الدور الوسيط والمعدل لإعاقة الذات والرحمة بالذات في العلاقة بين التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة

أ.م.د/ نهاد عبد الوهاب محمود

أستاذ علم النفس المساعد

كلية الآداب -جامعة حلوان

هدفت الدراسة إلى اختبار تأثير متغيري إعاقة الذات بوصفها متغيرًا وسيطًا ،والرحمة بالذات كمتغير تابع في العلاقة بين التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة ، وكذلك فحص العلاقات الارتباطية المتبادلة بين متغيرات : الدافعية للإنجاز ،والتشوهات المعرفية ،وإعاقة الذات ، والرحمة بالذات ،بالإضافة إلى كشف الفروق بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في متغيرات الدراسة كل على حدة. وذلك على **عينة** قوامها (٢٧٤) طالب وطالبة جامعية ، تراوحت أعمارهم بين ١٨-٢٣عامًا ، بمتوسط عمري قدره ٢٠,٣٣ وانحراف معياري قدره ± ١,٢٤ للعينة الكلية .وقد تم استخدام **أدوات** : استمارة جمع البيانات ،ومقياس الدافعية للإنجاز ،واستبيان الأحكام التلقائية عن الذات ،ومقياس الشفقة بالذات ، واختبار إعاقة الذات. وأسفرت **النتائج** عن: وجود تأثير دال إحصائيًا لإعاقة الذات بوصفها متغيرًا وسيطًا على العلاقة بين التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز، بينما لا يوجد تأثير دال إحصائيًا للرحمة بالذات بوصفها متغيرًا معدلا لهذه العلاقة ، كما أوضحت النتائج أيضًا وجود علاقات ارتباطية متبادلة دالة إحصائيًا بين متغيرات الدراسة ،ووجود فروق دالة إحصائيًا بين الجنسين في التشوهات المعرفية في اتجاه الذكور ، وفي بعد الحنو على الذات في مقابل الحكم الذاتي من أبعاد الرحمة بالذات في صالح الإناث.

الكلمات المفتاحية: إعاقة الذات ،الرحمة بالذات ، التشوهات المعرفية ،الدافعية للإنجاز، طلاب الجامعة.

الدور الوسيط والمعدل لإعاقة الذات والرحمة بالذات في العلاقة بين التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة

أ.م.د/ نهاد عبد الوهاب محمود
أستاذ علم النفس المساعد
كلية الآداب -جامعة حلوان

مقدمة:

أصبح الالتحاق بالمرحلة الجامعية يُشكل مصدر ضغط لعدد كبير من الطلاب وأولياء الأمور ، فمع تزايد المنافسة على الالتحاق بالجامعة وارتباط الأداء الأكاديمي الناجح بتطلعات وطموحات المستقبل ، وارتباط الأداء الضعيف بالنقص وعدم الكفاءة والخوف من الفشل في المستقبل ، أصبحت سنوات الدراسة بالجامعة مجالًا حظي بكثير من الاهتمام والبحث .

وتُعد الدافعية للإنجاز خلال سنوات الدراسة الجامعية –على وجه التحديد –أحد الدوافع المهمة التي توجه سلوك الفرد نحو تحقيق التقبل أو تجنب عدم التقبل في المواقف التي تتطلب التفوق ، لذا لا يكون من الغريب أن يصبح الدافع للإنجاز قوة مسيطرة في حياة الطلاب الجامعية (Warner & Moore,2004; Ferradas et al.,2018) .

وللاستجابة لهذه التحديات ومحاولة من بعض الطلاب لتجنب الفشل، يلجأ بعضهم إلى استخدام استراتيجيات معقدة تمكنهم من إعادة تعريف الفشل لحماية قيمتهم الشخصية وتقديرهم لذواتهم، ومن بين مختلف استراتيجيات حماية الذات التي حددتها أبحاث الدافعية ، يُعد مفهوم إعاقة الذات الأقوى انتشارًا في مجال الدراسة الجامعية (Ferradas et al.,2018) ، والذي قدمه جونز وبيرجلس Berglas & Jones عام ١٩٧٨ والتي تعني "خلق أو ابتكار عقبات للأداء الناجح ، في مواقف التقييم المهمة" ، حيث يتم ابتكار أو اختلاق معوقات للأداء لحماية الإحساس بتقدير الذات بدلًا من بذل قصارى الجهد ، والتي تبدأ من عدم ثقة الفرد في قدراته والخوف من أدائه السيء ، إذ تسمح إعاقة الذات بعزو الفشل إلى اسباب خارجية وعزو النجاح إلى داخل الفرد ، على سبيل المثال: الطالب الذي يظل مستيقظا لوقت متأخر في الليلة السابقة للامتحان أو أداء نشاط على درجة من الأهمية

يمكن أن يعزو ضعف أدائه في اليوم التالي إلى الشعور بالتعب وضعف الذاكرة وعدم الاستعداد الجيد ، أما إذا كان أداء الطالب جيدا رغم هذه العقبات وحقق النجاح ، يتم عزو ذلك النجاح إلى قدراته رغم وجود العقبات (Warner & Moore ,2004).

وتشتمل إعاقة الذات على نوعين: إعاقة سلوكية وتنطوي على القيام ببعض الأفعال أو السلوكيات الموجهة (مثل خفض الجهد وعدم الحصول على قسط كافي من النوم) ، وإعاقة الذات التقريرية والتي تشتمل على تقديم بعض الأعذار اللفظية والادعاءات دون وجود حاجة إلى تطبيقها (مثل ادعاء التعب أو المرض).

ومع وجود بعض الفوائد للإعاقة الذاتية حيث تعمل على المدى القصير على حماية تقدير الفرد لذاته والتخفيف من القلق الناتج عن الفشل في أداء المهام ، فإنها تعمل على المدى الطويل على تدمير الأداء الأكاديمي ، وترتبط بالأعراض السلبية ، وانخفاض المنافسة ، والمزاج السلبي ، واستخدام المواد المؤثرة على الحالة النفسية (Saddique & Loona, 2021;Ferradas et al.,2018).

لذا تُعد إعاقة الذات استراتيجية تساعد بعض الطلاب والأفراد على إخفاء فقدانهم للمهارات والمجهود ودافع أساسي في تجنب الدافعية للإنجاز ، بل تساعد أيضًا في تيسير الفشل وعدم تحقيق الأهداف. وسواء أكان هذا الفشل عامًا أم محددًا فإنه يتأثر بدرجة كبيرة بهيكل معتقداتنا السابقة ، إذ يركز الفرد انتباهه انتقائيا على المعلومات الواردة ، كما يسترجع المعلومات عن المواقف المختلفة ويعيد بناءها ويصل إلى استنتاجاته المتعلقة بنفسه وقدراته والمواقف من حوله ، كما يحدد تنبؤاته الخاصة بالمستقبل وفقًا لما هو متاح في الذاكرة (سلامة ،١٩٩٠،ص.١) .

ومع وجود عدد كبير من النظريات المعرفية التي تؤكد على دور العوامل المعرفية في كل من الاستجابات السلوكية والانفعالية للأفراد ، فإن هناك قلة من الدراسات التي فحصت جوانب التشويه المعرفي في علاقتها بالدافعية للإنجاز. فبعض الأفراد يدفعهم الاهتمام بالعواقب والفوائد ، بينما يكف آخرون بسبب أفكارهم ومعتقداتهم السلبية المرتبطة بالفشل والمبالغة في المستويات ولوم الذات على أقل شيء ، وهؤلاء يمتلكون تشوهات معرفية كامنة في نظام معتقداتهم ، وهنا فقد قدم بيك Beck عام ١٩٧٦ –وهو أحد أهم ممثلي المدخل المعرفي– الأفكار والتشوهات المعرفية بوصفها مظاهر ثابتة لعملياتنا المعرفية ، فالطالب

الذي يعتقد باحتمالية عدم قدرته على النجاح ، ويعمم الفشل ويضع لنفسه مستويات من الكمالية ليس من السهل بلوغها ، ولا يتسامح مع نفسه عند الخطأ بحيث يصدرا أحكامًا سلبية عليها لما يدركه من نواحي النقص والقصور والتي لا يرغب في تحسينها، بل يضع العراقيل التي تستبعد انخفاض القدرة وقلة بذل المجهود، يمنعه كل ذلك من الوصول إلى الهدف ، بل ويؤدي أيضًا دورًا حرجًا في اضطرابه النفسي (Kapikiran ,2012 ; Kimble & Hirt ,2005) .

ومن هنا كانت حاجة أي فرد – والطلاب على وجه التحديد– إلى عامل من عوامل الصحة النفسية يشير إلى التعامل مع الذات برفق المبني على الفهم بدلًا من النقد الذاتي القاسي والحكم عليها ، إلى رؤية الخبرات الشخصية كجزء من التجربة الإنسانية بشكل أكبر من رؤيتها في سياق منفصل ومنعزل عنها ، إلى الوعي بالخبرات في اللحظة الراهنة والنظر إلى الأفكار والانفعالات –بما فيها السلبية منها– بشكل متوازن وليس الإفراط فيها والتوحد معها ، أو ما يطلق عليه " الرحمة بالذات " (عبد الرحمن وزملاؤه ، ٢٠١٤).

وبالتالي تعد الرحمة بالذات من مفاهيم علم النفس الإيجابي التي تُعين الفرد على مواجهة المعوقات الحياتية والاخفاقات بالتخفيف من وطأتها لارتباطها بمؤشرات الرفاه النفسي ، والسعادة ، والشعور بالرضا وتحسين الروابط الاجتماعية ، وكذلك تساعد الفرد على التنظيم الانفعالي والمواجهة الإيجابية لكونها منظمًا أساسيًا لمشاعر الخوف والتهديد والفشل ، ومساعدًا فعالًا في خفض استجابات الخوف والتوتر والقلق واجترار الأفكار السلبية النابعة من التشوهات المعرفية للبناء المعرفي للفرد(الشافعي ، ٢٠٢١).

مشكلة الدراسة :

تُعد الدافعية للإنجاز نتاج عمليات معرفية وانفعالية ، ورغم اهتمام الباحثين والتراث النفسي بالبحث في مجال الدافعية للإنجاز باعتبارها أحد أهم العوامل التي تؤثر على الطلاب في البيئة التعليمية والأكاديمية ، وفي مواقف أداء الفرد للمهام المختلفة بشكل عام ، فقد حظيت دراسة العوامل المعرفية كالتشوهات المعرفية وعلاقتها بالدافعية للإنجاز بقليل من الاهتمام على المستوى المصري على وجه التحديد ، فلا يوجد – في حدود إطلاع الباحثة – إلا دراستي كابيكرن (Kapikirans, 2012) في البيئة الأجنبي، ودراسة (المسرورية ،٢٠٢٢) في البيئة العربية التي اهتمت بهذه المتغيرات ، هذا فضلًا عن قلة الدراسات التي

تناولت الفنيات المعرفية والسوابق المهمة للإنجاز ومن أهمها إعاقة الذات التي لم تختبر بشكل كافي. فعلى الرغم من أهمية إعاقة الذات كاستراتيجية تساعد على حماية تقدير الذات والتخفيف من القلق الناتج عن الإحساس بالفشل ، فإنها على المدى الطويل تؤثر بشكل سلبي على أداء الفرد ، حيث تسمح بتقليل الجهد وخلق الاعذار للأداء الضعيف ، الأمر الذي يؤدي في النهاية إلى تدمير الأداء الأكاديمي.

ومع وجود تراث نفسي عن الرحمة بالذات كأحد المتغيرات الإيجابية التي تساعد على التعرف على كيفية معاملة الأشخاص لأنفسهم في مواقف الفشل وانخفاض الإنجاز ، فإن ارتباطها بالمتغيرات المعرفية مثل التشوهات المعرفية قد لقي قليل من الاهتمام (Akin 2012, 2010,). إذ يتسم الأفراد ذوي الرحمة بالذات المرتفعة بالدافعية للإنجاز كما ورد في دراسة (عبد الحميد ، ٢٠٢١) والتأثر الأقل بالتغذية الراجعة السلبية ، ويعانون أقل من الضغوط وأعراض القلق والاكتئاب (Kotera et al.,2022). ذلك لأن إدراك الفرد للخبرات على أنها جزء من الخبرة الإنسانية العامة ، وتركيزه على اللحظة الراهنة دون تضخيمها أو الحكم عليها ، يجعله أقل شعورًا بالعزلة والنقد القاسي للذات على خبرات الفشل والمعاناة والتي قد ترتبط بتشوهاته المعرفية.

هذا بالإضافة إلى وجود تضارب في النتائج الخاصة بالفروق بين الجنسين في متغيرات الدراسة ، فبينما توصلت دراسة كيمبل وهيرت (Kimble & Hirt ,2005) على سبيل المثال إلى وجود فروق في إعاقة الذات في جانب الذكور ، بينما توصلت دراسة لوندريا وجوندريا(Leondari & Gonida,2007) إلى عدم وجود فروق. كما أشارت الدراسات التي تناولت الرحمة بالذات إلى أن الإناث أكثر رحمة بالذات من الذكور كما جاء في دراسة (فارس ، ٢٠١٨) ، لكن دراسة (فايد ، ٢٠١٩) توصلت إلى عدم وجود فروق بين الجنسين، هذا فضلًا عن قلة الدراسات التي تناولت الفروق في التشوهات المعرفية بين طلاب الجامعة.

ومما سبق، يحاول البحث الحالي دراسة المتغيرات التي تؤثر على الدافعية للإنجاز كالتشوهات المعرفية ، من خلال توسط متغير إعاقة الذات ، وكذلك الدور المعدل للرحمة بالذات لهذه العلاقة ،بالإضافة إلى التعرف على العلاقات بين المتغيرات ، وبيان الفروق بين الجنسين في هذه المتغيرات.

، ويتفرع من ذلك التساؤل عدد من التساؤلات الفرعية الآتية :

١- ما مدى وجود علاقات متبادلة بين متغيرات الدراسة (الدافعية للإنجاز ،والتشوهات المعرفية ،وإعاقة الذات ،والرحمة بالذات) لدى طلاب الجامعة ؟

٢- إلى أي مدى يوجد تأثير لإعاقة الذات كمتغير وسيط على العلاقة بين التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة ؟

٣- إلى أي مدى يوجد تأثير للرحمة بالذات كمتغير معدل على العلاقة بين التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة ؟

٤- ما مدى وجود فروق بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في متغيرات الدراسة (الدافعية للإنجاز ،والتشوهات المعرفية ،وإعاقة الذات ،والرحمة بالذات) ؟

أهـــداف الـــدراســـة:

هدفت الدراسة الراهنة إلى :

فحص العلاقات المتبادلة بين متغيرات الدافعية للإنجاز ،والتشوهات المعرفية ،وإعاقة الذات ، والرحمة بالذات لدى طلاب الجامعة ، وكذلك اختبار وجود تأثيرات لمتغيري إعاقة الذات والرحمة بالذات على العلاقة بين التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز ، بالإضافة إلى كشف الفروق بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في متغيرات الدراسة (إعاقة الذات والرحمة بالذات والدافعية للإنجاز والتشوهات المعرفية) كل على حدي .

أهمية الـــدراســـــة.

١-الأهمية النظرية :

أ- تناولت الدراسة مفهومًا حديثًا نسبيًا في مجال علم النفس وهو إعاقة الذات، الذي يحتاج إلى إجراء مزيد من الدراسات للتأصيل النظري في البيئة العربية والمصرية .

ب- يعد موضوع الدافعية للإنجاز من الموضوعات المهمة في المجال الأكاديمي بوصفها عاملًا مهمًا في توجيه سلوك الفرد وفي سعيه إلى تحقيق ذاته لأنه يشعر بتحقيق ذاته من خلال إنجازاته وجهوده وفيما حققه من أهداف .

ج- تتناول الدراسة شريحة مهمة من شرائح المجتمع وهي طلاب الجامعة، التي تواجه كثير من التحديات والضغوط ، لذا فمن خلال التعرف على التشوهات المعرفية لديهم يمكن إجراء

المزيد من الأبحاث للتعرف على المتغيرات السلبية التي تسبب هذه التشوهات ، والمتغيرات الإيجابية التي تساعد على الحد من هذه التشوهات ورفع الدافعية للإنجاز لديهم.

٢-الأهمية التطبيقية : تتمثل الأهمية التطبيقية للدراسة في :

أ- يرجع الاهتمام بدراسة الدافعية للإنجاز نظرًا لأهميتها ليس فقط في المجال الأكاديمي ، ولكن أيضًا في عديد من المجالات والميادين العملية والتطبيقية كالمجال النفسي، والتربوي، والمهني.

ب- تفيد نتائج الدراسة الحالية في إعداد برامج تدريبية تهدف إلى تنمية الرحمة بالذات لدى طلاب الجامعة.

ج- كما تساعد نتائج الدراسة في إعداد دراسات للإرشاد النفسي التي تهدف إلى خفض الميول المعيقة للذات لدى طلاب الجامعة.

مفاهيم الدراسة والتأصيل النظري:

أولًا: مفهوم إعاقة الذات Self-Handicapping:

يسعى الأفراد في سلوكهم إلى تحقيق النجاح في جميع مجالات الحياة ، الاجتماعية والأكاديمية والمهنية والرياضية ،والعلاقات المتبادلة بين الشخصية ، لكن عند مواجهة مواقف لإثبات كفاءتهم وقدراتهم ، يركز الغالبية العظمى عادة على السعي لتحقيق النجاح وتجنب الفشل ، إلا أن هناك آخرون يقومون بخلق معوقات وعقبات تجعل من النجاح مهمة أكثر صعوبة ، بدلًا من مواجهة التحدي وبذل قصارى جهدهم، وتعرف هذه الاستراتيجيات بإعاقة الذات.

فعلى الرغم من اعتبار إعاقة الذات نوعا من حماية تقدير الفرد لذاته ، إلا أنها تزيد من احتمالية الفشل المزمن الذي يؤدي إلى عديد من النواتج النفسية والاجتماعية السلبية بعد ذلك، والتي يمكن أن تؤثر على جميع مجالات وجوانب الحياة.

١-التعريف والتصنيف:

تمتد جذور مفهوم إعاقة الذات إلى عام ١٩٧٨ عندما قدم جونز بيرجلاس Jones & Berglas وصفا لهذا المفهوم في دراستهما التجريبية التي اختبرت الفشل في مواقف الأداء ، باعتباره مجموعة من الفنيات السلوكية التي تنشط قبل الأداء وتسمح للفرد بتوجيه الفشل إلى خارج الفرد وتوجيه النجاح إلى داخله. وعلى الرغم من تقديم تعريفات متعددة بطرق مختلفة

من قبل الباحثين لإعاقة الذات، ولكن أكثرها شيوعا هو تعريف جونز وبيرجلاس بأنها " خلق عوائق أو ادعاء عقبات للأداء الناجح لتقديم عذر مقبول للفشل المحتمل في المواقف ذات الأهمية بالنسبة للفرد (Yavuzer, 2015 ; Shieldes ,2007) .

كما عرفها براون Brownعام ١٩٩٨ بأنها " اتخاذ المعوقات التي تؤدي إلى الفشل في المواقف التي يكون احتمال النجاح فيها منخفض ، وبالتالي تهتم إعاقة الذات بخلق المعوقات التي تجعل من النجاح أمر صعب ، وذلك لوضع اعذار للفشل الكامن وذلك بدلًا من مواجهة السبب الرئيسي وهو فقدان القدرة "(Yildirim,2015) . وهي أيضًا " العقبات التي يخلقها الفرد لنفسه أو يدعمها في توقع الفشل والتي يمكن أن تؤثر في أدائه وحالته المزاجية "(CoCorade ,2011).

ومن الجدير بالذكر ، الإشارة إلى الفرق بين إعاقة الذات والمفاهيم المتشابهة معها ، مثل العجز المكتسب والتشاؤم الدفاعي ، حيث يتميز كل من الإعاقة الذاتية والعجز المكتسب بتوقعات الفشل وتجنب الأداء ، ولكن في العجز المكتسب يتم تجنب الأداء بشكل سلبي ، بينما في إعاقة الذات يتم تجنب الأداء بشكل نشط .بالإضافة إلى ذلك تشتمل إعاقة الذات على عنصر الحماية الذاتية ، بينما يفتقر العجز المكتسب لذلك . كما لا يرتبط التشاؤم الدفاعي بالحاجة إلى الإنجاز والاتقان في حين ترتبط إعاقة الذات سلبًا بكل منهما. ومن خلال ممارسة إعاقة الذات يُعلي الفرد من أهمية الظهور بمظهر القدرة بدلًا من الاهتمام بتنمية الكفاءة (Shields ,2007).

ويمكن تصنيف إعاقة الذات باعتبارها نوعًا من السلوك التجنبي ، ومنذ عام ١٩٨٢ تم تناول إعاقة الذات من دراسات مختلفة باعتبارها عبارات لفظية وليست سلوكيات ظاهرة ، ثم جاء أركين وبونجاردنر Arkin & Baungardner في عام ١٩٨٥ وأطلاقا لأول مرة مصطلحي "إعاقة الذات المكتسبة" و"ادعاء الإعاقة" ليوضحا الفرق بين اكتساب العوائق التي من الأرجح أن تخفض فرص الفرد في النجاح ، وادعاء العوائق والتي فيها يدعي الفرد الظروف المعيقة لذاته. ثم بعد ذلك أقترح ليري وشيبرد Shapperd& Leary مصطلح إعاقة الذات السلوكية لوصف إعاقة الذات المكتسبة ، ومصطلح التقرير الذاتي للإعاقة لوصف ادعاء إعاقة الذات (Torok &Szabo ,2018).

