الهروب النفسي لدى طلبة الجامعة

أ.د. لطيفة ماجد محمود Dr.ltifamajed90@gmail.com
عذراء رعد قاسم محمد athraaraadr@gmail.com
كلية التربية للعلوم الانسانية / جامعة ديالى

الكلمة المفتاحية: الهروب النفسي
Keyword: Psychological escape
تاريخ استلام البحث : 2022/6/19
DOI:10.23813/FA/93/7
FA/202301/93A/485

المستخلص
هدف البحث الحالي التعرف الى الهروب النفسي لدى طلبة الجامعة ولتحقيق اهداف البحث قام الباحثتان باستعمال منهج البحث الوصفي و بناء مقياس الهروب النفسي وفق نظرية (Baumeister, 1990) وبعد التحقق من صدق وثبات المقياس طبق المقياس على عينة مكونة من (400) طالب وطالبة من جامعة ديالى وتم اختيارهم بالطريقة العشوائية ذات الأسلوب المتناسب وبعد معالجة البيانات احصائياً تبين ان طلبة الجامعة لديهم هروب نفسي وفي ضوء نتائج البحث الحالي خرج البحث بعدد من التوصيات والمقترحات

The research is extracted from a master's thesis
Psychological escape among university students
The research is extracted from a master's thesis

Prof.Latifa majed mahmud
Athraa raad qasim

Abstract
The aim of the current research is to identify psychological escape among university students. To achieve the goals of the

research, the two researchers built a psychological escape scale according to the theory (Baumeister, 1990). With the same proportional method, and after statistically processing the data, it was found that university students have psychological escape and the absence of statistically significant differences in psychological escape according to gender. In light of the results of the current research, the research came out with a number of recommendations and suggestions.

الفصل الاول – التعريف بالبحث

أولاً: مشكلة البحث (Problem of Research):-

في اغلب الاحيان يظن الناس ان الرغبة في الهروب النفسي محصورة بالضغط النفسي والعصبي ولكن في الحقيقة ان الانسان قد يشعر برغبة في الهروب حتى من ذاته بسبب كثرة الصدمات والضغوطات التي تعرض لها في مراحل حياته فيلجأ للتحرر من هذه الضغوطات واخذ فترة للتعافي من اغلب الهموم . تعتبر الرغبة في الهروب النفسي من اصعب انواع الهروب التي يمكن ان نشعر بها بسبب ان الشخص يشعر انه يسبب الاذى لذاته وانه يريد ان يهرب من كافة الضغوطات والمشكلات وحتى لا تحاصره الذكريات في زاوية وتدمر له حياته ,Baumeister (1990b, p. 92).

أن الأفراد الذين يتعرضون لتجارب الفشل في حياتهم العامة ينخرطون في إجراءات تقلل من مستوى وعيهم الذاتي سواء كان الفشل في الدراسة أو العمل أو حتى في حياته العاطفية فيُعتبر الفشل أحد أصعب المشاعر التي تؤثّر على سعادة الإنسان وتُعيقه عن تحقيق أهدافه التي يصبو إليها فيلجأ للهروب منها الى عالمه الخاص كما إن مشاعر الإحباط للفرد تأتي من عدم النجاح والإخفاق المتكرر في مواقف متعددة أو متتالية وتؤدي الى الهروب النفسي للتخفيف من حدة الضغوطات التي يتعرض لها الفرد في مراحل حياته خاصة هناك احتمالان للهروب النفسي اما الهروب من الوعي الذاتي الى الخيال ويعتبر إجراء تعويضي او الهروب إلى نشاط آخر يكون فيه النجاح أكثر احتمالاً كالهروب الى الانترنت او الالعاب الالكترونية او الى المخدرات او النوم او الاكل ولكنه يخدم الهدف وهو الهروب النفسي (Castanier 2011 80.)

وتجلى مشكلة البحث :-**هل يوجد هروب نفسي لدى طلبة الجامعة**

ثانياً: أهمية البحث (Importance of Research):-

لا يمكن ان تكون الحياه البشرية عبارة عن نجاحات واستقامة على خط واحد وانما تكون معرضة للضغوطات والصدمات والمشكلات وان المتأمل في حال الانسان يجد ان العاقل من فطن انه بعد كل ذنب او خطأ نعيشه او محاولة فاشلة يجب ان يواجه نفسه بأخطائه ويحاول ان يصلحها ولا يهرب منها ويجب ان يتعلم ان اول

خطوة للتخلص من الخطأ هو الاعتراف به وليس الهروب منه وان هناك سلوكيات عديدة ومتنوعة لهروب الافراد من الواقع ويكون الدافع الأساسي هو الرغبة في القضاء على المشاعر السلبية الناشئة عن الضغوط. فبدلاً من التعامل مباشرة معها، يسعى الافراد للهروب منها من اجل التخلص من الشعور بالتوتر عن طريق توجيه انتباه الفرد إلى مكان آخر. وهكذا فعندما لا يكون الفرد مدركاً لنقصه في المواقف التي ولدت لديه الشعور السلبي فسوف يكون خاضعاً للانفعالات الناتجة عن الضغوط التي يتعرض لها (Kuo, 2010, p. 19)

إنَّ تزايد التركيز على الذات يؤدي الى ان تصبح الذات متعبة ومرهقة ويقوم الفرد بعدة إجراءات لكي يتخلص من عبء الوعي الذاتي وكلما زادت المطالب والتوقعات التي تحيط بالذات، كلما زادت قابلية الذات على التقصير, فالضعف دائماً هو مصدر ضغط. ومن ثَّم, سينجذب الافراد إلى الممارسات التي تقلل أو تزيل الوعي الذاتي بشكل مستمر. وقد أدى التركيز المتزايد على الذات في القرون الأخيرة، وإلى جانبه المطالب المتزايدة والضغوط المحيطة بالذات، إلى زيادة الهروب من الذات، بعدة طرائق مثل المازوشية الجنسية والشراهة بالاكل (Baumeister, 1992, p. 23).

