الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة أكلي محند أولحاج
-البويرة-
كلية العلوم الإجتماعية والإنسانية

Ministère de l'Enseignement Supérieur
et de la Recherche Scientifique
Université Akli Mohand Oulhadj - Bouira -
Tasdawit Akli Muḥend Ulḥağ - Tubirett -
Faculté des Sciences Sociales et Humaines

قسم: علم النفس وعلوم التربية

تخصص: علم النفس العيادي

مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي

الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة

-دراسة ميدانية على عينة من الطلاب المقيمين بالإقامة الجامعية البويرة-

إعداد الطالبة:
جغام صافية

تحت إشراف الدكتورة:
د. ولد محند لامية

لجنة المناقشة:

د. بن عالية وهيبة	أستاذ	جامعة البويرة	رئيسا
د. ولد محند لامية	أستاذ	جامعة البويرة	مشرفا
د. بن حامد لخضر	أستاذ	جامعة البويرة	مناقشا

السنة الجامعية: 2023/ 2024

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
République Algérienne Démocratique et Populaire

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي
جامعة أكلي محند أولحاج - البويرة

Direction de l'Enseignement Supérieur
et de la Recherche Scientifique
Université Akli Mohand Oulhadj - Bouira
(Ex-Université Akli Mohand Oulhadj - Tubirett)

نموذج التصريح الشرفي الخاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

أنا الممضي أسفله، السيد(ة): بحشام صاحبية الصفة: طالب، الموظف: باحث

الحامل(ة) لبطاقة التعريف الوطنية: 200323444 والصادرة بتاريخ: 2016/04/24

المسجل(ة) بكلية / معهد: علوم انسانية واجتماعية قسم: علم النفس وعلوم التربية

والمكلف(ة) بإنجاز أعمال بحث (مذكرة التخرج، مذكرة ماستر، مذكرة ماجستير، اطروحة دكتوراه)

عنوانها: بالاغتراب النفسي وعلاقته بالعزلة النفسية لدى طلاب الجامعة

دراسة ميدانية على عينة من الطلاب المقيمين بالإقامة الجامعية البويرة

تحت إشراف الأستاذ(ة): ولد معتوق لامية

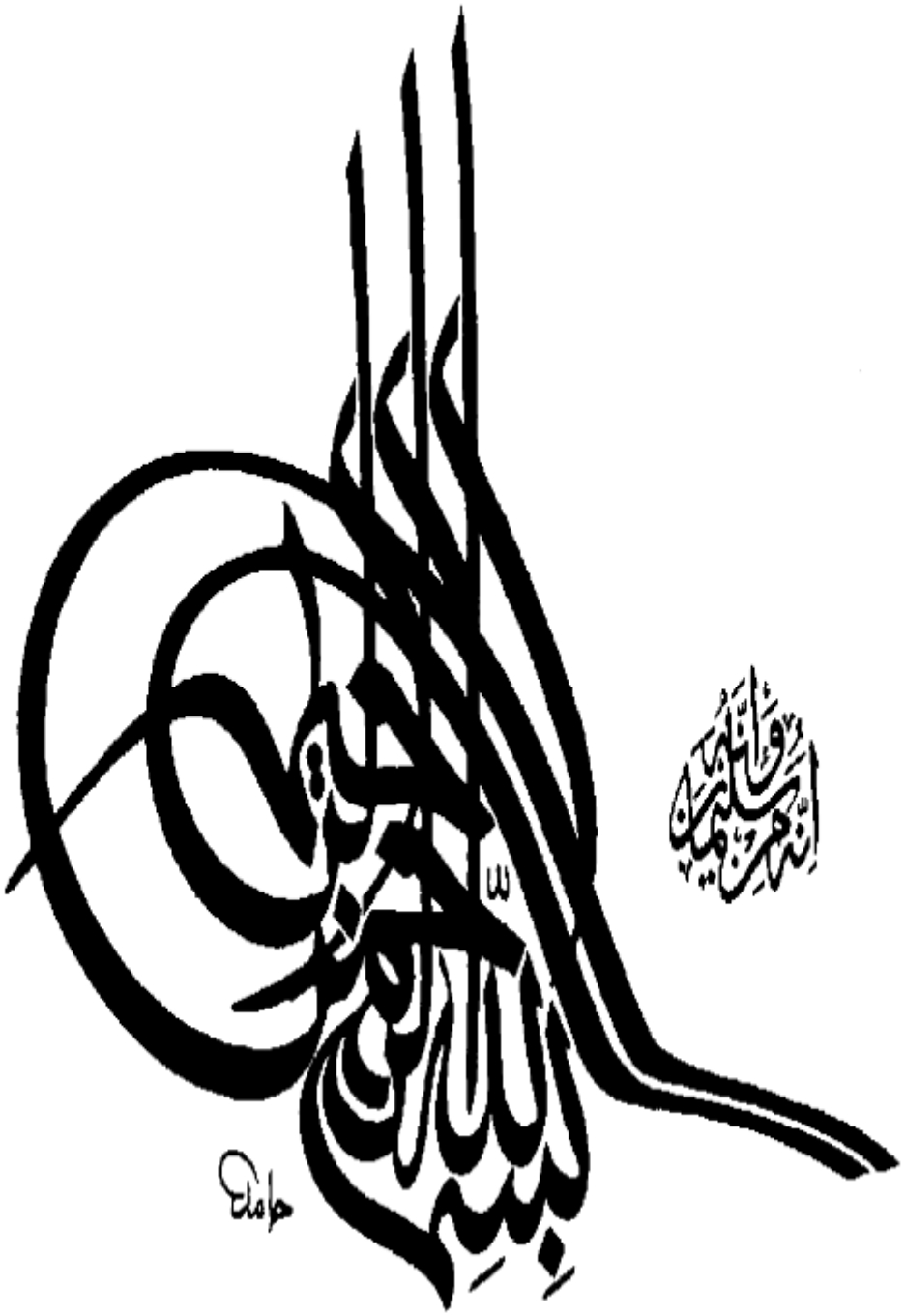
أصرح بشرفي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية الأخلاقيات المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة في انجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ: 2024/06/09 توقيع المعني(ة)

رأي هيئة مراقبة السرقة العلمية:

النسبة: % 28,74

الامضاء:


بسم الله الرحمن الرحيم
إنه من سليمان وإنه

التشكرات

يقول الله تعالى في محكم تنزيله " :إن ربك لذو فضل على الناس ولكن أكثركم لا يشكرون"، الآية 73 سورة النمل.

فالحمد الله أولا وأخيرا أن وفقنا لإتمام هذا البحث المتواضع ولسنا ندعي فيها الكمال؛

فكل شيء إنما تم نقصان وإنما هو الاجتهاد وما التوفيق إلا من عنده سبحانه وتعالى؛ ولأنه من لم يشكر الناس لا يشكر الله فاننا نود أن نثني على جهود شخصيات كثيرة كان لها الفضل في أن يظهر هذا العمل على ما هو عليه الآن؛

و نخص بالذكر في المقام الأول استاذتنا المشرفة ولد محند لامية " التي كانت لبحثنا منها التوجيه والتصويب منذ أن كان فكرة إلى أن صار واقعا ملموسا ولم تبخل علينا بشيء يمكن أن يقدم في هذا المجال فلها منا جزيل الشكر وفائق التقدير والإحترام عرفانا لها بجميلها مما اضكر الأستاذ الدكتور بن حامد لخضر

و الاخصائي النفساني مصباح امين

اهداء :

أهدي ثمرة جهدي وقطف سنيني، هذه الرسالة المتواضعة، رمزًا للامتنان والعرفان لكل ما قدمته لي من دعمٍ وحبٍ وتضحياتٍ جسام.

فأنت يا أبي، كنتَ شمسًا أضاءت دربي، وظلًا وقاني حرّ الحياة، ونبعًا روى عطشي من المعرفة والحكمة.

رحلتَ بجسدك، لكنّ روحك بقيت خالدةً في قلبي، تُلهمني وتدفعني نحو النجاح.

ساعدك يا أبي، أن أكون لكَ خيرَ ابنةٍ، وأن أسعى لأحقق كلّ ما حلمتَ به لي.

فكنْ راضيًا عنّي يا سندي و ظهري، وادعُ لي بدوام التوفيق والسداد.

اذا رزقت بفرحة فبدء بها مع امك

بين الحب و الحنان اجد امي حبيبتي و رفيقتي و اماني بطلتي و معلمتي الأولى

من علمتني معنى الصبر و القوة بثباتها و صمودها من اجلي

من كانت دعواتها الفجرية و رضاها يوصلني في المسير اهدي لك هذه الرسالة العلمية على حسن تربيتك فجزاها الله عني خير جزاء.

الى سر سعادتي أخواتي و اخوتي و ازواجهم و نساء اخوتي و الغالي الأصغر عبد المالك

إلى التفاصيل الصغيرة التي سكنت روحي إلى الذين أحببتهم وأحبوني أولاد و بنات اخواتي

الى رفيقات الدرب صديقاتي.

فهرس المحتويات

xxmaythamxx

فهرس المحتويات

البسملة
التشكرات
الاهداء
مقدمة: ..... أ

الفصل التمهيدي
الإطار العام للإشكالية البحث

1-اشكاليه الدراسة: 3
2-فرضيات الدراسة: 4
3-اهداف الدراسة 5
4-اهميه الدراسة: 5
5-مفاهيم الدراسة 6
6-الدراسات السابقة: 7

الفصل الأول:الاغتراب النفسي
الفصل الثاني:الصحة النفسية

تمهيد 47
1-مفهوم الصحة النفسية 48
-2-بعض المفاهيم المرتبطة بصحة النفسية.....49
3- تعريفات أصحاب المدارس 52
4-عوائق الصحة النفسية 53
5-معايير الصحة النفسية 55
6-مظاهر الصحة النفسية 57
-7- أهمية الصحة النفسية المجتمع: 58
8-النظريات المفسرة الصحة النفسية 59
خلاصة الفصل: 61

الجانب التطبيقي
الفصل الثالث: اجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

تمهيد 64
1- الدراسة الاستطلاعية: 65

2-منهج الدراسية.....66
3-عينة الدراسية: 67
4-مجالات الدراسية:.....67
5-تقنيات و أدوات جمع المعلومات 68
6-الأساليب الإحصائية 74
خلاصة الفصل 75

الفصل الرابع عرض ومناقشة النتائج

نتائج الدراسة ومناقشتها: 77
عرض النتائج المعلقة بالفرضية العامة:.....77
عرض النتائج المعلقة بالفرضية الجزئية الاولى.....78
عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية 79
عرض النتائج المعلقة بالفرضية الجزئية الثانية.....79
مناقشة النتائج.....80
الخاتمة 84
مراجع.....87
الملاحق

الملخص:

تهدف الدراسة الحالية الى لفهم علاقة الاغتراب النفسي بالصحة النفسية لهؤلاء الطلاب. تم جمع البيانات من خلال استبيانات مقدمة للطلاب المشاركين في الدراسة، وتم تحليل البيانات باستخدام الأساليب الإحصائية المناسبة.

أظهرت الدراسة أن هناك علاقة واضحة بين الاغتراب النفسي والصحة النفسية للطلاب في الجامعة. وجدت النتائج أن الطلاب الذين يعانون من مستويات عالية من الاغتراب النفسي يبلغون عن مستويات أعلى من القلق والاكتئاب مقارنة بالطلاب الذين يشعرون بالتكيف الجيد مع بيئتهم الجديدة.

عوامل متعددة تسهم في زيادة مستويات الاغتراب النفسي بين الطلاب في الإقامة الجامعية، مثل الانفصال عن الأسرة والأصدقاء، وضغوط الدراسة، وصعوبات التكيف مع الحياة الجديدة. يُشير البحث إلى أهمية تقديم الدعم النفسي والاجتماعي للطلاب في الجامعة، سواء من خلال خدمات الاستشارات النفسية أو المبادرات الاجتماعية التي تعزز التواصل والتكامل بين الطلاب.

بشكل عام، تسلط الدراسة الضوء على أهمية فهم ومعالجة الاغتراب النفسي بين الطلاب في الجامعات، وتشدد على ضرورة توفير بيئة داعمة تساعد الطلاب على التكيف وتحسين صحتهم النفسية أثناء فترة دراستهم الجامعية.

الكلمات المفتاحية : الاغتراب النفسي ، الصحة النفسية، الطلبة المقيمين

Summary:

The current study aims to understand the relationship of psychological alienation to the mental health of these students. Data were collected through questionnaires provided to students participating in the study, and the data were analyzed using appropriate statistical methods.

The study showed that there is a clear relationship between psychological alienation and the mental health of students at the university. The results found that students who experience high levels of psychological alienation report higher levels of anxiety and depression than students who feel well adjusted to their new environment.

Multiple factors contribute to increased levels of psychological alienation among students in university residence, such as separation from family and friends, study pressures, and difficulties adapting to a new life. The research indicates the importance of providing psychological and social support to students at the university, whether through psychological counseling services or social initiatives that enhance communication and integration among students.

Overall, the study highlights the importance of understanding and addressing psychological alienation among students at universities, and stresses the necessity of providing a supportive environment that helps students adapt and improve their psychological health during their university studies.

Keywords: psychological alienation, mental health, resident students

مقدمة

xxmaythamxx

مقدمة:

يشهد طلاب الجامعة مرحلة انتقالية هامة في حياتهم، يواجهون خلالها العديد من التحديات والتغييرات التي قد تؤثر على صحتهم النفسية .يُعدّ الاغتراب النفسي أحد أهم هذه التحديات، حيث يُمكن أن يُؤثّر سلبًا على شعورهم بالانتماء والرضا عن حياتهم.

يُشير الاغتراب النفسي إلى شعور الفرد بالانفصال عن ذاته وعن الآخرين وعن العالم من حوله .يُمكن أن يُظهر هذا الشعور بأعراض مختلفة

فيُعدّ مشكلة شائعة بين طلاب الجامعة، ويُمكن أن يُؤثّر سلبًا على صحتهم النفسية .من المهمّ التوعية بهذه المشكلة وتقديم الدعم اللازم للطلاب المُغتربين لِمساعدتهم على التكيّف مع حياتهم الجامعية الجديدة وتحسين صحتهم النفسية.

الاغتراب النفسي يمثل حالة شائعة بين طلاب الجامعات في مجتمعاتنا الحديثة، حيث يجد الطلاب أنفسهم في بيئة جديدة غير مألوفة، بعيدة عن أسرهم وأصدقائهم، وغالباً ما يكونون مضطرين للتأقلم مع ثقافات وعادات جديدة. يمكن أن ينتج هذا الانفصال عن بيئة الطفولة والأصدقاء المقربين والدعم العاطفي الذي كانوا يتمتعون به عندما كانوا في المنزل، عن تجربة الاغتراب النفسي.

تترتب على الاغتراب النفسي تحديات نفسية تؤثر على صحة الطلاب النفسية بشكل ملحوظ. فالشعور بالوحدة والاضطراب العاطفي الناجم عن فقدان الدعم الاجتماعي والعائلي المعتاد يمكن أن يؤدي إلى زيادة مستويات القلق والاكتئاب. بالإضافة إلى ذلك، يمكن أن يؤثر الشعور بالعزلة وعدم الانتماء على الأداء الأكاديمي والتحصيل الدراسي للطلاب.

تعتبر الصحة النفسية للطلاب في الجامعات أمراً هاماً لا يجب تجاهله. إدراك الجامعات لأهمية هذا الجانب يدفعها إلى تقديم خدمات دعم نفسي واجتماعي مثل الاستشارات النفسية والمجموعات الداعمة والفعاليات الاجتماعية التي تساعد في تخفيف الضغط النفسي وتعزيز الشعور بالانتماء والتواصل الاجتماعي.

يتطلب التعامل مع الاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعات جهوداً مشتركة بين الطلاب أنفسهم والمؤسسات الجامعية والمجتمع بأسره، لتوفير بيئة داعمة تساعد الطلاب على التكيف والنمو الشخصي داخل الحرم الجامعي.

وقد ارتأينا في دراستنا هذه للكشف عن ا الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة. وللخوض في ذلك، تضمنت الدراسة جانبان: جانب نظري تناولنا فيه الفصول التالية: الفصل التمهيدي، الفصل الاول الاغتراب النفسي ، الفصل الثاني الصحة النفسية ، أما الجانب الثاني: الجانب التطبيقي، فجاءت فيه الفصول التالية: الفصل الثالث الإجراءات المنهجية للدراسة الذي يشمل الدراسة الاستطلاعية والدراسة الأساسية، الفصل الرابع الذي كان فين تحليل نتائج المقابلة و ملخص الدراسة والاستنتاج العام.

الفصل التمهيدي

الاطار العام للإشكالية البحث

فرضيات الدراسة

-اهداف الدراسة

اهميه الدراسة

-مفاهيم الدراسة

الدراسات السابقة

xxmaythamxx

1-اشكاليه الدراسة:

على الرغم من وصف عصرنا الذي نعيش فيه بانه عصر التقدم العلمي والبحث عن الوسائل التي تكفل الانسان حريه ورخاءه حريته ورخاءه فان عصرنا ايضا يتميز بظهور تغيرات الى حد كبير على الحياه الإنسانية الا وهي شعور الانسان بانه غريبا عن نفسه وعمله وعن الاخرين من امثالهم في ظاهره تسمى الاغتراب فظاهره الاغتراب ذات ملامح ومظاهر متعددة لا يكاد يخلو منها مجتمع من المجتمعات الإنسانية على وجه الارض وكما كانت ظاهره الاغتراب من الظواهر الاجتماعية النسبية التي تختلف باختلاف في الزمان والمكان حسب المجتمع وتنتشر انتشارا ملموسا ذات احساس بهذه الأهمية وما لحضناه من خلال اتصالنا مع عيشتنا معايشنا للطلبة معايشتنا للطلب الجامعيين المقيمين بالإقامة الجامعية بما قدم هم الاناث الذكور حيث لاحظنا بعض المشاكل التي تعاني منها الطلبة الجامعيين خاصه على انهم قادمين من ولايات اخرى مما ادى الى عدم تأقلمهم سريعا مع محيط الجديد والذي قد ينتج عنها عدم الاحساس بالمسؤولية وعدم وضوح الاهداف فهم الحياه الجديدة بشكل عام وقد يكون نتيجة لذلك كلهما يلاحظ من الانطواء العزى والسلبية والشهور بالعجز وعدم القدرة على مواجهه المواثق الصعبة والازمات بين الطلبة اصبحت نفسيه بسمه من بسمات الحياه المعاصرة تساير تغيرات المجتمعات الإنسانية وكل نهاية ابعادها المختلفة وهي تصيب الكبار والصغار على حد سواء يرى علماء النفس ان الاطفال يعانون من الضغوط النفسية اكثر من الكبار وذلك بسبب قله خبراتهم في مواجهه هذه الضغوط والتغلب عليها

(ماجده ، 2008 ،ص62)

هذا ما قد اكدته الدراسات التي تناولت موضوع الصحة النفسية ومن الأمثلة على ذلك دراسة حسين محمد طاهر 1993 ان مصادر الضغط تكمن في الاجهاد الناتج عن احداث المياه والتي تحدث الضيق النفسي وتسبب اضطرابات سلوكيه يؤدي في النهاية الى اصابه بأمراض نفسيه وعضويه

(طه، 2006 ص 3)

كما ان دراسة الاغتراب وعلاقته بالصحة النفسية لدى الطلب الجامعيين بصفة خاصة ثم تحض بكثير من الاهتمام الباحثين كما ايضا بعض الدراسة التي اجريت على ظاهره الاغتراب في المجتمع الجزائري قليله ومحدده تشمل فقط بعض المؤسسات التربوية او المؤسسات العمومية او الخاصة بناء على الدراسات السابقة النتائج المتوصل اليها ونظرا لأهمية هذه المتغيرات ارتأينا الى ان تناول دراسة. علاقة الاغتراب بالصح النفسية لدى الطلبة المقيمين بالإقامة الجامعية

على ضوء ما تقدم يمكن تحديد مشكله الدراسة في السؤال التالي:

هل هناك علاقة بين الاغتراب والصحة النفسية لدى الطلاب المقيمين بالإقامة الجامعية بالبويرة؟

تساؤلات الدراسة:

ان الإشكالية المطروحة في هذه الدراسة تضمن التساؤلات التالية:

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي بالبويرة تبعا لمتغير (الجنس) ؟

هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاغتراب لدى الطالب الجامعي بالبويرة تبعا لمتغير (الجنس) ؟

2-فرضيات الدراسة:

2-1 الفرضية العامة:

توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاغتراب والصحة النفسية لدى طلاب الجامعيين المقيمين بالإقامة الجامعية بالبويرة

2-1 الفرضيات الجزئية:

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي بالبويرة تبعا لمتغير (الجنس)

توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاغتراب لدى الطالب الجامعي بالبويرة تبعا لمتغير (الجنس)

3-اهداف الدراسة

تتجلى اهداف الدراسة فيما يلي:

✓ التعرف على مستوى ظاهره اغتراب لدى الطلاب المقيمين بالإقامة الجامعية ومعرفه الفرق تبعا لمتغير الجنس

✓ تهدف الى بيان تأثير الاغتراب على الصحة النفسية لدى الطلاب المقيمين بالإقامة الجامعية على العوامل التي تنظم متغيرات الدراسة الصحة النفسية الاغتراب النفسي

✓ لمعرفه مستوى الصحة النفسية للطلاب المقيمين بالإقامة الجامعية لمتغير الجنس لدى الطلاب ومعرفه دلاله هذه العلاقة

✓ الكشف عن العلاقة الارتباطية ان وجدت القائمة بين الاغتراب والصحة النفسية بمظهر من مظاهر الصحة النفسية للطالب

✓ الوقوف على الخدمات التي تقدمها الخدمات الجامعية لتطوير لتوفير بيئة اقامية تضمن تحقيق مستوى من الصحة النفسية

✓ تهدف هذه الدراسة الى اقتراح بعض الاعضاء الآراء والتوصيات التي من شانها التخفيف من اثر الاغتراب وزياده الصحة النفسية لدى الطلاب الجامعيين المقيمين بالإقامة الجامعية من اجل المحافظة على المستوى والمستوى الجامعي

4-اهميه الدراسة:

اعتبار ظاهره الاغتراب ظاهره انسانيه اجتماعيه وكونها اهم القضايا التي تميزت عصر العولمة احدى السماء سماته البارزة ولأنها تتخذ ملامح ومظاهر متعددة ومختلفة فان اهميه دراستنا هذه تتجلى فيما يلي :

✓ اخضاع مفهوم الاغتراب والصحة النفسية للقياس السيكو مترية

✓ تتبع اهميه هذه الدراسة من كونها تكشف مستوى كل من الشعور بالاغتراب والصحة النفسية المراهقين على اعتبارات هؤلاء يشكلون ذلك تلك الفئه الاكثر عرضه يمثل هذه المشكلات النفس الاجتماعية بفضل ما تتميز به هذه المرحلة

✓ كون الدراسات قليله جدا في بلادنا التي تناولت الظاهرتين الاغتراب والصحة النفسية تلك التي تناولنا هما معا بالدراسة والعلاقة بينهما هذه الفئه بالذات في حدود على الباحثين

5-مفاهيم الدراسة

أولا: الاغتراب

يعرفه قدوم 1969 على انه نمط من الخبرة يرى فيها الانسان نفسه كما لو كانت غريبه عنه ومنفصله عنه

(عادل ، 2010،ص10)

اما اريكسون فيري ان الاغتراب الذي يتمثل في عدم تحديد الهوية يأتي نتيجة الازمات التي تتعرض مراحل النمو من هنا فالاغتراب لديه ليس في جميع الاحوال امرا سيئا تطرا لان فتره المراهقة هي فتره يختبر فيها الفرد انواع متبينا من التصرف لكن تحقق ما يسعى اليه لذلك من الطبيعي ان يكون ثمة قدر من الاغتراب لدى المراهقين فالاغتراب من طبيعتي مرحله المراهقة

(مهني، 2021 ،ص20)

اما احمد بوزيد فقد عرف الاغتراب بانه انسلاخ عن المجتمع والعزلة الانعزال عن التلاؤم والاخفاق في التكيف مع الاوضاع السائدة في المجتمع واللامبالاة وعدم الشعور بالانتماء وايضا عدم الشعور بمغزل الحياه

