



ISSN: 1817-6798 (Print)

Journal of Tikrit University for Humanities

available online at: www.jtuh.org/
JTUH
 مجلة جامعة تكريت للعلوم الانسانية
 Journal of Tikrit University for Humanities
Dr. Sahar Hatif Abdelalamir

Kirkuk Education Directorate

* Corresponding author: E-mail :
Saharalameer97@gmail.com

07711008405

Keywords:

self-deception
 mental health

ARTICLE INFO**Article history:**

Received 12 Mar. 2023

Accepted 18 May 2023

Available online 19 Aug 2023

E-mail t-jtuh@tu.edu.iq

©2023 THIS IS AN OPEN ACCESS ARTICLE
 UNDER THE CC BY LICENSE

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>


Journal of Tikrit University for Humanities

Self-deception and Its Relationship to Mental Health among University Students

ABSTRACT

The current research aims to identify:

1. Self-deception among university students
2. Mental health among university students
3. The correlation between self-deception and mental health among university students

The research was determined by the male students of Al-Mustansiriya University who are enrolled in the morning study for the academic year 2021-2022. The scale of (Tayyiba , 2019) to measure the mental health variable among university students, which consists of (15) items. The validity of the two scales was verified by presenting them to a group of experts and arbitrators. The stability of the two scales was also verified by two methods: test and retest, and the method of Cronbach's Alpha, then the two measures were applied to the basic research sample of (200) students. Then the data was analyzed using the statistical program for human sciences Spss, and the research reached a number of results, and the researcher put a set of recommendations and proposals.

DOI: <https://doi.org/10.25130/jtuh.30.8.1.2023.19>

خداع الذات وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة

د. سحر هاتيف عبد الامير / تربية كركوك

الخلاصة:

يهدف البحث الحالي التعرف على:

- 1- خداع الذات لدى طلبة الجامعة
- 2- الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة

3- العلاقة الارتباطية بين خداع الذات والصحة النفسية لدى طلبة الجامعة

وقد تحدد البحث بطلبة الجامعة المستتصيرية الذكور المنضمين في الدراسة الصباحية للعام الدراسي 2021-2022 , وتحقيقاً لذلك قامت الباحثة بتبني مقياس (الجميلي , 2010) لقياس متغير خداع الذات

لدى طلاب الجامعة, الذي تم بنائه وفق الاتجاه المعرفي وحسب نظرية فستكر , كما قامت الباحثة بتبني مقياس (طيايية, 2019) لقياس متغير الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة, والذي يتألف من (15) فقرة , وتم التحقق من صدق المقياسين عن طريق عرضهما على مجموعة من الخبراء والمحكمين , كما تم التحقق من الثبات للمقياس بطريقتين هما: الاختبار وإعادة الاختبار , وطريقة الفا-كرونباخ, ثم طبق المقياسين على عينة البحث الأساسية البالغة (200) طالب , ثم حلت البيانات باستعمال البرنامج الاحصائي للعلوم الانسانية Spss , وقد توصل البحث الى جملة من النتائج , ووضعت الباحثة مجموعة من المقترحات والتوصيات

الكلمات المفتاحية: خداع الذات : الصحة النفسية

مشكلة البحث

تعد الصحة النفسية عملية معقدة ومتشابكة وهي نتاج لتأزر الكثير من العمليات التي تتأثر بالخصائص الوراثية والمواقف البيئية التي يواجهها الفرد , ومع تزايد متطلبات الحياة الحديثة , وما يتسم به العصر الخالي من صراعات ومشكلات في شتى المجالات ادى الى شعور الكثير من الافراد بقدر من التعاسة او الخيبة وعدم الاطمئنان دون معرفة الاسباب الحقيقية لذلك , وتعد المرحلة الجامعية مرحلة نمو وتطور , وفيها تحدث تغييرات في الجانب النفسي والاجتماعي والمعرفي , وقد نجد ان الطالب الذي يلتحق بالجامعة يتعرض للتوترات والصراعات والمواقف الضاغطة بشكل يومي , الامر الذي من شأنه التأثير على الصحة النفسية للطالب بشكل سلبي.

يعتبر خداع الذات اسلوب للتعامل مع المثير المزعج والمهددات للذات , كما يستخدم للتقليل من القلق والتوتر النفسي لدى الاشخاص ويحدث ذلك عندما ينشغل بأفكار وموضوعات اخرى , فعلى سبيل المثال الفرد الذي يتضمن مفهومه عن ذاته اعتقاد قوي بكفاءته الاكاديمية لكنه رسب في الاختبار , يقوم بخداع نفسه بتبريرات غير منطقية وغير واقعية ويقوم بإرجاع فشله الى النظام الدراسي.(عبد الرحمن, 1998: 414) وهذا يعني ان طلبة الجامعة ليسوا بمأمن عن المواقف الحياتية الضاغطة والصراعات المختلفة وهذا يعني أن طلبة الجامعة ليسوا في مأى عن المواقف الحياتية الضاغطة. والصراعات المختلفة.

وانطلاقاً مما سبق يتبين ان خداع الذات يرتبط ارتباطاً وثيقاً بالصحة النفسية للفرد , ويقدر علماء النفس ان هذا مفهوم الصحة النفسية يستطيع ان يفسر الكثير من الاضطرابات النفسية والنفجسمية التي يتعرض لها الفرد.(نادية , 2018: 42) ومما لاشك فيه ان تربية الشباب الجامعي ورعايته مسؤولية

اجتماعية متكاملة تفرضها طبيعة التحولات التي اوجدتها عملية التغيير الشاملة في المجتمع , وما رافقتها من مشكلات وضغوط تستدعي اجراء المعالجات والنشاطات الفعالة .

