الشفقة بالذات لدى الطلبة فاقدي الاب و اقرانهم غير الفاقدين في المرحلة المتوسطة

الكلمات المفتاحية : الشفقة ، الذات ، الفاقدين

م.د نجاة علي صالح التميمي
المديرية العامة لتربية ديالى
d.najat.ali@gmail.com

الملخص

هدف البحث الحالي الى :

١-قياس مستوى الشفقة بالذات لدى طلبة المرحلة المتوسطة (عينة الدراسة).

٢-التعرف على الفروق في مستوى الشفقة بالذات لدى الطلبة (فاقدي الاب وغير الفاقدين).

٣-التعرف على الفروق في مستوى الشفقة بالذات وفق متغير الجنس (ذكور ، اناث).

وقد تكونت العينة من (200) طالب وطالبة منها (105) من الطلبة فاقدي الأب وكذلك (95) من الطلبة غير الفاقدين في المدارس التابعة لمركز بعقوبة وقد تم بناء مقياس على وفق نظرية كرستين نيف (Neff)) وتكون من (23) فقرة موزعة على مجالاته الثلاثة وتم تطبيقه على العينة في النصف الاول من العام الدراسي (2018- 2019 م) وقد توصل البحث إلى النتائج الآتية :

١.أن مستوى الشعور بالشفقة بالذات لدى إفراد العينة بشكل عام مرتفع.

٢.أن الطلبة فاقدي الأب واقرانهم غير الفاقدين لديهن شعور مرتفع في مستوى الشفقة بالذات وأن ليس هناك فروق ذات دلالة إحصائية بينهم على المقياس المعد.

٣.ان هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث على مقياس الشفقة بالذات ولصالح الاناث.

الفصل الاول :

اهمية البحث والحاجة اليه :-

لقد اغفل علماء النفس ولفترة طويلة الجوانب الايجابية في الشخصية وكان جل اهتمامهم بالجوانب السلبية فقط الى ان ظهر مؤخرا في مجال علم النفس

الايجابي مفهوم الشفقة بالذات في بدايات القرن الحادي والعشرين كمفهوم من مفاهيم علم النفس والصحة النفسية على يد العالمة الامريكية كرستين نيف (Neff,2003) حيث نظرت اليه على انه يتضمن بعدا اساسيا من ابعاد البناء النفسي للفرد وسمة مهمة من سمات الشخصية الانسانية الايجابية . وحاجزا نفسيا من الاثار السلبية لاحداث الحياة الضاغطة وذلك عندما يعيش الفرد حالة من حالات الفشل او عدم الكفاية الشخصية في حل مشكلاته الشخصية . (Neff,e al,2007,p139)

وترى نيف وماك جيهي (Neff and MC Gehee,2010) ان الافراد المشفقين بأنفسهم في المواقف المؤلمة يختلفون عن الافراد غير المشفقين في سماتهم الشخصية فهم اكثر مرونة واكثر انفتاحا على خبراتهم و انهم اكثر عقلانية في التعامل مع الخبرات السلبية التي يتعرضون لها .(العاسمي ،٢٠١٤، ص١٩)

وهناك اتفاق كبير بين علماء النفس على ان الشفقة بالذات تتكون من مزيج من المكونات المعرفية والوجدانية والتحفيزية وعادة ما تكون الشفقة بالذات مصدر قوة للشخص ولعلاقاته مع الاخرين اذ يجعل الافراد يتمتعون بقدر اكبر من الاستقرار العاطفي ويصبحون اكثر تحمسا لتحسين من انفسهم وبشكل عام افضل في التعامل.(Neff,2003,p89)

اما الاشخاص الذين يوجهون الى انفسهم النقد اللاذع ويعيشون حالة من العزلة فضلا عن التوحد مع الذات سوف تسيطر عليهم الانفعالات السلبية في لحظات الالم وتفقد الشفقة بالذات قيمتها وتتحول الى الشفقة على الذات فالشفقة هي اكثر من مجرد حب الذات انها معايشة للخبرة الذاتية المؤلمة بيقظة عقلية عالية ومن دون مبالغة وجدانية عاطفية .(العبيدي ،٢٠١٧،ص٤٢)

ولقد حظي مفهوم الشفقة بالذات اهتماما كبيرا لدى الباحثين وقد اتخذ العلماء مجموعة متنوعة من الخلفيات حول فائدة دراسة المفهوم وذلك لما له من علاقة ايجابية مع الرضا عن الحياة والحكمة والسعادة النفسية والتفاؤل والفضول والترابط الاجتماعي كما ترتبط عكسيا بالنقد الذات والجمود الفكري والعزلة الاجتماعية والاكتئاب والقلق والاجترار الفكري (Neff,et al ,2007, p142).

وقد اشارة دراسة (Figley,1995) ان كثرة تعرض الافراد الى الاجهاد الناتج من ظروف الحياة والصدمات والمعاناة الشخصية فتظهر عليهم اعراض ما يسمى بتعب الشفقة بالذات وهي نقص التعاطف والغضب والهيجان وفرط الاثارة و الافكار الدخيلة والقلق والخوف من التعامل مع الاشخاص. (Figley,1995,p34)

وتعد الشفقة بالذات مؤشرا على الصحة العقلية الايجابية وهذا ما توصلت اليه دراسة (Morley.2015) وكذلك توصلت دراسة (Beery, 2007) ان الشفقة بالذات تكون اكثر لدى الاناث مما هي لدى الذكور ، وتوصلت دراسة العاسمي (٢٠١٤) الى ان هناك علاقة ايجابية بين الابعاد الايجابية للشفقة وبين سمات الشخصية (الانبساطية ،الانفتاح على الخبرة ، المقبولية ، الضمير الحي) ، وأثبتت دراسة (Marshal,et al,2015) ان الشفقة بالذات ترتبط طرديا مع الثقة بالنفس فكلما زادت الشفقة زادت الثقة بالنفس، كما اثبتت دراسة (الزعبي والعاسمي ،٢٠١٥) الى وجود علاقة ايجابية بين الشفقة بالذات والامل الاكاديمي وعلاقة سلبية مع الاكتئاب النفسي وان هناك فروق بين مرتفعي ومنخفضي التحصيل الدراسي لصالح منخفضي التحصيل في الشفقة والاكتئاب ، كما توصلت دراسة (علوان ،٢٠١٦) عن وجود علاقة دالة احصائيا بين الشعور بالذنب والابعاد السلبية للشفقة بالذات ، واكدت دراسة (ادم والشيخ ، ٢٠١٨) على وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الشفقة بالذات وبين السعادة النفسية ولصالح الاناث ، كما توصلت دراسة (سليم وابو حلاوة ، ٢٠١٨) الى وجود علاقة ارتباطية ايجابية بين الشفقة بالذات والتوجه الروحي في الحياة .

ان لفقدان الأب أثاره الضارة في بناء الشخصية و تكوين مفهوم الذات ،وان الحرمان من الأب لا يقل في إثارة المدمرة عن خطر الحرمان من الأم على النمو النفسي للفرد و توجيه سلوكه و تحديد دوره الجنسي و الاجتماعي. (صالح ،٢٠١٤،ص٦)

ويعتبر يونج من اشهر علماء النفس الذين يؤمنون بالتأثير النفسي للاباء على ابنائهم فالشخص عندما يفقد احد إفراد الأسرة وخاصة الأب سوف يجعله هذا يشعر بعدم الطمأنينة وعدم الكفاية وعدم الثقة ، وأن فقدان الأب قد يترتب عليه حدوث مشكلات نفسية وسلوكية واجتماعية بالغة الاهمية وذلك لانَّ هولاء الأطفال لا يستطيعون بمفردهم وفي ظل فقدان الاب

أشباع احتياجاتهم مما يجعلهم يتعرضون للحرمان ويكونوا عرضة للانحراف مما يؤدي إلى ضياعهم ، وقد يشكلون خطراً على مجتمعهم (العباس،٢٠١١،ص٢).

