العـــدد (٧)، يـــوليـــو ٢٠٢١، ص ص ٢٩٩ – ٣٣٢

استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي كمتغير وسيط بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية لدى عينة من طالبات جامعة الملك عبدالعزيز

إعـــداد

يـارا محمـد الغـامـدي

طالبة ماجستير علم نفس الجنائي

جامعة الملك عبدالعزيز

د/ أميرة عبدالرحمن الزيـن

أستـاذ مشـــارك

جـامعـة المـلك عبدالعـزيـز

استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي كمتغير وسيط بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية لدى عينة من طالبات جامعة الملك عبدالعزيز

يارا محمد الغامدي (*) & د/ أميرة عبدالرحمن الزين (**)

ملخـــــــص

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن الدور الوسيط لاستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية لدى عينة من طالبات جامعة الملك عبدالعزيز. وكذلك الكشف عن العلاقة بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية لدى عينة الدراسة، والعلاقة بين استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والتفكير الانتحاري لدى عينة الدراسة، والعلاقة بين استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والكمالية العصابية لدى عينة الدراسة، واشتملت عينة الدراسة على (٣٥٠) طالبة من جميع كليات جامعة الملك عبدالعزيز تم اختيارهم بطريقة عشوائية واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، واستخدمت الباحثة الأدوات التالية: مقياس التفكير الانتحاري (فايد، ٢٠٠٨) ومقياس الكمالية العصابية (شند، عبدالمنعم، صالحين، ٢٠١٧) واستبيان استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي Granefski)، Kraaij، (2006 ترجمة (المنشاوي، ٢٠١٥)، وبعد تطبيق العمليات الإحصائية أسفرت الدراسة عن عدد من النتائج تتلخص في: يوجد مستوى منخفض من التفكير الانتحاري لدى عينة الدراسة. يوجد مستوى متوسط من الكمالية العصابية لدى عينة الدراسة. الوساطة الجزئية متحققة لمتغير (الاستراتيجيات غير التكيفية) بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية حيث لم يتلاشى الأثر المعنوي للتفكير الانتحاري على الكمالية العصابية في وجود الوسيط ولكن ضعف تأثيره من قيمة (بيتا= ٠,٢٨٧) إلى قيمة (بيتا= ٠,١١٣) ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠، ٠٥) لدى عينة الدراسة. وجود علاقة طردية دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠,٠١) بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية لدى عينة الدراسة. وجود علاقة عكسية دالة احصائيا عند مستوى دلالة

(*) طالبة ماجستير علم نفس الجنائي- جامعة الملك عبدالعزيز.

(**) استاذ مشارك - جامعة الملك عبدالعزيز.

(٠، ٠١) بين التفكير الانتحاري والدرجة الكلية للاستراتيجيات التكيفية وعلاقة طردية دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠، ٠١) بين التفكير الانتحاري والدرجة الكلية للاستراتيجيات غير التكيفية. كذلك لا توجد علاقة ارتباطية دالة بين التفكير الانتحاري والدرجة الكلية لاستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي لدى عينة الدراسة. وجود علاقة عكسية دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠، ٠١) بين الكمالية العصابية والاستراتيجيات التكيفية، وعلاقة طردية دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠، ٠١) بين الكمالية العصابية والاستراتيجيات غير التكيفية والدرجة الكلية لاستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي. وخرجت الدراسة بتوصيات أهمها: ضرورة العمل على الاكتشاف المبكر للأفكار الانتحارية لدى طلبة الجامعة لتجنب الوصول للانتحار الكامل وذلك بتضافر جهود المراكز الإرشادية والقائمين على العملية التعليمية. كما توصي الدراسة مراكز الإرشاد الجامعي بضرورة التوعية بمخاطر الكمالية العصابية وما يمكن أن تؤدي إلية من أفكار انتحارية، وتقديم البرامج الوقائية والعلاجية للكمالية العصابية.

الكلمات المفتاحية: التفكير الانتحاري – الانتحار– الكمالية العصابية– التنظيم الانفعالي– طالبات الجامعة.

Cognitive Emotion Regulation Strategies as Mediator Variable between Suicidal Ideation and Neural Perfectionism Among a Sample of King Abdul-Aziz University Students

Yara Mohmmed ALghamdi & Dr. Amara Abdu Alrhman Alzain

Abstract

This study aims to recognize the mediating role of emotional cognitive organization strategies between suicidal thinking and neurotic perfection among sample group of female students enrolled in King Abdul Aziz University. It further aims to uncover the correlation between suicidal thinking and neurotic perfection among members of the sample group; and the correlation between emotional cognitive organization strategies and neurotic perfection among members of the sample group. Sample group was composed of 350 female students enrolled in all colleges and faculties affiliated to King Abdul Aziz University. Members of the sample group were randomly selected. The study employed the descriptive methodology. The researcher used the following tools: Scale of Suicidal Thinking (Fayed، 2008) and Scale of Neurotic Perfection (Shanad, Abdul Moneim, Salheen, 2017), together with a questionnaire about the emotional cognitive organization strategies (Granefski, Kraaik, 2006) (translated by Al-Menshawi, 2015). Upon statistical processing, the study has concluded a number of findings summarized as follows. A low level of suicidal thinking has been detected among members of the sample group. An average level of neurotic perfection has also been detected among members of the sample group. Partial mediation has been achieved for the variable of 'Non-adaptive strategies' between the suicidal thinking and neurotic perfection، where the incorporeal effect of suicidal thinking on neurotic perfection had not vanished in the presence of the mediator.

Nevertheless، weakness of its influence out of value (Beta = 0.287) to the value of (Beta = 0.113) has statistical indication at the indication level of (0.05) among members of the sample group. The study also revealed direct correlation with statistical indication at the indication level of (0.01) between suicidal thinking and neurotic perfection among members of the sample group. In addition، the study revealed reversed correlation at the indication level at (0.01) between suicidal thinking and the total mark of adaptive strategies and direct correlation with statistical indication at the indication level of (0.01) between suicidal thinking and total mark of non-adaptive strategies. Similarly، the study revealed no statistical correlation has been detected between suicidal thinking and total mark of emotional cognitive organization strategies among members of the sample group. A reversed correlation with statistical indication at the indication level of (0.01) has been detected between neurotic perfection and adaptive strategies. A direct correlation with statistical indication at the indication level of (0.01) between neurotic perfection and non-adaptive strategies and the total mark of emotional cognitive organization strategies. The study has concluded a number of recommendations. Following are the most important ones. Early detection of suicidal thinking among university students is necessary to avoid committing suicide by synergy of counseling centers and those concerned with education process. The study further recommends university counseling centers to raise awareness of the dangers affiliated to neurotic perfection and the leading suicidal thoughts; and to provide preventive and therapeutic programs for neurotic perfection.

Keywords: Suicidal Thinking, Suicide, Neurotic Perfection, Emotional Organization, University Female Students.

مقدمة:

يرتبط التفكير الانتحاري بشكل كبير بالجوانب المعرفية ومستوى التفكير لدى الفرد والقدرة على مواجهة حل المشكلات، بالإضافة إلى عدم الاستقرار الوجداني والعاطفي وعدم القدرة الحقيقية على مواجهة الأزمات التي قد تعتري الفرد، كما تنبئ البنية المعرفية ذات الاتجاه الموجب نحو الانتحار إلى إمكانية الانتحار عند انخفاض تقدير الذات ومواجهة ضغوط لا يستطيع الطالب الجامعي أن ينمي استراتيجيات توافقيه لمواجهتها أو عند وجود ضغوط متراكمة أو عدة ضغوط تحدث في وقت واحد أو في وقت قريب (حسن، ٢٠٠٩).وتشير الدراسات الامبريقية الى ان معدل الانتحار لدى المرحلة العمرية الخاصة بطلاب الجامعة أكبر بحوالي (٥٠%) من معدل الانتحار الخاص بباقي الفئات العمرية(راصع، وفرج، ويونس، وعبدالله، ٢٠١٤). حيث يبدأ في هذه المرحلة استقرار الشخصية والوصول للرشد والتطلع للحياة فهم يحلمون بمستقبل مزدهر مملوء بالسعادة، ومكانه اجتماعية مرموقة، وحالة اقتصادية جيدة، وقد يصل بهم التفكير والطموح إلى مرحلة قد تصل إلى الكمالية العصابية في شتى جوانب حياتهم نظرا لما تتسم به مرحلة الشباب من النشاط والحيوية في تحقيق الذات؛ إلا ان البعض منهم قد تفوق طموحاته قدراته فيتولد لديهم الشعور بالعجز واليأس، حيث تشير الكمالية العصابية إلى الرغبة في إحراز المستويات المرتفعة في الأداء، والاهتمام الزائد بالأخطاء والمغالاة في شدة تقييم الذات والتوجه الدائم لنقدها (الإمام، ٢٠١٣). وأشارت العديد من الدراسات في البيئة الأجنبية إلى ارتباط الكمالية العصابية وأبعادها بالتفكير الانتحاري لدى عينات مختلفة لكن بالرغم من ذلك توجد فجوة في الدراسات التي تفسر العلاقة بينهما وبناء على ذلك تفترض الباحثة وجود خلل في التنظيم المعرفي للانفعال لدى الأشخاص ذوي التفكير الانتحاري والكمالية العصابية، ويشير تنظيم الانفعال الى العمليات الفسيولوجية والاجتماعية والسلوكية والمعرفية التي يمكن بواسطتها إدارة الانفعالات الناشئة عن الأحداث الضاغطة، حيث يتم تنظيم الانفعالات بواسطة عمليات معرفية لاشعورية كعمليات الانتباه الانتقائي وتشوهات الذاكرة والإنكار، أو من خلال عمليات معرفية شعورية مثل لوم الذات ولوم الآخرين والاجترار والتفكير الكارثي (Aldao & Nolen-Hoeksema, 2010) . وأشارت العديد من الدراسات إلى ارتباط

استراتيجيات التنظيم المعرفي بالتفكير الانتحاري والكمالية العصابية لكن لم توجد دراسة واحدة تجمع بين هذه المتغيرات وهو ما تحاول الدراسة الحالية القيام به.