لذا تكمن مشكلة البحث الحالي بالإجابة على التساؤل التالي(هل هناك علاقة ارتباطية بين خداع الذات والصحة النفسية لدى طلاب الجامعة؟)

ثانياً: أهمية البحث

• تكمن الاهمية النظرية للبحث في تناوله لمفهوم خداع الذات حيث يعد من المفاهيم الحديثة والتي تحتاج الى توضيح كونها تختلط مع مفاهيم اخرى كالإنكار والتفكير فالإنكار نوع من الأكاذيب المباشرة بصورة شعورية بينما خداع الذات يصدق الافراد الفكرة بصورة لا شعورية ومن شأنه ان يوجه الافراد نحو الاهداف , وكذلك خداع الذات يحدث قلقاً على العكس من التفكير الذي يمثل التفكير بالأشياء التي تبعث السرور والتي نرغب بها.(Erez , etal , 1995,15) ويمثل خداع الذات اساءة الافراد لذواتهم فهو يهدف الى معالجة المعلومات لدى الافراد بطريقة سلبية , فعندما يعجز الفرد عن تغيير البيئة بشكل يتلاءم مع ميوله ورغباته فيقوم بخلق عالم من الوهم يؤدي الى تقليل التوتر النفسي والتخفيف من الشعور بالقلق.(Romach , 1996 , 347) وللذات أهمية كبيرة لدى(جلاسر) فهو يراها مستودع قوة الفرد وامكاناته الهائلة ومن شأنها أن تؤثر على البيئة المحيطة به , فإذا استطاع الفرد الاستفادة من قدراته الذاتية وتوظيفها لمعالجة الظروف الصعبة من خلال تقبل الواقع وعدم انكاره.(الرشيدي , 1999: 73) وتهتم الرؤية التي قدمها روجرز حول مفهوم الذات بالذات الحقيقية الواقعية , والتي تتنافى مع الذات المخادعة التي تمثل الخبرات غير المتسقة والتي يدركها الفرد بأنها مهددات وكلما يزداد التهديد يزداد الشعور بالقلق والاستسلام.(الجميل , 2010: 11)

• كما تكمن اهمية البحث في تناوله لمتغير الصحة النفسية ذلك المفهوم الذي احتل مكانة بارزة في العصر الحديث لما له من أهمية في نجاح الفرد في عدة جوانب مختلفة , وتعد المرحلة الجامعية من المراحل المهمة في بناء شخصية الطالب طوال سنوات الدراسة , حتى يكونوا قادرين على قيادة أنفسهم في سبيل تحقيق السعادة , ويعد الطالب الجامعي ثروة بشرية للمجتمع ومن الاركان الاساسية في العملية التعليمية ولا بد من تهيئة الظروف المناسبة والملائمة لأعداده , لذا فإن امتلاك الطلبة للصحة النفسية سوف يساعدهم على السيطرة على تفكيرهم بالرؤية والتأمل ورفع مستوى الوعي لديهم الى الحد الذي يستطيعون التحكم فيه وتوجيهه نحو المسار الصحيح الذي يؤدي الى بلوغ الهدف.(عجوة , 2019: 435) ويعد الاهتمام بطلبة الجامعة هو تعبير عن الاهتمام بالمجتمع الناجح , فالشباب هم الثروة الحقيقية للامة ولهم الدور الكبير في بنائه , ولكي

ترتقي الامم لابد من الاهتمام بأخلاق ورقي الشباب , ورفدهم بالمعارف والسلوكيات الايجابية التي تعد عاملاً أساساً في تطور المجتمع , ولذلك من الضروري ان يهتم الباحثون والمختصون بدراسة الشباب وطلبة الجامعة على وجه التحديد , والتعرف على الوسائل التي تساعد في تطوير ورقي هذه المجموعة.

ثالثاً: أهداف البحث: يهدف البحث الحالي التعرف :

1. خداع الذات لدى طلاب الجامعة.
2. الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة.
3. العلاقة الارتباطية بين خداع الذات والصحة النفسية لدى طلاب الجامعة.

رابعاً: حدود البحث

يتحدد البحث الحالي على دراسة خداع الذات وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة المستنصرية (الذكور) للدراسة الصباحية للعام الدراسي(2021-2022).

خامساً: تحديد المصطلحات

أولاً: خداع الذات Self-deception

فستنكر (Festinger,1957): دفاع ادراكي لتضليل الذات وتقبل ماهو زائف او غير حقيقي , ويستعمل لتوبيخ المعتقدات الزائفة لغرض التقليل من التوتر النفسي الذي حصل جراء التناقضات بين الافكار والمشاعر والسلوكيات.(الجميل , 2010: 15)

زمباردو (Zimbardo 1980): سوء تفسير متعمد للفرد يستهدف دعم اعتقاد محبب لديه لكنه غير واقعي(zimbardo,1980:14)

وقد اعتمدت الباحثة تعريف فستنكر(1957) تعريفاً نظرياً لخداع الذات.

التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال الاجابة على فقرات المقياس.

