اضطرابات الشخصية التجنبية وعلاقتها بالذاكرة الانفعالية لدى طلبة الجامعة

م.د.مصطفى عامر جبار

م.د.ايام وهاب رزاق

Avoidant personality disorders and their relationship to emotional memory among university students

Dr. Mustafa Amer Jabbar
Dr. Ayam Wahab Razak
mustafa.amer33@gmail.com 07808272188

Summary
The current research aims to find out:
1-1 The level of avoidant personality disorder among university students.
2- The level of emotional memory among university students.
3- The correlation of avoidant personality disorder and emotional memory.
4- ifferences with statistical significance for avoidant personality disorder according to the sex variable (male - female).
5- Statistically significant differences in emotional memory according to the gender variable (male - female).
To achieve this, the researcher used a scale (Nasser, 2002). And a scale (Al-Rawaf, 2011) for emotional memory. After verifying the validity and reliability of the two scales, they were applied to a sample of (400) students from the University of Babylon, which was selected by random method. lying down, the t-test for the significance of the correlation coefficients,.
The research reached the following results:
University students have avoidant personality disorder.
University students have an emotional memory.
Males do not differ from females in avoidant personality disorders.
Females outperform males in emotional remembrance.
There is a direct correlation between avoidant personality disorders and emotional memory.
In light of the results, the researcher made a number of recommendations, the most important of which are:
- 1 Building educational and guidance programs to enhance the identity of the self for its active role in the process of social communication with others.
-2The curricula include emotional stimuli associated with cognitive experiences in order to facilitate their remembering by students later because they will be part of the emotional memory, as well as including stimuli that stimulate subconscious cognitive memories to facilitate their recall when solving problems or completing the problematic situation gaps.
Also, in light of the results, the researcher put forward a number of proposals for conducting future scientific research and studies, the most important of which are:
1.The researcher suggests conducting a study:
1-Conducting studies dealing with the relationship of emotional memory with one of the following variables:
2-Perceptual distortions, discursive memory, regressive thoughts, forming cognitive plans, making cognitive judgments, intuitive conceptual processes, personal cognitive unconsciousness, familiarity with events, implicit memory, cognitive dissonance, trauma memory, separation anxiety, or false memory.

key words : 1.Avoidant personality disorders 2. Emotional memory 3. University students

مستخلص البحث

يهدف البحث الحالي للتعرف إلى :

مستوى اضطراب الشخصية التجنبية لدى طلبة الجامعة .

مستوى الذاكرة الانفعالية لدى طلبة الجامعة .

العلاقة الارتباطية لاضطراب الشخصية التجنبية والذاكرة الانفعالية.

الفروق ذات الدلالة الاحصائية لاضطراب الشخصية التجنبية على وفق متغير الجنس (ذكور _ اناث) .

الفروق ذات الدلالة الاحصائية للذاكرة الانفعالية على وفق متغير الجنس (ذكور _ اناث) .

ولتحقيق ذلك قام الباحث مقياس (ناصر,2002) . ومقياس (الرواف , 2011) للذاكرة الانفعالية . وبعد التحقق من صدق وثبات المقياسين , تم تطبيقهما على عينة متكونة (400) من طلبة جامعة بابل, تم اختيارها بالطريقة العشوائية .وبعد جمع المعلومات ومعالجتها إحصائيا باستعمال معادلة بوينت باي سيريال, ومربع كأي , ومعامل ارتباط بيرسون ، ومعادلة الاختبار التائي لعينة واحدة , ولعينتين مستلقيتين , الاختبار التائي لدلالة معاملات الارتباط,.

وتوصل البحث إلى النتائج الآتية :

1 –ان طلبة الجامعة لديهم اضطراب شخصية تجنبية .

2– ان طلبة الجامعة يتمتعون بذاكرة انفعالية .

3–لا يختلف الذكور عن الاناث في اضطرابات الشخصية التجنبية .

4– تتفوق الاناث على الذكور بالتذكر الانفعالي.

5–هناك علاقة ارتباطية طردية بين اضطرابات الشخصية التجنبية والذاكرة الانفعالية.

وفي ضوء النتائج وضع الباحث عددا من التوصيات أهمها :–

1 – بناء برامج تربوية وإرشادية لتعزيز هوية الذات لدورها الفاعل في عملية الاتصال الاجتماعي مع الآخرين .

2– تضمين المناهج الدراسية مثيرات انفعالية تقترن مع الخبرات المعرفية كي يسهل تذكرها من قبل الطلبة لاحقاً لأنها ستكون جزءاً من الذاكرة الانفعالية ، فضلاً عن تضمينها مثيرات منشطة للذكريات اللاشعورية المعرفية كي يسهل استدعاؤها عند حل المشكلات أو إكمال فجوات الموقف المشكل .

وأيضا في ضوء النتائج وضع الباحث عدد من المقترحات لإجراء بحوث ودراسات علمية مستقبلية أهمها :–

يقترح الباحث إجراء دراسة :

إجراء دراسات تتناول علاقة الذاكرة الانفعالية بأحد المتغيرات الآتية:

التشويهات الإدراكية أو بالذاكرة الاستطرادية أو بالأفكار المتداعية أو بتكوين الخطط المعرفية أو باتخاذ الأحكام المعرفية أو بالعمليات التصورية الحدسية أو باللاشعور المعرفي الشخصي أو بالشعور بالألفة نحو الأحداث أو بالذاكرة الضمنية أو بالتناشز المعرفي او بذاكرة الصدمة او بقلق الانفصال او بالذاكرة المزيفة .

الكلمات المفتاحية

1.اضطرابات الشخصية التجنبية 2. الذاكرة الانفعالية 3.طلبة الجامعة

الفصل الاول

مشكلة البحث

أن المصابين باضطراب الشخصية يعانون صعوبة اكبر في كل جانب من جوانب حياتهم، وتعكس سمات شخصيتهم الفردية أنماطاً سلوكية راسخة ومتصلبة وسيئة التوافق. مما يسبب الانزعاج ويحد من قدرة الفرد على الأداء الوظيفي. كما انه لا يكون من النوع الذي يتوافق بنجاح في الحياة اليومية المتسمة بالأخذ والعطاء. وبدلاً عن ذلك، فأنه يتوقع من العالم والناس أن يتغيروا لأجله أكثر من قدرته على التوافق لمتطلبات المواقف المختلفة والعلاقات المختلفة، ويتصرف بأسلوب جامد ومتصلب مما يجعله يدور في حلقة مفرغة وهذا ما يقوده إلى أسوأ التوقعات. إن الشخص المضطرب يسيء إدراك المعلومات الجديدة أو يفسرها على نحو خاطئ وعلى نحو لا يؤيد ما هو متوقع منه، ثم يتصرف بطريقة تستحث استجابات الآخرين التي تتفق وتوقعاته السلبية. والمضطرب عموماً لا يتحمل مسؤولية حياته الخاصة، بل أنه يميل بدلاً من ذلك إلى إلقاء اللوم على الآخرين. وهو يفتقر إلى آليات التكيف الضرورية للتكيف أو التعامل مع المشكلات والضغوط اليومية وأن المصاب باضطراب الشخصية التجنبية سوف يتخذ لنفسه حياة منعزلة (**Xrefer-e-, 2000, p.2**).

حيث اعتقد الباحث أن تأثير الذكريات الانفعالية وأن كانت تتضح في عملية اتخاذ الأحكام والقرارات ، حيث تسهم إلى درجة كبيرة في خلق ارتباطات خادعة تؤثر في الاستدلالات الشخصية ، وأنها لا توجد في حقيقة الأمر في البيانات الملاحظة كما أثبتت ذلك دراسة (**Petersetal,2000,P1-7**) ، لذا فمن المحتمل أن يقع الفرد ضحية اعتقاداته الخاطئة التي توجهه نحوها ذكرياته الانفعالية عند قيامه بالاستدلالات الحياتية المجتمعية.

وإذا كانت للذاكرة الانفعالية أخطاؤها أيضاً ، فإن الأشخاص عندما يستقبلون الأحداث العنيفة يكونون بحالة من الاضطراب والتوتر وبالتالي فهي كفيلة بالتأثير في صحة ما يتذكرونه ، فالإنسان حينها يميل إلى تذكر بعض التفاصيل ونسيان أخرى ويبني على ما تبقى من آثار ما شاهده علاقات منطقية لم تحدث في الحقيقة بل قد استند فيها إلى توقعاته فقط ليكمل بها فجوات قصة الحدث الانفعالي ويخترع الكثير من ذلك في هذا الصدد كما أكدت ذلك دافيدوف (**Davidoff**)(دافيدوف، 1982، ص356) ودراسة (**Wells&Loftus,2003,P149-160**) عن ذاكرة شهود العيان ودراسة (**Macleod, 2002, P 135- 149**) ودراسة (**Honeck, 1998, P1-5**).

وهكذا نجد أن الذكريات الانفعالية تتداخل مع الأحكام المعرفية وتشوهها باستمرار وخاصة فيما يتعلق بالمواقف والمشكلات الانفعالية ، كما أن لبلوغ هذه الذكريات الانفعالية درجة عالية من الشدة يجعلها تخضع لسطوة ميكانزم الكبت الذي يطمرها في محتويات اللاشعور حيث تصبح جزء من اضطرابات الشخصية التجنبية و الإصرار على ممارسة سلوكيات معينة دون غيرها كما أثبتت ذلك دراسة ديوربن (**Durbin, 1999, P2-12**).

ومن خلال ما تقدم يمكن للباحث أن يجسد مشكلة البحث التي تتمثل في التعرف على العلاقة بين اضطرابات الشخصية المتجنبة والذاكرة الانفعالية وذلك من خلال محاولة الإجابة عن التساؤلات الآتية:

هل هناك اضطرابات شخصية تجنبية وذاكرة انفعالية لدى طلبة الجامعة ؟

هل هناك علاقة ارتباطية بين اضطرابات الشخصية التجنبية والذاكرة الانفعالية لدى طلبة الجامعة؟

هل هناك فروق ذات دلالة احصائية بين الذكور والاناث من طلبة الجامعة على كل من المتغيرين؟

أهمية البحث:

يشكل طلبة الجامعة أحدى فئات المجتمع المهمة وذلك لأنهم أكثر شرائحه أمكانية للعطاء والبذل بحكم تكوينهم الجسدي الذي يجعلهم في عنفوان الحيوية والنشاط ، فهم الجيل الذي سيحمل على عاتقه مسؤولية مواجهة التحديات المستقبلية وأعبائها المختلفة في جميع مرافق الحياة ، ففي هذه المرحلة العمرية يتصرف الطالب كراشد مسؤول في الوقت الذي تتسع فيه علاقاته الاجتماعية وتتبلور لديه المفاهيم الاجتماعية بصورة أكثر واقعية عن المراحل العمرية السابقة فينظر إلى نفسه على أنه وصل إلى المستوى الذي يكون فيه قادراً على الإبداع والإنتاج في مجال اختصاصه (الرواف، 2003، ص4) ، وفي الوقت نفسه أشار (هرلوك) **(Hurlock)** إلى أن المرحلة الجامعية هي مرحلة دقيقة حيث يقف الشباب الجامعي على مفترق الطريق بين المراهقة المتأخرة والرشد المبكر بحيث يعملون جاهدين من أجل الاستقلال بذواتهم ، وقد اتفق معه (ليفين) **(Lewin)** في أن المرحلة الجامعية هي مرحلة انتقالية حرجة قد تترك آثارها السلبية في حياة الطلبة حيث تكثر فيها المشكلات النفسية والاجتماعية والدراسية ، كما يزداد فيها الصراع بين العادات والتقاليد والقيم القديمة وبين أساليب الحياة الجديدة التي يفرضها التطور الحضاري في مجتمعهم (طاهر، 1988، ص1-2).

وواحدة من ابرز المشكلات التي قد يواجهوها طلبة الجامعة هي اضطرابات الشخصية. وهي تعرف على أنها سمات شخصية غير مرنة وسيئة التوافق. وفيما إذا كانت هذه السمات مشابهة أو مختلفة عن تلك الموجودة في المجتمعات غير السريرية ولقد تزامنت عدة دراسات حديثة في توصلها إلى نتائج قوية وقابلة للإعادة تقول بأن هنالك ارتباط بين المقاييس التي تقيس اضطرابات الشخصية والعوامل الخمسة وكل من المجتمعات السوية والسريرية **(Costa & McCrae, 1995, p.516)**.

وقد يتبادر إلى الأذهان للوهلة الأولى أن الفرد التجنبي هو شخص انطوائي بطبيعته ولكن الانطواء ليس تجنباً بالمعنى الكامل كما أن التجنب ليس انطواءاً بكل ما يعنيه هذا المصطلح؛ ذلك أن الشخص التجنبي يرغب في إقامة العلاقات مع الآخرين بينما لا توجد مثل هذا الرغبة لدى الانطوائي. كما أن التجنب بعيد جداً عن مفهوم الانبساط. وإذا كان المصاب باضطراب الشخصية التجنبية ليس انبساطياً ولا انطوائياً، فان آيزنك **Eysenck** يقول بان لكل شخص درجة ما وموقع ما على بعد الانبساط، الانطواء وكذلك بعد العصابية وبالتالي فان الشخص التجنبي يتجاذبه هذان الطرفان ولا يعرف موقعه تماما بينهما. فموضع الشخص التجنبي بين هذين البعدين يعد موضع تساؤل.

