دور التعقل في تعديل اضطراب الهوية لدى عينة من المراهقين

إعـــــداد

أ/ هبة سعيد عبد الخالق مصطفى

إشراف

أ.د/ سامي محمود أبو بيه
أستاذ علم النفس التربوي
كلية التربية - جامعة المنوفية

د/ عبير حمدي حسنين
مدرس الصحة النفسية
كلية التربية - جامعة المنوفية

المستخلص

هدف البحث الحالي إلى الكشف عن دور التعقل في تعديل اضطراب الهوية لدى عينة من المراهقين،والكشف عن العلاقة بين التعقل واضطراب الهوية ومعرفة الفروق بين متغيرات الدراسة محل الاهتمام،وتكونت عينة البحث من(٧٠) من المراهقين ، منهم (٣٥) مراهق و (٣٥) مراهقة من طلابا لمرحلة الإعدادية ممن تراوحت أعمارهم من (١٢-١٦) عام بمحافظة القليوبية بمتوسط (١٤,٧٣) وانحراف معياري (١,٢٨)، وتم استخدام المنهج الوصفي التحليلي على عينة البحث بالإضافة إلى تطبيق أدوات البحث من إعداد الباحثة) استبيان التعقل- استبيان اضطراب الهوية) وذلك لمحاولة التحقق من فروض الدراسة وأسفرت النتائج عن)بالنسبة العلاقة بين التعقل واضطراب الهوية فإن العلاقة سالبة (عكسية)دالة إحصائيا عند مستوى(٠١،) أي أن الارتفاع في التعقل يقترن بالانخفاض في اضطراب الهوية والعكس في الانخفاض في مستوى التعقل يقترن مباشرة في اضطراب الهوية و وجود تأثير مباشر دال سالب لاضطراب الهوية في التعقل بلغ (- ٣٩،) وهي قيمة كبيرة مما يشير إلى التأثير القوي لاضطراب الهوية على التعقل حيث إن اضطراب الهوية منبئ بالتعقل وتسهم في التنبؤ بنسبة ١٩,٩٪من درجات التعقل . ووجود فروق دالة احصائيا بين الذكور والإناث في مستوى التعقل لصالح الإناث ، أيضا لا توجد فروق دالة احصائيا بين الذكور والإناث في اضطراب الهوية.

الكلمات المفتاحية: التعقل،اضطراب الهوية ، المراهقين.

Abstract

The current research aims to reveal the role of mindfulness in modifying identity disorder among a sample of adolescents, know the differences between the study variables and reveal the relationship between mindfulness and identity disorder. The research sample consisted of (70) male and female adolescents from preparatory school students, whose ages ranged from (12-16) years the meanis (14,73) and standard deviation is(1,28) in Qalyubia governorate. As the lack of a sense of identity is one of the problems that dominate adolescents at the beginning of the stage, especially in a society that is characterized by rapid change and continuous civilized development which requires the individual to have a certain degree of mindfulness that helps him to coexist in the continuous changing time. The analytical descriptive approach was used on the research sample, in addition to applying the research tools prepared by the researcher as follows:

1- Mindfulness questionnaire.

2- Identity disorder questionnaire.

So that the hypothesis of the study could be verified to reach the following results:

1- the relationship between mindfulness and identity disorder is negative (inverse) statistically significant at the level of (.01), meaning that an increasing in mindfulness is associated with a decrease in identity disorder and vice versa, a decrease in the level of mindfulness is directly associated with identity disorder.

2- There is a direct negative significant effect of identity disorder on mindfulness which amounted to (-,39). It is a large value that indicates the strong effect of identity disorder on mindfulness, as identity disorder is a predictor of mindfulness and helps to predict 19.9% of the degrees of mindfulness.

3- There are statistically significant differences between males and females in the level of mindfulness in favour of females.

4- There are no statistically significant differences between males and females in identity disorder.

Keywords: mindfulness, identity disorder.

مقدمة :

إن مرحلة المراهقة من أهم المراحل الانمائية في حياة الإنسان التي تسهم بشكل كبير في تشكيل جوانب شخصيته المختلفة ، كما تتسم أيضا بالغموض والعديد من الأفكار التي تكون سليمة أو تكون خاطئة ، ما يجعل المراهق يبدأ في طرح سؤال (من أكون ، من أنا ، ماذا أريد .....) ويبدأ البحث عن كينونته وعن هويته وعندما يفشل في تحديد معنى لهويته تنتابه مشاعر القلق والافتخار للأمان وعدم القدرة على التفكير العقلاني في مواجهة التحديات وحل المشكلات ، هذا ما جعلنا نتساءل عن أعراض اضطراب الهوية ومحاولة معرفة دور التعقل في خفض تلك الأعراض وعلاجها بما يجعل المراهق قادر على التكيف في الواقع المعاش .

مشكلة الدراسة

ظهرت مشكلة الدراسة الحالية مما لاحظته الباحثة أثناء تدريسها لطلاب المرحلة الإعدادية، كنوع من المشاركة المجتمعية والمساعدة على انتشار التوعية السلوكية وتنمية الوعي الثقافي لديهم حيث لاحظت بعض السلوكيات التي كانت تتمثل في عدم وعي الطلاب بما يجب أن يكونوا على وعي به، فوجدت أن الطلاب لا يعرفون معنى كلمة هدف كي يضعوا مجموعة من الأهداف تلك هي نقطة البداية في التفكير حول موضوع البحث وهل هؤلاء الطلاب يتمتعون بقدر من اليقظة العقلية التي تدل على التعقل أم لا، أيضا وجدت أن الطلاب غير قادرين على التعريف الجيد لهويتهم وماذا ترغب أو لماذا تتعلم، وأن الطالبات تتساق أغلبها وراء واحدة يعتبرونها القدوة لهم في سلوكياتهم سواء السلوكيات المرغوبة أو الغير مرغوبة اجتماعيا. ورأت أن البعض لا يهتم بالمستقبل والبعض يفضل الانعزال عن الآخرين، وضعف العلاقات الاجتماعية، نتيجة التحولات البيئية التي تنتشر في بيئتنا المصرية ما جعل هؤلاء الطلاب يشعرون بقلة الثقة في النفس، و ضعف تقدير الذات إلى جانب تكوين بعض الاتجاهات والمعتقدات الخاطئة والتأثر بالأحداث الجارية دون وعي بأهميتها أو جديتها.

كما رأى (حامد عبد السلام زهران: ١٩٩٥، ٥) أن فترة المراهقة تمثل مرحلة صراع الفرد مع نفسه ومع الآخرين ولا يستقر الفرد إلا عندما يتجاوزها ويصل إلى مرحلة الرشد، ولذلك فإن من أصعب ما يواجه المراهق هو تطوير هوية ذاتية مستقرة فهو يعيش بين حالتين ما يمثل وجهات نظره

الخاصة وما يمثل وجهات نظر الآخرين، إنه في حالة من التساؤل المستمر: أي وجهات النظر الصحيحة؟ من أطيع؟ إنها حالة صراع نفسي مستمر يمكن أن تؤدي في النهاية إلى الاستقرار وتحقيق الهوية، ويمكن أن تؤدي إلى عدم الاستقرار وبالتالي تكون النتيجة عندئذ الضياع والوقوع في براثن الأمراض النفسية المختلفة. ويواجه الأفراد والمراهقين مشكلة تكوين الهوية النفسية الخاصة بهم وتقرير المسائل الأكثر أهمية في حياتهم ووجود معتقدات وأفكار خاطئة في حياتهم، تؤدي بهم إلى الوقوع في متاهات ومشكلات عديدة، مثل الاختيار الأكاديمي، ومهنة المستقبل، والأصدقاء، والعلاقات الاجتماعية، والتوجهات السياسية وتظهر هذه الفروق بناءا عن الهوية الخاصة بالفرد التي يتبناها وفقا للمعايير الخاصة به أو المعايير المستمدة من مصادر أخرى تمتلك السيطرة والسلطة عليه الأسرة أو الجماعة أو المؤسسة له وتحقيق غاياته وإشباع رغباته.

