مجلة جامعة طرطوس للبحوث والدراسات العلمية _ سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية المجلد (٩) العدد (١٠) ٢٠٢٥
Tartous University Journal for Research and Scientific Studies –Arts and Humanities Series Vol. (9) No. (10) 2025

مستوى الهزيمة النفسية لدى عيّنة من المراهقين المدخنين "دراسة ميدانية في مدينة بانياس"

غزوى عبد الرحمن*

(تاريخ الإيداع ٩/٢٥ /٢٠٢٥. قُبِل للنشر في ١٠/٢٨ /٢٠٢٥)

□ ملخّص □

هدف البحث إلى تعرف مستوى الهزيمة النفسية لدى عينة من المراهقين المدخنين، وتعرف الفروق في مستوى الهزيمة النفسية تبعاً لمتغير الجنس، وتكونت عينة البحث من (٤٠) مراهقاً ومراهقة، (٢٣) منهم من الذكور و(١٧) من الإناث من المراهقين المدخنين في مدينة بانياس، واستخدمت الباحثة مقياس الهزيمة النفسية من إعداد أبو حلاوة ورزق (٢٠١٣)، واعتمدت المنهج الوصفي، وأظهرت النتائج أن مستوى الهزيمة النفسية لدى عينة البحث كان متوسطاً، وعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الهزيمة النفسية تبعاً لمتغير الجنس.

الكلمات المفتاحية: الهزيمة النفسية، المراهقين، التدخين.

*حاصلة على درجة الماجستير، كلية التربية، جامعة طرطوس

مجلة جامعة طرطوس للبحوث والدراسات العلمية _ سلسلة الآداب والعلوم الإنسانية المجلد (٩) العدد (١٠) ٢٠٢٥
Tartous University Journal for Research and Scientific Studies –Arts and Humanities Series Vol. (9) No. (10) 2025

The Level of Psychological Defeat of a Sample of Adolescent Smokers "A Field Study in Bunias City"

Gazwa Abdullrahman*

(Received 25/9 /2025. 28 /10/2025)

□ **ABSTRACT**□

The Aim of the research was to identify the Level of Psychological defeat in a Sample of adolescent smokers, and to identify the Differences in The Level of psychological defeat According to the Gender variable, The research Sample Consisted of (40) adolescent boys and girls, (23) of them males and (17) females, of adolescent smokers in the city of Bananas. The researcher used the psychological defeat scale prepared by Abu Halawa and Rizk (2013). and adopted the descriptive approach. The Results showed that: The Level of Psychological Defeat Among the research Sample Was Average, And There Were no Statistically Significant Differences in The Level of Psychological Defeat depending according to the gender variable.

Keywords: Psychological defeat, Adolescents, Smoking.

*Masters degree holder, Faculty of Education, Tartous Universit

المقدمة:

تعد ظاهرة التدخين Smoking phenomenon إحدى مشكلات العصر الحالي على مستوى دول العالم عامة، فهي من العادات السلوكية السيئة والمكتسبة، والتي لا يقتصر أثرها على المدخن فقط بل يتعداه إلى الآخرين غير المدخنين؛ فقد أصبحت هذه الظاهرة من السلوكيات الشائعة والمتعارف عليها والمقبولة نوعاً ما من قبل المجتمع؛ ورغم الأضرار التي يسببها التدخين، إلا أن هناك إقبالاً كبيراً عليه ولاسيما من قبل المراهقين، فقد انتشرت هذه الظاهرة بينهم بنحو كبير وواضح، وهذا ما أكدته دراسة (Poon,2020) أن ٦٠% من المدخنين بدأوا التدخين قبل بلوغهم سن ١٤؛ الأمر الذي يستدعي القلق كونها آفة تشكل خطراً يهدد مستقبلهم لما ينتج عنها من أضرار خطيرة على صحتهم النفسية والجسمية والعقلية والاجتماعية (سلطاني ومرزوقي،٢٠٢١،١). حيث يقع المراهقون في مشكلة التدخين بسبب رغبتهم في تجربة كل ما هو جديد، وحبهم للاستطلاع والمغامرة، وتقليدهم الصحبة السيئة ومسايرتهم في تصرفاتهم وسلوكياتهم وأفكارهم، والبحث عن النشوة والمتعة وجلب السعادة، وسوء استخدام وقت الفراغ. ويمثل التدخين نوعاً من الغزو الفكري لعقولهم نتيجة الاندفاع وحب الاستقلال والتحدي، ومحاولة التغلب على الهزائم النفسية ومواجهة المواقف الاجتماعية والنفسية الضاغطة (غولي،٢٠١٩،١٢). وتشكل مرحلة المراهقة بيئة خصبة لظهور المشكلات النفسية، فهي مرحلة حرجة تتميز بالتوتر والشدة والأزمات النفسية والمعاناة والإحباط وصعوبات التوافق، نظراً لما تتضمنه من تغيرات جسمية ونفسية، تؤثر على المراهق وعلى سلوكه، مما قد يعرض المراهقين للعديد من الضغوط والتحديات (البادري،٢٠١٦،٣٥)، وإن استسلامهم لهذه الضغوط قد يصيبهم بالانكسار النفسي والشعور بالحزن وتحقير الذات ولومها، وقد يصل بهم الأمر لأن يصبحوا شخصية مهزومة نفسياً؛ فالهزيمة النفسية Psychological defeat هي التعبير الصامت عن الاستسلام التام للمصير من دون القدرة على القيام بأي فعل إرادي لتغيير وجهة الحياة الشخصية (Daniel,2019,623). حيث إن الإدمان على التدخين يعد شكل من أشكال السلوك الانهزامي الذي يعجز المراهق عن إيقافه رغم نتائجه المعاكسة، إذ يحصل على المتعة والبهجة المؤقتة ومن ثم الهروب والانسحاب من المواقف والظروف والمشكلات التي تواجهه، وبدلاً من أن يفكر في حلها فإنه يهرب إلى التدخين وبذلك يعبر عن انهزامه بشكل غير مباشر، وتعد الهزيمة النفسية حالة من الانكسار الذاتي والشعور بالعجز وانعدام الفاعلية الشخصية، وعدم الاستمتاع بالحياة والاعتماد على الآخرين وتوقع الشر والخوف من المستقبل والتسويف الدائم للأمور وإهانة الذات وتحقيرها وعدم التوقف عن جلدها، وفقدان الحيوية الذاتية والتعايش الدائم مع الحزن والكآبة (العطار، ٢٠١٩، ٣٩٠)؛ وتؤدي إلى الشعور بالإحباط والاكتئاب والإعياء العاطفي وفقدان الحماس، والنفور من أنشطة الحياة المعتادة وعدم الانسجام على المستوى الشخصي أو مع الزملاء (حسب الله، ٢٠٢٠، ٢٦٠). وتتحقق الهزيمة النفسية عندما يتوقف المراهق عن العطاء، وتتوقف همته عن التعامل الطبيعي مع ما يدور حوله من أمور، وتصبح نظرته إلى الدنيا مظلمة تحمل الكثير من المآسي والحرمان، ويتصور أنه من المستحيل تحقيق مراده وأهدافه (أبو حلاوة ورزق،٢٠١٣،١٣٠)؛ اذ يستجيب للنجاحات والإنجازات التي يحققها بالاكتئاب والشعور بالذنب، ويصر على وضع نفسه في مواقف تجلب له القهر والمعاناة (غانم،٢٠٠٦،١٨٤)، وترتبط الهزيمة النفسية غالباً بمجموعة من الإدراكات المعرفية السلبية التي تشكل فيما بينها متلازمة لتبرير الشعور بالعجز في إطار من التمويه وخداع النفس والآخرين (الشلبي، ٢٠١٤، ٢١٢).

