الشفقة بالذات وعلاقتها باضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية

Self Copassion and Relation to Avoidant Personality in Secondary School Students

إعداد

سالى حسين أمين نصار

أ.د/محمد محمد بيومى خليل

أستاذ الصحة النفسية كلية التربية-جامعة الزقازيق

أ.د/محمد أحمد إبراهيم سعفان

أستاذ الصحة النفسية كلية التربية-جامعة الزقازيق

Doi: 10.21608/jasep.2020.117899

استلام البحث: ٢ / ٨ / ٢٠٢٠ قبول النشر: ٢١ / ٨ / ٢٠٢٠

المستخلص:

هدف البحث إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين الشفقة بالذات واضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية ، وأيضاً التعرف على الفروق بين الجنسين فى متغيرى الشفقة بالذات واضطراب الشخصية التجنبية ، ثم معرفة إمكانية التنبؤ باضطراب الشخصية التجنبية من خلال أبعاد الشفقة بالذات . وتكونت عينة البحث من (١٠٠) طالب وطالبة من طلاب الصف الأول الثانوى والصف الثانى الثانوى ، واستخدم الباحثون أدوات الدراسة الآتية: مقياس الشفقة بالذات إعداد نيف (Neff,2003) تعريب محمد السيد عبد الرحمن وزملاؤه (٢٠١٥) ، ومقياس اضطراب الشخصية التجنبية إعداد (سالى حين نصار)، وقد أشارت نتائج البحث إلى وجود علاقة إرتباطية سالبة بين الشفقة بالذات واضطراب الشخصية التجنبية ، وبالنسبة للفروق بين الجنسين في متغيري البحث أشارت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث فى متغير الشفقة بالذات لصالح الذكور وفي متغير اضطراب الشخصية التجنبية لصالح الإناث ، كما وجد أن بعدًا واحدًا من أبعاد الشفقة بالذات (الرحمة بالذات) هو الذي ينبئ باضطراب الشخصية التجنبية.

الكلمات المفتاحية : الشفقة بالذات – اضطراب الشخصية التجنبية – طلاب المرحلة الثانوية

Doi: 10.21608/jasep.2020.117899

Abstract:

The research aims to identify the nature of the relationship between self-compassion and avoidant personality disorder in secondary school Students, also to identify the gender differences in two variables self-compassion and avoidant personality disorder. and to know the predictability of avoidant personality disorder through some dimensions of self-compassion . The sample of the research consisted of (100) male and female students from the first and second secondary students, and the researchers used the following study tools: self compassion scale prepared by Neff (Neff, 2003) translated by Mohammad al-Sayyid Abd al-Rahman and his colleagues (2015), and avoidant personality disorder scale prepared by Sally Hessein Nassar and The results showed a statistically significant negative correlation between self-compassion and avoidant personality disorder .with regard to the gender differences in the two research variables, the results indicated that there were statistically significant differences between males and females in the self-compassion variable in favor of males and in the variable avoidant personality disorder in favor of females and it was found that Self-kindness (dimension of self compassion) predict with avoidant personality disorder.

Keywords : Self Compassion - Avoidant Personality Disorder- Secondary School Students

مقدمة :

مع تركيز علماء النفس على توسيع نطاق البحوث باتجاه العوامل التي تعزز نمو الفرد، وتيسر توافقه الإيجابي وتنمى نقاط القوة لديه ، ظهر مفهوم الشفقة بالذات فى بداية القرن الحادى والعشرين كمفهوم من مفاهيم علم النفس والصحة النفسية على يد العالم الأمريكية Kristin Neff حيث نظرت إليه على أنه يتضمن بعداً أساسياً من أبعاد البناء النفسى للفرد وسمة مهمة من سمات الشخصية الإيجابية وحاجزاً نفسياً من الآثار السلبية للحياة الضاغطة ، وذلك عندما يعيش الفرد حالة من حالات الفشل أو عدم الكفاية الشخصية فى حل مشكلاته الشخصية (Neff, 2003, 114) ، إن الشفقة بالذات لها علاقة إيجابية مع الرضا عن الحياة والحكمة والسعادة والتفاؤل والوجدان الإيجابى والترابط الإجتماعى كما ترتبط سلبيا بالنقد الذاتى والجمود الفكرى أو العزلة الإجتماعية والاكتئاب والقلق (Neff,et

(al,2007,139 ، وترى نيف وبيتمان أن الأفراد المشفقين بأنفسهم في المواقف المؤلمة يختلفون عن الأفراد غير المشفقين في سماتهم الشخصية؛ فهم أكثر مرونة، وأكثر انفتاحاً على خبراتهم، وأنّهم أكثر عقلانية في التعامل مع كلّ جوانب الخبرة السلبية. كما أن الشفقة بالذات ترتبط بالسعادة، والتفاؤل، والشخصية الناضجة. فالأفراد المشفقون على ذواتهم عندما يمرون بخبرات مؤلمة أو حالات من الفشل، قد ينظرون إلى أّنفسهم نظرة تفهم وانسجام وعطف بدلاً من المبالغة في الحكم النقدي أو جلد الذات لما يحدث لهم (Neff,K,D. & Pitman ,M.,2010,235) لهذا يكون من المهم دراسة ارتباطات الشفقة بالذات مع حالات نفسية إيجابية أو سلبية ؛ ومن الحالات الايجابية تقدير الذات والرضا عن الحياة ومن الحالات السلبية:المخاوف والقلق والتجنب ؛ وقد تم معالجة ارتباط الشفقة بالذات باضطراب الشخصية التجنبية في هذا البحث .

يعد اضطراب الشخصية التجنبية كما يشير الدليل التشخيصى والإحصائى الخامس (٢٠١٣) من اضطرابات الشخصية المجموعة الثالثة (ج) وهو نمط سائد من الكف الاجتماعي ، ومشاعر النقص وعدم الكفاية وفرط والحساسية للتقييم السلبى ، وتظهر أعراض هذا الاضطراب قبل سن البلوغ (DSM-5, 2013, 672 -673) ، في اضطراب الشخصية التجنبية يبقى الفرد في تجنب منظم من الاتصالات الاجتماعية ويتجنب الفرد الدخول في تفاعلات اجتماعية، وذلك بسبب التوقع الدائم لاحتمال تلقيه السخرية والنقد والرفض من الآخرين، ويتجنب الاشتراك في الأنشطة الاجتماعية ويكون لديه نقص في مهارات التواصل الاجتماعي، ويتجنب مخالطة الناس ولديه شعور بعدم الثقة بنفسه ، ويمكن أن يؤدى سلوك الأفراد المصابين باضطراب الشخصية التجنبية إلى إدخالهم فى دورة مستمرة من الخطأ والاضطراب ، حيث يؤدى ظهورهم بمظهر المنعزل والمتباعد عن رفاق العمل والأقران الآخرين إلى جعلهم بدورهم يتباعدون هم أيضا عنهم ، وهو ما يؤدى إلى جعل الشخصية التجنبية لا تتلقى إشارات التقبل التى تتوقعها وننتظرها جميعاً من الرفاق والزملاء ، وهوما يولد لديهم إحساساً أبدياً بعدم الأهلية الإجتماعية التى هى بؤرة الاضطراب . كما أن لديهم مشكلة أيضاً فيما يتعلق بالألفة التى تتطور من خلال الكشف المتبادل للذات ، ونظراً لأن العلاقات البينشخصية للأفراد التجنبيين تكبح التدخل مع هذه العملية ، فمن ثم تسهم فى خلق ما يخشاه المريض وهو الشعور بالرفض . ويمكن رؤية نفس النمط فى المهارات الاجتماعية الذى يعد سلوكا متعلما ومكتسباً ، وبالإضافة إلى ذلك فإن نمط السلوك التجنبى يتبعه تحديد الأفراد لكم الخبرات البينشخصية التى يجب أن يكتسبوها وتلك التى يجب أن يتجنبوها وأقل المهارات الاجتماعية التى يجب ان يتمتعوا بها . وربما يكون هناك بعض الأسس الواقعية لفكرة المرء عن ذاته لدى الأشخاص المصابين بالاضطراب التجنبى الذين يرون أنفسهم غير أكفاء اجتماعياً بصرف النظر عن استمرار دورة الاضطراب من عدمه (محمد عبد الرحمن ،٢٠٠٩ ، ٣٧٠-٣٧١) .