ثانياً: الصحة النفسية Psychological health

تعريف أدولف ماير Adolf Mayer: نمو سلوك الفرد الشخصي والاجتماعي نحو السواء والاتجاه للحماية من المشكلات والاضطرابات النفسية , كما تعني تكيف الفرد مع المحيط الخارجي بصورة تضمن له الشعور بالرضا وتجعله قادراً على مواجهة المشكلات.(الداهري , 2005: 25)

تعريف صموئيل مغاريوس (1974): ان يصل الفرد لحدود الامكانيات الطبيعية وان يستمتع بالعلاقات الاجتماعية والاقبال على الحياة بوجه عام ونجاحه في عمله ورضاه عنه وكفاءته في مواجهة احباط الحياة اليومية واتساع أفق الحياة النفسية لديه (أبو اسعد , 2015: 33)

التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على فقرات المقياس.

الاطار النظري

مفهوم خداع الذات Self-conception

ينشأ خداع الذات عندما يعتقد الناس بأنهم مخطوون وانهم مختلفون عن الآخرين وهذا الاختلاف يرتبط بالأفعال التي أدوها وهم يشعرون بأنهم اكثر احباطاً من الآخرين , فهم يشعرون أن أفعالهم تكون أكثر تأثيراً بالخوف والقلق والإحراج من تأثير الأشخاص الآخرين , كما يشعر الافراد بأنهم يمتلكون قدراً اكبر من السمات التي تؤدي إلى التثبيط الاجتماعي وان هذه المشاعر المكونة من الخجل والوعي الذاتي تؤدي إلى التثبيط الاجتماعي , ومن ثم تؤدي بهم إلى الخوف والقلق من الإحراج وبالتالي يؤدي إلى خداع الذات وهم بهذا الاعتقاد الخاطي يمارسون أفعالاً تجنبهم مشاعر التوتر والإحراج , ويرى جيك ان الاشخاص الخادعين لذواتهم يوجهون الانتقاد الى انفسهم والوصول الى حالة م الهبوط النفسي , وقد استنتج ان شمولية عمليات مفهوم الذات تفترض المكون المعرفي بوصفه جانباً متسلطاً ومسيطرًا على الفرد , وهو يرى ان الاشخاص الخادعين لأنفسهم يتصفون بعدة صفات منها:

- 1- يدركون بان تقييمهم يتوقف على قدرتهم على التفاعل الاجتماعي.
 - 2- يتمسكون بمعتقدات لا عقلانيو عن كيفية ادائهم الاجتماعي.
 - 3- يستغرقون وينشغلون بذواتهم وبشكل مقلق ولا يظهرون الاهتمام الكافي بالآخرين.
 - 4- يعتقدون ان سلوكهم غير مناسب وان تقييمهم سيكون سلبيا من قبل الآخرين.
 - 5- يلومون انفسهم على الفشل الاجتماعي ويوعزون النجاح الى عوامل خارجة عنهم.
- (الجميلي, 2010: 44)

نظرية التناشز المعرفي فستنكر 1954 Festinger

ذكر فستنكر طرق تجنب الاشخاص للمعلومات التي يحتمل لها ان تكون متضاربة من أجل تجنب الشعور بالقلق والتوتر والاحساس بعدم الراحة , وهو يرى ان التناشز المعرفي يختبره الفرد بصورة قلق وشعور بالذنب والغضب أو الإحراج وغيرها من الحالات الانفعالية السلبية , فعندما تكون أفكار الافراد منسجمة مع بعضها فأنها تكون منسجمة ومتناغمة , وعندما تكون غير متصلة وغير منسجمة فذلك يؤدي الى التنافر , ويحدث ذلك عندما تتضارب فكرة مع فكرة مختلفة او عنصر جوهري , فيقول

الفرد مثلاً: أنا شخص جيد وعلي اتخاذ القرار الصائب , لأن اتخاذ القرارات الخطأ يؤدي الى التبرير (الخداع) وهو ميل الاشخاص لابتكار مبررات او مسوغات اضافية غير حقيقية فيؤدي التناظر الى افكار غير مؤكدة او اللجوء الى اليات دفاعية اخرى كالكبت او القمع وحينها يكون الفرد غير قادر على تغيير بيئته الى الحالة المرغوبة فيقوم الفرد بخلق عالم نموذجي وهمي يتناسب مع الحالة المرغوبة لديه , وهنا يكون خداع الذات فساد للذات , ويرى (فستنجر) ان الافراد لديهم ميل للبحث عن الاتساق المعرفي والسعي الى تحقيقه بين معارفهم التي تضم معتقداتهم وآرائهم والتعارض بين هذه المعتقدات يؤدي الى القلق فيميل الفرد الى تحريف المعتقدات والآراء للتقليل من التناظر المعرفي , وهذا التلاعب يسهل عملية تغيير المعتقد وبالتالي تغيير السلوك , ويرى فستنجر ان الفرد يستجيب بنشاط للمواقف والمعلومات التي لا تزيد التناظر لديه , وتحدث قدر قليل من القلق وتؤدي الى انسجام المعارف , لذا فان خداع الذات هو آلية عقلية يزيد من الاعتقادات الايجابية نحو الموقف وتجاهل الانتقادات السلبية الثانوية وتوقع النجاح.(Festinger,1957:11)