وقد اهتم كثير من علماء النفس والمختصين في هذا المجال بالهوية الذاتية من أمثال اريكسونErikson ، ولوفنجر Lofanger، ومارشا Marcia فطورا نمازج تطوير الهوية الذاتية ودرسوا كيفية تشكلها والعوامل المؤثرة فيها، وقد أكدت دراسات كثير من الباحثين أن هناك أزمة يمر بها غالبية المراهقين وهي أزمة الهوية (Identity Crisis) ، (مثل دراسة أبو بكر مرسي ١٩٩٧)؛ (روان عبد اللهقزمور ٢٠١١)؛ (عثمان فضل السيد أسامة مرزوق الشيخ ٢٠١٥)؛ (اسماء محمد العطية؛سلاف مشري ٢٠١٧)؛ وقد قام البعض منهم بعمل برامج للحد من تلك الأزمة لما يترتب عليها من أثار نفسية سيئة عند المراهق.

أسئلة الدراسة

١. ما طبيعة العلاقة بين بين التعقل و اضطراب الهوية لدى عينة الدراسة ؟
٢. هل يؤدي التعقل دورا في تعديل اضطراب الهوية؟
٣. هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التعقل واضطراب الهوية؟
٤. هل يمكن التنبؤ من متغير التعقل في اضطراب الهوية؟

أهداف الدراسة

١. الكشف عن طبيعة العلاقة بين التعقل واضطراب الهوية.
٢. إلقاء الضوء على مفهوم التعقل ودوره في تخفيف أعراض اضطراب الهوية

أهمية الدراسة

الأهمية النظرية

١. توفير بيانات علمية تفيد البرامج الإرشادية التي تساعد على علاج اضطراب الهوية والتدريب على ممارسة التعقل.
٢. محاولة إلقاء الضوء على متغيرات إيجابية في علم النفس كالتعقل الذي يساعد في خدمة الأفراد وتحسين حياتهم .

الأهمية التطبيقية :

٣. يمكننا الإفادة من نتائج البحث الراهن في تحديد أسباب اضطراب الهوية لدى الطلاب المراهقين ومن ثم مساعدتهم علي التخلص من اضطراب الهوية.
٤. قد تفيد النتائج التي نتوصل إليها في إعداد برامج قائمة على التعقل وممارسته للحد من أعراض اضطراب الهوية .

مصطلحات البحث

- التعقلmind Fullness
- اضطراب الهوية Identity Disorder
- المراهقينAdolescent **sample Of**

تعريف الباحثة للتعقل mindFulness:

هو شكل من أشكال التجهيز العقلي المقصود حيث تركيز الانتباه والقدرة على الضبط الانفعالي والتعامل مع اللحظة بموضوعية دون تحيز لأي أفكار أو أحكام سابقة والتصرف بوعي في المواقف الحياتية المختلفة مع القدرة على الوصف الدقيق للخبرات الخاصة بالفرد .

تعريف الباحثة لاضطراب الهوية Identity Disorder :

هو توتر نفسي يتميز بضعف وقصور المراهق على التوافق مع الذات والبيئة المحيطة ،مما لا يساعد المراهق على تحديد أهدافه في الحياة ، وعدم القدرة على تحمل المسؤولية والانعزال وضعف العلاقات الاجتماعية ، واضطراب أنظمة القيم الأخلاقية .

تعريف الباحثة للمراهقين **sample Of** Adolescent : هم أشخاص تتراوح أعمارهم بين (١٢-١٩) سنة لا يصلون لبداية النضج و يفضلون الابتعاد عن الأهل والانتماء إلى جماعة الأصدقاء بهدف التمرد على السلطة الوالدية والشعور بالحرية ، ومنهم من يحسن التعامل والاختيار ، ومن يتعرض للعديد من الاضطرابات .

حدود الدراسة :

أجريت هذه الدراسة بعدد من مدارس بمحافظة القليوبية في العام الدراسي ٢٠٢٢/ ٢٠٢٣على مجموعة من المراهقين طلاب المرحلة الإعدادية .

(الإطار النظري والدراسات السابقة)

أولا : اضطراب الهوية

- **الهوية :Identity**

تسمى بالعديد من المصطلحات (الذات، النفس، الإدراك الذاتي، الوعي الذاتي، الصورة الذاتية، الأنا) وهي حالة دينامية غير ثابتة أو مغطاة، يعاد بناؤها باستمرار بسبب الاختلالات التي تعترض حياة الإنسان وتشكل على الدوام عبر صيرورة متواصلة قوامها التفاعل المستديم بين الفرد وذاته وبينه وبين المحيط، وطالما أن الهوية عبارة عن تنميط فهي تتبلور عبر التمايز والتعميم، أي ما يصنع التفرد والاختلاف لدى الذات من جهة وما يحيل على المشترك بين هذه الذات والجماعة من جهة أخرى(محمد فوبار:٢٠١٤، ١١) .

- **اضطراب الهوية**

فهو ضيق نفسي شديد لعدم التأكد من عدة قضايا مرتبطة بالهوية وتشمل ثلاثة أو أكثر مما يلي:تحديد الأهداف طويلة المدى، اختيار المهنة، أنماط الصداقة والتوجيه والسلوك الجنسي وأنظمة القيم الأخلاقية والولاء، ويستمر هذا الاضطراب لفترة زمنية لا تقل عن ثلاثة أشهر وينتج عنه إعاقة في الأداء الاجتماعي والوظيفي بما في ذك الأداء الدراسي. (معتز النيجري، ٢٠٠٤، ١٩)

أيضا هو الإحساس بالتفكك وتبني أدوار سالبة غير مقبولة اجتماعيا، ويعرفه ماير درجة من القلق والاضطراب المختلط المرتبط بمحاولة المراهق تحديد معنى لوجوده في الحياة من خلال

اكتشافه ما يناسبه من مبادئ ومعتقدات أهداف وأدوار وعلاقات اجتماعية ذات معنى أوقيمة على المستوى الشخصي والاجتماعي (الغامدي2001 :، . (189

أهم العوامل التي تؤثر على تشكيل الهوية عند المراهق

تعتبر مرحلة المراهقة مرحلة مهمة لتكوين الهوية إلا أن هذه العملية تستمر مدى الحياة وفي كل مرحلة من المراحل النمائية يواجه الإنسان أزمة ويبحث عن حلول نمائية حتى ينتقل للمرحلة التالية، وهناك العديد من العوامل التي تؤثر في تشكيل الهوية عند المراهق ومنها:-

- **السياق الاجتماعي:**

يؤدي السياق الاجتماعي دورا محفزا في تشكيل الهوية حيث أن المجموعة تؤثر على عواطف وردود وأفعال وسلوك الأفراد الذين ينتمون إلى تلك المجموعة وذلك بواسطة ما يقدمه من قيم وأعراف وأراء وأفكار، كما أن السياق الاجتماعي يمكن أن يشكل تهديدا للهوية ويعرضها للخطر. (Ellemers et al.، ٢٠٠٢، ١٤٤-١٦٦)

كما أن الهوية الاجتماعية تكون أكثر وضوحا من الهوية الشخصية والشخص يدرك نفسه كعضو في الجماعة أكثر من إدراكه لنفسه كفرد.

