغير	التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	قيمة p الاحتمالية	التفسير
الغضب نحو الآخرين	بين المجموعات	88.938	2	44.469	4.708	.010	دال
	داخل المجموعات	3041.475	322	9.446			
	المجموع	3130.412	324				
نقص تقدير الذات	بين المجموعات	31.998	2	15.999	2.394	.093	غير دال
	داخل المجموعات	2152.045	322	6.683			
	المجموع	2184.043	324				
غضب نحو الظروف	بين المجموعات	3.188	2	1.594	.801	.450	غير دال
	داخل المجموعات	640.922	322	1.990			
	المجموع	644.110	324				
عجز نحو الظروف	بين المجموعات	17.195	2	8.597	2.010	.136	غير دال
	داخل المجموعات	1377.033	322	4.277			
	المجموع	1394.228	324				
الآثار الفيزيولوجية	بين المجموعات	3.649	2	1.824	.517	.597	غير دال
	داخل المجموعات	1135.348	322	3.526			
	المجموع	1138.997	324				
مركب الغضب الداخلي	بين المجموعات	102.882	2	51.441	2.020	.134	غير دال
	داخل المجموعات	8198.756	322	25.462			
	المجموع	8301.638	324				
مركب غضب خارجي	بين المجموعات	112.497	2	56.248	3.274	.039	دال
	داخل المجموعات	5531.811	322	17.180			
	المجموع	5644.308	324				
الغضب العام	بين المجموعات	395.499	2	197.750	2.811	.062	غير دال
	داخل المجموعات	22653.705	322	70.353			
	المجموع	23049.204	324				

بالنظر إلى الجدول(62) ولقيم (ف) والاحتمال(p) لمقياس الغضب، نجد أنها أكبر من 0,05 أي نقبل الفرضية الصفرية التي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الغضب تبعاً لمتغير السنة الدراسية.

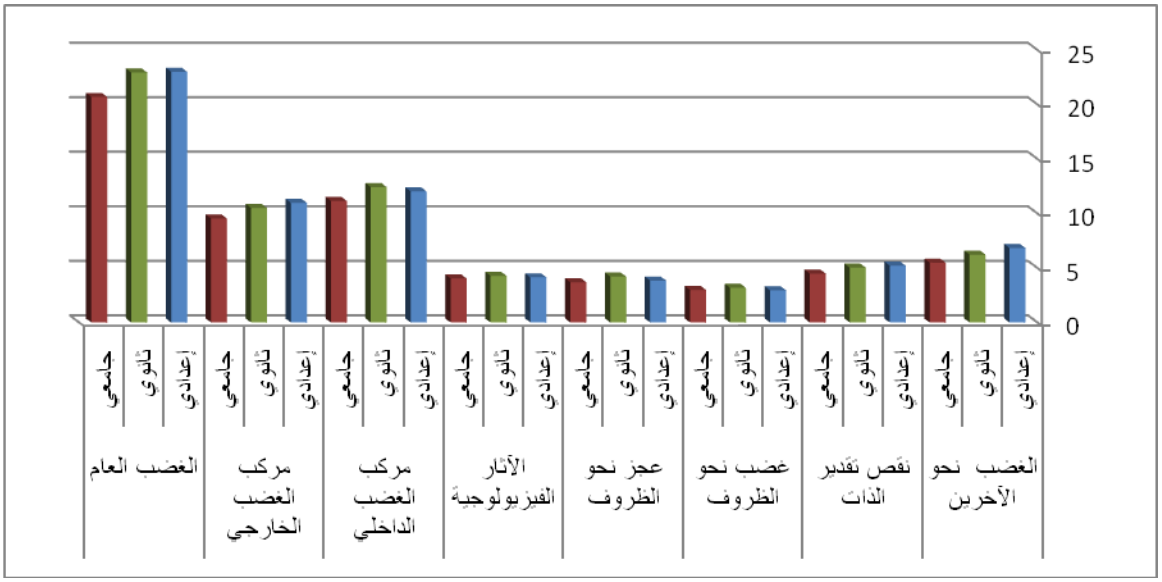
ومن الجدول (62) نجد أنه لا توجد فروق تبعاً لمتغير السنة الدراسية في كل من الغضب العام ومركب الغضب الداخلي والأبعاد جميعها، فيما عدا مركب الغضب الخارجي وبعد الغضب الموجه نحو الآخرين.

ولتحديد اتجاه الفروق قامت الباحثة بحساب قيم شيفيه، وفي الجدول(63) عرض للنتائج:

جدول (63) اختبار شيفيه لتحديد اتجاه فروق متوسطات السنة الدراسية في مركب الغضب الخارجي وبعد الغضب الموجه نحو الآخرين.

المتغيرات	السنة الدراسية		فروق المتوسطات	خطا القياس	قيمة الاحتمال
الغضب الموجه نحو الآخرين	إعدادي	ثانوي	.60536	.44592	.176
		جامعي	1.33923*	.44592	.003
	ثانوي	إعدادي	-.60536-	.44592	.176
		جامعي	.73387	.39032	.061
	جامعي	إعدادي	-1.33923-*	.44592	.003
		ثانوي	-.73387-	.39032	.061
مركب الغضب نحو الخارج	إعدادي	ثانوي	.46596	.60138	.439
		جامعي	1.44177*	.60138	.017
	ثانوي	إعدادي	-.46596-	.60138	.439
		جامعي	.97581	.52639	.065
	جامعي	إعدادي	-1.44177-*	.60138	.017
		ثانوي	-.97581-	.52639	.065

ومن الجدول (63) يتبين اتجاه الفروق بين كل من طلبة المرحلة الإعدادية والجامعية في كل من الغضب نحو الآخرين والغضب الخارجي، وهو لصالح المرحلة الإعدادية الذين يظهرون مستويات أعلى من الغضب من طلبة المرحلة الجامعية، و الشكل(19) يوضح ذلك .



الشكل (19) متوسطات درجات الغضب تبعاً لمتغير السنة الدراسية

تتفق هذه النتيجة مع دراسة (وادي، 2016) التي أشارت إلى عدم وجود فروق في الغضب تبعاً لمتغير السنة الدراسية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن الغضب هو شعور غريزي عند الإنسان، فحتى الأطفال يغضبون، أما بالنسبة للنازحين فالغضب مضاف يشعر به الصغير والكبير، وأشار سبيلبيرجر (Spielberger,1999)إلى أن الأشخاص الذين لديهم استعداد عالٍ للغضب يكونون قد تعرضوا في حياتهم إلى ظروف بيئية صعبة، فالمواقف التي مروا بها وكان بها خطر أو تهديد أو مضايقات تجعلهم يستجيبون بحالة مرتفعة من الغضب عند مواجهتهم للظروف الصعبة. هذا فضلاً عما أبرزته الدراسات الخاصة بالنازحين واللاجئين (علاء الدين والحيح، 2017)، بأنهم يكونون عرضة للعديد من الاضطرابات النفسية ومنها الغضب، التي تؤثر على مسارهم النمائي، وتطورهم العقلي والاجتماعي والعاطفي، جراء التعرض إلى العديد من مشاهد الأحداث والحروب وخبرات التهجير والنزوح القسري المريرة، والخبرات الصادمة التي واجهت أسر النازحين السوريين، والآثار المأساوية على جميع الأصعدة والمستويات، فإن هذه الحقائق جميعها تقحم المراهقين بأزمات وصعوبات لا تتناسب مع إمكانياتهم النفسية والاجتماعية، وتولد لديهم مشاعر الغضب، وبالتالي فإن توحد هذه الظروف الضاغطة التي تواجه المراهقين على اختلاف أعمارهم (مراهقة مبكرة ومتوسطة ومتأخرة) بمختلف مراحلهم الدراسية(إعدادية وثانوية وجامعية) أدت إلى استجابات موحدة من الغضب لكنها اختلفت في شدتها ودرجتها تبعاً لما يتطلبه الموقف.

أما بالنسبة لارتفاع مستوى الغضب الخارجي عند طلاب المرحلة الإعدادية عن طلاب الجامعة، فيعزى إلى أنه كلما زاد المستوى التعليمي أصبح الإنسان أكثر نضجاً معرفياً واجتماعياً وروحياً، وأقوى شخصيةً وإرادةً واستيعاباً للخبرات الصادمة، ما يساعد على التغلب على المحن، وعلى تجاوز الصعاب، والقدرة على إيجاد حلولٍ لمشاكل الأسرة، وعلى زيادة المرونة في الحياة وتشذيب الغضب وإدارته بطريقة أفضل من المراهقين في المرحلة الإعدادية، فهؤلاء المراهقين يظهرون العديد من الصعوبات الانفعالية التي تعترض تكيفهم النفسي والاجتماعي والدراسي، كالغضب وحدة الانفعال. وبما أن المرحلة الإعدادية أو المراهقة المبكرة، تعد بداية مراحل نمائية حرجة، لما يحدث فيها من العديد من التغيرات الجسمية والعقلية والسلوكية والنفسية والاجتماعية، فهي مقدمة للدخول في المراهقة، ويصاحب هذا ظهور العديد من السلوكيات الخارجة عن المألوف والمشكلات الانفعالية والسلوكية المختلفة(Strickland, 2014, P10)، فنجدهم يوجهون غضبهم نحو الآخرين.

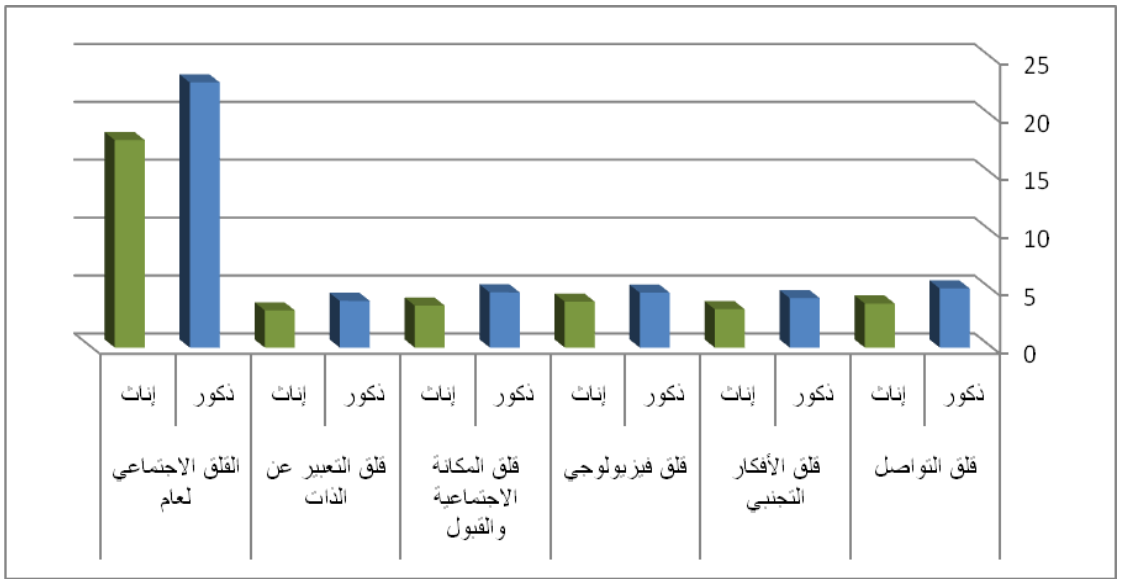
5-3-6. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس.

للتأكد من صحة الفرضية تم حساب الفروق بين الجنسين في ظهور القلق، من خلال تطبيق قانون ت ستيودنت لعينتين مستقلتين، وفي الجدول (64) عرض للنتائج:

الجدول(64) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة الدراسة في مقياس القلق الاجتماعي وفقاً لمتغير الجنس

المقياس الذكور= 118 ، الإناث = 207	الجنس	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت ستيودنت	P الاحتمالية	القرار
قلق التواصل	ذكور	5.1017	2.91882	323	4.268	0.005	دال
	إناث	3.8068	2.45174				
قلق الأفكار التجنبي	ذكور	4.2712	2.39180	323	4.030	0.00	دال
	إناث	3.3092	1.86200				
قلق فيزيولوجي	ذكور	4.7373	2.74384	323	2.558	0.011	دال
	إناث	3.9662	2.53592				
قلق المكانة الاجتماعية	ذكور	4.7627	3.12880	323	3.537	0.00	دال
	إناث	3.6280	2.56219				
قلق التعبير عن الذات	ذكور	4.0339	2.38561	323	3.168	0.002	دال
	إناث	3.2174	2.14433				
القلق الاجتماعي لعام	ذكور	22.9068	11.76841	323	4.165	0.00	دال
	إناث	17.9275	9.47350				

بالنظر إلى الجدول (64) وقيمة (ت ستيودنت) والاحتمال (p) نجد أنها أصغر من 0,05، أي نرفض الفرضية الصفرية ونقبل الفرضية البديلة، أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس، وهي لصالح الذكور الذين يظهرون مستويات أعلى من القلق الاجتماعي مقارنه بالإناث. والشكل (20) يوضح ذلك.



الشكل (20) فروق متوسطات الذكور والإناث في القلق الاجتماعي

تتفق هذه النتيجة مع دراسة (مهلة، 2009) التي أكدت على وجود فروق لصالح الذكور في القلق الاجتماعي، وكذلك مع دراسة (رضوان، 2001) التي أظهرت أن الذكور أكثر قلقاً من الإناث، في حين تختلف هذه الدراسة عن دراسة (الحجازي، 2013) التي أشارت إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في القلق الاجتماعي، وتختلف عن دراسة كل من (ملص، 2007) و(معمرية، 2009) ودراسة (محمود، 2013) و دراسة (المومني والجرادات، 2011) التي أظهرت وجود فروق في القلق الاجتماعي بين الجنسين لصالح الإناث.

يمكن تفسير هذه النتيجة بأن لدى الإناث قدرة على التعبير عن مشاعرهن ومخاوفهن بشكل أكبر من الذكور، ما يفسح لديهن مجال لتكوين علاقات اجتماعية، وترتفع لديهن سمة المرونة الإيجابية والتكيف الاجتماعي (Haynes, 2001, P24)، إضافة إلى أن الذكور أكثر تعرضاً للضغوط الاجتماعية خلال فترة النزوح، فهم أكثر مواجهة للصدمات والهزات النفسية الناتجة عن الانتقال، وأكثر احتكاكاً بالمجتمع الجديد، فيكونون معرضين لمخاوف الرفض وعدم التقبل أكثر من الإناث، ويمتلك الرجل الدور الريادي فهو ربان السفينة، ما يدفع به لقيادة الأسرة من الصغر فيصبح الجهد مضاعف، ويفرض المجتمع الذكوري على المراهق منذ بداية مرحلة المراهقة اكتساب أنماط جديدة من الضوابط، وممارسة أدوار اجتماعية مختلفة، وتقبل التباين الثقافي والديني والاجتماعي حتى يضمن الأمن والاستقرار له ولأسرته في منطقة النزوح الجديدة بالتالي هذه الأحداث الصادمة عندما تداهم شخصية المراهق التي لم تنضج بعد معرفياً ووجدانياً وروحياً، تُحدِث تشوهات نمائية متعددة وعميقة تؤثر على الافتراضات الأساسية التي تكونت لديه عن نفسه وعن الحياة فتفقده ثقته بنفسه

وبالعالم، كلها معطيات تؤثر سلباً على صحة المراهق النفسية فيشعر بالإحباط وعدم الأمن والضياع واليأس والخوف من المستقبل المجهول وعدم التماسك في شخصيته، وتولد لديه مشاعر القلق الاجتماعي .

5-3-7. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير السنة الدراسية.