مشكـــلة الـــدراســـة:

باتت ظاهرة الانتحار تجتاح دول العالم ولا سيما العالم العربي، فالدراسات والتقارير تشير إلى الارتفاع المستمر في معدلات الانتحار في الدول العربية خلال السنوات القليلة الماضية، وتزداد خطورة الانتحار في انتشاره بين طلبة الجامعة حيث يعد الانتحار السبب الرئيسي الرابع للوفاة بين الأشخاص الذين تتراوح أعمارهم بين (١٥-٢٩) سنة على الصعيد العالمي (منظمة الصحة العالمية، ٢٠٢١)، وهناك مجموعة من العوامل المساعدة على انتشار الانتحار بين الشباب والمراهقين منها الكمالية العصابية والتي يضع فيها الفرد مستويات عالية غير واقعية ولا تتناسب مع قدراته وعندما يفشل في تحقيقها يعمم هذا الفشل على ذاته ويتشدد في تقييمها ويتكون لديه ميل إلى الحكم على الأمور إما بالنجاح الكامل أو الفشل الكامل، مما يؤدي إلى تسبب الكمالية العصابية بتواجد الفكرة الانتحارية والنية في الانتحار لدى الطلبة الجامعيين. وبعد الاطلاع على الدراسات العربية السابقة في مجال التفكير الانتحاري والكمالية العصابية لم تجد الباحثة دراسة عربية واحدة-حسب علم الباحثة- تجمع بين هذين المتغيرين بالرغم من اهمية هذه المتغيرات في المجال النفسي وأهمية دراستها لدى عينات غير إكلينيكيه خاصة لدى طالبات الجامعة، بينما يزخر التراث النفسي الأجنبي بدراسات التفكير الانتحاري والكمالية العصابية ويأكد على العلاقة الراسخة بينهما، لكن بالرغم من ذلك ما يزال هناك ندرة في الدراسات التي حاولت فهم وتوضيح العوامل الكامنة والمفسرة لطبيعة هذا الارتباط ، وبناء على ذلك جاءت هذه الدراسة كمحاولة متواضعة لسد الفجوة في الدراسات العربية حول علاقة التفكير الانتحاري بالكمالية العصابية ومن ثم تقديم إطار نظري لفهم وتفسير هذه العلاقة من خلال الدور الوسيط لاستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي.

وعليه تتحدد مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

١- ما هو مستوى التفكير الانتحاري لدى طالبات الجامعة؟

٢- ما هو مستوى الكمالية العصابية لدى طالبات الجامعة؟

٣- هل تتوسط استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي العلاقة بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية لدى طالبات الجامعة؟

٤- هل توجد علاقة ارتباطية بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية لدى طالبات الجامعة؟

٥- هل توجد علاقة ارتباطية بين استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والتفكير الانتحاري لدى طالبات الجامعة؟

٦- هل توجد علاقة ارتباطية بين استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والكمالية العصابية لدى طالبات الجامعة؟

أهـــداف الـــدراســـة:

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن:

١- مستوى كلا من التفكير الانتحاري و الكمالية العصابية لدى طالبات الجامعة.

٢- التأثير المباشر وغير المباشر للتفكير الانتحاري على الكمالية العصابية من خلال استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي كمتغير وسيط لدى طالبات الجامعة.

٣- العلاقة الارتباطية بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية لدى طالبات الجامعة.

٤- العلاقة الارتباطية بين استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والتفكير الانتحاري لدى طالبات الجامعة.

٥- العلاقة الارتباطية بين استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والكمالية العصابية لدى طالبات الجامعة.

أهميـــة الـــدراســـة:

أ) الأهميـــة النظـــريـــة:

١- تكتسب الدراسة اهميتها من الموضوع الذي تبحثه حيث تعتبر متغيراتها من الظواهر الهامة في مجال الصحة النفسية وهما التفكير الانتحاري والكمالية العصابية وما لهما من آثار نفسية خطيرة على الفرد.

٢- تستمد الدراسة اهميتها ايضا من العينة التي تناولتها وهن طالبات الجامعة وماله من اهمية الوقوف على هذه الفئة وهن قادة المستقبل.

٣- توفير اطار نظري وتزويد المكتبة العلمية بدراسة من شأنها الكشف عن العلاقة بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية وهو ما تفتقده دراسات البيئة العربية عامة والبيئة السعودية خاصة بمختلف تأثيراتها وابعادها واقتراح حلول للحد من انتشار الانتحار والوقاية منه.

٤- فتح المجال للباحثين والمهتمين لإجراء دراسات على ما تناولته الدراسة من متغيرات وعلى عينات في بيئات جامعية اخرى من خلال نتائج الدراسة.

٥- تسهم نتائج الدراسة في تبصير المهتمين بالعوامل التي يمكن ان تسهم في انتشار التفكير الانتحاري والعمل على تلافيه وتجنبه.

ب) الأهمية التطبيقية:

١- ما ستسفر عنه نتائج الدراسة قد يسهم في تقديم برامج ارشادية وتوعويه للكشف مبكرا عن مؤشرات التفكير الانتحاري والكمالية العصابية ومحاولة تداركها والوقاية منها.

٢- ستساعد الدراسة بنتائجها الجامعات والكليات في تسليط الضوء على مهارة التنظيم المعرفي الانفعالي واعداد برامج توعويه من شأنها تنمية المهارات الشخصية والحياتية لطالبات الجامعة.

٣- تعكس نتائج الدراسة الوقوف على مشكلات طالبات الجامعة ومراعاة متطلباتهن لتطوير انفسهن من اجل المجتمع فهن قادة المستقبل.

حدود الدراسة:

الحد الموضوعي: استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي كمتغير وسيط بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية.

الحد المكاني: جامعة الملك عبدالعزيز بجده.

الحد البشري: طالبات جامعة الملك عبدالعزيز من الفئة العمرية (١٨-٢٢).

الحد الزماني: الفصل الدراسي الثاني من العام ١٤٤١هـ - ٢٠٢٠ م.

الإطـــار النظـــري ومفـــاهيـــم الـــدراســـة:

- **التفكـــــير الانتحـــــاري:**

يعرفه رود (Rudd, 2004) بأنه الأفكار والتصورات المرتبطة بعملية الانتحار والإقدام عليها وكيفية التخطيط والتنفيذ وتخيلات الأحداث قبل واثناء وبعد تنفيذ محاولة الانتحار، والتفكير الانتحاري هو مرحلة مبكرة من مراحل عملية الانتحار التي تنتهي بالفعل الانتحاري الكامل. والتفكير الانتحاري هو أهم حالات الطوارئ النفسية، وليس مجرد حالة مرضية مثل غيرها تنتج عن اليأس والإحباط غير المحتمل مع استمرار المعاناة، وعندما تغلق أمام الفرد كل السبل والأبواب فلا يجد مهربا سوى وقف المعاناة بالتخلص الكامل من الحياة كلها (الشربيني، ٢٠٠٣). ويفسر فرويد التفكير الانتحاري في ضوء نظرية التحليل النفسي بافتراض وجود غريزتين متصارعتين هما غريزة الموت وغريزة الحياة أو غريزة الهدم والتحطيم تقابلها غريزة اللذة والبناء، وتشمل غريزة الموت كل فعل تدميري وكل سلوك عدواني، أما غريزة الحياة فهي مصدر للسلوك البناء والأعمال الايجابية لمواصلة الحياة، مع التسليم بصورة مسبقة بغلبة غريزة الموت في النهاية نظرا لما تولده من ميول سادومازوكيه فترتد الكراهية والعدوان إلى الأنا (عسكر، ١٩٨٨). ويفسرها إريك اريكسون صاحب النظرية النفسية الاجتماعية بنشأة أزمة الهوية عندما يفشل المراهق في تنمية هوية ذاتية مستقلة، فينشأ لدى المراهق إحساس عميق بالعجز وعدم الجدوى وانعدام الهدف والمعنى وعدم القدرة على تنظيم الذات، كما يشعر بعدم الكفاية والاغتراب، مما قد يدفعه إلى اتخاذ هوية معارضة تماما لما يريده الوالدان والمجتمع كالانحراف والإدمان مثلا، أو يشعر بالهزيمة الدائمة والفشل في مواجهة ضغوط الحياة فيكون الاكتئاب واليأس والانتحار(حسن، ٢٠٠٩: ١٧١). بينما يشير أصحاب المنظور المعرفي أليس و جرنبرج وبيك (Ells, Greenberg & Beck, 1989) إلى أن ما نفعله يتوقف على ما نعرفه، وأنه وراء كل سلوك بناء معرفي ومعتقدات سابقة لظهوره، فإننا لابد أن نهتم بنظم المعتقدات لدى كل فرد لأنها وراء صحته النفسية أو مرضه النفسي. وهناك بعض الأسباب المؤدية للانتحار لدى طلاب الجامعة من بينها ادمان المخدرات أو الخمور، وجود تاريخ أسري في الانتحار، وعدم وضوح المستقبل المهني وعدم وجود فرص عمل مناسبة أو ندرة فرص العمل، والرفض من

الجنس الآخر أو فقد علاقة حب مع الجنس الآخر، والمرض الجسمي الخطير، وعدم الرضا عن صورة الجسم: خاصة لدى الإناث، وضعف الوازع الديني (حسن، ٢٠٠٩).