فالفرد يلاحظ البيئة وما فيها من مثيرات مختلفة , وعندما يكون الفرد خادع لذاته فهو يجمع المعلومات بصورة صحيحة ويكتشف ان هذه المعلومات التي قام بتحليلها متنافرة وغير منسجمة فيؤدي ذلك الى حالة من القلق وعدم الارتياح.(Boyd,1997,44) ومن المهم ان نعرف ان للثقة بالذات أهمية في نبذ خداع الذات ولكن الثقة المفرطة لها مردودات سلبية عكسية منها قد تكون فوضوية وتترسخ لدى الفرد حتى تصبح مأخذاً عليه حتى يصبح يتجاهل أخطائه ويصاب بالكسل والخمول , فالشجاعة النفسية ليست أمراً سهلاً وأكثر شخص يحتاج اليها هو الذي تتناقض افكاره ومعتقداته بين الاقدام والاحجام.(Putman,2009,14)

مفهوم الصحة النفسية Psychological health

عرفت منظمة الصحة العالمية الصحة النفسية بانها حالة من الرفاهية والسعادة ويكونن الانسان فيها قادرا على التكيف والتأقلم فضلاً عن تلبية حاجاته الضرورية وقادراً على الانتاج , كما تعرف الصحة النفسية بأنها حالة دائمة نسبياً يكون فيها الفرد متوافقاً نفسياً , وشخصياً , وانفعالياً واجتماعياً , اي مع نفسه وبيئته ويكون قادراً على تحقيق مواجهة مطالب الحياة وذو شخصية متكاملة سوية , وسلوكه عادياً(حامد , 2009) وهي حالة عقلية انفعالية مركبة دائمة نسبياً من الشعور بأن كل شيء على ما يرام والشعور بالرضا والطمأنينة والامن وسلامة العقل والاقبال على الحياة مع الشعور بالنشاط والقوة وبالتالي تحقيق درجة مرتفعة من التوافق النفسي والاجتماعي مع علاقات اجتماعية ناجحة(الامين , 2015: 24)

أهداف الصحة النفسية

هناك ثلاث اهداف رئيسية للصحة النفسية وهي:

اولاً: الهدف الوقائي: ويقوم على اساس اكتشاف الضغوط والازمات والمشكلات في وقت مبكر ومساعدة الناس في التغلب عليها قبل ان تتعقد ويزداد خطرها , ثم توضح الطرق والوسائل التي توفر للفرد الظروف المناسبة التي تجعله ينعم بالصحة النفسية.

ثانياً: الهدف النهائي: ويقوم على استخدام المعارف النفسية التي يمتلكها الفرد وتوظيفها في تحسين حياة الافراد ومساعدتهم على تنمية قدراتهم وميولهم ومواهبهم واستغلالها في العمل والانتاج والابداع لتعود الفائدة بالتالي على المجتمع.

ثالثاً: الهدف العلاجي: ويقوم على تشخيص وعلاج ورعاية الافراد المضطربين والمشكلين بهدف التقليل من اثار الاضطرابات وايقاف التدهور فيها الى الحد الادنى , وكذلك تنمية قدرات الافراد واستعداداتهم مما يقلل احتمالية عودتهم للمشكلة مرة اخرى.(أم الخير, 2020, 32)

النظرية المعرفية

يرى اصحاب هذه النظرية ان الصحة النفسية للفرد مرتبطة بقدرته على تفسير الخبرات بشكل منطقي يمكنه من المحافظة على الامل باستخدام مهارات معرفية مناسبة لمواجهة الازمات وحل المشكلات , ولهذا السبب فان الشخص الذي يتمتع بصحة نفسية يكون قادر على استخدام استراتيجيات معرفية مناسبة للتخلص من الضغوط النفسية , ويعيد شيء من الامل ولا يسمح لليأس التسلل الى نفسه , ويرى ويليام هيرست وهو صاحب النظرية ان الصحة النفسية تساعد الفرد على التعاون وتكوين العلاقات الاجتماعية , وان المجتمع الذي يتسم افراده بالصحة النفسية يكون متماسكا.(طيايية , 2020 : 29)

أما اصحاب النظرية الانسانية والذي يمثلها (روجرز وماسلو وفروم) فهم ينظرون ان الانسان كلاً متكاملًا , والطبيعة البشرية خيرة بالطبع او على الاقل محايدة وان الظاهرة السلوكية بمثابة اعراض , وان الدراسة النفسية يجب ان تتوجه الى الكائن الانساني السليم وليس الافراد العصائيين , وهم يؤكدون الصحة النفسية للفرد , وتأكيدهم الخبرات الحاضرة كما يدركها هو وليس كما يراها الآخرون , وقد اكد روجرز أنه هناك ارتباطاً وثيقاً بين مفهوم الذات والصحة النفسية ورأى ان الفرد يستطيع ان يحقق ذاته ووجوده الشخصي اذ ما أتاحت له الظروف التي تمكنه من ذلك , ويكون تحقيق الفرد لإنسانيته تحقيقاً كاملاً من خلال احتضانه لمجموعة من القيم العليا والتي منها الخير والجمال والصدق مع النفس والآخرين , وكذلك ممارسته لحريته ومقدرته على الحب والسمو. (بابش, 2016: 80)

منهجية البحث

اتبعت الباحثة المنهج الوصفي الارتباطي الذي يعد الانسب في دراسة العلاقات الارتباطية ويتضمن هذا الفصل عرض الاجراءات بدءا من تحديد مجتمع البحث وعينته وطريقة اختيارها وتديد الادوات والوسائل الاحصائية المستعملة.