إذَّ عندما يكون الأفراد في حالة من الوعي الذاتي- التركيز على الذات، فسوف يميلون إلى مقارنة أنفسهم بمعاييرهم. وغالباً ما تؤدي هذه المقارنة إلى نتائج غير مرغوب فيها, ويمكن استيعابها على انها فشل، مما يؤدي إلى تنشيط دافع الهروب من الذات (Selimbegović & Chatard, 2013, p. 761).

إذَّ يمكن وصف الهروب من الناحية الوظيفية، كآلية تعويضية ناشئة عن انخفاض مستوى تكيف الفرد مع الواقع المحيط، اجتماعياً في المقام الأول (Morgan, 2016, pp.).

ثالثاً: أهدف البحث (Aims of Research):-

يهدف البحث الحالي تعرف الى
الهروب النفسي لدى طلبة الجامعة .

رابعاً: حدود البحث (Limitations of Research):-

يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة ديالى من كلا الجنسين (ذكور_ اناث). وكلا التخصص (علمي _ انساني) وللدراسة الأولية الصباحية للعام الدراسي (٢٠٢١-٢٠٢٢).

خامسا: تحديد المصطلحات (Assigning the Terms):-

-الهروب النفسي Psychological escape

-Baumeister (1990) "ميل الفرد إلى تجنب الوعي الذاتي المؤلم, ويتمثل في هروبه من التفكير الهادف ذو المعنى الرفيع المستوى لتجنب التأثيرات السلبية الناجمة عن تصوراته السلبية عن ذاته عن طريق التفكك المعرفي"

-التعريف النظري:

وقد تبنت الباحثة تعريف **(Baumeister,1990**) للهروب النفسي لاعتمادها على نظرية بوماستر في بحثها المشار إليه أعلاه وللأسباب الاتية:
أ- يعد تعريفا شاملا وملائما لعينة البحث.
ب -قدم(**Baumeister**) إطاراً نظرياً واضحاً ومتكاملاً عن الهروب النفسي .
ج- قامت الباحثة بأعداد مقياس الهروب النفسي المعتمد في الدراسة الحالية معتمداً على الإطار النظري لبوميستر (**Baumeister**).

-التعريف الإجرائي:-

هي الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب (الطالب , الطالبة) على فقرات مقياس الهروب النفسي والذي أعدته الباحثة لهذا الغرض .

الفصل الثاني- النظرية التي فسرت الهروب النفسي

- نظرية الهروب النفسي لبوميستر(Baumeister Theory- 1994)

اهتمت نظرية الهروب النفسي بمجموعة من السلوكيات التي تنبع عندما يدرك الناس ان جزء من هويتهم فاشل في تلبية المعاير المحددة والمطلوبة فيميلون الى تركيز وتضيق انتباههم على البيئة الحالية المباشرة ويكونون غير مبالين لانفسهم وقد اكد العلماء الاجتماعيون ان الناس يفسرون ويبنون المعاني وفق مستويات مرتفعة ومنخفضة وتنطوي المستويات العالية على المعنى وفق مقارنة بين المعاير الذاتية والشخصية اشارت النظرية الى ان الذات هي الشعور المباشر الذي يمكن الفرد من الوصول الى مشاعره واحاسيسه وحتى افكاره. وفي بداية الامر يشعر الفرد بأنه يدرك جسده ويستطيع اتخاذ الخيارات والعمل فيها وتعتبر النفس البشرية من اكثر المفهومات تعقيداً وتجريداً . فمصطلح النفس يشير الى عدة استدلالات وتشير الى شخصية الفرد ومخططاته وسماته وتتضمن ايضاً العلاقات الاجتماعية للفرد

واهتمت النظرية بالسلوكيات التي تنبع عندما يدرك الناس ان جزء من هويتهم يفشل في تلبية المعايير المطلوبة فأنهم يميلون الى تضيق وتركيز انتباههم على البيئة الحالية متجنبين التفكير الهادف والفعال وغير مبالين بأنفسهم

واكدت نظرية الهروب النفسي ل بوميستر انه عندما يتم التركيز على الذات بطريقة مؤلمة فقد تكون النتائج ضارة او غير مرضية فقد يقوم الناس بعمال اشياء ضارة تؤدي الى ان تكون النتيجة ضارة ايضاً واكدت ان هزيمة الذات يكون مدفوع بحالة من الوعي الذاتي المرتفع مصحوب بتأنيب الضمير ، واكدت ان الناس يهربون من الوعي بنواقص الذات بسبب كثرة الضغوطات والمشكلات التي يتعرضون لها في الواقع وتزداد لديهم الرغبة في تقبل المخاطر والاغاثة الفورية بسبب الوعي الذاتي المؤلم المرتفع لديهم لذلك يكون من غير المبرر ان نستنتج ان لدى الناس دوافع لتدمير ذواتهم وانما سلوك هزيمة Self-Defeating الذات يحدث للاشخاص العاديين كنتاج ثانوي غير مرغوب فيه بسبب النتائج غير مرغوب فيها

