صدمة الانا لدى طلبة المدارس الثانوية الايتام

الباحثة. ايه فاضل كاظم أ.م.د. ايمان حسن جعدان

ayafathel٦٣@gmail.com

Eman_hassan٧٥٤١@yahoo.com

جامعة بغداد ــ كلية التربية ابن رشد للعلوم الانسانية

الملخص:

إنَّ فقدان احد افراد الأسرة – وخاصة احد الوالدين او كليهما يجعل الطالب يشعر بعدم الأمان وعدم الثقة مما يجعله غير قادر على مواجهة الضغوط الحياتية، ومن ثم يتغير مفهومه لذاته ويصبح تقديره لها منخفضاً ، ويمتد هذا الشعور في الحاضر والمستقبل ،ومن هذا المنطلق تأتي اهميه هذا البحث للمساهمة في إبراز هذه الفئة من المجتمع ومناصرتها ومن خلال نظرة عميقه شاملة لواقع الأيتام، وهذا وقد هدف البحث الحالي التعرف على صدمة الأنا لدى طلبة المدارس الثانوية الايتام، والتعرف على صدمة الانا لدى طلبة المدارس الثانويه الايتام تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – اناث)، وقد اعتمدت الباحثة مقياس

(w.keith campbell،٢٠٠٣ لصدمة الأنا المتكون من (٨) فقرة وتم التعديل عليه بعد اخذ موافقة المنظر وأصبح(٨) فقرات بالصيغة النهائية، بعد ان تحققت الباحثة من صدق الترجمة والخصائص السايكومترية للمقياسين ، طبقت المقياسين على عينة البحث البالغة (٤٠٠) من الطلبة الايتام في مديرية بغداد الكرخ الثانية ، وقد اظهرت النتائج ما يأتي :

١. ان طلبة المدارس الثانوية الايتام لديهم صدمة انا منخفضة
٢. عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في صدمة الانا

وفي ضوء النتائج الحالية اوصت الباحثة بمجموعة من التوصيات والمقترحات منها :

توجيه ادارات المدارس والمرشدين التربويين في المدارس على ضرورة متابعة مشكلات خصوصا المشكلات النفسية والتربوية عن طريق اقامة مراكز تقدم الدعم الكافي واقامة برامج ارشادية من اجل معالجة حالات صدمة الانا التي يتعرض لها الطلبة الايتام وذلك بضرورة زيادة وعي الاسرة للحالة النفسية داخل وخارج المدرسة.

الكلمات المفتاحية: (صدمة الانا، المدارس الثانوية الايتام).

Ego shock in orphan preparatory school students

ayih Fadel Kazem dr. Eman Hassan Jaadan

Baghdad University - Ibn Rushd College of Education for Human Sciences

Abstract:

Losing a family member - especially one or both parents make a student feel insecure and distrusted leaving them unable to cope with life pressures and then his self-perception changes and his self-esteem becomes low, this sentiment extends both in the present and in the future. From this standpoint, this research is important in order to contribute to the visibility and advocacy of this group of society and through a comprehensive overview of the reality of orphans. The aim of the current research is todifferences in ego shock among orphan secondary school students according to the gender variable (male, female, the researcher adopted the www.keith campbell scale to shock the ego consisting of (١١) A paragraph has been amended with the approval of the viewer and has become (٨) items in final form, adopting the (Nawal Pilot ٢٠١٤) scale of (٣٠) items, After the researcher verified the validity of the translation and the psychometric characteristics of the two scales, she applied the two scales to the research sample of (٤٠٠) orphaned students in the second Baghdad Karkh Directorate, and the results showed the following: Orphaned secondary school students have low ego shock

١. Orphan high school students have a good degree of post-traumatic development.

٢ There are no statistically significant differences between males and females in ego shock

In the light of the current results, the researcher recommended a set of recommendations and suggestions, including:

. Directing school administrations and educational counselors in schools on the need to follow up on problems, especially psychological and educational problems, by setting up centers that provide adequate support and setting up counseling programs in order to address cases of ego shock

to which orphaned students are exposed, with the need to increase family awareness of the psychological state inside and outside the school.

Keywords: (ego trauma, orphan secondary schools).

مشكلة البحث :

لعل اكثر ما يواجه الانسان المعاصر- اينما كان – هو تعرضه لضغوطات و المؤثرات الخارجية عن نطاق

سيطرته، ومدى اختياره وقراره وحجم ارادته ،والتي غالبا ما تلقي بثقلها على كاهله، وبالتالي تترك اثارها الوخيمة عليه وغير المتوقعة على كل من حسه وادراك ، وشعوره ولا شعوره ومن ثم على حالته النفسية والعقلية والسلوكية والصحية والبدنية،بل والوظيفية المتعلقة بأدائه الفردي والاسري والجماعي، وما قد يتمخض عن ذلك من متاعب نفسية ووفسيلولوجية وحركية وكذلك ادائية وواقعية. ولعل النكبات والازمات والكوارث الطبيعية منها وغير الطبيعية :كالفيضانات والزلازل والعواصف والصواعق ،وظواهر الحرمان والفقر والفساد والكساد والظلم والكرب والحرب من اهم صور واشكال تلك الضغوط والمؤثرات التي واجهت ولازالت تواجه الانسان ،كيف لا والتشرد وفقدان الامن والمسكن وفواجع القطيعة والالم والحسرة واليتم والتعرض لشتى صنوف الحاجة والعوز،وشتى مظاهرة الذل والقهر والهوان والتشرد والشعور بالوعيد والتهديد ومجابهة مصاعب الحياة، تضغط وبشكل قوي على كينونة الفرد وذاته.

(عساف وابو الحسن،٢٠٠٦: ٣)

تؤكد الادبيات الخاصة بصدمة الانا ان التعرض لتهديد كبير يمس احترام الذات يؤثر بشكل كبير على كل جوانب الحياة النفسية للفرد ، ذلك ان الخسائر التي يمنى بها الفرد جراء التعرض لخبرة تهدد احترام الفرد لذاته تجعله في حاله من التشويش في كيانه الفكري والمعنوي ، مما يؤدي الى تصدع في المعتقدات التي يتبناها الفرد حول ذاته والاخرين من حولة ،فضلا عن كون صدمة الانا تؤثر في

كيان الفرد النفسي والقيمي والاجتماعي وتدع الفرد في حالة من القلق والتوتر والترقب وتوقع الاسوء (Syle ,١٩٨٢: ٤٠) .

إذ ان الصدمة التي يتعرض لها الفرد تؤثر على جوانب متعددة في حياته سواء على الافكار او المشاعر او العلاقات الاجتماعية او السلوك او الحالة البدنية او الحالة الجسمية(زكواري، ٢٠٢٠ : ١١٥).

ان خبرات صدمة الانا يمكن فهمها على انها تلك الاحداث التي تتحدى وجهات نظر الفرد السابقة ومشاعره التي كان يسلم بها، وتحدث صدمة الانا بما يشبه الزلزال .فكما يمزق الزلزال البيئة الطبيعية ، ويطمها فأن احداث صدمة الانا لها القدرة على تمزيق شخصية الفرد اي طريقة فهمه للعالم.