في جانب العلاقة المحتملة بين الشفقة بالذات واضطراب الشخصية التجنبية أشارت بعض النتائج إلى أن المواقف السلبية تجاه الذات والنقد الذاتي هي عوامل أساسية في مجموعة من الاضطرابات النفسية ، بما في ذلك اضطرابات الشخصية (Gilbert & Irons، 2005). وهذا يمكن أن يسلط الضوء على الآليات التي يتم بها تعزيز الشفقة بالذات كبداية لخفض اضطراب الشخصية التجنبية . (Nielsen GH.et al.,2011,9) .

المفترض أن الشفقة بالذات تتطلب اتخاذ أسلوب متوازن في التعامل مع الانفعالات السلبية للشخص، لأن المشاعر قد تكون مكبوتة أو مبالغاً فيها. وهذا الموقف ينبع من تماثلها لعمليات متعلقة بالخبرات الشخصية لأولئك الأشخاص الذين يعانون أيضاً من هذه الخبرات. ومن هنا، فإن اليقظة العقلية تتطلب من الشخص الشفقة بنفسه، ومراقبة أفكاره، ومشاعره السلبية، والانفتاح عليها، ومعايشتها، بدلاً من احتجازها في الوعي، إضافة إلى عدم إطلاق أحكام سلبية للذات أو التوحد المفرط مع الذات ،Over-Identification وعدم التشديد على الذات بشكل منفصل مع ترسيخ وحدة الذات (Neff ,2003b,85-101) ومع التسليم أن العمليات العقلية المرتبطة بالخبرات الشخصية قد تعمل بمستويات مختلفة بين الجنسين يكون من المتوقع وجود فروق بين الجنسين في هذا الإتجاه .

وجد أيضا أن الآليات الدفاعية وآليات الحركة النفسية المستعملة من قبل الأشخاص المصابين باضطراب الشخصية التجنبية مثل الاستبدال Replacement (التعبير عن موقف بديل) و التراجع Regression: (تبني أنماط سلوك شبيهة بسلوك الطفل) والانسحاب Withdrawal (التجنب المباشر للناس) (عبد الرحمن إبراهيم،٢٠٠٧، ١٠١)؛ مثل هذه السلوكيات قد توجد بمستويات مختلفة لدى الجنسين .

مشكلة البحث

تتلخص مشكلة البحث فى الأسئلة الآتية :

١- هل توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الشفقة بالذات واضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟

٢- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فى الشفقة بالذات لدى طلاب المرحلة الثانوية؟

٣- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فى اضطراب الضخية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟

٤- هل تنبىء بعض أبعاد الشفقة بالذات دون غيرها باضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية ؟

أهداف البحث

تكمن أهداف البحث الحالي في تناوله لأحد الموضوعات البحثية المهمة وهو الشفقة بالذات ،والذى قلت فيه الدراسات العربية والأجنبية ، **ويهدف البحث الحالي إلى :**

١- التعرف على العلاقة بين الشفقة بالذات واضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية
٢- التعرف على الفروق بين الجنسين فى الشفقة بالذات لدى طلاب المرحلة الثانوية
٣- التعرف على الفروق بين الجنسين فى اضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية
٤- معرفة إمكانية التنبؤ باضطراب الشخصية التجنبية من خلال أبعاد الشفقة بالذات .

أهمية البحث

١- تنبثق أهمية البحث الحالية من أهمية متغير الشفقة بالذات الذى بحاجة لمزيد من البحوث والدراسات
فهو من أهم متغيرات علم النفس الإيجابي ،وتعتبر قوى يحتاجها الإنسان في الوقت الحاضر ليعيش متمتعاً بصحة نفسية جيدة
٢- تنبع أهمية البحث من تناوله اضطراب الشخصية التجنبية والذى يحتاج إلى مزيد من الدراسات والأبحاث ،
٣- تظهر أهمية البحث أيضاً من كونها تتناول فئة من طلاب المرحلة الثانوية وهى مرحلة متميزة من مراحل نموهم وتعدهم ليكونوا مواطنين صالحين كما أنها مرحلة بها العديد من الضغوط والمشكلات التى يتعرض لها طلاب .
٤- الاستفادة من نتائج البحث في توجيه أنظار الباحثيين والقائمين على العملية التربوية نحو إعداد برامج لتنمية الشفقة بالذات لدى طلاب المرحلة الثانوية وخفض اضطراب الشخصية التجنبية لديهم والعديد من الاضطرابات لخلق جيل سوى متمتع بالصحة النفسية

مصطلحات البحث

١- الشفقة بالذات Self-Compassion

تعرّف الشفقة بالذات وفق منظور نيف بأنّها اتجاه ايجابي نحو الذات في المواقف المؤلمة أو الخيبة والفشل، ينطوي على اللطف بالذات، وعلى عدم الانتقاد الشديد لها، وفهم خبراتها كجزء من الخبرة التي يعانيها معظم الناس، ومعالجة المشاعر المؤلمة في وعي الفرد بعقل منفتح . (Neff,K.D.,2003,225)

٢- اضطراب الشخصية التجنبية : Avoidant Personality Disorder

تعريف الباحثة : هو نمط من اضطرابات الشخصية يتصف بمشاعر العزلة والوحدة والتوتر وعدم الأمان والشعور بالنقص والعجز وعدم القدرة على التواصل الاجتماعى وإقامة علاقات اجتماعية وصعوبة الاندماج مع الآخرين ، والحساسية الشديدة للنقد والرفض والتقييم السلبى فى المواقف الاجتماعية ، والشعور بعدم الثقة بالنفس ونقص الكفاءة الاجتماعية والتردد فى الدخول فى المغامرات الشخصية والاشتراك فى الأنشطة الجديدة والابتعاد عن مجرى الحياة الاجتماعية العادية .

Doi: 10.21608/jasep.2020.117899

حدود البحث

١- **الحدود الزمانية :** تتمثل في الفترة التي تم تطبيق البحث فيها فيها خلال العام الدراسي ٢٠١٩/٢٠٢٠

٢- **الحدود المكانية :** مجمع نويبع الثانوى بمدينة نويبع محافظة جنوب سيناء

الدراسات السابقة

كان من أهداف دراسة (Krieger,T.,2013) دراسة العلاقة بين الشفقة بالذات و سلوك التجنب و تكونت عينة الدراسة من (١٤٢) مريضاً من مرضى الاكتئاب من العيادات الخارجية و(١٢٠) من الأفراد غير المصابين بالاكتئاب من عينة المجتمع ، وتم إجراء تقرير ذاتي للتعاطف الذاتي ، استخدم الباحث مقياس الشفقة بالذات (Neff, 2003a) ، ومقياس بيك للأعراض الاكتئابية ، ومقياس سلوك التجنب Ottenbreit & Dobson, (2004) ، وقدأشارت النتائج إلى أن المرضى الذين يعانون من الاكتئاب أظهرت مستويات أقل من الشفقة بالذات من الأفراد الذين لا يعانون من الاكتئاب ، في العيادات الخارجية وجد أيضا ان متغير الشفقة بالذات ارتبط سلبًا بأعراض الاكتئاب و التجنب (كأحد أعراض اضطراب الشخصية التجنبية) كذلك وجد أن التجنب يتوسط العلاقة بين الشفقة بالذات والأعراض الاكتئابية.

في نفس الإتجاه كان من أهداف دراسة دراسة ماكينتوش وزملاؤه (Mackintosh,K.,et al.,2017)
فحص دور الشفقة بالذات وعلاقته مع التعلق والمشكلات البينشخصية لدى مرضى القلق والاكتئاب والتجنب. على عينة (عددهم = ٧٤ ؛ ٦٠٪ من الإناث ، متوسط العمر ٤٠ عامًا) من خدمة العلاج النفسي العناية الأولية في اسكتلندا ، المملكة المتحدة ، وتم تطبيق مقياس الشفقة بالذات (Neff, 2003a) ومقياس المشكلات البينشخصية Barkham et al (1996,) والضيق العاطفي ومقياس القلق والاكتئاب (HADS؛ Zigmond and Snaith 1983) أشارت النتائج إلى أن انخفاض الشفقة بالذات وارتفاع المشكلات البينشخصية ارتبط بمستويات عالية من القلق والاكتئاب . يرتبط انخفاض الشفقة بالذات وارتفاع المشكلات البينشخصية بارتفاع التجنب (كأحد أعراض اضطراب الشخصية التجنبية) وتتوسط الشفقة بالذات في العلاقة بين التجنب المرتبط بالتعلق والضيق النفسى والقلق .