وبناءً على ما سبق، يسعى البحث الحالي إلى تحديد مستوى الهزيمة النفسية لدى المراهقين المدخنين.

مشكلة البحث:

أدى تعقد الحياة الإنسانية في المجتمعات المعاصرة إلى تفاقم صعوبات الحياة وتعدد المشاكل، وأصبح من الصعب على المراهق تحقيق معظم طموحاته وحاجاته، أو أن يسلك في الحياة من دون معاناة أو ألم، هذه الظروف الحياتية الصعبة والحروب المتلاحقة والعدوان والدمار والتغيرات السريعة التي طرأت على المجتمع زادت معاناة المراهق وصراعاته الفكرية والنفسية، مما زاد ضغوطه النفسية، وحالات الإحباط والقلق والحرمان والاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية والانكسار والانهزام النفسي، الأمر الذي أدى إلى العديد من المشكلات النفسية والسلوكية (أبو حلاوة،٢٠١٢،١٨١). ويشير حسب الله (٢٠٢٠) إلى أن الضغوط الحياتية والتغيرات المجتمعية المحلية، والتعرض للأحداث الصادمة والتغيرات العصيبة في الأحداث الحياتية اليومية، تترتب عليها الإصابة بالعديد من الأمراض النفسية والجسمية التي تؤدي إلى الشعور بالهزيمة النفسية (حسب الله، ٢٠٢٠، ٢٥٨). وأشار ابراهيم وحسن (٢٠٢٢) إلى أن الهزيمة النفسية هي أسلوب للهروب من الحياة بسبب الفشل في تحقيق الأهداف (ابراهيم وحسن، ٢٠٢٢، ١٣٦). نتيجة لذلك قد يجد المراهق نفسه في حالة مضطربة وخاصة من الناحية السلوكية فيلجأ إلى أحد أساليب التفريغ ومنها التدخين؛ فقد توصل lee,et.al (٢٠٢٠)، إلى أن المراهق يقوم بالتدخين كوسيلة لتخفيف التوتر والانزعاج والمعاناة، كما أظهرت دراسة (الغانم،٢٠١٦) أن المراهقين المدخنين يتميزون من غير المدخنين بالتوتر والحساسية الزائدة.

وتعد ظاهرة التدخين وآثارها السلبية مشكلة عالمية، ومن أهم مشكلات الصحة العامة وأكثرها خطورة، وتمثل تحدياً صحياً في جميع أنحاء العالم، إذ تقرُّ منظمة الصحة العالمية أن التدخين يعدّ السبب الرئيس للمرض والوفاة المبكرة في البلدان المتقدمة، وهو مسؤول عن أكثر من ١٤% من مجموع الوفيات في الإقليم الأوروبي (عكسة،٢٠٢٠،٧٩). ولا يقتصر أثره على الصعيد الصحي فقط، بل يتعداه إلى الصعيد البيئي والاقتصادي والاجتماعي، ورغم الحملات الواسعة للحد من انتشاره إلا أنه يلاحظ زيادة انتشار هذه الظاهرة، وخاصةً بين المراهقين؛ حيث إن التجربة الأولى للتدخين تحدث في الغالب في مرحلة المراهقة، فهي ظاهرة وبائية مستمرة في التفاقم.

ونظراً لأهمية الموضوع وآثاره النفسية والجسدية على المجتمع وخاصة على شريحة المراهقين، تتلخص مشكلة البحث في السؤال الرئيس الآتي:

ما مستوى الهزيمة النفسية لدى عينة من المراهقين المدخنين؟

أهمية البحث:

تبرز أهمية البحث من خلال:

- أهمية متغير الهزيمة النفسية لكونه أحد أسباب الفشل، فهو مرادف لمفاهيم الاستسلام وعدم المواجهة والخضوع.
- أهمية عينة البحث والمتمثلة في المراهقين المدخنين، فهم في مرحلة انتقالية حرجة وحساسة تتميز بالتحديات والضغوط والتقلبات الانفعالية، مما يتطلب مزيداً من الاهتمام والتوجيه.
- تناول أبرز الظواهر السلوكية السلبية التي يتعرض لها المراهق ألا وهي التدخين.
- قد يزود البحث الحالي الباحثين ببعض المرتكزات النظرية التي تمكنهم من الاستناد إليها في بحوث لاحقة، قد تكون مكملة لهذا البحث أو مساهمة في التوسع في قضايا تربوية أخرى.

– قد يمكن الاستفادة من نتائج البحث الحالي في تقديم برامج إرشادية للحد من الهزيمة النفسية لدى المراهقين المدخنين، ولإعداد برامج وقائية تهدف إلى التخفيف من ظاهرة التدخين والإقلاع عنه، مما قد ينعكس إيجابياً على توافقهم وصحتهم النفسية، ويحقق لهم حياة أفضل نفسياً.

أهداف البحث:

يهدف البحث الحالي إلى تعرف:

– مستوى الهزيمة النفسية لدى عينة من المراهقين المدخنين.

– الفروق بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس الهزيمة النفسية تبعاً لمتغير الجنس.

أسئلة البحث:

يسعى البحث الحالي إلى الإجابة عن السؤال الآتي:

– ما مستوى الهزيمة النفسية لدى عينة من المراهقين المدخنين؟

فرضيات البحث:

يسعى البحث الحالي إلى التحقق من صحة الفرضية الآتية:

– لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث عند مستوى الدلالة (α=0.05) على مقياس الهزيمة النفسية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – إناث).

منهج البحث:

لتحقيق أهداف البحث اعتمدت الباحثة المنهج الوصفي، وهو منهج يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً من خلال التعبير النوعي الذي يصف الظاهرة ويوضحها، كما يهتم بدراسة العلاقات بين الظواهر وتحليل تلك الظواهر والتعمق فيها لمعرفة الارتباطات الداخلية في هذه الظواهر، والارتباطات الخارجية بينها وبين الظواهر الأخرى (سلطاني ومرزوقي،٢٠٢١،٦٣).

عينة البحث:

جرى اختيار عينة عشوائية بلغ عددها (٤٠) مراهقاً ومراهقة (٢٣) من الذكور و(١٧) من الإناث تتراوح أعمارهم ما بين ١٣–١٨ عاماً، من المراهقين المدخنين في مدينة بانياس، ممن يدخنون بانتظام؛ إذ اختيروا وفقاً لمعيار التدخين المعتاد، أي أنهم يدخنون يومياً بين ١٠–٢٠ سيجارة أو أكثر، كما طُبِّقت أداة البحث (مقياس الهزيمة النفسية) على عينة خارج عينة البحث الأساسية، وبلغت (٣٢) مراهقاً ومراهقة من المراهقين المدخنين، للتحقق من صدق مقياس الهزيمة النفسية وثباته.

مصطلحات البحث والتعريفات الاجرائية:

– **الهزيمة النفسية Psychological Defeat:** حالة نفسية عامة ذات مضامين معرفية ووجدانية وسلوكية تسيطر على الطالب، وتتجسد في الشعور بانكسار النفس والعجز وقلة الحيلة وضعف شخصيته أمام نفسه والآخرين، وعدم قدرته على مواجهة المشكلات والنفور من أنشطة الحياة والشعور بالدونية واحتقار الذات ولومها، تقترن بمشاعر الكآبة واليأس والخزي مع الافتقاد للفاعلية والحيوية الذاتية؛ مما يدفعه للاستسلام والركون وتقبل الواقع من دون بذل أي مجهود (عزازي وعلي، ٢٠٢٠، ٣٠). و**تعرف إجرائياً:** بأنها الدرجة الكلية التي يحصل عليها المفحوص على مقياس الهزيمة النفسية المستخدم في هذه الدراسة.