كما هو الحال بالنسبة للعلاقة بينهما وفي حالة العصابية فان الدرجات المرتفعة فقط ترتبط بالاضطراب الطبي–النفسي **psychiatric disorder**، ولكن كلا من قطبي العامل الآخر (الانبساط–الانطواء) ترتبط بصورة محددة مع المرض النفسي. فالأشخاص مرتفعي الانبساط يميلون للإصابة باضطرابي الشخصية المتصنعة والنرجسية أما منخفضي الانبساط فانهم يصابون باضطرابي الشخصية التجنبية والفصامية **(Costa & McCrae, 1995, p.516)**. ويورد الدليل **DSM–IV** اضطرابات الشخصية بصورة منظمة في المحور الثاني **Axis II** وعددها عشرة اضطرابات. وتتباين الخصائص الخاصة لهذه الاضطرابات. ولان بعضاً منها يعكس أفكاراً رئيسة متشابهة فهي تنتظم على شكل عناقيد.

كما يتميز كل من هذه العناقيد بخصائص مميزة وارتباطات وراثية ضمن العنقود الواحد **(Fadem, 2000, p.130)**، وهذه العناقيد هي :

العنقود (أ) **Cluster A**: ويقع ضمن هذا العنقود اضطراب الشخصية المضطهدة **Paranoid** واضطراب الشخصية الفصامية **Schizoid** واضطراب الشخصية ذات النمط الفصامي **Schizotypal**.

العنقود (ب) **Cluster B**: ويقع ضمن هذا العنقود اضطراب الشخصية المضادة للمجتمع **Antisocial** واضطراب الشخصية **Borderline** واضطراب الشخصية المتصنعة **Histrionic** واضطراب النرجسية **Narcissistic**.

العنقود (ج) **Cluster C**: ويقع ضمن هذا العنقود اضطراب الشخصية التجنبية **Avoidant** واضطراب الشخصية الاتكالية **Dependent** واضطراب الشخصية الوسواسية–القسرية **Obsessive–Compulsive** (**A.P.A., 1994, p.619–673**).

ويشير ميلن **Millon** إلى أن الفرد المصاب باضطراب الشخصية التجنبية يبعد نفسه على نحو فعال (يجهد في إبعاد نفسه)بسبب الخوف من التعرض إلى الرفض من قبل الآخرين. ولذلك فإن مركز السيطرة لدى مثل هذا الفرد يكون خارجياً. ولقد أشار موريسون **Morrison** (1994) إلى أن مركز السيطرة الخارجي قد كان مرتبطاً بالعصابية. وبناءاً عليه فقد يكون هنالك ارتباط بين الدرجات المرتفعة من العصابية واضطراب الشخصية التجنبية (**Gunderson & Phillips, 1995, p.401**).

وباعتقاد الباحث ان واحدة من اهم المتغيرات النفسية التي تؤثر على هذا الاضطراب هي الذاكرة الانفعالية حيث ان للانفعال دور مهم في أثارة الانتباه ، لذا فأن تعزيز عملية التذكر تظهر أهمية الأحداث المثيرة للانفعال في تسريع عملية استدعاء محتويات الذاكرة سواء كانت المادة شفوية أو تصويرية معقدة بحيث تتأثر عمليات الاسترجاع والتشفير بالناحية الانفعالية وطريقة تشفيرها وإدخالها في الذاكرة بعيدة المدى من خلال قياس زمن رد الفعل المطلوب أو زمن الرجع في حل المهمات الإدراكية في جلسات كانت لدراسة خصائص الذكريات المسترجعة بشكل ذو أثر رجعي ومنها بعض التفاصيل والكلمات والتصورات الشمية ودرجة الحرارة والتصورات اللمسية والسمعية والذوقية للذكريات الانفعالية ، كما أن الذكريات الانفعالية سواء كانت ايجابية أو سلبية فإنها تتضح من خلال الزيادة النسبية في النشاط العصبي المصور بالرنين المغناطيسي إثناء تقديم المحفزات الانفعالية السابقة ، فالذكريات الانفعالية الحديثة ترتبط بالذكريات الانفعالية البعيدة المشابهة لها مما يؤثر في صحة أو مصداقية استرجاع المواد المخزونة في الذاكرة لاحقاً **(Piefkeetal,2003,P650– 668)** .

كما أن التدخل الانفعالي الاستثنائي في التجربة يحسن التعلم والتخزين طويل المدى فيما يخص ذاكرة الحدث الانفعالي ، وفيما يتعلق بالذاكرة الشفوية والبصرية الانفعالية حيث يفترض أن هناك صلة بين المعلومات الحسية التي تم استقبالها فضلاً عن الأهمية العاطفية في أداء الوظائف المهمة في اكتساب وتخزين المعلومات المترابطة للمدى الطويل (**Mori, 1999, p210–222**) .

وإذا كانت الذاكرة الانفعالية قد تركز في تشفير مواد دون أخرى أو تعرقل بعض التشفير والاسترجاع ما فأن الشيء نفسه يصدق على ما يتعلق بتذكر الوجوه التي حفظت من عقود بعيدة ، فقد وجد أثناء معالجة الوجوه أو الأصوات المألوفة شخصياً عند مقارنتها بالأصوات والوجوه الغريبة أنها تنشط المنطقة اللحائية عند مواجهة الموضوع المألوف ، فالأسماء المألوفة ترتبط بالذكريات المألوفة انفعالياً في البيانات السلوكية وتستند إلى الذكريات الانفعالية بعيدة المدى أو قد تنتج من استرجاع المعلومات المألوفة عاطفياً أو شخصياً وبشكل أكثر عمومية حيث نجد أن الذاكرة الانفعالية نتيجة قاعدة التفاعل بين الانفعال والمكونات الإدراكية **(Piefke,2003,P650–668)** ، فالأشخاص عندما يستقبلون الأحداث العنيفة يكونون بحالة من الاضطراب والتوتر، كما أن التعب والقلق من الأمور المؤثرة أيضاً في صحة ما يتذكرونه فشهود العيان مثلاً عندما يسترجعون ذكرياتهم الانفعالية الخاصة بالجريمة يميلون إلى تذكر بعض التفاصيل ونسيان أخرى ويبنون على ما تبقى من أثر ما شاهدوه علاقات منطقية لم تحدث في الحقيقة ويستندون في ذلك إلى توقعاتهم واستدلالاتهم الحدسية ويخترعون الكثير في هذا الصدد ، ولكن قلما يعترف الأفراد بهذه الأخطاء التي أيدتها نتائج دراسة **(Honeck,1998, P1–5)** حيث أن الأغلبية يسقطون ضحيتها (دافيدوف، 1982، ص356–307) .

كذلك فقد وجد دولكوس وكابيزا (**Dolcos&Cabeza، 2002**) أن الأحداث الانفعالية تقود إلى تذكر أفضل من الأحداث غير الانفعالية وقد تم التأكد من هذه الظاهرة من خلال قياس الأحداث المتعلقة بتأثيرات القدرة *(**ERP**) او (**Event– Related Potentials**) ، فالانفعال يؤثر فيما إذا كانت قدرات (**ERP**) ايجابية للمثيرات السارة وغير السارة أكثر مما للمثيرات المحايدة حيث أن التأثير التذكري اللاحق يكون أكثر ايجابية لـ (**ERP**)فيما يتعلق بالعبارات الانفعالية من النسيان اللاحق لها (**Dolcos,2006, P252–263**) ، وهكذا نجد أن الاختبارات الانفعالية تهتم بالقدرة على الإدراك والفهم السريع استناداً إلى تنظيم الانفعالات والسيطرة عليها حيث أنها قد تولد ضعف القابلية على رؤية المشكلة ، وبالتالي تأثير ذلك بشكل ملحوظ في اتخاذ الأحكام والقرارات بشكلها الصحيح (**Myers,1996 , P4–8**).

اهداف البحث :

يهدف البحث الحالي للتعرف الى :

مستوى اضطراب الشخصية التجنبية لدى طلبة الجامعة .

مستوى الذاكرة الانفعالية لدى طلبة الجامعة .

العلاقة الارتباطية لاضطراب الشخصية التجنبية والذاكرة الانفعالية.

الفروق ذات الدلالة الاحصائية لاضطراب الشخصية التجنبية على وفق متغير الجنس (ذكور _ اناث) .

الفروق ذات الدلالة الاحصائية للذاكرة الانفعالية على وفق متغير الجنس (ذكور _ اناث) .

حدود البحث:

تحدد البحث الحالي بـ:

1– طلبة جامعة بابل للدراسات الصباحية.

2– كلا الجنسين ذكور وإناث.

3– المراحل الدراسية الأربعة الأولى فقط .

4– كلا التخصصين (إنساني– علمي).

العام الدراسي (2017– 2018) .

تحديد المصطلحات :

اولا /اضطراب الشخصية التجنبية: وعرفت من قبل

تعرفه الجمعية الأمريكية للطب النفسي **1994) .A.P.A.)**:

"نمط شامل (منتشر) من الكف الاجتماعي، ومشاعر عدم الكفاية والحساسية المفرطة تجاه التقييم السلبي، يبدأ بحلول سن الرشد المبكر"(**A.P.A., 1994, p.661**).

2– جندرسن **Gunderson** وفيلبس **1995) Phillips)**:"اضطراب يتميز بنمط شامل (منتشر) من الانزعاج الاجتماعي والتحفظ / وانخفاض تقدير الذات، والتحسس المفرط تجاه التقويم السالب.، يبدأ مع بداية سن المراهقة المبكرة ويتجلى بمجموعة مختلفة من السياقات"(**Gunderson & Phillips, 1995, p.1454**).

3–الموسوعة البريطانية **1995) Encyclopaedia Britannica)**:

"اضطراب يتميز المصابون به بالحساسية المفرطة تجاه الرفض الاجتماعي والشعور بالخزي والعار، ولديهم تقدير منخفض للذات ويظهرون الانزعاج بشدة من أدنى رفض من قبل الآخرين ونتيجة لذلك فأنهم يكونون غير راغبين بالدخول في علاقات لكنهم يتوقون إلى المحبة والقبول"
(Encyclopaedia Britannica, 1995).

4-كابلان **Kaplan** وسادوك **1996) Sadock)**:
"نمط ذو شخصية خجولة وشديدة الحياء" **(Sadock & Kaplan, 1996, p.201)**.
5- أوكلي **Oakley** وبوتر **1997) Potter)**:
"اضطراب يتميز بالكف الاجتماعي، ومشاعر عدم الكفاءة والتحسس المفرط للرفض وهو يتضمن رغبة واضحة لدى الفرد لأن يكون في وضع يتطلب الشيء الكثير من الاتصال أو المودّة في علاقاته مع الأشخاص الآخرين، ويخبر الفرد حاجة شديدة إلى تجنب النقد والرفض ومشاعر قوية من عدم الكفاءة أو النقص"(**Oakley & Potter, 1997, pp.42-43**).

ثانيا/ الذاكرة الانفعالية: **Emotional Memory**
عُرِّفَت الذاكرة الانفعالية بتعريفات عدة منها تعريف:
1- بوكانان **(Buchanan)** ، 2001
عملية معرفية تعتمد على ما يرافقها من تعزيزات قوية للمثيرات الانفعالية سواء كانت تلك لإثارة الذاكرة الانفعالية اللفظية أم الذاكرة الانفعالية غير اللفظية**(Buchanan,2001,P326-335)** .
2-لفزكي **(Lavski)** ،2001
عملية عقلية يقوم الدماغ من خلالها بتنظيم وتصنيف وضبط جميع فئاته المعلوماتية التي تحتوي على جزئين هما البيانات والانفعالات وأن نتاج تفاعلهما معاً تتكون الذاكرة الانفعالية **(Lavski,2001,P326)** .
3-باير **(Bair)** ، 2003
القدرة على استثارة كل ما يرتبط بالتجربة الانفعالية، من استدعاءات للمادة الانفعالية بعدما كانت مستقرة في الذاكرة الانفعالية بعيدة المدى **(Bair,2003,P1)** .
4-بروزوفج وآخرون **(Brozovichetal)** ، 2004
القدرة على الاستجابة للمحفزات العاطفية الخاصة بالسيرة الذاتية للفرد بكثافة انفعالية تتناسب شدتها مع شدة المثير الانفعال **(Brozovichetal,2004,P24-25)** .
5-دولكوس وآخرون **(Dolcosetal)**، 2005
عملية تشفير وتعزيز الأحداث الانفعالية ومعالجتها بعد فترات من الاحتفاظ ومن ثم التعرف عليها لاحقاً من خلال الشعور بالأُلفة نحو كل ما يثيرها **(Dolcosetal,2005,P1)** .
6-كرانت **(Grant)** ، 2005
القدرة على تمييز المثيرات الانفعالية والاستجابة لها بشكل يتناسب مع ما اقترن بها من معلومات عاطفية **(Grant,2005,P4)** .

