المؤتمر العلمي السنوي الرابع والعشرون الموسوم
(مؤتمر كلية التربية الأساسية في مجال العلوم الانسانية والتربوية والنفسية)
والمنعقد تحت شعار
(العلوم الإنسانية أساس لبناء الإنسانية ونهضة الحضارة في التربية والتعليم)
للمدة 13-14 /5/ 2024

الاتهامات المضادة للذات لدى طالبات المرحلة المتوسطة المعنفات نفسيا بناء وتطبيق

الباحثة : سحر فالح حسن أ.م.د. علي محسن ياس العامري
كلية التربية الاساسية - الجامعة المستنصرية
saharrr123r@uomustansiriyah.edu.iq dralialameri133@gmail.com

مستخلص البحث:
يستهدف البحث الحالي التعرف على مستوى الاتهامات المضادة للذات لطالبات المرحلة المتوسطة المعنفات نفسياً، ويتحدد البحث الحالي بالطالبات المعنفات نفسيا (طالبات المرحلة المتوسطة)، تكون مجتمع البحث الحالي من (٤١٨٥) طالبة من طالبات المرحلة الثاني متوسط في قضاء المقدادية وقضاء خانقين التابعة الى المديرية العامة لتربية ديالى للعام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤)، لغرض إجراء التحليل الإحصائي لمقياس الاتهامات المضادة للذات اختار الباحثان عينة تتكون من (400) طالبة من المرحلة المتوسطة، وبعد معالجة البيانات باستخدام الحقيبة الإحصائية spss توصل البحث الى النتائج التالية: ان الطالبات المشمولات بالبحث الحالي لديهن درجة عالية من اتهام الذات ، فقد اظهر التحليل الاحصائي لنتائج تطبيق مقياس الاتهامات المضادة للذات ان الطالبات الالمعنفات نفسياً لديهن اتهامات موجهة نحو ذواتهن بسبب اعباء الحياة وصعوباتها مما يؤدي ذلك الى خلق ظروف نفسية وحالات صراع وانفعالات سلبية نتيجة الاحساس بالعجز، والوهن، والتناقض بين حياة الواقع والطموح ، وخرج البحث بمجموعة من التوصيات أهمها: استخدام مقياس الاتهامات المضادة للذات في المراكز النفسية لقدرته في إعطاء مؤشرات عن مستوى الشعور بالاتهامات المضادة للذات ، وضع برامج توعيه وتوجيه نفسي للذين يعانون من الاتهامات المضادة للذات والابتعاد عن أساليب اللوم والتوبيخ المستمر وعلى ابسط الأخطاء ، والعمل على متابعة مشاكل الطالبات ومعرفة ما يعانين منه من ضغوط نفسية والعمل على تقليل أثارها من خلال التعاون المشترك بين والمرشدة التربوية والطالبات.

الكلمات المفتاحية: الاتهامات المضادة للذات، المعنفات نفسيا.

الفصل الأول

مشكلة البحث

ان الذات عند المراهق تنشأ نتيجة لما يتعرض له من تغيرات جسيمة وعقلية وما نسميه ثورة وحيرة واضطراب ، والبحث عن هويته فيسأل المراهق نفسه من انا؟ وماذا أريد أن أكون؟ هذا بحسب ما جاء به العالم (اريكسون) عن المراهق وتكوين هويته، في حين نادى (فرويد) في تفسيره لذات المراهق التي تمتد فترة عمره من 12-18 سنة بالمثل والقيم العليا المنضوية في أناه العليا،إذ يعد بمثابة القدوة فيلجأ إلى معاتبة نفسه وانتقادها على سلوكياته اليومية وأفعاله مع والديه أومع المجتمع سواء كانت سلباً أوايجاباً ،(رديف ،شاكر، 2020، ص 238- 239). وهناك الكثير من الدراسات النفسية بينت أن الاتهام المراهق لذاته بشكل مستمر له، فأن هذا الأتهام يؤثرعلى المخططات الذاتية وبالتالي تأثير على العمليات النيوروفسيولوجية (Neuro- physiological) (الجسدية- العصبية) والتي هي أساس للنضوج والتعلم والتعليم (Baldwin, 1992, pp. 461- 484).

وأما (Holmes, 1987) فوجدت ان المراهقين الذين وصلوا الى حد عالٍ من النقد والإهمال من قبل والديهم وخاصة من جانب الأم فقد اظهروا استجابات وأفعال تدل على الاكتئاب وتوجيه اللوم والاتهام

على أنفسهم واستنتاجات سلبية حول شخصيتهم وبمجرد فشلهم في موقف حياتي معين فأنه ينعكس على جوانب حياتهم الأخرى وبالتالي فأنهم وبصورة مستمرة يوجهون الاتهامات لذواتهم ومن خلال كلمات وأقوال مستمرة مثل "انا فاشل، إنا لا أريد الحياة،...الخ" على عكس المراهقين الآخرين الذين يتمتعون بعلاقة دافئة وصحيحة مع والديهم والمجتمع فأنهم اقل تعرضا إلى الشعور بالانزعاج من الفشل ولا يلومون أنفسهم بسبب الفشل بل يقومون بـعزو الفشل والنتيجة السلبية إلى عوامل موقفية وليست شخصية خاصة بهم ويتعاملون مع الفشل بصورة أفضل وداعمين لذاتهم ولديهم ثقة عالية بقدارتهم وأنفسهم وحل مشكلاتهم بصورة جيدة ويستعملون افضل السبل في ذلك. (Gilbert, 1993, pp. 131- 153). وأن مشكلة الاتهامات المضادة للذات تتجلى في أن يستسلم الفرد للأفكار والسلوكيات السلبية الانهزامية انعدام التفكير العقلاني والسلوك السوي تماما كما لو كان ينظر من خلال عدسة مشوهة فبدلا من رؤية الحقيقة واضحة نراها محرفة (نيستل، ٢٠١٥، ص ٢١٥)

ومن خلال إحساس الباحثين واطلاعهما على الأدبيات والدراسات السابقة راوا إنَّ نسبة الاتهامات المضادة للذات لدى الطالبات المعنفات نفسياً كبيرة، ومن أجل التأكد من مشكلة الاتهامات المضادة للذات قام الباحثان بتوزيع استبانه استطلاعية ، على (٣٠) مرشدة تربوية، حيث بلغ عدد الذين أجابوا (لا) أي بنسبة (70) مما يؤكد وجود المشكلة ، وأيضا وزع الباحثان استبانه استطلاعية على (٧٠) طالبة للتعرف على نسبة العنف النفسي وكانت النتيجة (٦٠%) أن الطالبات المتعرضات للعنف النفسي داخل أسوار المدرسة وخارجها عالية ومن هنا كانت نقطة انطلاق الباحثين للقيام بالدراسة الحالية من خلال التساؤل الأتي :هل هناك الاتهامات المضادة للذات لدى طالبات المرحلة المتوسطة المعنفات نفسياً ؟

أهميه البحث:

تعد مرحلة المراهقة من المراحل الخطيرة في حياة الإنسان، فهي تحدد مجرى حياته وطموحاته المستقبلية، بسبب التغيرات والتطورات النفسية والحياتية والاجتماعية التي تولد العديد من المشكلات النفسية الشديدة والصدمات الانفعالية أو أي اضطراب في علاقة الفرد مع الأفراد الآخرين، وتعد أيضا الصعوبات والمشكلات التي قد يواجها في حياته على مستوى المدرسة او البيت التي قد تدفع الى حالة من التوتر أو الضيق أو القلق أو الحزن (السامرائي، 149:1990). وإن المرحلة المتوسطة تعد جزءا من مرحلة المراهقة، التي تتمحور فيها شخصية المراهق بدرجة كبيرة حول ذاتها، فهو يهتم بنفسه بصورة بالغة سواء من حيث أفكاره، ومظهره، وطريقة كلامه وتصرفاته، ويعتقد أنه محط أنظار واهتمام الجميع، وأن كل من حوله يرقبه بحذر، كما أنه يشعر بأهميته المتزايدة، فهو مميز وفريد، ويستطيع أن يرى نفسه في أعلى قمم المجد، وهذا يفسر طموحات المراهقين التي تتناقض مع الحياة والتقاليد العائلية الاعتيادية الروتينية والمملة بنظره، والتي لا يوجد بها من يشعر به أو يفهمه؛ كل هذا بالطبع يفسر حساسيته المفرطة لأي نقد أو ملاحظة توجه إليه (النجار، ٢٠١١ ،ص٧١).

وتعد المرحلة المتوسطة من المراحل الدراسية المهمة في حياة الفرد، فهي الأساس الذي ينطلق منه إلى الدراسة الجامعية الأولية، وفي تحديد مصيره بما يتناسب مع إمكانياته وقدراته، اذ أن هذه المرحلة هي إحدى مراحل المراهقة التي أكد العديد من علماء النفس على أهميتها وخطورتها، مثل إريكسون وستانلي هول) في اجتيازها (الجمالي، 12:2014).

والمستوى الذي يحظى بأهمية كبيرة هو طالبات مرحلة المراهقة ففي هذه المرحلة الطالبة تكون بحاجة الى مساعدة نفسية حتى يتم تأهيلها للدخول الى مرحلة الشباب ، لتكون عضوا فاعلا في خدمة المجتمع وتسهم في تقدم المجتمع.(العامري ،2016 : 333) ويرى الباحثان أن معظم الدراسات

التي تطرقت لأثر وفاعلية البرامج الإرشادية ، اختارت لها عينات من المراهقين والمراهقات وكان أغلبها في المرحلتين الدراسيتين المتوسطة والإعدادية، وذلك لأن المشكلات النفسية لدى الفرد تبرز بشكل أساسي في مرحلة المراهقة، أكثر من كل المراحل العمرية الأخرى، نظرا لما تتميز به هذه المرحلة من تغيرات على المستوى البيولوجي والنفسي للفرد، وهو ما ينعكس على سلوكياته وعلاقاته الاجتماعية، إضافة إلى تزامن هذه الفترة العمرية مع عدد من التحديات المصيرية، سواء من الناحية التعليمية، أو من الناحية الاجتماعية والدينية ففي مرحلة المراهقة يصبح الفرد مكلفا من الناحية الدينية نظرا لبلوغه، ومن الناحية الاجتماعية يتم تكليف المراهقين بمهام وأعمال لم يكونوا مكلفين بها في طفولتهم. وأن فترة المراهقة بالنسبة للإناث تعتبر مرحلة حساسة للغاية، كونها تتزامن عادة مع الخطوبة أو الزواج، ومن الناحية التعليمية تعد مرحلة المراهقة مرحلة الحسم الدراسي لكثير من المراهقين لاشتمالها على امتحان الثالث المتوسط، الذي يؤهل الطالبات المراهقات للمرحلة الإعدادية، واشتمالهن بشكل خاص على امتحان شهادة البكالوريا الذي يؤهل الطالبات لدخول المرحلة الجامعية (غربي، 2014،ص6) ويرى الباحثان أنه إذا عدلت هذه الأفكار غير العقلانية لدى طالبات المرحلة المتوسطة واكتسبن أفكاراً أخرى أكثر عقلانية ومنطقية قد تعدل طرق مواجهتن لتلك الاتهامات المضادة للذات وتخفف من مشكلات العنف النفسي لديهن فقد يصلن إلى الاستقرار والأمن النفسي الذي يجعلهن راضيات عن حياتهن سعيدات متفائلات؛ وذلك من خلال الإرشاد العقلاني الانفعالي السلوكي مع طالبات المرحلة المتوسطة لتغيير وتعديل هذه الأفكار اللاعقلانية التي قد تتسبب في العديد من المشكلات.ومما تقدم يمكن تحديد أهمية البحث الحالي في النقاط الآتية:

1- يدرس البحث الحالي عينة هامة في المجتمع والمتمثلة بالطالبات المعنفات نفسياً في المرحلة المتوسطة اللاتي يشكلن شريحة هامة من شرائح المجتمع.