- **المراهقون Teenagers:** المراهقة تعني المرحلة ما بين الطفولة والبلوغ؛ إذ هي مرحلة زمنية انتقالية يمر فيها الإنسان بعد مرحلة الطفولة للدخول في مرحلة الرشد، وتظهر من خلال مجموعة من المظاهر في مختلف الجوانب النمائية(عكسة،٢٠٢٠،٨٠). **أما إجرائياً:** فيتناول البحث الحالي شريحة المراهقين المدخنين في مدينة بانياس، الذين تتراوح أعمارهم ما بين ١٣-١٨ عاماً، ممن يدخنون بانتظام بين ١٠-٢٠ سيجارة في اليوم أو أكثر.
- **التدخين Smoking:** ويقصد بالتدخين تعاطي التبغ ومشتقاته، سواء كان ذلك عن طريق السجائر أو السيجار أو الغليون أو الشيشة أو المضغ أو التخزين أو أي طريقة أخرى (محمد،٢٠٢٢،١٣). ويقصد بالتدخين في هذا البحث تدخين السجائر العادية.

- **أدوات البحث:**

➢ **مقياس الهزيمة النفسية:** وهو مقياس من إعداد أبو حلاوة ورزق (٢٠١٣)، ومن أجل استخدام المقياس في الدراسة الحالية، قامت الباحثة بالخطوات الآتية:

- **تحديد الهدف من المقياس:** يهدف المقياس إلى قياس مستوى الهزيمة النفسية لدى عينة من المراهقين المدخنين في مدينة بانياس.
- **صياغة تعليمات المقياس:** وُضِعت تعليمات الإجابة على بنود المقياس بحيث تساعد على تطبيقه، والتنويه إلى قراءة البنود بهدوء والتعامل بجدية مع المقياس، وتجنب ترك أي بند من دون إجابة.
- **وصف المقياس:** تكون المقياس من قسمين أساسيين، القسم الأول تضمن التعريف بالهزيمة النفسية والهدف من المقياس وطريقة الإجابة على البنود، مع التأكيد على سرية المعلومات؛ أما القسم الثاني فتضمن بنوداً خاصة بقياس مستوى الهزيمة النفسية لدى عينة البحث.

طريقة تصحيح المقياس: تكون المقياس من (٣٨) بنداً، وكان لكل بند خمسة بدائل ممكنة هي (يحدث دائماً، يحدث عادةً، يحدث أحياناً، يحدث نادراً، لا يحدث أبداً)، أعطيت الأوزان الآتية (٥،٤،٣،٢،١) على الترتيب، علماً أن جميع بنود المقياس سلبية، وتعطى الدرجات من (٥-١)، والمجموع العام لدرجات المقياس بين (١٩٠-٣٨)، فالحد الأدنى لمجموع درجات المقياس (٣٨)، بينما الحد الأعلى لمجموع درجات المقياس (١٩٠). وجرى تحديد معيار الحكم على مستوى الهزيمة النفسية لدى عينة الدراسة ووفقاً لمقياس ليكرت الخماسي، فكانت الفئات على النحو الآتي:

الجدول رقم (١): معيار الحكم على متوسطات استجابات أفراد العينة على مقياس الهزيمة النفسية

المتوسط الحسابي	1.79 - 1	2.59 – 1.80	3.39 – 2.60	4.19 – 3.40	5 – 4.20
المستوى	منخفض جداً	منخفض	متوسط	مرتفع	مرتفع جداً

- **الخصائص السيكومترية للمقياس:** من أجل التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس الهزيمة النفسية، قامت الباحثة بحساب معاملات الصدق والثبات وفق الآتي:

صدق المقياس: تحققت الباحثة من صدق المقياس من خلال الآتي:

✓ **صدق المحكمين:** حيث عُرِضَ المقياس على بعض المحكمين ذوي الخبرة والاختصاص في مجالات التربية وعلم النفس للتأكد من صحة بنود المقياس وملاءمتها البحث الحالي، وفي ضوء آراء المحكمين ومدى نسبة اتفاقهم حول بنود المقياس حُذِفَ بعض البنود؛ إذ كان المقياس يتكون بصورته الأولية من (٥٢) بنداً، وبعد عرضه على المحكمين جرى حذف بعض البنود لعدم ملاءمتها البحث الحالي، وأصبح المقياس مكون من (٣٨) بنداً، حيث حُذِفت البنود ذات الأرقام (٥،٦،٩،١٥،٢٢،٢٨،٣١،٣٣،٣٤،٤٠،٤٢،٤٥،٤٩،٥١).

✓ **صدق الاتساق الداخلي:** قامت الباحثة بحساب قيم معامل الارتباط بين كل بند مع الدرجة الكلية لمقياس التنظيم الهزيمة النفسية، والجدول الآتي يوضح النتائج:

الجدول رقم (٢): قيم معامل الارتباط بين كل بند مع الدرجة الكلية لمقياس الهزيمة النفسية

الرقم	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	الرقم	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة
١	0.67**	0.00	٢٠	0.53*	0.01
٢	0.41*	0.01	٢١	0.67**	0.00
٣	0.69**	0.00	٢٢	0.55*	0.01
٤	0.57**	0.00	٢٣	0.48**	0.00
٥	0.78**	0.0	٢٤	0.49**	0.00
٦	0.38*	0.02	٢٥	0.38*	0.02
٧	0.54**	0.00	٢٦	0.36*	0.03
٨	0.48*	0.02	٢٧	0.52**	0.00
٩	0.62**	0.05	٢٨	0.45*	0.04
١٠	0.53*	0.01	٢٩	0.39*	0.02
١١	0.75**	0.00	٣٠	0.70**	0.00
١٢	0.51*	0.02	٣١	0.50**	0.00
١٣	0.43*	0.01	٣٢	0.48**	0.00
١٤	0.64**	0.00	٣٣	0.85**	0.00
١٥	0.56*	0.01	٣٤	0.59**	0.00
١٦	.483**	0.00	٣٥	0.51**	0.00
١٧	0.66**	0.00	٣٦	0.46**	0.00
١٨	0.60**	0.00	٣٧	0.52*	0.01
١٩	0.82**	0.00	٣٨	0.52**	0.00

*الارتباط دال عند مستوى الدلالة ٠,٠٥

**الارتباط دال عند مستوى الدلالة ٠,٠١

يتبين من الجدول السابق أن جميع قيم معامل الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) مما يدل على أنها متسقة مع الدرجة الكلية للمقياس، أي أن مقياس الهزيمة النفسية يتمتع بصدق الاتساق الداخلي.

✓ **الصدق الذاتي:** تم الحصول عليه بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات المقياس الذي يساوي (٠,٩٧) وبعد حساب الصدق الذاتي، كانت النتيجة (٠,٩٨)، وهو دال إحصائياً مما يشير إلى صدق المقياس.

<u>ثبات المقياس: قامت الباحثة بحساب معامل الثبات وفق الآتي:</u>

✓ **معامل ألفا كرونباخ:** الذي بلغ (٠,٩٧) ويدل هذا على أن المقياس يتمتع بدرجة ثبات مرتفعة.

✓ **التجزئة النصفية:** حُسِب معامل الثبات من خلال اعتماد التجانس بين نصفي المقياس وفقاً للآتي:

الجدول رقم (٣): ثبات مقياس الهزيمة النفسية بطريقة التجزئة النصفية.

المجموعة الأولى		المجموعة الثانية		معامل الارتباط بين المجموعتين	معامل ارتباط سبيرمان	معامل ارتباط جيتمان
العدد	معامل الثبات	العدد	معامل الثبات			
١٩	٠,٩٦	١٩	٠,٩٠	٠,٩٦	٠,٩٨	٠,٩٧

يتبين من الجدول السابق أن قيمة معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية وفق معادلة جيتمان (٠,٩٧)، وهذا يدل على ثبات مقياس الهزيمة النفسية، وبعد التحقق من الصدق والثبات أصبح المقياس صالحاً للتطبيق.