(kort 2007,170)

- **التأثيرات المعرفية:**

أن النمو والتقدم المعرفي الذي يحققه المراهق يؤدي دورا مهما في مساعدة المراهق على التفكير بموضوعية، والتخطيط للمستقبل التعليمي والمهني وإيجاد إجابات مقنعة لما يواجهه من أسئلة ومشكلات لحل أزمة الهوية وإيجاد البدائل المناسبة التي تكسبه شعورا منسقا وثابتا بالهوية. والتفكير التجريدي يسمح للمراهق باستخدام عمليات منطقية تتعلق بالمسائل الاجتماعية حيث يزداد اهتمام المراهق بالتفكير في العلاقات البينشخصية والسياسة والفلسفة والدين والأخلاق والصداقة وتعتبر التغيرات التي تحدث في المجالات الاجتماعية في المراهقة في مطلب أساسي لتشكيل الهوية.

- **علاقة الهوية بالصراعات النفسية**

حيث يصاحب اضطراب الهوية (صعوبة الاختيارات، الاندفاع في التجارب، ضعف القدرة على اتخاذ القرار، السلوك العدواني، الاغتراب الاجتماعي) هذا بالإضافة إلى العديد من الاضطرابات النفسية والسلوكية مثل (الفصام، القلق، الانحرافات السلوكية، اضطراب الهوية الجنسية)، كما أن أزمة الهوية تمضي بالشخصية كمحصلة دينامية للصراعات التي عاشها المراهق وهو صغير إلى الشعور بالهوية أو إلى عدم تعيين الهوية حيث الشعور بالاغتراب وذوبان المراهق من الآخرين وعدم قدرة اكتشاف موقع في صميم الواقع والعيش نهبا لمشاعر القلق وفقدان الثقة وما إلى ذلك. (محمد إبراهيم عيد :٢٠٠٥، ١٤)

٢- تهديد الهوية

لقد انطلق العديد من الباحثين إلى موضوع الهوية وكيفية مواجهة تدهورها بالنسبة ل (لوفر) يرتبط تهديد الهوية بالمعاش السبي ويصف (لورو lauru) المرور إلى الفعل بمحاولة لإعادة تجسيد الجسم لدى المراهقة ويركز (جيبتون، جامي) على النقص وضعف الأنا الأعلى بحيث يعتبر (جامي) شروط المرور إلى الفعل محاولة لتهيئة مواجهته تهديد بمعنى إمكانية تحويل المعاش السلبي إلى سلوك إيجابي وفعال، أما (جوتن) يتمثل تهديد الهوية في صعوبة ربط الجسم بالأنا الشخصي التي تذكر بالعالم الخارجي، وتحدد داخل وخارج البناء النفسي أما ظاهرة البلوغ تأزم من وضعية المراهق، وفي هذا الصدد يرى (كاستنبرغ) بأن تهديد الهوية متعلقة بالاستثمارات الموضوعية. (شرين عبد القادر ٢٠١٦، ١٥٣)

الأخطار المهددة للهوية:

التعصب الديني: حيث لاحظ وليام جيمس في كتابه قناع التدين (١٩٠٢) أن المتدين يميل إلى أن يتخذ الدين قناعا لكل أنواع الأفعال القاسية التي يرتكبها.

إضعاف العقيدة وزعزعة الإيمان: حيث يعتبر المعتقد الديني واحد من أهم المحركات الأساسية الضابطة للشخصية.

وسائل الإعلام: إن وسائل الإعلام بالشكل والكيفية القائمة عليها الآن تشكل بلا شك خطرا جسيما على الهوية الثقافية للشباب من خلال ما يسمى بالقوة الناعمة والتي تحاول من خلال هذه القوة فرد مفهوم العولمة على الآخرين. (الخولي: ٢٠٠٠، ١٣٥)

ضعف اللغة العربية: والدليل على ذلك أن ٨٨%من معطيات الانترنت باللغة الإنجليزية، و٩% بالألمانية ٢% بالفرنسية و١% يوزع على باقي اللغات.

العولمة: حيث نرى أنصار العولمة لا يعترفون بالهوية الشخصية (هوية الفرد) والمظهر الثقافي حيث تسعى العولمة إلى تكوين نموذج جديد للشخصية منفصلا عن جذور هويته الثقافية والوطنية. (حامد عمار: ٢٠٠٠، ٣٩)

مما سبق توضيحه، ترى الباحثة أن اضطراب الهوية يعني الخلل في مفهوم الفرد عن هويته وعن دوره الاجتماعي الناتج عن تهديد السياق الاجتماعي لشخصية الفرد بما يؤثر في نموه المعرفي ويجعله غير قادر على التفكير بموضوعية وغير قادر على التخطيط الجيد لمستقبله العلمي والعملي، هذا ما يؤدي به إلى الشعور بالفشل والإحباط واللامبالاة وانعدام الثبات.

نظريات الهوية النفسية

اولا: النظريات النفسية –:

(١) نظرية آدمز **Adams 1998**

قد اعتبر أن حالة الهوية مكونة من الهوية الأيديولوجية وهوية العلاقات مع الآخرين ويمكن تصنيف حالة الهوية ومساراتها الإنمائية إلى أربعة حالات نقية وواضحة:-

١- حالة تشتت الهوية

٢- حالة تقيد الهوية

٣- حالة تأجيل الهوية

٤- حالة تحصيل الهوية

واثنتي عشرة حالة من حالات الهوية الانتقالية لكل من حالة الهوية الأيديولوجية وحالة هوية العلاقات مع الآخرين حيث قامت الباحثة باختصارهم الى ست حالات كالاتي:.

١- حالة التحول في الهوية من حالة تشتت الهوية إلى حالة تقييد الهوية

٢- حالة التحول في الهوية من حالة تقييد الهوية إلى حالة تأجيل الهوية
٣- حالة التحول في الهوية من حاله تقييد الهوية إلى حالة تحصيل الهوية
٤- حالة التحول في الهوية من حالة تأجيل الهوية إلى حالة تحصيل الهوية
٥- حالة التحول في الهوية من حالة تقييد الهوية إلى حالة تأجيل الهوية إلى حالة تحصيل الهوية
٦- حالة التحول في الهوية من حالة غير المحددة أو المؤجلة السلبية.