في دراسة نيف وبيتمان (Neff,D,K.& Pittman,M,2010) تم دراسة العلاقة بين الشفقة بالذات والمرونة النفسية ومعرفة الفروق بين الذكور والإناث فى الشفقة بالذات والسعادة النفسية لدى المراهقين والشباب ، وتكونت العينة من (٢٣٥) مراهقاً ، و(٢٨٧) طالباً جامعياً، وتم استخدام مقياس الشفقة بالذات، ومقياس السعادة النفسية، وقد أظهرت النتائج أن الشفقة بالذات ترتبط ايجابياً مع السعادة النفسية، ووجود فروق بين الذكور

والإناث فى الشفقة بالذات لصالح الذكور مما يشير إلى أن مستوى الشفقة بالذات لدى الذكور أكبر من مستوى الشفقة بالذات لدى الإناث .

وفي نفس الإتجاه هدفت دراسة نيف وآخرون (Neff,D,K. et al.,2015) إلى الكشف عن العلاقة بين الشفقة بالذات والصحة النفسية والكشف عن الفروق بين الجنسين فى الشفقة بالذات ، وتكونت عينة الدراسة من (٥٠) من الذكور و(٥٠) من الإناث، واستخدم الباحث مقياس الشفقة بالذات ومقياس الصحة النفسية ، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشفقة بالذات والصحة والنفسية ، كما أظهرت أن الذكور لديهم مستويات أعلى قليلاً من الشفقة بالذات من الإناث .

أجرى أيضا نيف وآخرون (Neff,D.K. et al.,2018) دراسة بغرض الكشف عن الفروق بين الذكور والإناث فى الشفقة بالذات وتكونت عينة البحث من (١٠٠) من الذكور و(١٠٠) من الإناث فى المرحلة الجامعية ، واستخدمت الدراسة مقياس الشفقة بالذات واستبيان السمات الشخصية وأسلوب تحليل الإنحدار للكشف عن الفروق بين الذكور والإناث ، وقد أظهرت النتائج أن متوسطات الذكور على مقياس الشفقة بالذات أكبر من متوسطات الإناث مما يشير إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث فى مستوى الشفقة بالذات لصالح الذكور وهذا يؤكد أم مستوى الشفقة بالذات لدى الذكور أكبر من مستوى الشفقة بالذات لدى الإناث .

في جانب دراسة الفروق بين الذكور والإناث فى اضطراب الشخصية التجنبية أجرى فرنهام وتريكى (Furnham,A.& Trickey,G.,2011) دراسة للكشف عن الفروق بين الذكور والإناث فى كل من اضطراب الشخصية(الهيسترية والوسواسية والاعتمادية والتجنبية والشخصية المضادة للمجتمع والشخصية النرجسية والفصاميةوالعدوانية السلبية والبارانوية)، وتكونت عينة الدراسة من (١٨٣٦٦) عامل بريطاني منهم(٦٣٣٣)من الإناث و(١٢٠٣٣) من الذكور يتراوح أعمارهم بين(١٧ و ٧١) سنة ، متوسط أعمارهم ٣٧,٣٤ سنة ، وكان (أكثر من ٩٥٪) من الخريجين وفي وظائف الطبقة المتوسطة ، واستخدم الباحث مقياس "هوجان " لاضطرابات الشخصية (Hogan & Hogan, 1997) وقد أظهرت النتائج وجود فروق بين الذكور والإناث فى معظم اضطرابات الشخصية وخاصة اضطراب الشخصية التجنبية والفصامية والمضادة للمجتمع ، حيث سجل الذكور درجات أعلى في اضطراب الشخصية الفصامية والمضادة للمجتمع بينما سجلت الإناث درجات أعلى في اضطراب الشخصية التجنبية والاعتمادية والشخصية العدوانية السلبية والشخصية الحدية والوسواسية ، وأظهرت النتائج وجود فروق قليلة بين الذكور والإناث فى اضطراب الشخصية الهيسترية والبارانوية والنرجسية .

في دراسة غالب رشيد وزينب قدورى (٢٠١٦) كان من أهداف الدراسة التعرف على انتشار اضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الإعدادية والكشف عن الفروق بين

Doi: 10.21608/jasep.2020.117899

الذكور والإناث فى اضطراب الشخصية التجنبية ، تكونت عينة الدراسة من (١٠٠) طالب وطالبة من طلاب المرحلة الإعدادية ، واستخدم مقياس اضطراب الشخصية التجنبية إعداد الباحثتين ، ، قد أشارت النتائج إلى انتشار اضطراب الشخصية التجنبية لدى الطلبة ، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث فى اضطراب الشخصية التجنبية لصالح الإناث (إرتفاع متوسطات الإناث عن الذكور) مما يشير إلى ارتفاع اضطراب الشخصية التجنبية لدى الإناث أكثر من الذكور وتم تفسير ذلك في ضوء أن طبيعة الإناث يتجنبن المواقف الإجتماعية التى تؤثر على مستواهن الفكرى والدراسى .

التعقيب على الدراسات السابقة

لقد اتفقت نتائج دراسة (Krieger,T.,2013) و دراسة ماكينتوش وزملاؤه (Mackintosh,K.,et al.,2017)

فى أن التجنب يتوسط العلاقة بين الشفقة بالذات والأعراض الاكتئابية. ووجود علاقة بين الشفقة بالذات والتجنب كأحد أعراض اضطراب الشخصية التجنبية ، مما يشير إلى أن ارتفاع الشفقة بالذات يساهم فى خفض أعراض اضطراب الشخصية التجنبية ، وتتفق أهداف و نتائج هذه الدراسات مع هدف و نتيجة البحث الحالى وهو الكشف عن العلاقة بين الشفقة بالذات واضطراب الشخصية التجنبية وقد اختلفت عن الدراسة الحالية فى العينة حيث كانت العينة من الراشدين بينما عينة البحث الحالى من المراهقين ، كما اتفقت أيضا فى استخدام مقياس الشفقة بالذات إعداد نيف (Neff,2003) ، وقد اتفقت نتائج دراسة نيف وبيتمان (Neff,D,K.& Pittman,M,2010) ،دراسة نيف وآخرون (Neff,D,K. et al.,2015) دراسة نيف وآخرون (Neff,D.K. et al.,2018) فى التوصل إلى وجود فروق بين الذكور والإناث فى الشفقة بالذات لصالح الذكور مما يشير إلى أن ارتفاع مستوى الشفقة بالذات لدى الذكور أكثر من الإناث ، وتتفق أهداف ونتائج هذه الدراسات مع هدف و نتيجة البحث الحالى وهي التعرف على الفروق بين الذكور والإناث فى الشفقة بالذات ، وتنوعت العينة فى الدراسات السابقة ما بين طلاب المرحلة الثانوية وطلاب المرحلة الجامعية والراشدين وكانت عينة البحث الحالى من طلاب المرحلة الثانوية كما اتفقت الدراسات السابقة مع البحث الحالى فى استخدام مقياس الشفقة بالذات إعداد نيف (Neff,2003)

كما اتفقت أيضا نتائج دراسة فرنهام وتريكى (Furnham,A.& Trickey,G.,2011) ، دراسة غالب رشيد وزينب قدورى (٢٠١٦) فى التوصل إلى ارتفاع متوسطات الإناث عن الذكور فى اضطراب الشخصية التجنبية مما يشير إلى ارتفاع مستوى اضطراب الشخصية التجنبية لدى الإناث أكثر من الذكور ، وتتفق أهداف ونتائج هذه دراسات مع هدف ونتيجة البحث الحالى وهي التعرف على الفروق بين الذكور والإناث فى اضطراب الشخصية التجنبية ، كانت عينة دراسة فرنهام وتريكى من طلاب المرحلة الثانوية والمرحلة الجامعية

والراشدين والمسنين وقد اتفقت مع عينة البحث الحالى وهي طلاب المرحلة الثانوية بينما اختلف مع عينة دراسة زينب وغالب حيث كانت من طلاب المرحلة الإعدادية ، كما اتفقت الدراسات السابقة مع ابحث الحالى فى استخدام مقياس اضطراب الشخصية التجنبية

أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة

انطلاقًا من استعراض البحوث و الدراسات السابقة العربية والأجنبية والتي أتاحت للباحثة الاطلاع على ما يفيد الدراسة الحالية ويدعمها ويبرز جوانب الاتفاق والاختلاف بين الدراسة الحالية والدراسات السابقة تمكنت الباحثة من تحديد إجراءات البحث وتحديد المنهج وتحديد الأساليب الإحصائية المناسبة وكيفية مناقشة النتائج وتفسيرها وتقديم التوصيات المناسبة .