وتشتمل إعاقة الذات السلوكية على الأفعال التي توجه مباشرة لإعاقة الأداء ،مثل: اختيار الظروف المعيقة للأداء ، وعدم التدريب الكافي قبل الأداء ، وانعدام النوم ، وتعاطي المخدرات والمواد المؤثرة على الحالة النفسية. بينما تتضمن إعاقة الذات التقريرية على الأعذار اللفظية ووجود عوامل معيقة لأداء الفرد ، فعلى سبيل المثال: ادعاء الفرد للمرض أو تضخيم الإحساس بالألم ،والإشارة للقلق الاجتماعي ، وقلق الاختبار ،ووجود الأعراض البدنية والنفسية بما فيها المشكلات الصحية أو تقلبات المزاج. وتختلف هذه الأشكال من إعاقة الذات وفقا لمبدأ "الخسارة " ، بمعنى أن التقرير الذاتي لإعاقة الذات أقل خسارة من إعاقة الذات السلوكية ، فعلى سبيل المثال : فإن تناول الفرد للمخدر قبل أداء مهمة ما يخدم كعذر للأداء الضعيف ، ويقلل أيضًا من فرص الفرد في الأداء الناجح. وعلى العكس من ذلك يعد التقرير الذاتي بارتفاع القلق كعذر أيضًا للأداء الضعيف دون أن يخفض من فرص نجاح الفرد في هذه المهمة (Leondari & Gonida , 2007; Lee et al.,2021).

وفي دراسة أكثر حداثة ، صنف ماتا وآخرين (Maata et al.,2002) إعاقة الذات على أنها خلل وظيفي ، تتسم بتوقع الفشل وتجنب الأداء الناجح للمهام ، وتقديم الأعذار، وعزو الفشل لعوامل خارجية.

ويمكن تعريف إعاقة الذات إجرائيًا من خلال تبني تعريف جونز وبيرجلاس بأنها " خلق عوائق أو ادعاء عقبات للأداء الناجح لتقديم عذر مقبول للفشل المحتمل في المواقف ذات الأهمية بالنسبة للفرد" . والذي يعبر عنه بالدرجة التي يحصل عليها في اختبار إعاقة الذات المستخدم في الدراسة الحالية.

٢- التوجهات النظرية المفسرة لإعاقة الذات .

أ- نظرية التعلم الاجتماعي .

نظر مارتينجنز وفاموس MartinGinis & Famose عام ٢٠٠٨ إلى إعاقة الذات من خلال نظرية التعلم الاجتماعي المعرفي لباندورا ، والتي تشير إلى تأثر الدافعية الإنسانية والسلوك الإنساني والأداء بشكل كبير من خلال التوقعات، واقترحا الباحثان إعاقة الأفراد لأدائهم لأنهم مقنعين بأن الأمر سوف ينتهي بالفشل ، وفقا لذلك فأن الأفراد الذين يتوقعون فرصة صغيرة أو عدم وجود فرصة للنجاح سوف يبذلون جهدًا أقل في المهام المرتبطة بالذات مقارنة بتلك المرتبطة بتوقع النجاح .

وعلى ذلك ووفقا للنظرية ، ينشأ السلوك اللا توافقي من فقدان الجهد بشكل أساسي في مواقف عدم التأكد من العواقب ، عندما تكون توقعات التغذية الراجعة عن جودة القدرة منخفضة (Torok & Szabo ,2018) .

ب- نظرية العزو السببي :

وفقًا لنظرية العزو للعالم وينر Wiener يفسر الأفراد سبب الظواهر من خلال مجموعة من المفاهيم الخاصة بهم ، ذلك أن عزو المعنى إلى حدث ما يعتمد على تفسير الفرد له والمستمد من تجاربه وخبراته السابقة. ونظرًا لاختلاف تجارب الأفراد ، تختلف أيضًا إعزاءتهم بشكل كبير ، فهم لا يضعون أسبابًا لسلوكهم بصورة عشوائية ، وإنما هناك تفسير منطقي لها. كما تعطي نظرية العزو تصورًا واضحًا للطرق التي يلجأ إليها الفرد في تقديم نفسه في حالات النجاح والفشل ، وهي تشبه إلى حد كبير استراتيجيات إعاقة الذات (Shields ,.2007)

وبالتالي ترتبط إعاقة الذات بالعزو لأن الفرد الذي يتصف بإعاقة الذات يعزو الفشل إلى العوامل الخارجية ويعزو النجاح إلى العوامل الداخلية ، وهنا أوضح رودويلت (Rhodewalt ,p.89, 1990) أن الأفراد الذين يتسمون بإعاقة الذات يظهرون الإعاقة في حالات الفشل بينما يترددون في استخدامها في حالات النجاح ، لكن على الرغم من هذا الارتباط بينهما فهناك اختلاف جوهري بين العزو وإعاقة الذات يكمن في توقيت حدوث كل منهما ، فبينما يحدث العزو بعد الأداء ، تحدث إعاقة الذات قبل الأداء

ج- نظرية الإنجاز :

قدمت نظرية الإنجاز إطار عمل لفهم كيفية تأثير الخبرات المعرفية والوجدانية على السلوك الموجه لهدف ما ، حيث تفترض النظرية وجود اثنين من الأنماط الأساسية للمعتقدات وراء السلوك الدافعي ، هما : توقع النجاح وتوقع الفشل بناء على التجارب السابقة في ظروف مماثلة ، لذا وبناء على توقعات النتائج يشارك الأفراد إما في تجنب المهام أو يستثمرون الجهد من أجل النجاح في المهمة ، وعندما يتوقعون الفشل فإن تجنب المهام يمكن أن يكون بمثابة استراتيجية لإعاقة الذات.

ويتمثل التجنب في الانسحاب ، أو السلوك السلبي ،أو السلوك الذي لا علاقة له بالمهمة وكل هذه الطرق هي أمثلة لإعاقة الذات (Lee et al.,2021; Shields ,2007).

د- نظرية كيلي Kelley

أفترض كيلي عام ١٩٧٢ نظرية "الخصم والزيادة " والتي توضح أن استخدام استراتيجية الإعاقة الذاتية يحقق اثنان من أهداف العزو ذات الصلة بتقدير الذات ، وهنا أقترح الباحث أن عزو الفشل إلى عوامل خارجية تم اعتبارها خارج سيطرة الفرد ، مثل الحظ أو الظروف الخارجية يحمي تقدير الفرد لذاته ، بينما عزو النجاح إلى عوامل ذاتية أو داخلية مثل : بذل الجهد وامتلاك القدرات ينتج عنه تدعيم تقدير الفرد لذاته (Warner & Moore ,2004).

٣- إعاقة الذات: الأسباب والعواقب .

أشار بعض الباحثون إلى أن عدم الثقة في نتائج الأداء مستقبلًا أمر كافي لاستخدام الفرد لإعاقة الذات ، بينما جادل آخرون في أن الأسباب التي تسبق أو تتبع منها إعاقة الذات تنقسم إلى مصدرين: إحداهما يعتمد على محتوى الموقف ، ويعتمد الأخر على سمات الشخصية ، وترتبط العوامل المرتبطة بالمحتوى على خصائص أو ملامح المهام وخاصة تلك المرتبطة بالذات ، ومن هذه العوامل مدى التهديد أو نقد قدرات الفرد الذي يشعره بالتوتر ويعمل على رفع الإحساس بالخطر لديه ،التركيز على وجهة نظر الآخرين ، وأنواع التغذية الراجعة التي يتلقاها الفرد ، كذلك عامل وجود أو غياب الجمهور ، بمعنى آخر أن تكون المهمة عامة مقابل أداء المهام الخاصة، حيث تظهر إعاقة الذات بشكل متكرر في العامة وبشكل خاص في وجود الجنس الآخر للحفاظ على الصورة الإيجابية للذات أمام الآخرين ، وبالتالي لا تمارس ضمن الظروف الشخصية ، لذا فهؤلاء الأفراد أقل دافعية ورغبة في العمل وأقل قلقًا من نتائجه (المعلا والمعظمات ،٢٠٢١). وهناك عامل آخر وهو الأهداف التي تركز عليها البيئة الاجتماعية ، وهنا ميزت نظرية " التوجه نحو الهدف " بين تعلم الأهداف وممارسة أو أداء الأهداف ، حيث تركز تعلم الأهداف على اكتساب القدرات الجديدة والمهارات المرتبطة بمهمة محددة ، بينما تهدف ممارسة الأداء على الآخرين المحيطين بالفرد ، وأثبات الفرد لقدرته الخاصة.

وتتضمن العوامل المرتبطة بسمات الشخصية أو الخصائص الفردية على عدة متغيرات ، أولها وأكثرها أهمية هو متغير تقدير الذات ، وهنا أوضحت بعض الدراسات عدم استقرار تقدير الذات لدى الأفراد ذوي إعاقة الذات ، وأقترح بعض الباحثين أن الأفراد ذوي تقدير الذات المرتفع أكثر احتمالًا لإعاقة الذات وذلك لرغبتهم في حماية أنفسهم ، وعلى العكس

من ذلك توصلت عددًا من الدراسات الإمبريقية إلى أن الأفراد ذوي تقدير الذات المنخفض أكثر استعدادًا لإعاقة الذات ، ولعل تفسير ذلك يرجع إلى مواجهة الأفراد ذوي تقدير الذات المنخفض للمواقف غير محددة العواقب ، كما ينظرون إلى أحكام الآخرين عنهم على أنها أكثر تهديدًا (Torok & Szabo ,2018).

كما أفترض أيسيل وكين (Uysal & Knee ,2012) عامل آخر وهو ضبط الذات ، فقد توصلت الأبحاث إلى وجود علاقة قوية بين إعاقة الذات وضبط الذات، حيث يتنبأ ضبط الذات بكل أنماط إعاقة الذات ، فعلى سبيل المثال: يقضي الطالب الذي يعاني من انخفاض ضبط الذات معظم وقته على الكمبيوتر، ومع الوقت يدرك أن هذا الوقت الضائع يفسر انخفاض أدائه الدراسي المنخفض، ومع ذلك يستمر في هذا السلوك للحصول على بعض الفوائد. ليس هذا فحسب ، بل ترتبط إعاقة الذات أيضًا بأنماط العزو ، وهنا توصلت دراسات تامسون وهيبيرن (Thompson & Hepburn,2003) إلى أن الأفراد ذوي إعاقة الذات لديهم اعزاءات خارجية وغير ثابتة للعواقب الإيجابية والسلبية للأحداث الملاحظة ، كما يستبعدون الاعزاءات المرتبطة بالقدرات (الداخلية والثابتة) ، وبناء على ذلك ينظرون إلى الأحداث الخارجية على أنها لا يمكن التحكم فيها وغير متوقعة.

وبالإضافة إلى العوامل السابقة ، يُعد عامل النوع من المتغيرات المؤثرة في إعاقة الذات ، حيث يقرر الذكور والإناث مقدار متساوي من العقبات المعيقة للأداء ، إلا أن إعاقة الذات السلوكية تظهر أكثر لدى الذكور ،ولعل أحد تفسيرات ذلك ترجع إلى أن فشل الإناث يرجع إلى فقدان القدرة بينما يعزو الذكور فشلهم إلى فقدان الجهد ، وبالتالي فمن المنطقي افتراض حصول الذكور على فوائد من هذه الاعزاءات في إعاقة الذات السلوكية ، بينما تفشل الإناث في اعزاءات القدرة (McCrea et al.,2008 ; Torok & Szabo ,2018).

أما عن عواقب إعاقة الذات ،فيستخدم الأفراد الإعاقة الذاتية سعيًا وراء الفوائد قصيرة المدى ، وذلك على الرغم من عواقبها الضارة على صحة الفرد وأدائه ورفاهيته النفسية ،إلا أنهم يسعون إلى الاشتراك فيها لاستمرار إحساسهم بتقدير الذات الإيجابي وتعتيم تشخيص انخفاض القدرة ، وتشتمل هذه العواقب على انخفاض الأداء التحصيلي وعدم الرضا الأكاديمي ، وانخفاض الرفاهية النفسية (Elliot & Church, 2003 ; Brown & Kimble, 2009). وأشار أيضًا أكين وأكين (Akin & Akin,2015) إلى توصل

الدراسات الطولية لإعاقة الذات إلى تأثيرها السيء على الصحة، وانخفاض الرضا ،وانخفاض الدافعية الداخلية ،وتكرار المزاج السلبي والأعراض المرضية ، وارتفاع تعاطي المواد المؤثرة على الحالة النفسية.

٤- إعاقة الذات وعلاقتها بكل من : الدافعية للإنجاز والتشوهات المعرفية :

لعل أحد الموضوعات المهمة في مجال الدافعية للإنجاز لدى الطلاب هو التركيز على أسباب إقدام الطلاب على الدراسة وابتعاد آخرين عنها أو ادعاء بعض الاعذار والمعوقات للفشل في الدراسة (Ferradas et al.,2018). وهنا أوضح يافوزر (Yavuzer ,2015) تناقض مفهوم إعاقة الذات في طبيعته ، فمن ناحية يعمل على حماية وتدعيم تقدير الفرد لذاته ، ومن ناحية أخرى يدمر الأداء ، وعندما يصل إلى مستوى الإزمان فإنه يؤدي إلى ارتفاع عدم التكيف ، والانفعال السلبي ، والأعراض الجسدية والنفسية ، بل ويخفض من الدافعية للإنجاز أيضًا ، والشعور بالرضا ، والرفاهية النفسية. لذلك وعلى الرغم من عواقبه السلبية طويلة المدى ، فإن الفوائد السريعة لإعاقة الذات تجعل بعض الطلاب يقدمون عليه.

ومن أكثر هذه الفوائد أهمية هي مساعدة إعاقة الذات على تدعيم أو المحافظة على تقدير الفرد لذاته ، وهنا فقد أوضحت نظريات العزو الميل العميق لدى الأشخاص في تعديل اعزاءات ما قبل الأداء بطريقة تخدم مفهوم الذات ، لكن وجود تحريفات أو تشوهات لهذه الاعزاءات يمكن أن يؤدي إلى اضطراب معالجة إدراكنا للواقع الاجتماعي ، ذلك أن الرغبة في الحصول على تقدير من عالمنا الاجتماعي يجعل بعض الاشخاص يكتسبون عوائق للأداء الناجح ، حيث يرتبط النجاح ببعض القيم الإيجابية كالفخر ،والكفاءة ، والفاعلية ، بينما يرتبط الفشل بالقيم السلبية كعدم الكفاءة والضعف والخجل. ولأن الأشخاص يحاولون بشكل عام الحصول والاستمرار على التقييم الإيجابي للذات وبالتالي الحصول على الاستحسان من الآخرين ، ولأنهم لا يستطيعون الأداء والنجاح في بعض المواقف ، لذا يميل هؤلاء الأشخاص في هذه المواقف إلى استخدام استراتيجيات حماية الذات مثل إعاقة الذات للحفاظ على هذه النظرة الإيجابية للذات وذلك من خلال عزو الفشل إلى العوائق الخارجية وعزو النجاح إلى القدرات والامكانيات الداخلية (Strube ,1986; Yildirim ,2015).

ثانيًا : مفهوم الرحمة بالذات Self- Compassion

باستقراء تاريخ مفهوم الذات بشكل عام نجد أن له تاريخًا دينيًا وفلسفيًا طويلا ، واستكمالًا لتاريخ "الذات" والمفاهيم المرتبطة به ، أنبثق مصطلح الرحمة بالذات قديمًا من الفلسفة الشرقية التقليدية البوذية ،وحديثًا وتحديدًا في الألفية الثالثة ظهرت الرحمة بالذات في الدراسات الأجنبية على يد نيف Kristin D.Neff، ضمن مصطلحات علم النفس الإيجابي، وقدمت مقياسًا له عام ٢٠٠٣ في محاولة منها للكشف عن طبيعة المفهوم باعتباره اتجاهًا صحيًا للتعامل مع الذات في المواقف الضاغطة والخبرات الأليمة(عبد الرحمن وزملاؤه ،٢٠١٤ ؛ Yildirim ,2015).

١- التعريف والأبعاد :

تُعرف نيف (2003) Neff الرحمة بالذات " بأن يكون الفرد متفهمًا ومعتدلًا تجاه ذاته في مواجهة المشقة وعند إدراك عدم الكفاءة ، والاعتراف بأن المعاناة والفشل وعدم الكفاءة هي جزء من الطبيعة الإنسانية أو ظروف الإنسان ،وأن كل شخص –بما فيهم نفسي – يستحق الرحمة".

كما عرفها ستانزيانوا (2019) Stanziano بأنها " العطف مع النفس عند مواجهة التحديات والضعف الشخصي أو المشقة والصعوبات" ،وهي " طريقة منظمة لملاحظة الشخص لكل من الإخفاقات وأوجه القصور التي يعاني منها ".

وللرحمة بالذات ثلاثة عناصر رئيسة كما حددتها نيف ،هي: أ- الحنو على الذات في مقابل الحكم الذاتي Self-Kindness versus Self-Judgment: ويشير إلى التعامل مع الذات برفق، وبشكل مبني على الفهم بدلًا من قسوة النقد الذاتي والحكم عليها.

ب- الإنسانية المشتركة في مقابل العزلة Sense of common humanity versus Isolation: وتشير إلى رؤية الخبرات الشخصية كجزء من التجربة الإنسانية بشكل أكبر ، بدلًا من رؤيتها في سياق منفصل ومنعزل عنها ، وإدراكها على أنها تجربة فردية.

ج- اليقظة العقلية في مقابل التوحد المفرط Mindfulness versus over-Identification: وتشير إلى الوعي بالخبرات في اللحظة الحاضرة ،وإدراك الأفكار والانفعالات المؤلمة بشكل متوازن بدلًا من الإفراط في التوحد معها .

وعلى الرغم من أن هذه العناصر مختلفة اصطلاحا ، ويمر بها الفرد بشكل مختلف على المستوى الظاهرياتي ،إلا أنها تتفاعل كما لو أنها تدعم وتنشأ من بعضها البعض بشكل متبادل(عبد الرحمن وزملاؤه ،٢٠١٤ ، Neff , 2009) .

وقد يخلط البعض بين مفهوم الرحمة بالذات ومفاهيم أخرى ، مثل: تقبل الذات الذي وضعه علماء المدرسة السلوكية أمثال كارل روجرز وألبرت إليس، لكن في الحقيقة تعد الرحمة بالذات مفهومًا أكثر أتساعًا وعمقًا من مفهوم تقبل الذات ، فالرحمة بالذات هي تقبل الذات بلطف ورحمة بدون إصدار أي أحكام تقييمية مسبقة عليها ،والاتزان الانفعالي والهدوء والاستقرار وتخفيف الشخص لمعاناته ، بينما يقتصر مفهوم تقبل الذات على تقبل الفرد لما لديه من أوجه قصور شخصية فقط دون تحويل مشاعره إلى الشعور بالدفء والتواصل والتفهم (سالم وخريبة ،٢٠١٩).

كذلك ، وعلى الرغم من وجود تداخلًا بين مفهومي تقدير الذات والرحمة بالذات حيث يمثل كل منهما موقفًا انفعاليًا إيجابيًا نحو الذات ، إلا أنهما يختلفان في وجوه عديدة ، منها : أن الرحمة بالذات تعتمد على مشاعر الفهم والعناية بدون إصدار أحكام ترتبط بالذات وبالآخرين ، بينما يستند تقدير الذات إلى التقييمات الإيجابية للذات التي تميل إلى فصل الذات عن الآخرين. وأيضًا تكون الرحمة بالذات مناسبة بالضبط عندما يميل تقدير الذات إلى التعثر أو الإخفاق أو الاضطراب أو عندما يفشل الشخص ، وعندئذ تظهر الرحمة بالذات التي تزود الفرد بالمرونة الانفعالية بشكل يفوق ما يقدمه تقدير الذات (عبد الرحمن وزملاؤه ،٢٠١٤).

وفي ضوء العرض السابق ، سوف **تتبنى الباحثة تعريف نيف للرحمة بالذات باعتباره تعريفًا إجرائيًا في الدراسة الحالية** وفقًا للمقياس المستخدم. وتعرف (Neff ,2003) الرحمة بالذات بأنها " أن يكون الفرد متفهمًا ومعتدلًا تجاه ذاته في مواجهة المشقة وعند إدراك عدم الكفاءة ، والاعتراف بأن المعاناة والفشل وعدم الكفاءة هي جزء من الطبيعة الإنسانية أو ظروف الإنسان ،وأن كل شخص –بما فيهم نفسي – يستحق الرحمة".وذلك كما يتمثل في ثلاثة أبعاد رئيسة ،هي: الحنو على الذات مقابل الحكم الذاتي ،والإنسانية المشتركة مقابل العزلة ، واليقظة العقلية مقابل التوحد المفرط. ويحدد بالدرجة التي يحصل عليها الفرد على المقياس المسيخدم في هذه الدراسة.

٢- النظريات والنماذج المفسرة للرحمة بالذات .

تناولت التوجهات النظرية مفهوم الرحمة بالذات بشكل مختصر وغير مباشر، فعلى سبيل المثال تناول نموذج التعلق بالذات لجوديث جوردن J.Jordan عام ١٩٩٧ مفهوم التعاطف الذاتي، ولكن لم يتناوله بعمق، ووصفه بأنه عملية يتبنى الفرد فيها موقفًا إيجابيًا أكثر انفتاحًا ولطفا مع الذات، كما أشار النموذج إلى أن التعاطف الذاتي يمثل انعكاسًا للتعاطف مع الآخرين ، فالفرد يتعاطف مع الآخرين في مواقف الفشل والخسارة ، ومع نفسه في وقت الفشل حيث يتجنب التعامل معها بقسوة. وقسمت جوردن التعاطف الذاتي إلى ثلاثة أبعاد هي: اللطف بالذات ،والإنسانية المشتركة ، ويقظة العقل.

كما فسر أنصار التوجه الإنساني أمثال ماسلو Maslowوروجرز Rogersالرحمة بالذات على نحو غير مباشر في كتاباتهم . فقد تناول ماسلو أهمية مساعدة الفرد على قبول ذاته والتصالح معها عند مواجهة الفشل في تحقيق أمر ما ، وعليه أن يعترف بآلامه الخاصة ويدرك أنها خبرة إنسانية يمر بها كل البشر، ولكن القضية الكبرى تتمثل في شدة معاناة الذات التي تنبع من الخوف من الأنانية والتمركز حول الذات ، ويعد هذا الخوف ميكانزم دفاعي يعمل على حماية الذات وقبوا أخطائها وزيادة فهمها ، مما يساعد الفرد على احترام الذات والتسامح معها.