- **الكمـــاليـــة العصـــابيـــة:**

هي رغبة الشخص أن يكون مثاليا وخوفه الدائم من عدم تحقيق المثل العليا، وتنقسم الكمالية إلى نوعين سوية وعصابية، فالسوية هي ان يسعى الشخص إلى التميز وأن يعمل بكل قوة وان ينجز الأعمال في وقتها من أجل ان يشعر بالرضا، اما الكمالية العصابية هي ان يكون لدى الشخص دافعا لعمل الاشياء بامتياز، وبالرغم من ذلك يشعر أن ما يقوم به غير جيد وينتابه القلق (Cook.2012). كما تعرف الكمالية بأنها "خاصية شخصية تبدو مرغوبة ومطلوبة لكنها تتحول بمرور الوقت لتصبح مصدر حالة من الإرباك والقهرية" (جاب الله، ٣٧٩: ٢٠١١). وتفسر الكمالية العصابية في ضوء النظرية التحليلية بالتمييز بين الذات الواقعية التي تعبر عما نحن عليه وعن الجوهر الأساسي للشخصية، بما في ذلك من احتمالات التطوير وتحقيق الذات، وذلك لأن الذات المثالية تعتمد على التقييم الواقعي لقدرات وإمكانيات الفرد، أما بالنسبة للأشخاص العصابيون فيكون هناك انفصال بين الذات الحقيقية والمثالية ينتج ذلك عن اعتقادهم بأنهم يجب أن يكونوا قادرين على تحمل كل شيء ومدركين لكل شيء ومحبوبون من الجميع ومنتجين دائما (ابو سليمة، ٢٠١٥: ٥٠٣). بينما تشير النظرية السلوكية في تفسيرها للكمالية العصابية على تأثير البيئة الخارجية على تنشئة الطفل وكيف يمكن أن تؤثر هذه البيئة في تشكيل سمة الكمالية لديه، وهناك عدة نماذج فسرت كيف تؤثر البيئة الخارجية على الطفل مثل نموذج التوقعات الاجتماعية، ونموذج التعلم الاجتماعي، ونموذج الاستجابة الاجتماعية (بنهان، ٢٠١٣). وتناول دافيز لك (Davis-Lack, 2016) سبع خصائص للشخصية ذات الكمالية العصابية هي: الخوف من الفشل، والكل أو اللا شيء، والدفاع المفرط عن الذات، والبحث عن أخطاء الذات والآخرين، وعدم المرونة، والحاجة المفرطة للتحكم، وعدم الثقة في التعامل مع الآخرين (سيد، ٢٠١٩:١٣٧).

- **استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي:**

يعرف جروس (Gross, 2008) تنظيم الانفعال بأنه العمليات التي نؤثر من خلالها في مشاعرنا، وكيف نواجه هذه المشاعر ونعبر عنها، إذ أننا نواجه مصاعب في الوصول إليها، كما يتضمن العديد من هذه العمليات خفض، أو الحفاظ على، أو زيادة واحد أو أكثر من مظاهر الانفعال. كما يعرف التنظيم الانفعالي بأنه استراتيجيات متضمنة إعادة طبيعة الأفكار والسلوكيات التي تؤثر في الانفعالات التي يمتلكها الفرد والسيطرة عليها وكيفية الإفصاح عنها لاحقا (Castella et al, 2018) المشار إليه في (عبدالرحمن، والدبابي، ١٢:٢٠١٩). ويوضح نموذج غروس **(Gross, 1998)** لتنظيم الانفعالات استخدام الفرد لاستراتيجيات معينة للتأثير في مستوى الاستجابة الانفعالية لكي يظهر نوع معين من الانفعال، ويؤكد على التوازن في مستوى الاستجابة الانفعالية لتجنب ظهور مستوى مرتفع أو منخفض من الاستجابة الانفعالية، وهناك استراتيجيتين مختلفتين يجب التمييز بينهما أولا استراتيجية التركيز المسبق: ويطبقها الفرد في حالة الاستعداد للاستجابة قبل التفاعل مع مثير الموقف الانفعالي، وتشمل على اختيار الموقف، وتعديل الموقف، وتوزيع الانتباه، والتغيير المعرفي. ثانيا استراتيجية التركيز على الاستجابة: ويطبقها الفرد عندما يكون في حالة استجابة انفعالية ويكون الانفعال قائما بشكل اعتيادي ولها نوع واحد هو تعديل الاستجابة.

الدراسات السابقة:

تناولت دراسة هاملتون وشويتزر (Hamilton, Schweitzer, 2000) تقييم العلاقة بين أبعاد الكمالية والتفكير الانتحاري لدى عينة من الطلاب الجامعيين في استراليا، تكونت العينة من (٤٠٥) طالب، وتم تطبيق استبيان الصحة العامة الذي يتفرع منه اسئلة لتقييم التفكير في الانتحار ومقياس للكمالية متعدد الابعاد، واشارت النتائج الى ارتباط التفكير الانتحاري بالدرجات العالية في الكمالية العصابية، وان المستويات العالية من الكمالية العصابية يرافقها زيادة في التعرض للأفكار الانتحارية.

وكشفت دراسة عباس وبير (Abbas, per, 2017) عن العلاقة بين التفكير الانتحاري والكمالية التكيفية وغير التكيفية لدى الطلاب الجامعيين، وتكونت العينة من (٥٤٧) طالب

جامعي تتراوح اعمارهم بين (١٩، ٢٤) من طلاب جامعة آزاد الإسلامية بإيران، وأشارت النتائج إلى ارتباط التفكير الانتحاري سلبا مع الكمالية التكيفية وايجابا مع الكمالية غير التكيفية.

وكشفت دراسة جعفر وعلي (Jafar, Ali, 2012) عن العلاقة بين استراتيجيات التنظيم المعرفي والتفكير الانتحاري لدى طلاب الجامعة، تكونت العينة من (١٢٠) فرد (٦٠) ذكور و(٦٠) إناث تم اختيارهم بشكل عشوائي، وتم استخدام استبيان التنظيم المعرفي العاطفي (CERQ) واختبار بيك سكيل للتفكير في الانتحار (BSSI)، واشارت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين استراتيجيات التنظيم المعرفي غير التكيفية (لوم الذات، الاجترار، التفكير الكارثي، لوم الآخرين) والتفكير الانتحاري، و وجود علاقة ارتباطية سالبة بين استراتيجيات التنظيم المعرفي التكيفية (القبول، اعادة التركيز الايجابي، اعادة التركيز على التخطيط ، التقليل من الأحداث، إعادة التقييم الايجابي) والتفكير الانتحاري، وأظهر تحليل الانحدار ان الاستراتيجيات التكيفية تتنبأ بشكل سلبي بالتفكير الانتحاري في حين تتنبأ الاستراتيجيات غير التكيفية بشكل ايجابي بالتفكير الانتحاري، وتشير النتائج إلى ضرورة استخدام استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي في محتوى البرامج المصممة للتدخلات والوقاية من الانتحار.

وبحثت دراسة كورانا ورومر (Khurana & Romer, 2012) في استراتيجيات المواجهة (التنظيم الانفعالي، القبول، حل المشكلات، البحث عن المساندة) التي تتنبأ بانخفاض التفكير الانتحاري على عينة من الشباب (ن=٧١٠) بمتوسط عمر (١٨) سنة، وأشارت النتائج إلى أن استراتيجية التنظيم الانفعالي تحتل الصدارة في التنبأ بالتفكير الانتحاري.

وأشارت دراسة رودلف وفليت وهيويت (Rudolph, Flett, Hewitt, 2007) إلى العلاقة بين الكمالية العصابية واستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي، وتكونت العينة من (١٠٠) طالب جامعي، طبق عليهم مقياس الكمالية متعددة الأبعاد واستبيان التنظيم المعرفي الانفعالي، واشارت النتائج الى وجود ارتباط سالب بين الكمالية العصابية مع الاستراتيجيات التكيفية (التقبل، إعادة التقييم الايجابي)، وأن الاشخاص ذوي الافكار الكمالية يميلون الى الاستراتيجيات غير التكيفية (التفكير الكارثي، لوم الذات، الاجترار) وتفيد هذه النتائج الى تصميم برامج لتعزيز مهارات التأقلم المعرفي لدى الأشخاص الكماليين.

وهدفت دراسة (عليوة، ٢٠١٨) الى التعرف على العلاقة بين استراتيجيات تنظيم الانفعال وبعضا من الاضطرابات النفسية من بينها الكمالية العصابية، وتكونت عينة الدراسة من (١٤٨) طالب وطالبه، واستخدمت مقياس التنظيم المعرفي الانفعالي وقائمة الاضطرابات النفسية للمراهقين الموهوبين، وتوصلت الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية موجبه بين الكمالية العصابية واستراتيجيات التنظيم المعرفي غير التكيفية (كبت التعبير الانفعالي، اجترار الأفكار، لوم الذات، لوم الاخرين، التفكير الكارثي) ووجود علاقة ارتباطية سالبة بين الكمالية العصابية وكل من استراتيجيات التنظيم المعرفي التكيفية (اعادة التقييم المعرفي، التقليل من اهمية الاشياء، اعادة التركيز الايجابي، رؤية الموضوع من منظور اخر) ويمكن التنبؤ بالكمالية العصابية من خلال استراتيجية التفكير الكارثي.

التعليق على الدراسات السابقة:

أشارت نتائج الدراسات السابقة إلى:

ارتباط التفكير الانتحاري بالدرجات العالية من الكمالية العصابية، وارتباط التفكير الانتحاري سلبا مع الكمالية التكيفية وايجابا مع الكمالية غير التكيفية، بالإضافة إلى وجود علاقة موجبة بين التفكير الانتحاري واستراتيجيات التنظيم المعرفي غير التكيفية وعلاقة سالبة مع استراتيجيات التنظيم المعرفي التكيفية، وأشارت ايضا إلى أن استراتيجيات التنظيم المعرفي تحتل الصدارة في التنبأ بالتفكير الانتحاري، ووجود علاقة سالبة بين الكمالية العصابية واستراتيجيات التنظيم المعرفي التكيفية وعلاقة موجبة مع استراتيجيات التنظيم المعرفي غير التكيفية.

ولم تهتم الدراسات السابقة بالدور الوسيط لاستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية بالإضافة إلى افتقار البيئة العربية إلى دراسات تجمع بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية وهو ما تحاول هذه الدراسة القيام به.

فروض الدراسة:

١- يوجد مستوى من التفكير الانتحاري لدى طالبات الجامعة.

٢- يوجد مستوى من الكمالية العصابية لدى طالبات الجامعة.

٣- استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي متغير وسيط بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية لدى طالبات الجامعة.

٤- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية لدى طالبات الجامعة.

٥- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والتفكير الانتحاري لدى طالبات الجامعة.

٦- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي والكمالية العصابية لدى طالبات الجامعة.

