نمذجة العلاقات السببية بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات والاتجاهات نحو السعي لالتماس المساعدة النفسية لدى طلاب التربية الخاصة

دكتورة

سماح صالح محمود محمد

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية – جامعة الزقازيق

ملخص البحث:

يسعى البحث الحالي إلى الكشف عن النموذج السببي للعلاقة بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لدى طلاب التربية الخاصة، وتحقيقاً لهذا الهدف أُجري البحث على عينة قوامها (٣٤١) طالباً من طلاب الفرقة الأولى والثالثة الملتحقين بكلية علوم الإعاقة والتأهيل بجامعة الزقازيق، وكلية علوم ذوي الاحتياجات الخاصة بجامعة بني سويف بواقع (٢٢٠) ذكور، (١٢١) إناث وتراوحت أعمارهم الزمنية بين (١٨– ٢٠) عامًا بمتوسط عمر زمني (١٨,٨٩) وانحراف معياري (٠,٩٩٦) وبعد تطبيق مقياس الكمالية العصابية، ومقياس إخفاء الذات، ومقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية إلكترونياً، أسفرت أهم النتائج عن وجود علاقة موجبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى٠,٠١ بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات لدى طلاب التربية الخاصة ، وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين الكمالية العصابية والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لدى طلاب التربية الخاصة، وجود علاقة سالبة ذات دلالة إحصائية عند مستوى ٠,٠١ بين إخفاء الذات والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لدى طلاب

التربية الخاصة، كما تم اعتماد النموذج السببي الأمثل واعتباره النموذج الافتراضي بناء على أعلى قيمة تفسيرية له، عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث فى مقياس الكمالية العصابية لدى طلاب التربية الخاصة، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث فى الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لصالح الإناث، وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث فى إخفاء الذات لصالح الإناث، عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطلاب فى متغيرات الدراسة (الكمالية العصابية- إخفاء الذات – الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية) ترجع إلى الفرقة الدراسية (الأولى/ الثالثة).

كلمات مفتاحية: الكمالية العصابية– إخفاء الذت – الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية – طلاب التربية الخاصة.

Causal relationship modeling between neurotic perfectionism, self-concealment, and attitudes towards seeking psychological help in students of Special education

Dr. Saleh Mahmoud Mohamed

Lecturer of Mental Health

Faculty of Education - Zagazig University

Abstract:

The current study seeks to discover the causal modeling of the relationship between neurotic perfectionism, self-concealment, and attitudes towards seeking the psychological help in students of special education, to achieve this goal the study conducted on a sample (341) students from the first and third year students enrolled in the Faculty of Disability and Rehabilitation Sciences at Zagazig University, and the faculty of people with special needs Sciences, Beni Suif University divided as (220) males, (121) females, and aged (18-20) years with mean age (89,18), and standard deviation (996,0) after conducting neurotic

perfectionism scale, and self-concealment scale, and e-scale of attitudes towards seeking psychological help. the study most important results showed that there was a positive statistical significance relationship at 0.01 between neurotic perfectionism and self-concealment in students of special education, and a negative statistical significance relationship at of 0.01 between neurotic perfectionism and attitudes towards seeking psychological help in students of special education, and showed the negative statistical significance relationship at 0.01 between self-concealment and attitudes towards seeking psychological help in students of special education. The model was adopted as optimal causal and considered the hypothetical model according to the highest explanation value. The study showed that there were no statistically significant differences between the mean scores of males and females on neurotic perfectionism scale in students of special education, and that there were statistically significant differences between the mean scores of males and females in e-scale of attitudes towards seeking Psychological help favoring females, and that

there were statistically significant differences between the mean scores of males and females in self-concealment favoring females. There were no statistically significant differences between the mean scores of students in the study variables (neurotic perfectionism - self-concealment - attitudes towards seeking psychological help) attributed to the study stage (first / third).

Keywords: Neurotic perfectionism - self-concealment - attitudes toward seeking psychological help - students of special education.

نمذجة العلاقات السببية بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات والاتجاهات نحو السعي لالتماس المساعدة النفسية لدى طلاب التربية الخاصة

دكتورة

سماح صالح محمود محمد

مدرس الصحة النفسية

كلية التربية – جامعة الزقازيق

مقدمة

تعد مرحلة التعليم الجامعي بمثابة فترة هامة وفاصلة في حياة ذويها من طلاب الجامعة، حيث تنطوي على العديد من المهام والمسئوليات، وبها الخطوات الأولي نحو مرحلة البلوغ، وفيها يواجه المراهقون العديد من التحديات كتلك التي تتعلق بكثافة العبء الأكاديمي، والسعي نحو الاستقلالية عن الوالدين، واتخاذ القرارات الخاصة بحياتهم وتحمل عواقبها، والتخوف الشديد من المستقبل، والبحث عن مهنة في التخصص، إلى غير ذلك من المهام التي قد تضع الطالب الجامعي تحت ضغط نفسي شديد .

ذلك الضغط الذي ربما تزداد حدته لدى طلاب التربية الخاصة بشكل ملحوظ عن أقرانهم من ذوي التخصصات الأخرى، والذي قد يرجع لطبيعة الدراسة المتعلقة بذوي الاحتياجات الخاصة والتعمق في معرفة خصائصهم وطرق التدريس لهم وتأهيلهم للتعايش مع ظروف الحياة المتاحة للعاديين، إضافة إلى سعيهم المبكر للبحث عن عمل في مراكز ذوي الاحتياجات الخاصة كمراكز التخاطب ومراكز تعديل السلوك وغيرهما، هذا إلى جانب قلقهم المستمر بشأن الحصول على وظيفة

عقب تخرجهم في إحدى مدارس (النور – الأمل – التربية الفكرية) كون كلية علوم الإعاقة والتأهيل تُعد حديثة النشء مقارنة بالكليات الأخرى، كل ما سبق يضع طلاب التربية الخاصة تحت وطأة الضغط النفسي الشديد.

ولذلك فقد أشار العديد من الباحثين مثل (Abdollah et al., 2017, p 2) إلى أن طلاب الجامعة بشكلٍ عام هم الفئة الأكثر عرضة لخطر الإصابة بالأمراض النفسية، والتي تزداد بمرور الوقت مالم يتم السعي للبحث عن المساعدة النفسية؛ ورغم ذلك يبدو أنهم عادة ما يترددون في التماس المساعدة لعلاج مشكلاتهم النفسية ، ويتوقف ذلك على اتجاهاتهم الشخصية نحو السعي لالتماس المساعدة النفسية.

وتلعب الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية دوراً هاماً في الصحة النفسية بين المراهقين الذين يعانون من مشكلات نفسية، كما تحتل الاتجاهات بشكلٍ عام مكاناً محورياً في أفعالهم وسلوكياتهم، وتعمل على ضبط تفاعلهم وتعاملهم مع الآخرين. وقد عرفها كلٌ من (Kuo, Kwantes, Tawson, & Nanson, 2006, p 225) بأنها " ميل الشخص للبحث عن المساعدة النفسية والحصول عليها أو مقاومتها أثناء أزمة شخصية أو بعد فترة طويلة من الانزعاج النفسي " والتي تختلف باختلاف توجهات الأفراد، فالبعض منهم قد يتقبل فكرة التماس المساعدة النفسية ويتخذ موقفاً إيجابياً نحو السعي لها، في حين قد يرفض البعض الآخر ويعزف عن التماسها.

وبالبحث في أهم الأسباب التي أدت لعزوف العديد من المراهقين عن السعي نحو التماس المساعدة النفسية، فقد أشارت نتائج دراسة جهاد محمود (٢٠١١) إلى أن الكثير من طلاب الجامعة قد ينزعون إلى رفض العلاج والإفادة من الخدمات الإرشادية بالرغم من إصابتهم بالاضطرابات النفسية، وذلك بدافع الاتجاهات السلبية التي يحملونها تجاه المرض والعلاج النفسي .

ولتفسير عزوف طلاب الجامعة أو طلبهم المحدود لخدمات الإرشاد والعلاج النفسي، أشارت نتائج دراسة (Picco, Abdin, & Chong, 2016, p 2) إلى أن الخوف من وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة النفسية، والتكاليف المتوقعة، بالإضافة إلى الحواجز السلوكية مثل اختيار التعامل مع المشكلة بمفردها والتفكير في أن المشكلة ستزول، كل ذلك يقلل من فكرة اللجوء لالتماس المساعدة النفسية، والإحجام عن الكشف عن خصوصياته عند التشخيص والإصرار على إخفاء ذاته.

حيث يعرف إخفاء الذت Self Concealment بأنه " مشاعر وأفكار ومعلومات شخصية مزعجة ومحرجة لدى الأشخاص عن أنفسهم يخفونها عن الآخرين " (Hartman et al., 2015, p 102). ويُعتقد أنه من بين العوامل التي تؤثر في مواقف الفرد تجاه التماس المساعدة النفسية ، والتي أشارت إليها نتائج العديد من الدراسات مثل دراسة Masuda, Tully, Dracke, & Larson (2017)، Masuda, Anderson, & Edmonds (2012)، Wheaton, Sternberg, McFarlane, & Sarda (2016)، Demir, Murat, & Bindak (2020)، Hogge & Blankenship (2020) .

وفي نفس السياق أظهرت الأدبيات الحالية مثل Abdollahi, Hosseinian, & Beh-Pajooh (2017)، Zeifman, Atkey, & Young (2015) ، Rasmussen & Wimberley (2017) ، Yamawaki Shum, & Suldo (2013) ، Shannon , Goldberg, & Flett (2018) ، Parker, (2018) أن المراهقين الذين يسعون إلى الكمالية هم أكثر الأفراد عرضة لوصمة العار الذاتية، وأكثرهم احتمالية في تبنيهم لمواقف سلبية تجاه التماس المساعدة النفسية، وأحد التفسيرات المحتملة هو أن الأشخاص الكماليين أكثر عرضة

للقلق حيث أن مشاكلهم النفسية قد تدفع الآخرين إلى التفكير فيهم بشكل سيئ . وبناءً على ذلك ربما يتجنب الكماليون التماس المساعدة النفسية على الرغم من شدة حاجتهم لها.

والكمالية بشكل عام هي " عدم قدرة الفرد على قبول الأخطاء، ووضع معايير عالية غير واقعية، بدافع الخوف الدائم من الفشل بدلاً من الرغبة في تحقيق النجاح، مما يترتب عليه مشاعر سلبية للفرد تجاه ذاته لعجزه عن الوصول إلى الكمال المنشود " (Person & Gleaves, 2006, p 226) . كما يرغب الكماليون في تقييم أنفسهم كأشخاص قادرين على التحكم في عواطفهم ، ويظهرون أمام الآخرين بمظهر الخالي من العيوب أو النقائص، ولذلك قد يقللون من حجم مشكلاتهم النفسية ، بل ويتجاهلونها، ولا يسعون لالتماس المساعدة النفسية مهما كان حجم الضائقة النفسية التي يمرون بها، ويميلون إلى إخفاء مشاعرهم الحزينة والسلبية من أجل الإبقاء على مظهرهم القوي المتماسك المثالي أمام الاخرين، ولذلك فقد أشارت نتائج العديد من الدراسات السابقة إلى ميل الكماليين لإخفاء ذاتهم السلبية عن الآخرين، ومن ذلك دراسة كل من Kawamura & Frost (2004) ، Hannah (2008)، Costa, Pereira, & Soare (2016) .

والمتتبع للأدبيات النفسية التي تناولت العلاقة بين الكمالية ومواقف التماس المساعدة النفسية، يجد أن معظمها قد تناول العلاقة المباشرة بينهما، ولم يهتم الكثير منها ببحث إخفاء الذات كوسيط محتمل للعلاقة بينهما، ولذلك فإن الآلية الدقيقة التي تفسر العلاقة بين الكمالية العصابية ومواقف التماس المساعدة النفسية لا تزال بحاجة إلى الوقوف عليها وتحديدها، وعليه فقد حاولت الباحثة سد هذه الفجوة المعرفية من خلال تحديد أفضل النماذج السببية للعلاقة بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات، والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية، خاصة وقد وُجدت بعض الدراسات السابقة التي تبنت فحص العلاقة بينهم مثل دراسة Jung & Ha (2016)

،ودراسة Abdollahi et al., (2017) . ومن ثم يتجلى الاهتمام بموضوع هذا البحث وأهدافه المهتمة بتقديم إطار نظري حول (الكمالية العصابية، إخفاء الذات، الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية) ومعرفة النموذج السببي للعلاقة المتبادلة بينهم لدى عينة من طلاب التربية الخاصة .

مشكلة البحث وتساؤلاته

المتتبع للأدبيات النفسية يجد أن طلاب الجامعة ذوي الكمالية العصابية هم الأكثر رفضاً لالتماس المساعدة النفسية، مهما بلغ حجم معاناتهم النفسية ومهما كانت حاجتهم لتلك المساعدة، وذلك خوفاً على مظهرهم أمام الآخرين وإيماناً منهم بضرورة الظهور بشكل مثالي لا تشوبه شائبة، واعتقاداً منهم بأنهم لا يحق لهم أن يلتمسوا المساعدة من الآخرين لأن ذلك سيثبت ضعفهم، فيلجأون إلى إخفاء مشاعرهم الحزينة ويضطرون للتجمل والتزييف، الأمر الذي قد يزيد الوضع سوءً ويحول دون سعيهم لالتماس المساعدة النفسية .

وقد لاحظت الباحثة من خلال اختلاطها بطلاب التربية الخاصة، اهتمام الكثيرين منهم بتحقيق افضل أداء والسعي المستمر نحو بلوغ القمة مهما كلفهم ذلك من مجهود وعدم الرضا عن أدائهم مهما بلغت جودته، وحرصهم الشديد على مظهرهم أمام الآخرين، وفي المقابل هم يواجهون العديد من التحديات النفسية والاجتماعية والأكاديمية التي تفرضها عليهم طبيعة دراستهم ، والمسئوليات الملقاة على عاتقهم بشأن تعليم وتدريب وتأهيل ذوي الاحتياجات الخاصة؛ الأمر الذي قد يشعرهم بالضغط النفسي والحاجة الملحة لالتماس المساعدة النفسية؛ إلا أنهم لما قد يتسمون به كمالية عصابية قد تكون لديهم اتجاهات سلبية نحو التماس المساعدة النفسية، التي تُعد من وجهة نظرهم إقراراً صريحاً بالضعف وعدم الأهلية لمساعدة ذوي الاحتياجات الخاصة؛ فكيف لهم أن

يلتمسوا المساعدة وهم المسئولون عن تقديمها، مما قد يدفع بعضهم لإخفاء معاناته النفسية، ومشاعره السلبية عن الآخرين .

ومن خلال مراجعة الأطر النظرية والدراسات السابقة التي تناولت متغير الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية ، واجهت الباحثة – في حدود اطلاعها- ندرة شديدة في الدراسات التي تناولت الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية، والكمالية العصابية، وإخفاء الذات لدى عينة طلاب التربية الخاصة تحديداً، وهو ما دفع الباحثة لمحاولة تحديد أفضل نموذج سببي يجمع بين تلك المتغيرات ودراسته، ولأهمية مرحلة التعليم الجامعي ، وكثرة التحديات التي تواجه أفرادها، ولحداثة متغير الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية، وأهميته كمتغير نفسي وقائي يحمي أفراده من خطر الوقوع في خطر الاضطرابات النفسية، ومنها الكمالية العصابية، وإخفاء الذات؛ لهذا ظهرت الحاجة إلى دراسة تلك المتغيرات كمتغيرات هامة وضرورية لطلاب التربية الخاصة للوقوف على النموذج السببي المثالي الذي يبين طبيعة العلاقة بين هذه المتغيرات الثلاثة؛ من هنا يمكن بلورة مشكلة البحث الحالي من خلال التساؤلات التالية:-

١- هل توجد علاقة ارتباطية بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات لدى طلاب التربية الخاصة ؟

٢- هل توجد علاقة بين الكمالية العصابية والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لدى طلاب التربية الخاصة ؟

٣- هل توجد علاقة ارتباطية بين إخفاء الذات والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لدى طلاب التربية الخاصة؟

٤- ما أفضل نموذج سببي يوضح علاقات التأثير والتأثر بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية ؟

٥- هل تختلف الكمالية العصابية وإخفاء الذات والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لدى طلاب التربية الخاصة باختلاف النوع (ذكر – انثى)، والفرقة (الأولى – الثالثة) ؟

أهداف البحث

يهدف البحث الحالى إلى :-

١- التعرف على طبيعة العلاقة بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات لدى طلاب التربية الخاصة .

٢- التعرف على طبيعة العلاقة بين الكمالية العصابية والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لدى طلاب التربية الخاصة .

٣- التعرف على طبيعة العلاقة بين إخفاء الذات والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لدى طلاب التربية الخاصة .

٤- التعرف على أفضل نموذج سببي يوضح العلاقة بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية .

٥- الكشف عن الفروق في الكمالية العصابية، وإخفاء الذات، والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لدى طلاب التربية الخاصة وفقاً للنوع والفرقة .

أهمية البحث

(أ) الأهمية النظرية

١- استمد البحث الحالي أهميته من أهمية المتغيرات التي تناولها بالبحث والدراسة والتي لم تنل القدر الكافي من الاهتمام – في حدود اطلاع الباحثة – على نطاق الدراسات العربية والأجنبية في مجالي الصحة النفسية والتربية الخاصة . فتناول البحث متغير الاتجاهات نحو التماس

المساعدة النفسية، وهو من أهم المتغيرات التي ترتبط بمستوى الصحة النفسية ، وأحد المتغيرات الإيجابية المهمة في حياة الفرد وبخاصة طلاب الجامعة؛ حيث تلعب المساعدة النفسية دوراً بارزاً في مساعدتهم بشكلٍ عام في التخلص من محنهم النفسية، وتعينه على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة بقوة وصلابة ، وتحفز طالب التربية الخاصة على السير قُدُماً ، واستكمال مسيرته التعليمية دون يأسٍ أو إحباط .

٢- ندرة البحوث العربية والأجنبية –في حدود اطلاع الباحثة- التي تناولت متغيرات البحث الحالي (مواقف التماس المساعدة النفسية، إخفاء الذات – الكمالية العصابية) .

٣- توليد نماذج سببية توضح العلاقات بين متغيرات الكمالية العصابية واخفاء الذات وطلب المساعدة .

(ب) الأهمية التطبيقية

١- قد تفيد نتائج البحث الحالي في تصميم برامج تدريبية وإرشادية تسهم في تنمية التثقيف النفسي، وتحسن النظرة نحو التماس المساعدة النفسية ، وبيان الأضرار الناجمة عن إخفاء الذات والكمالية العصابية.

٢- كما يمكن الاستفادة من نتائج البحث الحالي في تصميم برامج إرشادية للوالدين والقائمين على رعاية المراهقين ممن هم في مرحلة التعليم الجامعي، تحثهم على كيفية التعامل مع الطلاب ذوي الكمالية العصابية، وكيفية إعطائهم مزيد من الثقة ليكشفوا لهم عن ذاتهم السلبية دون خوف أو خجل .

٣- كما قد تفيد نتائج البحث الحالي في إعداد برامج وقائية للمساعدة في التخفيف من حدة الآثار الناتجة عن إخفاء الذات والكمالية العصابية ،

والعمل في ضوء الأسايب التربوية الرشيدة التي تحث على الإفصاح عن الذات السلبية، وترسخ مبادئ الكمالية السوية .

٤- كما أنه يقدم أدوات حديثة يمكن أن تفيد المتخصصين في المجال مثل مقياس إخفاء الذات، ومقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية من إعداد الباحثة .

مصطلحات البحث الإجرائية

(١) طلاب التربية الخاصة Special education students

" هم طلاب الجامعة الملتحقين بكلية علوم الإعاقة والتأهيل، والمتخصصين في مجال ذوي الاحتياجات الخاصة "

(٢) الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية Attitudes Toward Seeking Psychological Help

" المعتقدات والسلوكيات التي يتبعها الأفراد عندما يكونون بحاجة لمساعدة نفسية سواء من صديق أو قريب أو طبيب نفسي. وتصنف في الغالب إلى اتجاهات إيجابية تدل على تقبل فكرة التماس المساعدة من الغير، واتجاهات سلبية تشير إلى عدم تقبل تلك الفكرة. وتعتمد مواقف الرفض والقبول على ثلاثة أبعاد هي المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية، تقبل نظرة المجتمع، الثقة في مقدم المساعدة النفسية " . ويستدل عليه من الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية (إعداد الباحثة) ".

(٣) إخفاء الذات Self-Concealment

"رغبة الفرد في عدم إظهار مشاعره السلبية والمحزنة والمخزية عمن حوله، واعتبارها أمر خاص للغاية لا يمكن لأحد الاطلاع عليه، وذلك لأسباب شخصية يفضل عدم البوح بها ، الأمر الذي يؤثر سلباً على سلوكيات حياته، وتقييمه لذاته في الحاضر والمستقبل" . ويستدل عليه من الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب على مقياس إخفاء الذات (إعداد الباحثة) .

(٤) الكمالية العصابية Neurotic perfectionism

" بناء معرفي سلوكي يتشكل لدى الفرد من خلال بعض الأفكار اللاعقلانية اللامنطقية التي يتبناها، حيث أنه يضع لنفسه مستويات أداء وإنجاز عالية مثالية غير واقعية، يجاهد من أجل تحقيقها، معتقداً بأنه سوف ينال رضا واستحسان وتقدير واحترام الآخرين له، مما يقوده إلى الشعور المستمر بالفشل والعجز والاهتمام الزائد بالأخطاء، ويجعله في حالة من عدم الرضا عن أدائه بالرغم من جودته، ومن ثم ينخفض تقديره لذاته " (عبدالمطلب القريطي وسميرة شند، ودواليا يحيى ، ٢٠١٥، ص٧١٢) . ويستدل عليه من الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على مقياس الكمالية العصابية (إعداد عبدالمطلب القريطي وآخرون).

محددات البحث

تتحدد نتائج البحث بالمحددات التالية:

(١) **المحددت المنهجية**: حيث تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي المقارن لإجراء البحث الحالي .

(٢) **المحددات البشرية**: تتحدد النتائج بالعينة المستخدمة في البحث الحالي، والمأخوذة من كليتي: علوم الإعاقة والتأهيل بجامعة الزقازيق، وكلية علوم ذوي

الاحتياجات الخاصة بجامعة بني سويف من الطلاب والطالبات، بالفرقتين الأولى والثالثة .

(٣) **المحددات الزمنية**: تتحدد النتائج بالفترة الزمنية التي تم تطبيق الأدوات فيها، والتي طُبِقَت إلكترونياً (بسبب أزمة كورونا) في الفصل الدراسي الثاني من العام الجامعي ٢٠١٩- ٢٠٢٠.

(٤) **المحددات المكانية:** طبقت الأدوات بكلية علوم الإعاقة والتأهيل بجامعة (الزقازيق)، وكلية علوم ذوي الاحتياجات الخاصة بجامعة (بني سويف).

الإطار النظري ودراسات سابقة

سوف تعرض الباحثة في هذا الجزء عرضاً نظرياً لمتغيرات البحث الحالي، والذي يتمثل في (الكمالية العصابية – إخفاء الذات - الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية) ، مع عرض لبعض الدراسات السابقة المرتبطة بهذ المتغيرات ، بعضها مدمج في الإطار النظري والبعض الآخر منفصل؛ مع محاولة لإلقاء الضوء على طبيعة العلاقة بين هذه المتغيرات؛ وذلك على النحو التالي :-

أولاً :- الكمالية العصابية Neurotic perfectionism

منذ زمن بعيد ارتبط مفهوم الكمالية ارتباطاً وثيقاً بعلم النفس المرضي، حينها كان يُنظر للكمالية على أنها أسلوب شخصي يتميز بالسعي من أجل اكتشاف العيوب ووضع معايير عالية للغاية للأداء مصحوبة بميول للتقييمات المفرطة لسلوك المرء، وبعدما يقرب من ثلاثين عاماً اقترح Hamachek (١٩٧٨) التمييز بين شكلين من أشكال الكمالية وهما الكمالية الطبيعية (التكيفية)، والكمالية العصابية (اللاتكيفية) (Stoeber, 2006, p 296) . وقد ارتبط الكمال التكيفي من وجهة نظره بالسعي الواقعي لبلوغ القمة دون الخلل أو الضيق النفسي؛ في حين ارتبطت الكمالية غير التكيفية

في الغالب بمخاوف التقييم غير الصحي والشكوك المتكررة حول الإجراءات والانشغال بتجنب الأخطاء (Alodat & Al-hamouri, 2020, p 199) ، واستمر الجدل فيما إذا كانت الكمالية يمكن أن تكون تكيفية أو صحية، وما إذا كانت الكمالية العصابية عامل خطر للمرض النفسي أم لا (Carlson, 2017, p 33).

وقد لاحظت الباحثة من خلال تتبعها للأدبيات النفسية في مجال الكماليات، اهتمام العديد من الباحثين خاصة في الآونة القليلة الماضية بالشكل العصابي للكمالية كونه مسئولاً عن تفسير حالات كثيرة من الاضطرابات والأمراض النفسية ، الناتجة عن توقع ذويها للفشل والشعور الدائم بالتقصير وتأنيب الضمير وذلك نتيجة لما يفرضونه على أنفسهم والآخرين من معايير تفوق مستوى قدراتهم ، الأمر الذي قد يُشعرهم بالخيبة وفقدان احترام الذات .

وبعد الاطلاع على أدبيات الموضوع ، يتضح وجود اختلافات كثيرة حول وضع مفهوم محدد وشامل للكمالية العصابية، حيث اختلفت الرؤى وتعدد وجهات النظر باختلاف الزاوية التي يُنظر من خلالها لذلك المفهوم . ففي عام (١٩٧٨) عرف Hamachek الفرد ذي الكمالية العصابية بأنه " الفرد الذي ينظر إلى عمله ومجهوده أنه غير جيد رغم ما يبدو على هذا الأداء من جودة، فدائماً ما ينظر إلى أنه لابد وأن يكون أفضل باستمرار ويصاحب ذلك عدم الرضا كسمة دائمة ومصاحبة، ويضع لنفسه مستويات لا يستطيع الوصول إليها بإمكانياته وقدراته مع الخوف الدائم من الفشل الأمر الذي يجعله أكثر توتر وعصابية" (في: آمال باظة، ٢٠١١، ص٤٣) .

وعرفت الكمالية العصابية بأنها " سعي الفرد نحو تحقيق أهداف وتوقعات شخصية عالية، مع الاعتقاد بأن تحقيقها هو السبيل الوحيد للحصول على القبول من الآخرين، كما تتضمن عدم قدرة المرء على الرضا عن أدائه حتى حينما يفوق توقعاته " (Barritt, 2017, p 14) .

بينما عرفتها (غادة شحاتة ،٢٠١٩، ص ١٦٤) بأنها " وضع الفرد أهداف ومعايير ومستويات عالية جداً من الأداء أو بشكل مبالغ فيه وغير واقعي، والسعي إلى تحقيقه مع توقع الفشل والخوف منه، وعدم الرضا والارتياح عن أي إنجاز"

من العرض السابق لتعريفات الكمالية العصابية اتضح للباحثة انتماء كل باحث تناول ذلك المفهوم لتوجهات نظرية مغايرة كل عن الآخر ، الأمر الذي ظهر جلياً في عرض كل منهم لمفهوم الكمالية العصابية بطريقة مختلفة، كما اتضح أيضاً أنه بالرغم من اختلاف تلك التوجهات إلا أنها جميعاً تكاد تدور في حلقة واحدة وتجتمع على نفس الشئ وهو " اعتناق مبادئ ومعايير عالية جداً تفوق قدرات المرء ، مما يجعله غير راض عن أدائه مهما كانت جودته، الأمر الذي يشعره بالعجز والدونية ويقلل من ثقته بنفسه واحترامه لذاته " .

وحول مكونات الكمالية العصابية؛ فمن خلال تتبع الباحثة للدراسات السابقة والبحوث الأدبية التي تناولت الكمالية، تبين لها وجود تباين كبير بين الباحثين في تناولها وتعدد أبعادها، ففي بداية الأمر اعتبرت الكمالية بنية أحادية البعد تم وصفها من خلال آثارها المختلفة، ولكن مع بداية التسعينات حدث تغير في المفاهيم عندما قامت مجموعتان مختلفتان من الباحثين بالتمييز بين نوعين من الكمالية هما المثالية والعصابية، وقد لوحظ أن الاتجاه ثنائي الأبعاد كان له البقاء بصورة أفضل وأعمق من الاتجاه أحادي البعد (Dudau, 2014, p 130). فهناك الكمال الطبيعي " normal perfectionism" وهو " الحصول على المتعة من الجهد الدؤوب ، والسعي إلى التميز مع إعطاء الإذن لنفسه بأن يكون أقل من الكمال ، والشعور بالرضا عن جودة أدائه ، والمحافظة على توقعات واقعية وأهداف معقولة والرضا عند تحقيق هذه الأهداف " . كما أنها الكمالية التي تسمح لذويها بالشعور بالحرية في أن يكونوا أقل دقة حسبما يسمح الموقف (Lin, 2020, p 36) ،والكمال العصابي "neurotic perfectionism"

وهو " السعي الى الكمال المدفوع بالخوف الشديد من الفشل والشعور الدائم بعدم الجودة بما يكفي ،مما يترتب عليه الشعور بالتقصير مما يزيد من إلقاء اللوم على نفسه وكراهيتها (Lessin & Pardo, 2017, pp 78 -79; Erol, 2009, P 1073) . واتساقاً مع هذا الرأي أشار كوتمان (Kottman, 2015, p 5) إلى أن الأشخاص ذوي الكمالية التكيفية يهتمون بالسعي لتحقيق الإنجاز، بينما يهتم الكماليون العصابيون بالتقييم السلبي للذات .

كما نظر البعض لها على أنها مفهوم متعدد الأبعاد، وكان Forest (١٩٩٠) أول من تبنى هذا النموذج ، وأشار إلى وجود ستة عوامل مكونة للكمالية وهي (القلق من ارتكاب أخطاء شخصية ، المعايير الشخصية العالية، شكوك حول جودة أدائهم، تصورهم توقعات عالية من الوالدين تجاههم، تصور النقد الأبوي، تفضيل التنظيم والنظام)(Lessin & Pardo, 2017, P 78)، كما صنف كلٌ من Hewitt and Flett (١٩٩١)الكمالية إلى:

(١) **الكمالية الموجهة ذاتياً** : يهتم هذا بالفرض الذاتي لمعايير عالية إلى حد ما، والتقييم النقدي لسلوكيات الشخص وأدائه، واعتماد مبدأ الكل أو لا شئ، وهذا النوع من الكمالية يحفز الفرد نحو الكمال بينما يجمع في نفس الوقت الرغبة في تجنب الخطأ (Person & Gleaves, 2006, p266). كما أنه يعني ميل الطلاب المثاليين للسعي بطريقة مدفوعة لتحقيق الكمال المطلق بدلاً من التميز ، بالإضافة إلى ميلهم إلى تقييم أنفسهم بشكل نقدي وفقًا لمعايير صارمة (Zeifman et al., 2015, P 276).

(٢) **الكمالية الموجهة نحو الآخرين :** يحتوي على فرض معايير عالية تجاه الأفراد المهمين بالنسبة له، والتأكيد على ضرورة تلبية تلك المعايير، ويرتبط بالتقييم النقدي لأداء الآخرين واتهامهم الدائم بالتقصيروعدم الثقة بأدائهم لدرجة قد تصل إلى تكون مشاعر معادية ضدهم

(٣) **الكمالية الموصوفة اجتماعياً :** يهتم هذا البعد بقدرة الفرد على تلبية التوقعات التي يفرضها عليه الآخرون والذي يفسرها بأنها ذات أهمية بالنسبة له، على الرغم من كونها توقعات عالية قد يعجز الفرد عن تحقيقها إلا أنه لا يبلغ حد الرضا عن ذاته إلا بتحقيقها (Capan, 2010, pp1665-1666) . بينما أشار عبدالمطلب القريطي (٢٠١٥، ص ص٧٣٠-٧٣٣) إلى تكون الكمالية من ثلاثة أبعاد رئيسية وهي:-

(١) **التقدير المتدني للذات** : والذي يشير إلى الأحكام السلبية التي يصدرها الفرد تعبيراً عن تقديره لذاته، وشعوره الدائم بالخوف والتوتر من اي عمل يقوم به، لاعتقاده بأنه دون المستوى المطلوب، نظرً لاهتمامه الزائد بالأخطاء وقلقه وخوفه من الفشل والتشدد في محاسبته لذاته، ومعاناته من الاستغراق في تذكر الأخطاء الماضية، مما يجعله يتجنب العمال المكلف بها، ويماطل في تنفيذ الكمهام المطلوبة منه .

(٢) **الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية:** وتشير إلى مجموعة من الأفكار الخاطئة غير المنطقية وغير الواقعية المصاحبة للكمالية التي يتبناها الفرد، والتي تؤثر على سلوكه وأدائه، ومنها رغبته في الوصول إلى الكمال في كل شئ، فإنه يحاول أن يصل إلى درجة عالية من الإتقان في أي عمل يقوم به؛ لأنه يسعى للحصول على رضا واستحسان وثناء وتقدير الآخرين له، وحرصه على تلقي الدعم الإيجابيمن الآخرين، وإنه من الضروري أن يكون شخصاً محبوباً ومؤيداً من جميع المحيطين به؛ وذلك لاعتقاده بأنه سوف يفقد احترام وتقدير وإعجاب الآخرين، إذا لم يكن أداؤه إيجابياً.