(خليفه ،2003 ،ص20)

المفهوم الاجرائي :

يحدد اجرائيا بدلاله درجه الاغتراب الكلية التي يتحصل عليه في مقياس الاغتراب المعد من طرف امال عبد السميع أباظة

ثانيا :الصحة النفسية

واول ما اسم تهل مصطلح الصحة النفسية العالم وقد استخدم هذا المصطلح ليشير الى نمو السلوك الشخصي والاجتماعي نحو السوية وعلى الوقاية من الاضطرابات النفسية في الصحة النفسية وتكيف الشخص مع العالم الخارجي المحيط به الطريقة تكفل له الشعور بالرضاء كما تجعل الفرد قادر على مواجهة المشكلات المختلفة

(الزهري 2005، ص 20)

المفهوم الاجرائي :

ويحدد اجرائيا بدلالة الدرجة الصحة النفسية الكلية التي يتحصل عليها التلاميذ في المقياس الصحة النفسية المعيد من طرف

(القريطي 1992)

6-الدراسات السابقة:

6-1 الاغتراب

"دراسة سون" 1983

هذه الدراسة الى فحص العلاقة بين الاغتراب والاستنزاف لدى طلاب اسود ضمن البنيه جامعيه طلابها من البيض على نحو سائد كانت عينه الدراسة مؤلفه من 1000 طالبا من طلاب السنه الرابعة في جامعات حكومية حيث كان 97% منهم من البيض عبارات الدراسة ان الطلاب السود احس بالاغتراب اكثر من نظرائهم البيض الحرم الجامعي الذي معظم طلابه من البيض بشكل سائد وان المتغيرات الأكاديمية

هي عوامل رئيسيه في الاستنزاف في الجامعي كذلك فان اي مداولة ترفض الاستنزاف يجب ان تسمى ايضا الى تحسين الاداء الدراسي للطلاب واظهرت ان الاستنزاف من الجامعة مرتبط بشكل دلاله بالاغتراب الاجمالي لدى طلاب السود

(مهريه ، 2013 ،ص94)

دراسة عبد اللطيف محمد خليفه 2005

هدفت الدراسة الى معرفه علاقه الاعتراض بأهداف والتفاؤل لدى الطلبات الكويت اقامه البريد بأعداد مقياس للاغتراب التكوين العينة من 200 طالب من كلياتنا مختلف من كليات مختلفة بهدف بفحص العلاقة بين الاغتراب وكل من الابداع والتفاؤل والتشاؤم لدى عينه من طالبات كويت وكانت اهم موجبه والدالة إحصائية بين الاغتراب والشتائم وعلاقه ارتباطيه سالبه بين الاغتراب والتفاؤل لدى افراد العينة

(خليفه،ص 200)

دراسة" هدى محمد احمد إبراهيم" 2005

هدفت الدراسة الى معرفه اغتراب المراهقين وعلاقته بالوعل بعض التغيرات العالمية تضمنت العينة 400 طالب وطالبه استخدمت الباحثة مقياس الاغتراب ومقياس الوحي بالتغيرات العالمية اعداد الباحثة وكذا مقياس المستوى الاقتصادي والاجتماعي اعداد الباحثة كذلك ودله النتائج على ارتفاع نسبه الشعور بالاغتراب لدى اعداد الباحثة كذلك النتائج على ارتفاع نسبه الشعوب الاغتراب لدى طلاب النظرية على طلاب العلمية **(هدى محمد احمد إبراهيم، 2005)**

دراسة بشرى علي 2008

ذكرت الباحث هذه الدراسة بهدف الكشف عن مدى انتشار ظاهره الاغتراب لدى الطلبة السوريين في بعض الجامعات المصرية واثر كل من متغير الجنس الحالة العائلية والمستوى الدراسي واشاره النتائج ان لا توجد فروق بين الاناث والذكور على مستوى الدلالة 0.65% قياس الكلي بالاغتراب بينما هناك فروق

ذات دلاله إحصائية عند المستوى 0.05 للشعور بالاغتراب بالنسبة للشعور بالاغتراب تعزى المتغير المستوى الدراسي لصالح طلبه الدكتوراه اقل اغتراب

(على 2008)

6-2 الصحة النفسية

دراسة مونتيرو 2004

استهدفت تحديد فاعليه برنامج مدرسي الصحة النفسية وعلاقته بالتحصيل الاكاديمي وقد تكون عينه الدراسة من 219 طالبا من احدى المدارس الثانوية شاركوا في البرنامج خضعوا مده تتراوح بين 39 اسبوع جلسات المعالج النفسي مثل اساليب تعديل السلوك بناء التقدير الذاتي المهارات الاجتماعية التواصل وحل المشكلات واوضحت النتائج استخدام كل من معامل ارتباط بيرسون واختيارات وجود فروق داله احصاء علاقه ايجابيه بني البرنامج المدرسي للصحة النفسية والتحصيل اكاديمي وأوضح

دراسة برينين 2011

هدفت لكشف العلاقة بين راي الاباء والابناء في التعرض للإساءة العنق وعلاقة ذلك بالصحة النفسية للاكتئاب والقلق والتحصيل الدراسي ثم تحديدا الابناء في احدى المدارس في امريكا وكذلك ابائهم ثم تستخدم مدخل متعدد الاساليب في هذه الدراسة حيث اكمل الاباء والابناء مقياس اداء الادوار وتم تقييم حالته العنف والصحة النفسية وقام المعلمون بجمع الدرجات واوضحت نتائج الدراسة ان الطالب الذين تم تضيفهم كضحايا للعنف ارتفعت لديهم درجات الاكتئاب بالقلق وتنخفض درجات التحصيل الاكاديمي لديهم مقارنه بقرائنهم الذين تم تصنيفهم بانهم من يتعرضون للعنف

دراسة الصابون واخرون 2004

اهتمت بدراسة مشكلات في الطالبات وعلاقتها لمؤشر الصحة النفسية والتحصيل الدراسي حيث بلغت عينه الدراسات 345 طالبة من الفريقين الاولى والرابعة بكليه التربية بمكة المكرمة من استخدام استبيان

مشكلات الطالبات من اعداد الباحثات والقياس الصحة النفسية للقريطي والشخص 1992 ومتوسط درجات الطالبات لعام الدراسي 1428 وتوصلت الدراسة الى وجود علاقه ارتباطيه عكسيه بين استجابات الطالبات المشكلات وكل من مؤشرات الصحة النفسية والتحصيل الدراسي فروق الدلالة إحصائية في مؤشر الصحة النفسية لصالح الفرق الرابعة

(العماري 2012 ص 23 24)

الجانب النظري

الفصل الاول: الاغتراب النفسي

تمهيد

لمحة تاريخية عن الاغترابAlienation

تعريف الاغتراب النفسي

أنواع الاغتراب النفسي

.أبعاد الاغتراب النفسي

مراحل الاغتراب النفسي

أسباب الاغتراب النفسي :

النظريات المفسرة للاغتراب النفسي

العزلة وتأكل الانتماء

خلاصة الفصل

xxmaythamxx

تمهيد:

استعصت ظاهرة الاغتراب التي يعاني منها الافراد في الحياة العامة وما تركه من انعكاسات سلبية على صحتهم وحيويتهم وتطورهم العديد من الباحثين في مختلف انحاء العالم وهذا ما يدل عليه حجم الدراسات التي صدرت وتصدر عنهم والتي تناوله موضوع الاغتراب بمختلف انواعه بالبحث والدراسة ، وقد أصبح مصطلح الاغتراب متداولا بكثرة وتعددت معانيه ، ودلالاته الا انه لا يزال مصطلحاً غامضا واشكالا لا يرتبط به جدل كبير حيث درس الاغتراب بمتغير اجتماعي من حيث كونه حاله case أو ظاهرة phenomenonتؤثر سلبا على توافق الفرد مع محيطه . انطلاقا من ذلك حاولنا خلال هذا الفصل تبيان لمحة تاريخية عن الاغتراب و عرض بعض مفاهيمه وكذا انواعه ومراحله ، اضافة الى اهم اسبابه والنظريات المفسرة له وكذا النتائج ، واخيراً مواجهته مع خلاصة الفصل

1-لمحة تاريخية عن الاغتراب Alienation

الاغتراب ظاهرة قديمة ، وقد لا تبالغ اذا قلنا انها قديمة قدم الانسان نفسه ، اذا منذ اللحظات الأولى لتكون التجمعات السكانية صاحبتها مجموعة من الأزمات أو المشكلات التي تنتج عنها بعض مظاهر الاغتراب التي عانى منها الفرد (**BROWN,2000,P41**) .ولعل أول مظاهرها مظاهر الاغتراب الذي عرفته البشرية ، ويعود الى تلك اللحظة المتعالية التي عرضت فيها اللجنة بغنيمتها (السرمدي عن أدم عليه السلام) ، ونزل الأرض مغتربا * عنها وعن المعية الإلهية التي كان يحظى بها قبل عصيان ربه وتلك هي بحق وصدق أولى مظاهر الاغتراب

.وهكذا شاءت القدرة الالهية ان تجعل حقيقة الوجود الانساني وجودا متغربا بالقدرة الالهية قبل الضرورة الفلسفية . إن ظاهرة الاغتراب تعد جزء من نسيج الحياة اليومية للإنسان ، ينعكس أبعاده و مناحي الوجود الاجتماعي والثقافي . وهي تأتي نتاجا لإكراهات شتى تتمثل في القمع في كل التاريخي والسياسي والأخلاقي والتربوي والاقتصادي ومن الصعب وضع مفهوم جامع ومتفق عليه من الباحثين ، يوجد مصطلح

الاغتراب ويوضحه بصورة دقيقة ، فقد ذهب العلماء والباحثون في تعريفه مذاهب مختلفة كما حدث كثير من الجدل حول هذا المفهوم غير أن إجماع الباحثين يكاد ينعقد

ان هيكل (1770-181) gel ، هو أول من استخدم مصطلح الاغتراب . استخداما منهجيا مقصودا . ومفصلا بل وينظر له في كتابه الموسوم *

فينوميتولوجيا الروح * عام (1807) واستخدمه قبله وبعده كثير من ادباء ومختصين في مختلف العلوم السلوكية والاجتماعية وقد عرض محمود رجب 1988 بتاريخ مصطلح الاغتراب والمسار الذي سلكه هذا المصطلح حتى وصل الى ما هو عليه الآن من شيوع وانتشار في حياة ثقافتنا المعاصرة وقسم مسيرة المصطلح الى ثلاث مراحل وهي

اولا : مرحلة ما قبل هيجل : حيث يحمل مفهوم الاغتراب معاني مختلفة يكمن في سياقات ثلاثة هي : السياق القانوني (بمعنى انتقال الملكية من صاحبها الى اخر (والسياق الديني) بمعنى انفصال الانسان عن الله والسياق النفسي الاجتماعي (بمعنى انفصال الانسان عن ذاته ومخالفته كما هو سائد في المجتمع)

ثانيا : مرحلة ما بعد هيجل : بدأت تظهر النظرة الاحادية الى مصطلح الاغتراب أي التركيز على معنى واحد هو المعنى السلبي تركيز طفى على المعنى الايجابي ، حتى كاد يطمسه ، حيث اقترن المصطلح في اغلب الأحوال بكل ما يهدد وجود الانسان وحريته واصبح * الاغتراب وكانه مرض اصيب به الانسان ومن ابرز المفكرين والفلاسفة الذين جاءوا بعد هيجل (hegel) واهتموا بتنازل * الاغتراب * كارل ماركس (Karl marx والموجودين منهم سارتر( ) . (sarter)

(يونسي ، 2012 ص 21-22)

مع أن الاغتراب يلمسه السادة لهذا العصر وأن السمة الجوهرية للوجود الانساني من خلال تغلغه في جوانب الحياة المعاصرة ، فان ما تقدم عنه من اداء وتعريفات لم يسلم من الخلط والتداخل بين أنواعه وأسبابه ومصادره ووجود نتائجه السلوكية ، مما زاد من غموض المصطلح ، وقد اشار شاخت 1980 الى

هذه الظاهرة اذا قال " وحيثما تطرح تعريفات واضحة لاصطلاح الاغتراب فإنها غالبا ما تكون مختلفة وتقتصر إلى الوضوح فيما يتعلق بكل التعريفات الاخرة " .

(شاخت ، 1980 ، ص 40)

. لكن على الرغم من هذا تباين والاختلاف الراي واسلوب المعالجة ، فان كل المحاولات التي يذ حتى الان تدور امور تسير كلها الى دخول عناصر معينة في مفهوم الاغتراب مثل الاسلاخ عن المجتمع او العزلة او الانعزال والعجز عن التلاؤم والاخفاق في التكيف مع الأوضاع السائدة في المجتمع. واللامبالاة وعدم الشعور بالانتماء بل ايضا انعدام الشعور بمعنى الحياة بناء على ما سبق ذكره يتبين لنا ان المصطلح * الاغتراب * استخدامات مختلفة في التراث اللغوي والفكري والتكنولوجي والسوسيولوجي .

ولا يوجد اتفاق بين العملين في الميدان حول معنى محدد واجرائي لهذا المفهوم .

(الخليفة ، 2003 ص 22-23) .

2-تعريف الاغتراب النفسي :

يرى الكثير من الباحثين أن مفهوم الاغتراب يستخدم بدلالات متعددة بسبب تعدد استعمالاته وكثرة العلوم والاتجاهات التي تناولته بالبحث والدراسة .

(طالب ، 1999 ، ص 94)

التعريف اللغوي :

في اللغة العربية . الاغتراب يعني التباعد ، الغياب ، النزوح ، الاختفاء ، وتتفق على انها حالة شعورية يمر بها الفرد نتيجة تغيير المكان الذي يعيش فيه .

(بن زاهي، 2007، ص 123)

. اما في اللغة اللاتينية فقد استخدم لفظ الاغتراب بعدة معاني هي تحويل شيء ما لملكية شخص آخر ونزع الملكية واستخدم بمعنى حالة فقدان الوعي أو قصور القوة العقلية . فالأصل اللاتيني لكلمة *

اغتراب * هو (Aliénaxion) ويستمد الاسم معناه في فعل Alienare ، بمعنى تحويل شيء لملكية شخص آخر أو الانتزاع والازالة وهذا الفعل يستمد بدوره من فعل آخر هو (Alienus) أي ينتمي الى شخص أو يتعلق به وهذا الفعل الاخير مستمد بصفة نهائية من لفظ (Alius) الذي يعني الاخر سواء كاسم او كصفة ثم تعددت استخدامات هذا المصطلح فشملت:

ا – انتقال الملكية :

ويمثل السياق القانوني للمصطلح الذي يشير انتقال ملكية شيء ما من شخص الى اخر . وخلال عملية الانتقال تلك يصير الشيء مغتربا عن مالكه ، ويدخل في حيازة المالك الجديد

ب –الاغتراب الداخلي :

هو مشتق ايضا من استخدام اللاتيني الذي يشير فعله لجعل العلاقة الدافئة مع الاخرين علاقة فاترة ، وقد ورد الاستخدام الانجليزي ليشير للاستخدام الذهني ، ثم اتسع ليشير لاغتراب الذات عن واجباتها وفي قاموس اكسفورد الحديث يعني عدم الصداقة أو اغتراب العواطف ..

ج – تصدع ذهني :

ويعني ذلك ان اختلال الشخصية يتوقف على عدم كمالها ففي الانجليزية يشير الى غياب الوعي الذهني ، وفي الالمانية يشير الى نقص الصحة العقلية ، وقد استخدم في الانجليزية بدلالة طبية ليشير الى الشخص المعتل والغير سليم ، ومازال هذا المصطلح يطلق في الانجليزية على الطبيب الذي يتعامل مع الغير الأسوياء

(lokeshk. 1993 p 64 .)

فيحين يرى الدكتور قيس النوري ان هناك استعمال اخر لمصطلح الاغتراب يأتي في سياق العزلة ISOLATION، وهو أكثر ما يستعمل في وصف دور المثقف أو المفكر الذي يغلب عليه الشعور

بالتجريب (detaclement (وعدم الاندماج النفسي والفكري والمقاييس الشعبية في المجتمع . (**الدوري ، 1987 ، ص 17)**

. ولقد استخدمت كلمة غربة في الشعر الوجداني أو في شعر الزهد الوطن والبعد والنوى والانفصال عن الآخرين ولم تقتصر عن البعد المكاني وانما تعددت بمعنى النزوح عن هذا الى التغيير عن مشاعر الخوف والرجاء والشوق والحنين وترقب الموت

. (الحديدي1990 ، ص 37)

والمعنى اللغوي لكلمة اغتراب تاريخيا له سياقات اربع وهي :

السباق القانوني : حيث استخدم في القانون الروماني بمعنى النقل والتسليم واستنبط هيغل معنى الاغتراب من معرفته بالقانون فاعتبر النقل والتسليم عنصران يؤلفان ما يمكن تقسيمه بالحركة الجليدية للاغتراب . **السياق الثاني الاجتماعي** : وتشير كلمة اغتراب هنا الى ما يحدث للفرد من اضطرابات نفضية وعقلية وما يشعر به من غربة مع من حوله

السياق الديني : ووردت كلمة اغتراب في الترجمات والشروح الاتية فيما يتعلق بالخطيئة كالانفصال عن الله

السباق السيكولوجي : ويعني الاغتراب فقدان الوعي والعجز وفقدان القوى العقلية أو الحواس .

(شاخت ، 1980 ، ص 63)

تعاريف بعض الباحثين والعلماء:

أشار جون جاك روسو (1712 – 1771) الى المفهوم القانوني للاعتراب مؤكد على مسألة التنازل او التخلي حيث يتنازل الافراد عن بعض أو من كل حقوقهم وحرياتهم للمجتمع وذلك بحثا عن الأفق الاجتماعي في اطار ، وبعد روسو من ابرز الفلاسفة المحدثين الذين تحدثوا عن الاغتراب والذي يشمل معنيين هما : لتكون تحت توجيه الادارة العامة وتصبح جزءا من الكل وبذلك يكون الاغتراب هذا عاما

المعنى الايجابي فالاغتراب تلك العملية التي من خلالها يقدم كل شخص ذاته للجماعة الانسان ذاته من اجل هدف كريم للجماعة

على السلبي: حيث يرى روسو ان الحضارة قد سلبت الانسان ذاته وجعلته عبدا للمؤسسات الاجتماعية التي أنشاها واصبح تابعا لها ، ومن هنا يفقد الانسان التناغم العفوي فتحدث المشاكل بين ما ينبغي أن يكون عليه الانسان وبين ما يكون عليه بالفعل وبذلك حدث الاغتراب .

(بحري ، 2009، ص 29)

. حيث يعد (هيجل ، Hegel) عراب الاغتراب على الرغم من استخدامات هذا الـ كان قبل (هيجل) بفترة طويلة وفي الاصل اللاتيني نجد سمات مختصرة لمصمم الاغتراب من خلال الاعمال اللاهوتية مثلLuther 8 (، Colinوذلك أن المصطلحات اللاهوتية للاغتراب نصف غربة الانسان عن الآلهة تبعا للعقوبة في الابتعاد عن الجنة او الطرد منها . وهنا تكمن فكرة الوجود كفرية عن العالم والآخرين تكون واضحة وجلية .ولقد استخدم (هيجل) مفهوم الاغتراب استخداماً ذو طابع ممزوج أي استخدمه كإشارة إلى سلب المعرفة وسلب الحرية ، وكان (هيجل) أول من استخدم المفهوم بهذا المعنى المزدوج وذلك عندما أشار الى أنه) عندما يكبح الوعي الذاتي ملاذه ولا يبالي بها يكشف عن الحرية البسيطة لذاته فالروح المغتربة هي التي يكون وعيها ذا طبيعة منقسمة ومزدوجة مجرد كائن متضاد .

(العدواني ، 2012، ص 80) .

حيث يصف فروم الاغتراب بأنه نوعا من الخبرة التي يخبر فيها المرء نفسه كغريب أي أنه يصبح غريبا عن نفسه كما لا يراها مركزا لمعامله ولا يرى نفسه خالقا لأفعاله ومسببا لها ، وانما تصبح هذه الافعال وما يترتب عليها سيدا يتحكم فيه فيطيعه فالشخص المغترب هو شخص فقد انفصاله بنفسه وهو أيضا شخص فقد اتصاله بالآخرين ، أي ذاته واغتراب الذات عن الآخرين.

(ابراهيم، 2007، ص 29)

حيث تؤكد هورني Horny 1975 ان الاغتراب يعبر عما يعانيه الفرد من إفصال عن ذاته حيث ينفصل الفرد عن مشاعره الخاصة ورغباته ومعتقداته وهو فقدان الإحساس بالوجود الفصال كما تصف عورتي نسج تصوره ويفقد الاهتمام بالحياة وليس في وسعه أن ي قراراته لأنه لا يعرف ماذا يري حقيقة ويعيش في حالة من اللاواقعية

يرى فرويد الاغتراب بانه الاثر الناتج عن الحضارة، فالحضارة التي اسسها الانسان دفاعاً عن ذاته إزاء عنوان الطبيعة ، جاءت على نحو يتعارض وتحقيق اهدافه ورغباته .

ورزى ابركون (1964) ان الاغتراب يأخذ اشكالا مختلفة منها الانعزال المهني ، والانعزال الشخصي ، وقد صور إبركسون الاغتراب بانه شكل من اشكال التطور الحاد في المرافق هذا التطور تشتت به الذات بحثا عن الاستقرار الذي لا يصل اليه الفرد الا بالنضج الكامل بعد أن يجتاز تفككا في كيانه ، ويزداد هذا التفكك والتشتت ضراوة وقوة حين ينعدم الاستقرار النفسي والاجتماعي .

(تلاوة 2012 ، ص16)

بعض تعاريف الباحثين العرب:

حيث يرى خيري حافظ (1980) بأن الاغتراب النفسي هو الشعور بعدم الانتماء والقلق وما يصاحب ذلك من الشعور بفقدان المعنى واللامبالاة ومركزية الذات والاغتراب الاجتماعي وما يصاحبه من اعراض اكلينيكية .أما سميرة حسن أبكر (1989)

تؤكد أن الاغتراب خاصية مميزة للإنسان قديمة متأصلة في وجوده وان اغتراب يعني انفصاله عن وجوده الانساني، وان المفهوم سواء في اللغة او المعاجم المتخصصة والدراسات التي استخدمته في مختلف المجالات يقيد معنى الشعور بالانفصال سواء عن الذات او البنية الاجتماعية أو العالم الموضوعي أو اللغة .

(شلاوة ، 2012-19)

وأخيرا يمكن أن نقول ان الاغتراب هو شعور الفرد بانفصاله عن ذاته ، عن قيمه ومبادئه و معتقداته واهدافه وطموحاته ، وينعكس ذلك من خلال احساس الفرد بعدم الفاعلية وبعدم القوة بينه وبين ذاته ، من جهة، وبينه وبين بينته من جهة أخرى حيث ، يبرز بعدها الشعور بالعجز واللامعنى واللاهداف واللامعيارية والعزلة الاجتماعية والتمرد بالإضافة إلى الشعور بانعدام الأمن وفقدان الثقة في الذات كما لا يمكن حصر هذا الشعور في مجال معين كونه قد يشمل عدة مجالات سواء نفسية ، اجتماعية ثقافية ، مهنية ، أكاديمية ، دينية وطبية ... الخ.

- 3 أنواع الاغتراب النفسي:

مع هذا ان ظاهرة الاغتراب ظاهرة انسانية لا ترتبط بمكان او زمان فحيثما يوجد الانسان قد يكون هناك اغتراب بمختلف صورة واشكاله ولكوننا ندرك صعوبة التعامل المصطلح فانه يتعين علينا تحديد انواعه وصوره حسب استنتاجات الدراسات التي اطلعت عليها ، حيث ان هناك نمطين للاغتراب يندرج تحتها انماط وانواع فرعية وهي:

3-1-الاغتراب الموضوعي

يحدث الاغتراب الموضوعي عندما تتحول الاشياء والافكار والنظم التي ساهم الانسان في انتاجها بإرادته ليشبع حاجات اجتماعية الى قوى مغرية له تتحكم في ارادته وتبدد خططه وتزيلها ، أي تهدد وجوده وتسيطر عليه ، ومن النماذج الاساسية لهذا النمط من الاغتراب الموضوعي.

