

## فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي

### اضطراب الشخصية البارانويدية<sup>١</sup>

أ.م.د/ مروة نشأت معوض<sup>٢</sup> & د/ أنسام مصطفى بظاظو<sup>٣</sup>  
أستاذ الصحة النفسية المساعد  
كلية التربية - جامعة كفر الشيخ  
مدرس الصحة النفسية  
كلية التربية - جامعة كفر الشيخ

### المستخلص

هدف البحث إلى الكشف عن فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية البارانويدية، والتحقق من فعالية البرنامج المعرفي السلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية البارانويدية بعد فترة المتابعة، والتعرف على الفروق في اضطراب الشخصية البارانويدية، والاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة تبعاً للنوع، والكشف عن بعض العوامل الدينامية المسؤولة عن ارتفاع وانخفاض الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة، تكونت عينة البحث من (٤٠) طالباً وطالبة من ذوي اضطراب الشخصية البارانويدية، تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (٢٠-٢٢) عاماً، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين، المجموعة الضابطة (٢٠) طالباً وطالبة منهم (١٠ ذكور، ١٠ إناث) بمتوسط عمري قدره (٢٠,٨٦) عاماً وانحراف معياري قدره (٠,٦٥٧)، المجموعة التجريبية (٢٠) طالباً وطالبة منهم (٧ ذكور، ١٣ إناث) بمتوسط عمري قدره (٢١,١٧) عاماً وانحراف معياري قدره (٠,٥٩٩)؛ وقد استخدم البحث المنهج شبه التجريبي، واشتملت أدوات البحث على البرنامج المعرفي السلوكي، ومقياس الاستقواء النفسي (إعداد/ الباحثان) ومقياس اضطراب الشخصية البارانويدية (إعداد/ حنان جميل هلسا ولينا فاروق عباس ولينة محمد عاشور، ٢٠١٨)، واستمارة دراسة الحالة (إعداد/ آمال عبدالسميع باظه، ٢٠١٦)، واختبار تكملة الجمل للحاجات النفسية (إعداد/ محمد عبدالظاهر الطيب، ٢٠١٣)، وتوصلت نتائج البحث إلى فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية البارانويدية، واستمرارية فعاليته لما بعد فترة المتابعة، ووجود فروق دالة إحصائية في اضطراب الشخصية البارانويدية في اتجاه الطالبات، بينما لم توجد فروق في الاستقواء النفسي، كما وجدت عوامل دينامية مسؤولة عن ارتفاع وانخفاض الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية البارانويدية.

الكلمات المفتاحية: البرنامج المعرفي السلوكي، الاستقواء النفسي، اضطراب الشخصية البارانويدية

<sup>١</sup> تم استلام البحث في ٢٠٢٢/٨/١٥ وتقرر صلاحيته للنشر في ٢٠٢٢/٩/٢٠

<sup>٢</sup> ت: 01060998200 Email: [marwanashat310@gmail.com](mailto:marwanashat310@gmail.com)

<sup>٣</sup> ت: 01000298369 Email: [Dr.ansam21@gmail.com](mailto:Dr.ansam21@gmail.com)

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■

## أولاً: مقدمة البحث

إن طلاب الجامعة هم شعلة بناء المستقبل، والأمل في تحسين الحياة للمجتمع ككل، لذا فلاهتمام بهم ومحاولة خفض الضغوط لديهم يعتبر من أهم الاهتمامات للدراسات النفسية.

وتمثل مرحلة الجامعة مرحلة مهمة في تشكيل شخصية الطالب الجامعي نظراً لما تتسم به من أهمية في تكوين العلاقات الاجتماعية والتفاعلات مع المحيطين من زملاء الدراسة والمجتمع ككل؛ لأجل المساعدة في حدوث تكيف نفسي واجتماعي ولاكتساب القدرة على مواجهة المشكلات النفسية والشخصية.

حيث يواجه الطلاب الجامعيون عدداً من الضغوطات المستمرة بما في ذلك الضغط الملحوظ لتحقيق الاهتمامات الأكاديمية والمالية والابتعاد عن الأسرة، لذا فهم معرضون بشكل خاص لأشكال خفيفة من سمات الشخصية البارانويدية؛ وربما يصل ثلث عدد الطلاب إلى من أفكار بارانويدية، بسبب ارتفاع المشكلات النفسية لديهم؛ لذا فمن المهم اتباع نهج تدريجي لضمان مستويات آمنة ومناسبة من التدخل النفسي في الوقت المناسب لطلاب الجامعة (Newman- Taylor, Kemp, Potter & Au-yeung, 2018, 855).

ومن سمات ذوى اضطراب الشخصية البارانويدية كما ورد في معايير الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية والعقلية (DSMIV, 2001) أنهم يضمرون أحقاداً بصفة دائمة، أي لا يغتفر أي إهانة أو إساءة أو استخفاف، ويتصور اعتداءات على شخصه وعلى سمعته لا يراها الآخرون، ويسارع برد فعل غاضب أو بهجوم مضاد (أمانة السماك وعادل مصطفى، ٢٠٠١، ٣٠٠).

وتعتبر البارانويا كواحدة من سمات الشخصية لها تأثير كبير على الصحة النفسية والبدنية للطالب الجامعي، وتسبب الأفكار البارانويدية للطلاب ضغوطاً نفسية شديدة من الممكن أن تسبب اضطرابات عقلية؛ حيث توجد الأفكار البارانويدية في معظم الاضطرابات النفسية مثل الوسواس القهري والاكتئاب والفصام واضطراب الهوس، وهناك بعض عوامل الخطر لأعراض الأفكار البارانويدية على الطلاب، لذا فلا بد من الحد من الأفكار البارانويدية من خلال استهداف المشاعر السلبية وتقدير الذات (Amirpour, Dadfar, Heydari Charvadeh & Birashk, 2018, 2).

■ (٢٧٢): المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١١٧ ج ٢ المجلد (٣٢) - أكتوبر ٢٠٢٢ ■

ويعد الاستقواء النفسي لدى الطلاب في الجامعات ظاهرة منتشرة لها العديد من الآثار السلبية على الشخصية؛ خاصة أن نتائجها السلبية تزداد حدة لدى طلاب الجامعة ذوى اضطراب الشخصية البارانويدية، الذين تظهر سمات شخصيتهم بالشعور والتفكير المستمر بإساءة الآخرين لهم وتهديدهم واضطهادهم.

والاستقواء النفسي منتشر في المؤسسات التعليمية، وهو عامل خطر لتطور الظواهر النفسية، وتوجد المسببات المرضية المميزة لهذه التجارب؛ فالاستقواء النفسي يولد تفكيراً بارانويدياً.

ويعد الاستقواء النفسي هو سلوك مكتسب من البيئة التي يوجد فيها الشخص، وهو سلوك خطر على جميع الأفراد المشاركين فيه وفيه يمارس طرف قوى الأذى النفسي والجسدى والجنسي تجاه فرد أضعف منه فى القدرات الجسمية أو العقلية، وأنه من المهم أن تزول الفكرة غير العقلانية لدى الكثير من الناس التي ترى فى الاستقواء سلوكاً طبيعياً، أو أنه ينتهى تلقائياً دون تدخل من أحد بل أن المستقويين والضحايا والمتفرجين يعانون من مشكلات وصعوبات نفسية وجسمية تؤثر على حياتهم ونموهم، وأن التدخل المبكر وإثارة الوعي ضروريات ومهمات من أجل وقف الاستقواء، وأن الحاجة ماسة لتعلم الطلبة والمشاركين جميعاً مناسبة فى العلاقات مع الآخرين (Beane, 1999, 8).

وعلى الرغم من الاعتراف على نطاق واسع بأن الاستقواء يمثل مشكلة خطيرة فى المدارس الابتدائية والثانوية، ويمتد ذلك للتعليم الجامعي، ومكان العمل؛ حيث إن عواقبه طويلة المدى على الأداء النفسي والاجتماعي، والدافع الأكاديمي والقدرة على الدراسة للطلاب، ولكن كانت دراسة الاستقواء على مستوى طلاب الجامعة فى أقل معدلاتها، حيث بحثت أبحاث قليلة نسبياً انتشار وأشكال الاستقواء النفسي على مستوى الجامعة (Lund & Ross, 2017, 348).

ومع ذلك، فإن الاستقواء يحدث بالفعل بين طلاب الجامعة، ومعدلات حدوثه تختلف اختلافاً كبيراً بين الأبحاث العلمية الفردية؛ وعلى الرغم من أن مستوى الاستقواء الإلكتروني يتزايد بين طلاب الجامعات، إلا أن الأشكال التقليدية للاستقواء (أي اللفظية والانفعالية والجسدية) للاستقواء من الأقران لا تزال أكثر شيوعاً (Pörhölä, Cvancara, Kaal, Kunttu, Tampere & Torres, 2020, 144).

## ■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■

ويعتبر الاتجاه المعرفي السلوكي هو أحد أهم الاتجاهات الرئيسية في تعديل السلوك؛ حيث يعنى أن سلوك الفرد ليس ناتجاً عن تفاعل بين المثيرات البيئية والفرد فقط، وأن استجابات الفرد ليس مجرد ذكر ردود أفعال على مثيرات بيئية، وإنما هناك عوامل معرفية لدى الفرد قد تكون مسؤولة عن سلوكياته مثل ثقافته ومفهومه عن ذاته وخبراته وطرق تربيته وتنشئته وطرق تفكيره عقلانية كانت أم غير عقلانية، وعلى مدى تفاعل حديثه الداخلي مع بناءاته المعرفية وطرق اكتسابه لتعلم السلوك الخاطئ، كما يقوم على فكرة أن سلوك الفرد ليس عرضاً وإنما هو مشكلة بحد ذاته وأنه يجب التعامل معه وفهمه وتحليله وقياسه ودراسته، ووضع أفضل الإجراءات للتعامل معه حسب أوقات وأماكن حدوثه، وأنه يمكن التحكم فيه عن طريق التحكم في المثيرات التي تحدثه، وفي النتائج المترتبة عليه، ويعتمد على قوانين تعديل السلوك مثل التعزيز والنمذجة وضبط الذات (ربيع شعبان يونس ومحمود رسلان، ٢٠٠٩، ٢٦).

إن الجامعة كمؤسسة عليها واجب رعاية طلابها في بيئتهم التعليمية بغض النظر عن أعمارهم لأنهم أصبحوا شباباً بعيداً عن مراقبة الوالدين، وذلك لاختلاف السياقات الاجتماعية والثقافية التي إما تعزز أو تثبط الاستقواء بين طلاب الجامعات؛ حيث إن الآثار المترتبة على نظم الجامعة، والتدريب، وزيادة الوعي جنباً إلى جنب مع الأفكار السلبية المتوقعة للاستقواء النفسي بين الطلبة، يمكن أن تقلل من نسبة حدوثه (Myers & Cowie, 2017, 1172).

كما أن المستقويين لديهم ضعف في التعاطف مع الآخرين، ويعانون من مشكلات عائلية ويشاهدون استقواء من قبل أفراد الأسرة، فالأب مثلاً يستقوى على الأم، ولدى البعض منهم اندفاع قهري والتصرف دون تفكير (علي مرسي الصباحيين ومحمد فرحان القضاة، ٢٠١٣، ٣٧).

وسلوك الاستقواء قابل للتكرار إذا ارتبط بالتعزيز، ومن ثم فإن الاستجابات التي أعقبها أثر طيب أو تدعيم تثبت ويميل الفرد إلى تكرارها، أي أن السلوك يقوى ويضعف بناءً على أثره ونتيجته فيما يتعلق بالفرد، ويعرف هذا بقانون الأثر عند ثورنديك، ومفاده أن السلوك الذي يلقي تعزيزاً ويؤدي إلى الشعور بالراحة والرضا يميل الفرد إلى تكراره، وعلى هذا الأساس فإن سلوك الاستقواء يحدث نتيجة لعملية التعزيز التي يتلقاها المستقوي من أقرانه، وقد يحصل أيضاً على هذا التعزيز من خلال الأذى الذي يلحقه بالضحية، ويعد تعزيزاً إيجابياً فيكرر المستقوي هذا السلوك مرة أخرى (مجدى محمد الدسوقي، ٢٠١٦، ٣١).

ومن الخصائص النفسية للأفراد المتسقويين ممن هم في سن المراهقة أو ممن هم أكبر لديهم مجالات عمل التي يتصفون بها الحساسية العاطفية وقلة التحكم الذاتي. كما أنهم لديهم

سلوك عدواني استباقي ومباشر وذلك لأجل أن يفرضوا السيطرة والزعامة والعظمة والقيادة داخل تعاملاتهم مع الآخرين. كما أنهم يظهرون تعاطفًا لأقرانهم وذلك يرجع إلى أنهم على دراية تامة بمشاعر الآخرين، لكنهم لا يسمحون لهذه المشاعر لأن تؤثر عليهم على أية حال. (Haynie, Nansel, Eitel, Crump, Saylor, Yu & Simons-Morton, 2001, 31).

ويؤثر الاستقواء النفسي بنهاية المطاف بصورة سلبية على صحة الفرد النفسية، حيث يجعله عرضة للاكتئاب، والضغوط النفسية والعاطفية، وانخفاض تقدير الذات، وضعف التحصيل الدراسي (Mason, 2008, 327).

ويعبر عن الرغبة في الأذى وتنفيذ فعل ضار، ويتميز بال تكرار، واختلال توازن القوة الجسدية والنفسية، والذي قد يأتي في شكل سوء المعاملة اللفظية أو الاعتداء أو الإيذاء الجسدي. ويقصد بالإيذاء التلاعب في علاقات الأقران من أجل استبعاد شخص ما (إيمان فهمي، ٢٠٢٠، ٥٩).

وقد أكدت نتائج دراسة McCarthy, Sheehan, Barker & Henderson (2018); Kim, Kang, Lee, Cha, Park, Kweon & Kim (2003)، على أهمية التدخل المعرفي والسلوكي وتعديل الأفكار غير العقلانية التي تساعد على تخفيف الاستقواء النفسي لدى الطلاب وتعديل سلوكياتهم.

كما أوضحت نتائج دراسة Stevens, De Bourdeaudhuij & Van Oost (2002) أن تدريب الطلاب على الفنيات المعرفية مثل المناقشة بمحاضرة الاستقواء النفسي وإعادة بنائهم المعرفي، واكتساب القدرة على توظيف مهارة حل المشكلات، يساهم في تخفيض سلوك الاستقواء النفسي.

## ثانياً: مشكلة البحث

بحث Hinduja & Patchin (2010, 208) انتشار الاستقواء النفسي بأشكال متعددة منها الجسدي والالكتروني في كل عام خاصة لدى الشباب والمراهقين بسن صغير ممن هم لا زالوا يدرسون بالثانوي أو بالجامعة وما يتضمنه من تهديدات وشائعات أو أي سلوك دفاعي آخر مثل تجاهل الآخرين أو عدم احترامهم أو إطلاق أسماء مسيئة عليهم أو السخرية منهم أو جعل الآخرين يطلقون شائعات عليهم.

ومن استقراء نتائج الدراسات السابقة أظهرت أن الطلاب ذوي سمات الشخصية البارانويدية يزداد لديهم الاستقواء النفسي مثل نتائج دراسة (Jack & Egan 2018) التي أظهرت وجود علاقة مهمة وإيجابية بين تجارب الاستقواء النفسي والتفكير البارانويدي، وتنبأت

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■

شدة الاستقواء بسمات الشخصية البارابانوية بدرجة أكبر، ودراسة Cunningham, Hoy & Shannon (2016) التي اهتمت بإجراء تحليل تلوي للأبحاث العلمية التي حازت على مقياس الجودة العلمية الخاصة بسمات الطلاب ذوي اضطراب الشخصية البارانويدية، وأظهرت نتائجها أن الاستقواء يتنبأ بالتطور اللاحق للسمات البارانويدية.

كما أشارت نتائج الدراسات إلى انتشار اضطراب الشخصية البارانويدية لدى طلاب الجامعة، ففي دراسة Harper & Timmons (2021) أشارت النتائج أن طلاب الجامعة عرضة للإصابة بسمات الشخصية البارانويدية، كما قاموا بتتبع انتشار سمات الشخصية البارانويدية لدى طلاب الجامعة ووجدوا أن النسب المئوية تزداد من (أي ٧.٢٪) في (٢٠٠٣)، بينما في (٢٠٠٥) وجد أن ثلث العينة لديهم سمات الشخصية البارانويدية.

ويضيف كل من Masillo, Valmaggia, Saba, Brandizzi, Lo Cascio, Telesforo & Fiori Nastro (2019); Schaerer, Foulk, du Plessis, Tu & Krishnan (2021); أن الاستقواء النفسي ذي ارتباط بالتفكير البارانويدي، وأن وجود معتقدات سلبية عن الذات تدعم الاستقواء النفسي وتسهل التكوين المعرفي البارانويدي

لذا تتحدد مشكلة البحث في الأسئلة التالية:-

- ١- ما فعالية البرنامج المعرفي السلوكي المقترح لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية البارانويدية؟
- ٢- ما استمرارية فعالية البرنامج المعرفي السلوكي المقترح لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية البارانويدية بعد فترة المتابعة؟
- ٣- هل توجد فروق في الاستقواء النفسي واضطراب الشخصية البارانويدية لدى طلاب الجامعة في القياس القبليتنبأ للنوع؟
- ٤- هل توجد عوامل دينامية مسئولة عن ارتفاع وانخفاض الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية البارانويدية؟

### ثالثاً: أهداف البحث:

يهدف البحث إلى:-

- ١- الكشف عن فعالية البرنامج المعرفي السلوكي المقترح لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية البارانويدية.

## د/ مروة نشأت معوض & د/ أنسام مصطفى بظاظو.

- ٢- التحقق من استمرارية فعالية البرنامج المعرفى السلوكى المقترح لتخفيف الاستقواء النفسى لدى طلاب الجامعة ذوى اضطراب الشخصية البارانويدية بعد فترة المتابعة.
- ٣- وصف الفروق في الاستقواء النفسى واضطراب الشخصية البارانويدية لدى طلاب الجامعة تبعاً للنوع.
- ٤- تحديد العوامل الدينامية المسؤولة عن ارتفاع وانخفاض الاستقواء النفسى لدى طلاب الجامعة ذوى اضطراب الشخصية البارانويدية.

### رابعاً: أهمية البحث:

تتمثل أهمية البحث الحالي فيما يلى:

#### الأهمية النظرية

- ١- تنتج أهمية البحث من أهمية متغيراته وهي اضطراب الشخصية البارانويدية، وخطورة انتشاره بين طلاب الجامعة، في محاولة للحد منه.
- ٢- انتشار الاستقواء النفسى بشكل كبير بين طلبة الجامعة، مما كان له أثر سلبي على صحتهم النفسية وتحصيلهم الأكاديمي.
- ٣- أهمية طلاب الجامعة، وهم فئة يعتمد عليها مستقبل المجتمع؛ لأنهم بناء المستقبل.
- ٤- تزويد المكتبة العربية بدراسة فى أحد الموضوعات المتخصصة فى علم النفس خاصة أن هناك ندرة فى الدراسات التى اهتمت بدراسة هذه المتغيرات.

#### الأهمية التطبيقية.

- ١- مساعدة المرشدين النفسيين ببرنامج قد يكون فيه إفادة لهم فى التعامل مع الطلاب والطالبات ممن لديهم استقواء نفسى من ذوى اضطراب الشخصية البارانويدية.
- ٢- استخدام النتائج فى عمل برامج تأهيلية ضمن النشاط الجامعي .

### خامساً: المفاهيم الإجرائية للبحث:

- ١- اضطراب الشخصية البارانويدية

يتبنى البحث تعريف حنان جميل هلسا وآخرون (٢٠١٨، ٥٥٧) للشخصية البارانويدية، وهي: شخصية تنتصف بالحساسية المفرطة للانتقاد والرفض، وتتميز بالشك الدائم بنوايا الآخرين، والميل إلى تفسير تصرفات أو أقوال الآخرين على أنها مهددة أو عدوانية.

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■

ويحدد إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها الطالب على مقياس اضطراب الشخصية البارنويدية (إعداد/ حنان جميل هلسا وآخرون، ٢٠١٨).

## ٢- الاستقواء النفسي

تعرفه الباحثان إجرائياً بأنه سلوك سلبي لا يتم فيه مراعاة حقوق الآخرين ومشاعرهم، متضمناً إيذائهم وإذلالهم باستخدام العنف والقوة في التعامل معهم، ويتضمن الاستقواء النفسي أربعة أبعاد هي:

أ. الاستقواء البدني: وهو الإيذاء الجسدي للآخرين باصدار سلوكيات تتسم بالعنف معهم مثل الصفع والركل.

ب. الاستقواء اللفظي: وهو إيذاء اللفظي الآخرين بالألفاظ الخادشة واستخدام طريقة حديث بها استخفاف بهم مثل السب واطلاق مسميات مسيئة للفرد

ج. الاستقواء الانفعالي: وهو إيذاء مشاعر الآخرين وإذلالهم وتخويفهم وانتهاك حقوقهم الوجدانية .

د. الاستقواء الاجتماعي: وهو إيذاء الآخرين في المواقف الاجتماعية، في محاولة للإنفاص منهم أمام الآخرين وإصدار شائعات بهدف نبذه من الآخرين.

## ٣- برنامج الإرشاد المعرفي السلوكي

تُعرفه الباحثان بأنه: مجموعة من الخطوات المنظمة للإرشاد النفسي الجماعي، ويعمل على تحديد ودحض الأفكار غير العقلانية ثم إعادة البناء المعرفي للأفكار العقلانية المسئولة عن تخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية البارنويدية.

## سادساً: محددات البحث

١- منهج البحث: استخدم البحث المنهج شبه التجريبي، وهو المنهج الذي يهتم بالكشف عن نتائج إجراء التجارب النفسية وضبط متغيراتها والحصول على نتائجها، من خلال المتغير المستقل وهو البرنامج المعرفي السلوكي، والمتغير التابع وهو الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية البارنويدية.