للتأكد من صحة الفرضية تم حساب الفروق في القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير السنة الدراسية ضمن ثلاث فئات وهي: (إعدادي، ثانوي، جامعي)، من خلال تطبيق قانون تحليل التباين الأحادي، وفي الجدول(65) عرض للنتائج:

جدول (65) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة الدراسة في مقياس القلق الاجتماعي وفقاً للسنة الدراسية

المقياس	السنة الدراسية	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري
قلق التواصل	إعدادي	77	4.8182	2.82250	.32165
	ثانوي	124	4.3871	2.83047	.25418
	طالب جامعة	124	3.8306	2.42186	.21749
	المجموع	325	4.2769	2.69950	.14974
قلق الافكار التجنبي	إعدادي	77	3.8052	2.24217	.25552
	ثانوي	124	3.8790	2.30444	.20694
	طالب جامعة	124	3.3468	1.79903	.16156
	المجموع	325	3.6585	2.11774	.11747
قلق فيزيولوجي	إعدادي	77	4.2208	2.50591	.28557
	ثانوي	124	4.3468	2.76165	.24800
	طالب جامعة	124	4.1613	2.60202	.23367
	المجموع	325	4.2462	2.63541	.14619
قلق مكانة وقبول اجتماعية	إعدادي	77	4.2727	2.89572	.33000
	ثانوي	124	4.3065	3.10043	.27843
	طالب جامعة	124	3.6290	2.45436	.22041
	المجموع	325	4.0400	2.82978	.15697
قلق التعبير عن الذات	إعدادي	77	3.5065	2.32619	.26509
	ثانوي	124	3.6613	2.38861	.21450
	طالب جامعة	124	3.3710	2.10484	.18902
	المجموع	325	3.5138	2.26568	.12568
قلق اجتماعي عام	إعدادي	77	20.6234	10.77160	1.22754
	ثانوي	124	20.5806	11.66755	1.04778
	طالب جامعة	124	18.3387	9.28403	.83373
	المجموع	325	19.7354	10.62190	.58920

الجدول(66) تحليل التباين الأحادي لدرجات أفراد العينة في القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير السنة الدراسية

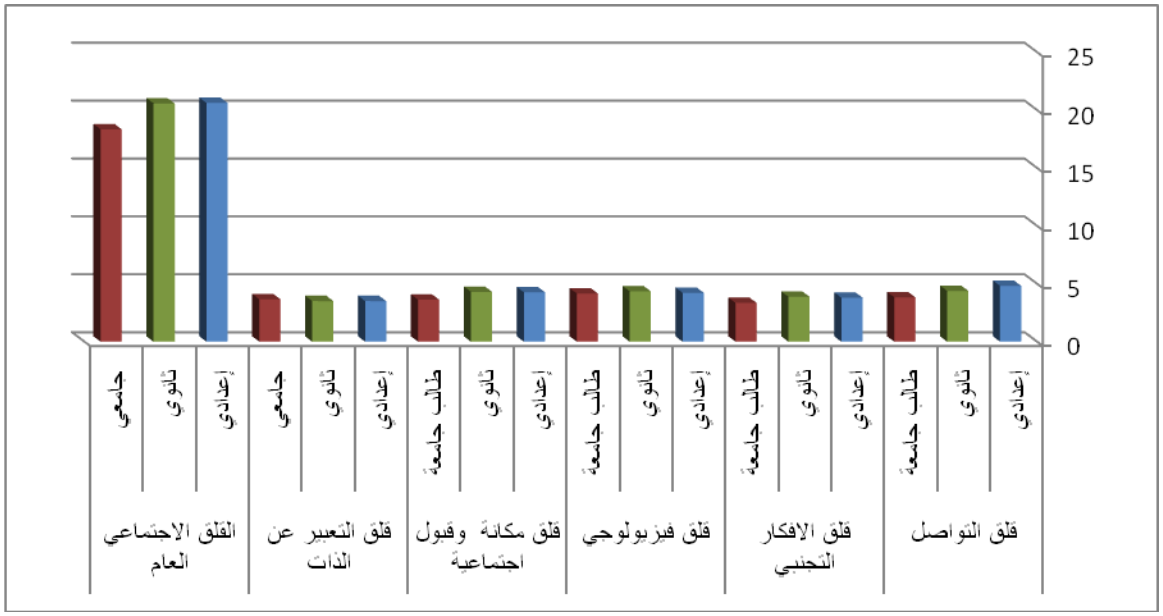
المتغير	التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف)	قيمة p الاحتمالية	التفسير
قلق التواصل	بين المجموعات	48.759	2	24.380	3.395	.035	دال
	داخل المجموعات	2312.317	322	7.181			
	المجموع	2361.077	324				
قلق الأفكار التجنبية	بين المجموعات	19.737	2	9.869	2.217	.111	غير دال
	داخل المجموعات	1433.352	322	4.451			
	المجموع	1453.089	324				
قلق فيزيولوجي	بين المجموعات	2.198	2	1.099	.157	.854	غير دال
	داخل المجموعات	2248.110	322	6.982			
	المجموع	2250.308	324				
قلق مكانة الاجتماعية	بين المجموعات	33.917	2	16.958	2.133	.120	غير دال
	داخل المجموعات	2560.563	322	7.952			
	المجموع	2594.480	324				
قلق التعبير عن الذات	بين المجموعات	5.231	2	2.616	.508	.602	غير دال
	داخل المجموعات	1657.956	322	5.149			
	المجموع	1663.188	324				
قلق اجتماعي عام	بين المجموعات	391.197	2	195.599	1.742	.177	غير دال
	داخل المجموعات	36164.046	322	112.311			
	المجموع	36555.243	324				

من الجدول (66) وبالنظر لقيم (ف) وقيمة الاحتمال، نجد أنها أكبر من 0,05 أي نقبل الفرضية الصفرية التي تنص على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير السنة الدراسية، ما عدا بعد قلق التواصل الذي ظهرت فيه قيمة الاحتمال أصغر من 0,05، أي نقبل الفرضية البديلة أي توجد فروق في قلق التواصل تبعاً للسنة الدراسية ولتحديد اتجاه الفروق تم حساب قيم شيفيه وفي الجدول(67) عرض للنتائج:

جدول (67) اختبار شيفيه للفروق البعدية في بعد قلق التواصل تبعاً لمتغير السنة الدراسية

	السنة الدراسية		فروق المتوسطات	خطأ القياس	قيمة الاحتمال
قلق التواصل	إعدادي	ثانوي	.43109	.38881	.541
		طالب جامعة	.98754*	.38881	.041
	ثانوي	إعدادي	-.43109-	.38881	.541
		طالب جامعة	.55645	.34033	.264
	طالب جامعة	إعدادي	-.98754-*	.38881	.041
		ثانوي	-.55645-	.34033	.264

من الجدول(67) يتضح أن الفروق بين المرحلتين الإعدادية والجامعية وهي لصالح المرحلة الإعدادية، والشكل(21) يوضح ذلك.



الشكل (21) متوسطات درجات القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير السنة الدراسية

تختلف هذه النتيجة عن دراسة (معمرية، 2009) التي توصلت إلى وجود ارتباط بين القلق الاجتماعي والعمر، وتختلف مع دراسة (محمود،2013) التي تؤكد على وجود فروق في القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير السنة الدراسية، ودراسة (مهلة، 2009) التي أشارت إلى وجود علاقة عكسية بين القلق الاجتماعي والعمر أي أنه كلما تقدم الانسان بالعمر انخفض مستوى القلق الاجتماعي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن عينة الدراسة من المراهقين النازحين الذين يعايشون الظروف والصدمات النفسية نفسها تقريباً، من حوادث الحرب ولحظات النزوح القاسية وحتى في المناطق التي نزحوا لها، وكلها أحداث تحوي على تفاصيل نفسية عميقة مؤثرة لها وقعها على شخصية المراهق مهما كانت المرحلة الدراسية التي ينتمي لها.

أما فيما يخص الفروق التي تظهر في بعد قلق التواصل ويكون لصالح المرحلة الإعدادية " فتشير الدراسات إلى أن 91% من حالات القلق الاجتماعي تحدث قبل عمر ال25 سنة أي في بداية المراهقة المبكرة" (معمرية، 2009، ص148)، ويمكن إرجاع ذلك إلى أن المرحلة الإعدادية هي مرحلة الانتقال من الطفولة إلى المراهقة، ما يجعل الأفراد في حيرة من استمرار سلوكهم الطفلي أو اكتساب سلوك الكبار في المواقف الاجتماعية، بالإضافة إلى أن المهارات الاجتماعية هي خبرات

يكتسبها المراهق تدريجياً مع مرور الزمن، من خلال رصيد تفاعله الاجتماعي مع الآخرين، إضافة للرهبة التي تصاحب المكان الجديد والانتقال المفاجئ إلى بيئة غير مألوفة تتطلب منهم تكوين صداقات جديدة ومهام مختلفة، وهذا يؤكد أنه كلما زاد العمر واتجه المراهق نحو النضج كلما قل القلق الاجتماعي.

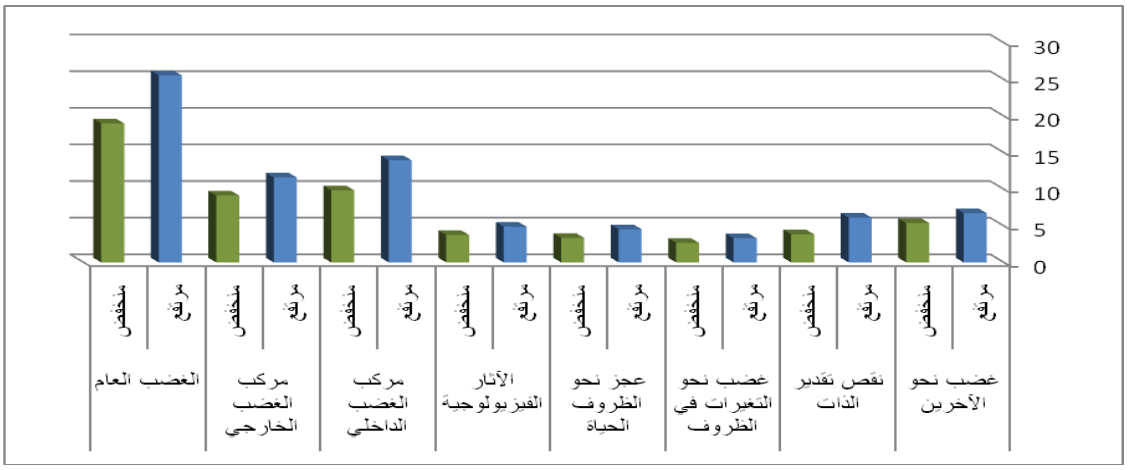
5-3-8. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة من مرتفعي ومنخفضي السلوك الهازم للذات على مقياس الغضب.

تم تحديد الحالات وفقاً لمستويات السلوك الهازم للذات عن طريق الإرباعيات، وقد بلغ عدد الأفراد في الربيع الثالث من مرتفعي السلوك الهازم للذات، وهم الحاصلون على الدرجات(83) فما فوق، /86/ فرداً، في حين بلغ عدد الأفراد في الربيع الأول، وهم من منخفضي السلوك الهازم للذات الحاصلين على الدرجات 62 فما دون، /83/ فرداً ، وبذلك أصبح عدد أفراد العينة / 169/، ومن ثم تم حساب الفروق بين منخفضي ومرتفعي السلوك الهازم في الغضب، من خلال تطبيق قانون ت ستيودنت لعينتين مستقلتين وفي الجدول(68) عرض للنتائج:

الجدول(68) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات منخفضي و مرتفعي السلوك الهازم للذات على مقياس الغضب

	التشخيص	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت ستيودنت	P الاحتمالية	القرار
غضب نحو الآخرين	مرتفع	86	6.7326	3.19715	167	2.751	0.007	دال
	منخفض	83	5.3855	3.16548				
نقص تقدير الذات	مرتفع	86	6.1163	2.49432	167	5.825	0.000	دال
	منخفض	83	3.8434	2.57796				
غضب نحو التغيرات في الظروف	مرتفع	86	3.3023	1.48775	167	2.783	0.006	دال
	منخفض	83	2.6627	1.50022				
عجز نحو الظروف الحياة	مرتفع	86	4.5349	2.03902	167	3.731	0.000	دال
	منخفض	83	3.3494	2.09199				
الآثار الفيزيولوجية	مرتفع	86	4.8721	1.89610	167	3.720	0.000	دال
	منخفض	83	3.7470	2.03532				
مركب الغضب الداخلي	مرتفع	86	13.9535	5.12412	167	5.151	0.000	دال
	منخفض	83	9.8554	5.21520				
مركب الغضب الخارجي	مرتفع	86	11.6047	4.25725	167	3.706	0.000	دال
	منخفض	83	9.1325	4.41387				
الغضب العام	مرتفع	86	25.5581	8.47502	167	4.896	0.00	دال
	منخفض	83	18.9880	8.96809				

بالنظر إلى الجدول (68) يتبين أن قيمة (ت ستيودنت) وقيمة الاحتمال (p) أصغر من 0,05، وبالتالي نرفض الفرضية الصفرية ونقبل البديلة، أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة من مرتفعي ومنخفضي السلوك الهازم للذات على مقياس الغضب، وهي لصالح مرتفعي السلوك الهازم الذين يظهرون مستويات أعلى من الغضب، الشكل (22) يوضح ذلك.



الشكل (22) الفروق بين مرتفعي ومنخفضي السلوك الهازم للذات في الغضب

تتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة (شحادة،2019) التي أكدت على أن مرتفعي السلوكات الهازمة للذات لديهم مستوى أعلى من التعبير عن الغضب.

ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن أكثر الانفعالات المترافقة مع السلوك الهازم للذات هو الغضب، فمن الطبيعي أن يظهر مرتفعو السلوك الهازم للذات مستويات أعلى من الغضب (Schill&Beyler&Morales, 1992, P596)، وقد أشار (شحادة، 2019، ص151) إلى أن الأفكار اللاعقلانية تسبب الغضب والاكتئاب، وإن أكثر الانفعالات تأثراً بنمط التفكير الهازم للذات هو انفعال الغضب، في حين فسر كوبر (Cooper, 2009, P910) سبب الغضب عند مرتفعي السلوك الهازم للذات بأنهم يملكون شخصية تبحث بهمة وحماس لكي توقع نفسها في الخطأ لتأسى وتشفق على نفسها، وهنا يبدأ مرتفعو السلوك الهازم بالتفكير "كيف يمكن لأي شخص أن يعتقد أنني أستمتع بالهزيمة؟ انظروا كم كنت غاضباً من أعدائي". فيكون الدافع وراء هذا الغضب هو الرغبة في ضمير هادئ، بدلاً من تحقيق أهداف إيجابية في العالم الخارجي، فالتعبير عن الغضب غالباً ما يكون غير مناسب في شدته وتوقيته للموقف المثير للغضب، يؤدي إلى مزيد من الهزائم الفعلية، وبذلك يكون قد مر بتسلسل من المشاعر: شعور عميق ينطوي على شعور رائع وأذى خاص وشفقة على الذات، متبوعاً بمشاعر غضب وهجوم موقوتة بشكل غير مناسب، وتثير هجوماً مضاداً، يليها

الانكماش والاكتئاب، لذلك يمكننا القول أن مرتفعي السلوك الهازم للذات لديهم مستويات مرتفعة من الغضب مقارنةً بمنخفضي السلوك الهازم للذات.

5-3-9. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة من مرتفعي ومنخفضي السلوك الهازم للذات على مقياس القلق الاجتماعي.

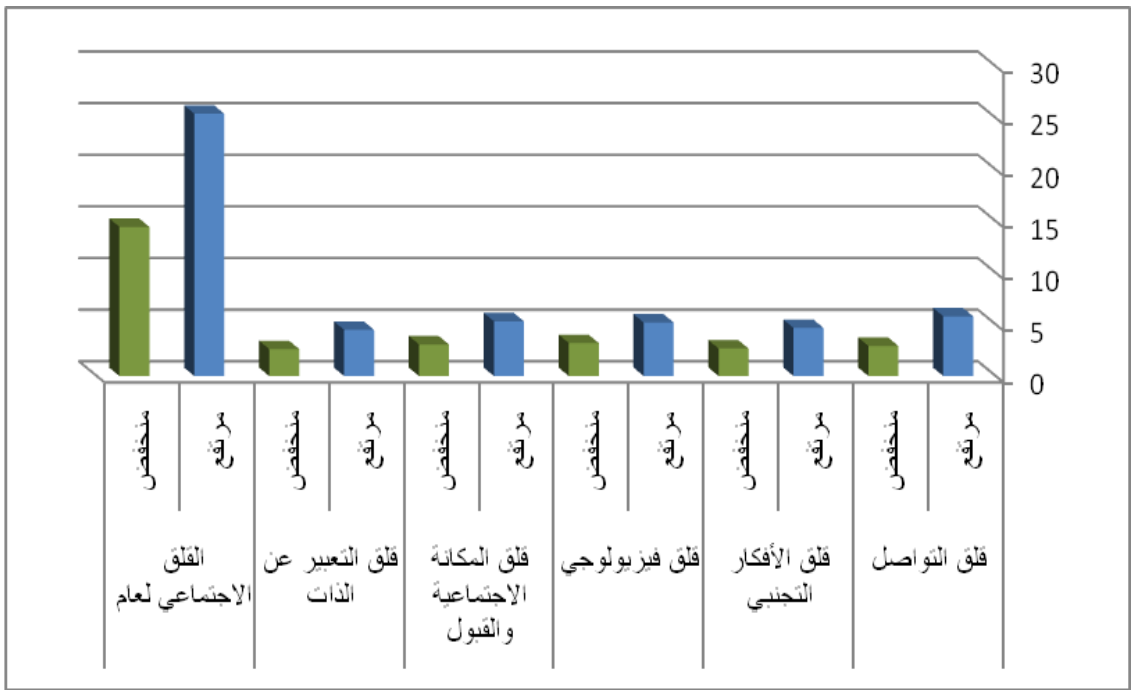
للتأكد من صحة الفرضية تم حساب الفروق بين مرتفعي ومنخفضي السلوك الهازم البالغ عددهم /169/، منهم /86/ فرداً من مرتفعي السلوك الهازم للذات و/ 83/ فرداً من منخفضي السلوك الهازم للذات في القلق الاجتماعي، وتمت المقارنة من خلال تطبيق قانون (ت ستيودنت) لعينتين مستقلتين، وفيما يلي عرض للنتائج:

الجدول(69) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات منخفضي و مرتفعي السلوك الهازم للذات على مقياس القلق الاجتماعي

	التشخيص	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت ستيودنت	P الاحتمالية	القرار
قلق التواصل	مرتفع	5.7791	2.84254	167	7.361	0.00	دال
	منخفض	2.9157	2.15387				
قلق الأفكار التجنبي	مرتفع	4.6628	2.32941	167	6.184	0.00	دال
	منخفض	2.6627	1.83647				
قلق فيزيولوجي	مرتفع	5.1860	2.93663	167	4.705	0.00	دال
	منخفض	3.1928	2.54931				
قلق المكانة الاجتماعية	مرتفع	5.3023	3.27583	167	4.992	0.00	دال
	منخفض	3.0602	2.49560				
قلق التعبير عن الذات	مرتفع	4.4767	2.56091	167	5.406	0.00	دال
	منخفض	2.6145	1.84676				
القلق الاجتماعي العام	مرتفع	25.4070	12.35016	167	6.706	0.00	دال
	منخفض	14.4458	8.46982				

من خلال الجدول(69) نجد أن القيمة الاحتمالية p لدلالة الفروق بين مرتفعي ومنخفضي السلوك الهازم للذات في القلق الاجتماعي أصغر من 0,05، وبالتالي نرفض الفرضية الصفرية ونقبل

الفرضية البديلة، توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة من مرتفعي ومنخفضي السلوك الهازم للذات على مقياس القلق الاجتماعي، وهي لصالح مرتفعي السلوك الهازم للذات، الذين يظهرون مستويات أعلى من القلق الاجتماعي، والشكل(23) يوضح ذلك.