ومن ناحية أخرى: تناول روجرز التقدير الإيجابي غير المشروط تجاه الذات، وأشار إلى أن التعاطف الذاتي قد يتخطى هدف العلاج النفسي المتمركز حول العميل، مما يسمح للفرد أن يصبح أكثر معرفة ولطفًا بذاته وأكثر قبولًا وانفتاحا عليها (قاسم وعبد المعطي ،٢٠١٨).

كما تعد الرحمة بالذات عنصرًا مهمًا في مفهوم الذات عند كوهوت Kohut فقد استبدل "الذات " التي تصورها هارتمان بأنها مجرد محتوى للعقل ، وذكر بأنه يجب أن يكون لها معنى أوسع في علم النفس، بل وتوضع في المركز عند دراسة التطور الإنساني. ويرى كوهوت أن الذات تحصل على هويتها عن طريق علاقتها بالموضوعات أو الأشخاص الآخرين الذين يصبحون جزءًا منها، فعن طريق عملية تكرار سلوك الرحمة تتكون العلاقة بموضوع الذات نتيجة للخبرات المتكررة لكل من نجاح عملية التعاطف وفشلها أي نجاح الذات في شعورها بما يشعر به الآخر وفشلها في معرفة ما يشعر به الآخر. وتتكون الذات عند الفرد من جانبين هما: (الشعور بالموضوع) و(الشعور بالعالم الخارجي)، ويتضمن

التعاطف عناصر وجدان ،وعناصر معرفية والتعاطف هو الوسيلة التي يستطيع الفرد عن طريقها دراسة العالم الداخلي للآخر (Wong ,2021).

٣- الرحمة بالذات وعلاقتها بكل من : الدافعية للإنجاز والتشوهات المعرفية:

قدم مفهوم الرحمة بالذات آفاقًا جديدة لبناء التواصل مع الذات والتأكيد على أهمية تضافر الرحمة مع النفس والرحمة بالذات. فقد توصلت مجموعة متزايد من الأبحاث إلى ارتباط الرحمة بالذات بزيادة مستويات الرفاهية النفسية ، وانخفاض الاكتئاب والقلق ، والاجترار المعرفي وقمع الأفكار ، وارتفاع الرضا عن الحياة والترابط الاجتماعي . كما توصل نيف عام ٢٠٠٧ إلى ارتباط الرحمة بالذات بالحكمة والسعادة والمبادرة الشخصية (Wong ,2021; Akin , 2010) وفي المجال الأكاديمي لا ترتبط الرحمة بالذات مباشرة بنجاح الطالب ، ولكن لها دور ميسر في التعليم من خلال تقديم نمط من الدافعية للإنجاز ، والارتباط إيجابيًا بالتوجه نحو الهدف ، ووضع الطلاب لمعاييرهم الخاصة المرغوبة للتعليم.

بالإضافة إلى ذلك، يستطيع الأشخاص الراحمون لذواتهم التعامل مع مواقف الفشل بقدر كبير من التوازن بدلًا من إنكار مسئوليتهم الخاصة ، فهم يتقبلون فشلهم ويربطون مشاعرهم السلبية بالوعي بأن هذه المشاعر جزء من الطبيعة الإنسانية الناقصة ، وبذلك يصبحون قادرون على رؤية الفشل باعتباره فرصة للتحسن الذاتي وتعلم أشياء جديدة ، بدلًا من اعتباره مؤثر على قيمة الذات (Yildirim ,2015).

علاوة على ذلك، فإن درجة ارتباط الفرد بنفسه في إطار الرحمة بالذات جدير بالملاحظة أيضًا، فقد أوضح ماغنوس وكوالسكي وماكهيو عام٢٠١٠ ارتباط الرحمة بالذات سلبيًا بالدوافع الخارجية ودافع الاستدماج ، وبعبارة أخرى ، يميل الأفراد الراحمون لذواتهم إلى أن يكونوا أقل تأثرًا بالجماعات الخارجية أو البيئة ، لأن لديهم شعور أكبر بقيمة الذات وأكثر ارتباطًا بمشاعرهم الخاصة. ونتيجة لذلك تبين وجود أنواعًا مختلفة من السيناريوهات السلبية التي تغير مستوى الرحمة بالذات ، فقد أتضح ارتباط الرحمة بالذات الفردية ارتباطًا سلبيًا قويًا بالأفكار الشخصية والأحداث السلبية الفردية ، مثل الحصول على درجة ضعيفة في اختبار ما ، لذا وبشكل عام يميل الأفراد إلى المبالغة فقط فيما يتعلق بالجوانب السيئة لديهم وعد كفاءتهم ، لكن الرحمة بالذات تساعد الفرد على الشعور بالأمان الانفعالي، وتقلل من

إدانة الذات ، كما يصبح الأفراد الراحمون لأنفسهم قادرين بعد ذلك على تحويل أنماط الأفكار اللاتكيفية إلى مصدر تحفيز وتعزيز من أجل التحسين والتغيير(Wong ,2021).

ثالثًا : مفهوم الدافعية للإنجاز Achievement Motivation

تُعد الدافعية للإنجاز من علامات الصحة النفسية ، حيث تتمثل في الرغبة في النجاح بتقديرات كبيرة في منافسات الحياة ومواجهة الأعمال التي تثير التحدي بكفاءة ،وتجنب الفشل بحيث يحقق ذلك تقدير الذات والتقدير الاجتماعي بالإضافة إلى تجنب اللوم أو العقاب (إسماعيل ،٢٠٠٣) .

١- الدافعية للإنجاز : التاريخ والتعريف .

يرجع مفهوم الدافعية للإنجاز من الناحية التاريخية إلى العالم ألفريد أدلر الذي أشار إلى أن الحاجة للإنجاز دافع تعويضي مستمد من خبرات الطفولة ، كما عرضه كيرت ليفين في ضوء تناوله لمفهوم الطموح وذلك قبل استخدام موراي للمصطلح "الحاجة إلى الإنجاز" .

ويعرف موراي الدافعية للإنجاز بأنها " تحقيق الأشياء التي يراها الآخرون صعبة ، والسيطرة على البيئة والتحكم في الأفكار ،وسرعة الأداء ،والاستقلالية ،والتغلب على العقبات ، وبلوغ معايير الامتياز ،ومنافسة الآخرون والتفوق عليهم (إسماعيل ،٢٠٠٣ ؛محمد ، ١٩٩٩).

كما عرفها عبد الخالق والنيال (١٩٩١) بأنه " الرغبة أو الميل في أداء المهام بسرعة وبأفضل طريقة ممكنة: أحدهما أو كلاهما". ويتضمن الدافع للإنجاز أنماطًا وأنواعًا متباينة من السلوك ، ويتدخل فيه عنصر التحدي، فهو الدافع لإنجاز شيء ذي شأن ، فضلًا عن كونه الحافز إلى حل مشاكل صعبة تتحدى الفرد وتعترض طريقه.

ووفقًا لذلك عرف كابيكرن Kapikirans (2012) الدافعية للإنجاز بأنها "تقييم الفرد لأدائه كناجح أو فاشل بالارتباط بمعايير الكفاءة في مواقف المهام التنافسية ".

ومن خلال العرض السابق، يمكن تعريف الدافعية للإنجاز إجرائيًا في الدراسة الحالية بأنها "وضع الفرد لأهداف محددة وتحمل مسئوليته الذاتية في الالتزام والجدية نحو تحقيق هذه الأهداف ، مع وضع مستويات طموح مرتفعة في أداء ما يكلف به من أعمال ، مع المثابرة على المشكلات والعقبات والتغلب على ما يواجهه في أدائه في سبيل تحقيق أهدافه

واكتمال ما يقوم به من أعمال ". ويعبر عنه بالدرجة التي يحصل عليها الفرد في الاختبار المستخدم في الدراسة .

٢- النماذج والنظريات المفسرة للدافعية للإنجاز.

أ- نظرية هنري موراي Murray.

لاحظ موراي أن الدافعية للإنجاز تظهر من خلال ممارسة وقيام الفرد بالمهام الصعبة وتنظيمها في وقت قصير، بالإضافة إلى رغبته في التفوق والتميز وبلورة مفهوم الذات عن طريق المعالجات المتميزة التي يستخدم فيها إمكاناته وقدراته ، وأشار موراي إلى أن الحاجة للإنجاز يمكن تسميتها "بإرادة القوة " ، وهي تعد من الحاجات النفسية التي تندرج تحت حاجة أشمل وأعم وهي الحاجة إلى التفوق (فايد ،٢٠١٩) .

ب- نظرية الدافعية للإنجاز.

وفيها أفترض ماكليلاند وزملاؤه ,.McClelland et al عام ١٩٥٣ أنه في البيئة التنافسية وفي مواقف إنجاز مهام معينة ، يسلك الأشخاص وفقًا لدافعين، هما: الدافع لتجنب الفشل ، والدافعية للإنجاز ، فالشخص الذي يحصل على درجة مرتفعة في الدافعية للإنجاز يمتلك دافعًا قويًا للإنجاز، بينما الشخص الذي يحصل على درجة منخفضة فيها لديه دافع أقوى لتجنب الفشل (Kapikirans ,2012).

وبالإضافة إلى ذلك ،هناك نوعين من الإنجاز: (١) المعتمد على الأداء، (٢) والمعتمد على القدرة والتمكن ، فالأشخاص الذين لديهم التوجه نحو التمكن يدفعهم الفضول والرغبة في تنمية مهاراتهم وفهم موضوعات جديدة ، والميل لوضع قواعدهم الخاصة للإنجاز ويبذلون الجهد للنجاح وينظرون إلى ارتكاب الأخطاء باعتبارها جزء من عملية التعلم ، لكن الأشخاص ذوي التوجه نحو الأداء يدفعهم تدعيم إحساسهم بقيمة الذات ، والميل لعمل إعزاءات للقدرة على النجاح والفشل ، بل ويقيمون قدراتهم من خلال المقارنات الاجتماعية مع الآخرين.

وبالتالي يحاول الأفراد ذوي التوجه للإنجاز التفوق على الآخرين رغبة منهم في اظهار كفاءتهم ، بينما يحاول ذوي تجنب الفشل الابتعاد عن المواقف التي قد يفشلون فيها لأنهم يخافون من أن ينعتهم أحد بالغباء وعدم الكفاءة (فايد ،٢٠١٩ ؛ Neff et al., 2005).

ج- **نظرية التقرير الذاتي** Self-Determination Theory

تعد من أكثر نظريات الدافعية انتشارا ، فقد أوضح ديك وراين Deci & Ryan عام ١٩٨٥ أن لدى كل فرد ميل طبيعي للتعبير عن طاقته النفسية في تحقيق الذات والتوافق الاجتماعي، حيث يمكن تقسيم الدافعية إلى نمطين : الدافعية الداخلية ،والدافعية الخارجية ، والدافعية الداخلية أو الحقيقية هي التي تجعل الشخص يتحمل نتيجة أفعاله وفي نفس الوقت يستمتع بالأنشطة ،ويتم التعبير عن الدافعية الداخلية في أنشطة تعتبر حافز في حد ذاتها ، وترتبط هذه الدافعية الحقيقية بالأداء الأفضل ، والرفاهية النفسية ، وتحسين الرضا عن الحياة ، والحكم الاخلاقي ، والمعنى وتحسين الأداء الأكاديمي ، ومن ناحية أخرى تلاحظ الدافعية الخارجية أو العرضية التي تعبر عن السلوكيات التي يتحملها الشخص ليس فقط من أجل الاستمتاع ، ولكن أيضًا من أجل تحقيق النواتج ، ويتمثل ذلك في السلوكيات التي تخضع للضغوط الخارجية، مثل: تجنب الشخص للعقاب من أجل الحصول على مكافأة ، وجمع المال ، كما ترتبط الدافعية العرضية بالاحتراق النفسي (kotera et al.,2021) .

٣- **مكونات الدافعية للإنجاز** .

أشار فالرلاند وآخرين ,.Vallerand et al ١٩٩٢ إلى أن الدافعية للإنجاز تتكون من: أ- الدافعية الداخلية ، وتشير إداء الشخص لنشاط ما من أجل النشاط في حد ذاته ومن أجل الشعور بالمتعة والرضا والخبرة الناتجة من المشاركة في هذا النشاط ، ويتضمن هذا المكون ثلاث مكونات فرعية ،هي: دافع المعرفة، ودافع المرور بالخبرات المثيرة ، ودافع إتمام المهمة. وب- الدافعية الخارجية: وتشير إلى عديد من السلوكيات التي يكون الانهماك في النشاط وسيلة لتحقيق غاية ، أي أن النشاط يكون لأسباب خارجة عن النشاط نفسه ، ويتضمن هذا المكون ثلاث مكونات فرعية ،هي: دافع التنظيم الخارجي-التنظيم المدمج، والتنظيم المحدد ، وغياب الدافعية (سالم وخريبة ،٢٠١٩).

وصنف خليفة (٢٠١٩) الدافعية للإنجاز إلى: الشعور بالمسئولية ،والسعي نحو التفوق، والمثابرة ،والشعور بأهمية الزمن ، والتخطيط للمستقبل .بينما وضع (حزين وزملاؤه ،٢٠١٣) أربع مكونات للدافعية للإنجاز ،هي: تحديد الهدف ، ومستوى الطموح ، والمثابرة ، والكفاءة المدركة.

ولأغراض البحث الحالي ، سوف تقوم الباحثة بتقسيم الدافعية للإنجاز إلى ثلاث مكونات فرعية ، هي: الشعور بالمسئولية الذاتية ، والمثابرة ، ومستوى الطموح.

٤- خصائص مرتفعي دافعية الإنجاز :

يتسم أصحاب الدافع القوي للإنجاز بصفات تختلف عن أصحاب الدافع المنخفض ، فهؤلاء ذوي الدافع القوي يميلون إلى لإظهار أداء مرتفع في الأعمال التي تتضمن مستويات متوسطة من التحدي ، والتي تتضمن تغذية راجعة مباشرة فيما يتعلق بالنجاح والفشل ، ويتميزون بالمثابرة والكفاءة العالية في أشكال مختلفة من الأداء ، لديهم مفهوم مرتفع عن ذواتهم ، راغبون في التغيير ، ويقامون الضغوط الخارجية . كما يتسم ذوي الدرجة المرتفعة في الدافع للإنجاز بأنهم يعملون بجد ، ويتعلمون أسرع وأدائهم الدراسي ، يبذلون جهودًا مستمرة في سبيل إنجاز ما يقومون به ، قد يعملون بمفردهم نحو تحقيق هدف بعيد المنال ، لكنهم يملكون العزم والتصميم على الفوز في المنافسة ، كما يحاولون باستمرار في سبيل التغلب على الملل والتعب (عبد الخالق ،النيال ، ١٩٩١ ؛تركي ، ١٩٨٨).

٤- الدافعية للإنجاز وعلاقتها بالتشوهات المعرفية .

من أكثر المشكلات التي تؤثر في نجاح كثير من الطلاب والطالبات ، هي ما إذا كان الطالب سوف يحقق الهدف المنشود أم لا، فإذا قام بالتفكير في عدم قدرته على الوصول إلى الهدف، فسوف يبتعد عن تحقيق هدفه وينتقد نفسه بأفكار قاسية سلبية ، لذلك ترتبط الأفكار التلقائية السلبية والتشوهات المعرفية بانخفاض الدافعية للإنجاز للطلاب وخاصة تلك المرتبطة بالدراسة في المرحلة الجامعية (Kapikirans ,2012). حيث يُعد الدافع للإنجاز خلال سنوات الدراسة أحد الدوافع المهمة التي توجه سلوك الفرد نحو تحقيق التقبل أو تجنب عدم التقبل في المواقف التي تتطلب التفوق ، لذا لا يكون من الغريب أن يصبح الدافع للإنجاز قوة مسيطرة في حياة الطالب (إسماعيل ،٢٠٠٣).

رابعًا : مفهوم التشوهات المعرفية Cognitive Distortions

منذ عهد بعيد أصبح من المقبول علميًا أن المعالجة الذهنية للمعلومات تنطوي على كثير من التحريف والتشويه وعدم الدقة، ذلك لأن الإنسان عنصر إيجابي في عمليات الإدراك والتفسير والاستدلال واسترجاع المعلومات ، وليس مجرد مستقبل سلبي للمثيرات (سلامة ، ١٩٩٠،ص.٢). ويُعد بيك Beck في عام ١٩٧٢ أول من أهتم بالأفكار التلقائية التي تؤثر

على عملية التفكير وتؤدي إلى تكوين افتراضات خاطئة ، أطلق عليها مصطلح التشوهات المعرفية ، والتي تؤثر على شعور الفرد وسلوكه ،بل وأيضًا على تواصله مع الآخرين (إسماعيل ،٢٠٢٠).

١- التعريف والأنماط :

يعرف التشوه المعرفي بشكل عام بأنه " خطأ في عملية تفكير الفرد بسبب المعالجة الخاطئة للمعلومات والتي قد تكون في شكل من أشكال الفكر الخاص أو تفكير ذاتي لفظي". وعرفها بيك وآخرين عام ١٩٧٩التشويهات المعرفية بأنها " منظومة من الأفكار الخاطئة تشتمل على مفاهيم وتصورات مشوهة أو غير واقعية" (Stanziano ,2019). كما أشار بارج وجيبس (Barriga & Gibbs ,1996 :p.333) إلى أن التشويهات المعرفية " تتمثل في الأفكار ومعتقدات الفرد غير المؤكدة أو غير المكتملة التي تؤدي إلى معاناة الفرد من القلق والاكتئاب والانسحاب ، وتشتمل على تمركز الفرد حول ذاته ،وإلقاء اللوم على الآخرين ،وافتراض الأسوأ ،والتهوين" .

وهي أيضًا " مجموعة من المعتقدات غير الواضحة لدى الفرد عن الذات والعالم ،مع تكوين اتجاهات سيئة التكيف تزيد من احتمالية إساءة تفسير المواقف التي يواجهها الفرد (Goldberg et al.,2008).

كذلك عرفها رسلان عام ٢٠١١ بأنها" أساليب تفكير غير منطقية، ومعارف محرفة تؤثر على إدراك الفرد وتفسيراته للأشياء إما بالتغاضي عنها أو المبالغة فيها" (إسماعيل ،٢٠٢٠).

وتعرف التشوهات المعرفية إجرائيًا في البحث الحالي من خلال تبني الباحثة لتعريف (سلامة ، ١٩٩٠،ص٤) بأنها " الاستدلال غير المنطقي وسوء تفسير الوقائع يتضح بما يؤيد اعتقادات الفرد السلبية عن نفسه، وأن يضخم في إدراكه وتفكيره بشأن الأحداث السلبية ثم يعكسها على تقويمه لذاته وأن يستنتج فشله من مجرد واقعة أو قصور معين، ثم يعمم الفشل على رؤيته للعالم والمستقبل وأن يضع لنفسه أهدافا غير واقعية ومعايير مبالغ فيها لسلوكه ثم يلوم نفسه عند إدراكه لأدنى خطأ أو قصور كما لا يتسامح معها". والذي يعبر عنه بالدرجة التي يحصل عليها في استبانة الأحكام التلقائية عن الذات المستخدم في الدراسة الحالية، ويقاس من خلال المقاييس الفرعية التالية: تعميم الفشل ،والمبالغة في المستويات

ومعايير الأداء ،ولوم الذات. ويحدد بالدرجة التي يحصل عليها الفرد على المقياس المستخدم في هذه الدراسة.

أما عن تصنيف التشوهات المعرفية، فقد حددها بيك وآخرين (Beck et al.,2006) في التفكير الثنائي المتطرف ،والتفسيرات الشخصية ،والتجريد الانتقائي ،والتفكير الكارثي ،والتعميم الذائد . وصنفها عبد الستار إبراهيم عام ٢٠١١ الاعتقادات الخاطئة إلى فئتين من العوامل، هما: أ) عوامل تتعلق بمحتوى الأفكار والمعتقدات: وتشير إلى الأفكار التي يتبناها الفرد عن نفسه وعن الآخرين. وب) عوامل تتعلق بأساليب التفكير والاعتقادات : وتتضمن أخطاء في الفهم والتفسير يشوه صورة الواقع، مثل: المبالغة ،والتعميم ، وتصلب التفكير(عبد الواحد والمصري ،٢٠٢١).

٢- النظريات والنماذج المفسرة للتشوهات المعرفية :

أ- نظرية بيك Beck.

تناولت النظرية المعرفية لبيك التشوهات المعرفية باعتبارها طريقة للتفكير المشوه ، تشتمل على المخططات المعرفية ،والثالوث المعرفي، والأفكار التلقائية ، حيث تم تصور هذه المكونات كعناصر على متصل سببي ،بدءًا من المخططات المعرفية وانتهاء بالأفكار التلقائية. وتعتمد نظرية بيك في تفسير التشوهات المعرفية على البنى المعرفية والتي يطلق عليها "المخططات المعرفية " والتي تعرف بأنها " مجموعة المعتقدات الخاصة بالفرد حول الأشياء والظواهر البيئية ، وبالتالي تظهر التشوهات المعرفية عندما يكون مخطط الفرد حول نفسه والعالم الخارجي سلبي ، وينتج عنها أفكار وتحيزات غير منطقية ، حيث يفسر الأفراد ويستدعون الخبرات الخاصة بالأحداث الخارجية في مقابل تراجع المخططات الإيجابية والتي تصبح أقل سيطرة من المخططات السلبية (إسماعيل ، ٢٠٢٠ ؛ Black &Possel ,2015).