حدود البحث:

- **الحدود الزمانية:** العام الدراسي 2025–2026 م.
- **الحدود المكانية:** مدينة بانياس.
- **الحدود البشرية:** عينة من المراهقين المدخنين.
- **الحدود الموضوعية:** الهزيمة النفسية لدى المراهقين المدخنين.

الإطار النظري للبحث:

. أولاً: الهزيمة النفسية:

يعد مصطلح الهزيمة النفسية (Psychological Defeat) من المصطلحات الحديثة في علم النفس، حيث يشير إلى توجهات وتصورات لدى المراهق بأنه غير قادر على أداء مهامه، وأنه غير قادر على التكيف النفسي والاجتماعي، وغير قادر على إقامة العلاقات الإنسانية والاجتماعية السوية. ونشأ مفهوم الهزيمة النفسية من أدبيات الصدمة النفسية، ودُرِسَ على نطاق واسع في سياق الاكتئاب واضطراب الإجهاد اللاحق للصدمة والذهان(معوض، ٢٠٢٣، ٤٣٣). ويعد مفهوم الهزيمة النفسية من المفاهيم الغامضة في المجال النفسي؛ وقد وضع شامبرلين (1978) ,Chamberlain أول مرة مفهوماً للسلوكيات الانهزامية كمحاولات متكررة وذات هدف محدد لتلبية الاحتياجات البشرية الأساسية، مما أدى إلى نتائج غير مقصودة وضارة. ويعد السلوك الانهزامي من المفاهيم التي لم تحظَ بدراسات وأدبيات كثيرة ولا يزال حتى يومنا هذا يفتقر إلى الدراسات العربية، ولم يتطرق له إلا القليل من علماء النفس وعلماء الاجتماع، إذ انطلق الاهتمام بهذا المفهوم بعد الجدل الذي حدث في الثمانينات من القرن الماضي حول إمكانية تصنيف هذا المفهوم؛ فمنهم من صنفه تحت تصنيف اضطرابات الشخصية، وأطلقوا عليها الشخصية المهزومة ذاتياً، ومنهم من عده سلوكاً يسلكه المراهق نتيجة البيئة، وأطلقوا عليه سلوك هزيمة الذات (السلوك الانهزامي). وفي عام (١٩٨٧) رُفض تصنيف سلوك هزيمة الذات على أنه من اضطرابات الشخصية، وبدأت دراسته على الأفراد بمختلف المراحل العمرية؛ فوجدوا أن من يحمل هذا السلوك يلحق الأذى بنفسه، وهو وسيلة لتحقيق أهدافه، كما أن السلوك الانهزامي يأتي عندما يتعرض المراهق إلى ما يعرقل تحقيق أهدافه باستمرار وتعرضه لخسارات غير متوقعة (الزهيري والدليمي، ٢٠٢٣، ٤٧٠). وإن لدراسة الهزيمة النفسية تاريخاً طويلاً نسبياً تحت مسميات أخرى؛ مثل العجز المتعلم (Learning helplessness)، والاغتراب النفسي (Psychological Alienation)، والقصور في الكفاءة الشخصية، وانخفاض فعالية الذات؛ وحديثاً استُخدمت تحت مسمى الشخصية القاهرة للذات أو الشخصية الهازمة للذات (Self– Defeating Personality) والأنا المنكسرة (Fragile Personality). وعُدَّ مصطلح الهزيمة النفسية أحد ميكانيزمات الحرب النفسية في بدايات القرن الماضي في أدبيات العلوم العسكرية، تأصيلاً لسلاح نفسي شديد التأثير وشديد الفاعلية في الوقت نفسه، في إلحاق الهزيمة بالعدو دونما بذل مجهود عسكري يذكر، ودونما تحمل خسائر مادية أو بشرية، بإفقاد العدو الإرادة النفسية للقتال؛ وارتبط بهذا الأمر صياغة تعبير " الحرب القادمة التي ستبدأ في عقول البشر، وستنتهي أيضاً في عقول البشر" (أبو حلاوة، ٢٠١٣، ٢٧، ٣٦). ولا تقتصر الهزيمة النفسية على الشعور بعدم القدرة على الاستجابة للمواقف التي لا يمكن السيطرة عليها فحسب، بل تشمل أيضاً فقدان الاستقلالية والهوية والإرادة الذاتية كإنسان، ويشار إلى أنها ترتبط بقوة أكبر بتصنيفات الاضطراب الانفعالي مقارنة بالعوامل الأخرى كالقلق والاكتئاب واليأس(معوض، ٢٠٢٣، ٤٣٣).

وتعرف **الانهزامية** (Defeatism) بأنها: الشعور بالخسارة واليأس في تحقيق تقدم ولو قليلاً، والانهزاميون هم من تتملكهم الروح الانهزامية فصاروا يفقدون الأمل في أي شيء، وتصيب هذه الروح الانهزامية المراهق باليأس والإحباط؛ ومن ثم تدفعه إلى البحث عن حلول إما بالهروب للماضي والعيش فيه والتغني بأمجاده، وإما بالاستكانة للواقع والرضا به؛ وتسمى الهزيمة النفسية في بعض التحليلات الأدبية " التعبير الصامت عن الاستسلام التام للمصير دونما قدرة على القيام بأي فعل إرادي لتغيير وجهة الحياة الشخصية(غولي،٢٠١٩،١٨).

ويتضمن مفهوم الهزيمة النفسية ثلاثة أنواع من النماذج هي:

- تدمير الذات: وهو ما يقوم به المراهقون عن قصد، من خلال اختيارهم أفعالاً تسبب لهم الأذى مثل (التلذذ بإيذاء الذات أو تشويه الذات).
- صعوبة المفاضلة: يمثل عدم قدرة المراهق على المفاضلة بين المواقف وصعوبة اختياره موقفاً محدداً، ما يسبب له الأذى ويأتي بنتائج معاكسة.
- استخدام المراهق إستراتيجيات سلبية في تعامله مع المواقف، فهو لا يرغب بما يجنبه الأذى لذاته، مما يدفعه لاختيار إستراتيجيات تنتج عنها سلوكيات سلبية في أثناء تعامله مع المواقف، وهو ما يؤدي إلى مخرجات تؤذي الذات (علي وريس، ٢٠٢٣، ٦٦٥).

وتعددت التعريفات التي أطلقها العلماء والباحثون حول مفهوم الهزيمة النفسية، وتنوعت بتنوع وجهات نظرهم، ومن هذه التعريفات:

- يعرف ميفين وتسون (٢٠٠٧) Meifen &Tsun الهزيمة النفسية بأنها حالة نفسية تنشأ من خلال عدد من العوامل الداخلية والخارجية، وتتجسد بالاكتئاب والقلق والإحباط وعدم تقدير الذات، والتي تتفاعل فيما بينها لتكون الهزيمة النفسية (Meifen &Tsun, 2007, 126).
- وهي السلوكيات التي تؤدي إلى نتائج عكسية وعدم تحقيق الهدف، تجعل المراهق عند الانخراط في مثل هذه السلوكيات يعاني الشعور بعدم السيطرة والفشل المتكرر، ويتوقع مستقبلاً سلبياً وليس إيجابياً (Irani, et, al., 2013, 88).
- والهزيمة النفسية هي: الأفكار السلبية حول قدرة المراهق على النجاح في تنفيذ السلوك الموجه نحو الهدف، والتي يمكن أن تمنع بدء السلوك والمشاركة (campellone, et, al., 2016, 1343).
- ويقصد بها الفقدان الملحوظ للاستقلالية في مواجهة الأحداث المؤلمة التي لا يمكن السيطرة عليها، ويتسم ضحاياها بالتعرض للاعتداء النفسي، وبالتالي قد تكون الهزيمة النفسية علامة معرفية رئيسة لانهيار الإدارة الذاتية للألم (Hazeldine-Baker, et, al., 2018, 88).