ان الهروب النفسي هو هروب من الهوية نتيجة لمجموعة من العقبات التي تتعارض مع الفرد وافكاره ومشاعره اوفي عمله ولا يستطيع مواجهتها لانها تتعارض مع

الأفكار التي يؤمن بها وتشمل تلك العقبات الظروف الاجتماعية والاقتصادية وان عدم القدرة على مواجهتها تجعل الشخص يهرب نفسياً من هويته فيلجأ الى مجموعة من من الوسائل كطرق تنفيسية مثل الألعاب والادمان والانتحار في نهاية المطاف لوصف مجموعة من السلوكيات التي تجعل الشخص يفر من التصورات السلبية عن ذاته وقد يساعده على تجنب رد الفعل النفسي السلبي المؤقت عن ذاته وان السلوكيات التي تدفع الشخص للهروب من الذات تكون غير مرغوب بها (.Baumeister, 1990, p92)

الفصل الثالث منهجية البحث وإجراءاته

للوصول إلى أهداف البحث اعتمدت الباحثة منهج البحث الوصفي الارتباطي لا يقتصر هذا المنهج على دراسة الظاهرة وبيان حجمها وخصائصها بل يهدف إلى جمع المعلومات وتحليلها واستنباط الاستنتاجات لتكون أساسًا في تفسيرها (العتبي ، الهيتي ، 2011: ص 25).

منهجية البحث:

للوصول إلى أهداف البحث اعتمدت الباحثة منهج البحث الوصفي الارتباطي، ويعد هذا المنهج البداية التي تنطلق منها المناهج الأخرى، ولا يقتصر هذا المنهج على دراسة الظاهرة وبيان حجمها وخصائصها بل يهدف إلى جمع المعلومات وتحليلها واستنباط الاستنتاجات لتكون أساسًا في تفسيرها فيما بعد (ملحم، ٢٠١٠: ٣٧٠).

ويعتمد المنهج الوصفي انماطًا واشكالاً متعددة منها الدراسات الارتباطية التي تهدف إلى إيجاد العلاقة بين متغيرين، ويساهم هذا المنهج في تقدير العلاقة بين متغيرين أو أكثر من جهة ومعرفة قوة هذه العلاقة من جهة أخرى (فان دالين، 2003 : 18)

-مجتمع البحث

يقصد بمجتمع البحث بانه جميع الأشخاص أو الأفراد ممن يحملون مجموعة من البيانات الظاهرة التي يسعى الباحث إلى أنْ يعمم عليها نتائج البحث (محمد ، 2012: ص 47). ويتحدد مجتمع البحث الحالي بطلبة جامعة ديالى لكلا الجنسين (ذكور - إناث) والتخصص العلمي والإنساني للعام الدراسي (2021- 2022) إذ بلغ عدد الطلبة الكلي (21284) طالبًا وطالبة موزعين بحسب الجنس والتخصص إذ بلغ عدد الطلبة الذكور للتخصص الإنساني (4525) طالبًا في حين بلغ عدد الطالبات الاناث في التخصص الإنساني(7636) طالبة ، أما عدد الطلبة الذكور للتخصص العلمي (4222) طالبًا، في حين بلغ أما عدد الطالبات الاناث في التخصص العلمي (4901) طالبة ، والجدول (1) يوضح ذلك

الجدول (1)
مجتمع البحث موزع بحسب الكُليّة والتخصص والجنس

ت	الكُليّة	التخصص	الذكور	الإناث	المجموع
1	كُليّة التربية الأساسية	إنساني	1727	2625	4352
2	كُليّة التربية للعلوم الإنسانية	إنساني	1465	2820	4285
3	كُليّة العلوم الإسلامية	إنساني	503	1255	1758
4	كُليّة القانون	إنساني	534	515	1049
5	كُليّة التربية المقداد	إنساني	296	421	717
	مجموع الإنساني	5	4525	7636	12161
1	كُليّة العلوم	علمي	544	1120	1664
2	كُليّة الهندسة	علمي	1041	587	1628
3	كُليّة الطب	علمي	289	765	105
4	كُليّة الطب البيطري	علمي	151	142	293
5	كُليّة التربية للعلوم الصرفة	علمي	450	898	1348
6	كُليّة الإدارة والاقتصاد	علمي	533	533	1066
7	كُليّة الزراعة	علمي	200	244	444
8	كُليّة الفنون الجميلة	علمي	164	357	521
9	كُليّة التربية البدنية وعلوم الرياضة	علمي	850	255	1105
	مجموع العلمي	9	4222	4901	9123
	المجموع الكُلّي	14	8747	12537	21284

ـعينة البحث

يقصد بعينة البحث: هي جزء من المجتمع، الذي تجري عليه الدراسة على وفق قواعد خاصة يختارها الباحث لإجراء دراسته عليها؛ لكي تمثل المجتمع تمثيلًا صحيحًا، (اثناسيوس ,1977: 135).