(Tedeshci& Blevis ,٢٠١٥: ٣٧٣)

وكلما كانت درجة الخبرة المزلزلة التي تعرض لها الفرد قوية،كلما كان على الفرد او وجب عليه ان يتساءل ويقوم بتطوير فرضياته الاساسية بخصوص صدمة الانا التي تعرض لها ،والقابلية للتنبؤ ،وتكوين الهوية والمعنى (Tedeshci&Calhoun ,٢٠٠٤: ٤٣) .

ويمكن أن يكون لصدمة الأنا عواقب سلبية وإيجابية على الشخص على المدى القصير ، يواجه الأشخاص المصابون بصدمة الأنا صعوبة في السيطرة على أنفسهم. لهذا السبب ، يتأثرون بسهولة بالظروف الاجتماعية.

(Campbell et al ,٢٠٠٣: ٣) .

وتعد صدمة الانا كخبرة سلبية يمر بها الفرد قد تأتي من التهديد المباشر لاحترام الفرد لذاته، فكلما كانت التهديدات المضرة باحترام الفرد لذاته كلما كانت صدمة الانا مرتفعة (Campbell et al ,٢٠٠٣:٦) .

وقد بينت الدراسات الخاصة ب(صدمة الانا) دراسة (Campbell,burnell&foster,٢٠١٥) ودراسة ((&stillwell) baumister,١٩٩٧) انها ناتجة مباشر عن تهديدات الذات التي يتعرض لها الافراد،سواء على المستوى الاكاديمي او الاجتماعي او على مستوى التفاعل مع افراد الاسرة،فأي تهديد مباشر للذات سوف يسبب صدمة للانا.

(Campbell et al ٢٠١٥ : ٤)

كما اشارت الدراسات الى ان والابحاث النفسية المتعلقة بصدمة الانا مثل(Baumester& others,٢٠٠٣)،ودراسة(baumister,&others,١٩٩٣)) الى ان الحرب والتهجير من ابلغ المواقف المؤدية الى صدمة الانا ،فضلا عما يمثلانه من تهديد مباشر لوجود الفرد وحياته، فأنهما يؤديان الى مجموعة من الاضطرابات النفسية مثل : القلق،الاكتئاب،الوسواس القهري،الانفصال عن الذات والواقع الخارجي بكل ما فيه من مثيرات مادية ومعنوية (Erman ,٢٠٠٤: ٤٧) .

تنبثق مشكلة هذا البحث في الاحداث الصعبة والاوضاع المأساوية التي مر بها اكثر افراد المجتمع العراقي اذ تعرض افراد المجتمع العراقي لسنوات عديدة الى الصراعات والضغوط النفسية بسبب ما مرت به من حروب وتهجير ودمار عم مجالات كثيرة من حياة الناس فقد تعرض الافراد يوميا للصدمات والاحداث المؤلمة والجو المشحون بالعدائية، كان له الاثر في حياة الفرد العراقي بشكل عام والطلبة الايتام بشكل خاص. فكانت اكثر تأثيرا عليهم لمناظرتها مرحلتهم العمرية التي تتضح فيها افاق المستقبل لهم، كذلك ان استجاباتهم للمتغيرات المحيطة اكثر من الفئات الاخرى (صادق، ٢٠٠٧: ٢٣٣) .

ويمكن تلخيص مشكلة البحث الحالي بالإجابة عن التساؤل الأتي:

هل هناك صدمة الانا لدى طلبة المدارس الثانوية الايتام ؟

اهمية البحث:

يعد موضوع الصدمة موضوعا مفتاحيا في علم النفس المرضي،فمن جهة بدأ فهم الاضطرابات النفسية (وخاصة الهستريا) انطلاقا من فهم تأثيرات الصدمة،ومن جهة اخرى تحدث اغلب الاضطرابات المعروفة في علم النفس المرضي والطب النفسي في اطار التعرض لاحداث صادمة تتجاوز قدرات الفرد الدفاعية للشخص(الشادلي،٢٠١٧: ٤).

وان مفهوم الصدمة لا يشمل صدمات الحروب وحسب، بل درج تحت هذا المصطلح الكثير من الحوادث والصدمات ، مثل: العنف، والاعتداء الجسدي، والتهديد بالموت، والارهاب مما يجعل مفهوم الصدمة المسببة للاضطرابات اشمل مما كان عليه في تحديد الاضطراب، وادى ذلك الى شيوعه في المجتمع العراقي كافة وانتشاره اكثر مما يتصور البعض (صالح، ٢٠٠٥: ٣٩٤) .

اذ كرس علم النفس عددا كبيرا من دراسته لفحص جوانب مختلفة للكدر والتعاسة في حياة البشر ، ولكنه بخل باسهاماته وتحليلاته ومنطلقاته النظرية في تناول ذلك الجانب المضيء في حياتهم كـ(الشعور بالسعادة البهجة والتسامح، والتفاؤل، والامل، والرضا عن جنبات الحياة والاستمتاع بها، وكذلك الصمود ، والجلد والصبر على تحمل الشدائد ، فضلا عن الجوانب الانسانية الاكثر رقيا وتحضرا كالشخصية الايجابية) ، هذا فضلا عن الجوانب الايجابية في علاقة الانسان بأخيه الانسان بالبيئة، وواقعه الخارجي، ذلك الواقع الذي اعتادت الذات ان تعيشه انسانا وقيمة من خلال احداث حالة من التكيف والتلاؤم والفاعلية، والتوافق، وحل الصراعات ، وانسجام الذات، والدعم الاجتماعي وغير ذلك من الجوانب الاخرى التي تجعل الذات اكثر ايجابية وفاعلية (Linley, & Joseph, ٢٠٠٤: ١٥) .

من هنا بات البحث بالجوانب الايجابية من الشخصية مطلبا انسانيا ملحا بعدما استنفذ وقتا طويلا في بحث تلك المفاهيم السلبية، والاضطرابات النفسية التي أرقت الانسانية طويلا وضخمت من عذاباتها وويلاتها، تلك المفاهيم التي ولدت لدى الشخصية الانسانية مشاعر الشجن والرغبة في ايجاد فرع من فروع علم النفس يهتم بذلك الجانب المنير لا المظلم في حياة الانسان، ذلك العلم الذي يبحث في الصفات الفاعلة والايجابية التي تعضد من قيمة الانسان، وتؤكد انسانيته وتضفي عليها عمق التسامي بتلك المشاعر الانسانية الايجابية، التي ظلت مستبعدة على البحث او الكشف على الرغم من كونها كانت ولا تزال مثار رغبة الفرد في البحث عن تلك الجنبات الاثرة والفياضة التي تضفي على الذات – او الروح – ذلك السحر وتلك الجاذبية، والسمات الايجابية التي تنفرد بها الشخصية الانسانية والتي بدأت تشخصها عيون هؤلاء العلماء الذين تخصصوا في مجال علم النفس الايجابي ذلك العلم الذي راح يفتش في الانسان عن اجمل ما فيه وانبل ما فيه من مشاعر واحاسيس (عبد العال ومظلوم، ٢٠١٠: ٧٩)، وان الفرد حتى لو كان مريضاً نفسياً يتحمل من الأعباء النفسية ما لا تستطيع أن تحمله الجبال – من مهارات وقدرات وخصال شخصية، بحيث لا يتمكن فحسب من التخلص من مرضه النفسي أو الجسمي أو كليهما، بل يتمكن كذلك من تطوير حياة ملؤها الرضا والسعادة والإنجاز بما يشبع ذاته، ويحققها، ويكون نافعا لنفسه وللآخرين" (الصبوة، ٢٠٠٦: ٢١).