ويسبب فقدان الاب الشعور بلانفعالات السلبية والتي تؤدي الى الضيق والحزن والانهاك والقلق والفشل ولمواجهة هذه الانفعالات يكون الافراد بحاجة الى استرجاع هدوءهم والتخلص منها بدون اي اثار سلبية لذلك يجب عليهم تحسين احساسهم بذواتهم للتعامل مع الانفعالات المؤلمة ويأتي دور الشفقة بالذات للتخفيف من هذه المعاناة والوعي بأحزانهم وآلامهم والعمل على الاحساس بمعاناة الاخرين وتبني إستراتيجية حل المشكلات لتسهل التوافق مع الحياة . (Allen & Leary, 2010,p112)

تتبع اهمية البحث الحالي في تناوله موضوعاً هاماً وهو (الشفقة بالذات) خاصة لأنه من المواضيع الحديثة ولأنه يتناول شريحة مهمة من المجتمع وهم الطلبة فاقدي الاب واقرانهم غير الفاقدين في المرحلة المتوسطة وما لهذه المرحلة من اهمية في تشكيل شخصيتهم إذ اضحى اليتيم في العراق ظاهرة اجتماعية ملفتة للانتباه جراء الحروب و الكوارث التي مر بها العراق على مدى العقود الماضية وما يزال ونتيجة للظروف الأنفة الذكر والتي ولدت الآلاف من الأيتام لذلك ارتأت الباحثة تسليط الدراسة على هذه الفئة من الطلبة الذين هم بحاجة الى الرعاية والاهتمام من كل المحيطين بهم ابتدءا من الأسرة والمدرسة وكل من يستطيع تقديم يد المساعدة لهم.

ومن خلال هذا تتضح لنا اهمية البحث الحالي في جانبين النظري والتطبيقي:

١-ان متغير الشفقة بالذات من المتغيرات الحديثة التي لم يتطرق لدراسته سوى عدد قليل من البحوث على الصعيد العراقي والعربي كما ان الدراسات الاجنية محدودة ايضا .

٢-انه يحقق اضافة جديدة للمكتبة العربية بشكل عام والمكتبة العراقية بشكل خاص .

٣-لم يدرس متغير الشفقة بالذات على الايتام وتعد هذه الدراسة الاولى في العراق (على حد علم الباحثة).

٤-تزويد الباحثين بأداة لقياس الشفقة بالذات للمرحلة المتوسطة مما يسهل اجراء المزيد من الدراسات المستقبلية مما ييسر عمل برامج ارشادية نمائية ووقائية .

اهداف البحث :

٤-قياس مستوى الشفقة بالذات لدى طلبة المرحلة المتوسطة (عينة الدراسة).

٥-التعرف على الفروق في مستوى الشفقة بالذات لدى الطلبة (فاقدي الاب وغير الفاقدين).

٦-التعرف على الفروق في مستوى الشفقة بالذات وفق متغير الجنس (ذكور ، اناث).

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطلبة المرحلة المتوسطة للمدارس النهارية في قضاء بعقوبة التابعة للمديرية العامة لتربية ديالى، للعام الدراسي(٢٠١٨- ٢٠١٩) م.

تحديد المصطلحات:

١- الشفقة بالذات Self – compassion

عرفتها نيف (Neff, 2003) : بأنها (اتجاه ايجابي نحو الذات في المواقف المؤلمة أو الخيبة والفشل، ينطوي على اللطف بالذات، وعلى عدم الانتقاد الشديد لها، وفهم خبراتها كجزء من الخبرة التي يعانيها معظم الناس، ومعالجة المشاعر المؤلمة في وعي الفرد بعقل منفتح).(**Neff, 2003 , p203**) **وقد تبنت الباحثة تعريف نيف للشفقة بالذات تعريفا نظرياً.**

عرفها (العبيدي، ٢٠١٧): التعامل مع الذات برحمة ولطف وتعاطف عندما تمر بخبرات مؤلمة ومحبطة وان هذه الخبرات المؤلمة هي جزء من الخبرات التي يمر بها الاخرين غير مرتبطة بوجهة نظر خاصة فضلا عن معايشة الخبرة المؤلمة بشكل متوازن.(العبيدي ، ٢٠١٧ ، ص٤٤)

عرفت الباحثة الشفقة بالذات : بأنها حساسية الفرد نحو الخبرات والمواقف والمعانات التي يمر بها ورغبته العميقة في تخفيفها ووضع حلول لها بعيدا عن لوم الذات وبوعي تام وبعقل متفتح.

التعريف الاجرائي : هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب على مقياس الشفقة بالذات المعد لهذه الدراسة.

٢-تعريف فاقد الاب حسب منظمة (اليونسيف، ٢٠٠٦):

هم الاطفال المحرومون من رعاية أهلهم وهم الذين لا يعيشون مع احد الوالدين في الأقل لأي سبب من الأسباب (الامم المتحدة ،٢٠٠٦) .

التعريف النظري لفاقدي الأب: هو كل طالب في المرحلة المتوسطة فقد أباه بسبب الموت أو الفقدان فقط.

٣- المرحلة المتوسطة : (تعريف وزارة التربية، ٢٠١١)

وهي المستوى الأول من مرحلة التعليم الثانوي وتستمر لمدة ثلاث سنوات ويأتي بعدها المستوى الثاني وهي الدراسة الإعدادية وتستمر لمدة ثلاث سنوات وهي على نوعين عام ومهني (وزارة التربية، ٢٠١١،ص٦).

الفصل الثاني الإطار النظري ودراسات سابقة :

منذ ثمانينات القرن العشرين بدأ علماء النفس اتجاهاتهم نحو دراسة السلوك الايجابي حيث وضع مارتن سيلجمان العالم الامريكي مصطلح علم النفس الايجابي (Positive Psychology) اذ ارتفعت البحوث والدراسات التي تناولت الجوانب النفسية الايجابية اذ وجه سيلجمان دعوة الى دراسة جوانب القوة في الشخصية والاهتمام بالدراسات الوقائية والعوامل المجتمعية الشخصية التي تجعل الحياة جديرة بأن تعاش (ليزا واخرون ، ٢٠٠٣، ص١٥)

وتعد الدكتورة نيف (Neff) هي اول من طرح مصطلح الشفقة بالذات وهي ترى ان الفرد لا يشعر بالسعادة النفسية الا اذا شعر بالشفقة بالذات ، فالشفقة بالذات هي مصدر كل سعادة نفسية حقيقية وهي تمثل موقف المتقبل للجوانب غير المرغوبة في ذات الفرد وحياته (عبد الرحمن واخرون ، ٢٠١٧ ، ص٧٢)

وتشير التجربة الانسانية ان الناس غالبا ما يكونون اكثر الما نحو انفسهم في اي وقت مضى مما يتطلب عناية الاخرين بهم في حين ان شدة المعاناة نحو الذات تنبع من الخوف من الانانية والتمركز حول الذات اذ يكون الفرد مشفقا بذاته وليس متمركزا حولها وبدلا من ذلك فان الشفقة بالذات تميل الى تعزيز مشاعر الشفقة والاهتمام وهي مصدر من مصادر السعادة النفسية الحقيقية لفرد . (Neff ,Tirch,2013,p317)

وتعد الشفقة بالذات قضية تشاركية بين الفرد والاخرين والتي يمكن ان تعد جزءاً من الخبرة الانسانية المشتركة فلا يمكن ان تكون منفصلة ومعزولة من الخبرة الناس الاخرين اذ هناك أليات للتعامل مع الذات من خلال عملية توازن بين المشاعر والالام التي تعاني منها الذات دون مبالغة فيها وفي الوقت نفسه عندما يقوم الفرد بقمع تلك المشاعر او الخبرات التي يعيشها فأن الشفقة بالذات تفقد قيمتها كعنصر من عناصر الصحة النفسية وتتحول بسرعة من الشفقة بالذات الى الشفقة على الذات او جلد الذات .(العاسمي ، ٢٠١٤، ص٢٨)

وقد اشتقت (Neff) ثلاثة عناصر او مكونات للشفقة بالذات وهي :

١- اللطف بالذات مقابل الحكم الذاتي :(حالة من فهم الفرد لنفسه في مواقف عدم الكفاءة كما يتضمن الذاتية أو المعاناة بدلاً من إصدار أحكام قاسية عليها) (48 pp. Neff,2003) .

