جامعـــــــة قاصـــدي مربـــاح ورقلة

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

قسم علم النفس وعلوم التربية

مـــذكرة مقدمة لاستكمال متطلبات شهادة ماستر أكاديمـــي

الميدان: العلوم الاجتماعية

الشعبة : علم النفس

التخصص : علم النفس العيادي

من إعداد الطالبة: عميرات وداد

بعنوان:

أعراض الاكتئاب وعلاقته بالاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية

-دراسة ميدانية بجامعة قاصدي مرباح ورقلة-

لجنة المناقشة

الاسم واللقب	الرتبة	المؤسسة	الصفة
وردة بلحسيني	أستاذ محاضر- أ -	جامعة قاصدي مرباح ورقلة	رئيسا
خلادي يمينة	أستاذ محاضر- أ -	جامعة قاصدي مرباح ورقلة	مشرفا ومقررا
فاطمة الزهرة بن مجاهد	أستاذ محاضر- أ -	جامعة قاصدي مرباح ورقلة	مناقشا

الموسم الجامعي:2019-2020

شكر و عرفان

الحمد لله والصلاة والسلام على سيدنا محمد إمام الخلق أجمعين ،وخاتم الأنبياء المرسلين، وعلى اله الأطهار وأصحابه الأخيار ومن سار على نهجه من الأبرار.

اشكر الله عز وجل واحمده على نعمه التي لا تحصى وعنايته التي لا تنسى والتي كل منها أكرمني بأن أتم عملي في هذه الدراسة .

كما أتقدم بالشكر إلى الأساتذة الدكتورة " خلادي يمينة " التي أكن لها كل الحب والتقدير والاحترام وأدعو لها بدوام الصحة والعطاء والتوفيق ، لما قدمته لي من سديد الرأي وجليل النصح والتوجيه طوال فترة البحث حتى وصل إلى ما هو عليه اليوم .

كما أتقدم بالشكر إلى كل من قدم يد المساعدة والعون بقسم علم النفس

كما أتقدم بالشكر الموصول إلى من ساعدني على إخراج هذا العمل إلى النور متمنية لهم دوام الصحة والعافية .

كما أتقدم بالشكر الجزيل إلى أفراد عائلتي على دعمهم لي طول فترة انجاز هذا العمل ، متمنية لهم دوام الصحة وال

ـ الملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية لمعرفة العلاقة بين أعراض الاكتئاب والاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة، ومعرفة ما إذا كان هناك فروق في أعراض الاكتئاب لدى أفراد عينة الدراسة ذوات الاغتراب النفسي المرتفع والمنخفض تبعا لمتغير الطور الدراسي، حيث تبنت الدراسة فرضيات موجبة، أي أنه توجد علاقة بين أعرض الاكتئاب والاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة، وكذا توجد فروق في أعراض الاكتئاب لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة ذوات الاغتراب النفسي المرتفع والمنخفض تعزى لمتغير الطور الدراسي (ماستر– لسانس) .

حيث اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، ولجمع البيانات تم الاعتماد على مقياس أعراض الاكتئاب لـ" محمد سعد حامد عثمان "، ومقياس الاغتراب النفسي لـ"العقيلي" ، وذلك بعد التأكد من صلاحية تطبيقهما في الدراسة الأساسية، من خلال قياس بعض الخصائص السيكومترية (الصدق والثبات).

وبعد المعالجة الإحصائية لبيانات الدراسة باستخدام برنامج spss v25 تم التوصل إلى النتائج التالية :

- تشعر الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة بمستوى مرتفع من الاغتراب النفسي.
- وجود فروق بين أعراض الاكتئاب لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة، وجاء ترتيبها كما يلي : البعد المعرفي،البعد الوجداني، البعد الجسمي، البعد الاجتماعي.
- وجود علاقة بين أعراض الاكتئاب النفسي والاغتراب النفسي لدى الط البات المقيمات بالأ حياء الجامعية بورقلة.
- وجود فروق في أعراض الاكتئاب لدي الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية ذوات الاغتراب النفسي المرتفع تبعا لمتغير الطور الدراسي.
- وجود فروق في أعراض الاكتئاب لدي الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية ذوات الاغتراب النفسي المنخفض تبعا لمتغير الطور الدراسي.

حيث نوقشت هذه النتائج في ضوء الجانب النظري والدراسات السابقة، واختتمت بتقديم مقترحات موجهة للمختصين والعينة

Summary :

The present study aimed to find out the relationship between depression symptoms and psychological alienation among female students residing in university neighborhoods in Ouargla, and to find out whether there are differences in symptoms of depression among members of the study sample with high and low psychological alienation according to the variable of the school stage, as the study adopted positive hypotheses, meaning that there is a relationship Between the symptoms of depression and psychological alienation among female students residing in university neighborhoods in Ouargla, as well as there are differences in depressive symptoms among female students residing in university neighborhoods of Ouargla with high and low psychological alienation due to the variable of the academic stage (Master-Less).

Where the study relied on the descriptive approach, and to collect data, the depressive symptom scale of Muhammad Saad Hamid Othman was relied upon, and the psychological alienation measure of "Al-Aqili", after confirming the validity of their application in the basic study, by measuring some psychometric characteristics (truthfulness and constancy).

After statistical treatment of the study data using spss v25, the following results were reached:

- Female students residing in university neighborhoods in Ouargla feel a high level of psychological alienation.

- There are differences between symptoms of depression among female students residing in university neighborhoods in Ouargla, and their arrangement is as follows: the cognitive dimension, the emotional dimension, the physical dimension, the social dimension.

- The existence of a relationship between symptoms of psychological depression and psychological alienation among female students residing in university neighborhoods in Ouargla.

- There are differences in depressive symptoms among female students residing in university neighborhoods with high psychological alienation, according to the variable of the academic phase.

- The presence of differences in depressive symptoms among female students residing in university neighborhoods with low psychological alienation, according to the variable of the academic stage.

Where these results were discussed in the light of the theoretical side and previous studies, and concluded with proposals addressed to the specialists and the sample.

فهرس المحتويات

	الهوضوع	الصفحة
	شكر وعرفان	أ
	ملخص الدراسة	ب
	فهرس المحتويات	ج
	فهرس الجداول	د
	فهرس الإشكال	هـ
	المقدمة	**1**
	الجانب الأول: الجانب النظري	
	الفصل الأول : تقديم موضوع دراسة	
1	مشكلة الدراسة	06
2	فرضيات الدراسة	11
3	أهداف الدراسة	12
4	أهمية الدراسة	12
5	التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة	13
6	حدود الدراسة	15
	الفصل الثاني : الاكتئاب	
	تمهيد	17
1	تعريف الاكتئاب	17
2	نظريات الاكتئاب	22
3	أعراض الاكتئاب	25
4	انتشار الاكتئاب	28
5	أسباب الاكتئاب	30
6	تصنيف الاكتئاب	32
7	تشخيص الاكتئاب	35
8	علاج الاكتئاب	36
	خلاصة	38
	الفصل الثالث : الاغتراب النفسي	

تمهيد		40
1	تعريف الاغتراب	40
2	النظريات المفسرة للاغتراب النفسي	43
3	أبعاد الاغتراب النفسي	45
4	مراحل الاغتراب النفسي	46
5	أسباب الاغتراب النفسي	47
6	أشكال الاغتراب النفسي	48
خلاصة		50
الجانب الثاني :الجانب الميداني		
فصل الرابع : إجراءات الدراسة الميدانية		
تمهيد		53
أولا : الدراسة الاستطلاعية		53
1	أهداف الدراسة الاستطلاعية	53
2	وصف عينة الدراسة الاستطلاعية	53
3	وصف أداتي الدراسة الاستطلاعية	54
4	تقدير بعض الخصائص السيكومترية لأداتي الدراسة	56
ثانيا : الدراسة الأساسية		61
1	منهج الدراسة	61
2	وصف عينة الدراسة الأساسية	62
3	وصف أداتي الدراسة الأساسية	64
4	الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة	65
الفصل الخامس : عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الدراسة		
تمهيد		68
1	عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى	68
2	عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثانية	70
3	عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة	73
4	عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة	75
5	عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة	77
الاستنتاج العام		79

المقترحات	79
قائمة المراجع	82
قائمة الملاحق	
ملحق رقم (1) نتائج الدراسة الاستطلاعية	89
ملحق رقم (2) الأداة في صورتها النهائية	98
ملحق رقم (3) نتائج الدراسة الأساسية	105

فهرس الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يبين نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس الاكتئاب	57
02	يبين نتائج صدق الاتساق الداخلي بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب	57
03	يبين نتائج قيم معاملات الثبات لمقياس الاكتئاب	58
04	يبين نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس الاغتراب النفسي	59
05	يبين نتائج صدق الاتساق الداخلي بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الاغتراب	60
06	يبين نتائج قيم معاملات الثبات لمقياس الاغتراب النفسي	61
07	يبين نتائج توزيع حجم عينة الدراسة الأساسية	63
08	يبين نتائج توزيع أفراد العينة حسب الطور الدراسي للطالبات	63
09	يبين نتائج المؤشرات الإحصائية لدرجات أفراد العينة على مقياس الاغتراب النفسي	68
10	يبين نتائج تحليل التباين الأحادي لأعراض الاكتئاب	70
11	يبين نتائج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأعراض الاكتئاب	71
12	يبين نتائج قيم معاملات الارتباط بين الاكتئاب والاغترب النفسي لدى أفراد العينة	73
13	يبين نتائج دلالة الفروق في الاكتئاب لدى الطالبات ذوات الاغتراب النفسي المرتفع تبعا لمتغير الطور الدراسي	75
14	يبين نتائج دلالة الفروق في الاكتئاب لدى الطالبات ذوات الاغتراب النفسي المنخفض تبعا لمتغير الطور الدراسي	77

فهرس الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
01	يوضح توزيع أفراد العينة حسب متغير الطور الدراسي	64

مقدمة

ـ مقدمة:

مما لا شك فيه أن العصر الذي نعيشه اليوم هو عصر يزخر بالعديد من التغيرات في جميع مجالات الحياة كافة، نظرا لما شهده العالم خلال العقود الأخيرة من القرن الماضي من تطورات سريعة ومتلاحقة في جميع الأصعدة، وكذلك بسبب ثورة المعلومات والانتشار الكبير للتكنولوجيا ووسائل الاتصالات والبرمجيات المتقدمة وشبكة الانترنت وغيرها.

وعلى الرغم من أن عصرنا هذا يتصف بعصر التقدم العلمي والبحث عن الوسائل التي تكفل للإنسان حريته ورخاءه، إلا أنه عصر يتصف بانتشار الأمراض النفسية والعقلية بشكل كبير، وهذا ما " تفصح عنه الإحصاءات والدراسات النفسية والاجتماعية، من زيادة خطيرة في انتشار الأمراض النفسية والعقلية كالانتحار، وإدمان الخمور والمخدرات، وهجرة العقول، وأخيرا انتشار ثورات الرفض والاحتجاج، ويعد الاغتراب الحصيلة النهائية "(**يونسي ،2012 ،ص 16**)، كشكل من أشكال هذه الأمراض النفسية والعقلية، كونه ينطوي على العديد من المظاهر التي تهدد الصحة النفسية والجسدية للفرد " كشعوره بعدم الانتماء، وفقدان الثقة ورفض القيم والمعايير الاجتماعية والمعاناة من الضغوط النفسية، وتعرض وحدة الشخصية للضعف والانهيار، بتأثير العمليات الثقافية والاجتماعية التي تتم داخل المجتمع"

(زهران،2002، ص12).