(٣) **عدم الرضا عن الأداء:** ويشير إلى عدم رضا الفرد عن أدائه، وعدم الثقة فيما ينجزه من أعمال، والشعور السريع بالفشل، واللوم المستمر لذاته، وإنها

لكارثةلو لم يصل إلى درجة افتقان في أي عمل يقوم به، مما يجعله يشعر دائماً بالقلق والخوف عند تقييم الأعمال المكلف بها، وبالتالي فهو دائماً غير راض عن نفسه وعن أدائه.

اتضح مما سبق عرضه اختلاف أبعاد الكمالية العصابية من باحث لآخر، وفقاً لاختلاف الجانب الذي سعى كل منهم لقياسه، فالبعض حددها في ضوء السلوكيات الدالة على اضطراب الكمالية العصابية، والبعض الآخر حددها في ضوء النتائج المترتبة عليها، في حين حددها آخرون في ضوء اتجاه الكمالية (ذاتية – نحو الآخرين – موصوفة اجتماعياً) **وقد تبنت الباحثة الحالية أبعاد عبدالمطلب القريطي (٢٠١٥) كونها ستستخدم مقياسه في دراستها كونه أنسب المقاييس لخصائص عينتها وأفضلهم من حيث حداثته .**

وحول ما يخص النظريات المفسرة للكمالية العصابية فقد تعددت تلك النظريات واختلفت باختلاف المدارس القائمة على تفسيرها؛ حيث **يعتبر المدخل التحليلي** من بين المداخل المفسرة للكمالية والذي أكد على صراع الأنا مع الهو، وصرامة وعقابية الأنا العليا التي تفرض معايير عالية للأداء يعجز الفرد عن تحقيقها مما يولد الشعور بالذنب. بينما ركز **المدخل السلوكي** في تفسير الكمالية على تأثير البيئة الخارجية على تنشئة الطفل، وكيف تؤثر هذه البيئة في تشكيل سمة الكمالية لديه، وقد تم تفسير الكمالية هنا في ضوء نموذجين هما (نموذج التوقعات الاجتماعية) وهو مشتق من آراء روجرز Rogers عن قيمة الذات، فالطفل يتعلم أنه سيحظى بالقبول والحب من والديه من خلال المستويات العليا لأدائه والتي يتوقعها منه والديه ، ولذلك يسعى الطفل جاهداً للحصول على ذلك الحب إرضاءً لوالديه وللحصول على الحب الذي يحتاجه، ومن ثم فإن سعي الطفل للكمالية يكون لهدفين (داخل – خارجي)، (ونموذج التعلم الاجتماعي) فطبقاً له فالأطفال قد يكونوا كماليين وفقاً لما تعلموه من والديهم بالمحاكاة والتقليد (Cook في : محمد سعفان وآخرون، ٢٠١٥، ص ص٥٣٠-٥٣١) .

كما يعتبر المدخل المعرفي من أهم المداخل المقترحة في تفسير الكمالية العصابية ، والذي حظي باهتمام العديد من الباحثين في هذا المجال، وتنظر إلى الكمالية في سياق التشوهات المعرفية، وميل الفرد إلى تبني أساليب عزو غير تكيفية تجعله يعزو فشله لعوامل داخلية (عبدالله جاد، ٢٠١٠، ص٥) .

وتعقيباً على تلك النظريات التي اهتمت بتفسير الكمالية بشكل عام والعصابية على وجه الخصوص، فقد لاحظت الباحثة اختلاف الرؤى وتعدد وجهات نظر الباحثين وفقاً لمنهجية المدرسة التفسيرية التي ينتمي إليها كل منهم، فقد ركزت المدرسة التحليلية بقيادة فرويد على التأكيد على الصراع بين الهو والأنا والأنا العليا وصولاً لتحقيق التوازن بين الذات الحقيقية والذات المثالية، في حين فسر المدخل السلوكي الكمالية في ضوء التوقعات الاجتماعية ونموذج التعلم الاجتماعي، وركز المدخل المعرفي على التشوهات والأفكار اللاعقلانية التي يعتنقها البعض وصولاً للكمالية،

وللكمالية العصابية العديد من الأسباب ، فقد أرجعتها آمال باظة (٢٠١١، ص ص٢٤- ٢٦) إلى المعتقدات الخاطئة والتناقضات بين السلوك الفعلي والمستوى المطلوب الوصول إليه، والخوف من الفشل أو فقدان الوظيفة وعدم الرضا الذاتي عن الأداء وتحفيز الذات والتطلعات المرتفعة للنجاح. كما قد يحاول بعض الآباء أن يكونوا أكثر مثالية في حياتهم، وينتقل هذ الأسلوب لأبنائهم حين يرون أن والديهم يفرضوا على أنفسهم معايير عالية ، فقد يتعلم الطفل عن طريق التقليد والمحاكاة حتى وإن لم يطلبها والداه (Linsey & Dharma , 2015, p 17)

وفي نفس السياق أشارت (عفراء إبراهيم ، ٢٠١٨، ص١٦٣) إلى أن الترتيب الولادي يُعد من بين العوامل الرئيسية المؤثرة في تشكيل صفة الكمالية عند الطفل بغض النظر عن الجنس، فالطفل الوحيد أو المولود الأول ينعم بفترة أطول من الوقت بصحبة

والديه، وبالتالي يتنامى لديه الميل لمحاكاة سلوكه وقياسها على ضوء سلوكيات الراشدين ومعاييرهم .

في ضوء ما سبق عرضه يتضح للباحثة تعدد أسباب الكمالية العصابية واختلافها باختلاف آراء الباحثين، واعتبار العوامل الاجتماعية وما تحتويه من (أساليب معاملة وتنشئة والدية، واتباع للمحاكاة والتقليد، ورفع سقف التوقعات الوالدية) من أبرز العوامل المساعدة على تكون الشخصية ذات الكمالية العصابية .

وللكمالية العصابية آثار سلبية على حياة الفرد في كل مراحل حياته بشكل عام، وعلى مرحلة التعليم الجامعي بشكل خاص ، فقد كانت مؤشراً هاماً على وجود كل من الاكتئاب والقلق والأعراض النفس جسدية لدى طلاب الجامعة وذلك في دراسة Sumi & Kanda (2002)، ودراسة Joachim et al.,. (2013) . كما ارتبطت الكمالية اللاتكيفية بمستويات أقل من المشاركة ، ومستويات أعلى من إخفاء الذات ، ومستويات أقل من الرضا عن الحياة والرفاهية وذلك في دراسة Williams & Cropl (2014)، كما استنتجت دراسة Danielle et al., (2020) ارتباط الكمالية اللاتكيفية بالضعف النسبي في الصحة البدنية، والصحة النفسية، والموارد النفسية والاجتماعية، والرفاهية النفسية، إلى جانب الارتباط الايجابي بالعصابية والضميروانخفاض الوعي .

وتعقيباً على ما سبق عرضه من نتائج للدراسات السابقة يتضح للباحثة مدى السلبيات التي تخلفها الكمالية العصابية (اللاتكيفية) على طلاب الجامعة، حيث يظهر أثرها جلياً في إصابتهم بالعديد من الأمراض والاضطرابات النفسية مثل القلق والاكتئاب والعصاب، والاجترار وانعدام الصحة والرفاه النفسي ،كما تؤثر سلباً على الأداء الأكاديمي لطلاب الجامعة من حيث التعقيد النحوي ونقص الطلاقة اللغوية والكتابية ، كما قد يلجأ الكثيرون منهم لأسلوب التسويف والمماطلة .

ثانياً:- إخفاء الذات Self-Concealment

على الرغم من أن موضوع إخفاء الذات كان موضوعاً محورياً في مجال الشخصية وعلم النفس التطبيقي، إلا أنه لايزال هناك الكثير من الجدل بين الباحثين حول توفير أفضل الوسائل لتصور الإخفاء الذاتي؛ فالبعض ينظر إليه باعتباره إستعداداً بيولوجياً، وافترضوا أن الأشخاص الذين تعرضوا لهذا النمط من الإخفاء هم أكثر عرضة لأعراض المرض النفسي، في حين جادل البعض الآخر مثل لارسون وآخرون Larson et al., (2015) أن الإخفاء الذاتي يعكس المزاج التكيفي السئ وعمليات تنظيم السلوك، والتي تُزيد بمرور الوقت من الاضطرابات الجسدية والنفسية، وهذا الرأي يتفق مع نماذج العلاج السلوكي المعرفي الحديثة من علم النفس المرضي والتي تؤكد على عمليات تنظيم السلوك والعاطفة في تطوير المشاكل النفسية .

وفي عام (٢٠١٠) عرف يوسال وآخرون (Uysal et al., p187) الإخفاء الذاتي بأنه "بنية نفسية تشير إلى استعداد الشخص لإخفاء المعلومات الشخصية المؤلمة أو السلبية عن الآخرين".

كما أنه " اتجاه سلوكي مستقر إلى حد ما يهدف إلى الحفاظ على المعلومات الشخصية المحزنة والمحرجة عن الآخرين" (Edmunds et al., 2013, p3). كما عرفه كونراد وآخرون Conrad et al., (2014, P23) بأنه " سمة شخصية تصف الأفراد الذين هم أكثر عرضة لحجب المعلومات الشخصية والخاصة عن الآخرين مما يحرمهم التنفيس والرفاهية "

كما يشير إلى " إخفاء واعٍ للمعلومات الشخصية (الأفكار – المشاعر – الإجراءات – الأحداث) التي هي خاصة للغاية وسلبية في نفس الوقت، وغالباً ما تنطبق على الأحداث المؤلمة أو السلبية، مثل (إساءة معاملة الأطفال – الحزن – الأفكار السلبية القوية عن الذات) (Larson et al., 2015, p 707).

وهو " تجربة عادية تتضمن أفكارًا ومشاعر ومعلومات عن شخص تجعله يشعر بعدم الارتياح والتوتر ويتجنب إخبار الآخرين، وهو طريقة يستخدمها في الغالب الأشخاص الانطوائيون ، الذين يغلب عليهم الهدوء والتحفظ والخجل " Larson, (1991 in Doğan & Çolak, 2016, p177)

. كما أنه " الميل العام والمستمر للفرد لإخفاء أفكاره ، العواطف والسلوكيات والخبرات من الأفراد الآخرين التي يدركها على وجه التحديد عن نفسه / نفسها " (Demir et al., 2020, 449).

ويتضح من خلال العرض السابق تعدد تعريفات إخفاء الذات؛ إلا أن معظم التعريفات قد اعتمدت على تعريف لارسون Larson (1991) ، وهذا يدل على أنه قد ثبت صدقه وصحته في كثير من البحوث والدراسات ، وتم الاستفادة منها في وضع الصيغة المفاهيمية لإخفاء الذات على نفس غرارها، مع وجود بعض الاختلافات البسيطة، ومن ثم يمكن تعريف إخفاء الذات بأنه " تخوف الفرد الدائم من معرفة المحيطين بأسراره المحزنة والمخزية وتعمده إخفاء مشاعره السلبية عن الآخرين، الأمر الذي يقوده لبعض سلوكيات المراقبة الذاتية والتحفظ الشديدين عند تحدثه أمام المحيطين، الأمر الذي يجعله يعاني كثيراً بسبب عدم السماح لنفسه بالتنفيس عنها وإصراره على الاستمرار في ذلك بالرغم من معاناته "

ومن الجدير بالذكر أن إخفاء الذات Self-concealment ليس هو المعنى المضاد للإفصاح عن الذات أو كشف الذات Self-disclosure ، حيث يشير إخفاء الذات إلى أن الشخص يخفي معلومات محزنة أو مخزية، في حين أن عدم الإفصاح عن الذات يعني فقط أن الشخص لا يتطوع بمعلومات خاصة (Çelik, 2016, P2) ، كما ترى الباحثة أن الفرد المخفي لذاته يعاني في سبيل إخفاء أسراره المزيد من الصراعات الداخلية و المتضاربة، أما عدم الكشف عن الذات فلا يعاني في سبيل ذلك شئ ، بل يفعله

بأريحية وغالباً لا تكون المعلومات مخزية أو محزنة أي لا ترقى لدرجة السر الذي يُخشى كشفه .

كما اشار كل من لارسون وتشاستين (Larson & Chastain, 1991, p451) إلى أن كلاً من الإخفاء الذاتي ورفض الكشف عن الذات يعتبران بمثابة بنيات منفصلة تماماً، حيث يرتبط إخفاء الذات بشكل كبير بالأعراض النفسية والجسدية، فقد تم التأكيد على أن إخفاء الذات من شأنه أن يساهم بشكل فريد وكبير في التنبؤ بالحالة النفسية والجسدية، فهو يساهم في زيادة الاكتئاب ، والقلق ، والخداع الذاتي ،والمزيد من الأعراض الجسدية ؛ وذلك على عكس رفض الكشف عن الذات الذي لا يتبعه أي اضطراب نفسي كونه غير مضطر للإخفاء وإن كان يفضله.

وفي نفس السياق وإثباتاً لعدم الترادف بين إخفاء الذات ورفض الكشف عن الذات فقد أشارت نتائج دراسة كاوامورا وفروست (Kawamura & Frost, 2004, PP190-189) أنه على الرغم من أن إخفاء الذات كان مرتبطاً بالضيق، إلا ان إجراءات الدراسة لم تظهر أية علاقة بين عدم الكشف عن الذات وبين الضيق، فلو كانا مفهومي الإخفاء الذاتي وعدم الكشف عن الذات مترادفين لأظهرا نفس العلاقة الارتباطية بالضيق وعلى ذلك يبدو أن إخفاء الذات بشكل نشط يكون أكثر مرضية من المزيد من عدم الكشف عن الذات .

وتتسم المعلومات الشخصية التي يتم إخفاؤها تتسم بثلاث خصائص رئيسية، وفقاً لما ذكره لارسون وآخرون ,.Larson et al (2015) وهي :

١- يمكن الوصول إليها بوعي، ولذلك يخفيها الفرد عن وعي ودراية بها ، وهي بذلك تختلف عن الأسرار اللاواعية الناتجة عن القمع أو الإنكار .

٢- تبقى مخفية بنشاط،، ومن ثم فالإخفاء ينطوي على عملية واعية ونشطة لإخفاء المعلومات الشخصية السلبية.

ويعكس الإخفاء الذاتي ثلاث عمليات وهي: امتلاك سر مقلق ومقيّم بشكل سلبي، والتحفظ على السر بعيداً عن الآخرين، والشعور بالتخوف من الكشف عن الذات (Masuda et al., 2012, P775; Wismeijer et al., 2008).

وبالنسبة للعوامل المؤثرة في إخفاء الذات، فقد أشار Wismeijer et al., (2008) إلى أن قرار الحفاظ على سرية معلومات معينة غالباً ما يعتمد على المواقف الظرفية ، فقد يستدعي الموقف الذي يمر به الفرد أن يحتفظ بأسراره ، ولكن ثبت أن الشخصية والعوامل الثقافية والاجتماعية والاقتصادية قد تكون ذات صلة أيضًا؛ فبعض الأشخاص أكثر ميلًا إلى السرية من غيرهم، بمعنى أن بعض الأشخاص يشعرون بالارتياح عندما يفصحون عن معلومات شخصية للغاية ، بينما يتجنب البعض الآخر الكشف عن نفس المعلومات بأية ثمن. نتيجة لذلك ، يمكن فهم جزء من الحفاظ على السرية من حيث السمات الشخصية الثابتة.

١- كما قد تلعب الخبرات الماضية التي مر بها الفرد في حياته دوراً هاماً في عملية الإخفاء ، فقد أشار لارسون وآخرون (Larson et al., 2015, pp708-709) بأن الصدمات التي واجهها الفرد في ماضيه كلما تكرر حدوثها كلما دفع بالفرد إلى التمادي في إخفاء ذاته، كما أن التوجهات غير الآمنة لدى الفرد والخوف من كشف أسراره يزيد أيضاً من إخفاء الذات لديه، وكذلك فإن خوف الفرد من تقييم المجتمع له يجعله يفضل الظهور بشكل مغاير للواقع مما يدفع للتجمل وإخفاء ذاته الحقيقية ، وغالباً ما يكون هؤلاء الأفراد من مدعي الفضيلة أو ما تسمى بالكمالية العصابية، وأيضاً الأفراد ذوي الحساسية الاجتماعية والمثبطين اجتماعياً ونفسياً. .

وحول ما يخص النماذج النظرية المفسرة للإخفاء الذاتي ، فقد وُجدت العديد من النماذج والنظريات المفسة منها :

١- **نموذج التثبيط the inhibition model :-** اعتبر هذا النموذج أن عدم الحديث عن تجارب نفسية معينة (سواء كانت أحداث أو أفعال أو خبرات) هي شكل من أشكال التثبيط النشط، وفيه يقوم الفرد بكبح تلك التجارب الخاصة به عن وعي، وهذا الأمر يتطلب جهد فسيولوجي كبير وبمرور الوقت تتراكم الضغوط وتظهر آثارها في صورة أعراض فسيولوجية ونفسية، ولذلك فإن البوح بالتجارب المؤلمة يؤدي لصحة نفسية وجسدية جيدة أفضل، في حين يأتي إخفاؤها بنتائج عكس ذلك ، ومن ثم فالإخفاء الذاتي يعكس شخصية مثبطة، ومن ثم يؤدي لنتائج نفسية وفسيولوجية سلبية (Uysal et al., 2010, p188).

٢- **نموذج الانشغال The preoccupation model:** يُعد هذا النموذج بمثابة تفسير معرفي قائم على نموذج قمع الفكر، ووفقاً لهذا النموذج فإن السرية في حفظ المعلومات الشخصية الخاصة تتطلب من صاحبها قمع أفكاره، الأمر الذي يكلفه جهداً إدراكياً شاقاً، وقد لوحظ أن انشغال الفرد هنا بقمع أفكاره يؤدي إلى تأثير عكسي، حيث يجعل الأفكار المكبوتة أكثر فضولية وتطفلاً وإلحاحاً في الوصول إليها مما يؤدي إلى مزيد من قمع الفكر، الأمر الذي يترتب عليه تكون حلقة مفرغة من قمع الفكر وتطفل الفكر في آن واحد، وما بين انشغال الفرد بقمع أفكاره السلبية والتطفل في محاكاتها يُصاب الفرد بحالة من الاضطرابات النفسية والعقلية Uysal et al., 2010, p188) .

٣- نظرية الإدراك الذاتي self-perception theory:- وفقاً لهذه النظرية فإن الإخفاء الذاتي يؤدي إلى عملية الإدراك الذاتي، مما قد ينتج عنه فكرة سلبية عن الذات وكذلك تدني مستوى احترام الذات، بالإضافة إلى مشاعر العار والشعور بالذنب، الأمر الذي قد يصل به إلى التفكير في الانتحار، وهذا ما أكدته دراسة كلا من Friend lander et al., (2008) ، Alchiyama et al., (2008) .

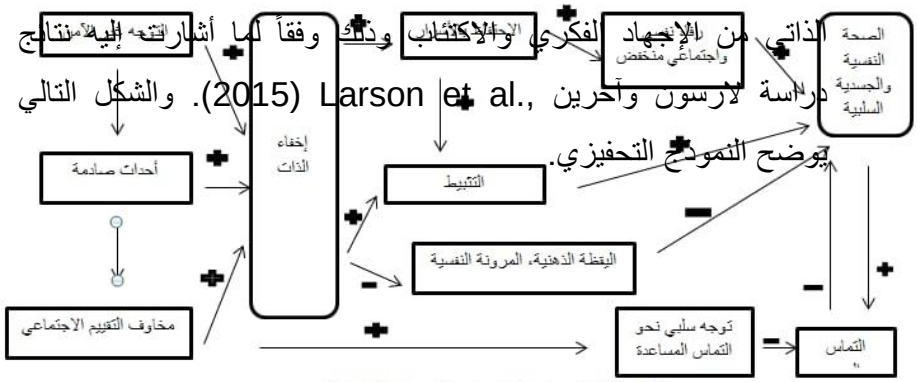
كما اقترح لارسون وآخرون Larson et al., 2015: pp708-709) نموذجا أسموه نموذج العمل A working Model، وفيه يتجلى إخفاء الذات بشكل مباشر في السلوكيات الشخصية (الحفاظ على السرية – محدودية التفاعل مع الآخرين) والارتباطات النفسية (التنظيم العاطفي السلبي) التي تعكس هدف الحماية الذاتية والشعور بالوصمة تجاه المعلومات الذاتية ، كل تلك الديناميكيات داخل الفرد وبينه وبين الآخرين تؤدي إلى نتائج سلبية على كل من الصحة النفسية والجسدية. وفيما يلي عرض لهذا النموذج:-

١- الإخفاء الذاتي كحافز (دافع) Self-Concealment as Motive:- حيث صور لارسون وزملاؤه الإخفاء الذاتي على أنه بناء تحفيزي معقد ، وفيه تعمل المستويات العليا من الإخفاء الذاتي على تنشيط مجموعة من السلوكيات الموجهة نحو الهدف مثل (الحفاظ على الأسرار، التجنب السلوكي، الكذب) ، واستراتيجيات التنظيم الانفعالي غير التكيفية مثل (القمع التعبيري) والتي تعمل على إخفاء المعلومات الشخصية المؤلمة أو المخزية .

٢- الخبرات الماضية Antecedents:- في هذا النموذج التحفيزي ينظر إلى الخبرات والتجارب السابقة المتمثلة في (الصدمات ، التوجه نحو

التوجهات غير الآمنة، الخوف من تقييم المجتمع) كبدايات ومقدمات دافعة إلى إخفاء الذات.

٣- نتائج وآليات العمل OUTCOMES AND MECHANISMS OF ACTION:- وضح النموذج التحفيزي النتيجة السلبية لعملية الإخفاء الذاتي ، حيث أوضح أن الصراع المزدوج القائم بين رغبة الحفاظ على المعلومات الخاصة والتستر عليها، وبين استمرار البحث فيها ومحاولة الإفصاح عنها غالباً ما يؤدي في النهاية إلى استنفاذ الأنا وظهور الكثير من الأعراض الفسيولوجية السلبية، الأمر الذي يضر بالصحة النفسية والجسدية للفرد المتبني للإخفاء الذاتي . حيث يعاني غالبية الأفراد ذوي الاختفاء الذاتي من الإجهاد الفكري والاكتئاب وذلك وفقاً لما أشارت إليه نتائج دراسة لارسون وآخرين Larson et al., (2015). والشكل التالي يوضح النموذج التحفيزي.



شكل (١) النموذج التحفيزي لتفسير إخفاء الذت

كما إختُبِر نموذجاً يعتمد على نظرية تقرير المصير لفحص كيفية ارتباط الاخفاء الذاتي بالنتائج السلبية، والذي يقترح أن الإخفاء الذاتي مرتبط بالمشكلات النفسية كونه يضر بتلبية الاحتياجات النفسية الفطرية من الاستقلالية والكفاءة والارتباط ، حيث اعتبرت هذه الاحتياجات الثلاث أساس فهم الدافع البشري. وقد وجد أن الاخفاء الذاتي يؤثر بشكل واضح على الاحتياجات الثلاث ويعوق تلبيتها،حيث يجعل المرء في حالة صراع مستمرة من أجل قمع أفكاره وعدم إظهارها للآخرين ولتجنب كشف أسراره،

حتى أنه يصبح دائم المراقبة الذاتية لكل ما يتفوه به من كلمات ، وما يقوم بفعله من سلوكيات، شديد التحفظ على البوح بخصوصياته، دائم التخوف من افتضاح أسراره في نهاية المطاف، كل ذلك يجعله غير قادر على إيقاف التدخل الفكري،مما يشعره بأنه مقيد غير قادر على التصرف بشكل حر مستقل ، فيتملكه شعور بالسيطرة الخارجية بدلاً من الشعور بالحكم الذاتي فيعجز عن إشباع حاجاته ذات الصلة بالاستقلالية والكفاءة.

مما سبق عرضه من نماذج ونظريات مفسرة لإخفاء الذات يتضح للباحثة اختلاف النماذج والنظريات لدى كل باحث باختلاف وجهات النظر لدى كل منهم ، وترى الباحثة أن هذه النظريات لا يمكن الاستغناء عن إحداها أثناء عملية التفسير لضمان الحصول على صورة متكاملة لإخفاء الذات ، فكل نموذج مكمل للآخر فنموذج التثبيط يفسر إخفاء الذات في ضوء الآثار السلبية للإخفاء الذاتي والتي يُرجعها إلى العمل الفسيولوجي الناتج عن التثبيط السلوكي المصاحب لعملية الإخفاء . أما نموذج الانشغال فهو نموذج معرفي قائم على قمع الفكر ، ويوضح أن انشغال الفرد في قمع أفكاره قد يأتي بنتيجة عكسية ، فبدلاً من قمع الأفكار قد يحدث لها تداعي دون قصد ، الأمر الذي يدخل الفرد في حالة من الصراع والتضارب بين القمع والتداعي مما قد يصيبه بالأمراض النفسية، كما فسر نموذج الإدراك عملية الإخفاء الذاتي في ضوء الاثار السلبية المترتبة على الإخفاء وما يترتب عليه من تدني فكرة الفرد عن نفسه الأمر الذي قد يدفعه للانتحار ، كما فسر نموذج العمل إخفاء الذات في ضوء الدافع لعملية الإخفاء (الحفاظ على الأسرار، التجنب السلوكي، الكذب)، ودور الخبرات الماضية في عملية الإخفاء (الصدمات، التوجه نحو التعلق غير الآمن، الخوف من تقييم المجتمع) والتي اعتُبرت بمثابة محفزات لإخفاء الذات، وأخيراً فقد فسر النموذج القائم على نظرية تقرير المصير عملية الإخفاء في ضوء الآثار التي تلحق بالاحتياجات الأساسية للفرد من استقلالية وكفاءة وارتباط. **وقد اعتمدت الباحثة في بحثها الحالي على نموذج العمل في انتقاء أبعادها** ، كونه أنسب النماذج واوضحهم بالنسبة لها .

وبالنسبة للآثار السلبية المترتبة على إخفاء الذات، فقد أشارت دراسة Kelly & Yip (2006) ، Broeck et al., (2016) إلى أن السرية قد تتطلب طاقة نفسية كبيرة، مما قد يترك طاقة اقل للتعامل مع القضايا المهمة الأخرى. فالأشخاص ذوي الإخفاء الذاتي عادة ما يحاولون التجمل والتزييف الذاتي عن طريق ارتداء أقنعة اجتماعية زائفة، لنيل القبول الاجتماعي ، الأمر الذي قد ينسيهم حقيقتهم الفعلية ويزيد من عملية التثبيط النشط لديهم . ومن ثم قد يخسر فرصة دعم وتوجيه وتعديل المجتمع له وتقديم التغذية الراجعة الملائمة مما يقلل من كفاءة الفرد التي هي أساس التمتع بالصحة النفسية. كما أن الاحتفاظ بالأسرار الشخصية تعد عامل هام في تطور الضيق النفسي وانخفاض مستوى الرفاهية النفسية ، والسلوك الانتحاري لدى طلاب الجامعة وفقاً لما أظهرته دراسة Uysal et al., (2010)، Friedlander et al., (2012) وفي نفس السياق أوضحت دراسة Smetana & Robinson (2019) وجود ارتباط بين إخفاء الذات والكذب خاصة بين المراهقين الصغار مقارنة بالأكبر سناً، كما أنه يؤثر سلباً على تعامل الفرد مع ضغوط الحياة، وتفكك العلاقات الشخصية Demir et al., (2020, P449).

كما قد يؤدي إخفاء الذات إلى تفاقم واستمرار استجابات الإجهاد الناتج عن محاولة الإخفاء، كما قد يكون ضاراً بالصحة بشكل خاص بسبب الجهد الإضافي المطلوب لحجب المعلومات الحساسة والمحرجة عن الآخرين، كما قد تكون المشكلة الثانوية أنه يمنع تطوير استراتيجيات تكيف أكثر تكيفاً مثل استخدام الدعم الاجتماعي (Williams & Cropley,2014, p4)

مما سبق عرضه يتضح اهتمام الباحثين بالاضطرابات النفسية المترتبة على عملية الإخفاء، مثل الاكتئاب والميل للانتحار والقلق الاجتماعي وعدم الرضا عن الحياة، ولذلك فقد أصبح إخفاء الذات من الموضوعات المهيمنة في مجال علم النفس المرضي .

وقد استفادت الباحثة من نظرية الإدراك الذاتي في تحديد مكونات إخفاء الذات، والتي اشتملت على (التخوف من الآخرين، المظاهر السلوكية للإخفاء الذاتي، التقييم الحالي للذات، التقييم المستقبلي للذات) .

ثالثاً :- الاتجاهات نحو السعي لالتماس المساعدة النفسية Attitudes Toward Seeking Psychological Help

يعد البحث في مجال اتجاهات السعي إلى إلتماس المساعدة النفسية من الموضوعات الجاذبة التي استقطبت اهتمام العديد من المختصين والممارسين والباحثين في مهن الصحة النفسية لمدة طويلة ، وأحد الأسباب للاهتمام المستمر في هذا الموضوع أن المرشدين والمعالجين النفسيين قد توصلوا وأدركوا أن الاتجاهات والآراء التي يحملها الأشخاص تؤثر في كلٍ من الاستخدام ونجاح تلك الخدمة (جهاد علاءالدين، ٢٠١١، ص١٤٨٥). وقد كرس العديد من الباحثين اهتمامهم في السنوات القليلة الماضية لفحص عملية السعي نحو التماس المساعدة النفسية كونها تعد وسيلة هامة وجيدة للتغلب على المشكلات التي تواجه الفرد، ولوحظ أن سلوك التماس المساعدة يستند على العلاقات الاجتماعية ومهارات التعامل مع الآخرين لحل المشكلات.

والمتتبع للأدبيات النفسية في مجال الاتجاهات نحو إلتماس المساعدة النفسية ، يجد أن السعي نحو تلقي الدعم النفسي في حد ذاته يُعد سلوكاً تكيفياً ، وفي الأدبيات التي اهتمت بالتعامل مع المشكلات ، يُنظر إليه على أنه رد فعل على الإجهاد وآلية تساهم في الرفاهية والصحة النفسية (Topkaya,2013, P22). ويعرف الاتجاه وفقاً لما أوضحه Ajzen (1991) المشار إليه في مصطفى عبدالمحسن (٢٠٢٠، ص٤) بأنه " حكم شخصي إقدامي أو إحجامي للشروع في الفعل، ويرجعه إلى الدرجة التي من خلالها يقيم الشخص قبول أو رفض السلوك الذي هو محل المبادرة " ، ويتسق هذا مع ما أوضحه (Abdollah et al., 2017, p2) من أن الاتجاه هو "موقف من قبل المراهق للحصول على المساعدة النفسية في حل مشكلاته العاطفية والسلوكية".

ويعرف السعي نحو التماس المساعدة النفسية بأنه" أية محاولة لالتماس المساعدة النفسية سواء من خلال الدعم الرسمي الذي يقدمه محترفون أو الدعم غير الرسمي المقدم من الأصدقاء وأفراد الأسرة " (Chandrasekara, 2016, p234) . كما عرَّفه بيتمان Bitman (2017) بأنه "التماس المساعدة من محترف لديه دور معترف به وتدريب مناسب في تقديم التدخلات" ، وهو "عملية تكيفية يسعى فيها الشخص للحصول على دعم خارجي لمشكلة ما " (Stretton et al., 2018, p26).

من خلال عرض التعريفات السابقة يتضح لنا اختلاف التعريف باختلاف وجهة نظر كل باحث، وقد عرفته الباحثة بأنه " المواقف التي يتبعها الأفراد عندما يكونون بحاجة لمساعدة نفسية سواء من صديق أو قريب أو طبيب نفسي. وتصنف في الغالب إلى مواقف إيجابية تدل على تقبل فكرة التماس المساعدة من الغير، ومواقف سلبية تشير إلى عدم تقبل تلك الفكرة. وتعتمد مواقف الرفض والقبول على ثلاثة أبعاد هي المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية، تقبل نظرة المجتمع، الثقة في مقدم المساعدة النفسية "

وبعد الاطلاع على الأدبيات النفسية التي اهتمت بالتماس المساعدة النفسية تبين أن سلوك التماس المساعدة النفسية يتشكل من خلال المواقف، والاتجاهات ، حيث تتأثر المواقف بثلاثة عوامل رئيسية هي: العوامل الشخصية ، والخصائص الاجتماعية، والعوامل المتعلقة بخدمات الاستشارة والقائمين على تقديمها (أمل جمعة، ٢٠٢٠، ١٨١). كما تبين أن الاتجاهات نحو البحث عن خدمات نفسية ، تعكس أربعة أشياء وتعد بمثابة الأبعاد المحددة والمكونة لمواقف الأشخاص تجاه التماس المساعدة النفسية وهي:- الإعتراف بالحاجة إلى مساعدة نفسية ، تحمل وصمة العار المرتبطة بالتماس مثل هذه الخدمات ، الانفتاح الشخصي فيما يتعلق بمشاكل المرء ، والثقة في قدرة الأخصائي النفسي أو القائم على تقديم على المساعدة النفسية (Masuda, 2012, p774) .