وفي هذ الصدد، فرق بيك بين اثنين من المستويات المعرفية المشوهة، هما:

المستوى الأول : ويتكون من الأحكام التلقائية التي تتألف من أفكار أو صور سلبية ، أطلق عيها بيك الثالوث المعرفي تجاه الذات والعالم والمستقبل.

المستوى الثاني : ويتكون من تركيبات أو صيغ أكثر عمقًا وتمثل نماذج معرفية يعتنقها الفرد عن ذاته(إسماعيل ، ٢٠٢٠).

وبالتالي تعد نظرية بيك المعرفية من أكثر النظريات إسهامًا في مجال العلاج النفسي، حيث تتأثر ردود فعل الفرد الانفعالية للأحداث من خلال ميكانزمات معالجة المعلومات أو التشوهات المعرفية، حيث تؤدي إلى عواقب انفعالية وسلوكية لا تكيفية وتنمي أفكارًا سلبية تجاه الذات والآخرون (Ozdel et al.,2014).

ب- نظرية العلاج العقلاني الانفعالي .

أوضح ألبرت إليس Albert Ellis أن اعتناق الفرد لبعض الأفكار الهازمة للذات – وأعدها أفكارًا لا عقلانية – يعرض نفسه للاضطراب ، كما أشار أيضًا إلي كيفية تقييم الفرد للأحداث الخارجية وكيف تؤثر أفكاره على تقييمه للأحداث، فالاستجابة الانفعالية قد تختلف نتيجة لطريقة إدراك الفرد وتفكيره في الحدث وأساليب اعتقاده عنها، وعبر عن ذلك في معادلة بسيطة، وهي: لو حدثت حادثة معينة (أ) وقد أثارت استجابة انفعالية معينة (ج) فإن حدوث الحادثة لا يعتبر في الحقيقة هو السبب الرئيسي لهذه الاستجابة رغم أنه مثيرًا للحالة الانفعالية ، وإنما طريقة إدراك الفرد وأساليب اعتقاده عنها (ب) هي المسؤولة عنه هذه الاستجابة (عبد الواحد والمصري ، ٢٠٢١).

٣- أسباب التشوهات المعرفية :

تنشأ التشوهات المعرفية من معالجة الفرد السلبية للمعلومات من: أفكار الفرد السابقة عن أهدافه ، والمطالب غير الواقعية عن أنفسنا والآخرين والعالم ، ومن أيضًا تقييم الأحداث من وجهة سلبية مع تضخيمها بطريقة ما (Simsek et al.,2021). كذلك تنشأ من عدة أسباب ، منها: أنماط التنشئة الوالدية الخاطئة في مرحلة الطفولة والتي قد تسبب تشوهًا في التفكير في مرحلة عمرية لاحقة. كما قد تكون الضغوط النفسية التي يتعرض لها الفرد من العوامل المهمة التي تؤدي إلى التشوهات المعرفية ، وقد ترجع التشوهات المعرفية إلى أنماط الشخصية ، مثل: الشخصيات ذات النمط القلق والتجنبي(عبد الواحد والمصري ،٢٠٢١).

دراســـــات ســـــابـقـــة:

بمراجعة الباحثة للدراسات التي تناولت موضوع البحث، توصلت –في حدود اطلاعها– إلى وجود بعض الدراسات التي تناولت العلاقة بين متغيرات الدراسة وبعضها البعض ، دون التركيز على الدور المعدل للرحمة بالذات ، والدور الوسيط للإعاقة بالذات في العلاقة بين

الدافعية للإنجاز والتشوهات المعرفية. لذلك سوف تعرض الباحثة للدراسات في أربعة محاور رئيسية ، هي:-

أولًا: دراسات تناولت العلاقة بين الدافعية للإنجاز والتشوهات المعرفية .

ثانيًا: دراسات تناولت إعاقة الذات إما في علاقتها بالدافعية للإنجاز أو علاقتها بالتشوهات المعرفية.

ثالثًا: دراسات تناولت الرحمة بالذات إما في علاقتها بالدافعية للإنجاز أو علاقتها بالتشوهات المعرفية.

رابعًا: دراسات تناولت الفروق بين الجنسين في متغيرات الدراسة.

أولًا: دراسات تناولت العلاقة بين الدافعية للإنجاز والتشوهات المعرفية .

أجرى **كابيكرن (2012) Kapikirans** دراسته لاختبار الدور الوسيط والمعدل لإعاقة الذات والتوجه نحو الهدف في العلاقة بين الدافعية للإنجاز والأفكار التلقائية السلبية. وذلك على عينة من طلاب المرحلة الثانوية بلغت (٥٨٦) من الجنسين ، تراوحت أعمارهم بين ١٤-٢٠ عامًا ،بمتوسط عمري قدره ١٦,٠٨. وبعد تطبيق اختبار إعاقة الذات ،ومقياس الدافعية للإنجاز ، واختبار الأفكار التلقائية السلبية أشارت النتائج إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين إعاقة الذات والأفكار السلبية ، ووجود علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين الدافعية للإنجاز وبين كل من إعاقة الذات والأفكار السلبية ، كما توسطت إعاقة الذات جزئيًا العلاقة بين الأفكار السلبية والدافعية للإنجاز.

كما هدفت دراسة **المسرورية (٢٠٢١)** إلى التعرف على مستوى التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز والتعرف على أكثر عوامل الشخصية الكبرى شيوعًا ، والعلاقات بين المتغيرات. وذلك على عينة قوامها (٤٠٤) من طلبة الصف الحادي عشر من مدارس شمال الشرقية بسلطنة عمان، تراوحت أعمارهم من ١٦ -١٧ عامًا. وتم تطبيق قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية ، ومقياس التشوهات المعرفية ، ومقياس الدافع للإنجاز. وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج من أهمها: وجود علاقة سالبة بين التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز ، وعدم وجود فروق بين الجنسين في الدافعية للإنجاز.

ثانيًا: دراسات تناولت إعاقة الذات وعلاقتها بالدافعية للإنجاز أو علاقتها بالتشوهات المعرفية.

أجرى **كوكورادا (2011) CoCorada** دراسته بهدف اختبار إعاقة الذات كاستراتيجية لحماية الذات لدى صغار السن في علاقتها بالدافعية للتعلم والإنجاز في المجال الأكاديمي ، وذلك في ضوء متغيري النوع والعمر. وذلك على عينة قوامها (٢٣٢) من المراهقين الذين تراوحت أعمارهم بين ١٥-٢٥ عامًا. وبعد استخدام اختبار إعاقة الذات ،ومقياس الدافعية للتعلم ، توصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين إعاقة الذات والدافعية للتعلم ، كما وجدت فروق بين الجنسين في إعاقة الذات في اتجاه الذكور ،وكان الأفراد في مرحلة المراهقة المتأخرة أكثر استخداما لإعاقة الذات من المراحل التي قبلها.

وفي نفس السياق، هدفت دراسة **يافيوزر (2015) Yavuzer** إلى اختبار الدور الوسيط والمعدل لتقدير الذات في العلاقة بين التشوهات المعرفية وإعاقة الذات في عينة من طلاب كلية التربية بلغت (٥٠٧) تم اختيارهم بطريقة عشوائية من الجامعة بتركيا، وقد استخدم اختبار إعاقة الذات ،واختبار التشوهات المعرفية ، ومقياس روزنبرج لتقدير الذات. وتوصلت النتائج إلى الدور المعدل وليس الوسيط لتقدير الذات في العلاقة بين التشوهات المعرفية وإعاقة الذات ، كما أشارت النتائج إلى ارتفاع درجات إعاقة الذات لدى الإناث ، كما تنبأت التشوهات المعرفية وتقدير الذات بالميول المعيقة للذات لدى الطلاب.

أما دراسة **عبد الواحد والمصري (٢٠٢١)** فهدفت إلى التعرف على العلاقة بين التشوهات المعرفية وإعاقة الذات والتشاؤم الدفاعي لدى طلاب الجامعة ، وأيضًا الكشف عن الفروق بين الجنسين في متغيرات الدراسة. وتكونت عينة الدراسة من (٤٧٧) من طلاب الجامعة تراوح أعمارهم بين ١٦-٢١ عامًا بمتوسط عمري قدره ١٧,٧١، وانحراف معياري قدره$\pm$١,٤٣.وقد طبقت الباحثتان بطارية التشوهات المعرفية ،ومقياس التشاؤم الدفاعي ، ومقياس إعاقة الذات من إعداد الباحثتان. وكشفت النتائج عن وجود علاقات ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين التشوهات المعرفية وإعاقة الذات والتشاؤم الدفاعي ، وعدم وجود فروق بين الجنسين في متغيرات الدراسة ، كما توصلت أيضًا إلى وجود تأثيرات غير مباشرة لأبعاد التشوهات المعرفية (التهوين ،التهويل ،الترشيح السلبي ، قراءة الأفكار) في التشاؤم الدفاعي من خلال إعاقة الذات كمتغير وسيط.

وأخيرًا وفي نفس الإطار أيضًا ، تناولت دراسة **المعلا والعظمات (٢٠٢١)** اختبار مستوى إعاقة الذات والتشوهات المعرفية لدى طلاب جامعة آل البيت بالأردن ، مع بيان مدى قدرة التشوهات المعرفية في التنبؤ بإعاقة الذات ، مع فحص الفروق بين الجنسين في مستوى إعاقة الذات وفقًا لمتغيري النوع والكلية. وتكونت عينة الدراسة من (٦٤٣) طالبًا وطالبة ، وبعد استخدام مقياس إعاقة الذات لجونز ورودوالت ،ومقياس التشوهات المعرفية، توصلت الدراسة إلى أن مستوى إعاقة الذات والتشوهات المعرفية كان متوسطًا ، وساهمت التشوهات المعرفية بنسبة (١٤,١%) من إعاقة الذات ، كما أشارت النتائج إلى وجود فروق في إعاقة الذات في اتجاه الذكور ولصالح الكليات الإنسانية.

ثالثًا: دراسات تناولت الرحمة بالذات إما في علاقتها بالدافعية للإنجاز أو علاقتها بالتشوهات المعرفية.

أجرى **أكين (2010) Akin** دراسته بهدف التعرف على العلاقة بين الرحمة بالذات والتشوهات المعرفية بين الشخصية، وذلك على عينة قوامها (٣٣٨) من طلاب الجامعة ، تراوحت أعمارهم بين ١٧-٢٩ عامًا ، بمتوسط عمري قدره ٢٠,٠٣. وقد تم استخدام اختبار الرحمة بالذات من إعداد نييف ،واختبار التشوهات المعرفية بين الشخصية. وتوصلت النتائج إلى وجود ارتباط سالب جوهري بين أبعاد الرحمة بالذات والتشوهات المعرفية، كما أسفر تحليل المسار عن تنبؤ الشوهات المعرفية سلبًا بالرحمة بالذات.

ثم قام نفس الباحث **(2012) Akin** بإجراء دراسة أخرى في سياق مشابه ، للكشف عن العلاقة بين الرحمة بالذات والأفكار الألية لدى عينة مكونة من (٢٩٩) طالب وطالبة جامعية، تراوحت أعمارهم بين ١٧-٢٧ عامًا ، بمتوسط عمري قدره ٢١,٦. وبعد استخدام اختبار الرحمة بالذات لنييف واختبار الأفكار الألية توصلت الدراسة إلى وجود ارتباط سالب دال إحصائيًا بين أبعاد الرحمة بالذات والأفكار الأتوماتيكية السلبية ، وأوضح أيضًا تحليل المسار تنبؤ الأبعاد الفرعية السلبية من الرحمة بالذات إيجابيًا بالأفكار الأتوماتيكية ، وكانت العلاقة بين الرحمة بالذات والأفكار السلبية سببية مباشرة.

أما الدراسات التي تناولت متغير الدافعية للإنجاز ، فقد هدفت دراسة **سالم وخريبة (٢٠١٩)** إلى فحص العلاقة بين الرحمة بالذات والذكاء الروحي والدافعية للإنجاز، والتعرف على العلاقات السببية بين هذه المتغيرات على عينة من معاوني أعضاء هيئة التدريس

بجامعة الزقازيق ، وتكونت العينة من (١٧٢) من معاوني هيئة التدريس من الذكور والإناث ، استكملوا مقياس الذكاء الروحي ،ومقياسي الرحمة بالذات والدافعية للإنجاز. وبعد إجراء الأساليب الإحصائية المناسبة توصلت الدراسة إلى عدة نتائج من أهمها : وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين الأبعاد الإيجابية للرحمة بالذات (اللطف بالذات – الإنسانية المشتركة –اليقظة العقلية) والدافعية للإنجاز، وعلاقة سالبة دالة إحصائيًا بين الأبعاد السلبية للشفقة بالذات (الحكم الذاتي –العزلة –التوحد المفرط) والدافعية للإنجاز أيضًا.

كذلك تناولت دراسة **عبد الحميد (٢٠٢١)** العلاقة بين الرحمة بالذات والمرونة النفسية ودافعية الإنجاز لدى عينة من لاعبي المنتخبات الفردية والجماعية بلغت (٩٥) لاعب. وبعد تطبيق اختبارات الرحمة بالذات والمرونة النفسية ودافعية الإنجاز، أشارت النتائج إلى ارتفاع مستوى الرحمة بالذات كلما ارتفعت المرونة النفسية والدافعية للإنجاز لدى اللاعبين.

وفي سياق مختلف ،هدفت دراسة **كوتيرا وآخرين (2021) ,.Kotera et al** إلى معرفة المتغيرات المنبئة بالرحمة بالذات في طلاب الصحة العامة ، وذلك على عينة قوامها (١٨٢) طالب بالتمريض، ومن خلال تطبيق اختبار الرحمة بالذات ،ومقياس المرونة النفسية ، واختبار الدافعية للإنجاز الأكاديمي ، واختبار الرفاهية العقلية ، أوضحت النتائج وجود علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين الرحمة بالذات ومتغيرات المرونة والدافعية للإنجاز والرفاهية ، وكذلك تنبؤ المرونة النفسية والرفاهية العقلية جوهريًا بالرحمة بالذات.

وحديثًا وفي نفس الإطار ، أجرى **كوتيرا وآخرين (2022) ,.Kotera et al** أيضًا دراستهم للكشف عن العلاقة بين الرحمة بالذات والمرونة النفسية والدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة في إندونيسيا. وذلك على عينة من (١٥٦) من الذكور والإناث ، ممن تراوحت أعمارهم بين ١٨ –٢٢ عامًا، بمتوسط عمري قدره ١٩,٠٧ ، وانحراف معياري قدره ±٠,٩٨. وبعد استخدام اختبار الدافعية للإنجاز الأكاديمي ، واختبار الرحمة بالذات ، والاختبار المختصر للمرونة النفسية، توصلت الدراسة إلى وجود ارتباط إيجابي بين الرحمة بالذات والدافعية للإنجاز ، وأوضح تحليل الانحدار تنبؤ المرونة النفسية والرحمة بالذات بالدافعية للإنجاز ، لكن لم تعدل الرحمة بالذات والمرونة النفسية العلاقة بين الدافعية للإنجاز العرضية والحقيقية أو الدافعية الداخلية والخارجية.

رابعًا: دراسات تناولت الفروق بين الجنسين في متغيرات الدراسة.

بالنسبة للدراسات التي تناولت الفروق بين الجنسين في متغير إعاقة الذات، فقد أجرى **كيمبل وهيرت (2005) Kimble &Hirt** دراستهما لكشف الفروق بين الذكور والإناث في إعاقة الذات في المواقف المركزة على الذات ، وذلك على عينة قوامها (٩١) من طلاب وطالبات الجامعة. وقد تم استخدام اختبار إعاقة الذات . وتوصلت الدراسة إلى أن الذكور أكثر استخدامًا لإعاقة الذات السلوكية عن الإناث في المواقف المركزة على الذات ، حيث يستشعر الذكور التهديد والخوف من الفشل.

وقام **ليوندر وجونيد (2007) Leondari & Gonida** بدراسة لاختبار العلاقة بين إعاقة الذات والتوجه نحو الهدف، مع بيان الفروق بين الجنسين في متغيرات الدراسة. وتكونت عينة الدراسة من (٧٠٢) من طلاب المدارس الثانوية ،تراوحت أعمارهم بين ١٢-١٦ عامًا. وبعد تطبيق اختبار إعاقة الذات ومقياس التوجه نحو الهدف. وقد أشارت النتائج إلى وجود ارتباط عكسي بين إعاقة الذات ومكون المبادأة في تحقيق الأهداف ، بينما كان الارتباط إيجابي بمكون التجنب ، كما توصلت النتائج إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في إعاقة الذات.

وعن الدراسات التي تناولت الفروق بين الجنسين في الدافعية للإنجاز، فقد أجرى **اللهيبي (١٩٨٨)** دراسته للتعرف على الفروق بين الجنسين في الدافعية للإنجاز في موقف محايد وموقف منافسة ، وذلك على عينة قوامها (٨٥) طالب وطالبة ، تراوحت أعمارهم ما بين ١٩-٢٥ عامًا بمتوسط عمري قدره ٢١,٤عامًا.وبعد استخدام مقياس الدافعية للإنجاز، وتوصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة في الدافعية للإنجاز بين الذكور والإناث في موقف محايد وموقف منافس.

وتناول **موسى (١٩٩٠)** الفروق بين الجنسين في الدافعية للإنجاز في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية (الفروق العمرية ، نوع الأخ أو الأخت) وذلك على عينة قوامها (١٥٠) طالب وطالبة من كليات التربية بجامعة الأزهر. وبعد تطبيق استخبار الدافعية للإنجاز ، توصلت النتائج إلى وجود فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث في متغير الدافعية للإنجاز لصالح الذكور، كما كانت الفروق بين المجموعات العمرية دالة إحصائيًا في اتجاه الأفراد ذوي الفروق العمرية الصغيرة.

أما عن الدراسات التي تناولت الفروق بين الجنسين في الرحمة بالذات، قام **فارس (٢٠١٨)** بدراسة للتعرف على العلاقة بين الرحمة بالذات والمرونة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية. وتكونت عينة الدراسة من (١٨٦) من طلاب وطالبات المرحلة الثانوية بمحافظة المنيا. واستخدم الباحث مقياس الرحمة بالذات إعداد نيف ،ومقياس المرونة النفسية ، وقائمة العوامل الخمس الكبرى للشخصية. وأظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيًا بين الرحمة بالذات وكل من العوامل الخمسة الكبرى والمرونة النفسية ، كما بينت النتائج أيضًا وجود فروق دالة إحصائية بين الجنسين على أبعاد الرحمة بالذات لصالح الإناث.

وفي نفس الإطار، أجرت **فايد (٢٠١٩)** دراستها لفحص العلاقة بين الرحمة بالذات والدافعية للإنجاز لدى عينة من طلاب الدراسات العليا، تكونت من (١٦٠) طالب وطالبة بجامعات المنصورة وطنطا وعين شمس ، بمتوسط عمري قدره ٢٧,٢٥ ، وانحراف معياري قدره + ٣,٦٣. وبعد تطبيق مقياس الرحمة بالذات من إعداد نييف ، ومقياس الدافعية للإنجاز ، وأشارت النتائج إلى وجود علاقة موجبة دالة إحصائيًا بين الرحمة بالذات والدافعية للإنجاز ، كما أوضحت عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الرحمة بالذات.

وعن الدراسات التي تناولت الفروق بين الجنسين في التشوهات المعرفية ، فقد أجرى **إسماعيل (٢٠٢٠)** دراسته للتعرف على الدور تقدير الذات في تعديل العلاقة بين أعراض الاكتئاب والتشوهات المعرفية لدى عينة من المعلمين والمعلمات ، بلغت (٢٦٠) في مدينة الرياض. طبق عليهم مقياس بيك للاكتئاب ،ومقياس روزنبرج لتقدير الذات ، ومقياس التشوهات المعرفية. وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج من اهمها: وجود علاقة سالبة دالة إحصائيًا بين التشوهات المعرفية وتقدير الذات ، مع وجود فروق جوهرية بين الجنسين في التشوهات المعرفية في اتجاه الإناث.

تعقيب عام على دراسات سابقة :

من العرض السابق للدراسات المتعلقة بموضوع الدراسة ،يتضح ما يلي :

١- ندرة الدراسات التي تناولت العلاقة بين التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز، فلا يوجد –في حدود إطلاع الباحثة– الا دراسة كابيكرن (٢٠١٢) التي تناولت الدافعية للإنجاز والأفكار الآلية في البيئة الأجنبية ، ودراسة المسرورية (٢٠٢١) في البيئة العربية ، الأمر

الذي يحتاج الى إجراء مزيد من الدراسات . بالإضافة إلى ذلك هناك محدودية أيضًا في الدراسات العربية التي تناولت متغير إعاقة الذات ، فلا يوجد – في حدود إطلاع الباحثة – إلا دراسة عبد الواحد والمصري (٢٠٢١) ، والمعلا والعظمات (٢٠٢١) التي تناولت إعاقة الذات على المستوى العربي دون المصري ، وذلك في مقابل عدد من الدراسات الأجنبية ، على سبيل المثال : دراسات كوكورادا (٢٠١١) ،ويافيوزر (٢٠٢١) ، وكيمبل وهيرت (٢٠٠٥)، وليوندر وجرنيد (٢٠٠٧). الأمر الذي يحتاج أيضًا إلى مزيد من الدراسات عن متغير إعاقة الذات في البيئة المصرية.

٢– قلة الدراسات العربية والأجنبية التي تناولت إعاقة الذات كمتغير وسيط ، فلا يوجد –في حدود إطلاع الباحثة – إلا دراسة كابيكرن (٢٠١٢) التي تناولت هذا الدور الوسيط ، ولكن بين الأفكار السلبية ودافعية الإنجاز. وفي المقابل تناولت قلة من الدراسات الرحمة بالذات في علاقتها بالتشوهات المعرفية كما جاء في دراسة أكين (٢٠١٢) ،وعلاقتها بالدافعية للإنجاز كما في دراسة عبد الحميد (٢٠٢١) ،ولكنها لم تتناول الدور المعدل للرحمة في هذه العلاقة ، فضلًا عن تناول أسلوب تحليل المسار لدراسة هذه المتغيرات.