الفصل الثاني

اطار نظري

المحور الاول/ اضطرابات الشخصية التجنبية:

أضطراب الشخصية التجنبية **Avoidant personaliy Disorder:**

المظاهر التشخيصية **Diagnostic Features:**

ان ألافراد المصابون باضطراب الشخصية التجنبية يتجنبون نشاطات العمل أو النشاطات المدرسية كذلك الفعاليات والمهن التي تتضمن إتصالا مع الاشخاص الآخرين وذلك بسبب الخوف من النقد، أو الاستنكار أو النبذ ذلك أن الانتقاد والاستهزاء يؤذيهم ((**p.2, 2001 , P WebMD .p.662 , 1994 , APA.** (المعيار الاول) فعروض الترقيات في المهنة قد يتم رفضها لأن المسؤوليات الجديدة ينجم عنها التعرض لنقد الزملاء في العمل. كما أن هؤلاء الافراد يتجنبون عقد الصداقات الجديدة مالم يكونوا متأكدين من أنهم سوف يكونون موضع إعجاب وقبول بدون التعرض للنقد (المعيار الثاني). (**p.662) .1994.APA** حيث يتم الافتراض بإن الناس الآخرون هم أفراد منتقدون ومستنكرون مالم يجتازوا اختبارات صارمة تثبت خلاف ذلك. وكذلك فان الافراد المصابون بهذا الاضطراب سوف لن ينضموا إلى النشاطات الجماعية مالم تكن هنالك عروض متكررة وسخية من الدعم والرعاية. كما أن الألفة (المودة) غالبا ما تكون صعبة جدا بالنسبة لهؤلاء الأفراد، بالرغم من أنهم قادرون على أقامة علاقات صميمة عندما يكون هنالك ضمان بقبول غير ناقد. وهم غالبا ما يتصرفون بتحفظ وتكون لديهم صعوبة في الحديث عن أنفسهم. ويحتفظون بمشاعرهم الحميمة لأنفسهم خشية تعرضهم للأفتضاح أو السخرية أو العار (المعيار الثالث) ((**p.662 , 1994 , APA.**ونظرا لأن الافراد المصابين بهذا الأضطراب يكونون مشغولي البال بكونهم متعرضين للنقد ومنبوذين في المواقف الاجتماعية، كما انهم يكونون دائمي التفكير بشأن أوجه القصور والنقص التي يعانونها، فأنه قد تكون لديهم كتبه منخفضة وعلى نحو واضح لتقويم ردود الأفعال من هذا النوع (المعيار الرابع) (**MiDikne Plus – Am 2000 , p.1**) ((**p, 662 , 1994 , APA.**فاذا ما كان شخص ما مستنكرا أو ناقدا ولو على نحو طفيف، فأنهم قد يشعرون بالأذى إلى أبعد الحدود وهم يميلون إلى أن يكونوا خجولين ن وهادئين، وممتنعين ومتوارين عن الأنظار بسبب خوفهم من أن أي أنتباه إليهم يمكن أن يكون مهينا أو نابذا لهم. كما أنهم يتوقون بأنهم مهما كان الذي يقولونه فان الآخرين سيتظرون اليه على انه "خطأ" ولذلك فأنهم قد لايقولون شيئا على الأطلاق وهم يستجيبون بشدة للتلميحات الخفيفة التي توحي بالتحكم أو السخرية.وبالرغم من توقهم إلى أن يكونوا مشاركين فعالين في الحياة الاجتماعية فانهم يخشون وضع مصالحهم بين أيدي الآخرين. إن الأفراد المصابين باضطراب الشخصية التجنبية لا يشاركون في المواقف الاجتماعية الجديدة الخاصة بالعلاقات بين الاشخاص لانهم يشعرون بعدم الكفاية ولديهم تقدير منخفض للذات (المعيار الخامس) ((**p.662 , 1994 , APA** أن الشكوك فيما يتعلق بالكفائة الاجتماعية والجاذبية الشخصية تصبح جلية بشكل خاص في الاوضاع التي تتضمن تفاعلات مع الغرباء، فالافراد المصابون باضطراب الشخصية التجنبية ينظرون إلى الذات على أنها غير كفوة اجتماعيا، وغير جذابة وأنهم أقل شأنا من الآخرين (المعيار السادس) (**p.1 , 2001 , Midline plus – B , 662, p, 1994 , APA**)).وهم عادة ما يعارضون القيام بمخاطرات شخصية أو الانهماك في أي نشاطات جديدة أو يتجنبون النشاطات بسبب الخوف من الاحراج (المعيار السابع).((**p.1) , 2001 , Midkine plus – B p.662 , 1994 , APA,** فهم ميالين إلى المبالغة في المخاطر المحتملة للمواقف الاعتيادية، كما أن اسلوب الحياة الضيق يمكن أن ينجم عن حاجتهم إلى الثقة

والأمن اذ إن من الممكن أن يقوم أحد المصابين بهذا الاضطراب بالغاء مقابلة عمل بسبب خوفه من الاحراج نتيجة لعدم ارتداءه الملابس على نحو مناسب والأعراض الجسدية الطفيفة أو غيرها من المشكلات يمكن ان تكون السبب في تجنب النشاطات الجديدة. ((APA , 1994 , p.662.

مظاهر محددة بالثقافة والعمر والجنس **Specific Culture, Age, and Gender Features:**

هناك أختلاف بين الثقافات في الدرجة التي تعد بها الحياء والتجنب مناسبا، علاوة على ذلك فأن السلوك التجنبي يمكن أن يكون نتيجة لمشكلات التبادل الثقافي الذي يتبع الهجرة. أن أعطاء التشخيص بوجود إضطراب الشخصية التجنبية يجب أن يتم بأحتراس كبير لدى الاطفال والمراهقين الذين يمكن أن يكون الخجل والسلوك التجنبي لديهم مناسبا من الناحية التطورية. ويظهر بأن لأضطراب الشخصية التجنبية تكرار متساو لدى الذكور والاناث ((APA , 1994 , p.663.

ويشير هارتمان وآخرون (**Hartmann et al(1987** _ إلى أن الذكور الذين تكون لديهم كوابيس متكررة تظهر لديهم سمات تجنبية من قبيل "أنهم لا يثقون في الآخرين" و "أنهم مفرطون في تحسس الرفض" و "تكون المشكلات الجنسية محتملة لديهم" و "متشككون وعديمو الثقة" و "تقديرهم للذات واطىء" و "تكيفه مع المشاعر مضطرب"و "خجول ومنطو" و "يرى نفسه مختلفاً وصعباً". (Hartmann et al. 1987. p.52.).

كما أنهم يحصلون على درجات عالية على العصابية والمقاييس المرضية نفسيا من قائمة منيسوتا الماعددة الأوجه للشخصية (**MMPI). p, 756).Niels e & Zadra , 2000**) كما أن مشكلات السلوك المدرسي كانت دائما أعراضا على اضطراب الشخصية وأ، علاج اضطرابات الشخصية من شاذ اخفائها (**Achenbach , p.632) , 1982** إذ يكون اضطراب الشخصية التجنبية شائعا بين الافراد غير القادرين على التعلم.(**Fraser. p.439).1997** .

الانتشار **Prevalence:**

أن تقديرات انتشار هذا الاضطراب في المجتمع العام تتراوح عموما من (0.5) إلى (1.5) بالمئة. وفي المجتمعات السريرية يتم تشخيص هذا الاضطراب لدى حوالي (10) بالمئة من المرضى، فلقد كان الانتشار مقاسا بأدوات قياس مقننة. كما يبلغ معدل (10) بالمئة بين المرضى المراجعين للعيادات وأكثر من ذلك بين المرضى الراقدين **p.1455). p.663 , Gundersan & Philips , 1995..CA.P.A, 1994** .

وقد ذكر تسمرمان وكوريل **Corelle (1990)** نسبا تتراوح بين 0.4% (باستخدام **PSQ**) إلى 1.3% استخدام **(SIPS)**. كما كانت النسبة التي ذكرها مايير وآخرون (1992) (والبالغة 1.1%) مشابهة للنسبة التي توصل اليها تسمرمان وكوريل (**Girolamo & Rech , 1993 p.17**). ((**1990**.

دورة الاضطراب **Course:**

إن اضطراب الشخصية التجنبية غالبا ما يبدأ في سن الرضاعة أو الطفولة بالخجل والانعزال، والخوف من الغرباء. وبالرغم من كون الحجل في سن الطفولة نذراً شائعا باضطراب الشخصية التجنبية، فأنه لدى أغلب الأفراد يميل إلى أن يتبدد تدريجيا عندما يكبرون. وبخلاف ذلك، فأن الأفراد الذين يستمر لديهم تطور اضطراب الشخصية التجنبية يمكن أن يصبحوا خجولين ومتجنبين على نحو متزايد خلال المراهقة وسن الرشد المبكر، عندما تصبح العلاقات الاجتماعية مع الأناس الجدد مهمة بشكل خاص.((**APA , 1994 , p, 663** ومن المرجح أن تكون التعرض إلى الانتقاص المفرط من قبل الوالدين في الطفولة أو المراهقة و الاصابة بمرض جسدي مشوه من العوامل المهيئة والمحتملة للاصابة باضطراب الشخصية التجنبية فيما بعد.**1996 , Kaplan & Sadock**).

(p.201 وهنالك دليل على أنه لدى البالغين يميل اضطراب الشخصية التجنبية إلى أن يصبح أقل وضوحا أو أن تخف حدته مع التقدم في العمر (APA, 1994 , p.663)

الفرق بين نمط الشخصية التجنبية واضطراب الشخصية التجنبية:

تنبغي الاشارة إلى أن العديد من الناس لديهم إسلوب تجنبي وليس اضطراب شخصية والفرق بين الاثنين هو في مدن تأثير الاداء الوظيفي للفرد في الحياة اليومية. السواء إلى المرضية / ويمكن النظر للشخصية التجنبية على أنها تشغل ثمما من الخط المتصل يتراوح من السواء إلى المرضية. ويكون الاسلوب التجنبي هو الطرف السوي، بينما يقع اضطراب الشخصية التجنبية على الجانب غير السوي وكما موضح في جدول ():

جدول (1)

نمط الشخصية التجنبية مقابل اضطراب الشخصية التجنبية

نمط الشخصية التجنبية مقابل اضطراب الشخصية التجنبية	
النمط	الاضطراب
يفضل للمعتاد، والتكرار، والمألوف ويفضل المعروف على المجهول.	يبالغ في الصعوبات الكامنة والاخطاء الجسدية، أوالمخاطرات الموجودة في أداء أي شيء يكون أعتياديا إى أنه خارج عن المألوف لديهم.
يقتصر ولاؤه على العائلة و/ أو القليل من الاصدقاء المقربين وغالبا ما يكونون من أقرانه.	يفتقر إلى الاصدقاء المقربين أو الثقات أو يكون لديه القليل منهم ويتجنب النشاطات التي تتضمن إتصالا فعالا بين الاشخاص.
شديد اليقظة–والانتباه في تعامله مع الآخرين	يخشى التعرض للاحراج بأن تحمر وجنتاه أو يبكي أو أن تبدو عليه علامات القلق أمام الاخرين.
يميل إلى المحافظة على سلوك متحفظ ومتمالك لذاته مع الآخرين	يصمت في المواقف الاجتماعية بسبب الخوف من قول شيء ما يكون غير مناسب أو أخرق أو عدم القدرة على الاجابة عن سرال ما.
يميل إلى أن يكون حذرا، ويمكنه تركيز الانتباه على الهوايات أو العمل، ومع ذلك فأن القليليين منهم هم الذين يشتركون في سلوكيات تكيفية غير متخوفة	يميلون إلى أن يكونو قليلي الانجاز، ويجدون صعوبة في التركيز على المهمات المهنية أو الهوايات.

النظريات التي تفسر اضطراب الشخصية التجنبية:

1– نظرية كرتشمر Kretschmer Theory:

على الرغم من أن اضطراب الشخصية التجنبية قد كان جديدا بالنسبة إلى تصنيف **DSM–III** إلا أن له أصول تاريخية متعددة، إذ أفترض كرتشمر **Kretschmer** في العشرينات من القرن العشرين بأن الأنماط المنفصلة التي ذكرها بلويلر **Bleuler** تتكون في واقع الأمر من نمطين فرعيين هما:

النمط الفاقد للإحساس (غير الحساس، الفاقد للتمييز، عديم المشاعر). والذي هو مشابه لما يعرف حاليا باضطراب الشخصية التجنبية.

النمط المفرط في الإحساس **hyperaesthetic** الذي كتب كرتشمر عنه: " هنا نجد صفات العصبية، وسرعة التهيج، والتقلب، والقلق، والتحسس، كما أنه يتصرف بخجل وجبن وبعدم ثقة أو كأنه مضطر لفعل ذلك الشيء وهو يشكو من مشكلات عصبية وهو يبتعد قلقا عن كل الألعاب والنشاطات وقد وضع كرتشمر مفهوم النمط المفرط التحسس على أنه طبع يلازم المرء منذ الولادة.