(٢) نظرية إريكسون في النمو النفسي الاجتماعي **Erickson's Psychosocial Development Theory**

مدخل لنظرية اريكسون:

يعتبر أريكسون (Erickson – ١٩٠٢-١٩٩٤)، واضع هذه النظرية وتعرف نظرية أريكسون باسم نظرية "النمو النفسي الاجتماعي" التي بناها على نتائج أبحاثه مع الأطفال والأسر عبر الثقافات المختلفة و بمنهج أنثروبولوجي. كما وتعد نظريته امتدادا لنظرية النمو النفسي عند فرويد، إلا أن أريكسون يؤمن بأن تطور الإنسان يبقى مستمرا ولا يقتصر فقط على الخمس سنوات الأولى حسب رؤية فرويد، وأن العوامل النفسية والاجتماعية لها تأثير واضح على حياة الفرد وليس كل ما يمر به الفرد ناتجاً عن المراحل الجنسية التي يراها فرويد. (الغصين: ٢٠٠٨، ١٣)

(٣) نظرية الهوية الاجتماعية ل تاجفل**Tajfel, Social Identity theory**

وتفرض هذه النظرية أن الهوية الاجتماعية للأشخاص تستمد من عضويتهم في مختلف الجماعات وتضع في حسابها كلاً من العمليات المعرفية والدافعية عند تفسير إدراكات الجماعة الداخلية وأشكال سلوكها نحو أعضاء الجماعات الخارجية. وكل ما عبر عنه تاجفل وفور جاز (Tajfel& for Gaz.، ١٩٨٤) بالصياغة التالي (يستلزم التصنيف إلى فئات اجتماعيه أكثر من مجرد التصنيف المعرفي للأحداث والأشخاص والأشياء، إذ أنه يتمثل في عملية تتأثر بالقيم والثقافة والتصورات الاجتماعية Resentation social rep وأكثر من هذا أهمية دور كل من عضوية الفرد الاجتماعية والمقارنة الاجتماعية التي تتم بين الفئات في استمرار الهوية الاجتماعية الإيجابية

للشخص. وهو الدور الذي يقوم به الأفراد للبحث عن أوجه التمييز بين جماعتهم التي ينتمون إليها والجماعات الأخرى، خاصة على أساس الأبعاد ذات القيمة الإيجابية .

ثانيا : (التعقل)

يعتبر التعقل مجموعة واسعة من الممارسات ذات الصلة بالتعليم إذ يشمل تعزيز الصحة العقلية وتحسين التواصل والتعاطف مع تحسين الصحة البدنية والرضا عن الحياة والرفاهية النفسية. وعلى الرغم من النشأة الدينية الفلسفية لمفهوم التعقل الذي ترجع إلى الممارسات الشرقية والتقاليد البوذية التي بدأت في الهند بهدف تحرير النفس من المعاناة والصعوبات والآلام، فإن هذا المفهوم فرض نفسه بقوة على ساحة علم النفس المعاصر إذ استطاع علماء النفس تطوير هذا المفهوم ودمجه في علم النفس وتناوله باعتباره مفهوما نفسيا يشير إلى التركيز والانتباه وعدم إطلاق أحكام سلبية على الأفكار والمشاعر، ولكن التعايش معها والتعامل معها بموضوعية من جميع جوانبها المتعددة بدلا من النظر إليها من رؤية واحدة والاعتراف بهذه المشاعر مهما كانت سلبية ومؤلمة بالنسبة للفرد. ((Christopher, Gilbert., 2010, 11

المفاهيم المتشابهة مع مفهوم التعقل

(١) التشابه بين التعقل واليقظة العقلية: يستخدم مصطلح التعقل بالتبادل مع مصطلح اليقظة العقلية وكلاهما يتضمن تركيز انتباه الفرد على الخبرة التي يمر بها ويدمج بين المعرفة والانفعال ليتمكن من التعرف على المنبهات بمشاركة الخبرة الداخلية. (ميريام مشيل:٢٠١٩، ١٦)

وكلا المفهومين يتضمن انتباه الأفراد للخبرة التي يمر بها بطريقة تخفف من الاندفاعية ورد الفعل الشديد وكلاهما يؤكد الدمج بين المعرفة والانفعال ليتمكن الفرد من التعرف على المنبهات بمشاركة الخبرة الداخلية وتعد اليقظة العقلية نقطة البدء التي ينطلق منها التعقل الحقيقي. (شرين عبد القادر: ٢٠١٣، ٧)

الفرق بين التعقل والتأمل:

يمكن أن يمارس التعقل في أي وقت وفي أي مكان من خلال التركيز على ما يحدث في اللحظة الراهنة في حين أن التأمل يحتاج إلى الممارسة المقننة والمجهزة في وقت ومكان محددين

على مدار اليوم، كما يرى (زن) أن هناك بين المفهومين التعقل والتأمل، حيث أن التعقل أحد أشكال التأمل. (صالح بن ابراهيم: ٢٠١٨، ٣٣٠)

التعقل وإدارة العقل:

التعقل مفهوم متطور لإدارة العقل؛ إذ يعطي الفرد فرصة لتطوير عمليات عقلية كالتركيز والرحمة والوعي والحماسي لتقليل المعاناة بمهارة. (المرشدي: ٢٠١٧، ٥)

مفهوم التعقل

عرفه بير وآخرونBear ,et al) .، ٢٠٠٦) أنه مفهوم متعدد الأبعاد يتضمن (الملاحظة، الوصف، التصرف بوعي، عدم الحكم على الخبرات الداخلية، عدم التفاعل مع الخبرات الداخلية)

ويعرفه كارداستيو وآخرون (Cardaciotto, et al.، ٢٠١٨) على أنه التركيز على الخبرات الحاضرة والمراقبة المستمرة الخبرات مع تقبل تلك الخبرات كما هي في الواقع دون إصدار أحكام تقويمية عليها.

أما شايبروكارلسون (Shapiro, Carlson.، ٢٠٠٩) عرفه على أنه هو الوعي الذي ينشأ من خلال الإنتباه المقصود أو المتعمد بطريقة منفتحة مع عدم إصدار أحكام.

وأتفق بايور (Baure.، ٢٠١١) على أن التعقل هو القدرة على الوعي المقصود بالخبرة في اللحظة الحاضرة مع الانفتاح وحب الاستطلاع.

وعرفته أحلام مهدي: ٢٠١٢، ٣٤ إنه حالة مرنة في العقل تتمثل في الانفتاح على الجديد وعلى عملية من النشاط المميز لابتكار الجديد.

خصائص التعقل

١- الوعي بالعالم الداخلي والخارجي
٢- المرونة في نقل الانتباه من شئ معين إلى عدة أشياء بمنظور أوسع
٣- تجريب الواقع وإرجاء الحكم على الأحداث
٤- التركيز على اللحظة الراهنة
٥- الاستمرارية في ممارسة التعقل (صالح بن إبراهيم ٢٠١٨، ٣٠٦)

خصائص الأشخاص مرتفعي التعقل:

أ- الانفتاح: يرى الشخص مرتفع التعقل الأشياء كما لو أنه رآها لأول مرة، ويركز انتباهه على جميع الاحتمالات في اللحظة الحاضرة.

ب- الحكم: وتعني الملاحظة المستندة على اللحظة الحاضرة دون تقويم أو تصنيف.

ج- الثقة: وتعني ثقة الفرد بنفسه وجماعته وحدسه وانفعالاته

د-القبول: وتعني فهم الحاضر وتقبله وهي لا تعني السلبية بل أن يكون الشخص أكثر فعالية في الاستجابة.

ل- التعاطف: يتصف بالمشاعر، و تفهم مواقف الآخرين في اللحظة الحاضرة.

و- اللطف: يتصف الشخص المتعقل بكونه محبا وحنونا و متسامحا.

فوائد التعقل وأهميته:-

شهدت العقود الثلاثة الماضية اهتماما شعبيا و أكاديميا بالفوائد المتعددة لمفهوم التعقل و أثر تطبيقاته في المجالات المختلفة وذلك نظرا للأهمية التي يتميز بها.

مقومات (التعقل):

١- وضوح الوعي: وهو تسجيل للمحفزات الجسمية المادية، وحركة الحواس، وأنشطة العقل والاتصال المباشر مع الواقع.