فروض البحث

١- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الشفقة بالذات واضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية

٢- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإناث والذكور فى الشفقة بالذات لدى طلاب المرحلة الثانوية لصالح الذكور

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإناث والذكور فى اضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية لصالح الإناث

٤- تنبىء بعض أبعاد الشفقة بالذات دون غيرها باضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية

إجراءات البحث

أولاً منهج البحث :

يستخدم البحث الحالي المنهج الوصفى الإرتباطى.

ثانياً: عينة البحث

تكونت عينة البحث من (١٠٠) طالب وطالبة من طلاب الصف الأول الثانوى للعام الدراسى ٢٠١٩/ ٢٠٢٠ تم اختيارهم من مجمع نويبع الثانوي التابعة لإدارة نويبع التعليمية ، وقد تراوحت أعمارهم ما بين (١٥-١٦) سنة ، وكان متوسط العمر الزمنى لعينة البحث (١٥,٤٥)سنة وانحراف معيارى (٠,٥٠) .

ثالثاً : أدوات البحث

أ- مقياس الشفقة بالذات إعداد نيف (Neff,2003) تعريب محمد السيد عبد الرحمن وزملاؤه (٢٠١٥) .

- اعتمدت الدراسة الحالية على مقياس الشفقة بالذات إعداد (Neff,2003) تعريب وتقنين (محمد عبد الرحمن ، رياض العاسمى ، على العمرى ، فتحى الضبع) عام (٢٠١٥) يتكون من (٢٦) بنداً موزعة على الأبعاد الستة للمقياس ما يلى :

Doi: 10.21608/jasep.2020.117899

١- الرحمة بالذات : يتكون من ٥ عبارات (٥- ١٢-١٩-٢٣-٢٦) .
٢- الحكم الذاتى : يتكون من ٥ عبارات (١-٨-١١-١٦-٢١).
٣- الإنسانية العامة : يتكون من ٤ عبارات (٣-٧-١٠-١٥) .
٤- العزلة : يتكون من ٤ عبارات (٤-١٣-١٨-٢٥) .
٥- اليقظة العقلية : يتكون من ٤ عبارات (٩-١٤-١٧-٢٢) .
٦- الإفراط فى التوحد : يتكون من ٤ عبارات (٢-٦-٢٠-٢٤) .

- تتم الإجابة عن بنود المقياس من خلال إجابة خماسية تتبع طريقة ليكرت تتراوح بين (تنطبق تماماً- لا تنطبق مطلقاً) حيث تحصل الإجابة تنطبق تماماً غلى خمس درجات ، بينما تحصل الإجابة لا تنطبق تماماً على درجة واحدة إذا كانت العبارة موجبة الاتجاه ، والعكس صحيح إذا كانت العبارة سالبة الاتجاه . وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع درجةا لشفقة أو درجة الصفة التى يقيسها البعد الفرعى بها
- لقد وجدت علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية مرتفعة بين هذه الأبعاد ، فضلاً عن ذلك فإنها تتحرر من أثر المرغوبية الإجتماعية ، حيث كان معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس الشفقة بالذات ومقياس مارلو كراون للمرغوبية الإجتماعية يساوى (٠,٠٥)وهى غير دالة إحصائيا . كما تم التحقق من صدق وثبات المقياس بأكثر من طريقة فى سياق أكثر من دراسة تمت على المقياس يمكن استعراضها باختصار على النحو الآتى :
- **أولاً : صدق المقياس** : يتمتع المقياس فى صورته النهائية بمستوى مرتفع من الصدق الذى تم حسابه بأكثر من طريقة منها :

١- الارتباطات البينية لأبعاد المقياس : تراوحت الارتباطات البينية لأبعاد المقياس الستة بين (٠,٨١) و (٠,٨٧) وكلها دالة إحصائياً عند (٠,٠١) .
٢- الصدق التكوينى أو البنائى : تم حساب معاملات الارتباط بين درجات الشفقة بالذات ودرجات مقاييس أخرى تقيس متغيرات أو أبعاد مشابهة أو مخالفة له .
٣- الصدق التنبؤى : حقق الذكور درجة أعلى من الإناث فى الأبعاد الستة للمقياس وللدرجة الكلية له ، كانت الفروق دالة إحصائيا عند (٠,٠٥) على الأقل فى أبعاد الحكم الذاتى ، والعزلة ، والتوحد المفرط واليقظة العقلية . مما يدل على تمتع المقياس بدرجة جيدة من الصدق التنبؤى .

- **ثانياً: ثبات المقياس** : تتمتع الصورة النهائية للمقياس بدرجة جيدة من الثبات كما تم حسابها بطريقة إعادة التطبيق حيث كانت معاملات الارتباط بين درجات التطبيق الأول والثانى على النحو التالى : (٠,٩٣) للدرجة الكلية للمقياس ، (٠,٨٨) لأبعاد الرحمة بالذات ، والحكم الذاتى والتوحد المفرط ، (٠,٨٠) والإنسانية العامة ، (٠,٨٥) لبعدى العزلة واليقظة العقلية .

▪ وهكذا يتمتع المقياس بدرجة ممتازة من الصدق والثبات ، كما استخدم فى العديد من الدراسات حول العالم مما يؤكد صلاحيته لاستخدامه فى معظم الثقافات ، وهو ما دفع بالباحثين لتقنينه فى البيئة العربية .

ب- مقياس اضطراب الشخصية التجنبية (إعداد سالي حسين نصار)

قامت الباحثة بإعداد مقياس اضطراب الشخصية التجنبية وكانت الخطوات كالآتى :

١- قامت الباحث بالإطلاع على الإطار النظرى الخاص باضطراب الشخصية التجنبية والبحوث السابقة ، والإطلاع على المقاييس السابقة مثل مقياس الشخصية التجنبية العبارات من (٦٥-٧٢) من مقياس اضطرابات الشخصية إعداد محمد حسن غانم ، عادل دمرداش ، مجدى محمد زينة(٢٠٠٧) ، مقياس اضطراب الشخصية التحنبية إعداد بشرى إسماعيل (٢٠١٦)، ومن تحليل هذه المقاييس السابقة وجدت الباحثة أنها تتفق فى الهدف وهى قياس اضطراب الشخصية التجنبية ولكن اختلف المقياس الحالى عن المقاييس السابقة فى العينة وأسلوب بناء المقياس حيث أن المقياس الحالى اعتمد على المواقف وهو أسلوب جديد فى القياس بينما المقاييس السابقة اعتمدت على العبارات اللفظية وقد اشتقت الباحثة أبعاد المقياس من المعايير التشخيصية للدليل التشخيصى الإحصائى الخامس للاضطرابات النفسية DSM-5