وترى الباحثة أن الهزيمة النفسية تتجلى من التعريفات السابقة بأنها حالةُ نفسية عامة ذات مضامين معرفية، ووجدانية، وسلوكية تسيطر على المراهق، بحيث يستسلم للأفكار الانهزامية السلبية، وتتلاشى لديه جميع الحيل الدفاعية، فيشعر بالاكتئاب والقلق والألم ويتوقع الفشل في الحياة.

سمات المراهقين ذوي الهزيمة النفسية وخصائصهم:

أشار هاني (٢٠٢٣) إلى أن المراهقين المنهزمين نفسياً هم المنسحبون اجتماعياً، وهم الذين يظهرون مستويات متدنية من التفاعلات الاجتماعية والسلوكية، والافتقار إلى أساليب التواصل الاجتماعي، ويتراوح هذا السلوك بين عدم إقامة علاقات اجتماعية أو بناء صداقة مع الأقران إلى الانعزال عن الآخرين والبيئة المحيطة، وعدم الاكتراث بما يحدث

في البيئة المحيطة (هاني، ٢٠٢٣، ٥٩٣). ويظهر المراهقون ذوو الهزيمة النفسية تشوهاً في الإدراك وميل للتفكير الانهزامي، وهو عرض رئيس من الأعراض المعرفية للاكتئاب، ويظهر في الإدراك السلبي للبيئة والتفكير الانهزامي، ولا يمكن عزل مؤشرات الهزيمة النفسية عن الطريقة التي يفكر بها المراهق ويدرك من خلالها الأمور وعما يحمله من آراء ومعتقدات عن نفسه وعن الأحداث الخارجية التي يمر بها؛ فغالباً ما يصف المهزوم نفسياً نفسه بالقصور وعدم اللياقة والنقص، ويعزو إخفاقه وفشله إلى عوامل شخصية متعلقة بالقدرة والجهد (معوض، ٢٠١٩، ٩١٣). ويرى علي وريس (٢٠٢٣) أن المراهقين المنهزمين نفسياً لا ينهون مهامهم بعد أن يبدأوا بها، ولديهم شعور دائم بأن المهام التي يقومون بها شاقة، مما يشعرهم بالعجز تجاهها، وكذلك اندفاعهم نحو المواقف التي تسبب لهم الألم والتي تعمل على إعاقة إنجازهم أهدافهم، مما يحول بينهم وبين الوصول إلى ما يريدون (علي وريس،٢٠٢٣، ٦٦٥-٦٦٦)؛ ومن سماتهم أيضاً الانجذاب بصورة سلبية نحو حديث الذات، ما يشعرهم بأن قدراتهم ضعيفة أمام أي عمل يقومون به، ويميلون إلى التسويف والمماطلة؛ فالحقيقة الوحيدة لديهم هي الفشل، بالإضافة إلى تطويرهم سلوكيات وعادات سيئة مثل الأداء والميول الضعيفة، مما يسبب لهم الألم بسبب سوء إنجازهم وسلوكهم السلبي وعدم تكيفهم مع المواقف (Atkinson,2017,150).

وترى الباحثة أن المراهقين المهزومين نفسياً يتبدى عليهم الشعور الدائم بالذنب، ولوم الذات والخوف من الفشل، ويقترن ذلك بمشاعر تدني تقدير الذات وإهانتها، مما يصعب عليهم التواصل مع الآخرين، متمثلاً بالانسحاب الاجتماعي وتقبل الواقع من دون بذل أي مجهود لتغييره، وتبعية تامة للآخر على مستوى التفكير والانفعال والفعل.

ثانياً: التدخين (Smoking):

يقصد بالتدخين تعاطي التبغ ومشتقاته، سواء كان ذلك عن طريق السجائر أم السيجار أم الغليون أم الشيشة أو المضغ أم التخزين أم أية طريقة أخرى. ويعد التدخين واحداً من أكثر مسببات الوفيات انتشاراً؛ فهو يودي كل عام بحياة الملايين من المدخنين، حيث أكدت نتائج دراسات طبية أن كل سيجارة يدخنها الشخص تنقص نحو عشر دقائق من عمره المفترض، فالتدخين مشكلة من مشكلات العصر حيث توجد فيه مواد تؤثر على الجسم، وأهمها النيكوتين، وهو مادة قوية لها رائحة، وتذوب في الكحول والماء، يعدّ من أكثر المواد القلوية إحداثاً للسمية، فلو حقنت مادة السيجارة وريدياً لكانت قاتلة، في البداية يؤثر النيكوتين في الجهاز العصبي وخاصة الجملة العصبية محدثاً إحباطاً وتثبيطاً لها، ويؤثر أيضاً في الجهاز التنفسي ومراكز التقيؤ، ناهيك عن المواد الأخرى مثل القطران، غازات والكربون، ومادة الرصاص وبعض المواد المشعة. وتقر منظمة الصحة العالمية أن تدخين التبغ يعدّ السبب الرئيس للمرض والوفاة المبكرة في البلدان المتقدمة، وهو مسؤول عن أكثر من ١٤% من مجموع الوفيات في الإقليم الأوروبي، وعلى الصعيد العالمي يتعاطى واحد على الأقل من بين عشرة مراهقين صغار بين (١٥-١٣) سنة التبغ، غير أن هناك مناطق يرتفع فيها هذا الرقم كثيراً، ويبدو أن تدخين السجائر يتناقص في أوساط صغار المراهقين في بعض البلدان ذات الدخل المرتفع؛ ومع أن الغالبية العظمى من الوفيات المرتبطة بالتدخين تحدث في منتصف العمر والشيخوخة، إلا أنه لا يمكن إنكاره في مرحلة المراهقة، ففي الولايات المتحدة على سبيل المثال يقدر "بيرس وجيلبين" أن حوالي ٨٠% من المدخنين البالغين بدأوا التدخين قبل سن ١٨، وقد يكتسب المدخنون الشباب هذه العادة ويصبحون مدمنين قبل بلوغهم سن البلوغ، مما يجعلهم أقل قدرة على الإقلاع عن التدخين، ومن المرجح أن تكون لديهم مشكلة صحية مرتبطة بالتبغ، وأن نصف المدخنين الجدد من المراهقين يدخنون في سن ١٦ سنة على الأقل، بينما تدخن الإناث في سن ٢٠ سنة على الأقل. ومع أن النتائج الصحية الضارة والخطرة للتدخين لا تظهر على الفور، إلا أنه يؤدي إلى مشاكل صحية قصيرة الأجل لدى الشباب، بما في ذلك انخفاض وظائف الرئة وزيادة مشاكل الربو، والسعال، وضيق التنفس، والانخفاض في القدرة البدنية وزيادة قابلية أمراض الجهاز