٢- المرونة في الوعي والانتباه: وهي القدرة على تغيير الحالة الذهنية بتغير المواقف، وعدم الجمود على المألوف، وتقديم أفكار حول استجابات لا تنتمي لفئة واحدة.

٣- الاستمرارية في الوعي والانتباه والاستقرار: وهي صفات الوعي والانتباه، وهي غير معهودة عند معظم الناس. (رانية موفق الطوطو، ٢٠١٨، ١٨)

فنيات واستراتيجيات التعقل:

١- التنفيس عن طريق التركيز على فتحتي الأنف أو حركة البطن، كما يمكن التركيز كذلك على كلمات معينة أو عبارات بسيطة.

٢- إعادة التركيز: يعد الجزء الأكثر أهمية في هذه الفنية هو أن تختار أسلوب إعادة التركيز والعودة إلى التركيز مع التحلي بالصبر.

٣- وضعية الجسم: عموما يعتبر الاسترخاء أفضل من الجلوس في وضع مستقيم.
٤- العيون: وهذا معناه إغلاق العينين أو فتحهما قليل مع نظرة بسيطة لإلمام.
٥- التوقيت: هو تحديد الوقت المناسب لممارسة التعقل الإيجابي. (هالة اسماعيل، ٢٠١٧، ٣٠١)

النظريات المفسرة للتعقل

تعددت النماذج المفسرة لإبعاد التعقل بحسب النظرة له حيث ذهب البعض إلى أنه تركيز الانتباه في اللحظة الراهنة، وذهب البعض إلى أنه الانفتاح الذهني دون إصدار أحكام مسبقة، ومن هذه النماذج:-

أولا نظرية لانجر : Langer

ترى لانجر أن التعقل يعني القدرة على خلق فئات جديدة و استقبال المعلومات الجديدة والانفتاح على وجهات نظر مختلفة من السيطرة على السياق، والتأكيد على النتيجة. كما تفترض هذه النظرية أن جميع القابليات محدودة تكون نتيجة لتقبل غير واع لإبداعات المعرفية السابقة ألوانها، فقد أظهرت نتائج النجر و بيك (Lager Beck، ١٩٧٩) أنه بإمكاننا تحسين الذاكرة بعيدة المدى وقصيرة المدى من خلال المتغيرات السياقية وذلك يكون مقدارا من المعلومات المعالجة بصورة شعورية. (أحلام عبد الله: ٢٠١٣ ، ٣٤٧) .

بحيث طورت لانجر Langer نظرية التعقل استنادا إلى البحوث المتعلقة بالسلوك البشري؛ إذ وضعت في اعتبارها أن السلوك لا يقتصر على حالة اليقظة فحسب لكنه أكثر من ذلك بل هو طريقة لمواجهة الحياة مواجهة كاملة (عيسى:٢٠١٧، ٢٧٢) .

ثانيا: نظرية التصميم الذاتي (المعاملة الخاصة والتفضيلية) :

ترى نظرية التصميم الذاتي أن التعقل يقوم بتسيير الذاكرة من خلال النشاط الذاتي وإشباع الاحتياجات النفسية الأساسية للمصادقة الذاتية، فالأشخاص المعتقلين للخبرة الحسية يكونون أكثر ذاكرة من الأشخاص المنخرطين في عمل مشتت الذهن. كما أن الوعي يسهل التيقظ إلى علامات الرموز التي تنشأ عن الحاجات الأساسية، وهذا ما يجعل الفرد أكثر ترجيحا في تنظيم سلوكه بطريقة تساعده على إشباع حاجاته. وتعد نظرية التصميم الذاتي نظرية واسعة الانتشار إذ تعمل على

تطوير الوظائف الشخصية في السياقات الاجتماعية، كما تصب كل اهتمامها على درجة اختيار الفرد لسلوكياته التي يقررها بنفسه، وهذه الاختلافات بين الأفراد تقودهم إلى القيام بمجموعة من الأفعال والتصرفات التي تكون عالية المستوى من الانتباه والوعي الاختيار الذاتي دون تدخل الآخرين. (مها صدام عبد، زينب بديوي، ٢٠١٨، ٤٢٣) .

تعقيب الباحثة على ما سبق طرحه لمتغيرات الدراسة :

حيث أنها ترى إنه بما أن اضطراب الهوية عبارة عن ضيق نفسي يؤدي إلى الإحساس بالتشتت(عدم تركيز الانتباه)وتبني الأدوار السالبة غير المقبولة اجتماعيا فهذا التعريف يتفق مع عنوان الدراسة الحالية الذي هو دور التعقل في تعديل اضطراب الهوية من حيث أن التعقل يعد من المتغيرات الإيجابية المهمة في علم النفس الإيجابي ومن خلال ما تم طرحه عن فوائد التعقل ترى الباحثة أن التدريب على التعقل يؤدي إلى تحسن صحة الفرد النفسية، ويؤدي إلى تخفيف أعراض اضطراب الهوية لدى عينة الدراسة ، وهذا ما أشارت إلية نتائج الدراسة الحالية حيث العلاقة العكسية السالبة بين التعقل واضطراب الهوية والتي توضح أن الارتفاع في التعقل يقترن بالانخفاض في اضطراب الهوية والعكس .

ثانيا الدراسات السابقة

١. دراسة عماد الدين إبراهيم علي ٢٠١٧

تباين اضطراب الهوية والاتزان الانفعالي باختلاف أساليب المعاملة الو الدية لدى المراهقين من طلاب المرحلة الثانوية، هدفت الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين اضطراب الهوية والاتزان الانفعالي باختلاف أساليب المعاملة الو الدية لدى المراهقين من طلاب المرحلة الثانوية، وتكونت عينة البحث من ٢٠٠ طالب وطالبة وأسفرت النتائج عن عدم اختلاف درجة اضطراب الهوية تبعا لمتغير النوع لدى عينة من المراهقين، ووجود علاقة ارتباطية بين متغيرات الدراسة.

٢. دراسة إناث محمد صفوت عام ٢٠١٩ عن اليقظة العقلية في ضوء نظرية لانجر longer وعلاقتها بكل من الاتجاه نحو التخصص وأسلوب التعلم ونوع الاختبار التحريري المفضل لدى طلبة جامعة الزقازيق. هدف البحث الحالي إلى الكشف عن درجة توافر اليقظة العقلية ومكوناتها في ضوء نظرية longer لدى جامعة الزقازيق، بالإضافة إلى التعرف

على الفروق في اليقظة العقلية ومكوناتها تبعا لاختلاف كل من الجنس والاتجاه نحو التخصص وأسلوب التعلم ونوع الاختبار التحريري المفضل ،حيث تكونت عينة البحث من (٥٧٢) طالبا وطالبة بالكليات النظرية والتطبيقية بجامعة الزقازيق وتم استخدام استبانه لقياس اليقظة العقلية مكونة من (٢١ عبارة) في ضوء المكونات الأربعة لنظرية لانجري وأسفرت النتائج عن (توافر مكونات اليقظة العقلية في ضوء نظرية لانجر langer والدرجة الكلية لها بدرجة متوسطة، وعدم وجود فروق دالة إحصائيا في جميع مكونات اليقظة العقلية والدرجة الكلية لها ترجع إلى اختلاف الجنس

٣. دراسة عبد القادر بهتان، نور الدين جبالي عام ٢٠١٥:

والتي هدفت إلى الكشف عن مواضيع الاضطرابات الأكثر بروزا في مرحلة المراهقة باعتبارها مرحلة نمو حساسة وتوصلت النتائج الى أنها المرحلة الأكثر تميزا في حياة المراهق النفس مرضية ذلك ليس لأنها معقدة التركيب بل يرجع الأمر الى نوعية مواضيعها المطروقة، وأوصت بإعطاء الاهتمام لهذه المعالم الذي يهدينا إلى أهم اضطراباتها بالرغم من تنوعها بدا من ماهيتها وأزماتها إلى اضطرابات التنشئة واضطرابات الهوية.

