مركزأ. د. أحمد المنشاوى
للنشر العلمى والتميز البحثى
مجلة دراسات في مجال الارشاد النفسي والتربوي

======

الخصائص السيكومترية لمقياس الهزيمة النفسية لمضطربي تبدد الشخصية والانفصال عن الواقع لدي عينة طلاب المرحلة الثانوية

إعداد

ا.د/ عماد احمد حسن علي
أستاذ ورئيس قسم علم النفس التربوي
كلية التربية – جامعة اسيوط

د/رجب أحمد علي
مدرس الصحة النفسية
كلية التربية – جامعة اسيوط

ا/ آية أشرف عبد الحميد توفيق
تخصص صحة نفسية
كلية التربية – جامعة اسيوط

﴿المجلد الثامن – العدد الثالث – يوليو ٢٠٢٥م﴾
https://dapt.journals.ekb.eg
Your username is: ali_salah790@yahoo.com
Your password is: ztu6y8qupw

مستخلص البحث:

هدف البحث الحالي إلي التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الهزيمة النفسية لدي مضطربي تبدد الشخصية و الانفصال عن الواقع من طلاب المرحلة الثانوية . شارك في الدراسة ٢٠٠ طالبة من طلاب المرحلة الثانوية بمدرسة أحمد عبدالرحيم الثانوية بنات بمحافظه أسيوط ، تراوحت أعمارهم بين (١٦_ ١٨) سنة ، بمتوسط حسابي قدرة (١٧.٢) سنة و أنحراف معيارى قدرة (١.٩) . وتم تقسيم مجموعة الدراسة بالتساوي إلي مجموعتين (تجريبية و ضابطة) ـ اعتمدت الدراسة علي المنهج الوصفي السيكومتري و لتحقيق أهداف الدراسة أعدت الباحثة مقياسا لمعرفة الطلاب ذوي اضطراب تبدد الشخصية والانفصال عن الواقع من طلاب المرحلة الثانوية ، تحققت الباحثة من الخصائص السيكومترية لاختبار الصدق والثبات من خلال صدق المحكمين ، وصدق الاتساق الداخلي . وحساب ثبات المقياس بطريقة الفأ كرونباك ومقياس الذكاء لرأفن ، وذلك عن طريق تطبيق مقياس الهزيمة النفسية علي المجموعتين (التجريبية والضابطة وتمثلت أدوات البحث في : ١ _ مقياس الهزيمة النفسية (إعداد الباحثة) ٢_ مقياس اضطراب تبدد الشخصية والانفصال عن الواقع (إعداد الباحثة) . وكشفت نتائج البحث عن توافر الصدق الظاهر للمقياس ، كما توفر للمقياس درجة مقبولة من الاتساق الداخلي ، حيث تم حساب معاملات ارتباط للمقياس بين فقرات المقياس والدرجة الكليه عليها ، وكانت جميع قيم معاملات الارتباط اكبر من (٠.٥) و دال احصائيا عند مستوي (٠.٠١) كما حقق المقياس درجة ثبات مرتفعة (٨٩ . ٠) حيث تم حساب معامل الثبات باستخدام معامل ألفا كرمباخ وبطريقة إعادة التطبيق ويتضح من الاجراءات التي قامت بها الباحثة ان المقياس صادق وثبات بدرجة مطمئنه في قياس الهزيمة النفسية وهو يقيس ما وضع لقياسه ، واوصت الدراسة باستخدام المقياس في مجتمع الدراسة.

الكلمات المفتاحية : الخصائص السيكومترية / الهزيمة النفسية / اضطراب تبدد الشخصية والانفصال عن الواقع.

Psychometric Properties of the psychological defeat scale for High School Students with Depersonalization and Separation from reality

Professor Dr Emad Ahmed Hassan Ali

Senior Professor, Department of Educational Psychology

Faculty of Education, Assiut University

Dr Ragab Ahmed Ali

Lecturer of Mental Health

Faculty of Education, Assiut University

Aya Ashraf Abdel Hamid Tawfiq

Abstract:

The current study aimed to develop a scale to measure psychological defeat among secondary school students with depersonalization order and detachment from reality . The exploratory sample consisted of 200 secondary school students at Ahmed Abdel Rahim Secondary school for Girls in Assuit Governorate , to verify the efficiency of the psychometric study tools , and a core group of 100 students , aged between 16 _ 18 years , with an arithmetic mean of 17,2 years and a standard deviation of 10,9 , The study group was divided equally into two groups (experimental and control) . The study relied on the descriptive psychometric approach , To achieve the study objectives , the researcher developed a scale to identify students with depersonalization disorder and detachment from reality among secondary school students , the researcher verified the psychometric properties of the validity and reliability test through the validity of the arbitrators and the validity of internal consistency . The reliability of the scale was

calculated using the Cronbach alpha_ counting method and the compassion ate Intelligence scale , by applying the psychological defeat scale to the two groups (experimental and control). The results of the study showed that the scale has high validity and reliability indictors , which confirms the suitability of the scale and its achievement of the goal for which it was prepared . Therefore , the researcher recommended conducting more studies aimed at reducing psychological defeat among people with depersonalization disorder .

Keywords:psychometric properties psycholog: cal deleat , Depersonlaization , and separation from reality

مقدمة البحث :

يعد الاهتمام بطلاب المرحلة الثانوية مؤشرا علي تقدم و رقي الأمم . كما أن الاهتمام بخفض الهزيمة النفسية لديهم من الضروريات لمساعدتهم علي التكيف مع حياتهم والتأقلم مع المجتمع واستغلال طاقتهم وجعلهم فعالين ولهم اثرا ايجابيا في المجتمع .

ولما كان الأثر الأكبر لتبدد الشخصية و الانفصال عن الواقع يزيد شعور الطلاب بالهزيمة النفسية ، فإن أهم دور ينبغي علي البرامج التربوية والتدريبية المقدمة للطلاب القيام به هو مساعدتهم في خفض تبدد الشخصية والانفصال عن الواقع الذي بدوره يخفض الهزيمة النفسية .وهذا ما أكدت عليه دراسة (Hunter et al., 2004) ، (Sierra et al , 2005) ، (Michal et al ., 2025) .

كما تؤثر الهزيمة النفسية بدرجة كبيرة علي الطلاب ، حيث أنها تفقد شعوره بالرضا عن حياته وتعيق تقدمه وتحبط آماله نحو المستقبل . فإن تأثر الهزيمة النفسية علي الفرد أكثر من الهزيمة المالية أو الاقتصادية وغيرها . ولقد حذر الله ـ تعالي ـ عباده المؤمنين من سلوك هذا السبيل و الوقوع في ذلك المأزق فقال جل شأنه : " ولا تهنوا ولا تحزنوا وأنتم الأعلون إن كنتم مؤمنين " (آل عمران : ١٣٩) .