هذه الأعراض قد تؤدي بدورها إلى ظهور اضطرابات أخرى كالقلق والتوتر والاكتئاب، هذا الأخير الذي ثبت من خلال تصريحات العديد من الباحثين، أن هناك علاقة بين الاغتراب وظهور أعرض الاكتئاب، ويعتبر " ميلر" وآخرون من بين هؤلاء البحثين الذي توصل من خلال دراسته إلى " أن هناك علاقة للمزاج المكتئب والاغتراب، حيث أن القليل من الناس يعرفون شيئا عن طريقة الاغتراب الاجتماعي

والعائلي والضغوط النفسية، ولما لها من تأثير في صياغة العنصر الحضاري في المزاج المكتئب" **(كامل،1995، ص 56).**

وهذا لأن الاكتئاب يعتبر اضطرب مزاجي يعاني فيه الشخص بالشعور الدائم بالحزن وتعكر المزاج، بالإضافة إلى إحساسه الدائم بالمشاعر السلبية، وفقدان الاهتمام بالأنشطة التي يستمتع بها عادة، وقد يصبح الاكتئاب حالة صحية خطيرة عندما يكون طويل الأمد ويمكن أن يسبب معاناة كبيرة للشخص المصاب به ، ولربما كان السبب الرئيسي لإحساسه بالعجز والعزلة والخمول، وقد يؤدي إلى الانتحار في أسوأ حالاته.

وقد لا يكون الاكتئاب بالضرورة اضطرابا نفسيا، بقدر كونه رد فعل طبيعي لأحداث حياتية وبيئية محددة مثل الإجهاد النفسي والاجتماعي، وهو ما قد تعانيه الطالبات المقيمات في الأحياء الجامعية، بحكم خوضهن مرحلة تعد من أهم المراحل في حياتهن، وما تنطوي عليه هذه المرحلة من نواحي اجتماعية ونفسية متعددة في ظل التغيرات من ناحية البيئة الجديدة من الانتقال من الجو الأسري إلى موطن أخر وهذا ما ينتج عنه فراغ نفسي، وشعور دائم بالاستياء والتذمر.

ومنه جاءت الدراسة الحالية لتبحث عن أعراض الاكتئاب وعلاقتها بالاغتراب النفسي عند الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية، وفقا لذلك تم تقسيم الدراسة إلى جانبيين نظري وتطبيقي وفق الخطة المنهجية التالية : ويشمل الجانب النظري ثلاثة فصول هي :

الفصل الأول من خلاله تطرقنا إلى تحديد مشكلة الدراسة، ومن ثم فرضيات الدراسة، أهداف الدراسة،أهمية الدراسة، التعاريف الإجرائية، حدود الدراسة .

أما الفصل الثاني فقد خصص لمتغير الاكتئاب واشتمل على مفهوم الاكتئاب، أعراض الاكتئاب، انتشار الاكتئاب،أسباب الاكتئاب، تصنيف الاكتئاب، تشخيص الاكتئاب نظريات الاكتئاب وخلاصة الفصل .

وخصص ا لفصل الثال ث لمتغير الاغتراب النفسي واشتمل على عدة نقاط بداءً بمفهوم الاغتراب، انتشار الاغتراب النفسي، مراحله، أسبابه، أشكاله، أبعاده، ونظرياته، وخلاصة الفصل.

أما الجانب الميداني فقد أشتمل على ثلاثة فصو ل، بدأً بـالفصل الرابع وتضمن إجراءات الدراسة الميدانية من خلال:

أولا : الدراسة الاستطلاعية : وتضمنت الهدف من الدراسة الاستطلاعية، وصف عينة الدراسة الاستطلاعية، وصف أداتي الدراسة الاستطلاعية، بعض الخصائص السيكومترية لأداتي الدراسة .

ثانيا : الدراسة الأساسية : وتضمنت منهج الدراسة الأساسية، وصف عينة الدراسة الأساسية وصف أداتي الدراسة، الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة، خلاصة الفصل.

أما الفصل الخامس فخُصّص لعرض نتائج التحليل الإحصائي لفرضيات الدراسة، في حين خصص الفصل السادس لعرض وتحليل وتفسير ومناقشة النتائج التي تمّ التوصل إليها بعد المعالجة الإحصائية من خلال الدراسة الميدانية، مستندين على الدراسات السابقة والواقع الذي تعيشه العيّنة.

الفصل الأول

تقديم موضوع دراسة

1 . مشكلة الدراسة

2 . فرضيات الدراسة

3 . أهداف الدراسة

4 . أهمية الدراسة

5 . التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة

6 . حدود الدراسة

1 ـ مشكلة الدراسة:

عرفت السنوات الأخيرة نمو كبير ومتزايد في جميع المجالات، أدى بدوره إلى إحداث تحولات وتغيرات في جميع الأصعدة الاقتصادية والاجتماعية والثقافية، ومما لا شك فيه أن الحديث عن الجوانب الايجابي ة لهذه التغيرات سيجرنا بالمقابل للحديث عن جوانبها السلبية، ولعل من أخطر جوانبها السلبية هي انتشار العديد من المشكلات والاضطرابات النفسية .

ولربما كان الاكتئاب من بين أكثر هذه الاضطرابات شيوعا في الوقت الحالي، والنتيجة الحتمية لمثل هذه التغيرات كونه يمثل " حالة من الحزن الشديد المستمر الناتج عن الظروف المحزنة الأليمة، والتي تعبر عن شيء مفقود، وإن كان المريض لا يعي المصدر الحقيقي لذاته" **(زهران، 1978ص429)**، بسبب شعوره الدائم بالحزن والأسى والتشاؤم.

ويمثل الاكتئاب واحد من الأنماط الرئيسية الأربعة المكونة لما يعرف بالاضطرابات والمتلازمات المرضية الداخلية، والتي تشمل بالإضافة إلى الاكتئاب، القلق، الانسحاب الاجتماعي، الشكاوي البدنية والجسمية، وتشكل الاضطرابات الداخلية نمطا ومجالا فرعيا رئيسيا للمشكلات الانفعالية والسلوكية، فهي تنشأ وتتطور داخل الفرد، مما يجعل الكشف عن هذه المشكلات وأعراضها صعبا **(هبد، 2013، ص 62)**، وهذا لان الاكتئاب يعتبر " حالة انفعالية وقتية أو دائمة ، يشعر بها الفرد بالانقباض والحزن والضيق وتشيع فيها مشاعر الهم والغم، وتصاحب هذه الحالة أعراض محددة متصلة بالجوانب المزاجية والمعرفية والسلوكية والجسمية "**(الشبون، 2013،ص 18)** .

وللاكتئاب أهمية بحثية عند الدارسين والباحثين في مجال علم لنفس ، نظرا لأعراضه الوخيمة التي انتشرت بشكل كبير بين أفراد المجتمع بشكل عام والطلبة بشكل خاص، ومن بين الدراسات التي كان محور اهتمامها الاكتئاب لدى طلبة الجامعات، نجد دراسة " **غفار" (2007)**، التي هدفت إلى تحديد الأفكار

اللاعقلانية المنبئة باضطراب الاكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة بمصر، حيث تكونت عينة الدراسة من(600) طالبا وطالبة، وقد أظهرت النتائج وجود علاقة دالة تنبؤية بين الأفكار لدى عينة الدراسة، ووجود ارتباط دال إحصائيا مع أعراض الاكتئاب.

بينما دراسة "**صبا منير حسين بشبش** "**(2018)**، ركزت على الكشف عن مستوى إدمان الانترنت لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة، والكشف عن العلاقة بين الإدمان على الانترنت والاكتئاب والوحدة النفسية، حيث تكونت عينة الدراسة من (500) طالب وطالبة من الجامعات الفلسطينية بقطاع غزة، وكانت أهم نتائجها ما يلي: مستوى إدمان الانترانت لدى طلبة الجامعات في قطاع غزة 58.48%، كما أن مستوى الاكتئاب لديهم كان 28.56 %، ومستوى الوحدة النفسية لديهم 54.60 % ، أما دراسة "**عبد العزيز بن على النفيسة** " **(2015)** ، فقد ركزت على الكشف عن مستوى القلق والاكتئاب لدى طلبة جامعة نايف المدخنين وغير المدخنين، وتوصلت نتائجها إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين الطلبة المدخنين وغير المدخنين في مستوى الاكتئاب ومستوى القلق لصاح المدخنين.

ونجد دراسة " **سنـــاء عائـشي** "**(2017)**، التي هدفت إلى التعرف على مستوى الاكتئاب لدى طلبة الجامعة ذوي الإدراك الإيجابي لمعنى الحياة، وطبقت على عينة قوامها(150) طالب وطالبة بجامعة قاصدي مرباح ورقلة ، وقد توصلت الدراسة إلى النتائج التالية: مستوى الاكتئاب لدى طلبة الجامعة ذوي الإدراك الإيجابي لمعنى الحياة مرتفع، وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاكتئاب لدى الطلبة ذوي الإدراك الإيجابي لمعنى الحياة تبعا لمتغير الجنس لصالح الذكور، عدم وجود فروق في مستوى الإكتئاب لدى الطلبة ذوي الإدراك الإيجابي لمعنى الحياة تبعا لمتغير الطور (ليسانس/ماستر).

والاكتئاب بوصفه ظاهرة أخذت في تزايد مستمر، قد تمس كافة أفراد وشرائح المجتمع دون استثناء، وتعتبر الطالبات المقيمات في الأحياء الجامعية من بين هذه الشرائح التي قد تكون ظروفهن داخل هذه الأحياء أرض خصبة لانتشار مثل هذه الاضطرابات النفسية، وتفشي بعض الأعراض كشعور الطالبات

بالأسى والحزن والضيق، والعجز عن مجارات الحياة اليومية والإنهاك وضعف الطاقة والتركيز وغيرها من الأعراض، التي تعتبر مؤشرات بارزة تدل على اضطراب الاكتئاب، الذي يمثل أشد درجات القنوط الذي قد تشعر به الطالبات داخل هذه الأحياء .

وبهذا يعد الاكتئاب مشكلة إنسانية عامة وأزمة معاناة، ومصدر لبؤس الفرد وألمه النفسي، خاصة إذا تهيئة له الظروف، وهذا ما قد تعانيه الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية، بسبب العزلة المكانية والتي تصل إلى انفصال الفرد عن ذاته وفقدان مغزى الحياة وفقدان الشعور بالروابط بين كل من الأشياء والأفراد، بالإضافة إلى تبني ثقافات جديدة، وفقدان الاهتمام الأسري طيلة الموسم الدراسي، بسبب العيش بعيدا عن الأهل، وهي كلها مؤشرات تدل على الاغتراب النفسي الذي قد يسهم بدرجة كبيرة في الزيادة من أعراض الاكتئاب لدى هذه الشريحة.