مجتمع البحث

تحدد مجتمع البحث بطلبة الجامعة المستنصرية الذكور للعام الدراسي(2021-2022), وتكونت العينة الاولى للبحث من (200) طالبا من طلاب كلية التربية في الجامعة المستنصرية , تم اختيارهم بطريقة عشوائية من أقسام(الارشاد النفسي واللغة العربية والجغرافية والحاسبات) بواقع (50) طالب من كل قسم.

أداتا البحث: أولاً: مقياس خداع الذات:

لغرض التحقق من اهداف البحث قامت الباحثة بتبني مقياس (الجميل,2010) ملحق(1) الذي تم بنائه وفق الاتجاه المعرفي وحسب نظرية (فستكر) , ويتألف المقياس من (24) فقرة موزعة على ثلاث مكونات هي (المعرفي 9 فقرات) (الانفعالي 8 فقرات) (السلوكي 7 فقرات) وكانت بدائل الاجابة هي (دائماً , غالباً , أحياناً , نادراً , أبداً) وضعت لها الدرجات (1,2,3,4,5) على التوالي

ثانياً: مقياس الصحة النفسية:

وللتحقق من متغير الصحة النفسية قامت الباحثة بالبحث والاطلاع على مجموعة الدراسات حول الصحة النفسية ولم تجد اداة مناسبة لهذا الغرض , فقامت ببناء مقياس تألف من (15) فقرة تمت صياغتها بالاعتماد على عدد من الابعاد مثل (الاعراض الجسمية , والوسواس القهري , والقلق , والاكتئاب) وحرصت الباحثة على ان تكون الفقرات قصيرة وذات لغة مفهومة , وان تكون جميع الفقرات تعبر عن المفهوم , وقد كانت بدائل الاجابة (دائماً , غالباً, احياناً , نادراً , أبداً) وضعت لها الدرجات(1,2,3,4,5) على التوالي.

الصدق الظاهري:

تحققت الباحثة من الصدق الظاهري للمقياسين من خلال عرضهما على مجموعة من الخبراء والمحكمين ذوي الاختصاص في علم النفس والصحة النفسية والارشاد النفسي , وطلب منهم فحص

فقرات كل مقياس ومدى ملائمة كل فقرة للبعد الذي تنتمي اليه , وكذلك بدائل الاجابة والاوزان لفقرات كل مقياس , اذ اعتمدت الباحثة نسبة (80%) فأكثر معياراً لصلاحية الفقرة في قياس ما وضعت لأجله , وقد اتضح أن فقرات المقياسين جميعها صالحة.

الصدق البنائي: تم التحقق من صدق البناء من خلال استخراج القوة التمييزية لفقرات المقياس.

القوة التمييزية لفقرات المقياسين:

تم التحقق من القوة التمييزية لفقرات مقياس خداع الذات وكذلك مقياس الصحة النفسية باستعمال اسلوب المجموعتين المتطرفتين وطبق المقياسين على عينة التحليل الاحصائي البالغة (200) شخص , وقد تم اختيار نسبة (27%) من الاستثمارات التي حصلت على اعلى الدرجات و (27%) من الاستثمارات التي حصلت على أدنى الدرجات لكلا المقياسين , وعليه يكون عدد الاستثمارات التي تم تحليلها (108) استمارة لكل مقياس, وقد صححت الاجابات وتم تحليل الفقرات باستخدام الحقيبة الاحصائية (spss) وتبين ان جميع الفقرات مميزة وكما موضح في الجدول (1) و(2).

جدول (1)

القوة التمييزية لفقرات مقياس خداع الذات

القيم التائية	مجموعة دنيا		مجموعة عليا		ت
	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الحسابي	
7.570	0.344	1.45	0.563	3.77	1
6.430	0.529	1.99	0.852	3.82	2
5.440	0.426	2.65	0.645	4.48	3
4.43	0.338	1.45	0.733	4.45	4
5.770	0.353	1.23	0.730	3.59	5
6.503	0.433	1.43	0.520	4.35	6
3.255	0.521	2.50	0.621	4.00	7
4.403	0.241	1.56	0.512	3.78	8

6.422	0.559	1.27	0.741	3.40	9
4.652	0.651	1.38	0.472	4.15	10
4.501	0.458	2.56	0.682	3.88	11
3.440	0.739	1.33	0.732	4.47	12
6.224	0.576	1.77	0.660	3.37	13
2.766	0.653	1.82	0.445	4.56	14
4.560	0.238	1.69	0.824	4.36	15
7.055	0.628	1.47	0.671	4.82	16
4.504	0.372	2.96	0.852	4.05	17
3.450	0.567	1.76	0.923	3.74	18
2.800	0.652	1.55	0.943	3.47	19
6.433	0.652	1.17	0.742	4.26	20
5.544	0.589	1.39	0.652	4.65	21
4.803	0.287	2.30	0.598	4.94	22
5.223	0.475	1.28	0.772	4.59	23
2.859	0.351	1.67	0.622	3.62	24

جدول (2)

تمييز فقرات مقياس الصحة النفسية

القيم التائية	مجموعة دنيا		مجموعة عليا		الفقرة
	الانحراف المعياري	وسط الحسابي	الانحراف المعياري	وسط الحسابي	
4.540	0.628	1.590	0.683	4.702	1
5.430	0.366	1.989	0.840	3.340	2
4.440	0.560	2.433	0.683	2.980	3