٢- المحددات المكانية: كلية التربية - جامعة كفر الشيخ.

٣- المحددات الزمنية: الفصل الدراسي الثاني (٢٠٢١ / ٢٠٢٢).



٤- الحدود البشرية: (٤٠) طالباً وطالبة من ذوي اضطراب الشخصية البارانويدية، تراوحت أعمارهم الزمنية ما بين (٢٠-٢٢) عاماً، منهم (١٧ ذكور، و٢٣ إناث).

٥- أدوات البحث: مقياس اضطراب الشخصية البارانويدية (إعداد/ حنان جميل هلسا وآخرون، ٢٠١٨)، ومقياس الاستقواء النفسي (إعداد/ الباحثان)، والبرنامج المعرفي السلوكي (إعداد/ الباحثان)، واستمارة دراسة الحالة (إعداد/ آمال عبدالسميع باظه، ٢٠١٦)، واختبار تكملة الجمل للحاجات النفسية (إعداد/ محمد عبدالظاهر الطيب، ٢٠١٣).

### سابعاً: الإطار النظري:

أولاً: اضطراب الشخصية البارانويدية:

يمثل اضطراب الشخصية البارانويدية أحد اضطرابات الشخصية التي يقوم فيها الفرد المضطرب بردود أفعال هجومية وغازبية تجاه الآخرين، وتعكس ما يمكنه لهم من أحقاد وعدم تسامح، كما يعتقد بطريقة غير منطقية تجعله يشك بصفة متكررة ويفسر تصرفات الآخرين تجاهه على أنهم يكرهونه، وبالتالي فهو يتصرف بهجوم تجاههم، وباستقواء عليهم بدنياً بالضرب، أو لفظياً بالتهديد والسخرية، أو انفعالياً بالتجاهل وبالتحديق العدواني بالوجه، أو اجتماعياً برفض مشاركة الآخرين في الأنشطة وتجاهلهم.

مفهوم اضطراب الشخصية البارانويدية:

اضطراب الشخصية البارانويدية هو اضطراب بالشخصية يتميز بوجود ميل دائم، وغير مبرر إلى تفسير تصرفات الآخرين على أنها تقلل من شأنه أو تهدده عن قصد، وتتمثل مظاهره في عدم الثقة في الناس والأفكار الاضطهادية تجاههم، وكثرة التذمر والشكوى من عدم تقدير الناس له مع حذره وتصلبه في مواقف، والشعور بالغرور والكبرياء والشك في إخلاص الآخرين له. (Skodol, Old, Ham & Bender, 2005, 38)

وتعرف الباحثان اضطراب الشخصية البارانويدية بأنه أحد اضطرابات الشخصية التي تتصف فيها شخصية الفرد بالعظمة والشك الدائم، وعدم القدرة علي تقبل النقد والاتجاه في تفسير سلوكيات وأفكار الآخرين بأنها عدوانية تجاهه واضطهادية وتهدد حياته وتقلل من فرصه المتعددة في التميز أو التفوق، وبالتالي فإنه يرجع الأحداث السارة والنجاح إلى نفسه، ويرجع الأحداث السيئة إلى الأشخاص الآخرين.

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■

### الخصائص والمعايير الشخصية:

تتمثل خصائص اضطراب الشخصية البارانويدية في أربعة (أو أكثر) مما يلي:-

- ١- يشك دون أساس كاف، بأن الآخرين يستغلونه ويؤذونه ويخدعونه.
- ٢- الانشغال بشكوك لا مبرر لها في إخلاص وولاء أصدقائه وزملائه.
- ٣- لا يود أن يفضي بذات نفسه إلى الآخرين، بسبب خوفه الذي لا مبرر له من أن تستغل المعلومات التي يفضي بها استغلالاً سيئاً ضده.
- ٤- يقرأ في الملاحظات البريئة والوقائع المأمونة معاني خبيثة من الاستهانة والتهميد.
- ٥- يظمر أحياناً بصفة دائمة، أي لا يغتفر أي إهانة أو إساءة أو استخفاف.
- ٦- يتصور اعتداءات على شخصه وعلى سمعته لا يراها الآخرون، ويسارع برد فعل غاضب أو بهجوم مضاد
- ٧- يبدي شكوكاً متكررة بلا مسوغ، في إخلاص زوجته أو رفيقته (أمينة السماك وعادل مصطفى، ٢٠٠١، ٣٠٠-٣٠١).

كما أن من سمات وخصائص الشخصية البارانويدية الحساسية الشديدة والمفرطة والصرامة في التعامل مع الآخرين، والميل إلى تبجيل ذواتهم والتي تساعد على نموها هو إخفاق الشخص في مرحلة الطفولة من تطوير ثقته بالآخرين بسبب انعدام علاقته الحميمة مع الأبوين، ومعاملتها السيئة له، مما عمل على فشله في اكتساب الحد الأدنى من المهارات الاجتماعية اللازمة للقيام بدوره في الحياة واندفاعه في توجيه الاعتداءات على الآخرين والاستقواء عليهم (Akhtar, 2001, 5).

هناك أسباب تشير إلى أن الطلاب قد يكونون أكثر عرضة للإصابة بسمات الشخصية البارانويدية منها تجربة الطالب للشعور بالوحدة النفسية، الشعور بالضييق النفسي، ارتفاع مستويات التفكير الوهمي وانتشار المعتقدات غير العقلانية بين الطلاب منها وجود أفكار مرتبطة بالتحديات التنموية التي يواجهها الطلاب أثناء فترة المراهقة، والمخاوف بشأن الأقران والتحديات الجسدية من الآخرين (McIntyre, Worsley, Corcoran, Harrison Woods & Bentall, 2018, 232)

وفي دراسة (Harper & Timmons (2021) قام بتتبع انتشار سمات الشخصية البارانويدية لدى طلاب الجامعة كأساس نظري لدراسته، ووجد أن بعض الدراسات أشارت إلى

اختلاف نسبة انتشار سمات الشخصية البارانويدية، ومنها دراسة Ellett, Lopes & Chadwick (2003) أشارت أن ١٥٣ من عيّنهم المكونة من ٣٢٤ طالباً جامعياً (أي ٤٧.٢%) أفادوا بتجربة سمات الشخصية البارانويدية (بما في ذلك بيان واضح عن النية المخطط لها للإيذاء)، بينما Freeman et al. (2005) وجد أن ثلث العينة المكونة من ١٢٠٢ طالباً جامعياً لديهم سمات الشخصية البارانويدية، وفي دراسة أخرى أجراها Freeman et al. (2011) على ٧٠٠٠ مستجيب بشكل عام، وجد أن سمات الشخصية البارانويدية تزداد في صغار العمر ويقل تأثيرها مع التقدم بالعمر

وكذلك يتصف ذوى اضطراب الشخصية البارانويدية بالغضب لانهم يكونون الحقد لفترة طويلة، ولا يسامحون أو يقومون بالعتو عن أحد أبداً، وأيضاً فهم حريصون في تعاملاتهم ولديهم حيطة شديدة، ولا يبوحون بأسرارهم لأحد حتى لا يتم توظيف أسرارهم هذه ضدهم في يوم ما، لذا فهم يلجأون للمكر والخداع والتخطيط المستمر لحماية انفسهم مما يسمى بأفكار الإشارة وهي المتعلقة بتفحص الآخرين لهم والتحدث عنهم بسوء (Fenigstein, 1996, 245).

وتشير الباحثتان إلى أن عدم ثقة ذوى اضطراب الشخصية البارانويدية في المقربين منهم، وشكوتهم الدائمة لهم، واعتقاداتهم الخطأ بالتشدد والاستقواء على غيرهم يجعلهم غير قادرين على التعامل مع المحيطين أو التفاعل معهم، والفشل في العمل ضمن إطار مجموعة كالاشتراك في الأنشطة الدراسية أو المهنية، لذا فهم يحبون أنفسهم وفرديتهم ويصفون ذواتهم بالعظمة ويحتقرون الصداقات أو العلاقات القرابية، وذلك لأفكارهم غير العقلانية عن أن كل من حولهم يضطهدونهم.

### ثانياً: الاستقواء النفسي: Psychological Bullying

يعد الاستقواء النفسي أحد السلوكيات السلبية الشائعة لدى مراحل عمرية مختلفة؛ بدءاً من الطفولة إلى مرحلة الجامعة؛ مما يؤثر سلباً على الصحة النفسية للفرد سواء كان الشخص مستقوياً أو مستقوى عليه، فعندما يكون مستقوياً فإنه يؤثر سلباً على شخصيته، ويزيد من اضطرابها؛ فيجعله أكثر حقداً على زملائه، وساخراً منهم ومستهزئاً بهم في الدراسة؛ مما يضعف من علاقاته البين شخصية للزمالة وللصداقة وكذلك يضمّر شعوره بالغضب والعدوان تجاههم، أما الشخص الذي يُستقوى عليه فيعاني من الشعور بالخوف والقلق المستمر وانخفاض تحصيله الدراسي، وتوخي الحذر باستمرار في علاقاته مع زملاء الدراسة.

وتعددت تعريفات الاستقواء النفسي ويمكن إلقاء الضوء على بعض أهم هذه التعريفات، منها:-

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■

### تعريفات الاستقواء النفسي:

يعرف (Olweus, 1991, 415) فيرى أن الاستقواء النفسي هو ظلم واضطهاد متكرر يكون جسماً أو نفسياً لشخص أقل قوة من جانب شخص أكثر قوة أو مجموعة من الأشخاص، ولذا يختلف الظلم الذي يحدث في الاستقواء النفسي عن غيره من أنواع الظلم الأخرى.

ويعرف (Rigby, 2008) الاستقواء النفسي بأنه هو إساءة استخدام القوة في العلاقات الشخصية، ويحدث عندما يتم اختيار الشخص مراراً وتكراراً من قبل فرد أو مجموعة تتمتع بمزيد من القوة سواء القوة البدنية أو الوضع الاجتماعي.

ويذكر علي مرسى الصبحيين ومحمد فرحان القضاة (٢٠١٣، ١٠) إن الاستقواء النفسي هو سلوك مقصود لإلحاق الأذى الجسدي أو اللفظي أو النفسي أو الجنسي من طرف قوى مسيطر تجاه فرد ضعيف لا يتوقع أن يرد الاعتداء عن نفسه ولا يبادل القوة بالقوة.

ويعرفه عبدالله محمد العتيبي (٢٠١٥، ٢١) بأنه استغلال السلطة والقوة لممارسة سلوكيات عدوانية من طالب أو مجموعة من الطلاب تجاه طالب آخر يكون أقل في القوة والقدرة، وتتسم تلك الممارسات بالتكرار.

كما يعرفه مجدي محمد الدسوقي (٢٠١٦، ١٤) بأنه سلوك سلبي مقصود يتصف بالديمومة والاستمرارية من جانب المتمتر لإلحاق الأذى بفرد آخر (الضحية أو المستقوى عليه) وتكون هذه الأفعال السلبية لفظية أو جسدية أو نفسية بهدف إيذائه أو مضايقته أو عزله عن المجموعة واستبعاده من الأنشطة الجماعية، ويشترط لحدوث الاستقواء عدم التوازن في القوة بين المستقوي والضحية أي صعوبة الدفاع عن النفس.

من التعريفات السابقة يتضح أن الاستقواء النفسي هو سلوك سلبي متعمد ومتكرر يقوم به أحد الأفراد لكي يسبب ضرراً لفرد آخر أو لمجموعة أفراد أقل قوة، بهدف إيقاع الذي والتسبب في أضرار جسدية ونفسية وإساءات لفظية أو مكتوبة.

### أنماط الاستقواء النفسي

يوجد الاستقواء النفسي عدة أشكال مختلفة كالآتي:-

- ١- الاستقواء الجسدي: كالضرب أو الصفع أو القرص أو الإيقاع أرضاً أو الرفس أو السحب أو إجباره على فعل شيء.

■ (٢٨٢): المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١١٧ ج ٢ المجلد (٣٢) - أكتوبر ٢٠٢٢ ■

## د/ مروة نشأت معوض & د/ أنسام مصطفى بظاظو.

- ٢- الاستقواء اللفظي: مثل السب والشتم واللعن أو الإهانة أو التهديد أو التعنيف أو الإهانة الكاذبة أو إعطاء ألقاب ومسميات للفرد أو إعطاء تسمية عرقية.
- ٣- الاستقواء الجنسي: باستخدام أسماء جنسية وينادى بها أو كلمات قذرة أو لمس أو تهديد بالممارسة.
- ٤- الاستقواء العاطفي: كالمضايقة والتهديد والتخويف والإذلال والرفض من الجماعة.
- ٥- الاستقواء في العلاقات الاجتماعية: يمنع بعض الأفراد من ممارسة بعض الأنشطة بإقصائهم أو رفض صداقتهم أو نشر شائعات عن آخرين.
- ٦- الاستقواء على الممتلكات: بأخذ أشياء الآخرين والتصرف فيها أو عدم إرجاعها أو إتلافها (علي مرسى الصباحيين ومحمد فرحان القضاة، ٢٠١٣، ١٠ - ١١).

كما يمكن أن يكون الاستقواء اليوم أكثر تطوراً من خلال الوسائل الحديثة كالإنترنت مثل إرسال رسائل عن طريق البريد الإلكتروني أو الهاتف الخليوي أو نشر إشاعات على صفحات الإنترنت؛ مما يعطى مساحة إضافية للاستقواء (Dickeys, 2005, 5).

وكذلك فإن الاستقواء عبر الإنترنت يأخذ سبع فئات شائعة، هي:-

- ١- المشتعلة: والتي ترسل رسائل غامضة أو غير مهذبة من شخص ما إلى مجموعة عبر الإنترنت.
- ٢- التحرش عبر الإنترنت: والذي يرسل رسائل خاصة بشكل متكرر إلى شخص آخر.
- ٣- المطاردة عبر الإنترنت: وهي تهديدات بالضرر أو التخويف المفرط.
- ٤- التشوية: بإرسال بيانات مخزية أو غير صحيحة أو قاسية عن شخص إلى أشخاص آخرين.
- ٥- التنكر: بالتظاهر بأنه شخص آخر، والقيام بنشر معلومات لجعل شخص آخر يبدو سيئاً.
- ٦- النزهة: وهي بإرسال مواد حساسة عن شخص آخر قد يكون محرراً.
- ٧- الاستبعاد: يتم بقسوة لاستبعاد شخص عن قصد من مجموعة عبر الإنترنت (مراد علي عيسى سعد وسمير عطية المعراج وأميمة مصطفى جمعة، ٢٠٢٠، ٩٩).

بينما يقسم (Keith & Martin (2005) سلوك الاستقواء إلى:-

- ١- الاستقواء الجسمي: وهو أوضح صورة لسلوك الاستقواء، ويحدث حينما يتأذى شخص ما جسدياً، ويتمثل في الضرب أو الركل، وتدمير الممتلكات الخاصة.
- ٢- الاستقواء غير الجسمي: وينقسم إلى:-

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■

أ- استقواء غير جسمي لفظي: يتضمن المكالمات الهاتفية البذيئة وابتزاز الأموال والتهديد والإغاة والتعليقات القاسية، ونشر الشائعات المزيفة والمغرضة عن الآخرين.

ب- استقواء غير جسمي غير لفظي غير مباشر: مثل استبعاد الضحية من أي نشاط تقوم به المجموعة، والتجاهل المتعمد له، وغرس الكراهية في نفوس الأقران تجاهه.

ج- استقواء اتلاف الممتلكات: مثل تمزيق ملابس الضحية وإتلاف كتبه وأدواته المدرسية، وسرقة مقتنياته الخاصة (مجدي محمد الدسوقي، ٢٠١٦، ٢١-٢٢).

يتضح من خلال ما تم طرحه سابقاً بأن الاستقواء يتضمن التعرض للأذى، والتسبب في الشعور بالألم من خلال الإساءات اللفظية أو الجسدية أو غير اللفظية المباشرة وغير المباشرة، وهذا يشمل استخدام العنف من المستقيين واستمراريتهم في ممارسة سلوك الاستقواء.

#### خصائص الاستقواء النفسي:

تُحدد سليمة سايحي (٢٠١٩) إن الاستقواء يتضمن ثلاث خصائص أساسية، هي أنه:-

١- مقصود: لأن المستقوي يتعمد إيذاء شخص ما لأنه يجد لذة في توبيخ الضحية أو محاولة السيطرة عليها.

٢- متكرر: أي أن المستقوي غالباً ما يستهدف إيذاء نفس الضحية لعدة مرات؛ حيث إن استمرار التتمر ومعاودته على فترات طويلة.

وعادة ما يحتوي على عدم توازن القوى أي أن المستقوي يختار الضحية أقل منه قوة، وبوجه عام يميل المستقيون إلى أن يكونوا مغرورين أو أقوىاء ومقبولين من أقرانهم، ويتميزون خاصة برغبتهم في السيطرة على الآخرين عن طريق استخدام العنف، ويظهرون القليل من التعاطف تجاه ضحاياهم.

كما يتسم المستقوي بأنه محاط بمستقيين أو أتباع سلبيين، وهؤلاء لا يبدأون بالضرورة بالسلوك العدواني، ولكنهم يشاركون فيه ويقدمون الدعم والتشجيع للمستقوي، وموافقتهم ترفع من إحساس المستقوي بذاته وبمكانته وتجعل سلوكه مستمر (سليمة سايحي، ٢٠١٩، ٨١).

ومن خصائص الطلاب المستقيين أنهم مهيمنون على الآخرين ويحبون الشعور بالقوة، ولكنهم ودودون مع اصدقائهم ولذا فإن الرغبة في القوة هي السبب في عملية الاستقواء، وإنها قد تعززت من خلال الأفكار والشائعات حول الاستقواء، وأدوار المؤسسات الإعلامية

والأفلام التي تصور قدرات البطل ومهاراته العالية، ومن سماتهم كذلك القسوة ولديهم أفكار لاعقلانية (علي مرسي الصباحيين ومحمد فرحان القضاة، ٢٠١٣، ٣٥).

كما درس (Tritt & Duncan, 1997) الخصائص التي تميز المستقيين وكذلك الضحايا من خلال قائمة من الخصائص الشائعة عند المستقيين في جامعة اوهايو، ووجد أن خصائصهم هي السيطرة، وحدة المزاج، وقلة التعاطف مع الآخرين، كما أكدت الدراسة أن المستقيين يعانون من مشكلات عائلية أكثر من الأطفال الآخرون، وأن آبائهم مشغولون عنهم وأن العائلة تتخذ قرارات نيابة عنهم في كثير من الأمور، وأن الذكور أكثر استقواء من الإناث خاصة في الاستقواء المباشر والضرب والصفع والركل، وأن الإناث أكثر في الاستقواء غير المباشر التجاهل والسخرية والاستهزاء والإقصاء من المجموعة (علي مرسي الصباحيين ومحمد فرحان القضاة، ٢٠١٣، ٣٦).

بناءً على ماسبق فإن تعدد التسبب في الإيذاء وحب الشعور بالهيمنة، والضعف الشديد في التعاطف مع الآخر وتكرار أو استمرارية ممارسة السلوكيات العدوانية تجاه من هم أقل قوة هي الخصائص الأكثر شيوعاً لدى المستقيين نفسياً، وأن هذه الخصائص قد تم تدعيمها وتثبيت ظهورها من الأفكار غير المنطقية والاعتقادات اللاعقلانية حول الاستقواء النفسي وتدعيمه.

#### أسباب الاستقواء النفسي

تتعدد الأسباب التي قد تؤدي إلى سلوك الاستقواء النفسي، وتختلف طبقاً لعواملها، ومنها:-

١- الأسباب النفسية: ترجع إلى الغرائز والعواطف والعقد النفسية والإحباط والقلق والاكنتاب؛ حيث إن الغرائز هي استعدادات فطرية نفسية جسمية تدفع الفرد إلى إدراك بعض الأشياء بانفعال، وبالتالي يسلك نحوه سلوكاً خاصاً كان يشعر بالإحباط عندما يكون مهماً ولا يجد اهتماماً به وبشخصيته، ولذلك يولد لديه الشعور بالغضب والنفور والانفعال لوجود عوائق تحول بينه وبين تحقيق أهدافه؛ مما يؤدي به إلى ممارسة سلوك العنف والاستقواء سواء على الآخرين أو على ذاته لشعوره بأن ذلك يفرغ ضغوطه وتوتراته، كما أن الأسرة التي تطلب من الطالب الحصول على مستوى مرتفع من التحصيل يفوق قدراته وإمكانياته قد يسبب في إشارة الغضب ولفت الانتباه فمنهم:-

أ- داعمون: وهم المتفرجون الذين ينضمون إلى العراك؛ ويشاركون المستقوي.

ب- مشجعون: وهم الذين لا يشاركون في العراك ولكن يكتفون بالتشجيع.

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■

- ج- صامتون: وهم الذين يتخذون دور سلبى في العراك؛ ويكتفون بالمشاهدة والصمت.  
د- مدافعون: وهم الذين يحاولون المراوغة عن الضحية وفض العراك (عبدالله محمد العتيبي، ٢٠١٥، ٣٥-٣٧).

٢- الأسباب الاجتماعية: تشير إلى أن سلوك الاستقواء هو متعلم اجتماعياً عن طريق ملاحظة الأبناء نماذج العدوان عند والديهم ومدرسيهم وأصدقائهم وأقلام التلفزيون وفى القصص التى يقرأونها، ومن ثم يقومون بتقليدها، وتزيد احتمالية ممارستهم للعدوان إذا توفرت لهم الفرص لذلك، فإذا عوقب الابن على السلوك المقلد فإنه لا يميل إلى تقليده في المرات اللاحقة، أما إذا كوفئ عليه فسوف يزداد عدد مرات تقليده لهذا السلوك العدوانى؛ مما يعنى الأهمية الكبيرة للخبرات السابقة وللعوامل الدافعية المرتكزة على النتائج العدوانية المكتسبة وعلى أهمية التقليد والمحاكاة في اكتساب السلوك العدوانى حتى وإن لم يسبقه أي نوع من الإحباط (علي مرسى الصبيحى ومحمد فرحان القضاة، ٢٠١٣، ٥١).