ومن هنا نستطيع القول أن الاغتراب النفسي أصبح مصدر لعدم توافق الفرد مع ذاته ومع المحيط الذي يعيش فيه، وقد يكون " مصدر للإحباط والشقاء الذي يمهد بدوره للإصابة ببعض الأمراض النفسية، نتيجة لعدم القدرة على التكيف الاجتماعي، والشعور بالعزلة، مما يدفع الفرد إلى سلوك متناقض ومؤلم كالاكتئاب " **(محرز، 2019، ص 9)**، وهذا لأن الاغتراب النفسي يعتبر " نوع من الاضطراب في علاقة الفرد بنفسه والعالم، حيث يشعر المرء بأنه غريب عن ذاته منفصل عن واقعه، بسبب فقدان المعنى المتمثل بصورة أساسية في الهدف والقيمة، مما يعطل الحركة الديناميكية مابين الذات والواقع " **(يوسف، 2005ص 15،14)**، بسبب الاختلال في الشخصية.

وفي هذا الصدد يؤكد " **روبز** " أن " بعض أشكال اختلال الشخصية لاغتراب الذات تسفر عن زملة أعراض مرضية كاختلال الشخصية وعدم تعين الهوية، والقلق والعصاب القهري والجنسية المثلية والتعصب والعدوان والاكتئاب "**(إبراهيم عيد ، 1990 ص 110)**، الذي أنتشر بشكل كبير في الوقت الراهن، حيث يتجرد

الفرد من شخصيته ويفقد السيطرة عليها، نتيجة لنشؤ فجوة بين صورته المثالية وذاته الحقيقية ، تؤدي إلى تمزق الذات الحقيقية بسبب إحساس الإنسان بالاغتراب.

حيث هدفت معظم الدراسات النفسية التي تطرقت لدراسة الاغتراب النفسي عند الطلبة الجامعيين، لتفسير هذه الظاهرة في محاولة لرصد أبرز العوامل المؤدية لها من أجل تحديد أهم مخاطرها ونوافذ تأثيراتها السلبية لدى هذه الشريحة المهمة من المجتمع، من بين هذه الدراسات نجد دراسة " **بن عمارة سمية** "**(2013)**، التي هدفت إلى معرفة مستوى الاغتراب النفسي والاجتماعي لدى الشباب مستخدمي الانترنت، وطبقت الدراسة على عينة قوامها (250) طالبا من مستخدمي الانترنت، وتوصلت نتائجها إلى أن الشباب يشعرون بدرجة عالية من الاغتراب النفسي والاجتماعي، وأن هناك فروق جوهرية دالة باختلاف الجنس لصالح الذكور والمستوى التعليمي.

ونجد كذلك دراسة " **على**" **(2006)**، التي هدفت إلى التعرف على مدى انتشار الاغتراب النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات الديموغرافة كالسن،المستوى التعليمي، الحالة العائلية، البلد الذي يدرس فيه الطالب، اللغة، وتكونت عينة الدراسة من (190) طالبا وطالبة يدرسون بجامعة مصر وروسيا وفرنسا، وتوصلت نتائجها إلى أن هناك فروق بين أفراد العين في الاغتراب النفسي تبعا لمتغير المستوى التعليمي، وعدم وجود فروق في الاغتراب النفسي تبعا لمتغير الجنس .

ودراسة " **إبراهيم** " **(2011)**، التي هدفت إلى دراسة الاغتراب النفسي وعلاقته بالوحدة النفسية لدى طالبات الأقسام النهائية في جامعة بغداد، وتكونت عينة الدراسة من (50) طالبة من طالبات الأقسام الداخلية، وتوصلت نتائجها إلى عدم وجود علاقة بين الاغتراب النفسي والوحدة النفسية لدى أفراد العينة، وعدم وجود فروق في درجات الاغتراب ودرجات الوحدة النفسية، بين طالبات الاختصاصات العلمية والاختصاصات الإنسانية.

ورغم أن الاكتئاب والاغتراب النفسي يعتبران من أهم الاضطرابا ت النفسية انتشارا بين أفراد المجتمع، إلا أن الدراسات التي تربط بين هذين المتغيرين كانت شبه منعدمة خاصة عند الطلبة الدارسين بالجامعات وهذا في حدود بحثنا، إلا أن الجمع بينهما كان لدى دراسات تناولت عينات أخرى، كدراسة " **محرز نسيمة**" **(2019)**، التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين الاكتئاب والاغتراب النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة تبعا لمتغير السن، عدد الأولاد، المنصب المشغول، عدد سنوات الخبرة، حيث طبقت الدراسة على عينة قوامه (130) امرأة عاملة ومتزوجة بجامعة محمد بضياف بالمسيلة، ومن أهم النتائج المتوصل إليها وجود علاقة بين الاغتراب النفسي والاكتئاب، بالإضافة إلى وجود فروق بين أفراد العينة في الاغتراب النفسي تبعا لمتغر السن، المنصب المشغول، سنوات الخبرة.

أما بالنسبة للدراسات الأجنبية نجد دراسة "**جون** " **(1981)**، التي هدفت للبحث عن العلاقة بين الفشل وبعض المتغيرات النفسية في الشخصية (التوتر، الاكتئاب، المرض النفسي، المرض العضوي)، وعدت هذه المتغيرات مقياسا للأسلوب المعرفي للاغتراب، وتوصلت الدراسة عن طريق تحليل الانحدار إلى النسب المئوية التالية : التوتر الذاتي 35 %، الاكتئاب 44 %، المرض النفسي 33 %، المرض العضوي 16 %.

ولعلى نقص الدراسات التي تربط بين هذين المتغيرين خاصة لدى طلبة الجامعات هو من دفعنا لمحاولة التقصي عن العلاقة بين الاغتراب النفسي وأعراض الاكتئاب لدى هذه الفئة، نظرا لأن الاكتئاب قد يكون اضطرابا نفسيا أو قد يكون كرد فعل للأوضاع المعاشة، وهذا ما قد تعانيه الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية، خاصة ما تتصف به الظروف داخل هذه الأحياء، بالإضافة إلى ما تصاحبه هذه المرحلة من عدم استقرار وقلق وعدم توافق مع البيئة الجديد.

من هنا تبرز أهمية الدراسة الحالية التي تحدد هدفها لمعرفة العلاقة بين الاغتراب النفسي والاكتئاب لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة، والإجابة عن التساؤلات التالية :

1. ما مستوى الاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة ؟
2. هل توجد فروق في أعراض الاكتئاب لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة؟
3. هل توجد علاقة بين أعراض الاكتئاب والاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة ؟
4. هل توجد فروق في أعراض الاكتئاب لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة ذوات الاغتراب النفسي المرتفع تعزى للطور الدراسي (لسانس ـ ماستر).
5. هل توجد فروق في أعراض الاكتئاب لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة ذوات الاغتراب النفسي المنخفض تعزى للطور الدراسي (لسانس ـ ماستر).

2 ـ فرضيات الدراسة :

2 / 2 . نتوقع مستوى مرتفع من الاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة.

2 / 3 . توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أعراض الاكتئاب المتمثلة في الأعراض الوجدنية،المعرفية، الاجتماعية،الجسمية لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة .

2 / 3 . توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين أعراض الاكتئاب والاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة .

2 / 4 . توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أعراض الاكتئاب النفسي لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة ذوات الاغتراب النفسي المرتفع تعزى للطور الدراسي (لسانس ـ ماستر).

2 / 5 . توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أعراض الاكتئاب النفسي لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة ذوات الاغتراب النفسي المنخفض تعزى للطور الدراسي (لسانس ـ ماستر).

3 ـ أهداف الدراسة :

3 / 1 . الكشف على مستوى الاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة .

3 / 2 . الكشف عن الفروق بين أعراض الاكتئاب ونسب وجودها لدى أفراد عينة الدراسة.

3 / 3 . التعرف على العلاقة بين أعراض الاكتئاب والاغتراب النفسي لدي أفراد العينة.

3 / 4 . الكشف عن الفروق في أعراض الاكتئاب لدي الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة ذوات الاغتراب النفسي المنخفض والمرتفع تبعا لمتغير الطور الدراسي(ليسانس ـ ماستر).

4 ـ أهمية الدراسة :

4 / 1 . تتحدد أهمية الدراسة الحالية من خلال أهمية متغيراتها المدروسة، حيث يعد الاكتئاب من اخطر الاضطرابات النفسية التي يمكن أن تواجهها الطالبات داخل الأحياء الجامعية، والتي يمكن أن تعيق عملية التكيف النفسي السليم لديهن.

4 / 2 . إلقاء الضوء على ظاهرة الاغتراب النفسي والمشاكل النفسية الناجمة عنه، والدور الذي يلعبه في التمهيد لظهور أعراض الاكتئاب لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية.

4 / 3 . تكمن أهمية الدراسة الحالية كونها من الدراسات القليلة التي تربط بين أعراض الاكتئاب والاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية.

4 / 4 . تكتسب هذه الدراسة أهميتها من خلال أهمية الشريحة المدروسة وهي الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية، ولما لهذه المرحلة من أهمية في تكوين الشخصية المستقبلية للطالبات .

4 / 54 . إثراء أدبيات البحث العلمي لتزويد المكتبات بهذا الموضوع وجعله انطلاقة لأبحاث أخرى في نفس التخصص.

5 ـ التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة:

5 / 1 . التعريف الإجرائي لأعراض الاكتئاب :

هي مظاهر الحزن والكآبة واليأس التي تصيب الطا لبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة، ويقاس بالدرجة الكلية التي يحصل عليها أفراد العينة من خلال استجاباتهم على مقياس الاكتئاب لـ "محمد سعد حامد عثمان" بأبعاده (البعد الوجداني ،المعرفي، الاجتماعي، الجسدي).

5 ـ 1 ـ 1 ـ البعد الوجداني : هو شعور الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية باليأس والضياع والإحباط والتشاؤم والذي ينتج عنه الاكتئاب.

5 ـ 1 ـ 2 ـ البعد المعرفي : هو التشوه المعرفي الذي يصاحب الطال بات المقيمات بالأحياء الجامعية، وذلك من خلال ضعف القدرة علي التعبير والانتباه والتذكر ، وخاصة صور الفرد السلبية عن ذاته، وعن الآخرين مما يؤدي إلي الاكتئاب.

5 ـ 1 ـ 3 ـ البعد الاجتماعي: هو شعور الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بالتصلب والجمود والافتقار للمهارات الاجتماعية ، بالإضافة إلى الصعوبة في بدء علاقة جديدة ، والفشل في مواجهة الفعالة لضغوط الحياة.

5 ـ 1 ـ 4 ـ البعد الجسمي : هو شعور الطالبلت المقيمات بالأحياء الجامعية بمظاهر جسمية منها الشعور بالصداع وتضاؤل الطاقة الحيوية وآلام الظهر وخفقان القلب وفقدان الشهية والوزن مما ينتج عنه اكتئاب.

5 / 2 . التعريف الإجرائي للاغتراب النفسي :

هو شعور الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة بالانفصال عن الواقع، وفقدان الشعور بالانتماء وعدم الالتزام بالمعايير، وعدم الإحساس بالقيمة، وفقدان الهدف ، ويقاس بالدرجة الكلية التي يحصل عليها أفراد العينة من خلال استجاباتهم على مقياس الاغتراب النفسي لـ " العقيلي " بأبعاده السبعة (فقدان الشعور بالانتماء – قلة الالتزام بالمعايير – العجز – قلة الإحساس بالقيمة – فقدان الهدف – فقدان المعنى – مركزية الذات).