الهزيمة النفسية أو الانهزامية في أعلي معانيها حالة من الشعور بالعجز وقلة الحيلة و انعدام الفاعلية الشخصية في الحياة ، و التعاسة العامة و هي دالة في جزء منها علي الأقل للتعرض للأحداث الصادمة و الظروف العصيبة ، والأحداث الحياتية الضاغطة ، خاصة اذا صادفت بناء نفسيا هشا قابلا للانكسار نتيجة أساليب التنشئة الأجتماعية غير السوية ، فضلا عن ارتباطها بالتعرض لعمليات القهر و الإكراه بما لها من تأثيرات سلبية علي شخصية المقهور محمد السعيد عبدالجواد أبو حلاوة ، راشد مرزوق راشد (٢٠١٣).

ونخص بالذكر أثر الهزيمة النفسية علي الشخصية فإنها تعمل علي تبدد الشخصية والانفصال عن الواقع فقد يراود العديد من الأشخاص أنواع مختلفة من الشعور الذي لا يمكن تفسيره الا من قبل الطبيب المختص ، إلا ان الشعور بأن الشخص في حلم أو أن الشخص يراقب

نفسه من خارج جسده نتيجه الأنفصال عن الجسد و الأفكار فهي حالة تسمي " اضطراب تبدد الشخصية و الانفصال عن الواقع " وهي حالة طبية نفسية . و بالتالي الشعور بإفتقار القدرة علي المشاركة الاجتماعية و الاحساس بالرفض الاجتماعي الأمر الذي يشعر الفرد انه يعيش في عالمين وواقعين مختلفين متناقضين ومختلفين عن بعضهما البعض عثمان محمد (٢٠٢١).

مشكلة البحث :

انبعثت مشكلة البحث الحالي من خلال الخبرة المهنية للباحثة مع طلاب المرحلة الثانوية حيث تم ملاحظة الشعور المستمر بالهزيمة النفسية مما يؤثر سلبا علي الشخصية و تقدمها و يعيق التواصل بينهم و بين أقرانهم و معلميهم . كما أكدت نتائج الدراسات والبحوث علي الأثار السلبية المترتبة علي الشعور بالهزيمة النفسية و أثره علي تبدد الشخصية و انفصالها عن الواقع . فقد كان الطلاب في حاله من التوهان وعدم ادراك ما يحدث وكانوا يتحدثوا عن شعورهم وهو عدم شعورهم بالحضور والتواجد وكانهم في حلم أو ينظروا لانفسهم كانهم شخص اخر.

وقد لاحظت الباحثة من خلال مناقشه بعض الطلاب ان لديهم ارتفاع في مستوي الهزيمة النفسية ، وقد يرجع ذلك إلي الضغط النفسي الواقع عليهم ـ لذا ينبغي علي أولياء الأمور و المعلمين تخفيف الضغط علي الطلاب من الناحية التعليمية والاجتماعية وكل النواحي الاخري المرتبطة بالطلاب .

إضافة إلي ذلك يجب تشجيع الطلاب علي التخلص من الشعور بالضغط و القلق و الاحباط و تعزيز ثقتهم في أنفسهم وتقويتهم و تشجيعهم علي مواجهة مخاوفهم و الصعاب التي تعترض طريقهم وذلك من خلال البرنامج الإرشادي المعرفي السلوكي، حيث يعد المعالج السلوكي الماهر حقا هو المعالج الذي بمقدوره أن يضفي المفاهيم علي المشاكل سلوكيا ، ويقوم بالترجمة اللازمة حتي يتفاعل مع العميل بطريقة مطمئنه وعاطفية (Goldfried & Davison , 1994 , p.56) .

إن نسبة الهزيمة النفسية لدي طلاب المرحلة الثانوية يمكن ان تختلف بناءا علي عدة عوامل مثل : البيئة المدرسية والضغوط الاكاديمية والمشاكل الشخصية وتقدر نسبة الطلاب

ذوي الهزيمة النفسية ما بين ١٠ _ ٣٠ % من طلاب المرحلة الثانوية . ويمكن ان تختلف النسبة بناء علي السياق الثقافي والاجتماعي و الاقتصادي . وبناءا علي ذلك فان اضطراب تبدد الشخصية والانفصال عن الواقع يمثل ما بين ٥ _ ٢٠ % لدي طلاب المرحلة الثانوية ويمكن ان تختلف النسبة بناءا علي السياق الثقافي والاجتماعي والاقتصادي .

الامر الذي يستوجب إعداد اداة تتمتع بخصائص سيكومترية من حيث الصدق والثبات في تحديد الهزيمة النفسية لدي طالبات المرحلة الثانوية ؟

أهداف البحث :

_ يهدف البحث الحالي إلي إعداد اداة قياس لتقدير نسبة الهزيمة النفسية لدي طالبات المرحلة الثانوية في المرحلة العمرية المستهدفة والتحقق من الخصائص السيكومترية لها .

أهمية البحث :

تتمثل الأهمية النظرية و التطبيقية في البحث الحالي كالتالي :

الاهمية النظرية :

_ فضلا عن ندرة الدراسات والبحوث التي تتناول الهزيمة النفسية بصفة عامة في البيئة العربية، والتي تناولت تبدد الشخصية والانفصال عن الواقع بصفة خاصة لدي طالبات المرحلة الثانوية .

_ تزويد المكتبة العربية بخاصة الأدبيات النفسية بأداة قياس متخصصة عملية و سهلة تراعي خصائص المهزومين نفسيا. **الأهمية التطبيقية :**

_ تقديم رؤية علمية وتطبيقية في مجال قياس وتقييم ذوي الهزيمة النفسية .

_ تحسين الهزيمة النفسية لدي طالبات المرحلة الثانوية .

_تعميم مقياس الهزيمة النفيسية علي المدارس والموسسات والمراكز .

_ تفتح الدراسة المجال لدراسات اخري مستقبليه في مجال الصحة النفسية .

محددات البحث :

تحددت نتائج الدراسة الحالية بالطلاب المشاركين بالدراسة من طالبات مدرسة أحمد عبدالرحيم الثانوية بنات بالقوصية محافظة أسيوط وعددهم ٢٠٠ طالبة ، لتقنين أدوات الدراسة ، والتي تتراوح أعمارهم الزمنية بين ١٦ _ ١٨ سنة ، وبأدوات الدراسة المتمثلة في : مقياس الهزيمة النفسية والأساليب الاحصائية المستخدمة للتحقق من كفاءة المقياس و استخلاص النتائج.

المفاهيم الاجرائية للبحث :

- **الخصائص السيكومترية Psychometric Propeties**

الخصائص السيكومترية هي مجموعة من الأدوات الإحصائية التي تُستخدم لتقييم جودة مصداقية الاختبارات و المقاييس النفسية . و هي ضرورية لضمان أن الاختبارات تقيس ما يُفترض أن تقيسه بدقة و موثوقية . (Paula, B., EricJ, M., DanielN, M., Susan L, H.,& Catherine, R. 2008).