2- قلة الدراسات العلمية لمفهوم الاتهام المضاد للذات، فضلا عن عدم امتلاك مؤشرات ميدانية عنه وتلك هي أهمية البحث التي ينبغي الوقوف عندها لتقديم مؤشرات علمية عنها للحد من تأثيراتها السلبية على الفرد والمجتمع.

3- يمكن الإفادة من هذه البحث في إجراء المزيد من البحوث والدراسات المستقبلية حيث يمكن أن تكون هذه الدراسة بداية متواضعة لدراسات لاحقة .

أما الأهمية التطبيقية للبحث فتتحدد بما يأتي :

1- أهمية مقياس الاتهامات المضادة للذات لتحديد الأفراد الذين يتسمون بهذه الحالة لوضع السبل الكفيلة لحلها وعلاجها

2- -الإفادة من نتائج التي سوف تتوصل اليها الدراسة الحالية ومقارنتها بنتائج الدراسات السابقة التي تناولت نفس الموضوع .

أهداف البحث

يستهدف البحث الحالي:التعرف على مستوى الاتهامات المضادة للذات لطالبات المرحلة المتوسطة المعنفات نفسياً.

حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بالطالبات المعنفات نفسيا (الطالبات المرحلة المتوسطة)، المديرية العامة لتربيه محافظه ديالى، للعام الدراسي (2023_2024).

تحديد المصطلحات:

الاتهامات المضادة للذات

- البرت اليس Elbert Ellis: استجابة النفس غير العقلانية ومحاولة تعزيز التفكير غير العقلاني الذي يعطي الفرد إحساس باللوم لإحداث الماضي والحاضر من اجل أفعال المستقبل)) (Ellis'1988'P.319).
- ألحفني 1978 :((هو اتهام المرء لنفسه بآثام وجرائم كثيرا ما تكون متخيلة تماما وهو عرض من أعراض الاكتئاب)) (ألحفني،1978،ص275).
- نادر Nader 2001 : ((استجابة النفس غير العقلانيه و محاوله تعزيز التفكير غير العقلاني الذي يعطي الفرد إحساسا باللوم لإحداث الماضي والحاضر من اجل أفعال المستقبل))

(Nade,2001, p. 201)

- الزغيبي، (2008): ألم نفسي يشعر به الفرد داخليا على شكل حوار داخلي بين الفرد وذاته، يقرر فيه انه مخطئ ارتكب آثاما لاتغتفر، وهي مشاعر ذنب وهمية مبالغ فيها لاترتبط بخطأ واضح يتوهم ان المحيطين به يعرفونها وترتبط بأخطاء تتعلق بنفسه او بالآخرين). (الزغيبي، 2008: 12).

اما التعريف الإجرائي :فهي الدرجة التي يحصل عليها المستجيب عند اجابته على فقرات مقياس الاتهامات المضادة الذات.

المعنفات نفسياً: (Psychological Violence)

- يُعد العنف النفسي المتجرد عن الضرب والمتمثل بالكلمات البذيئة والإهانة والاحتقار والتهديد اجحافا بحق المرأة (الأنصاري ، ٢٠٠٥ ص
- وهو الأكثر وجعا من العنف الجسدي في أغلب الحالات. فالقصد منه الحط من قيمة المرأة مما يشعرها بالخجل أمام المجتمع وأمام أولادها أو أقاربها وهذا النوع من العنف يؤدي.بالمرأة إلى الانطواء وفقدان الثقة بالنفس مما يحطم شخصيتها وعندئذ تشعر أنها انتهت كإنسان فعال في المجتمع أو في أسرتها مما يمسخ شخصيتها ويجعلها إنسانة تابعة للرجل أياً كان زوجا، ابا أخاً، أو أحد الأقارب والجيران (ميخائيل، ٢٠٠٥ ص ٢٠٠٠ ص).
- تعريف الأنصاري (٢٠٠٥):النظرة الدونية للمرأة وممارسة كافة أنواع الإكراه ضدها لإجبارها على زوج لا تريده أو أخذ مالها أو الصرف على البيت، أو فـــي حرمانها من الحرية أو في التمييز في المعاملة في الوظيفة والمرتب، أو حرمانها من المساواة في فرص التعليم والتدريب أو عدة أدوار في البيت والمجتمع دون توفير وسائل معينة متمثلاً بالسب والشتم والإهانة والتهديد. (الأنصاري، ٢٠٠٥،ص ١).
- تعريف العامري(2013): الأهمال وضعف الاهتمام بالمراهق و لا يتحدثون إليه أو لا يظهرون المحبة إليه ويحدث عادة بسبب الإدمان أو الانحراف أو التفكك الأسري ولكنه يترك آثارًا ومضاعفات خطيرة . (العامري ،2013،ص52).

الفصل الثاني

الاتهامات المضادة للذات

أن المشكلات النفسية ومن ضمنها الاتهامات المضادة للذات في المجتمع متعددة ومعقدة وتتغلغل بجذورها في شتى مجالات حياة الإنسان وفي نشاطه وفي العلاقات الاجتماعية وفي العمل والإنتاج في كافة الجماعات والتنظيمات الاجتماعية وما لكل هذا من دلالات مهمة بل وخطيرة على حاضر المجتمع ومستقبله (الداهري، ٢٠٠٨ ص ٢٣) والمشكلات النفسية تحتاج إلى دراسة المشكلات طولا وعرضا وعمقا وتحتاج إلى جمع كل البيانات المتعلقة بالمشكلة وأعراضها وتاريخها ... الخ، إن الفرد القوي هو الذي يواجه مشكلاته مواجهة علمية واقعية ويعلن الحرب عليها ولا ينهزم منها ولا يتجاهلها بل يطلب المساعدة في حلها أن لم يستطع (بطرس، ٢٠١٠ ص ١٣٢).

ويعد الاتهام المضاد للذات من المشكلات النفسية المهمة التي يواجها أفراد المجتمع، وذلك لتعرضهم الى أنواع مختلفة من الضغوط ومنها النفسية والاجتماعية والأكاديمية تختلف باختلاف عملهم وظروفهم، وإن الاتهام الذات قد يكون له آثار سلبية على الإفراد بمختلف الجوانب الأكاديمية والنفسية ولهذا نجد الكثير من الأبحاث التي تجري يوميا في المجالات كافة والتي محورها الأساسي هو التغلب على المشكلات النفسية والوقاية منها ومن ضمنها الاتهام الذات، إذ ان الإنسان قد يتعرض إلى مشكلات معينة نتيجة للتعرض للضغط لفترة طويلة من الزمن فأنه يشعر الاتهام الذات حين لايتلقى خلال هذه الفترة التعزيز الملائم من الأهل أو الأصدقاء ويشعر بأنه بالمشكلة ولا حل إمامه للخروج منها ويحدث الاتهام الذات عندما لا يستطيع الفرد ان يتكيف معه (جاسم، ٢٠٢٠،ص٤٢٦)

وأن الحياة التي يعيشها أفراد المجتمع الآن لم تعد بالحياة السهلة البسيطة التي كنا نعيشها في الماضي، إذ أصبحت الحياة تعقيداً وتباينت الأدوار وتشابكت العلاقات الاجتماعية بسبب وضع كثير من القيود والضوابط على الفرد مما أثقل كاهله وأفقد بعضاً من حريته حتى أصبح الفرد يجد نفسه يسلك سلوكاً لا يرضى عنه (حمود،،٢٠١١،ص ٢٦). ان الأفراد من خلال حياتهم،يمرون بالعديد من الاتهامات التي يواجهونها في حياتهم اليومية، وهذه الاتهامات تشكل مواقف صعبة والضغوط عليهم، وتهديد أنفسهم ويسببون القلق إذا كانوا وليد شعور بعدم الأمان والراحة، على الرغم من أن بعض الحالات قد تكون كذلك نتيجة لظروف خارجة عن إرادتهم التحكم والسيطرة. الفرد الذي الذي يهيمن عليه اتهامات الذات يفقده القدرة على التفاعل بشكل بناء مع المجتمع ويحاول الهروب من كل المحفزات الذي يرى أنه يهدد حياته، وزيادة إمكاناته للإبداع ، ويصبح هروبًا يصبح فيه الواقع تيارات غزيرة من الأوهام النفسية القاتلة مما يحد من حيويته ويقف فيه طريقة نشاطه وتعطيله الأهداف في الحياة
(عبد الخالق، 1987،ص 138). وأن الحياة التي نعيشها مليئة الاتهام الذات الذي يعصف الإنسان ويعتقد أن الاتهام الذات يبدأ مع خلق الانسان ومع التطور والتقدم العلمي زادت المشاكل التي تواجه الإفراد وأصبحت هذه المشكلة تخص كل فرد سواء كان هذا الفرد رئيسا أم عاملاً، وأن مصادر الاتهام الذات تختلف باختلاف ظروف الحياة لدى الطلبة فبعد الانتقال من حياة المدرسة الابتدائية الى حياة المدرسة المتوسطة قد تشكل الاتهام ذاتا أكثر من غيرها (النادر،٢٠١٤،ص١٩٢).