5 ـ 2 ـ 1 ـ العجز: هو عدم قدرة الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية على التأثر بالمواقف الاجتماعية التي يواجهنها، وعجزهن عن السيطرة في تصرفاتهن وأفعالهن، وعدم القدرة على تقرير مصيرهن .

5 ـ 2 ـ 2 ـ فقدان المعنى : هو شعور الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بأن لا معنى لهن في هذه الحياة .

5 ـ 2 ـ 3 ـ قلة الالتزام بالمعايير : هي حالة انهيار للمعايير التي تنضمن السلوك وتوجهه، بحيث تصبح هذه المعايير غير مؤثرة ولا تؤدي وضيفتها كالقواعد للسلوك مما يؤدي بالطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية إلى رفض القيم والمعايير السائدة في المجتمع وذلك لعدم ثقتهن في المجتمع ومؤسساته .

5 ـ 2 ـ 4 ـ فقدان الهدف : هو شعور الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية إلى افتقار وجود هدف واضح ومحدد لحياتهن يسعين لتحقيقه

5 ـ 2 ـ 5 ـ فقدان الشعور بالانتماء: هو وسيلة دفاعية يلجأ لها الأنا للدفاع عن نفسه، حيث تعجز الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية الابتعاد عن المواقف المهددة، أو إنكار وجود عنصر مهدد .

5 ـ 2 ـ 6 ـ قلة الإحساس بالقيمة : وهو شعور الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بعدم قدرتهن على تحديد مصيرهن، وافتقارهن للإحساس بقيمة الأشياء المحيطة بهن، وأن اتساق القيم التي يخضعن لتأثيرها أصبحت نسبية ومتناقضة.

5 ـ 2 ـ 7 ـ مركزية الذات : وهو شعور الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بالذاتية، وفهمهن للحياة من خلال مصلحتهن الذاتية.

6 ـ حدود الدراسة : تتحدد الدراسة الحالية من خلال ما يلي :

6 / 1 . الحدود البشرية : تقتصر الدراسة على عينة من الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة.

6 / 2 . الحدود المكانية : تتحدد الدراسة مكانيا بالإقامات الجامعية للإناث بجامعة ورقلة .

6 / 3 . الحدود الزمنية: تتحدد هذه الدراسة زمنيا بالسنة الجامعية 2019-2020.

الفصل الثاني

الاكتئاب

ـ تمهيد

1. تعريف الاكتئاب
2. نظريات الاكتئاب
3. أعراض الاكتئاب
4. انتشار الاكتئاب
5. أسباب الاكتئاب
6. تصنيف الاكتئاب
7. تشخيص الاكتئاب
8. علاج الاكتئاب

ـ خلاصة

ـ تمهيد:

إن الاكتئاب النفسي من الاضطرابات النفسية شيوعا في العصر الحديث لذلك العلماء خاصة علماء النفس والاجتماع يعتبرون أن النصف الأخير من القرن العشرين هو عصر الاكتئاب ويرجعون ذلك إلى كثرت الضغوط النفسية والاجتماعية التي يتعرض لها الفرد.

1 ـ تعريف الاكتئاب :

1 ـ 1 ـ تعريف اللغوي للإكتئاب :

يقال اكتأب فلان أي حزن واغتم وانكسر والكآبة تغير النفس بالانكسار من شدة الهم والحزن ، وأما الكأباء هو الحزن الشديد .ويقال الرماد مكتئب اللون إذا ضرب إلى السواد ، كما يكون الوجه كئيب، ويلاحظ هنا أن التعريف اللغوي للكآبة يتجاوز الوصف البسيط للحزن إلى تناول التغير النفسي وحتى السلوكي الناجم على ذلك (**سرحان ، ص11**).

وتعرف الكآبة على أنها هبوط شديد يخيل إلى الشخص حين يصاب به أنه فاشل ، فيهدمه اليأس و يسلب نشاطه و يقتل همته ومن الكآبة ما قد ينجم عنها من حسن جنوني أو ما قد يعمد إليه المكتئب من محاولات الإنتحار (**بيدس ،1991،ص47**) .

1 ـ 2 ـ التعريف الإصطلاحي للإكتئاب :

وبالرغم من أن الاكتئاب يعد مصطلحا مألوفا لدى معظم الناس ، إلا أن المهتمين بهذا المرض النفسي لم يتفقوا على تعريف دقيق ومحدد له ، لأن أعراضه ألمتنوعة ، وأنواعه المختلفة وأسبابه المتعددة وتعددت التعريفات التي قدمت لمفهوم الاكتئاب إلا أنها تتفق في أنه خبرة وجدانية ذاتية تتبدى في أعراض الحزن، والتشاؤم، والشعور بالفشل، وعدم الرضا، والشعور بالذنب، وعدم حب الذات، ، والانسحاب الاجتماعي، والتردد وصعوبة النوم، والتعب، وأخيراً فقدان الشهية فهو واحد من أكثر المشاكل شيوعا في

الصحة العقلية للطلاب في مستويات تعليمية مختلفة، مثل المدرسة الثانوية والكلية والجامعة. (**Dastan,2016, p3**)

الاكتئاب هو مشكلة خطيرة تتعلق بالصحة العقلية قد تؤدي إلى آثار مختلفة على الطلاب. واحدة من هذه الآثار المتتالية هي التفكير في الانتحار أو الأفكار الانتحارية التي قد تؤدي إلى محاولات الانتحار أو السلوك الانتحاري موجود على امتداد سلسلة تمتد من التفكير أو الأفكار الانتحاري ـة ، والاتصالات المتعلقة بالانتحار ، ومحاولات الانتحار(**Author, 2016**).

"والاكتئاب ليس مجرد حزن مؤقت على وفاة عزيز وليس مجرد الإحساس بالوحدة تنقشع بزيارة صديق أو مبادلة الحديث مع أحد الرفاق بل عندما يذكر الاكتئاب تذكر معه الكثير من الخصائص الاضطراب النفسي بما فيها المزاج العكر والتشاؤم ، والشعور بالهبوط والعجز وبطئ عملية التفكير بعبارة أخرى يعبر الاكتئاب عن كل تلك الآلام النفسية ، الجسمية والمنغصات التي تمضي عليها الأيام والشهور. **(عبد الستار، دس، ص61)**

وأضاف **الشربيني** (2001) فيرى بأن الاكتئاب هو شعور بحزن دائم نتيجة لعدم قدرته على التوافق مع ظروف الحياة المتعددة مثل الفراق أو الإصابة بالإحباط لأمر ما .

وسياق نفسه يرى **موسى** (2001) بأنه حالة من الحزن الشديد المستمر يعيش فيها الفرد دون أن يعرف السبب الحقيقي لاكتئابه .

ويشير كل من" **النبهان** "و"**الزغول**"،"**الهنداوي**" (2000) على أنه اضطراب نفسي يظهر على شكل نوبات عصابية تتمثل في استجابات انفعالية تثيرها خبرة مؤلمة ، تتمثل بمشكلات حياتية ، او خسارة أصدقاء او أناس مقربين أو اعتلال الصحة .

كما يوضح **بيك** (2000) أن الاكتئاب هو اضطراب في التفكير ، يصيب الفرد نتيجة خسارته لشيء مهم ، او أو حين يفشل في تحقيق هدف معين ، ويتمثل اضطراب التفكير بلوم الذات وتحميلها مسؤولية

الخبرات السلبية التي تعرض لها الفرد ، بحيث يؤدي هذا الاضطراب إلى ظهور مشاعر مستمرة من الحزن والاحباط وفقدان الأمل في المستقبل.

في حين يعرف **بيرون** Pieron (1979) الاكتئاب بأنه حالة عقلية مرضية تتميز بالإجهاد وفقدان الشجاعة، والتعب المصحوب بقلق شديد، وهو شكل مصغر من أشكال السوداوية(**مرعي ،2018 ،ص 37**).

فللاكتئاب مرض يصيب الذهن والجسد معا ، لذلك تظهر أعراض النفسية والجسدية عند المكتئبين الى أن طبيعتها الحقيقية تختلف من شخص الى أخر . وتنوع أعراض الاكتئاب فتظهر جلية لدى البعض ومخفية لدى البعض الأخر . فبعض الأشخاص لا تبدوا عليهم أي أعراض البتة . ولكن يصبر سلوكهم غريبا عن بعض الشيء" (**مكنزي ، د س، ص 5**).

وهو اضطراب مزاجي يسبب أعراضًا مزعجة تؤثر على شعورك وتفكيرك والتعامل مع الأنشطة اليومية ، مثل النوم أو الأكل أو العمل. لتشخيص الاكتئاب ، يجب أن تظهر الأعراض معظم اليوم ، كل يوم تقريبًا لمدة أسبوعين على الأقل .(**National Institute of Mental Health,2016**)

ومنه نرى أن الاكتئاب هو اضطراب عقلي شائع هو واحد من الذي يؤثر على الطلاب الجامعيين لاا يتم تشخيصه في كثير من الأحيان بين طلاب الجامعاتن الكثيرين لا يدركون الحاجة للمساعدة ولا يسعون إلى الخدمات السريرية (**Mahaya Clark, 2011, p 454**) ، ويصاحبه المزاج المكتئب ، وفقدان الاهتمام أو المتعة ، والشعور بالذنب أو قلة قيمة الذات ، واضطراب النوم أو الشهية ، وانخفاض الطاقة ، وضعف التركيز. الأحداث الحياتية ، مثل: فقدان شخص مهم أو شيء أو علاقة أو صحة ، ولكن يمكن أن تحدث أيضًا بدون سبب واضح ، يمكن أن تصبح هذه المشاكل مزمنة أو متكررة وتؤدي إلى ضعف كبير في قدرة الفرد على رعاية مسؤولياته أو مسؤولياتها اليومية.

أما عرفه قاموس أكسفورد الإنجليزي الاكتئاب بأنه "حالة عقلية تتميز بمشاعر اليأس وعدم الملاءمة الشديدة ، المصحوبة عادةً بنقص الطاقة والاهتمام بالحياة .(**Eduardo Sabat ,2004, p5**).

الاكتئاب هو اضطراب عقلي شائع وسيكون أحد الأسباب الرئيسية للعجز العقلي في المستقبل علاوة على ذلك ، غالبًا ما يصاحب الاكتئاب أعراض القلق وقد يؤدي في أسوأ حالاته إلى الانتحار. **(Trop J Pharm Res, 2014)**

تعريف الاكتئاب من خلال علماء النفس والباحثين في مجال الاكتئاب :

يعرف **مصطفى زيور** الإكتئاب بأنـه حالـة من الألم النفسي والإحساس بالـذنب شعوريا،و انخفاض فـي تقـدير النفس لذاتها ،و نقصان في النشاط العقلي و الحركي و الحشوي(**زيور،دس، ص12. 15**).

كذلك كولمز عـرف الاكتئاب بأنه خبـرة وجدانية ذاتيـة أعراضـها الحزن و التشـاؤم وفقدان الاهتمـام واللامبالاة و الشـعور بالفشـل و عدم الرضـا،و الرغبـة فـي إيذاء الـذات و التـردد ،و الإرهـاق و فقـدان الشـهية و مشـاعر الـذنب و بطء الإسـتجابة،و عدم القدرة علـى أن يبذل جهد (**دسـوقي،1995، ص22**).