- **الهزيمة النفسية Psychological Defeatism:**

الهزيمة النفسية Psychological Defeat متغير نفسي متعدد الأبعاد وذات تداخل في الوقت نفسه مع عدد من المفاهيم النفسية الأخرى، وتلزم الحاجة إلى تقديم تصور نظري لوصفه وتفسيره وتحديد ملامحه وأبعاده وديناميات تكوينه والكشف عن البناء النفسي العام لذوي المستويات المرتفعة من الشعور بالهزيمة النفسية، في إطار الافتراض النفسي العام الذي يتبناه الباحثان والذي مفاده أن للشعور بالهزيمة النفسية قوة تمييزية بين ذوي المستويات المرتفعة وذي المستويات المنخفضة في الذكاء الوجداني وأسلوب حل المشكلات والرضا عن الحياة (محمد السعيد أبو حلاوة، راشد مرزوق راشد رزق، ٢٠١٣) .

وتُعرف الهزيمة النفسية بأنها حالة من الشعور بالعجز وقلة الحيلة وانعدام الفاعلية الشخصية في الحياة والتعاسة العامة، وهي دالة في جزء منها على الأقل للتعرض للأحداث الصادمة والظروف العصيبة والأحداث الحياتية الضاغطة، خاصة إذا صادفت بناء نفسيًا هشًا قابلًا للانكسار نتيجة أساليب التنشئة الاجتماعية غير السوية، فضلًا عن ارتباطها بالتعرض

لعمليات القهر والإكراه بما لها من تأثيرات سلبية على شخصية المقهور (محمد السعيد أبو حلاوة، ٢٠١٢)، أو حالة الانكسار التي تتبدى في الإحساس بالعجز وقلة الحيلة وانعدام الفعالية في الحياة نتيجة التعرض للأحداث الصادمة والتغيرات العصيبة في الأحداث الحياتية، فكلما زادت معاناة الأفراد من الصراعات الفكرية وخلخلة القيم والاحباط والفوضى والحرمان ازداد شعورهم بالانهزام النفسي (فضل إبراهيم عبد الصمد، ٢٠١٣)، أو حالة من اليأس والاحباط التي تتغلغل في نفوس الكثيرين، إضافة إلى أنها وسيلة إستراتيجية شديدة التأثير (يوسف عبد اللاوي، ٢٠١٦).

والمستقرئ لما سبق يجد أن التعريفات جميعها تتفق على أن الهزيمة النفسية فيها معنى اليأس والانكفاء والذل والاستكانة، وفيها معنى الشعور بالرعب، كما تشتمل على الشعور بالخجل، جراء التقصير وعدم القدرة على المواجهة (أسماء بنت عبد الرحمن عبد الله العمري، ١٤٣٥ هـ)، أو حالة من الاحباط، يتضاعف معها مشاعر الخوف والقلق (علي حسين راجح القدمي، وغيلان عبد القادر الشرجبي، ٢٠٠٨).

وتعرفها الباحثة بأنها شعور الشخص بالعجز و الفشل و ضعف الارادة و الاستسلام و الانكسار أمام ضغط الواقع المخالف للمبادئ التي يحملها و الظلم الذي يعيشه ، مما يجعله يستسلم لأعدائه أو ينسحب من عمل الخير و يبتعد عن تحمل المسئوليات ، و قد يؤدي الأمر الي التصالح مع الواقع و الرضا به و محاولة تجميل الظلم ليستطيع التعايش معه و العدول عن المقاومه له أو تحديه .

تبدد الشخصية والانفصال عن الواقع Depersonalization and separation from reality

هو اضطراب عقلي يشعر فيه الشخص باستمرار أو بشكل متكرر بمشاعر تبدد الشخصية أو الاغتراب عن الواقع . يوصف تبدد الشخصية بالشعور بالانفصال عن الواقع أو الذات. قد يبلغ الأفراد عن شعورهم كما لو كانوا مراقبًا خارجيًا لأفكارهم أو أجسادهم ، وغالبًا ما يبلغون عن شعورهم بفقدان السيطرة على أفكارهم أو أفعالهم. يوصف الاغتراب عن الواقع بأنه

انفصال عن محيط المرء. يمكن للأفراد الذين يعانون من الغربة عن الواقع الإبلاغ عن إدراكهم للعالم من حولهم على أنه ضبابي، أو يشبه الحلم أو مشوه بصريًا.(Arlington,2013))

تعرفه الباحثة بأنها تعقيب / يعرف اضطراب تبدد الشخصية والانفصال عن الواقع بأنه شعور الفرد بالاغتراب عن نفسه وواقعه والعالم الذي يعيش فيه وافتقاره للمشاعر الحقيقية التي من المفترض ان يشعر بها ويعيشها لانه دائم الشعور بأنه في حلم ويمكن ان يؤدي الي الضغط النفسي الشديد.

الاطار النظري للبحث :

١- الهزيمة النفسية و ذوي الهزيمة النفسية :

للهزيمة النفسية مظهران رئيسان، الأول: الشعور بهزيمة المبدأ أمام الواقع، حيث يشعر الشخص أن ما يحمله من مبادئ فشلت أمام ضغط الواقع، ومن صور هذا المظهر تحول المبادئ إلى شعارات لا محتوى لها، فإذا واجه أصحابها الواقع وصاروا محتاجين لصيغ عملية من أجل تسيير الواقع لم يجدوا تلك الصيغ فيضطرون إلى التأول في استخدام ما كانوا ينكرونه بالأمس، والثاني: هزيمة الذات أمام المبدأ، حيث يكتشف صاحب المبدأ أن ضريبة حمل المبدأ عالية، فيضطر تبعًا لذلك إلى التنازل عن مبدئه والتأول؛ ترويجًا لما كان يعارضه بالأمس ودفاعًا عن خيارات اليوم (عبد الله الصبيح، ٢٠٠٨) .

والهزيمة في كلا المظهرين لابد أن يصاحبها عدد من المشاعر؛ كي تكون هزيمة نفسية، ومنها: (١) الشعور بالعجز وضعف الإرادة عن التغيير، (٢) الإعجاب بما عند الخصم من تراث وحضارة رغبة في تقليده، (٣) احتقار الذات أو التخلي عن الهوية، ولابد أن يصاحب ذلك سلوك الاستهلاك، (٤) الاندفاع نحو اغتنام اللحظة وأخلاقيات الوقت الحاضر وتلمس كل مصدر للملذات وإشباع الحاجات الآنية دون وازع قيمي أو تدبر في العواقب (محمد السعيد أبو حلاوة، راشد مرزوق راشد رزق، ٢٠١٣).

وتعد الهزيمة النفسية من أشد المشاعر حدة وخطورة لدى طلاب الجامعة؛ لأن الشعور بالسلبية والضعف المرتبط بحالة الانهزام النفسي قد يجعلهم عرضة لمعاناة عديد من الاضطرابات النفسية والاجتماعية التي تعوق تحقيق الصحة النفسية لديهم (نهلة فرج علي الشافعي، ٢٠١٧)، وللهزيمة النفسية أسبابها التي تمهد لظهورها، وتعمل على استمرارها ونمائها، أو تضعف من تأثيرها (يوسف عبد اللاوي، ٢٠١٦)، حيث تظهر نتيجة ضعف البناء النفسي للفرد، وعندما يتصور استحالة تحقيقه للأهداف، ويفتقد الشعور بالهمة والثقة بالنفس، ويسيطر عليه خواء المعنى (محمد السعيد أبو حلاوة، راشد مرزوق راشد رزق، ٢٠١٣).