على الجانب الآخر ذكر بيكو وآخرون (Picco et al., 2016, P4) أن هناك ثلاثة عوامل محددة لاتجاهات الأفراد ومواقفهم نحو التماس المساعدة النفسية ، وهي الانفتاح لالتماس المساعدة وتعني قبول الفرد لفكرة عرض مشاكله على غيره لمساعدته، والقيمة في التماس المساعدة وتشير للمردود الإيجابي لالتماس المساعدة ، وتفضيل التعامل مع الذات وتعني تأقلم الفرد على التعامل مع نفسه فقط.

كما استنتج كايا (Kaya, 2015, p226) وجود أربعة عوامل محددة لمواقف التماس المساعدة النفسية وهي : الثقة في القائم على تقديم المساعدة النفسية ، المعتقدات حول دور المساعدة النفسية ، تحمل نظرة المجتمع (وصمة العار) ، الاستعداد للكشف عن الذات .

وأخيراً، وفي ضوء ما تم عرضه سابقاً عن تحديد مكونات الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية؛ والتي اختلفت باختلاف رؤى الباحثين في تحديد مكوناتها طبقاً للأداة المكونة للقياس، ووجهة نظر كل باحث ، نجد أن هناك من حددها في ثلاثة مكونات ، وأربعة مكونات، وهذا يدل على أنها مفهوم متعدد الأبعاد؛ وعليه يمكن تحديد مكونات الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية في ضوء ما اعتمدت عليه الدراسات والبحوث السابقة، في ثلاثة مكونات أساسية هي:- المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية كجانب شخصي ، الثقة في مقدم المساعدة النفسية كجانب يتعلق بمقدم الخدمة، تحمل نظرة المجتمع كجانب اجتماعي، وذلك وفقاً لما اعتمدت عليه معظم الدراسات والاتجاهات البحثية، حيث أنها توضح مفهوم الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية بصورة جيدة وشاملة لجميع جوانبها، وتسهم في بناء أداة قياس بصورة مناسبة وبموضوعية ودقة .

وبالنسبة للعوامل المؤثرة في اتجاهات الأفراد نحو التماس المساعدة النفسية من الآخرين، يمكن عرضها كالتالي:

(١) وصمة العار الذاتية

عُرفت بأنها تخفيض قيمة وتقدير الذات نتيجة إحساس الفرد بالوجود الاجتماعي غير المرغوب فيه أو غير المقبول (Yee et al., 2020, p34). وقد صنف فوجيل وآخرون Vogel et al., (2007) وصمة العار إلى نوعين هما :-

(أ) **وصمة العار العامة:** وتعني التصور الذي يحمله الآخرون تجاه فرد معين واعتباره غير مقبول اجتماعياً.

(ب) **وصمة العار الذاتية:** وتعني التصور الذي يحمله الفرد عن نفسه بأنه غير مقبول لدى الآخرين مما يخفض تقدير الذات لديه ، ومن ثم فالصور السلبية التي يكونها المجتمع عن طالبي المساعدة النفسية تشعرهم بالضعف والدونية ، الأمر الذي يحملهم على التخلي عن التماس المساعدة النفسية حفاظاً على نظرة المجتمع إليهم . وقد أفادت بعض الدراسات إلى تنبؤ وصمة العار بمواقف سلبية تجاه التماس المساعدة النفسية مثل دراسة كيم ويون Kim & Yon (2019)، young and Ng (2016) .

(٢) النوع:- لقد أشارت نتائج العديد من البحوث مثل دراسة Shea & Yeh (2008) ، Mckelvie (2009)، Nam et al., (2010)، Topkaya (2014) Do et al., (2019) إلى أن الجنس كان دائمًا مؤشرًا هاماً على اتجاهات الأفراد نحو التماس المساعدة النفسية، فقد أفاد الإناث بمواقف أكثر إيجابية، فقد كن أكثر استعدادًا للاعتراف بالحاجة إلى المساعدة النفسية ، وأكثر انفتاحًا بشأن مشكلاتهم ، وأكثر ثقة في خدمات الصحة النفسية المقدمة عن نظرائهم من الذكور.على الجانب الآخر لم يكن الجنس مؤشراً هاماً للدلالة على وجود فروق في مواقف طلاب الجامعة تجاه التماس المساعدة

النفسية كما في دراسة Chan (2014)، Tieu & Konnert (2014)، Kaya (2015) .

(٣) العمر بالرغم من عدم وضوح العلاقة بين العمر والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية ؛ إلا أنه قد استنتجت بعض الدراسات أن كبار السن لديهم مواقف أكثر إيجابية تجاه التماس المساعدة عن صغار السن مثل دراسة Masuda (2012)، Mackenzie et al., (2006) ، Shea & Yeh (2008). في حين أشارت نتائج دراسة Tieu, Y., & Konnert (2014) ، Kaya (2015) إلى أن كبار السن أقل إيجابية في التماس المساعدة النفسية من صغار السن.

(٤) القيم الثقافية:- كما تعد القيم الثقافية الخاصة بالمجتمع من أهم وأكثر العوامل المؤثرة في تشكيل الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية، فالكثير من المجتمعات تؤكد ثقافتها على الحفاظ على شكل وتاريخ العائلة، وضرورة التمسك بالضبط الانفعالي، وتجنب الحرج أمام الآخرين، ومن ثم فكل ذلك قد يتعارض من وجهة نظرهم مع المعايير اللازمة لالتماس المساعدة مثل الإفصاح عن الذات ، ولذلك قد يفضل الكثيرون التعامل مع مشكلاتهم الخاصة بأنفسهم دون اللجوء للآخرين حفاظاً على وضعهم الاجتماعي وخشية فقدان احترام الآخرين لهم .

(٥) حدة المشكلات النفسية :- أشارت دراسة Nagai (2015) لوجود علاقة إيجابية بين شدة المشكلات النفسية واللجوء لالتماس المساعدة النفسية، بمعنى أن الأفراد الأكثر معاناة نفسة لديهم اتجاهات ايجابية واضحة للسعي لالتماس المساعدة النفسية .

(٦)عوامل أخرى :- (أ) الاحتياجات الذاتية: فالوعي بالاحتياجات الشخصية يؤثر بشكل كبير على قرار ما إذا كان يجب التماس المساعدة أم لا ،

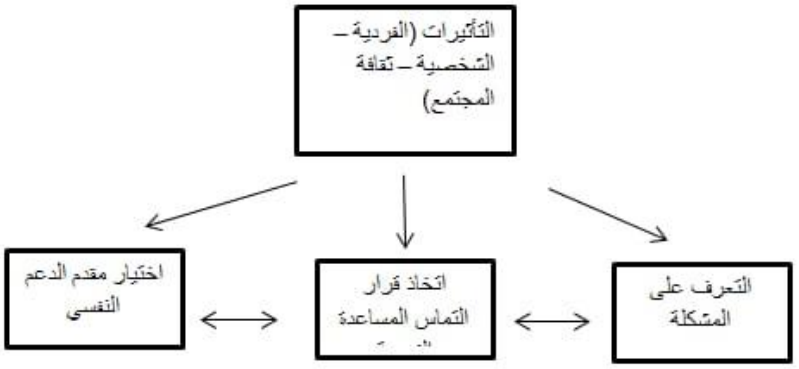
كما أنها تسهل النوايا لالتماس المساعدة من أفراد الأسرة والأصدقاء. **(ب)الدعم الاجتماعي**: حيث يعد بمثابة عامل مهم آخر يؤثر على التماس المساعدة، فإذا كان الشخص يرغب في التماس المساعدة ، فمن الضروري العثور على شخص يمكنه تقديم المساعدة الكافية، خاصة وأن أولئك الذين لديهم شبكات دعم أكبر يبلغون عن نوايا أكبر لالتماس المساعدة النفسية (Nagai, 2015, p 314) .

وبالنسبة لمعوقات التماس المساعدة النفسية فقد تم إجراء العديد من الدراسات للتحقيق في العوائق الرئيسية لالتماس المساعدة النفسية، فوُجد أن الخوف من وصمة العار، ونقص المعرفة حول عملية المساعدة، وقلة المال، وعدم تصديق المساعد، والشعور بأن المساعد ليس لديه ثقافة المعرفة تُعد بمثابة الحواجز الرئيسية التي تحول دون التماس المساعدة النفسية من الآخرين (Chandrasekara, 2016, 235). كما حددها Guillver et al., (2010) في عدة نقاط منها، وصمة العار والإحراج، وعدم القدرة على فهم أعراض المرض النفسي وإبلاغها للآخرين، وتفضيل الاعتماد على الذات في حل المشكلات النفسية، وانعدام الثقة في مصادر المساعدة .

وحول ما يخص النماذج والنظريات المفسرة لمواقف التماس المساعدة النفسية فلا يزال موضوع السعي نحو الحصول على المساعدة النفسية يحتل الصدارة في العديد من الأسئلة والافتراضات والتحليلات المتعلقة بالصحة النفسية لعدة عقود، **وتعتبر نظرية المواجهة للازاروس** Lazarus (1990) من أوائل النظريات التي اهتمت بذلك الصدد، حيث اشارت النظرية إلى لجوء الفرد حال تعرضه لمحنة نفسية إلى نوعين من التحدي وهما:- إما المواجهة المتمركزة حول المشكلة ، وإما المواجهة المتمركزة حول الانفعال.

حيث يصر الفرد في النوع الأول من المواجهة على البحث في أسباب المشكلة ودوافعها وكيفية الخروج وهنا قد يكون اللجوء لالتماس المساعدة النفسية بصورة رسمية أو غير رسمية هو السبيل المناسب لحل المشكلة ، وأما النوع القائم على الانفعال فإنه يفضل حماية نفسه انفعالياً والمحافظة على توازنه النفسي بعيدً عن التوتر دون التطرق لأي أمر يتعلق بالمشكلة وفي هذا النوع من المواجهة نجد أن الفرد يعزف بعيداً عن التماس المساعدة النفسية حفاظاً على هيبته أمام نفسه والآخرين (علاءالدين، جهاد، ٢٠١١، ص ١٤٨٩) .

على الجانب الآخر أعد ليانج وآخرون ,.Liang et al (2005) نموذجا تم التركيز فيه على العمليات المعرفية الداخلية لطالب المساعدة النفسية ، واشتمل على ثلاث مراحل هي:- التعرف على المشكلة ، واتخاذ قرار لالتماس المساعدة ، واختيار مقدم المساعدة. والشكل التالي يوضح النموذج.



شكل رقم (٢) يوضح نموذج التماس الدعم النفسي ليانج Liang (2005)

وهناك نموذج المعتقد الصحي (الصحة النفسية) : والذي يفترض أن القوى الدافعة للسلوك الصحي هي المعتقدات الشخصية أو التصورات الموجودة لدى الفرد حول المرض النفسي، والذي يستدعي التماس المساعدة النفسية ، ويحتوي النموذج على أربعة تركيبات رئيسية هي (الحساسية المدركة، والجدية والفوائد والمعوقات). وتشير **الحساسية المدركة** إلى الفرص المدركة للفرد للإصابة بمرض نفسي، في حين تشير **الجدية المدركة** إلى مصداقية الفرد في حكمه على مدى شدة مرضه، وأما **الفوائد المدركة** فهي إدراك الفرد لأفضلية السلوك الحالي المتمثل في سعيه لالتماس المساعدة النفسية عن السلوك الماضي قبل السعي للمساعدة، وأخيراً **فالمعوقات المدركة** هي مجوعة الصعوبات والحواجز التي يدركها الفرد ويعرف انها ستحول دون تبنيه للسلوك الجديد (Arora et al., 2016, p 265).

وفي نفس الصدد جاءت نظرية Ajzen التي عرفت باسم نظرية التصرف المنطقي والسلوك المخطط Theory of Reasoned Action and Planned Behavior : والتي ظهرت كواحدة من أكثر الأطر المفاهيمية تأثيرًا وشعبية لدراسة الإنسانية، وأشارت إلى أن سلوك الفرد يتأثر بنيته السلوكية، ومعتقداته المعيارية، ومدى سيطرته على المعتقدات Chandrasekara, (2016, p236)، وفيما يلي عرض لتلك العوامل الثلاثة :

١- **المعتقدات السلوكية behavioral beliefs** : حيث أن موقف المرء من السلوك يعتمد على معتقداته أو توقعاته فيما يتعلق بنتائج أداء السلوك ، بالإضافة إلى تقييمات المرء لتلك النتائج . فعلى سبيل المثال إذا كان الفرد يربط النتائج السلبية بالتماس المساعدة النفسية ، فمن المتوقع أن يكون لدى هذا الفرد موقف سلبي تجاه التماس المساعدة النفسية، فإذا اعتقد الفرد أنه سوف يفقد هيبته إذا

التماس المساعدة النفسية فمن المرجح أن يرفض تلك المساعدة ويتخذ تجاهها موقفاً سلبياً ، والعكس صحيح

٢- **المعتقدات المعيارية normative beliefs**: تعني التوقعات المعيارية لأشخاص آخرين بمعنى الموافقة أو الرفض من الأشخاص المقربين للفرد، ودافع الفرد للامتثال لهؤلاء الأفراد، فمثلاً إذا اعتقد الفرد أن سلوك ما سوف يحظى بالقبول من الأشخاص المقربين منه فمن المتوقع أن يكون أكثر حماساً ودافعية لتلبية تلك التوقعات ، ومن ثم قد يمتلك معياراً ذاتياً إيجابياً حول أداء هذا السلوك ، كأن يتخذ موقفاً إيجابيا تجاه التماس المساعدة النفسية من الأشخاص المقربين منه نظراً لعلمه المسبق بتقبلهم له ، والعكس صحيح

٣- **السيطرة على المعتقدات control beliefs :-** يسمى بالتحكم السلوكي المدرك، ويعني المعتقدات حول وجود العوامل التي قد تزيد أو تعوق أداء السلوك ، وتشتمل على أمرين هما الكفاءة الذاتية التي تعني قناعة الفرد بأنه يمكن للمرء أن ينجح في تنفيذ السلوك المطلوب لتحقيق النتائج. وتوقع النتيجة التي تعني تقدير الشخص بأن سلوكًا معينًا سيؤدي إلى نتائج معينة (Bitman, 2017, P20 ; Arora et al., 2016, p265 & Ajzen, 2002, p665)

كما فسرت الاتجاهات نحو التماس المساعدة في ضوء الصورة التقليدية للصراع إقدام / إحجام والتي تشير إلى تحير الفرد الساعِ إلى التماس المساعدة النفسية ما بين رغبة ملحة لحل مشكلاته، ولكن إدراكه للنتائج السلبية المترتبة على التماسه للمساعدة تحول بينه وبين الحصول عليها .

يتضح مما سبق عرضه من نظريات مفسرة لاتجاهات الأفراد نحو التماس المساعدة النفسية؛ أن هناك من نظر إليها من عدسة الصحة النفسية والذي أكد على

أن المعتقدات الشخصية المترسخة في ذهن الفرد حول المرض النفسي والتماس المساعدة بمثابة القوى الدافعة للسلوك الصحي ، ومنهم من نظر إليها في ضوء نظرية التصرف المنطقي والسلوك المخطط واعتبرها عملية معقدة ومتداخلة ومتفاعلة مع بعضها البعض ومتمثلة في معيارين أحدهما سلوكي خاص بنظرته لنفسه والآخر خاص بنظرة المجتمع له، إضافة إلى مدى كفاءته وتمكنه من السيطرة على تلك المعتقدات، ومنهم من نظر لها بعدسة لازورس للمواجهة والتي قسمها لقسمين إما مواجهة متمركزة حول الانفعال فتكون غايته حماية ذاته من أذى الآخرين بترفعها عن التماس المساعدة النفسية من أحد، وإما مواجهة متمركزة حول المشكلة تؤكد على انشغال الفرد بهدف أساسي وهو حل مشكلته النفسية وإن كان الثمن هو التماس المساعدة من الغير، **وقد اعتمدت الباحثة في صياغتها لمكونات الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية على نظرية التصرف المنطقي والسولك المخطط التي شملت المفهوم بصورة أفضل .**

رابعاً: العلاقة بين متغيرات البحث

(١) العلاقة بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات

لقد استقطب موضوع الكمالية العصابية اهتمام العديد من الباحثين في الآونة القليلة الماضية، نظراً لما تخلفه من اضطرابات نفسية وجسدية وذهنية لذويها. والمتتبع للأدبيات النفسية التي تناولت هذا الموضوع ، يتبين له ارتباط الكمالية العصابية بإخفاء الذات.

حيث تدعم العديد من الدراسات الفكرة القائلة بأن الأفراد الكماليين يخفون المعلومات الشخصية السلبية حفاظاً على مظهرٍ لا تشوبه شائبة، وتجنباً للتقييم السلبي من الآخرين، كما وجد أنهم يخافون من أن يفكر الآخرون فيهم بشكل غير لائق بسبب أخطائهم ، ولذلك فضلوا الإبقاء على كل خصوصياتهم سرية (Kawamura, 2004,

P184). ولذلك فقد ارتبطت الكمالية بالإخفاء، حيث أوضحت دراسة Kawamura & Frost (2004) التي أُجريت لاختبار الإخفاء الذاتي كوسيط للعلاقة بين الكمالية والضيق النفسي، على عينة قوامها (١٤٥) ممن تراوحت أعمارهم بين (١٨-٣٩) عاماً، وجود ارتباط كبير بين الكمال اللاتكيفي وإخفاء الذات، والضيق، كما أشار تحليل المسار إلى أن إخفاء الذات توسط العلاقة بين الكمال اللاتكيفي والضيق .

كما أشارت نتائج دراسة Hannah (2008) التي طبقت على عينة قوامها (٣٠٤) طالباً جامعياً إلى وجود فروق كبيرة بين درجات الطلاب ذوي الكمالية اللاتكيفية والطلاب ذوي الكمالية التكيفية في درجة إخفاء الذات للمعلومات الشخصية التي قد تكون مزعجة لصالح الطلاب ذوي الكمالية اللاتكيفية .

وجاءت دراسة Williams & Cropley (2014) لفحص دور الإخفاء الذاتي كوسيط للعلاقة بين الكمالية وسلوكيات الصحة الوقائية ، وذلك على عينة من طلاب الجامعة قوامها (٣٧٠) طالباً، وبعد تطبيق الأدوات المناسبة توصلت الدراسة إلى ارتباط الكمالية اللاتكيفية بمستويات أعلى من إخفاء الذات، كما تبين أن الكمالية التكيفية لا علاقة لها بإخفاء الذات. وفي دراسة أجراها Costa et al., (2016) للتحقيق في النسخة البرتغالية لمقياس إخفاء الذات أحادية البعد، وللنسخة المعدلة ثنائية البعد، تم توزيعها على (٥٥٥) بالغاً ، بالاضافة لمقاييس اخرى مثل مقياس الكمال ومقياس التفاؤل والتشاؤم، أشارت أهم النتائج إلى ارتباط الإخفاء الذاتي بدرجة متوسطة بالكمالية الموجهة ذاتياً، والموصوفة اجتماعياً .

(٢) العلاقة بين الكمالية والاتجاهات نحو إلتماس المساعدة النفسية

قد يبدو أن المثالية، والحاجة للظهور بشكل مثالي قد يمنعان صاحبها من التماس المساعدة النفسية، ومع ذلك، فإن الكمالية والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لم يتم فحصهما معاً إلا نادراً (Wimberley, 2017, p15) ، وهذه الفجوة في الأدبيات النفسية واضحة بشكلٍ خاص(Zeifman et al., 2015. P277).

وقد أظهرت الأدبيات الحالية التي اهتمت بفحص العلاقة بينهما أن الكماليين هم أكثر الأشخاص عرضة لوصمة العار الذاتية، وأكثرهم إحتمالاً لأن يكون لديهم مواقف سلبية تجاه التماس المساعدة النفسية، وأحد التفسيرات المحتملة هو أن الكماليين أكثر عرضة للقلق من أن مشاكلهم النفسية قد تدفع الآخرين إلى التفكير فيهم بشكل سيئ (Abdollahi et al., 2017, p2) ، الأمر الذي قد يضطرهم إلى رفض التماس المساعدة النفسية مهما كانت حاجتهم إليها.

كما قد يعود رفض الكماليين لالتماس المساعدة النفسية إلى أن الانشغال بالظهور بشكل مثالي، قد يمنعه من التماس المساعدة النفسية حين تكون مطلوبة، وذلك لأن التماس المساعدة يمكن اعتباره من وجهة نظرهم الخاصة اعترافاً صريحاً بالفشل وعدم الكمال، وهذا ما أوضحته نتائج دراسة Hewitt & Flett (2014) المشار إليهما في دراسة Wimberley (2017) . ومن ثم فإنه قد ينتقد نفسه نقداً قاسياً إذا شعر أنه بحاجة لالتماس المساعدة ، فالكمالية من وجهة نظره ألا يكون بحاجة لمساعدة أحد مهما كان حجم الضائقة النفسية التي يمر بها .

وقد أظهرت نتائج العديد من الدراسات والبحوث السابقة التي اهتمت بفحص العلاقة بين الكمالية ومواقف التماس المساعدة النفسية، ميل الكماليين للاعتماد على أنفسهم في حل مشكلاتهم وعدم التماس المساعدة النفسية من الآخرين ، ومن تلك الدراسات دراسة Rasmussen &Yamawaki (2013) التي عنيت بفحص تأثير الكمالية والدافع الديني على التماس المساعدة والاتجاهات نحو خدمات الصحة النفسية ، على عينة قوامها (١١٩) طالباً جامعياً ، وأشارت النتائج إلى أن زيادة مستويات الكمالية قد تنبأت بشكل كبير بمزيد من السلبية تجاه التماس المساعدة النفسية .

وفي نفس الصدد جاءت دراسة زيفمان وآخرون Zeifman et al., (2015) التي اعتمدت على فرضية أن الحاجة إلى التماس المساعدة للمشكلات النفسية لا تتماشى

مع الأهداف الشخصية المثالية للشباب المثاليين ورغبتهم في الاحتفاظ بالصورة الذاتية المثالية، وأشارت النتائج إلى صحة الفرضية حيث ارتبطت الكمالية بوصمة العار من التماس المساعدة النفسية.

كما اختبرت دراسة Shannon et al., (2018) العلاقة بين السعي إلى الكمالية والاتجاهات نحو التماس المساعدة والوصمة الذاتية لالتماس المساعدة على عينة قوامها (١٤٠) طالب جامعي، وأشارت النتائج إلى أن الأفراد الذين لديهم مستويات عالية من الكمالية هم أكثر تردداً في البحث عن المساعدة لحل مشكلاتهم النفسية.

كما كشفت دراسة Parker et al., (2018) أن الكمالية التكيفية (معايير شخصية عالية) قد تنبأت بإيجابية البحث عن المساعدة النفسية وذلك في دراسة اهتمت بفحص طبيعة العلاقة بين الكفاءة الذاتية الأكاديمية، والكمالية (التكيفية – اللاتكيفية) والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية ، لدى عينة مكونة من (٣١١) طالب بكالوريا.

(٣) العلاقة بين إخفاء الذات والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية

تشير الدراسات بأن الأشخاص الذين يميلون لإخفاء مشاعرهم المؤلمة والسلبية، ويفضلون الاحتفاظ بها لأنفسهم ، يكونون في أمس الحاجة لمن يمد لهم يد العون لمساعدتهم نفسياً في اجتياز محنتهم النفسية، وعلى الرغم من ذلك يرفضون فكرة اللجوء لالتماس المساعدة النفسية من الآخرين .

ويعتمد إخفاء الذات على السياق الثقافي للمجتمعات، فقد تعتبر بعض المجتمعات أن إظهار الفرد لأسراره وخصوصياته بمثابة أعمال تخريبية ضد الانسجام الاجتماعي والشرف الشخصي والعائلي، الأمر الذي يحول تماماً دون التماس المساعدة النفسية خاصة المهنية (Masuda, 2011, P 267) .

على الجانب الآخر قد يظهر البعض حاجته لالتماس المساعدة النفسية، ولكنه لا يسعى للحصول عليها .ولذلك فإن العلاقة بين إخفاء الذات والتماس المساعدة معقدة، ووفقاً لنموذج الإفصاح عن الذات ، يزداد الإفصاح بزيادة الضيق النفسي، وهكذا

يتعرض المخفون لذاتهم لضغوط نفسية وأفكار متضاربة ، حيث أنهم يتبنون مواقف سلبية أكثر تجاه التماس المساعدة ، بينما هم أيضًا أكثر عرضة للحاجة إلى المساعدة بسبب ضغوطهم الأكبر من تحملهم). ولشرح هذا النمط، قدم كريمر Cramer (1999) نموذج التماس المساعدة، حيث يؤدي الإخفاء لمزيد من الضيق، ومزيد من المواقف السلبية تجاه التماس المساعدة النفسية، ومزيد من فقدان الدعم الاجتماعي، وتفاعل كل تلك العوامل يساهم في النهاية في سلوك التماس المساعدة النفسية (Hogge & Blankenship, 2020, P3)

وبشكل عام ، ووفقاً لما أقرته معظم الدراسات والبحوث فإن إخفاء الذات يرتبط بالمواقف السلبية تجاه التماس المساعدة النفسية، ولتأكيد ذلك فقد قام كل من Wallace & Constantine (2005) ببحث العلاقة بين القيم الثقافية والمواقف الإيجابية لطلب المساعدة النفسية، وإخفاء الذات، فأشارت النتائج لوجود علاقة ارتباطية موجبة بينهما، كما قام كل من ماسودا وبون Masuda &Boone (2011) بدراسة العلاقة بين وصمة الصحة النفسية، والإخفاء الذاتي، الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لدى طلاب الجامعة الأمريكان الأسيويين وعددهم (١٦٦) والأوروبيين وعددهم (٣٠٠) الذين لم يتعرضوا لخبرات التماس المساعدة النفسية من قبل، وبعد تطبيق أدوات الدراسة أشارت أهم النتائج إلى أن وصمة العار المتعلقة بالصحة النفسية والإخفاء الذاتي قد تنبأ بشكل جيد بمواقف البحث عن المساعدة بشكل عام في كلا المجموعتين ، كما كان الإخفاء الذاتي مؤشرًا فريدًا على الثقة في القائمين على مهنة تقديم المساعدة النفسية في المجموعة الأمريكية الآسيوية ، ولكن لم يكن كذلك في المجموعة الأمريكية الأوروبية.

كما اهتمت دراسة ماسودا Masuda et al., (2012) بفحص العلاقة بين مواقف البحث عن المساعدة النفسية ووصمة الصحة النفسية والإخفاء الذاتي لدى طلاب الجامعات الأمريكية الأفريقية ، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (١٦٣) طالباً

جامعياً ، وبعد تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة في مقياس وصمة العار، ومقياس الإخفاء الذاتي، ومقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية على العينة، وأشارت أهم النتائج إلى أن وصمة الصحة النفسية والإخفاء الذاتي ارتبطت بشكل كبير بمواقف البحث عن المساعدة النفسية .

وفي نفس سياق المعنى هدفت دراسة ميندوزا وآخرون ,.Mendoza et al (2015) إلى البحث فيما إذا كانت وصمة العار والإخفاء الذاتي مرتبطة بأبعاد الاتجاهات نحو البحث عن المساعدة النفسية لدى طلاب جامعة لاتينا، وقد أجريت الدراسة على عينة قوامها (١٢٩) طالباً، وكشفت النتائج عن ارتباط وصمة العار بالمواقف العامة لالتماس المساعدة ، وارتباط إخفاء الذات سلباً بالاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية .

كما اهتمت دراسة ويتون وآخرين ,.Wheaton et al (2016) بدراسة الإخفاء الذاتي لدى مرضى الوسواس القهري، ومعرفة موقفهم تجاه التماس المساعدة النفسية، وذلك على عينة قوامها (١١٥) فرد من ذوي الوسواس القهري مقارنة بمجموعة تجريبية من المجتمع لم تخضع للفحص وقوامها (٥١٣) ، فأبلغ المشاركون في الوسواس القهري الذين لديهم مستويات أعلى من إخفاء الذات عن مواقف سلبية أكثر حول التماس المساعدة المهنية ومستويات أقل من الفوائد المتوقعة لتلقي العلاج السلوكي المعرفي للوسواس القهري. كما أظهرت دراسة ,.Demir et al (2020) التي طبقت على (٧٨٥) طالباً جامعياً، وجود علاقة سلبية ذات دلالة إحصائية بين مواقف التماس المساعدة النفسية وإخفاء الذات .

واستكمالاً لفحص العلاقة بين إخفاء الذات والمواقف السلبية تجاه التماس المساعدة النفسية، فقد أوضحت دراسة Hogge & Blankenship (2020) التي أجريت على (٢٤٥) طالباً جامعياً ارتباط إخفاء الذات بمزيد من المواقف السلبية تجاه التماس المساعدة النفسية .

(٤) العلاقة بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية

تظهر العلاقة بين متغيرات البحث الحالي الثلاثة مجتمعة مع بعضها في دراسة واحدة فقط وهي دراسة Abdollahi et al.,. (2017) ، وذلك – في حدود علم الباحثة - ؛والتي أوضحت نتائجها أنه توجد بينهم علاقات قوية ومتبادلة، حيث أشارت إلى أن الطلاب الذين يتمتعون بمستويات عالية من الكمالية المنصوص عليها اجتماعياً، ومستويات عالية من إخفاء الذات، لديهم مواقف سلبية واضحة تجاه التماس المساعدة النفسية، كما كما أن إخفاء الذات برز كوسيط مهم وكامل في الصلة بين الكمال الموصوف اجتماعياً والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية، كما أشارت النتائج أيضاً إلى كون الذكور ذوي الكمالية المنصوص عليها اجتماعياً هم أكثر عرضة لإخفاء الذات، مما يؤدي إلى تكون مواقف سلبية تجاه التماس المساعدة النفسية المنطقية وذلك أكثر من أقرانهم الإناث، كما أشارت إلى أن الطلاب ذوي الكمالية الموصوفة اجتماعياً أكثر ميلاً لإخفاء ذاتهم، ورفضهم لالتماس المساعدة النفسية .

كما استهدفت دراسة Jung & Ha (2016) فحص تاثير التماس المساعدة، والإخفاء كوسيط للعلاقات بين الكمالية والاكتئاب والقلق لدى طلاب الجامعة، وطبقت الأدوات على عينة من طلاب الجامعة قوامها (٣٠٠) طالب جامعي، وأسفرت أهم النتائج عن توسط التماس المساعدة كلياً في العلاقة بين الكمال والاكتئاب والقلق، كما توسط الإخفاء جزئياً في العلاقات بين الكمال والقلق، وأظهرت النتائج أيضاً أن الكمال يؤثر على الاكتئاب من خلال الإخفاء .

تعقيب عام الدراسات السابقة

أسفر بحث كل من Kawamura & Frost (2004)، Hannah (2008)، Williams & Cropley (2014)، Costa et al., (2016) عن وجود علاقة بين الكمالية وإخفاء الذات، بينما توصلت بعض البحوث إلى وجود علاقة بين الكمالية والاتجاهات نحو إلتماس المساعدة النفسية مثل بحث Rasmussen &Yamawaki (2013) ، Zeifman et al., (2015) ، Shannon et al., (2018) ، Parker et al., (2018) ، واستنتج بحث كل من Wallace & Constantine (2005)، Masuda &Boone (2011)، Masuda et al., (2012)، Mendoza et al., (2015)، Wheaton et al., (2016)، Demir et al., (2020) وجود علاقة بين إخفاء الذات والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية. كما صممت دراسة كل من Abdollahi et al., (2017) ، Jung & Ha (2016) نموذجاً سببياً لفحص العلاقة بين الكمالية وإخفاء الذات والاتجاهات نحو التماس النفسية. وهنا تلحظ الباحثة قلة البحوث الأجنبية السابقة التي تناولت العلاقة بين متغيرات الدراسة الثلاث، وعدم وجود أي بحث عربي تناول العلاقة بينهم – في حدود اطلاع الباحثة - .

في ضوء ما سبق عرضه تفترض الباحثة الفروض التالية:

(١) توجد علاقة موجبة دالة احصائيا بين الدرجة الكلية لمقياس الكمالية العصابية والأبعاد الفرعية له (التقدير المتدنى للذات - الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية - عدم الرضا عن الآداء) والدرجة الكلية لمقياس إخفاء الذات والأبعاد الفرعية له (التخوف من الآخرين- المظاهر السلوكية لإخفاء الذات- التقييم الحالي للذات - التقييم المستقبلي للذات).

(٢) توجد علاقة دالة احصائيا بين الدرجة الكلية لمقياس الكمالية العصابية والأبعاد الفرعية له (التقدير المتدنى للذات- الافكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية-عدم

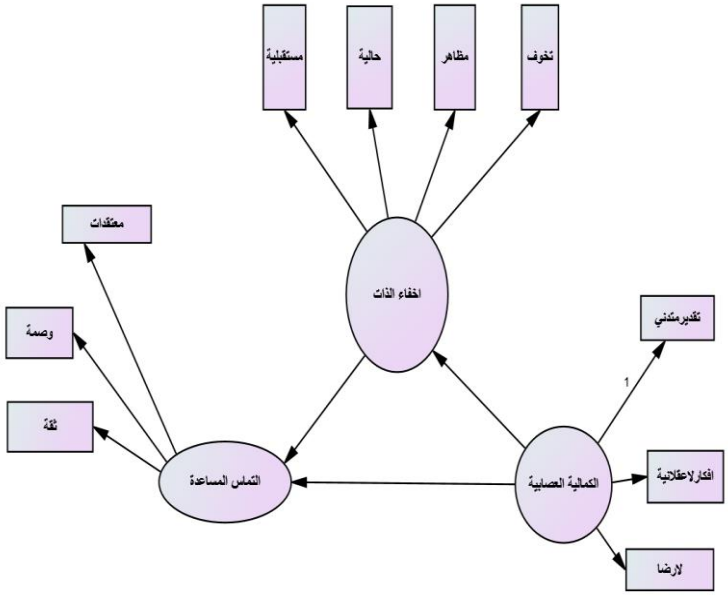
الرضا عن الآداء) والدرجة الكلية لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية والأبعاد الفرعية له (المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية- تحمل وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة النفسية- الثقة فى مقدم المساعدة النفسية).