إن حياة الفرد بمختلف مجالاتها الأسرية والاجتماعية والدراسية تعتمد على أفكار الفرد نفسه وما يمتلكه من مخزون معرفي متمثل في البني المعرفية المبنية على خبراته وأفكاره ومعتقداته الخاصة به. حيث يتمكن الفرد من خلال هذه الأفكار والمعتقدات من تفسير الأحداث والمواقف الاجتماعية التي تحدث له أو من حوله، كذلك ما تتطلبه هذه الأحداث من استجابات مختلفة من الفرد. وهذه المعتقدات

التي تحكم سلوكيات الأفراد تجاه الآخرين أو تجاه المجتمع ليست بالضرورة منطقية أو صحيحة، فقد تؤدي إلى عدم التوافق وعدم الانسجام وكذلك الشك بأفراد مجتمعهم.(الحياني ، العتيبي، ٢٠١٩ ص7) جهل الإنسان وضعف إدراكه لإمكانياته وقدراته فضلا عن تجاهله لتأثيرات البيئة الاجتماعية التي ينتمي لها يؤدي إلى معاناته وبالتالي يؤدي الى العجز عن تحقيق ذاته ووفقاً لتصوره لهوية ذاتية مما يولد لديه فيما بعد مشاعر الندامة والحسرة والاتهام الذات (أبو حلاوة ، ٢٠١٣،ص ٣٨٠)

أنواع الاتهامات المضادة للذات

لقد قدم (Myers) نموذجا لأنواع الاتهام الذات فقد ذكر أن هناك الاتهام للذات موجب، الاتهام للذات سالب وقد قدم شرحًا واضحًا لكل نوع من أنواع الاتهام الذات وذلك على النحو التالي:

الاتهام الذات الإيجابي: وهو ذلك النوع من الاتهام الذات الذي يقوم به الفرد بطريقة اعتيادية وللحد المعقول والمقبول والذي يتم في خلال ساعات اليوم العادية ويكون نتيجته إيجابية كان يحاول الفرد تطوير ذاته وتعديل طرق تفكيره للأفضل ويعمل على رفع درجة الدافعية للفرد وقد ينتج عنه زيادة مرونة الذات لدى الفرد وقد يرتبط أحيانا بالعلاقات الاجتماعية تقدمه بشكل عام في حياته(Myers,2007,P29)

الاتهام الذات السلبي: وهو ذلك النوع من الاتهام الذات الذي ينتج من مجموعة من الأفكار السلبية وقد ينتج عن نظرة دونية من الفرد لذاته ويؤدى إلى مشكلات بصحة الفرد وحالته النفسية وهناك علاقة ثنائية الاتجاه بين كل من الاتهام الذات السلبي والاضطرابات أو المشكلات النفسية التي يمر بها الفرد فالاتهام الذات السلبي ينتج عن الاضطرابات النفسية ويسببها والاضطرابات النفسية تكون أيضا سبب ونتيجة الاتهام الذات السلبي وقد ينتج عن الاتهام الذات زيادة الشعور بالدونية واحتكار الذات. (Myers,2007,P30) يشعر الإنسان عادة بضرورة مراجعة نفسه ومحاسبتها عما قامت به من سلوكيات أو من أحاسيس ومشاعر ومعتقدات، ويصاحب هذه العملية الأم ومعاناة أو رضا وارتياح كل حسب ما سبقه من عمل أو شعور أو بلغة التحليل النفسي مراقبة الآنا العليا لكل من الهو والأنا، ومهما كان الإنسان على قدر من الاتزان الانفعالي والسوي لابد من ارتكابه بعض الأخطاء وشعوره بالخطأ ولوم الذات ومحاسبتها. وحالة تأنيب الذات تعد من الحالات النفسية القوية التي توجه سلوك الانسان وهذا الشعور ينتاب الفرد عندما يخالف المعايير الأخلاقية السائدة في المجتمع.

(احمد،٢٠١٨،ص٥٤٣) ان الإنسان يعيش عصراً فيه كثير من التعقيدات والتغيرات السريعة والاضطرابات وكذلك الضغوط النفسية والاجتماعية ما قد تؤثر على السلوك العام والشخصية وبالتالي التوافق العام والصحة النفسية التي تعد معيار الشعور بالتوازن والاحساس بالسعادة التي تدفع الفرد نحو التقدم والنجاح في المجالات المختلفة للحياة.(الختاتنة،٢٠١٢، ص12)

ويذكر دوليفر (1977:57 دوليفر) أن إحدى أهم الأفكار الرئيسية التي يقوم عليها النهج العقلاني العاطفي هي أن ما لا يمكنك تغييره، عليك أن تقبله، لأن الحقيقة غير المقبولة لدى الفرد تسبب له الانزعاج. وذلك لأن الفرد إذا واجه موقفاً ما فإنه لا يستطيع حله أو تغييره. ؛ وأصر على النضال من أجل حلها وتغييرها؛ ولن ينجح إلا في تقوية شعوره بالتوتر والضغط النفسي وزيادة الشعور الذي يسبب له انزعاجاً أكبر من الموقف الضاغط. (Dolliver 1977:57)

وعند اليونان لكي يكون الفرد اخلاقيا في سلوكه ، يجب ان يبدي سيطره ذاتية على النفس ويحاسبها على أي خطأ، وان يجري تقويم لسلوكه باستمرار لكي يحيا حياة سليمة ومقبولة مع نفسه ومع الاخرين ، ولكي يكون فاضلا يجب ان يقيم علاقة خضوع مع النفس يراقبها ويحاسبها على الدوام وبرز فلاسفة كثيرون تناولوا الموضوع الاتهامات المضادة للذات ومن بينهم نيتشه Nietzsche الذي

يرى تحول الشقاء الى الشعور بالاثم، وبالخوف، والعقاب. فالانسان الاثم هو الذي يعذب نفسه بنفسه ،وذلك من خلال توجيه اللوم والاتهام الى نفسه والى ضميره، ولذلك يشعر بانه اثم ويرى نيتشه، ان مثل هذا الانسان يشعر دائما بالشقاء وبالخوف الرهيب من ارتكاب الاخطاء(شيال،٢٠٠٠،ص٨٢).

كما ان مصطلح الاتهام موغل في القدم وربما يسبق الحياة البشرية برمتها فينقل لنا القران الكريم الحوار الازلي الاول بين الخالق سبحانه وتعالى وبين الملائكة في قوله تعالى ((واذ قال ربك للملائكة اني جاعلُ في الارض خليفة قالوا اتجعل فيها من يفسد فيها ويسفك الدماء ونحن نسبح بحمدك ونقدس لك قال اني اعلم مالاتعلمون))السورة البقرة الاية ٣٠ اذ وجهت الملائكة التهمة الاولى بالفساد والجريمة للانسان قبل ان يخلق وعندما خلق الانسان وارتكب خطيئته الاولى عرف اتهام الذات من خلال الدعاء الاول الذي استعمله أدم وحواء عليهما السلام قالا ((ربنا ظلمنا انفسنا وان لم تغفر لنا وترحمنا لنكونن من الخاسرين)) الاعراف الآية٢٣،٢٢ وورد ذكر النفس في آيات عديدة في القران الكريم ووصفت بصفات (النفس اللوامه، والنفس البصيرة، والنفس الامارة).والنفس اللوامه: هي نفس المؤمن الذي لا تراها لا يلزم نفسه بقوله ما أردت كذا، فلا تراه الا وهو يعاقب نفسه ويلومها على ابسط الاخطاء، والدين الاسلامي يرى ان النفس شر محض وانها لايصدر منها الا ما يوافق طبعها من رياء ورعونه والزهاد في اتهام دائم للذات وهو ما يسمى (مقام المحاسبة) لان فكرة اتهام النفس هو الاصل الذي تتفرع عنه كل تعاليم الدين وان ديدنهم هو سلامة النفس ومحاسبتها (المحمدي،1994،ص178). وقد وردت كلمات عديدة وفي مواضع مختلفة في القران الكريم دلت على الذنب ومنها:- (الاثم والخيانة والسوء والامر والظلم و الفساد و الفاحشة و البغي) وكلما ترد كلمة معصية تأتي مرادفه لكلمة الذنب. والمذنب العاصي حياته مليئة بالهم، والغم ، والحزن، واتهام الذات ، وضيق الصدر، وسوء العاقبة، وفي لوم واتهام دائم لنفسه. ويقول الامام علي "عليه السلام" ((العبد لا يرجو الا ربه ولا يخاف الا ذنبه وما ينزل بلاء الا بذنب ولا منع الا بتوبه)
(المحمدي،1994، ص 83). يتضح مما سبق ان الاديان عامة تعزز في نفوس متبعيها مشاعر الذنب، وتعد ان أي خروج عن الطاعة لتلك التعاليم هو اثم ، ومن يشعر بالاثم نجده يحاسب نفسه على اي هفوه وينكفئ الافراد على الطاعة، ولسان حالهم يقول (طالما انا مطيع لقوة الدين والدولة والرأي العام فانني اشعر بالامان ، وانني محمي، طاعتي تجعلني جزءا من القوة التي اطيعها).

وقد وجدت الباحثة ان اتهام الذات قد ذكر في ادبيات الدين الاسلامي بمعنى مشابه وهو (سوء الظن). ويقصد به خاطر اتهام لا دليل عليه، وهو على انواع (سوء الظن بالله، وسوء الظن بالناس، وسوء الظن بالنفس).وسوء الظن بالنفس يظهر عدم الثقة فيها وعدم الرضا عنها، وعن قدراتها وكفايتها والشعور بالدونيه والحط من شانها، والميل الدائم لاتهامها، حتى عندما لا يكون هنالك فعل خاطئ على ارض الواقع فينتاب الشخص اليأس، والاكتئاب، ويسيطر عليه الشعور بالاثم، وينخفض مفهوم الذات لديه low self-concept. تعتقد الأديان أن الإنسان يتعرض لارتكاب الذنوب والتجاوزات في حياته. وقد تمر فترة قصيرة من الذنب من خطيئة إلى أخرى. ومع ذلك، فإن ارتكاب الخطيئة لا يعني النهاية. في جميع الأديان هناك مناسبات وفرص للمغفرة والتوبة والعودة إلى الطريق الصحيح. في الإسلام (شهر رمضان)، وفي المسيحية (المعمودية)، وفي اليهودية (يوم الغفران)، و (Nader,2001,p45) ويعد الشعور بالذنب واتهام الذات جوهر كل الديانات السماويه ، وغير السماوية ويسعى الدين الى خلق نظام يمكن الفرد بان يميز بواسطته بين الصحيح من الاعمال والخطأ منها. وتعمل كل الديانات الى اكمال وحده الكائن الحي لكي يرقى الى تركيب اكمل وانمى ، وتسعى الى تنظيم علاقته مع محيطه. ويعد أي خروج او اخلال لتلك العلاقة يعني ارتكاب ذنب يحتاج الى

العودة والتصحيح الذي حددته هذه الديانة، او تلك ويوحي الى ان الاثم هو المعادل الخلقي للالم يؤشر للمرء ان سلوكه قد اذى شخصاً اخر استنادا لمعاييره الشخصية هو، وهناك حاجه لتصحيح الخطا (سدني،1988،ص405).وتسعى جميع الديانات الى ترسيخ مشاعر الذنب واتهام الذات في نفوس متبعيها الا انها في الوقت نفسه لا تعتقد ان مرتكب الذنب لاسبيل له للخروج من ذنبه وانما كل دين وضع طريق العودة والتصحيح لمتبعيه(Nader,2001)عندما تضع الحضارات والمجتمعات حدوداً وإرشادات تحذيرية لأبنائها بشأن ما ينبغي عليهم وما لا ينبغي أن يلتزموا به، فإنها تزودهم بالقوانين والقيم والتقاليد التي نجدهم يتبنونها ويكرسون حياتهم لها، وعندما ينتهكونها يخالفونها. الوقوع في دائرة الشعور بالذنب، وهو ذنب عدم الالتزام، وهذا الشعور بالذنب يخلق مشاعر الدونية لدى الأفراد ويولد الشعور بالذنب. النظرة السلبية للذات وقدراتها، وثقة الأفراد بأنفسهم. وكثيراً ما ينشأ صراع بين الذات اللوامة وكل الرغبات والأهواء التي تحرك السلوك تحت مؤثرات معينة. وينشأ الشعور بالقلق والذنب، وتعمل النفس اللوامة على إيقاع العقاب إذا لاحظت انحرافاً عن الأخلاق في السلوك. وقد تشدد أحكامها، فتظهر فعلته البريئة. المجرم (عوض،2007،ص33).