الشكل(23) الفروق بين مرتفعي ومنخفضي السلوك الهازم في القلق الاجتماعي

يمكن تفسير هذه النتيجة بناءً على نظرية أليس (Ellis, 1973, P88) بأن هناك مجموعة من الأفكار والمعتقدات اللاعقلانية وما يلحق بها من افتراضات، تكون هي المسؤولة عن معظم الاضطرابات الانفعالية، فيميل أصحابها إلى أن لكي يصبحوا مكبوتين وعدوانيين وقلقين وشاعرين بالذنب ولديهم سلوك هازم للذات ومنطوين على أنفسهم. فيتصور الفرد بأنه غير قادر على القيام بأدواره، وأنه لو حاول سيفشل، إضافة إلى تراجع في قدراته على التفاعل الاجتماعي وتكوين علاقات سوية مع الآخرين وتراجع الثقة بالنفس، وبالآخرين(Cleven, 2013, P219). وتترك الأفكار اللاعقلانية آثاراً عميقة على تنظيم شخصية الفرد وقدرته على التفاعل الاجتماعي، وتضعف اتزانه الانفعالي، وينتابه إحساس بعدم الراحة والتهديد، والقلق وإحساس بالعزلة إضافة إلى تصلب المعتقدات وانغلاقها وسلوك الهزيمة، وعبارات اللوم الموجهة نحو الذات والآخرين، وعبارات التذمر التي توضح تضخيم الأمور، وعدم القدرة على التحمل والانهزام (Brownson & Hartzler, 2000, P5).

إضافة إلى أن الحساسية المرتفعة للمخاطر ومؤشرات الأمان، هي سمة من سمات العديد من اضطرابات القلق، ما يؤدي إلى تفاقم السلوكيات السلبية والهازمة بشكل سلبي واستمرار القلق، (Olatunj&Cisler&Deacon,2010,P558)، فالتجارب المؤلمة والبغيضة التي تمر بالشخص غالباً ما تؤثر على علاقاته ونشاطه، وبالتالي تحد من تفكيره، وإن الفرد الذي يواجه مشكلات وخبرات شديدة ومؤلمة قد يعتنق أفكاراً سلبية ولاعقلانية عن نفسه والعالم من حوله، ويعاني استمرار التلقين الهازم للذاتSelf-defeating ما يؤدي به إلى القلق الاجتماعي، وبذلك تكون أفكار الفرد اللاعقلانية هي المسؤولة عن استجابته المضطربة، وليس الحادث الذي يظهر بأنه السبب في الاضطراب وهكذا فهناك دورة في خلق الانفعالات والاضطرابات الإدراكية واستمرارها.

ووفقاً لدراسة(قاعود، 2000) فإن لاضطراب الشخصية الهازم للذات علاقة سالبة بتقدير الذات والاستمتاع بالأنشطة، وهذا ما يدفعنا للقول إن مرتفعي السلوك الهازم للذات لديهم مستوى مرتفع من القلق الاجتماعي أكثر من منخفضي السلوك الهازم للذات، فعلى سبيل المثال "يميل المراهقون الذين يعانون من مشكلة الانسحاب الاجتماعي إلى عدم المشاركة في فرص التفاعل الاجتماع، الأمر الذي يمدهم بمتعة كبيرة وخالية من الأحاسيس السلبية في المرة الأولى، ما يقلل من تفاعلهم مع الآخرين، وبالتالي يقل مستوى شعورهم بالحرج، وتدريجياً يصبح هذا السلوك مساعداً لهم عند التعرض لمواقف جديدة قد تكون مشابهة، فيزداد احتمال استخدام ذلك السلوك بغرض التخلص من المشاعر والأفكار السلبية التي تستحوذ عليهم في تلك المواقف التي قد يتعرضون لها، ما يعود على الفرد بنتائج عكسية، فيؤدي بهم إلى الابتعاد عن الآخرين، والانعزال عنهم، وبالتالي يقل تفاعلهم مع الآخرين، ويصبحون أكثر رفضاً لفرص التفاعل الاجتماعي"، وهذا ما يقصد بنموذج الاستراتيجيات العكسية للسلوك الهازم للذات (اتباع سلوكات بغرض تحقيق منافع، ولكنها تعود على الفرد بنتائج سلبية)(شحاذة،2019،ص17).

5-3-10. لا يوجد تفاعل بين كل من السلوك الهازم للذات و الغضب والقلق الاجتماعي تبعاً لمتغيري الجنس والسنة الدراسية.

وللتحقق من الفرضية قامت الباحثة بحساب تحليل التباين المتعدد لدراسة التفاعل بين عدة متغيرات تابعة، وهي (السلوك الهازم للذات وكل من الغضب والقلق الاجتماعي) بعدة متغيرات مستقلة، وهي (الجنس والسنة الدراسية).

وفي الجدول (70) توضيح للنتائج:

جدول (70) تحليل التباين المتعدد لتوضيح التفاعل بين كل من السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي تبعاً لمتغيرات الجنس والسنة الدراسية

المتغيرات	لسنة الدراسية	الجنس	العدد	المتوسط	انحراف معياري
السلوك الهازم للذات	إعدادي	ذكر	49	71.98	15.353
		أنثى	28	70.61	16.945
		المجموع	77	71.48	15.853
	ثانوي	ذكر	54	74.81	15.470
		أنثى	70	66.86	18.035
		المجموع	124	70.32	17.357
	طالب جامعة	ذكر	15	72.87	11.957
		أنثى	109	68.88	13.991
		المجموع	124	69.36	13.779
	Total	ذكر	118	73.39	14.967
		أنثى	207	68.43	15.837
		المجموع	325	70.23	15.68
الغضب	إعدادي	ذكر	49	24.31	8.429
		أنثى	28	20.71	7.952
		المجموع	77	23.00	8.388
	ثانوي	ذكر	54	25.89	9.370
		أنثى	70	20.64	8.793
		المجموع	124	22.93	9.382
	طالب جامعة	ذكر	15	23.20	6.836
		أنثى	109	20.34	7.275
		المجموع	124	20.69	7.257
	Total	ذكر	118	24.89	8.688
		أنثى	207	20.49	7.871
		المجموع	325	22.09	8.434
القلق الاجتماعي	إعدادي	ذكر	49	21.65	10.274
		أنثى	28	18.82	11.560
		المجموع	77	20.62	10.771
	ثانوي	ذكر	54	23.80	12.425
		أنثى	70	18.10	10.475
		المجموع	124	20.58	11.667
	طالب جامعة	ذكر	15	23.80	14.198
		أنثى	109	17.59	8.204
		المجموع	124	18.34	9.284
	Total	ذكر	118	22.91	11.768
		أنثى	207	17.93	9.473
		المجموع	325	19.74	10.621

كما تم التحقق من اختبار تساوي التباين في المتغيرات الثلاثة، السلوك الهازم للذات والقلق الاجتماعي والغضب، على كل من الجنس والسنة الدراسية كما يلي:

جدول (71) تجانس تباين المجموعات في المتغيرات المستقلة على المتغيرات التابعة (السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي)

المتغيرات	قيمة F	درجة الحرية 1	درجة الحرية 2	قيمة الاحتمال
السلوك هازم للذات	1.602	5	319	.159
الغضب	1.138	5	319	.340
القلق اجتماعي	3.705	5	319	.003
a. Design: Intercept + السنة الدراسية + الجنس + السنة الدراسية * الجنس				

من الجدول (71) وبالنظر لقيم الاحتمال في متغيرات السلوك الهازم والغضب وفقاً لمتغيري الجنس والسنة الدراسية الأكبر من 0,05، نجد تجانساً في التباين، في حين لم يتحقق هذا الشرط في القلق الاجتماعي، أي أن هناك تبايناً كبيراً وفقاً لمتغيري الجنس والسنة الدراسية في القلق الاجتماعي، وقد كانت نتائج الفروق بين الاختبارات متعددة المغيرات كما يلي:

الجدول (72) الفروق بين متغيرات السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي وفقاً لكل من الجنس والسنة الدراسية

المتغيّر	الاختبار	قيم الاخبارات	قيمة "ف"	درجة الحريّة	قيمة الاحتمال p	التّفسير	حجم الأثر مربّع "ايتا"	التّفسير
تفاعل المتغيرات التابعة معاً	Pillai's Trace	.941	1690.336b	3.000	.000	دالّ	.941	تأثير مرتفع
	Wilks' Lambda	.059	1690.336b	3.000	.000	دالّ	.941	تأثير مرتفع
	Hotelling's Trace	15.997	1690.336b	3.000	.000	دالّ	.941	تأثير مرتفع
	Roy's Largest Root	15.997	1690.336b	3.000	.000	دالّ	.941	تأثير مرتفع
السنة الدراسية	Pillai's Trace	.006	.310	6.000	.932	دالّ	.003	تأثير منخفض
	Wilks' Lambda	.994	.309b	6.000	.932	دالّ	.003	تأثير منخفض
	Hotelling's Trace	.006	.308	6.000	.933	دالّ	.003	تأثير منخفض
	Roy's Largest Root	.005	.503c	3.000	.680	دالّ	.005	تأثير منخفض
الجنس	Pillai's Trace	.050	5.544b	3.000	.001	دالّ	.050	تأثير متوسط
	Wilks' Lambda	.950	5.544b	3.000	.001	دالّ	.050	تأثير متوسط
	Hotelling's Trace	.052	5.544b	3.000	.001	دالّ	.050	تأثير متوسط
	Roy's Largest Root	.052	5.544b	3.000	.001	دالّ	.050	تأثير متوسط
السنة الدراسية *الجنس	Pillai's Trace	.012	.618	6.000	.716	غير دالّ	.006	تأثير منخفض
	Wilks' Lambda	.988	.616b	6.000	.718	غير دالّ	.006	تأثير منخفض
	Hotelling's Trace	.012	.614	6.000	.719	غير دالّ	.006	تأثير منخفض
	Roy's Largest Root	.007	.771c	3.000	.511	غير دالّ	.007	تأثير منخفض

من الجدول (72) وبالنظر لقيم اختبارات تحليل التباين المتعدد وأكثرها شيوعاً Wilks' Lambda وقيمة الاحتمال الأصغر من 0,05 يتبين أن قيم تفاعل متغيرات السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي دالة إحصائياً وبحجم أثر بلغ (0,941)، أي أن تفاعل هذه المتغيرات يفسر ما قدره (94,1%) من التباين. كما تظهر قيمة الاحتمال لمتغير الجنس فروقاً دالة إحصائياً وأثراً متوسطاً بلغ قدره (0,050) في كل من السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي، أي أن متغير الجنس يفسر ما قدره (5%) من التباين في المتغيرات الثلاثة.

في حين لم تظهر فروق ذات دلالة إحصائية في متغير السنة الدراسية ولا في التفاعل بين كل من الجنس والسنة الدراسية على السلوك الهازم والغضب والقلق الاجتماعي، حيث كان حجم تأثير التفاعل بين المتغيرين المستقلين منخفضاً وبلغ (0,007).

وقد تم تحديد التأثيرات بين الأفراد في المتغيرات الثلاثة وفقاً للجنس والسنة الدراسية كما هو موضح في الجدول(73).

جدول (73) التفاعل بين المتغيرات الثلاثة (السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي) تبعاً لمتغيري الجنس والسنة الدراسية

نمط التفاعل	المتغيرات التابعة	مجموع المربعات النموذج الثلاثي	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة F	قيمة الاحتمال	حجم الأثر إيتا مربع	التفسير
المتغيرات التابعة معاً	السلوك الهازم	1101436.96	1	1101436.9	4542.944	.000	.934	دال حجم أثر مرتفع
	الغضب	110762.800	1	110762.80	1645.136	.000	.838	دال حجم أثر مرتفع
	قلق اجتماعي	92955.306	1	92955.306	858.925	.000	.729	دال حجم أثر مرتفع
السنة الدراسية	السلوك الهازم	10.121	2	5.061	.021	.979	.000	غير دال حجم أثر منخفض
	الغضب	87.183	2	43.592	.647	.524	.004	غير دال حجم أثر منخفض
	قلق اجتماعي	22.735	2	11.368	.105	.900	.001	غير دال حجم أثر منخفض
الجنس	السلوك الهازم	1076.166	1	1076.166	4.439	.036	.014	دال حجم أثر منخفض
	الغضب	830.379	1	830.379	12.333	.001	.037	دال حجم أثر منخفض
	قلق اجتماعي	1318.768	1	1318.768	12.186	.001	.037	دال حجم أثر منخفض
السنة الدراسية * الجنس	السلوك الهازم	512.296	2	256.148	1.056	.349	.007	غير دال حجم أثر منخفض
	الغضب	63.328	2	31.664	.470	.625	.003	غير دال حجم أثر منخفض
	قلق اجتماعي	117.920	2	58.960	.545	.580	.003	غير دال حجم أثر منخفض
الخطأ	السلوك الهازم	77341.561	319	242.450				
	الغضب	21477.449	319	67.327				
	قلق اجتماعي	34523.090	319	108.223				

من الجدول (73) وبالنظر لقيم ف وقيمة الاحتمال الأصغر من 0,05 يتضح وجود تأثير دال إحصائياً في تفاعل المتغيرات التابعة (السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي) معاً، وبحجم أثر مرتفع يفسر ما قدره (93,4%) للسلوك الهازم و(83,8%) للغضب و(72,9%) للقلق الاجتماعي.

كما تبين وجود فروق دالة إحصائياً في المتغيرات التابعة تبعاً لمتغير الجنس، لكن حجم أثرها منخفض وفسرت ما قدره (3,65%) من التباين في السلوك الهازم للذات، و(1%) من التباين في كل من الغضب والقلق الاجتماعي . كما اتضح من قيم الاحتمال لكل من متغير السنة الدراسية وتفاعل الجنس والسنة الدراسية أنها أكبر من 0,05، أي لا توجد فروق في المتغيرات الثلاثة (السلوك الهازم والغضب والقلق الاجتماعي) تعود لهذا التفاعل، وبالتالي فإن حجم أثرها منخفض، ولم تفسر سوى (0,3%) من التباين.

ويمكن تفسير حجم الأثر المرتفع بين السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي بأن الغضب والقلق الاجتماعي تعتبر من المشكلات الانفعالية التي تترافق مع السلوك الهازم للذات(العاسمي، 2016)، فانفعال الغضب يعتبر من المشكلات المرافقة للسلوك الهازم للذات والناتجة عن المعتقدات والأفكار الهازمة للذات، ومن خلالها يقوم الشخص الذي يعاني من مشكلة السلوكات الهازمة للذات بردود فعل للتعويض عما يعانيه من نقص، وللتعبير عن اعتراضه وعدم قبوله للمواقف التي جعلته يشعر بالإحباط والتوتر (شحادة،2019،ص155)، أما بالنسبة للقلق الاجتماعي فهو يرتبط بالتقدير السلبي للذات وعدم الاستمتاع بالأنشطة، وهذا بدوره يقود إلى أنماط من السلوك الهازم (كالمقايضات والإستراتيجيات العكسية والتعطيل الذاتي المقصود، والندم والانتحار والإدمان)، وهذا ما يدفعنا للقول أن مرتفعي السلوك الهازم للذات لديهم مستوى مرتفع من القلق الاجتماعي والغضب.

أما بالنسبة لحجم الأثر المنخفض لمتغير الجنس فتتفق هذه النتيجة مع دراسة (شحادة، 2019)، ويمكن تفسيرها بكون السلوك الهازم والغضب والقلق الاجتماعي توجد لدى كل من الذكور والإناث منذ بداية المراهقة، وتستمر على نحو متصاعد خلال المراحل العمرية اللاحقة، فالسلوك الهازم لا يختص بجنس دون آخر، وإنما هو شائع لدى الجنسين في مرحلة المراهقة والرشد(Kabatay,1999,P4)، بالإضافة إلى تشابه ظروف المراهقين النازحين من الذكور والإناث، وكونهم قد تعرضوا للضغوط نفسها في ظل الحرب والأزمة، التي كانت كفيلة بأن

تفقدهم توازنهم وقدرتهم على التحمل وأن تخلق لديهم نمطاً من السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي.

أما فيما يخص عدم وجود أثر لمتغير السنة الدراسية فيمكن تفسير ذلك بأن السنة الدراسية لا تؤثر بشكل مباشر على السلوك الهازم للذات، بينما التأثير يظهر من خلال الأوضاع والمصاعب التي تعيق حياة النازحين المراهقين وما تمتاز به كل مرحلة من مراحل المراهقة (المبكرة والمتوسطة والمتأخرة) من مشكلات وصراعات تؤدي إلى معاناة المراهق في كل مراحله الدراسة (الإعدادية – الثانوية – الجامعية)، يدفع بالفرد إلى تكوين مفهوم ذات سلبي، وتقدير متدني للذات وتكوين أفكار سلبية حولها، الأمر الذي يجعله يسلك سلوك هازم للذات.

5-3-11. لا توجد دلالة تنبؤية بالسلوك الهازم للذات من خلال الغضب والقلق الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة .

للإجابة عن هذه الفرضية تم حساب الانحدار الخطي المتعدد(Multiple Linear Regression) والذي يمكن حسابه من خلال تقدير العلاقة بين متغير كمي تابع وهو السلوك الهازم للذات ومتغيرين كميين مستقلين وهما القلق الاجتماعي والغضب، وينتج عن هذا النموذج معادلة إحصائية خطية تفسر العلاقة بين المتغيرات، وتمكن من التنبؤ وتقدير قيمة المتغير التابع من المتغيرات المستقلة وفق المعادلة التالية :

$$\hat{y} = b_0 + b_1 x + e$$

معادلة الانحدار الخطي المتعدد

e= البواقي (الخطأ العشوائي)

b1= معامل الانحدار ، x= المتغيرات المستقلة (القلق الاجتماعي والغضب)

b0= ثابت الانحدار

Y= المتغير التابع (السلوك الهازم للذات)

تم فحص العلاقة بين المتغيرات وهي السلوك الهازم للذات وكل من القلق الاجتماعي والغضب، وقد اعتمد النموذج (Stepwise)، وهو تحليل انحدار خطي متدرج بخطوات متتالية، وهي الطريقة الأفضل والأكثر استخداماً، إذ تعتمد هذه الطريقة على إدراج أقوى المتغيرات المستقلة تأثيراً على التتالي، والجدول(74) يوضح وجود ارتباط دال إحصائياً بين السلوك الهازم وكل من الغضب والقلق الاجتماعي.