٢- قامت الباحثة بعمل دراسة استطلاعية حيث قامت الباحثة بتوزيع استبيان مفتوح على عينة من طلاب المرحلة الثانوية لتحديد المواقف التى أدت إلى اضطراب الشخصية التجنبية وكانت الأسئلة كالتالى (ما المواقف التى جعلتك تشعر بالوحدة خلال حياتك – اذكر بعض المواقف التى جعلتك تتجنب الناس فى كثير من الأوقات – ما المشاعر التى تنتنابك عندما يقلل الآخرين منك وعندما تواجهك مشكلة – ما المواقف التى فقد فيها تقديرك لذاتك وثقتك بنفسك) ومن خلال استجابات الطالبات حصلت الباحثة على ٣٥ موقف وجدت الباحثة أنها من العوامل التى أدت إلى اضطراب الشخصية التجنبية ، قامت الباحثة بمراجعتها مع الأساتذة المشرفين مما أدى بالنهاية إلى الحصول على ٣٠ موقف مقسمة على ٦ أبعاد بحيث كل بعد يحتوى على ٥ مواقف تتفق هذه الأبعاد مع المعايير التشخيصية

٣- قامت الباحثة بوضع الصورة الأولية للمقياس حيث قامت بصياغة عبارات كل بُعد بعد تحديد التعريف الإجرائي لاضطراب الشخصية التجنبية والتعريف الإجرائى لكل بعد ، وتم صياغة عبارات بصورة بسيطة وواضحة ومناسبة لعينة الدراسة وكانت كالآتى :

– **التعريف الإجرائى لاضطراب الشخصية التجنبية** :هو نمط من اضطرابات الشخصية يتصف بمشاعر العزلة والوحدة والتوتر وعدم الأمان والشعور بالنقص والعجز وعدم القدرة على التواصل الاجتماعى وإقامة علاقات اجتماعية وصعوبة الاندماج مع الآخرين ، والحساسية الشديدة للنقد والرفض والتقييم السلبى فى المواقف الاجتماعية ، والشعور بعدم

الثقة بالنفس ونقص الكفاءة الاجتماعية والتردد فى الدخول فى المغامرات الشخصية والاشتراك فى الأنشطة الجديدة والابتعاد عن مجرى الحياة الاجتماعية العادية .

- **أبعاد المقياس : كانت كالآتى :**

▪ **البعد الأول : العزلة الذاتية يشمل العبارات من (١-٥)**

تشير إلى عزل الذات عن الأشخاص والأماكن وعدم الرغبة فى الاختلاط بالآخرين وشعور الفرد بفجوة نفسية بينه وبين الآخرين ، ويصحب ذلك الشعور بالوحدة النفسية وفقدان الانتماء لجماعة الأقران ، وصعوبة الاندماج مع الآخرين والارتباط بهم وضعف شبكة العلاقات الاجتماعية التى ينتمى إليها

▪ **البعد الثانى : تجنب التفاعل الاجتماعى يشمل العبارات من (٦-١٠)**

يشير إلى تجنب الفرد إقامة علاقات اجتماعية والابتعاد عن مجرى الحياة الاجتماعية العادية ،ونقص المشاركة الاجتماعية فى الأنشطة الملائمة ويصحب ذلك عدم التعاون وعدم الشعور المسئولية ومشاعر الافتقار إلى التقبل والود وعلاقات اجتماعية محدودة مع الأصدقاء والآخرين

▪ **البعد الثالث : فرط الحساسية للنقد السلبي يشمل العبارات من (١١-١٥)**

يشير إلى الحساسية الشديدة للانتقاد والرفض فى المواقف الاجتماعية والشعور بالألم عند التعرض لنقد أو رفض بسيط فى أحد المواقف ، وتوقع الفرد عدم اهتمام الآخرين بكلامه لذلك يفضل الصمت ، كما أنه يتصف بالحساسية الشديدة من المثيرات التى توحى بالسخرية والاستهزاء وينظر للمزح كأنه سخرية وقسوة وإهانة لشخصيته .

▪ **البعد الرابع : تجنب الأنشطة الجديدة يشمل العبارات من (١٦-٢٠)**

يشير إلى تردد الفرد فى الدخول فى المغامرات الشخصية والمشاركة فى الأنشطة الجديدة أو تجربة أشياء جديدة وخاصة فى وجود الغرباء وذلك خوفاً من الحرج ومبالغة الفرد فى الخطر المتوقع من المواقف العادية مع وجود احتمالية عدم تقبلهم له ومقابلته بشكل سلبى

▪ **البعد الخامس : الشعور بالدونية يشمل العبارات من (٢١-٢٥)**

يشير إلى الشعور بالدونية وعدم الثقة بالنفس ونقص الكفاءة الاجتماعية ورؤية الفرد لنفسه أنه أقل شأنا من الآخرين وعدم رؤية سمات إيجابية فى شخصيته لوجود أفكار سلبية عن نفسه ويصحب ذلك نقص مهارات تكوين علاقات جديدة مع الآخرين والشعور بالعجز والفشل فى التفاعل والتواصل الجيد مع الآخرين

▪ **البعد السادس : الكف فى المواقف البينشخصية يشمل العبارات من (٢٦-٣٠)**

يشير إلى تجنب الفرد للأنشطة التى تتضمن التفاعل البينشخصى الواضح بسبب خوفه من النقد وعدم الاستحسان والرفض فلا ينخرط فى علاقة مع أحد إلا بعد التأكد من حبه له ، كما أنه حذر فى علاقاته العاطفية ويمتنع عن التعبير عن مشاعره خوفاً من الرفض ، ويتصرف

بحذر ويخشى من التميز الدراسى أو المهنى خوفاً من تحمل مسئوليات جديدة وتجنباً لانتقاد الآخرين له ، كما يشير إلي عدم القدرة على التفاهم والتعامل مع الآخرين

٤- قامت الباحثة بعرض عبارات المقياس على مجموعة من المحكمين من أساتذة الصحة النفسية وأساتذة علم النفس التربوى و أساتذة كلية آداب قسم علم نفس (ملحق١) مما أدى إلى بعض التعديلات اللغوية البسيطة فى صياغة بعض العبارات ولم يتم حذف أى موقف .

٥- قامت الباحثة بحساب الخصائص السيكومترية للمقياس وكانت كما يلى :

- **الصدق**

أ- صدق المحك

قامت الباحثة بتطبيق المقياس الحالى ومقياس اضطراب الشخصية التجنبية يقيس نفس السمة (إعداد د بشرى إسماعيل) وذلك على العينة الاستطلاعية التى كان عددها (١٠٠) طالب وطالبة ، وتم حساب معامل الارتباط بين درجات الطلاب على المقياس الحالى ودرجاتهم فى المحك ووصل إلى ٠,٨٧٠ وهى قيمة مرتفعة مما يدل على تمتع المقياس الجديد بصدق المحك .

ب-الصدق التباعدى

قامت الباحثة بتطبيق مقياس الشفقة بالذات ومقياس اضطراب الشخصية التجنبية وذلك على العينة الاستطلاعية التى كان عددها (١٠٠) طالب وطالبة من طلاب الصف الأول الثانوى والصف الثانى الثانوي ، وتم حساب معامل الارتباط بين درجات الطلاب على المقياس الحالى ودرجاتهم على مقياس الشفقة بالذات ووصل إلي

(-٠,٨٩٢)، حيث أن الإشارة السالبة تعنى وجود علاقة عكسية بين الشفقة بالذات واضطراب الشخصية التجنبية أى عندما تزيد الشفقة بالذات ينخفض اضطراب الشخصية التجنبية ، كما تدل على تمتع مقياس اضطراب الشخصية التجنبية بالصدق التباعدى .

- **الإتساق الداخلى**

تم حساب الإتساق الداخلى للمقياس بتقدير معاملات الارتباط بين درجات الطلاب على كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه ، وقد تراوحت معاملات الارتباط ما بين (٠,٦٩٤- ٠,٨٨٤) ولذلك فإن

جميع معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذى تنتمى إليه ذات دلالة إحصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠١) مما يشير إلى أن مؤشرات الاتساق الداخلى لمقياس اضطراب الشخصية التجنبية عالية مما يجعلها مقبولة علمياً .

- **الثبات**

تم التحقق من ثبات مقياس اضطراب الشخصية التجنبية ،وذلك بحساب الثبات بطريقة ألفاكرونباخ وذلك بتطبيق مقياس اضطراب الشخصية التجنبية على عينة قوامها (١٠٠) طالب وطالب من طلاب الصف الأول الثانوى والصف الثاني الثانوي ، حيث تم حساب

Doi: 10.21608/jasep.2020.117899

معاملات ألفا كرونباخ لمفردات المقياس ولكل بعد من أبعاد اضطراب الشخصية التجنبية والدرجة الكلية للمقياس .