الاتهامات الذات تنشأ عندما الفرد يعتقد أنه انتهك ذاتيًا معايير السلوك الأخلاقي أو المخاوف من ذلك والبعض الآخر سوف ينتهكها (,p3682002 Sharon,)

بالرغم من الآثار السلبية التي سببتها من خلال اتهام الذات على الصحة العقلية، والتوافق الضعيف له جوانب إيجابية أيضًا. يمكن أن يكون اتهام الذات وسيلة للتكيف سلوك متى هو – هي يكون موظف في إدامة علاقات التماسك والتوافق. يرى لايارد (2006) أن هناك هي اتهامات عقلانية، عندما نرى رجلا غنيا ، أو أي شخص في مثل هذا المنصب كأن نمتلك بعض الثروة التي لا نشعر بها حسد، ولكن حسد، ولكن اتهام مضاد،هذه المقارنات، بين الفرص،التي كانت معدة قبلا أمامنا،والإنجاز الذي يسميه لايارد عاقِل الاتهام المضاد،أيّ يولد لدى الرجال دافعًا ورغبةأعظم في العمل الجاد والمثمر، وفي لكي تتجنب تلك المشاعر. (محمد، ٢٠١٧،ص ٤٢٩-٤٣٠).واحياناً يتجه اتهام الذات اوالشعور بالذنب لكي يلعب دورا ايجابيا في تهذيب السلوك ويرتبط بنزعات صحية باتجاه التعاطف والتوافق مع الآخرين وانه اتجه للتركيز على الخطأ في الحدث المؤلم، وان الافراد المذنبين غالبا ما ينشغلون بأعمال اصلاحية واسترضائية بهدف ابطال او تعويض للأفعال السيئة التي ارتكبوها بحق انفسهم أو بحق الآخرين ولديهم رغبة تدفعهم باتجاه التقرب من التعبير غير المباشر عن الذنب ويقتربون من الاعتراف أو الاعتذار والسعي المطلب المغفرة والتسامح واحيانا يقدمون تنازلات كبيرة بهدف التعويض عن الأضرار التي تسببوا في احداثها.(يحيى، 2018،ص309)

نظريات المفسرة الاتهامات المضادة للذات

ولم تحضى الاتهامات المضادة للذات في الكتابات الواسعة والمتعمقة للمتخصصين والباحثين. وقد احتوت الأدبيات والمصادر المتخصصة، وخاصة العربية منها، على إشارات ضعيفة وغير دقيقة لهذا المفهوم. هذا من ناحية. ومن ناحية أخرى، لم يتم ذكر اتهام الذات كمفهوم أساسي ومستقل في أي من النظريات النفسية، على الرغم من ذلك، حاولت الباحثة تطوع بعض النظريات واستنتاج ما يمكن أن يكون مشابها لمتغيره الحالي، وفقا لأهم النظريات. في الإرشاد النفسي، ثم تعرض الباحثة وجهة نظر إليس بمزيد من التفصيل في نهاية هذا المبحث وكيف تصف هذه النظرية اتهام الذات.

المنظور المعرفيcognative

أحد أبرز المنظرين لهذا المنظور هو ألبرت إليسElbert Ellis تركز هذه النظرية على الجانب السلوكي العقلي وترتكز فلسفتها على حقيقة أن التفكير والعاطفة الانفعالية يتفاعلان مع بعضهما البعض في شكل علاقات سببية متبادلة، وتفترض أن التفكير يحدد السلوك. المشاكل التي يواجهها الأفراد ترجع إلى الطريقة التي يفسرون بها الأحداث والمواقف.(Patterson,1980,P.72)

ويرى إليس أن الأفكار والاعتقادات التي يحملها الفرد تلعب دوراً محورياً في تشكيل ردود أفعاله العاطفية وسلوكه، حيث يعتبر أن التفكير والاعتقادات هما السبب الأساسي وراء الانفعال والسلوك. (العنزي ، 77:2007) وإليس يعتقد أن الأفراد يولدون بأفكار عقلانية وغير عقلانية، والأفكار غير العقلانية هي التي لها التأثير الأكبر على سلوكنا. المعتقدات غير العقلانية هي تمجيد الذات، والتفكير من وجهة نظر إليس بطرق تساهم في تحقيق هدفين أساسيين يشترك فيهما جميع الاشخاص: الحفاظ على الحياة، والشعور بالسعادة النسبية التخلص من الألم (أبو شعر، 2007:11).

وتتمثل العقلانية أيضاً بما أسماه إليس تقبل الذات غير المشروط، حيث تكون قيمة الذات جانباً أساسياً وجوهرياً من جوانب الوجود الإنساني، هذا النوع من القبول يعزز مباشرة السعادة النفسية ويساعد الأفراد على تطوير قدرتهم على تحمل تحديات الحياة والاعتراف بحدود قدراتهم.(نعمة،،2012،ص40)أما اللاعقلانية فتتمثل بالتفكير بطرق تعيق أو تمنع تحقيق الهدفين المذكورين، فهي أفكار تتميز بالانهزامية والتبعية والتهرب من المسؤولية والمثالية والأحكام، وتتضمن أفكارا ملحة – ينبغي عليّ أن أكون متفوقاً دائماً وأنني يجب أن أنال قبول الأفراد المهمين في حياتي، وأن يلوم نفسه ويتهمها على أخطاء قد لا يرتكبها فعلا أو مبالغا فيه (الزغيبي، 2008،ص46) وقد حدد إليس في كتابه العقل والعاطفة بعض الأفكار غير العقلانية المسؤولة عن عدم توافق الفرد مع نفسه، وأنها تعود إلى عوامل الطفولة والتربية، أو نتعلمها من أفراد مهمين في حياتنا، وأن تكرارنا لهذه الأفكار تجعلنا نتصرف كما لو كانت صحيحة ومفيدة، وتتميز بخصائص متطرفة مثل الإلزام وتمثل مطالب وتصورات غير واقعية. ويؤدي إلى التعبير عن اللوم واتهام الذات ووصف الأمور بأنها لا تطاق. هذه الأفكار هي:

- الإصرار على طلب التأييد والاستحسان. من الضروري أن يحظى الفرد بالحب والدعم من جميع الاشخاص المحيطين به.
- اتهام النفس ولومها وانتقادها عندما لا تسير الأمور كما يريد.
- عدم المسؤولية الانفعالية: عدم الشعور بالسعادة بسبب الظروف والأحداث الخارجية. لا يملك الفرد القدرة على التحكم في أحزانه وهمومه.
- القلق والاهتمام الزائد: هناك أمور تسبب الضيق والانزعاج، ويجب على الفرد توقعها دائماً، والاستعداد للتعامل معها ومواجهتها عند حدوثها.
- تجنب المشاكل: من الأفضل للفرد أن يتجنب المشاكل والمسؤوليات، لأن ذلك أفضل من مواجهتها.
- الاعتماد: يجب على الفرد أن يعتمد على الآخرين، ويجب أن يكون هناك دائماً فرد أقوى منه ليعتمد عليه ويحرص على إرضائه.
- الشعور بالعجز: فالأحداث والتجارب الماضية تحدد السلوك الحالي، ولا يمكن تجنب تأثير الماضي. فإذا كان هناك شيء أثر بقوة في حياة الفرد، فإن هذا الأمر سيظل له نفس التأثير. (**Robb**&Warren, 1990,p309).

وتقوم الارشاد العقلاني الانفعالي السلوكي (اليس) على مسلمات وافتراضات عديدة منها.

1. أن التفكير والانفعال يمثلان وجهين لعملية واحدة، ولا يمكن النظر إلى كل منهما بمعزل عن الآخر. بعض الأساليب تثير العاطفة وبعضها يتحكم فيها، وما نسميه الانفعال هو نوع من التفكير يتصف بالتطرف.
2. ان الفرد ميل إلى التفكير العقلاني وغير العقلاني. عندما يفكر بعقلانية يشعر بالسعادة، وعندما يفكر بطريقة غير عقلانية يؤدي ذلك إلى ظهور أنواع من الاضطرابات مثل الخوف والقلق والندم والاكتئاب.
3. يتصرف الأفراد وفقًا لتوقعاتهم بشأن استجابات الآخرين، وهذا التوقع كونه عملية معرفية له تأثير على الاضطراب الانفعالي، حيث يميل بعض الأفراد إلى إصدار أحكام غير صحيحة من أجل كسب رضا الأفراد واستحسانهم.
4. تعود الأفكار غير العقلانية إلى مرحلة الطفولة والتنشئة، وتعتقد أليس أنها تتميز بسمات متطرفة مثل الوجوب. إنها تمثل مطالب وتصورات غير واقعية وجامدة حول كيف ينبغي أن تكون الأمور وتؤدي إلى تعبيرات اللوم والاتهام الموجهة نحو الذات والآخرين ووصف الأشياء بأنها لا تطاق.