الامر الذي ولد لدى عدد كبير من الباحثين في التسعينات من اواخر القرن العشرين بزعامة مارتن سيلجمان (M.Seligman) قناعة مفادها (ان الاهتمام يجب ان يحول من انموذج المرض الى انموذج الصحة) اي ان علم النفس لا يهتم بدراسة الاضطرابات النفسية وحالات الضعف فقط، بل يفترض ان يهتم ايضا بدراسة مكامن القوة والفضائل الانسانية اي يهتم بدراسة الجوانب الايجابية للشخصية الانسانية، وعلم

النفس لم يعد ينتظر وقوع الفرد في الحالة المرضية من اجل مساعدته في التغلب عليها بل تعدى ذلك الى دراسة كيف يمكن لنا ان نجعل الفرد يعيش سعيدا في حياته عن طريق ما يمتلكه هو من قدرات وقابليات عقلية وبدنية من اجل تحقيق حياة جيدة . (Seligman& Csikzentmihalyi, ٢٠٠٠: ٧-١٠)

تتضح أهمية الدراسة في أنها تسعى إلى المساهمة في إثراء جانب مهم من مجالات الدراسات النفسية والاجتماعية، وهو صدمة الانا

١. وتتجلى أهمية البحث الحالي بما له فائدة للعاملين في مجال التربية والتعليم وغيرها من مجالات أخرى في توجيه الانتباه الى صدمة الانا لدى طلبة المدارس الثانوية الايتام

٢. الافادة من الاطر النظرية الخاصة بمتغير الدراسة الحالية في دراسات لاحقة .

٣. قد تُفيد هذه الدراسة الاخصائيين النفسيين في وضع برامج ارشادية لمساعدة الطلبة الايتام على تجاوز صدمة الانا .

٤. تفيد نتائج هذه الدراسة المدارس الاهلية والحكومية من اجل الاعتناء بفئة الطلبة الايتام وتلبية احتياجاتهم النفسية .

٥. نتائج هذه الدراسة قد تفيد وزارة الصحة لتعيين اخصائيين نفسيين للاهتمام بتلك الفئة على تجاوز المحن التي يمرون بها .

٦. تفيد المتخصصين والمهتمين في هذا المجال سواء المؤسسات التربوية او المراكز العلمية والجامعية من اجل وضع خطط ورسم السياسات التي تقدم الخدمات الارشادية والنفسية للتخفيف من صدمة الانا لدى الطلبة الايتام ودعمهم نفسيا واجتماعيا ومساندتهم .

اهداف البحث :

يهدف البحث الحالي الى التعرف على :

١ـ صدمة الانا لدى طلبة المدارس الثانوية الايتام

٢ـ الهدف الثاني: التعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية في صدمة الانا لدى طلبة المدارس الثانوية الايتام تبعا لمتغير الجنس (ذكور ـ اناث)

حدود البحث :

يتحدد البحث الحالي بالحدود التالية :

١. الحدود البشرية : تشتمل الدراسة على عينة من طلبة المدارس الثانوية الايتام

الحدود الزمانية: يتم اجراء الدراسة الميدانية للبحث الحالي في العام الدراسي ٢٠٢٢-٢٠٢٣

٢. الحدود المكانية: تشتمل الدراسة الحالية على المدارس الثانوية في محافظة بغداد مديرية تربية بغداد / الكرخ الثانية .

مصطلحات البحث

صدمة الانا (ego shock)

عرفها كل من :

- (Baumeister et al ،١٩٩٨)

تهديدات خطيرة وكبيرة تمس تقدير واحترام الفرد لذاته مما يسبب صدمة مؤقته تمثل شلل عقلي ونفسي للحظات قصير تؤثر فيما بعد على الوظائف النفسية لشخصية الفرد المصدوم (Baumeister et al ،١٩٩٨: ٢)

***(Campbell ٢٠٠٣)**

حالة من الشعور بالشلل العقلي أو التجمد استجابة لتهديدات شديدة ومباشرة التقدير الذات"، ويعاني من يتعرضون لصدمة الأنا من صعوبات في التفكير ويشعرون بغربة وتباعد عن الذات، فضلا عن امتلاء تكوينهم النفسي بالخدر الانفعالي (Campbell ٢٠٠٣:٦)

وقد اعتمدت الباحثة تعريف (Campbell ٢٠٠٣) تعريفا نظريا في البحث الحالي

التعريف الاجرائي:الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس صدمة الانا المعتمد في البحث الحالي .

الإطار النظري

صدمة الانا (ego shock)

مقدمة

حظيت الصدمة النفسية كمتغير في العلوم النفسية باهتمام كبير من قبل الباحثين في شتى التخصصات : الاكلينيكية والفيسيولوجية والطب النفسي ..الخ نظرا لانتشاره ،اذ يعتمد تأثير تلك الصدمات على شدة ومدة ومقدرا تعرض الفرد للاحداث السلبية المسببة للصدمة ،وادراك الفرد وتقييمه وتفسيره للحدث، فضلا عن بعض المتغيرات مثل العمر والنضج والخبرات الشخصية والدعم الاجتماعي(النابلسي،٢٠٠٢: ٣٢) .

وتعد صدمة الانا نوع من انواع الصدمة النفسية الحديثة في المجال السايكولوجي،حيث تتعلق هذه الصدمة بمدى شعور الفرد بالشلل العقلي كردة فعل تجاه التهديدات التي تتعلق بتقدير الذات الشديدة، ففي لحظة المرور بتجربة قاسية تظهر ((صدمة للانا))، حيث يعاني الفرد من صعوبة في التفكير ،كما يجد الأفراد انفسهم انهم بعيدين عن ذاتهم او عن انفسهم للحظات او دقائق معدودة (Campbell et al ٢٠٠٣: ٦)

ان ما يميز صدمة الانا عن بقية الانواع انها تمثل تجربة فورية انيه في نفس اللحظة، لا يشعر الفرد الذي يمر بها بشيء سوى التجمد العقلي او النفسي ،وبعد لحظات او ربما دقائق يعود الفرد الى وضعة الطبيعي ومن الممكن ان يشعر الفرد بمختلف المشاعر التي تتعلق بالموقف مثل الغضب او الحزن او اللوم ,Campbell & Sedikides, ١٩٩٩: ٨)

صدمة الانا (Ego Shock)

حاول الادب النظري المتعلق ب(صدمة الانا) ايجاد تعريف واضح ومحدد لهذا المفهوم، فقد اشار (Campbell et al ٢٠٠٣) الى هذا المفهوم بقولة: صدمة الانا تمثل الاحساس بالشلل العقلي كردة فعل نحو تهديد الذات الشديد الذي يتعرض له الفرد بشكل مفاجئ، حيث يعاني الافراد المصابون بصدمة الانا من مشكلات تتعلق بصوبة التفكير، فضلا عن الاحساس بأنهم بعيدون عن ذواتهم الحقيقة ، كما يبدوا العالم غريبا او بعيدا عنهم ،كما انهم يشعرون بالخدر العاطفي الذي لا يستمر سوى لحظات او ربما دقائق (Campbell et al ٢٠٠٣: ٤) .