أما عبد الله عسكر(1988)عرف الاكتئاب بأنه يعد مشكلة من المشكلات التي تعوق الفرد فـي توافقه و تطـوره حتـى إذا وصـل إلـى درجـة شـديدة كان التعطـل أو التـأخر فـي توافقه بصفة عامـة فيكون اضطراب الإنفعالي متمثلا في عدم القدرة على الحب و كرهية الذات تلك التي تصل إلى التفكير في الموت و الإنتحار حيث يسيطر التناقض الوجداني) صـارع الحـب و الكارهيـة (علـى المسـرح و كـذلك اضطراب المعرفـي متمـثلا فـي انخفـاض تقدير الذات و تشويه المدركات و اضطراب الذاكرة و توقع الفشل في كل محاولـة للنجـاح و استشعار خيبة الأمل في الحياة، وعدم القدرة على التركيز الذهني. هذا بالإضافة إضطراب البدني متمثلا فـي اضطراب الشهية للطعام ،و اضطراب النوم و كثـرة البكـاء و تنـاقص الطاقـة الـذي يسـتتبعه حالـة التـأخر النفسـي و البـدني (**عسكر ، 1988، ص11**).

في حين **عرفه عبد الخالق** (1991) بأنه حالة إنفعالية تكون إما دائمة أو مؤقتة تنتاب الفرد فيها مشاعر الضيق والحزن والانقباض، ويسيطر عليه الشعور بالتشاؤم والهم، إضافة إلى الشعور بالعجز واليأس والقنوط والجزع، وترافق هذه الحالة أعراض معينـة تتصل بالنواحي المعرفية والمزاجية والسلوكية والجسدية

كانخفاض الاهتمامات والتمتع بالحياة وفقدان الشهية والوزن وسرعة الإجهاد واضطراب النوم وعدم القدرة على التركيز والإحساس بانخفاض الكفاءة والجدارة، إضافة إلى الأفكار Wittchen & Quitkinانتحارية

كما جاء في الدليل التشخيصي والإحصائي الصادر عن الجمعية الأمريكية للطب النفسي ،" أن الاكتئاب هو ذلك المزاج حزين كئيب ويسوده الغم بشكل غير عادي، أو تلاشي " DSM–Vالاهتمام والبهجة في النشاطات اليومية بشكل ملحوظ، وهذا يختلف عن حالة مريض غير مكتئب .

إذا الإكتئاب حالة انفعاليـة يشعر فيها الفرد بالحـزن، وفقدان السعـادة، والانسحـاب الاجتماعي وفقدان الأمن، والإحساس بعدم القيمة وفقدان الأمل في المستقبل، وكذلك إلى عدم القدرة على الإنجاز وزيادة الحساسية الانفعالية والإحساس بالذنب نحو الذات والآخرين، كما يتميز بوجود بعض الأعراض الجسمية مثل توهم المرض واضطرابات الشهية والشعور بالإجهاد.**(واكلي ،2013 ، ص 42)**.

ومن خلال التعريفات السابقة الإكتئاب نستطيع القول بأنه : يتفق بشكل عام بين العلماء حول تعريف الإكتئاب أكثر من نقاط الاختلاف.ومن أكثر نقاط الاتفاق بين العلماء في تعريفهم للإكتئاب أنه يصيب الجانب الوجداني و الجانب المعرفي و الجانب الجسمي و الجانب السلوكي ،ويتضح ذلك من خلال تركيزهم على الأعراض الوجدانية و المعرفية و، السلوكية و الجسمية .

لهذا يمكن القول أن الإكتئاب هو اضطراب انفعالي عاطفي، يتميز بالحزن الشديد المستمر و الألم النفسي الحاد وكذلك لوم ذات بحيث يصبح الانسان يلوم ذاته كثيرا ويشعر بالعجز و الفشل و التفاهة و اليأس، يؤثر على النشاط العام من إثباط معرفي سيكو حركي و إعاشي واضطراب واضح في الوظائف الغريزية كالنوم و التغذية و الجنسية،و تكون أسبابه داخلية المنشأ أو خارجية المنشأ أو كلاهما على حد سواء.

2 ـ نظريات الاكتئاب :

نتيجة لخطورة الاكتئاب ومدى انتشاره الكبير وتعدد أنواعه فقد ظهرت العديد من النظريات لدراسته وكيفية تطوره وأساليب علاجه عند الفرد ، ومن هذه النظريات :

2 ـ 1 ـ نظرية التحليل النفسي (سيغموند فرويد):

من الأفكار المحورية التي يتفق عليها علماء التحليل النفسي بالرغم من الاختلافات التي تكون بينهم هي أن الإكتئاب كوسيلة لعقاب النفس بسبب الشعور بالإثم عندما لا يحب الإنسان الا نفسه كما يحدث في أولائك الذين يتصفون بشخصية نرجسية أنانية .ويحلل فرويد ذلك ان حب النرجسي لنفسه يعني أن خسارته لهذا الحب هي خسارة ذاتية وليست خسارة شيء خارج عن النفس .ويرى كل الكراهية الناجمة عن هذه الخسارة تتجه نحو الذات بدل خارجها وبالتالي فعلى نفس النرجسي ان تتقبل وتتحمل العقاب الذي يفرضه الجزء المتسلط منها (السادي)على الجزء الخاضع منها (المازوخي). (**الرفاعي،1987،ص 227-228**)

ونظرية التحليل النفسي من أوائل النظريات النفسية التي اهتمت بتفسير الإكتئاب والبحث عن أسبابه ويفترض فرويد وبعض تلاميذه أن الإ كتئاب خبرة مؤلمة تحدث للفرد عندما تستثار مشاعره الوجدانية والإنفعالية المرتبطة بخبرات الفقد والضياع في مرحلة الطفولة وان الشخص الذي يفقد علاقة حميمة مع شخص أو فقد العمل وكل ذلك يثير المشاعر المؤلمة عند شخص .

2 ـ 2 ـ النظرية المعرفية : وهناك تفسيرين لوجهة نضر هذه

* **تفسيربيك:**هو الى مشكلة معرفية، لأن من يعاني من الاكتئاب يبدي تحريفات فكرية محدده تجاه عالمه ويقدم بيك تفسيراً شاملاً لوجهة النظر المعرفية للإكتئاب وتتضمن أراء بيك في قيام نوعين الإكتئاب يحدثان هما الثلاثية المعرفية وأخطاء المنطق.

أ – **الثلاثية المعرفية :** وتتضمن أفكار سالبة عن الذات ، وعن الخبرات القائمة وعن المستقبل.

حيث يبدأ الإكتئاب بخبرفقدان شيء ما بالنسبة للمريض، والفقدان قد يكون حقيقياً وقد يكون افتراضياً او بخبرة كاذباً، وفي كلتا الحالتين فانه مبالغ فيه ويدرك على انه دائم وثابت أولا يمكن إعادته او إرجاعه، وينظر اليه المريض على انه انعكاس لوجوده بذاته أو انعكاس لخصائصه أو مستوى كفاءته، ويؤدي بالتالي إلى تكوين مفهوم سلبي عن الذات فحواه انه الخاسر او عديم القيمة ، فالمريض يعزو سبب الفقدان او الحادث او الكارثة إلى التصور الشائن في ذاته هو وينظر المريض إلى كل خبرة تالية حتى ولو كانت على درجة قليلة من السلبية او الغموض على أنها انعكاس لعجزه الذاتي .والمقارنة التي يعقدها بين ذاته وبين الاخرين تزيد من تحقير ذاته لديه والنتيجة النهائية هي الرفض الكلي للذات .وهذه النظرات السلبية الى الذات في نفس المريض وتوقعاته في المستقبل، ويؤدي اليأس الى موت الدافعية، فما دامت النتائج المتوقعة او المستقبل المتوقع سلبياً فليس هناك داعي لبذل الجهد والنتيجة النهائية لهذا التشاؤم هي الافكار والرغبات والمحاولات الإنتحارية والتي تعتبر معقولة على أساس المقدمة السابقة .اما المقدمة الثانية التي يرتكز عليها الإنتحار فهي الإعتقاد بان الاخرين من حوله سوف تكون أحوالهم افضل إذا مات هو .وهكذا فان وجود هذا المفهوم السلبي عن الذات ووجود التفسير السلبي لأحداث والخبرات ووجود النظرة السلبية للمستقبل تكون الثلاثي المعرفي للإكتئاب.

ب- اخطاء المنطق : والأليات الثانية التي يرى "بيك "أنها تحدث الإكتئاب هي أخطاء المنطق فإنها تتلخص في ان المكتئب يرتكب عدة أخطاء منطقية في التفكير وكل منها يعمل على خفض خبراته ومن هذه الاخطاء الاستدلال التحكمي ،البالغة في التصميم ،تضخيم الأمور وتصغير الأخرى . ويشير "الإستدلال التحكمي " إلى الإنتهاء لنتائج معينة بينما تكون الشواهد التي تؤيد ذلك قليلة او غير موجودة وبالنسبة "للمبالغة في التصميم "فان ذلك يشير إلى الإنتهاء لنتائج شمولية حول قيمته هو او قدراته او أدائه على اساس نوع واحد من الحقائق وتعتبر أخطاء .إما تضخيم أمور وتصغير أخرى فهي تعتبر صورة متطرفة من أخطاء التقييم، حيث يتم تضخيم الأحداث السيئة البسيطة نسبياً وتصغير

الأحداث الكبيرة المبهجة إما ارجاع الأحداث الى الذات تشير الى تحمل الفرد مسؤولية الأحداث السيئة في العالم بلا مبرر (**محسن ،2011، ص16**).

2 ـ 3 ـ النظرية السلوكية :

لقد اهتمت هذه النظرية الأكثر شيوعا بالافتقار إلى تدعيم الخارجي والافتقار الى إشباع كعامل مسبب للحدوث ، واستمرت هذه الاضطرابات ورغم أن البيئة الخاصة بالشخص المريض تكفي فيها مدعمات المؤكد بأن الشخص الذي لديه ميول للاكتئاب يكون غير كفؤ في المهارات الاجتماعية الضرورية للحصول على الإثابة الضرورية في حياته وان الأفراد المكتئبين يعيشون في حالة من النقص والتدعيم الاجتماعي وبملاحظة التفاعلات في المنزل بين مرضى الاكتئاب وأزواجهم فقد وجد المرضى الذين يميلون إلى المستقبل الإيجابي بدرجة أقل من أزواجهم بينما يكونون أكثر استقبالا وتقبلا لدعم السلبي مثل النقد **(عبكه ،2012،ص 47)**.