(٣) توجد علاقة دالة احصائيا بين الدرجة الكلية لمقياس إخفاء الذات والأبعاد الفرعية له (التخوف من الآخرين- المظاهر السلوكية لإخفاء الذات-التقييم الحالي للذات-التقييم المستقبلي للذات) والدرجة الكلية لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية والأبعاد الفرعية له (المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية- تحمل وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة النفسية- الثقة فى مقدم المساعدة النفسية).

(٤) يمكن التوصل إلى نموذج سببي يوضح علاقات التأثير والتأثر بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية) لدى طلاب التربية الخاصة .

(٥) لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث فى الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس (الكمالية العصابية- إخفاء الذات – الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية)

وبعد العرض السابق للإطار النظري والدراسات السابقة، ترى الباحثة أن متغيرات الدراسة (الكمالية العصابية، وإخفاء الذات، والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية) تكون فيما بينها نموذجاً سببياً يفسر العلاقة بينها، وتقترح الباحثة أن يكون النموذج المفترض على النحو التالي:-



شكل رقم (٣) يوضح النموذج السببي المقترح للعلاقة بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية

إجراءات البحث

أولاً: منهج البحث

تم استخدام المنهج الوصفي الارتباطي لإجراء البحث الحالي.

ثانياً: عينة البحث

تم اشتقاق عينة البحث الحالي بطريقة عشوائية من طلاب الجامعة بكلية علوم الإعاقة والتأهيل بجامعة الزقازيق، وكلية علوم ذوي الاحتياجات الخاصة بجامعة بني سويف ، والمقيدين بالفرقة الأولى والثالثة ،ممن تراوحت أعمارهم الزمنية بين (١٨-٢٠) سنة ، بمتوسط عمر زمني (١٨,٨٩) وانحراف معياري (٠,٩٩٦) ، و**تكونت عينة**

الدراسة النهائية من (٣٤١) طالباً وطالبة، حيث تضمنت العينة عدد (٢٢٠) من الاناث بنسبة (٦٤,٥٪) من اجمالى العينة النهائية، وعدد (١٢١) من الذكور بنسبة (٣٥,٥٪) من اجمالى العينة النهائية، كما تضمنت عدد (١٨٩) طالباً وطالبة بالفرقة الأولى بنسبة (٥٥,٤٪) وعدد (١٥٢) طالباً وطالبة بالفرقة الثالثة بنسبة (٤٤,٦٪) من اجمالى العينة النهائية، وقد تم التطبيق عبر الانترنت، وتم تجميع المقاييس المستكملة وكانت على النحو التالي:

جدول (١)

توزيع عينة البحث وفقا لمتغيري النوع، والفرقة لطلاب التربية الخاصة جامعتي الزقازيق وبني سويف.

المتغير		كلية علوم الإعاقة والتأهيل بالزقازيق	كلية علوم ذوي الاحتياجات الخاصة ببني سويف	العدد
النوع	ذكور	٥٣	٦٨	١٢١
	إناث	١٥٦	٦٤	٢٢٠
الاجمالى		٢٠٩	١٣٢	٣٤١
الفرقة	الأولى	٩٥	٩٤	١٨٩
	الثالثة	١١٤	٣٨	١٥٢
الاجمالى		٢٠٩	١٣٢	٣٤١

أدوات البحث

(١) مقياس الكمالية العصابية إعداد: عبدالمطلب القريطي وسميرة شند، داليا يحيى (٢٠١٥)

يتكون المقياس من (٣٣) مفردة ، موزعة على ثلاثة أبعاد، بواقع ثلاث عبارات عكسية الاتجاه، يتم استجابة المفحوصين على المقياس من خلال ثلاثة استجابات (تنطبق علي- تنطبق إلى حدٍ ما– لا تنطبق) حيث تنطبق علي "ثلاث درجات" ، وتنطبق إلى حدٍ

ما "درجتين"، ولا تنطبق "درجة واحدة" في حالة إيجابية المفردات، أما في حالة المفردات السلبية فيكون تقدير الدرجات كالتالي (تنطبق علي تقدر بدرجة واحدة، تنطبق إلى حدٍما "بدرجتين"، لا تنطبق تقدر "بثلاث درجات")، مع العلم أن الدرجة المرتفعة على المقياس تشير إلى الكمالية العصابية، في حين تشير الدرجة المنخفضة إلى الكمالية السوية.

وقام الباحثون بحساب صدق المقياس بعدة طرق وهي (صدق المحتوى- صدق التحليل العاملي)؛ وحساب ثبات المقياس على عينة قوامها (٢٦٩) مراهق، بطريقة التجزئة النصفية وبلغت قيمتها (٠,٨٧) ، ومعامل ألفا كرونباخ وبلغت قيمته (٠,٨٤) وكانت قيم معاملات الثبات مرتفعة ودالة إحصائياً، مما يدل على أن المقياس على درجة عالية من الثبات. كما تم التأكد من الاتساق الداخلي وكانت معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة ودرجة البعد الذي تنتمي إليه دالة إحصائياً ولم تقل جميعها عن ٠,٠٣، وبين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس، ثم قامت الباحثة بإعادة التطبيق على عينة قوامها (٥٠) من الأفراد بفاصل زمني قدره أسبوعين، وبلغ معامل الثبات (٠,٨٢) وهي مرتفعة، مما يدل على أن الاختبار على درجة عالية من الثبات. وبعد التاكد من صدق وثبات مقياس الكمالية العصابية، قامت الباحثة الحالية بإعادة توزيع عبارات المقياس وتدويرها طبقاً للابعاد الخاصة بالمقياس .

ثبات وصدق مقياس الكمالية العصابية والاتساق الداخلي على عينة البحث الحالي:

(أ) حساب الثبات:

تم حساب معامل الثبات لمقياس الكمالية العصابية وأبعاده الفرعية على عينة قوامها (٧٥) طالباً وطالبة من طلاب التربية الخاصة بجامعتي الزقازيق وبني سويف ، باستخدام معامل ألفا لـ "كرونباخ" Cronbach's Alpha لمفردات كل بعد فرعي

على حدة وذلك (في حالة حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة). والجدول (٢) يوضح ذلك:

جدول (٢): معاملات ألفا لثبات مقياس الكمالية العصابية لطلاب التربية الخاصة وأبعاده الفرعية

مقياس الكمالية العصابية					
التقدير المتدني للذات		الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية		عدم الرضا عن الأداء	
رقم المفردة	معامل ألفا	رقم المفردة	معامل ألفا	رقم المفردة	معامل ألفا
١	٠,٨٧٣	٢	٠,٨٠٣	٣	٠,٧١٩
٤	٠,٨٧١	٥	٠,٨٠٧	٦	٠,٧٣٠
٧	٠,٨٥٨	٨	٠,٨١٦	٩	٠,٧٠١
١٠	٠,٨٥٧	١١	٠,٨٠٦	١٢	٠,٦٦٩
١٣	٠,٨٦٥	١٤	٠,٨٠٦	١٥	٠,٧٢٤
١٦	٠,٨٥٨	١٧	٠,٨١١	١٨	٠,٦٨٦
١٩	٠,٨٧٦	٢٠	٠,٧٩٧	٢١	٠,٧٢٣
٢٢	٠,٨٥٩	٢٣	٠,٨٠٠	٢٤	٠,٦٥٧
٢٥	٠,٨٦٢	٢٦	٠,٨٠٤		
٢٧	٠,٨٦٣	٢٨	٠,٨٢٠		
٢٩	٠,٨٧٦	٣٠	٠,٨٠٨		
٣١	٠,٨٥٦	٣٢	٠,٨٠٤		
		٣٣	٠,٧٨٣		
معامل ألفا العام	٠,٨٧٥		٠,٨١٧		٠,٧٣٠

يتضح من الجدول (٢): أن معامل ألفا للمقياس في حالة حذف درجة كل مفردة أقل من أو يساوي معامل ألفا للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة, أي أن جميع

المفردات ثابتة, حيث أن تدخل المفردة لا يؤدي إلى خفض معامل الثبات الكلي للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة, ما عدا المفردة رقما (١٩-٢٩) بالبعد الأول (التقدير المتدني للذات)، والمفردة رقم (٢٨) بالبعد الثانى (الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية)، حيث وجد أن تدخل هذه المفردات يُخفض معامل الثبات الكلي للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة, ولذلك فقد تم حذفها؛ مما يدل على ثبات مقياس الكمالية العصابية لطلاب التربية الخاصة، وقد بلغ الثبات الكلى للمقياس (٠,٩٠٠).

- **الثبات الكلي لمقياس الكمالية العصابية.**
- تم حساب ثبات الأبعاد الفرعية والثبات الكلي لمقياس الكمالية العصابية لطلاب التربية الخاصة ، وذلك للمفردات التي تم الإبقاء عليها، بثلاث طرق الأولى: هى حساب **معامل ألفا لـ "كرونباخ"**, والثانية: هى حساب معامل الثبات **بطريقة التجزئة النصفية** لـ "سبيرمان/ براون"، والثالثة: **طريقة جتمان**, فكانت النتائج كما بالجدول (٣) التالي:

جدول (٣): معاملات ثبات الأبعاد الفرعية والثبات الكلي لمقياس الكمالية العصابية لطلاب التربية الخاصة

م	أبعاد مقياس الكمالية العصابية	معامل الثبات		
		ألفا لـ كرونباخ	التجزئة النصفية وتصحيح سبيرمان / براون	جتمان
١	التقدير المتدني للذات	٠,٨٧٧	٠,٩٥٠	٠,٩٤٩
٢	الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية	٠,٨٢٠	٠,٧٩٠	٠,٧٨٦
٣	عدم الرضا عن الأداء	٠,٧٣٠	٠,٧٦٥	٠,٧٦٤
	الثبات الكلى للمقياس	**٠,٩٠٢**	**٠,٩١١**	**٠,٩٠٣**

يتضح من الجدول (٣): أن معاملات ثبات الأبعاد الفرعية لمقياس الكمالية العصابية والثبات الكلي له بالثلاثة طرق مرتفعة، مما يدل على ثبات جميع الأبعاد الفرعية لمقياس الكمالية العصابية لطلاب التربية الخاصة، وكذلك المقياس ككل.

(ب) حساب الصدق:

- تم حساب صدق مقياس الكمالية العصابية لطلاب التربية الخاصة بطريقتين (**الطريقة الأولى**) عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة (في حالة حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة), والجدول (٤) يوضح ذلك:

- **جدول (٤): معاملات الارتباط لمقياس الكمالية العصابية وأبعاده (في حالة حذف درجة المفردة)**

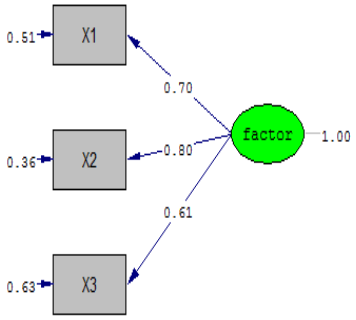
مقياس الكمالية العصابية					
التقدير المتدني للذات		الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية		عدم الرضا عن الأداء	
رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
١	٠,٤١٣**	٢	٠,٤٨٤**	٣	٠,٣٥٠**
٤	٠,٤٥٧**	٥	٠,٤٣٧**	٦	٠,٢٥٢*
٧	٠,٦٦٥**	٨	٠,٣٠٥**	٩	٠,٤٢٩**
١٠	٠,٦٨٦**	١١	٠,٤٤٧**	١٢	٠,٥٨٢**
١٣	٠,٥٥٥**	١٤	٠,٤٥٠**	١٥	٠,٣٣٩**
١٦	٠,٦٧٠**	١٧	٠,٣٩٠**	١٨	٠,٥٠٥**
١٩	٠,٣٨٥*	٢٠	٠,٥٥٤**	٢١	٠,٣١١**
٢٢	٠,٦٥١**	٢٣	٠,٥٤٦**	٢٤	٠,٦٢٣**
٢٥	٠,٦٠٩**	٢٦	٠,٤٧١**		
٢٧	٠,٦٠٠**	٢٨	٠,٢٩١*		

مقياس الكمالية العصابية				
التقدير المتدني للذات		الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية		عدم الرضا عن الأداء
٢٩	*٠,٣٣٩	٣٠	**٠,٤١٥	
٣١	**٠,٧٠٢	٣٢	**٠,٤٨١	
		٣٣	**٠,٧٢٢	

- **** دال عند مستوى (٠,٠١) حيث إن الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط عند درجة الحرية (٧٥-٢)= ٩٩ هى (٠,٢٩٢) تقريباً حيث (٧٥) عدد العينة فى التقنين.**
- *** دال عند مستوى (٠,٠٥) حيث إن الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط عند درجة الحرية (٧٥-٢)= ٩٥ هى (٠,٢٢٤) تقريباً .**

ويتضح من الجدول (٤): أن جميع معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات المقياس، والدرجة الكلية للبعد الفرعي الذي تنتمى إليه المفردة (في حالة حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة) دالة إحصائيًا، ومن ثم تم الإبقاء على جميع مفردات المقياس.

الطريقة الثانية لحساب الصدق من خلال حساب الصدق العاملي لمقياس عن طريق استخدام التحليل العاملي التوكيدي Confirmatory Factor Analysis باستخدام البرنامج الإحصائي "ليزرل ٨,٨"(LISREL 8.8)، وذلك للتأكد من صدق البناء الكامن (أو التحتي) للمقياس، عن طريق اختبار نموذج العامل الكامن العام حيث تم افترض أن جميع العوامل المشاهدة لمقياس الكمالية العصابية لطلاب التربية الخاصة تنتظم حول عامل كامن واحد كما هو موضح بالشكل التالي:



Chi-Square=0.00, df=0, P-value=1.00000, RMSEA=0.000

شكل (٤) تشبعات الأبعاد الفرعية بالعامل الكامن الواحد "الكمالية العصابية لطلاب التربية الخاصة".

ويوضح المسار التخطيطى فى الشكل رقم (٤) تشبعات المتغيرات المشاهدة الثلاثة بالعامل الكامن (الكمالية العصابية لطلاب التربية الخاصة) وهى القيم قرينة الأسهم الخارجة من العامل الكامن الى المتغيرات المشاهدة (X3-X2-X1) المقابلة للأبعاد الثلاثة على التوالى، وقد حظى نموذج العامل الكامن الواحد لمقياس الكمالية العصابية لطلاب التربية الخاصة على قيم جيدة لجميع مؤشرات حسن المطابقة، حيث كانت قيمة كا^{2} (X^2) غير دالة إحصائياً؛ مما يشير إلى مطابقة النموذج الجيدة للبيانات، كما أن قيم بقية مؤشرات المطابقة وقعت في المدى المثالي لكل مؤشر، مما يدل على مطابقة النموذج الجيد للبيانات موضع الاختبار ويؤكد قبول هذا النموذج (عزت عبد الحميد محمد حسن، ٢٠١٦،١١٩).

بينما يوضح الجدول (٥) التالى: نتائج التحليل العاملي التوكيدي لأبعاد مقياس الكمالية العصابية، وتشبعات الأبعاد بالعامل الكامن العام وقيمة (ت) والخطأ المعياري:

جدول (٥) : ملخص نتائج التحليل العاملى التوكيدى لأبعاد مقياس الكمالية العصابية.

العامل الكامن	العوامل المشاهدة	التشبع بالعامل الكامن الواحد	الخطأ المعيارى لتقدير التشبع	قيم "ت" ودلالتها الإحصائية
	التقدير المتدني للذات	٠,٧٠١	٠,١٢٥	٥,٦١١**
	الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية	٠,٧٩٩	٠,١٢٧	٦,٢٧١**
	عدم الرضا عن الأداء	٠,٦١٢	٠,١٢٣	٤,٩٧٩**

(**) دال عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول (٥): أن نموذج العامل الكامن الواحد قد حظي على قيم جيدة لمؤشرات حسن المطابقة، وأن معاملات الصدق الثلاثة (التشبعات بالعامل الكامن الواحد) دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يدل على صدق جميع الأبعاد الثلاثة المشاهدة لمقياس الكمالية العصابية لطلاب التربية الخاصة، ومن هنا يمكن القول أن نتائج التحليل العاملى التوكيدى من الدرجة الأولى قدمت دليلاً قويًا على صدق البناء التحتى لهذا المقياس، وأن الكمالية العصابية لطلاب التربية الخاصة عبارة عن عامل كامن عام واحد تنتظم حولها العوامل الفرعية الثلاثة المشاهدة لها: (البعد الأول- البعد الثانى- البعد الثالث).

كما كانت قيمة **كا**^{2} غير دالة احصائياً وتساوى (٠,٠٠) ودرجات الحرية تساوى (٠,٠٠) مما يعبر عن مطابقة تامة للبيانات.

(ج) الاتساق الداخلى:

- تم حساب الاتساق الداخلي لمقياس الكمالية العصابية لطلاب التربية الخاصة كمؤشر للصدق عن طريق معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة، ويوضح الجدول (٦) ذلك:

- **جدول (٦): الاتساق الداخلى لمقياس الكمالية العصابية لطلاب التربية الخاصة وأبعاده الفرعية**

مقياس الكمالية العصابية					
التقدير المتدني للذات		الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية		عدم الرضا عن الأداء	
رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
١	٠,٥١٣**	٢	٠,٥٨٨**	٣	٠,٥٤٦**
٤	٠,٥٥٩**	٥	٠,٥٥٦**	٦	٠,٣٩٣**
٧	٠,٧٤٦**	٨	٠,٤٥٥**	٩	٠,٥٨٩**
١٠	٠,٧٥٥**	١١	٠,٥٧٠**	١٢	٠,٧١٤**
١٣	٠,٦٤٤**	١٤	٠,٥٥٣**	١٥	٠,٥٥٢**
١٦	٠,٧٦١**	١٧	٠,٤٨١**	١٨	٠,٦٥٤**
٢٢	٠,٧٣٠**	٢٠	٠,٦٥٢**	٢١	٠,٤٧٧**
٢٥	٠,٦٦٦**	٢٣	٠,٦١٠**	٢٤	٠,٧٥٣**
٢٧	٠,٧١٨**	٢٦	٠,٥٩٧**		
٣١		٣٠	٠,٥٣٨**		
		٣٢	٠,٥٨٨**		
		٣٣	٠,٧٩٨**		

- كما تم حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد الفرعي والدرجة الكلية للمقياس, والجدول (٧) يوضح ذلك:

جدول (٧): معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد الفرعي والدرجة الكلية للمقياس.

أبعاد المقياس	التقدير المتدني للذات	الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية	عدم الرضا عن الأداء
الدرجة الكلية	٠,٨٣٥**	٠,٨٦١**	٠,٧١٠**

(**) دالة عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول (٧): أن جميع معاملات الارتباط بين درجة كل بعد والدرجة الكلية للمقياس داله إحصائيًا، مما يدل على صدق جميع مفردات مقياس الكمالية العصابية لطلاب التربية الخاصة ككل وجميع أبعاده الفرعية .

ومن الإجراءات السابقة: تم التأكد من صدق وثبات مقياس الكمالية العصابية لطلاب التربية الخاصة والاتساق الداخلي له، وصلاحيته لقياس الكمالية العصابية لديهم، حيث يتكون المقياس فى صورته النهائية من (٣٠) مفردة موزعة على الأبعاد الفرعية الثلاثة، والجدول (٨) يوضح ذلك:

جدول (٨): توزيع مفردات مقياس الكمالية العصابية على الأبعاد الفرعية في الصورة النهائية.

أبعاد مقياس الكمالية العصابية	عدد المفردات	أرقام المفردات
التقدير المتدني للذات	١٠	١-٤-٧-١٠-١٣-١٦-٢٢-٢٥-٢٧-٣١
الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية	١٢	٢-٥-٨-١١-١٤-١٧-٢٠-٢٣-٢٦-٣٠-٣٢-٣٣
عدم الرضا عن الأداء	٨	٣-٦-٩-١٢-١٥-١٨-٢١-٢٤
العدد الكلى للمفردات	٣٠	

(٢) مقياس إخفاء الذات إعداد الباحثة

١- تمت مراجعة الأطر النظرية لمفهوم إخفاء الذات، والدراسات السابقة المستخدمة لهذا المفهوم، بهدف الوقوف على تعريف إجرائي له، فضلاً عن تحديد مكوناته ، كما بحثت الباحثة عن أهم المقاييس التي اهتمت بقياس

إخفاء الذات، فلاحظت الباحثة اعتماد غالبية الأبحاب الأجنبية على المقياس الأصلي لإخفاء الذات من إعداد لارسون وتشاستين Larson & Chastain (1990)، وهو مقياس أعده الباحثان لقياس ميل الفرد لإخفاء المعلومات الحزينة أو السلبية عن الآخرين، ويتكون هذا المقياس من بعد واحد فقط خاص بإخفاء الأسرار، ويشتمل على عشر مفردات ، وقد أجرى الباحثان التحليل العاملي الاستكشافي للوقوف على عدد الأبعاد فتبين أن المقياس أحادي البعد بشكل أساسي، كما دعم الاتساق الداخلي أحادية الأبعاد، كما كان ثبات ألفا كرونباخ للمقياس ٠,٨٣، وذلك حين طبق المقياس على (٣٠٦) طالباً جامعياً.

٢- في ضوء ما تم الاطلاع عليه وضعت الباحثة مجموعة مفردات مكونة من (٢٨) مفردة تقيس إخفاء الذات لدى طلاب التربية الخاصة؛ إذ أن مراجعة مكتبة القياس النفسي العربية لم تسفر عن وجود أداة مناسبة لهذه العينة. وقد حرصت الباحثة على تناول مفهوم إخفاء الذات بصورة متعددة الأبعاد وليست أحادية البعد بما يحقق أهداف البحث الحالي، ويتكون إخفاء الذات من أربعة أبعاد هي (التخوف من الآخرين – المظاهر السلوكية لإخفاء الذات – التقييم الحالي للذات – التقييم المستقبلي للذات) ، تم توزيع العبارات على أربعة أبعاد يوضحها الجدول التالي:

جدول (٩)

عبارات مقياس إخفاء الذات قبل التعديل وبنود كل بعد

م	البعد	أرقام المفردات	المجموع
١	**التخوف من الآخرين**	(١ ، ٣ ، ٧، ١٤، ٢٠، ٢٤)	٦
٢	المظاهر السلوكية لإخفاء الذات	(٤، ٨، ١١، ١٥، ٢١، ٢٥، ٢٧)	٧

٣	التقييم الحالي للذات	(٢، ٥، ٩، ١٢، ١٦، ١٧، ٢٢)	٧
٤	التقييم المستقبلي للذات	(٦، ١٠، ١٣، ١٨، ١٩، ٢٣، ٢٦، ٢٨)	٨
المجموع الكلي			٢٨

وقد عرفت الباحثة أبعاد إخفاء الذات إجرائياً كالتالي:-

(أ) التخوف من الآخرين: تعني قلق الفرد المخفي لذاته من معرفة المحيطين بما يحمله لنفسه من أفكار سلبية، وبما يخفيه من أسرار يعتبرها حميمية للغاية .

(ب) المظاهر السلوكية لإخفاء الذات :- تشير إلى مجموعة السلوكيات التي يسلكها الفرد في محاولة منه لإخفاء أسراره وخصوصياته.

(ج) التقييم الحالي للذات:- تعني الحالة التي يرى بها الفرد نفسه حال اخفائه أو كشفه لذاته هل يكون بحالة جيدة أم سيئة ؟

(د) التقييم المستقبلي للذات:- وتعني الحالة التي يتوقع الفرد المخفي لذاته أن يرى عليها نفسه مستقبلاً .

٤- ثم قامت الباحثة بعرض المقياس على عدد من المحكمين من أساتذة الصحة النفسية بكلية التربية جامعة الزقازيق، وبعضاً من أساتذة علوم الإعاقة بنفس ذات الجامعة . ثم أجرت التعديلات التي أشار إليها السادة المحكمون .

٥- تم التحقق من الخصائص السيكومترية للمقياس وفقاً لما يلي: - **بعد تقدير درجات العينة الاستطلاعية ورصدها ثم إدخالها لبرنامج (SPSS) الإحصائى, تم حساب الثبات والصدق والاتساق الداخلي على عينة الدراسة الحالية كما يلى: (أ) حساب الثبات:**

تم حساب معامل الثبات لمقياس اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة وأبعاده الفرعية باستخدام معامل ألفا لـ "كرونباخ" Cronbach's Alpha لمفردات كل بعد فرعي على حدة وذلك (في حالة حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة). والجدول (١٠) يوضح ذلك:

جدول (١٠): معاملات ألفا لثبات مقياس اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة وأبعاده الفرعية

مقياس اخفاء الذات							
التخوف من الآخرين		المظاهر السلوكية		التقييم الحالي للذات		التقييم المستقبلي للذات	
رقم المفردة	معامل ألفا	رقم المفردة	معامل ألفا	رقم المفردة	معامل الفا	رقم المفردة	معامل ألفا
١	٠,٥٦٥	٤	٠,٧٠٣	٢	٠,٦٢٧	٦	٠,٧١٣
٣	٠,٦١٧	٨	٠,٦٧٥	٥	٠,٦٣٧	١٠	٠,٧٣٩
٧	٠,٦٧٦	١١	٠,٦٤٧	٩	٠,٦٨٤	١٣	٠,٧٣٦
١٤	٠,٥٦١	١٥	٠,٧٣١	١٢	٠,٦٦٣	١٨	٠,٧٤٩
٢٠	٠,٦٢٢	٢١	٠,٧١٣	١٦	٠,٦٤٣	١٩	٠,٧٥٥
٢٤	٠,٥٩٢	٢٥	٠,٦٩٨	١٧	٠,٦١٠	٢٣	٠,٧٣٨
		٢٧	٠,٧٢٨	٢٢	٠,٦٧٩	٢٦	٠,٦٨٧
						٢٨	٠,٧٢٣
معامل ألفا العام	٠,٦٥٠		٠,٧٣٢		٠,٦٨٥		٠,٧٥٧

يتضح من الجدول (١٠): أن معامل ألفا للمقياس في حالة حذف درجة كل مفردة أقل من أو يساوي معامل ألفا للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة, أي أن جميع المفردات ثابتة, حيث أن تدخل المفردة لا يؤدي إلى خفض معامل الثبات الكلي للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة, ومن ثم تم الإبقاء على جميع مفردات المقياس، وذلك فيما عدا المفردة رقم (٧) في البعد الأول **(التخوف من الآخرين)**، فقد وجد أن تدخل هذه المفردة يؤدي إلى خفض معامل الثبات للبعد الذي تنتمي إليه المفردة, ولذلك فقد تم حذفها، مما يدل على ثبات مقياس اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة، وقد بلغ الثبات الكلى للمقياس (٠,٨٧٠).

- الثبات الكلي لمقياس اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة:

تم حساب **ثبات الأبعاد الفرعية والثبات الكلي لمقياس اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة،** وذلك للمفردات التي تم الإبقاء عليها، بثلاث طرق **الأولى:** هى حساب معامل ألفا لـ "كرونباخ", **والثانية:** هى حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لـ "سبيرمان/ براون"، **والثالثة**: طريقة جتمان, فكانت النتائج كما بالجدول (١١) التالي:

جدول (١١): معاملات ثبات الأبعاد الفرعية والثبات الكلي لمقياس اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة

م	أبعاد مقياس اخفاء الذات	معامل الثبات		
		ألفا لـ كرونباخ	التجزئة النصفية وتصحيح سبيرمان / براون	جتمان
١	التخوف من الآخرين	٠,٦٧٦	٠,٦٨٣	٠,٦٤٥
٢	المظاهر السلوكية	٠,٧٣٢	٠,٧٦٨	٠,٧٤٠
٣	التقييم الحالي للذات	٠,٦٨٥	٠,٦٨٦	٠,٦٨٠
٤	التقييم المستقبلي للذات	٠,٧٥٧	٠,٨١٦	٠,٨١٣
الثبات الكلى للمقياس		٠,٨٦٨	٠,٨٩٧	٠,٨٨٨

يتضح من الجدول (١١): أن معاملات ثبات الأبعاد الفرعية لمقياس اخفاء الذات والثبات الكلي له بالثلاثة طرق مرتفعة، مما يدل على ثبات جميع الأبعاد الفرعية لمقياس اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة، وكذلك المقياس ككل.

(ب) حساب الصدق:

تم حساب صدق مقياس اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة بطريقتين (**الطريقة الأولى**) عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة (في حالة حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة), والجدول (١٢) يوضح ذلك:

جدول (١٢): معاملات الارتباط لمقياس اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة وأبعاده (في حالة حذف درجة المفردة)

مقياس اخفاء الذات							
التخوف من الآخرين		المظاهر السلوكية		التقييم الحالي للذات		التقييم المستقبلي للذات	
رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
١	٠,٥١٥**	٤	٠,٤٤٥**	٢	٠,٤٦٩**	٦	٠,٥٤٩**
٣	٠,٣٥٥**	٨	٠,٥٦٠**	٥	٠,٤٤١**	١٠	٠,٤٠٩**
٧	٠,١٨٥	١١	٠,٦٥١**	٩	٠,٢٦٨*	١٣	٠,٤٢٦**
١٤	٠,٤٩٢**	١٥	٠,٣١٤**	١٢	٠,٣٥٢**	١٨	٠,٣٤٣**
٢٠	٠,٣٤٣**	٢١	٠,٣٩٧**	١٦	٠,٤٢٢**	١٩	٠,٣٢٠**
٢٤	٠,٤٢٩**	٢٥	٠,٤٥٤**	١٧	٠,٥٢٩**	٢٣	٠,٤١٢**
		٢٧	٠,٣٣٩**	٢٢	٠,٢٨٧*	٢٦	٠,٦٦٩**
						٢٨	٠,٤٩٣**

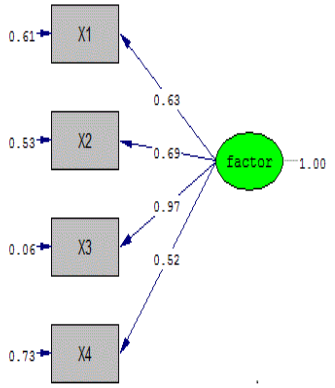
**** دال عند مستوى (٠,٠١) حيث إن الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط عند درجة الحرية (٧٥-٢)= ٩٩ هى (٠,٢٩٢) تقريباً حيث (٧٥) عدد العينة فى التقنين.**

*** دال عند مستوى (٠,٠٥) حيث إن الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط عند درجة الحرية (٧٥-٢)= ٩٥ هى (٠,٢٢٤) تقريباً .**

ويتضح من الجدول (١٢): أن جميع معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات المقياس، والدرجة الكلية للبعد الفرعي الذي تنتمى إليه المفردة (في حالة حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة) دالة إحصائيًا، ماعدا المفردة رقم (٧) ببعد (**التخوف من الآخرين**) فهى غير دالة؛ مما يستدعى حذفها.

- **الطريقة الثانية لحساب الصدق** من خلال حساب الصدق العاملي لمقياس عن طريق استخدام التحليل العاملي التوكيدي Confirmatory Factor Analysis باستخدام

البرنامج الإحصائي "ليزرل ٨,٨"(LISREL 8.8)، وذلك للتأكد من صدق البناء الكامن (أو التحتي) للمقياس، عن طريق اختبار نموذج العامل الكامن العام حيث تم افترض أن جميع العوامل المشاهدة لمقياس اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة تنتظم حول عامل كامن واحد كما هو موضح بالشكل التالي:



Chi-Square=3.06, df=2, P-value=0.21683, RMSEA=0.085

شكل (٥) تشبعات الأبعاد الفرعية بالعامل الكامن الواحد "اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة".

ويوضح المسار التخطيطى فى الشكل رقم (٥) تشبعات المتغيرات المشاهدة الأربعة بالعامل الكامن (اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة) وهى القيم قرينة الأسهم الخارجة من العامل الكامن الى المتغيرات المشاهدة (X4-X3-X2-X1) المقابلة للأبعاد الأربعة على التوالى، وقد حظى نموذج العامل الكامن الواحد لمقياس اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة على قيم جيدة لجميع مؤشرات حسن المطابقة، حيث كانت قيمة كا^{٢} (X^2) غير دالة إحصائياً؛ مما يشير إلى مطابقة النموذج الجيدة للبيانات، كما أن قيم بقية مؤشرات المطابقة وقعت في المدى المثالي لكل مؤشر، مما يدل على مطابقة النموذج الجيد للبيانات موضع الاختبار ويؤكد قبول هذا النموذج (عزت عبد الحميد محمد حسن، ٢٠١٦، ص١١٩).