تعقيب الباحثة على الدراسات السابقة :

من خلال ما سبق عرضه من الدراسات السابقة تتفق الباحثة مع نتائج تلك الدراسات التي تشير إلى عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في متغيرات الدراسة ، وذلك راجع إلى البيئة المحيطة بكلا الجنسين أيضا انعدام التمسك بالجانب الديني والأخلاقي لكلا الطرفين حيث التقليد الأعمى لوسائل الإعلام والتصرف الخاطئ في استعمال وسائل التواصل الإجتماعي .

ثالثا : فروض الدراسة:

١- توجد علاقة ارتباطيه ثنائية سالبة بين التعقل واضطراب الهوية .

٢- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التعقل لصالح الإناث.

٣-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في اضطراب الهوية لصالح الذكور .

٤- يمكن التنبؤ بالتعقل من خلال اضطراب الهوية لدى عينة البحث .

إجراءات الدراسة :

تم استخدم (عينة للتحقق من الكفاءة السيكومترية والتي تكونت من٦٠مراهق ٣٠ ذكور ٣٠ إناث ، و العينة الأساسية التي تكونت من ك٧٠ مراهق ٣٥ ذكور ، ٣٥ اناث) ، وتطبيق (استبيان اضطراب الهوية ، استبيان التعقل) من إعداد الباحثة،و تم استخدام المنهج الوصفي التحليلي لتماشيه مع هذه الدراسة ، أيضا تم استخدام التحليل الإحصائي لبيانات البحث (**SPss**) و الاحصاء الوصفي ومعامل التحديد لبيان قوة العلاقة بين متغيرين، و**t,test** .

نتائج الدراسة

□ اختبار صحة الفرض الأول :

" وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة إحصائيا عند مستوى (٠٥,٠) بين درجات عينة البحث على مقياس التعقل واضطراب الهوية. "

و للتحقق من صحة الفرض تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين متغيري البحث وتم بناء مصفوفة معاملات الارتباط بين درجات العينة على مقياس التعقل و درجات العينة على مقياس اضطراب الهوية بأبعاده، ويوضح ذلك الجدول (١).

جدول (١)

مصفوفة معاملات الارتباط (بيرسون) بين درجات العينة في المقياسين

البعد	المعامل	الملاحظة	التصرف بوعي في اللحظة	الحكم على الخبرات الداخلية	عدم التعامل مع الخبرات الداخلية	الوصف	التعقل ككل
البعد الاجتماعي	الارتباط r	-0,142	-0,245*	-0,220	-0,290*	-0,371**	-0,306**
	التحديد r^2	--	0,06	--	0,08	0,14	0,09
البعد النفسي	الارتباط r	-0,292*	-0,223	-0,386**	-0,435**	-0,340**	-0,406**
	التحديد r^2	0,09	--	0,15	0,19	0,12	0,16
البعد الديني والخلقي	الارتباط r	-0,194	-0,059	-0,125	-0,133	-0,084	-0,151
	التحديد r^2	--	--	--	--	--	--

بعد المهن والمستقبل	الارتباط r	-0,555**	-0,407**	-0,296*	-0,461**	-0,328**	-0,525**
	التحديد r^2	0,31	0,17	0,09	0,21	0,11	0,28
البعد المعرفي	الارتباط r	-0,127	-0,016	-0,178	-0,091	-0,103	-0,125
	التحديد r^2	--	--	--	--	--	--
اضطراب الهوية ككل	الارتباط r	-0,347**	-0,291*	-0,356**	-0,432**	-0,390**	-0,447**
	التحديد r^2	0,12	0,08	0,13	0,19	0,15	0,20

** دالة عند مستوي ٠,٠١ ، * دالة عند مستوي ٠,٠٥

يتضح من الجدول (١) ما يلي:

- بالنسبة للعلاقة بين التعقل ككل واضطراب الهوية ككل فان العلاقة سالبة (عكسية) دالة إحصائيا عند مستوي ٠,٠١ أي أن الارتفاع في التعقل يقترن بالانخفاض في اضطراب الهوية وأن العكس أيضا صحيح فالانخفاض في مستوي التعقل يقترن بالارتفاع في مستوي اضطراب الهوية حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون –٠,٤٤٧ وهي قيمة سالبة دالة إحصائيا عند مستوي ٠,٠١.
- بحساب قيمة معامل التحديد r^2= ٠,٢٠ وتعني أن ٢٠% من التغير في مستوي اضطراب الهوية لدي العينة ينتج من التغير العكسي في مستوي التعقل لديهم.
- بالنسبة للعوامل لكل من المتغيرين فان العلاقات سالبة (عكسية) وأغلبها دالة إحصائيا عند مستوي ٠,٠١ ومستوي ٠,٠٥ أي أن الارتفاع في أبعاد التعقل يقترن بالانخفاض في أبعاد اضطراب الهوية. مع ملاحظة أن البعد المعرفي والبعد الديني من أبعاد اضطراب الهوية هما الأقل في مستوي الارتباط بالتعقل حيث قيم معاملات الارتباط بين البعدين من جهة والتعقل بأبعاده من جهة أخري غير دالة إحصائيا.

- يتم قبول الفرض الذي ينص علي وجود علاقة عكسية سالبة دالة إحصائيا بين متغيري البحث (التعقل واضطراب الهوية)

□ اختبار صحة الفرض الثاني:

"توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في التعقل لصالح الإناث "

ولاختبار صحة هذا الفرض تم وصف وتلخيص بيانات البحث بحساب (المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري) لدرجات المجموعتين الذكور والإناث في مقياس التعقل (الأبعاد والدرجة الكلية)، وللتحقق من الدلالة الإحصائية للفرق بين المتوسطين عند مستوى (٠,٠٥) تم استخدام اختبار (ت) للمجموعتين المستقلتين غير المتساويتين في عدد الأفراد، وبتطبيق اختبار (ت) لفرق المتوسطين لقياس مقدار دلالة الفرق بين متوسطي درجات مجموعتي البحث اتضح ما يلى:

جدول (٢)

نتائج اختبار " ت " للفرق بين متوسطي درجات المجموعتين في التعقل

البعد	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	مستوي الدلالة
الملاحظة	الذكور	**35**	**22,17**	**5,72**	**2,709**	**68**	**0,01**
	الإناث	**35**	**25,86**	**5,66**			
التصرف بوعي في اللحظة	الذكور	**35**	**23,49**	**5,32**	**2,869**	**68**	**0,01**
	الإناث	**35**	**27,40**	**6,07**			
الحكم على الخبرات الداخلية	الذكور	**35**	**18,94**	**4,56**	**0,366**	**68**	غير دالة إحصائيا
	الإناث	**35**	**19,34**	**4,59**			
عدم التعامل مع الخبرات الداخلية	الذكور	**35**	**17,43**	**3,30**	**2,385**	**68**	**0,05**
	الإناث	**35**	**19,54**	**4,08**			
الوصف	الذكور	**35**	**17,31**	**3,93**	**0,413**	**68**	غير دالة إحصائيا
	الإناث	**35**	**16,91**	**4,17**			
التعقل ككل	الذكور	**35**	**99,34**	**19,46**	**2,151**	**68**	**0,05**
	الإناث	**35**	**109,06**	**18,30**			

ويتضح من الجدول (٢) تقارب قيم المتوسطات الحسابية لمجموعتي البحث الذكور والإناث (بالنسبة لبعد الحكم على الخبرات الداخلية ولبعد الوصف) بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ ومستوي ٠,٠١ بين المتوسطات بالنسبة للمقياس ككل والأبعاد الملاحظة

والتصرف بوعي في اللحظة وعدم التعامل مع الخبرات الداخلية وأن هذه الفروق دالة لصالح الإناث الأعلى في مستوى التعقل.