واختيرت عينة البحث الحالي من المجتمع الأصلي للبحث من ستة كليات هي (كلية التربية للعلوم الإنسانية، كلية التربية الأساسية ،كلية التربية الإسلامية ، كلية العلوم،

كلية الزراعة،)، بالطريقة العشوائية الطبقية ذات الاسلوب المتناسب ، وقد بلغت عينة البحث(400) طالب وطالبة، بواقع (157) طالبًا و(243) طالبةً وبنسبة (2%)من المجتمع الكلي للعينة ، وبلغ عدد الطلبة في التخصص العلمي (95) طالبًا وطالبة، في حين التخصص الإنساني بلغ (305) طالبًا وطالبة والجدول (2) يوضح ذلك.

الجدول (2)
عينة البحث الأساسية موزعة بحسب التخصص والكُليّة والجنس

التخصص	الكُليّة	عدد الطلبة		المجموع
		ذكور	إناث	
إنساني	التربية للعلوم الإنسانية	44	83	127
	العلوم الإسلامية	8	22	30
	التربية الأساسية	62	86	148
	المجموع	112	191	305
علمي	العلوم	18	38	56
	الزراعة	6	8	14
	التربية البدنية وعلوم الرياضة	19	6	25
	المجموع	43	52	95
	المجموع الكُلّي	157	243	400

-أداة البحث

إن عملية اختيار أدوات وطرق جمع البيانات والمعلومات من الأمور المهمة جدًا في عملية ابحث العلمي ، وبالتالي لا بد أنْ تتسم هذه العملية بالدقة والجودة العالية ، ولغرض تحقيق أهداف البحث الحالي لابد من وجود أداة يتوفر فيهما الصدق والثبات، وتعد أداة البحث طريقة موضوعية ومقننة لقياس متغير البحث، واختيار الأداة يكون له أهمية في معرفة خصائص السمة المراد قياسها(الضامن،2009: ص 91) .

لتحقيق أهداف البحث الحالي كان لا بد من توفير اداة لقياس الهروب النفسي، وفيما يلي وصف لها.

-مقياس الهروب النفسي

لغرض تحقيق أهداف البحث تطلب وجود مقياس الهروب النفسي وقد قامت الباحثتان ببناء مقياس الهروب النفسي وفق نظرية (**Baumeister ,1990**) المقياس يتكون من (30) فقرة تقيس الهروب النفسي وموزعه على ثلاثة مجالات، الملحق(2) يوضح ذلك وهي:

أولاً/ تجنب التحيز الذاتي :

هو الوعي بالجوانب المختلفة للذات وهو ادراك كل شخص لكل ما يحدث له وادراكه لردود افعاله ولماذا يتصرف هكذا ويتمثل ايضآ بفهم نقاط القوة والضعف

ثانياً/ تجنب التصورات السلبية :
هي عبارعن أفكار تشبه الحفرة العميقة يسقط بها الفرد ولا يستطيع رؤية طريق النجاح وتجعله هذه الأفكار يصطدم بكل ما يؤلمه حتى يشعر بالضياع والفشل والالم ولها لاتأثير على الصحة النفسية والعقلية
ثالثاً/ المجال الثالث (تجنب التفكير الهادف)
هو عملية ذهنية ينظم بها العقل خبراته ومعلوماته من اجلل اتخاذ قرار معين إزاء مشكلة معينة او موضوع معين وفق نسق حيادي متجرد من الهوى والعاطفة في اتخاذ القرار

ـ إعداد تعليمات المقياس:
أعدت الباحثة تعليمات توضيحية للمقياس يمكن من خلالها جعل المستجيب يعرف طريقة عرض الفقرات وكيفية الأجابة عنها بسهولة ويسر ولا يجعل المستجيبين يواجهون صعوبات في كيفية الأجابة عن الأسئلة و تم الأخذ بعين الاعتبار الأمور التي تم ذكرها عند وضع فقرات وتعليمات المقياس وكما يأتي :
1- عدم ذكر الاسم وان الاستمارة تستخدم لأغراض البحث العلمي .
2- عدم ترك فقرة بلا إجابة .
3- الإجابة تحظى بالسرية التامة.
4- ضرورة الإجابة بصراحة ودقة.
5- لا توجد إجابات صحيحة ومخطوءة ؛ لأن أي إجابة تُعد صحيحة طالما أنها تُعبر عن رأيك.
6- وضع علامة (√) تحت احد البدائل الموجودة امام كل فقرة والذي يعبر عن واقع حالك وما تشعر به، وقد اعطت الباحثة مثالا يوضح كيفية الاجابة على المقياس. وراعت الباحثة هذه التعليمات في إخفاء الغرض الحقيقي من المقياس (عدم كتابة اسم المقياس) من اجل الحصول على إجابات صادقة وثابتة.