أبعاد الهزيمة النفسية Dimensions of Psychological defeat :

١- **الشعور بالخزي :** يعرف أنه انفعال تملك صاحبه و يدفعه للشعور بالازدراء و الاشمئزاز و الذل و الحرج و الشعور بالدونية أو النقص و الحقارة و عدم الفائدة و الرغبة في الإختفاء عن الأخرين .

٢- **استصغار الذات :** شعور الشخص بإنعدام القيمة و قلة قدرتة و إمكانياته مقارنة بالأخرين مع الميل إلي التقليل من شأن الذات و إستضعافها.

٣- **التشيؤ :** هو حالة نفسية يفقد معها الشخص شعوره بهويته الشخصية وواقعه الذاتي و يتعامل مع ذاته كشئ مادي لاحياة فيه (محمد السعيد أبو حلاوة ، راشد مرزوق راشد ،٢٠١٣).

٤- **الإفتقاد للحيوية الذاتية أو الوهن النفسي :** هو شعور الفرد بالبلادة النفسية و السلوكية العامة و النفور معن الحياة وعدم الترحيب بها ، ويتمثل في الشعور بالإعياء العام و الاضطراب النفسي وفقدان الأمن النفسي (محمد السعيد أبوحلاوة ، راشد مرزوق راشد ، فضل ابراهيم عبد الصمد ،٢٠١٣)

٥- **المدركات المعرفية :** مجموعه الأفكار و المعتقدات المعرفية التي تدفع الشخص للشعور بسيطرة جوانب الضعف والقصور عليه مع عجزه عن مقاومة أو مواجهة أحداث الحياة ، فضلا عن تلون حياته الأنفعاليه باليأس و التشاؤم .

٦- **جلد الذات :** هي نظرة الشخص إلي اخطائه وكانها لا تغتفر مع توهم أن المحيطين به يعلمونها جيدا ، فضلا عن الاعتقاد بأن هذه الأخطاء نتيجة ضعف في الشخصية و قصور في التكوين النفسي العام مقارنة بالأخرين ، كما يبتدي في الكلام السلبي للذات (محمد السعيد أبو حلاوة و راشد مرزوق راشد ،٢٠١٣ ، ١٥٤-١٥٥).

٧- **الفراغ الروحي :** اي الاستسلام للاغراءات الممنوعة و الامبالاة نحو القيم الروحية و التخلي عن المبادئ في سبيل المصلحة (فضل إبراهيم عبد الصمد ، ٢٠١٣ ، ٦).

خصائص ذوي الهزيمة النفسية :

_احتقار الذات و التقليل من شأنها وافتقاد الأمل في كل شئ و يشعر بألياس و يرجح الخسارة .

_الإنكسار و الشعور بالعجز و قلة الحيلة ومطالبة الآخرين بالعمل أكثر مما في طاقتهم حتي يعجزهم .

_الكآبه و التعاسة الشخصية ، شخصية مشلولة لديها استعداد للفشل أكثر من استعدادها للنجاح.

_انخفاض في الجهد و الطاقة و الحيوية الذاتية و محبط للاخرين ، يفكر في أصغر الأمور ، عضو غير فعال في المجتمع .

_الانقياد و الاستسلام للآخرين و للظرف و السياق ، خاصية استهلاكية ماديا و معنويا و اجتماعيا.

_التشاؤم و عدم الاستبشار مع توقع الشر فهو مسلوب الإرادة ، متقاعس .

متبددي الشخصية والانفصال عن الواقع :

ان الاضطرابات النفسية بشكل عام من المهددات النفسية المؤلمة التي يتعرض لها الأفراد والتي تعكر صفو حياتهم و تزج بهم في دائرة مظلمة من الانفعالات والمشاعر السلبية غير السارة ، ويعتبر اضطراب تبدد الشخصية والانفصال عن الواقع من الاضطرابات النفسية التي تدفع الأفراد لتكوين مشاعر مستمرة ومتكررة تتعلق بالانفصال والغربة وهن مشاعر لا يستهان بها ، لانها حالة من انهيار الوعي تكون قادرة علي إبقاء الفرد في حالة عجز فكري ونفسي وعاطفي فلا يستطيع فهم ذاته وإدراك واقعه وعالمه ومعرفة الحقيقة .

كما ان أعراض اضطراب تبدد الشخصية و الانفصال عن الواقع يعتبر عامل خطر رئيسي يساعد في تطوير و استمرار الضيق النفسي بشكل عام و يرتبط أيضا بحدوث و استمرار أعراض القلق و الاكتئاب ، و تنتشر أعراض اضطراب الشخصية و اضطراب الواقع بنسبة ٣٠% إلي ٨٠% في مختلف الإضطرابات النفسية مثل القلق و الاكتئاب و اضطراب ما بعد الصدمة و شائع بشكل خاص لدى الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات نفسية عقلية شديدة و معقدة (Leichsenring & Rabung, 2011; Michal et al,2016) Schlax et al., 2020)

الدراسات السابقة :

دراسات تناولت الهزيمة النفسية :

دراسة محمد السعيد أبو حلاوة و راشد مرزوق راشد (٢٠١٣) هدفت إلي الكشف عن طبيعة البنية العاملية للهزيمة النفسية ، والتعرف علي الكفاءة التمييزية لمقياس الهزيمة النفسية في ضوء بعض المتغيرات المعرفية (الذكاء الوجداني وأسلوب حل المشكلات)وغير المعرفية وتكونت عينة الدراسة من (٢٠١) طالب من طلاب المرحلة الثانوية وطبق عليهم مقياس الهزيمة النفسية ، ومقياس أسلوب حل المشكلة ، ومقياس الذكاء الوجداني واستخدمت الدراسة أسلوب التحليل العاملي ، وأسلوب التحليل التمييزي ، وأظهرت النتائج ما يلي :مفهوم الهزيمة النفسية متعدد الأبعاد اذ لخصت نتائج التحليل العاملي الي أن مفردات مقياس الهزيمة النفسية تتشبع تشبعا مقبولا علي ستة عوامل . وجود فاعلية تمييزية للهزيمة النفسية بين الطلاب عينة الدراسة في ضوء الذكاء الوجداني ، وأسلوب حل المشكلات . التوصل لنموذج مقترح للهزيمة النفسية .