2 ـ 4 ـ النظرية البيولوجية الكيميائية للاكتئاب :

كشفت الدراسات الحديثة عن الكيمياء الحيوية للمخ وأثر العقاقير عن رؤية جديدة في تفسير الاكتئاب وعلاجه . وعلى سبيل المثال بين انه لا يوجد عمر يكون فيه محصن ضد الاكتئاب حيث تلعب الخبرات الانفعالية على النشاط الكيميائي للمخ وتوجد الملايين من النيورونات التي ترسل رسالة الكهربائية وتستقبلها عن طريق الموصلات العصبية ، وقد يحدث بعض الاضطرابات في الخلايا العصبية أو نقص في مقدار المنقول من المادة الكيميائية ، او خلل وضيقي في عمل نيورون الاستقبال والخلل في تلك الأمور يسهم بشكل أساسي في الإصابة بالاكتئاب ويفترض بعض المهتمين في هذا المجال ان الاكتئاب ناتج عن نقصان بعض المواد الكيميائية في المخ وبذلك ترى النظرية البيولوجية أن أسباب نشوء مرض الاكتئاب يأتي نتيجة إصابة أو اضطراب في الوظائف الفيسيولوجية والكيميائية للدماغ ويذكر هنا تيس مجموعة من الأدلة الغير المباشرة على دور العوامل البيولوجية للاكتئاب وهي :

* وجود مجموعة من الأعراض والتي توح ي اضطراب في العمليات الحيوية مثل (اضطراب النوم، اضطراب الشهية ، اضطراب في الحركات النفسية الحركية).

* أدلة على وجود العوامل الوراثية .

* استجابة جسمية للأدوية العلاجية خاصة عند الأفراد الذين يعانون من اضطرابات حيوية.

(بقري،2010،ص165)

3 ـ أعراض الاكتئاب :

يمكن أن تحدث أعراض الاكتئاب بعض التغييرات الجذرية في حياة الشخص المكتئب ، والروتين اليومي ، وسلوكه. غالبًا ما تكون هذه التغييرات هي التي تجعل الاكتئاب أسوأ وتمنع الشخص المكتئب من التحسن .

على سبيل المثال ، يمكن أن يؤدي نقص الحافز أو نقص الطاقة إلى انخفاض الشخص المكتئب عن أنشطته ، وإهمال مهامه ومسؤولياته اليومية ، وترك صنع القرار للآخرين. هل لاحظت هذه التغييرات في نفسك عندما تكون مكتئبًا؟

هناك أعراض رئيسة للاكتئ ـاب اعتم ـاداً على كثير من الأدلة والمعايي ـر التي استخدمت في التشخيص ، ومن هذه الأدلة الدليل التشخيصي الإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية والعقلية "ICD-10" والدليل التشخيصي العاشر لمنضمة الصحة العالمية " IV-DSM"

أما المعايير التي حددها الدليل التشخيصي الإحصائي الرابع للاضطرابات النفسية والعقلية فهي خمسة أعراض أو أكثر من الأعراض التالية خلال فترة الأسبوعين الماضيين وهي :

1- المزاج المستمر أو القلق .

2- يكون لديه نقص في الاستمتاع والاهتمام بمعظم الأشياء والنشاطات في أغلب الأوقات ، وبصورة يومية تقريبا ويستند هذا إلى إفصاح الشخص عن مشاعره أو يستمد من ملاحظة الآخرين له.

3- يفقد الوزن أو يزيد فيه أو نقصان أو زيادة في الشهية كل يوم تقريباً .

4- الأرق أو زيادة عدد ساعات النوم يومياً تقريباً.

5- الشعور باليأس والتشاؤم والحزن والانفعال واليأس في بعض الأحيان يشعر الناس بالغموض والخدر والفراغ، فقدان الاهتمام والتمتع بالأنشطة التي سبق الاستمتاع بها ، لا شيء يبدو ممتعًا بعد الآن ، الأشياء التي كانت ممتعة تبدو وكأنها عمل روتيني، الدافع للقيام بأي شيء تقريبًا منخفض جدًا ، عديم الفائدة ، غير ملائم ، وعديم القيم ـة. تشاؤم. تفسيرات سلبية للغاية للأشياء التي تحدث ، من حولك. على سبيل المثال، التفكير في أن لا شيء سيعمل بشكل صحيح، اليأس، الشعور بأن كل شيء قاتم ولا معنى له ، وأنه سيكون دائمًا على هذا النحو، يشعر بعض الناس وكأنه "لا فائدة من المحاولة". فقدان الطاقة،الشعور بالتعب طوال الوقت، قلة النشاط. أحيانًا يصل الأمر إلى أن الناس لا يفعلون سوى القليل جدًا ، خاصة عند مقارنتهم بحياتهم قبل الاكتئاب.

6 - التعب والشعور بالإنهاك اليومي.

7- النقص في تقدير الذات ، ونشوء مشاعر إثم غير مناسبة أو تفوق الحد الاعتيادي (قد تظهر على شكل هذاءات) .

8- تناقص القدرة على التفكير أو التركيز ، وتزايد التردد (صعوبة اتخاذ القرارات) وبشكل يومي تقريباً

9- أفكار متكررة حول الرغبة في الموت وليس فقط الخوف من الموت ، وتخيلات متكررة عن الانتحار بدون تخطيط محدد ، أو محاولات انتحار فعلية ، أو وضع الخطط لتنفيذ الانتحار

10- صعوبة النوم أو الاستقاض في صباخ الباكر أو النوم الزائد ، ففي بعض الأحيان يشعر الناس بالغموض والخدر والفراغ. فقدان الاهتمام والتمتع بالأنشطة التي سبق الاستمتاع بها. لا شيء يبدو ممتعًا بعد الآن، الأشياء التي كانت ممتع ـة تبدو وكأنه ـا عمل روتيني، الدافع للقيام بأي شيء تقريبًا منخفض جدًا، عديم الفائدة ، غير ملائم ، وعديم القيمة، تشاؤم، تفسيرات سلبية للغاية للأشياء التي تحدث من حولك، على

سبيل المثال ، التفكير في أن لا شيء سيعمل بشكل صحيح. اليأس. الشعور بأن كل شيء قاتم ولا معنى له ، وأنه سيكون دائمًا على هذا النحو. يشعر بعض الناس وكأنه "لا فائدة من المحاولة". فقدان الطاقة. الشعور بالتعب طوال الوقت • قلة النشاط ، وأحيانًا يصل الأمر إلى أن الناس لا يفعلون سوى القليل جدًا ، خاصة عند مقارنتهم بحياتهم قبل الاكتئاب..

إن هذه الأعراض تتسبب في معاناة واضحة في الجوانب الإكلينيكية أو إضطراب الوظائف الإجتماعية أو تؤثر سلباً على العمل أو ممارسة أنواع النشاط الأخرى . ولا تعود الأعراض إلى التأثيرات المباشرة لإستخدام المخدرات أو العقاقير الطبية(**American Psychiatric Association, 1994**) .

يرى سيلجمان (1995) أن الفرد يصاب بالأعراض الاكتئابية هو الذي يفتقر للقدرة على السيطرة على الأحداث التي تواجهه ، فعندما يحس الفرد باختلال الاتزان ما بين جهوده المبذولة تجاه المواقف والنتائج المترتبة على هذه الجهود يؤدي الى زيادة توتره واتخاذه لموقف سلبي قد يؤدي إلى الاكتئاب .

ويتمثل الإكتئاب في اضطراب ثلاثي الأبعاد: انفعالي ومعرفي وجسدي، بحيث يظهر الإضطراب الإنفعالي في كون الإنسان يكون عاجز عن الحب ، ويكره ذاته إلى أن تكون لديه أفكار انتحارية ، ويتمثل الاضطراب المعرفي والجسدي في التشويه الإدراكي ، وإضطراب الذاكرة ، وإنخفاض قيمة الذات وتوقع الفشل وإضطراب الشهية للطعام ، والصداع والتعب ونوبات البكاء وإنخفاض الطاقة والعجز الجنسي. **(زلفى ، مرعي ، 2018، ص39)**

ويشير اسو وبترمان (Essau&Peterman ,1994) :إلى تنوع أعراض الاكتئاب، وأن الأفراد الذين يصنفون بأنهم مكتئبون يشعرون بأعراض عديدة مترافقة تنقسم إلى :

وتشمل الشعور بالحزن الذي هو أ حد الخصائص Mood :

3 ـ 1 ـ الأعراض التي لها علاقة بالمزاج :

الأساسية للإكتئاب، فالأفراد المكتئبون يفقدون الإحساس بالمتعة . ويتميزون بحدة الطباع .

3 ـ 2 ـ الأعراض المعرفية : يتميز المكتئبون بالتفكير السلبي أو التفكير السوداوي،أي أنه قد يضخم المعلومات السلبية دون إيجابية أو يقلل من قيمة المعلومات الإيجابية. كما أن المصابين بالإ كتئاب يكونون متشائمين، وتصبح دافعيتهم ضعيفة، وينظرون إلى المستقبل نظرة سلبية ومن الأعراض المعرفية الأخرى التي قد يشعر بها الفرد المصاب بالإ كتئاب باليأس. والذي قد ينتج عنه إدراك الفرد بأنه غير قادر على التعامل مع الموقف، وقد يصل هذا الشعور باليأس بالفرد إلى درجة إقدامه على الإنتحار، كما يعاني الفرد المكتئب من صعوبات في مجالات معرفية أخرى مثل التركيز، الذاكرة والذاكرة الإنتقائية، وإدارة النقاش. وتزيد هذه الصعوبات كلما زادت حدة الإكتئاب.

3 ـ 3 ـ الأعراض السلوكية: وتشمل صعوبة في الانخراط في الأنشطة حيث يسود الإعتقاد لدى المكتئبين بأن هذه الأنشطة لن تجلب لهم الرضى . كما قد يطرأ لدى هؤلاء الأفراد تغيرات في نشاط فيكونون بطيئين سواء في الحركة أو الكلام ، وتقل التعابير الوجه Psychomotorالنفسي الحركي .

3 ـ 4 ـ الأعراض الجسدية : فتشمل تغيرات في النوم، حيث أن المكتئب قد يصحو في منتصف الليل أو الصباح الباكر ولا يستطيع أن يعود للنوم مرة أخرى، أو قد ينام أكثر من المعتاد كما أن شهية المكتئب قد تزيد فيأكل كثيرا ويزداد وزنه أو يقل فلا شعر بالرغبة في الأكل وبالتالي يفقد من وزنه، كما تشمل أعراض الجسدية شعور المصاب بالا كتئاب بفقدان القوة والإرهاق والإنخفاض في مستوى النشاط العام ويشعر المكتئب بالتعب الدائم الذي قد يصاحبه آلام وأوجاع كمشاكل في المعدة و او الصداع .

4 ـ انتشار الاكتئاب :

الاكتئاب منتشر بين الجامعة والجامعات ، والجامعات السابقة والواسعة الانتشار على نطاق واسع فالطلاب الجامعة هم مجموعة خاصة من الأشخاص الذين يعانون من فترة انتقالية حرجة ينتقلون فيها من مرحلة المراهقة إلى سن المراهقة **(Kourosh Sayehmiri,2013, p1)**

"قد شهدت الفترة الأخيرة في النصف الثاني من القرن العشرين زيادة هائلة في إنتشار مرض الإكتئاب في كل أنحـاء العالم، و تقول آخر الإحصائيات التي صدرت عن منظمة الصحة العالمية أن ما يقارب من (7 %) إلى(10%) من سكان العالم يعانون من الإكتئاب و هذا يعني وجود مئات الملايين من البشر في معاناة نتيجة للإصابة بهذا المرض، و لعل أبلغ تعبير عن هذه الحقيقة هو قول "ميلاني كلاين" أحد علماء علم النفس بأن المعاناة التي تسببت للإنسانية من آثار الإكتئاب النفسي تفوق تلك التي نتجت عن بقية الأمراض الأخرى مجتمعة" (**نجمة،2008، ص10**).