وهي تشير الى قدرة الفرد على علاج نفسه بالرعاية والتقبل عوضاً عن الاحكام الذاتية القاسية ، كما يتضمن هذا المكون الفهم والدفء العاطفي نحو الذات ولاسيما عندما يواجه الفرد معاناة ما او فشل في تحقيق امر ما مما يساعد الافراد الذين يواجهون خبرات سلبية ان يمروا بها ويتعاملون معها بموضوعية .

(Neff,2003,p69)

٢- الانسانية المشتركة مقابل العزلة : : (رؤية الفرد لخبراته الخاصة كجزء من الخبرة الإنسانية الكبيرة بدلاً من رؤيتها معزولة ومنفصلة عن رؤية الآخرين) (77 p. Neff,2003).

فشقاء الفرد يتكشف بكل قسوة لحظة الألم وبالتالي فهو بحاجة الى مشاركة الاخرين ألامهم ومشاركتهم له مشاركة ايجابية مباشرة . كما انها تسمح للفرد ان يرى تجاربه الذاتية وتجارب الاخرين من دون تشويه او انفصال ويشعر الفرد عندئذ بارتباط قوي معهم ويكون واعيا لمعاناتهم واتي هي من وجهة نظره جزء من معاناة كل فرد من الافراد وتجربة انسانية مشتركة (Neff,et al ,2010,p 229) .

٣- اليقظة العقلية مقابل التوحد المفرط :(الانفتاح على عالم الأفكار والمشاعر والأحاسيس المؤلمة والخبرات غير السارة لدى الفرد، ومعايشة الخبرة في اللحظة الحاضرة بشكل متوازن) (Neff,2003 .pp 212).

فالشفقة بالذات تتطلب اتخاذ اسلوب متوازن في التعامل مع الانفعالات السلبية للفرد لا ان تكون المشاعر مكبوته او مبالغ فيها فاليقظة العقلية تتطلب من الشخص مراقبة افكاره ومشاعره السلبية والانفتاح عليها ومعايشتها بدل من احتجازها في الوعي وكبتها فضلا عن عدم اطلاق الاحكام السلبية للذات او التوحد المفرط معها وعدم التشديد عليها مع ترسيخ وحدة الذات . (عبد الرحمن واخرون ، ٢٠١٧، ص ٨٧)

دراسات سابقة :

١- دراسة نيف وبيتمان (Neff,Pittman,2010) امريكا :

بعنوان ((الشفقة بالذات والمرونة النفسية لدى المراهقين والشباب) هدفت هذه الدراسة الى معرفة الفروق بين الشفقة بالذات والمرونة النفسية تكونت العينة من (٢٣٥) مراهقا و (٢٨٧) طالبا جامعيا وتم استخدام مقياس الشفقة بالذات ومقياس لمرونة النفسية واظهرت النتائج ان هناك ارتباط ايجابي بين الشفقة بالذات والمرونة النفسية ولصالح الذكور . (Neff &Pittman,2010,p46)

٢-دراسة العبيدي (٢٠١٧) العراق : بعنوان (الشفقة بالذات لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات) وهدفت الدراسة الى التعرف على مستوى الشفقة بالذات لدى طلبة الجامعة وكذلك التعرف على الفروق وفق متغيرات (الجنس ، التخصص الدراسي) وتكونت العينة من (٢٠٠) طالب وطالبة وقد قامت الباحثة ببناء مقياس للشفقة بالذات وأظهرت النتائج إن الطلبة لديهم مستوى مرتفع من الشفقة بالذات وأكدت الدراسة عدم وجود فروق معنوية في متغيرات (الجنس ، التخصص الدراسي). (العبيدي ، ٢٠١٧،ص٤١)

٣-دراسة (ادم والشيخ ،٢٠١٨) سوريا: بعنوان (الشفقة بالذات وعلاقتها بالسعادة النفسية دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق) هدفت الدراسة التعرف على الفروق في

مستوى الشفقة بالذات والسعادة النفسية وكذلك التعرف على الفروق وفق متغير (الجنس ، التخصص) تكونت العينة من (٢٠٠) طالب وطالبة وقد تم تبني مقياس نيف (Neff،2003) للشفقة بالذات ومقياس السعادة النفسية ل (Rosemary,2006) .

وتوصلت الدراسة الى ان هناك مستوى متوسط للشفقة بالذات والسعادة النفسية وان هناك علاقة ارتباطية بين متغيري البحث وهناك فروق في مستوى الشفقة بالذات لصالح الاناث وان هناك فروق في مستوى السعادة النفسية وفق متغير التخصص للكليات التطبيقية . (ادم والشيخ ،٢٠١٨، ص٤٦)

وجهة نظر الاسلام في اليتيم

إنَّ اليتامى هم الشريحة الضعيفة في المجتمع التي تحتاج إلى الكفالة والرعاية؛ حتّى لا تضيع حقوقهم في مهب العواصف الاجتماعية، فإنَّ ترك اليتيم بلا رعاية ولا معاضدة معناها تحطيمًا لشخصيتهِ ودفعه إلى المزالق التي ربما تخلق منه بمرور الأيام شخصاً محطماً وفاقداً لمكانتهِ في الحياة .(صقر، ٢٠٠٣،ص٣٩)

وللقرآن الكريم آيات عدة تذكر فيها الأيتام بصفة عامة، إذ ورد ذكرهم في (٢٣) موضعًا مجملها تحث على الاهتمام والإحسان للأيتام ودفع كامل حقوقهم المادية والاجتماعية، ولقد حثَّ الرسول(ﷺ) على كفالة اليتيم، ولِمَا يترتب على هذه الكفالة من الأجر العظيم، إذ يرفع مرتبة الكافل إلى درجة تقارب الأنبياء في الجنة، قال النبي(ﷺ): من حديث سهل بن سعد الساعدي(رضي الله عنه): (أنا وكافل اليتيم في الجنة هكذا، وأشار بالسبابة والوسطى، وفرج بينهما شيئًا) [رواه البخاري]، (الطعيمات، ٢٠٠١،ص ٥٧).

أن ما يجعل معالجة هذا الموضوع مُلحة في هذه اللحظة، هذا التفاوت العجيب بين ما شرعه الإسلام في ضمان حقوق اليتيم، وبين حالة الأيتام في هذا العصر الذي يضج بالمشاكل والمشاغل، فقد خلقت الحرب في العراق وحده خمس ملايين يتيم، ومليار يتيم في العالم تنقصه واحدة أو أكثر من الخدمات الأساسية للبقاء والنمو، وفي كلَّ يوم يتزايد أعداد الأيتام بنحو (٥٧٦٠)، يتيم أي ما يزيد على مليونين كل عام، وإنَّ العراق حاز المركز الأول بالترتيب من حيث عدد الأيتام في العالم، لكن المصيبة الأُخرى هو ما نشرتها منظمة اليونيسيف حول عدد الأيتام في العراق، إذ بينت أَنَّ عدد الأيتام قد وصل إلى (٨) ملايين

يتيم، في حين احتلت ديالى المركز الأول في عدد الأيتام بين محافظات العراق (www.shams.com)

الفصل الثالث : اجراءات البحث

اولا: مجتمع البحث Population of Research: إنَّ تحديد مجتمع البحث هو الإطار المرجعي للباحث في أختيار عينة البحث، وقد يكون هذا الإطار مجتمعًا كبيرًا، أو قد يكون مجتمعًا صغيرًا (عباس واخرون، ٢٠١٤،ص٢١٧)، فمجتمع البحث هو المجموعة الكلية من العناصر التي يسعى الباحث إلى أنْ تعمم عليها النتائج ذات العلاقة بالمشكلة المدروسة (علي، ٢٠١١، ص٣٨٤)، وبذلك يتكون مجتمع البحث من طلبة المرحلة المتوسطة (بنين وبنات) الدارسين في المدارس النهارية لقضاء بعقوبة .