منهج الدراسة:

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي الارتباطي للكشف عن الدور الوسيط لاستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي لدى عينة من طالبات الجامعة.

عينة الدراسة:

تم اختيار عينة الدراسة بالطريقة العشوائية من خلال ارسال الاستبيان الكترونيا إلى طالبات الجامعة حيث بلغ عددهم (٣٥٠) طالبة من جميع كليات جامعة الملك عبدالعزيز.

أدوات الدراسة:

أولاً: مقياس التفكير الانتحاري إعداد حسين علي فايد (٢٠٠٨):

يحتوي المقياس على (١٨) عبارة أمام تدرج خماسي، حسب مقياس ليكرت خماسي الأبعاد، بحيث يعطى المفحوص فرصة تحديد درجة موافقته على العبارات بين درجات تتكون من ٥ احتمالات هي (تنطبق مطلقا =١، تنطبق نادرا =٢، تنطبق احيانا = ٣، تنطبق كثيرا = ٤، تنطبق دائما =٥) ويشتمل المقياس على ثلاثة أبعاد فرعية هي: الرغبة في الانتحار عدد فقراته ٨ فقراتها هي (١ – ٢ – ٥ – ٨ – ١٠ – ١٤ – ١٥ – ١٧). والتفكير في الانتحار والتخطيط له عدد فقراته ٧ فقرات هي (٣ – ٤ – ٦ – ٩ – ١١ – ١٣ – ١٦). والميول الانتحارية عدد فقراته ٣ فقرات هي (٧ – ١٢ – ١٨).

صـــدق المقيـــاس:

قام معد المقياس بحساب صدق المقياس أولا بطريقة صدق المحكمين حيث عُرضت عبارات المقياس على عدد من المحكمين المتخصصين في علم النفس والطب النفسي وترتب على صدق المحكمين حذف (١٠) عبارات من المقياس مكرره وتم تعديل صياغة بعض عباراته. وقد تراوح معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل بند والدرجة الكلية للمقياس بين (٠، ١٨٩ – ٠، ٧٧٠)، ثم بطريقة الصدق العاملي حيث طبق المقياس في صيغته قبل النهائية (١٩) بند على عينة من طالبات الجامعة ثم استخرجت معاملات الارتباط بين بنود المقياس وقام بتحليلها بطريقة المكونات الأساسية "لهوتلينج" ومن ثم التدوير المتعامد بطريقة الفاريماكس " لكايز"، وتم وضع ثلاث معايير تحكمية وبالاعتماد عليها تم استخراج ثلاثة عوامل استوعبت ٥٣، ٨٢٧% من التباين الارتباطي، كما تم حذف بند واحد وأصبح المقياس في صيغته النهائية (١٨) بندا.

ثبـــات المقيـــاس:

تم حساب الثبات بطريقتي الاتساق الداخلي بمعادلة " ألفا كرونباخ" وإعادة التطبيق بفاصل زمني مقداره اسبوعان، وبلغ معامل الثبات (٠، ٩١ – ٠، ٨٧) على التوالي وهي معاملات ثبات مقبولة.

ثانياً: مقياس الكمالية العصابية لدى شباب الجامعة إعداد شند، عبدالمنعم، صالحين (٢٠١٧):

يحتوي المقياس على (٢٦) عبارة موزعه على اربعة ابعاد فرعية، ويصحح المقياس بوضع درجة لكل بند تبعا للإجابة التي يتم اختيارها من بين ثلاث بدائل للإجابة وهي (موافق =٣درجات، احيانا= ٢درجتان، غير موافق= درجة واحدة) ويتم تصحيح المقياس وفق الأوزان الموضوعة لتدرج الإجابة فإذا كانت العبارة موجبة فإنها تأخذ (١، ٢، ٣) من الدرجات وإذا كانت سالبة تأخذ (٣، ٢، ١) من الدرجات.

ويتكون المقياس من اربعة ابعاد فرعية:

١- المعايير المرتفعة للأداء: عدد فقراته ٤ فقرات هي (٤ – ٨ – ١٨ – ١٩).

٢- الحاجة للاستحسان: عدد فقراته ٧ فقرات هي (١ – ٥ –٩ – ١٢ – ١٥ – ٢٠– ٢٣).

٣- الحساسية للنقد: عدد فقراته ٨ فقرات هي (٢ –٦ – ١٠ – ١٣ – ١٦ – ٢١ – ٢٤ – ٢٥).

٤- الأفكار الوسواسية: عدد فقراته ٧ فقرات هي (٣ – ٧ – ١١ – ١٤ – ١٧ – ٢٢ – ٢٦).

٥- والعبارات السالبة في المقياس هي (٢٥ – ٢٦).

صـــــدق المقيـــــاس:

تم حساب صدق المحكمين للمقياس حيث تم الاستعانة ب عشرة محكمين في مجال علم النفس، يتكون المقياس في صورته الأولية من (٤٨) عبارة، تم استبعاد (١٠) عبارات وتعديل صياغة (٨) عبارات وإضافة (٣) عبارات للمقياس ككل . ثم حساب الاتساق الداخلي لمفردات المقياس حيث تم حساب معاملات الارتباطات بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه وتراوحت معاملات الارتباط كما يلي:

١- المعايير المرتفعة للأداء (٠،٢ – ٠، ٢٣).

٢- الحاجة للاستحسان (٠، ٣ – ٠، ٣٧).

٣- الحساسية للنقد (٠،٢ – ٠، ٤٧).

٤- الأفكار الوسواسية (٠، ١٤ – ٠، ٣٨).

أمـا معـاملات الارتبـاط بـين كـل بعـد والدرجـة الكليـة للمقيـاس تراوحـت بـين (٠، ٤٠٤ – ٠، ٨٧٥).

بالإضافة إلى ذلك تم حساب الصدق العاملي باستخدام التحليل العاملي التوكيدي، وذلك باستخدام الحزمة الإحصائية (AMOS 23)، وجرى هذا التحليل استنادا إلى طريقة الأرجحية القصوى، وذلك بافتراض أن بنية المقياس تتكون من أربعة عوامل تندرج تحت عامل واحد، وكانت اغلب مؤشرات حسن المطابقة في مداها المثالي كما أن تشبعات العوامل الفرعية على العامل الكامن دالة إحصائيا.

ثبـــات المقيـــاس:

تم حساب الثبات بطريقتي معامل ألفا كرونباخ والتجزئة النصفية، وبلغ معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ (٠، ٧٨٦) في حين بلغ بطريقة التجزئة النصفية (٠، ٢١٨)، وبلغ معامل الارتباط بعد التصحيح من أثر التجزئة (٠، ٣٥٧).

ثالثا: استبيان استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي اعداد (Granefski, Kraaij, 2006) وترجمة عادل المنشاوي:

يتكون الاستبيان من (٣٦) عبارة موزعة على (٩) استراتيجيات بواقع (٤) فقرات لكل استراتيجية، وتتم الإجابة على الاستبيان بتدرج خماسي، حسب مقياس ليكرت خماسي الأبعاد، بحيث يعطى المفحوص فرصة تحديد درجة موافقته على العبارات بين درجات تتكون من ٥ احتمالات هي (لا اوافق مطلقا =١، لا أوافق =٢، غير متأكد = ٣، أوافق = ٤، أوافق تماما =٥)، وتدل الدرجة المرتفعة على المقياس الفرعي ان هذه الاستراتيجية هي الأكثر استخداما، وينقسم الاستبيان إلى قسمين:

١- استراتيجيات معرفية تكيفية وعدد فقراتها ٥ فقرات هي (القبول، إعادة التركيز الايجابي، إعادة التركيز على التخطيط، إعادة التقييم الايجابي، التقليل من الأحداث).
   - القبول (٥ – ٦ – ٧ – ٨).
   - إعادة التركيز الايجابي (١٣ – ١٤ – ١٥ – ١٦).
   - إعادة التركيز على التخطيط (١٧ – ١٨ – ١٩ – ٢٠).
   - إعادة التقييم الايجابي (٢١ – ٢٢ – ٢٣ – ٢٤).
   - التقليل من الأحداث (٢٥ – ٢٦ – ٢٧ – ٢٨).

٢- استراتيجيات معرفية غير تكيفية وعدد فقراتها ٤ هي (لوم الذات، الاجترار، الفزع أو الكارثية، لوم الآخرين).
   - لوم الذات (١ – ٢ – ٣ – ٤).
   - الاجترار (٩ – ١٠ – ١١ – ١٢).
   - الفزع أو الكارثية (٢٩ – ٣٠ – ٣١ – ٣٢).
   - لوم الآخرين (٣٣ – ٣٤ – ٣٥ – ٣٦).

الخصائص السيكومترية للاستبيان:

أ) ثبـات الاستبيـان:

بلـغ معامـل ثبـات الفـا كرونبـاخ علـى الاسـتبيان ككـل (٠، ٧٥)، وتـراوح مـا بـين (٠,٧٥ – ٠، ٨٤) للاستراتيجيات الفرعية مع الدرجة الكلية ، وباستخدام اعادة التطبيق بلغ معامل الارتباط بين التطبيقين (٠، ٤٨ – ٠، ٦٥).

ب) صـــدق الاستبيـــان:

أكدت نتائج التحليل التوكيدي صدق البناء العاملي وحسن المطابقة مع نتائج الاستبيان في نسخته الأصلية، وتمتعت الدرجة الكلية للاستبيان باتساق داخلي قيمته (٠، ٨٠)، وتراوحت قيم الاتساق الداخلي للاستراتيجيات التسعة بين (٠، ٦٧ – ٠، ٨٥)، وأظهر صدق البناء وجود علاقة ارتباطية بين الاستراتيجيات التسعة، وتراوحت معاملات الارتباط بين (– ٠، ٨ – ٠,٦٩).