(Patterson,1980,P.72)

تعتمد نظرية الارشاد الانفعالي العقلاني السلوكي على تصحيح الأفكار غير العقلانية لدى الأفراد، وتوعيتهم بها، ومن ثم تفنيدها وعلاجها من خلال رفض تلك الأفكار تلقائيا. يسعى أسلوب العلاج الانفعالي العقلاني إلى إكساب الفرد المعرفة والمهارة في التفكير، كما يساعده في تنمية قدرته على توجيه نفسه، والتحمل، وتقبل انعدام اليقين، ومقاومة الإحباط، وتحمل المخاطر، وتحمل المسؤولية الذاتية. فيما يتعلق بالاضطراب، يمنح الإنسان المرونة والتفكير العلمي والالتزام وقبول الذات. (Ellis& Dryden, 1987: P211) يؤكد إليس على أن اتهام الذات هو السبب الجذري لمعظم الاضطرابات العاطفية. لذلك، من أجل التخلص من الأمراض العصبية أو اضطرابات الشخصية، من الأفضل أن نتوقف عن لوم أنفسنا والآخرين. وبدلاً من ذلك، من المهم أن نتعلم قبول أنفسنا على الرغم من عيوبنا وأن نتذكر أننا بشر غير كاملين. ويرى إليس أننا نحمل في داخلنا ميولاً قوية للمبالغة في رغباتنا وتفضيلاتنا إلى ما يشبه الاعتقاد المتحجر المكون من: "يجب عليك" "يجب عليك" "بالإضافة إلى الأوامر والطلبات، عندما نشعر بالضيق، يجب علينا أن ننتبه وننتبه". تذكر الاعتقاد المتحجر "يجب عليك" و"يجب عليك". مثل هذه الأوامر تخلق نوعًا من المشاعر الوعرة وأنماط السلوك غير الفعالة. (الخفش، 2011، ص 357) هناك ثلاثة "يجب" (معتقدات غير عقلانية) أصبحت منسوجة في نسيجنا الداخلي وتؤدي حتماً إلى اتهام الذات.

- يجب أن أعمل بشكل جيد وأحصل على قبول واستحسان الآخرين لما أقوم به، وإلا فأنا لست شخصًا جيدًا
- يجب على الآخرين أن يعاملوني باحترام وتقدير، وأن يكونوا عادلين معي ولطيفين، باختصار، عاملوني كما أريد. إذا لم يفعلوا ذلك، فهم أشرار ويجب إدانتهم ومعاقبتهم.
- يجب أن أحصل على ما أريد، عندما أريد ذلك، ويجب ألا أحصل على ما لا أريد. هذا مزعج للغاية ولا أستطيع تحمله.

لدينا ميل قوي لوضع أنفسنا في موقف مرهق ومزعج عاطفيًا، والبقاء كذلك، من خلال اعتناق معتقدات تتهم أنفسنا في نسيجنا، مثل تلك المذكورة أعلاه، مما يجعل من التحدي والتحدي الصعب أن نواجهها صحة نفسية صحية. (الخفش، 2011، ص 358)

كيف تنظر هذه النظرية إلى اتهام الذات؟

- وتعتقد هذه النظرية أننا نتعلم المعتقدات غير العقلانية والأفكار السلبية من الأشخاص المهمين في حياتنا، وأن تكرارنا لهذه الأفكار يجعلنا نتصرف بناء عليها وكأنها مفيدة، وهي تشبه نموذج باندورا.
- وترى النظرية أن لوم الذات واتهامها هما محور الاضطرابات العاطفية، وبالتالي إذا أردنا التغلب على هذه الأفكار، يجب علينا أن نقبل أنفسنا كما نحن وألا ندعي الكمال.
- الإصرار على طلب الاستحسان والظهور كالملاك، وأن يكون الإنسان محبوباً ومقبولاً من الآخرين، وألا يتصرف بأي شكل من الأشكال الذي من شأنه أن ينفرهم ويبعدهم عنه.
- الميل إلى اتهام الآخرين ولومهم وانتقادهم واتهامهم عندما لا تسير الأمور كما يريد (Ellis'1988'P.319).

تظهر الاتهامات الذاتية أيضًا لدى الأفراد الذين لديهم أفكار ملحة

- أحتاج إلى حب واستحسان الأشخاص المهمين في حياتي وتجنب أي رفض
- لكي أكون شخصًا مفيدًا، يجب أن أحقق النجاح في أي عمل يتم تكليفي به وألا أرتكب أي أخطاء.
- يجب على الأشخاص دائمًا أن يفعلوا الشيء الصحيح وعندما يتصرفون بشكل بغيض يجب إلقاء اللوم عليهم ومعاقبتهم.
- يجب أن تكون الأمور كما أريدها، وإلا أصبحت الحياة لا تطاق.
- سبب حزني هو أشياء خارجة عن إرادتي.
- يجب أن أقلق بشأن الأشياء المخيفة وغير السارة.
- كل إنسان يحتاج إلى من هو أقوى منه.
- الأحداث الماضية هي سبب مشاكلي ولا تزال تؤثر على سلوكي الآن.
- لا بد أن أحزن لحزن الآخرين (الزغيبي، 2008، ص38).

دراسات سابقة

- دراسة (الزغيبي، 2008)"الاتهامات المضادة للذات وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة"

تهدف الدراسة: بناء مقياس للاتهام المضاد ، وقياس اتهام الذات لدى طلبة الجامعة ، وتعرف الاتهام المضاد للذات على وفق متغيري النوع (ذكور - إناث) والتخصص (علمي- إنساني) ، وبناء مقياس للاغتراب النفسي ، وقياس الاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة.

1. تعرف الاغتراب النفسي على وفق متغيري النوع (ذكور – إناث) والتخصص (علمي – إنساني)
2. تعرف العلاقة الارتباطية بين اتهام الذات والاغتراب النفسي بلغت عينة البحث (384) طالب وطالبة اختيروا بطريقة عشوائية طبقية من طلبة جامعة بابل الدراسات الصباحية وللمراحل الأولية فقط.

وبعد تحليل البيانات توصل الباحث إلى العديد من النتائج منها :

إن طلبة الجامعة لديهم اتهامات ذاتية ونزعات تبرير سلبية موجهة نحو ذواتهم . لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في اتهام الذات طبقاً لمتغير النوع (الذكور الإناث) .

هنالك فروق ذات دلالة إحصائية في اتهام الذات طبقاً لمتغير التخصص (علمي إنساني)

يعاني طلبة الجامعة من الاغتراب النفسي توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي تبعاً للنوع ولصالح الإناث وللتخصص ولصالح الدراسات الإنسانية.

ليس هنالك علاقة ارتباطيه بين اتهام الذات والاغتراب النفسي.(الزغيبي،2008،ص ٢)

•دراسة محمد(2017)

"الإحباط الوجودي وعلاقته بالاتهامات المضادة للذات لدى طلبة الجامعة"

تهدف الدراسة التعرف على مستوى الإحباط الوجودي ومستوى الاتهامات المضادة للذات لدى طلبة الجامعة. وكذلك التعرف على دلالة الفروق على وفق متغير النوع (ذكور - إناث)، فضلاً. عن العلاقة الارتباطية بين المتغيرين، ومن أجل التحقق من ذلك فقد قام الباحث بتبني مقياس الاحباط الوجودي المعد من قبل (الساعدي (٢٠٠٩). وتبنى مقياس الاتهامات المضادة للذات المعد من قبل (الزغيبي ٢٠٠٨) وتم تطبيق الأداتين على عينة بلغت (١٢٠) طالبا وطالبة تم اختيارهم عشوائياً من اربع كليات في جامعة بغداد هي كلية الإعلام ، وكلية الآداب، وكلية الهندسة خوارزمي وكلية الزراعة) وأظهرت نتائج البحث الآتي:

1. إن عينة البحث من طلبة الجامعة لديهم احباط وجودي
2. ان عينة البحث من طلبة الجامعة لا يمتلكون اتهامات مضادة نحو ذواتهم.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث) في الاحباط الوجودي.
4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث) في الاتهامات المضادة للذات.
5. أظهرت نتائج التحليل الإحصائي انه لا يوجد علاقة ارتباطية دالة بين الاحباط الوجودي الاتهامات المضادة للذات تبعاً للعينة ككل.(محمد، 2017،ص 426)

• دراسة سليمان، هند(2022)

"الاتهامات المضادة للذات لدى المسنين المصابين بالأمراض المزمنة وغير المصابين في دور الدولة"

يهدف البحث للتعرف على الاتهامات المضادة للذات لدى المسنين المصابين بالأمراض المزمنة وغير المصابين.

وتألفت عينة بالغة (150) مسنا ومسنة بواقع (80) غير مصابين و (70) مصابين والمقيمين في دور الدولة في بغداد للعام (2021) وتم بناء مقياس الاتهامات المضادة للذات، على وفق نظرية (هورني 1939) والذي يتضمن (26) فقرة والذي يتمتع بالخصائص السيكومترية من حيث الصدق الظاهري ومؤشرات صدق البناء واستخرج الثبات بطريقتين هما إعادة الاختيار حيث بلغت (86) والفاكرونياخ التي بلغت (88) .

وتوصلت الباحثة الى النتائج الاتية : الى ان المسنين المصابين بالأمراض المزمنة لديهم اتهامات مضادة للذات والمسنين غير المصابين بالأمراض المزمنة ليس لديهم اتهامات مضادة للذات.(سليمان، 2022،ص ٣٦٩)

الفصل الثالث

إجراءات البحث (Procedures of Research)

يتضمن هذا الفصل عرضاً للإجراءات التي قامت بها الباحثةمن حيث منهجية البحث والتصميم التجريبي ، و كذلك تحديد مجتمع البحث وعينته وطريقة اختيار العينة واداتا البحث لقياس الاتهامات المضادة للذات والبرنامج الإرشادي والوسائل الاحصائية التي تم استخدامها في معالجة بيانَّات البحث

أولاً:- منهج البحث (Approacn of Research)

ان المنهج يمثل مجموعة من القواعد التي تضع بنية الوصول إلى الحقيقة في العلم أو الأسلوب الذي يتبعه الباحث في دراسته للمشكلة من أجل اكتشاف الحقيقة أو هو فن التنظيم الصحيح لسلسلة من الأفكار أو الإجراءات من أجل الكشف عن الحقيقة التي لا نعرفها، أو لإثبات ذلك للآخرين الذين لا يعرفون ذلك.(بوحوش، 1999،ص99) بما أن موضوعات البحث العلمي متنوعة، وكذلك خصائص الموضوع المدروسة، وبالتالي فإن طرق البحث متعددة ومتغيرة، ولا توجد طريقة واحدة محددة للبحث العلمي، لكن هناك عدة طرق وطرق علمية يمكن استخدامها حسب واقع الأمر موضوع البحث ما دام يتفق مع الخصائص الأساسية للتفكير (جابر ، 2002، ص28).وبما أن موضوع الدراسة يعتمد على التجريب فقد اعتمد الباحث على المنهج التجريبي الذي يهدف إلى إنشاء علاقة سببية بين الظواهر أو المتغيرات وإقامة علاقةبين السبب والنتيجة (إنجرس، 2008،ص102)

ويرى اننا يجب ان نخضع الظاهرة التجريب للمعرفة والتأكد من أسبابها والعواملالمؤثرة فيها (زغلول، 2009،ص39) ولأجل ذلك تقوم الباحثة بعدد من الخطوات والإجراءات من أجل سلامة التجربة المتمثلة (في مكان وزمان والشروط المحيطة بها من خلال ضبط المتغيرات التي تحدث عبر التجربة) ولذلك فإنَّ الباحثة تكون مطالبه بتدقيق المتغيرات التي قد تؤثر على التجربة (اللهيبي،2018،ص57).