-3-2- الاغتراب الاقتصادي

يعيش الانسان مع غيرهم من البشر ويتفاعل معهم وتربطه معم علاقات اجتماعية ، تؤثر في صحته النفسية تأثيراً إيجابياً وسلبيا وفقا لنوع هذه العلاقات فإذا كانت علاقاته بهم سيئة في ذلك تشعر بالقلق والاضطراب ، وتعرض لسوء التكيف والشعور بالعزلة والعجز والاغتراب ومما لاشك فيه أن الظروف التي يعيشها العامل داخل المؤسسات أو المنظمات ، تؤثر على صحته النفسية والجسمية وخاصة بعد التقدم

التكنولوجي المذهل الذي يشهده هذا العصر مقارنة بما كان عليه الفرد في العصور السابقة، وهذا ما أشار اليه " لويس مورجان Louis Mordjaneعند حديثه عن اغتراب العمل موضحا أن الأشكال المبكرة أو البدائية مثل : الرعي والصيد والزراعة ، كان الإنسان يشارك في جميع خطوات العمل بما صنع أدوات الإنتاج ذاتها، ولا شك أن التقدم التكنولوجي أدى إلى ضعف العلاقات الاجتماعية بين العاملين وللدارة في المؤسسات أو المنظمات الصناعية ، وضعف التماسك في بيئة العمل والشعور بعدم الانتماء لجماعة العمل والتسيير (Réification) ، حيث يتعامل الفرد كما لو كان شيئاً وأنه تحول إلى موضوع

. إن الهدف الإنساني الذي شغل " دور كايم Durkheim في العام (1897) ، هو ان يظهر أن الحضارة الصناعية وهي تمضي في تطورها السريع تعاني من مرض يطلق عليه " الأنومي) " اللامعيارية (، ويرى أن المجتمع البسيط يعيش في نظام معين تخضع فيه مصالح أفراده لمصالح المجموع، وذهب الى حد القول بأن التطور الحديث قد قضى على هذه الحياة التي تتم بالهدوء والاستقرار بالنسبة للفرد والمجتمع وكما يرجع " كارل ماركس " و " إيرك فروم " الاغتراب الى البناء الاقتصادي والسياسي للرأسمالية ساعدت الرأسمالية حسب نقد " إيرك فروم " على زيادة عزلة الفرد وعجزه .

(حماد ، 1990 ، ص 130)

.حيث ويرى " ماركس (Marx) " أن الرأسمالية تملك القوة لمكانته في النسق الاقتصادي ، فهو يبيع ويشتري جهد العمال بأرخص الأسعار.

إن النقاش الذي اثر مفهوم الاغتراب هو الذي كان حول التفسير المقدم تتطور التفكير الماركسي في كتاباته الفلسفية أي هو سومار 1844 وتحاليله الاقتصادية لأسلوب الانتاج الرأسمالي في كتابه " الرأسمال ." وهناك علاقة بين الاغتراب الاقتصادي والميل لاقتراف الرشوة، فأبعاد الاغتراب المرتبطة بصورة الانفصال المختلفة وما يربطه بها من تفاوتات متنوعة على المستوى الاقتصادي والثقافي

والسياسي والتكنولوجي والتنظيمي والشخصي ، قد أثر بصورة على سلوك الافراد الاجرامي واقترافهم للرشوة بالتنظيمات المختلفة . **(طالب ، 1992 ، ص 22)**

. ويرى – جورج فريدمان (George Iridman) " وبيار ناقيل (Pierre Naville) أن كل عمل لم يتوقف العامل في اختياره يؤدي الى عدم التكيف معه . وبالتالي يشعر وكأنه شيء غريب عنه رغم انه هو الذي انتجه ، وبعبارة اخرى يصبح العمل مغتربا .

3-3-الاغتراب الاجتماعي :

يؤثر الدور الاجتماعي في مفهوم الذات ، حيث تنمو صورة الذات من خلال التفاعل الاجتماعي وذلك اثناء وضع الفرد في سلسلة من الانوار الاجتماعية ، واثناء تحرك الفرد في اطار البناء الاجتماعي الذي يعيش فيه فانه عادة يوضح في انماط الادوار المختلفة منذ طفولته ، واثناء تحركه خلال هذه الأدوار فانه يتعلم ان يرى نفسه كما يرى رفاقه في المواقف الاجتماعية المختلفة كما ان افراد المجتمع حينما يولدون يجدون المجتمع بظواهره الاجتماعية دون ان يسهموا في تشكيلها او خلقها ، فعليهم أن يطيعوها وذلك لأنها اسبق في وجودها عنهم واقوى في سلطتها منهم ، فالإجبار والفهم ينبعثان هنا ويتلازمان مع انتقاء الارادة الفردية وعليه الانسان ملزم بل مجبر على اتباع النظام الاجتماعي القائم خاصة اذا ادرك ان المجتمع قد حدد جزاءات للخارجين او المنحرفين عن قواعده ومعاييره مثل هذه الأمور قد تدفع الفرد الى الاغتراب عن مجتمعه ، هذا الاغتراب الذي يختلف باختلاف الثقافات واختلاف الأفراد ، حيث ان هناك علاقة وثيقة بين الاغتراب والضغوط التي يتعرض لها في المجتمع .

(خليل ، 2009 ، ص 13)

حيث يشير الاغتراب في العلوم الاجتماعية الى عملية القطيعة والاتصال التي تقع بين الذات والعالم الخارجي، ويعني الخلل العقلي أو انفصال الفرد عن ذاته، وان الفرد في ظل ثورة المعلومات يواجه كما لا ينقطع من المعلومات والمعارف يصعب عليه التأكد من صحتها والتمييز بينها واختيار ما يناسبه ويشبع

حاجاته منها ، عاجزا من ان يهتدي الى طريقة ، فهو اذا بلا قوة وهو عبارة عن مكون من مكونات الاغتراب ونرى أن مفهوم الاغتراب يقع في مضمون نظرية العقد الاجتماعي الذي قدمه " جون جاك روسو " لتفسير قيام المجتمع بمؤسساته وسلطاته المختلفة تلك النظرية تشير إلى أن المجتمع قد تكون نتيجة تخلي الافراد وتنازلهم عن حريتهم من أجل مصلحتهم وضمان أمنهم ، ويشير دوركايم " الى ان المجتمع البدائي كان مجتمعا يتسم بالتجانس نتيجة لتشابه الأدوار والوظائف التي كان يؤديها افراد المجتمع ، ويفترض أنه بناء على ذلك كان للضمير الجمي قوة إلزامية تجبر كل أفراد المجتمع على الالتزام به ، وكان هذا الضمير عند " دوركايم " يشير الى المجموع الكلي للمشاعر والمعتقدات المشتركة بين المواطنين في المجتمع نفسه ، والذي من شأنه تدعيم الروابط بين الافراد ومع التقدم الصناعي طرا على مجموعة الوظائف والادوار التي يؤديها الافراد تغير جوهري ملموس ، واتجه المجتمع من مرحلة البساطة الى مرحلة التعقيد ، وهذا التحويل أدى بدوره الى تفكك العلاقات الاجتماعية .

(خليل ، 2009 ، ص 14)

-3-4الاغتراب التعليمي

هناك اغتراب تلعب المؤسسات التعليمية دوراً بالغاً في تعميق هذه الظاهرة او التقليل منها ، هذه المؤسسات التعليمية سواء المدرسة أو الجامعة لها أثر كبير في تنشئة الابناء . حيث أنها تعمل جنباً إلى جنب مع الاسرة ، وأن أهم الجوانب التي تدفع الطالب الجامعي الى الاغتراب هو أنه يلتحق بالكلية التي يقوم بالدراسة فيها ، لا عن اختيار شخصي بل عن إجبار اجتماعي ، والاصل في الدراسة أن تقوم على اختيار شخصي والتذوق لما يقوم الانسان بدراسته وليست المسألة متعلقة باختيار التخصص او الكلية فحسب ، بل تتعدى الى النهج الذي تضرب الجامعة فيه اليوم ، حيث أصبح ملتزما بمنهج محدد ، وقد صار غير مختلف في هذا الصدد عن التدريس في المراحل غير الجامعية وهذا يعني ان الطلاب قد فقدوا اهم مقوم من مقومات الفكر الحر ، وهو البحث المتحرر من القيود والضغوط الخارجية . لقد صار المقرر

الدراسي والامتحان يهددان ويجعلان منهم شخصيات منغلقة غير متفتحة على أفاق الفكر المتحرر ، ومن الأسباب التي تدفع الطالب الى الاضطراب والاغتراب أيضاً أن الكثير ممن يحصلون اليوم على دخل مرتفع هم من الأميين الذين لم يفلحوا في مسارهم الدراسي ، أما الذين شقوا طريقهم الى أعلى السلم التعليمي ومنهم الحاصلين على شهادات الماجيستر والدكتوراه فإنهم لا يكادون يغطون مصاريفهم الشهرية بالمرتبات التي يحصلون عليها في آخر كل شهر ، أو يعانون من شبح البطالة.

3-5 الاغتراب السياسي

يعد الاغتراب السياسي من أكثر أنواع الاغتراب شيوعا في المجتمع المعاصر بوجه عام وفي المجتمعات العربية بوجه خاص وتبدو مظاهره وتقلباته في العصر السياسي الذي يشير الى ان الفرد المغترب ليست لديه القدرة على ان يصدر قرارات مؤثرة في الجانب السياسي ، كما يفتقد الى المعايير والقواعد المنظمة للسلوك السياسي ، بمعنى آخر يشعر المرء بأنه ليس له دور في العملية السياسية وان صانعي القرارات لا يصنعون له أي اعتبار

.(محمد خليفة ، ص 97)

. ويقصد بالاغتراب السياسي " شعور الفرد بالعجز إزاء المشاركة الايجابية في الانتخابات السياسية المعتبرة بصدق عن رأي الجماهير ، وكذلك الشعور بالعزلة عن المشاركة الحقيقة الفعالة في صنع القرارات المصيرية المتعلقة بمصالحه ، واليأس من المستقبل ، على اعتبار أن رأيه لا يسمعه أحد وأن سمعه لا يهتم به ولا يأخذ به "

(عبد المختار ، 1998 ، من 41)

. ويتحدث " حسن سعد السيد " (1986) في التوافع التي تقف وراء الاغتراب السياسي ، موضحا انها هي نفسها الدوافع التي خلقت الاحساس بالاغتراب الاجتماعي ، لان المفاهيم السيطرة على مجتمع ما هي التي تسيطر بدورها على المفاهيم الاجتماعية ومن ثم يكون المؤثر الأول مؤثرا ذا دلالات سياسية تمكن

في النظام السائد ومدى صلاحية أو عدم صلاحية هذا النظام، فاذا كان النظام قد اثبت عدم صلاحية هذا النظام ، فاذا كان النظام قد اثبت عدم صلاحيته، فبالأحرى يتكون أو ينبعث الاحساس بهذا الانفصال الذي يتم بين الفرد والنظام السائد وهنا تكون أول دواعي التمرد والذي تكون الغلبة فيه للنظام ، حيث لا يجد الفرد مهربا من الاغتراب معلنا ان ذاته مغتربة .

(عبد المنعم ، 2008 ، ص 98)

. ويرتبط الاغتراب السياسي بالاغتراب الديني ايضا ارتباطا وثيقا أوضح " فيورباخ " ان الدين هو اساس النظام السياسي ، ففي الوقت الذي يكون فيه الدين مقدسا تجد تقديس الزواج والملكية وقوانين الدولة

3-5 الاغتراب الديني :

ورد الاغتراب الديني في الاديان الثلاثة الكبرى، المتمثلة باليهودية والمسيحية والاسلام ، فإنها تلتقي على مفهوم واحد للاغتراب المتمثل في : " انفصال الانسان عن الله ، وانفصاله عن الطبيعة ، الملذات والشهوات وانفصال الانسان المؤمن (عن الانسان) الغير مؤمن ، حيث أن الاغتراب ظاهرة حتمية في الوجود الانساني ، وحياة الانسان على الارض ما هي إلا غربة عن وطنه السماوي

(يوسف ، 2005 ، ص 35)

فقد جاء الاغتراب في الإسلام على هذه الصورة التي يوضحها حديث الرسول صلى الله عليه وسلم حيث قال : " بدأ الاسلام غريباً وسيعود غريباً كما بدأ، فطوبى للغرباء " وقيل : ومن الغرباء يا رسول الله ؟ قال : الذين يصلحون إذا فسد الناس . يتضح من خلال هذا الحديث الشريف أن الغرباء فئة قليلة من أهل الصلاح والتقوى ، وهي التي استجابت للرسول صلى الله عليه وسلم في بداية الدعوى ونات بنفسها من الشبهات والشهوات ، وقد أوضح " فتح الله حليفة " (1979) أن الاغتراب في الاسلام جاء في ثلاث درجات هي : اغتراب المسلم بين الناس ، اغتراب المؤمن بن المؤمنين ، واغتراب العالم بين المؤمنين ، فغربة العلماء هي اشد انواع الاغتراب لقتلهم بين الناس وقلة مشاركة الناس لهم ، وقد زالت هذه الغربة عن

المسلمين حين ظهر الاسلام وانتشر في ارجاء المعمورة ودخل الناس بعد ذلك في دين الله أفواجاً ، ولكن سرعان ما أخذ الاسلام في الاغتراب والترحل عاد كما بدأ ، فلم يكاد يمضي قرن من الزمان على الاسلام حتى وصف المسلمون بالغربة .

(خليف 1979 ، ص 58)

وكشفت العديد من الدراسات والبحوث النفسية الحديثة أن الصحة النفسية المتزنة للأشخاص المترددين على دور العبادة (سواء المساجد أو الكنائس (تتفوق بشكل جوهري على غيرهم من المترددين عليها أو ممن لا عقيدة أو ايمان لهم وكما تبين أن الرفاهية وحدها لا تحقق التوازن النفسي أو الرضا الكامل في الحياة .

(زهران ، 2004 ، ص 111)

وهذا ما ورد ذكره بوضوح في القرءان الكريم قال تعالى : **(الذين آمنوا وتطمئن قلوبهم بذكر الله ألا بذكر الله تطمئن القلوب " سورة الرعد الآية 28 "**

فاللجوء الى الله تعالى يجعل الانسان مع الآلهة الذي ينزل عليه السكينة والأمن والطمأنينة ويؤيده ويسانده وبناصره ، و تنشد أجهزة المناعة النفسية والجسمية ، التي تحميه من الأمراض والاضطرابات والشعور باليأس والاغتراب

7-3- .الاغتراب الثقافي :

وهو ابتعاد الفرد عن ثقافة مجتمعة ورفضها والنفور منها ، والابتعاد بكل ما هو غريب أو اجنبي من عناصر الثقافة وخاصة أسلوب الجماعة والنظام الاجتماعي ، وتفضيله على ما هو محلي .

(شنا ، 1984 ، ص 103)

. ولقد ميز فؤاد زكريا وشاعر مصطفى (1988) بين ثلاث معان رئيسية للفظ الثقافة نبدأ بالمعنى الأوسع وننتهي بالمعنى الضعيف :

المعنى الأول : هو كل ما يضيفه الانسان الى ما يتلقاه من الطبيعة أو ما يجده فيها

المعنى الثاني : يكتفي بالجانب المعنوي فقط وفيه يشمل الثقافة والعادات والقم التي يتميز بها مجتمع عن آخر ، وأسلوب الحياة وطرق التفكير التي تسود حضارة معينة دون غيرها .

المعنى الثالث : هو أضيق المعاني وفيه يشير الثقافة الى النواتج الرفيعة التي لا يبدعها ولا يتذوقها الا محدودة من الناس داخل المجتمع الواحد كالشعر والموسيقى والفن التشكيلي والكتابات الثقافية بمختلف أنواعها . **(زكريا مصطفى ، 1988 ، ص 15-16)**

. وقد أوضح حسين مؤنس (1988) أن ثقافة الأمة هي : علمها غير الواعي الذي تتوارثه أجيالها وتسير به شؤون حياتها أي هي طريقتها في الحياة، تدخل في ذلك اللغة ونظام إقامة البيوت وانواع الأكل وطرق تحضيرها والملابس والأمثال والحكايات الشعبية وتصور أهلها للدنيا وطريقة عيشهم وحرفهم وطوائفهم في الصناعة والزراعة والتجارة والملاحة

(العدواني ، 1977 ، ص 376).

ومن الأمثلة وشواهد الاغتراب الثقافي :

التعليم باللغات الاجنبية على حساب اللغة المحلية ، واستخدام أسماء أجنبية للمدن والقرى السياحة والمؤسسات الانتاجية ومنتجاتها والاسواق المحلات التجارية .

3-8 الاغتراب النفسي

على الرغم من شيوع مفهوم الاغتراب النفسي ، فإنه من الصعب تخصيص نوع مستقل تطلق عليه الاغتراب النفسي ، وذلك نظر لتدخل الجانب النفسي للاغتراب يجمع أنواع الاغتراب الأخرى (الثقافي ، الاقتصادي السياسي ، والديني ... الخ(

فالاغتراب النفسي مفهوم عام وشامل يشير الى الحالات التي تتعرض فيها وحدة الشخصية للانتصار أو الضعف والانهيار ، بتأثير العمليات الثقافية والاجتماعية التي تتم في داخل المجتمع مما يعني أن

الاغتراب يشير الى النمو المشوه للشخصية حيث تفقد فيه الشخصية مقومات الاحساس المتكامل بالوجود والديمومة ونقد حالات الاضطراب النفسي او التناقضات صورة من صور الازمة الإغترابية التي تتعدى الشخصية ويتحدد مفهوم الاغتراب في الشخصية بالجوانب التالية : حالات عدم التكيف التي تعانيها الشخصية، من عدم الثقة بالنفس والمخاوف المرضية والقلق والإرهاب الاجتماعي . غياب الاحساس بالتماسك والتكامل الداخلي في الشخصية

ضعف أحاسيس الشعور بالهوية والانتماء وضعف الشعور بالقيمة والاحساس بالأمن

(على وطفة ص 242 241)

-3-9الاغتراب الذاتي:

لقد أوضح " إيريك فروم " في كتابه " المجتمع السوي " ان المعنى القديم للاغتراب قد استخدم للدلالة على الشخص " الجنون " وينظر الباحثون إلى اغتراب الذات باعتبار اضطرابا نفسياً يتمثل في اضطراب الشخصية الفصامية ، حيث يتسم الشخص القصامي بالعجز عن اقامة علاقات اجتماعية ، والافتقار الى مشاعر الدفئ واللين أو الرقة من الخ ، فهناك تشابه بين اغتراب الذات واضطراب الذات واضطراب الشخصي الفصامية في انهما يشيران الى صعوبة استمرارية العلاقات الاجتماعية مع الاخرين من افراد المجتمع .

(يوسف ، 2004، ص 38)

وقد ميز برك فروم بين الذات الأصلية والذات الزائفة على أساس أن الذات الأصلية ترادف مفهوم الذات المغاربة التي حققت وجودها الانساني المتكامل ، فصاحبها مفكر وقادر على الحب والانتفاع : أما الذات الزائفة فهى الذات التي اغتربت من نفسها ومن وجودها الانساني الأصيل،

(رس، 1969 : ص 91)

وتكلف أعمال " سيغم أنه كان مهتما بمفهوم اللاوعي كما تناول غربة الذات و الشعور واللاشعور ، وغيرها من المفاهيم التي ترجمت وجهة نظره في الاغتراب بأنه " اضطراب مرضى " وأوضح أن اغتراب اللاشعور (اللاوعي) ، ويعاني من أن الرغبة قد الطاقة حتى تتحقق الفرصة الملائمة للظهور مرة في حالة ضعف الأنا مثلا اثناء النوم . بانتهاء وتفريغ قوتها من الطاقة، بل تصل هذه الرغبة مختلفة بكامل قوتها من لا تنتهي

(عبد العلم ، 1991 ، من 100)

ويرى أيضا فرويد أن "الاغتراب مهمة متأصلة في وجود الذات في حياة الانسان ، ان لا سبيل مطلاقا لتجاوز الاغتراب ومن جهة اخرى قاله لا مجال لإشباع كل الدوافع الفريزية ، كما أنه من الصعب التوفيق بين الأهداف والمطالب وبين الغرائز وبعضها البعض

(طالب : 1992 ، ص33)

وقد ميزت " هورني " بين نوعين من اغتراب الذات هي:

-3-10 الاغتراب عن الذات الفعلية:

ويتمثل في إزالة أو إزالة كافة ما كان المرء عليه بما في ذلك ارتباط حياته الحالة بماضيه ، وجوهر هذا الاغتراب هو البعد عن مشاعر المرء ومعتقداته وطاقته ، وكذلك فقدان الشعور بذاته ككل ، كما يشير هذا الفقدان بدوره الى الاغتراب عن ذلك الجوهر الأكثر حيوية بالنسبة لذواتنا .

-3-11-الاغتراب في الذات الحقيقية:

ويتضمن التوقف عن سريان الحياة في الفرد خلال الطاقات التابعة من هذا المنبع أو المصدر التي تشير اليه " كارين هورتي " باعتباره جوهر وجودنا ، وترجع أسباب الاغتراب لدى الانسان الى ضغوط داخلية، حيث يوجه معظم نشاطاته نحو الوصول إلى أعلى درجات الكمال حتى يحقق ذاته المثالية ويصل

بنفسه الى الصورة التي يتصورها وترى أيضا أن المغترب يكون غافلاً عن واقعه ويفقد الاهتمام به، ولا يعرف حقيقة ما يريد ويعيش في حالة من اللاواقعية، وبالتالي في حالة من الوجع الزائف

(يوني، 2011، ص 81) .

وقد ميز كل من "مارك " و " كيري " 2003 بين نوعين من الاغتراب هما

الأولى : يشير هذا النوع من الاغتراب الى الأمور العادية والطبيعية، لذا فإن الاغتراب هنا يكمن في ويرى " كوفان " بأن الاغتراب الأولي يمكن أن والارهاق بحيث يصبح الفرد متعب جدا أو تأسيساً على ما تقدم فان ، الاغتراب العادي أو الطبيعي، فالفرد يشعر بالغرب هذا النوع من الاغتراب هو عبارة . وخاصة فيما يتعلق بعدم الاتصال بالمكان الفرد في هذا النوع من الاغتراب يكون غير ليس لديه الرغبة بأن يباشر أي ضل خاص الخيرات كاشياء غير سارة ومخزنة .

الكتاب أمثال " يركز " (2002) بان : الاغتراب الثانوي : ان هذا النوع من الاغتراب بشير بأن هناك شيء غير عادي أو مألوف من قبل الفرد والد ان مخالف في توقيع الآخرين ، وفي هذه الحالة فإن الاغتراب الثانوي يتعلق بالخلاف في الخبرة والشعور

ويرى كل من "مارك " و " كيري " (2003) الى ان الاغتراب الثانوي قد يشأ ألماناً من الاغتراب الأولي وقد يكون نتيجة له ، وأن كلا النوعين من الاغتراب يشير الى اضطراب العلاقة بين الفرد أو بينه وبين ذاته، بحيث يصبح غريب عن م فعاليته ونشاطاته وهما يشيران الى ان الاغتراب الثانوي غالباً ما بالإحساس بالانفعال المفاجئ وا توط، وأن هذه ممتنة ومشبعة الفقدان المعنى ة صعوداً للوصول الى فقدان العاطفية. وربما تكن تكون متلازمة مع تعابير الوجـ سمات الفعالية طفيفة كالكالية ، الغضب، الكراهية وتشدد طفيف ويحدد " شيروم " (2002) النتائج السلبية على مستوى الام بالبيئة للاغتراب الثانوي والتي يمكن إجمالها كالآتي : قدان الابداع والابتكار بالنسبة لنا فقدان المتعة والانتفاع العمل

. نقصان في التأثير والفعالية ..