واتفق ذلك مع ما توصلت إليه دراسة فضالي عبد المطلب، إيناس محمد صفوت ٢٠١٩ أيضا دراسة كل من نجواني ٢٠١٩، و عبد الحميد ٢٠٢١ الزهراني ٢٠٢٢ وهدي جمال محمد السيد ٢٠١٨ والتي توصلت جميعها إلى عدم وجود فروق دالة إحصائيا في جميع مكونات اليقظة العقلية والدرجة الكلية لها، أيضا دراسة محمد بن يحيى ٢٠١٩ عن اليقظة العقلية لدى المعاقين بصريا في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية والتي توصلت إلى نفس النتيجة وتختلف عما توصلت إليه دراسة عبد الرسول عبد اللاه ٢٠١٩، وأحلام عبد الله المهدي ٢٠١٢، و أبو عوف طلعت ٢٠١٩ وأمانيالسويفي ٢٠٢٢، وعبير الرشدان ٢٠٢٢، والتي أشارت جميعها إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الذكور على عكس دراسة عبد الله والمسماري ٢٠٢١ التي أشارت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الإناث وذلك الاختلاف في الدراسات ربما يكون بسبب اختلاف العينة. وبخصوص الدراسة الحالية ترى الباحثة أن عدم وجود فروق دالة إحصائية في بعض مكونات التعقل يرجع الى تشابه البيئات الأكاديمية بين الذكور والإناث بما يجعلهم على درجة متقاربة من الوعي والتجاوب مع الأفكار والضغوطات الدراسية والاجتماعية المحيطة بهم

اختبار صحة الفرض الثالث:

" توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في اضطراب الهوية"

ولاختبار صحة هذا الفرض تم وصف وتلخيص بيانات البحث بحساب (المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري) لدرجات المجموعتين الذكور والإناث في مقياس اضطراب الهوية (الأبعاد والدرجة الكلية) ، وللتحقق من الدلالة الإحصائية للفرق بين المتوسطين عند مستوى (٠,٠٥) تم استخدام اختبار (ت) للمجموعتين المستقلتين غير المتساويتين في عدد الأفراد، وبتطبيق اختبار (ت) لفرق المتوسطين لقياس مقدار دلالة الفرق بين متوسطي درجات مجموعتي البحث اتضح ما يلى:

جدول (٣)

نتائج اختبار " ت " للفرق بين متوسطي درجات المجموعتين في اضطراب الهوية

البعد	المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	مستوي الدلالة
البعد الاجتماعي	الذكور	35	42,54	9,51	1,662	68	غير دالة إحصائيا
	الإناث	35	46,14	8,59			
البعد النفسي	الذكور	35	41,63	9,84	1,253	68	غير دالة إحصائيا
	الإناث	35	44,34	8,21			
البعد الديني والخلقي	الذكور	35	22,37	3,69	3,219	68	مستوي ٠,٠١
	الإناث	35	25,66	4,78			
بعد المهن والمستقبل	الذكور	35	33,20	3,86	2,058	68	مستوي ٠,٠٥
	الإناث	35	31,03	4,91			
البعد المعرفي	الذكور	35	11,37	2,60	3,121	68	مستوي ٠,٠١
	الإناث	35	13,09	1,95			
اضطراب الهوية ككل	الذكور	35	151,11	25,01	1,758	68	غير دالة إحصائيا
	الإناث	35	160,26	17,92			

ويتضح من الجدول (٣) تقارب قيم المتوسطات الحسابية لمجموعتي البحث الذكور والإناث (بالنسبة للمقياس ككل وللبعدين الاجتماعي والنفسي)

بينما توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠,٠١ بين المتوسطات بالنسبة للبعد الديني والمعرفي لصالح الإناث الأعلى في المستوي.

توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠٥ بين المتوسطات بالنسبة لبعد المهن والمستقبل لصالح الذكور الأعلى في المستوى

وإجمالافإنه لا توجد فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في اضطراب الهوية ككل.

وأتفق ذلك مع ما توصلت إليه دراسة ريم عطية ٢٠١٣ ورحاب السعدي ٢٠١٧. واللاتي توصلن الي عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائيا بين الذكور والإناث في مجالات الهوية، أيضا دراسة أدمز وآخرون ٢٠١٧التي توصلت إلى عدم وجود فرق بين الذكور والإناث قي تكوين الهوية ودراسة احمد محمد نوري محمود وسلمان كايد ٢٠١١ التي توصلت الى عدم وجود فروق دالة احصائية بين الذكور والاناث في اضطراب الهوية وتختلف عما توصلت إليه دراسة سمر طاهر ٢٠٢٠ التي توصلت إلى وجود فروق بين الذكور والإناث في أبعاد الهوية،أيضا دراسة عادل عبد الله محمد ٢٠٠٠التي توصلت

إلى وجود فروق دالة بين الذكور والإناث لصالح الذكور وذلك بسبب أساليب التنشئة الاجتماعية الخاطئة التي تعتمد عليها الأسرة الآن من خلال جماعة الرفاق ووسائل الإعلام والانترنت وتعرض الأبناء بشكل دائم لوسائل التواصل الالكتروني المستمر بسبب الظروف الاجتماعية والسياسية الغير مستقرة وما ينجم عنها من الشعور بالقلق والتوتر النفسي وما تحدثه البيئة من تأثيرات سلبية بنفوس الأبناء ، هذا لا يمنع أن وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠,٠١ بين المتوسطات بالنسبة للبعد الديني والمعرفي لصالح الإناث الأعلى في المستوي يدل على أن الإناث أكثر عرضة للمخاوف الدينية والبيئية حيث التفكير في الشكل اللائق وعدم الاعتراف بالتقصير أيضا وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوي ٠,٠٥ بين المتوسطات بالنسبة لبعد المهن والمستقبل لصالح الذكور الأعلى في المستوي هذا يدل على التفكير المستمر من جانب الذكور في إنشاء العلاقات بالجنس الأخر والرغبة في الزواج منهن بما يجعلهم يقبلون العمل في أي مجال مختلف عما يتخصصون ، والبعض الاخر يمتنع عن الزواج ويصر على العمل فيما يرغب مستقبلا

اختبار صحة الفرض الرابع :

يوجد تأثير مباشر دال إحصائيا لاضطراب الهوية فى التعقل.