.(Gunderson & Philips, 1995, pp.1454–1455)

2 –نظرية التحليل النفسي التقليدية **The Classical Psychoanalysis Theory:**

أعتقد فرويد أن العصاب ذو منشأ نفسي بصورة رئيسية. وكان في أول ابحاثه يتصور العصاب كنتيجة أذى واضطراب في التطور الجنسي، إلا أنه قال بعد ذلك بأن العصاب هو عقدة أوديب غير المحلولة (الدباغ، 1977، ص 29) كما أفترض فرويد أن الشخصية تتألف من تقاعل الاس أو الانظمة النفسية معا وهذه الانظمة النفسية هي (الهو **id**) والانا ((**E ho** والانا العليا ((**Supereho** وتعمل هذه المكونات تبعا إلى الطاقة الموجودة في كل مكون من هذه المكونات (فهمي، 1996، ص 41). ثم أضاف إلى ذلك أن العصاب هو نتيجة الصراع بين الهو والأنا العليا كما جعل القلق هو لب العصاب (زهران، 1977، ص 231) ثم أضاف إلى ذلك عوامل المحيط والظروف. وأخيرا توصل إلى أن العصاب لا ينشأ عن سبب معين واحد بل بضعة عوامل جنسية أولا وتربوية ومحيطية ثانيا (الدباغ، 1977، ص 29) وعلى وفق هذه النظرية فان ذو الشخصية العصابية عادة ما يبني خطة تكيف للحياة على أساس الهروب والتجنب. فالمواقف التي تستثير انفعالاته الشديدة غير المحتملة تتحول إلى أشياء كأنها غير موجودة بفعل لبتجنب ولما كانت مصادر القلق والخوف في حياة العصابيين متنوعة ومنتشرة فانهم يتحولون في النهاية إلى كائنات عاجزة انسحابية، وتتقلص حياتهم إلى حلقات ضيقة. وقد انتبه فرويد إلى هذه الحقيقة منذ فترة غير قصيرة فوصف حياة العصابيين بأنها حياة تخلو من الاثارة وتمتلىء بالكف والقيود كما ا، حياة الاعصابيين تتحول نتيجة للهروب والانسحاب إلى الاغتراب والانفصال. والشخص المغترب عادة ما يتجه إلى تجنب المواقف بدلا من مواجهتها ولهذا يتحول المغترب إلى شخص يكتفي بملاحظة الحياة بدلا من أن يساهم فيها بشكل نشط.

والشخصية العصابية قد تبدو في الظاهر ومن وجهة نظر الآخرين شخصية هادئة سهلة، يعتمد عليها. وذلك لان كثيرا من العصابيين بانسحابهم عن العالم وبتوجيههم لانفسهم كمراقبين للعالم يتجنبون الصراع من أجل المادة أو المركز أو القوة، ويتجنبون أن يطلبوا من الآخرين اسداء خدمة، وأحيانا ما يرفضون حتى الخدمة اذا ما قدمت لهم لانهم قد يحتاحون إلى الرد الجميل، والاعتراف بالعالم والدخول في علاقات اجتماعية نشطة.كما ا، من العصابيين من يعجز عن اقامة علاقات اجتماعية بغيره اقوم على الثقة المتبادلة والتفهم، ولهذا تضعف قدرتهم على الاخذ والعطاء بشكل عام (ابراهيم، 1994، ص 408).

كما ان الشخصية العصابية تجد صعوبة واضحة في التعبير الحر عن الانفعالات وتتطلب في كثير من علاقاتها الاجتماعية اتصالا ايجابيا نشطا بالاخرين ولهذا فهي تتطلب قدرا من تبادل المشاعر الود أحيانا، والغضب أحيانا

أخرى، أو الضيق، أو الاعجاب وتقل قدرة العصابيين على تبادل المشاعر بسبب عجزهم عن التعبير الحر عن الانفعالات وتأكيد الذاتن، ولهذا نجد أن العصابي يقمع رغبته في التعبير عن مشاعره الحقيقية امام الآخرين، ويكتم معارضته واختلافه أو يرغم نفسه على قبول الاشياء التي لا يحبها–أو يعجز عن التعبير عن الحب والاستمتاع بالاشخاص أو الاشياء التي يحبها لذلك فان هكذا شخصية تتذبذب في حياتها بين الخضوع والعدوانية والتجنب (إبراهيم، 1994، ص 409) ومن وجهة نظره ربيما كان اضطراب الشخصية التجنبية ناجما عن رغبة مبالغ فيها لتلقي الحب والقبول أو عدم تحمل الانتقاد أو الرغبة في اسلوب الحياة المقيد للتوصل إلى الاحساس بالسيطرة كما اشار إلى ذلك **Pillips** فيلبس و **Gunderrson** وكاندرسون. (**Gunderson & Phillip , 1995).p.1455) .**

3–نظرية كارين هورني **Karin Homey**:

لقد صنفت هورني الأفراد في اتجاهاتهم نحو الآخرين وعلاقته بهم إلى ثلاث أساليب هي:

التحرك نحو الآخرين: وتؤلف الحاجة إلى المحبة والاستحسان، والحاجة إلى شخص آخر شريك جوهر التحرك نحو الآخرين.

التحرك ضد الآخرين: فان الحاجة إلى القوة والسلطة والاعتراف الاجتماعي والطموح تمثل جوهر هذا التحرك.

الابتعاد عن الآخرين: وتشكل تاحاجة إلى الاكتفاء الذاتي محورا أو جوهر هذا الاتجاه ويتصف هذا النوع من الاشخاص بالميل إلى العزلة، والابتعاد عن أقامكة علاقات حب أو كره أو تعاون مع الآخرين، وتدفعهم عزلتهم إلى الاعتماد على امكاناتهم الذاتية. ولذلك فهم يجهدون أنفسهم لتنمية قابلياتهم ومهارتهم. أنهم أشخاص لديهم حاجة ملحة للخصوصية وهم حساسون أكثر مما ينبغي لأي شيء يقيدهم. وى يتنافسون مع الآخرين من أجل التفوق.(صالح، 1997، ص ص 55–56).

كما ان انماط الشخصية الثلاثة لدى هورناي تستند إلى النمط السائد في الارتباط مع الاخرين وهي:

النمط المذعن–المتنازل: وينجم عن عملية دفاعية هي التشبث بالاخرين. ومثل هؤلاء الاشخاص يتملقون الآخرين كسبا لرضاهم، وسخضعون أنفسهم للآخرين ولا يرغبون في المعارضة أن يخسروا عطفهم.

النمط العدواني–المتعاظم: وينجم عن التحرك ضد الاخرين ويضع اعتمادا كبيرا على السلطة والسيادة كوسائل لتحقيق الامن.

النمط المنفصل، المستسلم: ويمجم عن التحرك بعيدا عن الآخرين وأن بتجنب كلا من الاتكال والصراع، وهؤلاء هم أشخاص من نوع خاص جدا (منعزليين جدا) (**Weiner & Mohl, 1995, p.497**). وقدد وجدت هورناس (1995) بان هناك مرضى كانوا بتصفون باجهاد وقلق وتوتر لايطاق في صحبة الناس الآخرين فتصبح العزلة نتيجة لذلك هي الوسيلة الاساسية لتجنبه.

4 –نظرية لاري سيفر **Larry Siever**:

أن ظهور الطب النفسي الاحيائي ازدياد طرائق دراسة الفسلجة العصبية قد اصبح الاندفاع الحالي في محاولات التوصل إلى أساس أحيائي يمكن من الكشف عن طريقة أفضل في تصنيف الشخصية. وقد تزايدت الادلة حول وجود مساهمة وراثية كبيرة في الاصابة بالشخصية المضادة للمجتمع وامكانية توارث سمات الشخصية السوية ومما دفع هذا التوجه إلى دراسة التوائم اجابة الزايكوت (المتماثلة) الذين نشأوا على نحو مستقل عن بعضهم البعض، أن نظرية لاري سيفر **Larry siever** نعبر عن مثل هذا الاتجاه في تصنيف الشخصية، إذ أن هذا الانموذج يقترح نظام تصنيف مستند إلى استعدادات وراثية أساسية، واستعدادات متعلقة بنشاط النواقل العصبية

وفي نظام سيفر **Siever** تكون نشاط النواقل العصبية مقيدة بأربع أنواع من اضطرابات المحور الاول من دليل **DSM**. أن الكلام عن ثلاث أو أربع تقسيمات فقط بتلائم مع العدد الصغير نسبيا من أنماط الشخصية التي ظهرت من دراسات منهج التحليل العاملي ويرى سيفر أن تعديل القلق وهوما أطلق عليه اضطراب الشخصية التجنبية، ناجم عن الاستثارة اللحائية في منطقة الجهاز العصبي الودي والمعروف ان لهذا الجهاز ودور في تثبيط بعض الفعاليات السلوكية والجسمية وعليه فان زيادة استثارة خلايا هذا الجهاز كما يرى سيفر تسبب زيادة في عمله أي زيادة في تثبيط السلوك وهو ما يتجلى في صورة السلوك التجنبي ومن التسمية التي استعملها سيفر **Siever** يتبين بأن اثر هذه الاستثارة يتركز بالاساس على جانب القلق. كما هو موضح في جدول (4) أدناه:

جدول (2)

تقسيم سيفر **Siever** لاضطرابات الشخصية من المنظور الإحيائي–الوراثي

متغير الشخصية	الفسلجة المرضية	ما يماثله في دليل DSM
1- التنظيم المعرفي	عجز الانتباه ومعالجة المعلومات؛ النشاط الدوباميني	ذات النمط الفصامي
2-التعديل العاطفي	النشاط النورادرناليني	الحدية
3-السيطرة على الباعث	النشاط السيروتونيني؛ النشاط النورادوناليني	المضادة للمجتمع، الحدية
4-تعديل القلق	الاستثارة اللحائية والودية والسمبثاوية	التجنبية

(Gunderson & Phillips , 1995, pp.1930–1431).

المحور الثاني : الذاكرة الانفعالية

التمهيد:

أن الذكريات الانفعالية تبدو أكثر إثارة ووضوحاً من غيرها من الذكريات، فبينما نجد أن الفرد لا يتذكر ما قاله الأب أو الزوج أو الطفل في الليلة الماضية من كلام عابر، إلاّ أنه يتمكن من تذكر ملابسات ليلة الامتحان قبل عشرين سنة، وهذا يدعم الفرضية التي تشير إلى أن الأحداث الانفعالية هي أكثر تذكراً من المحايدة لما تمتلكه من قدرة على الإثارة حتى وأن كانت تحمل تفاصيل بصرية دقيقة، وهذا يعود إلى أن الدماغ يقوم بتقويم هذه الذكريات ودرجة أهميتها، وبالتالي الاحتفاظ بها وبشكل يجعل هذا النوع من المعلومات يمتلك القابلية على العودة أو استرجاعه من قبل الشخص بشكل دقيق، وعلى هذا الأساس يمكن القول أن دقة الذكريات الانفعالية تعتمد بدرجة كبيرة على دقة التقويم المعرفي لها حيث نجد أن الموضوع المهم يحتل مكاناً مهماً في حياة الفرد مما يجعل الاستجابة له بشكل إيجابي أكثر من الموضوعات المحايدة أو غير المهمة منها **(Sharot, 2005, p1)**.

ولاشك أن الانفعالات وأن كان لها أثر بليغ في توجيه التفكير والسلوك وكذلك في العمليات العقلية كالإدراك والتذكر وتداعي المعاني وتكوين أو تعديل المعتقدات، فأن تأثير العوامل الوجدانية يبدو واضحاً بشكل كبير في استدعاء بعض الذكريات دون غيرها، أو في توجيه نشاط الذاكرة، حيث تجذب الانفعالات المتبلورة الاحساسات

والعواطف التي تتسق معها بعملية تعرف بـ(تبلور العواطف) (**crystallization**)، فالإنسان عندما يستولي عليه الحزن، يميل إلى تذكر كل ما أصابه في الماضي من أحداث مؤلمة، وعندئذ فهو لا يعود يفكر إلاّ فيما يحيطه من أسباب الهم، فالحزين يجد فيما يصادفه من مواقف مادة تذكي في داخله الذكريات الأليمة، أما الإنسان الذي يستولي عليه الفرح تصطبغ تأويلاته للأشياء بانفعال الفرح المسيطر عليه، ومن هذا يتضح أن عمليات الذاكرة تتأثر بمقدار ما تثيره مادة الحفظ والحوادث التي شاهدها الإنسان من رغبة وحالة انفعالية راهنة خاصة في سهولة وسرعة استدعاء الذكريات وتثبيتها في الوقت نفسه (مراد، 1966، ص168- 169).

وإذا كانت الذاكرة تقوم بتشفير وفهرسة المعلومات على هيئة شبيهة بما نسميه بالملف (**file**) وكما موجود في الحاسوب إذ يقوم الدماغ بخزن الذكريات في نظام من هذه الملفات (**A system of files**)، فأن الاعتقاد السائد في السابق قد أكد على أن هذه الملفات لا تحتوي إلاّ على المعلومات أو البيانات (**Argermbeauetal,2002,p81-94**)، لكن الدراسات الحديثة في علم الأعصاب قد أشارت إلى أن هذه الملفات لا تقتصر على حفظ البيانات فقط وإنما تحتوي على الانفعالات التي اقترنت مع هذه البيانات (**Ericetal,2003,p439-447**)، وعليه فأن في الذاكرة سيكون جزئين هما معلومات الفرد حول الحدث ومشاعره في تلك اللحظة (**Fletcheretal,2001,p43- 48**).

كذلك فقد تم في العقد الأخير من القرن العشرين تحقيق إنجازات كبيرة في مجال علم النفس المعرفي والعصبي المتعلق بالذاكرة بشكل عام والذاكرة الانفعالية بشكل خاص من خلال التقدم الهائل في مجال الدراسات في هذا الخصوص، عندما ركزت أكثرها على مسألة إدراك وتقييم المثير الانفعالي عن طريق المعالجة الانفعالية للمثير استناداً إلى ما تحمله الذاكرة الانفعالية من خزين معرفي (**Dolcosetal,2006,p1-12**) .