دراسة (Campellone,et al.,2016) هدفت الي مراجعة التراث السيكولوجي الذي يربط بين الهزيمة النفسية و الأعراض السلبية والنتائج الوظيفية لها من خلال موقعي Pubmed,PsycInfo للابحاث العلمية ، تكونت الابحاث من (٧٥)بحث يتضمن الهزيمة النفسية أو الاداء الانهزامي وقياسه أو الأعراض السلبيه أو النتائج غير الوظيفية (غير التكيفية)

اشتملت عينة الدراسة علي ٨٥٨ فردا ،جميع الدراسات حددت المعتقدات الانهزامية في الأداء الانهزامي عن طريق مقياس منفصل للهزيمة النفسية أو مقياس فرعي من الاتجاهات غير الوظيفية في الأداء ، وأغلب الدراسات ربطت بين المعتقدات الانهزامية في الأداء و الأعراض السلوكية السلبية ، أظهرت نتائج الدراسة : وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المعتقدات الانهزامية في الأداء و الأعراض السلبية والنتائج غير الوظيفية لها ، وبالرغم من ان حجم التأثير للمعتقدات الانهزامية في الأداء علي ظهور الأعراض السلبية والنتائج غير الوظيفية كان في المستوي المتوسط ولكن كان له دلاله احصائيه ، كما أسفرت نتائج التحليل ان استخدام استراتيجية حل المشكلات له تأثير ايجابي في تجنب المعتقدات الانهزامية في الاداء .

دراسة (محمود مغازي علي ، ٢٠١٩) هدفت الي معرفة العلاقة بين الحديث الذاتي الايجابي والتدفق النفسي ، والهزيمة النفسية لدي طلاب المرحلة الثانوية ، وكذلك التعرف علي مدي مساهمة الحديث الذاتي الايجابي بأبعاده المختلفة في التنبؤ بكل من التدفق النفسي والهزيمة النفسية . أدوات الدراسة : مقياس الحديث الذاتي الايجابي ، ومقياس التدفق النفسي ، ومقياس الهزيمة النفسية اعداد / محمد السعيد أبو حلاوة و راشد مرزوق راشد (٢٠١٣) .

دراسات تناولت تبدد الشخصية والانفصال عن الواقع :

دراسة (Michal , et al . 2016) بعد فحص ٢٢٣ حالة مما يعانوا من اضطراب تبدد الشخصية والانفصال عن الواقع ان ٧٠% منهم لديهم عدم خبرة في الحياة الاجتماعية و لديهم ضعف وظيفي في الدراسة و العمل و انهم مدمني انترنت ويعاني نسبة كبيرة منهم من أعراض اضطرابات القلق والاكتئاب .

واتفقت نتائج الدراسات (Sierra and Berrios , 2000 Dewe et al, 2016 (Dewe , et al . 2018 التي تناولت الاستجابات الانفعالية المرتبطة باضطراب تبدد الشخصية وتبدد الواقع ان هناك تطابق وتوافق تام في اعراض الاضطرابات بين العينات البشرية سواء كانوا مرضي مع تشخيص اضطراب تبدد الشخصية و الانفصال عن الواقع او الافراد الاصحاء الذين يعانون من اعراض تبدد الشخصية و الانفصال عن الواقع وفقا لمقياس كامبريدج النسخة الالمانية .

واشارت دراسة (Horn ,et al .2020) الي أن أعراض تبدد الشخصية والانفصال عن الواقع من الاعراض المعقدة التي تم وصفها في البداية علي انها اضطراب في الوعي الذاتي والنفسي والخارجي يتميز بمشاعر الانغلاق والغربة العاطفية وتزداد هذه المشاعر تحت ظروف الاجهاد والتعب والتشتت ، كما تشمل الشعور بعدم واقعية الذات والمحيط فيما يتعلق بالمشاعر والاحاسيس والجسم كان يشعر الفرد بانه جسمه فارغ او انه في جسد شخص اخر ، بينما المصابين بهذا الاضطراب يظهرون استجابات انفعالية طبيعية ، اما علي السلوكي يبلغون المصابين عن حالة توهين عاطفي وهي ظاهرة تعرف باسم التخدير العاطفي وتعتبر هذه الظاهرة من اهم أبعاد اضطراب تبدد الشخصية وتبدد الواقع.

التعليق علي الدراسات السابقة :

اولا اوجه التشابه بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية :

الفئه العمرية :اتفقت العديد من الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية في استهداف فئة المرحلة الثانوية مثل دراسة (محمد السعيد أبو حلاوة و راشد مرزوق راشد ،٢٠١٣) ، (محمود مغازي علي ، ٢٠١٩) ، (أحمد محمد عبدالله ، محمد عبدالله محمد، ٢٠١٩) ، (Arora , 2020) .

اشتركت الدراسات السابقة مع الدراسة الحالية في خفض الهزيمة النفسية وخفض اضطراب تبدد الشخصية والانفصال عن الواقع .كما في دراسة (مارتن سيليجمان ، ١٩٧٥)، (ارون بيك ، ١٩٧٧) ،(مارسيا لينهان ، ١٩٩٣)- (ادنا فوا ، ١٩٩٧).

ثانيًا: أوجه الاختلاف بين الدراسات السابقة والدراسة الحالية :

- تطبيق الاستجابة : اختلفت الدراسات السابقة في تطبيق الاستجابة ، حيث استخدمتها مع فئات مختلفة مثل طلاب الجامعة و البالغين ، بينما تركز الدراسة الحالية على فئة طلاب ذوي المرحلة الثانوية .
- أهداف التدخل :تنوعت أهداف الدراسات السابقة، حيث ركز بعضها على تنمية المهرات الاكاديمية والبعض علي مهارات اخري ، بينما تركز الدراسة الحالية بشكل خاص على خفض اضطراب تبدد الشخصية والانفصال عن الواقع .

اجراءات البحث :

١ـ المنهج:

تقدم الدراسة الحالية باستخدام المنهج شبه التجريبي .

٢ـ عينة البحث :

شملت العينة الأساسية للدراسة ٢٠٠ طالبة ، تم تحديدهم من مدرسة أحمد عبدالرحيم الثانوية بنات بالقوصية ، أسيوط، وأعمار المشاركين بين ١٦ _ ١٨ عامًا، حيث بلغ المتوسط الحسابي للأعمار ١٧.٢ عامًا، والانحراف المعياري ٩. ١ .

الهدف من المقياس : تحديد الطلاب مرتفعي الهزيمة النفسية من طلاب المرحلة الثانوية.

تعليمات تطبيق المقياس :

يتكون المقياس من عدد من السلوكيات التى تصف أسلوب الطلاب مرتفعى الهزيمة النفسية نقوم بإختيار الإجابة المناسبة (دائماً ، أحياناً ، ابدا) وذلك طبقاً لما يتسم به سلوك التلميذ .

تصحيح المقياس :

دائماً = ٣ أحياناً = ٢ ابداً = ١

_ المقياس تكون من ٢٥ عبارة ، أعلى درجة للمقياس ٧٥ و أقل درجة ٢٥ .