كما ترجع الأسباب الاجتماعية إلى:-

- أ- انتشار العنف في المجتمع: حيث إن كثرة الصراعات واستخدام العنف كوسيلة للتعامل مع الآخرين، يساهم في زيادة نسبة التتمر بين الطلاب.  
ب- الإعلام: وما يعرضه من مشاعر العنف في القنوات التلفزيونية تؤدى إلى تقليدها والإحساس بأن التصرف طبيعى دونما وعى بعواقب هذه السلوكيات.  
ج- الألعاب العنيفة: كألعاب الفيديو والكمبيوتر تجسد مناظر العنف وحوادث إطلاق النار والتفجيرات، وتلعب دوراً في زيادة نسبة العنف في المدارس، ومنها ممارسة الاستقواء.  
د- الافتقار إلى الدعم الاجتماعى: فالطلاب الذين لا يجدون دعم اجتماعى كاف كتوفير أنشطة إيجابية لأشغال وقت فراغهم، قد يظهرون مستويات أعلى من الاستقواء مقارنة بالطلاب الذين تتوفر لديهم وسائل اجتماعية تغنيهم عن تفريغ الشحنات السلبية عن طريق العنف، وبالتالي تزداد نسبة الاستقواء.

هـ- العادات والتقاليد: فالقبول الاجتماعى للعنف في بعض الثقافات خاصة المجتمعات التى تعطي الحرية للذكور بالتصرف بشكل عنيف كوسيلة لإثبات الرجولة يشكل عاملاً لازدياد التتمر بين الأطفال والمراهقين (سليمة ساىحي، ٢٠١٩، ٨٨).

٣- الأسباب المعرفية: يذكر (Seibel (2014, 272 أن الاستقواء يرجع نتيجة للأفكار الخاطئة وغير العقلانية التى يؤمن بها الطلاب ومعتقداتهم وقناعاتهم التى تدفعهم للاستقواء، وبيان بطلانها وتحريها.



وإنه يمكن أن تكون هناك أفكار منطقية مكانها، ولذا يجب مساعدتهم على أن يغيروا هذه الأفكار ويتعلموا أن القوة والسيطرة على الآخرين لاتجعل الفرد قوياً، ولكنها تجعله مكروهاً من قبل زملائه ومن قبل الناس الآخرين.

كما يشير (Ben 2005) أنه من الضروري مناقشة تغيير حديث الذات السلبي لدى المستقوى حول أفكاره وآرائه التي يحدث بها نفسه ويردها لوحده حول الاستقواء مثل يجب أن أكون الأقوى والمسيطر على الآخرين، إن لم تضرب الآخرين ضربوك، اضرب الضعيف كي يخاف القوى، واستبدال ذلك بحديث ذاتي إيجابي: مثلاً بأنه سوف يكون مهماً، ويحترمه الناس لعدم تعرضه لإيذاء الآخرين، وقيامه بمساعدتهم وسيكون موضع التقدير والاحترام، كما يمكن أن يمارس الطلاب التفكير بصوت عال بجملة من الأفكار التي ترد إلى ذهنه في حالة وجود ضحية، ورغبة في الاستقواء عليه، والبوح بهذا الحديث والانتباه له أكثر، لكي يكون أكثر وعياً له مثل: هذا الطالب صغير الحجم وأني أقوى منه، وإن المنطق والعقل لايعطي فرصة للطالب القوى لكي يسيطر على الطالب الأضعف أو الأقل قوة، لأن كلا منا له قوة محدودة وأن هناك من هو أقوى منه.

كما أن تحديد الأفكار اللاعقلانية وتعلم كيفية استبدالها بأخرى فعالة وعقلانية يجعل الأفراد يغيرون من ردود فعلهم الانفعالية للمواقف ليس لظاهرة الاستقواء فقط لكن لكثير من المشكلات التي تواجه الأفراد مثل القلق، والاكتئاب، والغضب واضطراب الشخصية والمشكلات الزوجية وغيرها (علي مرسي الصباحيين ومحمد فرحان القضاة، ٢٠١٣، ٣٥).

٤- الأسباب الأسرية: تتعدد أسباب التنشئة الأسرية وطريقة التربية المساهمة في الاستقواء النفسي للأبناء والتي تكمن في:-

أ- التذبذب في اتخاذ القرارات، وأسلوب التربية بين الوالدين؛ مما يؤدي إلى اختلاف القوانين في المنزل.

ب- التساهل في التربية: وعدم عقاب الأطفال على أخطائهم، أو القسوة والشدة في التربية.  
ج- المستوى التعليمي والثقافي للوالدين وخاصة الأم: حيث يرتبط بصورة عكسية على معدلات الاستقواء بين الطلاب في (المدارس) وله أثر سلبي على سلوكيات أطفالهم، أما كمستقويين أو كضحايا استقواء.

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■

د- المستوى الاقتصادي للأسرة: فالمستوي المرتفع قد يجعل من الأطفال المدللين، والذين يعتبرون الثراء وسيلة للسخرية من الآخرين، أما منخفض الدخل فقد يكون أبنائهم عرضة للسخرية.

هـ- عدد أفراد الأسرة: فالأسر الكبيرة تزيد نسبة ممارسة أو تعرض أطفالهم للاستقواء في المدارس.

و- ترتيب الطفل بين الإخوة: فالأطفال الذين يكون ترتيبهم بين إخوتهم (٤-٧) هم أكثر عرضة ليصبحوا متتمرين بسبب قلة الاهتمام الذي قد يجده الطفل الأول والأخير.

ز- التنافس بين الأشقاء: خاصة في مرحلة المراهقة، والذي يزيد من مشاعر الغيرة والغضب، وبالتالي يصبح متمم بغرض جذب الانتباه.

ح- العنف الأسري: فاستخدام العنف، والقسوة، والإفراط في العقاب الجسدي من قبل الأسرة كأسلوب للتربية يؤدي إلى سلوكيات عنيفة وبالتالي زيادة نسبة التتم.

٥- أسباب تربوية (البيئة المدرسية): وتنقسم إلى:-

أ- أسباب تتعلق بالمعلم ومن أهمها:

١) ضعف دور المعلم في تلقين القيم الإيجابية للطلاب والتساهل في ضبطهم خلال الحصّة

٢) لجوء المعلم لاستخدام العنف كوسيلة للتعليم

٣) استراتيجيات التدريس أو التعليم التقليدية المتبعة، والتي لاتعطي للطلاب حرية التعبير عن الرأي أو المناقشة، وقد تتضمن العنف والتخويف.

٤) عدم اللجوء إلى بدائل إيجابية للعقاب.

ب- أسباب تتعلق بالقواعد المدرسية: والتي يجب أن يتبعها الطلاب، حيث يؤدي التذبذب

فيها إلى زيادة نسبة السلوكيات العنيفة بين الطلاب، ومن بينها الاستقواء مثل عدم

توزيع الطلاب في الأقسام بشكل عادل، أو التساهل في الإجراءات التأديبية المتبعة مع

سلوك الاستقواء، أو استخدام العنف كوسيلة للتعامل مع الطلاب.

ج- الرفقة السيئة: فرغبة الطالب في الانتماء إلى مجموعة معينة من الأقران تؤثر على

تحديد سلوكياته، وقد يجبر على القيام بسلوكيات معينة فقط لإحساس بالقبول من

الأصدقاء.

د- الحي المدرسي: فوجود المدرسة في حي فقير يزيد من معدلات حدوث الاستقواء والعنف

بشكل عام.

هـ- الأنشطة المدرسية: فالافتقار إلى الأنشطة الفعالة التي تشغل أوقات فراغ الطلاب، وتلبى احتياجاتهم النفسية والاجتماعية ينتج عنها طلاب يلجئون إلى العنف كوسيلة لتفريغ الشحنات السلبية والضغط النفسي (سليمة سايجي، ٢٠١٩، ٨٦-٨٧).

يتضح لنا من العرض السابق لأسباب الاستقواء النفسي تعدد أسبابه سواء النفسية التي مرجعها الشعور بالإحباط، ومن ثم القلق والغضب الذي يقوده إلى ممارسة سلوك الاستقواء، وكذلك الأسباب الاجتماعية التي يلاحظ المستقوى من خلالها نماذج العنف والعدوان ويقوم بتقليدها، وأيضاً الأسباب الأسرية التي تشير فيها نماذج التربية الخاطئة والتناقض فيها إلى نشأة الاستقواء لدى الأبناء، والأسباب المعرفية والتي تعد من أهم الأسباب لأن الأفكار غير العقلانية التي تدفع المستقوى إلى الاستقواء على الآخرين، وحديثه الذاتي حول السيطرة على الآخر تؤدي به إلى القيام بسلوك الاستقواء النفسي وتعرضه للمشكلات النفسية واضطرابات الشخصية.

### ثالثاً: الإرشاد المعرفي السلوكي Cognitive Behavioral Counseling

تعود جذور الإرشاد المعرفي السلوكي إلي المدرسة السلوكية وذلك بعد أن رأت فئة كبيرة من المرشدين السلوكيين عدم الاقتنصار على ربط الإرشاد السلوكي بنظريات التعلم وحدها، بل وأن تمتد للجوانب الأخرى من التقدم العلمي عن نظريات الشخصية والنظريات الانفعالية والاجتماعية في علم النفس، كما تعود أيضاً جذور الإرشاد المعرفي السلوكي إلي مدرسة الإرشاد المعرفي وقد حاول معظم المرشدين المعرفيين السلوكيين الجدد دمج مبادئ من هاتين المدرستين التي ثبتت فاعليتها إكلينيكيًا، ويعتبر الإرشاد المعرفي السلوكي أكثر فاعلية من تقديمها كل علي حدة في التعامل مع مجموعة واسعة من المشكلات النفسية (Hull, Malgaroli, Connolly, Feuerstein & Simon, 2020, 2).

### مفهوم الإرشاد المعرفي السلوكي

يعتبر الإرشاد المعرفي السلوكي مجموعة من الطرائق الإرشادية المعرفية، والمفهوم الذي يقوم عليه أنه عن طريق تصحيح المفاهيم (كمال يوسف بلان، ٢٠١١، ١٣٥).

يقوم الإرشاد المعرفي السلوكي على تعديل الأسس والمصادر المعرفية المسئولة عن السلوك الخاطئ، ويهدف إلى المساعدة على النمو وتطور المهارات المعرفية من خلال الأساليب المختلفة (حل المشكلات- النمذجة المعرفية- تصحيح المعتقدات الخاطئة) من خلال إعادة البناء المعرفي بالإضافة إلى ممارسة السلوك الصحيح الذي تم تعديله من خلال الأساليب الأخرى (لعب

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■  
الدور- الواجب المنزلي) وبذلك يهدف للتعديل المعرفي السلوكي في أن واحد، ويتميز هذا الإرشاد بأنه لا يحتاج لفترات طويلة ويمكن استخدامه لمدة قصيرة من الزمن (آمال عبدالسميع باظه، ٢٠١٢، ٢٦٤).

وأصبح الإرشاد المعرفي - السلوكي مصطلح مظهي يشتمل على العديد من الإرشادات المختلفة والمدعومة تجريبياً، والتي تشترك في المبادئ الأساسية للإرشاد المعرفي - السلوكي، وهناك فروقاً واضحة في الاستراتيجيات التي تستهدف مشكلات بعينها، ولكن على الرغم من هذه الفروق إلا أن الاستراتيجيات متأصلة في مدخل الإرشاد المعرفي- السلوكي وتحديداً في الارتباط السببي بين المعارف اللاتكيفية، والانفعالات والسلوكيات، والفيزيولوجيا، وأن تصحيح المعارف اللاتكيفية ينتج عن محو للمشكلات النفسية والسعادة النفسية بوجه عام، ولقد تم الحصول على أدلة علمية قوية عن هذا النموذج العام من مجال علم الأعصاب الانفعالي، وبحوث التنظيم الانفعالي (هوفمان إس جي، ٢٠١٢، ٢٧).

لذا عد الإرشاد المعرفي السلوكي شكلاً من أشكال الإرشاد النفسي الحديثة نسبياً، ويركز على كيفية إدراك الفرد للمثيرات المختلفة وتفسيراته لها، وإعطاء المعاني لخبراته المتعددة، ويرتبط بتعديل الأفكار اللامنطقية المسببة للاضطرابات، وبالتالي تعديل السلوكيات الناتجة عن الاضطراب مما يخفض الأثار السلبية للاضطراب.

### نموذج الإرشاد المعرفي السلوكي

يمثل الإرشاد المعرفي السلوكي أحد الأساليب الإرشادية الحديثة، وبالرغم من أن ميدان الإرشاد النفسي المعاصر يزخر بمدارس وأساليب متعددة قد تصل إلى أكثر من مائة شكل من أشكال الإرشاد النفسي، وإزاء هذا التناقض اعتبر Rosen, Cado, Silberg, Srebnik & Wendt, (1990) أن الإرشاد المعرفي السلوكي نموذجاً لأحسن الاستراتيجيات الإرشادية يحتوي نظرية تكاملية في تغيير السلوك، تقوم على التكامل بين الشق المعرفي والشق السلوكي.

كما يعتمد الإرشاد المعرفي السلوكي علاقة علاجية تعاونية بين المرشد والمسترشد تتحدد في ضوئها المسؤولية الشخصية للمريض عن كل ما يعتقد من أفكار مشوهة واعتقادات لا عقلانية مختلة وظيفياً تعد هي المسؤولية في المقام الأول عن تلك الاضطرابات التي يعاني منها المسترشد، وما يترتب عليها من ضيق وكره (عادل عبدالله محمد، ٢٠٠٠، ١٧).

وتفترض النظرية المعرفية السلوكية في العلاج النفسي وجود ثلاثة عناصر مترابطة يساهم تفاعلها في تطوير السلوك واستجابات الفرد للعالم بجانبها الصحي والمرضي، وهي: -

- ١- الموقف أو الخبرة المرتبطة بالحالة النفسية .
- ٢- الجانب الوجداني والحالة الانفعالية موضوع الشكوى " بماذا أشعر الآن" .
- ٣- البناء المعرفي للخبرة: كيف أدرك الموقف وأفسره (عبد الستار إبراهيم، ٢٠٠٨، ٩٢).

وهكذا فإن البنيان المعرفي أو المخططات هي خطط عقلية مجردة تنظم المعلومات ولها دور كبير في توجيه سلوك الإنسان، فهي تمثل أنماطاً من التفكير ثابتة، وطويلة الأمد، كما تمثل تقييمات الفرد عن خبراته السابقة، وهي عملية نظم لمعلومات قديمة لها علاقة بالموقف الحالي، وتسهل عملية معالجة المعلومات الجديدة المتعلقة بالموقف، حيث تلفت الانتباه إلى هذه المعلومات اختيارياً، أو تحدد نوعاً معيناً من التصورات الخاصة بموقف معين وبناء على ذلك فالمخططات تحدد الطريقة التي من خلالها اختيار المعلومات المدركة، وأيضاً يتم تخزينها ومعالجتها وتذكرها أو استدعائها(محمود عيد مصطفى، ٢٠٠٩، ٦٤).

واعتباراً مما سبق فإن النموذج المعرفي يفترض أن الاضطرابات الانفعالية هي دالة أنماط فكرية غير تكيفية، وتصبح بذلك أهداف هذا الإرشاد هي إعادة بناء هذه المعارف؛ وقد حدث التقارب بين المناهج المعرفية والسلوكية نتيجة اعتراف السلوكيين بأنهم يتعاملون فعلاً مع عمليات معرفية داخلية مثل الأفكار والإدراكات والحديث الداخلي، إلا أن معالم بارزة قد أفسحت الطريق أيضاً أمام هذا التقارب، ومنها توسع باندورا في مجال تعديل السلوك ليشمل الاهتمام بالنمذجة والتعلم عن طريق الملاحظة، كما اتخذ باندورا وكانفر وجولدشتين خطوة واضحة نحو الاعتراف بالعمليات الداخلية حينما بدأ تركيزهم على التنظيم الذاتي، والضبط الذاتي (لويس كامل مليكة، ١٩٩٤، ١٧٣).

#### مراحل الإرشاد المعرفي السلوكي:

يمر الإرشاد المعرفي السلوكي بستة مراحل هي: التقييم النفسي، واكتساب المهارات، وتوحيد المهارات وتطبيق التدريب، والتعميم والاستمرار في السلوك، والمتابعة بعد الانتهاء من العلاج حيث تشكل مرحلة إعادة تقبل الذات جزء كبير من المعرفة في العلاج النفسي السلوكي (Gatchel & Rollings, 2008).

كما يري (Beck & Haigh (2014, 7) أن الإرشاد المعرفي السلوكي يتضمن عدة خطوات وهي:

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■

**الخطوة الأولى:** وهي صياغة مشكلة المسترشد ضمن إطار المنظور المعرفي ويعتمد المرشد في صياغة مشكلة المسترشد على عدة عوامل منها تحديد الأفكار والافتراضات العقلية السلبية الموجودة لدى المسترشد والتي تسهم في حدوث الاضطرابات الانفعالية لديه، والتعرف على السلوكيات السلبية التي تصدر عنه من جراء هذه الأفكار والمعارف السلبية لديه والتعرف على الأسلوب المعرفي الذي من خلاله يفسر المسترشد الأحداث والمواقف المؤلمة التي يتعرض لها.

**الخطوة الثانية:** التعرف على الافتراضات العقلية السلبية التي تكمن وراء ظهور الاضطراب الانفعالي لدى المسترشد والتي من شأنها تقاوم الأفكار السلبية لديه.

**الخطوة الثالثة:** وهي استبدال الأفكار السلبية والخاطئة بأفكار أكثر إيجابية ومنطقية وموضوعية ولتحقيق ذلك يستخدم المرشد العديد من الفنيات المعرفية والسلوكية.

#### أهداف الإرشاد المعرفي السلوكي

- 1- تعليم الفرد أن يصحح أداءاته المعرفية الخاطئة والمشوهة.
- 2- تصحيح التشغيل الخاطئ للمعلومات.
- 3- مساعدة المسترشد للتوصل إلى منظور جديد لفهم مشكلته.
- 4- يشرح له أن التغيير المعرفي له أهمية رئيسة في الإرشاد.
- 5- تعديل الأفكار والمعتقدات والافتراضات المختلة وظيفياً، والتي تعمل على الإبقاء على أنماط السلوك والانفعالات (عادل عبدالله محمد، ٢٠٠٠، ٢١).

يهدف الإرشاد المعرفي السلوكي إلى تعديل المعتقدات غير العقلانية وغير الواقعية، والهادمة للذات، وتعليم العميل أساليب تفكير أخرى أكثر عقلانية وأكثر إيجابية وتدريب المسترشد على رؤية العلاقة بين الأفكار والمشاعر، ورؤية الأفكار بصورة نقدية، وتدريبه أيضاً على المراقبة الذاتية للأفكار، والتخيلات السلبية وإخراجها إلى حيز التفكير، وكيف يستطيع استبدال المعتقدات الخاطئة، والتصورات السلبية بمعتقدات إيجابية (Bennett–Levy & Lee, 2014، 49).

كما يهدف الإرشاد المعرفي السلوكي إلى تغيير أفكار وتفسيرات المسترشد غير الواقعية والمشوهة لأحداث الحياة وإحلال أفكار أخرى واقعية وتوافقية وتقييمات إيجابية للأحداث وهذه الفروض والتفسيرات المشوهة هي الناتج الحقيقي للمخططات المبكرة التي تشكلت خلال مراحل

التنشئة، كما يقوم على منحى مشترك نفسي تعليمي يتضمن تصميمًا لخبرات تعلم نوعية بهدف تعليم المسترشد مهارات جديدة للتحدي هذه المخططات وتصحيحها من ذلك، ومنها:

- ١- مراقبة أفكاره الألية.
- ٢- التعرف على بين المكونات المعرفية والانفعالية والسلوكية.
- ٣- اختبار صحة الأفكار الألية.
- ٤- إحلال أفكار واقعية بدلا من الأفكار المشوهة.
- ٥- تحديد وتعديل الأفكار والفروض أو المخططات التي تهيأ المسترشد للانخراط في أنماط التفكير الخاطئ (صفوت فرج، ٢٠٠٨، ٣٠٤).

كما يهدف الإرشاد المعرفي السلوكي إلي تعليم الأفراد أن يحددوا ويقيموا أفكارهم وتخيلاهم وخاصة المرتبطة بالأحداث المؤلمة والاضطرابات السلوكية، تبديل ما لدي الأفراد من أفكار سلبية وإبدالها بأفكار إيجابية، تدريب الأفراد على استراتيجيات وفنيات معرفية سلوكية لتطبيقها على أرض الواقع في مواقف الحياة المختلفة لتلاشي الوقوع في اضطرابات نفسية أو سلوكية وتلاشي حدوثها والتخفيف منها، إدراك العلاقة ما بين المشاعر والأفكار والسلوك لدى الفرد، تعليم الأفراد أساليب حل المشكلات والمهارات الاجتماعية الناجحة، وأخيراً تعليم الأفراد على استخدام الحوار الداخلي لتعديل السلوكيات وتوجيه الذات (Hidayah, 2013, 15).

### ثامناً: الدراسات السابقة:

#### ١- الاستقواء النفسي لدي طلاب الجامعة

بحثت دراسة Pörhölä, et al.(2020) تكرار تجارب طلاب الجامعة من الاستقواء وارتكابه بين الطلاب وتفصيل أشكال الاستقواء التي عانى منها الطلاب، تم جمع بيانات المسح من طلاب جامعيين في إجمالي ٤٧ جامعة، بإجمالي عدد طلاب (٨٤٩٧) طالباً جامعياً ب (٤) بلدان، أكدت النتائج أن عدداً ملحوظاً من الطلاب يتعرضون للاستقواء أثناء الدراسة الجامعية من قبل زملائهم الطلاب، تصيف النتائج أن الاستقواء بين طلاب الجامعة ينعكس تالياً على الاستقواء في مجال العمل، وكان الشكل الأكثر شيوعاً للاستقواء النفسي في جميع البلدان هو النقد غير المبرر أو التقليل من الشأن أو إذلال الأداء الأكاديمي.