٣– تناولت الدراسات السابقة عينات مختلفة من المراهقين كما ورد في دراسة كوكورادا (٢٠١١) وكابيكرن (٢٠١٢) ، والمسرورية (١ ٢٠٢) ،ولكن الغالبية العظمى أجريت على طلاب الجامعة كما ورد في دراسات عبد الواحد والمصري (٢٠٢١)، وأكين (٢٠١٠) ، وكوتيرا وآخرين (٢٠٢١)، الأمر الذي يوضح أهمية تناول هذه المرحلة العمرية في الدراسة الحالية.

٤– اتفقت معظم الدراسات السابقة في قياس الرحمة بالذات على استخدام مقياس نييف كما ورد في دراسة فارس (٢٠١٨)، وفايد (٢٠١٩) ، بينما اختلفت في أداة قياس إعاقة الذات ، أما بالنسبة لقياس الدافعية للإنجاز فعلى الرغم من توفر عدد من المقاييس إلا أنها تتسم بكثرة العبارات أو قلتها ، بالإضافة إلى تناولها لأبعاد تختلف عن مجال الدراسة الحالية ، لذا قامت الباحثة بإعداد مقياس ليتناسب مع أهداف الدراسة الحالية.

٥– اتفقت نتائج الدراسات السابقة على وجود علاقة موجبة بين إعاقة الذات والتشوهات المعرفية كما جاء في دراسة عبد الواحد والمصري(٢٠٢١) والمعلا والعظمات (٢٠٢١) ، وعلاقة سالبة مع الدافعية للإنجاز كما جاء في دراسة كوكورادا (٢٠١١). وأيضًا وجود

علاقة موجبة بين الرحمة بالذات والدافعية للإنجاز كما جاء في دراسة عبد الحميد (٢٠٢١) وكويترا وآخرين (٢٠٢١) ، وعلاقة سالبة مع التشوهات المعرفية كما جاء في دراستي أكين (٢٠١٠ ، ٢٠١٢) ، لكنها لم تستخدم اسلوب تحليل المسار لبيان مدى وجود تأثيرات مباشرة وغير مباشرة بين الرحمة بالذات وإعاقة الذات في علاقتهما بالدافعية للإنجاز والتشوهات المعرفية .

٦- تضاربت نتائج الدراسات الخاصة بوجود فروق بين الجنسين في متغيرات الدراسة ، حيث توصلت بعض الدراسات إلى وجود فروق في اتجاه الذكور في إعاقة الذات كما ورد في دراسة المعلا والعظمات (٢٠٢١) وكيمبل وهيرت (٢٠٠٥) ، لكن توصلت دراسة ليوندر وجرانيد (٢٠٠٧) إلى عدم وجود فروق. كذلك تضاربت نتائج الدراسات في متغير الرحمة بالذات ، فبينما توصلت دراسة فارس (٢٠١٨) إلى وجود فروق في صالح الإناث ، أشارت دراسة فايد (٢٠١٩) إلى عدم وجود فروق بين الجنسين. وتوصلت دراسة موسى (١٩٩٠) إلى وجود فروق في الدافعية للإنجاز لصالح الذكور ، وتوصلت دراسة اللهيبي (١٩٨٨) والمسرورية (٢٠٢١) إلى عدم وجود فروق بين الجنسين. هذا بالإضافة إلى قلة الدراسات التي تناولت الفروق بين الجنسين في التشوهات المعرفية- وذلك في حدود إطلاع الباحثة-.

فـــروض الـــدراســـة:

وفقًا للعرض السابق للإطار النظري والنتائج التي أسفرت عنها الدراسات السابقة يمكن صياغة فروض الدراسة على النحو التالي:-

١- توجد علاقات ارتباطية متبادلة دالة إحصائيًا بين متغيرات البحث: التشوهات المعرفية ، والدافعية للإنجاز، وإعاقة الذات ،والرحمة بالذات لدى طلاب الجامعة.

٢- يوجد تأثير دال إحصائيًا لإعاقة الذات كمتغير وسيط على العلاقة بين التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة.

٣- يوجد تأثير دال إحصائيًا للرحمة بالذات كمتغير معدل على العلاقة بين التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة.

٤- توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في كل من التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز وإعاقة الذات والرحمة بالذات كل على حدي.

منهج الدراسة وإجراءاتها:

١-المنهج :

استخدمت الباحثة المنهج الوصفي بما يشمله من أساليب نوعية سيتم توظيفها بما يتناسب مع أهداف الدراسة وتساؤلاتها. ونعرض لمكونات هذا المنهج كما يلي:

٢- العينة :

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (٢٧٤) من طلاب وطالبات كلية الآداب بجامعة حلوان بواقع (١٠٢ ذكور -١٧٢ إناث) ، تراوحت أعمارهم بين ١٨-٢٣عامًا ، بمتوسط عمري قدره ٢٠,٣٣ وانحراف معياري قدره ± ١,٢٤ للعينة الكلية، ومتوسط عمري قدره ٢٠,٢٨ ، وانحراف معياري قدره ± ١,٢١ للذكور ، ومتوسط عمري قدره ٢٠,٣٥، وانحراف معياري قدره ± ١,٢٥ للإناث. وهي العينة التي سيجرى عليها اختبار صحة فروض الدراسة.

كما تم التطبيق على **عينة استطلاعية** تكافئ عينة الدراسة الأساسية، قوامها (٢٥٠) من طلاب وطالبات الجامعة ، تراوحت اعمارهم بين ١٨-٢٣ عامًا بمتوسط عمري قدره ٢٠,٣٠ ، وانحراف معياري قدره ± ١,٦٣، وذلك للتحقق من الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة. ويوضح الجدول (١) خصائص عينة الدراسة الأساسية .

جدول (١)

توزيع عينة الدراسة الأساسية وفقًا لمتغيري النوع والفرقة الدراسية

المتغيرات		ك	%	الإجمالي
النوع	ذكور	١٠٢	٣٧,٢٣	٢٧٤=١٠٠%
	إناث	١٧٢	٦٢,٧٧	
الفرقة الدراسية	الأولى	٦٧	٢٤,٤٥	٢٧٤=١٠٠%
	الثانية	٨٠	٢٩,٢٠	
	الثالثة	٧١	٢٥,٩١	
	الرابعة	٥٦	٢٠,٤٤	

يتضح من الجدول السابق : ارتفاع عدد طالبات الجامعة بنسبة ٦٢,٧٧% في مقابل ٣٧,٢٣% من الطلبة ، كما كان هناك زيادة في عدد طلاب الفرقة الثانية بنسبة ٢٩,٢٠% في مقابل ٢٥,٩١% في الفرقة الثالثة ، ٢٤,٤٥ بالفرقة الأولى ،و٢٠,٤٤ بالفرقة الرابعة.

٣- أدوات الدراسة :

أ- استمارة البيانات الأولية (إعداد الباحثة) : اشتملت هذه الاستمارة على بيانات مختلفة كالنوع ، والسن والتخصص ،والفرقة الدراسية، وغيرها من البيانات التي استخدمت بغرض اختيار العينة وضبطها وفقا للشروط التي تفي بفروض الدراسة.

ب- مقياس الشفقة بالذات :إعداد(عبد الرحمن، وزملائه ،٢٠١٤) **Self-Compassion Inventory**

قامت نيف Neff (2003) في الأصل بإعداد مقياس الرحمة بالذات ، وتكونت فقرات المقياس في صورته الأولية من(٧١) فقرة ، تغطي ثلاث أبعاد فرعية ثنائية القطب هي: الحنو على الذات مقابل الحكم الذاتي ، والإنسانية المشتركة مقابل العزلة ، وأخيرًا اليقظة العقلية مقابل التوحد المفرط ، ثم أخضعت المقياس للعديد من الأساليب الإحصائية للتحقق من صدقه وثباته، وذلك على عينة من طلاب الجامعة بلغ حجمها (٣٩١) طالبًا، بمتوسط عمري قدره (٢٠,٩١) وانحراف معياري قدره (±٢,٢٧) بجامعة الجنوب الغربي في الولايات المتحدة الأمريكية.

وبعد ذلك تم تحليل بنود كل بعد قطبي من الأبعاد الثلاثة في المقياس على حدة باستخدام التحليل العاملي الاستكشافي، وتم استبعاد البنود التي يقل تشبعها عن (٠,٤) من النسخة النهائية للمقياس. وبعد ذلك تم تحليل النسخة النهائية باستخدام التحليل العاملي التوكيدي للتحقق من جودة النموذج، الذي تضمن عاملًا وحيدًا هو الأعلى رتبة للشفقة بالذات يشرح الارتباطات الداخلية بين الأبعاد الستة الفرعية باستخدام التحليل العاملي التوكيدي، وبعد التحقق من جودة النماذج وإعادة إجراء التحليل العاملي للبنود التي يتضمنها كل بعد، وتوصلت الدراسة إلى أن البناء العاملي لمقياس الرحمة بالذات يتضمن ثلاثة أبعاد قطبية كانت على النحو التالي:

١- الحنو على الذات مقابل الحكم الذاتي Self-kindness versus self-judgment: ويشتمل هذا العامل على (١٠) بنود، ويتضمن بعدين فرعيين هما: الرحمة بالذات (٥ بنود) ، والحكم الذاتي (٥ بنود).

٢- الإنسانية المشتركة مقابل العزلة Common Humanity versus Isolation حيث يتضمن هذا البعد ثمانية بنود موزعة على بعدين فرعيين هما: الإنسانية العامة (٤ بنود) ، وبعد العزلة (٤ بنود).

٣- اليقظة العقلية مقابل الإفراط في التوحد Mindfulness versus Over Identification : ويتضمن ثمانية بنود موزعة على بعدين فرعيين هما: اليقظة العقلية (٤ بنود)، والمبالغة في التوحد (٤بنود) .

ومن ثم أصبح عدد بنود المقياس في صورته النهائية مكون من (٢٦) بندًا موزعة على الأبعاد الستة للمقياس. وبعد ذلك توالت الدراسات التي أجريت للتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس باستخدام عينات من طلاب الجامعة والمراهقين والشباب وذلك كما جاء في دراسات (Neff & Vonk ,2009 ; Neff & Pittman ,2010 ; Neff et al.,2007 ; Williams et al., 2008). هذا بالإضافة إلى ترجمة وتقنين المقياس في عدد من دول العالم وبأكثر من لغة على سبيل المثال: (الاسبانية ، الايطالية ،الفارسية ،التركية، والصينية ،والتايلاندية) للتحقق من نموذج العوامل الستة التي توصلت إليه نيف .

وعن تقنين المقياس في البيئة العربية ، فقد قام (عبد الرحمن وزملاؤه،٢٠١٤) بترجمة النسخة الأصلية الانجليزية وعرض النسختين العربية والإنجليزية على متخصص في اللغة الإنجليزية لمراجعته بهدف التأكد من مطابقة المعنى في اللغتين العربية والإنجليزية، ثم بعد ذلك تم تطبيقها على عينة مصرية، وأخرى سعودية من طلاب الجامعة بلغت (٦٠٠) طالب وطالبة (٣٠٠ مصري –٣٠٠ سعودي) ، تراوحت أعمارهم بين (١٨–٢٤) عامًا. ثم تم التحقق أولًا من اتساقه داخليًا ، حيث تراوحت معاملات الاتساق من ٠,٤٦ –٠,٧٧ .

كما تم حساب معاملات الثبات بطريقتي ألفا لكرونباخ، والتجزئة النصفية بطريقتي سبيرمان–براون وجتمان، سواء للعينة المصرية او السعودية، وبلغت معاملات الثبات باستخدام ألفا لكرونباخ للحنو على الذات ٠,٧٤ ،والحكم الذاتي ٠,٦٨ ،والإنسانية المشتركة ٠,٧٢ ، والعزلة ٠,٧١ ،واليقظة العقلية ٠,٧٨ ،والإفراط في التوحد ٠,٧٥، وللمقياس ككل ٠,٧٧ .وأسفر التحليل العاملي للأبعاد الفرعية للمقياس عن وجود عاملين بنسبة تباين إجمالية قدرها (٤٧,٥٠%) للعينة المصرية، حيث استوعب العامل الأول (٢٤,٥٦%) من التبيان، وتشبع بالأبعاد الإيجابية للرحمة بالذات (الحنو على الذات، الإنسانية المشتركة،

اليقظة العقلية)، بينما استوعب العامل الثاني (٢٢,٩٤%) من التباين، وتشبع بالأبعاد السلبية في الرحمة بالذات(الحكم الذاتي، العزلة، والإفراط في التوحد).

وتتم الإجابة عن بنود المقياس من خلال إجابة خماسية تتبع طريقة ليكرت تتراوح بين (تنطبق تمامًا = ٥ ، لا تنطبق مطلقًا= ١) إذا كانت العبارة موجبة الاتجاه، والعكس صحيح إذا كانت العبارة سالبة الاتجاه. وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع درجة الرحمة بالذات أو درجة الصفة التي يقيسها البعد الفرعي بها.

وفي إطار الدراسة الحالية قامت الباحثة بالتحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس بالطرق التالية:

أولًا: الصدق : الصدق المرتبط بمحك : تم حساب معامل الارتباط بين درجات مقياس الرحمة بالذات ودرجات مقياس تقدير الذات لروزنبرج (سلامة، ١٩٩١) ،والذي بلغ ٠,٦٩ للدرجة الكلية ، بينما بلغت معاملات الارتباط بين الأبعاد الفرعية ٠,٦٣ للحنو على الذات ، و٠,٥٤ للإنسانية المشتركة ، و٠,٥٩ لليقظة العقلية ، وجميعها معاملات صدق جيدة .

ثانيًا : الثبات : تم التحقق من الثبات بطريقتين ،هما: **معامل ألفا لكرونباخ ، وطريقة التجزئة النصفية** ،ويوضح الجدول(٢) التالي هذه النتائج :

جدول (٢)

معاملات الثبات بطريقتي ألفا لكرونباخ والتجزئة النصفية لمقياس الرحمة بالذات

البعد	ألفا لكرونباخ	الثبات قبل التصحيح	الثبات بعد التصحيح
١- الحنو على الذات مقابل الحكم الذاتي.	٠,٦٠	٠,٥١	٠,٦٨
٢-الإنسانية المشتركة مقابل العزلة.	٠,٦٥	٠,٦٣	٠,٧٧
٣- اليقظة العقلية مقابل الإفراط في التوحد	٠,٧٢	٠,٦٣	٠,٧٨
الدرجة الكلية للمقياس	٠,٨١	٠,٧٥	٠,٨٦

يتضح من الجدول السابق: تمتع المقياس بمعاملات ثبات مقبولة إلى جيدة سواء باستخدام معامل ألفا لكرونباخ والذي بلغ٠,٨١ للمقياس ككل ، كما بلغ ٠,٨٦باستخدام التجزئة النصفية بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان –براون ، بينما تراوحت معاملات التجزئة النصفية بعد التصحيح للأبعاد الفرعية من ٠,٦٨ إلى ٠,٧٨.

ج- اختبار إعاقة الذات (ترجمة الباحثة)Self-Handicapping Scale

أعد جونز ورودويلت Jones & Rhodewaltالنسخة الإنجليزية الأصلية لهذا الاختبار في عام ١٩٨٢، والتي تكونت من (٢٥) بندًا لقياس ميول إعاقة الذات مثل انخفاض الجهد ،والمرض ،والانزعاج النفسي. يجاب عليها بستة بدائل للإجابة وفقًا لمقياس ليكرت تتراوح من (لا تنطبق تمامًا= ١ إلى تنطبق تمامًا =٦) ، مع وجود ثمانية بنود معكوسة في التصحيح. وتتراوح الدرجة على المقياس من (٢٥ إلى ١٥٠) درجة ، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ميل مرتفع لإعاقة الذات.

وعن الخصائص السيكومترية للاختبار في صورته الأصلية ، فقد أشارت نتائج حساب الثبات بطريقة ألفا لكرونباخ إلى معامل قدره ٠,٧٢ للاختبار ككل ، كما بلغ معامل الثبات باستخدام إعادة التطبيق ٠,٧٩. بينما أشارت نتائج صدق التكوين الفرضي إلى وجود عاملين، سمي العامل الأول " صنع الاعذار " ،والثاني " بالمجهود" . وعلى الرغم من قدم الاختبار فإنه ما زال يستخدم في كثير من الدراسات الحديثة على عينات من طلاب الجامعة، نذكر على سبيل المثال: دراسات (Charara&Saneh,2012 ; Yildirim ,2015; Clarke & Maccann ,2016) .

وبعد قيام الباحثة بترجمة الاختبار ، تم عرضه على أحد متخصصي اللغة الإنجليزية للتعرف على مدى مطابقة الترجمة العربية للاختبار مع الأجنبي الأصلي ،ثم تم التحقق من الخصائص السيكومترية للاختبار على عينة الدراسة الاستطلاعية .

وقامت الباحثة بالتحقق من الخصائص السيكومترية لاختبار إعاقة الذات في الدراسة الحالية كالتالي:

أولا: الصدق : الصدق المرتبط بمحك : تم حساب معامل الارتباط بين درجات اختبار إعاقة الذات ودرجات مقياس تقدير الذات لروزنبرج (سلامة، ١٩٩١) ،والذي بلغ -٠,٤٠ وهو معامل صدق جيد.

ثانيًا: الثبات : تم حساب ثبات الاختبار بطريقتين ،هما:

أ-معامل ألفا لكرونباخ : حيث بلغ معامل ألفا لكرونباخ للاختبار ٠,٧٣. **ب-القسمة النصفية :** تم استخدام أسلوب القسمة النصفية مع تصحيح الطول باستخدام معادلة سبيرمان

–براون Spearma– Brown، حيث بلغ معامل الثبات المقياس ككل ٠,٦٤ وبعد تصحيح الطول ٠,٧٨. وهي معاملات ثبات مقبولة.

د– استبيان الأحكام التلقائية عن الذات إعداد (سلامة ، ١٩٩٠).

تم إعداد هذه الاستبانة للحصول على تقدير كمي للمعارف الخاطئة وجوانب التشوية المعرفي. وهو أداة للتقرير الذاتي تعطي تقديرًا كميًا للأحكام والتقييمات التي ترد الفرد تلقائيًا عن نفسه والتي تتسم بتضخيم العيوب وجوانب القصور والقفز على الحكم على الذات بالفشل من مجرد حدث أو واقعة معينة ،والتشدد فيما يتطلبه المرء من نفسه من مستويات سلوكه وأدائه ثم لومه لذاته عند إدراكه لأدنى قصور عن بلوغ هذه المستويات ، ثم إصداره أحكامًا عامة عن ذاته تدور حول الفشل ولوم الذات . ويتكون الاستبيان من ثلاثة مقاييس فرعية، هي:

١–تعميم الفشل : ويقصد به ميل الفرد إلى استنتاج أحكام عامة تتعلق بفشله بناء على معطيات موضوعية غير ذات جدوى أو مجرد حدث أو واقعة لا أهمية لها، وينطوي تعميم الفشل على تضخيم السلبيات والتقليل من شأن الإيجابيات أيضًا وينعكس ذلك على أحكام الفرد المتعلقة بذاته.

٢– المبالغة في المستويات ومعايير الأداء: وهو مغالاة الفرد وتشدده فيما يضعه من مستويات يتبناها لنفسه ويقيم أداءه وسلوكه وفقًا لها ويتوقف شعوره بالرضا أو عدم الرضا عن نفسه على مدى نجاحه أو فشله في بلوغها أو تحقيقها ، وهذه المستويات والمعايير التي تنشد الكمال ليس من السهل بلوغها وبالتالي تتكرر خبرات الفشل.

٣– لوم الذات: ويشير إلى عدم تسامح الفرد مع نفسه ، بحيث يصدر أحكاما سلبية عليها لما يدركه من نواحي ضعف أو جوانب قصور أو فشل عن بلوغ ما تبناه لنفسه من مستويات الأداء والسلوك. ويتسم لوم الذات بالعمومية حيث لا يتسامح الفرد مع ما يراه قصورًا أو جانب ضعف وهو يختلف عن نقد الذات الذي يشير إلى ردود أفعال سلبية تجاه الذات كاستجابة لنواحي موضوعية محددة وليست عامة.

وقد قامت معدة الاستبيان بالتحقق من ثبات وصدق الأداة على عينة قوامها (١٢١) من طلاب وطالبات الجامعة ، تراوحت أعمارهم بين ١٨–٣١ عامًا ، حيث تم حساب الصبات بواسط الاتساق الداخلي لمفردات الاستبيان والتي تراوحت من ٠,٦٥ إلى ٠,٨٦. كما تم

حساب معامل الثبات ألفا لكرونباخ وبلغ ٠,٩٢ لمقياس تعميم الفشل ،و٠,٨٥ للمبالغة في مستويات الأداء ،و٠,٨٥ للوم الذات ، و٠,٩٠ للاستبيان ككل. كما تحققت معدة الأداة من الصدق من خلال حساب الصدق التلازمي للاستبيان مع اختبار الأفكار اللاعقلانية والذي بلغ ٠,٦٣ وهو معامل دال عند مستوى ٠,٠,٠٠١. كما تم إجراء التحليل العاملي الذي أسفر عن ثلاثة عوامل جذرها الكامن أكبر من الواحد الصحيح فسرت حوالي ٠,٦٢ من التباين الكلي، وهذه العوامل هي: تعميم الفشل ، والمبالغة في المستويات ومعايير الأداء ، ولوم الذات.

ويتكون الاستبيان من (٢٠) عبارة ، يتم تصحيحها بعد اختيار أحد البدائل الخمسة ، وتتراوح الدرجة على كل عبارة من ١ إلى ٥ ، كما تتراوح الدرجات على الاستبيان ككل من ٢٠ إلى ١٠٠ درجة ، وتشير الدرجة المرتفعة إلى زيادة التشوهات المعرفية والأحكام السلبية التلقائية عن الذات.