الخصائص السيكومترية للأدوات فى الدراسة الحالية :

١ـ مقياس الهزيمة النفسية :

اعتمدت الباحثة في حساب صدق المقياس على ما يلي :

أ-الصدق المنطقي (صدق المحكمين) Logical Validity

تم عرض الصورة الأولية لمقياس الهزيمة النفسية لطلاب مرتفعى الهزيمة النفسية على مجموعة من السادة المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس و الصحة النفسية و التربية

الخاصة الذين كانت لهم دراسات و أبحاث في مجال ذوي الاحتياجات الخاصة بصفة عامة و بلغ عددهم (١٣) ثلاثة عشر محمكاً (ملحق)، وقد اشتملت تلك الصورة على (٣٠) عبارة بهدف: التأكد من مناسبة العبارات للمفهوم المراد قياسه، ومدى مناسبة العبارة للبعد الذي تندرج تحته، وتحديد غموض بعض العبارات لتعديلها، وحذف بعض العبارات غير المرتبطة بمفهوم الهزيمة النفسية ، أو غير مناسبتها لطبيعة وخصائص الطلاب مرتفعى الهزيمة النفسية.

- وفي ضوء آراء المحكمين تم تعديل (٣) عبارات وحذف (٥) عبارات وأن جميع عبارات المقياس القائمة قد حظيت على نسبة اتفاق تتراوح بين (٨٥ % - ١٠٠ %).

- أصبحت قائمة مقياس الهزيمة النفسية للطلاب ذوى مرتفعى الهزيمة النفسية بعد تعديل عباراتها طبقاً لآراء السادة المحكمين تتكون من ٢٥ عبارة ، وتم تطبيقها على الطلاب المشاركين بالدراسة الاستطلاعية للاستقرار على الصورة النهائية للمقياس وجدول (١) يوضح نسبة أتفاق المحكمين في عبارات المقياس.

جدول (١)

نسبة الأتفاق لمقياس الهزيمة النفسية لعينه الدراسة

العبارة	نسبة الموافقة	العبارة	نسبة الموافقة	العبارة	نسبة الموافقة
١	%٨٥	١٠	%٨٧	١٩	%٩٠
٢	%٨٩	١١	%٩٣	٢٠	%٨٨
٣	%٨٥	١٢	%٩٧	٢١	%٨٧
٤	%٨٦	١٣	% ٩٦	٢٢	%٨٧
٥	%٩٢	١٤	%٩٤	٢٣	%٨٦
٦	%٩١	١٥	%٩٠	٢٤	%٨٥
٧	%٩٥	١٦	%٩٠	٢٥	%٨٥
٨	%٩٥	١٧	%٩٤		
٩	%٩١	١٨	%٩٣		

ب- صدق الأتساق الداخلى :

و للتأكد من اتساق المقياس داخلياً تم حساب درجة كل عبارة من عبارات المقياس، والدرجة الكلية للمقياس بعد حذف درجة العبارة وجدول (٢) يوضح ذلك:

جدول (٢)

معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة منفقرات المقياس والدرجة الكلية للبعد وللمقياس بعد حذف درجة العبارة

الفقرات	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية	الفقرات	الارتباط بالبعد	الارتباط بالدرجة الكلية
١	**٠.٨٤٥	**٠.٨٤٤	١٤	**٠.٨٦٥	**٠.٧١٤
٢	**٠.٨٣٩	**٠.٧٦٦	١٥	**٠.٨٤٦	**٠.٧٩٥
٣	**٠.٧٦٣	**٠.٦٦٦	١٦	**٠.٨٢٣	**٠.٧٦٤
٤	**٠.٩٣٠	**٠.٧٢٨	١٧	**٠.٧٢٩	**٠.٦٨٧
٥	**٠.٧٥٨	**٠.٧٣٨	١٨	**٠.٦١٣	**٠.٥٩٦
٦	**٠.٨٢٠	**٠.٨١١	١٩	**٠.٧٤٥	**٠.٦٢٤
٧	**٠.٧٢٧	**٠.٦٥٢	٢٠	**٠.٦١٢	**٠.٥٢٠
٨	**٠.٧٩٥	**٠.٥٩٥	٢١	**٠.٧٦٨	**٠.٧٤١
٩	**٠.٧٥٩	**٠.٦٩٦	٢٢	**٠.٨٣٠	**٠.٨٠١
١٠	**٠.٦٧٥	**٠.٦٤٦	٢٣	**٠.٧٣٧	**٠.٦٣٨
١١	**٠.٨٢٥	**٠.٧٢٤	٢٤	**٠.٧٣٢	**٠.٧١٥
١٢	**٠.٧٨٩	**٠.٦٦٧	٢٥	**٠.٧٣٩	**٠.٧١٦
١٣	**٠.٨٩٢	**٠.٧٣٩			

**** دال عند مستوى ٠.٠١**

يتضح من جدول (٢) أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للمقياس لدى الطلاب دال عند مستوى ٠.٠١

ثبات المقياس:

- طريقة ألفا كرونباك Alpha Cronbach Method :

استخدمت الباحثة معادلة ألفا كرونباك وهي معادلة تستخدم لإيضاح المنطق العام لثبات الاختبارات، وبلغت قيمة معامل ثبات المقياس ٠.٨٥٣، وهي قيمة مرتفعة تدل على ثبات المقياس.

- طريقة إعادة التطبيق:

استخدمت الباحثة طريقة إعادة التطبيق لحساب ثبات المقياس بعد تطبيقه على العينة الاستطلاعية ثم إعادة التطبيق بفاصل زمني قدره شهر ونصف، وجدول (٣) يوضح معاملات الثبات.

جدول (٣)

معاملات ألفا كرونباك ومعامل بيرسون لثبات مقياس الهزيمة النفسية

الأبعـــــاد	معامل بيرسون	الدلالة	ألفا كرونباك
درجة المقياس الكلية	٠.٩١١	٠.٠١	٠.٨٥٣

يتضح من جدول (٣) أن ارتفاع معاملات الثبات لأبعاد ومجموع المقياس.

نتائج البحث :

اولا : نتائج اختبار صحة الفرض الأول ومناقشتها :

ينص الفرض الأول على " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطى رتب درجات المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة على مقياس الهزيمة النفسية لطلاب مضطربى تبدد الشخصية والأنفصال عن الواقع ذوى المرحلة الثانوية بعد تطبيق البرنامج التدريبى في أتجاة المجموعة التجريبية . "

وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم استخدام معادلة مان ويتني للعينات اللابارمترية للأزواج المستقلة من خلال البرنامج الأحصائى SPSS، وجدول (٤) يوضح ذلك .

جدول (٤)

نتائج اختبار مان – وتنى لدلالة الفروق بين المجموعتين التجريبية والضابطة في المقياس بعد تطبيق البرنامج التدريبى " z " في مقياسي الهزيمة النفسية وتبدد الشخصية.