الجدول (74) معاملات ارتباط بيرسون بين السلوك الهازم للذات وكل من الغضب والقلق الاجتماعي

	الغضب	القلق الاجتماعي	سلوك هازم للذات
سلوك هازم للذات	.330**	.472**	1
القلق الاجتماعي	.506**	1	

** دال عند مستوى الدلالة 0.01

من الجدول(74) يتبين وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين السلوك الهازم للذات وكل من الغضب والقلق الاجتماعي، وهي علاقة طردية موجبة دالة عند مستوى دلالة 0.01 .

وهذا يعني أنه كلما ازداد السلوك الهازم للذات ازداد الغضب والقلق الاجتماعي.

ولتحديد أثر المتغيرين المستقلين القلق والغضب بالمتغير التابع السلوك الهازم للذات وإمكانية التنبؤ، كان لابد في البداية، من تحديد اختبارات تشخيص للازدواجية الخطية، والتحقق من عدم وجود ازدواج خطي بين المتغيرين المستقلين كونهما أحد شروط إجراء تحليل الانحدار المتعدد، والجدول(75) يوضح ذلك.

الجدول(75) العلاقة الخطية وتداخلها

Model النموذج	Dimension البعد	Eigenvalue القيمة الذاتية	Condition Index مؤشر الحالة	Variance Proportions نسبة التباين		
				(Constant) الثابت	قلق.عام	غضب.عام
1	1	1.881	1.000	.06	.06	
	2	.119	3.973	.94	.94	
2	1	2.816	1.000	.01	.02	.01
	2	.123	4.786	.33	.85	.03
	3	.061	6.787	.66	.13	.96
a. Dependent Variable: سلوك هازم للذات الكلية						

بالنظر للجدول(75) ولقيمة مؤشر الحالة (CI) التي تساوي /6,787/، وهي قيمة أصغر من القيمة 15، ما يشير إلى عدم وجود ازدواج خطي بين المتغيرين المستقلين.

وبالنظر إلى نسبة التباين المفسر لكل جذر كامن، نجدها تراوحت بين (1% – 3,3%) كما فسر المكون الثالث 6,6% من التباين، وهي قيم منخفضة، وتشير إلى عدم وجود مشكلة ازدواج خطي بين المتغيرين المستقلين، كما تم التحقق من متوسط البواقي، كما هو موضح في الجدول (76):

الجدول (76) إحصاء البواقي

	الحد الأدنى	الحد الأعلى	المتوسط	الانحراف المعياري	العدد
Predicted Value القيمة المتوقعة	54.3748	90.2329	70.2308	7.594	325
Residual البواقي	-48.37484-	47.65022	.00000	13.726	325
Std. Predicted Value خطأ القيم المتوقعة	-2.088-	2.634	.000	1.000	325
Std. Residual خطأ البواقي	-3.513-	3.461	.000	.997	325
a. Dependent Variable: السلوك الهازم للذات					

من الجدول (76) يتضح أن متوسط البواقي يساوي صفراً بانحراف معياري قــدره 13,726، وهي تقدم شرطاً للوثوق بنتائج تحليل الانحدار المتعدد.

بناء على ذلك تم حساب نماذج تحليل الانحدار المتعدد وفق المتغيرات الأقــوى، وهــي القلــق الاجتماعي ثم الغضب.

جدول (77) خطوات تحليل الانحدار المتعدد وفق إدراجها

النموذج	المتغيرات المدرجة	المتغيرات المحذوفة	الأدوات
1	القلق الاجتماعي	.	Stepwise (Criteria: Probability-of-F-to-enter <= .050, Probability-of-F-to-remove >= .100).
2	الغضب	.	Stepwise (Criteria: Probability-of-F-to-enter <= .050, Probability-of-F-to-remove >= .100).

من الجدول(77) يتضح أن متغير القلق الاجتماعي قد أدرج أولاً لكونه يمثل الارتباط الأقــوى مع السلوك الهازم للذات ومن ثم ادرج متغير الغضب، ولم يتم حذف أي متغير، ومن ثم تم تحديد ملخص لنماذج الانحدار المتعدد والجدول (78) يوضح النتائج:

الجدول (78) ملخص نماذج تحليل الانحدار المتعدد

النماذج	معامل الارتباط R	R Square معامل التحديد	Adjusted R Square معامل التحديد المعدل	Std. Error of the Estimate أخطاء القياس	Durbin-Watson اختيار دوربن واتسون
1	.472[a]	.223	.221	13.84686	2.015
2	.484[b]	.234	.230	13.76861	
a. Predictors: (Constant), قلق.اجتماعي					
b. Predictors: (Constant), قلق .اجتماعي, غضب.عام					
c. Dependent Variable: سلوك هازم للذات					

ومن الجدول(78) يتضح ما يلي:

إن قيمة ((دوربن واتســـــون)) المحسوبة نجدها تساوي 2,015 عند حجم العينة / 325/ وعدد المتغيرات المستقلة اثنان، بينما تساوي قيمة ((دوربن واتسون)) المجدولة 1,72 عند مستوى الدلالة 0,05، وتساوي 1,58 عند مستوى الدلالة 0,01.

بناءً على ذلك يتبين أن قيمة ((دوربن واتسون)) المحسوبة أكبر من القيمة المجدولة، ما يدل على قبول الفرضية الصفرية، ويشير إلى عدم وجود ارتباط ذاتي أو تسلسل بين البواقي، والذي يعــد شرطاً ضرورياً للوثوق بنتائج الانحدار المتعدد.

كما يتضح من الجدول (78) أن معامل انحدار المتغير التابع وهو السلوك الهازم للذات علـــى المتغيرين المستقلين القلق الاجتماعي والغضب، قد بلغ /0,231/، أي إن المتغيــران المســتقلان يفسران ما قدره /23,4%/ من التباين المفسر.

للتحقق من دلالة العلاقة والقوة التفسيرية لتأثير المتغيرين المستقلين الغضب والقلق الاجتماعي في المتغير التابع للسلوك الهازم للذات، كان لابد من التحقق من عدة نقاط وهي:

أ- دلالة الفروق من خلال تحليل التباين الأحادي ضمن نموذج الانحدار المتعدد، والجــدول(79) يوضح ذلك:

الجدول (79) تحليل التباين الأحادي وقوة العلاقة لنموذجي الانحدار المتعدد

النموذج		مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	قيمة الاحتمال
1	Regression	17799.094	1	17799.094	92.831	.000[b]
	Residual	61930.598	323	191.736		
	Total	79729.692	324			
2	Regression	18686.690	2	9343.345	49.286	.000[c]
	Residual	61043.002	322	189.575		
	Total	79729.692	324			
a. Dependent Variable: السلوك الهازم للذات						
b. Predictors: (Constant), قلق اجتماعي						
c. Predictors: (Constant). قلق اجتماعي وغضب عام						

بالنظر لقيم (ف) في الجدول (79) يظهــر وجــود مصــدرين للتبــاين، الأول يعــود إلــى الانحدارRegression، والآخر يعود للبواقي والأخطاء العشوائية Residual، وبالنظر إلــى قيمــة p الاحتمالية نجد أنها أصغر من 0,05، وبالتالي يمكن رفض الفرضية الصفرية وقبــول الفرضــية

البديلة بوجود فروق دالة إحصائياً ومعنوياً لنموذج انحدار السلوك الهازم على كل من القلق والغضب. ما يشير إلى أن القلق والغضب لهما أثر معنوي على السلوك الهازم للذات.

ولكتابة معادلة الانحدار كان لابد من تحديد ثابت الانحدار ودلالة تأثير المتغيرين المستقلين الغضب والقلق الاجتماعي على المتغير التابع السلوك الهازم للذات ككل، كما هو موضح في الجدول(80).

الجدول (80) قيمة الثابت ومعاملات الانحدار ودلالتها الإحصائية للمتغيرات المستقلة على المتغير التابع

النموذج		Unstandardized Coefficients المعاملات غير المعيارية		Standardized Coefficients المعاملات المعيارية	قيمة ت ستيودنت t	قيمة الاحتمال	Collinearity Statistics إحصائيات الازدواج الخطي	
		B القيمة البائية	Std. Error خطأ القياس	Beta بيتا			Tolerance التفاوت	VIF عامل تضخيم التباين
1	(Constant)	56.460	1.623		34.796	.000		
	قلق اجتماعي	.698	.072	.472	9.635	.000	1.000	1.000
2	(Constant)	53.238	2.196		24.248	.000		
	قلق.اجتماعي	.606	.083	.411	7.266	.000	.744	1.343
	غضب.عام	.227	.105	.122	2.164	.031	.744	1.343
a. Dependent Variable:. السلوك الهازم للذات								

من الجدول (80) يمكن ملاحظة ما يلي :

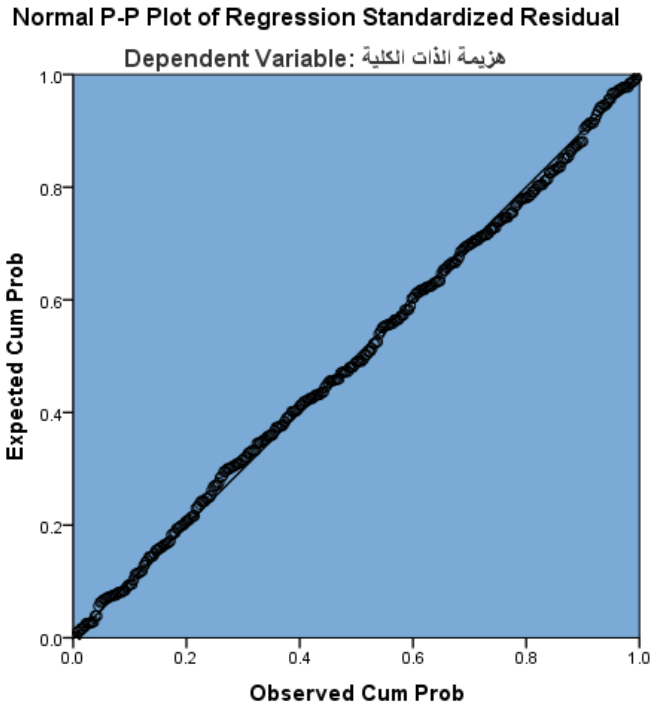
قيمة عامل تضخيم التباين VIF في حالة المتغيرين المستقلين تساوي 1,343، وهي أصغر من القيمة /10/ ما يشير إلى عدم وجود تزاوج خطي، ويقدم شرطاً إضافياً للثقة بتحليل الانحدار المتعدد.

كما يتضح بالنظر لقيم المعامل البائي B وإلى خطأ القياس المتعلق به، وقيمة معامل بيتا Beta وقيمة ت ستيودنت وقيم p الاحتمالية الأصغر من 0,05، أن تأثير المتغيرين المستقلين الغضب والقلق الاجتماعي على السلوك الهازم للذات دال إحصائياً، وبالتالي يمكن التوصل لمعادلة الانحدار التي تمكن من التنبؤ بالمتغير التابع السلوك الهازم للذات من المتغيرين المستقلين القلق الاجتماعي والغضب.

السلوك الهازم للذات = 54,235+(0,606×القلق الاجتماعي) +(0,227 × الغضب)

أي كلما ارتفعت درجات كل من المتغيرين القلق الاجتماعي والغضب ارتفعت درجات السلوك الهازم للذات.

وللتحقق من التوزيع الطبيعي للبواقي تم تحديد التمثيل البياني الذي يوضح انحدار المتغيرين المستقلين على المتغير التابع، كما هو موضح في الشكل (24) التالي:



الشكل (24) انحدار قيم السلوك الهازم للذات على كل من الغضب والقلق الاجتماعي

ومن الرسم البياني تتضح اعتدالية توزع القيم وانتشارها بشكل متجانس، ما يشير إلى تجانس تباين الخطأ العشوائي، وأن البواقي(الأخطاء العشوائية) تتوزع طبيعياً.

وعليه يمكن القول إن نسبة التباين غير المفسر، والتي تبلغ 76,7% من التباين الكلي، لا تعود بشكل كامل للعوامل المتعلقة بأخطاء القياس، وإنما إلى طبيعة المتغيرات المدروسة، وهي تأثير القلق والغضب في السلوك الهازم للذات، وبناء على ذلك نرفض الفرضية الصفرية، ونقبل البديلة أي توجد دلالة تنبؤية بالسلوك الهازم للذات من خلال كل من الغضب والقلق الاجتماعي اللذين يلعبان دوراً دالاً بالتنبؤ بالسلوك الهازم للذات لدى أفراد عينة الدراسة من المراهقين النازحين.

ويمكن تفسير ذلك بكون الغضب والقلق انفعالين يشيران لمستويات شدة مختلفة، ونظراً لطبيعة الظروف القاسية التي تواجه أبناء النازحين المراهقين، قد يكون ما تم رصده خلال فترة الدراسة هو الأكثر شدة مثلاً، فالصراعات النفسية التي قد تتشكل لدى المراهق تقوده لمشكلات انفعالية كالغضب والقلق الاجتماعي، تجعله يدخل في مقايضات هازمة للذات، وتتكون لدية أفكار غير منطقية تقوده باتجاه السلوك الهازم للذات، ضناً منه أنه سيخفف الألم والمشاعر السلبية التي تنتابه، وقد ينجح

بذلك على المدى القصير، فيصبح منخرطاً بشكل واعي أو غير واعي بأنماطٍ مختلفة من السلوك الهازم للذات، ولكن مع الزمن ستعود عليه بنتائج عكسية.

وأكد بيرنز(Burns, 2018, P4) إنه يمكن أن تؤدي الحالة المزاجية السلبية إلى تهديدات الأنـــا، فعندما يكون الإنسان في مزاج سلبي، فإنه يضع معايير أو أهداف أعلى لنفسه. لذلك، هذا سيجعله أكثر عرضة للفشل، فيدخل حلقة مفرغة من الفشل في تحقيق أهدافه الأمر الذي يمثل تهديداً للأنا، ما يؤدي إلى انفعال سلبي (كالغضب والقلق)، ما يدفعه إلى وضع معايير أعلى، فتكون النتيجة فشل أكبر. ومن الممكن أن تقود الحالة المزاجية السلبية إلى التفكير أكثر في العواقب الفورية للأفعـــال، بدلاً من العواقب طويلة الأجل، وهذا، أيضاً، يمكن أن يجعل الإنسان يفعل شيئاً ما يهزم ذاته أيضاً.

وهذا ما يدفع بنا للقول أن الحالات الانفعالية التي تم رصدها لدى المراهقين النازحين من غضب وقلق اجتماعي تكون جديرة لتتنبأ بوجود سلوك هازم للذات لديهم.

5-4. ملخص نتائج الدراسة:

يمكن أن نلخص نتائج الدراسة على النحو الآتي:

من خلال الإجابة عن أسئلة الدراسة (مدى الانتشار) تبين ما يلي:

1- إن مستوى السلوك الهازم للذات لدى أفراد عينة الدراسة يقع ضمن المستوى المتوسط.

2- إن مستوى الغضب لدى أفراد عينة الدراسة يقع ضمن المستوى المتوسط.

3- إن مستوى القلق الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة يقع ضمن المستوى المتوسط.

وبالنسبة للعلاقة الارتباطية بين السلوك الهازم والغضب والقلق الاجتماعي فقد تبين ما يلي:

1- وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة الدراسة علـــى مقيـــاس السلوك الهازم للذات ودرجاتهم على كل من مقياسي الغضب والقلق الاجتماعي.

2- وجود ارتباطات ذات دلالة إحصائية بين كل من السلوك الهازم للـــذات والغضـــب، وقـــد تراوحت بين /0,174 و 0,330/ أعلاها في بعد الاستراتيجيات العكسية.

3- وجود ارتباطات ذات دلالة إحصائية بين كل من السلوك الهازم للذات والقلق الاجتماعي، وقد تراوحت بين / 0,288 و 0,480/، أعلاها في بعد المقايضات الهازمة للذات.

أما بالنسبة للفروق فكانت النتائج كما يلي:

1. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس السلوك الهازم للذات تبعاً لمتغير الجنس وهي لصالح الذكور.
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس السلوك هازم للذات تبعاً لمتغير السنة الدراسية، لكن تبين وجود فروق في بعد المقايضات الهازمة للذات لصالح المرحلة الثانوية.
3. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الغضب تبعاً لمتغير الجنس وهي لصالح الذكور.
4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الغضب تبعاً لمتغير السنة الدراسية، لكن تبين وجود فروق في مركب الغضب الخارجي وبعد الغضب الموجه نحو الآخرين لصالح المرحلة الإعدادية.
5. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس وهي لصالح الذكور.
6. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير السنة الدراسية، لكن تبين وجود فروق في بعد قلق التواصل لصالح المرحلة الإعدادية.
7. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة من مرتفعي ومنخفضي السلوك الهازم للذات على مقياس الغضب، وهي لصالح مرتفعي السلوك الهازم.
8. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة من مرتفعي ومنخفضي السلوك الهازم للذات على مقياس القلق الاجتماعي، وهي لصالح مرتفعي السلوك الهازم.

كما أظهرت النتائج ما يلي:

1. وجود تأثير دال إحصائياً في تفاعل المتغيرات التابعة (السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي) معاً، وبحجم أثر مرتفع.
2. توجد دلالة تنبؤية بالسلوك الهازم للذات من خلال كل من الغضب والقلق الاجتماعي اللذين يلعبان دوراً دالاً بالتنبؤ بالسلوك الهازم للذات لدى أفراد عينة الدراسة.