وقامت الباحثة بالتحقق من الخصائص السيكومترية للاستبيان في الدراسة الحالية بالطرق التالية:

أولا: الصدق : الصدق المرتبط بمحك: تم حساب معامل الارتباط بين درجات استبيان الأحكام التلقائية عن الذات ودرجات مقياس الاكتئاب (غريب ، ٢٠١٥) ،والذي بلغ ٠,٥٩ للدرجة الكلية، بينما بلغت معاملات الارتباط للأبعاد الفرعية ٠,٦٥ لتعميم الفشل ،و٠,٤٦ للمبالغة في المستويات ، و٠,٥٣ للوم الذات، وهي معاملات صدق جيدة.

ثانيًا: الثبات : تم حساب ثبات الاستبيان بطريقتين ،هما: معامل ألفا لكرونباخ ، وطريقة التجزئة النصفية ،ويوضح الجدول (٣) هذه النتائج :

جدول (٣)

معاملات الثبات بطريقتي ألف لكرونباخ والتجزئة النصفية لاستبيان الأحكام التلقائية

البعد	ألفا لكرونباخ	الثبات قبل التصحيح	الثبات بعد التصحيح
١- تعميم الفشل.	٠,٨٩	٠,٧٧	٠,٨٧
٢-المبالغة في المستويات .	٠,٧٣	٠,٥٥	٠,٦٨
٣- لوم الذات .	٠,٧٩	٠,٦٥	٠,٧٨
الدرجة الكلية للاستبيان	٠,٩٢	٠,٨٠	٠,٨٩

يتضح من الجدول السابق: تمتع الاستبيان بمعاملات ثبات مقبولة إلى جيدة سواء باستخدام معامل ألفا لكرونباخ والذي بلغ للمقياس ككل ٠,٩٢ ، أو باستخدام التجزئة النصفية بعد التصحيح بمعادلة سبيرمان –براون والتي بلغت ٠,٨٩ ، بينما تراوحت معاملات التجزئة النصفية بعد التصحيح للأبعاد الفرعية من ٠,٦٨ إلى ٠,٨٧.

هـ- اختبار الدافعية للإنجاز (إعداد الباحثة).

تم تصميم هذا الاختبار بعد مراجعة الباحثة – لما تيسر الحصول عليه – من المقاييس العربية والأجنبية والدراسات السابقة والإطار النظري حول مفهوم الدافعية للإنجاز وذلك لوضع عدد من المجالات الفرعية التي تخدم هدف الدراسة الحالية .

وتشير الدافعية للإنجاز إجرائيا إلى " وضع الفرد لأهداف محددة وتحمل مسئوليته الذاتية في الالتزام والجدية نحو تحقيق هذه الأهداف ، مع وضع مستويات طموح مرتفعة في أداء ما يكلف به من أعمال ، مع المثابرة على المشكلات والعقبات والتغلب على ما يواجهه في أدائه في سبيل تحقيق أهدافه واكتمال ما يقوم به من أعمال ". وتتكون من ثلاث مجالات هي :

١- الشعور بالمسئولية الذاتية : وتشير إلى الالتزام والجدية في أداء الفرد لما يكلف به من أعمال على أكمل وجه ،وبذل المزيد من الجهد والدقة في تحقيق ذلك ، والقيام بالأعمال والمهام التي من شأنها تنمية مهارات الفرد.

٢- المثابرة : وهي السعي نحو بذل الجهد للتغلب على العقبات التي تواجه الفدر في أداء بعض الأعمال والسعي نحو حل المشكلات الصعبة مهما استغرقت من الوقت والمجهود ، والاستعداد لمواجهة الفشل بصبر إلى أن يكتمل العمل الذي يؤديه.

٣- مستوى الطموح: ويشير إلى بذل الجهد للحصول على أعلى التقديرات والرغبة في الاطلاع ومعرفة كل ما هو جديد وابتكار حلول جديدة للمشكلات ، مع السعي لتحسيت مستوى الأداء.

وقد تكون المقياس في البداية من (٣٠) بندًا تغطي المجالات السابقة. تم تطبيقها على طلاب الجامعة للتحقق من الخصائص السيكومترية للأداة واختبار صحة فروض الدراسة.

١-الخصائص السيكومترية للاختبار:

قامت الباحثة بإجراء الصدق والثبات لاختبار الدافعية للإنجاز على عينة الدراسة الاستطلاعية بعد التحقق من اتساقه داخليًا ، وذلك كما يلي :

- **الاتساق الداخلي:** تم استخدام الاتساق الداخلي كمؤشر لجودة المقياس، حيث تم حساب معاملات الارتباط بين درجة البند والدرجة الكلية لمكونه الفرعي الذي ينتمي إليه بعد حذف درجة البند ، وأيضًا معاملات الارتباط بين درجة المجال الفرعي والدرجة الكلية للأداة. وأسفرت هذه الخطوة عن معاملات ارتباط تراوحت بين ٠,٤٢ -٠,٦٠ لمجال المسئولية الذاتية ،و٠,٣٤-٠,٧٢ لمجال مستوى الطموح ، و٠,٣٨-٠,٦٣ لمجال المثابرة . كما بلغت معاملات ارتباط مجال المسئولية الذاتية مع الدرجة الكلية للاختبار ٠,٨٧ ، و٠,٨٨ لمستوى الطموح ، و٠,٨٨ أيضًا للمثابرة . وقد تم استخدام محك جيلفورد في قبول البنود التي تصل إلى معامل ارتباط (٠,٣) ، وبالتالي تم حذف البند رقم(٢٥) .

أولا: الصدق : ١-صدق المحكمين:

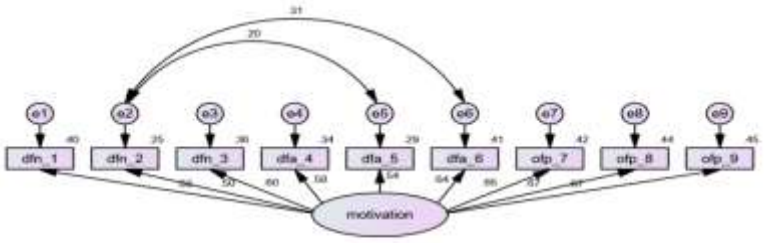
تم عرض الصورة المبدئية من الاختبار على مجموعة من المحكمين من أساتذة علم النفس بكلية الآداب بجامعة حلوان. وذلك بهدف التأكد من دقة صياغة البنود في ضوء التعريف الإجرائي لكل مجال فرعى ، وإمكانية تعديل صياغة أو إضافة بعض العبارات. وأسفرت هذه الخطوة عن اتفاق عام على جميع بنود المقياس ، وتراوحت نسبة اتفاق المحكمين بين٧٠ إلى ٨٠%.

٢- **الصدق العاملي** : تم الحصول على الصدق من خلال التحليل العاملي الاستكشافي والتوكيدي.

أ-**التحليل العاملي الاستكشافي:** أجرى التحليل العاملي على عينة الدراسة، وتم التأكد من كفاية حجم العينة حيث بلغت قيمة اختبار KMO لحجم وكفاية العينة الخاصة بمقياس الدافعية للإنجاز ٠,٨٨٧ وهي قيمة جيدة وأكبر من الحد الأدنى المطلوب للقيمة التي حددها كايزر لكفاية العينة وهي ٠,٥مما يعبر عن كفاية العينة لإجراء التحليل العاملي. وأجرى التحليل العاملي الاستكشافي لمقياس الدافعية للإنجاز باستخدام حزمة البرامج الاحصائية للعلوم الاجتماعية Spss لمصفوفة ارتباط الدرجات على عينة الدراسة (ن=٢٧٤). وأسفرت النتائج عن عدد من العوامل بلغ (٨) عوامل يصعب قراءتها وتفسيرها، ومن ثم لجأت

الباحثة إلى الطريقة العنقودية، وذلك بإيجاد مجموع درجات كل ثلاثة أو أربع مفردات تنتمي إلى مقياس فرعى واحد معًا في متغير واحد بحسب ترتيب ورودها في المقياس الفرعي الذي تنتمي إليه لان ثبات المفردة الواحدة عادة ما يكون منخفضًا وفقًا لكرونباخ وجلاسر عام ١٩٥٣ Cronbach&Glesler (سلامة، ١٩٨٩،ص.١٥). ومن ثم خضعت مفردات المقياس البالغ عددها (٣٠) مفرد في (٩) متغيرات، تشتمل على: ثلاث متغيرات تمثل مقياس الدافعية للإنجاز، يمثل كل متغير منها مجموع درجات ثلاثة أو أربع مفردات، وذلك حسب عدد وترتيب العبارات الموجودة في كل مقياس فرعي. وقد أسفر التحليل العاملي الاستكشافي بعد التدوير بطريقة فاريماكس عن استخلاص عامل واحد فقط بلغ الجذر الكامن له أكثر من واحد صحيح، وقد استقطب نحو٤٤,٩٥٥ من قيمة التباين الارتباطي الكلى للمصفوفة. وقد كشف عن طبيعة هذا العامل وما استحوذت عليه من عبارات . وقد أخذت الدلالة الإحصائية للتشبع على العامل (٠,٣) بحيث يعد التشبع الذي يبلغ هذه القيمة دالا، وفقًا لمحك جيلفورد. وقد أطلق على هذا العامل اسم الدافعية للإنجاز.

ب-الصدق التوكيدي: قبل البدء بالتحليل العاملي التوكيدي قامت الباحثة بتصميم نموذج لمقياس الدافعية للإنجاز وفقًا لنتائج التحليل العاملي الاستكشافي الذي تشبعت عليه بنود المقياس وهذا ما يوضحه الشكل التالي:



شكل (١)

النموذج المقترح[1] لأبعاد مقياس الدافعية للإنجاز وتشبعاتها باستخدام برنامج آموس تم حساب التحليل العاملي التوكيدي من خلال برنامج آموس Amos24، وتبين منه ارتفاع مؤشرات حسن المطابقة وبالتالي تحقق الصدق التوكيدي للقائمة وهذا ما يوضحه الجدول (٤) التالي:

جدول (٤)

مؤشرات حسن المطابقة للنموذج الخاص باستخبار الدافعية للإنجاز (ن=٢٧٤)

مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر
النسبة بين مربع كاى ودرجات الحرية	١,٦٣٧	(٠إلى٥)
مؤشر حسن المطابقة GFI	٠,٩٧٠	اقتراب القيمة من الواحد الصحيح
مؤشر حسن المطابقة المصحح بدرجات الحرية AGFI	٠,٩٤٥	اقتراب القيمة من الواحد الصحيح
مؤشر المطابقة المعياري NFI	٠,٩٤٥	اقتراب القيمة من الواحد الصحيح
مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠,٩٧٨	اقتراب القيمة من الواحد الصحيح
مؤشر المطابقة التزايدى IFI	٠,٩٧٨	اقتراب القيمة من الواحد الصحيح
مؤشر توكر لويس TLI	٠,٩٦٨	اقتراب القيمة من الواحد الصحيح
مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي RMSEA	٠,٠٤	(٠إلى ١، ٠)

يتضح من جدول السابق: أن النموذج المفترض لأبعاد اختبار الدافعية للإنجاز يؤكد على تشبعها على عامل واحد فقط من خلال عديد من المؤشرات الدالة على جودة المطابقة والتي يتم قبول النموذج المفترض للبيانات أو رفضه في ضوئها والتي تُعرف بمؤشرات حسن المطابقة، حيث وقعت النسبة بين كا٢ ودرجات الحرية في المدى المثالي وهي (١,٦٣٧) فإذا كانت هذه القيمة أقل من (٥) فإنه يتم قبول النموذج، بالإضافة إلى مؤشر حسن المطابقة GFI ، ومؤشر حسن المطابقة المصحح بدرجات الحرية أو المعدل AGFI، ومؤشر المطابقة المعياري NFI، ومؤشر المطابقة المُقارن CFI، ومؤشر المطابقة التزايدي IFI، ومؤشر توكر لويسTLI ، وجميعها قيم مرتفعة تصل إلى تساويها مع الحد الأقصى لهذه المؤشرات (واحد صحيح). وتشير القيمة المرتفعة في هذه المؤشرات إلى تطابق أفضل للنموذج مع بيانات العينة وبالتالي جودة النموذج كما في نتائج النموذج الحالي، بالإضافة

[1] قد تم تحسين النموذج نظراً لوجود ارتباط بين بواقي القياس (المتغيرات المشاهدة) والذي لا يرجع إلى المتغيرات الكامنة، ولكن يرجع إلى طريقة القياس المستخدمة.

إلى مؤشر جذر متوسط مربع الخطأ التقريبي RMSEA[٢] وهو من أهم مؤشرات جودة المطابقة في التحليل العاملي التوكيدي، وبلغت قيمته للمقياس الحالي (٠,٠٤) وهو مُعدل مقبول ويدل على أن النموذج يطابق تمامًا البيانات، وهو ما يؤكد الصدق البنائي لأبعاد مقياس الدافعية للإنجاز في الدراسة الحالية، وأنه يتمتع بدلالات الصدق العاملي على عينة الدراسة.

ثانيًا: الثبات : تم حساب ثبات المقياس بطريقتين ،هما: **معامل ألفا لكرونباخ ، وطريقة التجزئة النصفية** ،ويوضح الجدول (٥) هذه النتائج :

جدول (٥)

معاملات الثبات بطريقتي ألف لكرونباخ والتجزئة النصفية لاختبار الدافعية للإنجاز

البعد	ألفا لكرونباخ	الثبات قبل التصحيح	الثبات بعد التصحيح
١- المسئولية الذاتية.	٠,٧٦	٠,٦٢	٠,٧٩
٢- مستوى الطموح.	٠,٧٨	٠,٦٨	٠,٧٥
٣- المثابرة .	٠,٧٩	٠,٧٨	٠,٨٧
الدرجة الكلية للاختبار	٠,٨٥	٠,٧٦	٠,٨٤

يتضح من الجدول السابق: تمتع الاختبار بمعاملات ثبات مقبولة إلى جيدة سواء باستخدام معامل ألفا لكرونباخ والذي بلغ للاختبار ككل ٠,٨٥ ، إم باستخدام التجزئة النصفية بعد التصحيح بمعادلة جتمان والتي بلغت ٠,٨٤، بينما تراوحت معاملات التجزئة النصفية بعد التصحيح للأبعاد الفرعية من ٠,٧٥ إلى ٠,٧٩.

-الاختبار في صورته النهائية :

تكون اختبار الدافعية للإنجاز في صورته النهائية من ثلاث مجالات، مكونة من (٢٩) بندًا لكل منها ثلاث اختيارات للإجابة هي(تنطبق تمامًا= ٣ ، تنطبق إلى حدًا ما = ٢ ، لا تنطبق ابدًا =١)، وبالتالي تتراوح الدرجة على المقياس من ٢٩ إلى ٨٧ درجة ، وتشير الدرجة المرتفعة إلى ارتفاع الدافعية للإنجاز لدى الفرد .

[٢] مؤشر رامسى يدل على مطابقة مقبولة إذا تراوح ما بين (٠,٠٥ – ٠,٠٨) (تيغزة، ٢٠١٢، ص ٣٣٠ (Browen&cudeck,1993;

رابعاً: إجراءات التطبيق:

لتطبيق أدوات الدراسة قامت الباحثة بالتطبيق بطريقة جماعية على مجموعات صغيرة من طلاب وطالبات الجامعة في الأقسام المختلفة ، مع مراعاة ترتيب الاختبارات بما يتناسب مع أهداف الدراسة.

عرض ومناقشة نتائج الدراسة :

أولًا: نتائج الفرض الأول ومناقشته :

نص الفرض الأول على أنه "توجد علاقات ارتباطية متبادلة دالة إحصائيًا بين متغيرات الدراسة التشوهات المعرفية ، والدافعية للإنجاز وإعاقة الذات ،والرحمة بالذات لدى طلاب الجامعة". وللتحقق من صحة الفرض قامت الباحثة باستخدام معامل الارتباط بيرسون بين متغيرات الدراسة. ويوضح الجدول (٦) هذه النتائج:

جدول (٦)

مصفوفة معاملات الارتباط البسيط بين متغيرات الدراسة

المتغيرات	إجمالي الدافعية للإنجاز	إجمالي التشوهات	تعميم الفشل	المبالغة في المستويات	لوم الذات	إجمالي إعاقة الذات	إجمالي الرحمة بالذات	الحنو مقابل الحكم	الإنسانية مقابل العزلة	اليقظة مقابل التوحد
إجمالي الدافعية للإنجاز	ـــــ	-٠,٣٥**	-٠,٤٠**	-٠,٠٢	-٠,٠٣٤**	-٠,٤٦**	٠,٤٣**	٠,٣٧**	٠,٣٧**	٠,٤٩**
إجمالي التشوهات	ـــــ	ـــــ	٠,٩	٠,٨٢	٠,٩٤	٠,٤٤**	-٠,٦١**	-٠,٥٢**	-٠,٤٨**	-٠,٥١**
١-تعميم الفشل	ـــــ	ـــــ	ـــــ	٠,٥٥**	٠,٧٩**	٠,٥٠**	-٠,٧٠**	-٠,٦١**	-٠,٤٥**	-٠,٦١**
٢-المبالغة في المستويات	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	٠,٧١**	٠,٢٣**	-٠,٣١**	-٠,٢٦**	-٠,٢٧**	-٠,٢٢**
٣-لوم الذات	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	٠,٤١**	-٠,٥٦**	-٠,٤٨**	-٠,٤٤**	-٠,٤٨**
إجمالي إعاقة الذات	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	-٠,٤٦**	-٠,٣٤**	-٠,٢٩**	-٠,٥٠**
إجمالي الرحمة بالذات	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	٠,٨٧**	٠,٨٣**	٠,٨٦**
١-الحنو مقابل الحكم	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	٠,٦١**	٠,٥٧**
٢-الإنسانية مقابل العزلة	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	٠,٦٣**
اليقظة مقابل التوحد	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ	ـــــ

**دالة عند مستوى ٠,٠٠١

يتضح من الجدول السابق : وجود علاقات ارتباطية متبادلة دالة إحصائيًا عند مستوى ٠,٠٠١ بين متغيرات الدراسة ، حيث كانت العلاقات موجبة دالة إحصائيًا بين الدرجة الكلية للدافعية للإنجاز والدرجة الكلية للرحمة بالذات وجميع أبعادها الفرعية (الحنو على الذات مقابل الحكم الذاتي ، والإنسانية المشتركة مقابل العزلة ، واليقظة العقلية مقابل الافراط في التوحد) ، بينما كانت العلاقات سالبة دالة إحصائيًا بين الدرجة الكلية للدافعية للإنجاز والدرجة الكلية للتشوهات المعرفية وأبعاد (تعميم الفشل ، ولوم الذات) ، دون المبالغة في المستويات ، مما يعبر عن تحقق هذا الفرض تمامًا. وعن وجود علاقات سالبة دالة إحصائيًا بين جميع جوانب التشوهات المعرفية وخاصة الخوف من الفشل بالدافعية للإنجاز فيمكن تفسير هذه النتيجة وفقا لما أشار إليه (Elliot & Church ,2003) من الحاجة إلى دراسة التمثيلات المعرفية في جوانب الدافعية للإنجاز حيث تعد ضرورة لفهم الفروق الفردية فيها، فلا ترجع أهمية الدافع للإنجاز إلى توجيه السلوك فحسب ، بل يؤثر أيضا على إدراك الفرد للمواقف ومساعدته على فهم السلوك الذاتي وسلوك المحيطين به ، وذلك لأن داخل الدافع للإنجاز تكمن الرغبة في الوصول إلى الهدف وتجنب الفشل ، إذ يتسم أصحاب الدافع القوي للإنجاز إظهار أداء مرتفع في الأعمال التي تتضمن مستويات من التحدي ،والتي تتضمن تغذية راجعة مباشرة فيما يتعلق بالنجاح والفشل، كما لديهم مفهوم مرتفع عن ذواتهم ، كثيرو الحركة ،راغبون في التغيير ، يقاومون الضغط الخارجي (عبد الخالق والنيال ،١٩٩١).

وبالتالي فإن امتلاك الفرد لأي نمط من التشوهات المعرفية كالميل إلى تعميم الفشل وتضخيم السلبيات والتقليل من شأن الإيجابيات ، ومبالغته في وضع مستويات يتبناها لنفسه ويقيم أداءه وسلوكه وفقًا لها ، مع إصدار احكاما سلبية على نفسه لما يدركه من نواحي الضعف والقصور ، يخفض من دافعيته للإنجاز ، بل ويساعد كذلك في حساسيته الانفعالية ويصبح سلوكه أقل كفاءة. وبذلك تتفق نتائج الدراسة الحالية مع ما توصلت إليه دراستي (المسرورية،٢٠٢٢)،و(Kapikirans,2012) من وجود علاقة سالبة بين التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز.

كذلك أشارت النتائج إلى وجود ارتباط سالب متوسط الشدة بين الدافعية للإنجاز وإعاقة الذات ، وهنا أكد (Saddique &Loona ,2021) على ظهور سلوكيات إعاقة الذات بشكل أساسي في أي ظروف تشتمل على القيام بأنشطة أو مهام ، وتمثل البيئة الأكاديمية

الجامعية إحدى المجالات المهمة التي تظهر بها إعاقة الذات ، ففي هذه المرحلة التعليمية يواجه الطالب بالعديد من التكليفات والاختبارات التي تمثل ضغط عليه لارتباطها بمدى كفاءته ونجاحه مستقبلا في مجاله المهني ، وبالتالي قد تساعد إعاقة الذات على حماية القيمة الذاتية وتقدير الطالب لذاته على المدى القصير ، لكن على المدى الطويل فإنها ترتبط بانخفاض الرغبة في التعليم والانسحاب ، وانخفاض المنافسة ، وعدم وضوح الدافع الداخلي، والمزاج السلبي ، بل وفي أشد الحالات قد ترتبط بتعاطي المواد المؤثرة على الحالة النفسية كنوع من الفنيات التي تساعد على إخفاء القصور في المهارات وضعف المجهود. وتتفق نتائج الدراسة الراهنة مع دراسة (CoCorada, 2011) والتي أشارت إلى العلاقة السالبة بين الدافعية للإنجاز وإعاقة الذات.