يشمل مجتمع الطلاب فاقدي الاب وغير الفاقدين للمدارس المتوسطة للدراسة النهارية في قضاء بعقوبة و البالغ عددهم(3644) طالب وطالبة موزعينَ على المدارس المذكورة، كما هو مبين في الجدول رقم (١) .

جدول رقم (١)

مجتمع البحث في قضاء بعقوبة موزعين حسب المدارس

ت	اسم المدرسة	عدد الطلاب	ت	اسم المدرسة	عدد الطالبات
1	م / العراق للبنين	398	6	م / ام البنين للبنات	370
2	م/ بلاط الشهداء للبنين	435	7	م/ ام سلمة للبنات	432
3	م/ البرير للبنين	348	8	م/ الممتحنة للبنات	455
4	م/ الحسن بن علي للبنين	365	9	م/ الازدهار للبنات	356
5	م / الاصدقاء للبنين	485		المجموع	3644

عينة البحث :-

هي مجموعة من مجتمع البحث يفترض بها ان تحمل جميع مواصفات ذلك المجتمع حتى يمكن اعمام نتائجها على المجتمع بأكمله الذي سحبت منه (النعيمي ،٢٠١٤،ص٦٣)، وقد اختارت الباحثة عينة بحثها من خلال تحديد المجتمع الأصلي بمجتمع طلاب المرحلة المتوسطة ويشمل الطبة فاقدي الاب واقرانهم غير الفاقدين وقد وقع اختيار الباحثة على وفق الاختيار العشوائي البسيط، وقد بلغت عينة البحث (200) طالب وطالبة وجدول رقم (2) يبين ذلك.

جدول رقم 2

عينة التحليل الإحصائي

ت	اسم المدرسة	الصف الاول		الصف الثاني		الصف الثالث		المجموع
		فاقـــــدي الاب	غير فاقدي	فاقـــــدي الاب	غير فاقدي	فاقـــدي الاب	غيـر فاقدي	
1	م / العراق للبنين	4	3	5	4	4	5	25
2	م/ بـلاط الشـهداء للبنين	2	2	2	2	4	5	17
3	م/ البرير للبنين	2	3	3	2	4	4	18
4	م/ الحســن بــن علي للبنين	2	1	3	3	3	3	15
5	م / الاصـــــدقاء للبنين	6	2	4	4	5	4	25
6	م / ام البنـــــين للبنات	5	5	4	4	4	3	25
7	م/ ام سلمة للبنات	4	3	5	4	5	4	25
8	م/ الممتحنـــــة للبنات	3	3	6	4	4	5	25
9	م/ الازدهـــــار للبنات	2	3	5	5	5	5	25
المجموع		30	25	37	32	38	38	200

اداة البحث:-

لغرض تحقيق هدف البحث الحالي قامت الباحثة ببناء مقياس للشفقة بالذات.

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة والادبيات ذات الصلة قامت الباحثة ببناء مقياس للشفقة بالذات على وفق نظرية كرستين نيف (Neff) وبالاستفادة من مقاييس الدراسات السابقة مثل دراسة (Neff & pittman ,2010) ومقياس (العاسمي ، ٢٠١٤) ومقياس (العبيدي ، ٢٠١٧) اذ لم تجد الباحثة اي مقياس يتلائم مع عينة البحث مما دعتها الحاجة الى بناء مقياس لقياس المتغير اذ تم صياغة (30) فقرة لقياس الشفقة بالذات وفق الخطوات الاتية .

أولاً- تحديد مفهوم الشفقة بالذات : على انها (اتجاه ايجابي نحو الذات في المواقف المؤلمة أو الخيبة والفشل، ينطوي على اللطف بالذات، وعلى عدم الانتقاد الشديد لها، وفهم خبراتها

كجزء من الخبرة التي يعانيها معظم الناس، ومعالجة المشاعر المؤلمة في وعي الفرد بعقل منفتح).(**Neff ، 2003 , p203**)

ثانياً- تحديد مجالات مقياس الشفقة بالذات: بغية تحديد مجالات المقياس اطّلعت الباحثة على النظريات والأدبيات والدراسات التي تناولت موضوع **الشفقة بالذات** مما ساعدهما في تحديد مجالات المقياس وفقاً لنظرية نيف(Neff,2003) كما تم توضيحها سابقا في الاطار النظري وهي :

١- **اللطف بالذات مقابل الحكم الذاتي** :(حالة من فهم الفرد لنفسه في مواقف عدم الكفاءة كما يتضمن الذاتية أو المعاناة بدلاً من إصدار أحكام قاسية عليها) (Neff,2003 .pp 48).

٢- **الانسانية المشتركة مقابل العزلة** : (رؤية الفرد لخبراته الخاصة كجزء من الخبرة الإنسانية الكبيرة بدلاً من رؤيتها معزولة ومنفصلة عن رؤية الآخرين) (Neff,2003 p. 77).

٣- **اليقظة العقلية مقابل التوحد المفرط** :(الانفتاح على عالم الأفكار والمشاعر والأحاسيس المؤلمة والخبرات غير السارة لدى الفرد، ومعايشة الخبرة في اللحظة الحاضرة بشكل متوازن) (Neff,2003 .pp 212)

ولقد قامت الباحثة بعرض المقياس على مجموعة من الخبراء* وذلك لابداء ارائهم في المقياس، اتفق الخبراء بالموافقة على جميع مجالات المقياس، وحصلت الموافقة على تعليمات المقياس وفقراته وبدائله وطريقة تصحيحه وقد حصلت جميع الفقرات على نسبة 100% من الاتفاق.

---

*اسماء السادة الخبراء

١- أ. د عدنان محمود عباس
٢ - أ. د سالم نوري صادق
٣- أ. د زهرة موسى جعفر
٤- أ. م. د لطيفة ماجد محمود
٥- أ. م . د محمد ابراهيم الجبوري
٦- أ. م. د اياد هاشم

الاجراءات الاحصائية لتحليل فقرات المقياس

أ :المجموعتان المتطرفتان :

لحساب القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات مقياس الشفقة بالذات قامت الباحثة بالخطوات الآتية :

١. تطبيق المقياس على عينة التحليل ثم تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة .
٢. ترتيب الاستمارات تنازلياً بحسب درجاتها الكلية من أعلى درجة إلى أوطأ درجة.
٣. تعيين (27%) من الاستمارات الحاصلة على أعلى الدرجات في المقياس و(27%) من الاستمارات الحاصلة على أدنى الدرجات واللتان تمثلان مجموعتين بأكبر حجم وأقصى تمايز ممكن (Anastasi, 1976, p. 208) . وقد تراوحت درجات المجموعة العليا (أعلى 27%) بين (63-78) ودرجات المجموعة الدنيا (أدنى 27%) بين(48-57-) وبلغ عدد الاستمارات في كل مجموعة (54) استمارة وعليه فان عدد الاستمارات التي خضعت للتحليل تكون (108) استمارة.
٤. استخراج الوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات المفحوصات لكل مجموعة عن كل فقرة من فقرات المقياس ثم طبق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار الفروق بين درجات المجموعة العليا والمجموعة الدنيا في كل فقرة عند مستوى دلالة (0.05) وبدرجة حرية (106)

وقد تبين ان جميع الفقرات مميزة باستثناء الفقرات (23-21-20-15-5-2-1) إذ استبعدت من المقياس لعدم دلالتها الإحصائية لانها اقل من القيمة الجدولية البالغة (1,96) وعليه إن الفقرات المتبقية هي (23) فقرة والجدول رقم (3) يبين ذلك .