تبحث دراسة Bibi, Blackwell & Margraf (2021) في مدى الصحة النفسية لطلاب الجامعة، وكيفية الوصول إلى إرشاد لطلاب الجامعة لخفض التفكير الانتحاري والاستقواء بين طلاب الجامعة، حيث تم جمع البيانات من عينة من (٣٥٥) طالباً جامعياً، وأشارت النتائج

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■  
إلى انخفاض الصحة النفسية نسبياً بسبب ارتفاع معدل الأفكار الانتحارية والاستقواء بين الطلاب،  
وأوصت الدراسة إلى السعي لتحديد الآثار السلبية للأفكار الانتحارية والاستقواء بين الطلبة والعمل  
على خفض تلك العوامل لتحسين الصحة النفسية والبعد عن التشوهات المعرفية لدى الطلبة التي  
تنتج تلك الأفكار والسلوكيات المغلوطة.

دراسة (Harper & Timmons 2021) أكدت أن طلاب الجامعة عرضة للإصابة  
بسمات الشخصية البارانويدية من خلال إجراء دراسة على (١٧٤) طالباً جامعياً، ظهر منهم  
(٣١) طالباً لديه سمات من الشخصية البارانويدية بنسبة (٢١,٠٨٪)، تبعاً لمقياس جرين وآخرون  
للشخصية والمقابلات الشخصية، حيث تم إجراء تحليل موضوعي لنصوص المقابلات وأظهرت  
النتائج التحليلية وجود بورتان رئيستان نظمتا تحليل النتائج، وهما: التأثيرات السببية المتصورة  
عن البارانويا (تتألف من سياقات تاريخية تعزز عدم الثقة وإيجاد موقف اجتماعي غريب وتوقع  
التهديد وتقييم القلق السلبي)، والعيش مع البارانويا (يتألف من التأثيرات على الحياة اليومية  
ومحاولة التقليل من آثار البارانويا واستعادة السيطرة)، واستنتجت الدراسة دور الحوارات الداخلية  
والخارجية؛ وتأثير الجنس على المحتوى النفسي؛ وأهمية المعنى في الحياة كمحفز للتكيف.

## ٢- الاستقواء النفسي وعلاقته باضطراب الشخصية البارانويدية:

يعد سلوك الفرد ذوي اضطراب الشخصية البارانويدية سلوكاً مضطرباً غير مرغوب  
فيه، خاصة عندما تتكشف حقيقة تصرفاته وسلوكياته والعدوانية في كثير من الأحيان. وعند  
وجوده في مكان قيادي أو مركز نفوذ فإنه يفتك بالناس ويقودهم إلى التهلكة والموت دون أي  
وازع للضمير، حتى أنه لمن الغريب فعلاً أنه لا يرى أي خطأ في كل تصرفاته وأفعاله هذه، وأنه  
لم يشعر بالتأنيب أو الذنب بسبب إيلاهم الآخرين وجلب الحزن لهم، وعلى الرغم من أن سلوكه  
سيحطم فيه ذاته بذاته على المدى الطويل، إلا أنه يعتبره سلوكاً عملياً مبني على التفكير السليم  
الصحيح (ثائر أحمد غباري وخالد محمد أبو شعيرة، ٢٠١٥، ٦٤).

وكذلك هدفت دراسة (Shakoor, McGuire, Cardno, Freeman, Plomin & Ronald (2015) إلى دراسة سلوك الاستقواء في الطفولة المتأخرة وعلاقته بوجود أعراض  
اضطراب الشخصية البارانويدية بمرحلة المراهقة في بريطانيا، حيث اشتملت العينة على ٤٨٢٦  
فرداً، وتضمنت أدوات الدراسة مقاييس التقييم الذاتي، والتي شملت الأعراض البارانويدية  
والهالوس والتشوه المعرفي والعلاقة السلبية بالوالدين في المراهقة، وكانت نسبة العلاقة بين  
سلوك الاستقواء في الطفولة والهالوس والشعور بالعظمة في المراهقة المتوسطة بين أفراد العينة،



كما ظهر أن ٣٥ % من أفراد العينة كان لديهم أعراض الاستقواء ذاتها في الطفولة، كما ظهر أن ٥٢ % من الأفراد قد عانوا من نفس الأعراض البارانويدية- كما أن تأثير الأحداث البيئية قد أثر في وجود سلوك الاستقواء في الطفولة بنسبة ٣٩ % وقد أثرت الأحداث البيئية في تطوير الأعراض البارانويدية في المراهقة بنسبة ٤٨ %.

هدفت المراجعة البحثية التي أجراها (Cunningham, et al. (2016 إلى تحليل الأبحاث ذات التصميمات المستقبلية، والتي ستتيح استنتاجات حول ما إذا كان الاستقواء يسبب الذهان أم لا، حيث تم إجراء مراجعة منهجية للأدبيات بشكل مستقل، وتم تطبيق معايير تقييم الجودة للأبحاث العلمية، ثم تم الانتهاء من التحليل التلوي، وحققت عشر دراسات معايير الاشتمال، والجودة، وأظهرت نتائج التحليل أن أغلبية الأبحاث العلمية محل الدراسة قدمت تأكيداً على أن الاستقواء يبدو أنه يتسبب في تطور الذهان لاحقاً، حيث تشير الدراسات التي تمت مراجعتها هنا إلى أن الاستقواء يتنبأ بالتطور اللاحق للسمات البارانويدية، وأوصى البحث بالتحقيق الكافي في عوامل الوساطة المحتملة الأخرى، وتسلسل المراجعة الضوء على الدور المهم للاستقواء في هذا التفاعل المعقد، بما في ذلك تأثير المدى والاستجابة لشدة وتواتر الاستقواء، وتم اقتراح استهداف التدخل لتجنب التطور البارانويدي في المستقبل.

دراسة (Jack & Egan (2018 بحثت في العلاقة بين الأشكال المختلفة للاستقواء وسمات الشخصية البارانويدية، ومدى المبالغة في تقدير التفكير البارانويدي للتهديد في المواقف الشخصية، حيث تكونت عينة البحث من (٢٣٠) طالباً، طبقوا سلسلة من الاستبيانات عن الاستقواء النفسي وسمات الشخصية البارانويدية عبر الإنترنت، أظهرت النتائج وجود علاقة مهمة وإيجابية بين تجارب الاستقواء النفسي والتفكير البارانويدي، وتنبأت شدة الاستقواء بسمات الشخصية البارانوية بدرجة أكبر، كما توسط التفكير البارانويدي العلاقة بين الاستقواء والإفراط في تقدير التهديد في المحفزات الاجتماعية.

هدفت دراسة (Masillo, et al. (2019 إلى بحث الآثار المترتبة على الخبرات البين شخصية السلبية كالاستقواء النفسي في الطفولة والمراهقة كنتيجة لشعوره بالخدر، ولذلك فإن الاستقواء النفسي بعد الشعور بالخدر هو مرتبط بالتفكير البارانويدي والتفكير الوسواس، وهناك دراسات قليلة ركزت على سمات الشخصية لضحايا الاستقواء النفسي، كما أن هذه الدراسة تهدف إلى بحث إذا ما كانت سمة للشخصية محددة وهي الحساسية بالعلاقات البين شخصية قد ترتبط بالوسوسة لدى من عايشوا الاستقواء النفسي، وقد تمثلت عينة الدراسة في (١٤٧) مراهقاً ساعون

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■

لطلب المساعدة متوسط أعمارهم ١٧ عاماً، تم اختيارهم بعد تطبيق استبيان للاستقواء النفسي، وكذلك بعد تقييمهم بالمقابلة المقيدة لأعراض المخاطرة للاضطراب النفسي وأيضاً بتطبيق أفراد العينة لمقياس الحساسية بالعلاقات بين شخصية سواء ممن عايشوا الاستقواء النفسي أو الجسدي.

وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن نسبة ٢٠ % (أى ٣٠ من أفراد العينة) لديهم معاشية للاستقواء النفسى على الأقل مرة فى يومياتهم الحياتية، كما أن معاودة الاستمرار بالاستقواء النفسى كانتكاسة متزايدة هى مبنى مستقل للتفكير البارانويدى والتفكير الوسواس، وكذلك فقد أوضحت النتائج أن حساسية العلاقات بين الشخصية هى مبنى مستقل للتفكير البارانويدى على درجة الخصوص بعد تطبيق مقياس حساسية العلاقات بين شخصية، بالإضافة إلى العلاقة المهمة التى ظهرت بين كل من التفكير البارانويدى والذات الهشة وقلق الانفصال والاستقواء النفسى.

وانتهت نتائج الدراسة إلى أن الاستقواء النفسى هو خبرة بين شخصية للفرد سلبية مرتبطة بكل من التفكير البارانويدى والتفكير الوسواس، علاوة على أن الحساسية والمعتقدات السلبية عن الذات المدعمة للاستقواء النفسى كذات هشة لا قيمة لها قابلة للنقد وللتهديد، وبالتالي تؤدى إلى اتجاه مساعد فى اكتساب خبرات خارجية وبالتالي ذاتية تسهل التكوين المعرفى البارانويدى والاستمرار فى الإبقاء عليه.

### ٣- الإرشاد المعرفى السلوكى للاستقواء النفسى واضطراب الشخصية البارانويدية

دراسة (Stevens, et al. (2002) هدفت إلى تخفيض سلوك الاستقواء النفسى لدى عينة من الطلاب فى المرحلة الثانوية من خلال برنامج معرفى سلوكى حيث تم اختيار مجموعتين أحدهما تجريبية والاخرى ضابطة وقد استخدم قياس قبلى وقياس بعدى لقياس سلوك الاستقواء النفسى، وقد اشتمل البرنامج الجمعي على عدة فنيات تدريبية لعينة الدراسة لأجل مناقشتهم بمخاطر الاستقواء وإعادة بنائهم المعرفى وتزويدهم بمهارات فض النزاع والتعاطف، وكذلك تحسين اتجاهاتهم نحو الضحايا، وتوصلت نتائج الدراسة إلى ان البرنامج الجمعي المعرفى السلوكى وأثر فى تخفيض سلوك الاستقواء النفسى للعينة، وتحسين اتجاهاتهم نحو الضحايا والتعاطف معهم وايضا مواجهة المشكلات معهم من خلال فنية أسلوب حل المشكلات.

دراسة (Amirpour, Gharaee & Birashk (2018) واستكمالاً لدراسات سمات الشخصية البارانويدية وسمات الاضطرابات النفسية لديها، حيث أدخلت الدراسات القلق كعامل رئيسي في تكوين الأفكار المصابة البارانويدية وتطورها، واستخدم الإرشاد التشخيصي المعرفي السلوكي الجماعي في الحد من سمات الشخصية البارانويدية لدى (٣٠) من طلاب الجامعة يعانون

من سمات الشخصية البارانويدية (تم تقييمهم باستخدام SCID-I و SCL-90-R ومقياس سمات الشخصية البارانويدية)، وتم تقييم الأفكار البارانويدية وتأثيرها على الأداء العقلي والاجتماعي للطلاب من خلال مقياس سمات الشخصية البارانويدية ومقياس العمل والتكيف الاجتماعي، وأظهرت النتائج فعالية الإرشاد التشخيصي المعرفي السلوكي الجماعي في تقليل سمات الشخصية البارانويدية وتحسين الوظيفة العامة.

هدفت دراسة (Cheli, Cavalletti, Popolo & Dimaggio (2021) إلى علاج حالة مريض اضطراب الشخصية البارانويدية يبلغ من العمر (٦١ عاماً) تعاني من اضطراب حاد للشخصية البارانويدية ولديه أفكار عن الاضطهاد والعدائية ذات الشخصية الانفعالية وكذلك اضطراب الشخصية المضادة للمجتمع كاعتلال مشترك واشتمل البرنامج على ٦ أشهر للعلاج ما وراء المعرفة البين شخصي والذي اشتمل على إنشاء التكوين المعرفي الاتجاهية البارانويدية، وكذلك محاولة تعديل صورة الذات الداخلية الناقصة لديه ومخططاته الخيالية التي يرى الآخرين من خلالها كأشخاص مضطهدين أو مهددين له، ودليل تصورات وأسابيه المعرفية التي يستند إليها وخبراته السلوكية التي تعايش معها قد تم تعديلها بالبرنامج، وفي نهاية البرنامج الإرشادي قد ظهر لدى المسترشد تغيراً يعتمد عليه في الأعراض المرضية لديه خاصة في الحساسية البين شخصية والعدائية والتخيلات البارانويدية والسلوكيات المضادة للمجتمع والاستقواء النفسي.

### تاسعاً: فروض البحث:

- مما سبق وفي ضوء نتائج الدراسات والبحوث السابقة يمكن صياغة الفروض التالية:-
١. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب وطالبات المجموعة الضابطة والتجريبية بعد تطبيق البرنامج على مقياس الاستقواء النفسي في اتجاه المجموعة التجريبية.
  ٢. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب وطالبات المجموعة التجريبية في القياسين (القبلي، والبعدي) على مقياس الاستقواء النفسي في اتجاه القياس البعدي.
  ٣. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب وطالبات المجموعة التجريبية في القياسين (البعدي والتتبعي) على مقياس الاستقواء النفسي.
  ٤. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب وطالبات عينة الدراسة على مقياس الشخصية البارانويدية ومقياس الاستقواء النفسي في القياس القبلي تبعاً للنوع.
  ٥. توجد عوامل دينامية مسئولة عن ارتفاع وانخفاض الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة.

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■■

## عاشراً: منهجية البحث وإجراءاته:

### [١] منهج البحث:

استخدم البحث المنهج شبه التجريبي واعتمد على التصميم ذي المجموعتين التجريبية والضابطة بقياس قبلي وبعدي وتتبعي وتمثل المتغير المستقل في البرنامج المعرفي السلوكي، ومتغير تابع وهو الاستقواء النفسي لدى طلاب وطالبات الجامعة ذوي الشخصية البارانويدية.

### [٢] عينة البحث:

تكونت عينة حساب الخصائص السيكومترية للأدوات (٥٠) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة، كلية التربية، جامعة كفر الشيخ، واستخدمت درجات هذه العينة في التحقق من صدق وثبات أدوات الدراسة.

أما العينة الأساسية فتكونت من (٤٠) طالباً وطالبة من طلاب كلية التربية، جامعة كفر الشيخ من مضطربي الشخصية البارانويدية منهم (١٧ ذكور، و٢٣ إناث)، تراوحت أعمارهم بين (٢٠-٢٢) عاماً، ممن يعانون من سمات الشخصية البارانويدية تبعاً للمقياس التشخيصي المستخدم في الدراسة للشخصية البارانويدية (إعداد/ حنان جميل هلسا وآخرون، ٢٠١٨) أي كانت درجاتهم على المقياس أكثر من (١٠٠) تبعاً لمفتاح التصحيح الملحق بالمقياس، تم تقسيمهم إلى مجموعتين متساويتين، المجموعة الضابطة (٢٠) طالباً وطالبة منهم (١٠ ذكور، ١٠ إناث) بمتوسط عمري قدره (٢٠,٨٦) عاماً وانحراف معياري قدره (٠,٦٥٧)، المجموعة التجريبية (٢٠) طالباً وطالبة منهم (٧ ذكور، ١٣ إناث) بمتوسط عمري قدره (٢١,١٧) عاماً وانحراف معياري قدره (٠,٥٩٩)؛ وقد استخدمت درجات أفراد العينة في التحقق من فروض البحث الحالي.

■ شروط اختيار العينة: انقسمت إلى:-

١. ارتفاع درجاتهم على مقياس سمات الشخصية البارانويدية (أعلى من ١٠٠ تبعاً لمفتاح التشخيص الملحق بالمقياس المستخدم في الدراسة).
٢. ارتفاع درجاتهم على مقياس الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة.
٣. موافقة المجموعة على الاشتراك في البرنامج.
٤. عدم التوجه للاستشارة النفسية أو إشراكهم في أي برنامج نفسي من قبل.

قامت الباحثتان بالتحقق من تكافؤ أفراد عينة الدراسة (المجموعة الضابطة- المجموعة التجريبية) في المتغيرات الوسيطة (العمر الزمني) ومتغيرات الدراسة (سمات الشخصية البارانويدية والاستقواء النفسي) في القياس القبلي باستخدام اختبار "ت" للعينات المستقلة.

جدول (١) قيمة "ت" ودلالاتها للفروق بين متوسطي درجات طلاب وطالبات المجموعتين التجريبية والضابطة من حيث العمر ومتغيرات الدراسة قبل تطبيق البرنامج

المتغير	المجموعة	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة
العمر بالسنين	الضابطة	٢٠	٢٠,٨٦	٠,٦٥٧	١,٥٧٥	٣٨	غير دالة
	التجريبية	٢٠	٢١,١٧	٠,٥٩٩			
سمات الشخصية البارانويدية	الضابطة	٢٠	١١٩,٢٠	١٢,٠٧	٠,١٠٥	٣٨	غير دالة
	التجريبية	٢٠	١١٩,٦٠	١٢,٠٣			
الاستقواء البدني	الضابطة	٢٠	٤٣,٨٠	٢,٦٦	٠,٤٩٥	٣٨	غير دالة
	التجريبية	٢٠	٤٣,٤٠	٢,٤٣			
الاستقواء اللفظي	الضابطة	٢٠	٣٩,٥٥	٤,٤٣	٠,٠٣٧	٣٨	غير دالة
	التجريبية	٢٠	٣٩,٥٠	٤,١٤			
الاستقواء الانفعالي	الضابطة	٢٠	٤٤,٣٥	٢,٦٤	٠,٢٤١	٣٨	غير دالة
	التجريبية	٢٠	٤٤,١٥	٢,٦٠			
الاستقواء الاجتماعي	الضابطة	٢٠	٤٢,٨٠	٢,٩٦	٠,٢١٥	٣٨	غير دالة
	التجريبية	٢٠	٤٢,٦٠	٢,٩٢			
الدرجة الكلية	الضابطة	٢٠	١٧٠,٥٠	٦,١٢	٠,٤٦٦	٣٨	غير دالة
	التجريبية	٢٠	١٦٩,٦٥	٥,٣٨			

يتضح من جدول (١) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب وطالبات المجموعتين (الضابطة والتجريبية) قبل تطبيق البرنامج، أي لا توجد فروق حقيقية بين درجات طلاب وطالبات عينة الدراسة الأساسية من حيث العمر الزمني ومتغيرات الدراسة (سمات الشخصية البارانويدية والاستقواء النفسي)؛ حيث كانت قيم "ت" غير دالة إحصائياً، وهذا يدل على تكافؤ المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية قبل تطبيق البرنامج.

## [٢] أدوات البحث:

استخدم البحث الأدوات التالية:

- استمارة دراسة الحالة إعداد / آمال عبدالسميع بأظه (٢٠١٦)
- اختبار تكملة الجمل للحاجات النفسية إعداد/ محمد عبد الظاهر الطيب (٢٠١٣)

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■■

- المقابلة الكلينيكية الطليقة (إعداد/ الباحثان).
  - مقياس تشخيص سمات الشخصية البارانويدية لدى طلبة الجامعة (إعداد/ حنان جميل هلسا وآخرون، ٢٠١٨).
  - مقياس الاستقواء النفسي لدى طلبة الجامعة (إعداد/ الباحثان).
  - البرنامج المعرفي السلوكي (إعداد/ الباحثان).
- وفيما يلي عرض لكل منهم بالشرح:

#### أدوات الدراسة الكلينيكية

#### ١- استمارة دراسة الحالة إعداد / أمال عبدالسميع باظه (٢٠١٦)

تهدف هذه الاستمارة إلي إعطاء وصف شامل ومعلومات دقيقة عن الحالة وأسرتها حيث تشمل بيانات خاصة بالأب والأم من حيث ( المستوي التعليمي - الحالة الصحية - العادات السلوكية والاجتماعية - الشكاوي الجسدية - أسلوب التعامل مع الحالة )، وبيانات خاصة بالأخوة والأخوات من حيث (عددهم - جنسهم - ترتيبهم الميلادي - طريقة تعاملهم مع الحالة)، وبيانات خاصة بالحالة من حيث ( أسلوب معاملة الوالدين - الهوايات - الضغوط والاضطرابات النفسية - المخاوف - الأحلام المتكررة - الكوابيس - علاقته مع الوالدين والأخوة - التعبير عما يشعر به - النظرة المستقبلية ) .

#### ٢- اختبار تكملة الجمل للحاجات النفسية إعداد/ محمد عبد الظاهر الطيب (٢٠١٣)

يهدف هذا الاختبار إلي قياس شدة الحاجات النفسية الكامنة لدى المراهقين والراشدين وتستخدم فكرة استخدام اختبار تكملة الجمل كاختبار اسقاطي إلي ما أوضحه موراي ( Murray, 1938) أن اختبارات التكملة يمكن استخدامها في هذا المجال، وذلك لأن العبارات أو الكلمات التي يتداعى بها الأشخاص يمكن أن تكون مؤشرات للنزاعات المكبوتة، ويستند هذا الاختبار إلي نظرية موراي في الحاجات والتي تقسم الحاجات النفسية إلي حاجات ظاهرة وحاجات كامنة، يتكون الاختبار من ٤٠ عبارة تعبر عن ثماني حاجات نفسية (الخضوع - العدوان - المعرفة - السيطرة - الاستعراض - الجنس - الجنسية - المثالية - الاستجداد)، وتعطى كل عبارة درجة تتراوح بين (صفر - ٢) بناءً على مفتاح التصحيح، وإذا كانت تكملة الجملة ليس لها ما يماثلها في مفتاح التصحيح فتأخذ درجة أقرب جملة تماثلها.