أما عن وجود علاقات موجبة دالة إحصائيًا بين الدافعية للإنجاز وجميع جوانب الرحمة بالذات وخاصة اليقظة العقلية ،فقد أشار (Kotera et al.,2021) إلى كون الرحمة بالذات عامل أساسي في الصحة النفسية، إذ تشمل القدرة على ملاحظة المعاناة في الفرد والآخرين مع الالتزام بخفض هذه المعاناة ، ومعرفة أن المعاناة هي جزء من الحياة الإنسانية العامة ،وأن تكون موجودا هنا والآن بغض النظر عن الصعوبات وجوانب الفشل التي مررت بها. بل أنه تم تحديد الرحمة بالذات على أنها امتداد لمعتقدات الدافعية عن مقاومة الضعف الشخصي ، حيث تدفع الطلاب إلى استثمار وقت المذاكرة عند وجود اختبار صعب قد يتبعه الفشل. وعلى ذلك يميل الأفراد ذوو الدافعية المرتفعة للإنجاز إلى مستويات مرتفعة من الرحمة بالذات والرفاهية المعرفية ، ويتأثرون أقل بالضغوط وأعراض الاكتئاب لأنها تزود الفرد بالمرونة النفسية والفهم والعناية بالذات دون إصدار أحكام. وبالتالي تتفق نتائج الدراسة مع ما توصلت إليه دراسات (عبد الحميد ،٢٠٢١ , 2022, Kotera et al.,2021) التي توصلت لوجود ارتباط موجب دال إحصائيًا بين الرحمة بالذات والدافعية للإنجاز.

أما عن وجود علاقات سالبة دالة إحصائيًا بين التشوهات المعرفية والرحمة بالذات، فقد أشار (Akin.2012) إلى تنبؤ الرحمة بالذات سلبًا بالأفكار الألية السلبية فعند وجود خبرات الحياة السلبية ومواقف الأداء المهم ، يكون اسلوب الفرد في التعامل مع نفسه هو الدفء والتقبل والرفق ، وفي الحقيقة تساعد أبعاد الرحمة بالذات الأفراد في عدم إصدار أحكاما قاسية وانتقاد أنفسهم عند ملاحظتهم لشيء ما لا يرغبونه في أنفسهم، وذلك لظهور الأفكار

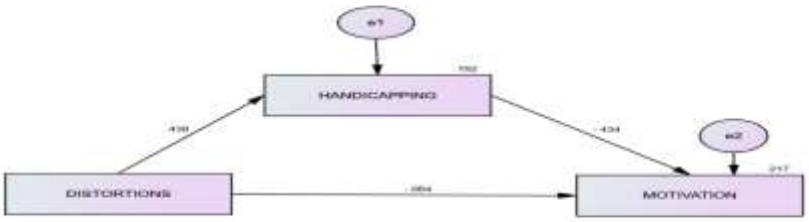
الألية والتشوهات المعرفية في ذهن الفرد بدون مجهود واعي أو تحكم من جانب الفرد ويصبح لها التأثير القوي على المزاج والسلوك ، لذا وكما أقترح نييف عام ٢٠٠٩ أن الرحمة بالذات تمد الفرد بقوى مخففة لتأثيرات خبرات الفشل والضغوط ، وبالتالي يقدمون لأنفسهم مشاعر الدفء والرفق والتواصل مع باقي الخبرات الإنسانية ، ويصبحون قادرون على الشعور بمشاعر سلبية أقل ومشاعر إيجابية أكثر .

وعن العلاقة الموجبة متوسطة الشدة بين التشوهات المعرفية وإعاقة الذات ،والعلاقة القوية خاصة مع بعد تعميم الفشل ، يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أن التشوهات المعرفية تؤثر بالسلب على الفرد وعلى تقديره ورؤيته لذاته أمام الآخرين ، مما يدفعه إلى استخدام بعض من الفنيات الدفاعية كمحاولة منه للحفاظ على تقدير الذات ، ومن هذه الفنيات الدفاعية التي قد يستخدمها الأفراد وطلاب الجامعة فنية إعاقة الذات (عبد الواحد والمصري ،٢٠٢١). حيث تسمح إعاقة الذات في حماية الفرد من أفكاره المتعلقة باستنتاج أحكام عامة تتعلق بفشله في مهمة ما ، أو شعوره بعدم الرضا عن نفسه لعدم بلوغه أهداف محددة ، من خلال ربط الفشل بالظروف الخارجة عن الفرد بدلًا من إلقاء اللوم على نفسه ، وبالتالي الظهور أمام نفسه والآخرين بمظهر أفضل أو تجنب الفشل الذي ينسب إلى الذات . لذا نجد أن الطالب الذي يدرك في نفسه عدم المقدرة الشخصية والأكاديمية أو الذي يضخم من سلبياته ويقلل من شأن إيجابياته ، هو الأكثر استخداما لسلوكيات إعاقة الذات.

وبذلك تتفق نتائج الدراسة الحالية مع نتائج دراستي(عبد الواحد والمصري ،٢٠٢١) ،و (Kapikiran,2012)التي أشارتا إلى العلاقة الموجبة بين إعاقة الذات والتشوهات المعرفية.

ثانيًا: نتائج الفرض الثاني ومناقشته :

نص الفرض الثاني على أنه" يوجد تأثير دال إحصائيًا لإعاقة الذات كمتغير وسيط على العلاقة بين التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة ". وللتحقق من صحة الفرض تم استخدام أسلوب تحليل المسار باستخدام برنامج الأموس Amos24. وذلك كما يوضحه الشكل (٢) ،والجدولين (٧ و٨) التاليين.



شكل(٢)

تأثير إعاقة الذات على العلاقة بين التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز.

جدول(٧)

القيم المعيارية في النموذج السببي للعلاقات بين متغيرات الدراسة

المتغيرات والمسارات السببية		معامل الانحدار	معامل الانحدار المعياري	الخطأ المعياري S.E	القيم الحرجة C.R	الدلالة
إعاقة الذات	التشوهات المعرفية ←	٠,٢١٣	٠,٤٣٨	٠,٠٢٧	٨,٠٤٦	٠,٠٠١
الدافعية للإنجاز	التشوهات المعرفية ←	-٠,٠٣٩	-٠,٠٦٤	٠,٠٣٦	-١,٠٧٨	٠,٢٨١
الدافعية للإنجاز	إعاقة الذات ←	-٠,٥٤٤	-٠,٤٣٤	٠,٠٧٥	-٧,٢٩٤	٠,٠٠١

يتضح من الجدول السابق، وجود أثر دال إحصائيًا للمتغير الوسيط إعاقة الذات على العلاقة بين التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة، حيث بلغت قيمة معامل الانحدار (-٠,٥٤٤) وهي قيمة سالبة ودالة إحصائيًا عند مستوى الدلالة(٠,٠٠١)، كما أتضح أن تأثير التشوهات المعرفية على الدافعية للإنجاز لم تصل إلى مستوى الدلالة.

كما تم استخراج قيم الأثر المباشر(Direct Effects) وغير المباشر (Indirect Effects)، وتم حساب البوتستراب Bootstrapping لتحديد مستوى دلالة الأوزان الانحدارية للتأثيرات غير المباشرة وجاءت كما هو موضح بالجدول التالي:

جدول(٨)

التأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين متغيرات الدراسة

نسبة التأثير العام للمستقل والوسيط	نسبة التأثير الكلي المعياري للمستقل	نسبة التأثير المباشر المعياري للمستقل	نسبة التأثير غير المباشر[٣] المعياري للمستقل	الحد الأدنى للفئة	الحد الأعلى للفئة	دلالة التأثير الكلي للمستقل	دلالة التأثير المباشر للمستقل	دلالة التأثير غير المباشر للمستقل
٠,٢١٧	-٠,٢٥٤	-٠,٠٦٤	-٠,١٩٠	-١,٧٦	-٠,٠٦٧	٠,٠٠١	٠,٣٠١	٠,٠٠١

يتبين من الجدول السابق : عن تحليل إعاقة الذات كمتغير وسيط بين التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز أن لكل المسارات تأثير دال ويوجد تأثيرات معيارية دالة سواء كلي ومباشر وغير مباشر باستثناء التأثير المباشر للمتغير المستقل في التابع حيث كان غير دال ، الأمر الذي يشير إلى أن متغير إعاقة الذات يتوسط العلاقة بين التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز ، فلا يوجد تأثير مباشر للتشوهات المعرفية على الدافعية للإنجاز مما يشير إلى وساطة كلية وليست جزئية لمتغير إعاقة الذات.

أسفرت **نتائج الفرض الثاني** عن توسط إعاقة الذات كليا العلاقة بين التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز لدى طلاب وطالبات الجامعة. ويمكن تفسير ذلك بما أوضحه أليوت وشارش (Elliot & Church ,2003) من النظر إلى الدفاعية للإنجاز على أنها تمثيل معرفي يركز على نمط محدد من الكفاءة، وهنا فقد افترضا وجود نوعين أساسيين من الدافعية للإنجاز، هما: الحاجة للإنجاز وتتمثل في الرغبة في الوصول إلى النجاح ، والخوف من الفشل ويتمثل في الرغبة في تجنب الفشل ، فالأشخاص المرتفعين في الحاجة لخبرات الإنجاز يخبرون قدر كبير من النجاحات ، بينما المرتفعين في الخوف من الفشل يخبرون قدر كبير من الخجل من الفشل ، وهذه الدوافع لا يفترض أن لها تأثيرات مباشرة على العواقب المرتبطة بالإنجاز ، ولكنها تتأثر بكم الأحكام والتقييمات التي ترد للفرد تلقائيًا عن نفسه والتي تتسم بتضخيم العيوب وجوانب النقص والقفز إلى الحكم على الذات بالفشل من مجرد حدث أو واقعة معينة ، والتشدد فيما يطلبه المرء من نفسه من مستويات لسلوكه وأدائه ثم لوم نفسه عند إدراكه لأدنى قصور عن بلوغ هذه المستويات ، ثم إصداره أحكاما عامة

[٣] التأثير غير المباشر للمستقل = التأثير الكلي – التأثير غير المباشر للمستقل وهو غير دال لأنه يقع خارج الحد الأدنى والأعلى للفئة

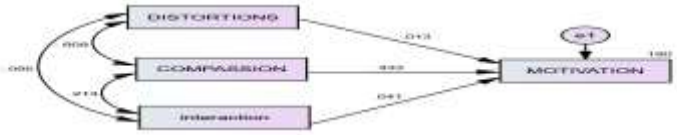
عن ذاته تدور حول الفشل ولوم الذات والتي تعرف بالتشوهات المعرفية (سلامة ،١٩٩٠، ص.٤-٥).

وفي نفس السياق، فقد أكد وينر Weiner عام ١٩٨٦ في نظرية العزو السببي أن اعتقاد الفرد بأن مصدر النجاح والفشل يكمن في ذاته، وأن قدرته الذاتية (داخلية وثابتة نسبيًا)، وبذله للجهد الذي هو بعد أساسي في الدافعية للإنجاز ، ضروريان لإنجاز العمل والمهام ، ومن ثم يجعله أكثر توقعا للنجاح في مهام الانجاز الاحق. لذا ورغبة من الفرد في حماية تقديره لذاته من الآثار المدمرة الكامنة للفشل ، فإنه يلجأ إلى استراتيجية إعاقة الذات والتي تمثل فنية تهدف إلى التأثير في الآخرين، وتدفع بواسطة الاهتمامات الممثلة للذات خاصة في مواقف عدم التأكد من قدرة الفرد على النجاح (Leondari & Gonida ,2007). وبالتالي فإن ادعاء المرض ،وعدم بذل الجهد ، وعدم الفرصة للتدريب الجيد ، والتسويف الذي يعد العائق الاكبر للذات ، تساعد في تبرير الأداء المنخفض وفقدان القدرة على ممارسة المهمة بنجاح والرغبة على التغلب على العقبات ، لذا فإن اصحاب هذه الاستراتيجية أقل دافعية ورغبة في العمل ، وأكثر ارتفاعا في الأحكام والتقييمات وجوانب التشويه المعرفي التي يفترض أنها تؤدي دورًا حرجا في الفشل وانخفاض الانجاز (المعلا والعظمات ،٢٠٢١).

وبذلك تتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (Kapikirans,2012) والتي توصلت للدور الوسيط لإعاقة الذات في العلاقة بين الدافعية للإنجاز والأفكار السلبية.

ثالثًا: نتائج الفرض الثالث ومناقشته:

نص الفرض الثالث على أنه " يوجد تأثير دال إحصائيًا للرحمة بالذات كمتغير معدل على العلاقة بين التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة". وللتحقق من صحة الفرض تم استخدام أسلوب تحليل المسار باستخدام برنامج الأموس Amos24. ويوضح الشكل (٣)، والجدول (٩) هذه النتائج.



شكل(٣)

تحليل المتغير المعدل الرحمة بالذات بالاموس في علاقة التشوهات المعرفية بالدافعية للإنجاز

جدول(٩)

دلالة إسهام المتغيرات المستقل والمعدل والتفاعل بينهما على الدافعية للإنجاز

المتغيرات والمسارات السببية		معامل الانحدار	معامل الانحدار المعياري	الخطأ المعياري S.E	القيم الحرجة C.R.	الدلالة
الدافعية للإنجاز	التشوهات المعرفية ←	٠,٠٠٨	٠,٠١٣	٠,٠٤٢	٠,١٨٣	٠,٨٥٥
الدافعية للإنجاز	الرحمة بالذات ←	٠,٣٢٢	٤٣٣	٠,٠٥٢	٦,١٨٤	٠,٠٠١
الدافعية للإنجاز	التفاعل ←	٠,٢٩٩	٠,٠٤١	٠,٤٠٤	٠,٧٤١	٠,٤٥٩

يتضح من الجدول السابق : أن النموذج غير دال بشكل عام ، وأن المتغير المستقل لا يؤثر بصورة دالة على المتغير التابع ، ولا يؤثر كل من المتغير المعدل والتفاعل بصورة دالة في المتغير التابع، وبما أن التفاعل غير دال بين المتغيرين المستقل والمعدل إذن: فإن المتغير المعدل الرحمة بالذات لا يقوم بتعديل العلاقة بين المتغيرين المستقل والتابع (التشوهات المعرفية والدافعية لإنجاز).

أسفرت **نتائج الفرض الثالث** عن عدم تطابق النموذج المقترح مع النموذج النظري، وبالتالي فلم تعدل الرحمة بالذات العلاقة بين الدافعية للإنجاز والتشوهات المعرفية. وذلك رغم وجود معاملات ارتباط متوسطة الشدة بين الرحمة بالذات والدافعية للإنجاز (٠,٤٣)، وبينها وبين التشوهات المعرفية (-٠,٦١)، وترجع الباحثة هذه النتيجة إلى أنه على الرغم من وجود تفاعل بين أبعاد الرحمة بالذات والتشوهات المعرفية ، حيث تعمل اليقظة العقلية على خفض الأفكار السلبية عن الذات ، وتزود من الاستبصار للتعرف على القواسم المشتركة مع الآخرين ، كما اللطف بالذات يخفف من تأثير الخبرات الوجدانية السلبية وإدراك المعاناة والفشل الشخصي على أنهما قاسمان مشتركان مع الآخرين (محمد وعبد المعطي ، ٢٠١٨)، إلا أن تأثير المتغير المستقل وهو التشوهات المعرفية كان أقوى على المتغير التابع وهو الدافعية للإنجاز ، الأمر الذي أدى إلى عدم تأثير الرحمة بالذات على هذه العلاقة.

ويمكن تفسير ذلك ، بالرجوع إلى ما ذكره نيف وزملاؤه (Neff et al.,2005) من اعتبار الرحمة بالذات من استراتيجيات المواجهة المركزة على الانفعال، وبالتالي فهي تساعد الفرد على معالجة المشاعر الانفعالية السلبية وليس التعبير عن هذه المشاعر للآخرين، فهي ترتبط بالفرد وإحساسه بالضعف الشخصي وتساعد على استثمار الوقت للنجاح ، ولكنها عندما تصدم بالأفكار السلبية والتشوهات المرتبطة بعدم إدراك الكفاءة والخوف من الفشل والذي يهدد تقدير الفرد لذاته وصورته عنها ، قد تؤدي إلى تجنب الفرد للموقف أو ابتكار عوائق تحول دون نجاحه لقسوته في الحكم على نفسه أو تجنب لوم الذات أو لخوفه من الفشل والذي يرتبط بدوره بانخفاض الدافعية للإنجاز. وبذلك تتفق نتائج الدراسة الراهنة مع دراسة (Kotera et al.,2022) وفيها لم تعدل الرحمة بالذات ولا المرونة النفسية العلاقة بين الدافعية الداخلية والخارجية للإنجاز.

رابعًا: نتائج الفرض الرابع ومناقشته:

نص الفرض الرابع على أنه " توجد فروق دالة إحصائيًا بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في كل من التشوهات المعرفية والدافعية للإنجاز وإعاقة الذات والرحمة بالذات كل على حدي". وللتحقق من صحة الفرض تم حساب اختبار "ت" للتحقق من وجود فروق واتجاهها بين طلاب وطالبات الجامعة في متغيرات الدراسة. ويوضح الجدول (١٠) هذه النتائج.

جدول (١٠)

دلالة واتجاه الفروق بين طلاب وطالبات الجامعة في متغيرات الدراسة

المتغيرات	ذكور		إناث		قيمة "ت"
	م	ع	م	ع	
إجمالي الدافعية للإنجاز	٧٣,١٣	٧,٨٩	٧١,٩٢	٧,٦٣	١,٢٢
إجمالي التشوهات المعرفية	٥٢,١١	١٣,٠٦	٤٨,٤١	١٢,٣٣	*٢,٠٩
١- تعميم الفشل	١٦,٩٤	٥,٤٥	١٥,٨٤	٥,٦٩	١,٤٦
٢- المبالغة في المستويات	١٩,١٨	٤,٣٨	١٧,٣٣	٤,١٥	**٣,١١
٣- لوم الذات	١٥,٩٩	٤,٧٦	١٥,٢٤	٤,٠٧	١,١٨
إجمالي إعاقة الذات	٦١,٣٥	٥,٩١	٦٢,٤٢	٦,٢٢	١,٣٠
إجمالي الرحمة بالذات	٦٧,٥١	١٠,٠٧	٦٨,٢٤	١٠,٤٨	٠,٥٢
١- الحنو مقابل الحكم	٢٥,٥١	٤,٢٥	٢٦,٧٩	٤,٣٩	*٢,١٧
٢- الإنسانية مقابل العزلة	٢٠,٩٦	٣,٣٠	٢٠,٨٨	٣,٤٩	٠,١٨
٣-البقظة مقابل التوحد	١٨,٧١	٤,٠٢	١٨,٣٨	٣,٩٣	٠,٦٠

***دالة عند مستوى ٠,٠٥** ****دالة عند مستوى ٠,٠٠١**

يتضح من الجدول السابق: وجود فروق دالة إحصائيًا بين طلاب وطالبات الجامعة في الدرجة الكلية للتشوهات المعرفية وبعد المبالغة في المستويات في اتجاه الذكور ، وفي بعد الحنو على الذات في مقابل الحكم الذاتي من أبعاد الرحمة بالذات في صالح الإناث ، بينما لا توجد فروق دالة إحصائيًا في كل من الدافعية للإنجاز ، والدرجة الكلية وباقي أبعاد التشوهات المعرفية ، وأيضًا في إعاقة الذات ،والدرجة الكلية للرحمة بالذات وباقي الأبعاد. وبالتالي فقد تحقق الفرض جزئيًا .

أسفرت **نتائج الفرض الرابع** عن ارتفاع التشوهات المعرفية وبُعد المبالغة في المستويات –على وجه التحديد– لدى طلبة الجامعة ، وارتفاع الحنو على الذات في مقابل الحكم الذاتي لدى الطالبات. ويمكن ارجاع ارتفاع الذكور في التشوهات المعرفية والمبالغة في المستويات إلى نظرة المجتمع إلى الذكور ومصادر الحصول على المعلومات والأفكار، إذ يتسم الذكور بالمغالاة والتشدد في وضع مستويات يتبناها الفرد لنفسه ويقيم أداءه وسلوكه وفقًا لها ، ومن هنا يتوقف عليها شعوره بالرضا أو عدم الرضا عن نفسه ، ذلك لأن الطالب في الحياة الجامعية تقع عليه مسئولية النجاح والتفوق لتهيئة نفسه للدخول في المجال المهني الذي يساعده على تحقيق أهدافه ، وبناء كيان وظيفي وأسري فيما بعد ، بينما تكون الأنثى ربما

أقل تهديدًا من الفشل في الحياة الأكاديمية والمهنية ،حيث يعزو الذكور الفشل إلى فقدان الجهد وعدم الكفاءة بينما تعزو الإناث الفشل إلى فقدان القدرة ، ومن ثم فإن تميز الطالب بهذه التشوهات المعرفية والمبالغة في المستويات يصبح مهددًا لتقديره لذاته والشعور بانخفاض ثقته في قدرته على الأداء الجيد.

وتختلف هذه النتيجة مع ما أشارت إليه دراسة (اسماعيل ،٢٠٢٠) من وجود فروق في التشوهات المعرفية في اتجاه الإناث ، ودراسة (حليم وسالم ،٢٠١٩) والتي توصلت إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في التشوهات المعرفية.