جدول (3)

القوة التمييزية لفقرات المقياس باستخدام إسلوب المجموعتين المتطرفتين

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية المحسوبة
	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
1	2.07	.797	1.93	.773	0.98*
2	1.98	.900	1.98	.788	0.00*
3	1.79	.855	1.43	.569	2.65
4	2.21	.786	1.83	.749	2.51
5	2.05	.834	2.00	.846	0.34*
6	2.31	.667	1.77	.816	3.74
7	2.33	.800	1.76	.845	3.62
8	2.54	.605	2.04	.699	3.97
9	2.33	.846	2.00	.752	2.16
10	2.26	.705	1.83	.746	3.05
11	2.50	.636	1.87	.674	4.98
12	1.98	.788	1.63	.708	2.44
13	2.18	.912	1.79	.832	2.31
14	2.26	.805	1.56	.769	4.64
15	1.93	.797	1.78	.817	.954*
16	2.35	.850	1.87	. 848	2.95
17	2.59	.630	1.65	.804	6.79
18	2.22	.691	1.76	.725	3.39
19	2.48	.720	1.94	.763	3.76
20	1.94	.712	1.79	.856	.980*
21	2.15	.920	1.96	.890	1.06*
22	2.04	.765	1.67	.824	4.84
23	1.85	.711	1.90	.680	-.415*
24	2.24	.823	1.76	.799	3.08
25	2.52	.694	1.72	.763	5.67
26	2.43	.767	1.91	.763	3.58
27	2.48	.694	1.80	.655	5.27
28	2.44	.768	1.69	.820	4.65
29	2.54	.745	1.37	.652	8.65
30	2.48	.746	1.54	.745	6.58

*غير دالة احصائيا لانها اقل من القيمة الجدولية البالغة (1.96)

ثانيًا: علاقة الفقرة بالدرجة الكليّة للمقياس:

يقصد بها إيجاد معامل الارتباط بين أداء كُلّ فقرة والأداء على الاختبار بأكمله، إذ إنَّ من مميزات هذا الأسلوب أَنَّهُ يقوم مقياسًا متجانسًا في فقراته (Nunaly, 1970: 262)، وتم استعمال معامل ارتباط بيرسون (Person couwelation) لاستخراج العلاقة الارتباطية بين كُلّ فقرة والدرجة الكليّة للمقياس باستعمال عينة التحليل الإحصائي ذاتها للفقرات والبالغة (200) طالب وطالبة، وقد تبين أن معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية ذات دلالة إحصائية عند مستوى(0.05) لأن معاملات الارتباط أعلى من القيمة الجدولية البالغة (0.088) وبدرجة حرية (198) ما عدى الفقرات (23-21-20-15-5-2-1) حيث كان معامل ارتباطها اقل من القيمة الجدولية والتي سقطت في التمييز ايضا، والجدول (4) يبين ذلك.

الجدول (4)

علاقة الفقرة بالدرجة الكليّة.

تسلسل الفقرة	معامل الارتباط	تسلسل الفقرة	معامل الارتباط	تسلسل الفقرة	معامل الارتباط
1	.055*	11	.322	21	.004*
2	.015*	12	.217	22	.363
3	.237	13	.131	23	-.052*
4	.288	14	.274	24	.184
5	.034*	15	.017*	25	.425
6	.255	16	.256	26	.290
7	.339	17	.468	27	.382
8	.334	18	.213	28	.412
9	.218	19	.281	29	.519
10	.164	20	.065*	30	.486

*غير دالة عند مستوى (0.05).

علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمجال :-

حُسب معامل الارتباط بين درجة كل فقرة من فقرات المقياس والمجموع الكلي للمجال الذي تنتمي إليه الفقرة باستخدام معامل ارتباط بيرسون، إذ ان معاملات الارتباط لبعض الفقرات دالة إحصائياً ماعدا الفقرات (23-21-20-15-5-2- 1) كان ارتباطها ضعيف

مع مجالاتها لذلك استبعدت من المقياس عند مقارنتها بالقيمة الجدولية البالغة (0.088) عند مستوى دلالة (0.05) علماً بأنها سقطت بالتمييز أيضاً ،وليس هناك فرق معنوي لباقي الفقرات وكما هو مبين في الجدول(5).

جدول رقم (5)

معامل الارتباط بين درجة الفقرة والدرجة الكلية للمجال لمقياس الشفقة بالذات

اسم المجال	أرقام الفقرة	قيم معامل ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس	أرقام الفقرة	اسم المجال	قيم معامل ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس	أرقام الفقرة	اسم المجال	قيم معامل ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية للمقياس
اللطف بالذات مقابل الحكم الذاتي	1	.003*	11	الانسانية المشتركة مقابل العزلة	.570	21	اليقظة العقلية مقابل التوحد المفرط	.007*
	2	.063*	12		.373	22		.262
	3	.249	13		.421	23		.006*
	4	.208	14		.402	24		.499
	5	.040*	15		.054*	25		. 314
	6	.271	16		.359	26		.501
	7	.097	17		.397	27		.432
	8	.495	18		.300	28		.549
	9	.221	19		.517	29		.553
	10	.362	20		.071*	30		.340

* غير دالة احصائيا عند مستوى (0.05).

علاقة درجة المجال بالمجالات الأخرى وارتباط المجالات بالدرجة الكلية للمقياس (مصفوفة الارتباطات الداخلية):-

إذ تم إيجاد الارتباطات الداخلية بين كل مجال والمجالات الأخرى من المقياس وإيجاد معامل الارتباط بين كل مجال والدرجة الكلية للمقياس باستخدام معامل ارتباط بيرسون أيضاً وكانت جميع معاملات الارتباط دالَّة عند مستوى دلالة (0.05) وهذا يعني أنها متسقة داخلياً – أي صادقة في قياس المفهوم كما هو موضح بالجدول رقم (6) .

جدول رقم (6)

معامل الارتباط بين درجة المجال بالمجالات الأُخرى لمقياس الشفقة بالذات

المجال	اللطف بالذات مقابل الحكم الذاتي	الانسانية المشتركة مقابل العزلة النفسية	اليقظة العقلية مقابل التوحد المفرط
اللطف بالذات مقابل الحكم الذاتي	**1**	**.198**	**.132**
الانسانية المشتركة مقابل العزلة	**.198**	**1**	**.436**
اليقظة العقلية مقابل التوحد المفرط	**.132**	**.436**	**1**

الخصائص السيكومترية لمقياس الشفقة بالذات :

١- مؤشرات الصدق: Scale Validity

يُعَدّ الصدق من الخصائص المهمة للحكم على صلاحية أداة القياس ويعني الاستدلالات الخاصة التي نخرج بها من درجات المقياس من حيث مناسبتها ومعناها وفائدتها ومدلولاتها (الدليمي و المهداوي ،٢٠١٦،ص١٨٠) . وقد جرى التحقق من صدق مقياس الشفقة بالذات بأكثر من طريقة:

أ- الصدق الظاهري :

جرى حساب الصدق الظاهري من خلال عرضه على مجموعة من المختصين. وهذا الإجراء أفضل وسيلة للصدق الظاهري حيث يقوم عدد من الخبراء والمختصين بتقدير مدى تمثيل فقرات المقياس للخاصية المراد قياسها (مراد وسليمان ، ٢٠١٠ ،ص٣٥١).

وقد تحقق هذا النوع من الصدق في مقياس الشفقة بالذات عند عرض فقراته على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في التربية وعلم النفس والإرشاد النفسي والتوجيه التربوي وكما مرَّ ذكره سابقاً.

ب- صدق البناء : Construct Validity

ويعد من اهم انواع الصدق وقد توفر هذا النوع من الصدق في هذا المقياس (الشفقة بالذات) من خلال المؤشرات الآتية:

١-التمييز ويعتبر من مؤشرات صدق البناء للمقياس (الجدول رقم 3) .

٢-محكات الحكم داخلي وخارجي وهي (ارتباط درجة الفقرة بدرجة الكلية للمقياس، ارتباط الفقرات بالمجال، مصفوفة الارتباطات الداخلية) (الجدول رقم ،4 6,5)

مؤشرات الثبات : Reliability

يقصد بالثبات (Reliability) الدقة في أداء الأفراد على الاداة والاستقرار في النتائج عبر الزمن (Baron , 1981, p.68).وقد استخدمت الباحثة معامل ألفا كرونباخ ، وطريقة إعادة الاختبار وكما يأتي:

أولاً _ معامل " ألفا كرونباخ " : Cronbach Alpha

وتعتمد هذه الطريقة على الاتساق في أداء الأفراد من فقرة الى أخرى (ثورندايك وهيجن ،١٩٨٩، ص٧٩)، وتم حساب الثبات بهذه الطريقة باستخدام برنامج SPSS على عينة التحليل نفسها ووجدت الباحثة ان معامل الثبات يساوي (0.83) .