### ٣- المقابلة الكلينية التطبيقية (إعداد/ الباحثان)

الهدف من المقابلات التعرف على جوانب الشخصية العميلة والتعرف على نفاط القوة والضعف لديها وما تملكها من مهارات معرفية وانفعالية وقدرتها على الوعي بذاتها والتعرف على الأسلوب الذي تستخدمه في مواجهة وإدارة الضغوط والتعرف على نظرتها نحو ذاتها ونحو الآخرين، والأحداث التي تدور حولها، وقد قامت الباحثتان بإجراء مقابلات إكلينيكية تطبيقية مع الحالات الحاصلة على أعلى وأقل درجات علي أدوات الدراسة كل حالة علي حدة، تراوحت المقابلات الإكلينيكية من (٣-٦) جلسات مدة الجلسة ٤٥ دقيقة، حيث تحدثت بصورة معبرة عن مشاعرها ومشاكلها.

٤- مقياس تشخيص سمات الشخصية البارانويدية لدى طلبة الجامعة (إعداد/ حنان جميل هلسا وآخرون، ٢٠١٨).

#### ▪ وصف المقياس وطريقة تقدير درجاته

يتكون المقياس من (٣٠) عبارة، يتم الاستجابة لهم عن طريق التقرير الذاتي تبعاً لمدرج ليكرت الخماسي (تنطبق تماماً=٥، تنطبق =٤، بين بين=٣، لا تنطبق=٢، لا تنطبق أبداً =١)، حيث تتراوح الدرجة على المقياس ما بين (٣٠-١٥٠) درجة، وتم تقسيمها إلى (٣) مستويات؛ حيث تعتبر الدرجة من (٣٠-٧٠) درجة منخفضة من سمات الشخصية البارانويدية، و(٧٠-١٠٠) درجة متوسطة، وأعلى من (١٠٠) درجة عالية من سمات الشخصية البارانويدية.

▪ الخصائص السيكومترية للمقياس.

قد تم تطبيق المقياس على عينة قدرها (٥٠٠) طالباً وطالبة بكلية الآداب وكلية العلوم، تم اختيارهم بالطريقة العشوائية، منهم (١١٠ ذكور، ٣٩٠ إناث)، وقد تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس كالتالي:-

▪ صدق المفردات: قام معدو المقياس بحساب الصدق عن طريق حساب معامل الارتباط بين كل مفردة والدرجة الكلية للمقياس، وقد تراوح معامل الارتباط ما بين (٠,٦٤٥-٠,٨٣٢)، أي أن مفردات المقياس تتمتع بالصدق لأن جميعها قيم دالة عند مستوى (٠,٠١).

▪ الثبات: تم التحقق من ثبات المقياس بطريقتين:- (إعادة التطبيق): حيث قام معدو المقياس بحساب ثبات المقياس على (٥٠٠) طالب وطالبة بفاصل زمني (٣) اسابيع، وقد بلغ معامل الارتباط بين التطبيقين (٠,٨٣)، وطريقة ألفا كرونباخ، وبلغ معامل الثبات للمقياس (٠,٨٧)، وهذا يشير إلى أن المقياس يتمتع بدلالات ثبات مناسبة.

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■■

## ■ الخصائص السيكومترية للمقياس في البحث الحالي

### ثبات المقياس

إعادة التطبيق: قامت الباحثتان بحساب ثبات المقياس على طلاب عينة الخصائص السيكومترية (ن=٥٠) بطريقة إعادة التطبيق بفواصل زمني قدره (١٥) يوماً بحساب معاملات الارتباط بين درجات التطبيق الأول والتطبيق الثاني، وقد بلغت قيمتها (٠,٧٩١)، وهو معامل ارتباط قوي وموجب، مما يدل على ثبات المقياس في الدراسة الحالية.

٥- مقياس الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة (إعداد/ الباحثتان).

### ■ وصف المقياس

يتكون المقياس في صورته النهائية من (٤٠) عبارة تعبر عن الاستقواء النفسي بأبعاده المختلفة (الاستقواء البدني، الاستقواء اللفظي، والاستقواء الانفعالي، والاستقواء الاجتماعي)، بكل بعد (١٠) عبارات.

### ■ إعداد المقياس

تم إعداد المقياس في محاولة لتحديد درجة الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي سمات الشخصية البارانويدية، وقد اطّعت الباحثتان على بعض المقاييس ومنها: بطارية التمر بأشكاله (إعداد/ زينب محمود شقير، ٢٠١٨)، مقياس السلوك العدواني (آمال عبدالسميع باظه، ٢٠٠٥).

### ■ تقدير درجات المقياس

يتم تقدير درجات المقياس على تدرج خماسي (دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، لا أبداً)، وتأخذ التدرجات (٥، ٤، ٣، ٢، ١) على الترتيب، بحيث تتراوح الدرجة الكلية للمقياس ما بين (٤٠- ٢٠٠) درجة، حيث تدل الدرجة من (٤٠- ٩٣) على انخفاض الاستقواء، والدرجة من (٩٤- ١٤٧) على المستوى المتوسط من الاستقواء، والدرجة من (١٤٨- ٢٠٠) تدل على المستوى المرتفع من الاستقواء لدى طلاب الجامعة.

### ■ الخصائص السيكومترية للمقياس

#### ١. الاتساق الداخلي للمقياس

قامت الباحثتان بالتحقق من الاتساق الداخلي للمقياس من خلال حساب معاملات الارتباط الداخلية بين درجات الأبعاد الفرعية للمقياس والدرجة الكلية باستخدام معامل الارتباط لبيرسون،

■ (٣٠٢): المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١١٧ ج ٢ المجلد (٣٢) - أكتوبر ٢٠٢٢ ■■



د/ مروة نشأت معوض & د/ أنسام مصطفى بظاظو.

وذلك على عينة الخصائص السيكومترية (ن = ٥٠) طالباً وطالبة من طلاب الجامعة، وجداول (٢) توضح النتائج التي تم التوصل إليها.

جدول (٢) معاملات الارتباط بين درجة العبارة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه لمقياس الاستقواء

النفسي		النفسي		النفسي	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
**٠,٨٢	٢٩	**٠,٨٣	١٥	**٠,٧٩	١
**٠,٨٦	٣٠	**٠,٨٤	١٦	**٠,٧٥	٢
**٠,٨٤	٣١	**٠,٨٠	١٧	**٠,٨٠	٣
**٠,٨٢	٣٢	**٠,٨٢	١٨	**٠,٧٩	٤
**٠,٨٤	٣٣	**٠,٨٤	١٩	**٠,٨٣	٥
**٠,٨١	٣٤	**٠,٧٦	٢٠	**٠,٨١	٦
**٠,٨٧	٣٥	**٠,٨١	٢١	**٠,٧٥	٧
**٠,٨٤	٣٦	**٠,٨٠	٢٢	**٠,٧٩	٨
**٠,٨٣	٣٧	**٠,٨٨	٢٣	**٠,٧٦	٩
**٠,٨٠	٣٨	**٠,٨٦	٢٤	**٠,٨٠	١٠
**٠,٨٢	٣٩	**٠,٨٤	٢٥	**٠,٨١	١١
**٠,٨٣	٤٠	**٠,٨٦	٢٦	**٠,٨٢	١٢
		**٠,٨٤	٢٧	**٠,٨١	١٣
		**٠,٨٢	٢٨	**٠,٨٢	١٤

(\*\*) دالة عند ٠,٠١

(\*) دالة عند ٠,٠٥

جدول (٣)

قيم معاملات الارتباط الداخلية بين درجات الأبعاد الفرعية لمقياس والدرجة الكلية لمقياس

الاستقواء النفسي

الدرجة الكلية الكلية	الرابع	الثالث	الثاني	الأبعاد
**٠,٨١	**٠,٧٨	**٠,٧٨	**٠,٧٧	الاستقواء البدني
**٠,٨٤	**٠,٨١	**٠,٧٩		الاستقواء اللفظي
**٠,٨٧	**٠,٨٥			الاستقواء الانفعالي
**٠,٨٨				الاستقواء الاجتماعي

(\*\*) دالة عند مستوى ٠,٠١

يتضح من جداول (٢، ٣) إن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجات العبارات والأبعاد الفرعية التي تنتمي إليها وبين درجات الأبعاد الفرعية للمقياس والدرجة الكلية؛ قيم موجبة ومرتفعة

المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١١٧ ج ٢ المجلد (٣٢) - أكتوبر ٢٠٢٢ = (٣٠٣)؛

فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية.==  
وقوية، مما يبرر الاعتقاد بأن هذه الأبعاد تقيس الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة من خلال  
(٤) أبعاد فرعية ترتبط فيما بينها بعلاقة طردية.

## ٢. ثبات المقياس

قامت الباحثتان بحساب ثبات المقياس على عينة الخصائص السيكومترية (ن=٥٠) من  
طلاب الجامعة، بطريقتين: إعادة التطبيق بفاصل زمني (١٥) يوم بين التطبيقين، وطريقة ألفا  
كرونباخ، وجدول (٤) يوضح النتائج التي تم التوصل إليها.

جدول (٤) قيم معاملات الثبات لأبعاد مقياس الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة

البعد	إعادة التطبيق	ألفا-كرونباخ
الاستقواء البدني	٠,٨٥٣	٠,٨١٥
الاستقواء اللفظي	٠,٨٤٤	٠,٨٠٣
الاستقواء الانفعالي	٠,٨١٥	٠,٧٨٦
الاستقواء الاجتماعي	٠,٨٢٦	٠,٧٩٥
الدرجة الكلية	٠,٨٦٧	٠,٨٢٤

ينضح من جدول (٤) أن جميع معاملات الثبات للأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس  
الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة، كلها معاملات ثبات موجبة ومرتفعة، وهذا يشير إلى أن  
المقياس يتمتع بدلالات ثبات مناسبة.

## ٣. صدق المقياس

أ. صدق المحكمين: تم حساب الصدق بعرض المقياس وعباراته (٤٥) عبارة على خمسة  
من أساتذة الصحة النفسية، وتم استبعاد (٥) عبارات، وتم الاتفاق على رفضها في قياس  
الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة؛ وبذلك أصبح عدد عبارات المقياس (٤٠) عبارة.

صدق المحك الخارجي: قامت الباحثتان بالتحقق من صدق المقياس باستخدام طريقة  
حساب صدق المحك الخارجي عن طريق التأكد من معامل الارتباط بين درجات طلاب الجامعة  
(عينة الخصائص السيكومترية =٥٠) على مقياس الاستقواء النفسي (إعداد/ الباحثتان) ودرجاتهم  
على بطارية التمر بأنواع وأشكاله (إعداد/ زينب محمود شقير، ٢٠١٨) كمحك خارجي، وقد بلغ  
معامل الارتباط بينهم ٠,٨٧٣ وهو معامل ارتباط موجب ودال إحصائياً عند مستوى ٠,٠١، مما  
يدل على أن هذا المقياس في صورته الحالية يتمتع بمعاملات صدق عالية ذات دلالة إحصائية.

حتى يصبح الطالب الجامعي قادر على تخطي معوقات تلك المرحلة المهمة ومايزدها اضطراب الشخصية البارانويدية؛ لأبد من احترام أفكاره والسماح له بحرية التعبير والتخيل وإثراء خبرته من خلال التفاعل مع البيئة المحيطة به، والعمل على خفض الاستقواء النفسي الذي تؤثر سلباً عليه، ويجب ألا تقتصر البرامج المقدمة للطالب الجامعي على المهارات الأساسية فقط بل ينبغي أن تتضمن تفاعلاً شخصياً وحقيقياً مع أنماط التفكير والفعل الإنساني الأكثر تطوراً وتعقيداً، لذلك يجب أن تخرج البرامج عن الروتين وتشمل توفير الفرص للإنجازات الحقيقية، ومن خلال استقراء الباحثتان للدراسات السابقة التي اهتمت ببناء برامج الإرشاد المعرفي السلوكي، اتبعت الباحثتان الخطوات التالية في بناء البرنامج المعرفي السلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوى اضطراب الشخصية البارانويدية.

أ- الأسس الفلسفية التي قام عليها البرنامج المعرفي السلوكي:

قد استندت الباحثتان إلى عدة منطلقات فكرية وأسس فلسفية وعملية لتصميم البرنامج

وأهمها:-

- ١) إعطاء تعليمات بسيطة وسهلة تزداد تدريجياً كل أسبوع حسب استجابة الطلاب.
- ٢) اختيار توجهيات تنمي التواصل لدى الطلاب وتتيح لهم فرصة للتواصل أثناء الجلسات سواء كان بشكل فردي أو جماعي لتحقيق الهدف من الجلسة.
- ٣) مراعاة عوامل التشويق في اختيار الفنيات والأدوات المستخدمة ومكان تطبيق البرنامج.
- ٤) التركيز في كل جلسة على هدف واحد يدور حوله العمل، وذلك باستخدام كل الطرق المساعدة سواء اللفظية أو الحركية أو الإيمائية لزيادة حماس الطلاب وتشجيعه على أداء ما يطلب منهم.
- ٥) التنوع في محتوى البرنامج بشكل عام والمرونة في كل جلسة بما يناسب الفروق بين الطلاب.

ب- معايير بناء برنامج المعرفي السلوكي:

في ضوء منطلقات بناء البرنامج المعرفي السلوكي تم الاستناد على عدة معايير في بناء

البرنامج وهي معايير خاصة بالأهداف السلوكية، وبالمحتوي واستراتيجيات التطبيق:-

أ- المعايير الخاصة بالأهداف السلوكية: عند صياغة الأهداف السلوكية للبرنامج راعت

الباحثتان ما يلي:-

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■

- ١) أن يكون الهدف محدداً تحديداً دقيقاً.
  - ٢) صياغة الأهداف بمصطلحات سهلة قابلة للقياس والملاحظة والتطبيق.
  - ب- المعايير الخاصة بالمحتوي: عند بناء البرنامج المعرفي السلوكي تم مراعاة ما يلي:-
    - ١) يشمل المحتوى تدريبات متنوعة وفنيات مختلفة.
    - ٢) لغة المحتوى سهلة وواضحة.
    - ٣) ربط المحتوى بالمواقف الحياتية الواقعية للطلاب.
    - ٤) تشجيع الطلاب على التعبير عن آرائهم والمشاركة في الجلسات، فالمحتوى يشتمل على أنشطة تجذب انتباههم وتثير الحماس لديهم.
  - ج- المعايير الخاصة باستراتيجيات التطبيق: عند إعداد برنامج التدريب تم مراعاة ما يلي:-
    - ١) توفير البيئة المناسبة لعقد الجلسات.
    - ٢) تشجيع الطلاب على تركيز الانتباه والحماس والمشاركة والتفاعل.
    - ٣) تشجيع الطلاب على التعبير دون الشعور بالخوف أو الارتباك.
    - ٤) تقديم تغذية راجعة فورية ومستمرة.
    - ٥) تعزيز الطلاب بشكل مباشر مع تقديم المكافآت.
    - ٦) التنوع في الأساليب والفنيات المختلفة.
    - ٧) تبادل الأدوار أثناء الجلسات المختلفة بين الطلاب.
- ج- أهداف البرنامج:

#### - الأهداف العامة:

- ١) هدف إرشادي: يهدف البرنامج إلى إرشاد طلاب الجامعة بالمدخل المعرفي السلوكي الذين يعانون من ارتفاع الاستقواء النفسي لاستخدام عدد من الفنيات والمشاركة في التدريبات للتعبير عن مشاعرهم والتنفيس عن انفعالاتهم والتوترات المختلفة الخاصة بالمشكلة.
  - ٢) هدف وقائي: إكساب طلاب الجامعة عدداً من الاستراتيجيات التي تتيح لهم تطبيق مبادئ الإرشاد المعرفي السلوكي للتغلب على مشكلاتهم الانفعالية.
- الأهداف الخاصة (الإجرائية): تتحقق الأهداف الإجرائية من خلال العمل البناء داخل الجلسات، ومن خلال القيام بأداء الواجبات المنزلية التي يكلف بها طلاب الجامعة، وتتلخص هذه الأهداف فيما يلي:-

- ١) أن يتم التعارف بين الباحثين والطلاب، ويتدربوا على كيفية تحقيق الود والقبول والألفة والانسجام بسهولة بينهم وبين الباحثين وبعضهم البعض من ناحيةٍ أخرى.
- ٢) استثارة الدافعية والرغبة لدى الطلاب للاشتراك في البرنامج.
- ٣) رفع الروح المعنوية وزيادة الانسجام والتفاعل بين الطلاب.
- ٤) أن يتعرف الطلاب بسبب وجودهم داخل المجموعة الإرشادية.
- ٥) أن يتعرف الطلاب على الخطوط الرئيسة للبرنامج، وأهدافه وخطواته وأهميته.
- ٦) أن يتعرف الطلاب على مفهوم الشخصية البارانويدية والمفاهيم ذات الصلة بها.
- ٧) أن يتعرف الطلاب على تعريف الاستقواء النفسي، والعوامل المؤثرة فيها، النتائج المترتبة عليها، وأثارها على الطالب.
- ٨) أن يتدرب الطلاب على كيفية التخلص من التوترات العضلية والعصبية من خلال التدريب على مهارة الاسترخاء العضلي العصبي.
- ٩) أن يتدرب الطلاب على مهارة (إيقاف التفكير).
- ١٠) أن يتخلص الطلاب من الأفكار السلبية غير المرغوب فيها بواسطة التدريب على مهارة تشتيت الأفكار وإيقافها.
- ١١) أن يحدد الطلاب الأفكار السلبية ويحللونها ويحاولوا لدحضها وتفنيدها لكي تتلاشى، وإحلال الأفكار الإيجابية المقبولة محلها.
- ١٢) أن يتعرف الطلاب على تعريف الوعي بالذات، وآثاره الإيجابية، ويتدربوا عليها.
- ١٣) أن يتعرف الطلاب على تعريف مهارة حل المشكلات، ونتائجها الإيجابية.
- ١٤) أن يوقف الطلاب التفكير في الفكرة السلبية بأن لكل مشكلة حل واحد، واستبدالها بفكرة إيجابية صحيحة.
- ١٥) أن يجذب انتباه الطلاب إلى معنى العزو الداخلي والعزو الخارجي.
- ١٦) أن يتعرف الطلاب على الآثار السلبية للعزو للدخلي، وكيفية تمويل العزو للدخلي إلى عزو خارجي.
- ١٧) أن يتعرف الطلاب على مفهوم القدوة والنتائج الإيجابية لاتخاذ قدوة إيجابية على حياتهم.
- ١٨) أن يتدرب الطلاب على الأنشطة السارة والعادات البديلة والتي تؤثر إيجابياً في خفض الاستقواء النفسي لديهم.
- ١٩) أن يتعرف الطلاب على مفهوم الحوار الداخلي الإيجابي.
- ٢٠) أن يشرح الطلاب مظاهر الحوار الداخلي الإيجابي في حياتهم.
- ٢١) أن يتوقع الطلاب النتائج الإيجابية للحوار الداخلي الإيجابي.
- ٢٢) أن يتعرف الطلاب على تعريف توكيد الذات.
- ٢٣) أن يذكر الطلاب بعض الآثار الإيجابية لتوكيد الذات.
- ٢٤) أن يتدرب الطلاب على مهارة توكيد الذات.

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■

- (٢٥) أن يتعرف الطلاب على تعريف ضبط النفس.
  - (٢٦) أن يذكر الطلاب بعض الآثار الإيجابية لضبط النفس.
  - (٢٧) أن يتدرب الطلاب على مهارة ضبط النفس.
  - (٢٨) أن يتعرف الطلاب على تعريف تحمل المسؤولية.
  - (٢٩) أن يذكر الطلاب بعض الآثار الإيجابية لتحمل المسؤولية.
  - (٣٠) أن يتدرب الطلاب على مهارة تحمل المسؤولية.
  - (٣١) أن يخرج الطلاب عن المؤلف في الجلسات الإرشادية السابقة، حيث يتم تغيير مكان الجلسة عن المكان المؤلف كل مرة.
  - (٣٢) أن يقيم الطلاب البرنامج ومدى استفادتهم منه.
  - (٣٣) أن يشجع الباحثان الطلاب على الاستمرار في تنفيذ ما تعلموه في الجلسات.
- د- الفنيات المستخدمة في البرنامج:

يستخدم البرنامج المعرفي السلوكي فنيات متعددة مثل:-

- (١) المناقشة والحوار: يسمح فيها الباحثان لطلاب الجامعة بالتعبير عن ما يجول في أنفسهم من مشكلات وظروف خاصة بموضوع الجلسة محل النقاش وكيفية حلها.
- (٢) التعزيز: يتم استخدام أسلوب التشجيع كالتصفيق والابتسام والتعزيز اللفظي (أحسن، بارك الله فيك،.....) لمن أنجزوا الواجب المنزلي والتزموا أو من ناقشوا واهتموا وجاءوا بأفكار جديدة للبرنامج وحل للمشكلات التي تواجههم بشرط أن يكون التعزيز مباشرة بعد حدوث الاستجابة الصحيحة.
- (٣) الاسترخاء: التدريب على هذا الأسلوب يقلل من التوتر الذهني وهو ذو فائدة إرشادية في مواجهة المواقف الضاغطة وبالتالي التقليل من أثارها السلبية على الطلاب.
- (٤) إيقاف التفكير: حيث تعتبر الأفكار الذاتية المختلفة وظيفياً هي المسؤولة بطريقة مباشرة عن معاناة الطلاب من المشكلات الانفعالية.
- (٥) إعادة البناء المعرفي: تسهم في تحديد الاضطراب والاختلال المعرفي، الأمر الذي يشكل لديهم أفكار أكثر دقة وقابلة للتكيف، وبالتالي استبدال هذه الأفكار المختلة وظيفياً بأخرى سليمة قادرة على تعديل سلوكياتهم.
- (٦) حل المشكلات: يتم بها مناقشة خطوات حل المشكلة بطريقة علمية ومنطقية مع طلاب الجامعة وإعطاء أمثلة لبعض المشكلات التي يعانون منها، ووضع بعض الخطط المناسبة لحلها.