جدول (١) : معاملات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس اضطراب الشخصية التجنبية

أبعاد المقياس	معامل الثبات
١- العزلة الذاتية	٠,٩٢١
٢- تجنب التفاعل الاجتماعى	٠,٩١١
٣-فرط الحساسية للنقد السلبي	٠,٩١٤
٤-تجنب الأنشطة الجديدة	٠,٩١٧
٥- الشعور بالدونية	٠,٩١٧
٦-الكف فى المواقف البينشخصية	٠,٩١٧
الدرجة االكلية للمقياس	**٠,٩٨٧**

يتضح من الجدول أن معامل ألفا كرونباخ لأبعاد المقياس تراوحت ما بين (٠,٩١١-٠,٩٢١) ومعامل ألفا كرونباخ للدرجة الكلية للمقياس هى (٠,٩٨٧) وتعد جميع تلك القيم مرتفعة تشير إلى أن المقياس بأبعاده يتمتع بمعامل ثبات عالى مما يعطينا دلالة إحصائية ومؤشر واضح لثبات المقياس ، وبناء على هذا فإن المقياس يصلح للتطبيق على عينة الدراسة حيث أنه يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة .

٦- **الصورة النهائية للمقياس** : بعد حساب الخصائص السيكومترية للمقياس قامت الباحثة بوضع الصورة النهائية للمقياس حيث يتكون من (٣٠) موقف موزعة على(٦) أبعاد رئيسية وهى (العزلة الذاتية – تجنب التفاعل الاجتماعى – فرط الحساسية للنقد السلبي – تجنب الأنشطة الجديدة – الشعور بالدونية – الكف فى المواقف البينشخصية) وكل بعد يتكون من (٥) مواقف ، وكل موقف لديه ٣ استجابات (أ- ب -ج) حيث أن الاستجابة (أ) تأخذ درجة والاستجابة (ب) تأخذ درجتان والاستجابة (ج) تأخذ ٣ درجات فالاستجابة (ج) تدل على وجود اضطراب الشخصية التجنبية، والدرجة الكلية للمقياس (٩٠) ، فالحاصلون على درجات أعلى من (٤٥) مصابون باضطراب الشخصية التجنبية ، والحاصلون على درجات أقل من (٤٥) لا يعانوا من اضطراب الشخصية التجنبية

رابعاً : الأساليب الإحصائية المستخدمة فى البحث

١- معامل الارتباط البسيط لبيرسون

٢- اختبار ت T-Test

٣- تحليل الإنحدار

خامساً :نتائج البحث

- **نتائج الفرض الأول وينص هذا الفرض على :" توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين الشفقة بالذات واضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية"**

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إستخدام معامل الإرتباط بيرسون "" Pearson Correlation Coefficent وذلك بحساب معامل الارتباط بين أبعاد مقياس الشفقة بالذات وأبعاد مقياس اضطراب الشخصية التجنبية والدرجة الكلية له وتلخيص النتائج فى الجدول التالي:

جدول (٢) :معاملات الارتباط بين أبعاد مقياس الشفقة بالذات وأبعاد مقياس اضطراب الشخصية التجنبية والدرجة الكلية لهما

المقياس		أبعاد مقياس اضطراب الشخصية التجنبية						
		العزلة الذاتية	تجنب التفاعل الاجتماعى	فرط الحساسية للنقد السلبى	تجنب الأنشطة الجديدة	الشعور بالدونية	الكف فى المواقف البينشخصية	الدرجة الكلية
أبعاد مقياس الشفقة بالذات	الرحمة بالذات	-٠,٨٨٩**	-٠,٨٨١**	-٠,٨٧٤**	-٠,٨٨٦**	-٠,٨٧٩**	-٠,٨٩٠**	-٠,٨٩٦**
	الحكم الذاتى	-٠,٨٦٨**	-٠,٨٦٢**	-٠,٨٤٩**	-٠,٨٦٥**	-٠,٨٥٤**	-٠,٨٦٩**	-٠,٨٧٣**
	الإنسانية العامة	-٠,٨٨٤**	-٠,٨٧٦**	-٠,٨٦٥**	-٠,٨٧٩**	-٠,٨٧٣**	-٠,٨٨٣**	-٠,٨٨٩**
	العزلة	-٠,٨٧٠**	-٠,٨٦٢**	-٠,٨٤٦**	-٠,٨٦٤**	-٠,٨٥٢**	-٠,٨٦٩**	-٠,٨٧٣**
	اليقظة العقلية	-٠,٨٧٤**	-٠,٨٦٦**	-٠,٨٦٠**	-٠,٨٦٦**	-٠,٨٦٣**	-٠,٨٧٩**	-٠,٨٨٠**
	الإفراط فى التوحد	-٠,٨٦٧**	-٠,٨٥٨**	-٠,٨٤١**	-٠,٨٥٠**	-٠,٨٤٢**	-٠,٨٥٨**	-٠,٨٦٥**
	الدرجة الكلية	-٠,٨٨٨**	-٠,٨٨٠**	-٠,٨٦٨**	-٠,٨٨١**	-٠,٨٧٣**	-٠,٨٨٧**	-٠,٨٩٢**

*** دال عند (٠,٠٥)** **** دال عند (٠,٠١)**

يتضح من جدول (٢): وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الشفقة بالذات واضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية

وكانت النتائج الإحصائية لجدول (٢) ما يلى :

١- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا عند (٠,٠١) بين الرحمة الذاتية وجميع أبعاد اضطراب الشخصية التجنبية والدرجة الكلية لاضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية

٢- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا عند (٠,٠١) بين الحكم الذاتي وجميع أبعاد اضطراب الشخصية التجنبية والدرجة الكلية لاضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية

٣- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا عند (٠,٠١) بين الإنسانية العامة وجميع أبعاد اضطراب الشخصية التجنبية والدرجة الكلية لاضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية

٤- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا عند (٠,٠١) بين العزلة وجميع أبعاد اضطراب الشخصية التجنبية والدرجة الكلية لاضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية

٥- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا عند (٠,٠١) بين اليقظة العقلية وجميع أبعاد اضطراب الشخصية التجنبية والدرجة الكلية لاضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية

٦- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا عند (٠,٠١) بين وجميع أبعاد اضطراب الشخصية التجنبية والدرجة الكلية لاضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية

٧- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا عند (٠,٠١) بين الدرجة الكلية للشفقة بالذات وجميع أبعاد اضطراب الشخصية التجنبية والدرجة الكلية لاضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية

مناقشة وتفسير نتائج الفرض الأول

أشارت نتائج الفرض الأول إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الشفقة بالذات واضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية وهذا يشير إلى أن انخفاض الشفقة بالذات يؤدى إلى ارتفاع اضطراب الشخصية التجنبية والعكس صحيح . وهذه النتيجة تتفق مع نتائج دراسة (Krieger,T.,2013) التى أشارت إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الشفقة بالذات والتجنب (كأحد أعراض اضطراب الشخصية التجنبية) ، ونتيجة دراسة ماكينتوش وزملاؤه (Mackintosh,K.,et al.,2017) التى أشارت إلى ارتباط انخفاض الشفقة بالذات وارتفاع المشكلات البينشخصية بارتفاع التجنب (كأحد أعراض اضطراب الشخصية التجنبية) وتتوسط الشفقة بالذات في العلاقة بين التجنب المرتبط بالتعلق والضيق النفسى والقلق .