بينما يوضح الجدول (١٣) التالى: نتائج التحليل العاملي التوكيدي لأبعاد مقياس اخفاء الذات، وتشبعات الأبعاد بالعامل الكامن العام وقيمة (ت) والخطأ المعياري:

جدول (١٣) : ملخص نتائج التحليل العاملى التوكيدى لأبعاد مقياس اخفاء الذات.

العامل الكامن	العوامل المشاهدة	التشبع بالعامل الكامن الواحد	الخطأ المعيارى لتقدير التشبع	قيم "ت" ودلالتها الإحصائية
اخفاء الذات	التخوف من الآخرين	٠,٦٢٨	٠,١١١	٥,٦٦٣**
	المظاهر السلوكية	٠,٦٨٨	٠,١٠٩	٦,٢٩٠**
	التقييم الحالي للذات	٠,٩٧١	٠,١٠١	٩,٥٧٣**
	التقييم المستقبلي للذات	٠,٥٢٣	٠,١١٣	٤,٦١٣**

(**) دال عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول (١٣): أن نموذج العامل الكامن الواحد قد حظي على قيم جيدة لمؤشرات حسن المطابقة، وأن معاملات الصدق الأربعة (التشبعات بالعامل الكامن الواحد) دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يدل على صدق جميع الأبعاد الأربعة المشاهدة لمقياس اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة، ومن هنا يمكن القول أن نتائج التحليل العاملى التوكيدى من الدرجة الأولى قدمت دليلاً قويًا على صدق البناء التحتى لهذا المقياس، وأن اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة عبارة عن عامل كامن عام واحد تنتظم حولها العوامل الفرعية الأربعة المشاهدة لها: (التخوف من الآخرين- المظاهر السلوكية- التقييم الحالي للذات- التقييم المستقبلي للذات).

كما يوضح الجدول التالى مؤشرات حسن المطابقة لنموذج العامل الكامن الواحد.

جدول (١٤). مؤشرات حسن المطابقة لمقياس اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة.

المؤشر	قيمة المؤشر	قيمة المؤشر التى تشير إلى أفضل مطابقة
اختبار كا٢ X2	٣,٠٥٧	أن تكون غير دالة
درجات الحرية (Df)	٢	
نسبة كا٢ X2/df	١,٥٢٨٥	١-٥
مؤشر حسن المطابقة GFI	٠,٩٨٠	٠-١
مؤشر حسن المطابقة المصحح بدرجات الحرية AGFI	٠,٨٩٩	٠-١
معيار معلومات أكيك AIC	١٩,٠٥٧	أن تكون قيمة المؤشر أقل من أو تساوى نظيرتها للنموذج المشبع
اتساق معيار معلومات أكيك CAIC	٤٥,٥٩٧	أن تكون قيمة المؤشر أقل من أو تساوى نظيرتها للنموذج المشبع
مؤشر الصدق الزائف المتوقع ECVI	٠,٢٧٠	أن تكون قيمة المؤشر أقل من أو تساوى نظيرتها للنموذج المشبع
مؤشر المطابقة المعيارى NFI	٠,٩٧١	٠-١
مؤشر المطابقة غير المعيارى NNFI	٠,٩٦٥	٠-١
مؤشر المطابقة المقارن CFI	٠,٩٨٨	٠-١
مؤشر المطابقة النسبى RFI	٠,٩١٣	٠-١
مؤشر المطابقة التزايدى IFI	٠,٩٨٩	٠-١
مؤشر الافتقار للمطابقة المعيارى PNFI	٠,٣٢٤	٠-١
مؤشر الافتقار لحسن المطابقة PGFI	٠,١٩٦	٠-١
جذر متوسط مربع خطأ الاقتراب RMSEA	٠,٠٨٤٥	٠-٠,١
جذر متوسط مربع البواقىRMSR	٠,٠٣٨٢	٠-٠,١

ويتضح من الجدول(١٤) أن جميع مؤشرات حسن المطابقة لمقياس اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة وقعت فى المدى المثالى لكل مؤشر.

(ج) الاتساق الداخلى: تم حساب الاتساق الداخلي لمقياس اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة كمؤشر للصدق عن طريق معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة، ويوضح الجدول (١٥) ذلك:

جدول (١٥): الاتساق الداخلي لمقياس اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة وأبعاده الفرعية

مقياس اخفاء الذات							
التخوف من الاخرين		المظاهر السلوكية		التقييم الحالي للذات		التقييم المستقبلي للذات	
رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
١	٠,٧٢٧**	٤	٠,٥٨٨**	٢	٠,٦٧٢**	٦	٠,٦٨٩**
٣	٠,٦٢٤**	٨	٠,٦٩٨**	٥	٠,٦٣٣**	١٠	٠,٥٧٥**
١٤	٠,٦٩٧**	١١	٠,٧٧٨**	٩	٠,٤٩٠**	١٣	٠,٥٧٠**
٢٠	٠,٦٦٢**	١٥	٠,٥٢٠**	١٢	٠,٥٠٢**	١٨	٠,٤٩٧**
٢٤	٠,٦٠٤**	٢١	٠,٦٠٠**	١٦	٠,٦٠٤**	١٩	٠,٥٠٠**
		٢٥	٠,٦٢٢**	١٧	٠,٧٠٢**	٢٣	٠,٥٧٣**
		٢٧	٠,٥٥٢**	٢٢	٠,٥٠٢**	٢٦	٠,٧٨٢**
						٢٨	٠,٦٥٦**

**** دال عند مستوى (٠,٠١)**

يتضح من الجدول (١٥): أن معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة دالة إحصائيًا، مما يدل على الاتساق الداخلي لمقياس اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة، وجميع أبعاده الفرعية.

كما تم حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد الفرعي والدرجة الكلية للمقياس, والجدول (١٦) يوضح ذلك:

جدول (١٦): معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد الفرعي والدرجة الكلية للمقياس.

أبعاد اخفاء الذات	التخوف من الآخرين	المظاهر السلوكية	التقييم الحالي للذات	التقييم المستقبلي للذات
الدرجة الكلية	٠,٧٤٠**	٠,٧٧١**	٠,٨٩٤**	٠,٦٩٨**

(**) دالة عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول (١٦): أن جميع معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد الفرعى والدرجة الكلية للمقياس داله إحصائيًا، مما يدل على صدق جميع أبعاد مقياس اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة ككل وجميع أبعاده الفرعية .

ومن الإجراءات السابقة: تم التأكد من صدق وثبات مقياس اخفاء الذات والاتساق الداخلي له، وصلاحيته لقياس اخفاء الذات لدى عينة البحث، حيث يتكون المقياس فى صورته النهائية من (٢٧) مفردة موزعة على الأبعاد الفرعية الأربعة، والجدول (١٧) يوضح ذلك:

جدول (١٧): توزيع مفردات مقياس اخفاء الذات لطلاب التربية الخاصة على الأبعاد الفرعية في الصورة النهائية.

م	الأبعاد الفرعية لمقياس اخفاء الذات	عدد المفردات	أرقام المفردات
١	التخوف من الآخرين	٥	١-٣-١٤-٢٠-٢٤
٢	المظاهر السلوكية	٧	٤-٨-١١-١٥-٢١-٢٥-٢٧
٣	التقييم الحالي للذات	٧	٢-٥-٩-١٢-١٦-١٧-٢٢
٤	التقييم المستقبلي للذات	٨	٦-١٠-١٣-١٨-١٩-٢٣-٢٦-٢٨
العدد الكلي للمفردات		٢٧	

(٣) مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية (إعداد: الباحثة)

اعتمدت الكثير من الدراسات العربية والأجنبية التي عنيت بتناول الاتجاهات نحو السعي لالتماس المساعدة النفسية على الصورة الأصلية للمقياس والتي أعدها كل من فيشر وتيرنر Fischer & Turne (1970)، وهو يتألف من (٢٩) فقرة، تقيس الاتجاهات العامة من السعي للمساعدة النفسية في حالة تعرض الفرد للمشكلات والضغوط النفسية، ويتكون من أربعة أبعاد هي (الثقة بالمعالجين النفسيين (٩) مفردات، الاعتراف بالحاجة إلى المساعدة النفسية (٨) مفردات، الانفتاح على مشكلات الفرد (٧) مفردات، وتحمل الوصمة (٥) مفردات، ويالتماس من المستجيب تقدير استجاباتهم على سلم تقدير ليكرت المكون من أربع درجات، تتراوح من أوافق بشدة (٣ درجات)، أوافق (درجتين)، لا أوافق (درجة واحدة)، لا أوافق بشدة (صفر)، وتتراوح الدرجة الكلية للمقياس من (صفر – ٨٧) .وقد تحقق كل من فيشر وتيرنر Fischer & Turne من صدق وثبات مقياسهما بتطبيقه على عينة كبيرة من طلاب الجامعة، بلغ عددهم (٩٦٠) طالباً، فثبت حصوله على معامل ثبات عالٍ تراوح من ٠,٨٣ إلى ٠,٨٦، كما كانت معاملات ثبات الأبعاد على النحو التالي ٠,٧٤، ٠,٦٧ ، ٠,٦٢ ، ٠,٧٠ على التوالي.

وفي ضوء اطلاع الباحثة على مقياس فيشر وتيرنر Fischer & Turner (1970) ، وكذلك الأطر النظرية لمواقف السعي نحو التماس المساعدة النفسية، تمكنت من تحديد ثلاثة أبعاد فقط للمقياس وهي (المعتقدات حول التماس المساعدة النفسية، تقبل نظرة المجتمع، الثقة في مقدم المساعدة النفسية). وتم صياغة المفردات مناسبة للتعريف الإجرائي المحدد لكل بعد من أبعاد مواقف السعي لالتماس المساعدة النفسية، ومدى انتماء المفردة للبعد .

وتم عرض المقياس في صورته الأولية على مجموعة من المحكمين من السادة أعضاء هيئة التدريس تخصص الصحة النفسية، والتربية الخاصة، وفي ضوء آراء

السادة المحكمين؛ وعقب الانتهاء من التحكيم؛ تم إجراء كافة التعديلات التي اتفق عليها معظم المحكمين في بعض مفردات المقياس من تعديل بعض المفردات، وكذلك حذف بعض المفردات التي رأوا أنها خارج سياق البعد الذي وضعت لقياسه، وبذلك يصبح المقياس في صورته الأولية مكون من (٢٦) مفردة، والجدول التالي يوضح توزيع الأبعاد وبنود كل بُعد قبل التعديل:

جدول (١٨) عبارات مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية موزعة على الأبعاد قبل التعديل

م	البعد	أرقام المفردات	المجموع
١	**معتقدات الفرد حول التماس المساعدة النفسية.**	(٢، ٥، ١٠، ١٣، ١٦، ١٩، ٢١، ٢٥، ٢٦)	٩
٢	تحمل نظرة المجتمع.	(٣، ٦، ٨، ١١، ١٤، ١٧، ٢٠، ٢٢، ٢٤)	٩
٣	**الثقة في مقدم المساعدة النفسية.**	(١، ٤، ٧، ٩، ١٢، ١٥، ١٨، ٢٣)	٨
المجموع الكلي			٢٦

وقد عرفت الباحثة أبعاد الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية إجرائياً كالتالي:-

أ- **المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية:-** تشير إلى مدى إدراك الفرد لأهمية المساعدة النفسية، ووعيه بالحاجة إليها

ب- **تقبل نظرة المجتمع** :- وهي تعني تحمل التبعات السلبية الناتجة عن التماس المساعدة النفسية ، والمتمثلة في نظرة المجتمع وما يعقبها من نقد لاذع قد يشعر الفرد بالضعف والإهانة .

ج- الثقة في مقدم المساعدة النفسية:- يقيس مدى اطمئنان الفرد لمقدم المساعدة النفسية سواء بصفة رسمية (صديق – قريب) أو بصفة غير رسمية (طبيب نفسي) .

وكانت طريقة الاستجابة على مفردات مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية في البحث الحالي من خلال اختيار أحد البدائل الثلاثة: (تنطبق تماماً – تنطبق بدرجة متوسطة – لا تنطبق على الإطلاق)، وهي تأخذ تقديرات (٣-٢-١) في حالة المفردات الإيجابية، وتأخذ تقديرات (١-٢-٣) في حالة المفردات السالبة، وأعلى درجة يمكن أن يحصل عليها المستجيب هي (١٠٤) درجة، وأقل درجة يمكن أن يحصل عليها هي (٢٦) درجة، وتم تطبيق المقياس في صورته النهائية المكونة من (٢٦) مفردة على عينة حساب الخصائص السيكومترية المكونة من (٧٥) طالباً من طلاب التربية الخاصة بكلية علوم الإعاقة والتأهيل، وذلك بهدف حساب ثبات وصدق المقياس والاتساق الداخلي له كما يلي:-

ثبات وصدق مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية والاتساق الداخلي على عينة البحث الحالي:

- **(أ) حساب الثبات:**

تم حساب معامل الثبات لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية باستخدام معامل ألفا لـ "كرونباخ" Cronbach's Alpha للمقياس ككل وذلك (في حالة حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للمقياس). والجدول (١٩) يوضح ذلك:

- **جدول (١٩): معاملات ألفا لثبات مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لطلاب التربية الخاصة وأبعاده الفرعية**

مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية					
المعتقدات حول اهمية التماس المساعدة		تحمل وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة		الثقة فى مقدم المساعدة	
رقم المفردة	معامل ألفا	رقم المفردة	معامل ألفا	رقم المفردة	معامل ألفا
٢	٠,٨٠٤	٣	٠,٨٠٦	١	٠,٦٣٦
٥	٠,٧٩١	٦	٠,٨٤١	٤	٠,٦٦٥
١٠	٠,٨٠٦	٨	٠,٨١٨	٧	٠,٦٥٨
١٣	٠,٨١٤	١١	٠,٨٣٠	٩	٠,٦٦٠
١٦	٠,٨٠٤	١٤	٠,٨٣٣	١٢	٠,٧٢٤
١٩	٠,٧٩٤	١٧	٠,٧٩٧	١٥	٠,٦٦٩
٢١	٠,٧٩٩	٢٠	٠,٨١٩	١٨	٠,٦٤٤
٢٥	٠,٧٩٢	٢٢	٠,٨٠٤	٢٣	٠,٦٨١
٢٦	٠,٧٨٥	٢٤	٠,٨١٣		
معامل ألفا العام	٠,٨١٧		٠,٨٣٥		٠,٦٩٨

يتضح من الجدول (١٩): أن معامل ألفا للمقياس في حالة حذف درجة كل مفردة أقل من أو يساوي معامل ألفا للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة, أي أن جميع المفردات ثابتة, حيث أن تدخل المفردة لا يؤدي إلى خفض معامل الثبات الكلي للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة, ما عدا المفردة (٦) بالبعد الثاني **(تحمل وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة النفسية)**، ونظراً لأن الفرق بينه ثبات المقياس حال حذفها وبين الثبات الكلى للمقياس حوالى (٠,٠٦) وهو فرق صغير إلى حد ما، كما أن مضمونها يرتبط بشكل كبير بالبعد؛ ومن ثم تم الابقاء عليها للحفاظ على بنية المقياس,

كما ان المفردة (١٢) بالبعد الثالث **(الثقة فى مقدم المساعدة النفسية)** وجد ان تدخلها يُخفض الثبات الكلى للمقياس ومن ثم تم حذفها؛ مما يدل على ثبات مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لطلاب التربية الخاصة، وقد بلغ الثبات الكلى للمقياس (٠,٨٧٦).

- الثبات الكلي لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية.

تم حساب الثبات الكلي لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية ، وذلك للمفردات التى تم الابقاء عليها، بثلاث طرق الأولى: هى حساب معامل ألفا لـ "كرونباخ", والثانية: هى حساب معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية لـ "سبيرمان/براون"، والثالثة: طريقة جتمان, فكانت النتائج كما بالجدول (٢٠) التالي:

- **جدول (٢٠): معاملات ثبات الأبعاد الفرعية والثبات الكلي لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لطلاب التربية الخاصة**

أبعاد مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية	معامل الثبات		
	ألفا لـ كرونباخ	التجزئة النصفية وتصحيح سبيرمان / براون	جتمان
المعتقدات حول اهمية التماس المساعدة	٠,٨١٧	٠,٨٣١	٠,٨٢٤
تحمل وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة	٠,٨٣٥	٠,٨٣٨	٠,٨٣٥
الثقة فى مقدم المساعدة النفسية	٠,٧٢٤	٠,٧٥٩	٠,٧٣٧
الثبات الكلى للمقياس	٠,٨٧٧	٠,٨٧٨	٠,٨٧٥

يتضح من الجدول (٢٠): أن معاملات ثبات الأبعاد الفرعية لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية والثبات الكلي له بالثلاثة طرق مرتفعة، مما يدل

على ثبات جميع الأبعاد الفرعية لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لطلاب التربية الخاصة، وكذلك المقياس ككل.

(ب) حساب الصدق:

تم حساب صدق مقياس الاتجاهات نحو التماس التماس المساعدة النفسية لطلاب التربية الخاصة بطريقتين **(الطريقة الأولى)** عن طريق حساب معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة (في حالة حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة), والجدول (٢١) يوضح ذلك:

جدول (٢١): معاملات الارتباط لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية وأبعاده (في حالة حذف درجة المفردة)

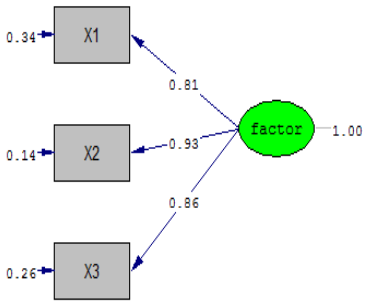
مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية					
المعتقدات حول أهميةالتماس المساعدة		تحمل وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة		الثقة فى مقدم المساعدة	
رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
٢	٠,٤٧٠**	٣	٠,٦٦٣**	١	٠,٥٢٠**
٥	٠,٥٨٣**	٦	٠,٣٦١**	٤	٠,٤٠٦**
١٠	٠,٤٦٥**	٨	٠,٥٥٠**	٧	٠,٤٣٢**
١٣	٠,٣٨٨**	١١	٠,٤٢٩**	٩	٠,٤٢٢**
١٦	٠,٤٨٤**	١٤	٠,٤٢٥**	١٢	٠,١٢١
١٩	٠,٥٥٥**	١٧	٠,٧٢٠**	١٥	٠,٣٨٥**
٢١	٠,٥١٦**	٢٠	٠,٥٤١**	١٨	٠,٥٠٤**
٢٥	٠,٥٨٤**	٢٢	٠,٦٩٤**	٢٣	٠,٣٣١**
٢٦	٠,٦٥٧**	٢٤	٠,٦٠٨**		

- ** دال عند مستوى (٠,٠١) حيث إن الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط عند درجة الحرية (٧٥-٢)= ٩٩ هى (٠,٢٩٢) تقريباً حيث (٧٥) عدد العينة فى التقنين.

- * دال عند مستوى (٠,٠٥) حيث إن الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط عند درجة الحرية (٧٥-٢)= ٩٥ هى (٠,٢٢٤) تقريباً .

ويتضح من الجدول (٢١): أن جميع معاملات الارتباط بين كل مفردة من مفردات المقياس، والدرجة الكلية للبعد الفرعي الذي تنتمى إليه المفردة (في حالة حذف درجة المفردة من الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه المفردة) دالة إحصائيًا، ما عدا المفردة رقم (١٢) بالبعد الثالث (**الثقة فى مقدم المساعدة النفسية**) وجد أنها غير دالة احصائياً، ومن ثم تم حذفها.

الطريقة الثانية لحساب الصدق من خلال حساب الصدق العاملي لمقياس عن طريق استخدام التحليل العاملي التوكيدي Confirmatory Factor Analysis باستخدام البرنامج الإحصائي "ليزرل ٨,٨"(LISREL 8.8)، وذلك للتأكد من صدق البناء الكامن (أو التحتي) للمقياس، عن طريق اختبار نموذج العامل الكامن العام حيث تم افترض أن جميع العوامل المشاهدة لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لطلاب التربية الخاصة تنتظم حول عامل كامن واحد كما هو موضح بالشكل التالي:



شكل (٦) تشبعات الأبعاد الفرعية بالعامل الكامن الواحد "الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لطلاب التربية الخاصة".

ويوضح المسار التخطيطى فى الشكل رقم (٦) تشبعات المتغيرات المشاهدة الثلاثة بالعامل الكامن (الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية) وهى القيم قرينة الأسهم الخارجة من العامل الكامن الى المتغيرات المشاهدة (X3-X2-X1) المقابلة للأبعاد الثلاثة على التوالى، وقد حظى نموذج العامل الكامن الواحد لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لطلاب التربية الخاصة على قيم جيدة لجميع مؤشرات حسن المطابقة، حيث كانت قيمة كا^{2} (X^2) غير دالة إحصائياً؛ مما يشر إلى مطابقة النموذج الجيدة للبيانات، كما أن قيم بقية مؤشرات المطابقة وقعت في المدى المثالي لكل مؤشر، مما يدل على مطابقة النموذج الجيد للبيانات موضع الاختبار ويؤكد قبول هذا النموذج (عزت عبد الحميد محمد حسن، ٢٠١٦،١١٩).

بينما يوضح الجدول (٢٢) التالى: نتائج التحليل العاملي التوكيدي لأبعاد مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية، وتشبعات الأبعاد بالعامل الكامن العام وقيمة (ت) والخطأ المعياري:

جدول (٢٢) : ملخص نتائج التحليل العاملى التوكيدى لأبعاد مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية.

العامل الكامن	العوامل المشاهدة	التشبع بالعامل الكامن الواحد	الخطأ المعيارى لتقدير التشبع	قيم "ت" ودلالتها الإحصائية
	المعتقدات حول التماس المساعدة النفسية	٠,٨١٥	٠,٠٩٨٧	٨,٢٥٦**
	وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة النفسية	٠,٩٢٦	٠,٠٩٢٩	٩,٩٦٨**
	الثقة فى مقدم الخدمة النفسية	٠,٨٦٠	٠,٠٩٦٥	٨,٩١٥*

(**) دال عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول (٢٢): أن نموذج العامل الكامن الواحد قد حظي على قيم جيدة لمؤشرات حسن المطابقة، وأن معاملات الصدق الثلاثة (التشبعات بالعامل الكامن الواحد) دالة إحصائيًا عند مستوى (٠,٠١)؛ مما يدل على صدق جميع الأبعاد الثلاثة

المشاهدة لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لطلاب التربية الخاصة، ومن هنا يمكن القول أن نتائج التحليل العاملى التوكيدى من الدرجة الأولى قدمت دليلاً قويًا على صدق البناء التحتى لهذا المقياس، وأن الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لطلاب التربية الخاصة عبارة عن عامل كامن عام واحد تنتظم حولها العوامل الفرعية الثلاثة المشاهدة لها: (المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية- تحمل وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة النفسية- الثقة فى مقدم المساعدة النفسية)، كما كانت قيمة **كا**^{2} غير دالة احصائياً وتساوى (٠,٠٠) ودرجات الحرية تساوى (٠,٠٠) مما يعبر عن مطابقة تامة للبيانات.

(ج) الاتساق الداخلى:

- تم حساب الاتساق الداخلي لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لطلاب التربية الخاصة كمؤشر للصدق عن طريق معاملات الارتباط بين درجة كل مفردة والدرجة الكلية للبعد الفرعي الذي تنتمي إليه المفردة، ويوضح الجدول (٢٣) ذلك:

- **جدول (٢٣): الاتساق الداخلى لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لطلاب التربية الخاصة وأبعاده الفرعية**

مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية					
المعتقدات حول اهميةالتماس المساعدة		تحمل وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة		الثقة فى مقدم المساعدة	
رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط	رقم المفردة	معامل الارتباط
٢	٠,٤٦٨**	٣	٠,٦٥١**	١	٠,٦٠٣**
٥	٠,٦٧٧**	٦	٠,٤٥٧**	٤	٠,٤٥٦**
١٠	٠,٥٣٥**	٨	٠,٦٦٣**	٧	٠,٥٨٦**

مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية					
المعتقدات حول اهميةالتماس المساعدة		تحمل وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة		الثقة فى مقدم المساعدة	
١٣	**٠,٤١٥	١١	**٠,٥٢٤	٩	**٠,٦٣٤
١٦	**٠,٦٢٦	١٤	**٠,٥٢٦	١٥	**٠,٥٨٠
١٩	**٠,٥٩٥	١٧	**٠,٧٠٧	١٨	**٠,٦٠٦
٢١	**٠,٦٢٥	٢٠	**٠,٥٦٨	٢٣	**٠,٦٠٣
٢٥	**٠,٧٣١	٢٢	**٠,٦٥٨		
٢٦	**٠,٧٠٧	٢٤	**٠,٦٣٤		

- كما تم حساب معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد الفرعي والدرجة الكلية للمقياس, والجدول

(٢٤) يوضح ذلك:

جدول (٢٤): معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد الفرعي والدرجة الكلية للمقياس.

أبعاد المقياس	المعتقدات حول اهميةالتماس المساعدة	تحمل وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة	الثقة فى مقدم المساعدة
الدرجة الكلية	**٠,٧٢٨	**٠,٧٦٣	**٠,٨٥٥

(**) دالة عند مستوى (٠,٠١)

يتضح من الجدول (٢٤): أن جميع معاملات الارتباط بين الدرجة الكلية للبعد الفرعى والدرجة الكلية للمقياس داله إحصائيًا، مما يدل على صدق جميع مفردات مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لطلاب التربية الخاصة ككل وجميع أبعاده الفرعية .

ومن الإجراءات السابقة: تم التأكد من صدق وثبات مقياس الاتجاهات نحو التماس التماس المساعدة النفسية لطلاب التربية الخاصة والاتساق الداخلي له، وصلاحيته لقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لديهم، حيث يتكون المقياس فى صورته النهائية من (٢٥) مفردة موزعة على الأبعاد الفرعية الثلاثة، والجدول (٢٥) يوضح ذلك:

جدول (٢٥): توزيع مفردات مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية على الأبعاد الفرعية في الصورة النهائية.

م	أبعاد مقياس	عدد المفردات	أرقام المفردات
١	المعتقدات حول التماس المساعدة النفسية	٩	٢-٥-١٠-١٣-١٦-١٩-٢١-٢٥-٢٦
٢	تحمل وصمة العار المرتبطة بطلب المساعدة النفسية	٩	٣-٦-٨-١١-١٤-١٧-٢٠-٢٢-٢٤
٣	الثقة فى مقدم المساعدة النفسية	٧	١-٤-٧-٩-١٥-١٨-٢٣
	العدد الكلى للمفردات	٢٥	

نتائج فروض الدراسة ومناقشتها وتفسيرها

أولاً: اختبار اعتدالية التوزيع:

ذكر (عزت عبد الحميد حسن، ٢٠١١، ص٢٤٢) أن اختبارات الاعتداليةNormality Tests هي تلك الاختبارات التي تستخدم لتشخيص ما إذا كانت البيانات اعتدالية أم لا؟، أي تقيس درجة ابتعاد البيانات موضع الاختبار عن التوزيع الاعتدالي النظري. وبالتالي تم التعرف على اعتدالية التوزيع لنتائج العينة النهائية قبل التحقق من اختبار صحة الفروض، ولمعرفة نوع الإحصاء المستخدم (بارامتري/لابارامتري)، ويعتبر اختبار كولموجروف- سمير نوف -Kolmogorov

Smirnove test أحد الاختبارات اللابارامترية يستخدم للكشف عن اعتدالية التوزيع للمتغيرات ويوضح الجدول (٢٦) نتائج اختبار اعتدالية التوزيع لدرجات العينة النهائية في متغيرات البحث.

جدول (٢٦): نتائج اختبار اعتدالية التوزيع لدرجات العينة النهائية في مقاييس البحث لدى طلاب التربية الخاصة بمقاييس الدراسة. ن= (٣٤١)

المقـــيـــاس	المتوسط الحسابى	الانحراف المعيارى	قيمة (Z) لاختبار كولموجروف-سمير نوف	الدلالة	
مقياس الكمالية العصابية	٥٩,٤١٠٦	١٠,٩٦٠	٠,٩٥٣	٠,٣٢٤	غير دالة
مقياس إخفاء الذات	٥٥,٢٤٣٤	٩,٤٠٥٣٨	١,٠٠٧	٠,٢٦٣	غير دالة
مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية	٥٦,٣٥١٩	٨,٢٨٣٥٤	١,٠٣٩	٠,٢٣١	غير دالة

ويتضح من الجدول (٢٦): أن **قيمة (Z) لاختبار كولموجروف- سمير نوف** لمقاييس البحث (الكمالية العصابية- إخفاء الذات- الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية) غير دال إحصائياً لدى طلاب التربية الخاصة؛ مما يتضح معه أن متغيرات الدراسة موزعة توزيعاً اعتدالياً. ولذلك سوف يتم استخدام الأساليب الإحصائية البارامترية لاختبار صحة فروض الدراسة.

ثانيا: نتائج الدراسة:

نتائج الفرض الأول ومناقشته وتفسيره:

<u>ينص الفرض الأول على أنه</u>: توجد علاقة موجبة دالة احصائيا بين الدرجة الكلية لمقياس الكمالية العصابية والأبعاد الفرعية له (التقدير المتدنى للذات - الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية - عدم الرضا عن الآداء) والدرجة الكلية لمقياس إخفاء الذات والأبعاد الفرعية له (التخوف من الآخرين- المظاهر السلوكية لإخفاء الذات- التقييم الحالي للذات - التقييم المستقبلي للذات).

- لاختبار صحة الفرض تم استخدام اختبار(معامل الارتباط بيرسون)(Pearson Correlation) بين مقياس الكمالية العصابية بأبعاده الفرعيه ومقياس إخفاء الذات بأبعاده الفرعية لدى طلاب التربية الخاصة، والجدول (٢٧) يوضح ذلك تفصيلاً:

جدول (٢٧): نتائج معامل ارتباط "بيرسون" بين الأبعاد الفرعية للكمالية العصابية والدرجة الكلية لها والأبعاد الفرعية لإخفاء الذات والدرجة الكلية له

	أبعاد مقياس إخفاء الذات				
	التخوف من الآخرين	المظاهر السلوكية لإخفاء الذات	التقييم الحالي للذات	التقييم المستقبلي للذات	الدرجة الكلية
أبعاد مقياس الكمالية العصابية					
التقدير المتدني للذات	٠,٥٤٠**	٠,٣٣٦**	٠,٤٣٧**	٠,٥٠٥**	٠,٥٧٣**
الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية	٠,٤٥٤**	٠,٢٧٠**	٠,٣٨٢**	٠,٤٧٧**	٠,٥٠٢**
عدم الرضا عن الآداء	٠,٣١٢**	٠,٢٦٨**	٠,٣١٩**	٠,٣٥٩**	٠,٤٠١**
الدرجة الكلية	٠,٥٠٥**	٠,٣٥٨**	٠,٤٧٢**	٠,٥٥٩**	٠,٦١٤**

يتضح من الجدول (٢٧): توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين جميع الأبعاد الفرعية لمقياس الكمالية العصابية والدرجة الكلية له وجميع الأبعاد الفرعية لمقياس إخفاء الذات وكذلك الدرجة الكلية له؛ مما يعنى تحقق الفرض.

لقد تحققت صحة الفرض، واتفقت نتائجه مع نتائج العديد من الدراسات السابقة مثل دراسة كل من Kawamura & Frost (2004)، ودراسة Hannah (2008)، ودراسة Williams & Cropley (2014) ، ودراسة Costa et al., (2016) والتي أسفرت نتائجها عن ميل الأفراد ذوي الكمالية العصابية إلى إخفاء الذات بصورة ملحوظة.

ويمكن تفسير ذلك في ضوء أن الكمالية العصابية تعكس الميل إلى تفسير أصغر الأخطاء على أنها مؤشر على الفشل، مقترناً ذلك بالاعتقاد بأن الفشل سينتج عنه فقدان احترام الآخرين ، ونتيجة خشيتهم من فقدان احترام الآخرين لهم يضطرون إلى إخفاء كل عيوبهم حفاظاً منهم على مظهرهم الاجتماعي . فالقلق بشأن الأخطاء ، والشكوك حول الأفعال، والكمال المنصوص عليه اجتماعياً تُعد من أبعاد الكمالية العصابية، والتي ينتج عنها لجوء الفرد إلى إخفاء الذات حفاظاً على بقاء مثاليتها المزعومة Stoeber & (Rennert, 2008, p38) .

كما يمكن تفسير العلاقة بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات في ضوء ما يتمتع به الشخص الكمالي من رغبة ملحة في التحكم في عواطفه، وعدم إظهار أية مشاعر سلبية سواء محزنة تستقطب تعاطف الآخرين وتُظهر ضعفه، أو مخزية تقلل من احترام المجتمع له وتقلل من هيبته، فيلجأ إلى إخفاء ذاته وإبعادها تماماً عن الجميع، حفاظاً على وضعه ومكانته بين الناس . ومن منطلق حرص الشخص الكمالي على صورته القوية ووضعه الاجتماعي المرموق، قد يضطر لإخفاء ذاته الحزينة والسلبية مخافة أن ينفر منه محبيه وأصدقائه . كما أن ثقته بنفسه تفوق ثقته بأي شخص يأتمنه على أسراره ، فهو مؤمن بأن ذاته هي مستودع أسراره.