ثانياً_ طريقة إعادة الاختبار : Test-Re test

يكشف معامل الثبات الذي جرى حسابه بطريقة إعادة الاختبار إلى استقرار استجابات المفحوصين عبر الزمن إذ يُفترض إن السمة ثابتة مستقرة خلال المدة الزمنية بين التطبيق الأول والثاني ولذلك فان هذا الثبات يكشف درجة ثبات المقياس خلال هذه المدة (عودة ،٢٠٠٢،ص٣٤٥). لذلك قامت الباحثة بحساب الثبات بهذه الطريقة بعد إعادة تطبيق المقياس على عينة الثبات البالغ عددها(50) طالب وطالبة من متوسطة الأصدقاء و أم البنين بعد مرور (15) يوماً من التطبيق الأول وتم حساب معامل ارتباط بيرسون بين التطبيقين الأول والثاني ، فبلغت قيمة معامل الارتباط (0.87) وهو معامل ثبات جيد .

وصف المقياس بصيغته النهائية:-

تكوّن المقياس بصيغته النهائية من(23) فقرة موزعة على ثلاث مجالات هي (7) فقرات في المجال الاول و(9) فقرة في المجال الثاني و(7) فقرة في المجال الثالث وبلغت درجة الوسط الفرضي للمقياس (46) درجة وبلغت أعلى درجة للمقياس هي(69) درجة وأقل درجة هي (23) .

الوسائل الاحصائية : تم استخدام الحقيبة الاحصائية (Spss) لاستخراج وتحليل نتائج البحث.

الفصل الرابع

عرض النتائج The Results Raising

يتضمن هذا الفصل عرضاً للنتائج التي توصل إليها البحث على وفق أهدافه وفرضياته وتفسير تلك النتائج تبعاً للإطار النظري الذي اعتمدته الباحثة والدراسات السابقة التي عرضت في الفصل الثاني وكما يأتي .

نتائج البحث:

اولا: قياس الشفقة بالذات لدى فاقدي الاب و اقرأنهم غير الفاقدين في المرحلة المتوسطة .

لقد أظهرت نتائج البحث بعد تطبيق مقياس الشفقة بالذات على عينة البحث أن المتوسط الحسابي للعينة هو (60.80) وبانحراف معياري مقداره (6.14) وعند مقارنة هذا المتوسط بالمتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (46) تبين انه اكبر من المتوسط الفرضي للمقياس، وعند اختبار الفرق بين المتوسطين باستعمال معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة تبين انه ذا دلالة معنوية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (199)، يعني ان مستوى الشعور بالشفقة بالذات لدى افراد العينة بشكل عام مرتفع وان الفرق بين المتوسط المتحقق والمتوسط النظري للمقياس حقيقي وليس ناجما عن عوامل الصدفة او العشوائية والجدول رقم (7) يوضح ذلك.

جدول رقم (7)

الاختبار التائي للفرق بين المتوسط المتحقق والمتوسط النظري لمقياس الشفقة بالذات للعينة بشكل عام

العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة عند 0.05
				المحسوبة	الجدولية	
200	60.80	6.14	46	34.42	1.96	دال إحصائيا

وترجع الباحثة السبب في ذلك الى ان عينة البحث لديها شعور بانها متقبلة ومقدرة من الاخرين وانهم يتقبلون الخبرات المؤلمة التي يمرون بها لانهم يعيشون في نفس الظروف نتيجة ما مر به بلدنا من ظروف صعبة ولكون الشفقة بالذات سمة انسانية لدى الجميع جعلتهم اكثر توافقا مع انفسهم ومع الاخرين مندفعين نحو تحقيق اهداف الحياة ويتعاملون مع المواقف المؤلمة بموضوعية اكثر وتتفق هذه النتيجة مع ما أثبتته الدراسات السابقة مثل دراسة (Neff,2003) ودراسة(العاسمي ،٢٠١٤) ودراسة (العبيدي ،٢٠١٧) ودراسة (ادم والشيخ ،٢٠١٨) .

ثانيا : التعرف على الفروق في مستوى الشفقة بالذات لدى الطلبة فاقدي الاب و إقرانهم غير الفاقدين في المرحلة المتوسطة.

أ_ قياس مستوى الشفقة بالذات لدى الطلبة فاقدي الاب :

ولتحقيق ذلك تم قياس الشفقة بالذات لدى الطلبة فاقدي الاب والبالغ عددهم (105) طالب وطالبة فأظهرت النتائج ان متوسط درجات افراد العينة قدره (61.02) درجة وانحراف معياري قدره (6.4) درجة ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسط المتحقق في مستوى الشفقة بالذات لدى افراد العينة والمتوسط النظري للمقياس البالغ (46) درجة وقد تم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة فأظهرت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة هي اكبر من الجدولية وهذا يعني ان الطلبة الفاقدي الاب لديهن شعور مرتفع في مستوى الشفقة بالذات والجدول رقم (8) يوضح ذلك .

جدول رقم (8)

الاختبار التائي للفرق بين المتوسط المتحقق والمتوسط النظري لمقياس الشفقة بالذات لدى الطلبة فاقدي الاب

العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة عند ٠.٠٥
				المحسوبة	الجدولية	
105	61.02	6.4	46	24.2	1.96	دال إحصائيا

وتعزو الباحثة هذه النتيجة الى ان الخبرات التي مرت بها عينة البحث تعتبر مهمة في تكوين الشخصية ونموها وان الاسرة التي ترعى الطالب لها دور مهم في توفير الحب والعطف والتفهم والانسجام مما انعكس على تعاملهم مع ذواتهم بلين وشفقة وجعلهم يتعاملون مع خبرات الفشل والاحباط التي يتعرضون لها بتعاطف ايجابي والانفتاح على هذه الخبرات بيقظة عقلية بدلا من انكارها وهذا ما اكدته نيف (Neff) في أبحاثها .

ب- قياس مستوى الشفقة بالذات لدى الطلبة غير الفاقدين :

ولتحقيق ذلك تم قياس مستوى الشفقة بالذات لدى الطلبة غير الفاقدين والبالغ عددهم (95) طالب وطالبة فأظهرت النتائج ان متوسط درجات افراد العينة قدره(60.61) درجة وانحراف معياري قدره (5.80) درجة ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسط المتحقق في مستوى الشفقة بالذات لدى افراد العينة والمتوسط النظري للمقياس البالغ (46) درجة وقد تم استخدام الاختبار التائي لعينة واحدة فأظهرت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة هي اكبر من

الجدولية وهذا يعني ان الطلبة غير الفاقدين لديهم شعور مرتفع في مستوى الشفقة بالذات والجدول رقم (9) يوضح ذلك .

جدول رقم (9)

الاختبار التائي للفرق بين المتوسط المتحقق والمتوسط النظري لمقياس الشفقة بالذات لدى الطلبة غير الفاقدين

العينة	المتوسط	الانحراف المعياري	متوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة عند ٠.٠٥
				المحسوبة	الجدولية	
95	60.61	5.80	46	23.19	1.96	دال إحصائيا

وتفسر الباحثة هذه النتيجة الى ان مرور الطلبة بخبرات مؤلمة نتيجة للظروف التي مر بها البلد اكسبتهم استراتيجيات للتعامل مع هذه الخبرات وجعلتهم ينظرون اليها بمنظور اكثر شفافية وموضوعية بعيدا عن لوم الذات مما جعلهم متصالحين مع انفسهم مندفعين نحو الحياة .