وفيما يأتي استعراض الأساس الفسلجي للذاكرة الانفعالية والكيفية التي تتشكل بها الذكريات الانفعالية، وعلاقة الذكريات الانفعالية بأنماط أخرى من الذكريات، والنظريات التي تناولت دراسة الذاكرة الانفعالية وعلاقة الذاكرة الانفعالية ببعض المتغيرات النفسية والديموغرافية والنظريات التي تناولت الذاكرة الانفعالية وكما يأتي:

أولاً : الأساس الفسيولوجي للذاكرة الانفعالية:

لقد أشار مكا (**Mccaugh**)، 2003 إلى أن العلاقة المتبادلة بين الذاكرة والانفعال في تكوين الذكريات الانفعالية تتم عن طريق اللوزة (**Amygdala**) التي تسهم في تشفير وخزن التجارب الانفعالية إلى حد كبير، (**Mccaugh, 2003, p2-3**)، كما أضاف لويس (**Louise**) عام 2002 أن هناك دوراً للتفاعل بين اللوزة وحصان البحر (**Hippocampus**) في تشفير وخزن الذكريات الانفعالية أثناء التعرض إلى مستويات عالية من الإثارة الانفعالية أو الإجهاد الانفعالي الشديد، والعودة إلى نشاط اللوزة وحده يكون كفيلاً باسترجاع المثيرات والمشاعر المرتبطة بالأحداث الانفعاليةعند روايتها شفوياً، كما ان التعرض المستمر للأحداث المؤلمة نفسياً وتكوين نوع من الخبرة في التعامل مع هذا النوع من الأحداث هو مسؤولية اللوزة أيضاً، (**Louise,2002,p1**) (النعمة والعجيلي ، 2004 ، ص93-96) ، إذ تخلف خلايا الدماغ تأثيرات تنتقل من خلية عصبية إلى أخرى عبر شبكات من الدوائر العصبية المعقدة التي ترتبط ببلايين الخلايا العصبية (**Boyd, 2004, p15-17**) .

وإذا كان منور وآخرون (**Minoretal**)، 2004 قد وجدوا أن قلة مستويات الكورتزول (**CortisoL**) هي السبب في الانشغال بالذكريات الانفعالية الكئيبة، وأنها السبب وراء التحيز الإدراكي السلبي أثناء استقبال المعلومات الانفعالية من الآخرين أو المعالجة السلبية والتشغيل السلبي للبيانات ، (**Minoretal,2004,p27**)، فأن الأشخاص المكتئبين على سبيل المثال يستجيبون بشكل لا ارادي للمحفزات الانفعالية التي تعبر عن الغضب

والخوف والحزن وبطريقة تجعلهم يستدعون الذكريات الانفعالية السيئة في حياتهم من خلال المعالجة الاجترارية (RuminativeProcesses) (Cooney & etal, 2004, p28-29) .

كما أن كل من رابكساك وآخرون (Rapcsaketal)، 2000 ونادر وآخرون (Naderetal)، 2000 قد اتفقوا على أن اللوزة تكون نوعاً من البروتين يكون مسؤولاً عن تشكيل الذكريات الانفعالية بعد فهم المحفزات الانفعالية وخاصة في الذكريات الانفعالية للمواقف المخيفة، كما أن هذا البروتين مهم في عملية تعزيز هذه الذكريات بعد استعادتها أو استرجاعها (Rapcsaketal,2000,p1) (Naderetal,2000, p406).

فللوزة دور مهم في إثارة الإحساس بالخطر وتحديد ماهيته وبالتالي الابتعاد عن مصدره، حيث ان الذاكرة الانفعالية السلبية تخزن في مداها الطويل نوع الخطر أو كل ما يمكن أن يسبب الإحساس بالخوف ،كذلك نجد أن أولسون (Olson)، 2005 قد توصل إلى أن الجين المسمى بـNeuroD2 كان المسؤول عن ضعف اللوزة في تخزين الأحداث الانفعالية مما أدى إلى ضعف تطوير رد فعل الخوف لدى الفرد، وهذا ما يفسر لجوء بعض الأفراد إلى سلوك المجازفة أو البحث عن المغامرة (Risk- Seeking Behaviour) كتسلق المكانات المرتفعة أو التزلج على الجليد عند المنحدرات الخطرة ، بينما يجعل الآخرين يفضلون قراءة الكتب و الابتعاد عن حياة الصخب والضوضاء المثيرة انفعالياً، وبالتالي فأن بعض الناس يلجؤون إلى تحقيق الاستثارة الانفعالية ، بينما يلجأ البعض الآخر إلى تحقيق حالة من الهدوء والاستقرار الانفعالي (Olson, 2005, p6) .

كما نجد أن المنطقة المسؤولية عن مقاومة الذكريات الانفعالية السيئة والعنيفة هي اللحاء (Ventromedial) قبل الدماغ الأمامي إذ تمكن الإنسان من تجاوز الذكريات الانفعالية المرهقة خاصة بعد المرور بصدمة عنيفة، وهذا ما يفسر إمكانية تجاوز بعض الأفراد للمحن بسهولة، بينما يستسلم الآخرون بسهولة لآثار اضطراب ما بعد الصدمة المتمثل بالشعور بالكآبة واضطرابات النوم وتجنب كل ما يمكن أن يثير ذكريات الحدث الصادم (Milad & etal, 2005, p2-3)، فضلاً عن تأثر النساء من الناحية المزاجية عند اقتراب فترة الحيض نتيجة الاختلاف في الإفراز الهرموني إلى الدرجة التي تجعلهن أكثر استثارة انفعالياً عند التعرض للمثيرات التي تحفز الذكريات الانفعالية السلبية لديهن (Silbersweig & etal, 2005, p2-3) (Milad & etal, 2005, p2-3) .

وقد وجد سلبرسويج (Silbersweig) ، 2006 أن (75%) من النساء يعانين من الاضطرابات الانفعالية قبل فترة الحيض بأيام وبدرجات مختلفة، بينما نجد أن (25%) منهن قادرات على تفادي هذه التقلبات المزاجية الشهرية والابتعاد عن اجترار الذكريات الانفعالية السلبية(Silbersweig , 2006, p1-3).

ثانياً : الكيفية التي تتشكل بها الذكريات الانفعالية:

لقد أشار بياجيه إلى طريقة اكتساب الطفل الذكريات الانفعالية أثناء المرور بمرحلة النشاط الحسي الحركي من خلال لعبة إسقاط الأشياء والتقاطها ثانية كإسقاط الدمية والتقاطها مرة أخرى، فالطفل في هذه المرحلة يبحث عن الأشياء الجديدة حيث يستبدل الدمية بشيء آخر قابل للكسر ويسقطه، وعند مواجهته بلحظة غضب من الوالد فأن ذلك يدعوه إلى تقليد الاستجابة الانفعالية التي شاهدها وتمثلها على هيئة سكيما أو مخطط، وهكذا يتعلم الطفل من خلال خزن الاستجابات الانفعالية وتكرار نفس السلوك الانفعالي بعد عدة أيام، أما في حالة غياب النموذج الذي يحاكيه، فأن المحاكاة المرجأة تشير إلى إمكانية تكوين الأطفال للتمثيلات الانفعالية للأحداث أثناء العامين الأول والثاني من أعمارهم (دافيدوف، 1982، ص388) .

وإذا كانت الخبرة الانفعالية تشفر عن طريق الذاكرة الانفعالية حيث يتم خزنها حتى تتم مواجهة المثيرات الانفعالية أو أي عنصر من العناصر المكونة للحدث الانفعالي الأصلي الذي يكون كفيلاً بإثارة الذكريات الانفعالية من جديد وظهورها على هيئة استجابات انفعالية تتناسب شدتها مع اهمية الموقف المثير انفعالياً، فأن باراد **(Barad)**، 2004 قد أيد مسألة اكتساب الذكريات الانفعالية عن طريق عملية الاقتران الشرطي، حيث بيّن أن عملية الارتباط بين المثير الانفعالي والمثير المحايد تجعل المثير المحايد قادراً على إثارة نفس الاستجابة التي يثيرها المنبه الانفعالي الأصلي، فإذا كان المثير الانفعالي غير سارا أو مخيف أصبح بإمكان المثير المحايد إذا ما اقترن معه عدة مرات أن يثير الفزع في نفس الفرد ، وبنفس الطريقة يمكن إطفاء هذه الاستجابة عن طريق اقتران المثير المحايد بمثير سار بدلاً من المثير غير السار **(Barad,2004,p1-2)** (هولس وآخرون ،1983 ،ص27) .

كما وجد تورنيو **(Tourneau)** ، 2006 ان القوة العاطفية للروائح مرتبطة بالذكريات الانفعالية ، حيث ان الاحساس بالرائحة يستحضر الذكريات الانفعالية التي اقترنت بها ومن الممكن ان تستخدم هذه الطريقة لكشف الاضطرابات الانفعالية التي يعاني منها الشخص عن طريق المواجهة الصريحة مع الذكريات الانفعالية التي تجعله يتجنب رائحة معينة **(Tourneau,2006,p1-2)** ، وتوصل روتنبرك وريكارت (**Routtenberg&Rekart**) ، 2005 بهذا الخصوص الى ان الاقتران بين رائحة وحدث انفعالي يجعل هذه الرائحة تستثير تفاصيل هذا الحدث لاحقاً ، حتى وان كانت عملية الاقتران بين رائحة غير لطيفة وحدث لطيف فإنها ستكون مصحوبة بمشاعر السرور اثناء استنشاقها من خلال مايتم صناعته من بروتين في الذاكرة الانفعالية بعيدة المدى (**Routtenberg& Rekart , 2005, p1-2**) .

وهذا يعد بداية تشكيل الذكريات الانفعالية من وجهة نظر واطسون **(Watson)**، 1919 حيث تمكن من تعليم الخوف من منبه معين للطفل البرت **(Allbert)** بواسطة الاشتراط الاستجابي، وبنفس الطريقة استطاع إزالة المخاوف التي تم اشتراطها، وعليه فقد وجدت دافيدوف أن الكيفية التي تتكون بها المخاوف الإنسانية تكون في الأغلب عن طريق غير مباشر، فضلاً عن اقتران المثيرات المخيفة مع المثيرات المحايدة لإكساب المحايدة صفة المثير الأصلي، وبما أن الإنسان مخلوق معرفي فإنه يتخيل كل ما يمكن أن يكون مخيفاً في المثير من خلال ما يسمعه من قصص ويشاهده من صور وتحذيرات، فضلاً عن أن هناك مخاوفاً مشتركة لدى بني البشر حيث تحتل قائمتها مصادر الخوف الآتية : القتلة والموتى والقنابل الذرية والزلازل والبراكين والحروب وكوارث الطيران فضلاً عن الحيوانات المفترسة كالأسود والنمور والحيوانات الخيالية، وذلك لتكرار اقترانها وارتباطها بالمثيرات المرعبة والقصص المخيفة في الوسط المحيط (دافيدوف، 1982، ص203- 204) ، كذلك فقد اوضح دكسن مسألة الخوف من المجهول التي من الممكن ان تسيطر على سلوكيات الفرد اذا ما خضع لسيطرة اللاوعي الانفعالي (**Lechnar,1983,p5**) .

كذلك فقد بين ماركوس **(Marcus)**، 2002 أنّ الوراثة تكون مسؤولة عن تزويد الفرد بالجينات التي تهيؤه للاستجابة للمثيرات الانفعالية وفي الوقت نفسه وجد أنه لتعلم الاستجابة الانفعالية من البيئة المحيطة دوراً لا يمكن إنكاره في تزويد الفرد بإمكانية تقييم المحتوى الانفعالي للوجوه وهو أمر مكتسب من البيئة أكثر مما هو موروث وعليه تتعاون كل من الوراثة والبيئة في تشكيل الذكريات الانفعالية لدى الفرد **(Marcus, 2002, p1- 2)**، كما بين ثوماس **(Thomas)** أن الناقل العصبي المسؤول عن تشكيل الذكريات الانفعالية هو **(Orepinephrine)** إذ إنه السبب في مواجهة الأفراد المصابين باضطراب ما بعد الصدمة للتدخلات المزعجة

من الذكريات الانفعالية، لكنه ليس المسؤول عن التعزيز طويل الأمد للذكريات الانفعالية **Barad, 2004, p2** ().

كذلك فقد تناول تسين **(Tsien)** ، 1999 مسألة تكوين الذكريات الانفعالية السمعية عن طريق عملية الاقتران الشرطي أيضاً حيث وجد أن اقتران نغمة معينة مع الإحساس بالألم يولد الشعور بالضيق عند التعرض لنفس هذا المثير لاحقاً (النغمة الموسيقية) مما يجعل الفرد يتجنب مثل هذه المثيرات المؤلمة لأنها تثير لديه هذه الذكريات الانفعالية المزعجة **(Tsien,1999,p3)**، كما توصل بايوم كارتنر وآخرون **(Baumgartner,etal)** 2006، إلى نتيجة مشابهة فيما يتعلق باقتران المثيرات الانفعالية بالموسيقى والذي من شأنه أن يستدعي المشاعر العاطفية القوية للتجارب الانفعالية التي عاشها الفرد في السابق، وهذا ما يجعل استخدام الموسيقى في الأفلام محفزاً قوياً لزيادة المعايشة مع التجارب الانفعالية التي يتم عرضها أمام المشاهد لتلك الأفلام (**Baumgartner, 2006, p11- 12**.