التنفسي وشدتها، وينتج عن التدخين غاز أول أكسيد الكربون مما يقلل قدرة الدم على حمل الأكسجين وبالتالي تزداد سرعة التنفس والإجهاد عند القيام بالأعمال الخفيفة في بعض الأحيان، ويؤدي التدخين أيضاً إلى زيادة العبء على القلب مما يزيد عدد ضربات القلب، وتضيق في الأوعية الدموية، وزيادة ضغط الدم، وفي حال كان المدخن مدمناً على المأكولات الدهنية والكولسترول فإنه من الممكن أن يدخل في مرحلة تصلب الشرايين وما يتبعها من مشاكل سواء حدوث الجلطة أو الإغلاق التام للشرايين؛ وتثبيط الشهية للأكل حيث يقلل تقلصات المعدة ويسبب زيادة في سكر الدم وهنا تكمن خطورة حدوث مشاكل سكري في حال كان المدمن ذا وزن زائد، مع اضطرابات غدية مرافقة، كما يؤدي إلى تراكم المخاط والشوائب في القصبة الهوائية، ويؤدي القطران أيضاً إلى تغليف الرئتين مسبباً السرطان الرئوي، كما يؤثر التدخين في المعدة رافعاً معدلات الإصابة بقروح المعدة؛ ومع ذلك فإن العديد من الشباب ينظرون إلى التدخين على أنه مقبول، وسلوك للتعبير عن الدخول في عالم الكبار. وهناك عدد من العوامل التي تسهم في تدخين المراهقين، فمن الأرجح أن يكون الشباب مدخنين إذا كان لديهم آباء وأشقاء كبار السن أو أصدقاء يدخنون ، كما أن التعرض لظروف الحياة المعاكسة مثل إساءة المعاملة والأحداث المجهدة، ويرتبط أيضاً بخطر أكبر من التدخين المنتظم، وأيضاً تدني تقدير الذات، وقد يرتبط التدخين أيضاً مع أنواع أخرى من السلوك الخطر، مثل استخدام المخدرات غير المشروعة وشرب الكحول ومع السلوك المعادي للمجتمع (عكسة،٢٠١٩، ٨٠-٨١).

دراسات سابقة:

١. دراسة الزعبي ونصر (2019) في سورية بعنوان: هزيمة الذات وعلاقتها بتقدير الذات لدى عينة من المراهقين النازحين في مدينة السويداء.

هدفت الدراسة إلى تعرف الفروق في الهزيمة النفسية تبعاً لمتغير الجنس لدى المراهقين النازحين في مدارس مراكز الإيواء، وتكونت عينة البحث من (217) مراهقاً ومراهقة، استُخدم المنهج الوصفي، وطُبِّق مقياسا الهزيمة الذاتية وتقدير الذات للمراهقين، وتوصلت النتائج الى وجود فروق في التنظيم الانفعالي تعزى لمتغير الجنس ولصالح الذكور.

٢. دراسة أحمد (2021) في الاردن بعنوان: السلوك الانهزامي لدى المراهقين المدمنين.

هدفت الدراسة إلى تعرف مستوى السلوك الانهزامي لدى المراهقين المدمنين، وتكونت عينة البحث من (300) مراهق، استُخدم المنهج الوصفي، وطُبِّق مقياس السلوك الانهزامي، وتوصلت الدراسة الى أن مستوى السلوك الانهزامي كان مرتفعاً.

٣. دراسة الفريحات وآخرين (2023) في الأردن بعنوان: السلوك الانهزامي وعلاقته بالتشوهات المعرفية لدى الأردنيين.

Self-Defeating Behavior and Its Relationship with Cognitive Distortion among Jordanian People.

هدفت الدراسة إلى تعرف مستوى السلوك الانهزامي للذات بين الأردنيين، لدى عينة مكونة من (398) مستجيباً من طلاب المرحلة الثانوية والجامعة، استُخدم المنهج الوصفي، وطُبِّق مقياسا السلوك الانهزامي للذات والتشوه المعرفي، وتوصلت النتائج الى أن مستوى السلوك الانهزامي للذات كان متوسطاً.

٤. دراسة فيلد (2023) Feeld في الولايات المتحدة الأمريكية بعنوان: سلوك انهزام الذات وعلاقته بالاكتئاب.

The Self-Defeating Behevior Relationship With Depression.

هدفت الدراسة إلى تعرف مستوى سلوك الانهزام الذاتي والفروق في سلوك الانهزام الذاتي تبعاً لمتغير الجنس، وتكونت العينة من (67) طالباً وطالبة تراوحت أعمارهم بين ١٦-١٨ عاماً، استُخدم المنهج الوصفي، وطُبِّق مقياسا سلوك انهزام الذات والاكتئاب، وتوصلت الدراسة الى أن مستوى سلوك الانهزام الذاتي مرتفع، ووجود فروق دالة احصائياً في سلوك الانهزام الذاتي تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الذكور.

التعقيب على الدراسات السابقة:

أوجه التشابه والاختلاف:

- **من حيث الهدف:** تشابهت أهداف الدراسات التي سبق عرضها مع هدف البحث الحالي.
- **من حيث المنهج:** اعتمدت جميع الدراسات السابقة المنهج الوصفي.
- **من حيث الأدوات:** اعتمدت جميع الدراسات السابقة الاستبانة أداةً في جمع البيانات.
- **من حيث العينة:** تنوعت عينة الدراسات السابقة نظراً لقلة الدراسات المشابهة لعينة البحث الحالي (المراهقين المدخنين).
- يختلف البحث الحالي عن الدراسات السابقة في تناوله متغير الهزيمة النفسية لدى المراهقين المدخنين، بينما تناولت الدراسات السابقة متغير الهزيمة النفسية وعلاقته بمتغيرات أخرى مثل تقدير الذات كدراسة الزعبي ونصر، والتشوهات المعرفية كدراسة الفريحات وآخرين، والاكتئاب كدراسة فيلد، وتشابه مع دراسة أحمد في التعرف إلى مستوى الهزيمة النفسية لدى المراهقين، كما اختلف مع الدراسات السابقة من حيث العينة.

النتائج والمناقشة:

أولاً: نتائج أسئلة البحث:

ما مستوى الهزيمة النفسية لدى عينة من المراهقين المدخنين؟

حُسِبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات عينة البحث على مقياس الهزيمة النفسية، ويبين الجدول الآتي النتائج:

الجدول رقم (٤): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينة على مقياس الهزيمة النفسية

الرقم	البند	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة التوافر
١	أشعر بأنه لا شيء في الحياة يستحق بذل الجهد	3.175	1.51721	متوسط
٢	أعتقد بأنه من المستحيل أن تحل مشاكلي في الحياة	2.775	1.20868	متوسط
٣	أشعر بأنني أستحق توبيخ الآخرين	2.550	1.19722	منخفض
٤	أشعر بأنني مخيب آمال الآخرين وظنونهم	2.150	0.89299	منخفض
٥	أشعر بأنني أقل قيمة من المحيطين بي	2.700	1.26491	متوسط
٦	أرغب في توجيه اللوم لذاتي	3.250	1.08012	متوسط
٧	أشعر بأن الآخرين يسقطونني دائماً من حساباتهم	2.700	1.36250	متوسط
٨	أشعر بأنه لا يوجد في الحياة ما يمكن أن يجلب السرور	2.275	1.21924	منخفض
٩	أعتقد بأن حالتي المزاجية السيئة نتاج عوامل خارج سيطرتي	2.850	1.27199	متوسط
١٠	أشعر بالذنب عندما يستاء أي شخص مني	2.100	0.98189	منخفض
١١	أشعر بأن الآخرين أكثر مني عقلاً وعلماً وفهماً	2.100	1.10477	منخفض
١٢	أعتقد بأنه لن يأتي اليوم الذي أشعر فيه بالقيمة مهما حققت من نجاح	1.975	0.91952	منخفض