حساب الثبات والصدق لأداة الدراسة للعينة الاستطلاعية في الدراسة الحالية (ن=٥٠)

أ) ثبات الاستبيان ككل بطريقة التجزئة النصفية:

اعتمدت هذه الطريقة إلى تجزئة الاستبيان إلى نصفين، بحيث يشتمل الجزء الأول على الفقرات الفردية والجزء الثاني على الفقرات الزوجية من فقرات الاستبيان البالغ عددها (٨٠) فقرة لاستجابات العينة الاستطلاعية البالغ عددها (٥٠) وقد بلغت قيمة معامل الثبات الكلي للاستبيان بطريقة التجزئة النصفية (٠,٩٢٢) وهذا يدل على أن الاستبيان يتمتع بدرجة مرتفعة جدًا من الثبات تطمئن الباحثة إلى تطبيق نتائجه على المجتمع.

ب) ثبات الاستبيان بطريقة ألفا كرونباخ:

لقياس مدى ثبات مقاييس الدراسة الثلاثة استخدمت الباحثة معادلة ألفا كرونباخ وذلك باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS إصدار ٢٦، وذلك للتأكد من ثبات أدوات الدراسة على عينة الدراسة الاستطلاعية البالغ عددها (٥٠) من المجتمع المستهدف، وتم حساب ثبات أداة الدراسة العام والفرعي حيث تتكون أداة الدراسة من عدد (٣) مقاييس رئيسية يتفرع منها عدد ١٦ محور فرعي، حيث تتبع جميع فقرات المقياس الأول (التفكير الانتحاري) البالغ عددها (١٨) فقرة لمقياس ليكرت الخماسي، وتتبع فقرات المقياس الثاني (الكمالية العصابية) البالغ عددها (٢٦) فقرة لمقياس ليكرت الثلاثي، وتتبع فقرات الاستبيان الثالث(استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي) البالغ عددها (٣٦) فقرة لمقياس ليكرت الخماسي. والجدول رقم (١) يوضح معاملات ثبات مقاييس الدراسة ومحاورها.

جدول رقم (١) معامل ألفا كرونباخ لقياس ثبات مقاييس الدراسة

المقاييس الرئيسية	عدد الفقرات	قيمة معامل ألفا كرونباخ
التفكير الانتحاري	١٨	٠,٩٦٥
الكمالية العصابية	٢٦	٠,٧٨٩
استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي	٣٦	٠,٨٧٢
الثبات العام للاستبيان ككل	٨٠	٠,٨٩٥

يتضح من الجدول رقم (١) أن معامل الثبات العام مرتفع جدًا حيث بلغ قيمة (٠,٨٩٥) وذلك لإجمالي فقرات الاستبيان (٨٠) فقرة، فيما تراوح ثبات المقاييس ما بين (٠,٧٨٩) كحد أدنى للكمالية العصابية وبين (٠,٩٦٥) كحد أعلى لمقياس التفكير الانتحاري، وهذا يدل على أن الاستبيان يتمتع بدرجة عالية جدًا من الثبات.

ج) صدق الاتساق الداخلي:

وقد جرى التحقق من صدق الاتساق الداخلي للاستبيان بحساب معامل ارتباط بيرسون بين درجة كل محور فرعي من محاور المقاييس الثلاثة والدرجة الكلية للمقياس الذي تنتمي إليه وكانت جميع المعاملات ذات دلالة إحصائية، والجدول التالي رقم (٢) يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل محور فرعي من المحاور الفرعية الثلاثة لمقياس (التفكير الانتحاري) والدرجة الكلية للمقياس والذي يتضح منه أن معاملات الارتباط تراوحت بين (٠,٨٦٩) كحد أدنى لمحور (التعبير عن الميول الانتحارية) وبين (٠,٩٧٥) كحد أعلى لمحور (الرغبة في الانتحار) وجميع معاملات الارتباط قوية دالة إحصائيًا عند مستوى المعنوية (٠,٠١).

جدول رقم (٢) معاملات الارتباط بين كل محور فرعي
من المحاور الثلاثة لمقياس (التفكير الانتحاري) والدرجة الكلية للمقياس

البعد	معامل الارتباط
الرغبة في الانتحار	٠,٩٧٥**
التفكير في الانتحار والتخطيط له ومحاولته	٠,٩٦١**
التعبير عن الميول الانتحارية	٠,٨٦٩**

** دال إحصائيًا عند مستوى معنوية ٠,٠١

والجدول التالي رقم (٣) يوضح معاملات ارتباط بيرسون بين درجة كل محور فرعي من المحاور الفرعية الأربعة لمقياس (الكمالية العصابية) والدرجة الكلية للمقياس والذي يتضح منه أن معاملات الارتباط تراوحت بين (٠,٣٦٣) كحد أدنى لمحور (المعايير المرتفعة للأداء) وبين (٠,٨٦٨) كحد أعلى لمحور (الحاجة للاستحسان)، وجميع معاملات الارتباط قوية دالة إحصائيًا عند مستوى المعنوية ٠,٠١.

جدول رقم (٣) معاملات الارتباط بين كل محور فرعي من المحاور الأربعة لمقياس (الكمالية العصابية) والدرجة الكلية للمقياس.

المحاور الفرعية	العصابية الكمالية
المعايير المرتفعة للأداء	**٠,٣٦٣
الحاجة للاستحسان	**٠,٨٦٨
الحساسية للنقد	**٠,٨٥٤
الأفكار الوسواسية	**٠,٦٢٨

** دال إحصائيًا عند مستوى معنوية ٠,٠١

والجدول التالي رقم (٤) يوضح معاملات ارتباط (بيرسون) بين درجة كل محور فرعي من المحاور الفرعية التسعة لاستبيان (استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي) والدرجة الكلية للمقياس والذي يتضح منه أن معاملات الارتباط تراوحت بين ٠,٣٨١ كحد أدنى لمحور (لوم الآخرين) وبين ٠,٧٤٨ كحد أعلى لمحور (الاجترار) وجميع معاملات الارتباط قوية دالة إحصائيًا عند مستوى المعنوية ٠,٠١.

جدول رقم(٤) معاملات الارتباط بين كل محور فرعي من المحاور التسعة لاستبيان (استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي) والدرجة الكلية للمقياس.

البعد	معامل الارتباط
لوم الذات	.585**
القبول	.466**
الاجترار	.748**
اعادة التركيز الايجابي	.464**
اعادة التركيز على التخطيط	.690**
اعادة التقييم الايجابي	.700**
التقليل من الأحداث	.688**
الفزع او الكارثية	.552**
لوم الآخرين	.381**

** دال إحصائيًا عند مستوى معنوية ٠,٠١

وعليه ومن خلال نتائج الثبات والصدق الموضحة في الجداول السابقة المطبقة على العينة الاستطلاعية (ن=٥٠) يتأكد للباحثة أن الاستبيان بمقياسيه الثلاثة (التفكير الانتحاري، الكمالية العصابية، استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي) يتمتع بدرجة عالية من الثبات والصدق الداخلي، مما يطمئن الباحثة إلى تمريره عل كامل العينة ومن ثم تعميم نتائجه على كامل المجتمع المستهدف.

الأساليب الإحصائية:

- استخدام اختبار الارتباط بيرسون لاختبار العلاقات بين محاور الدراسة وأبعادها.
- استخدام اختبار الانحدار الخطي البسيط لدراسة.
- استخدام اختبار الانحدار الخطي المتعدد.
- اختبار نموذج الوساطة باستخدام البرنامج AMOS v.26.

نتائج الدراسة:

عرض نتيجة الفرض الأول وتفسيره: يوجد مستوى من التفكير الانتحاري لدى عينة من طالبات الجامعة.

ولتحقق من الفرض تم حساب الإحصاءات الوصفية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية ودرجة المتوسطات تبعًا لمقياس ليكرت الخماسي والترتيب التنازلي للفقرات تبعا للمتوسطات الحسابية كما يوضحها الجدول التالي:

جدول رقم (٥) المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والترتيب لأبعاد مقياس (التفكير الانتحاري).

البعد	المتوسط	الانحراف	الترتيب
الرغبة في الانتحار	١,٦٦٢١	٠,٩٠٢٢١	منخفضة جداً
التفكير في الانتحار والتخطيط له ومحاولته	١,٤٠١٢	٠,٧٧٢٦٢	منخفضة جداً
التعبير عن الميول الانتحارية	١,٥٩٨١	٠,٩٠٤٤١	منخفضة جداً
التفكير الانتحاري	١,٥٥٠٠	٠,٧٩٨٠٣	منخفضة جداً

يتضح من جدول (٥) أن الدرجة الكلية لمقياس (التفكير الانتحاري) قد حصل على متوسط حسابي (١,٥٥٠٠) **أي أن مستوى التفكير الانتحاري لدى متوسط أفراد العينة**

منخفض جدًا. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (الدوسري، ٢٠١٨) ودراسة (خضراوي وبن شويخ، ٢٠١٩) التي اشارت نتائجها إلى انخفاض مستوى التفكير الانتحاري لدى عينة الدراسة وهم طلبة الجامعة، في حين تختلف مع دراسة (البحيري، وابو الفضل، ٢٠٠٨) حيث جاء مستوى التفكير الانتحاري مرتفع لدى عينة الدراسة.

وتفسر الباحثة هذه النتيجة من عدة نواحي أولها التطور والتوسع الذي نشهده في هذا العصر، والوفرة في الموارد والترفيه الحاصل بشكل خاص في السعودية، بالإضافة إلى تحسن وضع المرأة السعودية في السنوات الأخيرة وتمكينها مما يجعل فئة الطالبات في انشغال بتطوير ذواتهن والانضمام إلى ورش العمل والدورات التدريبية لتنمية ذواتهن، والعمل بما لديهن من موارد والاستمتاع بحياتهن وبالتالي تنخفض لديهن مستويات الأفكار الانتحارية.

عرض نتيجة الفرض الثاني وتفسيره: يوجد مستوى من الكمالية العصابية لدى عينة من طالبات الجامعة.

ولتحقق من الفرض الثاني تم حساب الإحصاءات الوصفية والانحرافات المعيارية ودرجة المتوسطات تبعًا لمقياس ليكرت الثلاثي والترتيب التنازلي للفقرات تبعًا للمتوسطات الحسابية.