- **نتائج الفرض الثانى وينص هذا الفرض على :"لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإناث والذكور فى الشفقة بالذات لدى طلاب المرحلة الثانوية لصالح الذكور "**

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إستخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق بين الذكور والإناث فى الشفقة بالذات وتلخيص النتائج في الجدول التالي:

جدول (٣) : نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين الذكور والإناث فى ابعاد الشفقة بالذات والدرجة الكلية لها

أبعاد الشفقة بالذات	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة ت	مستوى الدلالة
الرحمة بالذات	ذكور إناث	٤٥ ٥٥	٢٠,٤٠ ٧,٠٥	٢,٠٦ ١,٥٩	٣٦,٥٤	٠,٠١
الحكم الذاتى	ذكور إناث	٤٥ ٥٥	٢٠,٨٩ ٧,٩٥	٢,٢٠ ١,٩٨	٣٠,٩٨	٠,٠١
الإنسانية العامة	ذكور إناث	٤٥ ٥٥	١٦,٦٤ ٦,٦٣	١,٨١ ١,٣٤	٣٤,٩٢	٠,٠١
العزلة	ذكور إناث	٤٥ ٥٥	١٧,٤٠ ٦,٥٣	١,٦٠ ١,٨٩	٣٠,٥٩	٠,٠١
اليقظة العقلية	ذكور إناث	٤٥ ٥٥	١٧,٣١ ٦,٢٥	١,٣٦ ١,٨٥	٣٣,٣٨	٠,٠١
الإفراط فى التوحد	ذكور إناث	٤٥ ٥٥	١٦,٢٧ ٥,٥٨	٢,٤٠ ١,٣٧	٢٧,٩٦	٠,٠١
الدرجة الكلية	ذكور إناث	٤٥ ٥٥	١٠٨,٩١ ٣٩,٠٠	٩,٩٤ ٨,٠٤	٣٨,٨٩	٠,٠١

يتضح من جدول (٣) : ارتفاع متوسطات الذكور عن متوسطات الإناث مما يشير إلى ارتفاع الشفقة بالذات لدى الذكور عن الإناث وهذا يجعلنا نرفض الفرض الصفرى " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإناث والذكور فى الشفقة بالذات لدى طلاب المرحلة الثانوية لصالح الذكور" ونقبل الفرض البديل الذى ينص على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإناث والذكور فى الشفقة بالذات لدى طلاب المرحلة الثانوية لصالح الذكور " وكانت النتائج الإحصائية لجدول (٣) تشير إلى : وجود فروق بين الذكور والإناث فى أبعاد مقياس الشفقة بالذات وهي : بُعد الرحمة بالذات ، الحكم الذاتى ، الإنسانية العامة ، العزلة ، اليقظة العقلية ، الإفراط فى التوحد و الدرجة الكلية ؛ وكانت الفروق في جميع الأحوال دالة احصائيا عند (٠,٠١) ولصالح الذكور .

مناقشة وتفسير نتائج الفرض الثانى

أشارت نتائج الفرض الثانى إلى ارتفاع متوسطات الذكور عن الإناث عن مما يشير إلى ارتفاع مستوى الشفقة بالذات لدى الذكور وانخفاض مستوى الشفقة بالذات لدى الإناث وهذه النتيجة تتفق مع نتائج دراسة نيف وبيتمان (Neff,D,K.& Pittman,M,2010) التى أشارت إلى وجود فروق بين الذكور والإناث فى الشفقة بالذات لصالح الذكور مما يشير إلى أن ارتفاع مستوى الشفقة بالذات لدى الذكور أكثر من الإناث

Doi: 10.21608/jasep.2020.117899

دراسة نيف وآخرون (Neff,D,K. et al.,2015) والتى أشارت إلى أن الذكور لديهم مستويات أعلى قليلاً من الشفقة بالذات من الإناث ،دراسة نيف وآخرون (Neff,D.K. et al.,2018) والتى أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث فى مستوى الشفقة بالذات لصالح الذكور وهذا يؤكد ارتفاع مستوى الشفقة بالذات لدى الذكور أكبر من الإناث .

- **نتائج الفرض الثالث وينص هذا الفرض على :**

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الإناث والذكور فى اضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية لصالح الإناث"

وللتحقق من صحة هذا الفرض تم إستخدام اختبار "ت" لدلالة الفروق بين عنيتين مستقلتين لاختبار الفروق بين الذكور والإناث فى اضطراب الشخصية التجنبية ، وتلخيص النتائج في الجدول التالي:

جدول (٤) : نتائج اختبار "ت" لدلالة الفروق بين الذكور والإناث فى ابعاد اضطراب الشخصية التجنبية والدرجة الكلية له

أبعاد اضطراب الشخصية التجنبية	النوع	العدد	المتوسط	الانحراف المعيارى	قيمة ت	مستوى الدلالة
العزلة الذاتية	ذكور	٤٥	٦,٣٦	١,٢١	-٢٤,٨٦	٠,٠١
	إناث	٥٥	١٢,٨٩	١,٣٨		
تجنب التفاعل الاجتماعى	ذكور	٤٥	٦,٦٢	١,٢٧	-٢٣,٥٦	٠,٠١
	إناث	٥٥	١٢,٨٧	١,٣٦		
فرط الحساسية للنقد السلبي	ذكور	٤٥	٦,٥٨	١,٢٥	-٢١,١٧	٠,٠١
	إناث	٥٥	١٢,٧٨	١,٦١		
تجنب الأنشطة الجديدة	ذكور	٤٥	٦,٤٤	١,١٦	-٢١,٧٩	٠,٠١
	إناث	٥٥	١٢,٧١	١,٦٢		
الشعور بالدونية	ذكور	٤٥	٦,٤٧	١,١٤	-٢١,٥٦	٠,٠١
	إناث	٥٥	١٢,٧٥	١,٦٦		
الكف فى المواقف البينشخصية	ذكور	٤٥	٦,٤٢	١,٠٦	-٢٣,٠١	٠,٠١
	إناث	٥٥	١٢,٨٤	١,٦١		
الدرجة الكلية	ذكور	٤٥	٣٨,٨٩	٦,١٧	-٢٤,٨٣	٠,٠١
	إناث	٥٥	٧٦,٨٤	٨,٦٠		

النتائج الإحصائية لجدول (٤) : تشير إلى وجود فروق بين الذكور والإناث في أبعاد مقياس اضطراب الشخصية التجنبية والدرجة الكلية وهي : العزلة الذاتية ، تجنب التفاعل الاجتماعى ، فرط الحساسية للنقد السلبى ، تجنب الأنشطة الجديدة ، الشعور بالدونية ، الكف فى المواقف البينشخصية و الدرجة الكلية ؛ وكانت حميع الفروق دالة إحصائيا عند (٠,٠١) لصالح الإناث .

مناقشة وتفسير نتائج الفرض الثالث

أشارت نتائج الفرض الثالث إلى ارتفاع متوسطات الإناث عن الذكور مما يشير إلى ارتفاع مستوى اضطراب الشخصية التجنبية لدى الإناث أكثر من الذكور وهذه النتيجة تتفق مع نتائج دراسة فرنهام وتريكى (Furnham,A.& Trickey,G.,2011) ، دراسة غالب رشيد وزينب قدورى (٢٠١٦) ، كما تتفق أيضا مع ما أشار إليه (محمد عبد الرحمن ، ٢٠٠٩، ٣٧٢) أن اضطراب الشخصية التجنبية أكثر شيوعًا بين النساء مقارنة بالرجال، وخاصة في المجتمعات الشرقية التي لا تشجع ولا تعزز التفاعلات البينشخصية منذ الصغر لدى الفتاة، رغم أن الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية والعقلية يرى أنه من المحتمل أن تكون النسبة متكافئة بين الجنسين .