نتائج الفرض الثاني ومناقشتها وتفسيرها:

<u>ينص الفرض الثاني على أنه</u>: " توجد علاقة دالة احصائيا بين الدرجة الكلية لمقياس الكمالية العصابية والأبعاد الفرعية له (التقدير المتدنى للذات- الافكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية-عدم الرضا عن الآداء) والدرجة الكلية لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية والأبعاد الفرعية له (المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية- تحمل وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة النفسية- الثقة فى مقدم المساعدة النفسية) ".

- لاختبار صحة الفرض تم استخدام اختبار(معامل الارتباط بيرسون)(Pearson Correlation) بين مقياس الكمالية العصابية بأبعاده الفرعيه ومقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية بأبعاده الفرعية لدى طلاب التربية الخاصة، والجدول (٢٨) يوضح ذلك تفصيلاً:التخوف من الآخرين

جدول (٢٨): نتائج معامل ارتباط "بيرسون" بين الأبعاد الفرعية للكمالية العصابية والدرجة الكلية لها والأبعاد الفرعية للاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية والدرجة الكلية له

	أبعاد مقياس الكمالية العصابية			
	التقدير المتدني للذات	الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية	عدم الرضا عن الآداء	الدرجة الكلية
أبعاد مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية				
المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة	٠,٠٧٤	**٠,٢٢٠	**٠,١٢٥	**٠,١٧٥
تحمل وصمة العار المرتبطة التماس المساعدة	**٠,٤٧٢-	**٠,٤١٤-	**٠,٣٩١-	**٠,٥٧٤-
الثقة فى مقدم المساعدة النفسية	**٠,٣٥١-	**٠,١٩٥-	**٠,٢٤٤-	**٠,٣٢٢-
الدرجة الكلية	**٠,٣١٧-	**٠,١٦٣-	**٠,٢١٥-	**٠,٢٨٣-

يتضح من الجدول (٢٨):

- توجد علاقة سالبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين بعض الأبعاد الفرعية لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية (تحمل وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة- الثقة فى مقدم المساعدة النفسية) والدرجة الكلية له وجميع الأبعاد الفرعية لمقياس الكمالية العصابية وكذلك الدرجة الكلية له.
- توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين بُعد المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة بمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة وبُعدي مقياس

الكمالية العصابية (الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية-عدم الرضا عن الآداء) وكذلك الدرجة الكلية له.

لاتوجد علاقة دالة احصائية بين بُعد المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة بمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة وبُعد التقدير المتدني للذات بمقياس الكمالية العصابية.

لقد تحققت صحة الفرض بصورة جزئية، واتفقت نتائجه مع نتائج العديد من الدراسات السابقة مثل دراسة كل من Rasmussen &Yamawaki (2013)، ودراسة Zeifman et al., (2015) ، ودراسة Shannon et al., (2018)، Abdollahi (2017) ، والتي أسفرت نتائجها عن وجود ارتباط سالب بين الكمالية العصابية بشكل كلي وبين الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية، بمعنى أنه كلما زادت درجة الفرد في الكمالية العصابية ، كلما كانت اتجاهاته نحو التماس المساعدة النفسية سالبة .

حيث أن الأشخاص الكماليين عندما يكونون بحاجة لالتماس المساعدة النفسية، فإنهم لن يكونوا مستعدين لالتماسها، وهذا يعد بمثابة انعكاس للصورة الكاملة التي يحرصون على الظهور بها أمام الآخرين، فالتماس المساعدة من وجهة نظرهم يمكن اعتبارها إقراراً صريحاً منهم بالفشل وليس الكمال (Flett & Hewitt, 2014, p902) . فطلاب التربية الخاصة ذوي الكمالية العصبية من المفترض أنهم مؤهلين لتقديم المساعدة النفسية والاجتماعية لذوي الاحتياجات الخاصة ، وبالتالي فإنهم لا يمكنهم أن يظهروا في صورة الشخص المحتاج للمساعدة النفسية مهما بلغت حاجتهم لها .

فالمتتبع للأدبيات النفسية التي تناولت الكمالية العصابية يجد أن العرض المثالي للذات من أهم جوانب الكمالية العصابية، والتي تشير إلى ميل الأفراد لتقديم أنفسهم بشكل شخصي على أنهم مثاليون، في محاولة منهم لإخفاء النقائص والعيوب وإدارة انطباعات الآخرين عنهم (Wimberley, 2017, p10)، فكل ما يشغل الشخص الكمالي هو

تقييم المجتمع له، ولذلك يكرس كل جهوده في ترسيخ انطباع مثالي عن نفسه لدى الآخرين، ومن ثم فإنه يعتبر التماس المساعدة النفسية بمثابة تشويه لصورته المثالية التي اعتاد الناس عليها، وأنها لا تتماشى مع المعايير العالية التي يُقيم بها من قبلهم، ويعتقد أن قبول مجتمعه له مقيد بالإيفاء بتلك المعايير، الأمر الذي يجعل من التماسه للمساعدة النفسية مهما كان حجم معاناته أمراً مستحيلاً .

وفي نفس السياق أشار Zeifman et al., (2015) أنه يمكن اشتقاق آلية تفسيرية ذات صلة للعلاقة بين الكمالية والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية في ضوء أن الأشخاص الكماليين قد عانوا كثيراًمن وصمة العار الاجتماعية ، ومن ثم يخشون التماس المساعدة النفسية .

بالإضافة إلى ما سبق ذكره، فإن أحد التفسيرات المحتملة للارتباط السلبي بين الكمالية العصابية (خاصة ما يتعلق منها بنظرة المجتمع) والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية هو أن الكمال الموصوف اجتماعيًا يرتبط ارتباطًا وثيقًا بالخوف من التقييم السلبي، والحساسية الشديدة تجاه النقد الموجه له من قبل الآخرين ، والشعور بالحرج والخزي ، وعدم القدرة على تقبل فكرة الفشل أو النقص، فكلها سمات لا تتناسب مع مبادئ الكمالية التي يعتنقها، لذلك كان من المتصور أن أصحاب الكمالية العصابية أقل احتمالا أن يكون لديهم اتجاهات إيجابية نحو التماس المساعدة النفسية Abdollahi, (2017, p12) . ومما يزيد من رفض ذوي الكمالية العصابية لالتماس المساعدة النفسية، أنهم لا يثقون بسهولة في أي أحد ، فلديهم أفكار حول تفردهم بأنماط التفكير الصحيح، وبالتالي لا يقتنعون بأي شخص ليلجأون إليه التماساً في المساعدة النفسية .

- وبالنسبة للنتيجة الجزئية من هذا الفرض والتي تنص على أنه " توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين بُعد المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة بمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة وبُعدي مقياس الكمالية العصابية

(الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية-عدم الرضا عن الآداء) وكذلك الدرجة الكلية له، فيمكن إرجاع هذه النتيجة إلى أن مجموعة الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية العصابية وعدم رضاه عن أدائه قد يشجعاه إلى السعى لالتماس المساعدة النفسية ليتمكن من تعديل أفكاره وليحظى بالنصح والارشاد اللازمين لبلوغ الأداء المطلوب.

وبالنسبة للنتيجة الأخيرة من هذا الفرض " لا توجد علاقة دالة احصائية بين بُعد المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة بمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة وبُعد التقدير المتدني للذات بمقياس الكمالية العصابية. وهذا يعني أن معتقدات الفرد ذي الكمالية العصابية حول التماس المساعدة النفسية لا تتغير بتغير التقدير المتدني للذات، ويمكن إرجاع ذلك إلى أن الأشخاص يستمدون تقدير الذات لديهم من مصدرين هما (شعورهم بالكفاءة الذاتية والتمكن، والاستحسان الاجتماعي من الآخرين)، وبالنسبة للشخص الكمالي فإنه لا يشعر بالكفاءة ولا الاستحسان الاجتماعي ومن ثم فهو انسان غير راضٍ عن علاقاته الاجتماعية وبالتالي كيف له أن يفكر في التماس المساعدة النفسية من الآخرين وهو يشعر تجاههم بعدم التقبل والاستحسان، الأمر الذي ينفره من الاعتقاد بأهمية المساعدة النفسية، وبالتالي لم توجد علاقة بين التفكير المتدني للذات كبعد من أبعاد الكمالية العصابية وبين الاعتقاد بأهمية التماس المساعدة النفسية.

نتائج الفرض الثالث ومناقشتها وتفسيرها:

<u>ينص الفرض الثالث</u> على: توجد علاقة دالة احصائيا بين الدرجة الكلية لمقياس إخفاء الذات والأبعاد الفرعية له (التخوف من الآخرين- المظاهر السلوكية لإخفاء الذات- التقييم الحالي للذات-التقييم المستقبلي للذات) والدرجة الكلية لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية والأبعاد الفرعية له (المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية- تحمل وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة النفسية- الثقة فى مقدم المساعدة النفسية).

- لاختبار صحة الفرض تم استخدام اختبار(معامل الارتباط بيرسون) Pearson Correlation بين مقياس إخفاء الذات بأبعاده الفرعيه ومقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية بأبعاده الفرعية لدى طلاب التربية الخاصة، والجدول (٢٩) يوضح ذلك تفصيلاً:

جدول (٢٩): نتائج معامل ارتباط "بيرسون" بين الأبعاد الفرعية لإخفاء الذات والدرجة الكلية له والأبعاد الفرعية للمواقف تجاه التماس المساعدة النفسية والدرجة الكلية له

	أبعاد مقياس إخفاء الذات				
	التخوف من الآخرين	المظاهر السلوكية للإخفاء	التقييم الحالي للذات	التقييم المستقبلي للذات	الدرجة الكلية
	أبعاد مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة				
المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة	٠,١٠٥	-٠,١١٢*	٠,٠٦٦	٠,٢٦٣**	٠,١١٣*
تحمل وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة	-٠,٤٤٤**	-٠,٣٦٧**	-٠,٤٠٨**	-٠,٣٧٤**	-٠,٤٩٩**
الثقة فى مقدم المساعدة النفسية	-٠,٣٩٧**	-٠,٤٣١**	-٠,٣٧٧**	-٠,٢٠٦**	-٠,٤٣٢**
الدرجة الكلية	-٠,٣٠٦**	-٠,٣٨٥**	-٠,٣٠٠**	-٠,١٢٨*	-٠,٣٤١**

يتضح من الجدول (٢٩):

- توجد علاقة سالبة دالة إحصائياً عند مستوي (٠,٠١) بين جميع الأبعاد الفرعية لمقياس إخفاء الذات وبُعدى (تحمل وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة- الثقة فى مقدم المساعدة النفسية) بمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية وكذلك الدرجة الكلية للمقياس.

- توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوي (٠,٠١) بين بُعد تقييم الذات المستقبلية بمقياس إخفاء الذات وبُعد المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة بمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة.
- توجد علاقة سالبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين بُعد المظاهر السلوكية لإخفاء الذات بمقياس إخفاء الذات وبُعد المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة بمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة.
- توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين الدرجة الكلية لمقياس إخفاء الذات وبُعد المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة بمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة.
- لاتوجد علاقة دالة احصائية بين بُعدى التخوف من الآخرين والتقييم الحالي للذات بمقياس إخفاء الذات وبُعد المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة بمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة.

لقد تحققت صحته بشكل جزئي ، وتتفق النتيجة الكلية للفرض مع نتائج العديد من الدراسات مثل دراسة Masuda &Boone (2011)، ودراسة Masuda et al., (2012)، ودراسة Mendoza et al., (2015)، Wheaton et al., (2016)، ودراسة Demir et al., (2020)، ودراسة Hogge & Blankenship (2020)، التي أسفرت نتائجها جميعاً عن وجود ارتباط سالب بين إخفاء الذات والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية بشكل عام، بمعنى أنه كلما زاد إخفاء المرء لمشاعره السلبية والمؤلمة، كلما كانت لديه اتجاهات سلبية حول التماس المساعدة النفسية، وتفسر النتائج كالتالي:-

بالنسبة للنتيجة التي تقر بأنه " توجد علاقة سالبة دالة إحصائياً عند مستوي (٠,٠١) بين جميع الأبعاد الفرعية لمقياس إخفاء الذات وبُعدى (تحمل وصمة العار

المرتبطة بالتماس المساعدة- الثقة فى مقدم المساعدة النفسية) بمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية وكذلك الدرجة الكلية للمقياس "

ويمكن تفسير هذه النتيجة باعتبار أن الأفراد الذين يميلون لإخفاء مشاعرهم السلبية والمخزية، هم في الحقيقة يعانون من الكثير من الضغوط والمحن النفسية، ولكنهم يفضلون الإبقاء على تلك الخصوصيات والأسرار بالرغم من معاناتهم، ويرفضون فكرة السعي نحو التماس المساعدة النفسية التي قد تفيدهم وتخفف من آلامهم النفسية، لأنهم يشعرون أن هذه الأسرار حميمية للغاية لا يمكن لأحد الاطلاع عليها، وكذلك تخوفاً من أن يعلم الآخرين بمعاناتهم النفسية فيلحق بهم ضرر وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة النفسية .

كما يمكن تفسير ذلك في ضوء الثقافة المجتمعية السائدة لدى الكثيرين، والتي قد تفضل عدم البوح بالأسرار الشخصية والعائلية، واعتبار ذلك عمل مشين قد يطيح بالانسجام العائلي الاجتماعي والشرف الشخصي والعائلي، الأمر الذي يحول تماماً دون التفكير في التماس المساعدة النفسية حفاظاً على هيبة العائلة وتاريخها بين العائلات، ولعل هذا ما أكدته دراسة Masuda (2011) في إشارتها لاعتماد كل من إخفاء الذات والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية على السياق الثقافي للمجتمعات .

وفي نفس السياق فإن تخوف الفرد المخفي لذاته من أن يعلم الآخرون بأسراره ، إضافة إلى ما يعتنقه من توجهات غير آمنة ، يجعلانه يشعر بالخطر والتهديد تجاه كشف أسراره التي يعتبرها خاصة للغاية، فيلجأ لإخفاء ذاته حماية لها من أي تهديد خارجي، مما يصعب عليه فكرة السعي نحو التماس المساعدة النفسية Larson et al., 2015, (pp708-709). وقد يخفي الأفراد أنفسهم لعدد من الأسباب ، بما في ذلك القلق من أنهم سوف يثقلون على الآخرين ، أو الاعتقاد بأنه لا يوجد شيء يمكن للآخرين فعله للمساعدة ، أو الخوف من أن الآخرين سيكون لديهم رد فعل سلبي تجاه ما سيعلمونه من

أسرار (Hogge & Blankenship, 2020, p2) . ومن ثم فالشخص المخفي لذاته لديه اعتقاد سلبي مسبق تجاه التماس المساعدة النفسية، تتمثل في عدم الثقة في مقدم خدمة المساعدة النفسية ، والخوف من رد الفعل الناتج عن التماس المساعدة ، الأمر الذي يقلل من لجوئه لالتماس المساعدة النفسية .

وبالنسبة للنتيجة التي تنص على أنه " توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوي (٠,٠١) بين بُعد تقييم الذات المستقبلية بمقياس إخفاء الذات وبُعد المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية بمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة " بمعنى أنه كلما زاد التقييم المستقبلي للذات سوءاً، كلما كانت المعتقدات حل أهمية المساعدة النفسية أكثر إيجابية، ويمكن إرجاع ذلك إلى أن المرء المخفي لذاته عندما يستشعر أنه سيُصاب بالأمراض من كثرة تحمله للأعباء النفسية التي تفوق طاقته، أو أنه سيموت فجأة بسبب ما يعانيه من هموم وأحزان ، أو أنه لن يهنأ بعيشه مستقبلاً ما لم يجد الشخص المناسب الذي يبوح له بأسراره، كلما أدرك جيداً أهمية التماس المساعدة ودورها في التخفيف من حدة معاناته النفسية .

وبالنسبة للنتيجة التي تنص على أنه " توجد علاقة سالبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين بُعد المظاهر السلوكية لإخفاء الذات بمقياس إخفاء الذات وبُعد المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة بمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة " بمعنى أنه كلما زادت المظاهر السلوكية الدالة على إخفاء الذات، كلما قلت المعتقدات حول أهمية المساعدة النفسية، ويمكن إرجاع ذلك إلى أن المرء المخفي لذاته عندما يستمر في حرصه على الاحتفاظ لنفسه بأسراره، وعدم البوح بها لأي أحد، وإصراره على تغيير أي موضوع يعرضه لكشف خصوصياته، واستمراره في الكذب إذا سُئل بشأن ما يكنه من معلومات سرية، وتفضيله الصمت طويلاً تجنباً لذلة لسانه التي قد تفصح عما بداخله، فكل ذلك يلجأ له الفرد تجنباً لأي مصدر تهديد خارجي قد يقترب

منه، الأمر الذي يرسخ لديه فكرة الابتعاد التام عن التماس المساعدة النفسية مهما بلغ حجم معاناته .

وبالنسبة للنتيجة التي تنص على أنه " توجد علاقة موجبة دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠٥) بين الدرجة الكلية لمقياس إخفاء الذات وبُعد المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة بمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة. فتعني أنه كلما زاد الفرد في إخفائه لذاته بشكل عام، كلما زادت لديه الاعتقاد بأهمية المساعدة النفسية، فربما يدرك الفرد أهمية السعي لالتماس المساعدة النفسية، ويدرك مدى حاجته إليها وذلك جرَّاء ما يعانية من صراعات داخلية، وما يتحمله من مشاعر سلبية وخبرات مؤلمة قد تفوق تحمله، وتجعله يرضخ للتفكير بشكل أكثر ايجابية في أهمية المساعدة وإن لم يالتماسها .

وبالنسبة للنتيجة التي تنص على أنه " لاتوجد علاقة دالة احصائية بين بُعدى التخوف من الآخرين والتقييم الحالي للذات بمقياس إخفاء الذات وبُعد المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة بمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة. فهذا يعني أن معتقدات الفرد حول التماس المساعدة النفسية لا تتغير بتغير درجة تخوف الفرد المخفي لذاته من الآخرين أو بتقييمه الحالي لذاته، ويمكن إرجاع ذلك إلى كون أن الفرد المخفي لذاته أهم ما يتصف به هو محاولة الابتعاد التام بنفسه وأسراره عن الاخرين ومحاولة إبعاد الآخرين عنه، ومن ثم فهو مفتقد لجانب الاجتماعية ومتمحور حول ذاته، وعليه فلن يفكر في أهمية المساعدة النفسية من الآخرين والتي في الأساس إنما تقوم على مبدأ المشاركة الوجدانية والتفاعل الاجتماعي .

- **نتائج الفرض الرابع ومناقشتها وتفسيرها:**

ينص الفرض الرابع على أنه:(يمكن التوصل إلى نموذج سببي يوضح علاقات التأثير والتأثر بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية) لدى طلاب التربية الخاصة، ويتفرع من هذا الفرض الرئيسى الفروض التالية:

أ-يوجد تأثير(مسار) موجب دال إحصائياً للكمالية العصابية فى إخفاء الذات (التخوف من الآخرين- المظاهر السلوكية لإخفاء الذات- التقييم الحالي للذات- التقييم المستقبلي للذات) لدى طلاب التربية الخاصة.

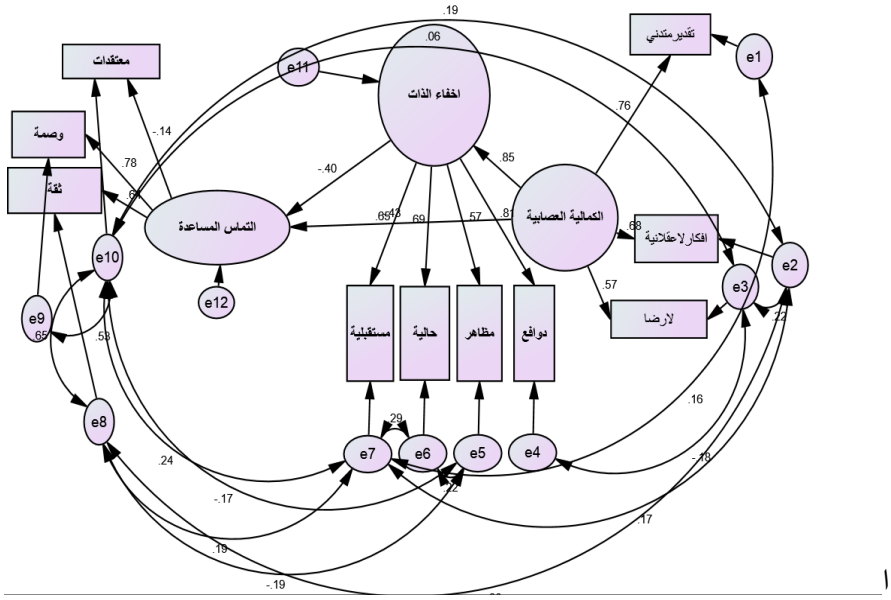
ب-يوجد تأثير (مسار) سالب دال إحصائياً للكمالية العصابية فى الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية (المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية- وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة النفسية- الثقة فى مقدم المساعدة النفسية) لدى طلاب التربية الخاصة.

ج-يوجد تأثير (مسار) سالب دال إحصائياً لإخفاء الذات فى الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية (المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية- وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة النفسية- الثقة فى مقدم المساعدة النفسية) لدى طلاب التربية الخاصة.

د-يوجد تأثير (مسار) غير مباشر دال إحصائياً للكمالية العصابية فى الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية (المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية- وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة النفسية- الثقة فى مُقدم المساعدة النفسية) من خلال إخفاء الذات كمتغير وسيط لدى طلاب التربية الخاصة.

لاختبار صحة الفرض تم استخدام اسلوب نموذج المعادلة البنائية (Structural Equation model) ببرنامج (Amos)، حيث يُحدد نموذج المعادلة البنائية العلاقات والتأثيرات السببية (المباشرة وغير المباشرة) بين

المتغيرات الكامنة، ويُعين كمية التباين المفسرة وغير المفسرة فى المتغيرات التابعة (عزت عبد الحميد محمد، ٢٠١٦، ص٢٤٨)، وقد تم التوصل إلى أفضل نموذج سببي يُطابق البيانات (موقف التوكيد الصارمى strictly Confirmatory Situation) حيث تم صياغة نموذج واحد، وتم الحصول على بيانات امبريقية لاختباره، وهذا النموذج موضح بالشكل التالي.



شكل (٧) النموذج السببي (معاملات التأثير المعيارية) للعلاقات بين متغيرات الكمالية العصابية، وإخفاء الذات، والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية

وتتمثل المتغيرات المتضمنة في أفضل نموذج:

١- **متغيرات مستقلة**: هى المتغيرات التى تخرج منها مسارات فقط وهى (الكمالية العصابية).

٢- **متغيرات وسيطة**: هى المتغيرات المؤثرة والمتأثرة التى تخرج منها مسارات ويدخل إليها مسارات ايضاً وهى (إخفاء الذات).

٣- **متغيرات تابعة**: هى المتغيرات المتأثرة بكل من المتغيرات المستقله والمتغيرات الوسيطة وتمثل المتغيرات التى تدخل إليها مسارات فقط وهى (الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية).

جدول (٣٠) معاملات تأثير الإنحدار اللامعيارية (التأثيرات المباشرة ودلالة المسارات)

المتغيرات	التأثير	الخطأ المعياري	القيمة الحرجة (قيمة ت)	الدلالة
الكمالية العصابية ← إخفاء الذات	٠,٤٤٠	٠,٠٤٢	١٠,٥٢٨٠	٠,٠٠٠
إخفاء الذات ← التماس المساعدة	-٠,٤٠٢	٠,١٦١	-٢,٤٨٨	٠,٠١٣
الكمالية العصابية ← التماس المساعدة	-٠,٢٦٦	٠,٠٨٧	-٢,٦١٢	٠,٠٠٩

يتضح من الجدول(٣٠):

- وجود تأثير مباشر دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) للكمالية العصابية على كل من إخفاء الذات و الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية.
- وجود تأثير مباشر دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠٥) لإخفاء الذات على الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية.

جدول (٣١): معاملات التأثير المعيارية للنموذج السببي (قيم التأثيرات المباشرة)

المتغيرات			التأثير
الكمالية العصابية	←	إخفاء الذات	٠,٨٤٨**
إخفاء الذات	←	التماس المساعدة	٠,٣٩٨-
الكمالية العصابية	←	التماس المساعدة	٠,٤٣٢**

جدول(٣٢): معاملات التأثيرات المعيارية الكلية للنموذج السببي ودلالتها

المتغيرات المؤثرة / المتغيرات المتأثرة	الكمالية العصابية	إخفاء الذات	التماس المساعدة
التخوف من الآخرين	٠,٦٨٩*		
المظاهر السلوكية لإخفاء الذات	٠,٤٨٢*		
التقييم الحالي للذات	٠,٥٨٣**		
التقييم المستقبلي للذات	٠,٥٤٩**		
إخفاء الذات	٠,٨٤٨**	٠,٠٠	
المعتقدات حول المساعدة	٠,١١١	٠,٠٥٧	
وصمة العار	٠,٦٠٠-**	٠,٣١٠-	
الثقة فى مقدم المساعدة	٠,٤٨٩-*	٠,٢٥٣-	
الاتجاهات نحو التماس المساعدة	٠,٧٦٩-**	٠,٣٩٨-	٠,٠٠

يتضح من الجدول (٣٢):

-وجود تأثير موجب وكلي دال احصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠١) وكذلك عند مستوى دلالة (٠,٠٥) للكمالية العصابية فى إخفاء الذات والأبعاد الفرعية له، **وتشير هذه النتيجة إلى تحقق الفرض الرابع (أ).**

-وجود تأثير سالب وكلي دال إحصائياً عند مستوي دلالة (٠,٠١) وكذلك عند مستوى دلالة (٠,٠٥) للكمالية العصابية فى الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية وجميع الأبعاد الفرعية له ماعدا بُعد المعتقدات حول أهمية المساعدة النفسية فتأثير الكمالية العصابية فيها غير دال إحصائياً، **وتشير هذه النتيجة إلى تحقق الفرض الرابع (ب) جزئياً.**

- وجود تأثير سالب كلي غير دال إحصائياً لإخفاء الذات فى الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية وجميع الأبعاد الفرعية له ما عدا بُعد المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية فتأثير إخفاء الذات فيها موجب غير دال إحصائياً، **وتشير هذه النتيجة إلى عدم تحقق الفرض الرابع(ج).**

المناقشة والتفسير

بالنسبة للنتيجة التي تنص على " وجود تأثير موجب وكلي دال احصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠١) وكذلك عند مستوى دلالة (٠,٠٥) للكمالية العصابية فى إخفاء الذات والأبعاد الفرعية له "، فإنها تشير إلى تحقق صحة الفرض الرابع (أ) ، وتتفق نتيجته مع نتيجة دراسة Kawamura & Frost (2004) ، وتفسر الباحثة هذه النتيجة من منظور حرص الشخص ذو الكمالية العصابية على العرض المثالي لذاته وعلى الصورة الكاملة التي يحب أن يظهر بها أمام الآخرين وذلك من منطلق انشغاله التام بتقييم المجتمع له، ويرى أنه كشخص كمالي لا يحقُ له أن يُظهر ضعفه أو أن يصرح بمشاعره الحزينة أو خبراته المؤلمة مهما كانت ضائقته النفسية، ومهما بلغت معاناته، ويرى أنه مجبر على التحكم في عواطفه مهما انت مضطربة ، ومن ثم فإن هذا

الاعتقاد المترسخ لديه ، وهذه المعتقدات اللاعقلانية تؤثر على إخفاء الذات لديه، حيث يحتفظ لنفسه بأسراره ولا يطلع أحد على خصوصياته، ولا يُظهر سوى الجانب القوي الصامد من شخصيته، تجنباً لأي مصدر تهديد خارجي قد يقلل من شأنه أو يضعف من هيبته .

وبالنسبة للنتيجة التي تنص على " وجود تأثير سالب وكلي دال إحصائياً عند مستوي دلالة (٠,٠١) وكذلك عند مستوى دلالة (٠,٠٥) للكمالية العصابية فى الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية وجميع الأبعاد الفرعية له ماعدا بُعد المعتقدات حول أهمية المساعدة النفسية فتأثير الكمالية العصابية فيها غير دال إحصائياً، وتشير هذه النتيجة إلى تحقق الفرض الرابع (ب) جزئياً، فتتفق هذه النتيجة مع دراسة Parker (2018) ، حيث أن الشخص الكمالي يعاني من الكثير من الضغوط والمحن النفسية بسب ما يعتنقه من أفكار ومعتقدات مثالية لاعقلانية سواء حول ما يخص جودة أدائه أو اهتمامه بتقييم المجتمع له ، ومع كل تلك الضغوط إلا انه يأبى على نفسه الظهور بموقف الضعيف ، فهو كشخص كمالي ومن وجهة نظره الخاطئة لا يحق له أن يالتماس المساعدة النفسية من أي أحد مهما بلغت حاجته لتلقيها ومهما بلغ حجم معاناته النفسية، لأنه يعتبر ذلك إقراراً صريحاً منه بالفشل وعدم الأهلية للكمالية، وبذلك يكون للكمالية العصابية تأثير كبير في تبني صاحبها لاتجاهات سلبية تجاه التماس المساعدة النفسية .

وقد لوحظ في نفس النتيجة الفرضية عدم تأثير الكمالية العصابية على معتقدات الفرد حول أهمية المساعدة النفسية، وربما يرجع ذلك إلى أن الفرد الكمالي على الرغم من رفضه التام لالتماس المساعدة النفسية تجنباً لأي تهديد خارجي قد يلحق به، إلا أنه قد لا يُنكر أهمية المساعدة النفسية في التخفيف من حدة الضغوط النفسية .

وبالنسبة للنتيجة التي تنص على " وجود تأثير سالب كلي غير دال إحصائياً لإخفاء الذات فى الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية وجميع الأبعاد الفرعية له ما

عدا بُعد المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية فتأثير إخفاء الذات فيها موجب غير دال إحصائياً " وتشير هذه النتيجة إلى عدم تحقق الفرض الرابع(ج). وتتفق هذه النتيجة مع نتائج دراسة Mendoza et al., (2015)، ودراسة Demir et al., (2020)، ويمكن إرجاعها إلى أن الشخص المخفي لذاته لديه اضطراب في علاقاته بالآخرين، دائم التخوف من كشف أسراره ومشاعره السلبية وخبراته المؤلمة لأي أحد، مما يجعله يفضل الإبقاء على حفظها وسترها بعيداً عن الآخرين، الأمر الذي يؤثر سلباً على اتجاهاته نحو التماس المساعدة النفسية مهما بلغت حاجته إليها ، على الجانب الآخر وحول ما يخص تأثير إخفاء الذات تأثيراً موجباً على معتقداته حول أهمية المساعدة النفسية، فقد يرجع ذلك إلى أن كثرة معاناة الفرد المخفي لذاته قد تجعله يدرك حقيقة المساعدة النفسية، ويغير معتقداته حول أهميتها في تخفيف حدة الألم النفسي .

جدول (٣٣) معاملات التأثير المعيارية غير المباشرة للنموذج السببي ودلالتها

المتغيرات المؤثرة / المتغيرات المتأثرة	الكمالية العصابية	إخفاء الذات	التماس المساعدة
التخوف من الآخرين	٠,٦٨٩**	٠,٠٠	٠,٠٠
المظاهر السلوكية لإخفاء الذات	٠,٤٨٢*	٠,٠٠	٠,٠٠
التقييم الحالي للذات	٠,٥٨٣**	٠,٠٠	٠,٠٠
التقييم المستقبلي للذات	٠,٥٤٩**	٠,٠٠	٠,٠٠
إخفاء الذات	٠,٠٠	٠,٠٠	٠,٠٠
المعتقدات حول المساعدة	٠,١١١	٠,٠٥٧	٠,٠٠
وصمة العار	-٠,٦٠٠**	-٠,٣١٠	٠,٠٠
الثقة فى مقدم المساعدة	-٠,٤٨٩**	-٠,٢٥٣	٠,٠٠
التماس المساعدة	-٠,٣٣٧	٠,٠٠	٠,٠٠

يتضح من الجدول(٣٣):

- وجود تأثير سالب غير مباشر دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) للكمالية العصابية فى بُعدين فرعيين من مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية (وصمة العار المرتبطة بتقديم المساعدة النفسية- الثقة فى مقدم المساعدة النفسية) وذلك من خلال متغير إخفاء الذات كمتغير وسيط؛ **مما يشير معه إلى تحقق الفرض الرابع(د) جزئياً.**
- يوجد تأثير موجب غير مباشر وغير دال إحصائياً للكمالية العصابية فى المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية وذلك من خلال متغير إخفاء الذات كمتغير وسيط.
- وجود تأثير سالب وغير مباشر وغير دال إحصائياً للكمالية العصابية فى الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية من خلال متغير إخفاء الذات كمتغير وسيط.
- وجود تأثير موجب غير مباشر دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) ومستوى (٠,٠٥) للكمالية العصابية فى الأبعاد الفرعية لإخفاء الذات من خلال العامل الكامن (إخفاء الذات) كمتغير وسيط.
- وجود تأثير غير مباشر غير دال إحصائياً لإخفاء الذات فى الأبعاد الفرعية للمواقف تجاه التماس المساعدة النفسية من خلال المتغير الكامن (الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية) كمتغير وسيط.