جدول رقم (٦) : المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية والترتيب لأبعاد مقياس (الكمالية العصابية)

البعد	المتوسط	الانحراف	الترتيب
المعايير المرتفعة للأداء	٢,٤٨٤٣	٠,٣٩٨٩٢	كبيرة
الحاجة للاستحسان	١,٧٢٤١	٠,٤٧٩١٦	متوسطة
الحساسية للنقد	١,٨٦١١	٠,٤١٥٥٣	متوسطة
الأفكار الوسواسية	١,٩٢٣٧	٠,٣٦٢٠١	متوسطة
الكمالية العصابية	١,٩٣٦٩	٠,٣٢٤٧٢	متوسطة

يتضح من جدول (٦) أن الدرجة الكلية لمقياس (الكمالية العصابية) قد حصلت على متوسط حسابي (١,٩٣٦٩) **أي أن مستوى الكمالية العصابية لدى متوسط أفراد العينة متوسط.**

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (الانداجي، ٢٠١٧) حيث كان مستوى الكمالية العصابية لدى عينة البحث متوسط، في حين تختلف مع دراسة (العبيدي، ٢٠١٥) التي اشارت نتائجها

إلى وجود مستوى مرتفع من الكمالية العصابية لدى عينة البحث. وترى الباحثة ان المستوى المتوسط من الكمالية العصابية يُعد إشارة جيدة لارتفاع وعي الطالبات بمخاطر الكمالية وآثارها السلبية. ويمكن تفسير هذه النتيجة بأن عينة البحث قد يكونون مدفوعين نحو تحقيق اهدافهم بالتعزيز الإيجابي والرغبة في النجاح والميل للبحث عن المساندة من الاخرين والرغبة في الاقتراب من الذات المثالية والاستحواذ على الرضا والمتعة بدلا من التعزيز السلبي والمخاوف من الفشل مما يعكس هذا المستوى المتوسط من الكمالية العصابية لديهن.

عرض نتيجة الفرض الثالث وتفسيره: استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي متغير وسيط بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية.

ولاختبار هذا الفرض تم إجراء اختبار الانحدار الخطي البسيط واختبار الانحدار الخطي المتعدد عبر البرنامج الإحصائي (SPSS v.26) ومن ثم تم اختبار صحة نموذج الوساطة عبر البرنامج الإحصائي (AMOS v.26)

جدول رقم(٧) نتائج نموذج الانحدار الخطي البسيط
بين الكمالية العصابية كمتغير تابع التفكير الانتحاري كمتغير مستقل.

النمـــوذج		المعاملات غير المعيارية		المعاملات المعيارية	T قيمة ت	Sig. القيمة الاحتمالية
		B بيتا	الخطأ المعياري	Beta بيتا		
١	ثابت النموذج	١,٧٥٦	٠,٠٣٦		٤٨,٢١٨	٠,٠٠٠
	التفكير الانتحاري	٠,١١٧	٠,٠٢١	٠,٢٨٧	٥,٥٩١	٠,٠٠٠
ف=٣١,٢٥٥ القيمة الاحتمالية=٠,٠٠٠ معامل الارتباط= ٠,٢٨٧ مربع معامل الارتباط=٠,٠٨٢ المتغير التابع (الكمالية العصابية)						

يوضح جدول (٧) معنوية نموذج الانحدار الخطي البسيط بين المتغير المستقل (التفكير الانتحاري) والمتغير التابع (الكمالية العصابية) حيث جاءت قيمة ف (ANOVA) =٣١,٢٥٥ بقيمة احتمالية=٠,٠٠٠ وجاء معامل الارتباط= ٠,٢٨٧ بقيمة مربع معامل الارتباط (R^2) =٠,٠٨٢ مما نستنتج منه أن المتغير المستقل (التفكير الانتحاري) يفسر ٨,٢% من التغير الحاصل في المتغير التابع (الكمالية العصابية).

جدول رقم (٨) نتائج نموذج الانحدار الخطي البسيط
بين الاستراتيجيات غير التكيفية كمتغير تابع والتفكير الانتحاري كمتغير مستقل

	النمـــوذج	المعاملات غير المعيارية		المعاملات المعيارية	T قيمة ت	Sig. القيمة الاحتمالية
		B بيتا	الخطأ المعياري	Beta بيتا		
١	ثابت النموذج	٢,٥٧٤	٠,٠٧٥	–	٣٤,١٢٣	٠,٠٠٠
	التفكير الانتحاري	٠,٣٦٢	٠,٠٤٣	٠,٤٠٩	٨,٣٦٦	٠,٠٠٠
ف=٦٩,٩٩٤ القيمة الاحتمالية=٠,٠٠٠ معامل الارتباط= ٠,٤٠٩ مربع معامل الارتباط=٠,١٦٧ المتغير التابع (الاستراتيجيات غير التكيفية)						

يوضح جدول (٨) معنوية نموذج الانحدار الخطي البسيط بين المتغير المستقل (التفكير الانتحاري) والمتغير التابع (الاستراتيجيات غير التكيفية) حيث جاءت قيمة ف (ANOVA) =٦٩,٩٩٤ بقيمة احتمالية=٠,٠٠٠ وجاء معامل الارتباط= ٠,٤٠٩ بقيمة مربع معامل الارتباط (R^2) =٠,١٦٧ مما نستنتج منه أن المتغير المستقل (التفكير الانتحاري) يفسر ١٦,٧% من التغير الحاصل في المتغير التابع (الاستراتيجيات غير التكيفية).

جدول رقم (٩) نتائج نموذج انحدار الكمالية العصابية
كمتغير تابع والاستراتيجيات غير التكيفية كمتغير مستقل

	النمـــوذج	المعاملات غير المعيارية		المعاملات المعيارية	T قيمة ت	Sig. القيمة الاحتمالية
		B بيتا	الخطأ المعياري	Beta بيتا		
١	ثابت النموذج	١,٢٥٧	٠,٠٧٠	–	١٧,٩٩٣	٠,٠٠٠
	الاستراتيجيات غير التكيفية	٠,٢١٧	٠,٠٢٢	٠,٤٧٢	٩,٩٨٤	٠,٠٠٠
ف=٩٩,٦٨٢ القيمة الاحتمالية=٠,٠٠٠ معامل الارتباط= ٠,٤٧٢ مربع معامل الارتباط=٠,٢٢٣ المتغير التابع (الكمالية العصابية)						

يوضح جدول (٩) معنوية نموذج الانحدار الخطي البسيط بين المتغير المستقل (الاستراتيجيات غير التكيفية) وبين المتغير التابع (الكمالية العصابية) حيث جاءت قيمة ف (ANOVA) =٩٩,٦٨٢ بقيمة احتمالية=٠,٠٠٠ وجاء معامل الارتباط= ٠,٤٧٢ بقيمة مربع معامل الارتباط (R^2) =٠,٢٢٣ مما نستنتج منه أن المتغير المستقل (الاستراتيجيات غير التكيفية) يفسر ٢٢,٣% من التغير الحاصل في المتغير التابع (الكمالية العصابية).

جدول رقم (١٠) : نتائج نموذج الانحدار المتعدد للكمالية العصابية

كمتغير تابع والتفكير الانتحاري والاستراتيجيات غير التكيفية كمتغيرات مستقلة

	النمـــوذج	المعاملات غير المعيارية		المعاملات المعيارية	T	Sig.
		B بيتا	الخطأ المعياري	Beta بيتا	قيمة ت	القيمة الاحتمالية
١	ثابت النموذج	١,٢٥٢	٠,٠٦٩	–	١٨,٠١٦	٠,٠٠٠
	الاستراتيجيات غير التكيفية	٠,١٩٦	٠,٠٢٤	٠,٤٢٦	٨,٢٦٣	٠,٠٠٠
	التفكير الانتحاري	٠,٠٤٦	٠,٠٢١	٠,١١٣	٢,١٩١	٠,٠٢٩
ف=٥٢,٧٨٦ القيمة الاحتمالية=٠,٠٠٠ معامل الارتباط= ٠,٤٨٣ مربع معامل الارتباط=٠,٢٣٣ المتغير التابع (الكمالية العصابية)						

يوضح جدول (١٠) معنوية نموذج الانحدار الخطي المتعدد بين المتغيرات المستقلة (التفكير الانتحاري) و(الاستراتيجيات غير التكيفية) وبين المتغير التابع (الكمالية العصابية) حيث جاءت قيمة ف (ANOVA) =٥٢,٧٨٦ بقيمة احتمالية=٠,٠٠٠ وجاء معامل الارتباط= ٠,٤٨٣ بقيمة مربع معامل الارتباط (R^2) =(٠,٢٣٣) مما نستنتج منه أن المتغيرات المستقلة (التفكير الانتحاري والاستراتيجيات غير التكيفية) تفسران ٢٣,٣% من التغير الحاصل في المتغير التابع (الكمالية العصابية).

ومن خلال النتائج السابقة نستنتج أن الوساطة الجزئية متحققة للمتغير (الاستراتيجيات غير التكيفية) بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية حيث لم يتلاشى الأثر المعنوي للتفكير الانتحاري على الكمالية العصابية في وجود الوسيط ولكن ضعف تأثيره من قيمة (بيتا= ٠,٢٨٧) إلى قيمة (بيتا= ٠,١١٣) ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠٥).

ثانياً: اختبار نموذج الوساطة عبر AMOS

تم تحليل نموذج الوساطة عبر (AMOS v.26)، وتحديد مدى مطابقة النموذج النظري للبيانات الميدانية المستمدة من العينة.

جدول (١١) مـــؤشـــرات حســـن المطـــابقـــة

Cmin	df	p	df/cimn	CFI	TLI	RMSEA
99.252	42	0.000	2.363	0.995	0.987	0.053

يتضح من جدول (١١) أن جميع مؤشرات المطابقة قد وقعت في المدى المقبول للحكم على صلاحية النموذج. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة كارليجن وآخرون (Karlijn et al, 2020) التي أشارت إلى ارتباط الاستراتيجيات غير التكيفية وأبعاد الكمالية العصابية بزيادة التفكير الانتحاري، أي توسط الاستراتيجيات غير التكيفية العلاقة بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية. كما تختلف مع نتيجة دراسة شيان (Xian, 2017) التي اشارت إلى ان استراتيجية إعادة التقييم المعرفي التابعة للاستراتيجيات التكيفية لتنظيم الانفعال تتوسط العلاقة بين الكمالية العصابية ومخاطر الانتحار. وبناء على ذلك يوضح كوجوكاريو ونيشيتا (Cojocariu & Nwchita, 2011) أهمية امتلاك الفرد لمهارات تنظيم انفعالاته حيث ان نجاح الفرد يعتمد بدرجة كبيرة على معرفة الفرد لذاته وتوظيف هذه المعرفة في حل المشكلات التي تواجهه كما أكد على ضرورة قيام الفرد بتنمية مهارات تنظيم الانفعالات اللازمة لتحقيق فهم وتعاطف أفضل مع الآخرين وأن مهارات تنظيم الانفعالات تعمل على استثمار طاقات الفرد في مواجهة الإحباطات والتحكم في الاندفاعات القوية.