كما تتفق نتيجة الدراسة الحالية مع ما أشار إليه وولف (Wolff,C.,2018) فى مقالة توضح أربعة من اضطرابات الشخصية التى تنتشر لدى الإناث أكثر من الذكور وهى اضطراب الشخصية الحدية واضطراب الشخصية التجنبية واضطراب الشخصية الاعتمادية واضطراب الشخصية الهيسترية ، فبالرغم من حدوث هذه الاضطرابات لكل من الذكور والإناث إلا أنها أكثر حدوثا لدى الإناث ، حيث تميل الإناث إلى لعزلة ، والابتعاد عن الأقران والأنشطة ، والقلق بشأن ما قد يفكر به الآخرون

- **نتائج الفرض الرابع وينص هذا الفرض على : "تنبىء بعض أبعاد الشفقة بالذات دون غيرها باضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية"**

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة تحليل الانحدار المتدرج stepwise regression باعتبار أبعاد الشفقة بالذات متغيرات مستقلة واضطراب الشخصية التجنبية متغير تابع وتلخيص النتائج فى الجدولين التاليين:

جدول(٥) نتائج تحليل تباين المتغيرات المستقلة(أبعاد الشفقة بالذات) على المتغير التابع (اضطراب الشخصية التجنبية)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة
الانحدار	٣٣١٥٧,٥٦	١	٣٣١٥٧,٥٦	٣٩٨,٧٧	٠,٠١
البواقي	٨١٤٨,٦٨	٩٨	٨٣,١٥		
المجموع	٤١٣٠٦,٢٤	٩٩			

Doi: 10.21608/jasep.2020.117899

جدول(٦) نتائج تحليل تباين المتغيرات المستقلة(أبعاد الشفقة بالذات) على المتغير التابع (اضطراب الشخصية التجنبية)

المتغير التابع	المتغيرات المستقلة المنبئة	الارتباط المتعدد R	نسبة المساهمة R2	قيمة B	قيمة Beta	قيمة ت	مستوى الدلالة
اضطراب الشخصية التجنبية	الرحمة بالذات	٠,٩٠	٠,٨٠	٢,٦٥-	٠,٩٠-	١٩,٩٧	
	قيمة الثابت العام= ٩٤,٣٣						

يتضح من جدول (٦) : أن بعد الرحمة بالذات هو البعد الوحيد من بين أبعاد الشفقة بالذات الذى ينبئ باضطراب الشخصية التجنبية بنسبة مساهمة مقدراها ٨٠% ، ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية التالية لتوضيح العلاقة بينهما

اضطراب الشخصة التجنبية = -٠,٩٠ x الرحمة بالذات + ٩٤,٣٣

مناقشة وتفسير نتائج الفرض الرابع

أشارت نتائج الفرض الرابع الذى ينص على : **"تنبىء بعض أبعاد الشفقة بالذات دون غيرها باضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية"** أن بعد الرحمة بالذات هو البعد الوحيد من بين أبعاد الشفقة بالذات الذى ينبئ باضطراب الشخصية التجنبية حيث أن بعد الرحمة بالذات من الأبعاد الأساسية من أبعاد الشفقة بالذات مما يشير إلى وجود علاقة بين الشفقة بالذات واضطراب الشخصية التجنبية حيث أن انخفاض الرحمة بالذات ينبىء بحدوث اضطراب الشخصية التجنبية ، وقد اتفقت نتيجة هذه الدراسة مع نتائج دراسة كل (Krieger,T.,2013)

دراسة ماكينتوش وزملاؤه (Mackintosh,K.,et al.,2017) والتى أشارت نتائجها إلى وجود علاقة بين الشفقة بالذات واضطراب الشخصية التجنبية

مستخلص نتائج البحث

١- توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائياً عند (٠,٠١) بين الشفقة بالذات واضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية .

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند (٠,٠١) بين الإناث والذكور فى الشفقة بالذات لدى طلاب المرحلة الثانوية لصالح الذكور .

٣- توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند (٠,٠١) بين الإناث والذكور فى اضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية لصالح الإناث .

٤- بعد الرحمة بالذات هو البعد الوحيد من بين أبعاد الشفقة بالذات الذى ينبئ باضطراب الشخصية التجنبية

التوصيات

١- عقد ندوات ومؤتمرات هدفها توعية الطلاب بأهمية الشفقة بالذات من أجل الوقاية من الاضطرابات النفسية واضطرابات الشخصية وتمتعهم بصحة نفسية جيدة وحياة سوية .

٢- العمل على رفع مستوى الشفقة بالذات لدى الطلبة مما يحقق لهم سعادة أكثر ويمكنهم من إقامة علاقات إجتماعية مع الآخرين وتأمين متطلباتهم وتقديم العون لهم ومساعدتهم على حل المشكلات

٣- تصميم وتطبيق برامج إرشادية لتنمية الشفقة بالذات وخفض اضطراب الشخصية التجنبية لدى طلاب المرحلة الثانوية والمرحلة الجامعية وتوفير مختصين فى الإرشاد النفسي فى المدارس والجامعات لمساعدة الطلبة فى تحقيق ذلك

٤- استفادة المرشدين التربويين والأخصائين النفسيين من المقياس الذى أعدته الباحثة فى بحثهاالحالى لتشخيص اضطراب الشخصية التجنبية لدى الطلبة

المراجع

أولاً: المراجع العربية

بشرى إسماعيل (٢٠١٦) . ***مقياس اضطراب الشخصية التجنبية*** . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية

عبد الرحمن إبراهيم .(٢٠٠٧). ***فكرة وجيزة عن اضطرابات الشخصية*** .سوريا : شعاع للنشر والعلوم.

غالب محمد رشيد ، زينب هادى قدورى (٢٠١٦).***اضطراب الشخصية التجنبية لدى طلبة المرحلة الإعدادية*** .مجلة كلية التربية الأساسية ، الجامعة المستنصرية . المجلد (٢٢) ، العدد(٩٥) ، ص ص ٤٩٧- ٥٢٢

محمد السيد عبد الرحمن (٢٠٠٩) . ***علم الأمراض النفسية والعقلية (الأسباب- الأعراض- التشخيص- العلاج)*** ط ٢، الجزء الثانى ، القاهرة : مكتبة زهراء الشرق .

محمد السيد عبد الرحمن، رياض نايل العاسمي، فتحي عبد الرحمن الضبع، على سعيد العمري(٢٠١٥). ***مقياس الشفقة بالذات دراسة ميدانية لتقنين مقياس الشفقة بالذات على عينات عربية.***

محمد حسن غانم ، عادل دمرداش ، مجدى محمد زينة(٢٠٠٧).***اختبار اضطرابات الشخصية*** .دار غريب للنشر.

ثانياً : المراجع الأجنبية

American Psychiatric Association APA .(2012-2013).***Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders***.5th ed. Washington .DC

Furnham,A.& Trickey ,G.(2011). ***Sex differences in the dark side traits.*** Personality and Individual Differences 50 (2011) 517–522.

Krieger T , Altenstein D, Baettig I, Doerig N, Holtforth MG.(2013). Self-compassion in depression: associations with depressive symptoms, rumination, and voidance in depressed outpatients**.** ***Behavior Therapy*** ,44 (2013) 501–513

Mackintosh,K., Power,K., Schwannauer,M.& Chan,S. (2017). The Relationships Between Self-Compassion, Attachment and terpersonal Problems in Clinical Patients with Mixed Anxiety and Depression and Emotional ***Distress Mindfulness (N Y)***. Vol. 9, No. 1, 06.11.2017, p. 961-971

Neff, K.D. (2003). Self Compassion: ***An Alternative Conceptualization of A .Healthy Attitude Toward One Self*** . Self and Identity. (2), 85-120.

Neff D. Kristin.(2003b). Self-compassion: an alternative conceptualization of a healthy attitude toward oneself. ***Self and Identity,*** **vol.(2),pp; 85–101.**

Neff . Kristin, Kristin L . Kirkpatrick B, Stephanie S. Rude. (2007). Self- compassion and adaptive psychological functioning, ***Journal of Research in Personality*** ,vol, 41 , 139–154

Neff, K, D , Pitman,M. (2010). ***Self-compassion and Psychological Resilience Among Adolescents and Young Adults***. Self and Identity ,vol, (9), Pp 225–240

Neff ,K,D.. , Yarnell LM, Stafford RE, ReillyED, KnoxM C& Mullarkey,M (2015). ***Meta-Analysis of Gender Differences in Self-Compassion.***Self an Identity. *14*(5), pp. 499-520

Neff KD , Yarnell LM ,Davidson,OA & Mullarkey M.(2018***). Gender Differences in Self-Compassion: Examining the Role of Gender Role Orientation***. Mindfulness 10(2) pp 1136–1152

Nielsen GH ,Schanche E , Stiles TC, McCullough L, &Svartberg M,.(2011). The relationship between activating affects, inhibitory affects,and self-compassion in patients with Cluster C personality disorders.

Wolff,C.(2018) . ***4 Personality Disorders That Women Are More Likely To Have Than Men***.Published in Apr 18, 2018 . https://www.bustle.com/p/4-personality-disorders-that-women-are-more-likely-to-have-than-men-8822486 , 7/1/2020 at 9p.m

Doi: 10.21608/jasep.2020.117899