5-5. مقترحات الدراسة:

في ضوء النتائج التي تم التوصل إليها في الدراسة الحالية، تم وضع جملة من المقترحات تدعو بمجملها للاهتمام بالمراهقين عموماً، والنازحين على وجه الخصوص، ومن أهم هذه المقترحات ما يلي:

1. توفير خدمات الدعم النفسي للمراهقين وجميع الفئات العمرية في مراكز الإيواء.
2. تقديم برامج توعية للقاطنين في مراكز الإيواء للتخفيف من آثار الضغوط التي عايشوها بسبب الأزمة وذلك من خلال تدريب فريق من المختصين النفسيين والاجتماعيين.
3. ضرورة صياغة برامج إرشادية وعلاجية تعزز روح الانتماء لدى النازحين المراهقين للمكان المتواجدين فيه، وتعزز تقديرهم لذواتهم ورفع مستوى التوافق النفسي والاجتماعي لديهم.
4. ضرورة صياغة برامج إرشادية وعلاجية من قبل المرشدين والأخصائيين النفسيين تهدف لتشخيص وعلاج مرتفعي السلوك الهازم للذات من النازحين المراهقين حيث أشارت نتائج الدراسة الحالية أن نسبتهم(27,4%) وهي نسبة جديرة بأن تؤخذ بعين الاعتبار.
5. العمل على إجراء دراسات أكثر توسعاً للعينة المستهدفة بالدراسة الحالية نظراً لقلة الدراسات المهتمة بها، بالإضافة لإجراء أبحاث مستقبلية باستخدام عينات مختلفة في دراسات مماثلة.

ملخص الدراسة باللغة العربية

ملخص الدراسة باللغة العربية:

السلوك الهازم للذات وعلاقته بكل من الغضب والقلق الاجتماعي لدى عينة من أبناء المراهقين النازحين في محافظة السويداء.

هدفت الدراسة الحالية إلى تعرف ما يلي:

1. التعرف إلى مستوى كل من السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة.
2. تعرف العلاقة الارتباطية بين السلوك الهازم للذات والغضب و القلق الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة.
3. الكشف عن الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس السلوك الهازم للذات تبعاً لمتغيري الجنس والسنة الدراسية.
4. الكشف عن الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الغضب تبعاً لمتغيري الجنس والسنة الدراسية.
5. الكشف عن الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لمتغيري الجنس والسنة الدراسية.
6. الكشف عن الفروق بين منخفضي ومرتفعي السلوك الهازم للذات على مقياسي الغضب والقلق الاجتماعي.
7. تعرف التفاعل بين كل من السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي تبعاً لمتغيري الجنس والسنة الدراسية.
8. تعرف الدلالة التنبؤيه بالسلوك الهازم للذات من خلال الغضب والقلق الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة .

ولتحقيق هذه الأهداف تم صياغة مجموعه من الأسئلة والفرضيات على النحو الآتي:

أولاً: أسئلة الدراسة:

1. ما مستوى السلوك الهازم للذات لدى أفراد عينة الدراسة؟
2. ما مستوى الغضب لدى أفراد عينة الدراسة؟
3. ما مستوى القلق الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة؟

ثانياً: فرضيات الدراسة:

تحاول الدراسة الحالية التحقق من الفرضيات التالية:

1. لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس السلوك الهازم للذات ودرجاتهم على كل من مقياسي الغضب والقلق الاجتماعي.
2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس السلوك الهازم للذات تبعاً لمتغير الجنس.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس السلوك الهازم للذات تبعاً لمتغير السنة الدراسية.
4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الغضب تبعاً لمتغير الجنس.
5. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الغضب تبعاً لمتغير السنة الدراسية.
6. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس.
7. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير السنة الدراسية.
8. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة من مرتفعي ومنخفضي السلوك الهازم للذات على مقياس الغضب.
9. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة من مرتفعي ومنخفضي السلوك الهازم للذات على مقياس القلق الاجتماعي.
10. لا يوجد تفاعل بين كل من السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي تبعاً لمتغيري الجنس والسنة الدراسية.
11. لا توجد دلالة تنبؤيه بالسلوك الهازم للذات من خلال الغضب والقلق الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة .

وللإجابة عن أسئلة الدراسة وللتحقق من فرضياتها تم اعتماد المنهج الوصفي التحليلي الذي يتمثل بإعداد أدوات الدراسة وتحكيمها، واختيار عينات لها نفس خصائص العينة الأساسية، لإجراء الدراسات اللازمة لحساب مؤشرات الصدق والثبات، وأيضاً اختيار عينة لتطبيق المقاييس عليها للإجابة على أسئلة وفرضيات الدراسة، وتحليل النتائج باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS، وتفسير ما توصلت إليه.

وتم إعداد مقياس السلوك الهازم للذات ومقياس الغضب ومقياس القلق الاجتماعي، وإجراء صدق التحليل العاملي لكل منها، وتم التأكد من صلاحية الأدوات باستخراج معاملات الصدق والثبات اللازمة قبل تطبيقه على العينة الكلية في هذه الدراسة، وبعد أن أصبحت المقاييس جاهزة، تم تطبيقها على العينة الأساسية للدراسة –التي بلغت (325) مراهقاً ومراهقة من أبناء النازحين– ذلك بهدف الإجابة عن أسئلة الدراسة وفرضياتها.

وتم التوصل إلى النتائج الآتية:

فكانت نتائج أسئلة الدراسة كما يلي:

1- إن مستوى السلوك الهازم للذات لدى أفراد عينة الدراسة يقع ضمن المستوى المتوسط.

2- إن مستوى الغضب لدى أفراد عينة الدراسة يقع ضمن المستوى المتوسط.

3- إن مستوى القلق الاجتماعي لدى أفراد عينة الدراسة يقع ضمن المستوى المتوسط.

أما نتائج فرضيات الدراسة فهي كما يلي:

1. وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس السلوك الهازم للذات ودرجاتهم على كل من مقياسي الغضب والقلق الاجتماعي.
2. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس السلوك الهازم للذات تبعاً لمتغير الجنس وهي لصالح الذكور.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس السلوك هازم للذات تبعاً لمتغير السنة الدراسية.
4. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الغضب تبعاً لمتغير الجنس وهي لصالح الذكور.

5. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الغضب تبعاً لمتغير السنة الدراسية.
6. وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس وهي لصالح الذكور.
7. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس القلق الاجتماعي تبعاً لمتغير السنة الدراسية.
8. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة من مرتفعي ومنخفضي السلوك الهازم للذات على مقياس الغضب، وهي لصالح مرتفعي السلوك الهازم.
9. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة من مرتفعي ومنخفضي السلوك الهازم للذات على مقياس القلق الاجتماعي، وهي لصالح مرتفعي السلوك الهازم.
10. وجود تأثير دال إحصائياً في تفاعل المتغيرات التابعة (السلوك الهازم للذات والغضب والقلق الاجتماعي) معاً، وبحجم أثر مرتفع.
11. توجد دلالة تنبؤية بالسلوك الهازم للذات من خلال كل من الغضب والقلق الاجتماعي اللذين يلعبان دوراً دالاً بالتنبؤ بالسلوك الهازم للذات لدى أفراد عينة الدراسة.

قائمة المراجع

أولاً : المراجع العربية.

ثانياً : المراجع الأجنبية.

قائمة المراجع

أولاً: المراجع العربية:

1- ابراهيم، مروان عبد المجيد.(2000).**أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية**. عمان: مؤسسة الوراق.

2- أبو حلاوة، محمد السعيد عبد الجواد. (2013). الهزيمة النفسية- ماهيتها مؤشراتها محدداتها تداعياتها والوقاية منها، **سلسلة الإصدارات المكتبية المحكمة لشعن**، شبكة العلوم النفسية العربية، عدد28.

3- آدلر، ألفريد. (2005). **الطبيعة البشرية**. (ترجمة عادل بشرى). القاهرة: المجلس الأعلى للثقافة.

4- أسعد، يوسف ميخائيل.(1987). **سيكولوجية الغضب**، القاهرة :الهيئة المصرية العامة للكتاب.

5- الإسي، هديل.(2014). العلاج المعرفي السلوكي لاضطراب القلق العام (دراسة إكلينيكية)، **رسالة ماجستير غير منشورة**، كلية التربية – قسم علم نفس، غزة : الجامعة الإسلامية.

6- البلاوي، محمد سليم.(2008). **كيف تتحكم في غضبك قبل ان يتحكم فيك؟**، عن الجمعية الأمريكية لعلم النفس، المنتدى العربي لإدارة الموارد البشرية، (2018/6/5) ww.HRDiscussion.com.

7- بلحسيني، وردة.(2013).التدخل السلوكي واستراتيجية التعريض (ET) في علاج القلق الاجتماعي، **مجلة العلوم الاجتماعية والنفسية**، الجزائر: جامعة ورقلة، العدد(10)71-86.

8- تقرير الهجرة الدولية لعام2015.(2015). **الهجرة والنزوح والتنمية في منطقة عربية متغيرة**. الأم المتحدة والمنظمة الدولية للهجرة، استرجع بتاريخ (2017/12/11) www.publications.iom.int.

9- التميمي، ليث حمزة.(2013). الشخصية المهزومة ذاتياً وعلاقتها بالمكانة النفسية والاجتماعية، **رسالة ماجستير غير منشورة**، كلية الآداب، العراق: جامعة بغداد.

10- الجمعية الأمريكية للأطباء النفسيين. (2014). الدليل التشخيصي الإحصائي للاضطرابات العقلية DSM-5 ، ترجمة : الحمادي، أنور.

11- الجوهي، عبد الله عمر سالم(2008): **العلاج المعرفي السلوكي**، أكاديمية علم النفس، (2018/7/27)www.acofps.com.

12- حبيب، صموئيل .(1994). **سيكولوجية الغضب – العاطفة التي أسيء فهمها**، الطبعة الثانية، القاهرة: دار الثقافة.

13- حجازي، علاء علي.(2013). القلق الاجتماعي وعلاقته بالأفكار اللاعقلانية لدى طلبة المرحلة الإعدادية بالمدارس الحكومية في محافظات غزة، **رسالة ماجستير غير منشورة**، غزة: كلية التربية- الجامعة الإسلامية.

14- حجازي، مصطفى.(2015). **الأسرة والصحة النفسية- المقومات، الديناميات، العمليات**، الطبعة الأولى، المغرب: المركز الثقافي العربي.

15- حساسنة، وسام ؛ داود، نسيمة.(2016). فاعلية برنامج توجيه جمعي محوسب للتدريب على إدارة الغضب في خفض السلوك العدواني لدى طلبة الصف السادس، **دراسات** العلوم التربوية، الأردن: الجامعة الأردنية، المجلد 43(3)،.

16- حسنية، يحياوي.(2013). علاقة الغضب بظهور السلوك العدواني لدى المراهقين (دراسة ميدانية بثانويات ولاية تيزي وزو)، الجزائر: **مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية**، العدد 12.

17- حسين، بلقيس.(2013). اضطراب ما بعد الضغوط الصدمية وعلاقته بالقلق الاجتماعي لدى المراهقين في مدينة بعقوبة، كلية التربية الأساسية ، جامعة ديالى، العراق: **مجلة الفتح**، العدد (55).

18- حمزة، أحمد.(2012). **مقياس الغضب للمرهقين**، كلية التربية ،الرياض :جامعة الأميرة نورة بنت عبد الرحمن.

19- الخوالدة، عثمان عبد الفتاح؛ جرادات، عبد الكريم محمد.(2014). أثر برنامج علاج معرفي سلوكي في تخفيض الغضب وتحسين استراتيجيات التعامل معه، سلسلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، الأردن: **مؤتة للبحوث والدراسات**، المجلد(29)العدد(2).

20- دبابش، علي.(2011). فاعلية برنامج إرشادي مقترح للتخفيف من القلق الاجتماعي لدى طلبة المرحلة الثانوية وأثره على تقدير الذات، كلية التربية قسم علم النفس، **رسالة ماجستير غير منشورة**، غزة: جامعة الأزهر.

21- دحلان، تحرير سعيد .(2015). انهزامية الذات والاغتراب النفسي وعلاقتهما بالاتجاه نحو الهجرة لدى مستخدمي مواقع التواصل الاجتماعي في جامعة الأقصى، **رسالة ماجستير غير منشورة**، إرشاد نفسي، جامعة الأقصى ، غزة فلسطين.

22- الدوسري، إيمان محمد.(2012).العفو وعلاقته بانفعال الغضب لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة، **رسالة ماجستير غير منشورة**، قسم علم النفس، المملكة العربية السعودية :جامعة أم القرى.

23- راينكر، هانس .(2009). **علم النفس الإكلينيكي أشكال من الاضطرابات النفسية في سن الرشد**، (ترجمة : رضوان، سامر جميل)، الطبعة الأولى، الإمارات العربية المتحدة: دار الكتاب الجامعي.

24- رضوان، سامر جميل.(2001). القلق الاجتماعي (دراسة ميدانية لتقنين مقياس القلق الاجتماعي على عينات سورية)، **مجلة مركز البحوث التربوية**، جامعة قطر السنة العاشرة، العدد 19 (ص47-77).

25- رضوان، سامر جميل.(2007). **الصحة النفسية**، الطبعة الثانية، عمان : دار الميسر للنشر والتوزيع.

26- رضوان، سامر جميل.(2009). **ممارسة العلاج النفسي – الأسس النظرية للتحليل النفسي والعلاج السلوكي**، الطبعة الاولى، الإمارات العربية المتحدة: دار الكتاب الجامعي،.

27- الريشان، حامد ؛ العذاري، طارق.(2012). أثر أسلوب السيكودراما في خفض الغضب لدى طلبة المرحلة المتوسطة، **المجلة آداب المستنصرية/ كلية التربية**، بغداد: جامعة المستنصرية، 10(59)(1-27).

28- زهران، حامد.(1986).**علم نفس النمو الطفولة والمراهقة**، الاسكندرية: دار المعرفة.

29- سعدي، ريما. (2017).اضطراب ضغوط ما بعد الصدمة لدى عينة من المراهقين النازحين دراسة ميدانية في منطقة مصياف. **مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية _ سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية**، المجلد(39).العدد6، ص(31-43).

30- سكينر، ب- ف.(1980). **تكنولوجيا السلوك الانساني**، (ترجمة : يوسف، عبد القادر ومراجعة: الدرني، محمد رجا)، الكويت :مجلة عالم المعرفة، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب.

31- سمبسون، روث. (2018). **تربية السلام والدعم النَّفسي-الاجتماعي نحو تحقيق التماسك الاجتماعي**، نشرة الهجرة القسرية/السوريون في التهجير، مركز دراسات اللاجئين في قسم الإنماء الدولي في جامعة أكسفورد، العدد57(38-40)، (2018/3/19) www.fmreview.org/ar/syria2018.

32- الشافعي، ناصر.(2009). **فن التعامل مع المراهقين- مشكلات وحلول**، القاهرة: دار البيان للترجمة والتوزيع.

33- شحادة، أنس.(2019). فاعلية برنامج قائم على الإرشاد العقلاني الانفعالي في خفض حدة بعض السلوكيات الهازمة للذات لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية، **رسالة دكتوراه غير منشورة**، جامعة دمشق كلية التربية.

34- الشربيني، لطفي عبد العزيز.(1990). **كيف تتغلب على القلق – المشكلة والحل**، بيروت: دار النهضة للطباعة والنشر.

35- الشريف، بسمة عيد.(2014). سلوك الغضب وعلاقته بأساليب التنشئة الأسرية لدى طلبة المرحلة الثانوية في عمان، **البلقاء للبحوث والدراسات**، كلية الآداب والعلوم، الأردن: جامعة عمان الأهلية، المجلد(17)، العدد(2)، 57-81.

36- شلهوب، دعاء جهاد.(2016). قلق المستقبل وعلاقته بالصلابة النفسية دراسة ميدانية لدى عينة من الشباب في مراكز الإيواء المؤقت في مدينتي دمشق والسويداء، **رسالة ماجستير غير منشورة في كلية التربية**، دمشق: جامعة دمشق.

37- شما، يمان.(2015). القلق الاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات دراسة ميدانية على تلاميذ الحلقة الأولى من التعليم الأساسي في مدينة حمص، **مجلة جامعة البعث**، المجلد 37(2).

38- الطنطاوي، حازم شوقي.(2015). فعالية العلاج بضبط حركة العينِ وإعادة المعالجة (EMDR)في تخفيف اضطراب القلق الاجتماعي لَدى طلاَب الجامعة، **رسالة دكتـــوراه غير منشورة**، كلية التربية، قسم الصحة النفسية مصر : جامعة بنها.

39- العاسمي، رياض.(2016/2/1). **مقياس المعتقدات هزيمة الـــذات**، أكاديميـــة علـــم النفس، مقاييس نفسية، استرجع بتاريخ (2017/11/13)،WWW.acofps.com.

40- العاسمي، رياض.(2012). تناقضات إدراك الذات وعلاقتها بكل من القلق الاجتماعي والاكتئاب لدى طلاب جامعة دمشق، **مجلة جامعة دمشق**-المجلد- 28 العدد الثالث.

41- عبد الرحمن، محمد ـــــ عبد الحميد، فوقية. (1998).**مقياس الغضب كحالة وسمة**، القاهرة : دار قباء للطباعة والنشر.

42- العثمان، عبدالله.(2005). **افهم غضبك كي تتغلب عليه**، الكويت: دار ناشري للنشر الإلكتروني.

43- عزو، أحمد ؛ سمور، قاسم. (2016). فاعلية برنامجين إرشاديين لخفض أعـــراض اضطراب الرهاب الاجتماعي لدى عينة من طلبة السنة الأولى في جامعـــة اليرمـــوك، **المجلة الأردنية في العلوم التربوية:** مجلد 12 عدد 1.

44- العصار، إسلام إسامة. (2015). التشوهات المعرفية وعلاقتها بمعنى الحيـــاة لـــدى المراهقين بقطاع غزة (دراسة مقارنة)، **رسالة ماجستير في الصحة النفسية المجتمعية**، غزة :الجامعة الإسلامية.

45- العقاد، عصام ؛ قاعود، محمد. (2001). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالسلوك الهازم للذات لدى عينة من المراهقين والمراهقات، مجلة كلية التربية، جامعة الزقازيق، العـــدد 39،(1-38).