ان احد الأسباب الاساسية التي تؤدي الى الشعور بصدمة الانا هي الرفض المفاجئ من احد المقربين(صديق او شريك حياة او احد افراد الاسرة)،وقد يحدث مثل هكذا رفض حينما يوصف الفرد من قبل المقربين بوصف غير مقبول ،على سبيل المثال(انت عديم القيمة، انت قبيح،..الخ) فمثل هكذا وصف من اشخاص مقربين قد يؤدي بالفرد الى الاحساس بالخدر العاطي والشلل العقلي للحظات او لدقائق قبل ان يستعيد وعيه بما حدث، كما ان المرور بهذه الصدمة قد تحدث نتيجة لأسباب اخرى تتعلق بالفشل الدراسي(كفشل عبور الثانوية العامة) او الفشل الرياضي(الفشل في تسجيل هدف سهل) او اي فشل اجتماعي اخر غير متوقع.

.(Campbell, & Sedikides, ١٩٩٩: ٣)

ان لصدمة الانا اثار جانبية سلبية على الشخص على المدى القريب والبعيد، فعلى المدى القريب فأن الفرد يجد صعوبة في السيطرة على نفسه، ويكون متأثرا بشكل كبير بالظروف الاجتماعية التي يمر بها، فعلى سبيل المثال : الشخص المتعرض لصدمة الانا تكون مقاومته للإدمان على المخدرات او الخمر ضعيفة مقارنة مع غيرة ممن لم يتعرضوا الى صدمة الانا، اما على المستوى البعيد، فقد يميل الافراد المتعرضين الى صدمة الانا الى تجنب الظروف او المواقف التي ظهرت بسببها صدمة الانا لهم، فهم لا يمرون بنفس الشارع في المستقبل، او لا يمارسون نفس اللعبة التي سبب لهم صدمة للانا (Campbell et al ٢٠٠٣: ٤) .

هذا فيما يتعلق بالجوانب السلبية لصدمة الانا، اما على مستوى الجوانب الايجابية التي قد تحصل للفرد نتيجة المرور بصدمة الانا فهي تتمثل بحماية الفرد لنفسه ولذاته، فالفرد حينما يتعرض لصدمة شديدة على مستوى الانا قد يتصرف بشكل جنوني او مدمر، ولكن لأنه هذه الصدمة تؤدي الى الشعور بالشلل او الخدر العاطفي، فأن ذلك سيساعد الفرد على التصرف بشكل سليم بعد ثواني او دقائق من وعيه بما حدث، فعلى سبيل المثال، اذا تلقى الطالب خبر رسوبه في المدرسه، فأنه قد يشعر بالشلل العقلي للحظات، لكنه بعد ذلك سيفكر في مضاعفه مجهود من اجل النجاح في السنة القادمة (Markus, ١٩٧٧:١١).

***اسباب صدمة الانا :-**

في العادة، يقف خلف صدمة الانا مجموعة من المسببات او العوامل الاساسية وهي كما يلي: (Campbell et al ٢٠٠٣: ٦) :

١. تعرض الفرد لموقف او حدث موجع لتقدير الذات ،ويتمثل مثل هكذا موقف حينما يوصف بأوصاف غير لائقة من قبل الاشخاص المقربين منه ،مما

يسبب للفرد جرح عميق في تقدير الذات ويؤدي بشكل مباشر الى شلل عقلي للحظات حتى يستوعب الفرد طبيعة ما حدث.

٢. حينما يفشل الفرد في الحصول على شهادة–شهادة الثانوية عل سبيل المثال– ،او فشل الفرد في مجال رياضي او مهني، خصوصا في مواقف قد تبدو سهله وبمتناول اليد، كفشل الفرد في تسجيل هدف حاسم في بطولة، او فشل الفرد في القاء كلمة بشكل جيد امام جمهور من الناس.

الانموذج المفسر لصدمة الانا

الانموذج النظري لكامبل لصدمة الانا (٢٠٠٣)

يرى (كامبل،٢٠٠٣) ان صدمة الانا تمر بمراحل ،اولى هذه المراحل هي الشعور بالشلل العقلي والخدر العاطفي، ولن تستمر هذه المرحلة وسوى بعض اللحظات، بعد ذلك تأتي مرحلة الانكار وهي مفيدة لفترة مؤقته لأنها تمنع الفرد المتعرض الى صدمة ان يتصرف بطريقة مجنونة، ثم بعد ذلك يبدأ الانكار بالاختفاء بشكل تدريجي الى ان يعي الفرد انه في موقف صادم، وقد يشعر الفرد اثناء هذا الوعي بالألم او الحزن او القلق ،ثم تأتي المرحلة الاخيرة التي تتجلى بتفكير الفرد في كيفية الخروج من الحدث او الموقف الصادم (campbell&seddkidis,١٩٩٩,p.٣٣).

وقد اجريت من خلال هذه النظرية مجموعة من التجارب لفحص وقياس صدمة الانا لدى الافراد،ففي تجربة قام بها (Sedikides ١٩٩٩) فقد قام بفحص ايتجابة الافراد المشاركين في التجربة للتهديدات المتعدلة لاحترام الذات وذلك من خلال بيئة معملية ،حيث يتم فيها اختبار مهارات الافراد في مجموعة من الاختبارات التي تتعلق بالابداع،واثناء هذه التجربة يتلقى الافراد التعليمات بطريقة جارحة للذات،ثم يتم تطبيق استبانة لقياس بعض الجوانب التي تتعلق باحترام الذات (Sedikides ١٩٩٩:٤٣) .

وفي تجربة سريرية اخرى ،قام (Baumester& others,٢٠٠٣) بتجربة سرية لفحص استجابات (٥٢) فرد مشارك لقياس التهديدات الكبيرة والصغيرة لاحترام الذات من خلال سرد قصص لحوادث تعرضوا لها تمثل تجربة قاسية ومؤلمة لتقدير ذواتهم، ثم طلب منهم تحديد بعض المؤشرات المتعلقة بصدمة الانا فيما يتعلق بالتهديد الكبير والبسيط، وجد اشارت التجربة السريرية ان التهديدات الصغيرة لا تؤدي الى صدمة انا بينما التهديدات العميقة لتقدير واحترام الذات قد ادت الى صدمة انا كبيرة .