المناقشة والتفسير

- **بالنسبة للنتيجة الفرضية التي تنص على "** وجود تأثير سالب غير مباشر دال إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) للكمالية العصابية فى بُعدين فرعيين من مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية (وصمة العار المرتبطة بتقديم

المساعدة النفسية- الثقة فى مقدم المساعدة النفسية) وذلك من خلال متغير إخفاء الذات كمتغير وسيط؛ **مما يشير معه إلى تحقق الفرض الرابع (د) جزئياً. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة** دراسة Abdollahi et al., (2017) ، ويمكن إرجاعها إلى أن الشخص ذو الكمالية العصابية قد يعاني من الكثير من الضغوط والمحن النفسية بسبب ما يضعه لنفسه من معايير عالية للأداء وخوفه الدائم من الفشل وانشغاله بنظرة المجتمع له، الأمر الذي يجعله في حالة صراع داخلي ، ومع ذلك فإنه يضطر إلى إخفاء مشاعره السلبية وخبراته المؤلمة والحزينة عن الآخرين حفاظاً على صورته المثالية التي يريد الظهور بها أمام نفسه والمحيطين، الأمر الذي يترتب عليه رفضه التام للسعى إلى التماس المساعدة النفسية مهما كانت حاجته إليها، وذلك تخوفاً من وصمة العار التي قد تلحق به حال التماسه للمساعدة النفسية، إضافة لفقدانه الثقة فيمن يعتمد عليهم في تقديم خدمة المساعدة النفسية. وبذلك يتضح لنا أن الإخفاء الذاتي قد توسط العلاقة بين الكمالية العصابية والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية.

- وبالنسبة للنتيجة التي تنص على أنه" يوجد تأثير موجب غير مباشر وغير دال إحصائياً للكمالية العصابية فى المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية وذلك من خلال متغير إخفاء الذات كمتغير وسيط، فهذه النتيجة تتفق مع درسة Abdollahi et al., (2017)، ويمكن تفسيرها في ضوء أن الفرد ذو الكمالية العصابية قد يتعرض لمزيد من الضغط والألم النفسي نتيجة لما يخفي من مشاعر وخبرات مؤلمة، ومع زيادة عملية الإخفاء الذاتي وزيادة الألم النفسي قد يدرك مدى أهمية التماس المساعدة النفسية، وبذلك يكون الإخفاء قد أثر في العلاقة القائمة بين الكمالية والإخفاء .
- وبالنسبة للفرضية التي تنص على أنه " وجود تأثير سالب وغير مباشر وغير دال إحصائياً للكمالية العصابية فى الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية من

خلال متغير إخفاء الذات كمتغير وسيط، وهذه النتيجة تتفق أيضاً مع دارسة Abdollahi e al.,، فالفرد ذو الكمالية العصابية يعتقد أنه لابد أن يظهر بمظهر لا تشوبه شائبة، وبالتالي مهما يعاني من آلام ومتاعب نفسية لا يمكنه إظهار ذلك،فيضطر لإخفاء مشاعره السلبية وخبراته المؤلمة وتجاربه المخزيه، الأمر الذي يؤثر بالسلب على اتجاهاته نحو التماس المساعدة النفسية ، حيث يعتبرها اقراراص صريحاً منه بالفشل، وهذا يتعارض مع مبدأ الكمالية التي يعتنقها. ومن ثم يتضح لنا أن الكمالية قد أثرت بالسلب على الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية وذلك من خلال إخفاء الذات .

- وبالنسبة للفرضية التي تنص على وجود تأثير موجب غير مباشر دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) ومستوى (٠,٠٥) للكمالية العصابية فى الأبعاد الفرعية لإخفاء الذات من خلال العامل الكامن (إخفاء الذات) كمتغير وسيط. فهذه النتيجة تتفق مع دراسة كلا من Jung & Ha (2016) ، ودراسة Kawamura & Frost(2004) حيث تؤثر الكمالية العصابية على تخوف الفرد من الآخرين (كالخوف من تخلي أصدقائه عنه لو علموا بأسراره، والخوف من معايرة أحدهم وقت الخلاف معه، والخوف من أن يُثقل على أحد، والخوف من الندم إذا باح بأسراره لأحد)، وعلى مظاهره السلوكية (كالكذب عند سؤاله عن خصوصياته، وحرصه الشديد على عدم البوح بأسراره، ويقظته الذهنيه عند التحدث تجنباً لذلة لسانه التي قد تفصح عن أسراره) ، وعلى تقييمه الحالي والمستقبلي لذاته (كشعوره بالتهديد الدائم جرَّاء ما يخفيه من أسرار، وشعوره باقتراب الموت بسبب ما يخفيه من ضغوط تفوق طاقته)
- وبالنسبة للنتيجة التي تنص على " وجود تأثير غير مباشر غير دال إحصائياً لإخفاء الذات فى الأبعاد الفرعية للمواقف تجاه التماس المساعدة النفسية من

خلال المتغير الكامن (الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية) كمتغير وسيط ، فهذه النتيجة تتفق مع دراسة Mendoza et al., (2015)، ودراسة Demir et al., (2020)، حيث يؤثر إخفاء المشاعر السلبية والخبرات المؤلمة والمواقف أو السلوكيات المخزية على نية الفرد لالتماس المساعدة النفسية، فالفرد المخفي لذاته يتجنب السعي نحو التماس المساعدة النفسية تجنباً لأي تهديد خارجي .

وقد حظى النموذج السببي الموضح بشكل (٤) على مؤشرات حسن مطابقة جيدة كما يوضحها الجدول (٤٨) حيث أن قيمة كا٢ غير دالة إحصائياً، ومؤشر الصدق الزائف المتوقع للنمُوذج الحالى (Expected Cross-Validation Index) أقل من نظيره للنمُوذج المشبع Saturated Cross-Validation (Index)، كما أن قيمة المؤشرات وقعت فى المدى المثالى لكل مؤشر؛ مما يدل على مطابقة النموذج الجيدة للبيانات موضع الاختبار(عزت عبد الحميد محمد حسن، ٢٠١٦، ص ص ٣٧٤-٣٧٥).

جدول (٣٤). مؤشرات حُسن المُطابقة للنموذج السببي للعلاقات بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية.

المؤشر	قيمة المؤشر	قيمة المؤشر التى تشير إلى أفضل مطابقة
اختبار كا٢ X2	١٥,٤٦٢	أن تكون غير دالة (٠,٥٦٢)
درجات الحرية (Df)	١٧	
نسبة كا٢ X2/df	٠,٩١٠	١-٥
مؤشر حسن المطابقة GFI	٠,٩٩١	٠-١
مؤشر حسن المطابقة المصحح بدرجات الحرية AGFI	٠,٩٧١	٠-١
معيار معلومات أكيك AIC	٩١,٤٦٢	أن تكون قيمة المؤشر أقل من أو تساوى نظيرتها للنموذج المشبع (١١٠,٠٠)
اتساق معيار معلومات أكيك CAIC	٢٧٥,٠٧٣	أن تكون قيمة المؤشر أقل من أو تساوى نظيرتها للنموذج المشبع (٣٧٥,٧٥٤)

المؤشر	قيمة المؤشر	قيمة المؤشر التى تشير إلى أفضل مطابقة
مؤشر الصدق الزائف المتوقع ECVI	٠,٢٦٩	أن تكون قيمة المؤشر أقل من أو تساوى نظيرتها للنموذج المشبع (٠,٣٢٤)
مؤشر المطابقة المعيارى NFI	٠,٩٨٨	١-٠
مؤشر المطابقة المقارن CFI	١,٠٠	١-٠
مؤشر المطابقة النسبى RFI	٠,٩٦٩	١-٠
مؤشر المطابقة التزايدى IFI	١,٠٠	١-٠
مؤشر الافتقار لحسن المطابقة PGFI	٠,٣٠٦	١-٠
جذر متوسط مربع خطأ الاقترابRMSEA	٠,٠٠٠	٠,١-٠

- ويتضح من الجدول (٣٤): أن جميع قيم مؤشرات حُسن المُطابقة للنموذج السببي بين المتغيرات (الكمالية العصابية، إخفاء الذات، والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية) وقعت فى المدى المثالى لكل مؤشر، مما يشير معه إلى مطابقة النموذج الجيدة للبيانات موضع الاختبار.

نتائج الفرض الخامس ومناقشتها وتفسيرها:

<u>ينص الفرض الخامس على</u>: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث فى الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الكمالية العصابية.

لاختبار صحة الفرض تم استخدام اختبار(ت) (T-test) لدى عينتين مستقلتين، وذلك لحساب الدلالة الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات الذكور والإناث فى الأبعاد الفرعية لمقياس الكمالية العصابية والدرجة الكلية للمقياس لدى طلاب التربية الخاصة، والجدول (٣٥) يوضح ذلك تفصيلاً:

جدول (٣٥): نتائج اختبار(ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث فى الأبعاد الفرعية لمقياس الكمالية العصابية والدرجة الكلية له لدى طلاب

المتغير	الذكور (ن=١٢١)		الإناث (ن= ٢٢٠)		قيمة (ت)
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
التقدير المتدني للذات	١٧,٠٠٠	٤,٩٢١٠٤	١٧,٥٦٨٢	٤,٨٤٧٢	١,٠٢٦-
الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية	٤,٧٥٢١	٥,٣٣٤٢	٢٥,٦٧٧٣	٥,٠٩٥٤٧	١,٥٧٨-
عدم الرضا عن الآداء	١٦,٥٠٤١	٣,١٢٨١	١٦,٨٠٠	٣,٤١٥٧	٠,٧٨٨-
الدرجة الكلية للكمالية العصابية	٥٨,٢٥٦	١٠,٩٧٣١	٦٠,٠٤٥٥	١٠,٩٢٥٩	١,٤٤٥-

التربية الخاصة (ن=٣٤١) .

يتضح من الجدول (٣٥): أنه لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث فى مقياس الكمالية العصابية وأبعاده الفرعية (التقدير المتدني للذات- الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية-عدم الرضا عن الآداء) والدرجة الكلية للمقياس؛ ومن ثم فقد تحقق الفرض.

لقد تحققت صحة هذا الفرد، وتختلف نتيجة هذا الفرض مع ما أشارت إليه نتائج دراسة Macsinga & Dobrița (2010)، التي أشارت إلى وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في الكمالية لصالح الذكور.

في حين اتفقت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة كل من دراسة عفراء خليل (٢٠١٨) ,.Kawamura et al (2010)، Afshar،Zi (2003) (2011)، عبدالله

جاد (٢٠١٠)، محمد سعفان وآخرون (٢٠١٥) التي أسفرت نتائجها عن عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الكمالية العصابية بين الذكور والإناث

وربما يرجع ذلك إلى أن كليهما يعيش في نفس البيئة الثقافية والاجتماعية ، ويتعرضان لنفس ظروف التنشئة الأسرية والاجتماعية ، كما يواجهان نفس التحديات والمشكلات النفسية والاجتماعية والمعيشية، فكل من الذكر والأنثى مطالب بالعيش المتوافق والمواجهة الفعالة وذلك من خلال القيام بالأدوار المنوطة بهما ، والتي لم تعد تفرق بين الذكر والأنثى، ولم تعد تبالي بوضع معايير تحكم عمل كل منهما بنفس الدرجة التي كانت من قبل، ولم يعد هناك اعتبار لأفضلية الذكر على الأنثى كما كان من قبل ، حيث أصبحت فيها الكفاءة والجدية والإنتاجية هي المعيار الأساسي للمقارنة بين الذكر والأنثى وليس النوع، الأمر الذي أهَّب الإناث للتنافس مع الذكور ومحاولة بلوغ حد الكمالية المطلوبة لتحقيق الأهداف المنشودة في شتى مجالات الحياة العلمية والعملية. ومن ثم انخفضت الفروق بين الجنسين إلى الدرجة التي بلغت حد الدلالة بين كل من الذكور والإناث في الكمالية العصابية .

- نتائج الفرض السادس ومناقشتها وتفسيرها:

<u>ينص الفرض السادس على</u>: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث فى الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس إخفاء الذات.

لاختبار صحة الفرض تم استخدام اختبار(ت) (T-test) لدى عينتين مستقلتين، وذلك لحساب الدلالة الإحصائية للفروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث فى الأبعاد الفرعية لمقياس إخفاء الذات والدرجة الكلية للمقياس لدى طلاب التربية الخاصة باعتبار أن هذا الفرق يُمثل مقدار التغير الذى يمكن أن يحدث بسبب النوع كمتغير مستقل.

وكذلك تم استخدام مربع ايتا[1] Eta Sqared لحساب حجم التأثير للمتغير المستقل على المتغيرات التابعة، والذى يشير إلى نسبة التباين فى المتغير التابع التى ترجع إلى المتغير المستقل، كما يُشير حجم التأثير إلى دليل الأثر الفعلي(صلاح أحمد مراد، ٢٠٠٠، ص ص ٢٤٦-٢٤٧)، والجدول (٣٦) يوضح ذلك تفصيلاً:

جدول (٣٦): نتائج اختبار(ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث فى الأبعاد الفرعية لمقياس إخفاء الذات والدرجة الكلية له لدى طلاب التربية الخاصة (ن=٣٤١)

	الذكور (ن= ١٢١)		الإناث (ن= ٢٢٠)			
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	مربع ايتا
التخوف من الآخرين	٩,٦٢٨١	٢,٤٠٥٣١	١٠,٥١٣٦	٢,٢٨٦٥	-٣,٣٥٩**	٠,٠٣٢٢١
المظاهر السلوكية لإخفاء الذات	١٤,٥٨٦	٢,٩٥٧١	١٤,٣٢٧	٣,٠٥٢٣	٠,٧٥٩	—
التقييم الحالي للذات	١٣,٨٦٧	٢,٨١٣٤	١٤,٣٢٢٧	٢,٨٥٧٤	-١,٤١٤	—
تقييم الذات المستقبلية	١٥,٦٦١	٣,٨٠٠٣	١٦,٩٠٤	٣,٥٢٤٨	-٣,٠٣١**	٠,٠٢٣٨
الدرجة الكلية لمقياس إخفاء الذات	٥٣,٧٤٣	٩,٧٤٦٣	٥٦,٠٦٨٢	٩,١٣٢٠	-٢,١٩٦*	٠,٠١٤٠٢

يتضح من الجدول (٣٦):

- أنه لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث فى بُعدي

$$\text{مربع ايتا} = \frac{\text{ت}^2}{\text{ت}^2 + \text{الحرية درجة}}$$

- (المظاهر السلوكية لإخفاء الذات- التقييم الحالي للذات) من الأبعاد الفرعية لمقياس إخفاء الذات، فى حين توجد فروق ذات دلالة احصائية (عند مستوى دلالة (٠,٠١)، (٠,٠٥)) بين الذكور والإناث فى باقى أبعاد مقياس إخفاء الذات وكذلك الدرجة الكلية للمقياس لصالح الإناث، حيث أن متوسط درجات الإناث أعلى من نظيره لدى الذكور، ومن ثم فقد تحقق الفرض جزئياً.
- إن قيمة مربع ايتا= القيم التالية على التولي (٠,٠٣٢٢١- ٠,٠٢٣٨- ٠,٠١٤٠٢) لكل من على التوالي (التخوف من الآخرين- التقييم المستقبلي للذات- الدرجة الكلية لإخفاء الذات)؛ مما يُشير إلى أن النوع يفسر (٣,٢٢٪) من التباين المفسر فى التخوف من الآخرين وهي كمية متوسطة من التباين المفسر بواسطة النوع كما بالجدول المرجعي (عزت عبد الحميد محمد، ٢٠١١: ٢٨٤)، بينما يفسر النوع (٢,٣٨٪) من التباين المفسر فى التقييم المستقبلي للذات وهى كمية قليلة من التباين المفسر بواسطة النوع، وايضاً يُفسر النوع (١,٤٠٪) من التباين المفسر فى الدرجة الكلية لإخفاء الذات وهى كمية قليلة من التباين المفسر بواسطة النوع.

ولمناقشة نتيجة الفرض السادس ، نجد أنه قد تحققت صحة الفرض تحقيقاً جزئياً، وتختلف النتيجة الكلية لهذا الفرض مع نتائج بعض الدراسات مثل Smetana & Robinson (2019) التي أشارت إلى أن روايات الإخفاء كانت أقل

تفصيلاً بشكل واقعي بين الذكور المراهقين عنه لدى الإناث، أي أن الذكور كانوا أكثر حرصاً على إخفاء ذاتهم عن الإناث .

وفي البحث الحالي تُرجع الباحثة ارتفاع درجة إخفاء الذات في الدرجة الكلية لدى الإناث عنه لدى الذكور، من منطلق طبيعة الأنثى المراهقة التي تسعى لجذب أنظار من حولها ، الأمر الذي قد يضطرها في كثير من الأحيان للظهور بمظهر الأنثى المرحة ، المتفائلة، البشوشة، مما يدفعها لمزيد من التجمل وتزييف الذات للظهور بأفضل صورة تلفت أنظار الاخرين لها. ويتفق هذا مع ما أشارت إليه دراسة بيزك Bezek (2010) من أن الجامعة تفرض على الذكور الظهو بشكل اجتماعي جذاب، الأمر الذي يمنعها من إظهار أية دلائل سواء (مشاعر – أحداث – أفكار) سلبية قد توحي بضعفها أو حزنها. وعليه فإن الأنثى تحاول دائماً أن تُظهر عكس ما تُخفي لتحظى لدى الجميع بالقبول، وليكون لها الحظ الأوفر من الأصدقاء ، التي تخشى من مفارقتهم وانسحابهم بعيداً عنها لو علموا بما تكنه من مشاعر سلبية وأفكار حزينة ومخزية.

كما تؤثر ثقافة المجتمع، وطبيعة التنشئة الاجتماعية والأسرية في ميل الإناث للإخفاء أكثر من الذكور ، فقد تحذر كثير من الأسر بناتهن من البوح بأية خصوصيات لصديقاتهن .

كما قد يرجع ذلك إلى كون الإناث أكثر تخوفاً من الذكور من كشف أسرارهن، وأكثر تحفظاً وحيطة من البوح بمشاعرهن السلبية والحزينة، وأكثر حرصاً على حجب خصوصياتهن عن الآخرين، بل وأكثر قلقاً من أن يعيرهن بها أحد ممن ائتمنته على أسرارهن ، ولذلك يفضل الكثير من الإناث إخفاء ذاتهن أكثر من الذكور.

هذا بالإضافة إلى أن معظم أسرار الإناث قد تتعلق بالخبرات والتجارب العاطفية، والتي يعتبرونها أسراراً حميمية للغاية لا يمكن إخبار أحد بها، فيصرون على الاحتفاظ بها لأنفسهم، ولا يطلعون عليها أحد، وذلك عكس الذكور اللائي قد يتباهون ،

ويجدون متعة في البوح بتلك الخبرات التي قد تكسبهم المزيد من الثقة بأنفسهم وذلك من وجهة نظرهم .

كما قد يعود تقدم الإناث عن الذكور في إخفاء الذات لطبيعة التنشئة الأسرية، واتباعاً للسياق الثقافي، والعادات والتقاليد التي تربين عليها الإناث، فقد يتلقى معظم الإناث العديد من التعليمات الصارمة من أمهاتهن بعدم البوح بأية أسرار شخصية لأي أحد مهما كانت درجة الصداقة والثقة بينهما . كما أن الإناث قد تعطي بعض الأمور من الاهتمام أكثر مما يستحق، فقد يكون لديها أفكار وتجارب عادية من الممكن أن تكون لدى الجميع منا، لكنها قد تضخمها وتخشى من أن يعلم بها أحد فتبذل قصارى جهدها لإخفائها تخوفاً من معرفة المحيطين بها. كل ذلك يكون له أثر كبير في ارتفاع إخفاء الذات لدى الإناث عنه لدى ذويهم من الذكور .

نتائج الفرض السابع ومناقشتها وتفسيرها:

ينص الفرض السابع على: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات كل من الذكور والإناث فى الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية.

لاختبار صحة الفرض تم استخدام اختبار(ت) (T-test) لدى عينتين مستقلتين، وذلك لحساب الدلالة الإحصائية فى الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية بين متوسطات درجات مجموعتي الذكور والإناث من طلاب التربية الخاصة، والجدول (٣٧) يوضح ذلك تفصيلاً:

جدول (٣٧): نتائج اختبار(ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات مجموعتي الذكور والإناث من طلاب التربية فى الأبعاد الفرعية لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية والدرجة الكلية له (ن=٣٤١) .

	الذكور (ن= ١٢١)		الإناث (ن= ٢٢٠)			
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة (ت)	حجم التأثير
المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة	١٩,١٦٥٣	٣,٧٩١١	٢١,٥٢٢٧	٣,٧٣٤٨	-٥,٥٢٣**	٠,٠٨٢٥٥
وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة	٢٠,٤٩٥	٤,٢٥٢٦	٢١,٣٢٢٧	٣,٦٦٤٠	-١,٨٨٢	—
الثقة فى مقدم المساعدة النفسية	١٤,٣٨٢	٣,١٢٠٥	١٤,٧٧٧٣	٣,٠٣٧١	-١,١٣٥	—
الدرجة الكلية لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة	٥٤,٠٤١٣	٨,٦٠٣٦	٥٧,٦٢٢٧	٧,٨٣٥٥٥	-٣,٨٩٩**	٠,٠٤٢٩١

يتضح من الجدول (٣٧):

- أنه لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات مجموعتي الذكور والإناث من طلاب التربية الخاصة فى الأبعاد الفرعية لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية (وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة النفسية- الثقة فى مقدم المساعدة النفسية)، فى حين توجد فروق ذات دلالة احصائية عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين مجموعتي الذكور والإناث فى بُعد المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية وكذلك الدرجة الكلية للمقياس لصالح الإناث حيث أن متوسط درجات الإناث أعلى من نظيره لدى الذكور؛ مما يعنى تحقق الفرض جزئياً.

- إن قيمة مربع ايتا= القيم التالية على التولي (٠,٠٨٢٥٥- ٠,٠٤٢٩١) لكل من على التوالي (المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية- الدرجة الكلية للمواقف تجاه التماس المساعدة النفسية)؛ مما يُشير إلى أن النوع يُفسر (٨,٢٥٪) من التباين المُفسر فى المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية وهي كمية كبيرة من التباين المُفسر بواسطة النوع كما بالجدول المرجعي (عزت عبد الحميد محمد، ٢٠١١: ٢٨٤)، بينما يفسر النوع (٤,٢٩٪) من التباين المُفسر فى الدرجة الكلية للاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية وهى كمية متوسطة من التباين المفسر بواسطة النوع.

وتختلف نتيجة هذا الفرض مع نتيجة دراسة كل من Chang (2014)، Tieu & Konnert (2014)، Kaya (2015)، والتي لم يكن الجنس فيها مؤشراً هاماً للدلالة على وجود فروق في مواقف طلاب الجامعة تجاه التماس المساعدة النفسية.

على الجانب الاخر، تتفق نتيجة هذا الفرض الكلية مع نتائج العديد من الدراسات مثل Shea & Yeh (2008)، Mckelvie (2009)، Nam et al., (2010)، Topkaya (2014)، Do et al., (2019) ، Chandrasekara (2016) ، Kuo et al., (2006) ، Mackenzie (2006) ، Parker(2018) ، Arora et al., (2016) والتي أسفرت نتائجها عن أن الجنس كان مؤشرًا هاماً على مواقف التماس المساعدة النفسية ، حيث أبلغت طالبات الجامعات الإناث عن موقف أكثر إيجابية تجاه التماس المساعدة النفسية عنه لدى طلاب الجامعة الذكور، فقد كانت الإناث أكثر استعدادًا للاعتراف بالحاجة إلى المساعدة النفسية ، وكن أكثر انفتاحًا بشأن مشاكلهن ، وكن أكثر ثقة في خدمات الصحة النفسية المقدمة.

وربما يرجع ذلك إلى أن معظم الإناث ضعيفات ، ففي الوقت الذي يتسم فيه الذكر بالثبات والقوة والصلابة، نجد أن الأنثى قد تعاني من عدم الصمود أمام الكثير من

ضغوطات الحياة، ومن ثم فهي بحاجة إلى من يساعدها في اجتياز ما تواجهه من مشكلات ومحن نفسية أو غيرها، وإلا فقد تتعرض لانهيار نفسي، فهي بحاجة مستمرة مقارنة بالذكور إلى الاستشارة النفسية سواء من أمها أو أختها أو صديقتها، لكي تساعدها في الخلاص من محنتها، وذلك على عكس الذكر الذي قد ينظر لالتماس المساعدة النفسية على أنه ضعف في شخصيته، ويقلل من قدره واحترامه لذاته .

كما قد يرجع الفرق بين الذكور والإناث إلى اختلاف تقييم كل منهم للأمور، واختلاف الزاوية التي ينظر من خلالها تجاه التماس المساعدة النفسية، ففي الوقت الذي تعتبر الإناث أن التماس المساعدة النفسية سواء الرسمية أو غير الرسمية أمر عادي ليس به حرج وأنه مجرد البحث عن النصح والتوجيه، قد يقيمه الذكور باعتباره إنقاصاً من رجولته وظهوراً بمظهر الضعيف وانه لابد أن يكون قوياً متحدياً لظروفه، وفي هذا الصدد أشار (Wilson et al., 2011, p35) إلى أن مجرد الاعتقاد بأنه لابد أن يكون الفرد قوي بما يكفي للتعامل مع الضغوط النفسية، وأن يكون مستقلاً في حل مشكلاته بمفرده ، تعد بمثابة العائق القوي أمام السعي للحصول على المساعدة النفسية المطلوبة.

كما يُعتقد أن الذكور يمكنهم التغلب على مشكلاتهم النفسية بسهولة ويسر أكثر من الإناث، كما قد يعتقد الشباب أن التماس المساعدة النفسية من الخارج قد يُنظر إليه على أنه مؤشر على ضعفهم، أو عدم قدرتهم على التعامل مع مشكلاتهم التي يواجهونها (Chandrasekara, 2016, p234).

وربما يرجع أيضاً إلى خوف الإناث من تبعات رفض المساعدة النفسية التي قد تصل بهن إلى الانتحار أو الاصابة بالاضطرابات والأمراض النفسية والجسدية، في حين قد لا يدرك الذكور تلك التبعات ولا يفكر بها من الأساس.

كما قد يكون الإناث قد نجحن في إيجاد الشخص الموثوق به الذي يمكنهم الرجوع إليه والتماس المساعدة النفسية منه ، في الوقت الذي قد لا يجد الذكور الشخص المناسب لذلك.

ولا يمكن تجاهل دور المعتقدات حول التماس المساعدة النفسية لدى كل منهما، فقد تكون لدى الإناث أفكاراً عقلانية ، منطقية تجاه التماس المساعدة النفسية، وتعتبر أن كل منا بحاجة لالتماس المساعدة النفسية ولكن بدرجات متباينة، في حين قد ينكر الذكور ذلك ولديهم أفكاراً سلبية حول التماس المساعدة النفسية، أو غير معترف بأهميتها منذ البداية، وعليه فقد تلجأ الإناث للبحث عن المساعدة النفسية حين تكون مستاءةً أو قلقة لفترة طويلة ، حيث لا تتردد في السعي للبحث عنها والمبادرة في التماسها والحصول عليها بطريقة رسمية أو غير رسمية، وذلك على عكس الذكور الذي قد ترسخت لديهم أفكار سلبية حول التماس المساعدة النفسية، الأمر الذي يجعله يحجم عن التماس المساعدة النفسية مهما كان حجم معاناته النفسية.

إن إدراك الأنثى لأهمية المساعدة النفسية قد يجعلها تنصح الكثيرين ممن هم بحاجة للمساعدة النفسية للذهاب إلى طبيب نفسي، على عكس الذكر الذي لا يمكنه توجيه النصح بذلك على الإطلاق، فقد يكون التماس المساعدة النفسية هو آخر شئ يخطر بباله، كما أنه قد لا يعترف بدور العيادات النفسية في التخفيف من حجم المعاناة النفسية .

نتائج الفرض الثامن ومناقشتها وتفسيرها:

<u>ينص الفرض الثامن على</u>: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطلاب فى الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الكمالية العصابية ترجع إلى الفرقة الدراسية (الأولى/ الثالثة).

لاختبار صحة الفرض تم استخدام اختبار(ت) (T-test) لدى عينتين مستقلتين، وذلك لحساب الدلالة الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات طلاب التربية الخاصة

بالفرقة الأولى والفرقة الثالثة فى الأبعاد الفرعية لمقياس الكمالية العصابية والدرجة الكلية للمقياس، والجدول (٣٥) يوضح ذلك تفصيلاً:-

جدول (٣٨): نتائج اختبار(ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات كل من طلاب الفرقة الأولى والثالثة فى الأبعاد الفرعية لمقياس الكمالية العصابية والدرجة الكلية له (ن=٣٤١).

المتغير	الفرقة الأولى (ن=١٨٩)		الفرقة الثالثة (ن= ١٥٢)		قيمة (ت)
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
التقدير المتدني للذات	١٦,٩٧٨٨	٤,٦٣٤٤	١٧,٨٤٨٧	٥,١٢٤٦	١,٦٤٣-
الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية	٢٥,٠٠٣	٥,٠٧٠٢	٢٥,٧٧٦٣	٥,٣٢٦٦	١,٣٦٥-
عدم الرضا عن الآداء	١٦,٧١٩٦	٣,٢٦٩٩	١٦,٦٦٤٥	٣,٣٨٠٧٩	٠,١٥٢
الدرجة الكلية للكمالية العصابية	٥٨,٧٠٣٧	١٠,٢٣٤٧	٦٠,٢٨٩٥	١١,٧٧٢٤	١,٣١٠-

يتضح من الجدول (٣٨): أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات كل من طلاب الفرقة الأولي والفرقة الثالثة فى مقياس الكمالية العصابية وأبعاده الفرعية (التقدير المتدني للذات- الأفكار اللاعقلانية المصاحبة للكمالية- عدم الرضا عن الآداء) والدرجة الكلية للمقياس، ومن ثم فقد تحقق الفرض.

تختلف نتيجة هذا الفرض مع نتائج دراسة Stoeber & Stoeber (2009)، ودراسة Landa & Bybee (2007) ، ودراسة Chang (2000) ، ودراسة Allen & Wang (2014) التي أظهر فيها العمر ارتباطاً سلبياً مع الكمالية اللاتكيفية، بمعنى أن معدل الكمال يتناقص مع تقدم العمر، وأن البالغين الأصغر سناً كانوا أكثر كمالية بشكل ملحوظ من البالغين كبار السن.

وربما يرجع عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين طلاب الفرقة الأولى والثالثة في الكمالية العصابية إلى تشابه الظروف الحياتية والمعيشية لكل منهما، حيث يعيش كلا العمرين من الطلاب في عصر يزخر بوسائل التكنولوجيا الحديثة والمتاحة للجميع والتي توفر سبل الرفاهية والتعليم عن بعد لهم مما لم يدع مجالاً لتقدم أحدهم عن الآخر في السعي نحو الكمالية أو أحد مظاهرها، وتماشياً مع توحد الظروف التعليمية والحياتية بشكل عام لطلاب الفرقتين، فقد تكون نظرتهم لأنفسهم وتقديرهم لذاتهم بنفس الدرجة، هذا بالإضافة إلى رضاهم عن أدئهم وما قد يمتلكونه من أفكار لا عقلانية تتعلق بالكمالية، الأمر الذي أدى في النهاية إلى تلاشي الفروق بينهما لدرجة بلغت حد الدلالة .

كما قد يرجع تلاشي الفروق بين طلاب الفرقتين إلى أن الفارق الزمني بينهما ليست كبير بالدرجة الكافية لإيجاد الفروق والمقارنة بينهما . ولا يخفى عينا تعرض طلاب كلا الفرقتين لنفس الظروف التعليمية، فكل منهما يدرس بكلية علوم الإعاقة والتأهيل، والتي تعتبر من الكليات الناشئة بالجامعة، وتحتاج من طلابها بالفرقتين المزيد من الجد والمثابرة لتحقيق الأهداف المنشودة من الالتحاق بهذا المجال.

إضافة إلى احتمالية تقارب الدافع لدى كلا منهما وتشابه ظروف البيئة التعليمية فكل منهم يطمح في العمل ف مجال الاعاقة سواء في مراكز تخاطب أو غيرها ويبذل قصارى جهده لتحقيق ما يريد، فطالب الفرقة الاولى لديه من الحماس ما يتقارب مع طالب الفرقة الثالثة، الأمر الذي أدى في النهاية إلى عدم وجود فروق بين طلاب الفرقتين في الكمالية.

- نتائج الفرض التاسع ومناقشتها وتفسيرها:

<u>ينص الفرض التاسع على</u>: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطلاب فى الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس إخفاء الذات ترجع إلى الفرقة الدراسية (الأولى/ الثالثة). .