النظريات التي تناولت الذاكرة الانفعالية

النظرية الاجتماعية الانفعالية: **Socioemotional Theory** لجونستون وآخرون ، **Johnston etal** ، 1979

لا شك أن للتجارب الانفعالية التي أكتسبها الإنسان عبر حياته آثار مهمة في تطوير عمل الدماغ، فالارتباطات العصبية التي تكونها الذكريات الانفعالية لها دور مهم في عملية تنظيم العالم الداخلي للفرد لتعامله بشكل مجدي مع العالم الخارجي وذلك من خلال تفاعله الاجتماعي مع الآخرين بوسائل تتمثل بعملية الاتصال وجهاً لوجه، أو الاتصال الشفوي والقدرة على تقييم الرسائل الصوتية والتعابير الوجهية، فمن خلال الاتصال العيني الانفعالي يتمكن الإنسان من تفسير أو نقل واستقبال الرسائل بينه وبين أفراد جنسه البشري، وبالتالي فأن هذه الاتصالات الانفعالية ضرورية لفهم الآخرين والتعامل معهم **(Kranzberg, 2001, p1-4)(Charles,2003,p310-324**.

كما ان الفهم الاجتماعي لا يتم إلا من خلال استخدام النماذج الاجتماعية للتعابير الوجهية للاستدلال حول المزاج أوالشعور بالألفة ، **(Serqietal,2004,p11-12)**، حيث وجد كل من هونكَ ولو **(Huang&luo)**، 2006 أن الإنسان حساس إلى كل ما هو سلبي من الناحية الانفعالية عند فهمه لانفعالات الآخرين، وفي تقييمه للمعالجة الانفعالية لاحقاً، ويرتبط ذلك بفترة الانتباه إلى المثير الانفعالي وتقييمه ووجود الاستعداد المناسب لرد الفعل الانفعالي لدى الفرد **(Huang & luo, 2006, p12)** .

وهكذا نجد أن فهم الانفعالات يتطلب وجود معرفة انفعالية من خلال القدرة على التمييز والإدراك الانفعالي، وقد عبر كل من ماير وسالوفي **(Mayer & Salovey)**، 2005 عن أمكانية تنظيم وإدارة المعلومات الانفعالية في النفس وفي الآخرين وذلك من خلال سلاسل البيانات الانفعالية التي لديها الإمكانية على الانتقال من حلقة لأخرى تبعاً لمتطلبات الموقف الانفعالي، فضلاً عن ذلك كله أنه لا يمكن أن يتم بدون الاستناد إلى التعلم والتذكر الانفعالي وعلى وجه الخصوص في تشكيل التعابير الوجهية الانفعالية، وفي عملية قراءة انفعالات الآخرين، وفي الوقت نفسه أثناء التفاعل الاجتماعي الفعال حيث تعمل الذاكرة الانفعالية على ترجمة التجارب الجديدة المرتبطة بالإثارة الانفعالية والرد عليها، فهي المركز التنفيذي للتجارب الانفعالية عند الاتصال مع الآخرين وعند حل

المشكلات والميل إلى اتخاذ القرارات وفي تعلم المهارات الاجتماعية الانفعالية وفي اختيار أساليب التعلم الفعالة(**Mayer & Salovey, 2005, p2-3**).

نظرية سكوير (**Squire**، 1992):

لقد أوضحت كتابات سكوير عن الذاكرة الانفعالية تعاون الحواس الخمسة في خزن آثار التجربة الانفعالية عن طريق القدرة المدهشة لتحويل الطاقة من شكل إلى آخر (كالصوت والطعم والملمس والرائحة من خارج الجسم ونسبة الكلوكوز ودرجة الحرارة من داخل الجسم)، وكذلك عن طريق الاقترانات الشرطية مع المنبه نجد أن الشعور بالتهديد يرتبط بصوت أو صورة أو رائحة معينة، وهذا كفيل بإثارة كل ما يرتبط به من ذكريات انفعالية سيئة أو جيدة بحيث يمهد إلى رد الفعل الاوتماتيكي تجاه عدد من المثيرات التي حدث معها الاقتران الشرطي، وبالتالي يتم منه ترجمة أو تفسير كل من هذه المثيرات الشرطية بعد الاتصال بالمناطق اللحائية التي تجعل الفرد قادراً على التفسير من خلال الاستناد إلى عدد من التجميعات الادراكية المعقدة أو الارتباطات المعرفية المعقدة (**Complex Cognitive Associations**) التي تسمح بتفسير الحالة الداخلية للقلق مثلاً أو بعد أن يتم خزن ذكريات الحدث المؤلم في الذاكرة الانفعالية (**Squire,1992,p1-3**) (**Nielsen, 2001,p1-2**).

وإذا كان سكوير قد أطلق على رد الفعل الفوري بـ (رد الفعل الانعكاسي) الذي يتكون بعد إحساس وإدراك وخزن عناصر الرد الفوري للتهديد، فأن ذلك قد يكون على هيئة استجابة سريعة جداً للإشارات الحسية المهددة فعلاً، كسحب الإصبع لإبعاده عن المثير المحرق بعد أن كان قد أحترق لهذا السبب في السابق أو بعد أن يتم خزن الأنماط السابقة للمثيرات الحسية التي ترتبط بالتهديد أو بالتجارب السيئة، فالذي قاتل في الحرب مثلاً يكون لديه رد فعل فوري (انعكاسي) لصوت المروحية، كذلك فأن ما يحدث في حالة التعميم لردود الأفعال في هذه المواقف الانفعالية يجعل اللوزة تعمل من خلال تجميع عدد من الارتباطات العصبية المعقدة في المناطق اللحائية من الدماغ والتي تسمح للدماغ بتمييز المعلومات الحسية المرتبطة بالتهديد بسرعة والتصرف إزاءها بسرعة أيضاً، وبالتالي لا يمكن استبعاد حدوث عملية التعميم الخاطئ للحدث المؤلم إلى حالات غير مهددة أخرى باعتباره أحدى الأخطاء التي قد تحدث في الذاكرة الانفعالية نتيجة للصدمة، وعليه سيكون التعميم عملية تكيفية للظروف التي تجعل من الإنسان حذراً تجاه أي مؤشر للتهديد إلى الدرجة التي تجعل لبعض المؤشرات الحسية أو المثيرات تشفيراً جينياً ينتقل عبر الأجيال، كالخوف الفطري من الأفاعي أو الشعور بالضيق عند سماع الأصوات العالية جداً وهي ما تسمى بالذكريات المتهيجة انفعالياً (**Flash Back Memory**) (**Squire,1992,p3-8**)

كذلك فقد بين سكوير بأن ما تحمله اللوزة من تجمعات إدراكية عصبية معقدة تسمح للفرد باجتياز مستويات مختلفة من الإدراك الانفعالي كتفسير المثيرات الانفعالية المهددة أو المؤلمة مثلاً أو تفسير التعابير الوجهية المعبرة عن الانفعالات، كما وجد سكوير أيضاً أن الفرد عندما يخوض تجربة مؤلمة انفعالياً، يتكون لديه جرس (**Brains Alarm**) **or** (**Wing of the alarm**) تستقر أعصابه في الدماغ المتوسط وساق الدماغ لديه حتى تعتمد اللوزة على تحسس هذه الأنظمة إلى إشارات التهديد أو مثيراته الداخلية أو الخارجية وخاصة لدى الأطفال حيث ترتبط بهذين النظامين الكثير من ردود الأفعال الانفعالية والسلوكية، وعليه نجد أنه عندما يتم خزن المعلومات في الذاكرة يتم تصنيفها إلى فئات تبعاً لطريقة إدراكها كالأسماء وأرقام الهواتف واللغات، أما عندما تقترن مع انفعالات كالحزن أو الخوف أو الفرح فإنها وفقاً لما تتركه من انطباع ستجعل الذكريات الانفعالية تحتل الصدارة وتبقى مستقرة على المدى الطويل (**Squire, 1992, p4-8**) .

وإذا كانت الذاكرة الانفعالية ترتبط بالذاكرة الحركية من خلال الاقترانات السلبية أو الإيجابية بين الفعل الحركي والانفعال كحركة اللمس بالشعور بالأمان والألفة الاجتماعية والهدوء أو طريقة تناول الطعام بالشعور بالانزعاج أو ركوب الدراجة بالسرور، فإن الأنماط الحركية التنشيطية المتكررة أثناء التعلم الانفعالي مهمة من أجل إحداث نوع من الإثارة الضرورية لحدوث هذا التعلم **(Squir, 1992, p3-8)** ، وفي الوقت نفسه تكون فيه حالة الإثارة الانفعالية والقلق عائقاً في حدوث التعلم الجيد وفي معالجة المعلومات الإدراكية بشكل سليم خاصة إذا ما كانت مواقف خاصة بالتعلم الاجتماعي والانفعالي، فالفشل في حل مشكلة ما يسبب العدوان أو يقدح انفعال الغضب زناده خاصة لدى الأطفال، كذلك عند القيام بعملية استدعاء المعلومات إذا كانت فاشلة خاصة في حالة استدعاء معلومات مهمة انفعالياً أو تجربة انفعالية، ولكن عند الخوض في تجربة مثيرة انفعالياً إلى درجة التهديد نجد حدوث استثارة في الخزين المعرفي بكل ما يمكن أن يتعلق بحل المشكلة المثيرة انفعالياً، حيث تنتزع هذه المثيرات ذات الحدة الانفعالية الشديدة كل ما يتعلق بحل المشكلة المهددة في الموقف الانفعالي الحالي **(Squir,1992,p8-9)** .

الفصل الثالث

اجراءات البحث

منهجية البحث

تم اعتماد المنهج الوصفي لكونه يتلائم مع مشكلة البحث الحالي وأهدافه ، ولتحقيق تلك الأهداف فقد تم تحديد مجتمع البحث وعينته ، وإعداد أدواته ومن ثم تطبيقها ومعالجة بياناتها إحصائيا وكما مبين فيما يأتي.

أولاً: مجتمع البحث وعينته:

أ- مجتمع البحث:

يتألف مجتمع البحث الحالي من طلبة جامعة بابل للدراسة الصباحية وللدراسة الاولية فقط، وقد بلغ عددهم الكلي (25131) طالباً وطالبة، إذ بلغ عدد الذكور (10536) طالباً وعدد الإناث (9595) طالبة بحسب إحصائيات مديرية التسجيل في الجامعة للعام الدراسي (2014 ــ2015) موزعين على (18) كلية ، وقد تراوحت أعمارهم ما بين (19-24)سنة جدول (3)يبين ذلك.

جدول رقم (3) يوضح مجتمع البحث واعداد الطلبة

التخصص	اسم الكلية	الدراسة الصباحية		
		النوع		
		ذكور	إناث	مج
التخصص العلمي	الفنون الجميلة	389	529	918
	الهندسة	645	918	1563
	العلوم	527	650	1177
	التربية الرياضية	57	499	556

	التربية للعلوم الصرفة	337	467	804
	طب الاسنان	317	244	561
	الصيدلة	169	375	544
	العلوم للبنات		904	904
	الادارة والاقتصاد	347	291	638
	التمريض	124	316	440
	هندسة المواد	174	327	501
	تكنلوجيا المعلومات	127	277	404
	هندسة مسيب	120	73	193
	الطب	323	653	976
التخصص الإنساني	الآداب	435	876	1311
	الدراسات القرآنية	252	553	805
	التربية / العلوم الإنسانية	1035	1968	3003
	التربية الاساسية	57	499	556
	القانون	709	470	1179
	الاجمالي	6144	10889	17033

ب- عينة البحث:

بعد تحديد الكليات والأقسام المشمولة بالبحث تم اختيار عينة البحث الأساسية بالطريقة الطبقية العشوائية المتعددة المراحل، إذ تم اختيار (4)كلية (2) علمية و(2) إنسانية ومن ثم تم اختيار قسمين من كل كلية وتم اختيار ثلاث صفوف من كل قسم هي(الثانية والثالثة والرابعة)وشعبتين من الصفوف الثلاثة ولكل كلية بطريقة عشوائية بسيطة و قد استخدم الباحث الكيس المثالي لاختيار العينة عشوائياً من كلا الجنسين والتي ستطبق عليهم ادوات البحث وذلك من قائمة أسماء الطلبة في الشعب المعينة، وقد تم اختيار (420) طالبا وطالبة ، وقد فقدت (7) استمارة وأهملت (13) استمارة أخرى لعدم إيفائها بالشروط اللازمة لاستكمال متطلبات البحث وذلك بسبب نقص المعلومات أو الاستجابات أو

كلاهما على مقياس واحد أو أكثر، وقد بلغ العدد النهائي لعينة البحث (400) طالباً وطالبة موزعين بحسب الكليات والأقسام والجنس كما مبين في جدول (4) .