عرض نتيجة الفرض الرابع وتفسيره: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية لدى عينة من طالبات الجامعة.

ولاختبار هذا الفرض تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين الدرجات الخام لأفراد العينة على مقياس التفكير الانتحاري بأبعاده ودرجاتهم على مقياس الكمالية العصابية بأبعادها، ويوضح ذلك الجدول التالي:

جدول (١٢) يوضح معامل ارتباط بيرسون بين الدرجات الخام لأفراد العينة على مقياس التفكير الانتحاري بأبعاده ومقياس الكمالية العصابية بأبعادها.

أبعاد الكمالية العصابية / أبعاد التفكير الانتحاري	المعايير المرتفعة للأداء	الحاجة للاستحسان	الحساسية للنقد	الأفكار الوسواسية	الدرجة الكلية للكمالية العصابية
الرغبة في الانتحار	0.015	.192**	.270**	.373**	.297**
التفكير في الانتحار	0.000	.167**	.223**	.333**	.254**
التعبير عن الميول الانتحارية	-0.012	.150**	.178**	.315**	.222**
الدرجة الكلية للتفكير الانتحاري	0.005	.188**	.254**	.372**	.287**

****دالة عند مستوى (٠، ٠١)**

يتضح من جدول(١٢) وجود علاقة طردية ذات دلالة إحصائية عند مستوى معنوية (٠,٠١) بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية حيث جاء معامل الارتباط بقيمة موجبة (٠,٢٨٧) وهذا يعني انه كلما ارتفع مستوى التفكير الانتحاري ارتفع معه مستوى الكمالية العصابية لدى طالبات الجامعة وهذا يعني تحقق صحة الفرض الرابع وقبوله، وتتفق هذه النتيجة مع دراسة ادكنز (Adkins, 1994) ودراسة هاملتون وشويتزر (Hamilton, Schweitzer, 2000). وتفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء التباعد الذي يشعر به المراهق ما بين رغباته وطموحاته المثالية من جهة والإمكانات المتواضعة المتوفرة له من جهة ثانية يستجيب المراهق عادةً بشيء من العدوانية الموجهة نحو ذاته، ويحاول التأثير على الواقع في مرحلة أولى من خلال الانتقال إلى الفعل الايجابي ولكن مع الاحباط الذي يصيبه فإنه يتخلى عن ذلك ويوجه إلى ذاته الفعل العدواني، أي أن الانتحار هو توجيه العدوانية الكامنة بالشخص ضد ذاته، أي أن هناك أزمة نرجسية يعاني منها الفرد تتجلى في اضطراب التوازن بين العالم المثالي المنشود والعالم الواقعي المعاش (Gustavo, 2005).

عـرض نتيجـة الفـرض الخـامس وتفسـيره: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين استراتيجيات التنظيم المعرفي والتفكير الانتحاري لدى عينة من طالبات الجامعة.

ولاختبار هذا الفرض استخدم معامل ارتباط بيرسون لحساب العلاقة الارتباطية بين استراتيجيات التنظيم المعرفي والتفكير الانتحاري كما يوضحها الجدول التالي:

جدول(١٣) يوضح معامل ارتباط بيرسون بين الدرجات الخام لأفراد العينة على استبيان الاستراتيجيات المعرفية ودرجاتهم على مقياس التفكير الانتحاري

الاستراتيجيات	معامل الارتباط
لوم الذات	.178**
القبول	-.160-**
الاجترار	.214**
إعادة التركيز الايجابي	-.437-**
إعادة التركيز على التخطيط	-.333-**
إعادة التقييم الايجابي	-.440-**
التقليل من الأحداث	-0.020
الفزع أو الكارثية	.389**
لوم الاخرين	.399**
الاستراتيجيات التكيفية	-.391-**
الاستراتيجيات غير التكيفية	.409**
استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي	0.003

**دالة عند مستوى (٠، ٠١)

ويتضح من جدول (١٣) وجود ارتباط سالب دال احصائيا عند مستوى دلالة (٠، ٠١) بين التفكير الانتحاري واستراتيجيات كلا من: القبول، إعادة التركيز الايجابي، إعادة التركيز على التخطيط، إعادة التقييم الايجابي، والدرجة الكلية للاستراتيجيات التكيفية، ووجود ارتباط موجب دال احصائيا عند مستوى (٠، ٠١) بين التفكير الانتحاري واستراتيجيات: لوم الذات، الاجترار، الفزع أو الكارثية، لوم الآخرين، والدرجة الكلية للاستراتيجيات غير التكيفية، ولم توجد علاقة ذات دلالة احصائيا مع استراتيجية التقليل من الأحداث، والدرجة الكلية لاستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي، وهذا يعني تحقق الفرض جزئيا وقبوله.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة جعفر وعلي (Jafar, Ali, 2012). وتفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء النظرية المعرفية، حيث يشير شنيد مان وآخرون (Shneidman, et al, 1976) إلى ان هناك اضطراب في التكوين المعرفي للمنتحرين ومحاولي الانتحار حيث تتصف أساليب تفكيرهم بالبعد عن المنطق والعقلانية، كما يصابون بالشلل المعرفي حيث تكون خياراتهم في إطار الكل أو لا شيء، ولا يرون فقط من أنفسهم والواقع والمستقبل إلا بديلين فقط هما التعاسة والموت.

عرض نتيجة الفرض السادس وتفسيره: توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين استراتيجيات التنظيم المعرفي والكمالية العصابية لدى عينة من طالبات الجامعة.

ولاختبار هذا الفرض تم حساب معامل ارتباط بيرسون بين الدرجات الخام لأفراد العينة على استبيان الاستراتيجيات المعرفية ودرجاتهم على مقياس الكمالية العصابية، ويوضح ذلك الجدول التالي:

جدول (١٤) يوضح معامل ارتباط بيرسون بين الدرجات الخام لأفراد العينة على استبيان الاستراتيجيات المعرفية ودرجاتهم على مقياس الكمالية العصابية

الاستراتيجيات	معامل الارتباط
لوم الذات	.266**
القبول	0.003
الاجترار	.271**
إعادة التركيز الايجابي	-0.054
إعادة التركيز على التخطيط	-0.054
إعادة التقييم الايجابي	-.196-**
التقليل من الأحداث	0.088
الفزع أو الكارثية	.390**
لوم الاخرين	.438**
الاستراتيجيات التكيفية	-0.063
الاستراتيجيات غير التكيفية	.472**
استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي	.266**

****دالة عند مستوى (٠، ٠١)**

يتضح من جدول(١٤) وجود ارتباط موجب دال احصائيا عند مستوى دلالة (٠، ٠١) بين الكمالية العصابية واستراتيجيات: (لوم الذات، الاجترار، الفزع أو الكارثية، لوم الآخرين) والدرجة الكلية للاستراتيجيات غير التكيفية والدرجة الكلية لاستراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي. ووجود ارتباط سالب دال احصائيا عند مستوى (٠، ٠١) بين الكمالية العصابية واستراتيجية: (إعادة التقييم الايجابي) وتتفق هذه النتيجة مع دراسة (عليوة ، ٢٠١٨) ودراسة (Rudolph, Flett, Hewitt, 2007). وتفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء النظرية المعرفية التي أكدت أن المكونات المعرفية تلعب دورا كبيرا في نشأة أشكال العصاب المختلفة ومنها: نماذج التفكير الخاطئة والمعايير غير الواقعية التي يسعى الشخص الكمالي لتحقيقها، والتقييم النقدي للذات والآخرين، والاعتقادات السلبية في توقعات الآخرين، والخوف من الفشل، والتدقيق، والتسويف، وقلق الزمن، والشكوك والوساوس المختلفة(محمود، ٢٠١٠).

ملخص النتائج:

- يوجد مستوى منخفض من التفكير الانتحاري لدى عينة من طالبات الجامعة.
- يوجد مستوى متوسط من الكمالية العصابية لدى عينة من طالبات الجامعة.
- الوساطة الجزئية متحققة لمتغير (الاستراتيجيات غير التكيفية) بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية حيث لم يتلاشى الأثر المعنوي للتفكير الانتحاري على الكمالية العصابية في وجود الوسيط ولكن ضعف تأثيره من قيمة (بيتا= ٠,٢٨٧) إلى قيمة (بيتا= ٠,١١٣) ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة (٠، ٠٥) لدى عينة من طالبات الجامعة.
- وجود علاقة عكسية دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠، ٠١) بين التفكير الانتحاري والدرجة الكلية للاستراتيجيات التكيفية وعلاقة طردية دالة احصائيا عند مستوى (٠، ٠١) بين التفكير الانتحاري والدرجة الكلية للاستراتيجيات غير التكيفية.
- وجود علاقة عكسية دالة احصائيا عند مستوى (٠، ٠١) بين الكمالية العصابية والاستراتيجيات التكيفية، وعلاقة طردية دالة احصائيا عند مستوى دلالة (٠، ٠١) بين الكمالية العصابية والاستراتيجيات غير التكيفية والدرجة الكلية لاستراتيجيات التنظيم المعرفي.

توصيات الدراسة:

١- تضافر جهود المراكز الإرشادية والقائمين على العملية التعليمية بنشر الوعي بخطورة السلسلة الانتحارية والاكتشاف المبكر للأفكار الانتحارية لدى طلبة الجامعة لتجنب الوصول للانتحار الكامل.