١٣	أشعر بأني غير قادر على تطوير ذاتي	2.275	0.93336	منخفض
١٤	أشعر بأن الحياة غير جديرة بأن تعاش	2.500	1.28103	منخفض
١٥	أرغب في تجنب الآخرين والابتعاد عنهم	3.025	1.31046	متوسط
١٦	أشعر بأنني سبب لكل المشكلات التي أعانيها في حياتي	2.425	1.15220	متوسط
١٧	أشعر بأنني لا أستحق الحياة	1.675	0.79703	منخفض
١٨	أعتقد بأنني لن أتقن أي عمل	3.600	1.10477	مرتفع
١٩	أشعر بأنني غير قادر على التنافس مع الآخرين	3.750	1.05612	مرتفع
٢٠	أشعر بعدم الدافعية للحياة	3.275	1.17642	متوسط
٢١	أشعر بأن كل زملائي أفضل مني	3.625	1.16987	مرتفع
٢٢	أعتقد بأنني غير قادر على التخطيط لمستقبلي	2.050	0.87560	منخفض
٢٣	أشعر بأن طموحاتي في الحياة أعلى بكثير من قدراتي	2.300	0.96609	منخفض
٢٤	أشعر بعدم إنسانيتي	2.450	1.17561	منخفض
٢٥	أشعر بالإعياء عند بذل أي جهد	2.700	1.26491	متوسط
٢٦	أشعر بالنفور من ذاتي	٥2.07	0.97106	منخفض
٢٧	أشعر بأنني سيئ الطباع	2.150	1.02657	منخفض
٢٨	أشعر بأنه لا يوجد ما يدفع الآخرين للتعامل معي	2.325	1.32795	منخفض
٢٩	أشعر بأن كل ما حولي يدفعني للسخط والاستياء من ذاتي	2.700	1.24447	متوسط
٣٠	أشعر بحاجتي الدائمة إلى مساعدة الآخرين لي	2.925	1.24833	متوسط
٣١	لن تتغير الأمور في المستقبل مهما بذلت من جهد	3.900	1.05733	مرتفع
٣٢	أشعر بالعداء تجاه الآخرين لعلمي أنهم أفضل مني	2.700	1.15913	متوسط
٣٣	أشعر بالرغبة في عدم إكمال أي عمل أقوم به	3.050	1.17561	متوسط
٣٤	تتوقف قيمتي على آراء الآخرين عني	3.700	0.96609	مرتفع
٣٥	أشعر بالضعف عند مواجهة أي مصاعب في الحياة	3.675	1.14102	مرتفع
٣٦	أشعر بعدم الرضا عن نفسي	3.750	1.19293	مرتفع
٣٧	أشعر باحتقار الآخرين لي	2.175	0.87376	منخفض
٣٨	أشعر بالاستياء من ذاتي عند اكتشاف أخطائي	2.700	0.91147	متوسط
	المقياس ككل	**2,738**	**1,12053**	**متوسط**

من الجدول السابق يتبين أن مستوى الهزيمة النفسية لدى أفراد عينة البحث متوسطٌ، بمتوسط حسابي قدره (2.738) وبانحراف معياري (1.12053)، إذ تراوحت تقديرات بنود مقياس الهزيمة النفسية بين المنخفضة والمتوسطة والمرتفعة،

وتفسر الباحثة هذه النتيجة بأن المراهقين المدخنين لديهم مستوى متوسط من الهزيمة النفسي؛ لأنه بحسب الأطر النظرية فإن الهزيمة النفسية تتشكل من مجموعة من العوامل الداخلية المتعلقة بالمراهق، والعوامل الخارجية المحيطة به، وربما كان لهذه العوامل الخارجية الأثر والوقع الأكبر على عينة البحث، وأهم هذه العوامل ما يعيشه المراهقون والمجتمع بشكل عام من ظروف قاسية خلال السنوات الماضية(مادياً، ونفسياً، وصحياً)، فانتشار الأوبئة والزلازل والحروب والحصار الاقتصادي، فكلها تساهم في ظهور مؤشرات الهزيمة النفسية، وظهرت بعض المؤشرات واضحة تماماً على عينة البحث، وربما بلغت المستوى المتوسط نتيجة معاناة كثير من المراهقين المشكلات النفسية والتوتر الذي يسببه الضغط الذي يتعرضون له بشكل يومي؛ وللتغلب على هذا الشعور قد يلجأ المراهق إلى استخدام وسائل غير صحية كالتدخين، إذ يربط

المراهق المدخن السيجارة بحالته المزاجية أو النفسية، حيث لوحظ على أفراد عينة البحث أنهم يدخنون بكثرة عند شعورهم بالحزن أو العصبية؛ ونظراً لكون التدخين في اعتقاد المدخن عادة مرتبطة بحالة مزاجية سيئة فيشعر بأن التدخين يقلل من حدة توتره، ولكن على العكس فإن التدخين مجرد مخرج مؤقت من المشكلات النفسية حيث يعمل النيكوتين على زيادة إفراز الدوبامين وهو ناقل عصبي مرتبط بمشاعر السعادة والراحة فتصبح هذه العادة محفزاً تدفع المراهق إلى الإدمان عليها، ولهذا لم تكن الهزيمة النفسية في المستوى المرتفع.

وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة دراسة الفريحات وآخرين (٢٠٢٣) ,.Al–Frehat, et, al التي أظهرت أن مستوى الهزيمة النفسية جاء متوسطاً، بينما تختلف مع دراسة أحمد (٢٠٢١)، ودراسة Feeld (٢٠٢٣) التي أظهرت أن مستوى الهزيمة النفسية جاء مرتفعاً.

ثانياً: نتائج فرضيات البحث:

لا يوجد فرق دال إحصائياً بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس الهزيمة النفسية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور – إناث).

من أجل التحقق من صحة هذه الفرضية، أُوجدت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد عينة البحث من الذكور والإناث على مقياس الهزيمة النفسية، ثم طُبِّق اختبار (T) لدلالة الفروق، والجدول الآتي يوضح هذه النتائج:

الجدول رقم (٥): قيمة (T) لدلالة الفروق بين متوسطي درجات الذكور والإناث على مقياس الهزيمة النفسية

المجموعة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	(T) المحسوبة	قيمة (sig)	القرار
الذكور	23	101,64	11.58	1.475	0.149	غير دال
الإناث	17	107	10.83			

من الجدول السابق، نجد أن قيمة احتمال الدلالة (sig=0.149) أكبر من مستوى الدلالة (0.05)، مما يدل على عدم وجود فروق في مستوى الهزيمة النفسية بين الذكور والإناث، ولذلك نرفض الفرضية البديلة، **ونقبل الفرضية الصفرية،** أي لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) بين متوسطي درجات أفراد عينة البحث على مقياس الهزيمة النفسية تعزى لمتغير الجنس (ذكور – إناث).

وقد تعود هذه النتيجة إلى أن كلاً من الذكور والإناث في مرحلة عمرية واحدة، وهي مرحلة المراهقة التي تتميز بأنها مرحلة حساسة لكل المثيرات والمنبهات لما يحدث فيها من تغيرات نفسية وجسدية ومزاجية واضطرابات سلوكية واجتماعية، فهي مرحلة الأزمات والتقلبات العاطفية وعدم الاستقرار الانفعالي، والتي قد تكون سبباً رئيساً لظهور العديد من المشكلات النفسية وعدم القدرة على التحكم والتصرف بغض النظر عن الجنس ذكوراً أم إناثاً، وكلاهما يسعى إلى إشباع الحاجات النفسية متجاوزاً الضغوط والتحديات قدر الإمكان، ويستجيب للمواقف الضاغطة والخبرات المؤلمة بنفس الطريقة والأسلوب، نظراً لتشابه الظروف والخبرات التي يعيشونها، كما أن أساليب التنشئة الأسرية والاجتماعية أصبحت لا تفرق بين الذكور والإناث في تحمل المسؤوليات ومواجهة الضغوطات والأعباء، فضلاً عن أن غالبية المجتمع السوري يعيشون الظروف نفسها، ويتحملون نفس المعاناة والخوف والضعف النفسي والانكسار والانهزام الذاتي، فالإحباط واليأس لا يفرق بين جنس وإنما يتعامل مع ميول ومشاعر.