وفي تجرى اخرى اجريت على طالبة تدعى(ليزا)،اهتمت التجربة باثر النجاح او الفشل الاكاديمي على الاصابة بصدمة الانا، فالطالبة (ليزا) كانت متميز منذ الثانوية في دراستها، وعند التحاقاها بالكلية في الصوف الاول حصلت على درجة(مقبول)، وهي اضعف درجة حصلت عليها منذ التحاقها بالمدرسة، لقد طلب من (ليزا) ان تصف شعورها في تلك اللحظة: لقد شعرت بالتجمد لدقيقة تقريبا، قبل ان اسأل نفسي ما الخطأ الذي أرتكبته؟! وقد وضعت في تلك الليلة خطة لعدم تكرار هذا المستوى من لتحصيل في المرات القادمة (baumister,&others,١٩٩٣,p.٣٨٠)

في التجارب السابقة، نلاحظ ان صدمة الانا كانت نتيجة مباشر لتهديدات تقدير الذات، والشعور الاولي الذي يمر به الفرد هو (التجمد) فهم غير قادرين على التصرف او التفكير ،فهم يشعرون انهم بعيدون عن ذواتهم او واقعم او العالم الذي هم فيه ،ثم يشعرون بالخدر العاطفي ،وبعد ذلك يعون انهم في تجربة صادمة فيقومون بالتفكير بشكل جدي للخروج من المأزق.

(Baumester&other,٢٠٠٣,p.٧٩)

يرى (كامبل،٢٠٠٣) ان صدمة الانا تحدث للأفراد حينما يتعرضون الى ضربات موجعة الى تقديرهم لذاتهم، وان احد الاسباب المؤدية الى ذلك هو فشل الفرد في تكوين علاقات متينة مستمرة، فالرفض من قبل الاخرين ،خصوصا المقربين من

الفرد (الاب او الام او الاخ او الاخت او الزوجة او الصديق ..الخ) تمثل اساس هذا الشعور بالشلل العقلي(٢٠١٤، Jayawickreme)كما ان صدمة الانا تؤدي الى تشكيل مشاعر غريبة لدى مثل الشعور بالحزن لشيء مجهول ،او الغضب لأسباب لا تستحق الغضب، او لوم الفرد لنفسه على كل شيء (Cambel,I٢٠٠٣:٤) .

كما يفسر (كامبل،٢٠٠٧) حدوث صدمة الانا لدى الفرد نتيجة للإخفاقات الاخلاقية التي قد يقع فيها الفرد، فحينما يتعرض الفرد الى حالة سرقة من قبل احد افراد الاسرة دون ان يعرف من سرقة ،حينما سيشعر الفرد بحالة من الخدر العاطفي نظرا لكون هذا السلوك يؤشر على كون البيت فاقد للأمان .

(Cambel,I٢٠٠٧ :٥).

يرى (كامبل،٢٠٠٨) ان تجربة صدمة الانا التي يتعرض لها الفرد تمثل خبرة نفسية مهمة على المدى البعيد ،تحمي الفرد من الوقع مرة اخرى في مثل هذا الموقف، كما يرى ايضا ان الفرد المتعرض الى صدمة الانا ليس شخصا مفككا معرفيا بل هو شخص مخدر بارد الانفعال.

(campbell&brunell,٢٠٠٨:٢٢٢,)

الدراسات التي تناولت صدمة الانا

- **دراسة MARTIN KATAHN AND DONALD F. PAGANO (١٩٩٥):**

اثر التهديدات المتعلقة بتقدير الذات على الشعور بصدمة الانا لدى طلبة المرحلة الثانوية .

سعت الدراسة الحالية الى قياس اثر التهديدات الخاص بتقدير الذات على الشعور بصدمة الانا لدى عينة تجريبية من طلبة المرحلة الثانوية،ولتحقيق اهداف الدراسة فقد قسمت العينة التجريبية الى مجموعتين الاولى تجريبية(٣٠) طالب وطالبة

،والثانية محايدة او ضابطة(٣٠)،وقد طبق على كلا المجموعتين مجموعة من الاختبارات،واثناء تقديم الاختبارات تلقت المجموعة التجريبية تعليمات بطريقة قاسية قللت من احترامهم وتقديرهم لذاتهم بينما لم تتلقى المجموعة الضابطة تلك التعليمات،وفي نهاية التجربة قيست صدمة الانا فوجد ان المجموعة التجريبية تشعر بدرجات عالية من صدمة الانا مقارنة بالمجموعة الضابطة .

دراسة (Campbell et al ٢٠٠٤)

صدمة الانا وعلاقتها بنمو ما بعد الصدمة لدى الاحداث

تسعى الدراسة الحالية الى قياس صدمة الانا وعلاقتها بنمو ما بعد الصدمة لدى عينة من المراهقين الاحداث، ومن اجل تحقيق اهداف الدراسة الحالية فقد اتبع الباحث المنهج الوصفي الارتباطي من خلال عينة من الاحداث بلغت(١٥٠) فرد نصفهم من الذكور والنصف الاخر من الاناث، وقد استعمل الباحث المقابلات الفردية لقياس صدمة الانا من خلال سرد الافراد لبعض القضايا التي تتعلق بصدمة الانا اما بخصوص نمو ما بعد الصدمة فقد طور الباحث مقياس لقياس المتغير، وقد توصلت الدراسة الى ان افراد العينة يعانون من صدمة انا نتيجة للتهديدات الكبيرة لتقدير الذات، كما انهم يطورون استراتيجيات متعددة للنمو ما بعد الصدمة .

منهجية البحث **Research Methodology** :

يعد المنهج الوصفي شكلا من اشكال التحليل ،حيث يعمل على تفسير الظاهرة موضوع البحث تفسيرا علميا دقيقاً، ويحاول تصنيفها وتحليلها واخضاعها للدراسة بشكل دقيق ،فهو لا يسعى الى وصف الظاهرة او الواقع،

بـل الـى الوصـول الـى مجموعـة مـن الاسـتنتاجات التـي تسـاهم فـي فهـم الواقـع بشكل صحيح وتطويره(عبيدات وآخرون،٢٠٠٠: ٢٤٧).

أجـرت الباحثتـان نهجـا وصـفيًا فـي الدراسـة الحاليـة نظـرًا لحقيقـة أن هـذا الـنهج هـو الأكثـر اسـتخداما ولا غنـى عنـه، وبالتـالي فـإن أي ظـاهرة تتطلـب وصـفا وقيمـة تفصـيليا (عبـد الواحـد ، ٢٠٢٢: ٣٧٢) ويعمـل المـنهج الوصـفي علـى التعبيـر عـن الواقـع بطريقـة نوعيـة تـارة فيصـفها ويوضـح خصائصـها، وتـارة اخـرى يعبـر عنهـا بالطريقـة الكميـة حيـث يصـفها بشـكل رقمـي مقـدراً حجـم الظاهرة (عباس وآخرون،٢٠١١: ٤٧).

تحقيقـاً لأهـداف البحـث ،فقـد اعتمـدت الباحثـة فـي البحـث الحـالي (المـنهج الوصـفي الارتبـاطي)، نظـراً لأنـه يتناسـب مـع الدراسـة الحاليـة والإجـراءات المتبعـة والاهـداف التـي تسـعى اليهـا الدراسـة، كمـا ان المـنهج الوصـفي الارتبـاطي هـو مـن أكثـر المنـاهج شـيوعاً واسـتخداماً فـي البحـوث التربوية والنفسية.