–الصراعات والعزلة

المقاومة للتعبير حتى وان كان التعبير نحو الأفضل

نقص او تراجع في نوعية الحياة والقبول الشخصي أو الرضا الذاتي ، وذلك : رفض الفعاليات الحياتية الفرص الكبيرة للتعرض لكل أنواع الحوادث

التعرض لكل أنواع الامراض النفسية والسيكوماتية

. تراجع وانحطاط في النظام المناعي للفرد ، وما ينتج ن فرص كبيرة للإصابة بالأمراض . النتائج الفيزيولوجية الخاصة والتي تتمثل بالضبط الهرموني وما ينشأ عنه وأمراض جسدية تتمثل في ارتفاع مستوى الكولسترول في الدم وبما ينعكس سلباً الدماغ والقلب . التعب والاعياء الدائم

. موت سابق لأوانه

. ان الاغتراب الثانوي يوصف بأنه مرحلة من الكأبة بالطريقة المؤلمة التي تؤدي الى تقليل الشعور بالذات ككيان مستقل وهو بمثابة مسببات لسلوك الفرد بأن يبقى خارج نفسه وذاته ، بحيث يصبح كالدمية التي تقاد بواسطة قوى خارجية .

وأن قلة الشعور بالذات أو انعدامه يعني ضماناً بأن الفرد لا يستطيع الولوج الى مشاعر الاخرين ، وهذا يعني بأن الفرد غير قادر ولا يمكنه التأثير بالآخرين ونتيجة لهذا فان الانفعالات الذاتية او الشخصية ونتر عرج بشكل أجوف وقاسي ، وهذا يدل على أن الفرد لا يراعي الأخرين وأحاسيسهم إلى نوع من القساوة والصرامة المنغرسة في أدوارهم الاجتماعية والتي تجعل من مشاعرهم جامدة وغير حميمية وهذا ما قد يفسر لنا سخرية مثل هؤلاء الافراد بالعمل الجنس البشري بشكل عام .

(يونسي ، 2007 ، ص 89)

4 . أبعاد الاغتراب النفسي:

مع تنمو منظمات تنوعت الكتابات والدراسات السيكولوجية والاجتماعية في تناول مفهوم الاغتراب وفي تحديد أبعاده ومظاهره فمن أشهر الأبعاد انتشاراً وأوسعها استخداما تلك التي حددها سيمان للاغتراب انتهى اليها عن طريق تحليل مكونات الاغتراب وتفسير معانيه في ضوء نظريات التعلم وما يستخدمه علم النفس من مفاهيم، حيث يرى " سيمان " (1959) ان الاغتراب يمكن تحليله الى 5 عناصر منفصلة هي : العجز ، افتقاد المعنى ، افتقاد المعايير ، العزلة ، اغترب الذات **James .، 1983 ، ص 28**

حيث يقصد بالعبارة بعد المكونات التي يتألف منها شيء ما ، لقد بقي الاغتراب مركباً كلياً

ينظر اليه كمفهوم قائم بذاته، يتم البحث عن أسسه ، وعوامله دون البحث في مكوناته الأصلية ونجد من أبعاده

العزلة الاجتماعية

يريد بها الجزال الفرد في الاجتماعية والشعر سحاب من المشاركة في الانشطة الاجتماعية، ومن ثم شعوره

، واتخاذ القرار

.حيث يشير المجز إلى تلك الحالة التي يشعر بـ أبو الوصول إلى أبي المكافات التي يريدها د اللامعنى : وتحصل المسؤولية ويقصد به شعور الفرد بأن الحياة لا معنى لها ولا جدوى منها ، وأنه لا يتحكم في أحداثها بصير شينا بلا علية او هدف معين ."واقعي وبحيا تهيا الشاعر اللامبالاة والفراغ الوجودي حيث يشير د سيمان (seeman) الى توقع الفرد أنه لن يستطيع أن تبين بدرجة عالية من الكفاية تقبلية اللدول . الله اللامعيارية : ويقصد بها " القصر ة والانتقاص من قيمة الشر استخدام الوسائل غير المشروعة الم ضروري لتحقيق ادافه

-التمرد

ويقصد به " شعور الفرد بالرفض والكراهية والغضب والحفظ على اجتماعية وشعوره بعدم الرضى وعدم احترام التقاليد والاعتراف "

الانسحاب:

الاغتراب النفسي في وسيلة دفاعية اليها الآنا للدفاع عن نضم يعجز الفرد الابتعاد عن المواقف بانسحابه من المؤسف أو ان ينكر وجود المهنى العصر المهند ها الرفض : هو الماء ساب را معاد الرد على المجامع علم الآخرين، أو بعبر السلوك ويكضمن الرفض الاخ يصر الاخ من خلال النائبين ما هو فعل وما هو أي أن الشخص غير راض

. اللاهداف

: يقصد به أن الحياة تمضى بغير هدف أو غاية، ومن ثم يفقد الهدف من وجود هومن معنى الاستمرارية فى الحياة

(2007 ص 109)

5- مراحل الاغتراب النفسي

ظاهرة الاغتراب تمر بثلاثة مراحل كل مرحلة تؤدي الى خرى وهذه المراحل

-5-1 مرحلة التهيؤ للاغتراب

وهي المرحلة التي تتضمن مفهوم فقدان السيطرة ببعدية المتمثلين في سلب المعرفة وسلب المعرفة وسلب الحرية ومفهومي فقدان المعنى واللامعيارية على التعاقب, فعندما يشعر المرء بالميز أو فقدان السيطرة على الحياة والمواقف الاجتماعية وانه لاحول ولا قوة فلا بعد أن تساوي معاني الاشياء لديه بل وأن تفقد الاشياء معانيها ايضا وتبعا لذلك فلا معايير تحكمه ولا قواعد يمكن أن ينتهي اليها

(يوسف : 2005 ، من 93) .

5-2-مرحلة الرفض والنفور الثقافي

وهي المرحلة التي تتعارض فيها اختبارات الأفراد مع الأحداث التطلعات الثقافية وهناك تناقض بين ما هو واقعي وما هو مثالي وما يترتب عليه من صراع الأهداف في هذه المرحلة يكون الفرد معزولا على المستويين العاطفي والمعرفي عن رفاقه أن ينظر اليهم بوصفهم غرباء وعند هذه النقطة يكون مهيا للدخول فيا رحلة الثالثة .

(بشرى على : 2008 521).

-5-3مرحلة الكيف المغترب

أو العزلة الاجتماعية بأبعادها المتمثلة في الايجابية بصورتيها المتمثلتين في المجاراة المغتربة والتمرد والثورة والسلبية بصورها المتعددة التي يعكسها الانسحاب والعزلة وفي هذه المرحلة يحاول الفرد التكيف مع المواقف بعدة طرق منها

الاندماج الكامل والمسايرة والخضوع لكل المواقف . التمرد والثورة والاحتجاج ، أي يتخذ المرء موقفا ايجابيا نشطا، ويتخذ الفرد موقف الرفض للأهداف الثقافية، ويكون المرء في هذه الحالة يقف بواحدة قدميه داخل النسق الاجتماعي و بالأحرى خارجه. مما يحيله في نهاية المطاف الى انسان هامشي .

(شتا . 1998 ،ص105)

- 6أسباب الاغتراب النفسي:

1 الصراع :

بين الدوافع والرغبات المتعارضة، وبين الحاجات التي لا يمكن إشباعها في وقت واحد مما يؤدي الى التوتر الانفعالي والقلق واضطرابات الشخصية .

ب–الإحباط :

حيث تعلق الرغبات الانسانية أو الحوافز أو المصالح الخاصة بالفرد ويرتبط الإحباط بالشعور بالفشل والعجز التام والشعور بالقهر وتحفير الذات

ج – الحرمان :

حيث نقل الفرصة لتحقيق دوافع أو إشباع الحاجات كما في حالة الحرمان من الرعاية الوالدية والاجتماعية (.. الخبرات الصادمة : وهذه الخبرات تحرك العوامل الأخرى المسببة للاغتراب مثل : الازمات الاقتصادية والحروب .

(زهران ، 2004، ص 108)

6– .أسباب اجتماعية وثقافية :

ومن أهمها ما يلي

أ –ضغوط البيئة الاجتماعية والفشل في مواجهة هذه الضغوط .

ب –الثقافة المرضية التي تسود فيها عوامل الهدم والتعقيد

ج –التطور الحضاري السريع وعدم توافر القدرة النفسية على التوافق معه

د –اضطرابات التنشئة الاجتماعية حيث تسود الاضطرابات في الأسرة والمدرسة

خطر اساس و المجتمع .

مشكلة الأقليات ، ونقص التفاعل الاجتماعي والاتجاهات السالبة ، والمعاناة من عصب والتفرقة في المعاملة، وسوء التوافق المهني حيث يسوء اختيار العمل على الصدفة، وعدم مناسبة العمل للقدرات ، وانخفاض الأجور.

الدهور نظام القيم وتصارعها بين الأجيال..

– الضلال والبعد عن الدين والضعف الأخلاقي ونفشي الرئيلة .

(المتعالي، 2009 .ص107.)

6-3أسباب اقتصادية:

بعد ظهور عددا كبيرا من الأفراد ذوي الدخل المرتفع وذوي الدخل المنخفض سبباً يترتب عليه اختلاف في مستوى المعيشة والحياة والمظهر ، ويترتب على ذلك فقدان المعايير والقوة والوسائل التي يمكن بها زيادة السيطرة على الطبيعة مما يؤدي الى غياب أصحاب الدخل المحدود في نفس المجتمع

ويرى الباحث أن بعض هذه الأسباب قد تتفاعل فيما بينها وتؤدي الى شعور بالاغتراب النفسي ، ففي جانب الاسباب النفسية هناك كثير من مواقف الصراع والاحباط والحرمان والخبرات الصادمة التى يواجهها المستشار نتيجة كونه وحيد في المقاطعة ، الأمر الذي يجعله يشعر باختلافه في المجتمع الذي يعيش فيه وبالتالي يحس ويشعر باغتراب .

كما تجدد دور الجانب الاقتصادي في خلق مكالمة مرموقة للشخصية ، فالاختلاف في مستوى المعيشة يؤثر بشكل واضح وكبير في مستوى العلاقات الاجتماعية وبالتالي يزداد الشعور بالاغتراب النفي الناتج عن هذه الفجوات في المستوى الاقتصادي.

- 7 النظريات المفسرة للاغتراب النفسي

يقصد بمفهوم نظرية أنها " مجموعة من المعارف العقلية الخاصة المرتبطة منهجياً ومنطقياً ، وذلك في مقابل التصميمات التجريبية " أما المعنى الأكثر دقة فهو : " أنها مجموعة من القوانين العلمية ومن المبادئ والقضايا العامة المرتبطة منهجياً ومنطقياً والتي تتناول بالتفسير والتحليل ظواهر وحقائق مترابطة ومتصلة بموضوع " .

(يونسي، 2007، ص 120)

انطلاقاً من هذا التحديد لمفهوم النظرية تقول أنها تحلل وتفسر مجموعة ظواهر ، ونحن بصدد دراسة ظاهرة الاغتراب، ونحاول أن نبحث كل النظريات التي هذا الموضوع بالدراسة من أجل تفسير كل

المؤشرات التي لها علاقة وصلة بالاغتراب حتى نتوصل الى النتائج النهائية التي ترمي إليها من خلال قيامنا بهذا البحث، وهناك العديد من النظريات التي فسرت الاغتراب وفقا لمنجها العلمي والفلسفي وهذه النظريات جاءت كما يلي :

1 –الاغتراب في نظرية التحليل النفسي:

يرى " سيغموند فرويد " بأن الاغتراب هو الأثر الناتج عن الحضارة ، حيث أن الحضارة التي أوجدها الفرد جاءت متعاكسة ومعارضة مع تحقيق أهدافه ورغباته وما يصبو إليه وهذا يعني في نظر " فرويد " أن الاغتراب ينشأ نتيجة الصراع بين الذات وضوابط المدينة ، أو الحضارة حيث تتولد عن الفرد مشاعر القلق والضيق عند مواجهة الضغوط الحضارية بما تحمل من تعاليم وتعقيدات مختلفة وهذا بالتالي يدفع الفرد إلى اللجوء الى الكبت كاليات دفاعية تلجأ كحل للصراع الناشئ بين رغباته وأحلامه وبين تقاليد المجتمع وضوابطه ومن الطبيعي أن يكون هذا حلا ، وهذا تلجأ إليه مما قد يؤدي بالتالي إلى مزيد من الشعور بالقلق والاغتراب .لذا فإن " فرويد " يعتقد بأن الحضارة قامت على حساب مبدأ القوة ولم تقدم للإنسان سوى الاغتراب .

(رشاد ، 1989 ، ص 20)

. حيث استخدم "فرويد " لطريقة التداعي الحر في ضوء العديد من الحقائق والتي من ضمنها – اغتراب الشعور (الوعي) : حيث يتساءل " فرويد بانه كيف يتسنى ذلك القدر الكبير من حقائق حياتكم الداخلية والخارجية ثم يستعيدوها مع طريقة فنية معينة معهم ينسوا ذلك باستخدام اغتراب اللاشعور اللاوعي والذي يأتي من أن الرغبة المكبوتة قد لا تنتهي بإنشاء وتفريغ قوتها من الطاقة حتى تحين الفرصة المناسبة للظهور أو العودة مرة ثانية في حال ضعف (الأنا) أثناء النوم مثلا " .نشتا السيد " (1974) ثلاث أنواع من الاغتراب على المستوى الشخصي والتي وينند يمكن إجمالها كالاتي:

اغتراب (الأنا) : ويكون ذا بعدين ، مرتبط الأول بسلب حرية في إصدار حكمه فيما يتعلق السماح للرغبات الغريزية للإشباع من ناحية ، وسلب معرفته بالواقع وسلطة الماضي (أنا الأعلى) وفي حالة السماح لهذه الرغبات بالإشباع من ناحية أخرى ، ومن ثم يكون انا في وضع مغترب دائماً سواء في علاقته بـ (الهو) أو بـ (الأنا الأعلى) وهذا يجمع أيه بين الخضوع والانفصال

.اغتراب (الأنا الأعلى) : ويتمثل هذا النوع من الاغتراب في فقدان السيطرة على (الأنا) وهي الحالة التي تأتي بدورها نتيجة لسلب معرفة الأنا بسلطة الماضي أو زيادة الهو على الأنا وهذا هو الجانب السلبي للاغتراب (الأنا) الاعلى (أما الجانب الايجابي للاغتراب فإنه يتمثل بمظهر الاعتماد والذي يصاحبه عدم افتتان (الأنا) بالواقع الاجتماعي

(خيري ، 1980 ، ص 18).

ويقرر " فرويد " بان الاغتراب هو سمة متأصلة بالذات الأنانية ، إذ لا سبيل مطلقاً لتجاوز الاغتراب بين (الأنا) و (الهو) و (الأنا الأعلى (لأنه لا مجال لإشباع كل الدوافع الغريزية والتوفيق بين الأهداف والمطالب وبين الغرائز وبعضها البعض . ويناقش " جاك لاكان " والذي يعد من أهم المحللين النفسانيين بعد فرويد " ظاهرة الاغتراب في التساؤل : عن ما هو الاغتراب ؟ وأن كنت وجدت نفسي من خلال الآخر فقد فقدت نفسي من خلال الأنا

(محمد خضر ، 1999 ص 51)

. أما " أريك فروم " والذي يُعتبَر " أبو الاغتراب (في التحليل النفسي المعاصر فإنه يتناول الاغتراب بطرق مختلفة والتي يمكن إيجادها بـ الانفصال عن الطبيعة الذي يصاحب سيطرة الإنسان عليها طابع يختلف عن طابع الانفصال الذي يصاحب ظهور وعي القدرة على ربط ذات الفرد بطبيعته وأخيراً محاولة الفرد لإيجاد التناسق مرة أخرى مع الطبيعة بالكون الى شكل قبل إنساني للوجود يقضي على صفاته الانسانية الخاصة ، وانب عملية التفرد تتمثل في أن الفرد يصبح كياناً واعياً منفصلاً عن ويعتقد أن أحد

الآخرين وأنه . الممكن تماماً لمن أصبح يعني بانفصاله عن الآخرين أن يجد روابط جديدة مع رفاقه من الناس لتحل محل تلك الروابط القديمة التي كانت تنظم من قبل

(الغرائز2007 ، ص 178)

. وقد حد فروم " (1984) في كتابه " الهروب من الحرية " ثلاث ميكانيزمات دفاعية ، التي تتمثل " بالسلطوية * وهي نزعة للتخلي عن الحرية الذاتية ودمجها بشخص ما داكتساب القوة التي تفتقدها الذات الأولى للفرد " والتنميرية " التي هي هروب من الشعور التغير المحتمل بالعجز ، فظروف العجز والعزلة " تطابق الإنسان الآلي " الذي يتطلب سعور الفرد على اللامعنى بالمقارنة مع القوة المهيمنة على العالم التي تكون خارجة إما عن ريق السلطوية أو التدميرية " .

(الحمداوي ، 2007 ، ص 42)

. هورني فإنها تنظر إلى الاغتراب باعتباره حالة تتضمن قمع ذاتية الفرد وهويته ، وان هدف الأساسي للمحلل النفسي يمكن في كيفية إرجاع الفرد لعفويته وقدره على الحكم هورني ساعدته على التقلب على اغتراب الذات، ثم تطورت هذه النظرية حيث تناولت الاغتراب عن الذات باعتباره تعبيرا عن وضع تختلط فيه مشاعر الفرد أي يختلط ما يحبه ما لا يحبه وما يعتقده وما يرفضه بحيث يكون الفرد عاقلاً عن ذاته الحقيقية ، وتشير أيضاً الاغتراب عن الذات الحقيقية باعتباره سمه للشخص المصاب بالأعصاب فهذا الشخص بعد عن ذاته فاقداً للشعور بأنه قوة حاسمة في حياته مثل هذا الشخص يشعر بالخجل من اعره وأنشطته وموارده وبذلك يتحول الى الشعور بكراهية الذات(**عباس ، 1982 ،**) الاغتراب في نظر أصحاب المذهب الانساني : النظرية إلى أن تحليل سلوك الإنسان لا يمكن أن يؤخذ من جانب واحد من نظرية واحدة ، حيث يرى "ماسو " بأن علم النفس قطع نفس سفة بينما لكل شخص فلسفته الخاصة ولذا فهو يقول أن " فلسفة علم النفس يجب أن نعني بدراسة القيم وينبغي أن تتضمن فلسفة الجمال الابتكارية والخبرات

الأرقى والأعمق، وأما ما يطلق عليه خبرات القمة التي يحس بها الفرد عندما يحقق نجاحاً حاسما وفق معايير عالية فيشعر

(العدواني ، 1979 ، ص 58)

. بالسعادة الكبيرة اما " مأق " فيشير الى ان " الكائن البشري يتحكم في سلوكه الى قيم يتمثلها ويفسر حياته وعالمه في ضوء بعض الرموز والمعاني وان هذه القيم تسبب له القلق والتوتر ، فالقلق من التهيب يستثيره تهديد القيم التي يتمثلها الفرد كغاية الغايات والتي بدونها يعاني الاغتراب ويفقد الاحساس بوجوده كإنسان

-7 الاغتراب في نظرية المعني:

يقدم " فرانكل " نظرية جديدة تدور حول المعني ، حيث يعتبره ممثلا للبعد الصميمي للوجود الاناني ، وانه القاعدة المنيعة التي يرتكز عليها الفرد من أجل التغلب على الاغتراب وقهره وخاصة عندما يشعر الفرد المعني في جوانب حياته المختلفة في الحب والصداقة والانجاز والفن والابداع والتدين والايمان وحتى في المعاناة التي يتعرض اليها ، ويشدد " فرانكل " أن الوجود الانساني هو وجود متناوب بالقلق والاغتراب ، وان الانسان ليس مخلوقا متوازنا ، فهو لا ينشد التوازن داخل نفسه ومع بيئته، ويعتبر قلقه واغترابه متأصلين ويضربان بعمق في أغواره بحيث لا يستطيع التخلص منهما بالإرضاءات الوقتيةإنه ينشد معادلة الاغتراب والمعاناة .

(مجاهد ، 1975 ، 180)

. فعندما يكون الفرد على بصيرة من معاناته فإنه يصل الى مستوى من الارتياح والانجاز الذاتي يجعله أكثر معرفة بذاته وبما يدور حوله ، حيث يلتقي " فرانكل " مع سائر الوجود مبين في فكرتهم الاساسية وهي أنه " لكي تعيش عليك أن تعاني ، ولكي تواصل الاستمرار و البقاء عليك أن تجد معنى للمعاناة " .

(**رجب ، 1987 ، ص 82**) وأن الوجود المعني في حياة الفرد وأفعاله يعني وجود ديمومته واستمراره ، وهذا ما يجعله أكثر قدرة في الكشف والتعرف على أسرار ذاته وأنواعها ، وبذلك يلتحم بها ويكون صديقاً حميما لها ، لأنه سوف يجد الحياة ممتلئة بالأعمال وهذا ما قد يبعده عن الاغتراب الذي مثل الأثر الناتج عن احباط ارادة المعنى وفقدانها ، ذلك أن المغترب تتسم حياته بالخواء والخلو من الاهداف السياسية ذات القيمة والمعنى ، وانه لم يعثر على ذاته بعد وان كثر عليها فليس بمقدوره أن يتألف معها ، حيث يقول " فرانكل " ان الانسان المعاصر يخضع أكثر وأكثر لتحكم الأخرين فتصنع ذاته في المجموع ، فهو لا يكون في معظم الأحيان كما يريد لنفسه أن يكون وانما على الصورة التي يريدونها الاخرون وبالتالي سوف يقع وبشكل متزايد للمعايير والامتثال

(عبد المنعم ، 2008 ، ص 75)

7-4 . الاغتراب في النظرية السلوكية:

يرى أصحاب هذه النظرية بان المشكلات السلوكية هي عبارة عن أنماط من الاستجابات غير السوية المتعلقة بارتباطاتها بميزات منفردة ويحتفظ بها الفرد لفاعليتها اقف او خبرات غير مرغوبة .د وفقا لهذه النظرية يشعر بالاغتراب عن ذاته عندما ينصاع ويندمج بين الاخرين ذاته فكر محدد ، حتى لا يفقد التواصل معهم ، وبدلا من ذلك يفقد تواصله مع

7-5 الاغتراب في نظرية المجال:

في نظرية المجال، يُعرّف الاغتراب على أنه حالة يشعر فيها الفرد بالانفصال والانعزال عن ذاته، وعن الآخرين، وعن العالم من حوله .ينبع هذا الشعور من مجموعة من العوامل، تشمل:

- **فقدان السيطرة** :الشعور بعدم القدرة على التحكم في مجريات الحياة، أو التأثير على الأحداث، أو اتخاذ القرارات التي تخصّ الفرد.

- **فقدان المعنى** :الشعور بأن الحياة تفتقر إلى المعنى أو الغرض، وأن الأنشطة اليومية لا تُقدم أي قيمة أو فائدة.
- **فقدان الصلة** :الشعور بالانفصال عن الآخرين، وعدم القدرة على تكوين علاقات ذات مغزى، أو الشعور بالوحدة والعزلة.
- **فقدان الهوية** :الشعور بعدم معرفة الذات أو فهمها، أو الشعور بأنّ الفرد غير حقيقي أو غير أصيل.

تُشير نظرية المجال إلى أنّ الاغتراب ليس حالة ثابتة، بل هو عملية ديناميكية تتأثر بعوامل متعددة، تشمل:

- **العوامل الشخصية** :مثل صفات الشخصية، وخبرات الحياة، والقيم، والمعتقدات.
- **العوامل الاجتماعية** :مثل العلاقات الاجتماعية، والهيكل الاجتماعي، والثقافة.
- **العوامل البيئية: مثل الظروف الاقتصادية، والسياسية، والبيئية.**

(فاتح ، 1991 ، ص 200)

7-6الاغتراب في نظرية الذات :

يعرف " حامد عبد السلام زهران " مفهوم الذات انه " تكوين معرفي منظم ومقلم للمدركات الشعورية والتطورات التقييمية الخاصة بالذات ، يبلوره الفرد ويعتبر تعريفها نفسياً لذاته(

زهران ، 1998 ، ص 113)

. ان مفهوم الذات يتكون من مفهوم الذات المدرك ومفهوم الذات الاجتماعي ومفهوم الذات المثالي وبالتالي فانه يتكون من كل ما ندركه عن أنفسنا ويتم تنظيم مكوناته من المشاعر المعتقدات التي تشكل في مجموعها اجابة عن تساؤلات من نوع: من نكون ؟ وكيف نبدو ام الآخرين ؟ وكيف ينبغي أن نتصرف ؟

والى من ننتمي ؟ العنصر المهم في تشكيل مفهوم الذات هو الطريقة التي تتحقق بها عملية تنظيم المشاعر معتقدات المتناثرة في اطار وحدة متكاملة .