لاختبار صحة الفرض تم استخدام اختبار(ت) (T-test) لدى عينتين مستقلتين، وذلك لحساب الدلالة الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات طلاب التربية الخاصة بالفرقة الأولى والفرقة الثالثة فى الأبعاد الفرعية لمقياس إخفاء الذات والدرجة الكلية للمقياس، والجدول (٣٩) يوضح ذلك تفصيلاً:

جدول (٣٩): نتائج اختبار(ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات كل من طلاب الفرقة الأولى والثالثة فى الأبعاد الفرعية لمقياس إخفاء الذات والدرجة الكلية له (ن=٣٤١)

	الفرقة الأولى (ن= ١٨٩)		الفرقة الثالثة (ن= ١٥٢)		قيمة (ت)
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
التخوف من الآخرين	١٠,٢٦٤	٢,٢٩٥٦	١٠,١١٨	٢,٤٥٢٠٤	٠,٥٦٧
المظاهر السلوكية لإخفاء الذات	١٤,٣٤٣	٣,٠٩٤٨	١٤,٥١٣٢	٢,٩٢٥٠	٠,١٥٤-
التقييم الحالي للذات	١٤,١٠٠٥	٢,٩١٦٤	١٤,٢٣٦٨	٢,٧٢٢٩	٠,٤٣٩-
التقييم المستقبلي	١٦,٥٠٢٦	٣,٦٣٢٩	١٦,٤١٤٥	٣,٧٢٢٩	٠,٢٢٠
الدرجة الكلية لمقياس إخفاء الذات	٥٥,٢١١٦	٩,٤٥١٣	٥٥,٢٨٢٩	٩,٣٧٩٠	٠,٠٦٩-

يتضح من الجدول (٣٩): أنه لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات كل من طلاب الفرقة الأولي والفرقة الثالثة فى مقياس إخفاء الذات وأبعاده الفرعية (التخوف من الآخرين- المظاهر السلوكية لإخفاء الذات – التقييم الحالي للذات- التقييم المستقبلي للذات) والدرجة الكلية للمقياس؛ ومن ثم فقد تحقق الفرض.

وتختلف نتيجته مع دراسة Friedlander(2012) التي أسفرت نتائجها عن وجود فروق الانتحار ، في حين ارتبط سلوك إخفاء الذات لدى البالغين بأعراض الاكتئاب فقط، وهذا يدل على ارتفاع درجة بين الصغار والبالغين فيما يؤل له إخفاء الذات، حيث كشفت الدراسة عن ميل المراهقين ذوي إخفاء الذات إلى إخفاء الذات لدى المراهقين عنه لدى البالغين، وما يثبت ذلك مدى شدة النتيجة المترتبة على الإخفاء لدى كل منهما .

ويمكن إرجاع عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين طلاب الفرقتين الأولى والثالثة في إخفاء الذات إلى تقارب الفارق الزمني بين كليهما، فالاثنين يقعان في نفس المرحلة العمرية التي تتسم بنفس السمات والخصائص النفسية والاجتماعية .

وربما يرجع تلاشي الفروق بينهما إلى عدم وجود أية سلوكيات أو أحداث أو تجارب مؤلمة أو مخزية لدى أيٍ منهما، ترقي لمستوى السرية، أو تحتاج منهما الاحتفاظ بها والتستر عليها أو الخوف منها، ومن ثم ليس هناك داعٍ لإخفاء الذات، مما أدى لتلاشي الفروق بينهما . مع الأخذ في الحسبان أنه قد يكون لدى كل منهما أسرار ولكنهما يحافظان عليها دون معاناة ، فالحفاظ على الأسرار هنا لا يعني الإخفاء الذاتي ، وهذا يتفق مع ما أشار إليه Friedlander (2012) .

وربما يكون لدى طلاب الفرقتين نفس ظروف التنشئة الاجتماعية والأسرية التي تشدد على عدم كشف الخصوصيات والأسرار لأي حد مهما كانت درجة الصلة به، كما قد يكون لديهم نفس المعتقدات الثقافية التي تؤكد على عدم الوثوق بأي أحد مخافة أن يعيره فيما بعد أو أن يصبح سره هو نقطة ضعفه وذلته لدى من يبوح له به.وعليه فقد يخاف كل منهما من تقييم المجتمع له ، الأمر الذي يجعله يفضل الظهور بشكل مغاير للحقيقة مما يدفع للتجمل وإخفاء ذاته الحقيقية وهذا يتفق مع ما أسار إليه لارسون وآخرون ,.Larson et al (2015: pp708-709)

كما قد يعود تلاشي الفروق بينهما إلى وجود نفس العوامل الظرفية التي تحتم على كل منهما الاحتفاظ بسره وعدم كشفه للآخرين، وهذا يتفق مع ما أشار إليه ويسميجر وآخرون Wismeijer et al., (2008, p323).

في ضوء ما تقدم من تفسير ترى الباحثة أن تلاشي الفروق بين الجنسين بشكل بلغ حد الدلالة الاحصائية يُلَخّص في تشابه العوامل الشخصية والنفسية والاجتماعية والظرفية لدى طلاب الفرقتين، الأمر الذي ظهر جلياً في تعادل كل منهما في الإخفاء الذاتي .

- نتائج الفرض العاشر ومناقشتها وتفسيرها:

ينص الفرض العاشر على: لا توجد فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات درجات الطلاب فى الأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية ترجع إلى الفرقة الدراسية (الأولى/ الثالثة) .

لاختبار صحة الفرض تم استخدام اختبار(ت) (T-test) لدى عينتين مستقلتين، وذلك لحساب الدلالة الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات طلاب التربية الخاصة بالفرقة الأولى والفرقة الثالثة فى الأبعاد الفرعية لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية والدرجة الكلية للمقياس، والجدول (٤٠) يوضح ذلك تفصيلاً:

جدول (٤٠): نتائج اختبار(ت) لدلالة الفروق بين متوسطات درجات كل من طلاب الفرقة الأولى والثالثة فى الأبعاد الفرعية لمقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية والدرجة الكلية له (ن=٣٤١)

	الفرقة الأولى (ن= ١٨٩)		الفرقة الثالثة (ن= ١٥٢)		قيمة (ت)
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
المعتقدات حول أهمية المساعدة النفسية	٢٠,٤٨٦٨	٣,٨١١	٢٠,٩٣٤٢	٤,٠٤٠٦	١,٠٤٩-
وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة النفسية	٢٠,٩٩٤٧	٣,٩٣٢٢	٢١,٠٧٢٤	٣,٨٦٥٤	٠,١٨٣-

	الفرقة الأولى (ن= ١٨٩)		الفرقة الثالثة (ن= ١٥٢)		قيمة (ت)
	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	
الثقة فى مقدم المساعدة النفسية	١٤,٤٨١٥	٣,١٢٦٠	١٤,٨٢٨٩	٢,٩٩٣٩	١,٠٤٠-
الدرجة الكلية لمقياس إخفاء الذات	٥٥,٩٦٣٠	٨,٣٨٦٥	٥٦,٨٣٥٥	٨,١٥٥٣	٠,٩٦٧-

يتضح من الجدول (٤٠): أنه لاتوجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات كل من طلاب الفرقة الأولي والفرقة الثالثة فى مقياس الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية وأبعاده الفرعية (المعتقدات حول أهمية التماس المساعدة النفسية- وصمة العار المرتبطة بالتماس المساعدة النفسية- الثقة فى مقدم المساعدة النفسية) والدرجة الكلية للمقياس، ومن ثم فقد تحقَّق الفرض.

وتختلف مع ما أشارت إليه دراسة Kuo et al., (2006) ،ودراسة Mackenzie (2006) ،ودراسة Mackenzie (2008) ، ودراسة Masuda (2012)، ودراسة Mackenzie et al., (2006) ، ودراسة Shea & Yeh (2008) والتي أسفرت نتائجها عن وجود فروق دالة إحصائياً في الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية وفقاً للعمر الزمني لصالح الأكبر سناً.

على الجانب الآخر فإن نتيجة هذا الفرض تتعارض أيضاً مع نتائج بعض الدراسات مثل دراسة Konnert &Tieu (2014) ، ودراسة Kaya (2015) التي أسفرت عن تبني الصغار لاتجاهات أكثر إيجابية عنه لدى كبار السن .

في حين تفسر الباحثة عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين طلاب الفرقتين الأولى والثالثة في الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية في ضوء التقارب العمري بين الاثنين، حيث أن كل منهما لا يزال في مرحلة المراهقة التي تتسم بمحاولة الحفاظ على المظهر

الاجتماعي وجذب أنظار المحيطين، ومحاولة إظهار القوة والصمود، ومن ثم فإن التماس المساعدة النفسية قد يتعارض تماماً مع الشكل العام لهما، وقد يشعرهما بالحرج، ويُسئ نظرة الآخرين لهم .

كما أنه قد يكون لديهما نفس القيم الثقافة، ونفس الخصائص الشخصية والاجتماعية والانفعالية والسلوكية، ونفس المعتقدات حول الاعتقاد بأن طالب المساعدة النفسية شخص مريض أو مجنون، مما يدفعهما للخوف من التماسها تجنباً لوصمة العار التي قد تلحق بهما. فالصور السلبية التي يكونها المجتمع عن طالبي المساعدة النفسية تشعرهم بالضعف والإهانة، الأمر الذي يحملهم على التخلي عن التماس المساعدة النفسية حفاظاً على نظرة المجتمع إليهم . كما يُحتمل أيضاً ألا يكون لدى أيٍ منهما مشكلات نفسية أو عاطفية تستدعي التماس المساعدة النفسية .

كما قد يكون كل منهما له نفس درجة الوعي بالاحتياجات الشخصية، ولديهم نفس النوايا السلوكية لالتماس المساعدة النفسية، أو يتلقون نفس القدر من الدعم الاجتماعي ، أو يكون لديهم نفس المعوقات التي تحول دون السعي لالتماس المساعدة النفسية مثل نقص المعرفة بطبيعة وآلية تقديم المساعدة النفسية فجميعها عوامل مثبطة أو محفزة لالتماس المساعدة النفسية (Chandrasekara, 2016, p235; Nagai, 2015, p314) ،والتي من المحتمل أن توجد لدى كلا من طلاب الفرقتين الأولى والثالثة، الأمر الذي أثر على محو الفروق بينهما في اتجاهتهم نحو التماس المساعدة النفسية إلى الشكل الذي بلغ حد الدلالة .

توصيات البحث

بناءً على ما أسفرت عنه نتائج البحث لحالي عن أهمية متغيراته، تم تقديم مجموعة من التوصيات، التي يمكن من خلالها إبراز دورها في حياة الفرد، وبصفة خاصة طلاب التربية الخاصة، والتي نأمل ان تؤخذ بعين الاعتبار ويتم العمل بها، والاستفادة منها، وتكمن في:-

(١) إعداد برامج تدريبية وإرشادية؛ لإثراء مفهوم الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية لدى طلاب الجامعة من خلال تدريبهم في مواقف تدريبية وواقعية على مهارات التماس المساعدة النفسية ومكوناتها .

(٢) توعية الآباء والأمهات عن طريق وسائل الإعلام، والبرامج، والندوات، ومجالس الآباء والأمهات عن أساليب التنشئة السوية، وعدم رفع سقف توقعاتهم تجاه أبنائهم، وتوعيتهم بضرورة التقرب من أبنائهم وإعطائهم مساحة كافية من وقتهم للإفصاح عما بداخلهم من أسرار أو مشاعر وخبرات مؤلمة .

(٣) تقديم برامج إرشادية لطلاب الجامعة بشكل عام وطلاب التربية الخاصة على وجه الخصوص؛ بهدف توعيتهم بأضرار الكمالية العصابية، وضرورة العمل والطموح في ضوء قدراتهم، وتقبل أعمالهم والاقتناع بها .

(٤) حث الأسر على تعزيز ودعم أبنائهم للمشاركة في بعض الأنشطة المجتمعية الهامة التي قد تنمي لديهم مهارات التفاعل السوي مع افراد المجتمع، وتحد من إخفائهم لذاتهم بما يضمن لهم التمتع بالصحة والرفاه النفسي، ويقيهم شر الاضطرابت النفسية .

(٥) تقديم برامج تثقيفية لطلاب الجامعة؛ بهدف توعيتهم بخطورة إخفاء الذات وما يتبعها من أمراض واضطرابات نفسية قد تصل بهم إلى حد الانتحار .

(٦) تفعيل دور مراكز الإرشاد النفسي والعيادات النفسية بالجامعات لخفض حدة الكمالية العصابية والإخفاء الذاتي لدى الكثير من الطلاب؛ من خلال تنمية الاتجاهات الإيجابية نحو التماس المساعدة النفسية .

(٧) دراسة الآثار النفسية والجسدية بعيدة المدى التي تتركها كل من الكمالية العصابية، وإخفاء الذات على ذويها من طلاب الجامعة، وتزويدهم بطرق مواجهتهما والتغلب عليهما .

(٨) عمل ندوات ، ومحاضرات تثقيفية ، وفتح قنوات الحوار من خلال اتحاد طلاب الجامعات من أجل تنويرهم بسبل السعي نحو التماس المساعدة النفسية؛ لمساعدتهم في تخطي المحن والأزمات النفسية التي قد تفتك بهم وتجعلهم عرضة لكثير من الأمراض والاضطرابات النفسية.

بحوث مقترحة

في ضوء الإطار النظري حول متغيرات البحث الحالي، وما أسفر عنه من نتائج، وامتداداً لما تراه الباحثة استكمالاً لبحثها أنه توجد مجموعة من المتغيرات تستدعي الاهتمام ببحثها ودراستا في المستقبل مثل :

(١) دراسة مقارنة بين العاديين وذوي الإعاقة السمعية من طلاب الجامعة في مستوى الكمالية العصابية ، وإخفاء الذات ، والاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية . .

(٢) النموذج السببي للعلاقة بين الكمالية العصابية وإعاقة الذات والرفاه النفسي لدى طلاب التربية الخاصة .

(٣) استخدام الاتجاهات الإيجابية نحو التماس المساعدة النفسية كمدخل علاجي لخفض إخفاء الذات لدى طلاب التربية الخاصة .

(٤) فعالية برنامج تدريبي معرفي سلوكي قائم على الاتجاهات الإيجابية نحو التماس المساعدة النفسية للحد من الكمالية العصابية لدى طلاب الجامعة .

(٥) إخفاء الذات كوسيط للعلاقة بين الكمالية العصابية وإعاقة الذات لدى طلاب المرحلة الثانوية .

(٦) النموذج السببي للعلاقة بين الكمالية العصابية وإخفاء الذات والسلوك الانتحاري لدى طلاب الجامعة .

(٧) الاتجاهات نحو التماس المساعدة النفسية وعلاقتها بجودة الحياة النفسية لدى طلاب الجامعة (دراسة سيكومترية – كلنيكية) .

(٨) إخفاء الذات وعلاقته بالوسواس القهري لدى طلاب الجامعة الصم وضعاف السمع (دراسة سيكومترية – كلنيكية) .

المراجع

جهاد محمود علاءالدين (٢٠١١). اتجاهات الطلاب الجامعيين نحو السعي للمساعدة النفسية: دور عوامل الشخصية، **مجلة دراسات العلوم التربوية**، جامعة الأردن، ٤(٣٨)، ١٤٨٥-١٥٢٥.

صلاح أحمد مراد(٢٠٠٠). *الأساليب الإحصائية فى العلوم النفسية والتربوية والإجتماعية*. دار الانجلو المصرية: القاهرة.

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

عبدالمطلب أمين القريطي، سميرة محمد شند، داليا يسري يحيى (٢٠١٥). الخصائص السيكومترية لمقياس الكمالية العصابية لدى المراهقين، مجلة الإرشاد النفسي، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، (٤١)، ٧٠٩- ٧٤٨ .

عزت عبد الحميد محمد حسن (٢٠١١). *الإحصاء النفسى والتربوى: تطبيقات باستخدام برنامج SPSS 18*. دار الفكر العربى: القاهرة.

عزت عبد الحميد محمد حسن (٢٠١٦). *الإحصاء المتقدم للعلوم التربوية والنفسية والاجتماعية: تطبيقات باستخدام برنامج* ***LISREL8.8*** دار الفكر العربى: القاهرة.

عفراء ابراهيم خليل (٢٠١٥). الكمالية العصابية وعلاقتها بالاستقرار النفسي لدى طلبة الجامعة، **مجلة علوم الإنسان والمجتمع**، جامعة محمد خيضر بسكرة، (١٤)، ١٥٧- ١٨٧ .

محمد أحمد سعفان، نجلاء فتحي محمد، عبدالصبورمنصور محمد (٢٠١٥). الكمالية العصابية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلاب الجامعة، **مجلة كلية التربية**، جامعة بورسعيد، ١٨، ٥٢٥-٥٤٨ .

مصطفى عبدالمحسن عبدالتواب (٢٠٢٠). نمذجة العلاقات بين المعتقدات حول عمليتي الإرشاد والعلاج النفسي والاتجاهات نحو السعي لطلب المساعدة النفسية وبعض المتغيرات الديموجرافية في ضوء نظرية السلوك المخطط، **مجلة كلية التربية**، جامعة أسيوط، ٢(٣٦)، ١-٥٢ .

Abdollahi, A., Hosseinian, S., & Beh-Pajooh, A. (2017). Self-Concealment Mediates the Relationship Between Perfectionism

and Attitudes Toward Seeking Psychological Help Among Adolescents, ***Psychological Reports***, 1-18.

Afshar, H., Roohafza, H., &Sadeghi, M. (2011). Positive and negative perfectionism and their relationship with anxiety and depression in Iranian school students***, Journal of research in medical sciences***, 16, 79-86.

Ajzen, I. (2002). Perceived Behavioral Control, Self-Efficacy, Locus of Control, and the Theory of Planned Behavior, ***Journal of Applied Social Psychology***, 32(4), 665-683.

Allen, K., & Wang, K. (2014). Examining Religious Commitment, Perfectionism, Scrupulosity, and Well-Being Among LDS Individuals, ***Psychology of Religion and Spirituality***, 6(3), 257-264.

Alodat, A., & Al-Hamouri, F. (2020). Perfectionism and Academic Self Handicapped among Gifted Students: An Explanatory Model, ***International Journal of Educational Psychology***, 9(2), 195-222.

and Computer-Based Treatment for Depression, ***Psychiatry Investing,*** 1-9 .

Barritt, J. (2017). The Effects of Self-Compassion and Shame on the Relationship between Perfectionism And Depression. ***Doctor of Philosophy***, University Of Northern Colorado.

Bitman, R. (2017). From attitude to intent to action: Predictors of psychological help-seeking behavior among clinically distressed

adults**, Graduate Theses and Dissertations**. 16098. https://lib.dr.iastate.edu/etd/16098

Broeck, V., Ferris, D., & Rosen, C. (2016). A Review of Self-Determination Theory's Basic Psychological Needs at Work, ***Journal of Management*****,** 42(5), 1195–1229.

Çapana, B. (2010). Relationship among perfectionism, academic procrastination and life satisfaction of university students, ***Procedia Social and Behavioral Sciences*****,** 1665–1671.

Cebi, E., Demir, A. (2020). Help-Seeking Attitudes of University Students in Turkey, ***International Journal for the Advancement of Counseling***, 42, 37-4.

Çelik, E. (2016). Suppression effect of social awareness in the relationship between self-concealment and life satisfaction. ***Cogent Social Sciences***, 2(1), 1-10.

Chandrasekara, W. (2016). Help Seeking Attitudes and Willingness to Seek Psychological Help: Application of the Theory of Planed Behavior***, International Journal of Management***, *Accounting and Economics*, 3(4), 233-245.

Chang, E. (2000). Perfectionism as a Predictor of Positive and Negative Psychological Outcomes: Examining a Mediation Model in Younger and Older Adults, **Journal of Counseling Psychology**, 47, 18-26.

Chang, H. (2014). Depressive symptoms and help-negation among Chinese university students in Taiwan: The role of gender, anxiety

and help-seeking attitudes*, **International Journal of Advanced Counselling***, 36, 204–218.

Conrad, K., Verhoff, C., & Greene, K. (2014). Technology addiction's contribution to mental wellbeing: The positive effect of online social capital, ***Computers in Human Behavior***, 40, 23-30.

Costa, M., Pereira, M., & Soares, J. (2016). Self-Concealment Scale: Validation of two Portuguese versions, ***European Psychiatry***, 33, **p. S212**.

Danielle , S., Fuschia , M, & Gordon , L. (2020). A Person-Oriented Approach to Multidimensional Perfectionism: Perfectionism Profiles in Health and Well-Being, ***Journal of Psych educational Assessment*****,** 38(1), 127- 142.

*Deci, E., & Vansteenkiste, M. (2004). Self-determination theory and basic need satisfaction: Understanding human development in positive psychology, **Ricerche di Psichologia**, 27, 17–34.*

*Demir, R., Murat, M., & Bindak, R. (2020). Self-Concealment and Emotional Intelligence as Predictors of Seeking Psychological Help among Undergraduate Students, **Asian Journal of Education and Training**, 6(3), 448-455.*

Do, R., Ri Park, J., & Yi Lee, S. (2019). Adolescents' Attitudes and Intentions toward Help-Seeking

Doğan, U., & Çolak, T. (2016). Self-concealment, Social Network Sites Usage, Social Appearance Anxiety, Loneliness of High

School Students: A Model Testing**,** ***Journal of Education and Training Studi****es*, 4(6), 167-183.

Dudău, D. (2014). The relation between perfectionism and impostor phenomenon*,* ***Procedia - Social and Behavioral Sciences*** **,** 127, 129-133.

Edmunds, F., Masuda, A., & Tully, E. C. (2013). Relations among self-concealment, mindfulness, and internalizing problems, ***Mindfulness***. 5(5), 497-504.

Erol, D. (2009). The relationships between perfectionism and aggression among adolescents, ***Procedia Social and Behavioral Sciences***, 1073–1077.

Flett, G. L., & Hewitt, P. L. (2014). A proposed framework for preventing perfectionism and promoting resilience and mental health among vulnerable children and adolescents, ***Psychology in the Schools***, 51(9), 899-912

Friedlander, A., Nazem, S., Fiske, A., Nadorff, M. R., & Smith, M. D. (2012). Self-concealment and suicidal behaviors. ***Suicide and Life-Threatening Behavior***, 42, 332–340.

Hartman, J. D., Patock-Peckham, J. A., Corbin, W. R., Gates, J. R., Leeman, R. F., Luk, J. W., & King, K. M. (2015). Direct and indirect links between parenting styles, self concealment (secrets), impaired control over drinking and alcohol-related outcomes***.*** ***Addictive Behaviors***, 40(12), 102–108

Hogge, I., & Blankenship, P.(2020). Self-concealment and suicidality: Mediating roles of unmet interpersonal needs and attitudes toward help-seeking, ***J Clink Psychology,*** 1`-11.

Ichiyama, M., Colbert, D., & Laramore, H. (2008). Self-Concealment and Correlates of Adjustment in College Students, ***Journal of College Students Psychotherapy***, 7(4), 55- 68.

Jung, E., & Ha, J. (2016). Mediating Effects of Help-Seeking and Concealment on the Relations between Perfectionism and Depression, Anxiety in University Students, ***Journal of the Korea Academia-Industrial cooperation Society***, 17(4), 671-681.

Kawamura, K., Frost, R. (2004). Self-Concealment as a Mediator in the Relationship between Perfectionism and Psychological Distress, ***Cognitive Therapy and Research***, 28(2), 183-191.

Kaya, C. (2015). Attitude towards Seeking Professional Psychological Help in a Sample of Pre-service Teachers, ***Journal of Faculty of Education***, 4(1), 224 – 234.

Kelly, A., & Yip, J. (2006). Is keeping a secret or being a secretive person linked to psychological symptoms? ***Journal of Personality,*** 74, 1349-1369.

Kim, P., & Yon, K. (2019). Stigma, Loss of Face, and Help-Seeking Attitudes Among South Korean College Students, *Psychology & Counseling*, 47(3),

Kottman, A. (2017). A Self- Compassion Intervention to Increase Feedback Acceptance Among Individuals With Perfectionistic

Tendencies, ***Master of Science Psychology***, Missouri State University.

Kuo, B. C. H., Kwantes, C. T., Towson, S., & Nanson, K. M. (2006). Social beliefs as determinants of attitudes toward seeking professional psychological help among ethnically diverse university students, ***Canadian Journal of Counseling and Psychotherapy***, 40(4), 224–241. Revue Canadienne de Counseling et de Psychothe´rapie,

Landa, C., & Bybee, J. (2007). Adaptive elements of aging: Self-image discrepancy, perfectionism, and eating problems***, Developmental Psychology***, 34, 83-93.

Larson, D. G., Chastain, R. L., Hoyt, W. T., & Ayzenberg, R. (2015). Self-Concealment: Integrative Review and Working Model***, Journal of Social and Clinical Psychology***, 34(8), 705–729.

Lessin, D & Pardo, N. (2017). The impact of perfectionism on anxiety and depression, ***Psychol Cognition***, 2, 78-82.

Liang, B., Narra, P., & Goodman, L. (2005). A Theoretical Framework for Understanding Help-Seeking Processes Among Survivors of Intimate Partner Violence, American Journal of Community Psychology, 36, 71-84 .

Linsey, D., & Dharma, W. (2015). Perfectionism: A Risk to Self-Harm, *Journal on Educational Psychology*, 8(3), 15-20.

Mackenzie, C., Gekoski, W., & Knox, V. (2006). Age, gender, and the underutilization of mental health services: the influence of help-seeking attitudes***, Aging and Mental Health***, 10(6), 574-582.

Mackenzie,C., Scott, T., & Mather, A. (2008). Older adults' help-seeking attitudes and treatment beliefs concerning mental health problems*, **Am J Geriatr Psychiatry***, 16(2), 1010-1019.

Macsinga, I., & Dobrița, O. (2010). More Educated, Less Irrational: Gender and Educational Differences in Perfectionism and Irrationality***, Romanian Journal of Applied Psychology***, 12(2), 79-85.

Masuda, A., Anderson1, P., & Edmonds1, J. (2012). Help-Seeking Attitudes, Mental Health Stigma, and Self-Concealment Among African American College Students, ***Journal of Black Studies***, 43(7) 773–786.

Masuda, A., Tully, E., Dracke, C., & Larson, D. (2017). Examining Self-Concealment within the Framework of Psychological Inflexibility and Mindfulness: A Preliminary Cross-Sectional Investigation, ***Current Psychology***, 36, 184-191.

Mendoza, H., Masuda, A., & Swartout, K. (2015). Mental Health Stigma and Self-Concealment as Predictors of Help-Seeking Attitudes among Latina/o College Students in the United States***, International Journal for the Advancement of Counseling***, 37(3), 207-222.

Mojtabai, R., Lacko, S., & Schomerus, G. (2016). Attitudes Toward Mental Health Help Seeking as Predictors of Future Help-Seeking Behavior and Use of Mental Health Treatments***, Psychiatric Services***, 67(6), 650 – 657.

Nagai, S. (2015). Predictors of help-seeking behavior: Distinction betweenhelp-seeking intentions and help-seeking behavior, ***Japanese Psychological Research***, 57(4), 313-322.

Nam, S. K., Chu, H. J., Lee, M. K., Lee, J. H., Kim, N., & Lee, S. M. (2010). A meta-analysis of gender differences in attitudes toward seeking professional psychological help, ***Journal of American College Health***, 59, 110–116.

Parker, J., Shum, K., & Suldo, S. (2018). Predictors of adaptive help seeking across ninth- grade students enrolled in Advanced Placement and International Baccalaureate courses, ***Psychol Schs***, 652-669.

Pearson, D. & Gleaves, (2006). The Multiple Dimensions of Perfectionism And Their Relation With Eating Disorder Features, ***Personality And Individual Differences***, (41), 225–235 .

Picco , L., Abdin, E., & Chong1, S. (2016). Attitudes Toward Seeking Professional Psychological Help: Factor Structure and Socio-Demographic Predictors, ***Original Research Article***, Retrieved from https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00547 .

Rasmussen, K. R., Yamawaki, N., Moses, J., Powell, L., & Bastian, B. (2013). The relationships between perfectionism, religious motivation, and mental health utilisation among Latter-Day Saint students. Mental Health, ***Religion & Culture***, 16(6), 1–5. doi:10.1080/13674676.2012.706273

Regarding Disclosure, Concealment, and Lying, ***Developmental Psychology*****,** *55*(2), 403–414 .

Shannon, A., Goldberg, J., & Flett, G. (2018). The relationship between perfectionism and mental illness stigma, ***Personality and Individual Differences***, 126, 66-70.

Shea, M., & Yeh, C. J. (2008). Asian American students' cultural values, stigma, and relational self-construal: Correlates of attitudes toward professional help seeking, ***Journal of Mental Health Counseling,*** 30, 157–172.

Smetana, J., & Robinson, J. (2019). I Didn't Want To, But Then I Told": Adolescents' Narratives

Stoeber, J., & Otto, K. (2006). Positive conceptions of perfectionism: Approaches, evidence, challenges, ***Personality and Social Psychology Review***, 10, 295-319.

Stoeber, J., & Stoeber, F. (2008).Domains of perfectionism: Prevalence and relationships with perfectionism, gender, age, and satisfaction with life, ***Personality and Individual Differences***, 46, 530-553.

Stoeber, J., Hoyle, A., Last, F.(2013). The Consequences of Perfectionism Scale: Factorial Structure and Relationships with Perfectionism, Performance Perfectionism, Affect, and Depressive Symptoms, **Assessment, Development, and Validation**, 46(3), 178-191.

Stretton, A., Spears, B., & Taddeo, C. (2018). Help-Seeking Online by Young People: Does the Influence of Others Matter? ***International Journal of Emotional Education***, 10, 25-46.

Sumi, K., & Kanda, K. (2002). Relationship between neurotic perfectionism, depression, anxiety, and psychosomatic symptoms: a prospective study among Japanese men, ***Science Direct***, 32(5), 817- 826.

Tieu, Y., & Konnert, C. A. (2014). Mental health help-seeking attitudes, utilization, and intentions among older Chinese immigrants in Canada, ***Aging & Mental Health***, 18, 140–147.

Topkaya, N. (2013). Factors Influencing Psychological Help Seeking in Adults: A Qualitative Study, ***Educational Sciences: Theory & Practice***, 15(1), 21-31.

Topkaya, N. (2014). Gender, Self-stigma, and Public Stigma in Predicting Attitudes toward Psychological Help-seeking, ***Educational Sciences: Theory & Practice***, 14(2), 481-487.

Uysal, A., & Lu, Q. (2011). Is self-concealment associated with acute and chronic pain? ***Health Psychology***, 30(5), 606–614.

Uysal, A., Knee, R., & Lin, H. (2010). The Role of Need Satisfaction in Self-Concealment and Well-Being, ***Personality and Social Psychology Bulletin***, 36(2), 187–199.

Vogel, N., G. Wade, G., & Hackler, A. H. 2007. Perceived Public Stigma and the Willingness to Seek Counseling: The Mediating Roles of Self-Stigma and Attitudes Toward Counseling, ***Journal of Counseling Psychology***, 54 (1), 40–50.

Wallace, B. C., & Constantine, M. G. (2005). Afrocentric cultural values, Psychological help-seeking attitudes, and self-concealment

in African American college students. ***Journal of Black Psychology***, 31(4), 369–385.

Wheaton, M. G., Sternberg, L., McFarlane, K., & Sarda, A. (2016). Self-concealment in obsessive-compulsive disorder: Associations with symptom dimensions, help seeking attitudes, and treatment expectancy, ***Journal of Obsessive-Compulsive and Related Disorders***, 11, 43-48.

Williams, C. J., & Cropley, M. (2014). The relationship between perfectionism and engagement in preventive health behaviours: The mediating role of self-concealment**,** ***Journal of Health Psychology,*** 19(10), 1211–1221.

Wilson, C., Bushnell, J., & Caputi, P. (2011). Early access and help seeking: Practice implications and new initiatives, **Early Intervention in Psychiatry** , 5 (1), P.34-39.

Wimberley, T. (2017). Perfectionism, Help Seeking, and Self Compassion, ***Doctoral Dissertation***, Pacific University.

Wismeijer, A. A., Sijtsma, K., van Assen, M. A., & Vingerhoets, A. J. (2008). A comparative study of the dimensionality of the selfconcealment scale using principal components analysis and Mokken scale analysis, **Journal of Personality Assessment**, 90(4), 323- 334

Wismeijer, A., van Assen, M. (2008). Do neuroticism and extraversion explain the negative association between self-

concealment and subjective well-being**?,** ***Personality and Individual Differences***, 45, 345–349 .

Yee, T., Ceballos, P., & A. (2020). Help-Seeking Attitudes of Chinese Americans and Chinese Immigrants in the United States: The Mediating Role of Self-Stigma, ***Journal of multicultural Counseling and Development***, 48, 30-43.

Zeifman, R., Atkey, S., & Young, R. (2015). When Ideals Get in the Way of Self-Care: Perfectionism and Self-Stigma for Seeking Psychological Help among High School Students, Retrieved from https://doi.org/10.1177%2F0261927X14520983

ZI, F. (2003). The patterns of perfectionism in Chinese graduate's students and their relationship with educational environment, personality, encouragement, and creativity, **Un published Doctoral Dissertation**, Georgia University.