ثانياً: مجتمع البحث Society of the Research

يتحـدد مجتمـع البحـث الحـالي بالطلبـة الايتـام (الـذكور، الانـاث) فـي المـدارس (المتوسـطة، الاعداديـة) للعـام الدراسـي (٢٠٢١- ٢٠٢٢)، والبـالغ عـددهم (٥٧١٧٠) طالـب وطالبـة، مـوزعين بواقـع (٢٨١١٩) مـن المرحلـة المتوسـطة،والموزعة بحسـب الجـنس الـى (١٦٨٧١) مـن الـذكور و(١١٢٤٨) مـن الانـاث ،وموزعـة الـى المرحلـة الاعداديـة بواقـع(٢٢٩٠٥١) موزعـة بحسـب الجنس الى (١٥٤٢٨) من الذكور و(١٣٦٢٣) من الاناث

مقياس صدمة الانا :

بعد اطلاع الباحثتان على الأدبيات والدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع البحث الحالي اكتسبت الباحثتان بصيرة بحثها وفهمها له، فضلاً عن مراسلة المنظر (Campell ٢٠٠٣)، عبر الايميل الرسمي، ومراجعة الباحثتان لأدبيات البحث والاطلاع على الدراسات السابقة ساعدتها بأكتساب معرفه وفهم لأسباب ما يوجد في مجال البحث من تناقضات، ومن خلال هذا الأطلاع ، أعتمدت الباحثتان مقياس (**keith campbell.**)، لصدمة الانا، ويعد مقياس صدمة الانا أداة لقياس صدمة الانا لدى الطلبة الايتام ويتكون المقياس من (١١) فقرة ،بتدرج سباعي وقامت الباحثتان بمراسلة صاحب المقياس المنظر (**keith campbell.**) للحصول على موافقته بتعديل المقياس وتكييفه على البيئة العراقية

التحليل الاحصائي لفقرات مقياس صدمة الانا :

لأجل الإبقاء على الفقرات الجيدة في المقياس والتأكد من قدرتها على التمييز بين الأفراد في الصفة المقاسة(الإمام وأخرون، ١٩٩٠: ١١٤)،طبقت الباحثتان مقياس صدمة الانا على عينة التحليل الإحصائي البالغة (٤٠٠) طالب وطالبة من الطلبة الايتام وصححت استمارات الإجابات ، ولاستخراج القوة التميزية لفقرات المقياس تم ترتيب درجات أفراد العينة في استجابتهم على مقياس صدمة الانا (أعلى) درجة كلية إلى (أدنى) درجة كلية .

بعد تطبيق مقياس صدمة الانا على أفراد عينة التحليل الإحصائي، وتصحيح استمارات الإجابة، ولاستخراج القوة التمييزية للفقرات وفق أسلوب المجموعتين المتطرفتين اتبعت الباحثتان الآتي:

أ- تحديد الدرجة الكلية لكل استمارة بعد تصحيحها.

ب- تحديد الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة من أدنى درجة إلى أعلى درجة .

ج- اختيرت نسبة (٢٧%) العليا ونسبة (٢٧%) الدنيا من الدرجات لتمثيل المجموعتين المتطرفتين، وبما أن عينة التحليل مكونة من (٤٠٠) طالباً وطالبة كان عدد استمارات أفراد المجموعة العليا (١٠٨) أما استمارات المجموعة الدنيا فكانت (١٠٨) وبهذا يكون لدينا أكبر حجم وأقصى تباين ممكنين ويقرب توزيعهما من التوزيع الطبيعي(Anastasi, ١٩٧٦: ٢٠٨).

د- تطبيق الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاختبار دلالة الفروق بين المجموعة العليا والمجموعة الدنيا لكل فقرة، وبعد استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لكلتا المجموعتين العليا والدنيا، عدت القيمة التائية مؤشراً على تمييز كل فقرة من خلال مقارنتها بالقيمة الجدولية(١.٩٦) عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٢١٤)، وأظهرت النتائج أن جميع الفقرات مميزة، إذ كانت القيم التائية المحسوبة أعلى من القيمة التائية الجدولية،والجدول (١) يوضح ذلك :

جدول (١) القوة التميزية لفقرات مقياس صدمة الانا

ت	المجموعة العليا		المجموعة الدنيا		القيمة التائية	مستوى
الفقرة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المحسوبة	الدلالة ٠,٠٥
١	٣,٢٣١	٠,٩٦٣	١,٥١٩	٠,٨٢٦	١٣,٨٥٥	دالة
٢	٣,١٢٠	٠,٩٨٣	١,٧٣١	٠,٦٦٤	١٢,٠٠٩	دالة
٣	٣,١٣٩	٠,٩٧١	١,٥١٩	٠,٧٥٥	١٣,٥١٦	دالة
٤	٣,٠١٩	٠,٩٥٧	١,٥٧٤	٠,٧٦٤	١٢,١٠٥	دالة
٥	٣,٣٦١	٠,٨٩١	١,٦١١	٠,٨٥٢	١٤,٥٦٦	دالة
٦	٣,٢٢٢	٠,٩٨٩	١,٦٦٧	٠,٧٤٩	١٢,٨٦٥	دالة
٧	٣,١٠٢	١,٠٤١	١,٦٣٠	٠,٧٩٢	١١,٥٤٨	دالة
٨	٢,٩٤٤	١,١٥١	١,٨٤٣	٠,٨٩٨	٩,٧٠٩	دالة

ـ علاقة درجة الفقرة بالدرجة الكلية:)، استعملت الباحثتان معامل ارتباط بيرسون لاستخراج معامل الارتباط بين درجات كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس، حيث

كانت الاستمارات الخاضعة للتحليل بهذا الأسلوب(٤٠٠) استمارة وهي ذات الاستمارات التي خضعت للتحليل في ضوء أسلوب المجموعتين المتطرفتين، وتبين أن جميع معاملات الارتباط كانت دالة إحصائياً عند مقارنتها بالقيمة الجدولية لمعامل ارتباط بيرسون عند مستوى دلالة (٠.٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨) البالغة (٠.٠٩٨). وهذا يعد مؤشر على ان المقياس صادقاً لقياس الظاهرة التي وضع لقياسها والجدول (٢) يوضح ذلك.