## د/ مروة نشأت معوض & د/ أنسام مصطفى بظاظو.

- (٧) العزو: وهو تفسير حدوث المواقف التي تحدث في حياة الطالب بصورة تساعد على الحفاظ على صورة إيجابية لذاته وفعاله، ومنها أن يتأكد أن يكون قادر على الاستمرار في المحاولة للوصول للنجاح، ولا يلوم نفسه باستمرار على الفشل.
- (٨) الحوار الداخلي الإيجابي: يتم استخدام هذا الأسلوب لإكساب طلاب الجامعة مهارة التقييم الإيجابي للذات وبالتالي تحسين الشعور الذاتي ونظرتهم لأنفسهم في ظل الظروف المحيطة بهم.
- (٩) توكيد الذات: يعرف مفهوم تأكيد الذات بأنه قدرة على التعبير الملائم عن أي انفعال سلبي كما يستطيع الطلاب التعبير الإيجابي عن كثير من المشاعر الأخرى مثل الصداقة، والإعجاب والشكر والاستحسان والتقبل وحب الاستطلاع وأداء الواجبات، والمشاركة الإيجابية.
- (١٠) الأنشطة السارة: تعد جدولة الأنشطة السارة من أكثر الأساليب السلوكية شيوعاً في الاستخدام وهي تحتوي على تمرينات تساعد على تحقيق البهجة، والاعتماد على الذات، وتحديد جدول يومي يعمل الطالب وفقاً له، ويحدد الوقت الذي سيقوم خلاله بأنشطة معينة بديلة.
- ٥- المدى الزمني للبرنامج:

يشتمل البرنامج على ٣٤ جلسة بواقع ٣ جلسات أسبوعياً، وقد استغرق تنفيذ البرنامج (١٢) أسبوعاً بالإضافة إلى جلسة المتابعة بعد مرور شهر ونصف من انتهاء جلسات البرنامج، وتراوحت زمن الجلسات من بين (٤٥) دقيقة ليوم مفتوح موزعة طبقاً لمحتوى كل جلسة وما تتضمنه من معلومات ونماذج وفنيات وأساليب للتقويم، ويوضح جدول (٥) البيان التخطيطي للجلسات

### جدول (٥) بيان جلسات البرنامج والهدف من كل جلسة ومكانها وفننيات المستخدمة فيه

م	الهدف العام	الاهداف الإجرائية	الفننيات المستخدمة	مكتباتها الجلسة زمن	وسيلة التقويم لكل جلسة
١	التعارف والتمهيد	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ أن يتم التعارف بين الباحثين والطلاب وبعضهم البعض من ناحية أخرى.</li> <li>❖ أن يتدرب الطلاب على كيفية تحقيق الود والقبول والألفة والانسجام بسهولة بينهم وبين الباحثين وبعضهم البعض من ناحية أخرى والمحافظة على ذلك الود والانسجام</li> <li>❖ أن تستثار الدافعية والرغبة لدى الطلاب للاشتراك في البرنامج.</li> </ul>	المحاضرة والمناقشة والحوار	(٤٥) دقيقة في المحبة	❖ ماذا أضافت الجلسة لمعلوماتك عن زملائك؟

فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدي طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية.==

م	الهدف العام	الاهداف الإجرائية	الفنيات المستخدمة	زمن ومكانها	وسيلة التقويم لكل جلسة
٢	رفع الروح المعنوية	<ul style="list-style-type: none"> <li>أن ترفع الروح المعنوية ويزيد الانسجام والتفاعل بين الطلاب.</li> <li>أن تزيد الدافعية لدى الطلاب للإرشاد.</li> <li>العمل على خلق روح الفريق الواحد بين الطلاب.</li> </ul>	المحاضرة والمناقشة والحوار	(٤٥) دقيقة في المكتبة	كيف تفيد رفع الروح المعنوية؟
٢	تعريف الطلاب بالبرنامج	<ul style="list-style-type: none"> <li>أن يتعرف الطلاب بسبب وجودهم داخل المجموعة الإرشادية.</li> <li>أن يتعرف الطلاب على الخطوط الرئيسية للبرنامج، والتي تتم في ضوئها الجلسات الإرشادية من حيث مدته ونظام الجلسات فيه والمدة التي تستغرقها كل جلسة.</li> <li>شرح أهداف البرنامج الإرشادي وخطواته وأهميته للطلاب.</li> </ul>	المحاضرة والمناقشة والحوار	(٤٥) دقيقة في المكتبة	ماهي معلوماتك الجديدة عن نوعية هذه البرامج؟
٤	المفهوم الشخصية البارائودية	<ul style="list-style-type: none"> <li>أن يتعرف الطلاب على مفهوم الشخصية البارائودية والمفاهيم ذات الصلة بها، والأسباب المؤدية لها، وكيفية التغلب عليها.</li> </ul>	المحاضرة والمناقشة والحوار	(٤٥) دقيقة في المكتبة	ماهي الصفات التي تجدها في نفسك من الصعوبات؟
٦-٥	مفهوم الاستقواء النفسي	<ul style="list-style-type: none"> <li>أن يتعرف الطلاب على تعريف الاستقواء النفسي.</li> <li>أن يتعرف الطلاب على أعراض الاستقواء النفسي، والعوامل المؤثرة فيه، النتائج المترتبة عليها، وأثارها على الطالب وتوقفه.</li> </ul>	المحاضرة والمناقشة والحوار	(٤٥) دقيقة في المكتبة	ماهي أعراض للاستقواء النفسي من وجهة نظرك؟
٩-٧	الاسترخاء	<ul style="list-style-type: none"> <li>أن يتدرب الطلاب على كيفية التخلص من التوترات العضلية والعصبية من خلال التدريب على مهارة الاسترخاء العضلي العصبي.</li> </ul>	المحاضرة والمناقشة والحوار، والتعزيز، والاسترخاء	(٤٥) دقيقة في المكتبة	تسأل الباحثان الأفراد هل تشعر الآن باسترخاء عضلات الذراعين واليدين والوجه والساقين؟
١١-١٠	إيقاف التفكير	<ul style="list-style-type: none"> <li>أن يتدرب الطلاب على مهارة (إيقاف التفكير).</li> <li>أن يتخلص الطلاب من الأفكار السلبية غير المرغوب فيها بواسطة التدريب على مهارة تثبتت الأفكار وإيقافها.</li> </ul>	المحاضرة والمناقشة والحوار، والتعزيز، وإيقاف التفكير.	(٤٥) دقيقة في المكتبة	ماهي أكثر الأفكار السلبية المؤدية للاستقواء النفسي من وجهة نظرك؟
١٣-١٢	إعادة البناء المعرفي	<ul style="list-style-type: none"> <li>أن يحدد الطلاب الأفكار السلبية ويحللونها ويحاولوا لدحضها وتقنيدها لكي تتلاشى، وإحلال الأفكار الإيجابية المقبولة محلها.</li> </ul>	المحاضرة والمناقشة والحوار، والتعزيز، وإعادة البناء المعرفي.	(٤٥) دقيقة في المكتبة	ماهي أكثر الأفكار السلبية المسببة للاستقواء النفسي وما الفكرة الإيجابية المعاكسة لها؟



د/ مروة نشأت معوض & د/ أنسام مصطفى بظاظو.

م	الهدف العام	الأهداف الإجرائية	القياسات المستخدمة	وسيلة التقويم لكل جلسة
١٥-١٤	الوعي بالذات	<ul style="list-style-type: none"> <li>أن يتعرف الطلاب على تعريف الوعي بالذات.</li> <li>أن يذكر الطلاب بعض الآثار الإيجابية بالوعي بالذات.</li> <li>أن يتدرب الطلاب على مهارة الوعي بالذات.</li> </ul>	المحاضرة والمناقشة والحوار، والتعزيز، والوعي بالذات.	<ul style="list-style-type: none"> <li>ماهي أكثر المواقف التي عرضت في جلسة اليوم إثارة للاستقواء النفسي؟</li> </ul>
١٨-١٦	حل المشكلات	<ul style="list-style-type: none"> <li>أن يتعرف الطلاب على تعريف مهارة حل المشكلات.</li> <li>أن يتوقع الطلاب النتائج الإيجابية لاستخدام مهارة حل المشكلات في المواقف الحياتية.</li> <li>أن يوقف الطلاب التفكير في الفكرة السلبية بأن لكل مشكلة حل واحد، واستبدالها بفكرة إيجابية صحيحة.</li> </ul>	المحاضرة والمناقشة والحوار، والتعزيز، وحل المشكلات.	<ul style="list-style-type: none"> <li>ماذا استفاد كل منكم من جلسة التدريب على أسلوب حل المشكلات؟</li> </ul>
٢٠-١٩	العزو	<ul style="list-style-type: none"> <li>أن يجذب انتباه الطلاب إلى معنى العزو.</li> <li>أن يتعرف الطلاب على الفرق بين معنى العزو الداخلي والعزو الخارجي.</li> <li>أن يتعرف الطلاب على الآثار السلبية للعزو الداخلي.</li> <li>أن يتدرب الطلاب على كيفية تحويل العزو الداخلي إلى عزو خارجي.</li> </ul>	المحاضرة والمناقشة والحوار، والتعزيز، والعزو.	<ul style="list-style-type: none"> <li>ماهي أكثر المواقف صعبة التي تعرض لها زملائك بسبب الاستقواء النفسي؟</li> </ul>
٢٢-٢١	التمنجة والقدوة	<ul style="list-style-type: none"> <li>أن يتعرف الطلاب على مفهوم القدوة.</li> <li>أن يتوقع الطلاب النتائج الإيجابية لاتخاذ قدوة إيجابية على حياتهم.</li> </ul>	المحاضرة والمناقشة والحوار، والتعزيز، والتمنجة.	<ul style="list-style-type: none"> <li>من هو أكثر شخص يصلح كقدوة من وجهة نظرك؟</li> </ul>
٢٤-٢٣	الأنشطة البدنية والعادات السارة	<ul style="list-style-type: none"> <li>أن يتدرب الطلاب على الأنشطة السارة والعادات البديلة والتي تؤثر إيجابيًا في خفض الاستقواء النفسي لديهم.</li> </ul>	المحاضرة والمناقشة والحوار، والتعزيز، والأنشطة السارة والعادات البديلة.	<ul style="list-style-type: none"> <li>أي الأنشطة والعادات التي ذكرناها في الجلسة أقرب إلى تنفيذها من وجهة نظرك؟</li> </ul>
٢٦-٢٥	الحوار الداخلي الإيجابي	<ul style="list-style-type: none"> <li>أن يتعرف الطلاب على مفهوم الحوار الداخلي الإيجابي.</li> <li>أن يشرح الطلاب مظاهر الحوار الداخلي الإيجابي في حياتهم.</li> <li>أن يتوقع الطلاب النتائج الإيجابية للحوار الداخلي الإيجابي.</li> </ul>	المحاضرة والمناقشة والحوار، والتعزيز، والحوار الداخلي.	<ul style="list-style-type: none"> <li>ماذا يجب أن نقول لنفسك في المواقف المثيرة للاستقواء النفسي؟</li> </ul>
٢٨-٢٧	توكيد الذات	<ul style="list-style-type: none"> <li>أن يتعرف الطلاب على تعريف توكيد الذات.</li> <li>أن يذكر الطلاب بعض الآثار الإيجابية لتوكيد الذات.</li> <li>أن يتدرب الطلاب على مهارة توكيد الذات.</li> </ul>	المحاضرة والمناقشة والحوار، والتعزيز، وتوكيد الذات.	<ul style="list-style-type: none"> <li>ماهي أكثر المواقف التي عرضت في جلسة اليوم إثارة للاستقواء النفسي؟</li> </ul>

فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدي طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية.==

م	الهدف العام	الاهداف الإجرائية	الفنيات المستخدمة	زمن ومكانها الجلسة	وسيلة التقويم لكل جلسة
٣٠-٢٩	ضبط النفس	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ أن يتعرف الطلاب على تعريف ضبط النفس.</li> <li>❖ أن يذكر الطلاب بعض الآثار الإيجابية لضبط النفس.</li> <li>❖ أن يتدرب الطلاب على مهارة ضبط النفس.</li> </ul>	المحاضرة والمناقشة والحوار، والتعزيز، وضبط النفس والاسترخاء.	(٤٥) دقيقة في المكتبة	❖ كيف يؤثر ضبط النفس في خفض للاستقواء النفسي؟
٣٢-٣١	تحمل المسؤولية	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ أن يتعرف الطلاب على تعريف تحمل المسؤولية.</li> <li>❖ أن يذكر الطلاب بعض الآثار الإيجابية لتحمل المسؤولية.</li> <li>❖ أن يتدرب الطلاب على مهارة تحمل المسؤولية.</li> </ul>	المحاضرة والمناقشة والحوار، والتعزيز، وتحمل المسؤولية.	(٤٥) دقيقة في المكتبة	❖ كيف يؤثر تحمل المسؤولية على خفض للاستقواء النفسي؟
٣٣	الإرشاد التكاملي	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ أن يخرج الطلاب عن المألوف في الجلسات الإرشادية السابقة، حيث يتم تغيير مكان الجلسة عن المكان المألوف كل مرة.</li> <li>❖ أن تشمل الجلسة لقاء مفتوح لمراجعة وتلخيص محتوى الجلسات السابقة والفنيات المستخدمة فيها.</li> <li>❖ مراجعة ما تم إنجازه خلال الجلسات السابقة.</li> </ul>	جميع الفنيات المستخدمة في الجلسات السابقة.	جلسة مفتوحة في حديقة المدرسة	❖ كيف ترى الاستفادة من الجلسة المفتوحة
٣٤	الختام والتقويم	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ أن يقيم الطلاب البرنامج ومدى استفادتهم منه.</li> <li>❖ أن تشجع الباحثان الطلاب على الاستمرار في تنفيذ ما تعلموه في الجلسات.</li> <li>❖ أن يطبق الطلاب القياس البعدي لمقياس الاستقواء النفسي.</li> <li>❖ أن توزع الباحثان شهادات شكر وتقدير على الطلاب على حضورهم البرنامج والجهد الذي بذلوه والاحتفال بهم.</li> </ul>	جميع الفنيات المستخدمة في الجلسات السابقة.	جلسة مفتوحة في المكتبة	❖ كيف تقيم الاستفادة من البرنامج على المدرج من (١-١٠).
٣٥	المتابعة	<ul style="list-style-type: none"> <li>❖ أن يُقيم الباحثان مدى استمرار فعالية البرنامج.</li> <li>❖ أن تُشجع الباحثان الطلاب على الاستمرار في تنفيذ ما تعلموه في البرنامج.</li> <li>❖ أن يطبق الطلاب القياس التتبعي لمقياس الاستقواء النفسي.</li> </ul>	جميع الفنيات المستخدمة في الجلسات السابقة.	جلسة مفتوحة في المكتبة	

## الحادي عشر : نتائج البحث وتفسيرها:

### ١. نتائج الفرض الأول:

ينص الفرض الأول على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة الضابطة والتجريبية بعد تطبيق البرنامج على مقياس الاستقواء النفسي في اتجاه طلاب المجموعة التجريبية".

لاختبار صحة الفرض الأول تم استخدام اختبار (ت) لحساب دلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعات المستقلة كما يلي:

جدول (٦) قيمة "ت" ودلالاتها الإحصائية بين متوسطي درجات طلاب (المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية) بعد تطبيق البرنامج على مقياس الاستقواء النفسي

البعد	المقياس	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	حجم التأثير
الاستقواء البدني	الضابطة	٢٠	٤٣,٩٠	٢,٦٣	٢٨,٥٩٠	٣٨	٠,٠١	٠,٩٥٦
	التجريبية	٢٠	٢١,٠٠	٢,٤٢				
الاستقواء اللفظي	الضابطة	٢٠	٣٩,٨٥	٤,٤٧	٢١,٠٧٠	٣٨	٠,٠١	٠,٩٢١
	التجريبية	٢٠	١٥,٦٠	٢,٥٤				
الاستقواء الانفعالي	الضابطة	٢٠	٤٤,٣٠	٢,٧١	٢٦,٥٢٠	٣٨	٠,٠١	٠,٩٤٩
	التجريبية	٢٠	١٩,٤٠	٣,٢٠				
الاستقواء الاجتماعي	الضابطة	٢٠	٤٢,٨٠	٢,٨٠	٢٤,٤٢٢	٣٨	٠,٠١	٠,٩٤٠
	التجريبية	٢٠	٢٠,٠٠	٣,٠٩				
الدرجة الكلية	الضابطة	٢٠	١٧٠,٨٥	٦,٤٥	٥٢,٨٨١	٣٨	٠,٠١	٠,٩٨٧
	التجريبية	٢٠	٧٦,٠٠	٤,٧٥				

يتضح من جدول (٦) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة الضابطة والمجموعة التجريبية على مقياس الاستقواء النفسي في اتجاه المجموعة التجريبية؛ حيث كانت جميع قيم "ت" دالة عند مستوى ٠,٠١، كما كان حجم التأثير بمعادلة مربع إيتا مرتفع فقد تراوح ما بين (٠,٩٢١-٠,٩٨٧) للأبعاد الفرعية والدرجة الكلية، وهذا يشير إلى فعالية البرنامج المعرفي السلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي سمات الشخصية البارانويدية؛ مما يشير إلى قبول الفرض الأول.

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■

## ٢. نتائج الفرض الثاني:

ينص الفرض الثاني على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياسين (القبلي، والبعدى) على مقياس الاستقواء النفسي في اتجاه القياس البعدى ".

لاختبار الفرض الثاني تم استخدام اختبار (ت) لحساب دلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعات المرتبطة كما يلي:

جدول (٧) قيمة "ت" ودلالاتها للفروق بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاستقواء النفسي في القياسين (القبلي – البعدى).

البعد	القياس	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	حجم التأثير
الاستقواء البدني	القبلي	٢٠	٤٣,٤٠	٢,٤٣	٢٨,٤٩٦	١٩	٠,٠١	٠,٩٥٧
	البعدى	٢٠	٢١,٠٠	٢,٤٢				
الاستقواء اللفظي	القبلي	٢٠	٣٩,٥٠	٤,١٤	٢٦,٨١٨	١٩	٠,٠١	٠,٩٢٧
	البعدى	٢٠	١٥,٦٠	٢,٥٤				
الاستقواء الانفعالي	القبلي	٢٠	٤٤,١٥	٢,٦٠	٢٤,٦٩٣	١٩	٠,٠١	٠,٩٥٠
	البعدى	٢٠	١٩,٤٠	٣,٢٠				
الاستقواء الاجتماعي	القبلي	٢٠	٤٢,٦٠	٢,٩٢	٢٣,٥٢٢	١٩	٠,٠١	٠,٩٣٧
	البعدى	٢٠	٢٠,٠٠	٣,٠٩				
الدرجة الكلية	القبلي	٢٠	١٦٩,٦٥	٥,٣٨	٥٦,٣٢٤	١٩	٠,٠١	٠,٩٨٩
	البعدى	٢٠	٧٦,٠٠	٤,٧٥				

يتضح من جدول (٧) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاستقواء النفسي في القياسين (القبلي – البعدى) في اتجاه القياس البعدى؛ حيث كانت جميع قيم "ت" دالة عند مستوى ٠,٠١، وقد كان حجم التأثير بمربع إيتا مرتفع فقد تراوح ما بين (٠,٩٢٧ – ٠,٩٨٩) للأبعاد الفرعية وللدرجة الكلية للاستقواء النفسي، وهذا يشير إلى فعالية البرنامج في المعرفي السلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي سمات الشخصية البارائودية؛ مما يشير إلى قبول الفرض الثاني.

وتُفسر الباحثتان التخفيف الحادث في الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة لدى المجموعة التجريبية في القياس البعدى إلى إدراك العلاقة العكسية بين الإرشاد المعرفي السلوكي والاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة؛ ثم إن توجيه طلاب المجموعة التجريبية إلى أن يتعرفوا

=(٣١٤): المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١١٧ ج ٢ المجلد (٣٢) – أكتوبر ٢٠٢٢ =

على مشكلاتهم ومحاولة حلها وتحسين حياتهم وتفاعلاتهم الإيجابية مع زملائهم وفي حياتهم الجامعية، وما لهذا المزيج من أثر فعال في تنمية شخصياتهم وتغيير نظرتهم إلى أنفسهم، وخاصة تغيير نظرتهم عن الحياة الأكاديمية الجامعية، والاستقواء النفسي وأضراره عليهم التي يعانون منها ومشكلاتهم في الحياة الاجتماعية التي تنشأ عنه، وما لدحض الأفكار اللاعقلانية المسؤولة عنه من دور في تخفيفه، وتدريبهم على استراتيجيات وتقنيات معرفية سلوكية لتطبيق في الواقع خلال مواقف حياتية جديدة أو عند مواجهة مشكلات مستقبلية، بالإضافة إلى إرشادهم إلى توجيه التعليمات للذات من خلال الحوار للداخلي والاتجاه للعزو للداخلي، والعمل على التعاون والمشاركة مع الآخرين وتوكيد الذات، مع مساعدة الآخرين في تنفيذ النشاط، ومشاركة الطلاب فيما بينهم مستخدمين مهاراتهم في محاولة حل المشكلات بطريقة تساعدهم في الخروج بأفضل الحلول مما يسهل تخفيف الاستقواء النفسي لديهم.

لذلك فقد اختارت الباحثتان الإرشاد المعرفي السلوكي لما يحتويه من فنيات قادرة على خفض التوتر لدى الطالب الجامعي وتشجيعه على التعبير عن نفسه بحرية، ودحض الأفكار السلبية المسؤولة عن معاناته من الاستقواء النفسي؛ لذا فإن البرنامج يزوده بمجموعة من الفنيات التي تمكنه من حل المشكلات التي يعاني منها، وتحقيق الأهداف التي يسعى لها، ويكسبه القدرة على الاستفادة من المعلومات المتاحة له لحل المشكلات التي يواجهها في حياته ويقوم بالتعامل معها؛ مما يخفف عليه كثيراً من أعراض الاستقواء النفسي.