ولاختبار صحة هذا الفرض تم استخدام تحليل الانحدار البسيط لاضطراب الهوية في التنبؤ بالتعقل وجاءت النتائج كما بالجدول(٤) التالي : جدول (٤) تحليل الانحدار للتنبؤ بالتعقل من خلال اضطراب الهوية

المتغير التابع	المتغير المستقل	ف	الدلالة الاحصائية	معامل الارتباط	معامل التحديد	بيتا	ت	الدلالة الاحصائية
اضطراب الهوية	الثابت	16,94	0,01	0,447	0,199	165,22	11,036	0,01
	التعقل					-0,392	4,116	0,01

ويتضح من الجدول أن اضطراب الهوية منبئ بالتعقل وتسهم في التنبؤ بنسبة ١٩,٩% من درجات التعقل. ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية

التعقل = ١٦٥,٢٢ – ٠,٣٩٢× اضطراب الهوية.

خلاصة نتائج الدراسة :

١- بالنسبة للعلاقة بين التعقل ككل واضطراب الهوية ككل فإن العلاقة سالبة (عكسية) دالة إحصائيا عند مستوى ٠,٠١ أي أن الارتفاع في التعقل يقترن بالانخفاض في اضطراب الهوية وأن العكس أيضا صحيح فالانخفاض في مستوي التعقل يقترن بالارتفاع في مستوى اضطراب الهوية حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بيرسون –٠,٤٤٧ وهي قيمة سالبة دالة إحصائيا عند مستوى 0,01

٢- وجود فروق دالة إحصائيا لصالح الإناث في مستوى التعقل

٣- عدموجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في اضطراب الهوية ككل.

٤- وجود تأثير مباشر سالب لاضطراب الهوية في التعقل بلغ (**0,39–**) وهي قيمة كبيرة مما يشير الى التأثير القوي لاضطراب الهوية على التعقل. حيث أن اضطراب الهوية منبئ بالتعقل وتسهم في التنبؤ بنسبة ١٩,٩% من درجات التعقل. ويمكن صياغة المعادلة التنبؤية: التعقل = ١٦٥,٢٢ – ٠,٣٩٢× اضطراب الهوية.

توصيات الدراسة:

١- عقد دورات تدريبه مكثفة ودورية للمعلمين بالمدارس لمساعدتهم على تعلم طرق وأساليب جديدة للتعامل مع الطلبة الذين يعانون من اضطراب الهوية.

٢- عقد ندوات وورش عمل للطلبة في المدارس عن أهمية التعقل وكيفية اكتسابه كمهارة عقلية متميزة شاملة على قوة الملاحظة وزيادة القدرة على الانتباه والتركيز والوصف.

٣- العمل على تعبئة طاقات المراهقين بما يتناسب مع قدراتهم واحتياجاتهم بشكل يساعدهم على فهم الأمور المحيطة بهم والتكيف مع النظم المحيطة بهم بشكل يقلل من الشعور باضطراب الهوية.

٤- تعديل القيم الأخلاقية المتطرفة التي يعتنقها الأبناء نتيجة أساليب التنشئة الاجتماعية الخاطئة التي أصبحت أساس التربية في مجتمعنا والتي تزيد من اضطراب الهوية الدينية.

دراسات مقترحة:

١- دراسة العلاقة بين التعقل واضطراب الهوية لدى عينات من فئات عمرية مختلفة.

٢- دراسة التعقل في علاقته بمتغيرات أخرى كالانجاز الأكاديمي والتنظيم الانفعالي والتوافق النفسي والرضا عن الحياة.

المراجــع

أولا:المراجع العربية

إناث محمد صفوت (٢٠١٩). اليقظة العقلية في ضوء نظرية لانجر ***Langer*** وعلاقتها بكل من الاتجاه نحو التخصص وأسلوب التعلم ونوع الاختبار التحريري المفضل لدى طلبة جامعة الزقازيق.

أحلام عبد الله مهدي(٢٠١٣) الكفاية الذاتية المدركة وعلاقتها باليقظة العقلية والوظائف المعرفية

رانية موفق الطوطو (٢٠١٨) اليقظة العقلية وعلاقتها بالتفكير التأملي لدى طلبة جامعة دمشق مجلة جامعة البحث،

سمر طاهر فؤاد عسكر (٢٠٢٠). أزمة الهوية والقابلية للاستهواء لدى عينة من المراهقين مرتفعي ومنخفضي تقدير الذات. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة المنوفية .

شرين عبد القادر (٢٠١٦) اليقظة العقلية كمتغير وسيط للعلاقة بين مظاهر اضطراب الشخصية والجدية والتعلق العاطفي، مركز البحوث والدراسات النفسية كلية الآداب جامعة القاهرة

صفاء إسماعيل مرسي (٢٠١٩). دور التعقل في تعديل العلاقة بين ضغوط العمل والاحتراق النفسي لدى عينة من مديري المدارس الحكومية ووكلائها. دراسات نفسية ٢٩ أكتوبر .

عبد المهدي محمد صوالحة (٢٠١٣). النزاعات الأسرية كمنبئات بالهوية النفسية لدى عينة من المراهقين. مجلة الدراسات التربوية والنفسية، جامعة السلطان قابوس.

عصام جمعة نصار (٢٠٢٠). الفروق في اليقظة العقلية والتفكير التأملي لدى مرتفعي ومنخفضي القابلية للاستهواء في ضوء التخصص والنوع بين طلاب كلية التربية بالسادات.

عماد الدين إبراهيم (٢٠١٧). تباين اضطراب الهوية والاتزان الانفعالي باختلاف أساليب المعاملة الوالدية لدى المراهقين من طلاب المرحلة الثانوية.

مريام ميشيل(٢٠١٩) التعقل كمتغير معدل للعلاقة بين الضغوط الوالدية والقلق لدى امهات اطفال طيف التوحد، رسالة ماجستير غير منشورة ،كلية الآداب جامعة القاهرة .

محمد إبراهيم عيد (٢٠٠٥) أزمات الشباب النفسية، القاهرة ، زهراء الشرقية

ثانيا: المراجع الأجنبية:

Bear .R(2011) measuring Mindfulness Contemporary Buddhism 12(1) ,241-26

Brown,k.Rayan,R&Crewell(2007) mindfulness the retical foundation and Evidence For Its Salutary Effects . psychological Inquiry 18, (4).

Chris Mace (2007) . Mindfulness in psychotherapy: An introduction, Advances in Psychiatric Treatment (2007) , vol. 13, 147–154 doi: 10. 1192/apt. bp. 106. 002923

Gasparini, A. (2018) . This is not you! Identity crisis in the 21st century. ***Conference Paper· March 2018***, this publication at: https://www. researchgate. net/publication/323959035

Lock, Daniel &Heere, Bob. (2017) . Identity crisis: a theoretical analysis of 'team identification' research. ***European Sport Management Quarterly. 17,*** 1-23. 10. 1080/16184742. 2017. 1306872.

Langer,E&Djikick m.(2012) Mindfulness. as psychological Attractor.the Effect on Children.Journal of AppliedSocial Psychology.14,(5)

Quach D. ,JastrowskiK. E. ,Kristi A. M. (2016) . A randomized controlled trial examining the effectof mindfulness meditation on working memory capacity in adolescents. ***Journal of Adolescent Health,*** 58, (5) , 489-496

Vasquez- Dextre, E. R. (2016) . Mindfulness: General concepts. ***Psychotherapy and Clinical Applications. Rev Neuropsiquiatr, 79, (***1) , 42-51. ISSN 0034-8597.