الجدول (٢)

معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس صدمة الانا

رقم الفقرة	معامل ارتباط بيرسون	رقم الفقرة	معامل ارتباط بيرسون
١	٠,٥٧٦	٥	٠,٦٠٢
٢	٠,٥٥٥	٦	٠,٥٦٨
٣	٠,٥٨٧	٧	٠,٥٢١
٤	٠,٥٦٨	٨	٠,٤٣٥

ثبات المقياس :

يقصد بالثبات مدى اتساق المقياس في ما يزودنا بهِ من معلومات عن سلوك الأفراد (أبو حطب وصادق، ١٩٩٦: ١٠١) ويعد حسابه أمراً ضرورياً وأساسياً في القياس، إذ يشير إلى الدقة في درجات المقياس إذا ما تكرر تطبيقه تحت الظروف والشروط نفسها. والثبات مفهوم مركب نعني فيه نوعين، أولهما، بطريقة إعادة التطبيق(Test– Retest) لبيان الاستقرار عبر الزمن(Stability)، وثانيهما بطريقة الصور المتكافئة(Equivalently Forms) لبيان درجة الاتساق الداخلي(Internal consistency).(الزيباري ، ١٩٩٧)

ـ استخدمت الباحثتين نوعين للثبات هما :

طريقة الاختبار– إعادة الاختبار Test–Retest

باستخدام طريقة إعادة الاختبار ، وقياس الثبات بهذه الطريقة التي تسمى معامل الثبات ومع مرور الوقت ، يتطلب إعادة تطبيق المقياس على نفس عينة الثبات مع فارق التوقيت،(جاسم ،٢٠٢٢:٦٣٥) لغرض استخراج الثبات بهذه الطريقة فقد أعيد تطبيق المقياس على عينة الثبات التي تكونت من (٣٠) طالب وطالبة وبفاصل زمني بلغ (١٤) يوماً من التطبيق الأول، حيث بينت آدمز(Adams) بأن إعادة تطبيق المقياس لغرض التعرف على ثباته يجب أن لا يتجاوز الأسبوعين من التطبيق الأول ثم حُسب معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الأول والثاني وبلـغ معامل الارتباط (٠,٨٩) للمقياس، وتعد هذه القيمة مؤشرا جيدا على استقرار إجابات الأفراد على المقياس عبر الزمن.

عرض النتائج وتفسيرها

الهدف الاول : التعرف على صدمة الانا لدى طلبة المدارس الثانوية الايتام.

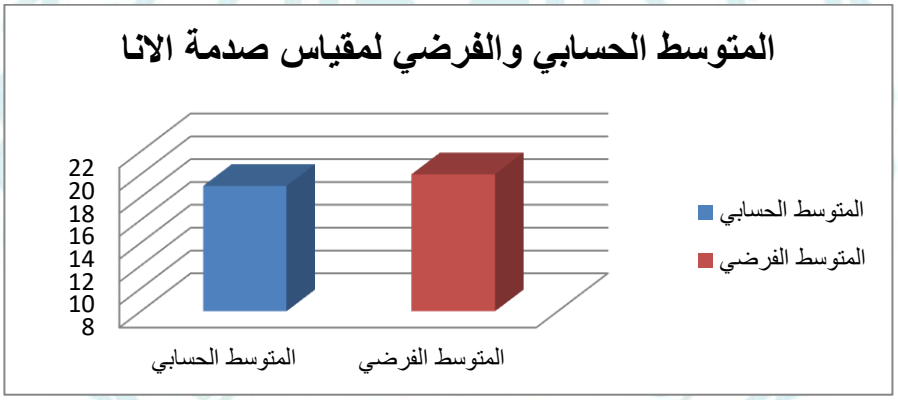
لتحقيق هذا الهدف قامت الباحثة بتطبيق مقياس صدمة الانا المتكون من (٨) فقرات على عينة البحث المتكونة من (٤٠٠) طالب وطالبة. وأظهرت نتائج البحث إلى أن المتوسط الحسابي لدرجات هذه العينة على المقياس قد بلغ (١٨,٩٨٧) درجة وبانحراف معياري قدره (٤,٩٢٩) درجة، ولمعرفة دلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط الفرضي الذي بلغ (٢٠) درجة ، استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينة واحدة ، وتبين ان الفرق دال احصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ولصالح المتوسط الفرضي، إذ بلغت القيمة التائية المحسوبة (٤,١٠٩) هي اكبر من القيمة التائية الجدولية البالغة (١,٩٦)، وبدرجة حرية (٣٩٩) وهذا يعني ان صدمة الانا منخفضة لدى طلبة المدارس الثانوية الايتام لكون المتوسط الفرضي اكبر من

المتوسط الحسابي للعينة وكانت الدلالة لصالح المتوسط الفرضي والجدول (٣) والشكل (١) يوضح ذلك.

جدول (٣)

المتوسط الحسابي والانحراف المعياري والقيمة التائية لمقياس صدمة الانا

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية		الدلالة (٠,٠٥)
					المحسوبة	الجدولية	
صدمة الانا	٤٠٠	١٨,٩٨٧	٤,٩٢٩	٢٠	٤,١٠٩	١,٩٦	دالة لصالح الفرضي



الشكل (١) المتوسط الحسابي والفرضي لمقياس صدمة الانا

إذ يرى (كامبل،٢٠٠٣) ان صدمة الانا تحدث للأفراد حينما يتعرضون الى ضربات موجعة الى تقديرهم لذاتهم، وان احد الاسباب المؤدية الى ذلك هو فشل الفرد في تكوين علاقات متينة مستمرة، فالرفض من قبل الاخرين ،خصوصا المقربين من الفرد (الاب او الام او الاخ او الاخت او الزوجة او الصديق ..الخ) تمثل اساس هذا الشعور بالشلل العقلي، كما ان صدمة الانا تؤدي الى تشكيل مشاعر غريبة لدى مثل

الشعور بالحزن لشيء مجهول ،او الغضب لأسباب لا تستحق الغضب، او لوم الفرد لنفسه على كل شيء (Cambel,I٢٠٠٣:٤) .

و ان تجربة صدمة الانا التي يتعرض لها الفرد تمثل خبرة نفسية مهمة على المدى البعيد ،تحمي الفرد من الوقع مرة اخرى في مثل هذا الموقف، كما يرى ايضا ان الفرد المتعرض الى صدمة الانا ليس شخصا مفككا معرفيا بل هو شخص مخدر بارد الانفعال (campbell&brunell,٢٠٠٨:٢٢٢,)

وقد اختلفت نتائج الهدف الحالي مع نتائج الدراسات السابقة كدراسة (MARTIN KATAHN AND DONALD F. PAGANO ١٩٩٥)،ودراسة((Campbell et al ٢٠٠٤)ودراسة (Rachel Wiley ٢٠١٣

الهدف الثاني: التعرف على الفروق ذات الدلالة الاحصائية في صدمة الانا لدى طلبة المدارس الثانوية الايتام تبعا لمتغير الجنس (ذكور ـ اناث)

لغرض التحقق من هذا الهدف قامت الباحثة بأخذ استجابات عينة البحث البالغة (٤٠٠) طالب وطالبة على مقياس صدمة الانا، وبعد معالجة البيانات إحصائيا ، استخرجت الباحثة متوسطات درجات افراد العينة على المقياس تبعا للجنس(ذكور واناث)، وتبين ان متوسط درجات الذكور (١٨,٨٨٠) بانحراف معياري قدره (٥,٠٤٩) ، ومتوسط درجات الاناث (١٩,٠٩٥) بانحراف معياري قدره (٤,٨١٦) ، ولمعرفة الفروق بين الذكور والاناث استخدمت الباحثة الاختبار التائي لعينتين مستقلتين، وكانت النتائج كما موضحة في الجدول (٤).