(يونسي ، 1970 ، ص 155)

اغتراب وفقا لهذه النظرية ينشأ عن الادراك السلبي للذات وعدم فهمها بشكل سليم وكذلك نتيجة للهوة الكبيرة بين تصور الفرد المثالية وذاته الواقعية 7-7الاغتراب في نظرية السمات والعوامل:

من أهم سمات النظرية وتركيزها على العوامل المحددة التي تفسر السلوك البشري ، والتي تمكن من تحديد سمات الشخصية ، وتشير الدراسات التي تتناول سمات شخصية مرتفعي الاغتراب أنهم يتميزون بعدد من السمات مها ، التمركز حول ال1ات والوحدة النفسية وتوترات الحياة اليومية والشعور بفقدان القدرة على التحكم والاضطرابات في هوية الفرد

ونقص العلاقات الصادقة مع الآخرين، وعدم القدرة على ايجاد تواصل بين الماضي والمستقبل وعدم الانسجام بين الفرد والاجيال السابقة . وعلى الرغم من عدم اتفاق الباحثين على معنى محدد لمفهوم الاغتراب واختلاف نظرتهم لهذا المفهوم الا انه هناك اتفاق بينهم على العديد من مظاهره وابعاده والتي توصلوا اليها من خلال تحليلهم لهذا المفهوم واخضاعه للقياس وكانت من ابرز المحاولات في هذا المجال ملفين سمان " (1959) والذي قام بتطوير التفريعات الواردة في التراث السوسيولوجي السيكولوجي والفلسفي الموضوع الاغتراب بهدف اخضاعها وتطويعها للعمل

(عبد السميع ، 1971 ، ص 38)

محاولة التجريبي "التعليق على النظريات المفسرة للاغتراب : من خلال استعراض وجهات النظر السيكولوجية السابقة حول ظاهرة الاغتراب النفسي يتضح ان ابرز النظريات النفسية التي تناولت ظاهرة الاغتراب من نظرية التحليل النفسي ، ومن أشهر روادها الذين تحدثوا عنها " فرويد و فروم وهورني واريكون " ومن المدارس النفسية التي تناولت الاغتراب النفسي ايضاً ، المدرسة السلوكية والمدرسة الانسانية . ففي

اطار المدرسة التعليمية ينطلق فرويد من مبدأ أن الانسان كائن حيواني يسعى لإشباع غرائزه وفقاً لمبدأ اللذة دون اعتبار للواقع ، الا ان هذه الغرائز تتواجد بالتصدي والاحباط من قبل الاخرين حوله كالأسرة والمجتمع ، ومن هنا يحدث الاغتراب بين الهو والأنا ، ويرى فرويد ان التغلب على الآخر يتم من خلال اجلال الوعي محل اللاوعي بمعنى أن يعي الفرد ما هو موجود في اللاوعي . حيث ذكر كل من فروم وهو جاعل العامل الاجتماعي من سمات الرأسمالي المعاصر على اعتبارات سمات هذا المجتمع ، وعوامل التناقض في التنبيه الاجتماعي هي الشرط الاساسي لإنتاج الاغتراب الذاتي على المستوى الانساني الفردي، ومن ثم يمكن تقييم هذا الاغتراب يشمل المجتمع كله دون أن يقتصر مفهومه على طبقة محددة كالطبقة العامة مثلاً كما هو الحال عند ماركي

. كما جاء الاتجاه الانساني على فعل للنظريات التحليلية والسلوكية ، فهو يرفض مبدأ التحليلية الذي يتصور الانسان كجهاز طاقة يبحث عن حالة توازن وان ازدياد الطاقة يؤدي الى خلل هذا التوازن . كما رفض مبدأ السلوكية الذي يتصور الانسان جهازا اليا . إن عرض وجهات النظر السابقة نجد أن كل وجهة نظر مكملة للأخرى . كما نجد انها تتفق فيما بينها أكثر مما تختلف في تفسيرها لظاهرة الاغتراب النفس

كما اتفقت جميع النظريات على ان الاغتراب النفسي يتمثل في الشعور بالانفصال الانفصال عن الذات أو الانفصال في المجتمع كما اختلفت جميعاً في تفسير وتحديد الاسباب والعوامل التي تودي الى الشعور بالاغتراب 8نتائج الاغتراب النفسي:

8-1 التراجع والهامشية

: فهنالك الكثير من الناس ممن يعجزون عن التكيف الحركة المجتمع بالجاه مواكبة الاندفاع وراء المعالم المالية وتحقيق المكانة الاجتماعية الارفع، ومن اسباب ذلك استمرارهم في التمسك بالقيم التقليدية، ومما يعرقل موائمة سلوكه مع التغيرات الاجتماعية الجارية ، وهم كثيرا ما يقالون في تصورهم للأثر الايجابي

لما يفعلون وواقعه الاجتماعي والنفسي في نظر الآخرين ، وفي اطار هذه التطورات الكيفية تتحقق وطأة الإحباط ويتحول الاحقاق المادي الى نجاح اخلاقي ويتصدر الشرف مختلف الاعتبارات التي ينطلق منها هؤلاء في تبرير مواقفهم الرافضة لها في الحياة .

(شتا ، 1993، ص 45).

8-2 اضمحلال الهوية : يلاحظ في ضوء الابحاث الحديثة أن اقصى ما تصله حالة الاغتراب في سياقات التغير الاجتماعي والاقتصادي والتصنيع ، هو انفصال الانسان عن ذاته ، وهي التي سماها " ملقى سليمان " بالاغتراب في الذات .

-8العزلة وتأكل الانتماء

وهي التي تكون بارزة غالبا في المجتمعات الحديثة الغربية والتي تكون قائمة على الفردية دون الاهتمام بروح الجماعة ، وكذلك ظهور التواصل بين سكان المدن الحضرية ، وبروز الحواجز النفسية والاجتماعية التي تسبق المسافات التفاعلية بينهم

(بن زاهي، 2007، ص 92)

و مواجهة الاغتراب النفسي : ترى " إجلال سرى " ان مواجهة الاغتراب تتم عن طريق تحقيق الانتماء، ومن أهم إجراءات مواجهة الاغتراب ما يلي

التصدي للأسباب النفسية والاجتماعية للاعتراب والتغلب عليها

قهر مشاعر الاغتراب والعودة الى الذات والتواصل مع الواقع

تنمية الايجابية ومواكبة التغير الاجتماعي، والاعتزاز بالشخصية القومية

تصحيح الأوضاع الثقافية بما يحقق احترام العادات والتقاليد

تصحيح الأوضاع الاقتصادية على مستوى المهنة وزيادة الانتاج لإشباع حاجات الأفراد تصحيح الأوضاع الاجتماعية بما يضمن التفاعل والتواصل وتدعيم الاستقرار السياسي والوعي السياسي والديمقراطي،

وتنمية الوعي الوطني والولاء والاعتزاز بالوطن . تنمية انتماء الذات الى هويتها واتصالها بالواقع والمجتمع ، وتدعيم مظاهر الانتماء حيث تنمية السلوك الديني ، وممارسة الشعائر الدينية الاهداف الواضحة والمعايير التي يتم مسايرتها والشعور بالحيوية والمكانة والرضى والارتياح والامن والاندماج مع الجماعة .

(زهران ، 2004 ص 116 – 117)

خـلاصـة الفصل

لقد تمكنا من خلال هذا الفصل التعرف أكثر على ظاهرة الاغتراب النفسي والتي تعد ظاهرة متعددة الأبعاد ، كما تمكنا من التعرف أكثر على هذا المفهوم الذي ظهر في البداية في الفلسفة على يد ماركس وهيجل " لينتقل فيما بعد لعلم النفس ويستعمل لأول مرة على يد ابريك فروم " حيث تنوعت أبعاد وأشكال الاغتراب لدى الفرد كالاغتراب الاجتماعي والثقافي والسياسي مما جعل الكثير من الدراسات تنطلق اليوم لرصد هذه الظاهرة والتعرف عليها أكثر فأكثر ، والذي من شأنه إثراء المكتبات بها وكذا التوصل الى نتائج تستفيد منها دراسات أخرى

الفصل الثاني
الصحة النفسية

تمهيد

1-مفهوم الصحة النفسية

2- -بعض المفاهيم المرتبطة بصحة النفسية

3 -تعريفات أصحاب المدارس

4- عوائق الصحة النفسية

5-معايير الصحة النفسية

6-مظاهر الصحة النفسية

-7-أهمية الصحة النفسية المجتمع

8-النظريات المفسرة الصحة النفسية

خلاصة الفصل:

xxmaythamxx

تمهيد

نظرا لأهمية الصحة النفسية بالنسبة للفرد والمجتمع ونظرا لحاجة المنظم معين من الصحة النفسية يضمن له مسارا جيدا كما أن دراسة الصحة النفسية .تتطلب جهد الباحث واتساع وشمولية اطلاعه فقد فتحت النظريات ونتائج امت المختلفة في علوم النفس والتربية والاجتماع والأنثروبولوجيا والبيولوجيا من فرع العلوم المرتبطة بها – الطريق لفهم الانسان وجوانب توافقه الشخصي في كل مرحلة المراحل نموه

وقد يكون من المهم للقارئ أن يتعرف على ما انتجه الفكر في ولكن من الاهم بالنسبة له ان يتعرف على العلاقة النظرية لعذه الخلفية المعرفية بمجالات الصحة النفسية

1-مفهوم الصحة النفسية:

هناك عدة تعريفات متعددة للصحة النفسية نتعرض منها بعضا :

آشار تعريف **منظمة الصحة النفسية العالمية** الى أن الصحة النصية لجسمية والنفسية والاجتماعية وليست خلو من المرض

وجاء في **تعريف الجمعية الوطنية الامريكية** للصحة النفسية إلى ان تعريف الصحة النفسير يشير الى مجموعة من الظاهر السلوك التي يتحلى بها المتمتع بالصحة النفسية وتشمل عن النفس ، القدرة على تقدير الاخرين، وأخيرا القدرة على المقابلة ومتطلبات الحياة

(الدهري 2005، ص 26)

الصحة النفسية: هي حالة عقلية انفعالية مركبة دائمة نسبيا من الشعور بالسعادة مع ومع الآخرين والشعور بالرضا والطمانينة والأمن والسلامة العقلية والإقبال على الحياة مع الشعور بالنشاط والقوة، ويتحقق بذلك أعلى دراجة من التكيف النفسي والاجتماعي

(عبد الله، 2007، ص21)

تخطر ببالنا فكرة الصحة النفسية ، عندما يقف الواحد منا أمام مشكلة بارزة من المشكلات السلوك فاذا لاحظنا أن شخصا ما لا يصدر عنه السلوك الملائم في أثناء تعامله مع ما يحيط به من الأشخاص والكائنات، فإننا نلاحظ أن هذا السلوك غير الملائم يكون غالبا المشكلات وصعوبات وسلوك الفرد في أثناء تعامله مع ما يحيط به من الأشخاء والكائنات لا يخرج عن كونه نوعا مما يسميه علماء الحياة ((تكيف الكائن الحي للبيئة المحيطة به ومعروف الكائنات الحياة بمختلف صنوفها تتفاعل مع البيئة وتتكيف لظروفها مصدر تكيفا غايته ضمان الحياة واستمرار النمو وبقاء النوع.

(القومي 1952. ص 3)

كم يعرفها :زهران يمكن تعريف الصحة النفسية بانها حالة دائمة نسبيا يكون فيها الغر متوا نفسيا شخصيا وانفعاليا واجتماعيا أي مع نفسه ومع بيئته ويشعر بالسعادة مع نفس ومع الأخرين ويكون قادرا على تحقيق ذاته واستغلال قدراته وإمكاناته الى اقصى مكان ويكون قادرا على مواجهة مطالب الحياة وتكون شخصيته متكاملة سوية ويكون سلوكه عاديا، ويكون. الخلق بحيث يعيش في سلامة

(زهران 2005. ص 9)

الصحة النفسية من " أعلى مستوى من التكيف السلام في سماك عدة منها المدارة الخلق القويم ، الاتزان الانفعالي ، السلوك المربي، تكفل الشخصية: القدرة على مواجهة الأزمات

(عبد الله، 2007 ص 21)

هذا وقد جاء أن الصحة النفسية هي تلك الحالة التي تتم بالثبات النسبي والذي يكون فيه الفرد مضلعا بالتكيف مع نفس ابونة، وكما بالاتر من الانفعالي والى يشعر بالسعادة والرضا والديه القدرة لتحقيق ذاته وما يضع أنفس مستوى من الطموح بأقل من إمكاناته وقدراته و استعداداته لكي يتمكن الوصول الى هذا السلوى من الطموح واليه القدرة أيضا في معرفة امن و استمارها في أمال صورة ممكن مثل هذا الشخص يطلق عليه الشخص السوق

(الدهري، 2005 ص27)

2- بعض المفاهيم المرتبطة بصحة النفسية

:يختلف الكثير من الباحثين في مجال الصحة النفي تعريف دقيقة لمفهوم الصحة النفسية وملك باختلاف مذاهبهم الفكرية واختلاف نظرتهم الى طبيعة الانسان وكيف تكون شخصيته، ومن أهم موضوع الصحة فسوف يتم النظر إلى ذلك المفهوم من عدة جوانب اهمها :

المفهوم الفلسـفي ما يزال مفهوم الصـحة النفسـية غامضـا ويثير الكثير من الجدل وذلك الى هذا المفهوم المسلمة فلسفية قوامها بين الجسد و العقليون هذه المسالمة الفلسفية جد العديد من الأراء المختلفة التي ناقشت مفهوم الصحة النفسية ومنه

ويعرفها حامد زهران (1979) :" بانها حالة دائمة نسـبيا والفعاليات اجتماعيا أي مع نفسـه ومع ابي ويشعر فيها بالسعادة مع نفسه ومع الأخرين ويكن قادرا على تحقيق ذاته و استقلال قدراته إلى أقصى حد ممكن ويكون قادرا علي مواجهة مطالب الحياة وتكون شـخصـية متكاملة سـوية ويكون سـلوكه عاليا يعيش فإسلام وأمان

(زهران،1979،ص20)

ويرى القوصـــي: (1970) بانها التكامل بين وظائف النفســـية المختلفة مع القدرة على الموجهة الأزمات النفسية العادية التي تطرأ عادة على الانسان ومع الاحساس الايجابي بسعادة والكفاية

(عبد الغفار 2001 ص21)

المفهوم الطبي يتناول المفهوم الطبي الصـحة النفسـية من جانبين مان الصـحة النفسـية قد قيسـت على أساس الصـحة الجسمية وحلت كلمة النفسية محل الجسمية وكلما عرفت الصـحة النفسية بأنها خلو الفرد من الأمراض الجسمية فهمت الصـحة النفسية كلك على أنها خلو الفرد من الامراض العقلي والنفسية وفي ضوء السلوك الاسري .وهي التركيز على الفرد فهو السند اليه دائما في صورة الفاعل

المفهوم الايكولوجي: الايكولوجيا فرع من البيولوجيا الذي يتناول علاقات الكائنات العضـــوية في حالة الايكولوجيا الانسـانية فتعني دراسـة النواحي الخاصـة في علاقات تعايش الكائنات البشـرية معظمها الانسـانية وقد ظهر هذا المفهوم عقب التغيرات التي ظهرت على المفهوم الطبي للصـحة النفسـية ويسـتند هذا المفهوم على ثلاث مسـلمات هي :ان الوحدة الاسـاسـية لتحليل السـيكولوجي أن تكون النظام الكلي المعقد الذي يحدث التفاعل بين الفرد والبيئة

ان سلوك البشر يجب أن يفهم على انه يحدث في سياق طبيعي

ان انسب المداخل واهمها فائدة في ملاحظة السلوك الاسواء والمرض النفسي

ومن مميزات المفهوم الايكولوجي التي تميزها عن المفهوم الطبي ما يلي

المفهوم الايكولوجي لا ينظر الى المرض النفسي على انه نتيجة الأسلوب غير متلائم الشخصية بل تحتمل الاهمال وترك امرها للصدفة بل تتطلب حلولا علمية وسريعة .

المفهوم الايكولوجي يؤكد ان الصحة النفسية للجميع وهذا يعني ايجاد اساليب تساعد افراد المجتمع على حل المشكلات الحياتية اليومية حلا عمليا وسريعا.

الصعوبات النفسية التي يعاني منها الافراد سواء في تشخيصها او علاجها لا تنسب الى عمليات وصـــراعات داخل النفس على النحو الذي عرض في المفهوم الفلســـفي والمفهوم طبي، بل ان المفهوم الايكولوجي ينظر في تشخيصه وعلاجه الامراض النفسية الى عدة تغيرات يمكن أن تؤثر في اداء وظائف الفرد العقلية والنفسية ولاجتماعي

(رضوان،2002،ص10)

التوافق الشخصي هو مجموعة من الاستجابات المختلفة التي تدل على تطلع الفرد وشعوره الأمان الشخصي كم يتمثل في اعتماده على نفسه و احساسه بقيمة ، وشعوره بالحرية في توجيه السلوك دون مرة الغير والشعور بالانتماء و التحرر من ميل الى الانفراد والعلو من الأمراض العصبية، وكذلك شعوره بذاته او برضاه عن نفسه ، ويخلوه من علامات الانحراف

الاحباط يعتبر الاحباط من المفاهيم الاساسية في مجال الصحة النفسية ، وهو مواجهة الفرد لما يمنعه أو يعيق في تحقيق اهدافه واشباع دوافعه، وهو أيضا فعالية و دافعية يشعر بها الفرد عندما يوجد ما يحول دون امكانيته لتحقيق ذاته، أو غاياته

– **العدوان** هو سلوك يوجه نحو الغير ، الغرض منه الحاق الضرر يوجه نحو الذات فليمن الضرر بها .والمادي ،

الصـراع النفسـي هو: تعرض الفرد لقوى متسـاوية تدفعه باتجاهات متعددة مما تجعله عاجزا عن اختيار اتجاها معينا ويترتب عليه الشـعور بالضـيق وعدم الارتياح، وكذلك الفلق، وهذا ناتج عن صـعوبة اختياره، أو تخاذ القرار بشأن الاتجاه الذي يسلكه

(العادي، 2009 ص99-143)

3- تعريفات أصحاب المدارس

أ- **التحليل النفسـي** : مؤلفها سـيجموند فرويد وتركز هذه النظرية على الخيرات في مرحلة الطفولة في بداية التحليل النفسي كان مفهوم الصحة النفسية يعرف باعتباره نقيضا للمرض فكان غياب الأعراض ثم اصبح يعني غياب انواع الصراع اللاشعوري المعطلة الامكانات الفرد في قطاع الانجاز والحب الناضج بحيث يمكن تعريف الصـحة النفسـية بحسـب فرويد بنها القدرة على الحب والعمل والاسـتمتاع بالعمل الخلاق ، فالصـحة النفسـية وفقا للتحليل فسـوس نقيا أو الغاء لما هو طفلي او لا شـعوري وليس امتثالا لواقع جامد، بل هو تفاعل.

دينامي خلاق بين هذه المكونات جميعها ، ويعرف فرويد الصـحة النفسـية بقوله اينما يتواجد الهو يتواجد الانا ، وتحرص هذه النظرية على متطلبات الواقع الاجتماعي الذي يعمل على التوافق بين عناصر الشخصية الثلاثة الهو والانا والانا الأعلى

(ربيع، 2000، ص 48-42)

ب – الاتجاه السلوكي : من روادها ثورنديك ، وطمون ، بافلوف، وسنكر تعرف المدرسة السلوكية الصحة النفسية بان يأتي الفرد السلوك المناسب في كل موقف حسب ما تحدده الثقافة والبيئة التي يعيش

في كنفها ، فالمحك المستخدم للحكم على صحة الفرد النفسية محك اجتماعي، فالسلوكية تعتبر البيئة المنزلة الأولى واعتبرها من اهم العوامل التي تعمل على تكوين الشخصية.

(عبد الغفار 2001 ص 46-33)

ج - الاتجاه الإنساني

ويعد كل كارل روجرز وأبراهام ماسو من أشهر رواد هذا الاتجاه .الصحة النفسية كما يراها ماسلو هي تحقيق الذات ويذهب ماسلو الى ان اصحب الشخصية السوية يتميز بخصائص معينة بالقياس الى غير السوي ، ويعتقد انه اقتصرت دراسة الاخصائيين النفسانيين على العجزة والعصابين ومتخلفي النمو فانهم بالضرورة سيقدمون علما عاجزا ، ولكي يمكن نمو علم الأنسان أكثر اكتمالا وشمولا يصبح حتما على ذواتهم فقد اختار الطريقة المباشرة فدرس اصحاء من الناس الذين تتجلى وحدة شخصياتهم وكليتها بوضوح أكثر بوصفهم اشخاصا حققوا ذواتهم

(وابو اسحاق ،1997 ،ص 23-25)

4-عوائق الصحة النفسية

الانسان باعتباره كاننا اجتماعيا . و يولد بخلفية وراثية معينة وينشأ في ايطاربيئة طبيعية و اطار اجتماعي محددين. عليه ان يوجد في كل لحظة من اللحظات نوع من التوازن . تطلق عليه في علم النفس تسمية التكيف, حيث تتحكم العوامل الداخلية أي تلك العوامل أو الشروط التي يكون الانسان مزودا بها, والعوامل الخارجية, أي تلك العوامل البيئة الاجتماعية و الطبيعية الى درجة كبيرة بالمقدار الذي يمكن أن يحقق به التكيف ومن ثم الصحة النفسية

(سامر 2009م 1429ء - ص 325)

من بين العوامل التي قد تعيق الصحة النفسية :

– 1 : جوانب النمو الجسمية : ويرتبط بها بعض المشكلات مثل (اضطرابات النوم ، اضطرابات الاخراج اضطرابات الغذاء ، اضطرابات الكلام .... الخ

2– جوانب النمو العقلية : ويرتبط بها بعض المشـــكلات مثل الضـــعف العقلي – التأخر الدراســي.... الخ– ' (3 جوانب النمو الانفعالية : ويرتبط بها بعض المشكلات مثل العدوان الغيرة – المخاوف المرضية – مص الاصابع و قضم الاظافر ... الخ

4– : جوانب النمو الاجتماعية : ويرتبط بها بعض المشـــكلات مثل الكذب – الســـرقة – جناح الاحداث .... الخ) .

(سيد محمود ، 2008 م ، ص 266)

ومن امثلة عوائق الصحة النفسية :

الإحباط

يقال ان فردا من الناس احبط اذا ما واجه عائقا أو عقبة تحول بينه وبين اشباع دافع او من اشباع دوافعه . وهو ايضـــا تلك الحالة الانفعالية و الدافعية التي يشـــعر بها الفرد ان واجه ما يحول بينه وبين اشباع دوافعه ويختلف الافراد فيما بينهم من حيث العوامل التي تؤدي الى الاحباط, اذ يتوقف شعور الفرد ب الاحباط على عدد من العوامل . لعل من أهمها نوع الحاجة التي يمنع من اشـــباعها. أو الهدف الذي تحول الظروف دون تحقيقه . اذ تختلف الحاجات فيما بينها في مدى ما يؤدي اليه من احباط ان كان هناك ما يمنع من اشباعها و ذلك باختلاف مدى الحاج هذه الحاجات للإشباع . ومدى اهمية هذا الاشباع للفرد.