46- عقل، محمود عطا حسين.(1997). **النمو الإنساني الطفولة والمراهقـــة**، الطبعـــة الرابعة، الرياض: دار الخريجي للنشر والتوزيع.

47- علاء الدين، جهاد؛ الحيح، هنادي.(2018). أثر الإرشاد الجمعي في خفض أعـــراض الغضب لدى أطفال اللاجئين السوريين في الأردن، **المجلة الأردنية في العلوم التربوية**، مجلد14، عدد1(ص27-41).

48- علام، صلاح الدين محمود. (2002). القياس والتقويم التربوي والنفسي أساسياته وتوجيهاته المعاصرة ، دار الفكر العربي القاهرة .

49- غانم، محمد حسن.(2006). **الاضطرابات النفسية والعقلية والسلوكية**، القاهرة :مكتبة الأنجلو المصرية.

50- فرويد ، سيجموند .(1989). **الكف والعرض والقلق**، (ترجمة: محمد نجاتي)، الطبعة الثالثة، القاهرة: دار الشروق.

51- فهمي، محمد كامل .(2005). **الإحصاء بلا معاناة المفاهيم مع التطبيقات باستخدام SPSS** ، ج1، مكتبة الملك فهد الوطنية .

52- قاعود، محمود عبد العزيز.(2000). اضطراب الشخصية الهازم للذات وعلاقته بمظاهر السلبية والانحراف في المجتمع، **رسالة دكتوراه غير منشورة في علم النفس**، القاهرة: جامعة جنوب الوادي، كلية التربية بسوهاج.

53- القصاص، محمد مهدي. (2007). **مبادئ الإحصاء والقياس الاجتماعي**، مصر: جامعة المنصورة، كلية الآداب،.

54- كحلة، ألفت .(2009).**العلاج المعرفي السلوكي والعلاج السلوكي عن طريق التحكم الذاتي لمرضى الاكتئاب**، القاهرة: إيتراك للطباعة والنشر.

55- كرماش، حوراء عباس. (2016). الاغتراب النفسي وعلاقتهِ بقلق المُستقبل لدى الطلبة النازحين في جامعة بابل. جامعة بابل–كلية التربية الأساسية، **مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية**، العدد/30/، ص(227–252).

56- كلارك، هيلن.(2016). تقريرُ التنمية الإنسانية العربية لعام2016 – الشبابُ في المنطقة العربية–آفاقُ التنمية الإنسانية في واقعٍ متغيّر، المكتب الإقليمي للدول العربية، برنامج الأمم المتحدة الإنمائي، USA، www.arab-hdr.org (2018/3/17).

57- كولدري، ماريون و بيبلز، جيني.(2018). **نشرة الهجرة القسرية/ السوريون في التهجير**، مركز دراسات اللاجئين في قسم الإنماء الدولي في جامعة أكسفورد، العدد57، www.fmreview.org/ar/syria2018(2018/7/3).

58- لندنفيلد، جيل. (2008). **إدارة الغضب– أبسط الخطوات للتعامل مع الإحباط والتهديد**، الطبعة الرابعة، الرياض :مكتبة جرير.

59- المالح، حسان؛ الزياد، فيصل.(2004). الرهاب الاجتماعي عند العرب- القياس النفسي، **مجلة شبكة العلوم النفسية العربية**، العدد 2،59-63 .

60- محمد ،هدى حسن.(2016). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها بالسلوك الانهزامي لدى طالبات رياض الأطفال في كلية التربية الأساسية، مجلة كلية التربية العدد الرابع والعشرين.

61- محمد، عادل عبدالله. (1999). **العلاج المعرفي السلوكي أُسس وتطبيقات**، القاهرة: دار الرشاد-الزقازيق.

62- محمود، ابرهيم وجيه.(1981). **المراهقة خصائصها ومشكلاتها**. القاهرة: دار المعارف.

63- محمود، خديجة محمد.(2013). القلق الاجتماعي لدى طلبة جامعة بنغازي وفقاً لبعض المتغيرات، **رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس**، ليبيا: جامعة بنغازي.

64- مراد، فاطمة.(2011). مدى فاعلية الإرشاد العقلاني الانفعالي في تخفيض حدة السلوك الهازم للذات لدى عينة من طلاب الجامعة، **رسالة ماجستير غير منشورة**، كلية التربية، قسم الصحة النفسية، تخصص علم نفس، القاهرة: جامعة أسوان.

65- معمرية، بشير.(2009). القلق الاجتماعي المواقف المثيرة نسبة الانتشار الفروق بين الجنسين وبين مراحل عمرية، **أبحاث ومقالات مجلة شبكة العلوم النفسية العربية**، العدد21- 22، WWW.Arabpsynet.com (18-12-2017).

66- المفتي، محمد أمين.(1984) .**السلوك التدريسي** .الكويت :مؤسسة الخليج العربي.

67- ملص، زينب. (2007). العلاقة بين الرهاب الاجتماعي وتقدير الذات لدى عينة من طلاب الجامعة الأردنية، **رسالة ماجستير غير منشورة** ، كلية الدراسات العليا، الجامعة الأردنية.

68- مهلة، محمد.(2009). مستويات القلق الاجتماعي وعلاقتها بمفهوم الذات لدى طلبة وطالبات المرحلة الثانوية بمدينة القضارف، **رسالة ماجستير غير منشورة**، مصر: جامعة الخرطوم.

69- المومني، فواز؛ جرادات، عبد الكريم.(2011).الرهاب الاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين: الانتشار والمتغيرات الاجتماعية والديموغرافية، **المجلة الأردنية للعلوم الاجتماعية**، المجلد4، العدد1(ص71-88).

70- النفيسة، عبد العزيز علي.(2010).تأثير القلق الاجتماعي و الاكتئاب على بعض العمليات المعرفية ، **رسالة دكتوراه في الفلسفة**، قسم العلوم الاجتماعية، الرياض: جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

71- وادي، منى محمد.(2016). مكونات انفعال الغضب وعلاقته بالتوافق الدراسي لدى تلاميذ المرحمة الاعدادية، رسالة ماجستير غير منشورة في علم النفس، **غزة:** الجامعة الإسلامية.

72- International Committee Of the Red Cross –ICRC اللجنة الدولية للصليب الأحمر(2010): النزوح الداخلي في النزاعات المسلحة– مواجهة التحديات، المركز الإقليمي للإعلام – القاهرة WWW.ICRC.org(2018/2/24).

73- OCHA أوتشا – مكتب تنسيق الشؤون الإنسانية.(2010) .أوتشا في رسالة النزوح الداخلي، www.internaldisplacement.org(2018/2/24).

ثانياً: المراجع الأجنبية:

74- Alkhathami, Saleh . (2015).Social Anxiety And Quality Of Life In Adolescents: Cognitive Aspect**, thesis for the degree of Doctor of Philosophy**, Social Interaction And Cultural Tendency, University of Bedfordshire.

75- Alshawashreh. M., Alrabee, F., & Sammour, Q. (2013). The Relationships between Self –Defeating Behavior and self-esteem among Jordanian College Students**. International Journal of Humanities and Social Science**, *3*, (P255-269).

76- Alvarado, Nancy & Jameson Kimberly A.(2002). Varieties of Anger: The Relation Between Emotion Terms and Components of Anger Expressions,**Motivation and Emotion**, Vol. 26, No.2,(P153-182).

77- American Psychiatric Association (1994):**Diagnostic and Statistical Manual for mental disorders** (4th Ed) , Washington, DSM-IV.

78- Averill, James. R.(1983): Studies on Anger and Aggression, Implications for Theories of Emotion, University of Massachusetts, Amherst, Vol 1, (P145-160).

79- Baumeister، Roy F.، Scher، Steven J.(1988). Self-defeating behavior patterns among normal individuals: Review and analysis of common self-destructive tendencies, **American Psychological Association**, Vol 104(1), (P3-22).

80- Berkeley .(2016). **Be Well At Work- Faculty Staff Health Programs**, Berkeley University Of California, berkeley.edu/ bewellat work, employeeassistance@berkeley.edu.(2018/4/6)

81- Black, S & Donald, R & Henderson, M .(2005).**A Guide To Controlling Anger, Doing Well**, NHS borders , Acknowledgement to Newcastle, North Tyneside and Northumberland Mental Health NHS Trust.

82- Bond, Annie B.(2005). 12 Self-Defeating Behaviors, (13-8-2018), WWW.Care2.com .

83- Boodman, Sandra. G.(2013). **Anger Management and Coping Skills, Dixie Eastridge**, MA, BCBA, CBIS, Behavior Analyst,Learning Services NeuroBehavioral Institute-West.

84- Bridges, R., & Harnish, R. (2010). Role of Irrational Belief in depression and Anxiety**. Helth Journal**, Department of Psychology, The Pennsylvania State University, New Kensington, USA, Vol.2, No.8,(P 862-877).

85- Burns, David D. (December 17, 2018). **Uncovering Self-Defeating Beliefs (SDBs) –For Therapists and Interested Patients Only!** , Tagged Downward Arrow Technique, Feeling Good,(10-1-2019),www.feelinggood.com.

86- Butler, Andrew C.& Chapman, Jason E. & Forman Evan M.& Beck Aaron T.(2006). The empirical status of cognitive-behavioral therapy: A review of meta-analyses, United States**: Clinical Psychology Review**, Do1 10(26) (P17– 31).

87- Cleven, H. (2013). Factors affecting defeatism, **Educational Journal**, (37) 2, (P200 – 231).

88- Cooper,Arnold M.(2009). The Narcissistic-masochistic Character, **Psychiatric Annals**, Vol 39, No .10(P904-912)

89- Cremers , Henk R., Roelofs, Karin .(2016). Social anxiety disorder: a critical overview of neurocognitive research, WIREs Cognitive Science, Wiley Periodicals, Inc, Doi: 10 Vol 7(P218–232).

90- Cudney, Milton R.(1975). **Eliminating Self-Defeating Behaviors**, Western Michigan University, Life Giving Enterprises, Michigan: Kalamazoo.

91- Curtis, Rebecca Coleman.(1989)**. Self-Defeating Behaviors: Experimental Research, Clinical Impressions**, and Practical Implications. New York: Plenum.

92- Dunn, Katherine.(2016). **How to deal with anger**, Mind for Better Mental Health, the mental health charity for England, (22,5,2018), www.mind.org.uk.

93- Durosaro. I.A.& Ajiboye, S.K .(2011). Problems and coping strategies of internally displaced adolescents in Jos Metropolis,Nigeria, **International Journal of Humanities and Social Science,** Vol. 1 No. 20,(P256-262).

94- Ellis, A.(1973**) Humanistic psychotherapy-The Rational Emotive Approach**, New York. Mc Graw Hill Book Company.

95- Goleman, Danie.(1978). New Research Illuminates Self-Defeating Behavior, The New York Times- Archives,(8-April-2018) archivefeedback@nytimes.com.

96- Hartzler, Bryan & Brownson, Chris.(2000). **Defeat Your Self-Defeating Behavior Understanding & Overcoming Harmful Patterns**, TI 080 – Thematic, Counseling & Mental Health Center,The University of Texas at Austin.

97- Haynes, Adele Beardsley .(2001). Childhood Resilience: A developmental Model to promote Positive outcomes despite

Adversity. **Ph. D. Thesis.** Faculty of the California School of professional psychology. Alameda.

98- Johnl, Pollock(1991): Self-Defeating Arguments,Department of Philosophy, University of Arizona, U.S.A, **Kluwer Academic Publishers. Printed in the Netherlands**, Minds and Machines 1(P367-392).

99- Jornrud, Martin.(2012).International protection of internally displaced persons- A field study of internal displacement and available protection in the Republic of South Sudan, **Master thesis in Lund University**, International Human Rights Law

100- Josephs, Lawrence & McLeod, Barbara Ann.(2014). A Theory of Mind-focused Approach To Anger Management, Adelphi University, Psychoanalytic Psychology**, American Psychological Association**, Vol. 31, No. 1,(P68–83).

101- Kabatay, Regina T. (1999).**Self-Defeating Personality and Learned Helplessness**, Honors Theses, Southern Illinois University Carbondale.

102- Kass, Frederic M.D.(1987). In Response: New Controversial Diagnoses: Self-Defeating and Sadistic Personality Disorders, **Jefferson Journal of Psychiatry**, Columbia University College of Physicians and Surgeons,Vol.5(1),(P92-96).

103- Kingdon, David &Turkington ,Douglas.(2002). **The case study guide to cognitive behaviour therapy of psychosis**, JohnWiley & Sons Ltd, England: Chichester, The Atrium, Southern Gate.

104- Kweon, Byoung-Suk & Ulrich, Roger S. &Walker, Verrick D& Tassinary, Louis G. .(2008). Anger and Stress The Role of Landscape Posters in an Office Setting, **Environment and Behavior,** Dol(10) Vol(40) Number 3 (P355-381).

105- Langer, Julia Kane .(2015). Eye Contact and Social Anxiety Disorder, **Thesis Presented for the Degree of Doctor of Philosophy,** Arts & Sciences Electronic Theses and Dissertations, Washington University in St. Louis.

106- Langer, Julia Kane.(2015). Eye Contact and Social Anxiety Disorder, **theses for the degree of Doctor of Philosophy**, the Arts & Sciences at Washington University Open Scholarship.

107- Liao, Kuan-Wen. (2009). International Protection for Internally Displaced Persons, **A thesis to the degree of Master of Arts,** Washington University in St. Louis.

108- Liebowitz, Michael R.(1987). Liebowitz Social Anxiety Scale, **Mod Probl Pharmacopsychiatry**, 22(P141-173).

109- Lowth, M. (2015). Managing anger in adolescents, **Practice Nurse**, VOL 45(12), (P18-23).

110- Mager, Kenna.L .(2015). Cyber-Victimization, Depression, and Social Anxiety Among College Students, **Masters Theses,** Student Theses & Publications ,program in Clinical Psychology at Eastern Illinois University.

111- Morris, Eric P.& Mensink, David & Stewart, Sherry H. (2015): **A Brief Cognitive-Behavioral Treatment for Social Anxiety Disorder** , Dalhousie University

112- Mull, Lisa. J.(2006).Social Anxiety and Introversion in College Students**, theses for the degree of Doctor of Psychology,** Pacific University, Dissertations and Capstone Projects at Common Knowledge.

113- Novaco.R.W. &Chemtob.C.M .(1998). **Anger and trauma Conceptualization, assessment, and treatment**. In Follette, Ruzek, and Abueg (Eds.). Cognitive-behavioral therapies for trauma. New York: The Guilford Press,(P162-190).

114- Olatunj , Bunmi O. - Cisler , Josh M. – Deacon, Brett J.(2010). **Efficacy of Cognitive Behavioral Therapy for Anxiety Disorders: A Review of Meta-Analytic Findings**, Elsevier Inc, USA, psych. theclinics .

115- Poole, Claire & Hall, Martin & Clarke, James .(2010). **Coping With Anger,** Improving Access to Psychological Therapies (IAPT) , Cambridge shire and Peterborough NHS Foundation Trust, Reprinted January,5 (P1-25).

116- Potegal M.& Novaco R. W. (2010). A brief history of anger. International Handbook of anger. New York: **Springer Science &** Business Media, DOI 10-2(P9-24)

117- Russell, G. and Topham, P. (2012). The impact of social anxiety on student learning and well-being in higher education. Journal of Mental Health, 21 (4). (P 375-385).

118- Sanchez, Laura C. A.(2011). Comparative study of refugees and IDPS**, Master thesis in the Burnett Honors College at the University of Central Florida**, Florida: Orlando.

119- Schill, T., Beyler, j., Morales, j. (1992). The role of beliefs and anger issues in self-defeating Behavior, **Psychological Reports**, Vol.70,(P 595-598).

120- Shahsavarani, Amir Mohammad. (2015). Assessment & Measurement of Anger in Behavioral and Social Sciences: A Systematic Review of Literature, **International Journal of Medical Reviews**, Iran: Tehran, Baqiyatallah University of Medical Sciences, Volume(2), Issue 3,(P279-286).

121- Sherman , D. K. & Cohen , G. L. (2006). The Psychology Of Self-Defeating –Self-Affirmation Theory, **Advances in experimental social psychology**, VOL 3,(P183-242).

122- Sithole, Wonesai W. A.(2011). Critical analysis of the impact of food aid on internally displaced persons, **Master thesis, University of the free state,** Disaster Management Training and Education Center for Africa.

123- Snell, W. E.,& Gum, S.& Shuck, R.L.& Mosley, J.A. & Hite, T.L. (2013). **The Clinical Anger Scale (CAS)**, Measurement Instrument, Database for the Social Science. www.midss.ie(5-3-2018).

124- Spielberger, C. D. (1999). Manual for the State-Trait Anger Expression Inventory–2. Odessa: **Psychological Assessment Resources**. Vol. 2,(P 161-189).

125- Strickland, Amelia.(2014). Exploring the Effects of Social Media Use on the Mental Health of Young Adults, **thesis of the**

requirements for the Honors in the Major Program, at the University of Central Florida, Orlando, Florida.

126- Taylor, P. J., Gooding, P., Wood, A. M., Tarrier, N. (2011). The Role of Defeat and Entrapment in Depression, Anxiety and Suicide, Psychological Bulletin, University of Manchester, **American Psychological Association**, Vol. 137, No. 3, (P391–420).

127- Thau, Stefan , Poortvliet P.M., Aquino,Karl .(2007). Self-Defeating Behaviors in Organizations: The Relationship Between Thwarted Belonging and Interpersonal Work Behaviors, **Journal of Applied Psychology,**American Psychological Association, Vol. 92, No.3, (P840–847).

128- Thorburn, S. (1990). Safety through Education and Training European Journal of Engineering Education, Vol.15, No.1, (P13-17).

129- Tully, Ruth J.- Browne, Kevin D.- Schamborg,Sara.(2015). The Use of the State–Trait Anger Expression Inventory–II With Forensic Populations: A Psychometric Critique, **International Journal of Offender Therapy and Comparative Criminology,** Dol 10 (P1-18).