6.43	0.644	1.290	0.944	4.550	4
5.720	0.605	1.442	0.733	2.509	5
7.503	0.525	1.202	0.803	3.405	6
4.285	0.260	2.330	0.630	2.970	7
5.403	0.471	1.490	0.830	3.504	8
7.425	0.344	1.940	0.933	3.340	9
4.572	0.430	1.740	0.590	4.305	10
6.401	0.506	2.035	0.730	3.722	11
4.422	0.330	1.355	0.504	4.801	12
6.504	0.522	1.808	0.778	3.655	13
5.706	0.495	2.822	0.904	3.506	14
4.505	0.690	1.610	0.804	4.302	15

الثبات: تم استخراج الثبات للمقياسين بطريقتين هما:

أولاً: الاختبار وإعادة الاختبار:

وقد تم تطبيق مقياس خداع الذات وكذلك مقياس الصحة النفسية على مجموعة من طلاب الجامعة بلغ عددهم (30) طالباً , وتم إعادة تطبيق الاختبار بعد مرور اسبوعين , وعند استعمال معامل ارتباط بيرسون بين درجات التطبيق الاول والثاني بلغ معامل الارتباط (0,78) لمقياس خداع الذات و(0,80) للصحة النفسية, وتعد هذه القيم مؤشراً جيداً على ثبات اجابات العينة على المقياسين.

ثانياً: معادلة الفا-كرونباخ:

تم استعمال معادلة (الفا-كرونباخ) لتقدير ثبات المقياس المقياسين , حيث قامت بتطبيق المقياسين على مجموعة من طلاب الجامعة بلغ عددهم(30) طالبا , وقد كان معامل الثبات لمقياس

خداع الذات (0,76) ومعامل الثبات لمقياس الصحة النفسية بلغ (0,79) وتعد هذه القيم مؤشراً جيداً على استقرار اجابات العينة.

الوسائل الاحصائية:

لتحقيق أهداف البحث الحالي تم استعمال الحقيبة الاحصائية للعلوم الانسانية وكما يلي:

- 1- الاختبار التائي لعينتين مستقلتين لاستخراج تمييز الفقرات للمقياسين
- 2- اختبار مربع كاي لمعرفة دلالة الفرق بين عدد المحكمين الموافقين وغير الموافقين على صلاحية فقرات المقياسين.
- 3- الاختبار التائي لعينة واحدة لمعرفة دلالة الفرق بين متوسط الدرجات للمقياسين.
- 4- معادلة ألفا كرونباخ: لحساب معاملات ثبات كل مقياس من المقياسين.

عرض النتائج وتفسيرها

الهدف الاول :التعرف على خداع الذات لدى طلاب الجامعة.

للتحقق من هذا الهدف تم تحليل اجابات عينة البحث البالغة (200) طالبا , وظهر ان المتوسط الحسابي بلغ (43.457) وانحراف معياري بلغ (6.546) وعند المقارنة بالمتوسط الفرضي البالغ (72) وباستعمال الاختبار التائي لعينة واحدة تبين انه ذو دلالة احصائية عند مستوى (0.05) ودرجة الحرية (199) حيث ظهر ان القيمة التائية المحسوبة (12.045) وهي اعلى من الجدولية البالغة (3.291)الجدول (3) يبين ذلك.

جدول (3)

القيمة التائية لدرجات العينة على مقياس خداع الذات

المتغير	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
خداع الذات	200	43.457	6.546	72	12.457	3.291	دالة

وتشير النتيجة في الجدول أعلاه الى ان طلاب الجامعة لديهم خداع ذات , ويمكن ان يرجع السبب في ذلك الى ان خداع الذات يستخدم كوسيلة للدفاع عن الذات لكي يتيح للفرد حماية نفسه من الاعتراف بأخطائه والحقائق الأليمة التي تحط من قيمته الشخصية , وترى الباحثة ان هذه النتيجة تنسجم مع الواقع حيث يتحمل الطلاب الذكور مسؤوليات كثيرة ويلجئون الى خداع الذات للتخفيف من اعباء الحياة , وينسجم هذا مع رأي (فستكر) الذي يرى عندما تكون افكار الفرد غير منسجمة مع بعضها

البعض والمعارف غير ذات صلة فيما بينها فيؤدي ذلك الى التنافر في مفهوم الذات , فالقلق ينشأ نتيجة اتخاذ قرار غير صحيح يؤدي الى التبرير او الخداع.(الجميل, 2010: 28)

الهدف الثاني : التعرف على الصحة النفسية لدى طلاب الجامعة.

للتحقق من هذا الهدف تم تحليل اجابات العينة البالغة(200) طالب, وقد تبين ان متوسط الحسابي بلغ (38.117) والانحراف المعياري بلغ(5.426) في حين بلغ المتوسط الفرضي(45) وعند استعمال الاختبار التائي لعينة واحدة تبين انه ذو دلالة احصائية عند مستوى (0.05) ودرجة الحرية (199) وظهر ان القيمة التائية المحسوبة(12.045)وهي اعلى من القيمة الجدولية البالغة (3.291) وجدول(4) يبين ذلك.