ج- **التعرف على الفروق في مستوى الشفقة بالذات لدى الطلبة فاقدي الاب واقرانهم غير الفاقدين في المرحلة المتوسطة .**

لأجل التعرف على طبيعة الفروق في مستوى الشفقة بالذات لدى الطلبة فاقدي الاب وغير الفاقدين حيث بلغ متوسطات درجات الطلبة فاقدي الاب والبالغ عددهم (105) طالب وطالبة على مقياس الشفقة بالذات(61.02) درجة وبانحراف معياري قدره (6.4) درجة في حين بلغ متوسط درجات الطلبة غير الفاقدين والبالغ عددهم (95) طالب وطالبة (60.61) درجة وبانحراف معياري قدره(5.80) درجة ولأجل اختبار دلالة الفروق احصائيا لجأت الباحثة الى الاختبار التائي لعينتين مستقلتين فأشارت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة تساوي (1.14) وهي اصغر من القيمة التائية الجدولية وجدول رقم (10) يوضح ذلك .

جدول رقم (10)

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة الفروق بين المجموعتين

المجموعتان	الوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
			المحسوبة	الجدولية			
الطلبة فاقدي الاب	61.02	6.4	1.14	1.96	198	0.05	غيردالة
الطلبة غير الفاقدين	60.61	5.80					

وهذا يشير الى ان الفرق غير دال احصائياً بين المجموعتين ولصالح الطلبة فاقدي الاب ويمكن ان تعزو الباحثة هذه النتيجة الى ان الطلبة في كلتا المجموعتين يتأثرون بالظروف نفسها وانهم تعرضوا الى المواقف الحياتية المتشابهة وانهم يرأفون بأنفسهم ويعترفون بأنسانيتهم المشتركة ويميلون الى استثمار الانفعالات الايجابية ويتحلون بالدفء العاطفي من قبل اسرهم وهذا يدل على تمسك شعبنا ومجتمعنا بتعاليم ديننا السمحاء والذي يحث على رعاية وكفالة اليتيم والعناية بهم وتوصياً بقول الرسول الكريم(انا وكافل اليتيم في الجنة كهاتين واشار الى السبابة والوسطى) فهنيئا لمن يكفل يتيما ويكون مرافق الى الحبيب المصطفى في الجنة .

ثالثاً: التعرف على الفروق في مستوى الشفقة بالذات بين الذكور والاناث في المرحلة المتوسطة.

لأجل التعرف على طبيعة الفروق في مستوى الشفقة بالذات بين الذكور و الاناث اذ بلغ متوسطات درجات الطلبة الذكور والبالغ عددهم (100) طالب على مقياس الشفقة بالذات(60.10) درجة وبانحراف معياري قدره (6.8) درجة في حين بلغ متوسط درجات الطالبات والبالغ عددهم(100) طالبة (63.11) درجة وبانحراف معياري قدره(6.95) درجة ولأجل اختبار دلالة الفروق احصائيا لجأت الباحثة الى الاختبار التائي لعينتين مستقلتين فأشارت النتائج ان القيمة التائية المحسوبة تساوي (8.07) وهي اكبر من القيمة التائية الجدولية وجدول رقم (11) يوضح ذلك .

جدول رقم (11)

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لمعرفة الفروق بين الذكور والاناث في مستوى الشفقة بالذات

الجنس	الوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	القيمة التائية		درجة الحرية	مستوى الدلالة	دلالة الفروق
			المحسوبة	الجدولية			
الذكور	60.10	6.8	8.07	1.96	198	0.05	دالة
الاناث	63.11	6.95					

تفسر الباحثة هذه النتيجة الى ان هناك فروق في الشفقة بالذات ولصالح الاناث وذلك لأنهن اكثر رأفة ولطف بذواتهن ونتيجة لما يفرضه المجتمع من قيود على الفتاة جعلها تشعر بالعزلة والانطواء والتوحد المفرط مع الذات وكذلك لكونها اكثر حساسية من الذكور ولكنها اكثر فطنة ودهاء من الرجال ترتبط مع اليقظة العقلية لديها وتمتلك صفة التواضع والرومانسية وهذا ما يجعلها اكثر عطفا وصدقا في التعامل مع الاخرين ، وتتفق هذه النتيجة مع ما توصلت اليه دراسة (Beery,2007) و (العاسمي ،٢٠١٤) و (ادم والشيخ ،٢٠١٨).

التوصيات :

١-الافادة من مقياس الشفقة بالذات من قبل وزارة التربية والمرشدين والباحثين في هذا المجال .

٢-التأكيد على الاهتمام بالايتام من قبل المحيطين بهم سواء الاسرة او المدرسة او المجتمع وتشجيعهم وزرع الثقة في نفوسهم من اجل تجاوز حالات الاحباط والفشل .

٣-عقد ندوات هدفها توعية الطلبة بأهمية الشفقة بالذات من الجل التمتع بصحة نفسية ايجابية .

المقترحات :

١-اجراء دراسة تتناول علاقة الشفقة بالذات بمتغيرات نفسية وتربوية اخرى وعلى مراحل عمرية مختلفة .

٢-تصميم وتطبيق برامج ارشادية من قبل المرشدين لرفع الشفقة بالذات لدى الطلبة ولمراحل دراسية مختلفة .

Abstract

The self- compassion of the students who lost the father and their Not the losersin the Intermediate Schools

M.D. Najat Ali Saleh Altmeme

The Directorate General of Education in Diyala

Key words: Self – compassion

:This study aims to

.١Measuring the level of self-compassion among the Intermediate Schools (study sample.(

.٢Identifying the differences in the level of self-compassion among students (the students who lost the father and their Not the losersin.)

.٣Identify the differences in the level of self-pity according to the gender variable (males, females).

The sample consisted of (200) male and female students, of which (105) were students without a father, as well as (95) students who were not lost in the schools affiliated to the Baqubah Center. A scale was built on the basis of the theory of Christine Neff and it consisted of (23) items distributed On its three domains, and it was applied to the sample in the first half of the academic year (2018-2019). The research reached the following results:

.١The level of the individual sample's sense of self- compassion is generally high.

.٢The students who lost my father and their non-lost peers have a high level of self- compassion.

And that there are no statistically significant differences between them on the measure of self- compassion.

.٣There are statistically significant differences between males and females on the scale of self- compassion and in favor of females.

المصادر

- ادم ، بسماء و الشيخ ، كنان (٢٠١٨) : **الشفقة بالذات وعلاقتها بالسعادة النفسية دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق** ، بحث منشور في مجلة جامعة طرطوس سلسلة الاداب والعلوم الانسانية المجلد (٢) العدد الاول.
- ثورندايك، روبرت وهيجن، اليزابث (١٩٨٩) : **القياس والتقويم في علم النفس والتربية** ، ترجمة عبد الله الكيلاني وعبد الرحمن عدس ، مركز الكتاب الأُردني ، عمان ،الاردن.