(عبد الغفار ، 2007م ، 1428 هـ ، ص 90،91)

الصرع

عرف علماء النفس الصـــراعات كحالات حيث يكون هناك اثنين أو أكثر من الحاجات مع المتعارضــة او الاهداف ووجهات النظر تتنافس بحيث تدفع بالفرد في اتجاهات مختلفة اتجاه ملازم بالقلق فعند اختيار واحد من هذه الحاجات ينشأ عن هذا الصراع, حيث ان هذا الاختيار يمنعنا من اختيار الاخر على الاقل مؤقتا . و تمكننا الصراعات في بعض من ان تفكر في الاحباطات و تظهر الصراعات عندما تكون الحاجة متعارضة مع القيم الداخلية للفرد, مثلا عندما ينشأ أحد الأفراد في عائلة متزمتة فمن الممكن أن يشعر بالانفعال بين الرغبات الجنسية ومجموعة القوانين الجنسية الصارمة التي يؤمن بها47 .

(عبد الله 2008م ، ص 104 105)

5-معايير الصحة النفسية

الصحة النفسية هي شعور الفرد بالطمأنينة والراحة النفسية وان يشعر برضاء عن كل من حوله وكل أمور حياته ويكون هذا الشعور مستمر معه ودائم ويختلف مفهوم الصحة النفسية باختلاف البيئة، وباختلاف العادات والتقليد ولكن بوجه عام اتفق علماء النفس على معايير معينة تقيس مدى صـــحة الانسان النفسية وهي كتالي:

أ. معيار الإحصائي

أي ظاهرة نفسية عند قياسها إحصائيا تتوزع وفقا للتوزيع الاعتدالي بمعنى أن الغالبية من العينة الإحصائية تحصل على درجات متوسطة في حين تحصل فنتان متناظرتان على درجات مرتفعة (أعلى من المتوسط و درجات منخفضة أقل من المتوسط) و بهذا المعنى تصبح السوية هي المتوسط الحسابي للظاهرة في حين يشير الانحراف إلى طرفي المنحى إلى اللاسوية فالشخص اللاسوي هو الذي ينحرف عن المتوسط العام للتوزيع الاعتدالي . على هذا المعيار أنه قد يصلح عن الحديث عن الناس العاديين من حيث الصفات الجسمية مثل الطول والوزن ، بينما لا يصلح هذا المعيار في حالة القياس النفسي لان

القياس النفسي يقوم على أسس معينة إن لم يتم مراعاة يصبح الرقم الذي نخرج به رقما مضللا و لا معنى له ، لأن القياس النفسي هو قياس نسبي غير مباشر، فمثلا عند قياس الذكاء فنحن نفترض وجود الذكاء و لكنه بشكل واقعي غير ملموس ، ولكن نستبدل عليه من صفات الفرد.

(عبد الغفار 2001، ص 58-61)

ب - المعيار الذاتي (الظاهري)

السوية تتحدد هنا من خلال إدراك الفرد لمعناها ، فهي كل ما يشعر به الفرد و يراها من خلال نفسه، فالسوية هنا إحساس داخلي وخبرة ذاتية ، فإذا كان الفرد يشعر بالقلق و عدم

الرضا عن الذات فإنه يعد وفقا لهذا المعيار غير سوي من الأصعب الاعتماد على هذا المعيار كليا لأن معظم الأفراد الأسوياء تمر بخبرهم حالات من الضيق و القلق

(غريب ، 1999،ص137-138).

ج - المعيار الاجتماعي

تتحدد السوية في ضوء العادات والتقاليد الاجتماعية حيث تكون السوية مسايرة للسلوك المعترف به اجتماعيا يعني ذلك أن الحكم على السوية أو اللاسوية لا يمكن التوصل إليه إلا بعد دراسة ثقافة الفرد، و يخلو هذا المعيار من مخاطر المبالغة في الأخذ بمعاير المسايرة أي باعتبار الأشخاص المسايرين للجماعة هم الأسوياء في حين يعتبر غير المسايرين هم الأبعد عن السوية، فهناك خصائص لا سوية ك الانتهازية تكتب مشروعيتها في إطار من الرغبة الاجتماعية، فالمسايرة الزائدة في حد ذاتها سلوك غير سوي.

(ربيع 2000،ص90)

د- المعيار المثالي :

ويعتبر هذا المعيار ان السلوك السوي هو السلوك الكامل أو القريب منه ، انه السلوك الخالي من النقص او الخطأ، فقوة الادراك البصرية السوية مثلا هي القوة الادراك البصري الكاملة وليست المتوسطة ، وكذلك الأمر في الصحة والذكاء

(عبد الله، 2007 ص 67)

6-مظاهر الصحة النفسية

إن للصحة النفسية مؤشرات ومظاهر و مظاهر تدل عليها منها

ا- **الاتزان الانفعالي** و هو حالة من الاستقرار النفسي ، حيث يكون الفرد مزود بالقدرة على المثيرات المختلفة وهذه القدرة هي سمة الحياة .بس الدافعية وهي التي تنفع الفرد للقيام بنشاط معين و الفرد نحو تحقيق أهدافه ركة والموجهة لنشاط

ب-الشعور بالسعادة المتمثل في اعتدال المزاج و التعبير بالرضا عن الحياة .

ت- التفوق العقلي: حيث أن الطاقة العقلية للإنسان تعد مظهرا من مظاهر الصحة النفسية

(الخالدي 2009 ،ص 59-77)

ج غياب الصراع النفسي (الحد الداخلي والخارجي)

د النضج الانفعالي: بحيث يعبر الفرد عن الفعالاته بصورة متزنة بعيدة عن التعبيرات البدائية و الطفولية.

هـ. التوافق النفسي: المتمثل في العلاقة المتجانسة مع البيئة حيث يستطيع الفرد الحصول على الإشباع اللازم لحياته مع مراعاة ما يوجد فى البيئة المحيطة من متغيرات

.(شحاتة، 2000 من 90-92)

-7- أهمية الصحة النفسية المجتمع :

النفسية مهمة للمجتمع بكل عناصره مثل المدرسة مكان العمل الأسرة فهي تحمل السعادة والتكامل لأفراد المجتمع تم أيضا بعلاج المشكلات الاجتماعية التي تؤثر على شخصية الفرد في عدة مجالات منها

أ-مجال العمل: العمل الصحة النفسية ضرورية في مكان العمل تساعد على تحقيق التنمية الاجتماعية والاقتصادية فمن أهداف الصحة النفسية بناء شخصية متكاملة بحيث يقبل الفرد على تحمل المسؤولية مشتغلا طاقاته إلى أقصى حد ممكن ولكي يتحقق ذلك يجب تحقيق التوافق النفسي و الشخصي والاجتماعي

ب -مجال الأسرة:

العلاقات السرية بين أفراد الأسرة تؤدي إلى نمو الطفل نموا سويا حيث يشكل صحة الأبوين النفسية أهمية كبيرة تتماسك الأسرة وسعادتهما مما يساعد على خلق جو ملائم لنمو شخصية الأبناء

ت-مجال المدرسة :

الصحة لها أهمية كبيرة في مجال التعليم وخاصة في المدرسة حيث العلاقات السرية بين الإدارة والمدرسة تؤدي إلى النفسي السليم و يؤدي إلى النمو التربوي والنفسي السليم للتلميذ والعلاقة الجيدة بين المدرسة والبيت تساعد على رعاية النمو النفسي للطفل وهناك بعض المعايير التي حددها بعض الباحثين مثل وولمان 1976 وهي:

1- العلاقة بين الشخص و انجازاته يجب أن تكون قدرات الفرد مناسبة الشرهانه وقدراته وإمكاناته حوث وتم وضع اهداف و مستويات طموح ممكنة على لا يصاب الفرد بالاسطر عالم كله من هدية والنفسية أمرا والمعار

2-الاتزان العاطفي يعني الزانيات والمرات بحيث يكون هناك اتزان بين الموقف الموت ونوع الانفعال مثال الحزن يجب أن يكون بالقدر الذي يسميه الموقف .

3- صـــــلاح الوظائف العقلية وذلك بفعل الأمر الله والمعالكمات وعمل الذاكرة و غير ذلك من الوظائف التي تمثل التفكير

4- التكيف الاجتماعي ويعني مســتر توافق الفرد مع الجماعة وتفاعله معها فالفرد الســوي يجب ان يكون متعلوها بســـلام مع الأخرين على أســـاس الاحترام المتبادل ويحب من ينضـــمى الجماعة ويقيم علاقات اجتماعية سنوية معهم، الأموال

(شعبان ، 1999 من 36)

8-النظريات المفسرة الصحة النفسية

لقد اختلفت و تعددت النظريات والاتجاهات المصـرة لنشـوء الاضـطراب النفسـي والصـحة النفسـية عموما فكل اتجاه نظري يحاول ايه رأيه فيما يخص سبب المرض و بالثاني صورة لحالة الصحة وستحاول عرض بعض هذه النظريات بطريقة مختصر:

1-مفهوم الصحة النفسية في التحليل النفسية تقوم نظرية التحليل النفسي:

على تفسير الصحة النفسية في قدرة الفرد على مواجهة المواقع البيولوجية والغريزية السرة عليها في ضوء متطلبات الواقع الاجتماعي، مع القدرة على التوفيق بين مطالب الهوى" و " أنا " أو " الانا لأعلى **(الشرقاوي ،د ت،ص 40)**

فالإنسـان السـليم نفسـيا في نظر "فرويد" هو الانسـان الذي يملك الأنا لديه قدرة كاملة على التنظيم والانجاز، ويمتلك مدخلا لجميع أجزاء الهوى" ويســـتطيع التأثير عليه حيث في حالة الصـــحة لا يمكن فصـــلهما عن بعضـــهما، ويشـــكل "الانا" الأجزاء الواعية والعقلانية من الشـــخص في عين تتجمع الفرائز اللاشـــعورية في الأهوى"، حيث تتمرة وتنشـــق في حالة العصـــاب الاضـــطراب النفســـي)، وتكون في حالة الصحة النفسية مدمجة بصورة مناسبة كما ويضم هذا النموذج "ألانا "أعلى" والذي يمكن تشبيهه بالضمير

من حيث الجوهر، وهنا يفترض "فرويد" أنو في حالة الصـــحة النفســية تكون القيم الاخلاقية العليا للمفرد إنسانية **(سامر جميل رضوان ، 2007، ص49)**

2-مفهوم الصحة النفسية لدى المدرسة السلوكية: يرى رواد هذه النظرية أن السلوك متعلم من البيئة، وأن عملية التعلم تحدث نتيجة لوجود الدافع والمثير والاســـتجابة، و بالتالي فإن مفهوم الصـــحة النفسية لديهم يتمثل في الاستجابات المناسبة للمثيرات المختلفة أي استجابات بعيدة عن القلق والتوتر ؛ إذن الصحة النفسية السليمة تتمثل في اكتساب عادات مناسبة وفعالة تساعد الفرد في التعاون مع الآخرين على مواجهة المواقف التي تحتاج إلى اتخاذ القرارات فإذا اكتسب الفرد عادات تتناسب . مع ثقافة مجتمعه فهو في صحة نفسية سليمة

(لعيس، 2012، ص07)

3-الصحة النفسية عند كارل روجرز: وهو مؤسس "نظرية الذات" في عمم النفس، أن كل فرد قادر على إدراك ذاته وتكوين مفهوم أو فكرة عنها، وينمو مفهوم الذات نتيجة التفاعل الاجتماعي جنبا إلى جنب مع الدافع الداخلي لتحقيق الذات، ولكي يحقق الإنســـان ذاته لابد أن يكون مفهومه عنها موجبا وحقيقيا، وعليه فأن الانسان المتمتع بالصحو النفسية هو الشخص القادر على تكوين مفهوم إيجابي عن نفسه، والذي يتفق سلوكه مع المعايير الاجتماعية ومع مفهومه مع ذاته.

(العناني، 2000، ص 18)

خلاصة الفصل:

الصـحة النفسـية وما يمكن اسـتخلاصـه لهاذا الفصـل أن لصـحة النفسـية أهمية كبرى في حياة الإنسان ، فهي تساعده على التوافق السليم والناجح في المجالات الحياة الدراسية ، العمل ، الحياة وبالتالي اذا توفق الفرد مع نفســه وذاته ومجتمعه ســيعود بالإيجاب على حياله وأداء عطه ويقدم انتاج جيد ووفير مما يساعد أيضا المؤسسة على الرقي والتطور

الجانب التطبيقي

الفصل الثالث
إجراءات المنهجية لدراسة ميدانية

تمهيد

1- الدراسة الاستطلاعية

2-منهج الدراسية

3-عينة الدراسية:

4-مجالات الدراسية:

5-تقنيات و أدوات جمع المعلومات

6-الأساليب الإحصائية

خلاصة الفصل

تمهيد:

إذا كان الجانب النظري يعتبر الأساس الذي ينطلق منه الباحث في دراسته فان الجانب الميداني يعتبر من أهم خطوات البحث العلمي، ذلك لأن الذي يعتمده الباحث في الجانب الميداني.

يضفي على الدراسة صبغة القابلية للقياس حيث يضع الباحث الفرضيات التي صاغها كحلول مؤقتة لتساؤلات دراسته في الميدان للقياس والتجريب قصد الاثبات أو النفي، وفق خطوات الدراسة المنهجية، ومن خلالها يتوصل الى ترجمة المعلومات الكيفية التي عرضت في الجانب النظري الى معلومات كمية .ومن هذا المنطلق وبعد تطرقنا في الفصول السابقة للمشكلة التي هي محل للدراسة واطارها النظري الذي هو منطلق الباحث والمرجعية التي يستند عليها، سننتقل الى الجانب الميداني، وسنعرض في هذا الفصل الخطوات المنهجية لدراستنا الحالية .

1- الدراسة الاستطلاعية :

تعتبر الدراسات الإِستطلاعية تمهيدا للدراسة النظرية في حالة غياب دراسات سابقة تتضمن متغيرات الدراسة الحالية، حيث أنها تساعد الباحث عن التعرف عن قرب على الظروف التي سيتم فيها إجراء البحث والصعوبات التي ربما تواجهه في تطبيق أدوات بحثه.

إضافة الى أنها تعتبر أساسا جوهريا لبناء البحث العلمي كله، كونها تساعد الباحث على جمع المعطيات الأولية عن مكان ومجتمع الدراسة، وكذا التعرف على كيفية وأسلوب اِنتقاء عينة البحث وفق موضوع الدراسة، وبالتالي تسمح أيضا بالتيقن من صلاحية اِستخدام أدوات جمع البيانات والأساليب المختلفة لِإختبار فروض البحث.

(التل، د ت ،ص63)

وقد قمنا بالإجراءات التالية:

- القيام بزيارة إدارة الاقامات الجامعيات، وذلك بغية التعرف عن قرب عن البنية التنظيمية لها، وكذا بهدف التعرف على مجتمع الدراسة وخصائصها كما تم التحصل على بعض المعلومات الأخرى والتي تخدم موضوع الدراسة.

- كما قد تم التحصل على بعض الوثائق الإدارية المتمثلة في تعريف الإقامة ، إضافة إلى معرفة عدد الطلاب المقيمين بغية تحديد فكرة عن عدد العينة وخصائصها وطريقة سحبها.

بعد إحضار وثيقة الترخيص من مراكز الاقامات الجامعية لولاية البويرة، وذلك من اجل إجراء الدراسة تحت وصايتها ،وأيضا الموافقة من مدراء الاقامات، حيث قمنا بالدراسة الاستطلاعية، وكان الغرض منها هو :

- استكشاف ميدان الدراسة الأساسية .
- التعرف على الصعوبات التي قد يتعرض لها الباحث لتفاديها في إجراءات الدراسة الأساسية .

- التعرف على أدوات البحث و قدرتها على قياس متغيرات البحث .
- التدريب على خطوات البحث لأجراء الدراسة الأساسية .
- الإلمام بالتصور الشامل للبحث.

(معمرية، 2012 ص 115).

2-منهج الدراسة

يعرف المنهج في اللغة من نهج نهجا، وتعني إتخذ منهاجا أو طريقا للوصول إلى غاية معينة، فهو الطريق الواضح والمستقيم الذي يقضي بصحيح السير فيه إلي غاية مقصودة بسهولة ويسر

(خولي ، 2017، ص24)

كما نجد في لسان العرب لإبن منظور تعني طريقا واضحا.

(شوقي ، 2012، ص19)

فالمنهج مجموعة منظمة من العمليات تسعى لبلوغ هدف معين والمنهج أساس كل بحث علمي لأنه الطريق الذي يوصل الباحث إلى نتائج علمية متعلقة بالظاهرة وعلى مستوى ملموس أكثر، فإن كلمة منهج يمكن إرجاعها إلى طريقة تصور وتنظيم البحث، ينص إذن على كيفية تصور وتخطيط العمل حول موضوع الدراسة، إنه يتدخل بطريقة أكثر أو أقل إلحاحا في كل مراحل البحث أو في هذه المرحلة أو تلك.

(موريس: ، 2010، ص99)

وفي دراستنا اعتمدنا على المنهج الوصفي التحليلي الذي يشير إلى وصف واقع الظواهر كما هي أو تحديد الصورة التي يجب أن تكون عليها هذه الظواهر في ظل معايير محددة، فالمنهج الوصفي التحليلي هو دراسة الظاهرة كما توجد في الواقع، من خلال وصفها وصفا دقيقا (كيفيا وكميا)، ويكون ذلك من خلال منهجية علمية صحيحة، وتصوير النتائج التي يتم التوصل إليها على أشكال رقمية معبرة يمكن تفسيرها وتحليلها.

(النعيمي، 2014، ص227 .)

إضافة الى لمنهج الوصفي التحليلي، الذي نحاول فيه وصف طبيعة الظاهرة موضع البحث فنشمل بذلك تحليل بنيتها وبيان العلاقة بين مكوناتها. ومحاولة فحص العلاقة بين الاغتراب والصحة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة للكشف عن ما هي العلاقة بين هذين المتغيرين.

3-مجموعة الدراسة:

مجتمع الدراسة هم الطلاب الملتحقين بالإقامات الجامعية اكلي محند اولحاج البويرة من مختلف التخصصات والمستويات الدراسية في الجامعة بإقامة بعنون يوسف و عمروش احمد .

4-مجالات الدراسة:

-4-1المجال الجغرافي:

بعد استطلاع عدة الأماكن، وقع الاختيار على إقامتي عمروش احمد و إقامة بعنون يوسف والتي يقع مقرها في ولاية البويرة، وذلك لتوفر العينة والإمكانيات والتسهيلات.

لقد تم إجراء هذه الدراسة بالإقامات الجامعية اكلي محند اولحاج البويرة من مختلف التخصصات والمستويات الدراسية في الجامعة في ولاية البويرة

-4-2المجال الزماني:

لقد تم إجراء هذه الدراسة خلال الموسم الجامعي 2024/2023 بحيث إن إدارة الإقامة الجامعية لم تحدد مدة زمنية محددة لبحثنا، حيث انطلقت في 2024/01/10 إلى غاية انتهاء البحث في 2024/05/18

حيث كانت زيارتنا في الإقامة الجامعية كل يوم إثنين و خميس من كل أسبوع، وكذلك زيارات يومية كلما إقتضت الضرورة.

5-تقنيات و أدوات جمع المعلومات

5- 1مقياس الاغتراب للمرحلة الجامعية إعداد سميرة حسن أبكر 1989م ،

يُعدّ مقياس الاغتراب للمرحلة الجامعية أداةً نفسية قيّمة لقياس مشاعر الاغتراب لدى طلاب الجامعة. صمّمت هذا المقياس سميرة حسن أبكر عام 1989، ويُستخدم على نطاق واسع في البحوث والدراسات النفسية لفهم تجارب الطلاب الجامعيين.

أبعاد المقياس:

يتكون مقياس الاغتراب للمرحلة الجامعية من 5أبعاد فرعية:

1. **الاغتراب المعرفي** :يشير إلى شعور الطالب بعدم القدرة على فهم أو التحكم في بيئة الجامعة.
2. **الاغتراب الانفعالي** :يشير إلى شعور الطالب بالانفصال عن الآخرين وعدم الانتماء إلى مجتمع الجامعة.
3. **الاغتراب الاجتماعي** :يشير إلى شعور الطالب بالوحدة وعدم وجود علاقات اجتماعية داعمة في الجامعة.
4. **الاغتراب الأكاديمي** :يشير إلى شعور الطالب بعدم الرضا عن تجربته الأكاديمية وعدم وجود معنى أو هدف لدراسته.
5. **الاغتراب الذاتي** :يشير إلى شعور الطالب بفقدان الهوية الذاتية وعدم اليقين بشأن مستقبله.

استخدام المقياس:

يتكون مقياس الاغتراب للمرحلة الجامعية من **26عبارة**، يُطلب من الطلاب الإجابة عليها على مقياس من 1 (لا أوافق أبدًا) إلى 5 (أوافق تمامًا). يتم احتساب الدرجات الفرعية لكل بعد من الأبعاد الخمسة، بالإضافة إلى الدرجة الكلية للاغتراب.

تطبيقات المقياس:

يُستخدم مقياس الاغتراب للمرحلة الجامعية في مجموعة متنوعة من التطبيقات، بما في ذلك:

- **البحث** :لفهم العوامل التي تساهم في الاغتراب لدى طلاب الجامعة، وتأثير الاغتراب على تحصيلهم الدراسي وصحتهم النفسية.
- **التدخل** :لتطوير برامج وبرامج مصممة للحد من الاغتراب وتحسين تجربة الطلاب الجامعيين.
- **التقييم** :لتقييم فعالية برامج التدخل المصممة للحد من الاغتراب.

مميزات المقياس:

- يتمتع مقياس الاغتراب للمرحلة الجامعية بـ**موثوقية وصحة** عاليتين.
- سهل الاستخدام والتفسير.
- يُمكن تطبيقه على عينات كبيرة من الطلاب الجامعيين.
- يُتيح تقييم مختلف أبعاد الاغتراب.

عيوب المقياس:

- لا يأخذ المقياس بعين الاعتبار الاختلافات الفردية في تجارب الطلاب الجامعيين.
- قد لا يكون المقياس حساسًا لجميع جوانب الاغتراب التي يعاني منها طلاب الجامعة.

بشكل عام، يُعدّ مقياس الاغتراب للمرحلة الجامعية أداةً قيّمة لفهم تجارب الاغتراب لدى طلاب الجامعة. يمكن استخدامه في مجموعة متنوعة من التطبيقات، بما في ذلك البحث والتدخل والتقييم.

ويتكون المقياس من 105 عبارة موزعة على سبعة أبعاد(فقدان الشعور بالانتماء ، عدم الالتزام المعياري ، الشعور بالعجز ، عدم الإحساس بالقيمة ، فقدان الهدف ، فقدان المعنى ، مركزية الذات)

ويحتوي المقياس على عبارات سالبة وعبارات موجبة حيث أنه كلما ارتفعت الدرجة اخلام على أحد المقاييس الفرعية دل ذلك على شعور الفرد المتزايد يصلح المقياس بالاغتراب وتتناسب أبعاده وتتفق عباراته

مع طبيعة المجتمع ، وأيضا تم تطبيقه في دراسات أخرى مما يؤكد صالحية استخدامه لعينة الدراسة الحالية ، وأيضا وهو من المقاييس التي استخرجت له معاملات صدق وثبات على البيئة السعودية .