مجتمع البحثThe Population of Research()

يقصد بمجتمع البحث جميع الافراد والاشياء والاشخاص الذين يشكلون موضوع مشكلة البحث.(جيزاني ،2020،ص 79) اذا يشمل مجتمع البحث الحالي (٤١٨٥) طالبة من طالبات المرحلة الثاني متوسط في قضاء المقدادية وقضاء خانقين تابعة الى المديرية العامة لتربية ديالى للعام الدراسي (٢٠٢٣-٢٠٢٤) وقد قسم الباحث عينات البحث الى :-

1- العينة الاستطلاعية :

تم اختيار (70) طالبة من طالبات ثانوية البحيره للبنات بالطريقة العشوائية البسيطة لغرض معرفة مدى وضوح فقرات المقياس، ومدى فهم التعليمات، .واتضح ان متوسط الوقت للإجابة على المقياس لعينة وضوح فقرات وتعليمات المقياس بلغ حوالي (٢٠دقيقه) في الاجابة على المقياس .

عينة التحليل الاحصائي:لغرض إجراء التحليل الإحصائي لمقياس الاتهامات المضادة للذات اختارت الباحثة عينة تتكون من (400) طالبة من المرحلة المتوسطة إذ ترى انستانزي (Anastasia,1988 (ان حجم عينه التحليل الإحصائي للفقرات يكون مناسبا اذا كان (400-500) فرد من المجتمع البحث ، لذا قامت الباحثة باختيارالعينة بالطريقة العشوائية البسيطة من الصف الثاني متوسط من مدارس المديرية ديالى قد تفاوتت عدد الطالبات في المدارس بسبب يعود اختلاف هنالك مدارس ثانوية ومتوسطة حيث انه لايوجد توافق بحجم العينة التوزيع

أدتا البحث (Search results)

ويقصد بأداة البحث بأنها أداة لقياس متغير موضوعي في تحديد عينة البحث من السلوك (ابو جادو،2003:ص328)، لتحقيق هدف البحث يتطلب توفر اداتين هما مقياس الاتهامات المضادة للذات والبرنامج إرشادي عقلاني انفعالي سلوكي، وفيما يأتي توضيح الإجراءات لإعدادهما.

❖ **مقياس الالاتهامات المضادة للذات:**

ولتحقيق هدف البحث لابد من توفر مقياس يتلاءم مع طبيعة الحالة المراد قياسها كذلك طبيعة مجتمع البحث وأن يتوفر فيه الخصائص السايكومترية، بعد اطلاع الباحثة على الأدبيات والمصادر والدراسات السابقة التي لها علاقة بمتغير البحث والتي تتمثل في مقياس الزغيبي (2008) ، ومقياس محمد(٢٠١٧)، تبين ان المقاييس التي تم الاطلاع عليها كانت لعينات مختلفة عن عينة البحث الحالي ،لذا قامت الباحثة ببناء مقياس الاتهامات المضادة للذات على وفق عينة البحث الحالي متبع للخطوات الآتية وبناءً عن ذلك تم بناء المقياس وفق الخطوات التي حددها كل من (آلن وين) ، في بناء الاختبارات والمقايس النفسية وكالآتي:

(تحديد مفهوم االاتهامات المضادة للذات.)

- تحديد مجالات الاتهامات المضادة للذات.
- كتابة الفقرات وصياغتا وتوزيعها على كل مجال من مجالات المقياس.
- تحديد بدائل الاجابة.
- اعداد تعليمات المقياس.
- صلاحية فقرات المقياس.
- عينة وضوح التعليمات.
- اسلوب التصحيح للمقياس.
- التحليل الاحصائي (AIIen and yen, 1979:119).

الخصائص السايكومترية لمقياس الاتهامات المضادة للذات:

* (الصدق): يعتبر صدق المقياس من اهم الخصائص التي يجب علينا الاهتمام بها في مجال القياس النفسي ، ويعرف على انه يقيس الاختبار ما وضع من اجله (محمد ، 2004 :84)وتحققت الباحثة من صدق المقياس بالطريقة الاتية:

أ- **الصدق الظاهري (Content Validity):** يعد التحليل الإحصائي الخطوة رئيسة المهمة لأعداد المقاييس النفسية و التربوية ومدى ملاءمتها و تعديلها، لذلك يعد التحليل الإحصائي للفقرات (هو القدرة في الكشف عن دقة قياس ما أعد لقياسه) (Ghiselli, et al, 1981: 421) ويشير (Ebel) الغاية من إجراء التحليل الإحصائي على الفقرات والتحليل في ارتباط الدرجة الكلية بالمقياس وذلك لأجل الإبقاء على الفقرات ذات التمييز الجيد في المقياس (Ebel,1972:392).

ويعرف الصدق الظاهري بإنَّه (قدرة الاختبار على قياس الهدف او الغرض الذي وضع من اجله ظاهريا، والتحقق من خلال تطابقه مع تقديرات المحكمين على درجة صدق المقياس لأختبار السمة الذي وضع لاجلها (العزاوي ،2007: 94). لقد تحققت الباحثة من الصدق الظاهري لمقياس الاتهامات المضادة للذات ، إذ قامت الباحثة بعرض المقياس بصورته الاولية على مجموعة من المحكمين في علم النفس والإرشاد النفسي الملحق () وذلك للتأكد من صلاحية التعليمات وصلاحية

الفقرات وملاءمتها لقياس الاتهامات المضادة للذات على وفق التعريف الذي اعتمدتالباحثة وفق نظرية العقلانية الانفعالية السلوكية (ألس) لمقياس الاتهامات المضادة للذاتالموجه الى المحكمين .
وفي ضوء ما أبداه المحكمين من آراء تم تعديل صياغة بعض الفقرات من فقرات مقياس الاتهامات المضادة للذاتبصيغة الاولية المؤلف من (٣٠) فقرة كما موضح في الجدول () إنَّ جميع الفقرات دالة احصائياً وفق اختبار مربع كاي)

❖ مؤشرات الثبات: ونقصد بالثبات (إنَّه اتساق الدرجات التي يتم الحصول عليها من الافراد عندما يعاد اختبارهم بنفس الاختبار في وقتين مختلفين (علام،2015: 113)
يعد الثبات من المفاهيم الأساسية في القياس النفسي والتربوي ولابد من الأداة أن تكون ثابتة لأجل صلاحيتها للتطبيق ويقصد به الاتساق في نتائج المقياس ، فالمقياس الثابت هو الذي يمكن الاعتماد عليه ، والتحقق من ذلك اذا كانت فقرات المقياس تقيس السمة نفسها وتعطي نتائج ثابته في تكرار تطبيقها عبر الزمن (ربيع ، 2009: 111) ، والتحقق من ثبات المقياس الحالي فقد استخدمت الباحثة الطرق الآتية

طريقة اعادة الاختبار (Test – Retest)

إنَّ الهدف الاساسي من أعادة الاختبار: هو الحصول فيها على اجابات متطابقة اومتناسقة للمجموعة نفسها ومن الاشخاص ولقياس السمة ذاتها هو تطبيق الاختبار مرتين إذ إنَّ هذه الطريقة تزودنا بعلامتين للمفحوص ومعامل الثبات يكون في هذه الحالة هو معامل الاستقرار (ملحم، 2010: 257)
حيث إنَّ الهدف الاهم من اعادة الاختبار بمعنى إنَّه أشار الى استقرار اداء افراد العينة التي تم تطبيق الاختبار عليهم مرتين عبر الفاصل الزمني من خلال اداء الافراد في الاختبار الاول والثاني ،لذ هو يعد من اسهل او ابسط الطرائق المستخدمة لتعيين معامل الثبات (المكدمي،2016: 275-276) .
لقد قامت الباحثة بتطبيق الاختبار على عينة مكونة من (30) طالبة من مدرسة الضحى للبنات وبعد مرور (14) يوم من تطبيق الاختبار الأول، قام بتطبيق المقياس مرة ثانية على العينة نفسها؛ للتعرف على مدى ثباته ، حيث يعتقد (أدمز) إنَّ اعادة تطبيق الاختبار للمقياس هو من اجل معرفة ثبات نتائجه، ويجب إنَّ لاتقل عن هذه المدة ، وقد بلغ معامل الثبات (0,80) يعد اختباراً جيداً. (Adams,1964:8) .

أ- طريقة ألفا كرونباخ (Alpha – crobach)

تعتبر طريقة الفاكرونباخ من الطرائق الشائعة الاستخدام آذ تمتاز بدقتها وامكانية الاخذ بنتائجها وسهولة اتباعها وتعتمد هذه الطريقة على حساب الارتباط بين درجات فقرات المقياس جميعها بحيث أن تمثل كل فقرة مقياس بحد ذاته ، لذا يؤشر معامل الثبات على إنَّ اتساق أداء الإفراد بحيث هناك تجانس بين فقرات المقياس ، لذ يتم تطبق الاختبار مرة واحدة ويتم وضع الدرجات الكلية عليه ثم تطبق معادلة الفاكرونباخ (زيدان، 2015: 82)،
قامت الباحثة باستخراج قيمة (الفاكرونباخ)من خلال سحب (100)استمارة من عينه التحليل الاحصائي (عينة التحليل الاحصائي) وبلغت قيمتها (٠.٨٣)وهو معامل الاتساق ، ومن خلال ذلك يمكن القول بان الدراسة الحالية توصلت إلى بناء أداة مقياس (الاتهامات المضادة للذات) تتمتع بمؤشرات الصدق والثبات فضلاً عن مؤشرات تحليل الفقرات وكفاءتها عند المستجيبين والتمييز بينهم.