جدول (4)

يوضح توزيع أفراد العينة بحسب الكلية والقسم والصف والجنس

الكليات	الأقسام	المراحل	عدد الطلبة		المجموع
			ذكور	إناث	
الهندسة	الكهرباء	الثانية	6	9	15
		الثالثة	8	8	16
		الرابعة	6	7	13
	الميكانيك	الثانية	6	9	15
		الثالثة	6	5	12
		الرابعة	8	9	17
العلوم	كيمياء	الثانية	6	10	16
		الثالثة	8	9	17
		الرابعة	6	8	14
	فيزياء	الثانية	6	9	15
		الثالثة	6	7	13
		الرابعة	7	10	17
الآداب	اللغة العربية	الثانية	6	18	23
		الثالثة	8	11	19
		الرابعة	7	10	17
	علم الاجتماع	الثانية	7	10	17
		الثالثة	6	7	13
		الرابعة	6	16	22
التربية للعلوم الانسانية	علم النفس	الثانية	6	19	25
		الثالثة	9	11	20
		الرابعة	8	10	18
	الانكليزي	الثانية	9	9	18
		الثالثة	7	10	17
		الرابعة	6	5	11
المجموع الكلي					400

ج- أدوات البحث (**Tools of Research**):

مقياس اضطرابات الشخصية التجنبية والذاكرة الانفعالية

لأجل اعتماد اداة لقياس اضطرابات الشخصية التجنبية لدى طلبة الجامعة تبنى الباحث مقياس (ناصر,2002) . ومقياس (الرواف , 2011) للذاكرة الانفعالية

صدق المقياسين (**Validity of scale**):

الصدق المنطقي(**Logical Validity**):ويتحقق هذا النوع من الصدق من خلال التعريف الدقيق لمتغيري البحث مقياس اضطرابات الشخصية التجنبية والذاكرة الانفعالية,وكذلك للمجال السلوكي الذي يقيسه المقياس ومن خلال التصميم المنطقي للفقرات بحيث تغطي المساحات المهمة لهذا المجال (**Allen& Yen ,1979 :96**), وقد عُدَّ هذا الصدق متوفراً في متغيرات

الصدق الظاهري (**Face Validity**):

يعبر الصدق الظاهري عن مدى وضوح الفقرات وكفاية صياغتها وملاءمتها للمجال الذي يحتويها ضمن المقياس، كما يعبر عن دقة تعليمات المقياس وملائمتها للغرض الذي وضعت من أجله(الإمام ،1990: 130),وهذا النوع من الصدق يشير إلى الدرجة التي يقيس فيها المقياس ما صمم لقياسه, وأن أفضل طريقة لاستخراج الصدق الظاهري هي عرض فقرات المقياس على مجموعة من الخبراء للحكم على صلاحيتها في قياس الصفة المراد قياسها (**Allen & Yen , 1979 : 96**) وقد تحقق هذا النوع من الصدق من خلال عرض فقرات مقياس اضطرابات الشخصية التجنبية والذاكرة الانفعالية بصيغتها الاولية والبالغة (59) فقرة لمقياس اضطرابات الشخصية التجنبية يجاب عنها باختيار احد البديلين (نعم ،لا) وقد تمت صياغة جميع الفقرات بالاتجاه الايجابي ويعد الشخص مصاباً باضطراب الشخصية التجنبية اذا ما توفرت لديه خمسة معايير او اكثر ويعد المعيار موجوداً لدى الشخص اذا ما اجاب بـ(نعم) على نصف فقرات ذلك المعيار او اكثر وقد عرف اضطراب الشخصية التجنبية هو نمط شامل من مشاعر عدم الكفاءة والقلق التوتر والانتقاص الاجتماعي والكف الاجتماعي والحساسية المفرطة وأسلوب الحياة المنعزل بسبب فقدان الأمن الجسدي ويبدأ بحلول سن الرشد المبكر".

و (50) فقرة لمقياس الذاكرة الانفعالية بحيث تكون كل مجموعة منها خاصة بفئة معينة من الصور والمطلوب اختيار البديل من بين خمس بدائل الذي ينطبق مع ما تستثيره هذه الصورة من انفعالات سلبية او ايجابية او فيما اذا كانت تلك الانفعالات محايدة ، من خلال وضع اشارة (√) تحت احدى البدائل الخمسة.

وبعد عرضها على عدد من المحكمين* في التربية وعلم النفس ليبدي كل منهم رايه حول كل فقرة من فقرات المقياسيين كونها صالحة في قياس ما وضعت لأجله ، و طلب من المحكمين ابداء آرائهم حول بدائل الاستجابة التي وضعت لتلك الادوات وبعد الحصول على اجابات الخبراء والذي يمثل فيه الاتفاق نوعا من انواع الصدق يسمى (بالصدق الظاهري) وبعد تفريغ الاجابات وملاحظات الخبراء على الفقرات اتبع ما يأتي :- طبق مربع كاي (كا**2**) على اجابات الخبراء فقبلت الفقرات التي يكون اتفاق المحكمين عليها (**0.75**) او اكثر وحذفت الفقرات التي حصلت على اقل من هذه النسبة ان وجدت كونها غير دالة عند مستوى دلالة (**0.05**) والجدولان (5 , 6) يوضحان ذلك .

جدول (5)

الخبراء الموافقين وغير الموافقين على صلاحية مقياس اضطراب الشخصية التجنبية باستخدام مربع كاي

أرقام الفقرات	عدد الخبراء		كأ المحسوبة
	الموافقين	غير الموافقين	
1-59	20	-	20
العدد الكلي للفقرات (59)			

جدول (4)

الخبراء الموافقين وغير الموافقين على صلاحية مقياس الذاكرة الانفعالية باستخدام مربع كاي

أرقام الفقرات	عدد الخبراء		كأ المحسوبة
	الموافقين	غير الموافقين	
1-50	20	-	20
العدد الكلي للفقرات (64)			

- قيمة مربع (كا2) الجدولية هي (3.84) عند مستوى (0.05).

التجربة الاستطلاعية:

بعد أن وضع الباحث تعليمات اداتي البحث تم إجراء دراسة استطلاعية لمعرفة مدى وضوح التعليمات والفقرات للأداتين من حيث الصياغة ومضمونها ومستوى الصعوبات التي قد تواجه المستجيبين لغرض تلافيها من قبل الباحث قبل التطبيق النهائي لهما، لذا قام الباحث بتطبيق المقاييس على عينة بلغ عددها (60) طالباً وطالبة في جامعة بابل بواقع (25) طالباً و (25) طالبة ، وقد تبين أن التعليمات والبدائل والفقرات واضحة ومفهومة وليس هناك حاجة لتدخل الباحث. .كما موضح في جدول (7).

ب - الثبات

يشير الثبات الى الاتساق في نتائج المقاييس ، والمقياس الثابت ، مقياس موثوق فيه ويعتمد عليه (**Kerlinger , 1973 , p . 42**) ويشير الثبات حسب راي (كورنباخ , **Cronbach**) الى اتساق درجات الاستجابات عبر سلسلة من القياسات (**Cronbach , 1974 , p. 126**) ويتحقق الثبات اذا كانت فقرات المقياس تقيس المفهوم نفسه وقد استخرج الثبات للمقياسيين:-

بطريقة اعادة الاختبار **Test-Re test**

ان معامل الثبات وفق هذه الطريقة هي عبارة عن الارتباط بين الدرجات التي نحصل عليها من جراء التطبيق واعادة تطبيق المقياس على الافراد انفسهم وبفاصل زمني لا يقل فترة اسبوعين بين فترتي التطبيق (**Anastasi , 1976 , p . 115**) ولحساب الثبات بهذه الطريقة قام الباحث بتطبيق المقياسيين على عينة من طلبة الجامعة بلغت (80) طالب وطالبة اختيروا بصورة عشوائية من كلية الآداب وكلية العلوم جامعة بابل وبعد فترة اسبوعين تم تطبيق الاداتين على الافراد انفسهم . وحسب معامل ارتباط بوينت باي سيريل بين درجات الافراد على مقياس اضطرابات

الشخصية التجنبية وقد بلغ (**0,84**) ،وعند استخراج قيمة معامل ارتباط بيرسون بين درجات الافراد على مقياس الذاكرة الانفعالية بلغ(**0,86**).

خامساً: الوسائل الإحصائية:

لقد تم استخدام الحقيبة الإحصائية في معالجة البيانات بواسطة برنامج الحاسوب (**SPSS**) لتحقق من الأهداف والنتائج في الدراسة الحالية هي:

- مربع كاي (**Q-Square**).
- معامل ارتباط بيرسون (**Coefficient Pearson Product – Moment Correlation**).
- معادلة الخطأ المعياري (**Standard Error Formula**).
- الاختبار التائي لعينة واحدة.
- الاختبار التائي (**T-Test**) لعينتين مستقلتين.
- معادلة سبيرمان براون التصحيحية (**Spearman Brown Formula**).
- الأختبار التائي لدلالة معامل الأرتباط.

الفصل الرابع

عرض النتائج وتفسيرها , الاستنتاجات , التوصيات , المقترحات :

يتضمن هذا الفصل عرضا لنتائج البحث الحالي التي تم التوصل إليها على وفق الأهداف ، وتفسيرها في ضوء الإطار النظري ونتائج عدد من الدراسات السابقة .

الهدف الأول : التعرف على مستوى اضطرابات الشخصية التجنبية لدى طلبة الجامعة.

بعد تحليل البيانات الخاصة بإجابات أفراد العينة البالغة (400) طالبا وطالبة لمقياس اضطراب الشخصية التجنبية تبين أن القيمة المحسوبة للوسط الحسابي قد بلغت (20,94) وهي أعلى من قيمة الوسط الفرضي للمقياس البالغ (18) وانحراف معياري قدره (7,943)ولغرض التعرف على الدلالة الإحصائية للفروق الظاهرة تم استخدام اختبار **(t)**، وتبين أن القيمة المحسوبة قد بلغت (7,409) وهي أعلى من قيمة **(t)**الجدولية والبالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ، كما مبين في الجدول(8) أدناه .

جدول (8)

قيمة المتوسط الحسابي لاضطراب الشخصية التجنبية والانحراف المعياري وقيمة اختبار **(t)**المحسوبة لعينة البحث الأساسية

عدد أفراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعيار	الوسط الفرضي	**(t)**المحسوبة	**(t)**الجدولية	مستوى الدلالة الإحصائية
400	20,94	7,943	18	7,409	1,96	(0,05)

وهذا يعني إن طلبة الجامعة لديهم اضطراب الشخصية التجنبية وربما يعزى ذلك إلى ما تتميز به المرحلة العمرية لأفراد عينة البحث الحالي – طلبة الجامعة– إذ إنها مرحلة تحول خطيرة من المراهقة المتأخرة الى مرحلة الرشد ولم تكن التنشئة الاجتماعية تسعفهم بان يكونوا مفهوم هوية لذواتهم يكون قادرين على تحمل مسؤولياتهم الاجتماعية وكذلك قد

يكون قلق المستقبل وعدم وضوح الاهداف لأغلب طلبة الجامعة جعلهم اكثر انعزال او اكثر احلام يقظة تحول دون تواصلهم الاجتماعي المباشر.

الهدف الثاني : التعرف على مستوى الذاكرة الانفعالية لدى طلبة الجامعة.

ولتحقيق هذا الهدف تم تحليل تحليل البيانات الخاصة بإجابات أفراد العينة في مقياس الذاكرة الانفعالية وتبين أن القيمة المحسوبة للوسط الحسابي قد بلغت (235,72) وهي أعلى من قيمة الوسط الفرضي للمقياس البالغ (192) وانحراف معياري قدره (31,574)ولغرض التعرف على الدلالة الإحصائية للفروق الظاهرة تم استخدام اختبار **(t)**، وتبين أن القيمة المحسوبة قد بلغت (27,692) وهي أعلى من قيمة **(t)**الجدولية والبالغة (1,96) عند مستوى دلالة (0,05) ، كما مبين في الجدول (9) أدناه .

جدول (9)

قيمة المتوسط الحسابي للذاكرة الانفعالية والانحراف المعياري وقيمة اختبار **(t)**المحسوبة لعينة البحث الأساسية

عدد أفراد العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المعيا	الوسط الفرض	**(t)**المحسوبة	**(t)**الجدولية	مستوى الدلالة الإحصائ
400	235,72	31,574	192	27,692	1,96	(0,05)

وبالنسبة للنتيجة التي تشير إلى أن طلبة الجامعة يتصفون بالقدرة على التذكر الانفعالي ، فقد اتفقت هذه النتيجة مع نتائج كل من دراسة دوبسون **(Dobson,2005,p1-3)** ودراسة دولكوس وآخرون **(Dolcosetal,2005,p1)**ودراسة بولزوكلين **(Bools&Klein,2003,p1-5)** ودراسة دولكوس وكارثي **(Dolcos&Carthy,2006,p1)** ودراسة بروزوفج وآخرون **(Brozovichetal,2004,p1-26)**

ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال تأكيد دولكوس **(Dolcos,2006)** على أن ذلك يعود إلى أن الفئة العمرية التي ينتمون اليها الشباب في المرحلة الجامعية تكون زاخرة بالانفعالات التي تجيش بها أحاسيسهم الغضة خاصة ، وأن الوضع المتوتر الذي يعيشه الشباب الآن في عصر ملؤه القلق والترقب وفقدان الأمان والاستقرار النفسي كفيل بتكوين اقترانات شرطية بنوعيها الإيجابي والسلبي نحو كل ما يمكن أن يواجهونه من مواقف حياتية سارة أو غير سارة ، فمن خلال مقاومة الضغوط اليومية العادية أو غير العادية وبشكل مستمر أو لمدة ليست بالقصيرة يصبح بأمكان أي مثير حتى لو كان محايداً استثارة الذكريات الانفعالية التي تكون قد ارتبطت بشكل مباشر أو غير مباشر بمواقف عاشها هؤلاء الشباب من قبل .