٢- للتنشئة الأسرية والتربويين دور هام في تشكيل شخصية الأبناء واكتسابهم لصفة الكمالية العصابية، لذا توصي الدراسة بضرورة توفير الظروف النفسية الصحية داخل المنزل من تقديم للدعم والتقبل غير المشروط ومعاملة الأبناء وفق امكانياتهم.

٣- يجب تسليط الضوء على التنظيم الانفعالي وابراز دوره في تحقيق الصحة النفسية للأفراد من خلال الدراسات والبحوث العلمية، كما يمكن عمل برامج علاجية قائمة على الاستراتيجيات التكيفية للتنظيم الانفعالي.

البحوث والدراسات المقترحة:

١- دراسة العلاقة بين التفكير الانتحاري والكمالية العصابية لدى عينات مختلفة وذلك لافتقار البيئات العربية لها.

٢- دراسة مقارنة بين الذكور والاناث في استراتيجيات التنظيم المعرفي الانفعالي.

٣- دراسة الكمالية العصابية لدى عينة من محاولي الانتحار.

المـــراجـــع

أولاً: المـــراجـــع العـــربيـــة:

- أبو سليمة، نجلاء فتحي، ومحمد، عبد الصبور منصور، وسعفان، محمد ابراهيم(٢٠١٥). الكمالية العصابية وعلاقتها بجودة الحياة لدى طلاب الجامعة، مجلة كلية التربية، ١٨، ٥٤٨-٥٢٥.
- الإمام، سيف النصر(٢٠١٣). فعالية برنامج إرشادي لخفض حدة الكمالية العصابية لدى طلاب الجامعة الفائقين أكاديميا، رسالة دكتوراه.
- الانديجاني، عبد الوهاب مشرب عصام الدين(٢٠١٧). الكمالية العصابية وعلاقتها بالنرجسية لدى عينة من الطلاب الموهوبين والعاديين في المرحلة الثانوية بمنطقة الباحة، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، ٤٧، ٩٢-١٣.
- البحيري، عبد الرقيب احمد، وابو الفضل، محفوظ عبد الستار، (٢٠٠٨). بعض الاضطرابات النفسية المرتبطة بالتفكير الانتحاري لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية، مجلة المصرية للدراسات النفسية، ١٨، ٦٠، ٥٥-١.
- بنهان، بديعة حبيب (٢٠١٣). فعالية الارشاد بالمعنى في خفض الكمالية العصابية واثرة في رفع تقدير الذات وخفض حدة الاعراض الاكتئابية لدى طلاب الجامعة المتفوقين عقليا، المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٢٣، ٨٠، ٢٠٩-١٣٧.
- جاب الله، منال عبد الخالق (٢٠١١).اساليب اتخاذ القرار وعلاقتها بالكمالية وتحمل الغموض لدى عينة من الراشدين، مجلة المصرية للدراسات النفسية. ٢١، ٧٢ ، ٤١٧-٣٦٩.
- حسن، هبه محمد علي (٢٠٠٩). المعاناة الاقتصادية وتقدير الذات وعلاقتهما بتصور الانتحار لدى الشباب الجامعي، مجلة كلية التربية بالزقازيق، ٦٢، ٢٥٧-١٥٥
- خضراوي، مروة، وبن شويخ، شيماء، (٢٠١٩). ما مدى انتشار الافكار الانتحارية لدى طلبة جامعة محمد بوضياف بالمسلية، رسالة ماجستير في علم النفس العيادي.
- الدوسري، سارة سعود (٢٠١٨). أحداث الحياة الشاقة لدى طلبة الجامعة وعلاقتها باحتمالية الانتحار، مجلة الخدمة الاجتماعية، ٦٠، ج١، ١٢٩-١٥٦.

- راصع، اشراق يحيى، وفرج، صفوت ارنست، ويونس، فيصل عبدالقادر، وعبدالله، معتز سيد (٢٠١٤). الضغوط والاكتئاب كمتغيرين منبئين بالتفكير الانتحاري لدى طلبة جامعة صنعاء، مجلة دراسات عربيه، ١٣، ١، ١٣٢-٩٩
- سيد، سعاد كامل(٢٠١٩). النموذج البنائي للعلاقة بين المخططات المعرفية اللاتكيفية والكمالية العصابية والأنماط الوالدية اللاسوية المدركة لدى طلاب الجامعة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، ٢٩، ١٠٢، ١٢٥-١٧٩.
- الشربيني، لطفي (٢٠٠٣). الطب النفسي وهموم الناس. الإسكندرية: منشأة المعارف.
- شند، سميرة محمد، وعبدالمنعم، احمد السيد، وصالحين، دعاء ابراهيم (٢٠١٧). الخصائص السيكومترية لمقياس الكمالية لشباب الجامعة، مجلة الارشاد النفسي، ٥٠، ٤٦٥-٤٣٧.
- عبدالرحمن، عبدالسلام هاني، والدبابي، خلدون ابراهيم (٢٠١٩). النمذجة السببية للعلاقات بين النظريات الضمنية في الانفعال والتنظيم الانفعالي وفق استراتيجيات إعادة التقييم المعرفي السعادة، مجلة الدراسات التربوية والنفسية، ١٣، ٣، ٥٣٨-٥٥٧.
- العبيدي، عفراء ابراهيم خليل (٢٠١٥). الكمالية العصابية وعلاقتها بالاستقرار النفسي، مجلة علم الانسان والمجتمعي، ١٤، ١٦٣-١٩٣.
- عسكر، عبدالله السيد (١٩٨٨). مقدمة في التحليل النفسي، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- عليوة، سهام علي عبد الغفار (٢٠١٨). استراتيجيات تنظيم الانفعال وعلاقتها ببعض الاضطرابات النفسية لدى المراهقين الموهوبين: دراسة سيكومترية اكلينيكية، مجلة كلية التربية، ٢٩، ١١٦ ، ٦٦-١
- فايد، حسين علي (٢٠٠٨). صدمة الطفولة البينشخصية وعلاقتها بخبرات التفكك والتفكير الانتحاري لدى عينة غير إكلينيكية، دراسات نفسية، ١٨، ٤.
- محمود، عبدالله جاد (٢٠١٠). الكمالية لدى عينه من معلمي التعليم العام في علاقتها ببعض اضطرابات القلق والبارانويا لديهم، مجلة كلية التربية بالمنصورة، ٧٢، ٢، ٥٥-٣.
- منظمة الصحة العالمية (٢٠٢١). التقرير الخاص بالانتحار.

https://www.who.int/ar/news-room/fact-sheets/detail/suicide

ثانياً: المـــراجـــع الأجنبيـــة:

- Abbas Abdollahi & Per Carlbring. (2017). **Coping Style as a Moderator of Perfectionism and Suicidal Ideation Among Undergraduate Students**, Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy v 35, pages223–239.
- Adkins, K., (1994). **Relationship Between Perfectionism and Suicidal Ideation for Students in a College program and Students in A Regular College Program**, Diss. Abst. Int,. 55(6) 1503-A.
- Aldao, A & Nolen- Hoeksema, S. (2010). **Specificity of cognitive emotion regulation strategies: A trans diagnostic examination**. Behavior Research and Therapy, 48, 974-983.
- Cojocariu, V., & Nechita, Z. (2011**). On Programmer for stimulating the elementary pupils emotional Intelligence through the educational process**. Teachers for the Knowledge Socity, 11, 261-265.
- Cook, L. (2012). **The influence of parent factors on child perfectionism: A cross-sectional study. Ph.D. Theses College of Liberal Arts**. University of Nevada.
- Garnfski, N.; Kraaij, V. (2006). **Relationships between cognitive emotion regulation strategies and depressive symptoms: A comparative study of five samples,** Pers Individ Dif (40). PD: 1659-1669.
- Gross, J. J.(1998). **The emerging field of emotion Regulation .An Integrative Review**, Review of General Psychology, v12, n3, 271-299.
- Gross, J. J. (2008). **Emotion Regulation. In: Handbook of Emotions,** M. Lewis**,** J. M. Haviland- Jones & L. F. Barrett(Eds.)**,** v3**,** 497-512. The Guilford Press: London.

- Gustavo, T., (2005). **Dissecting the Suicide Phentype: The Role of Impulsive- Aggressive Behaviors**, Rev Psychiatr Neurosis, 30 (6) 398- 408.
- Hamilton, T. K., & Schweitzer, R. D. (2000). **The cost of being perfect: Perfectionism and suicide ideation in university students**. Australian and New Zealand Journal of Psychiatry, 34(5), 829–835.
- Hamilton, T. K., & Schweitzer, R. D. (2000). **The cost of being perfect: Perfectionism and suicide ideation in university students**. Australian and New Zealand Journal of Psychiatry, 34(5), 829–835.
- Jafar Hasani, Ali Miraghaie. (2012).**The relationship between strategies for cognitive regulation of emotions and suicidal ideation**, Psychology Contemporary, 7(1), 61-72.
- Karlijn W. J. de Jonge-Heesen, Sanne P. A. Rasing, Ad A. Vermulst, Rutger C. M. E. Engels & Daan H. M. Creemers .(2020). **How to Cope with Perfectionism? Perfectionism as a Risk Factor for Suicidality and the Role of Cognitive Coping in Adolescents**, Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy v 39, 201–216.
- Khurana, A. & Romer, D. (2012). **Modeling the Distinct Pathways of Influence of Coping Strategies on Youth Suicidal Ideation: A National Longitudinal study**. Prev Sci., 3:644-654.
- Rudd, M. (2004). **The Suicidal Ideation Seal: A self-report measure of suicidal ideation**. Manuscript Submitted for Publication.
- Rudolph, S.G., Flett, G.L. & Hewitt, P.L. (2007). **Perfectionism and Deficits in Cognitive Emotion Regulation**. J Rat-Emo Cognitive-Behav Ther 25, 343–357.
- Shneidman, E.S., Furbelow, N.L. & Liftman, R.E .(1976). **The psychology of suicide.** New York: Aronson.
- Xian. (2017). **Moderating effect of emotional regulation strategies between maladaptive perfectionism and suicidal risk in college students**, Chinese Mental Health Journal 2017; 31(11): 885-889.