و هذا يعني أننا نعيش في عصر الإكتئاب، و هو ما ورد في إحصائيات منظمة الصحة العالمية حول عدد الأشخاص الذين يقدمون على الإنتحار كل عام، و يصل هذا الرقم 800 ألف شخصا في العالم .

يشير "**أحمد عكاشة**" إلى أن الإضطرابات الوجدانية و في مقدمتها الإكتئاب تمثل(24.5%) بمصر من جملة الإضطرابات العقلية و هذه النسبة حوالي (19.8%) من المرضى الإكتئاب .

(عائشي، 2017، ص 19)

حيث يؤكد رشاد عبد العزيز (1998) أن مرضى الإكتئاب في مصر في تزايد مستمر، و بين طلاب الجامعة تحديدا مقارنة بالأمراض النفسية الأخرى، و لعل التحولات الاقتصادية، و الاجتماعية قد ساهمت كثيرا في ظهور الإضطراب على النحو الذي أصبح يمثل ظاهرة تحتاج إلى دراسة و من ثم العلاج، و لذلك فقد أشار الباحثين إلى أن الحزن و القلق محوران رئيسيان في الشخصية المصرية، و لذا من السهل أن تكون عرضة للإكتئاب (**عثمان،2010،ص25**).

كما تشير الدراسات أن نسب انتشار الاكتئاب منتشر بين الطلبة ففي دراسة أجراها العبيدين (2003) هدفت التعرف على مدى انتشار الإكتئاب النفسي لدى الطلبة الصف الأول الثانوي الأكاديمي في الأردن وعلاقته بمتغيري الجنس والمنطقة الجغرافية وقد تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة الصف الأول الثانوي الذين يدرسون في المدارس الحكومية ، وقد بلغ عددهم (54389) طالبا وطالبة تم اختيارهم المقننة على بيئة أردنية تم بطريقة عنقودية متعددة المراحل واستخدم الباحث مقياس بيك

إختيارهم بطريقة مقننة من قبل حمدي و أبوطالب (1988) ، وأظهرت نتائج الدراسة مايلي :

* أن أفراد العينة عموما يعانون من مشاعر اكتئاب متوسطة وقد كان المتوسط الحسابي لإستجاباتهم على القائمة (19.2)مع الانحراف المعياري (9.1).

* كان هناك (29%) من أفراد العينة اظهروا مستوى مرتفع من الإكتئاب .

وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مدى انتشار الإكتئاب النفسي لدى أفراد العينة تعزى إلى متغيرالجنس ، وذلك لصالح الاناث .

* وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مدى انتشار الإكتئاب النفسي تعزى إلى المنطقة الجغرافية وذلك لصالح طلبة منطقتي الشمال والجنوب.

وكذا دراسة **روزل واكين وباريت (Rosal,Ockene, & Barrett ,1997)** لبيان مدى انتشار الإكتئاب لدى طلبة السنوات الاولى والثانية والرابعة بكلية الطب في جامعة شيكاغو وتكونت عينة الدراسة (99) طالبا و طالبة و تم استخدام مقياس الإكتئاب وأشارت النتائج إلى أن نسبة انتشار طالبا من الاكتئاب بين طلبة السنة الاولي تصل الي(18 %) وترتفع لتصل الي(39 %) لدي طلبة السنة الثانية، في حين تهبط قليل لتصل الي (31 %) لدي طلبة السنة الرابعة ، ولم تكن هناك فروق ذات دلالات إحصائية بين الذكور والاناث في مستوي الإكتئاب لدي طلبة السنة الاولي، بينما كان مستوي الاناث أعلي بشكل دال من مستوى الإكتئاب لدي الذكور بنسبة لطلبة السنتين الثانية ورابعة.

5 ـ أسباب الإكتئاب :

على الرغم من صعوبة الكشف عن أسباب الإكتئاب لأنها قد اختلفت الآراء والنظريات حول أسباب ظهورها حيث يكون من صعب تحديد سبب محدد لذلك

5 ـ 1 ـ عوامل النفسية : من عوامل النفسية الهامة ما يحدث في فترة الطفولة من خبرات مؤلمة حيث تولد هذه الصدمات نوعا من الحساسية النفسية لظهور الاضطراب النفسي فيما بعد ، وكذلك الإحباط الذي

يعاني منه الطالب نتيجة لإدراكه وجود خلل يعيق تحقيق رغباته وتكون استجابة لذلك بحيث يشعر الطالب بخيبة أمل وما يميز بين الطلبة هو أساليب ردود أفعالهم واستجاباتهم وأنماط سلوكهم نحو تلك المواقف ، فالكل فرد استعداده النفسي لتحمل المصاعب اذ الطالب لديه حيل للدفاع عن النفس الذي يسببها الصراع النفسي .**(الشربيني ، ب س،ص 44-43)**

الحزن الشديد الصدمة النفسية الناجمة عن إصابة ببعض الأمراض" "

5 ـ 2 ـ الناحية الاجتماعية : إن عوامل مثل الضغوط قد تكون ذات علاقة بالإصابة الإكتئاب،هذه الضغوط قد تتضمن فقدان أحد الوالدين أو شخص مهم في حياة الفرد وقد تشمل أمورا مثل إخفاق الفرد في علاقات مثل الحب، والزواج، أو فشل في التحصيل الدراسي **(مرعي ، 2018،ص 43)**.

5 ـ 3 ـ العوامل الوراثية : يرى معظم الأسباب المؤدية إلى الاكتئاب ترجع إلى تأثير العوامل الاجتماعية والنفسية أكثر من وراثية وتقرر منضمة الصحة العالمية إن نسبة انتشاره 3بالمئة بين السكان وفي الأقارب 11بالمئة وبين الأشقاء بنسبة 23بالمئة والغير الأشقاء بالنسبة (17%) أما الطريقة التي تنقل بها الوراثة فما زالت غير معروفة وتعمل بعض مراحل العمر كالعامل سبب للمرض. **(الجبوري ، 2010، ص30)**.

5 ـ 4 ـ العوامل البيئية : والتي تلعب البيئة الأسرية والتربوية دورا كبيرا في ردود الفعل الانفعالية للطالب كما يلعب فقدان المكانة الاجتماعية وغياب الدر الاجتماعي دورا في تشخيص حالات الاكتئاب فكلما كان الطالب مع البيئة الأسرية كل ما قل الاكتئاب لديه .

وأخيرا نلاحظ أن الاكتئاب عدة عوامل وأسباب سوءا من الناحية النفسية أو الوراثية والبيئية والاجتماعية فكل هذه الأسباب يمكن أن تؤدي الى الاكتئاب مما تسبب لدى الطالب الجامعي صراعات وضغوطات تعيق حياته وتفقد نشاطه وحيويته .

إذا العلماء في جميع أنحاء البلاد يدرسون أسباب الاكتئاب. تشير الأبحاث إلى أن مجموعة من العوامل الوراثية والبيولوجية والبيئية والنفسية تلعب دورًا في الاكتئاب.

ويمكن أن يحدث الاكتئاب مع أمراض خطيرة أخرى ، مثل مرض السكري والسرطان وأمراض القلب ومرض باركنسون. الاكتئاب يمكن أن يجعل هذه الظروف أسوأ والعكس صحيح. في بعض الأحيان قد تسبب الأدوية التي يتم تناولها لهذه الأمراض آثارًا جانبية تساهم في أعراض الاكتئاب

6 ـ تصنيف الاكتئاب :

توجد العديد من التصنيفات المختلفة للاكتئاب ويرجع هذا الاختلاف والتباين الى تباين الخلفيات وتوجهات النظريةة للعلماء فهناك من العلماء من ينضر الاكتئاب في شدته الى ثلاثة مستويات هي :

بسيط ، متوسط ، شديد

6 ـ 1 ـ تصنيف الاكتئاب في ضوء الشدة :

6 ـ 1 ـ 1 ـ نوبة اكتئابية طفيفة أو خفيفة الشدة :

وهي الأقرب إلى عسر المزاج ، ويكون المزاج الاكتئابي أو متلازمة الاكتئاب فيها أمرا مؤكدا حيث يشعر المرء بالهم وفقدان الاهتمام كما ينتابه الإحساس بالتعب وغالبا ما يكون المريض قادرا على المواجهة مطالب الحياة اليومية ولكن بصعوبة ويلاحظ في هذه النوبة غياب سمات الهياج والأوهام و الأفكار الانتحارية كما يلاحظ أنها ربما قد تنشأ لظروف واقعية عارضة أو لظروف نفسية غالبا ما تزول أثارها دون خدمة طبية نفسية متخصصة .

6 ـ 1 ـ 2 ـ نوبة اكتئابية شديدة بدون أعراض ذهانية :

وتكون مصحوبة بهياج ملحوظ و أوهام اكتئابية ، و أفكار انتحارية وكذلك بالاضطراب الأداء الاجتماعي أو تعطله تماما ويستخدم في تشخيصها أيضا ضرورة استمرارها لدى المرء لمدة أسبوعين على أقل .

6 ـ 1 ـ 3 ـ نوبة اكتئابية حادة مع أعراض الذهانية :

ويطلق عليها أيضا اكتئاب ذهاني ، وذهان اكتئابي تفاعلي وهي مثل النوبة السابقة إلا أنها تتضمن أطوارا حادة وذهانية وهلاوس وبطئ نفسي حركي قد يتطور إلى حالة من السمات ، الاضراب عن الطعام وهياج يصعب السيطرة عليه أو أعمال اندفاعية انتحارية وهو ما يطلق عليه السوداوية الفجائية .

تصنيف الاكتئاب وفقا لدليل الإحصائي والتشخيصي في طبعته الرابعة

6 ـ 1 ـ 4 ـ النوبة الاكتئابية الجسيمة (العضمى):

وجود خمسة أعراض أو أكثر من الأعراض التالية والتي تمثل تغير عن الأداء الوضيفي السابق على أن يكون واحد من الأعراض على أقل اما مزاج منخفض أو فقد الاهتمام بالمتعة .

- فقد الوزن البارز بغياب الحمية عن الطعام أو كسب وزن .
- ارق أو فر نوم كل يوم .
- تعب أو فقد الطاقة كل يوم تقريبا .
- انخفاض القدرة على تركيز أو عدم الحسم .
- انخفاض واضح في الاهتمام أو الاستماع في كل الأنشطة أو معضمها .

6 ـ 1 ـ 5 ـ النوبة الهوسية : يسمى الاكتئاب الهوسي ، بحالات مزاجية تتحول من ارتفاعات شديدة (هوس) أو ارتفاعات خفيفة (هوس خفيف) إلى قيعان شديدة (اكتئاب). تستمر نوبات المزاج المرتبطة بالاضطراب من أيام إلى أسابيع أو أطول وقد تكون مثيرة تترافق التغييرات الشديدة في السلوك مع التغيرات المزاجية فهي فترة محددة يك ـون فيها الم ـزاج وبصورة شاذة ومتواصلة مرتفعا أو مستثارا حيث يستمر لمدة أسبوع على الأقل .

إذا استمرت أثناء فترة الاضطراب المزاج ثلاث أعراض أو أكثر من الأعراض التالية :

- تضخم تقدير الذات أو العظمة .

- انخفاض الحاجة إلى النوم .