جدول(4)

القيمة التائية لإجابات العينة على مقياس الصحة النفسية

المتغير	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الوسط الفرضي	القيمة التائية		مستوى الدلالة
					المحسوبة	الجدولية	
الصحة النفسية	200	38.117	5.426	45	9.307	3.291	دالة

وتشير نتيجة الجدول اعلاه أن عينة البحث يعانون من صحة نفسية سيئة , ويمكن ان يفسر ذلك الى الخبرات والظروف السيئة التي يمر بها المجتمع , وبالأخص طلبة الجامعة التوقعات وعدم القدرة على تحقيق الطموحات المستقبلية , اضافة الى صعوبة الحصول على متطلبات الحياة اليومية , والضغط المستمر التي يضعها المجتمع على هذه الشريحة فهم مطالبون بالنجاح والبناء وتأسيس حياة كريمة لهم وللمجتمع , كل ذلك يقود الى القلق وتمنع الفرد من التمتع بصحة نفسية جيدة.

الهدف الثالث: التعرف على العلاقة الارتباطية بين خداع الذات والصحة النفسية لدى طلبة الجامعة.

تحقيقا لذلك تم استعمال معامل ارتباط بيرسون وظهرت النتائج وجود علاقة ارتباطية دالة بين خداع الذات والصحة النفسية , أذ بلغت قيمة معامل الارتباط (0.72) وعند اختبار الدلالة المعنوية لمعامل الارتباط بلغت القيمة التائية (22.35) وهي دالة احصائيا عند مستوى (0.001) والجدول(5) يوضح ذلك.

جدول (5)

العلاقة الارتباطية بين خداع الذات والصحة النفسية

مستوى الدلالة	القيمة التائية		درجة الحرية	معامل الارتباط	العينة
	الجدولية	المحسوبة			
0.001					
دالة	3.391	22.35	148	0.72	150

وتشير نتيجة الجدول السابق ان هناك علاقة ارتباطية دالة بين خداع الذات والصحة النفسية اي كلما كانت الصحة النفسية لدى الفرد غير جيدة ومتدنية , انعكس ذلك في صورة الذات لديه وبدأ بخداع ذاته لكي يزيد من المعتقدات الايجابية نحو الموقف وتجاهل الانتقادات السلبية الثانوية وتوقع النجاح , وتتسجم هذه النتيجة مع اعتقاد (أليس) الذي يرى ان الاضطرابات النفسية هي نتاج التفكير غير العقلاني التي يتبناها الفرد.

النتائج:

- 1- وجود مفهوم خداع الذات لدى طلبة الجامعة.
- 2- يعاني طلبة الجامعة من صحة نفسية سيئة.
- 3- هناك علاقة ارتباطية سالبة بين خداع الذات والصحة النفسية , اي كلمات تدنى مستوى الصحة النفسية لدى الفرد كلما بدأ بخداع الذات.

التوصيات:

- بناء على ما توصل اليه البحث من نتائج وعت الباحثة التوصيات التالية:
1. على المؤسسات البحثية ومراكز الارشاد داخل الجامعات العمل على تشخيص الطلبة ممن يتصفون بخداع الذات ومساعدتهم على تعديل سلوكهم
 2. العمل على زرع الثقة لدى الطلبة الذين يعانون من صحة نفسية سيئة وإعادة الامل لديهم من اجل تمتعهم بصحة نفسية جيدة.

المقترحات:

- 1- اجراء دراسة لمعرفة اسباب لجوء الطلاب الى خداع ذواتهم.
- 2- اجراء دراسة مماثلة للتعرف على العلاقة الارتباطية بين خداع الذات واساليب التنشئة الاسرية.
- 3- اجراء دراسة لمعرفة الاسباب الحقيقية لتدني الصحة النفسية لطلاب الجامعة.

Sources

- Abu Asaad, Ahmed Abdel Latif (2015). Mental health a new perspective, Dar Al Masirah, Amman, Jordan.
- El-Amin, Fadwa Mohamed (2015) Mental health and its relationship to self-esteem among epileptic patients in Khartoum state, a published master's thesis, Faculty of Arts, El-Neelain University, Sudan.
- Tayiba, Umm Al-Khair (2020). Mental health and its relationship to test anxiety among third-year secondary school students, Mohamed Boudiaf University, Algeria.
- Babish, Ateeqa (2016). Some indicators of mental health (self-esteem, psychological adjustment) and their relationship to academic adjustment among secondary school students, a field study, master's thesis, Mohamed Boudiaf University, Algeria.
- Al-Jumaili, Karim Hussein (2010). Self-deception and its relationship to social shyness and cognitive perception anxiety among university students, unpublished doctoral thesis, College of Education, Al-Mustansiriya University.
- Al-Dahry, Salih Hassan (1999). Personality and mental health. Baghdad, Dar Al-Kitab.
- Al-Rashidi, Bashir Saleh, 1999, Choice Theory and its Applications in Psychology, An Analytical View of the Contemporary School of William Glaser, 1st Edition, Kuwait University, Academic Publishing Council, Kuwait.
- Abdel-Rahman, Mohamed El-Sayed (1998). Theories of personality, Dar Al-Fanaa for printing, publishing and distribution, Cairo.
- Ajwa, Aisha Muhammad (2019) The level of mental health among Sultan Qaboos University students. Al-Tariq Journal for Education and Human Sciences, Issue 6, Amman.
- Nadia, Khelifi (2018) Mental health and its relationship to psychological distress among university students, field study, Faculty of Humanities, University of Algiers 2.