-**الثبات** : تم التجزئة النصفية بحساب معامل الارتباط بني الفقرات الزوجية والفقرات الفردية وتصحيح معامل الارتباط بمعادلة سيبرمان براون حيث كانت قيمة معامل الثبات هي 0.74

-**الصدق** : تم حساب معامل الارتباط بين الدرجة على كل مقياس فرعي والدرجة على المقياس ككل وأوضحت النتائج أن مجيع المقاييس الفرعية ترتبط جوهريا بالدرجة الكلية للمقياس

5- 2 مقياس الصحة النفسية المعدل

قام بوضع المقياس ليونارد ديروجتيس ، س. ليمان ، لينو كوفي - 90 -Leonard SCL , R. Derogatis, Ronald , S.Lipman and Linocovi List Check Symptoms تحت عنوان R.: .ثم قام أبو هين 1992 بتعريف المقياس و تقنيته على البيئة الفلسطينية ، وذلك بحساب صدق المقياس .وقد صمم المقياس بحيث يتمكن المفحوص ذاته من تطبيقه فردياً أو جماعياً حيث تستغرق الإجابة على المقياس 15 دقيقة في المتوسط لطلاب الجامعة*

وقد صيغت عبارات المقياس بصورة سالبة ، ويتم تصحيح المقياس في اتجاه درجة الصحة النفسية ، أي أن الدرجات العالية في هذا المقياس تدل على عدم السلامة النفسية وعدم الصحة النفسية لدى المفحوص والعكس صحيح .يتكون المقياس من 90 عبارة تتدرج تحت تسعة أبعاد وهي موزعة الآتي) :

(الأعراض الجسمانية – الوسواس القهري – الحساسية التفاعلية – الاكتئاب – القلق -العداوة – قلق الخواف – بارا نويا – الذهانية)

أ- الأعراض الجسمانية:

يقصد بها الأحوال المختلفة التي يكون عليها الجسم الإنساني، وخاصة تأثير أعضاء الجسد بالجهاز العصبي اللاإرادي، حيث تظهر هذه التأثيرات في بعض تعطيل أو المعاناة في الأداء 1) ، 4 ،11، 29 ،40 ،42 ،48 ،49 ،52 ،58 ، (71التالية البنود وتشمل للعضو الوظيفي

ب – الوسواس القهري

يقصد بها الأفكار التي تسيطر على ذهن الفرد ، ولا يقوى على التخلص منها رغم أنه يبذل الجهد الكثير للتغلب عليها إلا أنه يجد نفسه مقهوراً لتكرارها ، مما يوقعه دوماً تحت وطأة الألم الشديد ، وكذلك تلك الأفعال والطقوس الحرآية التي تسيطر عليه ولا يجد منها فكاكا ويجد نفسه مقهوراً على تكرارها رغم سعيه وقناعته بعدم منطقيتها. وتشمل البنود التالية 3،9 ،10 ،28 ، 38، 45، 46 ،51 ،55، 65

ت- الحساسية التفاعلية :

يقصد بها العلاقات البينية القائمة بين الأفراد بعضهم البعض ، وأثر هذه العلاقات في الوضع النفسي للإنسان ، ويتميز الأفراد ذوو الحساسية التفاعلية المرتفعة بدرجة عالية من تبخيس 34،36،37 ،41،61،69،73،6، (21التالية البنود وتشمل. منخفض الذات وتقدير الذات

ث- الاكتئاب:

يقصد به زملة الأعراض الإكلينيكية المصاحبة للاكتئاب سواء على المستوى العضوي أو النفسي وتشمل الهبوط في الأداء الوظيفي للإنسان. وتتفرع منها حالات الهبوط المزاجي واليأس والسوداوية والانسحاب من الواقع وعدم الاهتمام بالأنشطة ونقص الهمة والدافعية والإحساس بفقدان الطاقة الحيوية إضافة لمشاعر الدونية وتبخيس الذات. وتشمل البنود التالية 5)..14،15،20،22،26،27،28،30،31،32،54 ،

ج- القلق

: يقصد به التوتر والعصبية والأعراض السلوآية التي تكون تظهر تعبير عن حالات القلق من ارتجاف الأطراف إلى العوارض الجسمية الأخرى. وتشمل البنود التالية 12)،.17،23،33،39،57،72،79،80، (86

ح- العداوة:

: يقصد بها سلوك الاعتداء إما على مستوى الأفكار أو المشاعر أو الأفعال. وتشمل البنود 13)،.24،63،67،74، (81التالية

خ – قلق الخواف (الفوبيا)

يقصد به مظاهر الخوف الغير طبيعية التي تنتاب بعض الأفراد والتي يصطلح على تسميتها بالفوبيا ومنها الخوف من الأماآن العامة وأي مظهر من المظاهر المختلفة للخوف من موضوع معين بطريقة غير طبيعية. وتشمل البنود التالية (25،47،50،70،75،78،82)

د- البار انويا

: يقصد بها انساب الشخص عيوبه للآخرين وذلك العداء والشك والارتياب و المركزية حول الذات والهذاءات وفقدان الاستقلال الذاتي ومشاعر العظمة. وتشمل البنود التالية 8)،.18،43،68،76، (83

ذ- الذهانية

:يقصد بها الهلاوس السمعية وإذاعة الأفكار والتحكم الخارجي في الأفكار واقتحام الأفكار داخل الذهن عن طريق قوى خارجة عن إرادة الفرد. وتشمل البنود التالية 7)،.16،35،62،77،84،85،87،88، (90

ر-عبارات أخرى:

وتشمل البنود التالية 19)،44،53،59،60،64،66،:(89

ثبات وصدق مقياس الصحة النفسية في الدراسة الحالية :

كما قمنا بتقديم وعاء البنود لعينة من المبحوثين من طلاب اقامات جامعة البويرة، بكلية العلوم الاجتماعية (ن=23 ،)بهدف اختبار مدى وضوح الصياغة اللغوية للعبارات ، وكانت النتائج مرضية إلى حدٍ كبير باستثناء بعض العبارات التي أجري عليها تعديل محدود في صياغتها. وتعديل على طريقة التصحيح السابقة للمقياس حتى تكون متوافقة مع طريقة تصحيح مقياس الاغتراب.

وبذلك أصبح المقياس جاهزاً لتقويم صلاحيته السيكومترية .وتضمنت تقويم صلاحية المقياس من الناحية السيكومترية حيث تقدير ثبات المقياس وصدقه وذلك على النحو التالي:

- **1 التجزئة النصفية** : حيث تم حساب معامل الارتباط بين الفقرات الفردية ، والفقرات الزوجية التي يتكون منها المقياس ، وآانت قيمة معامل الارتباط =92.0

- 2معامل ألفا لكرونباخ : حيث تم حساب ألفا لجميع فقرات المقياس ، وآانت قيمته = 0.89 وهذه القيمة تشير إلى أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من الثبات. ويتضح أن قيمة معاملات الارتباط بين آل عبارة من عبارات المقياس وبين مجموع العبارات، وجميع معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى 0.05وهذا يؤكد ثبات المقياس كما يدل على صدقه أيضاً

- 3 .كما تم عرضه على مجموعة من المحكمين والخبراء ليدلوا بآرائهم حول المقياس. والذين أجمعوا على أآثر من 80 %من عبارات المقياس، وبعدها قمنا بإجراء التعديلات الأساسية على المقياس.

-الشعور بعدم الصحة النفسية لدى عينة من طلاب اقامة الجامعة

:يتكون المقياس من (90)عبارة يتم تصحيح المقياس في اتجاه درجة الصحة النفسية حيث تدل الدرجات العالية على عدم السلامة النفسية وعدم الصحة النفسية لدى المفحوص والعكس صحيح ، ولحساب درجة المفحوص تجمع الدرجات التي حصل عليها من جميع العبارات.

6-الأساليب الإحصائية

قمنا بتحليل البيانات الإحصائية بالحاسب الالي من خلال الحزمة الإحصائية Stat Xl 2008كما يلي :

- 1الجداول التكرارية والنسب المئوية .
- 2استخدام المتوسطات والانحرافات المعيارية.
- 3 اختبار(ت) للفرق بني مجموعتين .
- 4تحليل التباين الأحادي الاتجاه.
- 5 حساب معامل الارتباط بيرسون لحساب العلاقة الارتباطية بين متغيرات الدراسة .
- 6معادلة سبريمان براون.

خلاصة الفصل:

لقد تضمن الفصل الحالي الإجراءات المنهجية التي كانت خلفية لتنفيذ الجانب الميداني، بداية بتحديد الدراسة الاستطلاعية وظروفها وحيثياتها، ثم المنهج العيادي و المنهج الوصفي المستخدم بتقنية دراسة الحالة وتبرير ملاءمتها للدراسة وكذا تعرفنا على مجتمع البحث وكيفية اختيار العينة المناسبة للدراسة وكذلك تقديم الادوات المستخدمة في دراستنا الحالية لتي كانت مقياس الاغتراب النفسي و الصحة النفسية .

الفصل الرابع

عرض ومناقشة النتائج

نتائج الدراسة ومناقشتها :

عرض النتائج المعلقة بالفرضية العامة:

عرض النتائج المعلقة بالفرضية الجزئية الاولى

عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية

عرض النتائج المعلقة بالفرضية الجزئية الثانية

مناقشة النتائج

xxmaythamxx

نتائج الدراسة ومناقشتها:

عرض النتائج المعلقة بالفرضية العامة:

التي تنص توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين الاغتراب والصحة النفسية لدى طلاب الجامعيين المقيمين بالإقامة الجامعية بالبويرة

للتحقق من صحة الفرض استخدمنا معامل الارتباط بيرسون لاختبار طبيعة العلاقة الارتباطية بين ظاهره الاغتراب والصحة النفسية لدى طلاب الجامعة في البويرة

جدول رقم 01 يبين العلاقة بين الاغتراب والصحة النفسية

المتغيرات	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الاغتراب	**0.53-**	**0.05**
الصحة النفسية		

يتضح من الجدول اعلاه ان قيمه معامل الارتباط بيرسون قدر ب 0.53 عند مستوى الدلالة 0.05 وهو ارتباط سلبي عكسي متوسط مما يدل على انه كلما زاد الاغتراب كلما قلت الصحة النفسية لدى طالب الجامعي

وهذه النتيجة تؤيدها كثيرا من الدراسات من الدراسة سميره حسن بكر 1989 التي اكدت على وجود علاقه ارتباطيه بين الاغتراب والسلوك الديني حيث نلاحظ ان الطلاب الذين كانوا مطمئنين نفسيا تقل لديهم الشعور بالاغتراب لذلك فشعور الطلاب بالأمن النفسي هو من المتطلبات الأساسية لتوفير الصحة النفسية للفرد

وقد تبين شعور الفرد بالاغتراب يؤدي الى الشعور بالحزن و الكأبة والياس وشعور الفرد بالطمأنينة والامن النفسي يُعدّ الشعور بالاغتراب ظاهرة شائعة بين طلاب الجامعة المقيمين في السكن الجامعي، حيث قد

يواجهون صعوبات في التأقلم مع بيئة جديدة بعيدة عن عائلاتهم وأصدقائهم، ممّا قد يُؤدّي إلى مشاعر سلبية مثل الحزن والكآبة واليأس.

عرض النتائج المعلقة بالفرضية الجزئية الاولى:

التي توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الاغتراب لدى الطالب الجامعي بالبويرة تبعا لمتغير (الجنس)

الاغتراب العام	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	ت المحسوبة	ت المجدولة	الدلالة الاحصائية
	ذكر	20	305.05	18.85	40	4.27	1.96	دالة إحصائية عند 0.05
	انثى	20	315.44	20.29				

من خلال النتائج اعلاه نجد ان المتوسط الحسابي للذكور قد بلغ 305,05 بانحراف معياري قدره 18.85 بينما بلغ المتوسط الحسابي للإناث 315.44 بانحراف معياري قدره 20.29 وبالنظر الى قيمه ت المحسوبة فقط قدرت ب 4.27 عند درجه الحرية 40 وبمقارنتها ب ت المجدولة والمقدرة ب 1.96 نجد انها داله إحصائية عند المستوى 0.05

وهذا يدل على وجود فرق ذات دلاله إحصائية في درجه الاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة تبعا للجنس وهذا يتفق مع الدراسات التي كشفت نتائجها عن ان الاناث اكثر شعورا بالاغتراب من الذكور(احمد خيري حافظ 1980،محمد إبراهيم 1983،مدحت عبد اللطيف 1991،حسن المسوي 1997،و الكندري 1998،محمد2000،رأفت عبد الباسط1993)

عرض نتائج الفرضية الجزئية الثانية :

تنص على "توجد فروق ذات دلاله إحصائية تنص على توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الصحة النفسية لدى الطالب الجامعي بالبويرة تبعا لمتغير (الجنس) "

للتحقق من صدق الفرس قمنا بحساب متوسطات الدرجات وذلك حساب الانحرافات المعيارية حيث تم اجراء الاختبارات ت لتحليل الفرق بين متوسطات الدرجة الكلية لمقياس الصحة النفسية المستخدم في الدراسة الحالية والجدول التالي يوضح ذلك

عرض النتائج المعلقة بالفرضية الجزئية الثانية:

جدول رقم 03 يوضح الفرق بين الشعور بالصحة النفسية تبعا للجنس

الصحة النفسية	الجنس	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	ت المحسوبة	ت المجدولة	الدلالة الاحصائية
	ذكر	20	204.89	20.325	40	1.68	1.96	دالة إحصائية عند 0.05
	انثى	20	209.44	23.144				

من خلال نتائج على نجد ان متوسط الحسابي للذكور قد بلغ 204.89 بانحراف معياري قدره 20.325 بينما بلغ المتوسط الحسابي للإناث 209.47 بانحراف معياري قدره 23.144

بالنظر الى قيمه المحسوبة فقط قدرت ب 4.27 عند درجه الحريه 40 وبمقراناتها ب ت المجدولة والمقدرة ب 1.969 نجد انها غير داله احصائيا عند المستوى 0.05

وهذا يدل على عدم وجود فروق ضد الدلالة إحصائية في درجه الصحة النفسية لدى طلاب الجامعات تبعا للجنس

مناقشة النتائج

اكدت الدراسة الحالية أن هناك علاقة عكسية سلبية متوسطة بين الاغتراب والصحة النفسية لدى طلاب جامعة البويرة حيت يتضح ذلك من أن معامل الارتباط بين الاغتراب والصحة النفسية = 0.53 – وهو دال عند مستوى 0.05وهو ارتباط سلبي عكسي متوسط. مما يدل على أنه كلما زاد الاغتراب كلما قلت الصحة النفسية بنسبة متوسطة بمعنى آخر أنه آلما زاد الشعور بالصحة النفسية كلما قل الاغتراب عند الإنسان وهذه النتيجة تؤيدها دراسة سميرة أبكر 1989 التي اكدت على وجود علاقة ارتباطيه بين الاغتراب والسلوك الديني ، كما اكدت أيضاً على وجود علاقة ارتباطيه بين الاغتراب والصحة النفسية.

حيث نلاحظ أن الطلاب الذين كانوا مطمئنين نفسياً يقل لديهم الشعور بالاغتراب لذلك شعور الطلاب بالأمن النفسي من المتطلبات الأساسية للصحة النفسية. وشعور الفرد بالطمأنينة والأمن النفسي ما هي إلا انعكاس لمدى تمسك الفرد بالدين أيا كان دينه.

كما اكدت الدراسة الحالية على وجود فروق ذات دلالة إحصائية في ظاهرة الاغتراب لدى طلاب الجامعة تبعاً للجنس، إلى تزايد الاغتراب للإناث عن الذكور، والتي أرجعتها الدراسات إلى خصائص الذكورة والتي ترتبط بالتوافق النفسي والاجتماعي الجيد والتوجه الداخلي ، في حين ترتبط الأنوثة بالتوجه الخارجي وضعف القدرة على التوافق.

كما اكدت الدراسة الحالية على عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة تبعاً للجنس. ويفسر عدم وجود الفرق إلى أن التأثير الأساسي لمتغير الجنس غير دال إحصائيا فيما يخص درجات الصحة النفسية ، أي أن كل من الذكور والإناث يعانون من سوء الصحة النفسية بشكل متقارب جداً .وقد تكون هذه النتيجة في عدم وجود تلك الفروق ترجع بالدرجة الأولى إلى أن كلا المجموعتين تعيشان المشكلات نفسها التي تجعل الشاب في حيرة من أمره ، تؤدي به إلى المزيد من

مشاعر القلق العام ، والترقب وعدم الاستقرار، والخوف من المجهول .وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة فقيه العيد والتي أشارت إلى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المتوسطات الحسابية للصحة النفسية

-تحليل النتائج:

يُعدّ الاغتراب النفسي ظاهرة شائعة بين طلاب الجامعة، حيث يُعاني العديد منهم من مشاعر الوحدة والانفصال عن محيطهم الدراسي والاجتماعي .وقد أظهرت الدراسات أنّ لهذا الاغتراب تأثيرات سلبية على الصحة النفسية للطلاب، ممّا قد يُؤدّي إلى ظهور أعراض مثل القلق والاكتئاب واضطرابات النوم وضعف التركيز.

يُشير الاغتراب النفسي إلى حالة من الشعور بالانفصال عن الذات والآخرين والعالم المحيط .وينطوي على مجموعة من المشاعر والأفكار، مثل:

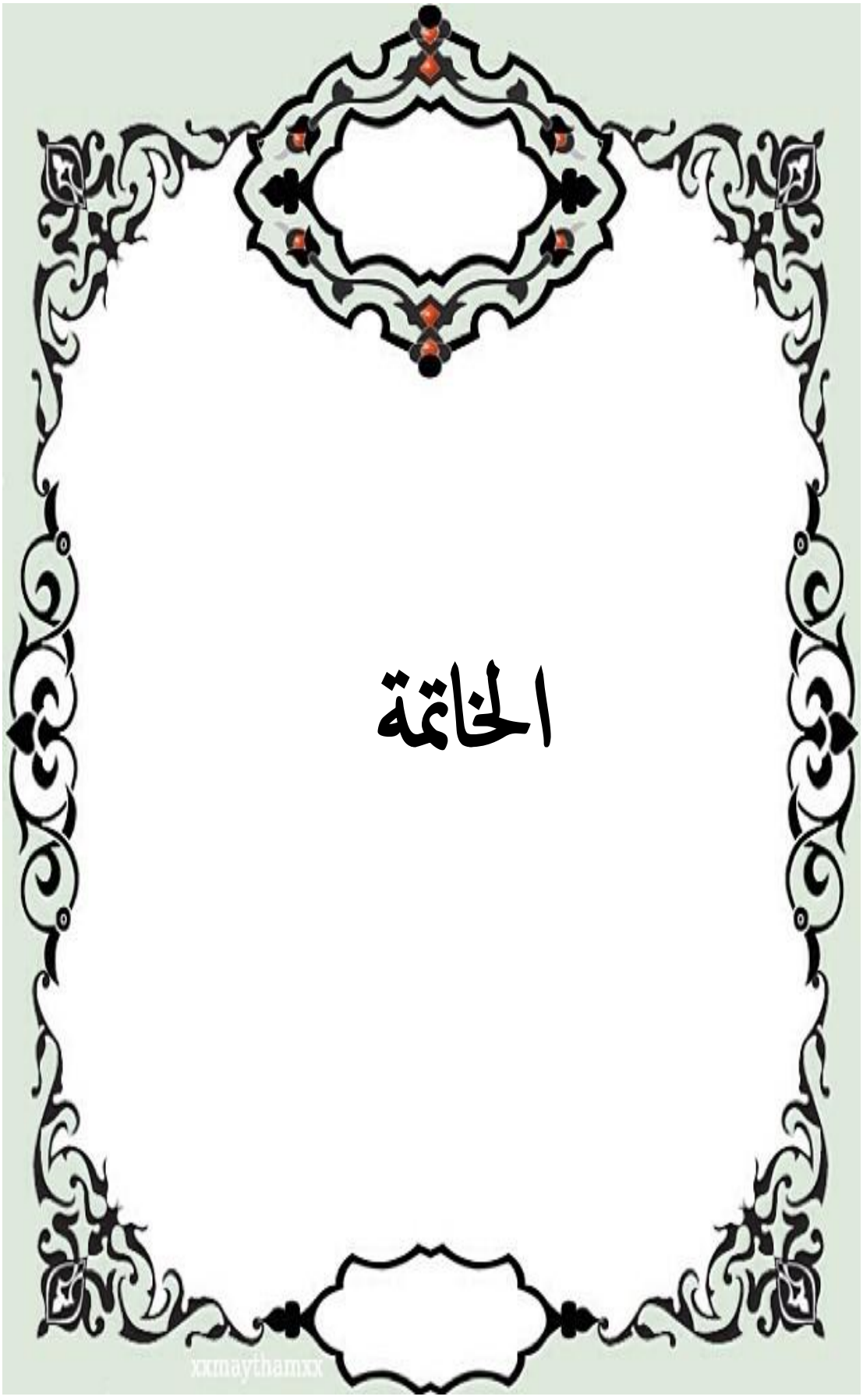
- **الشعور بالوحدة** :الشعور بعدم وجود روابط قوية مع الآخرين.
- **الانفصال** :الشعور بعدم الانتماء إلى أيّ مجموعة أو مجتمع.
- **فقدان المعنى** :الشعور بأنّ الحياة لا معنى لها أو هدف.
- **فقدان السيطرة** :الشعور بعدم القدرة على التحكم في مجريات الحياة.
- **الانسحاب** :الانسحاب من الأنشطة الاجتماعية والتفاعلات مع الآخرين.

هناك العديد من العوامل التي قد تُساهم في إصابة طلاب الجامعة بالاغتراب النفسي، منها:

- **التغيرات البيئية** :الانتقال إلى بيئة جديدة بعيدة عن العائلة والأصدقاء.
- **الضغوط الدراسية** :عبء المهام الدراسية والاختبارات والمواعيد النهائية.
- **الصعوبات الاجتماعية** :صعوبة تكوين صداقات جديدة والتأقلم مع الثقافة الجامعية.
- **الشعور بالوحدة** :الشعور بالوحدة وعدم وجود دعم اجتماعي.
- **مشاكل شخصية** :المشاكل العائلية أو المالية أو الصحية.

يمكن أن يُؤدّي الاغتراب النفسي إلى العديد من المشكلات الصحية والنفسية، منها:

- **القلق** :الشعور بالتوتر والقلق المفرطين دون سبب واضح.
- **الاكتئاب** :الشعور بالحزن الشديد وفقدان الاهتمام بالأنشطة التي كانت ممتعة في السابق.
- **اضطرابات النوم** :صعوبة النوم أو الاستيقاظ المتكرر خلال الليل.
- **ضعف التركيز** :صعوبة التركيز على الدراسة أو المهام الأخرى.
- **سوء استخدام المواد المخدّرة والكحول** :استخدام المواد المخدّرة والكحول كوسيلة للتخلّص من مشاعر الاغتراب.
- **السلوكيات الانتحارية** :التفكير في الانتحار أو محاولة الانتحار.


الخاتمة
xxmaythamxx

الخاتمة:

تطرقنا في دراستنا الحالية إلى احد المواضيع الهامة ألا و هو الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة, حيث أجريت هذه الدراسة بهدف الكشف عن مدى تأثير الاغتراب النفسي على الصحة النفسية للطالب و تعددت هذه التأثيرات فهي تمس جل جوانب الحياة,

فالاغتراب النفسي ظاهرة شائعة بين طلاب الجامعة، حيث يُعاني العديد منهم من مشاعر الوحدة والانفصال عن محيطهم الدراسي والاجتماعي .وقد أظهرت الدراسات أنّ لهذا الاغتراب تأثيرات سلبية على الصحة النفسية للطلاب، ممّا قد يُؤدّي إلى ظهور أعراض مثل القلق والاكتئاب واضطرابات النوم وضعف التركيز.

فهو مشكلة خطيرة تواجه طلاب الجامعة، ولها تأثيرات سلبية على صحتهم النفسية .الا انه يمكن للطلاب التغلب على هذا الاغتراب وتحسين صحتهم النفسية .كما يمكن للجامعات لعب دور مهم في مكافحة هذه الظاهرة من خلال توفير برامج الدعم والخدمات اللازمة للطلاب.

ان الاغتراب النفسي ظاهرة شائعة بين طلاب الجامعة، خاصةً بين الطلاب المقيمين الذين يعيشون بعيدًا عن عائلاتهم وأصدقائهم .ولكن، من خلال اتباع بعض الخطوات، يمكن للطلاب المقيمين التغلب على هذا الاغتراب وتحسين صحتهم النفسية .كما يمكن للجامعات لعب دور مهم في مكافحة هذه الظاهرة من خلال توفير برامج الدعم والخدمات اللازمة للطلاب المقيمين.

توصيات:

- إجراء المزيد من الدراسات حول ظاهرة الاغتراب النفسي للطالب الجامعي المقيم.
- التوصيات:
- إجراء المزيد من الدراسات حول ظاهرة الاغتراب النفسي للطالب الجامعي المقيم.
- تطوير برامج تدريبية للطلاب المقيمين حول كيفية التكيف مع الحياة الجامعية.