130- Vazire, Simine & Funder, David C.(2006). Impulsivity and the Self-Defeating Behavior of Narcissists, **Personality and Social Psychology Review**,Vol.10, No.2, (P154–165).

131- Verduyn,Ph.,Delvaux,E.,Coillie,H.,Tuerlinckx,V.F.,Mechelen,I.V. .(2009). Predicting the Duration of Emotional Experience: Two Experience Sampling Studies, University of Leuven, **American Psychological Association**. Vol. 9, No. 1,(P 83–91).

132- Watson, Marcus.(2014). Half-Connecting: Development's Self-Defeating Logic in South Africa and Beyond, Article in Transforming Anthropology**, Journal of the Association of Black Anthropologists**, Vol. 22, Number 2(P63–77).

133- Wei. Meifen ؛ YaoKu. Tsun. (2007). Testing a Conceptual Model of Working Through Self-Defeating Patterns, Iowa State University, **Journal of Counseling Psychology**, American Psychological Association,Vol.54, No.3, (P295–305).

134- Wittchen, H.Ulrich .(2000). The many faces of social anxiety disorder, Institute of Clinical Psychology and Psychotherapy, Technical University of Dresden, Germany: Munich, **International Clinical Psychopharmacology**, 15 (suppl 1)(S7-S12).

135- World Health Organization (WHO): (1991), **International Classification Of Diseases**- ICD-10.

136- Wyckoff, Joy Plumeri.(2016). Emotion and Aggression: The Role of Anger in Predicting Direct and Indirect Aggression**, theses for Master of Arts** ,The University of Texas at Austin.

137- Zeff, Karen R. (2005). The Effects of Social Anxiety on the Development of Romantic Relationships in Adolescence, **Thesis Presented for the Degree of Doctor of Philosophy**, Electronic Theses and Dissertations, Fogler Library, The University of Maine.

ملاحق الدراسة

ملحق (1) قائمة بأسماء السادة المحكمين.

ملحق (2) مقياس السلوك الهازم للذات بصورته الأولية.

ملحق (3) مقياس السلوك الهازم للذات بصورته النهائية.

ملحق (4) مقياس الغضب بصورته الأولية.

ملحق (5) مقياس الغضب بصورته النهائية.

ملحق (6) مقياس القلق الاجتماعي بصورته الأولية.

ملحق (7) مقياس القلق الاجتماعي بصورته النهائية.

ملحق (8) موافقات الجهات الرسمية والمؤسسات على تطبيق أدوات الدراسة.

الملحق (1) قائمة بأسماء السادة المحكمين

اسم المحكم	المرتبة العلمية	الاختصاص
د. أحمد الزعبي	الأستاذ في قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة دمشق.	الإرشاد النفسي
د. رياض العاسمي	الأستاذ في قسم الإرشاد النفسي، كلية التربية، جامعة دمشق.	الإرشاد النفسي
د. غسان منصور	الأستاذ المساعد في قسم علم النفس في كلية التربية، جامعة دمشق.	علم النفس المعرفي
د. منال الشيخ	الأستاذة المساعدة قسم الإرشاد النفسي في كلية التربية، جامعة دمشق.	الإرشاد النفسي
د. رنا قوشحه	المدرسة في قسم القياس والتقويم في كلية التربية، جامعة دمشق.	قياس وتقويم
د. سناء مسعود	المدرسة في قسم علم النفس في كلية التربية ، جامعة دمشق.	علم النفس النمو
د. خالد الشبلي	مدرس في قسم الإرشاد النفسي في كلية التربية ، جامعة دمشق.	الإرشاد النفسي
د. مرسل مرشد	المدرس في قسم علم النفس، كلية التربية الثانية في السويداء	الإرشاد النفسي
د. نجوى نادر	المدرسة في قسم علم النفس، كلية التربية الثانية في السويداء	صحة نفسية
د. علا نصر	المدرسة في قسم علم النفس، كلية التربية الثانية في السويداء	علم النفس الصناعي
د. خزامى البعيني	المدرسة في قسم القياس والتقويم في كلية التربية الثانية في السويداء	قياس وتقويم

ملحق (2) مقياس السلوك الهازم للذات بصورته الأولية

رقم	العبـــــارة	غير موافق إطلاقاً	غير موافق	عادي	موافق	موافق دائماً
1	أشعر بالضيق عند انتقاد الآخرين لي.					
2	أشعر بأني غير جدير بالاهتمام إذا لم يوافقني شخص ما.					
3	احتاج إلى موافقة الآخرين لكي أشعر بالسعادة والاهتمام.					
4	استخدم وسائلي الدفاعية عندما ينتقدني شخص ما.					
5	يعتمد تقديري لذاتي إلى حد كبير على آراء الآخرين.					
6	لا أستطيع أن أشعر بالسعادة من دون أن أكون محبوباً من قبل شخص آخر.					
7	أشعر بالضيق إذا لم أحصل على معدل عالٍ في الدراسة.					
8	إذا رفضني شخص ما، أشعر أن هناك شيء خاطئ ارتكبته.					
9	أرفض فرص التمتع بالحياة السعيدة مع أنه لا تنقصني المهارات الاجتماعية.					
10	أهتم بما يريد أن يحققه الآخرون بدل مما أريد أن أحققه أنا.					
11	أشعر أحياناً بالضيق، لأنني لم أكن ناجحا في الحياة.					
12	الناس في المهن المشهورة والأوضاع الاجتماعية الجيدة أكثر سعادة ونجاحاً بشكل خاص.					
13	الناس الذين يحققون قدراً من تقدير الذات جديرين بالاهتمام من أولئك الذين لا يفعلون ذلك.					
14	أشعر بالنقص عند مقارنة نفسي مع الآخرين.					
15	يعتمد احترام ذاتي إلى حد كبير نجاحي في الحياة.					
16	أشعر أن الآخرين لن يحترموني إذا عرفوا حقيقة نفسي.					
17	أشعر أنني أقل شأنا عندما أفشل.					
18	ينظر الناس إلي بدونية إذا لاحظوا شيء خطأ بي.					
19	عادة انزعج جداً عندما ارتكب خطأ.					
20	أشعر أنني يجب أن أكون مثالياً.					
21	غالبا انزعج من الآخرين عندما لا يفون بتوقعاتي.					
22	يجب أن يعاملني الآخرين بعدل واحترام وإلا شعرت بأنهم سيئون.					
23	عادة يكون الأشخاص الآخرين مسؤولين عن مشكلاتي في علاقتي معهم.					
24	لا أتحدث عن مشاعري حتى لا أفقد علاقتي مع الآخرين.					
25	أشعر أنني استحق معاملة أفضل من الأشخاص الآخرين.					
26	أرغب بتوجيه اللوم لذاتي عندما يستاء مني شخص ما.					
27	انتقد ذاتي إذا لم يكن لي صديق.					
28	ألوم نفسي عادة عن علاقاتي المتوترة مع الآخرين.					
29	إذا انزعج شخص مني، فإني عادة أشعر بأنني ارتكبت خطأ معه.					

30	انتقد ذاتي، إذا لم أكن قادراً على إرضاء الجميع.					
31	إذا لم أحصل على ما أريد سأشعر بالتشاؤم.					
32	أشعر بقلة الحيلة عندما تتراكم الأعمال والواجبات.					
33	أشعر أنني سبب كل المشكلات التي أعاني منها في حياتي.					
34	أشعر أني غير قادر على التخطيط للمستقبل.					
35	هناك أشخاص قليلون جداً يمكن التعويل عليهم لمساعدتي في حل مشكلاتي.					

ملحق (3)مقياس السلوك الهازم للذات بصورته النهائية

رقم	العبـــــــارة	غير موافق إطلاقاً	غير موافق	عادي	موافق	موافق دائماً
1	أشعر بالضيق عند انتقاد الآخرين لي.					
2	أشعر بأني غير جدير بالاهتمام إذا لم يوافقني شخص ما.					
3	احتاج إلى موافقة الآخرين لكي أشعر بالسعادة والاهتمام.					
4	استخدم وسائلي الدفاعية عندما ينتقدني شخص ما.					
5	يعتمد تقديري لذاتي إلى حد كبير على آراء الآخرين.					
6	لا أستطيع أن أشعر بالسعادة من دون أن أكون محبوباً من قبل شخص آخر.					
7	أشعر بالضيق إذا لم أحصل على معدل عالٍ في الدراسة.					
8	إذا رفضني شخص ما، أشعر أن هناك شيء خاطئ ارتكبته.					
9	أرفض فرص التمتع بالحياة السعيدة مع أنه لا تنقصني المهارات الاجتماعية.					
10	أهتم بما يريد أن يحققه الآخرون بدل مما أريد أن أحققه أنا.					
11	أشعر أحياناً بالضيق، لأنني لم أكن ناجحا في الحياة.					
12	الناس في المهن المشهورة والأوضاع الاجتماعية الجيدة أكثر سعادة ونجاحاً بشكل خاص.					
13	الناس الذين يحققون قدراً من تقدير الذات جديرين بالاهتمام من أولئك الذين لا يفعلون ذلك.					
14	أشعر بالنقص عند مقارنة نفسي مع الآخرين.					
15	يعتمد احترام ذاتي إلى حد كبير نجاحي في الحياة.					
16	أشعر أن الآخرين لن يحترموني إذا عرفوا حقيقة نفسي.					
17	أشعر أنني أقل شأنا عندما أفشل.					
18	ينظر الناس إلي بدونية إذا لاحظوا شيء خطأ بي.					
19	عادة انزعج جداً عندما ارتكب خطأ.					
20	أشعر أنني يجب أن أكون مثالياً.					
21	غالبا انزعج من الآخرين عندما لا يفون بتوقعاتي.					
22	يجب أن يعاملني الآخرين بعدل واحترام وإلا شعرت بأنهم سيئون.					
23	عادة يكون الأشخاص الآخرين مسؤولين عن مشكلاتي في علاقتي معهم.					
24	لا أتحدث عن مشاعري حتى لا أفقد علاقتي مع الآخرين.					
25	أرغب بتوجيه اللوم لذاتي عندما يستاء مني شخص ما.					
26	انتقد ذاتي إذا لم يكن لي صديق.					
27	ألوم نفسي عادة عن علاقاتي المتوترة مع الآخرين.					
28	إذا انزعج شخص مني، فإني عادة أشعر بأنني ارتكبت خطأ معه.					
29	انتقد ذاتي، إذا لم أكن قادراً على إرضاء الجميع.					
30	إذا لم أحصل على ما أريد سأشعر بالتشاؤم.					

31	أشعر بقلة الحيلة عندما تتراكم الأعمال والواجبات.					
32	أشعر أنني سبب كل المشكلات التي أعاني منها في حياتي.					
33	أشعر أني غير قادر على التخطيط للمستقبل.					
34	هناك أشخاص قليلون جداً يمكن التعويل عليهم لمساعدتي في حل مشكلاتي.					

ملحق (4)مقياس الغضب بصورته الأولية.

رقم	العبارة	ينطبق دائماً	ينطبق أحياناً	لا ينطبق أبداً
1	يغضبني أن أتذكر موقف سيء حدث معي في الماضي.			
2	تتولد لديّ مشاعر الغضب عندما أشعر أن الآخرين لا يهتمون بي.			
3	أشعر بالغضب نتيجة عدم المساواة بيني وبين زملائي من قبل المدرسين.			
5	أغضب عندما ينظر إلي على أنني أدنى من مستوى زملائي في المدرسة.			
6	أشعر بالغضب عندما يسخر مني أحد زملائي.			
7	يغضبني نقد المدرسين لي أمام زملائي.			
8	أشعر بالغضب عندما ينتقد سلوكي أحد أفراد أسرتي.			
9	يثير غضبي عدم القدرة على أخذ حقي من الآخرين.			
10	أشعر بغضب كبير إذا لم أتمكن من التعبير عن رأيي.			
11	أشعر بغضب شديد بشأن مستقبلي، لأنه لا يمكن تحسينه.			
12	أرغب في إيذاء نفسي عند الغضب.			
13	أصرخ بصوت مرتفع عندما أغضب.			
14	أقوم بضرب من يثير غضبي.			
15	أعجز عن التعامل مع الموقف بطريقة واعية عند الغضب.			
16	يجبرني من أثار غضبي على شتمه.			
17	أقوم بكسر أشياء أمامي عندما أغضب.			
18	أصرخ على الآخرين عندما أغضب لدرجة أنني لا أستطيع التوقف.			
19	أشعر بالإحباط الشديد عندما أغضب.			
20	أحطم ما في يديّ عندما أغضب.			
21	أندم كثيراً بعد موقف الغضب.			
22	عندما أغضب أستطيع إخفاء مظاهر غضبي.			
23	أجد صعوبةفي التنفس عندما أغضب.			
24	تتسارع ضربات قلبي عندما أغضب.			
25	غضبي الشديد يفقدني شهيتي للطعام.			
26	أشعر بالارتجاف في أطرافي عندما أغضب.			
27	غضبي الشديد يمنعني من النوم خلال الليل.			
28	شعوري بالغضب يتعبني لدرجة تكبلني.			
29	يفقدني غضبي الشديد القدرة على اتخاذ قرارات سليمة.			
30	يستمر غضبي الشديد لفترة طويلة.			
31	يتجنبني الآخرون لأنني أغضب باستمرار.			
32	عندما أشعر بالغضب الشديد تنخفض قدرتي على إنجاز مهماتي.			
33	أصاب بحالة من فقدان السيطرة التامة على نفسي أثناء الغضب الشديد.			
34	أشعر بالغضب أكثر مما يحدث عند الآخرين.			

ملحق (5) مقياس الغضب بصورته النهائية.

رقم	العبارة	تنطبق دائماً	تنطبق أحياناً	لا تنطبق ابداً
1.	تتسارع ضربات قلبي عندما أغضب.			
2.	أغضب عندما أشعر أني بحاجة دائماً للمساعدة من الآخرين.			
3.	غضبي الشديد يفقدني شهيتي للطعام.			
4.	أشعر بالارتجاف في أطرافي عندما أغضب.			
5.	أضطر إلى شتم من يثير غضبي.			
6.	أصرخ بصوت مرتفع عندما أغضب.			
7.	أقوم بضرب من يثير غضبي.			
8.	أغضب عندما أشعر بعدم قدرتي على الخروج متى أريد من مركز الإيواء.			
9.	يغضبني سخرية الطلاب من لهجتي عندما أتكلم معهم.			
10.	أشعر بالغضب نتيجة ما حل بي أنا وأسرتي.			
11.	عندما أغضب لا أستطيع إخفاء مظاهر غضبي.			
12.	أشعر بالغضب من المستوى المعيشي السيء بعد نزوحي من مسكني الأصلي.			
13.	يغضبني عدم تطبيق القوانين والأنظمة إلا على النازحين.			
14.	أحطم ما في يديّ عندما أغضب.			
15.	يغضبني أن أتذكر موقف سيء حدث معي في الماضي.			
16.	أشعر بالغضب نتيجة عدم المساواة بيني وبين زملائي من قبل المدرسين.			
17.	أعجز عن التعامل مع الموقف بطريقة واعية عند الغضب.			
18.	أقوم بكسر أشياء الموجودة أمامي عندما أغضب.			
19.	أشعر بالغضب عندما يسخر مني أحد زملائي.			
20.	يغضبني نقد المدرسين لي أمام زملائي.			
21.	يثير غضبي عدم القدرة على أخذ حقي من الآخرين.			
22.	أصرخ على الآخرين عندما أغضب لدرجة أنني أفقد السيطرة على نفسي.			
23.	أشعر بغضب عندما أفكر في مستقبلي، لأنه لا يمكن تحسينه.			

ملحق (6)مقياس القلق الاجتماعي بصورته الأولية.

رقم	العبـــــــــارة	تنطبق دائماً	تنطبق أحياناً	لا تنطبق أبداً
1	يحمر وجهي خجلاً عندما أتحدث مع الغرباء.			
2	أجد صعوبة في البدء بالحديث مع الآخرين.			
3	أجد صعوبة في إلقاء السلام على أشخاص يقطنون بجواري.			
4	أشعر بأنني مرفوض من قبل الآخرين.			
5	أنزعج عندما ينظر إليّ أحد بشكل مباشر.			
6	أشعر بالارتياح عندما أتغيب عن المدرسة حتى لو كان لسبب بسيط.			
7	أتجنب الإجابة على أسئلة المدرس بشكل شفهي داخل الصف مع أنني أعرف الإجابة.			
8	أتوتر عندما أضطر لمساعدة أشخاص لا أعرفهم عند حدوث الكوارث.			
9	أتجنب المشاركة في الأعمال التطوعية التي تنظمها مؤسسات الإغاثة.			
10	أشعر بالغثيان عندما يطلب مني التحدث أمام الآخرين.			
11	أخاف من ملاحظة الناس لأعراض القلق التي تظهر علي مثل (تعرق أو احمرار الوجه أو ارتجاف....إلخ).			
12	أشعر بضيق التنفس عندما اضطر للكلام أمام مجموعة من الناس في المواقف الاجتماعية.			
13	أميل للجلوس في الخلف في المناسبات الاجتماعية.			
14	أتردد عندما أريد سؤال شخص ما عن موضوع معين.			
15	أشعر بالتوتر عندما أقرأ أو أتكلم بصوتٍ عالٍ أمام الآخرين.			
16	أخاف من إطلاق الأحكام عليّ من قبل الآخرين.			
17	أتردد في دخولي للصف عند حضوري متأخراً.			
18	علاقتي بزملاء المدرسة محدودة جداً.			
19	أشعر بالتوتر الشديد عندما أضطر لإيجاد مصادر النجدة عند حدوث مشكلة ما.			
20	أشعر بعدم تقدير الآخرين لي بعد النزوح.			
21	مشاركتي قليلة في المناسبات الاجتماعية.			
22	أتردد في التعبير عن رأيي بصراحة ضمن مجموعة من الأفراد.			
23	أشعر بالتوتر عندما أكون محل ملاحظ الآخرين.			
24	أشعر بالوحدة في المجتمع الذي أقيم فيه مع النازحين.			
25	أتردد بطلب المساعدة من مسؤولي الرعاية الاجتماعية في مراكز الإيواء.			
26	أجد صعوبة بالسيطرة على أفكاري في المواقف الاجتماعية.			
27	يزعجني الدخول إلى مكان مليء بالناس وينظرون إليّ خشية عدم لباقة السلوك.			
28	تتشتت أفكاري عندما أتحدث مع الآخرين.			
29	في المدرسة أختار مكاناً في آخر الصف للابتعاد عن نظر المدرس.			
30	أشعر بتوتر شديد عند مناداتي من قبل مدير المدرسة للاستفسار عن شيء ما.			
31	قبل أن أدخل في موقف اجتماعي أكون مهموماً من احتمال فشلي في هذا الموقف.			
32	أشعر بالدوار عند وجودي في مكان يتم فيه تصوير الموجودين لهدف إعلامي.			
33	أفكر بأشياء ليس لها علاقة بالموقف الذي أكون فيه.			
34	أجد صعوبة كبيرة في التعرف على أصدقاء جدد في المنطقة التي نزحت أليها.			
35	قبل الذهاب إلى مكان ما، أفكر بأنني سوف يحدث لي شيء مكروه.			