وتختلف هذه النتيجة عن نتيجة دراسة الزغبي ونصر (٢٠١٩)، ودراسة Feeld (٢٠٢٣) التي أظهرت فروقاً بين الجنسين في مستوى الهزيمة النفسية وهذه الفروق لصالح الذكور.

المقترحات:

بناءً على نتائج البحث، تقدم الباحثة عدة مقترحات:

- دراسة متغير الهزيمة النفسية لدى عينات مختلفة وعلاقته بمتغيرات أخرى.
- دراسة الفروق في مستوى الهزيمة النفسية بين المراهقين المدخنين وغير المدخنين.
- إعداد برامج علاجية وإرشادية لتحسين مستوى الهزيمة النفسية لدى المراهقين المدخنين.
- عقد ندوات تثقيفية للجميع وخاصة المراهقين للتوعية بمشكلة التدخين وكيفية الإقلاع عنها.
- إجراء المزيد من الدراسات حول مشكلة التدخين في مراحل عمرية مختلفة.

المراجع

المراجع العربية:

- احمد، إبراهيم. (٢٠٢١). *السلوك الانهزامي لدى المراهقين المدمنين*. المجلة العلمية الأردنية في العلوم التربوية. ١٥(١)، ١٦٠-١٠١.
- أبو حلاوة، محمد. (٢٠١٢). *الهزيمة النفسية: ماهيتها، مؤشراتها، محدداتها، تداعياتها، والوقاية منها "دراسة في دلالات المفهوم". سلسلة الكتاب الالكتروني*. الكتاب الالكتروني بشبكة العلوم النفسية العدد (٢٨).
- أبو حلاوة، محمد السعيد؛ ورزق، راشد مرزوق. (٢٠١٣) *البنية العاملية والتحليل التمييزي للهزيمة النفسية في ضوء بعض المتغيرات النفسية لدى طلاب الجامعة "نموذج مقترح"*. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس. ٣٧(٣).
- الزعبي، أحمد؛ ونصر، همسة. (٢٠١٩). *هزيمة الذات وعلاقتها بتقدير الذات لدى عينة من المراهقين النازحين في مدينة السويداء*. مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية. ٤١(٢)، ٦٦٧-٦٨٨
- الزهيري، أموش؛ والدليمي، ياسر. (٢٠٢٣). *بناء مقياس السلوك الانهزامي لدى طلبة جامعة الموصل*. مجلة كلية التربية جامعة واسط. ١٥(١)، ٤٦٧-٤٨٢
- الشلبي، ياسر. (٢٠١٤). *الهزيمة النفسية: الأسباب-الآثار-الوقاية والعلاج*. ط١: سلسلة مطبوعات الشام الإسلامية، سوريا.
- العطار، محمود. (٢٠١٩). *الحديث الذاتي الإيجابي وعلاقته بالتدفق النفسي والهزيمة النفسية لدى طلاب كلية التربية*. المجلة المصرية للدراسات النفسية. ٢٩(١٠٢)، ٣٨٨-٤٣٢
- البادري، سعود بن مبارك. (٢٠١٦). *المراهقة*، عمان؛ دار وائل.
- حسب الله، عبد العزيز. (٢٠٢٠). *الدالة التمييزية بين مرتفعي ومنخفضي الاندماج الأكاديمي عبر الانترنت اعتماداً على أبعاد الهزيمة النفسية جراء جائحة كورونا كمتغيرات منبئة لدى طلاب الجامعة في ضوء بعض المتغيرات الديمغرافية*. مجلة كلية التربية ببنها. (١٢١)، ٢٥٥-٣٢٦
- سلطاني، إيمان: ومرزوقي، وفاء. (٢٠٢١). *العوامل الأسرية وظاهرة التدخين عند التلاميذ المراهقين "دراسة ميدانية بثانوية ملازم إبراهيم بن عثمان -بئر العاتر-"رسالة ماجستير*، جامعة العربي التبسي-تبسة.

- علي، أسماء؛ وريس، أحمد. (٢٠٢٣). *هزيمة الذات وعلاقتها بالتوافق النفسي لدى طلبة كلية التربية للعلوم الإنسانية*. مجلة دراسات البصرة. (٤٩)، ٦٥٧-٦٨٨
- عزازي، أحمد؛ وعلي، حسام. (٢٠٢٠). *الأمن الفكري وعلاقته بالهزيمة النفسية لدى الشباب الجامعي. مجلة دراسات عربية في التربية وعلم النفس*. (١٢٨)، ٢٥-٥٨
- عكسة، حليمة. (٢٠٢٠).
- غانم، محمد حسن. (٢٠٠٦). *الاضطرابات النفسية والعقلية والسلوكية*. ط١: مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.
- غولي، حسن. (٢٠١٩). *السلوكيات الانهزامية في مرحلة المراهقة والشباب*، بغداد، العراق.
- محمد، علي. (٢٠٢٢). *التدخين وأثره على الصحة. منشورات دار السعودية للنشر والتوزيع*، جدة.
- معوض، مروة. (٢٠٢٣). *فعالية برنامج قائم على تنظيم الذات لخفض الشعور بالهزيمة النفسية وأثره على الحيوية الذاتية لدى طلاب كلية التربية*. المجلة المصرية للدراسات النفسية. ٣٤(١٢٢)، ٤٢٥-٤٨٠
- هاني، أحمد. (٢٠٢٣). *المقاومة النفسية ووصم الذات كمحددين للهزيمة النفسية لدى عينة من المراهقين بمؤسسات رعاية الأيتام*. مجلة العلوم التربوية. (٣)، ٥٨١-٦٤٦

المراجع الأجنبية

-Al-Frehat, B; & Jarwan, A; & Abu Zaid, H; & Alshawashreh, O. (2023). *Self-Defeating Behavior and Its Relationship with Cognitive Distortion Among Jordanian People. Journal for Re Attach Therapy and Developmental Diversities*. 6(10), 476-491

-Atkinson, Breanna, E. (2017). The SEIF – DISS; *Acomprehensive Measure of Self – Defeating Interpersonal Style Electronic thesis and Dissertation Repository*, Western University. (1-79).

-Campellone, T; & Sanchez, A; & Kring, A. (2016). *Defeatist Performance Beliefs, Negative Symptoms and Functional Outcome in Schizophrenia: A Meta-Analytic Review,* Schizophrenia Bulletin. 42(6), 1343-1352.

-Daniel, E., & Benish-Weisman, M. (2019). *Value development during adolescence: Dimensions of change and stability. Journal of Personality*, 87(3), 620–632. https://doi.org/10.1111/jopy.12420.

-Feeld, J. (2023). *The Self- Defeating Behevior Relationship With Depression. New York: Springer*. 29(1), 339-404.

-Hazeldine-Baker, C; Salkovskis, P; Osborn, M; & Gauntlett-Gilbert, J. (2018). *Understanding the link between feelings of mental defeat, self-efficacy and the experience of chronic pain*. British journal of pain. 12(2), 87-94.

-Irani, F; & Campbell, C; & Mccartney, W; & Gooding, C. (2013*). Leader derailment; the impact of self-defeating behaviors.* leadership & organization development journal. 34(1), 85-97.

–Lee, D. J. et al (2020). *'The Relationship Between Hostility, Smoking and Alcohol Consumption in Mexican American Adolescents'*. Intemational Journal of Addictions, 23,887-896.

–Meifen, W; & Tsun, Y. (2007). *Testing a Conceptual Model of Working Through Self-Defeating Patterns. Journal of Counseling Psychology*. 45, 295- 305.

–Poon, K, (2020*). Adolescent Smoking Prevalence Rates And Trends*. The Arab Journal of Psychiatry. 31(2), 115-128.