- توفير المزيد من خدمات الدعم النفسي للطلاب المقيمين.
- تعزيز التواصل بين الطلاب المقيمين وعائلاتهم وأصدقائهم.
- خلق بيئة جامعية أكثر دعماً للطلاب المقيمين.
- تطوير برامج تدريبية للطلاب المقيمين حول كيفية التكيف مع الحياة الجامعية.
- توفير المزيد من خدمات الدعم النفسي للطلاب المقيمين.
- تعزيز التواصل بين الطلاب المقيمين وعائلاتهم وأصدقائهم.
- خلق بيئة جامعية أكثر دعماً للطلاب المقيمين.

. صعوبات الدراسة:

من المستحيل ان يخلوا البحث العلمي من الصعوبات، فالباحث مهما كانت مهاراته وامكانيته المادية والمعنوية فانه دائما يواجه صعوبات في مسار بحثه، وهذه هي طبيعة البحث العلمي لكن هناك صعوبات ضخمه تعرقل البحث، وهناك صعوبات خفيفة سهلة التجاوز من طرف الباحث ،ونذكر اهم صعوبات التي استضفناها في هذا البحث نجد:

- ✓ قله المصادر والمراجع المتعلقة بالبحث العلمي .
- ✓ صعوبة في عدم توافر الكتب في المكتبات الجامعية .
- ✓ قله الدراسات السابقة المرتبطة بموضوع البحث .

المراجع

xxmaythamxx

مراجع:

1. العربية:

❖ **المعاجم:**

1. المعجم الوسيط، 2004 . ط4. مكتبة الشروق الدولية

2. المعجم الوجيز ، مجمع اللغة العربية – 2000

3. أحمد زكى بدوى (1982) : معجم مصطلحات العلوم الاجتماعية : بيروت : مكتبة لبنان

❖ **الكتب:**

1. إبراهيم جابر السيد ، (2012) ، الصحة النفسية بين التشخيص والعلاج، هبة النيل العربية للنشر والتوزيع، الجيزة مصر .

2. ابكر، سمير (1989) ظاهرة الاغتراب لدى طالبات كلية البنات بالمملكة العربية السعودية رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية البنات جدة السعودية.

3. أبو نجيله سفيان،(2001) ، مقالات في الشخصية والصحة النفسية ، جامعة الأزهر ، فلسطين

4. اديب محمد الخالدي، (2005) ، المرجع في الصحة النفسية، دار وقل للنشر والتوزيع ، طبعةالأولى عمان

5. الأردن

6. أمال عبد السميع باضة (2004) ، مقياس الاغتراب لدى الشباب والمراهقين كراسة التعليمات " مكتبة الأنجلو المصرية " القاهرة ، الطبعة الأولى

7. بالدنمارك.

بن الزاهي ، منصور ، (2007) ، الشعور بالاغتراب يفي وعلاقته بالدافعية لإنجاز لدى الاطار الوسطي لقطاع المحروقات ، رسالة دكتوراه ، جامعة قسنطينة ، الجزائر الجامعية.

8.

9. حامد عبد السلام زهران ، (2005) ، الصحة النفسية والعلاج النفسي ، طبعة الأولى ، عالم الكتب. القاهرة

10. الحديدي ، فايز ، (1990) ، مظاهر الاغتراب وعوامله لدى طلبة الجامعة الأردنية ، رسالة دكتوراه ، كلية التربية ، جامعة عين شمس القاهرة

11. حسن ابراهيم حسن المحمداوي (2007) ، العلاقة بين الاغتراب والتوافق النفسي للجالية

12. زهران ، سناه حامد ، (2004) ، ارشاد الصحة النفسية والاجتماعية ، الطبعة الأولى، الأزهر، علم

13. سامر جميل رضوان (2005) ، الصحة النفسية دار المسيرة لنشر والتوزيع, عمان,الأردن

14. سيد محمود الطواب واخرون ،(2008) ، الصحة النفسية وعلم النفس الاجتماعي و التربية الصحية

15. شاخت ريتشارد ، (1980) ، الاغتراب ، الطبعة الأولى ، بيروت ، المؤسسة العربية للدراسات والنشر والتوزيع

16. شريف مهني ، (2001) ، دراسة الاغتراب وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلاب الثانوي العام والتقني الصناعي دراسة مقارنة ، رسالة ماجيستر شمس ، القاهرة مصر

17. شوقي : (2012) ، تصميم ونماذج برمجية المنهج، معايير جودة المنهج، ط1، المجموعة العربية للنشر والتوزيع القاهرة مصر

18. صابر بحري (2009) ، الاجهاد المهني وعلاقته بالاغتراب المهني لدى الأطباء العاملون بالمستشفيات العمومية ، رسالة ماجيستر في علم النفس العمل والتنظيم كلية الانسانية الاجتماعية جامعة منتوري قسنطينة

19. صالح حسن احمد الداهري،(2005) ، مبادئ الصحة النفسية، دار وائل للنشر، ط 1 عمان ،الاردان

20. عبد السلام عبد الغفار (2007) ، الصحة النفسية ، الطبعة الأولى ، دار الفكر .

21. عبد الغفار عبد السلام ،(2001) ، مقدمة في الصحة النفسية، دار النهضة العربية ، مصر .

22. عبد اللطيف محمد خليفة ، (2003) دراسات في سيكولوجية الاغتراب غريب ، القاهرة ، بدون طبعة

23. العراقية في السعويد ، أطروحة دكتوراه كلية الأدب والتربية ، الأكاديمية العربية المفتوحة

24. العقيلي عادل (2004): الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي رسالة ماجستير، قسم العلوم الاجتماعية ، كلية الدراسات العليا جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية الرياض السعودية.

25. غريب غريب ، (1990) ، علم الصحة النفسية ، مكتبة الأنجلو المصرية ، القاهرة

26. فوزي محمد جبل،(2000) ، الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية ، المكتبة الجامعية الاسكندرية .

27. مجدى احمد محمد عبد الله، (2008) ، علم نفس الصحة و علاقته بالطب السلوكي، دار المعرفة

28. محمد احمد عبد سعيد الصنعاني (2009) ، العلاقة بين الاغتراب وأساليب المعاملة الوالدية لدى الطلبة المعاقين سمعيا في الثانوي ، رسالة ماجيستر ، جامعة

29. محمد رجب(1965) ، الاغتراب أنواع ، مجلة المعاصر ، الطبعة الأولى

30. محمد رجب(1987)، سارتر فيلسوف الحرية والاغتراب ، مجلة الفكر المعاصر ،الطبعة الثانية

31. محمد عباس يوسف (2005) ، الاغتراب الإبداعي لدى الفنات الاكلينيكية ،الطبعة الأولى ، القاهرة ، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع

32. محمد عبد العالي النعيمي، عبد الجبار توفيق البياتي، (2014) ، غازي جمال خليفة، طرق ومناهج البحث العلمي، الوراق للنشر والتوزيع، ط أ ، عمان، الأردن

33. محمد قاسم عبد الله(2007) ، مدخل الى الصحة النفسية، دار الفكر ناشرون وموزعون، ط3

34. مخيمر صلاح، (1997) ، المدخل الى الصحة النفسية مكتبة الأنجلو المصرية، مصر

35. –مرزوق بن احمد عبد المحسن العمري،(2012) ، الضغوط النفسية المدرسية وعلاقها بالإنجاز الأكاديمي ومستوى الصحة النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية بمحافظة درجة الماجيستير في علم النفس

36. موريس أنجرس: (2010) ، منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية، ترجمة: بوزيد صحراوي وآخرون، ط2، دار القصبة للنشر الجزائر

37. و شعبان كاملة وتيم ، وعبد الجبار (1999) الصحة النفسية للطفل ، ط1 دار الصفاء للنشر والتوزيع عمان الأردن

38. وصفة ، علي ، المحاضرة الإغترابية في الشخصية العربية ، مجلة عالم الفكر ، المجلس الوطني للثقافة والفنون والادب ، الطبعة الثانية

39. يمني طريق خولي (2017) ،:مفهوم المنهج العلمي، ط1، مؤسسة هنداوي للنشر والتوزيع، مصر القاهرة

40. يونسي ، كريمة ، 2012، الاغتراب النفسي وعلاقته بالتكيف الاكاديمي لدى طلاب الجامعة ، مذكرة لنيل شهادة الماجيستر في علم النفس المدرسي ، كلية التربية جامعة تيزي وزو

. مرجع الفرنسية:

1. Daughertyk t.k. lintor.j.m(2003): Assessment of social alienation: psychometric properties of the S acs-R. SOCIL Behavior & personality 28 (4).

الملاحق

xxmaythamxx

مقياس الاغتراب

بيانات عامة:

الجنس: ذكر( ) أنثى ( )

العمر .....:

الرقم	العبارات	موافق جدا	موافق	غير متأكد	غير موافق	غير موافق إطلاقا
1	أشعر بالوحدة غالبا حتى عندما أكون بين أسرتي.					
2	أشعر أنني منعزل (ة) عن الناس من حولي.					
3	أشعر بالغربة عندما أكون بين زملائي.					
4	أجد أنه ليس من السهل التخلي عن المجتمع الذي نشأت فيه.					
5	أشعر شعورا قويا بالإنتماء والولاء للكلية التي أدرس بها.					
6	أفضل أن أعيش في أي بلد آخر غير البلد الذي أعيش فيه.					
7	أهتم بالتفكير في مشاكل الآخرين.					
8	أشعر أن سعادتي تتحقق بالإنتماء لأسرة أخرى غير أسرتي.					
9	أشعر أنني مفروض (ة) على زملائي وزميلاتي في الكلية.					
10	أشعر أنني غير مرغوب (ة) بين أسرتي.					
11	إذا وجدت بين مجموعة من الناس أشعر بأنني لست قريب (ة) عنهم.					
12	أشعر أنني غريب (ة) حتى عن نفسي.					
13	أشعر بالفخر لأنني أنتسب لوطني.					
14	أشعر غالبا أني وحيد (ة).					
15	أشعر بالإمتنان لأنني أنتمي لأسرتي.					
16	تمسكي بالقيم يعتمد على طبيعة المواقف والأشخاص.					
17	أفضل الحرية التي تخضع للمعايير الإجتماعية.					
18	أنفذ قراراتي دون الإهتمام بالمعايير الإجتماعية.					
19	لا يهم مخالفة المعايير إذا كنت سأفوز برضا الآخرين.					
20	أسعى لتحقيق أهدافي بغض النظر عن الوسيلة مشروعة كانت أو غير مشروعة.					
21	أنتقد الأشخاص الذين يخالفون القيم.					
22	أعتقد أن المجتمعات التي لا تخضع للقيم تتمتع بالحرية.					
23	أفضل غالبا مراعاة القيم في أيّ سلوك يصدر عني.					
24	لكي يواكب الإنسان الحضارة فإنه يجبر على القيام بأعمال غير صحيحة.					
25	قد أستخدم الكذب للتخلص من أيّ مأزق.					
26	من معاشرتي للناس تبيّن أنه لا داعي للتمسك بالقيم.					
27	غالبا لا أخالف القيم لكي أتفوق على غيري.					
28	أوافق القول أن الغاية تبرر الوسيلة حتى ولو كانت غير مشروعة.					
29	ينبغي للإنسان أن يحاول الحصول على ما يجده أمامه.					
30	أعتقد أن القيم ضرورية لتنظيم الحياة.					
31	تفوتني الفرص غالبا، لأنني لا أستطيع حسم الأمور.					
32	يمكنني تحمل مسؤولية أي عمل أقوم به.					
33	أفشل في إقناع الآخرين بوجهة نظري مهما كانت صحيحة.					
34	أشعر أنني مسلوب (ة) الإرادة.					
35	غالبا أجد في نفسي قدرة للدفاع عن حقوقي.					
36	أستطيع تحقيق أهدافي.					
37	غالبا لا أستطيع الإعتراض عندما لا أوافق على شيء.					
38	يمكنني مواجهة أي موقف مهما كان صعبا.					
39	لا أستطيع إنجاز ما يطلب مني إنجازه.					

40	لدي القدرة للتخطيط لمستقبلي.					
41	أشعر أن حياتي تسير كما أريد.					
42	هناك تناقض بين أفكاري وبين سلوكي الفعلي.					
43	أشعر أنني مقيد (ة) في الحياة.					
44	أترك العمل غالبا بمجرد ظهور أي مشكلة أو صعوبة فيه.					
45	أشعر أنني غير قادر (ة) على التحكم في انفعالاتي.					
46	أشعر بقيمة ما أعمله مهما كان بسيطا.					
47	أشعر أن ما أتعلمه في الجامعة ليس به فائدة في مستقبلي.					
48	أشعر بقيمة الأشياء التي تحيط بي.					
49	أشعر بقيمتي كإنسان.					
50	أشعر أنني لا أستحق أن أكون كغيري في الحظوظ الدنيوية.					
51	أشعر أنني لا أعامل معاملة إنسانية.					
52	أشعر أن لي فائدة في مجتمعي.					
53	غالبا لا أهتم بممتلكاتي الخاصة مهما كانت ثمينة.					
54	فقدت الإهتمام بكل شيء حتى نفسي.					
55	أشعر أن الحياة لها قيمة.					
56	ينتابني إحساس عميق بأن أهدافي ليس لها قيمة.					
57	لا تغمرني الفرحة لما أحققه من نجاح مهما كان عظيما.					
58	المحيطون بي دائما يسخرون مني.					
59	أراني لها قيمة في الوسط الذي أعيش فيه.					
60	أعتقد أنه لا أهمية لوجودي على قيد الحياة.					
61	ليس هناك أي جديد أسعى لتحقيقه.					
62	أشعر أن الحياة مليئة بما يثير اهتمامي.					
63	أعيش دون معرفة الهدف من هذه الحياة.					
64	أعرف ما أريده بالضبط.					
65	أضع لنفسي أهدافا كثيرة أسعى لتحقيقها.					
66	ليس لي هدف بعد التخرج من الجامعة.					
67	أفضل الفراغ عن العمل لأنني لا أجد للعمل أي هدف.					
68	لا شيء يثير اهتمامي بالرغم أن الأمور تسير لصالحي.					
69	تنتابني الحيرة يوميا لأنني لا أعرف ماذا أفعل.					
70	أهدافي واضحة ومحددة.					
71	أعيش دون التخطيط لمستقبلي.					
72	الحياة تبدو دائما رتيبة، فأحداثها تتشابه ولا تحمل أي جديد.					
73	من الضروري أن يكون لنا أهداف في هذه الحياة.					
74	معرفتي للهدف يساعدني على مواجهة الصعاب.					
75	أشعر أن مستقبلي غامض.					
76	من السهل أن أفهم معنى الحياة.					
77	أعتقد أنه لا معنى لسعي الناس وكدهم في الحياة.					
78	يمكنني توقع ما سيحدث في المستقبل.					
79	أجد معنى لكل عمل أقوم به.					
80	أعجز عن إيجاد وسيلة تبعد الضجر عني.					

81	أشعر أن الموت أفضل من الحياة.					
82	أرى معنى إستمراري في الوجود.					
83	أعتقد أن الأنظمة والقوانين لها معنى في حياتنا.					
84	سواء نجحت أم فشلت فالأمر عندي سواء.					
85	الأمور تعقدت بشكل كبير في العالم بحيث لم أعد أفهم ما يدور فيه فعلاً.					
86	أشعر دائما بالملل.					
87	العبارات المستخدمة في حياتنا لم يعد لها معنى.					
88	بالرغم من أن حياتي مليئة بالفشل إلا أني أحاول إيجاد معنى لها.					
89	أشعر دائما بأنني بائس(ة) وتعيس(ة).					
90	أشعر أن الحياة لا داعي لها.					
91	أفكر غالبا في المواقف التي تعرضت فيها للإهانة.					
92	أتعاطف عادة مع الآخرين في قضاء حاجاتهم.					
93	اهتمامي بنفسي لم يجعلني أتعدى على حقوق الآخرين.					
94	أستغرق غالبا في التفكير بنفسي وبمشاكلي.					
95	عادة أستشير الآخرين في حل مشاكلي.					
96	أهتم بالتفكير في مشاكل الآخرين.					
97	أشعر أن الآخرين يستحقون تعصبا من اهتمامي.					
98	أعتقد أن الآخرين يشعرون أنني لا أحب لهم ما أحبه لنفسي.					
99	أحب أن أشارك الآخرين في الخير الذي أحصل عليه.					
100	أعتقد أن لا شيء يستحق التفكير فيه أكثر من ذاتي.					
101	أعتقد أنني أفضل من غيري في كل شيء.					
102	أفضل عدم مشاركة الآخرين في همومي.					
103	مصلحتي فوق كل اعتبار.					
104	أحب أن أحصل لنفسي على النصيب الأكبر في كل شيء.					
105	ألجأ غالبا للوم نفسي على كل تصرف أقوم به.					

مقياس الصحة النفسية

بيانات عامة:

الجنس: ذكر( ) أنثى ( )

العمر .....:

الرقم	العبارات	نعم	لا
01	**استمتع كثيرا بالتعامل مع الناس**		
02	**تتغير مشاعري – بين حب وكراهية – نحو الاخرين بصورة سريعة**		
03	**أتمكن من مواصلة عمل ما لفترة طويلة حتى لو واجهتني بعض المشكلات والصعوبات**		
04	**أعاني من اهتزاز (رعشة) في بعض أجزاء جسمي في الكثير من الاحيان**		
05	**يجب ألا يحاول الانسان تحقيق غاياته على حساب الاخرين**		
06	**أشعر بأنه ليس لدى آراء مفيدة اقترحها على الآخرين**		
07	**أحرص على المشاركة في الأنشطة الترفيهية مع الاخرين**		
08	**اشعر بنوبات (حالات) من الحزن والفرح دون سبب معقول**		
09	**يسعدني بذل اقصى جهد ممكن في آداء عملي مهما كلفني ذلك من مشقة**		
10	**اعاني من ضيق في التنفس رغم عدم وجود سبب عضوي واضح**		
11	**اعامل الاخرين بالأسلوب الذي احب ان يعاملونني به**		
12	**ارى ان الافراد ثقيلي الوزن (الناصحين) يكونون موضع سخرية الاخرين**		
13	**يعاملني والدي كما لو كنت طفلا صغيرا**		
14	**احرص على المشاركة في النشاطات الاجتماعية**		
15	**انني أغضب وأثور إذا ما ضايقني أحد ولو بكلمة صغيرة**		
16	**أحرص دائما على بدل كل ما في وسعي لإتقان العمل الذي أقوم به**		
17	**أعاني من نوبات من الصداع في معظم الاحيان**		
18	**اشعر بأنني لا أصلح لشيء**		
19	**علاقتي الجيدة مع اساتذتي تجعلني اتحدث معهم بحرية في مختلف أموري الخاصة**		
20	**اشعر بالقلق تجاه المستقبل**		
21	**اشعر بان زملائي واصدقائي افضل مني في مظهرهم العام**		
22	**اشعر بعدم الكفاءة والقدرة على الانجاز**		
23	**اشعر بالضيق والتوتر في المواقف الغامضة**		
24	**أحاول انجاز اعمالي في موعدها المحدد عملا بالحكمة (لا تؤجل عمل اليوم الى الغد)**		
25	**اشعر بتوتر في المواقف الغامضة**		
26	**ارى ان يلتزم الانسان الفرد بالصدق والامانة**		
27	**افضل " احب " التعامل مع من هم اصغر مني سنا**		
28	**اشعر اني افتقد الى مواهب وقدرات كثيرة لدرجة تجعلني اخجل من نفسي**		
29	**احس بالسعادة في المشاركة في الحفلات والمناسبات الاجتماعية**		
30	**اتصرف بتسرع في بعض المواقف دون حساب لما يترتب على ذلك من نتائج سلبية**		
31	**اشعر بان دراستي ستفيدني كثيرا في مستقبل حياتي**		
32	**اشعر بفقدان شهيتي للطعام**		
33	**احترم مشاعر الاخرين حتى لو اختلفوا معي في الرأي**		
34	**انا راضي عن نفسي**		
35	**يثق اقاربي في مقدرتي على مساعدتهم**		
36	**ارى انه من الافضل ان يشارك الفرد بدور فعال في الانشطة الاجتماعية**		
37	**اشعر بعدم السعادة لأشياء قد يفرح لها الاخرون كثيرا**		
38	**احرص على التخطيط السليم لمختلف امور حياتي**		
39	**اشعر بالتعب والاجهاد رغم عدم وجود سبب عضوي " جسمي " واضح لذلك.**		

40	أوفي بوعودي لان وعد الحر دين عليه		
41	ينظر الناس الى المعاقين سمعيا على انهم اقل كفاءة من غيرهم		
42	اشعر بعدم ثقتي بنفسي وبأنني عبء على غيري		
43	تشجعني أسرتي على تبادل الزيارات مع أصدقائي		
44	يصعب على نيسان ما يوجهه الآخرون لي من إساءة وانتقادات		
45	أحل مشكلاتي بنفسي دون الاعتماد كثيرا على الاخرين		
46	أشعر بصعوبة تذكر ما سبق لي دراسته أو قراءته		
47	أرى أن كل إنسان سيجني حتما نتائج عمله سواء خيراً أم شراً		
48	طلب المساعدة من المعاقين غير ضروري		
49	تربطني علاقات طبية ببعض العائلات بحيث أشعر كما لو كنت بين أهلي		
50	أستغرق " أسرح " في أحلام اليقظة بحيث لا أشعر بما يدور حولي		
51	اشعر بصعوبة التركيز أثناء القراءة أو سماع محاضرة في المدرسة		
52	أحرص على حقوق الآخرين		
53	أجد صعوبة في الدخول في منافسات مع الآخرين حتى لو كانوا في مثل سني		
54	استغرق في الخيال طويلاً حتى لو كنت بين اصدقائي		
55	أحرص على ممارسة هواياتي في أوقات فراغي		
56	أتكلم بسرعة كبيرة مما يجعلني أتهته		
57	أصدر " أقول " أحكام على الناس دون معرفة كافية بهم		
58	أستغرق وقتاً طويلا في حل المسائل مما يفوت علي فرصة اتخاذ القرار في وقته المناسب		
59	أفكر في أهمية ما أعمله ومدى فائدته للمجتمع قبل أن أقوم به		
60	أعتقد أن الانسان يجب أن يكون ذو خلق حسن والاحترام للآخرين فالعلم وحده لا يكفي		
61	يخجل الفرد من أشياء وتشوهات في مظهره مثل تشوه أسنانه وشكلها السيء		
62	أهرب من بعض المشكلات والمصاعب لعدم مقدرتي على مواجهتها		
63	تعاودني تقلصات " أوجاع " في معدتي رغم عدم وجود سبب عضوي واضح لذلك		
64	أحس بالسعادة عندما أخفف عن الآخرين وقت الشدائد		
65	أحس رأي الناس عني أقل مما يجب		
66	أحرص على تحمل المسؤولية وأداء ما هو مطلوب مني قبل أن أطالب بمصالحي		
67	أعاني من الأرق " عدم القدرة على النوم " بحيث لا أستطيع الاستغراق في النوم بدرجة كافية		
68	أفكر كثيرا قبل أن أقوم بعمل قد يضر بمصالح الآخرين		
69	يعتقد الناس أن المكفوفين أقل منهم لذا يتجنبون التعامل معهم		
70	يعتقد الناس أن الشخص الضعيف " هزيل الجسم "غير قادر على انجاز أي شيء مفيد .		

قسم علم النفس و علوم التربية

السنة الجامعية 2024/2023

إذن بإيداع مذكرة التخرج بعد التصحيح

نحن الأساتذة أعضاء لجنة المناقشة عن المذكرة :

الأستاذ المشرف (ة): ..مولاي سعيدة الأمين.....

الأستاذ المناقش (ة) : ..بغداد حاجة لخضر.....

الأستاذ الرئيس (ة) : ..بن عائشة وهيبة.....

نأذن بإيداع مذكرة التخرج لنيل شهادة الماستر بعد تصحيحها

بعنوان: الاختلاف المتعدد وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة.....

دراسة ميدانية على عينة من الطلاب الجامعيين بالإقامة الجامعية باليوبر 3

والتي أعدها الطالب (ة):.....جحام مروانية.....

والطالب(ة):.....

المسجل بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية ميدان : علم النفس وعلوم التربية.....

تخصص : ..علم النفس العيادي.....

الموسم الجامعي: ..2023/2024.....

إمضاء رئيس اللجنة

إمضاء المناقش

إمضاء المشرف

الدورة في :.....