الهدف الثالث : التعرف على العلاقة الارتباطية بين اضطراب الشخصية التجنبية والذاكرة الانفعالية لدى طلبة الجامعة:

تحقيقا لهذا الهدف تم حساب معامل الارتباط بين درجات الطلبة للعينة الكلية البالغة (400) طالبا و طالبة على مقياس اضطراب الشخصية التجنبية و درجاتهم على مقياس الذاكرة الانفعالية وذلك باستعمال معامل ارتباط بيرسون ،حيث بلغت قيمة معامل الارتباط (0,67) ,دلالة معنوية معامل الارتباط فقد تم تحويل قيمة معامل ارتباط بيرسون إلى القيمة التائية المقابلة باستعمال الاختبار التائي الخاص باختبار معامل ارتباط بيرسون .وكما هو موضح في جدول (10).

جدول (10)

يوضح قيمة الاختبار التائي لاختبار دلالة معامل ارتباط بيرسون

العدد	قيمة معامل الارتباط المحسو	القيمة التائية		مستوى الدلالة
		المحسوبة	الجدولية	
400	0,67	15,436	1,96	0,05

الهدف الرابع : التعرف الى الفروق ذات الدلالة الاحصائية لاضطراب الشخصية التجنبية على وفق متغير الجنس (ذكور _ اناث) .

كان الوسط الحسابي لعينة الذكور المصابين باضطراب الشخصية التجنبية هو (37.9) والتباين (28.41) بينما كان الوسط الحسابي لعينة الاناث المصابات باضطراب الشخصية التجنبية هو (36.8) والتباين (53.6) وبعد استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ظهر ان القيمة التائية المستخرجة (0.808) لدى مقارنتها بالقيمة الجدولية هي غير ذات دلالة معنوية عند مستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (52) (11) .

جدول (11)

المقارنة في اضطراب الشخصية التجنبية على وفق متغير الجنس (ذكور . أناث)

ت	نوع العينة	الوسط الحسابي	الانحراف المغياري	القيمة التائية المستخرجة	القيمة الجدولية	مستوى الدلالة
1	ذكور	37.9	5.291	0.808	2.021	غير ذات دلالة معنوية
2	اناث	36.8	7.28			

الهدف الخامس :التعرف الى الفروق ذات الدلالة الاحصائية لاضطراب الشخصية التجنبية على وفق متغير الجنس (ذكور _ اناث):

كان الوسط الحسابي لعينة الذكور على مقياس الذاكرة الانفعالية (152) وانحراف معياري (14،21)، بينما كان الوسط الحسابي لعينة الإناث على المقياس نفسه (158) وانحراف معياري (10،88) ، وبعد استخدام الاختبار التائي لعينتين مستقلتين ظهر بأن القيمة التائية المحسوبة (4,72) ، وهي ذات دلالة إحصائية عند مستوى (0,05) ، مما يشير إلى أن الإناث يتفوقن على الذكور في القدرة على التذكر الانفعالي وجدول (12) يوضح ذلك .

جدول (12)

المقارنة في القدرة على التذكر الانفعالي على وفق متغير الجنس

ت	نوع العينة	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية المحسوبة	القيمة التائية الجدولية	مستوى الدلالة
1	ذكور	200 200	152	14,21	4,72		
2	إناث		158	10,88		1,96	0,05

فقد اتفقت هذه النتيجة مع نتائج دراسة كل من ماركوس **(Marcus,2002,p1)** ودراسة تورهان **(Turhan,2002,p1-3)** ودراسة جون وآخرون **(Juhnetal,2006,p1-2)** ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال تأكيد دولكوس على أن ذلك قد يعود إلى ما لدى الإناث من أحاسيس مرهفة تمكنهن من استشعار أي موقف ذو محتوى انفعالي وأن بدى خال من الانفعال ، وهذا كفيل بتكوين خزين من الذكريات الانفعالية السارة وغير السارة التي من الممكن أن تنتقل أو تقترن مصاحباتها الانفعالية من جديد بمواقف شبيهة لاحقاً ، كما أن الميول الأنثوية في البحث عن المواضيع المشحونة عاطفياً تعزز مثل تلك الذكريات بينما يميل الذكور إلى تذكر المواضيع ذات المحتوى الانفعالي الحاد فقط والابتعاد عن الاهتمام بغير ذلك من تفاصيل الحدث الانفعالي.

ثانيا / الاستنتاجات:

بذلك توصل الباحث الى الاستنتاجات التالية:

1-ان طلبة الجامعة لديهم اضطراب شخصية تجنبية .

2- ان طلبة الجامعة يتمتعون بذاكرة انفعالية .

3-لا يختلف الذكور عن الاناث في اضطرابات الشخصية التجنبية .

تتفوق الاناث على الذكور بالتذكر الانفعالي.

هناك علاقة ارتباطية طردية بين اضطرابات الشخصية التجنبية والذاكرة الانفعالية.

ثالثا / التوصيات:

في ضوء نتائج البحث الحالي , توصل الباحث الى التوصيات الاتية:

1- بناء برامج تربوية وإرشادية لتعزيز هوية الذات لدورها الفاعل في عملية الاتصال الاجتماعي مع الآخرين .

2- تضمين المناهج الدراسية مثيرات انفعالية تقترن مع الخبرات المعرفية كي يسهل تذكرها من قبل الطلبة لاحقاً لأنها ستكون جزءاً من الذاكرة الانفعالية ، فضلاً عن تضمينها مثيرات منشطة للذكريات اللاشعورية المعرفية كي يسهل استدعاؤها عند حل المشكلات أو إكمال فجوات الموقف المشكل .

3- العمل على التخلص من الذكريات الانفعالية السلبية من خلال التصريح الذاتي عنها أثناء كتابة المذكرات الشخصية أو للتخفيف من حدة ما تسببه من آلام أثناء تذكرها .

4- معالجة العقد المكبوتة في اللاشعور من خلال تحويل طاقة ذكرياتها اللاشعورية إلى أنشطة إيجابية تخفف من وطأة الكبت كالأنشطة الفنية والأدبية والرياضية الكفيلة بالتنفيس عن المحتويات السلبية للذكريات اللاشعورية

رابعا /المقترحات :

يقترح الباحث إجراء دراسة :

1- إجراء دراسات تتناول علاقة الذاكرة الانفعالية بأحد المتغيرات الآتية:

التشويهات الإدراكية أو بالذاكرة الاستطرادية أو بالأفكار المتداعية أو بتكوين الخطط المعرفية أو باتخاذ الأحكام المعرفية أو بالعمليات التصورية الحدسية أو باللاشعور المعرفي الشخصي أو بالشعور بالألفة نحو الأحداث أو بالذاكرة الضمنية أو بالتناشز المعرفي او بذاكرة الصدمة او بقلق الانفصال او بالذاكرة المزيفة .

2- إجراء دراسات أخرى مشابهة للبحث الحالي تتناول شرائح اجتماعية أو فئات عمرية أخرى ومقارنة نتائجها مع نتائج البحث الحالي .

إجراء دراسات تجريبية لاحقة تتناول تأثير متغيرات البحث الحالي في متغيرات نفسية أخرى كالتغير الإدراكي والشخصية الضمنية .

المصادر العربية:

إبراهيم، عبد الستار (1994) *العلاج النفسي الحديث قوة الإنسان*، الكويت: عالم المعرفة.

الامام , مصطفى محمود واخرون (1990) : التقويم والقياس : وزارة التعليم العالي والبحث العلمي ، جامعة بغداد , العراق .

جونسما، آرثر وآخرون (1997) *خطة العلاج النفسي*. ترجمة: عادل الدمرداش، القاهرة: دار اللواء للطباعة.

دافيدوف ، لندا . ل (1982) : مدخل الى علم النفس ، ط4 ، ترجمة سيد طواب وآخرون ،القاهرة ، دار مكجروهل للنشر .

الدباغ، جلال محمود (1976) فهرس الرسائل الجامعية. بغداد: منشورات كلية الآداب، جامعة بغداد.

الدباغ، فخري (1977) أصول الطب النفساني. ط2، الموصل: جامعة الموصل.

الرواف ، آلاء سعد لطيف كريم (2003) : اساليب المعاملة الوالية كما يدركها الابناء وعلاقتها بدافع الانجاز الدراسي لدى طلبة جامعة بغداد ، رسالة ماجستير ، كلية التربية للبنات ، جامعة بغداد .

زهران، حامد عبد السلام (1978) الصحة النفسية والعلاج النفسي. ط2 القاهرة: عالم الكتب.

صالح، قاسم حسين (1997) الشخصية بين التنظير والقياس. ط1، صنعاء: مكتبة الجيل الجديد.

طاهر ، شوبو عبد الله (1988) : الحاجات الارشادية لطلبة الجامعة المستنصرية وطرائق اشباعها ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة بغداد .

فهمي، خلدون وليد (1991) التوافق النفسي للأسرى العراقيين العائدين من الأسر. (رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة بغداد).

مراد ، يوسف (1966) : مبادئ علم النفس العام ، ط 5 ، القاهرة ، دار المعارف .

هولس ، ستيوارت وآخرون (1983) : سيكولوجية التعلم ، ترجمة فؤاد ابو الحطب وآمال صادق ، القاهرة ، دار مكجروهيل للنشر .

المصادر الاجنبية:

A.P.A. (1994-a-) *Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders.* 4th ed. Washington DC: American Psychiatric Association.

A.P.A. (1994-b-) *Diagnostic Criteria from DSM-IV.* Washington DC: American Psychiatric Association

Anastasi , A (1976) psychological testing , Macmillan , New York , implications , New York , publishers

. Buchanan, Tony. W. & etal (2001): Verbal and nonverbal emotional memory following unilateral amygdale damage .VOL.8, NO.6, PP.326-335.
Commings, S. (1980) Emotional Disorder, In: Rie, E. & Rie, D. (Eds.), Handbook of Minimal Brain Dysfunction: A Critical View. N.Y.: p.490.
Baumgartner .T, & etal (2006): The emotion and power of music: how music enhances the feeling of affective pictures, United Kingdom, anthonioo.
Boyd, Robert S. (2004): Moody brains: Music, art, food and more really do turn people on and off, Crossroads, Detroit Free Press .
Costa, P. & McCrae, (1995) Theories of Personality & Psychopathology: Approaches Derived From Philosophy & Psychology, In: Kaplan, H. & Sadok, B. (Eds.); Comprehensive Textbook of Psychiatry. Vol.1, 6th ed. Baltimore: William & Wilkins, pp.507-519.
Cooney, Rebecca& etal (2004): Differential neural response to subliminal and supraliminal emotional faces in major depression, Gotlib, Stanford University.
Durbin, Chaplain Paul. G (1999): Beware of false memories: Revised,
Derksen, J. (1995) Personality Disorders: Clinical And Social Prescriptive. Chichester: John Wiley & Sons.
Deary. I. & Power, M. (1998) Normal And Abnormal Personality. In: Johnston, E. et al. (Eds.), Companion to Psychiatric Studies. 5th ed. Edinburgh: Churchill Livingstone: pp.565-596.
Desmond, John .E & etal (2006): women have better emotional memory, Stanford University, Washington, State University of New York .
Fadem, B. (2000) Behavioral Science. 3rd ed. Philadelphia: Lippincort: Williams & Wilkins.
Fraser, W. (1997) The Psychiatry of Learning Disability. In: Murray, R. et al. (Eds.) The Essentials of Postgraduate Psychiatry. 3rd ed., Cambridge: Cambridge University Press.
Fletcher, P.C, & etal (2001): Responses of human frontal cortex to surprising events are predicted by formal associative learning theory, Nurture neuroscience, 4, p 43-48.
Huang .YX& Luo YJ (2006): Temporal course of emotional negative bias, San Diego, University of California
Gunderson, J. & Phillips, K. (1995) Personality Disorders. In: Kaplan, H & Sadock, B. (Eds.); *Comprehensive Textbook of Psychiatry*. Vol. 2, 6th ed. Baltimore: Williams & Wilkins. pp.1425-1461.
Gelder, M. et al. (1996) *Oxford Textbook of Psychiatry*. 3rd ed. Oxford: Oxford University Press.
Hogan, Kevin (2004): A woman never forgets, WASHINGTON, Eagan
Lavski, Stanis (2001): Emotional memory, http://www.madsci.org /posts/archives/jun2001/991916430.NS.rhtmI
Lechnar, (1983): Subliminal mind control and Manipulation archive features subliminal advertising 20th century brain washing. , http:// www.instinet.org/fravia/
Myers, D.G, (1996): Glossary, 5th edition, New York, MC Graw-Hill.
Mori, E &etal (1999): Alzheimer's disease and its relationship with memory system, London,Taylor and Francis.
Mayer &Salovey, Peter (2005): Emotional intelligence, http://www .6seconds.org.
Nader, K& etal (2000): Fear memories require protein synthesis in the amygdale for reconsolidation after retrieval, Taiwan, Cheng-Kung University.
Olson,James .M.D(2005): Study identifies gene in mice that may control risk – taking behavior in humans , North Carolina, Duke University.

Sharot, Tali (2005): Emotion: How does it alert our long – term memories? , Christa Labouliere, New York University.
Squire, L (1992): Declarative and nondeclarative memory: multiple brain systems supporting learning and memory, Journal of cognitive neuroscience, 4, p 232-243.
Weiner, M. & Mohl. P. (1995) Theories of Personality And Psychopathology: Other Psychoanalytic Schools, In: Kaplan H. & Sadok, B. (Eds.); *Compressive Textbook of Psychiatry.* Vol.1, 6th ed. Baltimore: Willams & Wilkins, pp.487-506.
Piefke, Martina & etal (2003): Autobiographical memory, Bielefeld, University of Bielefeld,
Xrefer-D (2001) Introversion and Extraversion. <http: www.xrefer.com>, p.1.