ـ صلاحية فقرات المقياس (الصدق الظاهري)
تم عرض مقياس الهروب النفسي بصيغته الأولية على مجموعة من المحكمين المختصين بالعلوم التربوية والنفسية والبالغ عددهم (20) محكمًا، وقد طلبت الباحثة من المحكمين فحص الفقرات منطقيًا لتقدير صلاحيتها في قياس ما وضع لقياسه، من حيث ملائمتها ومناسبتها لمستوى أفراد العينة، ومن اجل تحقيق أهداف البحث تم الاعتماد على نسبة اتفاق المحكمين على فقرات المقياس بنسبة (80%) فأكثر للاتفاق بين المحكمين للإبقاء على الفقرة أو حذفها أو تعديلها الملحق (4) ، وفي ضوء آرائهم وملاحظاتهم قامت الباحثة بتعديل الصياغة اللغوية لبعض الفقرات كما في جدول (12)، وبعد مراجعتهم جميع فقرات المقياس اتفقوا بنسبة (80%) على صلاحية الفقرات .

جدول (3)
آراء المحكمين في صلاحية فقرات مقياس الهروب النفسي.

المجال	ت	الفقرات قبل التعديل	الفقرات بعد التعديل
الأوّل	1	احمل في داخلي الكثير من الذكريات المؤلمة	احمل في داخلي خبرات مؤلمة
الثاني	2	ليس لدي رغبة في إقامة علاقات مع الاخرين	ابتعد عن إقامة علاقات مع الاخرين
الثالث	6	لم يعد هناك ما يثير اهتمامي لذلك لا اشعر بطعم الأشياء	أرى بأنه لا يوجد ما يثير اهتمامي لذلك لا اشعر بطعم الأشياء
	7	اشعر انني قليل الحظ في هذه الحياه	اشعر انني سيئ الحظ في هذه الحياه

ـعينة وضوح الفقرات والتعليمات تم التحقق من مدى وضوح الفقرات وتعليمات المقياس بصورته الأولية، والكشف عن الفقرات غير المفهومة للمستجيب، ومدى فهم المستجيبين لها، وحساب الوقت الذي يستغرقه المستجيب للإجابة عن المقياس، وماهي الصعوبات التي يمكن أَنْ تحدث في أثناء تطبيق المقياس على المفحوصين وملاحظة الصياغة اللغوية للفقرات؛ لذلك قامت الباحثة بتطبيق المقياس على عينة عشوائية مكونة من (60) طالبًا وطالبةً من مجتمع البحث والجدول (4) يوضح ذلك:

الجدول (4)
عينة وضوح التعليمات بحسب الكلية والجنس

الكُليّة	الجنس		المجموع
	ذكور	إناث	
كلية العلوم	10	10	20
كُليّة التربية الأساسية	10	10	20
كلية التربية البدنية وعلوم الرياضة	10	10	20
المجموع	30	30	60

وقد قامت الباحثة بتعريف الطلبة بأَنَّ الهدف الأساس من تطبيق المقياس هو البحث العلمي وأوضحت لهم كيفية الإجابة عنها، وبعد الانتهاء من تطبيق المقياس قامت الباحثة بتسجيل الزمن المستغرق للإجابة لكُلّ مستجيب، وتسجيل الملاحظات، وتبيّن أَنَّ فقرات المقياس، وتعليماته، وطريقة الإجابة كانت واضحة ومفهومة لدى أفراد العينة جميعها، وقد كان متوسط الوقت المستغرق للإجابة (11) دقيقة.

-تصحيح مقياس الهروب النفسي

يقصد به وضع درجة الاستجابة للمفحوص على كل فقرة من فقرات المقياس، ومن ثم جمع هذه الدرجات لإيجاد الدرجة الكلية لكل استمارة، واستخدمت الباحثة خمسة بدائل لتقدير الاستجابة على فقرات المقياس وهي (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي احياناً، تنطبق علي نادراً، لا تنطبق علي ابداً)، وتم تحديد خمسة اوزان تقابل البدائل هي (1,2,3,4,5) على التوالي لفقرات المقياس.

-التحليل الاحصائي لفقرات مقياس الهروب النفسي

ان التحليل الاحصائي للفقرات يهدف إلى التحقق من دقة الخصائص السيكومترية للمقياس نفسه، إذ أنّ الخصائص السيكومترية تعتمد إلى حد كبير على خصائص فقراته (Smith,1966:60-70) ، واصدار بعض الأحكام التي قد تحتاجها لإجراء التعديلات المناسبة من خلال التقديرات الكمية لمعاملات التمييز لجعل المقاييس تتضمن الفقرات الأكثر صدقًا وثباتًا، وترى انستازيا (Anastasia,1976) ان عينة التحليل الإحصائي من المفضل ان لا تقل عن (400) فرد لكي تمثل المجتمع بالشكل الصحيح (Anastasia,1976:209).

ومن أجل التحليل الإحصائي لفقرات المقياس الهروب النفسي تم تطبيق المقياس على عينة البحث المكونة من (400) طالبًا وطالبة وكما موضح في جدول (2)

أ-القوة التمييزية للفقرات المقياس

تُعدُّ القوّة التمييزية للفقرات أحد أهم الخصائص السيكومترية التي يمكن الاعتماد عليها في تقويم كفاءة فقرات المقياس في قياس السمة المراد قياسها؛ لأنَّها تؤدي إلى تمييز الأفراد الذين يحصلون على درجات مرتفعة، والذين يحصلون على درجات منخفضة والهدف الأساس من هذه الخطوة إبقاء الفقرات ذات التمييز العالي والجيد فقط (أحمد،1981:6)

-أسلوب المجموعتين المتطرفتين

لأجل حساب القوة التمييزية لكل فقرة من فقرات المقياس قامت الباحثة بالخطوات الآتية:

ترتب الدرجات تنازليًا من أعلى درجة إلى أدنى درجة.