- Erez, A. D. E Johnson etal (1995) Self-deception as a mediator of the Relationship between Disposition and Subjective Well-Being; Personality and Individual Differences PP.597-812.
- Romach and Handran, V. S. (1996) The Evolutionary Biology of Self-deception. Laughter dreaming and depression: Some Clues from anosognosia, medical hypotheses. 347.
- Festinger, I. (1957) A theory of Cognitive Dissonance, Stanford University Press, P. 25.
- Boyd, J. R (1997) Organic design Sideshow . URL <http://d-n-i.net/boyd,strtigic-game.pdf> (Accessed 7th 2006).
- Putman, D. (2009) The Courage to Admit Mistakes, (PP.1-14)

الملاحق

ملحق (1)

مقياس خداع الذات

عزيزي الطالب

تحية طيبة ... بين يديك مجموعة من الفقرات تعبر عن سلوكك خلال مواقف الحياة اليومية , يرجى التفضل بقراءة كل فقرة بدقة ثم ضع علامة (٧) امام الفقرة والبديل الذي يناسبك , وعلمنا لا توجد اجابة صحيحة واخرى خاطئة , لذا يرجى عدم ترك اي فقرة دو اجابة , وان اجابتك لن يكلع عليها احد غير الباحثة لأنها تستعمل لأغراض البحث العلمي فقط ,

مع وافر الشكر والتقدير .

الباحثة

ت	الفقرات	تنطلق دائماً	تنطبق غالباً	ينطبق أحياناً	ينطبق علي نادراً	لا ينطبق علي
1	تراودني مشكلة لا أريد الناس ان يعرفوا حقيقتها					
2	تعرضت الى الخداع يوماً ما .					
3	أستمع حينما أجد شخصاً يتحدث عني .					
4	أرغب بمعرفة ما يعتقدّه الآخرون عني .					
5	اعاني من ذكريات مزعجة					
6	تراودني فكرة الانتحار احياناً					
7	راودتني فكرة التمرد على الانظمة والتعليمات بالرغم من ايماني بصوابها .					
8	لدي سرعة بديهية تمكنني من التصرف على عكس ما ينبغي .					
9	عندما أتعرض الى خيبة أمل يظهر واضحاً					

					في تفكيري وسلوكي.	
					ارغب بالانتقام من الشخص الذي يضايقني.	10
					شعرت بالارتياح عند مقتل زميل كان ينافسني مع اني اظهرت العكس	11
					استمتع في داخلي عندما يُذل شخصا اكرهه	12
					أظهرت حزناً عند تعرض زميل لي متفوق دراسياً لحادث مؤلم مع أنني سعيد في داخلي.	13
					لم أندم يوماً ما عند ارتكابي خطأ معين.	14
					انزعجت في يوماً ما من تصرف والدي نحوي.	15
					عندما أكون خائفاً أجد صعوبة في التظاهر عكس ذلك.	16
					استطيع أن أظهر الفرح في المواقف التي أتعرض فيها الى الحزن	17
					شعرت بميول جنسية نحو أفرد من جنسي ولكنني أستطيع أخفائها.	18
					أزعم أمام الآخرين باني نشط جنسياً والحقيقة عكس ذلك.	19
					مارست سلوكاً مهيناً ضد أشخاص أنتظر باحترامي لهم.	20
					أشعر بالأنجذاب نحو الشخصية الجذابة من الجنس الآخر لكنني أخفي تلك المشاعر.	21
					أشعر أن جميع المواقف التي مررت بها في حياتي كانت سارة ولم يكن فيها منغصات.	22
					استطيع أن أظهر الود لبعض الناس ولكنني مع نفسي غير راضي عنهم تماماً.	23
					أقوم بتعديل سلوكي حسب ما يتطلبه الموقف الذي أنا فيه.	24

ملحق (2)

مقياس الصحة النفسية

عزيزي الطالب

تحية طيبة ... بين يديك مجموعة من الفقرات تعبر عن سلوكك خلال مواقف الحياة اليومية , يرجى التفضل بقراءة كل فقرة بدقة ثم ضع علامة (√) امام الفقرة والبدل الذي يناسبك , وعلمنا لا توجد اجابة صحيحة واخرى خاطئة , لذا يرجى عدم ترك اي فقرة دو اجابة , وان اجابتك لن يطلع عليها احد غير الباحثة لأنها تستعمل لأغراض البحث العلمي فقط , مع الشكر والتقدير .

الباحثة

ت	الفقرات	تنطبق دائماً	تنطبق غالباً	ينطبق أحياناً	ينطبق علي نادراً	لا ينطبق علي
1	اشعر بالصداع المستمر					
2	اشعر بالتوتر في اغلب المواقف					
3	يسهل استشارتي بسهولة					
4	اشعر بالوحدة					
5	مقارنة بالآخرين اشعر بانني اقل قيمة منهم					
6	كثيرا ما تتنابني افكار سيئة					
7	لدي صعوبة في تذكر الاشياء					
8	كثيرا ما انزعج بسبب الاهمال وعدم النظافة					
9	اشعر بان حياتي لا تسير بصورة صحيحة					
10	اشعر بانني مراقب من قبل الآخرين					
11	اشعر بان الآخرين لا يفهمونني					
12	اعاني من النوم المزعج والمتقطع					
13	الآخرين لا يقدرون اعمالي					

					اشعر باني مكبل ومقيد	14
					ابكي بسهولة	15