المؤشرات الاحصائية لمقياس الاتهامات المضادة للذات:

إنَّ أدبيات القياس النفسي والتربوي اشارت الى إنَّ المقايس النفسية اغلبها تتوزع توزيعاً اعتدالياً بين افراد المجتمع الذي طبقت الدراسة عليه، لذا فإنَّ استخراج المؤشرات الاحصائية للمقياس يبين مدى قرب توزيع افراد العينة من التوزيع الطبيعي لذا يكون هذا التوزيع معياراً للحكم على على مدى تمثيل العينة المجتمع الاصلي والدقة في تعميم النتائج (علوان،2015: 108– 109). لقد استخدمت الباحثة برنامج (SPSS) للحصول على المؤشرات الاحصائية لمقياس الاتهامات المضادة للذات لأفراد العينة جميعهم والبالغ عددهم (400) طالبة والجدول (1) يبين ذلك.

الجدول (1)

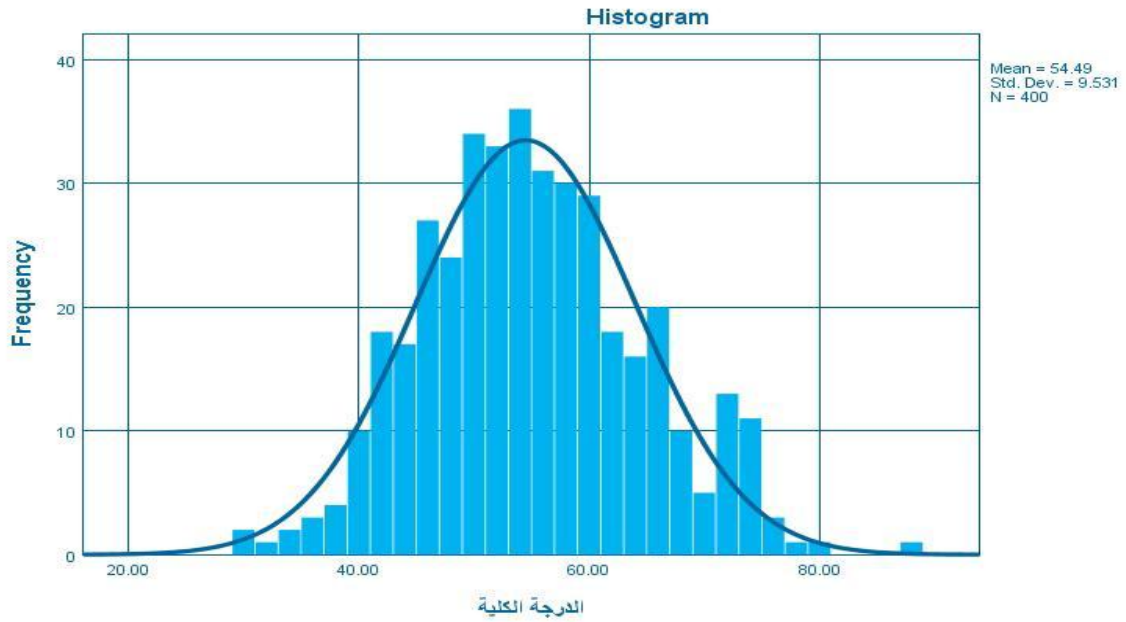
المؤشرات الإحصائية لمقياس الاتهامات المضادة للذات

الوسط الحسابي Mean	٥٤.٤٩٥٠
الوسيط Median	٥٤.٠٠٠٠
المنوالMode	٥٢.٠٠
الانحراف المعياري Std. Devition	٩.٥٣٠٨٥
التباين Variance	٩٤.٢٩٣
الالتواء Skewness	٠.٢٤٨
Std. Erro of Skewness	0.122
التفلطح Kurtosis	-٠.٠٥٤
of KurtosisStd. Error	٠.243
المدى Range	٥٨.٠٠
اعلى درجة Maximum	88.٠٠
ادنى درجة Minimum	٣٠.00
عينة التحليل الاحصائي	400

لاجل استقراء المؤشرات الاحصائية تبين انَّ عينة البحث تتوزع توزيعا اعتداليا أو هي اقرب إلى التوزيع الاعتدالي اذ تتقارب درجات مقاييس النزعة المركزيـــــة (الوسط الحسابي ، الوسيط ، المنوال) لذا فانَّ العينة المختارة يجب ان تمثل المجتمع المسحوبة منه تمثيلا حقيقيا وبالتالي، فانَّها

توفر امكانية تعميم نتائج البحث عن طريق هذه العينة على المجتمع الذي تمثله(عودة،الخليلي،200:ص79)، والشكل (1) يوضح ذلك :

المنحنى الاعتدالي لتوزيع درجات عينة البحث لمقياس الاتهامات المضادة للذات



المدرج التكراري لتوزيع درجات عينة البحث لمقياس الاتهامات المضادة

أظهرت النتائج الخاصة بالبحث الحالي ولمقياس اتهام الذات لدى الطالبات المعنفات نفسياً اللاتي شملهن البحث ان المتوسط الحسابي للدرجات هو .(54.49) درجة والانحراف المعياري(٩.53) درجة ، وبلغ المتوسط الفرضي مقداره (60) درجة وتم الحصول عليه من خلال ضرب متوسط اوزان بدائل الاستجابة في عدد الفقرات(30) ، ولاختبار دلالة الفرق بين الوسط الحسابي ، والوسط الفرضي استعمل الاختبار التائي لعينة واحدة ، ان القيمة التائية المحسوبة اكبر من القيمة الجدولية وتشير تلك النتيجة الى وجود فرق ذي دلالة احصائية عنده مستوى دلالة (٠.05) بدرجة الحريه (٣٩٨) ان عينه البحث الطالبات لديهن اتهامات المضادة للذات. والجدول (2) الأتي : يوضح ذلك

جدول (2)

دلالة الفرق بين الوسط الحسابي والوسط الفرضي لمقياس الاتهامات المضادة للذات

الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة الجدولية	مستوى دلالة 0,05
54.49	**9.53**	**60**	**12.01**	**1.96**	**دال**

وتشير النتائج الى ان طالبات المشمولين بالبحث الحالي لديهن درجة عالية من اتهام الذات.

فقد اظهر التحليل الاحصائي لنتائج تطبيق مقياس الاتهامات المضادة للذات ان طالبات المعنفات لديهمن اتهامات موجهة نحو ذواتهم بسبب اعباء الحياة وصعوباتها قد يؤدي ذلك الى خلق ظروف

نفسية وحالات صراع وانفعالات سلبية نتيجة الاحساس بالعجز، والوهن، والتناقض بين حياة الواقع والطموح.وتتفق هذه النتيجة في المضمون العام مع وجهة نظر Ellis الذي يرى ان بعض الناس قد يتبنون افكارا غير عقلانية وغير واقعية مبنية على اعتقادات وتصورات خاطئة تؤدي الى الحط من قدر الذات والسعي الى محاولة الفرد لان يحظى بمحبة الجميع (Ellis,1959,p.319)
وقد يعزى ذلك الى طبيعة التربية الدينية التي يتلقاها النشء والاساليب التي يتبعها الاباء والمربون والمؤسسات الدينية في تعليمها بعض القيم والاساليب منذ مراحل الطفولة المبكرة فيتعلم الطفل الخضوع لها وتصبح جزءا من تصوراته المستقبلية وتجعلهم يتبنون وبشكل لاارادي ضميرا صارما ومتشددا يرسخ في نفوسهم مشاعر الخوف ولوم الذات واحيانا معاقبتها عند اظهار أي انتهاك لها.ذلك ان تفحص مشاعر الذنب بعناية يبين ان الكثير منها يعبر عن قلق او محاولة الدفاع ضده ويتضح هذا على الفرد السوي بان التقوى والخوف من الله تبدو اكثر نبلا من الخوف من الناس في مجتمعنا (Horney,1950,235).

ثالثاً: الاستنتاجات :

في ضوء النتائج التي توصل اليه البحث الحالي استنتجت الباحثة مايأتي :

1- الطالبات المعنفات في الصف الثاني المتوسط لديهن نسبة عالية من الاتهامات المضادة للذات من خلال تطبيق مقياس الاتهامات المضادة للذات

رابعا: التوصيات:

في ضوء النتائج يوصي البحث الحالي بما يأتي :

١-استخدام مقياس الاتهامات المضادة للذات في المراكز النفسية لقدرته في إعطاء مؤشرات عن مستوى الشعور بالاتهامات المضادة للذات.

٢- وضع برامج توعيه وتوجيه نفسي للذين يعانون من الاتهامات المضادة للذات والابتعاد عن أساليب اللوم والتوبيخ المستمر وعلى ابسط الأخطاء .

٣- العمل على متابعة مشاكل الطالبات ومعرفة ما يعانون منه، من ضغوط نفسية والعمل على تقليل أثارها من خلال التعاون المشترك بين والمرشده والطالبات.

٤- ضرورة تخصيص المدرسة محاضرات ارشادية كل اسبوع حتى تكون هناك علاقة و الفه بين الطلبة والمرشد التربوي.

خامساً: المقترحات

استكمالاً للبحث الحالي تقترح الباحثة اجراء الدراسات والبحوث الاتية :

1- اجراء دراسة مماثلة على مراحل الدراسية الاخرى كالابتدائية و الاعدادية و طلبة الجامعات. ومقارنة نتائجها بنتائج البحث الحالي

2- إجراء دراسة مماثلة للبحث الحالي لعينات أخرى . (المطلقات الأرامل السجناء المعاقين)

3- أجراء دراسة ارتباطية بين الاتهامات المضادة للذات لدى طلبة المرحلة الاعدادية وعلاقتها بتحصيلهم الدراسي.

4- سعي الدولة إلى التخفيف عن بعض المشكلات التي تواجه أفراد المجتمع ومحاولة تقليل الفوارق الطبقية من خلال توفير فرص متساوية للجميع .