ثمَّ قامت بتحديد المجموعتين المتطرفتين في الدرجة بنسبة (27 %) من الاستمارات، إذ بلغت (108) فردًا من المجموعات العليا و(108) فردًا من المجموعة الدنيا؛ أي بمجموع (216) فردًا.

ثمَّ استعملت الاختبار التائي لعينتين مستقلتين؛ من أجل اختبار دلالة الفرق بين متوسطات المجموعتين العليا والدنيا.

ومن ثمَّ قامت بمقارنة قيمة الاختبار التائي المحسوبة مع القيمة الجدولية؛ وقد تبين أنَّ فقرات المقياس جميعها كانت مميزة (دالّة)؛ لأنَّ القيمة التائية المحسوبة أكبر من القيمة الجدولية والبالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ودرجة حرية (214) وكما موضح بالجدول رقم (5)

جدول (5)
يوضح معامل التميز لفقرات الهروب النفسي

الفقرة	المجموعة	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة الاختبار التائي	النتيجة
1	العليا	108	4.2407	9.5577	1.015	دالة
	الدنيا	108	4.1111	9.2052		
2	العليا	108	3.9630	1.10613	1.315	دالة
	الدنيا	108	2.9259	9.5752		
3	العليا	108	3.7870	1.146645	713	دالة
	الدنيا	108	3.6574	1.9314		
4	العليا	108	4.0093	7.8068	7.875	دالة
	الدنيا	108	2.7500	1.31280		
5	العليا	108	3.7407	7.5773	5.714	دالة
	الدنيا	108	3.2778	1.17461		
6	العليا	108	2.6944	9.6185	5.690	دالة
	الدنيا	108	2.2685	1.28683		
7	العليا	108	4.6481	0.98073	5.240	دالة
	الدنيا	108	3.6759	1.30725		
8	العليا	108	3.6852	1.41602	4.726	دالة
	الدنيا	108	2.4630	1.37688		
9	العليا	108	4.1111	0.61368	13.423	دالة
	الدنيا	108	2.6852	1.37462		
10	العليا	108	3.6667	0.37947	13.738	دالة
	الدنيا	108	2.3981	1.44290		
11	العليا	108	4.2685	1.18090	9.844	دالة
	الدنيا	108	3.0185	1033398		
12	العليا	108	3.2593	1.34997	9.953	دالة
	الدنيا	108	2.5741	1.24583		
13	العليا	108	4.4907	0.55535	16.124	دالة
	الدنيا	108	3.3981	1.47211		
14	العليا	108	3.2500	0.38893	17.193	دالة
	الدنيا	108	2.3056	1.25645		
15	العليا	108	3.8796	0.33320	16.642	دالة
	الدنيا	108	2.9630	1.31727		
16	العليا	108	3.4352	0.93766	11.569	دالة
	الدنيا	108	2.1389	1.26167		
17	العليا	108	3.3519	o.78582	13.944	دالة
	الدنيا	108	2.0926	1.22577		
18	العليا	108	3.3333	1.26786	13.405	دالة
	الدنيا	108	2.8611	1.42382		
19	العليا	108	4.2407	1.11800	16.615	دالة
	الدنيا	108	3.0185	1.62907		

20	العليا	108	3.4167	1.13669	9.107	دالة
	الدنيا	108	2.0648	1.10456		
21	العليا	108	3.3241	1.43279	13.398	دالة
	الدنيا	108	2.3981	1.32510		
22	العليا	108	4.2778	1.03971	10.907	دالة
	الدنيا	108	2.7778	1.52446		
23	العليا	108	3.6759	1.06630	12.555	دالة
	الدنيا	108	2.5093	1.31487		
24	العليا	108	3.3981	1.15960	15.089	دالة
	الدنيا	108	2.1574	1.13699		
25	العليا	108	4.1389	1.09765	15.886	دالة
	الدنيا	108	3.2407	1.47800		
26	العليا	108	4.1111	0.96027	18.027	دالة
	الدنيا	108	3.2407	1.42652		
27	العليا	108	4.5741	0.81118	13.120	دالة
	الدنيا	108	3.7037	1.45499		
28	العليا	108	4.5093	0.77935	10.478	دالة
	الدنيا	108	3.5463	1.38337		
29	العليا	108	3.1667	1.21901	15.255	دالة
	الدنيا	108	2.3241	1.31012		
30	العليا	108	4.3796	1.14155	5.624	دالة
	الدنيا	108	3.3241	1.58160		

2- علاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس

ويقصد بها إيجاد معامل الارتباط بين الأداء على كل فقرة من فقرات المقياس والأداء على المقياس بأكمله إذ جرى استعمال معامل ارتباط بيرسون لاستخراج العلاقة الارتباطية بين كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس باستعمال عينة التحليل ذاتها للفقرات والبالغة (400) فردٍ فتبين أَنَّ جميع الفقرات ترتبط بالدرجة الكلية للمقياس ارتباطًا ذا دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (0.05)، جدول (4) يوضح ذلك، وبعد الحصول على النتائج ومقارنة معاملات الارتباط بالقيمة الجدولية لمعامل الارتباط تبين أَنَّ جميع فقرات المقياس ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0.05) .