أما عن توصل الدراسة إلى ارتفاع الحنو على الذات في مقابل الحكم الذاتي لدى الطالبات ، فيمكن تفسير ذلك بأن الإناث أكثر رحمة وشفقة مع ذواتهن عندما يمرون بخبرات الفشل وعدم الكفاءة بدلا من الحكم على الذات ونقدها ، فالطالبات ليسوا في حاجة إلى التركيز على عدم كفاءتهن وضعفهن ، بل لديهن القدرة على تحويل ردود أفعالهن غير السارة لمواقف الفشل والرفض إلى أفعال أكثر إيجابية ، وعندما يواجهون بمواقف سلبية فإنهن يمرون بمشاعر سلبية أقل ويشتركون في اجترار لا توافقي أقل . وهنا فقد أوضح نييف وفونك Neff & Vonk عام ٢٠٠٩ زيادة الرحمة بالذات مع في العمر (Yildirim ,2015). كما تعد من فنيات المواجهة العاطفية للضغوط داخلية المنشأ والتي من خلالها تتغلب الأنثى على الضغوط والمواقف الصعبة وبالتالي يصبحن أكثر دعمًا ومسئولية تجاه أنفسهن.

وتتفق نتائج الدراسة الحالية مع دراسة (فارس ، ٢٠١٨) والتي أشارت إلى ارتفاع الرحمة بالذات لدى الإناث ، بينما تختلف مع دراسة (فايد ، ٢٠١٩) والتي توصلت إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في الرحمة بالذات. كما تتفق ايضا مع دراسة (Leondari & Gonida 2007, التي توصلت إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في إعاقة الذات.

كذلك أوضحت نتائج الدراسة عدم وجود فروق بين الجنسين في الدافعية للإنجاز، وهنا قد يبدو أن نتائج البحوث لا تزال غير متسقة في هذا الشأن ، غير أن بعض الباحثين يفترضون أن الدافعية للإنجاز عند الذكور والإناث يحكمها نفس القوانين، وأن نفس تعليمات الدافعية للإنجاز يمكن أن ترفع من درجة هذا المتغير سواء عند الذكور أو عند الإناث (تركي ،١٩٨٨). كما يمكن تفسير عدم وجود فروق بين الجنسين في الدافعية للإنجاز إلى أن اتاحة الفرص المتساوية في التعليم والمهنة لكل منهما ، واختفاء النظرة الوالدية إلى حد كبير إلى

الكائن البشري سواء لكونه ذكرا أو أنثى ، فكلاهما تلقى نفس المعاملة الوالدية والرعاية والاهتمام في غرس مفاهيم الاستقلال والاعتماد على النفس والإنجاز ، وربما يرجع ذلك أيضًا إلى إصرار الأنثى على التفوق والنجاح والتحمل والمثابرة كنوع من أنواع التعويض عما لاقته قديمًا من رفض للمجتمع لتعليمها أو عملها (موسى ، ١٩٩٠)، فأصبحت تحاول جاهدة أن تتفوق في شتى مجالات الحياة ، ولعل ذلك ملاحظًا من ارتفاع نسب النجاح والتفوق بين الطالبات في الجامعة مقارنة بالطلاب.

ويتفق ذلك مع ما توصلت إليه دراسة (اللهيبي ، ١٩٨٨) التي أشارت إلى عدم وجود فروق بين الجنسين في الدافعية للإنجاز، ولكنها تختلف مع دراسة (موسى ،١٩٩٠) التي أوضحت ارتفاع الدافعية للإنجاز لدى الذكور دون الإناث.

بالإضافة إلى ما سبق، أوضحت النتائج عدم وجود فروق بين الجنسين في إعاقة الذات، وذلك على العكس مما هو متوقع ، حيث أشارت عدد من الدراسات إلى أن الذكور أكثر ميلًا من الإناث إلى استخدام إعاقة الذات السلوكية عند مواجهة المهام الأدائية بشكل خاص ، حيث تعزو الإناث فشلهن إلى فقدان القدرة ، بينما يعزو الذكور فشلهم إلى فقدان الجهد (Torok & Szabo ,2018). وترى الباحثة أن عدم وجود فروق بين الجنسين في إعاقة الذات كما هو متوقع يمكن أن يرجع إلى طبيعة الأداة المستخدمة لقياس إعاقة الذات ، إذ يقيس الاختبار المستخدم إعاقة الذات بشكل عام ولا يفرق بين إعاقة الذات السلوكية والتقريرية. هذا بالإضافة إلى أنها تتفق مع ما أشار إليه (Kimble & Hirt ,2005) من أنه عندما يواجه الأفراد باحتمالية عدم القدرة على النجاح في أي مهمة أو نشاط ذو قيمة بالنسبة له ، فأنهم يميلون إلى الاشتراك في إعاقة الذات (سواء السلوكية أو التقريرية) لإنقاذ تقديرهم الإيجابي لذواتهم . ولعل هذه النتيجة تتفق مع ما توصلت إليه دراسة (Leondari & Gonida,2007) من عدم وجود فروق بين الجنسين في إعاقة الذات. ولكنها تختلف مع دراسة(kimble & Hirt ,2005) التي أشارت إلى ارتفاع الذكور في سلوكيات إعاقة الذات.

مقترحات الدراسة : في ضوء ما أسفرت عنه الدراسة من نتائج، أمكن التوصل للمقترحات التالية :

١- تعد التدخلات الوقائية أو التدريبية التي توجه مباشرة لإعاقة الذات قليلة ، لذلك فإننا بحاجة إلى تنمية تدخلات معرفية سلوكية لخفض سلوكيات إعاقة الذات لدى طلاب الجامعة.

٢- هناك بعض الأهداف التربوية التي يمكن أن تساعد في الوقاية من سلوك إعاقة الذات ، ذلك لأن الطالب يستخدم استراتيجيات إعاقة الذات لمواجهة التكليفات الجامعية التي ترفع من مستوى القلق لديه وتخفض من إدراك التحكم ، أو لمواجهة ردود الأفعال التربوية التي تدعم المقارنات الاجتماعية بين الطلاب ، لذا لابد على المربين خفض هذه المخاطر من خلال تقديم تغذية مرجعية واضحة للطلاب على أدائهم الأكاديمي تشجع الطلاب على الثقة في قدراتهم الخاصة والتركيز على تحسين قدراتهم الشخصية ، ومن ثم تعمل على تحسين دافعيتهم الذاتية وإنجازهم الأكاديمي.

٣- تدريب الطلاب على الرحمة بالذات والتركيز على اليقظة والوعي باللحظة الراهنة ، دون الاستجابة للأفكار التلقائية والمشوهة بطريقة تعتمد على إصدار الأحكام أو لوم الذات أو المبالغة في المستويات لدرجة الشعور بالفشل من أقل حدث ، وبدلًا من ذلك التأكيد على التصرفات والسلوكيات التي يمكن تنفيذها عند مواجهة أي صراعات ومشكلات ،وبالتالي يمكن للفرد الارتباط بمشاعره وأفكاره لتخفيف النقد القاسي للذات، وتحقيق الهدوء ،والاستقرار النفسي ،والمعرفي.

المـــــــراجـــــع

أولًا: مـراجع باللغة العربية:

إسماعيل ، إيمان.(٢٠٠٣). بعض المعتقدات الخرافية لدى المراهقين وعلاقتها بقلق المستقبل والدافعية للإنجاز. *المجلة المصرية للدراسات النفسية* ، ١٣ (٣٨)، ٥٣-٩٩.

إسماعيل ، رمضان.(٢٠٢٠). تقدير الذات بصفته متغيراً معدلا للعلاقة بين أعراض الاكتئاب والتشوهات المعرفية لدى المعلمين والمعلمات. *مجلة بحوث ودراسات نفسية* ، ١٦ (١)، ٦٠-١١٤.

تيغزه، محمد (٢٠١٢). *التحليل العاملى الإستكشافي والتوكيدى مفاهيمهما ومنهجيتهما بتوظيف حزمة spssوليزرل Lisrel*. دار المسيرة للنشر والتوزيع.

حزين ، كمال، صبحي ، سيد ، شاهين ، إيمان.(٢٠١٣). مقياس دافعية الإنجاز. *مجلة القراءة والمعرفة* ، ١٥١، ٤٩-٧٤.

حليم ، شيري ،وسالم ، هانم .(٢٠١٩). التشوهات المعرفية وتقدير الذات الاجتماعية لدى طلبة جامعة الزقازيق في ضوء متغيري النوع والفرقة الدراسية : دراسة تنبؤية . *المجلة المصرية للدراسات النفسية* ، ٢٩ (١٠٢) ، ١٨١-٢٣٠ .

عبد الخالق ،أحمد، النيال، مايسة.(١٩٩١). الدافع للإنجاز وعلاقته بالقلق والانبساط. *دراسات نفسية*، ١(٤)، ٦٣٧ -٦٥٣.

عبد الرحمن، محمد ، العاسمي ، رياض ، العمري، علي ؛الضبع ، فتحي. (٢٠١٤). مقياس الشفقة بالذات. *المجلة المصرية للدراسات النفسية* ،٢٤(٨٣) ، ٤٩-٧١.

عبد الحميد ، ناصر.(٢٠٢١). الشفقة بالذات وعلاقتها بالمرونة النفسية ودافعية الإنجاز لدى لاعبي المنتخبات الفردية والجماعية. *مجلة علوم الرياضة* ، جامعة المنيا، ٣٤(١٠)، ٢٩-٥٨.

عبد الواحد، فاطمة ، المصري ، فاطمة.(٢٠٢١). نمذجة العلاقات السببية بين التشوهات المعرفية وإعاقة الذات والتشاؤم الدفتعي لدى طلاب جامعة حلوان. *المجلة التربوية بكلية التربية* ، جامعة سوهاج، ٩٥(١)، ٣٩٨-٤٧٠.

غريب ، عبد الفتاح.(٢٠١٥). *مقياس الاكتئاب(د-٢)* . القاهرة . مكتبة الأنجلو المصرية.

فارس ، أشرف.(٢٠١٨). الشفقة بالذات وعلاقتها بالمرونة النفسية والعوامل الخمسة الكبرى للشخصية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة المنيا. *المجلة العلمية بكلية الآداب* ، جامعة طنطا ، ٣٢ ، ٥٢٢-٥٨٤.

فايد، دعاء.(٢٠١٩). الشفقة بالذات وعلاقتها بالدافعية للإنجاز لدى عينة من طلاب الدراسات العليا. *دراسات عربية، ١٨* (٣) ، ٥١٧-٥٥٧.

قاسم ، عبد المريد ، عبد المعطي ، السعيد.(٢٠١٨). الشفقة بالذات كمتغير معدل للعلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاتجاهات المختلفة لدى المطلقات . *المجلة المصرية للدراسات النفسية* ، ٢٨ (١٠٠)، ٤١٩-٤٦٨.

سالم، أحمد ، خريبة ، مصطفى.(٢٠١٩).الذكاء الروحي والشفقة بالذات ودافعية الإنجاز لدى معاوني أعضاء هيئة التدريس بجامعة الزقازيق: علاقات سببية. *دراسات عربية في التربية وعلم النفس* ،(١١٦)، ٣٠٩-٣٥٩.

سلامة، ممدوحة .(١٩٨٩). *استبيان تقدير الشخصية للأطفال*. مكتبة الأنجلو المصرية.

سلامة، ممدوحة .(١٩٩٠). *استبيان الأحكام التلقائية عن الذات*. مكتبة الأنجلو المصرية.

سلامة، ممدوحة .(١٩٩١). *استبيان تقدير الشخصية للكبار*. مكتبة الأنجلو المصرية.

الشافعي ، نهلة.(٢٠٢١). مخاوف الشفقة وعلاقتها بخبرات الإساءة النفسية والتشوهات المعرفية لدى طلاب الجامعة: دراسة سيكومترية –كلينيكية. مجلة البحث العلمي في التربية ، كلية التربية، جامعة المنيا ، ٢٢(٨)، ١١٩-٢٤٠.

صغيور ، فاطمة ، بوجلال ، *سهيلة .(٢٠١٩). تقنين مقياس الدافعية للإنجاز:لعبد اللطيف خليفة على عينة من طلبة جامعة محمد بوضياف* [رسالة ماجستير منشورة]. كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ، جامعة بوضياف ، المسيلة.

اللهيبي ، تركي. (١٩٨٨). الدافعية للإنجاز عند الذكور والإناث في موقف محايد وموقف منافسة. *مجلة العلوم الاجتماعية* ، جامعة الكويت ، ١٦(٢)، ١٥٧-١٨١.

محمد ،نبيل.(١٩٩٩) . دافعية الإنجاز: دراسة مقارنة بين المتفوقين والعاديين من الجنسين في التحصيل الدراسي في الصف الأول الثانوي . *مجلة علم النفس* ،٤٩(١٣).

المسرورية ، جوخة.(٢٠٢٢). *العوامل الخمسة الكبرى للشخصية والتشوهات المعرفية وعلاقتها بدافعية الإنجاز لدى طلبة الصف الحادي عشر بمحافظة شمال الشرقية بسلطان* [رسالة ماجستير منشورة]. كلية االآداب والعلوم الإنسانية ، جامعة الشرقية.

المعلا ، نظمي ، والعظمات ، عمر.(٢٠٢١). القدرة التنبؤية للتشوهات المعرفية بإعاقة الذات لدى طلبة جامعة آل البيت. *دراسات في التعليم العالي* ، مركز تطوير التعليم الجامعي ، جامعة اسيوط ، ١٩، ٢٤-٥٢.

موسى، رشاد. (١٩٩٠). دراسة أثر بعض المحددات السلوكية على الدافعية للإنجاز . *مجلة علم النفس* ، ٤(١٥)،٦٠-٨١.

ثانياً: مراجع باللغة الإنجليزية:

Akin,A .(2010). Self-compassion and interpersonal cognitive distortions .*H.U.Journal of Education* ,39 , 1-9.

Akin , A.(2012).Self- compassion and automatic thoughts .*H.U.Journal of Education* ,39 , 1-10.

Akin, U.,& Akin,A .(2015).The predictive role of self-compassion on self-handicapping in turkish university students.*Vyzkumne Studie*,25(5),33-43.

Barriga, A., & Gibbs**, J. (**1996) . Measuring cognitive distortion in antisocial youth: Development and preliminary validation of the "how I think " questionnaire .*Aggressive Behavior* ,*22*(5) ,333-343.

Beck ,B., Koons ,S.,& Milgrim ,D.(2006).Correlates and consequences of behavioral procrastination: The effects of academic procrastination,self-esteem and self-handicapping.*Journal of Social behavior and Personality* ,15(5),3-13.

Black ,S., **&** Possel **,**P .(2015).Integrating becks cognitive model and the response style theory in an adolescent sample .Journal of youth and Adolescence ,44, 195-210.

Browen , M .,& Cudeck,R . (1993).*Alternative ways of assessing model fit*.In K.A Bollen and J.S.Long (Eds.),Testing structural equation models ,Newbury Park,CA: Sage.

Brown ,C.,& Kimble ,C.(2009).Personal ,interpersonal ,and situational influences on behavioral self-handicapping .*The journal of social Psychology* ,149(6),609-626.

Clarke,I .,& Maccann ,C.(2016).Internal and external aspects of self-handicapping reflect the distinction between motivations and

behaviors: Evidence from the self-handicapping *Personality and Individual Differences* ,100,6-11.

CoCorade ,E.(2011).Academic self-handicapping and their correlates in adolescence .*Bulletin of the Transilvania University of Brasov ,4*(53),57-64.

Elliot ,A.,& Church, M.(2003). A motivational analysis of defensive pessimism and self-handicapping. *Journal of Personality ,71(*3),369-396.

Ferradas ,M.,Freire ,C.,Rodriguez ,S.,& Pinerio ,I.(2018).Self-handicapping and self-esteem profiles and their relation to achievement goals .*Annals of Psychology ,34*(3),545-554.

Goldberg, J., Gerstein, R., Wenze, S., Welker, T.,& Beck, A. T. (2008). Dysfunctional attitudes and cognitive schemas in bipolar manic and unipolar depressed outpatients: Implications for cognitively based psychotherapeutics, *Journal of Nervous & Mental Disease, 196*(3), 207-210.

Kimble ,C.,& Hirt , E.(2005).Self-focus ,gender ,and habitual self-handicapping: Do they make a difference in behavioral self-handicapping?. *Social Behavior and Personality, 44* ,43-56.

Kotera ,Y.,Aledeh ,M.,Barnes ,K.,& Rushforth ,A.(2022).Academic motivation of Indonesian university students: Relationship with self-compassion and resilience .*Healthcare* ,10,1-11.

Kapikiran ,S.(2012).Achievement goal orientations and self-handicapping as mediator and moderator of the relationship between intrinsic achievement motivation and negative automatic thoughts in adolescence students .*Educational Sciences: Theory and Practice, 12*(2),pp.705-711.

Lee ,A.,Fleck ,B.,Richmond ,A. (2021). Exploring the relations of academic self-handicapping with achievement goals among urban ,underrepresented minority ,middle school students .*Educational Research: Theory and Practice* ,*32*(2) ,pp.79-105.

Leondari ,A .,& Gonida ,E.(2007). Perdicting academic self-handicapping in different age groups: The role of personal achievement goals and social goals .*The British Psychological Society, 77*,595-611.

Maata, S., Stattin, H., & Nurmi, J. E.(2002). Achievement strategies at school: Types and correlates. *Journal of Adolescence, 25* ,31-46.

McCrea ,S.,Hirt ,E.,& Milner ,B.(2008).She works hard for the mony:Valuing effort underlies gender differences in behavioral self-handicapping. *Journal of Experimental Social Psychology,44*,292-311.

Neff ,K.(2003).Development and validation of a scale to measure self-compassion .*Self and Identity* ,*2*,223-250.

Neff ,K., Hsieh ,Y., & Dejitterat ,K.(2005).Self-compassion ,achievement goals ,and coping with academic family .*Self and Identity*,*4*,263-287.

Neff ,K. & Vonk ,R.(2009).Self-compassion versus global self-esteem:Two different ways of relating to oneself. *Journal of Personality* ,*77*(1), 23-50.

Ozdel ,K.,Taymur ,I.,Guriz ,S.,& Tulaci ,R.(2014).Measuring cognitive errors using the cognitive distortions scale (CDS):Psychometric properties in clinical and non-clinical samples. *Plos One*, *9*(8) ,1-12.

Saddique ,M.,&Loona ,M.(2021).Mediating role of locuse of control in achievement goals and self-handicapping strategies among university students.Pakistan *Journal of Psychology Research* ,*36(*4), 587-600.

Shielde ,C.(2007).*The relationship between goal orientation ,parenting style ,and self-handicapping in adolescents.* A Dissertation for the Degree of Doctor of Philosophy ,Graduate School of The University of Alabama.

Simsek, O.,Kocak, O.,&Younis ,M.(2021).The impact of interpersonal cognitive distortions on satisfaction with life and the mediating role of loneliness. *Sustainability* ,*13*,1-18.

Stanziano,G.(2019).*The relationship between cognitive distortions ,self-compassion ,and insomnia severity*. A Dissertation for the Degree of Doctor of Psychology. Philadelphia College of Osteopathic Medicine.

Strube ,M.(1989).An analysis of the Self –Handicapping Scale .Basic and Applied Social Psychology , 7 (3) ,211-224.

Thompson,T., & Hepburn**,** J. (2003). Causal uncertainty claimed and behavioral self- handicapping .*Br J Educ Psychol* ,*73(*2) ,pp.247-266.

Torok ,L.,& Szabo ,Z.(2018).The theory of self-handicapping: Forms , influencing factors and measurement. *Ceskoslovenska Psychologie* ,*26*(5) ,173-188.

Uysal ,A.,& Knee ,C.(2012).Low trait self-control predicts self-handicapping. *Journal of Personality* ,*80* ,59-79.

Warner ,S.,& Moore ,S.(2004). Excuses , Excuses: Self- handicapping in an Australian adolescent sample. *Journal of Youth and adolescent*,*33*(4),271-281.

Wong ,M.(2021).The importance of self-compassion in terms of self-psychology. *Psychiatry International* ,*2*,120-126.

Yavuzer ,Y.(2015).Investigating the relationship between self-handicapping tendencies mself-esteem and cognitive distortions. Educational Sciences: *Theory and Practice ,15*(4),879-890.

Yildirim ,F.(2015).*Self- handicapping among university students: The role of gender ,procrastination ,test anxiety ,and self-compassion.* A Dissertation for the Degree of Doctor of Philosophy ,Middel East Technical University.

The Mediating and Moderating Role of Self-Handicapping and Self-Compassion in the Relationship between Cognitive Distortions and Achievement Motivation among University Students

Dr.Nehad Abd Elwahab Mahmoud
Assistant Professor of Psychology
Faculty of Arts,Helwan University.

The **Study aimed to_** test the effect of the variables of self-handicapping as a mediating variable, and self-compassion as a moderator variable in the relationship between cognitive distortions and achievement motivation among university students, as well as examining the mutual correlations between the variables: achievement motivation, cognitive distortions, self-handicapping, and self-compassion, in addition to revealing differences. between male and female university students in the study variables separately. **The Total Sample** of the study included (274) male and female university students , aged 18-23 Years, with an average age of 20,33 and a standard deviation of + 1,24 for the total sample. **Tools** were used: a data collection form, a measure of achievement motivation, a questionnaire for automatic judgments about oneself, a measure of self-compassion, and a test of self-handicapping .**The Results** showed : a statistically significant effect of self- handicapping as a mediating variable on the relationship between cognitive distortions and achievement motivation, while there was no statistically significant effect of self-compassion as a moderating variable for this relationship. The results also showed the existence of statistically significant mutual correlations between the variables of the study, and the presence of significant differences. There is a statistically significant difference between the genders in cognitive distortions in the direction of males, and in the dimension of self-compassion versus self-judgment among the dimensions of self-compassion in favor of females.

Keywords : Self-Handicapping , Self- Compassion , Cognitive Distortions , Achievement Motivational , University Students.