ملحق (7)مقياس القلق الاجتماعي بصورته النهائية.

رقم	العبارات	تنطبق دائماً	تنطبق أحياناً	لا تنطبق ابداً
1.	أجد صعوبة في البدء بالحديث مع الآخرين.			
2.	أشعر بأنني مرفوض من قبل الآخرين.			
3.	أنزعج عندما ينظر إليّ أحد بشكل مباشر.			
4.	أتجنب الإجابة على أسئلة المدرس بشكل شفهي داخل الصف مع أنني أعرف الإجابة.			
5.	أتوتر عندما أضطر لمساعدة أشخاص لا أعرفهم عند حدوث الكوارث.			
6.	أشعر بالغثيان عندما يطلب مني التحدث أمام الآخرين.			
7.	أخاف من ملاحظة الناس لأعراض القلق التي تظهر علي مثل (تعرق أو احمرار الوجه أو ارتجاف....إلخ).			
8.	أشعر بضيق التنفس عندما اضطر للكلام أمام مجموعة من الناس في المواقف الاجتماعية.			
9.	أميل للجلوس في الخلف في المناسبات الاجتماعية.			
10.	أتردد عندما أريد سؤال شخص ما عن موضوع معين.			
11.	أشعر بالتوتر عندما أقرأ أو أتكلم بصوتٍ عالٍ أمام الآخرين.			
12.	أخاف من إطلاق الأحكام عليّ من قبل الآخرين.			
13.	أتردد في دخولي للصف عند حضوري متأخراً.			
14.	أشعر بالتوتر الشديد عندما أضطر لإيجاد مصادر النجدة عند حدوث مشكلة ما.			
15.	أشعر بعدم تقدير الآخرين لي بعد النزوح.			
16.	أتردد في التعبير عن رأيي بصراحة ضمن مجموعة من الأفراد.			
17.	أشعر بالتوتر عندما أكون محل ملاحظ الآخرين.			
18.	أشعر بالوحدة في المجتمع الذي أقيم فيه مع النازحين.			
19.	أجد صعوبة بالسيطرة على أفكاري في المواقف الاجتماعية.			
20.	يزعجني الدخول إلى مكان مليء بالناس وينظرون إليّ خشية عدم لباقة السلوك.			
21.	تتشتت أفكاري عندما أتحدث مع الآخرين.			
22.	أختار في المدرسة مكاناً في آخر الصف للابتعاد عن نظر المدرس			
23.	أشعر بتوتر شديد عند مناداتي من قبل مدير المدرسة للاستفسار عن شيء ما.			
24.	قبل أن أدخل في موقف اجتماعي أكون مهموماً من احتمال فشلي في هذا الموقف.			
25.	أشعر بالدوار عند وجودي في مكان يتم فيه تصوير الموجودين لهدف إعلامي.			
26.	أفكر بأشياء ليس لها علاقة بالموقف الذي أكون فيه.			
27.	أجد صعوبة كبيرة في التعرف على أصدقاء جدد في المنطقة التي نزحت أليها.			
28.	قبل الذهاب إلى مكان ما، أفكر بأنني سوف يحدث لي شيء مكروه.			

ملحق (8) موافقات الجهات الرسمية والمؤسسات على تطبيق أدوات الدراسة.

موافقة من محافظة السويداء للسماح بتطبيق أدوات الدراسة في مراكز الإيواء التابعة للمحافظة والمدارس الإعدادية والثانوية.

موافقة من وزارة التربية للسماح بتطبيق أدوات الدراسة في المدارس الإعدادية والثانوية.

موافقة من دائرة العلاقات المسكونية والتنمية

موافقة من منظمة الهلال الأحمر فرع السويداء ومركز الاستجابة للمساعدة ما أمكن.

موافقة من مدير مركز الإيواء الكائن في قرية رساس (معسكر الطلائع).

موافقات من مدراء المدارس التي تمت زيارتها والتطبيق فيها.

الجمهورية العربية السورية
جامعة دمشق
نائب رئيس الجامعة
لشؤون البحث العلمي والدراسات العليا
الرقم : ...../ ع / ٥٠٥٠

الإدارة المحلية والبيئة
محافظة السويداء
الرقم / ٩٧٤٤ /
تاريخ الورود ٢٠١٨/٨/٢٦
تاريخ الصدور ٢٠١٨/٨/٢٦

إلى محافظة السويداء

يرجى السماح لطالبة الماجستير **همسة جمال نصر** المسجلة في كلية التربية بجامعتنا بتطبيق المقاييس الخاصة بالدراسة والحصول على المعلومات اللازمة للدراسة لزوم البحث الذي تعده بعنوان" السلوك الهازم للذات وعلاقته بكل من الغضب والقلق الاجتماعي لدى عينة من أبناء النازحين المراهقين في محافظة السويداء ". وذلك بإشراف السيد الدكتور **أحمد الزعبي**.

على أن لا تتحمل جامعة دمشق أية نفقات لقاء ذلك.

شاكرين تعاونكم،،،

نائب رئيس جامعة دمشق
لشؤون البحث العلمي والدراسات العليا

٩ - آب ٢٠١٨ - ٢٧ ذو القعدة ١٤٣٩

عطوف السيد مازن الحمد
مرفق بملاك الأحمر
مدير مركز الديوان
للعمل على تسهيل عمل الطالبة المذكورة

محافظ السويداء
عامر ابراهيم الشهابي

الجمهورية العربية السورية
جامعة دمشق
نائب رئيس الجامعة
لشؤون البحث العلمي والدراسات العليا
الرقم : ٥/ ٢٦٦٦

إلى مديرية التربية بمحافظة السويداء

يرجى السماح لطالبة الماجستير **همسه جمال نصر** المسجلة في كلية التربية بجامعتنا بتطبيق المقاييس الخاصة لزوم البحث الذي تعده بعنوان" السلوك الهازم للذات وعلاقته بكل من الغضب والقلق الإجتماعي لدى عينة من أبناء النازحين المراهقين " وذلك بإشراف السيد الدكتور **أحمد الزعبي**.

علماً أن جامعة دمشق لاتتحمل أية نفقات لقاء ذلك.

شاكرين تعاونكم،،،

٢١ حزيران ٢٠١٨ - ٧ - شوال ١٤٣٩

نائب رئيس جامعة دمشق
لشؤون البحث العلمي والدراسات العليا

مديرية التربية بالسويداء
* التاريخ ١ / ٨ / ٢٠١٨ *
وارد مخابرة ٣٣٠٥

المشرف الثاني

مدير التربية بالسويداء
بسام صالح أبو مجمع

إلى ثانويات مدينة السويداء
العامة والخاصة

يسمح لطالبة الماجستير همسة جمال نصر
بالدخول ولقاء الطلاب لإنجاز بحثها.

مدير التربية في السويداء
بسام [illegible]

الجمهورية العربية السورية
جامعة دمشق
نائب رئيس الجامعة
لشؤون البحث العلمي والدراسات العليا
الرقم: .....

الرقم: ١٩١٧
التاريخ: ١٨/٩/٢

الرقم: ٥٠٧ ١٥٨٧
التاريخ: ١٨/٩/٢

إلى محافظة السويداء

يرجى السماح لطالبة الماجستير **همسة جمال نصر** المسجلة في كلية التربية بجامعتنا بتطبيق المقاييس الخاصة بالدراسة والحصول على المعلومات اللازمة للدراسة لزوم البحث الذي تعده بعنوان" السلوك الهازم للذات وعلاقته بكل من الغضب والقلق الاجتماعي لدى عينة من أبناء النازحين المراهقين في محافظة السويداء ". وذلك بإشراف السيد الدكتور **أحمد الزعبي**.

على أن لا تتحمل جامعة دمشق أية نفقات لقاء ذلك.

شاكرين تعاونكم،،،

نائب رئيس جامعة دمشق
لشؤون البحث العلمي والدراسات العليا

٩ - آب ٢٠١٨ - ٢٧ ذو القعدة ١٤٣٩

SYRIAN ARAB RED CRESCENT
الهلال الأحمر العربي السوري
فرع السويداء
SOUEIDA

إلى دائرة العلاقات المسكونية والتنمية

مقدمته : الطالبة همسة جمال نصر / المعيدة في كلية التربية في السويداء.

أتقدم لكم بطلب الموافقة على تسهيل مهمتي في تطبيق المقاييس الخاصة بالبحث و الحصول على المعلومات لزوم البحث الذي أعده لنيل شهادة الماجستير في الإرشاد النفسي وهو بعنوان السلوك الهازم للذات وعلاقته بكل من الغضب والقلق الاجتماعي لدى عينة من النازحين المراهقين بمحافظة السويداء.

علماً أن المعلومات التي سيتم الحصول عليها بهدف البحث العلمي فقط لا غير.

ولكم جزيل الشكر....

الأربعاء ٢٠١٨/٩/١٩

مقدمته الطالبة

همسة جمال نصر

مع الموافقة
مدير دائرة العلاقات المسكونية
منطقة السويداء

DEPARTMENT OF ECUMENICAL RELATIONS AND DEVELOPMENT
PATRIARCHATE OF ANTIOCH
السويداء

إلى من يهمه الأمر

تم السماح للطالبة الماجستير هند جمال نظر لدخول مركز الإيواء درء مع الطالبة على أن تقوم بتطبيقه والحصول على المعلومات اللازمة لمشروعها وقد التقت بمجموعة من أبناء الوافدين في المركز لتتم تشكيل دراسة عنهم

ثم لها جميع السبل التي تساعدها في دراستهم

ولكم الشكر والتقدير

في ١٤/٩/٢٠١٩م

مدير الفرع

مركز الإيواء

تم السماح للطالبة همت نصر بتطبيق مقياس
لزوم البقت في مدرسة /عصام حرب/ اللواء /

من تاريخي ٢٠١٨/٩/١٨
الى تاريخي

توقيع المرشدة

توقيع المديرة

تم السماح للطالبة همسة جمال نصر

طالبة في كلية التربية الثانية في السويداء

بتطبيق مقياس لزوم البحث في

مدرسة فواز البدعيش الثانوية

وذلك بهدف إتمام رسالة الماجستير بعنوان (السلوك المازم للذات وعلاقته بكل من الغضب والقلق الاجتماعي لدى عينة من الناجحين في محافظة السويداء)

في تاريخ

٢٠١٨/١٠/٣١

مدير الثانوية

محسن الطويفة

إلى من يهمه الأمر ...

تم السماح للطالبة همسه عمال نصر المعيدة

في كلية التربية الثامنة في السويداء بتطبيق مقاييس

لزوم البحث الذي تعده لرسالة الماجستير الذي هو بعنوان :

« السلوك الهازم للذات وعلاقته بكل من القلق الاجتماعي و

الغضب لدى عينة من النازحين المراهقين في محافظة

السويداء » في إعدادية ضياء هبوس

وذلك في تاريخ ٢٠١٨/١١/٥ إلى تاريخ ٢٠١٨/١١/٨



لقد نفذت الأنشطة جمال نصر استبيانها في مدرسة

وريد فضل الله درغم

المدير

طلال الشوفي ١٤/١١/٢٠١٨



Damascus University
faculty of Education
Department of Psychological Counseling

Self-defeating Behavior and its relationship to Anger and Social Anxiety among a sample of Adolescents of Displaced People in the Sweida governorate

A research Submitted for Master Degree in Psychological Counseling

Prepared by
Hamsa Jamal Nasr

Supervised by
Dr. Ahmad Al-zoubi
Professor in Psychological Counseling Department,
faculty of Education, Damascus University

1439 -1440 AH
Damascus: ----------
2018 - 2019 AD

Summary

Self-defeating behavior and its relationship to anger and social anxiety among a sample of the adolescents of displaced people in the Swaida governorate.

The present study aimed to identify the following:

1. Identify the level of self-defeating behavior, anger and social anxiety in the study sample.

2. The correlation between self-defeating behavior, anger and social anxiety is defined in the study sample.

3 To detect the differences between the mean scores of the study sample members on the scale of self-defeating behaviors according to gender and educational level variables.

4 To detect the differences between the mean scores of the study sample members on the anger scale according to gender and educational level variables.

5. To detect the differences between the mean scores of the study sample members on the social anxiety scale according to gender and educational level variables.

6. To detect the differences between low and high self-defeating behavior on the anger and social anxiety scale.

7. The interaction between self-defeating behavior, anger, and social anxiety is defined by gender and school year.

8. The predictive significance of self-defeating behavior is known through anger and social anxiety in the study sample.

To achieve these objectives, a series of questions and hypotheses were formulated as follows:

First: Study Questions:

1. What is the level of self-defeating behavior among the study sample members?

2. What is the level of anger among the study sample members?

3. What is the level of social anxiety among the study sample members?

Summary

Second: The hypotheses of the study:

The present study attempts to verify the following hypotheses:

1. There is no statistically significant correlation between the scores of the study sample on the measure of self- defeating and their scores on both anger and social anxiety measures.

2 - There are no statistically significant differences between the average scores of the sample of the study on the measure of self-defeating behavior according to the gender variable.

3 - There are no statistically significant differences between the average scores of the sample of the study on the measure of self-defeating behavior according to the educational level variable.

4 - There are no statistically significant differences between the average scores of the sample of the study on the scale of anger according to gender variable.

5 - There are no statistically significant differences between the average scores of the sample of the study on the scale of anger according to the educational level variable.

6 - There are no statistically significant differences between the average scores of the sample of the study on the scale of social anxiety according to the educational level variable.

7 - There are no statistically significant differences between the average scores of the sample of the study on the scale of social anxiety according to the educational level variable.

8 - There are no statistically significant differences between the average scores of high self-defeating behaviors and average scores of low self-defeating behavior on the dimensions of the anger scale.

9 - There are no statistically significant differences between the average scores of high self-defeating behaviors and the average scores of low self-defeating behavior on the dimensions of the social anxiety scale.

10. There is no interaction between self-defeating behavior, anger and social anxiety depending on gender and educational level.

Summary

11. There is no predictive sign of self-defeating behavior through anger and social anxiety in the study sample.

To answer the study questions and to verify their hypotheses, An analytical descriptive approach was adopted which is to prepare and arbitrate the study tools, samples were selected with the same characteristics of the basic sample, studies were carried out to calculate the indicators of validity and reliability, and also select a sample to apply the standards to answer the questions and hypotheses of the study, and the analysis of the results using the statistical package, and the interpretation of the findings.

The measure of self-defeating behavior, the anger, and the social anxiety scale was prepared. The validity of the tools was verified by extracting the required honesty and consistency coefficients before applying it to the total sample. After the measurements were ready, (325) adolescent and adolescent children, in order to answer the study questions and hypotheses.

The following results were reached:

The following conclusions were reached:

The results of the study were as follows:

1 - The level of self-defeating behavior among the study sample members falls within the medium level.

2. The level of anger among the study sample is within the medium level.

3 - The level of social anxiety among the study sample members falls within the medium level.

The results of the study hypotheses are as follows:

There is a statistically significant correlation between the scores of the study sample on the measure of self- defeating and their scores on both anger and social anxiety measures.

2. There are statistically significant differences between the average scores of the sample of the study on the measure of self- defeating behavior according to the gender variable which is in favor of males.

3. There were no significant differences between the mean scores of the sample of the study on the self- defeating behavior scale according to the educational level.

Summary

4. There are statistically significant differences between the average score of the sample of the study on the anger scale according to the gender variable, which is in favor of males.

5. There were no statistically significant differences between the average grade of the sample on the anger scale according to the educational level.

6. There are statistically significant differences between the average scores of the sample of the study on the scale of social anxiety according to the gender variable which is in favor of males.

7. There were no statistically significant differences between the average scores of the study sample on the social anxiety scale according to the educational level.

8. There are statistically significant differences between the mean scores of the study sample from high and low self-defeating behaviors on the anger scale, which are in favor of high self - defeating behaviors.

9. There are statistically significant differences between the mean scores of the study sample from high and low self-defeating behaviors on the social anxiety scale, which are in favor of high self - defeating behaviors.

10. There is a statistically significant effect on the interaction of dependent variables (self-defeating behavior, anger and social anxiety) together, and the magnitude of the effect is high.

11. There is a predictive sign of self-defeating behavior through both anger and social anxiety, which play an active role in predicting self-defeating behavior in the study sample.

Damascus University
faculty of Education
Department of Psychological Counseling

Self-defeating Behavior and its relationship to Anger and Social Anxiety among a sample of Adolescents of Displaced People in Sweida Governorate

A research Submitted for Master Degree in Psychological Counseling

Prepared by
Hamsa Jamal Nasr

Supervised by
Dr. Ahmad Al-zoubi
Professor in Psychological Counseling Department,
Faculty of Education, Damascus University

1439 -1440 AH
Damascus: ----------
2018 - 2019 AD