رقم الفقرة	قيمة ر المحسوبة	نوع دلالة الارتباط عند 0,05	رقم الفقرة	قيمة ر المحسوبة	نوع دلالة الارتباط عند 0,05
1	2.345	دالة	20	9.107	دالة
2	5.664	دالة	21	13.398	دالة
3	6.342	دالة	22	10.907	دالة
4	7.875	دالة	23	13.188	دالة
5	5.714	دالة	24	12.555	دالة

6	5.690	دالة	25	15.089	دالة
7	5.240	دالة	26	15.886	دالة
8	4.726	دالة	27	18.027	دالة
9	13.423	دالة	28	13.120	دالة
10	13.738	دالة	29	10.478	دالة
11	9.884	دالة	30	15.255	دالة

ـالخصائص السايكومترية للمقياس:

أَوّلًا: صدق الأداة: يُعَدُّ الصدق من الخصائص المهمة للاختبارات النفسية والتربوية الجيدة؛ بل يرى بعضهم أَنَّ الصدق هو من أهم شروط الاختبار الجيد (غنيم، 2004: 88).

وقد استعملت الباحثتان أكثر من طريقة للتحقق من الصدق منها:

1. الصدق الظاهري: وهو يدلّ على المظهر العام للمقياس أو الصورة الخارجية له من حيث نوع المفردات، وكيفية صياغتها وإنَّ عرض الفقرات على مجموعة من المحكمين للحكم على صلاحيتها في قياس الخاصية المراد قياسها صدقًا ظاهريًا يعطي لأكثر من محكم ويمكن تقويم درجة الصدق الظاهري للاختبار عن طريق التوافق بين تقديرات المحكمين (Ebel & Friable, 2009 :243).

2. الصدق البنائي: يتسم المقياس بصدق البناء إذا كان يقيس البناء السمة التي صمم لقياسها؛ أي يكون المقياس صادقًا من حيث البناء إذا تطابقت الدرجات مع الافتراضات النظرية،

ثانيآ: ثبات المقياس: يقصد بالثبات خلو درجات الاختبار من الأخطاء غير المنتظمة التي تشوب القياس؛ فدرجات الاختبار تكون ثابتة إذا كان الاختبار يقيس سمة معينة قياس متسقًا مع الظروف المتباينة التي تؤدي إلى أخطاء القياس؛ فالثبات بهذه المعنى يعني الاتساق أو الدقة في القياس (علّام، 2000: 131). ولحساب معامل الثبات استعملت الباحثة طريقتين هما:

أ. طريقة إعادة الاختبار: (**Test – Retest**) تفترض هذه الطريقة إجراء الاختبار على مجموعة معينة من الأفراد واستخراج نتائجها، ثمَّ إعادة الاختبار على المجموعة نفسها بعد أسبوعين، ثمَّ استخراج النتائج مرّة ثانية، ونجد معامل الارتباط ما بين الاختبارين سمي معامل الارتباط بهذه الطريقة معامل الثبات (معامل الاستقرار)، وفي هذه الدراسة جرى تطبيق المقياس على عينة الثبات البالغة (60) طالبًا وطالبةً (الجدول 2)، ومن ثمَّ إعادة التطبيق بعد مرور أسبوعين من التطبيق، وبعدها جرى حساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات الأفراد في التطبيق الأوّل ودرجات التطبيق الثاني باستعمال معامل ارتباط بيرسون، وقد بلغ معامل الثبات (0.80) وهذا يُعَدُّ معامل ارتباط جيد يمكن الاعتماد عليه (الأسدي وفارس، 2015: 200).

مقياس الهروب النفسي بصيغته النهائية :

تكون مقياس الهروب النفسي من (30) فقرة انظر الملحق (5)، وتضمن المقياس ثلاثة مجالات وهي (تجنب الوعي الذاتي ,تجنب التصورات السلبية ,تجنب التفكير الهادف)، وقد وضع للمقياس خمسة بدائل هي (تنطبق علي دائماً، تنطبق علي غالباً، تنطبق علي احياناً، تنطبق علي نادراً، لا تنطبق علي ابداً)، وتم اعطاء الدرجات (1،2،3،4،5) لفقرات المقياس ، وتم استخراج الخصائص السيكومترية للمقياس (0.05)

ـعرض النتائج وتفسيرها

يتضمن هذا الفصل عرض نتائج البحث وتفسيرها بحسب أهدافها على وفق الاطار النظري والدراسات السابقة فضلاً عن الاستنتاجات والتوصيات ، وفيما يلي عرض النتائج التي توصل إليها البحث في ضوء الأهداف، ومن ثم الخروج بمجموعة من التوصيات والمقترحات في ضوء تلك النتائج :ـ

التعرف إلى الهروب النفسي لدى طلبة الجامعة .