وهذا ما اتفقت فيه نتائج الدراسات السابقة مثل Stevens, et al.(2002); McCarthy, et al. (2018); Kim, et al. (2018); et al.(2003) التي على أهمية التدخل المعرفي والسلوكي وتعديل الأفكار غير العقلانية التي تساعد على تخفيف الاستقواء النفسي لدى الطلاب.

ودراسة Amirpour et al.(2018); Cheli, et al. (2021) التي أشارت إلى أهمية التدريب على فنيات الإرشاد المعرفي السلوكي لخفض الأفكار المضادة للمجتمع والتخيلات البارانويدية والاستقواء النفسي

### ٣. نتائج الفرض الثالث:

ينص الفرض الثالث على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية في القياسين (البعدي والتتبعي) على مقياس الاستقواء النفسي ."

لاختبار الفرض الثالث تم استخدام اختبار (ت) لحساب دلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعات المرتبطة كما يلي:

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■

جدول (٨) قيمة "ت" ودلالاتها للفروق بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاستقواء النفسي في القياسين (البعدي والتتبعي).

البيد	القياس	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الاستقواء البدني	البعدي	٢٠	٢١,٠٠	٢,٤٢	١,٠٠	١٩	غير دالة
	التتبعي	٢٠	٢٠,٧٠	٢,٧٧			
الاستقواء اللفظي	البعدي	٢٠	١٥,٦٠	٢,٥٤	٠,١٧٧	١٩	غير دالة
	التتبعي	٢٠	١٥,٥٠	٢,٤٨			
الاستقواء الانفعالي	البعدي	٢٠	١٩,٤٠	٣,٢٠	٠,٦٩٢	١٩	غير دالة
	التتبعي	٢٠	١٩,٠٠	٣,٤٦			
الاستقواء الاجتماعي	البعدي	٢٠	٢٠,٠٠	٣,٠٩	١,٠٠	١٩	غير دالة
	التتبعي	٢٠	١٩,٥٠	٣,٥٣			
الدرجة الكلية	البعدي	٢٠	٧٦,٠٠	٤,٧٥	١,٢١١	١٩	غير دالة
	التتبعي	٢٠	٧٤,٧٠	٤,٩٩			

يتضح من جدول (٨) عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب المجموعة التجريبية على مقياس الاستقواء النفسي في القياسين (البعدي والتتبعي)؛ حيث كانت جميع قيم "ت" غير دالة، وهذا يشير إلى استمرار فعالية البرنامج المعرفي السلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي سمات الشخصية البارانويدية؛ مما يشير إلى قبول الفرض الثالث.

حيث عند مقارنة نتائج القياسين البعدي والتتبعي، تتضح فعالية البرنامج المعرفي السلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى المجموعة التجريبية، وتُعني هذه النتيجة بقاء فعالية البرنامج بعد فترة المتابعة.

تُرجع الباحثتان استمرارية الفعالية إلى كفاءة البرنامج، ورغبة الطلاب في البرنامج في تخفيف الاستقواء النفسي لديهم، وهو ما أدى إلى تعاونهم، واستجاباتهم لتعليمات الباحثتين أثناء الجلسات والتعاون معهما، وإنجازهم للواجبات المنزلية التي ارتبطت بمفاهيم البرنامج وفتياته وأهدافه الإجرائية.

كما أن فنيات البرنامج من المناقشة فنية المناقشة والحوار، والتعزيز، والاسترخاء، وإيقاف التفكير، وإعادة البناء المعرفي، وحل المشكلات والعزو والحوار الداخلي، والأنشطة السارة

■ (٣١٦) = المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١١٧ ج ٢ المجلد (٣٢) - أكتوبر ٢٠٢٢ ■

والعادات البديلة، وتوكيد الذات، للحصول على نتائج أفضل في استمرارية الأثر الإيجابي للبرنامج، وربطت الباحثتان لهذه الفنيات بمشكلات طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية البارانويدية، وحياة أسرهم وأحوالهم في الجامعة وبين أقرانهم، وتعليمهم لبعض الاستراتيجيات التي تعمل على تخفيف الاستقواء النفسي، وتعمل على إقامة علاقة تفاهم وتعاون ومشاركة مع من حولهم، وتقويم الفنيات ومتابعتها في بديلية كل جلسة أدى إلى استمرار فعالية المعرفي السلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي، وتتفق هذه النتائج مع ما أسفرت عنه الدراسات السابقة مثل دراسة كل من Stevens, et al.(2002); McCarthy, et al.(2003); Kim, et al. (2021); Amirpour et al.(2018); Cheli, et al. (2018)

#### ٤. نتائج الفرض الرابع:

ينص الفرض الخامس على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب الجامعة في سمات الشخصية البارانويدية والاستقواء النفسي في القياس القبلي تبعاً للنوع".

لاختبار الفرض الرابع تم استخدام اختبار (ت) لحساب دلالة الفروق بين متوسطي درجات المجموعات المستقلة كما يلي:

جدول (٩) دلالة الفروق بين متوسطي درجات طلاب الجامعة في سمات الشخصية البارانويدية والاستقواء النفسي تبعاً للنوع.

المتغير	النوع	ن	المتوسط	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة
سمات الشخصية البارانويدية	الذكور	١٧	١١٢,١١	٨,٨٠	٣,٨٨١	٣٨	٠,٠١
	الإناث	٢٣	١٢٤,٧٨	١١,١٠			
الاستقواء البدني	الذكور	١٧	٤٤,٠٠	١,٩٠	٠,٨٥٧	٣٨	غير دالة
	الإناث	٢٣	٤٣,٣٠	٢,٩١			
الاستقواء اللفظي	الذكور	١٧	٤٠,٠٠	٣,٩٦	٠,٦٠٥	٣٨	غير دالة
	الإناث	٢٣	٣٩,١٧	٤,٤٧			
الاستقواء الانفعالي	الذكور	١٧	٤٤,٢٣	١,٩٥	٠,٠٣٠	٣٨	غير دالة
	الإناث	٢٣	٤٤,٢٦	٣,٠١			
الاستقواء الاجتماعي	الذكور	١٧	٤٢,٥٨	٢,٨٧	٠,٢٠٦	٣٨	غير دالة
	الإناث	٢٣	٤٢,٧٨	٢,٩٩			
الدرجة الكلية	الذكور	١٧	١٧٠,٨٢	٣,١٨	٠,٧٠٨	٣٨	غير دالة
	الإناث	٢٣	١٦٩,٥٢	٧,٠٤			

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■

يتضح من جدول (٩) وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطي درجات طلاب الجامعة في سمات الشخصية البارانويدية في اتجاه الإناث؛ أي أن الإناث تزداد لديهم انتشار سمات الشخصية البارانويدية مقارنة بالذكور من طلاب الجامعة، بينما كانت الفروق غير دالة إحصائياً في مقياس الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة تبعاً للنوع؛ أي أن الذكور والإناث من طلاب وطالبات الجامعة لديهم مستوى متساوي من الاستقواء النفسي، مما يشير إلى قبول الفرض الرابع جزئياً.

ترجع الباحثتان ارتفاع انتشار اضطراب الشخصية البارانويدية لدى الإناث من طالبات الجامعة مقارنة بالذكور

وتعلل للباحثات تلك النتيجة إلى كون المجتمع يتقبل انخراط الذكور في المجتمع، ولا يتقبل تعرض الفتاة إلى مثل تلك الخبرات، مما يتيح للطلاب للذكور الانفتاح على خبرات جديدة، وزيادة مدى استبصارهم في الأمور الحياتية، مما يعمل على زيادة شعور الفتاة بالاضطهاد، وبأن حقها ضائع في المجتمع، وبالتالي تزيد مدى حساسيتها للأمور، كما أن المجتمع ما يزال يُعلي من شأن الذكور على حساب الإناث، فترى للناس يفرحون لولادة للذكر، ولا يساورهم مثل ذلك الشعور عند ولادة الأنثى، ولا شك أن طرق التعبير عن ذلك الشعور قد تغير مع الزمن، وأصبح التعبير عن ذلك أقل حدة من ذي قبل، إلا أنه موجود ويمارس من قبل العديد من الأمهات والآباء، مما لا يهيء للأنثى فرصة الحصول على العطف والحنان من والديها بشكل كاف، فتكون الفرصة أكبر لديها لتطوير سمات الشخصية البارانويدية من الذكور، وانفتحت هذه النتائج مع نتائج دراسة حنان جميل هلسا وآخرون (٢٠١٨) التي أشارت إلى أن الإناث أكثر إصابة ومعاناة من اضطراب الشخصية البارانويدية أكثر من الذكور، وتختلف مع نتائج دراسة عبدالله محمود جاد (٢٠١٠) التي أشارت إلى تساوي البارانويا لدى الذكور والإناث وأرجع تلك النتيجة لتساوي الظروف البيئية والأسرية لديهم في عينة الدراسة الغربية.

أما عن الفروق في انتشار الاستقواء النفسي تبعاً للنوع بين طلاب وطالبات الجامعة فتشير الدراسات النفسية والتربوية إلى أن الاستقواء أحد المشكلات الخطرة في المجالين النفسي والتربوي، إذ يحد الاستقواء من التعلم، ويجعل الحياة الدراسية لدى ضحايا هذا السلوك صعبة جداً، فضلاً عن أنه قد يسبب لهم بعض المشكلات النفسية مثل: الخوف من الحضور للدراسة، والاكنتاب، وانعدام التركيز في الدراسة، وسوء تقدير الذات والنظر إليها نظرة دونية فضلاً عن أن الطلبة اللذين يمتلكون مخططات معرفية عدوانية يكونون مندفعين نحو إيذاء زملائهم

■ (٣١٨) = المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١١٧ ج ٢ المجلد (٣٢) - أكتوبر ٢٠٢٢ ■



الآخرين، ولديهم رغبة في التسلط عليهم، وهو ما اتفق مع نتائج دراسة أحمد عبدالكاظم جوني (٢٠١٩) التي أشارت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية لدى الطلبة في الاستقواء النفسي على وفق نوعهم (ذكور، وإناث)، واتفقت معها نتائج دراسة إسراء أحمد الشبول وعبدالناصر ذياب الجراح (٢٠٢٠) في عدم وجود فروق بين النوعين في الاستقواء النفسي.

#### ٥. نتائج الفرض الخامس:

ينص الفرض على أنه "توجد بعض العوامل الدينامية المسؤولة عن انخفاض وارتفاع الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة.

وقد قامت الباحثتان بعمل مقابلات شخصية مع حالتين من المجموعة التجريبية وهما حالتان سجلوا أقل وأفضل تحسن على مقياس الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة.

وقد اتبعت الباحثتان في دراستهما للحالتين ما يلي:

- ١- تطبيق استمارة دراسة الحالة.
- ٢- تطبيق اختبار تكملة الجمل للحاجات النفسية.
- ٣- إجراء المقابلات التشخيصية الحرة مع كل حالة على حدة.
- ٤- تعقيب الباحثتان على أداء الحالتين على المقياس السيكومترى والكلينيكي ومدى الاتساق بينهما، حيث جاءت نتائج الدراسة الكلينية على النحو التالي:

#### ☒ الحالة الأولى

أ - بيانات الحالة (حاصل على أعلى درجات على أدوات الدراسة بعد التطبيق) (أقل تحسن)

النوع: (ذكر) السن: (٢١) سنة الحالة الاجتماعية: (أعزب).

المرحلة التعليمية: الفرقة الرابعة بكلية التربية قسم علم النفس التربوي، كانت درجاته في القياس القبلي على مقياس الاستقواء النفسي ١٦٨، وفي القياس البعدي ٨٥، وفي التتبعي ٨٥.

نتائج الحالة على أدوات الدراسة الكلينية

أولاً: تاريخ حياة الحالة من خلال استمارة دراسة والمقابلات الإكلينيكية

- تنتمي الحالة إلي أسرة مكونة من (٥) أفراد (الأب - الأم - ثلاثة من الأبناء) الحالة ترتيبها الميلادى الثانية، ولديه اخت عمرها (٢٤) وأخ عمره (١٥).

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■

- الأب عمره (٥٠) سنة والمستوى التعليمي متوسط ومن أهم سماته التزمته الديني بدرجة عالية، العصبية الشديدة، العنف والسيطرة الشديدة على الأسرة.

- الأم عمرها (٤٢) سنة وهي غير متعلمة ولا تعمل والخضوع الأعمى للزوج ومن أهم سماتها الصبر والتحمل.

- بالنسبة للحالة فقد كشفت دراسة الحالة عما يلي: -

- الأب والأم دائمي الشجار. - يعاني ضغطاً كثيرة وعبئاً في مواجهة الغرباء.
- لا يميل إلي الجماعات والمشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية.
- دائمة الشكوى من الجوانب النفسية والمعاناة.
- لديه شعور زائد بالذنب والألم النفسي. - ليس لديه هوايات معينة.
- لديه ميول عدائية اتجاه الأب وأنه السبب فيما هو عليه من قسوة.
- يشعر بأنه غير مرغوب من الآخرين. - غير ملتزم في الجانب الديني.
- يعاني من ضعف التركيز والانتباه. - متقلب المزاج بصورة مستمرة.
- يفضل سماع الأغاني والموسيقى والعزلة. - يفضل الروتين الحياتي وعدم التجديد.

#### ثانياً: نتائج تحليل المقابلة الكلينية

استخلصت الباحثتان من خلال المقابلة التي تمت مع الحالة مجموعة من العوامل التي

أسهمت في تكوين شخصيتها : -

- عدم الاستقرار الأسري

يتضح من خلال المقابلة الكلينية وجود اضطرابات أسرية دائمة من خلال الجدل

والنقاش الدائم بين الأبوين، حيث يشعر دائماً أن أخواته أفضل منه، فهو يشعر بالتوتر والقلق منهم، والوالدين غير مهتمين به في توفير الاحتياجات المادية، ولا يهتمون به نفسياً.

- الشعور بالذنب المفرط ولوم الذات.

يشعر الحالة بصورة مستمرة بمشاعر الذنب واللوم المرتفعة، وتوجيه اللوم إلي ذاته

بصورة تلقائية، ويرى أنه السبب في ما يحدث له من أحداث سلبية ودائم الشعور بالتقصير وأنه سبب الخلل في أي مهمة في المنزل أو المدرسة، وتنتج هذه المشاعر نتيجة الترتيب الميلادي لحالة، حيث أنه الثاني في ترتيب الأبناء وبالتالي هو الذي يتلقى اللوم من قبل الأسرة في معظم المهام داخل المنزل.

■ (٣٢٠): المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١١٧ ج ٢ المجلد (٣٢) - أكتوبر ٢٠٢٢ ■

• نقص الدافعية للإنجاز

تذكر الحالة أنه يمكنه أن يحصل علي تقديرات مرتفعة، وأنه يمتلك من القدرات ما يمكنه أن يأتي بالأفضل ولكنه ليس لديه ما يحفزه علي العمل والإنجاز، فالمشكلات والضغوط تشغل باله بشكل مستمر مما يقف عقبة في سبيل تركيز الاهتمام علي الدراسة، فعقله دائماً مشتت ويستغرق كثيراً في أحلام اليقظة.

• المشاعر الاكتئابية.

يعاني الحالة من نوبات اكتئاب بسيطة بصفة مستمرة ويشعر بفقدان معني الحياة أو الهدف وأنه يعيش فقط لتناول الطعام ويفضل النوم أو العزلة بعد إنهاء اليوم الدراسي وقضاء وقت طويل في النوم بعيداً عن الزملاء ويفضل العمل الفردي بعيداً عن المجموعة.

ثالثاً: نتائج اختبار تكلمة الجمل للحاجات النفسية.

أظهرت نتائج الحالة علي الاختبار أن من أهم الحاجات النفسية لدى الحالة هي الحاجة إلى الدعم والتعاطف من الآخرين، والحاجة إلي التقدير والاحترام المتبادل مع الآخرين، والحاجة إلى اهتمام الأسرة باحتياجات الحالة / يليها الحاجة إلى الانطلاق واستشعار الحرية / والمتعة / والحب/ وإقامة علاقات عاطفية مع الجنس الآخر .

❖ تعقيب علي الحالة

جاءت استجابات الحالة علي المقاييس الإكلينيكية متسقة مع المقابلات الإكلينيكية وما استخلصت الباحثتان منها، فما أشارت إليه الحالة وما يعانيه من الوحدة النفسية والعزلة والاستقواء علي الآخرين، وتجنب التفاعل الإيجابي معهم؛ مما أثر علي نفسيته وعلي تفوقه الدراسي والحرمان من الدفاء الأسري المطلوب، بالإضافة إلى فقدانه للهوية الذاتية ومعني الحياة رغم تفوقه الأكاديمي والتحصيلي لذلك تفسر الباحثتان حاجته للدفاء والأمان.

ثانياً: الحالة الثانية

أ - بيانات الحالة (حاصلة علي أقل درجات علي أدوات الدراسة بعد التطبيق) (الأكثر تحسناً)

النوع: (أنثي) السن: ( ٢١ ) سنة الحالة الاجتماعية: (أسنة).

المرحلة التعليمية: الفرقة الرابعة بكلية التربية قسم علم نفس، كانت درجاته في القياس القبلي علي مقياس الاستقواء النفسي ١٥٢، وفي القياس البعدي ٦٩، وفي التتبعي ٧٠.

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■■

### نتائج الحالة على أدوات الدراسة الكلينية

- أولاً: تاريخ حياة الحالة من خلال استمارة دراسة والمقابلات الإكلينيكية

- تنتمي الحالة إلي أسرة مكونة من (٥) أفراد (الأب -الأم-ثلاثة من الأبناء) الحالة ترتبها الأولي ولديها أخ عمره ١٧ سنة وأخت عمرها ١٥ سنة.

- الأب عمرة (٥٢) سنة والمستوي التعليمي مرتفع من أهم سماته الاستيقاظ مبكرا، والاهتمام بجميع أفراد الأسرة.

- الأم عمرها (٤٧) سنة والمستوي التعليمي مرتفع، وأهم سمات الوالدين الاتفاق مع بعضهم البعض في كافة الأمور والاستيقاظ مبكرا والعطف والتواضع.

بالنسبة للحالة فقد كشفت دراسة الحالة عما يلي: -

- تميل للمشاركة في الحفلات والمناسبات.
- تفضل الرياضة وتري أنها تساعد علي تحويل حالتها النفسية للأفضل.
- لديها الاهتمام بالآخرين بالإضافة إلي اهتماماتها الشخصية.
- الحالة من النوع الإيجابي التوكيدي. - لا تفضل أحد أفراد الأسرة عن الأخر.
- تري أن الأسرة سبب تفوقها الدراسي. - تفضل العمل التطوعي.
- تفضل قراءة الكتب عن الدول المتقدمة والعلماء الكبار.
- ترى أن القيمة الحقيقية من الحياة هي العمل بجد للوصول إلي الأهداف.
- العمل الذي تفضله هو اخصائي نفسي. - علاقاتها جيدة مع أصدقائها
- تتوقع الأفضل في المستقبل. - تميل إلي المواد التي تجد فيها التحدي.
- لا توجد خلافات بين الحالة وبين الأسرة (الوالدين ) وخارج الأسرة.
- تحب الاهتمام بما يمكن أن يلقي إعجاب الآخرين.

### ⊠ ثانياً: نتائج المقابلة الكلينية

استخلصت الباحثتان من خلال المقابلة التي تمت مع الحالة مجموعة من العوامل التي

أسهمت في تكوين شخصيتها تتمثل في: -

- الاستقرار الأسري

يتبين من خلال المقابلة الكلينية وجود استقرار أسري بشكل كبير، حيث اتضح ذلك

أن علاقة الحالة بأسرتها علاقة مستقرة سوية يسودها الاهتمام بكل تفاصيل حياتها واعطائها الاهتمام الكافي لسرد يومياتها وما يحدث مع أصدقائها، مما كان له أثر في شخصيتها التي تميزت بالود والاحترام مع المحيطين، وحبها لأفراد أسرتها والشعور بالانسجام معهم، والنظرة التفاؤلية في الحياة نتيجة التشجيع الذي تحظى به أفراد الأسرة.

• **المستوي الثقافي والتعليمي المرتفع**

تتميز أسرة الحالة بمستوى ثقافي تربوي مرتفع، وبنعكس هذا المستوى في تصرفات وسلوكيات الحالة التي تتم عن بيئة تربوية واعية، فما تظهره الحالة يشير إلى قيم ثقافية اجتماعية أصيلة تعكس الشخصية السوية، وتمنح الحالة الحرية الكافية في الاختيار وتحديد المستقبل المهني وتقديم الدعم اللازم دون إبداء اعتراضات أو خلق عراقيل أو مشكلات.

• **اهتمام الأسرة بالمظهر الاجتماعي**

تتميز أسرة الحالة بالحرص الشديد على المجاملات وحضور المناسبات الاجتماعية بصورة كبيرة جداً، وغالباً ما تكون الحالة معهم، لذا فالحالة لديها قدر كبير من معرفة متطلبات هذه المواقف، وعلى وعى بأساليب تقديم الذات في هذه المواقف، كما تهتم الأسرة بالمظهر الخارجي والملبس وتفضل أفضل أنواع الملابس وأغلاها ثمناً.

• **الرغبة في التفوق**

الحالة تتسم بالرغبة في النجاح والوصول إلى أعلى مستوى من التميز، فهي دائماً تميل إلى التقدم في الدراسة، فتشير إلي أنها تحصل على تقديرات مرتفعة، وتسعى للحصول على الأفضل، وتتغلب على شعورها بالخوف والتقدم، ويلزم هذه الرغبة الشعور بالرضا عما تحققة وتتجزه من أعمال، كما أنها تسعى دائماً للتخلص من الصفات والعادات غير الصحيحة، والأفكار غير المنطقية حتي تستطيع أن تحقق أهدافها.