الخواص الاحصائية / المقياس	المجموعة	العدد	متوسط الرتب	مجموع الرتب	قيمة "z"	مستوي الدلالة
مقياس الهزيمة النفسية	الضابطة	٥	٨,٠٠	٤٠	٢,٨١	دالة مستوي ٠,٠٥
	التجريبية	٥	٣.٠٠	١٥.٠٠		
مقياس تبدد الشخصية	الضابطة	٥	٩,٠٠	٤٥	٢.٩٦	دالة مستوي ٠,٠٥
	التجريبية	٥	٣.٥٠	١٧.٥٠		

يتضح من جدول (٤) وجود فروق بين متوسطى رتب درجات طلاب عينة الدراسة فى المجموعة التجريبية والمجموعة الضابطة في اتجاه المجموعة التجريبية بعد تطبيق البرنامج التدريبى في مقياس الهزيمة النفسية لعينه الدراسة ويمكن تفسير تلك النتيجة وهذه الفروق الدالة على انخفاض الهزيمة النفسية لطلاب المرحلة الثانوية في المقياس إلى عدد من الأسباب المحتملة التي قد تكون أدت إلى ذلك ومنها أستخدام الفنيات في البرنامج الإرشادى المعرفى السلوكى حيث تؤدى هذه الفنيات وتحليل المهام بوجه خاص إلى خفض الهزيمة النفسية لدى عينة الدراسة بواسطه المهام التي يتم تدريبهم عليها وتفسر الباحثة أيضاً بأن البرنامج الإرشادى المعرفى السلوكى القائم على تحليل السلوك التطبيقى الذى يتضمن التدريب على بعض المهارات الحياتيه واللفظية والغير لفظية وتتفق هذه النتيجه مع دراسة (walsh ,2016) التي اشارت الي أن أنصار المعرفي السلوكي يعملوا علي الجمع بين فنيات دحض وتفنيد ما يعرف بالتفكير

الهازم للذات أو القاهر للذات " أنماط التفكير المختل وظيفيا /أفكار الألية الاوتوماتيكية / التشوهات المعرفية " مع تركيز مماثل علي استثمار فنيات تعديل السلوك في التخلص من الأفكار السلبية الأتوماتيكية التي تؤدي لشعور الفرد بالخزي والافتقاد للحيوية وجلد الذات، وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسات أحمد واخرون (٢٠١٨) والتي بعنوان تأثير البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي علي خفض الهزيمة النفسية لدي طلاب المرحلة الثانوية، ودراسة عباس واخرون (٢٠١٩) والتي بعنوان فاعلية البرنامج الارشادي المعرفي السلوكي في تحسين الذات والخفض من الهزيمة النفسية لدي طلاب المرحلة الثانوية، واتفقت نتائج هذه الدراسة مع دراسة كلاً من دراسة حمادة محمد سليمان ، أحمد عبدالمعطي محمد (٢٠٢١) هدفت الدراسة الي خفض الهزيمة النفسية لدي المراهقين المتلجلجين ويمكن تفسير هذه الفروق الدالة على تحسن مستوى الطلاب في المقياس إلى عدد من الأسباب المحتملة عن الهزيمة النفسية والتي تفترض أن الناس لديهم إمكانات للتفكير غير العقلاني و غير المنطقي لهزيمة الذات او حماية الذات و تنميتها ، والمعتقدات غير العقلانية تميل الي ان تكون جامدة ، وتذكر في شكل "يجب" وتؤدي الي المشاعر السلبية ، وتميل الي هزيمة الأهداف ، والغايات الأساسية للشخص ، و تؤثر المعتقدات غير العقلانية بشكل عام علي وظائف الأفراد من خلال سن أنماط الهزيمة الذاتية العاطفية ، ويتم اكتساب المعتقدات غير العقلانية في مرحلة الطفولة من خلال التعلم الاجتماعي و العمليات التي ينظر اليها علي أنها وظيفية و حامية من قبل الفرد من خلال اقتراح الذات و التكرار (Kaya , C , et al , 2017 ,870) يري الأفراد الذين يعانوا من الهزيمة النفسية أنه من المستحيل تحقيق مرادهم و أهدافهم مع وضع الذات بين جوانب من الخوف و الترقب للمستقبل تفقده الشعور بالحياة و الرضا عنها و الاستمتاع بها و بالتالي يؤثر ذلك علي الشخصية و يضعفها و يجعلها غير متزنة ، وذلك يؤدي إلي اليأس من إمكانية أي عمل ايجابي (المكتبة الشاملة) . بالاضافة إلي ذلك فإن الهزيمة النفسية تؤثر علي الشخصية و تعمل علي تبدد الشخصية والانفصال عن الواقع فقد يراود العديد من الأشخاص أنواع مختلفة من الشعور الذي لا يمكن

تفسيره الا من قبل الطبيب المختص ، إلا ان الشعور بأن الشخص في حلم أو أن الشخص يراقب نفسه من خارج جسده نتيجه الأنفصال عن الجسد و الأفكار فهي حالة تسمي " اضطراب تبدد الشخصية و الانفصال عن الواقع " وهي حالة طبية نفسية . و بالتالي الشعور بإفتقار القدرة علي المشاركة الاجتماعية و الاحساس بالرفض الاجتماعي الأمر الذي يشعر الفرد انه يعيش في عالمين وواقعين مختلفين متناقضين ومختلفين عن بعضهما البعض عثمان محمد (٢٠٢١) .

توصيات البحث :

بعد الاطلاع على نتائج البحث تقدم الباحثة عدداً من التوصيات، وهي:

١- تقديم المزيد من البرامج والتي تعتمد علي البرنامج الإرشادى معرفى سلوكى على مهارات وفنيات للبرنامج في خفض الهزيمة النفسية لدى الطلاب

٢- ضرورة نشر الوعي بالطلاب ذوى المرحلة الثانوية فى المدارس والمراكز الخاصة وبين المعلمين والطلاب، وكيفية استخدام البرنامج الإرشادى المعرفى السلوكى لخفض الهزيمة النفسية حتى ياتى البرنامج بثماره المرجوة منه .

٢- التشخيص المبكر لطلاب المرحلة الثانوية و اعداد البرامج والاسترتجيات المناسبة لهم منذ تشخيصهم كطلاب مضطربى تبدد الشخصية والأنفصال عن الواقع ذوى المرحلة الثانوية .

٤- قياس مدى تاثير البرامج المقدمة في المراكز الخاصة في خفض الهزيمة النفسية لدي الطلاب.

٥- ضرورة تفعيل البرامج التى تعتمد على البرنامج الإرشادى المعرفى السلوكى لخفض الهزيمة النفسية لدى الطلاب مضطربى تبدد الشخصية والأنفصال عن الواقع ذوى المرحلة الثانوية .

٦- تشجيع طلاب المرحلة الثانوية علي التفاعل الاجتماعي والاستماع لاراء الاخرين .

٧- أقامة النشاطات المختلفة لرفع الروح المعنوية والانسجام وتنمية روح التعاون والمشاركة والتكيف مع الاخرين .

٨- ان تتناول المناهج الدراسة بعض الجوانب التي تهتم بتعزيز الصحة النفسية لدي الطلاب .

٩- عمل دورات تدريبية للطلاب للتركيز علي المهارات الايجابية .