لقد اظهرت نتائج البحث بعد تطبيق مقياس الهروب النفسي على عينة البحث التطبيقية البالغة (400) طالبًا وطالبة، وان متوسط درجات الهروب النفسي لدى الطلبة المشمولين بالبحث هو (100.142)، وبانحراف معياري مقداره (19,086)، وعند مقارنة هذا المتوسط بالمتوسط الفرضي للمقياس والبالغ (81)، يلاحظ انه أكبر من المتوسط الفرضي للمقياس، وعند اختبار الفرق بين المتوسطين باستعمال معادلة الاختبار التائي لعينة واحدة (البياتي ، 1977: ص254) تبين انه ذو دلالة معنوية عند مستوى (0.05) وبدرجة حرية (399) كما يوضح الجدول (20).

جدول (20)

الاختبار التائي للفرق بين متوسط درجات الهروب النفسي والمتوسط الفرضي للعينة

المقياس	متوسط العينة	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	النتيجة
الهروب النفسي	100,142	19,086	81	20,058	1.96	دالة

مما يشير إلى إنّ عينة الطلبة لديها هروب نفسي، علمًا ان القيمة الجدولية للاختبار التائي تبلغ (1.96)، وعند مستوى (0.05)، ودرجة حرية (399) ، ولأن القيمة التائية المحسوبة (20,058) اعلى من القيمة التائية الجدولية (1.96)، وتفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء ما جاءت به نظرية (Baumeister 1990) التي اكدت على ان هناك بمجموعة من السلوكيات التي تنبع عندما يدرك الناس ان جزء من هويتهم فاشل في تلبية المعاير المحددة والمطلوبة فيميلون الى تركيز وتضيق

انتباههم على البيئة الحالية المباشرة ويكونون غير مبالين لانفسهم لذلك يرتفع عند الطلبة الهروب النفسي من ذواتهم ومن واقعهم بسبب كثرة المشكلات والضغوطات التي يتعرضون لها في حياتهم (Baumeister 1997b, p. 681)

-الاستنتاجات

في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث الحالي يمكن استنتاج ما يأتي :
يوجد لدى طلبة الجامعة هروب نفسي من كافة المشكلات والضغوطات التي يتعرضون لها في الواقع .

-التوصيات

استنادًا إلى النتائج التي توصل إليها البحث الحالي فأن الباحثة توصي بما يأتي :-
1- على تدريسيي الجامعة الاهتمام بالنواحي النفسية التي لها دور مهم وفعال في التغلب على المشكلات والضغوطات في الواقع لزيادة طموحهم ودافعيتهم للإنجاز والتفوق .
2- على الهيئة التدريسية عمل ندوات وورش تربوية للتخصصات العلمية لتعليم الطلبة حب انفسهم والاهتمام بها .

-المقترحات

استكمالاً للبحث الحالي تقترح الباحثة إجراء الدراسات الآتية :-
1- إجراء دراسة مماثلة للدراسة الحالية على عينات أخرى مثل (اساتذة الجامعة، المدرسون، فاقدي الوالدين، الارامل) .
2- دراسة الهروب النفسي وربطها بمتغيرات أخرى مثل (التفكير التخيلي , والتفكك المعرفي ، الضغوط ،).

المصادر

1. أثناسيوس ، زكريا والبياتي ، عبد الجبار توفيق (1977) : الإحصاء الوصفي والإستدلالي في التربية وعلم النفس ، بغداد
2. أحمد ، نصر محمود صبري (2005) : البناء العاملي للتخيل العقلي في علاقته بالإبتكارية وحل المشكلات ، أطروحة دكتوراه ، كلية التربية – جامعة الزقازيق
3. الاسدي ,عباس حنون مهنا(2013):علم النفس المعرفي,بغداد,مطبعة العدالة
4. الضامن,ناصر عبد الله سعد(2006):علاقة الجمود الفكري(الدوجماتية)بأنماط التعلم والتفكير لدى طلاب وطالبات المرحلة الثانوية في المدينة المنورة,أطروحة ماجستير ,جامعة أم القرى.الاسدي ,عباس حنون مهنا(2013):علم النفس المعرفي,بغداد,مطبعة العدالة
5. علام, صلاح الدين محمود(2014):الاختبارات والمقاييس التربوية والنفسية, كلية التربية, جامعة الأزهر ,دار الفكر للنشر والتوزيع, عمان ,الأردن.

6. غنيم احمد سليمان والخليلي,يوسف خليل(1988):الإحصاء للباحث في العلوم التربية والعلوم الإنسانية ,ط1,دار الفكر ,عمان.

7. Baumeister, R. F. (1988). Masochism as escape from self .Journal of Sex Research, 25(1), 28-59.
8. Baumeister, R. F. (1989). Masochism and The self. Hillsdale, NJ: Erlbaum.
9. Baumeister, R. F. (1990a). Anxiety and deconstruction: On escaping the self. In J. M. Olson & M. P. Zanna (Eds.), Self-Inference Processes: The Ontario Symposium (Vol. 6, pp. 259-291). Hillsdale, NJ: Erlbaum.
10. Baumeister, R. F. (1990b). Suicide as escape from self. Psychological Review, 97(1), 90-113.
11. Baumeister, R. F. (1992). Neglected aspects of self-the . motivation, interpersonal .aspects, culture, escape, and existential value. Psychological Inquiry, 3(1), 21-25.
12. Baumeister, R. F. (1997a). The enigmatic appeal of sexual Advait,Advait.(2012).Effect of Mindfulness