- الـدليمي، احســان عليـوي و المهـداوي، عـدنان محمـود (٢٠١٦) : **الاختبـــارات و المقاييس في التربية وعلم النفس**، ط١، دار الحداثة للطباعة والنشر، بغداد.
- الزعبي ، احمد محمد و العاسمي ، رياض نايل (٢٠١٥) : **الشفقة بالذات وعلاقتها بكل من الامل الاكاديمي والاكتئاب لدى عينة من مرتفعي ومنخفضي التحصي الدراسي في المدارس الثانوية بمحافظة دمشق**،بحث منشور في مجلة دمشق ، المجلد (٣١) العدد الاول.
- سليم ، عبد العزيز ابراهيم و ابو حلاوة ، محمد سعيد عبد الجواد (٢٠١٨)**: اصالة الشخصية وعلاقتها بكل من الشفقة بالذات والتوجه الروحي في الحياة** ، بحث منشور في مجلة الارشاد النفسي ، العدد (٥٥) ، ج١، مصر.
- صقر، عطية (٢٠٠٣): **تربية الأولاد في الإسلام**، ط١، مكتبة وهبة، القاهرة.
- الطعيمات، هاني سليمان (٢٠٠١): **حقوق فئات ذات أوضاع خاطئة**، ط١، دار الفكر للنشر والتوزيع، الأردن.
- العاسمي ، رياض نايل (٢٠١٤): **الشفقة بالذات وعلاقتها ببعض سمات الشخصية لدى عينة من طلاب جامعة خالد** ، بحث المنشور في مجلة جامعة دمشق المجلد (٣٠) العدد الاول.
- عباس،محمد خليل **ونوفل**،محمد بكر و**العبسي** ، محمد مصطفى و **ابو عواد** ،فريال محمد (٢٠١٤) **: مدخل الى مناهج البحث في التربية وعلم النفس** ، ط٥ ، مطبعة المسيرة لنشر والتوزيع والطباعة ،عمان ، الاردن .
- ١٠-عبد الرحمن ، محمد السيد و العمري ، علي سعيد واخرون (٢٠١٧) : **مقياس اشفقة بالذات دراسة ميدانية لتقنين _ مقياس الشفقة بالذات – على عينة عربية** ، دار الكتاب الحديث للنشر ، ط١، القاهرة .
- ١١=العبيدي ، عفراء ابراهيم خليل (٢٠١٧)**: الشفقة بالذات لدى طلبة الجامعة في ضوء بعض المتغيرات ، مجلة** العلوم الاجتماعية ، العدد (٢٦) ، ٤١-٥٥.
- ١٢-علوان، عماد بن عبده بن محمد (٢٠١٦): **الشفقة بالذات والشعور بالذنب لدى الاحداث الجانحين المودعين بدار الملاحظة الاجتماعية بمدينة ابها** ، بحث منشور في المجلة الدولية التربوية المتخصصة المجلد (٥) العدد (٩) ، السعودية .

- ١٣=علي،محمد السيد،(٢٠١١):**موسوعة المصطلحات التربوية**،ط١،دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة، عمان، الأردن.
- ١٤=عودة ، احمد سلمان (٢٠٠٢) : **القياس والتقويم في العملية التدريسية** ، دار الأمل ، الإصدار الخاص ،عمان ، الاردن.
- ١٥=ليزا ج أسبينوول ، اورسولام ، ستودينجر (٢٠٠٣): **بعض القضايا الرئيسية في مجال سيكولوجية** ، ترجمة صفاء الاعسر ، مكتبة الانجلو المصرية ، القاهرة.
- ١٦=مراد ، صلاح احمد وسليمان ، امين علي (٢٠١٠): **الاختبارات والمقاييس في العلوم النفسية والتربوية خطوات اعدادها وخصائصها** ، دار الكتاب الحديث للنشر ،ط١، الكويت.
- ١٧=الامم المتحدة ، **تقرير الامم المتحدة حول العنف ضد الاطفال** في ٢٢/كانون الثاني /٢٠٠٦،على الموقع الالكتروني :WWW.wonal .arab.com.
- ١٨=النعيمي، مهند مجمد عبد الستار (٢٠١٤) : **القياس النفسي في التربية وعلم النفس** ،ط١، المطبعة المركزية جامعة ديالى .
- ١٩=وزارة التربية (٢٠١١): **نظام المدارس الثانوية في العراق قانون ٢٢، مجلة الوثائق العراقية** ، دار الكتب والوثائق ، بغداد ، العراق.
- 20=Allen, A. B., & Leary, M. R. (2010). **Self-compassion stress, and coping. Social and Personality Psychology Compass.** 4, 107-118.
- 21=Anstasi, A . (1976) **A psychological testing** , MC millan , new York.
- 23=Baron ,A . (1981) :**Psychology** ,Halt stauders ,Japan.
- 24=Beery,A Katie .(2007). **Exploring the experience of body self compassion for young adult women who exercise,** Degree of Master of Science in the College of Kinesiology University of Saskatchewan.
- 25=Figley, C.R. (1995). **Compassion fatigue: Coping with secondary traumatic. stress disorder in those who treat the traumatized.** New York: Brunner Mazel.
- 26=Marshal, S. L., Parker, P. D., Ciarrochi, J., Sahdra, B., Jackson, C. J. & Heaven P. C. L. (2015**). Self-compassion protects against the negative effect of low self-esteem:** A

longitudinal study in a large adolescent sample. *Personality and Individual* Differences, 74, 116-121.

- 27=Morley, R. H. (2015). **Violent and self-compassion**. Aggression and Violent Behavior, 24, 225-240.
- 28=NEFF, K.D. (2003). **Self Compassion: An Alternative Conceptualization of A.Healthy Attitude** Toward One Self . Self and Identity. (2), 85-120.
- 29=NEFF D. KRISTIN, L. KIRKPATRICK B, STEPHANIE S. RUDE. (2007). **Self compassion and adaptive psychological functioning** . Journal of Research in Personality, vol, (41),139–154.
- 30=NEFF D. KRISTIN, MC GEHEE, PITTMAN. (2010). **Self-compassion and Psychological Resilience Among Adolescents and Young Adults**. Self and Identity ,vol, (9), 225–240.
- 31=NEFF, K.D, TIRCH, D. (2013). Self **Compassion and ACT. In T.B. Kashdan, J. Ciarrochi (Eds), Mindfulness. Acceptance, and Positive Psychology:** The Seven Foundations of Well-being OaKland, CA Us: Context Press, New Harbinger Publications, 78-106.
- 32=www.shams.com.

المقياس بصيغته النهائية

استبانة الطلبة

عزيزي الطالب ....

عزيزتي الطالبة.....

تحية طيبة

بين أيديكم فقرات موضوعة لأغراض علمية بحتة، هدفها التعرف على بعض الظواهر النفسية التي تساهم في بناء الشخصية، وحيث أنكم من يبني العراق توجهة الباحثة إليكم راجيتاً الإجابة عن الفقرات الموضوعة أمامكم بكل أمانة. وذلك بان تضعوا علامة (صح) امام العبارة التي تمثل إجابتكم.

إنَّ أجابتكم الموضوعية الدقيقة على هذه الفقرات، رفد لمسيرة البحث العلمي، ولن يطلع عليها أحد سوى الباحثة.

مـع الشكر والعرفان

الجنس

ذكر ☐ انثى ☐

هل الاب على قيد الحياة

نعم ☐ لا ☐

م.د: نجاة علي صالح

ت	الفقرات	تنطبق عليك كثيرا	تنطبق عليك احيانا	تنطبق عليك نادرا
١	انزعج من الاخبار المؤلمة.			
٢	بأمكاني التغلب على الصعاب مهما كانت .			
٣	اتفهم جوانب القوة والضعف في شخصيتي .			
٤	عند مروري باوقات صعبة ، فأني اعطي لنفسي الرعاية والحنان الذي احتاجه.			
٥	استطيع السيطرة على مشاعري المؤلمة لأكمل طريقي			
٦	يظل لدي الامل والتفاؤل امام اخفاقاتي .			
٧	يغمرني المزاج السيء			
٨	احساسي الشديد بمشاعر الاخرين يجعلني مشفقا عليهم			
٩	اميل الى الشعور بالوحدة عندما افشل في شيء مهم			
١٠	ارى اخطائي كجزء من اخطاء الاخرين			
١١	اتمتع بالايجابية بكل انفعال اشعر به او يشعر به الاخرين .			
١٢	اشعر بالرضا عن ذاتي عندما اساعد شخص ما.			
١٣	اشعر بألم الاخرين .			
١٤	اذكر نفسي بأن مشاعر النقص التي قد تنتابني توجد لدى كثير من الناس.			
١٥	أتعامل برفق مع اي مشكلة تواجهني كما يفعل			

	الآخرون .			
١٦	افكر بطريقة غير عقلانية عندما اشعر بالاحباط.			
١٧	اواجه الاخرين بما اعتقده حول مشاعرهم .			
١٨	انا على وعي بكل ما لدي من افكار ومشاعر للآخرين			
١٩	احكم على الامور التي تستحق الاهتمام من خلال خبرتي.			
٢٠	أدرك ان لدي مشاعر رقيقة.			
٢١	أستطيع التحول من مشاعري السلبية الى الايجابية بسهولة.			
٢٢	انظر الى اي موقف مؤلم يحدث لي بشكل متوازن.			
٢٣	استطيع الحكم على افكاري ان كانت جيدة او غير جيدة .			