جدول (٤)

الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لدلالة الفرق في صدمة الانا تبعاً لمتغير الجنس

المتغير	الجنس	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		الدلالة (٠,٠٥)
					المحسوبة	الجدولية	
صدمة الانا	ذكور	٢٠٠	١٨,٨٨٠	٥,٠٤٩	٠,٤٣٦	١,٩٦	غير دالة
	اناث	٢٠٠	١٩,٠٩٥	٤,٨١٦			

يتبين من الجدول اعلاه عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث في صدمة الانا كون القيمة التائية المحسوبة (٠,٤٣٦) اصغر من القيمة التائية الجدولية البالغة(١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٨).

وتفسر الباحثتان هذه النتيجة المتعلقة بهذا المتغير يعود الى ان الطلبة الايتام لكلا الجنسين(ذكو ـ اناث) يتعرضون الى نفس الظروف ونفس المشكلات ، وبالتالي اسلوب تعاملهم مع صدمة الانا يفترض ان يكون متقارب خصوصا في الوقت الراهن حيث نجد ان الظروف الاجتماعية والنفسية لكلا الجنسين متقاربة وليس هناك تفاوت كبير بينهما

وفي ضوء نتائج البحث الحالي توصي الباحثتان:

١. توجيه ادارات المدارس والمرشدين التربويين في المدارس على ضرورة متابعة مشكلات الطلبة الايتام في المدارس الثانوية خصوصا المشكلات النفسية والتربوية عن طريق اقامة مراكز تقدم الدعم باشكالة كافة.
٢. اقامة برامج ارشادية من اجل معالجة حالات صدمة الانا التي يتعرض لها الطلبة الايتام
٣ . زيادة وعي الاسرة بضرورة متابعة الحالة النفسية للايتام داخل وخارج المدرسة

وفي ضوء نتائج البحث الحالي تقترح الباحثتان:

١. .صدمة الانا وعلاقتها بالذكاء الشخصي لدى الايتام في المرحلة الابتدائية .

٢.صدمة الانا وعلاقتها بقوة الشخصية لدى المصابين بامراض السرطان .

اولاً المراجع العربية :

- أبو حطب، فؤاد وصادق، آمال(١٩٩٦): علم النفس التربوي، ط٦، دار الانجلو المصرية، القاهرة.
- الصبوة، محمد نجيب. (٢٠٠٦م). علم النفس الإيجابي: تعرفه وتاريخه وموضوعاته والنموذج المقترح له. مجلة علم النفس، ص ٢١-٧٠.
- الإمام، مصطفى محمود وآخرون(١٩٩٠) : التقويم والقياس، وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، جامعة بغداد، العراق.
- جاسم ،خالد جمال ، ٢٠٢٢ : نوبات الذعر من كوفيد ٢٠١٩ ، جامعة بغداد ، مجلة البحوث التربوية والنفسية ، العدد (٧٥) المجلد (١٩)
- الزيباري ، صابر عبد الله سعيد . (١٩٩٧) . الخصائص السيكومترية لاسلوبي المواقف اللفظية والعبارات التقريرية في بناء مقاييس الشخصية رسالة دكتوراه (غير منشورة) ، جامعة بغداد ، كلية التربية / ابن رشد .
- زكواري،حسينية(٢٠٢٠):نمو ما بعد الصدمة،المنطلقات المفاهيمية النظرية،مجلة التمكين الاجتماعي،مجلد(١)،العدد(٣).
- صادق، سالم نوري، (٢٠٠٧). اثر الارشاد باسلوب ايقاف التفكير في خفض اضطراب ما بعد .
- صالح، قاسم حسين. (٢٠٠٥): علم نفس الشواذ والاضطرابات العقلية، جامعة بغداد، كلية الآداب .
- عبد العال، تحية محمد احمد ومظلوم، مصطفى علي رمضان. (٢٠١٠): الاستمتاع بالحياة في علاقته ببعض متغيرات الشخصية الايجابية " دراسة في علم النفس "

- عبد الواحد ، عباس فاظل (٢٠٢٢) استخدام نظرية القياس السيكو متري في صياغة مقياس ٣ـGARS لتشخيص اضطراب طيف التوحد ، جامعة بغداد ، مجلة الاستاذ للعلوم الانسانية والاجتماعية ، العدد (٤) المجلد (٦١)
- عبيدات، ذوقان(٢٠٠٠): البحث العلمي، مفهومه وأدواته، وأساليبه، ط ٣ الرياض، دار أسامه للنشر والتوزيع.
- الغريب، رمزية(١٩٨٥): التقويم والقياس النفسي والتربوي، مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، مصر.
- فرج، صفوت(١٩٨٠): القياس النفسي، ط١، القاهرة، مكتبة الانجلو المصرية.
- الكبيسي، كامل ثامر (١٩٨٧). *بناء وتقنين مقياس لسمات الشخصية ذات الأولوية للقبول في الكليات العسكرية لدى طلبة الصف السادس الإعدادي في العراق*،(إطروحة دكتوراه غير منشورة)،كلية التربية ابن رشد ، جامعة بغداد.
- المليجي، حلمي (٢٠٠١) . علم نفس الشخصية، بيروت– لبنان، دار النهضة العربية للطباعة والنشر.
- منصور،طلعت(١٩٩٥): دراسة في الاثار النفسية والاجتماعية للغزو العراقي لدولة الكويت،مجلة الكويت،عالم المعرفة.

ثانياً المراجع الأجنبية :

- Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Muraven, M., & Tice, D. M(١٩٩٨) .Ego-depletion: Is the active self a limited resource? Journal of Personality and Social Psychology،

- Baumeister, R. F., Bratslavsky, E., Muraven, M., & Tice, D. M(١٩٩٨) .Ego-depletion: Is the active self a limited resource? Journal of Personality and Social Psychology،

- Campbell,٢٠٠٣ W. K., Baumeister, R. F., Dhavale, D., & Tice, D. M(.Responding to major threats to self-esteem: A prelim nary, narrative study of ego-shock. Journal of Social and Clini cal Psychology
- Gamefski, Nadia, Kraaij, V, Schroevers, MJ, Somsen, GA. (٢٠٠٨). Post-traumatic growth after myocardial infarction: a personal issue, psychological elevation, or cognitive adaptation? Journal of Clinical Psychology in Medical Equipment, ١٥ (٤), ٢٧٠
- Nunnally, J.C.(١٩٧٨***) Psychometric Theory.***٢nd ed. New York: Mchraw Hall.
- Jayawickreme, Eranda, Blackie, and Laura ER. (٢٠١٤). Post-traumatic growth as personality change: Evidence, controversies, and future directions. European Journal of Personality, ٢٨.٣٣١-٣١٢ - (٤.(
- Seligman, M. E. P. (٢٠١٢). Positive Psychology, positive prevention, and positive therapy . In C. R. Snyder & S.J. Lopez (Eds.) , Handbook of positive psychology (pp.٣-٩). New York: Oxford University Press.