١٠- ضرورة اهتمام المناهج الدراسية والبرامج الارشادية بتنمية جوانب شخصية الطالب المختلفة وذلك لتحقيق النمو المتكامل للشخصية .

١١- البحث عن مسببات الاضطراب ومحاولة التقليل منها بوضع حلول مناسبة .

المراجع العربية

عبدالله بن ناصر الصبيح (٢٠٠٨) . الهزيمة النفسية ـ متاح علي موقع نوافذ ، علي شبكة المعلومات العالمية.

محمد السعيد ابوحلاوة ، راشد مرزوق راشد (٢٠١٣). البنية العاملية و التحليل التمييزي للهزيمة النفسية في ضوء بعض المتغيرات النفسية لدي طلاب الجامعة (نموذج مقترح) ،مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس ،رابطة التربويين العرب ، (٣٧) ،١٢٨ـ١٧١

محمد حامد زهران (٢٠٠٥) . التوجيه والإرشاد النفسي . الطبعة الثالثة . القاهرة . عالم الكتب .

محمد سيد محمد (٢٠٢٢) . فاعلية برنامج تدريبي قائم علي مهارات التفكير البنائي في خفض الهزيمة النفسية و الاتجاه نحو التطرف الفكري لدي طلاب الجامعة ، المجلة التربوية لكلية التربية :بسوهاج ، ٩٧(٩٧) : ٦٩٣ ـ٧٧٥ .

محمود مغازي علي (٢٠١٩) . الحديث الذاتي الايجابي وعلاقته بالتدفق النفسي و الهزيمة النفسية ، لدي طلاب كلية التربية ، المجلة المصرية للدراسات النفسية ، ٢٩(١٠٢) ، ٣٨٨ ـ ٤٣٢.

مروة نشأت معوض (٢٠١٩) و الشلبي مصطفي ياسر (٢٠١٤) . فعالية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض الهزيمة النفسية و فعالية المدخل المعرفي السلوكي في القضاء علي المعتقدات ، الاعقلانية المرتبطة بالمشاكل النفسية

ياسر بن مصطفي الشلبي (٢٠١٤). الهزيمة النفسية الأسباب ،الأثار ، الوقاية والعلاج ،سوريا ، سلسلة مطبوعات هيئة الشام الاسلامية (٢٥).

المراجع الاجنبية :

_Aderibigbe , Y.A., Bloch, R.M.& Walker, W.R. (2001) Prevalence of depersonalization and derealization experiences in a ruralpopulation . Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol, 36,63–69 .

_Armour, C., Contractor, A., Palmieri, P.& Elhai, J. (2014). Assessing Latent Level Associations Between PTSD and DissociativeFactors: Is Depersonalization and Derealization Related to PTSDFactors More So than Alternative Dissociative Factors Psychol. Inj. and Law, 7,131–142

_Arora, T., Alhelali, E. & Grey, I. (2020). Poor sleep efficiency and daytime napping are risk factors of depersonalization disorder infemale university students. Neurobiology of Sleep andCircadian Rhythms, 9 ,59- 100

_Arora, T., Alhelali, E. & Grey, I. (2020). Poor sleep efficiency

_Brosan , Reynolds & Moor , 2007 , 2008 .8

_Burns,D.D., & Spangler ,D. L,(2000). Does psychotherapy homework lead to improvements .

_Depersonalization Disorder,2014 (DSM-IV 300.6, Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders, .10Fourth Edition.(Simeon ،Daphne. "Depersonalisation Disorder: A Contemporary Overview". Adis International . 1113-10- 31

_Fagioli, F., Telesforo, L., Dell'Erba, A., Consolazione, M., Migliorini,V., Patanè, M., Boldrini, T., Graziani, R., Nicoletti, F &.

_Hoyer , J. , Braeuer , D., Crawcour , S., Klumbies , E.& Kirschbaum ,C.(2013).Depersonalization/derealization during acute socialstress in social phobia. Journal of Anxiety Disorders, 27, 178–187 .

_- Sierra, M.& David, A. (2004). The epidemiology ofdepersonalisation and derealization.

__Ali, A., Anam,I. & Kanwal,I. (2016).Effects of Social Media on Youth A Case Study of University of Sargodha. International Journalof Advanced Research (IJAR) .4,11. 369-37.

__-Aderibigbe, Y.A., Bloch, R.M.& Walker, W.R. (2001) Prevalenceof depersonalization and derealization experiences in a ruralpopulation. Soc Psychiatry Psychiatr Epidemiol, 36,63–69.

_American Psychiatric Association (2013). Diagnostic andstatistical manual of mental disorders (5th ed.). Arlington, VA:American Psychiatric Publishing.291–307.

_ Arlington, VA: America (5th)Diagnostic and statistical manual of mental disodisorders. : DSM-5 , 2013 . 302-306 Psychiatric Association .

_Callan , M ., kay , A.& Dawtry , R. (2014) . making sense of misfortune : Deservingness , self _ esteem , and patterns of self – defeat . Journal of personality and social psychology . 107 (1) , 142 _ 146.

_-Cambridge Depersonalization Scale in patients with a bipolardisorder. Journal of Affective Disorders, 263, 187–192

-Davidson, R. & Singer, B . (2006): psychological well-bieng and IIIBeing: Do they have distinct or mirrored biological correlates.

_-Linden -M & Pasatu. J (1998) the integration of cognitive and behavioral in routine behavior therapy journal of cognitive psychotherapy 12

_Luque-Luque,R.,Chauca-Chauca,G.,Jaen Moreno,P.(2016).Depersonalization and schizophrenia: Comparative study ofMedicine, 35, 1523–153

_Roth & Fonagy, 1996.

_Stewart , R.E. & Chambless ,D.L. (2007) .Does Psychotherapy research inform treatment decisions in private practice Journal of clinical psychology , 63 (3) , 267 – 281.

_ .Simeon D (2004). "Depersonalisation Disorder: A Contemporary Overview". CNS Drugs .9 DOI:10.2165/00023210-200418060-00002. PMID:15089102 .354

.Simeon ،_(2004). "Depersonalisation disorder: a contemporary overview". CNS Drugs DOI:10.2165/00023210-200418060-00002. PMID:15089102. S2CID:18506672 .54

Al Othemeen, k. (2014). The Effectiveness of a counseling program on the development of some of characteristics of positive .

and derealization symptoms. Journal of Affective Disorders ,227 , 571_570،. APA, 2013 .p 291 – 307, Depersonalization definition - .between depersonalization and derealization from discrete

Camille & Candace , 2021 . Depersonalization by the recovery village . nafsionline .editor Camille Renzoni . medically reviewed by Candace Crowley , phD.

Campellone , et al.2016 . Psychological Defeat and the bad causes of it .

Campellone, T. sanchez , A . & kring , A . (2016) . Defeatist performance beliefs , negative symptons , and functional outcome in schizophrenia : a meta _ analytic review . schizophrenia bulletin . 42 (6) , 1343 _ 1352.