المصادر

- القران الكريم
- سدني، جورارد ولد ز من وتيد (1988) ، الشخصية السليمة، ترجمة حمد دلي الكربولي، موفق الحمداني ، مطبعة جامعة بغداد
- عوض، حليم حسب الله (٢٠٠٧) الشعور بالذنب، www, atarik. com
- محمد، محمد عباس (2017)، الاحباط الوجودي وعلاقته بالاتهامات المضادة للذات لدى طلبه الجامعة، مجله البحوث التربويه والنفسيه، جامعة بغداد، عدد 55.
- يحيى،اياد محمد، ٢٠١٨، فاعلية برنامج ارشادي انتقائي في تخفيف الشعور بالذنب لدى طلبة كلية التربية الاساسية، جامعة الموصل / كلية التربية الأساسية / قسم التربية الخاصة، مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية ، المجلد ١٥، العدد (١)، لسنة ٢٠١٨
- أبو شعر عبد الفتاح (2007): الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية الجامعة الإسلامية، فلسطين.
- نعمة، منصور حمزة (2012) العطف على الذات وعلاقته بالخوف من التقييم الاجتماعي السلبي لدى طلبة الجامعة رسالة ماجستير – غير منشورة كلية الآداب الجامعة المستنصرية.
- العنزي، فهد بن حامد (2007): علاقة القلق بالأفكار اللاعقلانية – دراسة مقارنة – رسالة ماجستير – غير منشورة، كليةالدراسات العلياء جامعة نايف السعودية.
- الخفش، سامع وديع (٢٠١١) النظرية والتطبيق في الإرشاد و العلاج النفسي، الطبعة الأولى، عمان – دار الفكر.
- جابر، عبد الحميد (2002) مناهج البحث في التربية وعلم النفس، دار النهضة العربية القاهرة، مصر .
- بوحوش عمار (1999) مناهج البحث العلمي وطرق اعداد البحوث، ديوان المطبوعات الجامعية، مصر
- انجرس موريس (2008) منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية، دار القصبة للنشر ، الجزائر
- زغلول، عماد عبد الرحيم (2009) مبادئ علم النفس التربوي، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- الجابري ، كاظم كريم رضا(٢٠١١) : مناهج البحث في التربية وعلم النفس ط١ مكتبة اليقين لطباعة والاستنساخ بفداد العراق٠
- اللهيبي، عمر محمد نجم عبود (٢٠١٨) أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب دحض الأفكار في خفض التشوهات المعرفية لدى طلاب المرحلة المتوسطة، رسالة ماجستير منشورة في كليةالتربية العلوم الانسانية، جامعة ديالي العراق.
- اللهيبي، عمر محمد نجم عبود (٢٠١٨) أثر البرنامج الإرشادي بأسلوب دحض الأفكار في خفض التشوهات المعرفية لدى طلاب المرحلة المتوسطة، رسالة ماجستير منشورة في كليةالتربية العلوم الانسانية، جامعة ديالي العراق.
- الجمالي، احمد وادي (2014) معنى الحياة وعلاقته بالصراع المعرفي لدىطلاب الجامعة رسالة ماجستير غير منشورة كلية التربية الجامعة المستنصرية.

- ربيع ، محمد شماته (٢٠٠٩) : المرجع في علم النفس التجريبي ، دار المسيرة للنشر والتوزيع ، عمان الاردن
- ملحم سامي محمد (٢٠١٠) : مبادئ التوجية والارشاد النفسي ط ٢ ، المسيرة للنشر والتوزيع عمان الاردن .
- المكدمي، ياسر محمود وهيب (٢٠١٦) القياس النفسي بين التنظير والتطبيق، ط1، مؤسسةمصر مرتضى للكتاب العراقي، بيروت، لبنان.
- رديف، سيف محمد و شاكر رقيه رافد (2020)، التقبل ـ الرفض الوالدي وعلاقته بانتقاد الذات لدى طلبه المرحله الاعدادية، مجلة دراسات العلوم الانسانية والاجتماعية، المجلد 47،عدد 2، ملحق 1.
- نيستل، ميشيل (٢٠١٥): المدخل إلى الإرشاد النفسي من منظور فني وعلمي، ط1،ترجمة مراد علي حسن، وأحمد عبد الله الشريفين، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان الأردن.
- النجار، خالد مسعد (٢٠١١) المراهقة جسر العبور الرشد والنضج. مجلة الوعي الإسلامي، العدد ٥٥٥، ص ص ٧١ ٧٠
- السامرائي، عواطف عبد المجيد عبد الجبار (1991): التحصيل الدراسي لدى ابناء الشهداء قبل وبعد استشهاد ابائهم ولدى اقرانهم في المرحلة المتوسطة دراسة مقارنة رسالة ماجستير (غير منشورة)، الجامعة المستنصرية / كلية التربية.
- العامري ، على محسن ياس (٢٠١٦) : الارشاد الاسري بين النظرية والتطبيق ، الجزء الاول.
- غربي، عبد الناصر(٢٠١٤)، فاعلية برنامج إرشادي في ضوء نظرية ألبرت إليس" العقلانية الانفعالية السلوكية في خفض قلق الامتحان لدى تلاميذ السنة الثالثة ثانوي، جامعة قاصدي مرباح-ورقلة، كلية العلوم الاجتماعية والانسانيه.
- مخائيل كاترين (٢٠٠٥) هل للعنف جذور في المجتمع العراقي، موسوعة بلاد الرافدين cr-mi.comhttp://www.iraqo
- الحفني(١٩٧٨)، موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، ج٢،مكتبه مدبولي، القاهرة.
- الزعيبي،خالد محمد (2008) : الاتهامات المضادة للذات وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير غيرمنشورة ، كلية الآداب – جامعة بغداد.
- الأنصاري إسماعيل (٢٠٠٥): العنف ضد المرأة متى نتخلص من هذا الإرث، إنترنيت الموقع البيت العراقي البيت / العراقي / file://c:windows / Desktop
- العامري ،علي محسن ياس ، 2013، التمرد النفسي والتفكير المزدوج وعلاقتهما بالعنف لدى طلبة الجامعة، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ، الجامعة المستنصرية.
- بطرس، حافظ (٢٠١٠) : تعديل سلوك الطفل، ط1، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان الأردن.
- . الداهري، صالح حسن احمد (٢٠٠٨) : أساسيات التوافق النفسي والاضطرابات السلوكية الانفعالية الأسس والنظريات ط١ ، دار صفاء للنشر والتوزيع، عمان، الأردن .
- جاسم، عباس لطيف، ٢٠٢٠ ،لوم الذات لدى طلبة المرحلة المتوسطة وعلاقته ببعض المتغيرات، كلية التربية الاساسية / جامعة ديالى، مجلة الفتح، العدد الثالث والثمانون – ايلول لسنة ٢٠٢٠.
- حمود، محمد الشيخ،(٢٠١١) الارشاد المدرسي،دار الكتاب الجامعي للنشر والتوزيع، ط ١،دولة الامارات العربية المتحدة.

- النادر، هيثم محمد وآخرون، (٢٠١٤) مصادر الضغط النفسي لدى طلبة كلية التربية الرياضية وطلبة الكليات الأخرى في كل من جامعة مؤتة وجامعة البلقاء التطبيقية وعلاقتها ببعض المتغيرات دراسة مقارنة مجلة الدراسات العلوم التربوية، العدد ٤١ لسنة ٢٠١٤
- عبد الخالق، احمد محمد،(١٩٨٦) قلق الموت، سلسلة عالم المعرفة الكويت مطابع الرسالة.
- اللحياني، مريم حميد أحمد، العتيبي سميرة محارب ،٢٠١٩،التشوهات المعرفية لدى طلبة الجامعة بالسعودية ومصر : دراسة ثقافية مقارنة، كلية التربية – جامعة أم القرى، المجلد (١٢) العدد (٢)
- أبو حلاوة ، محمد السعيد (٢٠١٣) : الحسرة الوجودية، ابعادها ومحدداتها وديناميات تشكيلها نموذج نظري مقترح مجلة الدراسات التربوية والانسانية ، كلية التربية ، جامعة دمنهور ، المجلد ٥ العدد ٤ ، جزء ٢ .
- احمد، شيماء شعبان،٢٠١٨،لوم الذات والسياق الاجتماعي لدى عينة من الأحداث الجانحين (غير السيكوباتيين) ، كلية الآداب – جامعة المنيا.
- الختاتنة سامي محسن (٢٠١٢)، مقدمة في الصحة النفسية ،دار الحامد للنشر والتوزيع، عمان الاردن.
- شيال، احمد غضيب (٢٠٠٠): اخلاق عند ميشيل موكو، كلية الاداب، جامعه بغداد، اطروحة دكتوراه غير منشورة.
- المحمدي ، عبد القادر موسى حمادي (1994)، الاغتراب في تراث صوفية الاسلام كلية الآداب جامعة بغداد، اطروحة دكتوراه غير منشورة.
- Sharon, Brehm & etal. (2002). Social psychology Houghton, Mifflin, company, Boston, newyork
- Robb. H. &warren, R. (1990): Irrational Belief Tests: new Insights new
- Patterson, C.H.(1980) Theories of counseling and psychotherapy new york, Haper& Row puublishers.
- Ellis, A.& Dryden, (1987) (The practice of Rational Emotive Therapy) New York Springer
- Ellis, A.(1988).Humansticpsy cnotheraby. New york. Mcgraw-hill .book company
- Gilbert (1993) Defense and safety their function In social behavior and psychopathology. British Journal of Clinical Psychology, p.131-153
- Nader,k.(2001). Terrorism. Septemper, 2001, trauma. Grief and recovery http://www.gift from with In.org.
- Dolliver, R.H.. (1977). The Relationship of rational – emotive therapy to other psychotherapies and personality theories. The Counseling psychologist, 7.1, 57-63.
- Horney, Karen, (1950). Neurosis and human Growth. New york. ww. Norton.

- Myers, P. (2007). Investigating of self-Criticism and Emotional Intelligence in University students. PHD. Department of Educational Psychology. Edmonton, Alberta
- -Baldwin, M. W (1992) Relational Schernas and the processing of social information, Psychological Bulletin, 112, pp. 461-484
- Gilbert (1993) Defense and safety: their function in social behavior and psychopathology. British Journal of Clinical psychology, p. 131-153.

Anti-Self Accusations Among Psychologically Abused Middle School Students

Abstract:

The current research aims to identify the level of anti-self-accusations of psychologically abused female middle school students. The current research is limited to psychologically abused female students (middle school students). The current research population was (4185) female students from the second middle school stage in Al-Muqdadiyah District and Khanaqin District, affiliated with the General Directorate of Education. Diyala for the academic year (2023-2024), for the purpose of conducting statistical analysis of the anti-self-accusations scale, the researchers chose a sample consisting of (400) female students from the middle school, and after processing the data using the SPSS statistical package, the research reached the following results, and the results indicate that the female students included in the current research They have a high degree of self-accusation. Statistical analysis of the results of applying the anti-self-accusations scale showed that psychologically violent female students have accusations directed at themselves because of the burdens and difficulties of life. This may lead to the creation of psychological conditions, situations of conflict, and negative emotions resulting from a feeling of helplessness, weakness, and contradiction between life. Reality and ambition, and the research came out with a set of recommendations, the most important of which are: using the anti-self-accusations scale in psychological centers due to its ability to give indicators of the level of feelings of anti-self-accusations, developing awareness programs and psychological guidance for those who suffer from anti-self-accusations, and staying away from methods of constant blaming and reprimanding for the simplest mistakes. And work to follow up on the students' problems and find out what psychological pressures they are suffering from, and work to reduce their effects through joint cooperation between the educational counselor and the students.