• **الاجتماعية والتعاطف والود**

تتسم الحالة بالاجتماعية وتكوين صداقات جيدة مع الآخرين، والتعاطف مع المحيطين، ومساعدة الآخرين علي اجتياز المواقف والأحداث الضاغطة، كما أن لديها حساسية بمشاعر وانفعالات الآخرين، وتذكر الحالة أنها استطاعت التغلب علي الشعور بالخجل والانطوائية الشديدة، وأصبحت قادرة علي الاندماج الاجتماعي وتكوين الصداقات بسهولة.

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■  
• الدافعية والعزيمة.

تتميز الحالة بالدافعية الانفعالية والعقلية التي ساعدت على إظهار التحسن السريع، حيث تعمل الدافعية على تهيئة الحالة للاستجابة السريعة لتدخل البرنامج التدريبي، وقد ظهرت هذه الدافعية أثناء المقابلات التشخيصية، وذلك من خلال إظهار الحالة الرغبة في الاشتراك في أي برامج تدريبية مماثلة.

ثالثاً: نتائج اختبار تكملة الجمل للحاجات النفسية.

أوضحت نتائج الحالة علي الاختبار أن أهم الحاجات النفسية لدى الحالة هي الحاجة إلي السيطرة والتي تتمثل في الرغبة في القوة المطلقة والتأثير علي الآخرين والتحكم بهم وأن يحترمها الآخريين ويقتنعون برأيها، وتأخذ دور القيادة في المجتمع، ويظهر ذلك بصورة أكثر تفصيلاً في استجابات الحالة علي اختبار تفهم الموضوع، ويلبها الحاجة للخضوع، الحاجة للاستعراض، المعرفة، الحب، العدوان.

❖ تعقيب علي الحالة

يتضح من خلال المقابلة التي تمت مع الحالة وتوافر كل المعلومات المطلوبة عن الحالة سواء من خلال المقاييس السيكمترية أو الأدوات الكلينيكية بالرغم من أنها تتمتع بشخصية مضطربة بالرغم من أنها قضت فترة طفولة سوية إلا أنها حالياً تعاني من فجوة نفسية بينها وبين والديها وانشغالهم عن الحالة بالسعي للرزق وتلبية احتياجات الأسرة، مع عدم إدراكهم لطبيعة الحالة التي تمر بها الحالة، واتضح من خلال حديث الحالة عن تجاهل الوالدين لتلبية الاحتياجات النفسية للحالة، وعدم اهتمامهم بسماع شكوى الحالة، وتعاني من التفرقة بينها وبين أخواتها مما أفقدها الثقة بنفسها.

❖ الفروق التي أظهرتها نتائج الدراسة الكلينيكية

لقد أظهرت الدراسة الكلينيكية فروقا بين الحالة الحاصلة علي أعلى درجة (الأقل تحسناً) والحاصلة علي أقل درجة علي مقياس الاستقواء النفسي (الأفضل تحسناً)، وقد ميزت النتائج بين بعض الخصائص والسمات الشخصية لدى كلا الحالتين، كما كشفت عن بعض العوامل الأسرية التي أسهمت في تكوين البناء النفسي للحالتين، ويظهر جدول (١٠) أوجه الاختلاف بين الحالتين.

جدول (١٠) أوجه المقارنة بين الحالة الحاصلة على أعلى الدرجات، والحالة الحاصلة على أقل الدرجات في الاجابة علي مقياس الاستقواء النفسي، في الخصائص التي أسهمت في تكوين الشخصية والملاح التي تميز البناء النفسي

أوجه المقارنة	الأفضل تحسناً	الأقل تحسناً
لخصائص التي أسهمت في تكوين الشخصية	- الاستقرار الأسري - الرغبة في الإنجاز والتميز - الاجتماعية والتعاطف - الميل للإبتكار والتجديد - التفوق الدراسي	- التفكك الأسري - الشعور بالدونية - الشعور بالضغوط - الشعور بالذنب - نقص الدافعية للإنجاز
الملاح التي تميز البناء النفسي	- الثقة بالنفس والسعي لبلوغ الهدف - النزعة إلي الكمال - القدرة علي فهم مشاعر الآخرين والتعاطف معهم. - رفض القيود والسيطرة من الآخرين. - الوعي بالمشاعر والانفعالات الذاتية.	- المشاعر الاكتئابية. - العدوانية. - إساءة المعاملة الوالدية. - عدم القدرة علي فهم الانفعالات الذاتية - الوحدة النفسية وانعدام الشعور بالأمن - الإكتثار من ميكانيزمات الدفاع النفسي
الحاجات النفسية	- الحاجة إلى التعاطف - الحاجة إلي المعرفة - الحاجة إلى التقبل من الآخرين.	- الحاجة إلى الاستعراض. - الحاجة إلي السيطرة - الحاجة إلى التقدير.

## الثاني عشر: التوصيات التربوية

- ١- إجراء مزيد من البحوث التربوية على طلاب الجامعة لدراسة خصائصهم وتحديد برامج التدخل المناسبة الخاصة بهم.
- ٢- أهمية الكشف المبكر عن المشكلات النفسية التي تواجه الطلاب داخل الجامعة وذلك لوضع خطة للعلاج المبكر وتوفير الآليات اللازمة للكشف عن ذلك.
- ٣- إجراء دراسات مشابهة للدراسة الحالية على فئات عمرية مختلفة لتجنب العوامل السلبية في الشخصية مثل الاستقواء النفسي واضطراب الشخصية البارونويدية من المراحل الأولى للتعليم.
- ٤- الاهتمام بالأساليب والاستراتيجيات الحديثة في المجال التربوي وذلك لما له أهمية في الارتقاء بهذا المجال وحتى يواكب التقدم المستمر في مجال البحوث النفسية.
- ٥- إجراء عملية رابط دائم ومستمر بين التطور الحديث في مجالات البحوث النفسية وربط ذلك بالمشكلات التربوية ووضع خطط لحلها وتنمية الجانب الإيجابي في تلك البحوث.

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■■

٦- إنشاء مراكز للصحة النفسية داخل الجامعات بهدف ترسيخ الفكر الإيجابي والعمل على مساعدة طلبة الجامعة في تنمية الجوانب المؤثرة في التوافق الجامعي.

### الثالث عشر: البحوث المقترحة

١- فعالية الإرشاد النفسي بالمعنى لخفض اضطراب الشخصية البارانويدية وتحسين مستوى الطموح لدى طلاب الجامعة.

٢- فعالية الإرشاد المعرفي السلوكي لتخفيف الوهن النفسي وتنمية الازدهار النفسي لدى طلاب الجامعة.

٣- دراسة فعالية برنامج قائم على اليقظة العقلية في خفض الاستقواء النفسي لدى المعاقين حركيا من طلاب الجامعة وخفض الاغتراب النفسي لديهم.

### المراجع

- آمال عبدالسميع باظه (٢٠٠٥). مقياس السلوك العدواني. ط٢، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

- آمال عبدالسميع باظه (٢٠١٢). العدوان البشري. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

- آمال عبدالسميع باظه (٢٠١٦). استمارة دراسة الحالة لطلاب الجامعة. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

- أحمد عبدالكاظم جوني (٢٠١٩). الاستقواء وعلاقته بالمخططات المعرفية العدوانية لدى طلاب المرحلة الإعدادية. مجلة القادسية للعلوم الإنسانية، كلية الآداب، جامعة القادسية، ٢٢(٣)، ٤٥٥-٤٨٦.

- إسراء أحمد الشبول وعبدالناصر ذياب الجراح (٢٠٢٠). القدرة التنبؤية للعوامل الخمسة الكبرى في الشخصية والكفاءة الذاتية بالاستقواء لدى الطلبة المراهقين في محافظة إربد في الأردن. مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات التربوية والنفسية، جامعة القدس المفتوحة، ١١(٣٢)، ١-١٨.

- أمينة السماك وعادل مصطفى (٢٠٠١). الدليل التشخيصي والإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية "المعايير التشخيصية للرابطة الأمريكية للطب النفسي". الكويت: مكتبة

■(٣٢٦): المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١١٧ ج ٢ المجلد (٣٢) - أكتوبر ٢٠٢٢ ■■



- إيمان جمعة فهمي (٢٠٢٠). استراتيجيات المواجهة لدى التلاميذ من ضحايا التتمر في ضوء بعض المتغيرات. مجلة التربية الخاصة، كلية علوم الإعاقة والتأهيل، جامعة الزقازيق، ٩ (٢٣)، ٤٩-١٢٣.

- ثائر أحمد غباري وخالد محمد أبو شعيرة (٢٠١٥). سيكولوجيا الشخصية. عمان: مكتبة المجتمع العربي.

- حنان جميل هلسا ولينا فاروق عباس ولينة محمد عاشور (٢٠١٨). الكشف عن سمات الشخصية البارانويدية لدى طلبة الجامعة والفروق فيها تبعاً للنوع الاجتماعي. مجلة العلوم التربوية، عمادة البحث العلمي، الجامعة الأردنية، ٤٥ (٤)، ٥٥٣-٥٦٥.

- ربيع شعبان يونس ومحمود رسلان (٢٠٠٩). مشكلات الأطفال السلوكية والنفسية. المملكة العربية السعودية: مكتبة المتنبّي.

- زينب محمود شقير (٢٠١٨). بطارية التتمر بأنواع وأشكاله. القاهرة: دار الكتاب الحديث.

- سليمة سايجي (٢٠١٩). التتمر المدرسي مفهومه، أسبابه، وطرق علاجه. مجلة التغير الاجتماعي، كلية العلوم الانسانية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر، بسكرة، الجزائر، (٦)، ٧٣-٩٩.

- صفوت فرج (٢٠٠٨). علم النفس الإكلينيكي. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

- عادل عبدالله محمد (٢٠٠٠). العلاج المعرفي السلوكي (أسس وتطبيقات). القاهرة: دار الرشاد.

- عبد الستار إبراهيم (٢٠٠٨). عين العقل. القاهرة: دار الكتاب.

- عبدالله محمد العتيبي (٢٠١٥). الحد من التتمر بين الطلبة في المدارس. السعودية: اللجنة الوطنية للطفولة، برنامج الأمان الأسري الوطني، اليونسيف.

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■■

- عبدالله محمود جاد (٢٠١٠). الكمالية لدى عينة من معلمي التعليم العام في علاقتها ببعض اضطرابات القلق والبارانويا لديهم. مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، ٢(٧٢)، ٥٥-٣.

- عز الدين جميل عطية (٢٠٠٣). الأوهام المرضية أو الضلالات في الأمراض النفسية والعنف. القاهرة: دار علا للكتب.

- علي مرسي الصباحيين ومحمد فرحان القضاة (٢٠١٣). سلوك التتمر عند الأطفال والمراهقين. المملكة العربية السعودية: مكتبة الملك فهد الوطنية، جامعة نايف العربية للعلوم الأردنية.

- كمال يوسف بلان (٢٠١١). نظريات الارشاد النفسي، دمشق: دار الجامعة للنشر.

- لويس كامل مليكه (١٩٩٤). العلاج السلوكي وتعديل السلوك. القاهرة: دار النهضة العربية.

- مجدي محمد الدسوقي (٢٠١٦). مقياس السلوك التمرري للأطفال والمراهقين. القاهرة: دار جوانا للنشر والتوزيع.

- محمد عبد الظاهر الطيب (٢٠١٣). اختبار تكلمة الجمل للحاجات النفسية. القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

- محمود عيد مصطفى (٢٠٠٩). العلاج المعرفي السلوكي للاكتئاب. القاهرة: إيتراك للطباعة والنشر والتوزيع.

- مراد علي عيسى سعد وسمير عطية المعراج وأميمة مصطفى جمعة (٢٠٢٠). التتمر في المدرسة والمخاطر والوقاية والتدخل. دسوق: دار العلم والإيمان للنشر والتوزيع.

- معاوية أبو غزالة (٢٠٠٩). الاستقواء وعلاقته بالشعور بالوحدة والدعم الاجتماعي. المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ٥(٢)، ١١٣-٨٩.

■(٣٢٨)■: المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١١٧ ج ٢ المجلد (٣٢) - أكتوبر ٢٠٢٢ ■■■

- هوفمان إس جي (٢٠١٢). العلاج المعرفي السلوكي المعاصر. (ترجمة/ مراد علي عيسى)، القاهرة: دار الفجر للنشر والتوزيع.

- Akhtar, G. (2001). Paranoid personality Disorder, a synthesis of developmental, dynamic and descriptive features. *American journal of psychotherapy*, 44, 5-25.
- Amirpour, L., Dadfar, M., Heydari Charvadeh, M., & Birashk, B. (2018). Reliability, validity, and factorial structure of the farsi version of the paranoia checklist with Iranian students. *SAGE Open*, 8(4), 1-7
- Amirpour, L., Gharaee, B., & Birashk, B. (2018). Efficacy of Group Transdiagnostic Cognitive-Behavioral Therapy on Subclinical Paranoia. *Iranian Journal of Psychiatry and Behavioral Sciences*, 12(4), 1-6.
- Beane, A. (1999). *The Bully Free classroom, over 100 Tips and strategies for teachers*, Minneapolis: Free spirit publishing.
- Beck, A. T., & Haigh, E. A. (2014). Advances in cognitive theory and therapy: The generic cognitive model. *Annual review of clinical psychology*, 10, 1-24.
- Bennett-Levy, J., & Lee, N. K. (2014). Self-practice and self-reflection in cognitive behaviour therapy training: what factors influence trainees' engagement and experience of benefit?. *Behavioural and Cognitive Psychotherapy*, 42(1), 48-64.
- Bibi, A., Blackwell, S. E., & Margraf, J. (2021). Mental health, suicidal ideation, and experience of bullying among university students in Pakistan. *Journal of health psychology*, 26(8), 1185-1196.
- Cheli, S., Cavalletti, V., Popolo, R., & Dimaggio, G. (2021). A case study on a severe paranoid personality disorder client treated with Metacognitive Interpersonal Therapy. *Journal of Clinical Psychology*, 77(8), 1807-1820.
- Cunningham, T., Hoy, K., & Shannon, C. (2016). Does childhood bullying lead to the development of psychotic symptoms? A

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■■

meta-analysis and review of prospective studies. *Psychosis*, 8(1), 48-59.

- Dickeys, D. (2005). *Cyber Bullies on camps*. Retrieved Sep, 2022, 5, from the <http://www.unicef-org.violence>
- Fenigstein, A. (1996). Paranoia In G.G. Costello (Ed.), *personality choracteristics of the personality Disorder* pp. 242-275, New york, Wiley Interscience pub.
- Gatchel , R.& Rollings , H. (2008). "Evidence informed management of chronic low back pain with cognitive behavioral therapy ". *The Spine Journal*, 8 (1), 40-68.
- Harper, D. J., & Timmons, C. (2021). How is paranoia experienced in a student population? A qualitative study of students scoring highly on a paranoia measure. *Psychology and Psychotherapy: Theory, Research and Practice*, 94(1), 101-118.
- Haynie, D. L., Nansel, T., Eitel, P., Crump, A. D., Saylor, K., Yu, K., & Simons-Morton, B. (2001). Bullies, victims, and bully/victims: Distinct groups of at-risk youth. *The Journal of Early Adolescence*, 21(1), 29-49.
- Hidayah, N. (2013). Online Cognitive Behavioral Counseling Model to Improve Junior High School Students' Self-regulated Learning. In *The International Conference* (52), 14-25.
- Hinduja, S., & Patchin, J. W. (2010). Bullying, cyberbullying, and suicide. *Archives of suicide research*, 14(3), 206-221.
- Hull, T. D., Malgaroli, M., Connolly, P. S., Feuerstein, S., & Simon, N. M. (2020). Two-way messaging therapy for depression and anxiety: longitudinal response trajectories. *BMC psychiatry*, 20(1), 1-12.
- Jack, A. H., & Egan, V. (2018). Childhood bullying, paranoid thinking and the misappraisal of social threat: trouble at school. *School mental health*, 10(1), 26-34.
- Keith, S., & Martin, M. E. (2005). Cyber-Bullying: creating a

■ (٣٣٠) = المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١١٧ ج ٢ المجلد (٣٢) - اكتوبر ٢٠٢٢ ■■

culture. Reclaiming children and youth, *The Journal of Strength-based Interventions*, 134(3), 224-228.

- Kim, J. I., Kang, Y. H., Lee, J. M., Cha, J., Park, Y. H., Kweon, K. J., & Kim, B. N. (2018). Resting-state functional magnetic resonance imaging investigation of the neural correlates of cognitive-behavioral therapy for externalizing behavior problems in adolescent bullies. *Progress in neuro-psychopharmacology and biological psychiatry*, 86, 193-202.
- Lund, E. M., & Ross, S. W. (2017). Bullying perpetration, victimization, and demographic differences in college students: A review of the literature. *Trauma, Violence, & Abuse*, 18(3), 348-360.
- Masillo, A., Valmaggia, L. R., Saba, R., Brandizzi, M., Lo Cascio, N., Telesforo, L., ... & Fiori Nastro, P. (2019). Interpersonal sensitivity, bullying victimization and paranoid ideation among help-seeking adolescents and young adults. *Early intervention in psychiatry*, 13(1), 57-63.
- Mason, K. L. (2008). Cyberbullying: A preliminary assessment for school personnel. *Psychology in the Schools*, 45(4), 323-348.
- McCarthy, P., Sheehan, M., Barker, M., & Henderson, M. (2003). Ethical investment and workplace bullying: consonances and dissonances. *International Journal of Management and Decision Making*, 4(1), 11-23.
- McIntyre, J. C., Worsley, J., Corcoran, R., Harrison Woods, P., & Bentall, R. P. (2018). Academic and non-academic predictors of student psychological distress: The role of social identity and loneliness. *Journal of Mental Health*, 27(3), 230-239.
- Myers, C. A., & Cowie, H. (2017). Bullying at university: The social and legal contexts of cyberbullying among university students. *Journal of Cross-Cultural Psychology*, 48(8), 1172-1182.
- Newman-Taylor, K., Kemp, A., Potter, H., & Au-Yeung, S. K. (2018). An online investigation of imagery to attenuate paranoia in college students. *Journal of Child and Family Studies*, 27(3),

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■  
853-859.

- Olweus, D. (1991). Bully/victim problems among schoolchildren: Basic facts and effects of a school based intervention program. *The development and treatment of childhood aggression*, 17(17), 411-448.
- Pörhölä, M., Cvancara, K., Kaal, E., Kunttu, K., Tampere, K., & Torres, M. B. (2020). Bullying in university between peers and by personnel: cultural variation in prevalence, forms, and gender differences in four countries. *Social Psychology of Education*, 23(1), 143-169.
- Rigby, K. (2008). *Children in bullying. "How Parents and educators can reduce bullying at school.* U.S.A. Blackwell publishing.
- Rosen, J. C., Cado, S., Silberg, N. T., Srebnik, D., & Wendt, S. (1990). Cognitive behavior therapy with and without size perception training for women with body image disturbance. *Behavior Therapy*, 21(4), 481-498.
- Schaerer, M., Foulk, T., du Plessis, C., Tu, M. H., & Krishnan, S. (2021). Just because you're powerless doesn't mean they aren't out to get you: Low power, paranoia, and aggression. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*, 165, 1-20.
- Seibel, M. (2014). For us or against us? Perceptions of faculty bullying of students during undergraduate nursing education clinical experiences. *Nurse Education in Practice*, 14(3), 271-274.
- Shakoor, S., McGuire, P., Cardno, A. G., Freeman, D., Plomin, R., & Ronald, A. (2015). A shared genetic propensity underlies experiences of bullying victimization in late childhood and self-rated paranoid thinking in adolescence. *Schizophrenia bulletin*, 41(3), 754-763.
- Skodol, A-E, Oldham, J.M & Bender, D.S (2005). *Personality Disorder*, Washington: American psy chiatric publishing.
- Stevens, V., De Bourdeaudhuij, I., & Van Oost, P. (2002). Relationship of the family environment to children's involvement in

■ (٣٣٢) = المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١١٧ ج ٢ المجلد (٣٢) - اكتوبر ٢٠٢٢ ■

bully/victim problems at school. *Journal of youth and Adolescence*, 31(6), 419-428.

- Tritt, C. & Duncan, R. (1997). The relationship between childhood bullying and young adult self-esteem and loneliness. *Journal of Humanistic Education and Development*, (36), 1-10.

■ فعالية برنامج معرفي سلوكي لتخفيف الاستقواء النفسي لدى طلاب الجامعة ذوي اضطراب الشخصية. ■

## **Effectiveness of Cognitive Behavioral Program for Reducing Psychological Bullying For University Students of Paranoid Personality Disorder**

**Prof. Marwa Nashat Mouad**

**Dr. Ansam Mostafa Bazazo**

### **Abstract**

The Research aimed to detect the effectiveness of cognitive behavioral program for reducing psychological bullying for university students of paranoid personality disorder, and its continuity of effectiveness after the follow-up period, and the differences of psychological bullying and paranoid personality disorder by kind, and detect the dynamic factors about increasing and decreasing psychological bullying among university students, the research sample consisted of (40) university students with paranoid personality disorder, their age ranged between (20-22) year, they divided into 2 groups, Control group (20) university students (10 male, 10 female), with mean age of (20.86) and a standard deviation (0.657), and Experimental group (20) university students (7 male, 13 female), with mean age of (21.17) and a standard deviation (0.599), and The research tools included cognitive behavioral program, psychological bullying scale (prepared by/ researchers), paranoid personality disorder scale (prepared by/ Helsa, Abbas & Farouk, 2006), case study (prepared/ Baza, 2016), Sentence completion test for psychological needs (prepared by/ El-Taib, 2013), the research results revealed the effectiveness of cognitive behavioral program for reducing psychological bullying for university students of paranoid personality disorder, and its continuity of effectiveness after the follow-up period, there are no differences of psychological bullying, but there are for female in paranoid personality disorder, there are dynamic factors responsible about increasing and decreasing psychological bullying for university students.

**Keywords:** Cognitive Behavioral Program, Psychological Bullying , Paranoid Personality Disorder.

■ (٣٣٤): المجلة المصرية للدراسات النفسية العدد ١١٧ ج ٢ المجلد (٣٢) - أكتوبر ٢٠٢٢ ■