- الثرثرة أكثر من المعتاد أو الضغط لاستمرار في كلام .

- تطاير الأفكار أو الخبرة الشخصية بتسابق الأفكار .

- لا تحقق الأعراض المعايير النوبة المختلطة .

- اضطراب المزاج يكون شديدا بما يكفي ليسبب اختلافا صريحا وفي الأداء المهني أو في الأنشطة الاجتماعية المعتادة.

6 ـ 1 ـ 6 ـ النوبة المختلطة :

- تتحقق معايير كل النوبة الهوسية والنوبة الاكتئابية الجسيمة (باستثناء المدة)كل يوم تقريبا لمدة أسبوع على أقل .

- يكون اضطراب المزاج من شدة بما يكفي ليسبب اختلالا صريحا في الأداء المهني أو في الأنشطة الاجتماعية المعتادة في العلاقات مع الأخرين

- لا تنجم الأعراض عن التأثيرات فيزيولوجية مباشرة لمادة أو عن حالة طبية عامة .

6 ـ 1 ـ 7 ـ اضطرابات ثنائي القطب 1 : وضحت ستة مجموعات معيارية لاضطراب ثنائي القطب (1)

- نوبة الهوس الوحيدة .

- نوبة الحديثة للهوس الخفيف

- نوبة حديثة الهوس .

- نوبة الحديثة المختلطة .

- النوبة الحديثة للاكتئاب .

- النوبة الحديثة غير محددة .

ويستخدم مصطلح الاضطراب ثنائي القطب بنوبة هوسية وحيدة لوصف الأشخاص الذين يحدث لديهم أول نوبة هوسية ، أما الحديثة عند الأشخاص الذين يحدث لديهم نوبات مزاجية معاودة .

6 ـ 1 ـ 8 ـ الاضطراب ثنائي القطب (2): ويشمل على عدد من نوبات الاكتئاب وعدد من نوبات الهوس .

6 ـ 1 ـ 9 ـ الاضطراب ثنائي القطب غير محدد :

تتضمن هذه الفئة الاضطرابات ذات المظاهر الثنائية القطب والتي لا تحقق المعايير أي من الاضطرابات ثنائية القطب النوعية ، كما نجد تحول سريع بين الهوس والاكتئاب في اليوم الواحد أو دورية الهوس الخفيف من غير أعراض اكتئابية (**تغزة ،2014ص،49-53**).

7 ـ تشخيص الاكتئاب :

يأخذ العاملون بحقل الصحة النفسية و العلاج النفسي طريقتين في تشخيص الاكتئاب:

7 ـ 1 ـ طريقة الفحص النفسي العيادي :

"وتتم بالتقاء المعالج بالمتعالج وجها لوجه ويتم من خلاله أن يسأله بطريقة منهجية منظمة عن مختلف الظروف الاجتماعية النفسية والطبية التي شكا منها ويحاول الطبيب نفسي خلال هذا الفحص أن يضع تشخيص المناسب للحالة بما يتوفر لديه من خبرة وأدلة التشخيصية للأمراض النفسية والعقلية ومن أمثلة الدليل الإحصائي والتشخيصي الرابع " (**عبد الستار،1988 ،ص68**)

ويشخص الاكتئاب الأساسي كما يلي : وجود خمسة أعراض أو أكثر من الأعراض التالية خلال فترة الأسبوعية وتمثل تغير في الأداء الوظيفي السابق على أن يكون من بينها واحد على اقل من مزاج مكتئب أو فقدان الرغبة أو متعة

- مزاج منخفض طيلة اليوم يفصح عنه المفحوص اما بتقرير شخصي أو بالملاحظة الآخرين .
- انخفاض ملحوظ في اهتمامات أو فقدان المتعة بكل أو أغالب الأنشطة طوال اليوم .

- نقص أو زيادة في الوزن .

- أرق أو زيادة في نوم

- تعب أو فقدان الطاقة كل يوم تقريبا .

- تكرار فكرة الموت أو تكرار الأفكار الانتحارية دون خطة محددة للانتحار .

إن هذه الأعراض تسبب انزعاجا عياديا أو ضعفا في الأداء الوضيفي إجتماعيا أو مهنيا أو في المجلات الأخرى كما أن هذه الأعراض لا تحقق معايير النوبة المختلطة .

7 ـ 2 ـ الطريقة السيكومترية : تكون بإستخدام مقاييس نفسية ، سلوكية ، موضوعية متميزة بدرجة من الصدق والثبات حيث تساعد على إكتشاف مؤشرات الحالة الاكتئابية من بين هذه المقاييس :

أ- مقياس هاملتون للإكتئاب : من أكثر المقاييس مستخدمة من قبل الفاحص ويشير " جيلدر1969)أن هذا المقياس يقيس شدة حالة الاكتئابية أكثر ما يقيس به الأعراض .

ب- المقياس العام للإكتئاب : يرى هوتزنجروبيلر (1997) بأنه مقياس لتقويم الذاتي يتضمن الأسئلة وجود أعراض اكتئابية مثل عدم الثقة والتعب وفقدان الأمل ومدى تاثير الناجم عن الانفعالات الاكتئابية ويعد مقياسا عمليا بسبب إختصاره للوقت والتكاليف .

ج- **قائمة بيك للإكتئاب :** يعد من المقاييس واسعة الانتشار في علم النفس العيادي والطب النفسي، ويستخدم بنجاح منذ اكثر من ثلاثين سنة بوصفه أداة للتقويم الذاتي لتحديد أعراض الاكتئاب وشدتها . لذا اعتمدت هذه القائمة في الدراسة الحالية لما لها من مميزات إكلينيكية وسيكومترية وفي ما يلي نظريات التي تناولت وفسرت الاكتئاب(**بن دهنون ،2017، ص75)**

8- علاج الاكتئاب :

لخطوة الأولى في الحصول على العلاج المناسب هي زيارة مقدم رعاية صحية أو أخصائي صحة نفسية ، مثل طبيب نفسي أو طبيب نفسي. يمكن لمقدم الرعاية الصحية الخاص بك إجراء فحص ومقابلة

واختبارات معملية لاستبعاد الحالات الصحية الأخرى التي قد تكون لها نفس أعراض الاكتئاب. بمجرد التشخيص ، يمكن علاج الاكتئاب بالأدوية أو العلاج النفسي أو مزيج من الاثنين. إذا لم تقلل هذه العلاجات من الأعراض ، فقد يكون العلاج بتحفيز الدماغ خيارًا علاجيًا آخر لاستكشافه أدوية يمكن أن تعمل الأدوية التي تسمى مضادات الاكتئاب بشكل جيد لعلاج الاكتئاب فهناك عدد كبير من مضادات الاكتئاب – لها دور في العديد من أنواع الاكتئاب وتختلف في فعاليتها عبر حالات الاكتئاب البيولوجية.. يمكن أن تستغرق من 2 إلى 4 أسابيع للعمل. يمكن أن يكون لمضادات الاكتئاب آثار جانبية ، ولكن قد تقل العديد من الآثار الجانبية بمرور الوقت. تحدث إلى مقدم الرعاية الصحية الخاص بك عن أي آثار جانبية لديك. لا تتوقف عن تناول مضادات الاكتئاب الخاصة بك دون التحدث إلى مقدم الرعاية الصحية الخاص بك

العلاج النفسي يساعد من خلال تعليم طرق جديدة في التفكير والتصرف ، وتغيير العادات التي قد تساهم في الاكتئاب. يمكن أن يساعدك العلاج على فهم العلاقات الصعبة أو المواقف الصعبة والعمل عليها والتي قد تسبب لك الاكتئاب أو تزيده سوءًا

علاجات تحفيز الدماغ قد يكون العلاج بالصدمات الكهربائية (ECT) وعلاجات تحفيز الدماغ الأخرى خيارًا للأشخاص الذين يعانون من الاكتئاب الحاد الذين لا يستجيبون للأدوية المضادة للاكتئاب. العلاج بالصدمات الكهربائية هو أفضل علاج لتحفيز الدماغ مدروس ولديه أطول تاريخ في الاستخدام. علاجات التحفيز الأخرى التي تمت مناقشتها هنا هي أحدث ، وفي بعض الحالات لا تزال طرق تجريبية. لمزيد من المعلومات حول خيارات العلاج هذه ،..(**Joanna Saisan 2019 p13**)

ـ خلاصة :

مع التقدم العلمي أسفر في التغلب على مشكلة الاكتئاب لكن رغم ذلك نقول أن الطريق لازال طويلا للوصول إلى حل حاسم لهذه المشكلة ولا تزال مسيرة العلم مستمرة دون توقف لتحقيق تقدم في المعركة مع الاضطرابات النفسية التي تصيب الإنسان وتؤثر على حياته وهذه المعركة ، كما رأينا قديمة قدم الإنسان ولا تزال مستمرة الى يومنا هذا .

الفصل الثالث

الاغتراب النفسي

تمهيد

1. **تعريف الاغتراب**
2. **النظريات المفسرة للاغتراب النفسي**
3. **أبعاد الاغتراب النفسي**
4. **مراحل الاغتراب النفسي**
5. **أسباب الاغتراب النفسي**
6. **أشكال الإغتراب النفسي**

ـ خلاصة

تمهيد :

إن ظاهرة الاغتراب ليست وليدة هذا العصر، بل هي قديمة قدم الوجود الإنساني ، وتعتبر ميدان بحث مشترك للعلوم الإنسانية جميعا ، فهي ظاهرة متعددة الأبعاد تزداد حدتها ومجال انتشارها كلما توفرت العوامل والأسباب المهيأة لها، حيث خرجت هذه الظاهرة من نطاق الحالات الفردية، لتصبح إحدى السمات المميزة للعصر الحالي.

1- تعريف الاغتراب :

1 ـ 1 ـ المفهوم اللغوي للإغتراب :

استخدمت كلمة الاغتراب في اللغة العربية ضمن سياقات عديدة ومتنوعة ، فقد جاءفي مختار الصحاح للشيخ الإمام "محمد بن أبي بكر عبد القادر الرازي(1992) ما يأتي . : غ .ر،ب ، الغربة الاغتراب تقول: (تغرب واغترب) بمعنى فهو (غريب) (وغرب) والجمع (الغرباء)، والغرباء أيضا الأباعد. **(الرازي ، 1992 ، ص223)**

واغترب فلان إذا تزوج إلى غير أقاربه وفي الحديث الشريفي اغتربوا اوالتغريب النفي عن البلد.

(الرازي ، الصحاح ، 1997م،ص 470-471)

1 ـ 2 ـ الاغتراب في اللغة اللاتينية:

وكلمة " اغتراب " أو " غربة ،" هو الكلمة الانجليزية " Alienation " والكلمة الفرنسية" Aliénation " ، وفي الألمانية " Entfremdung " ، وقد اشتقت كل من الكلمة الانجليزية والفرنسية أصلها من الكلمة اللاتينية" Alienatio " ، وهي اسم مستمد من الفعل اللاتيني " alienare " والذي يعني نقل ملكية شيء ما إلى ألخ ، أو يعني الانتزاع أو الإزالة **(خليفة: 2005، ص ص8-9)**

1 ــ 3 ــ المفهوم الاصطلاحي للاغتراب :

الاغتراب ظاهرة إنسانية عامة تحمل في طياتها الجانب الإيجابي والجانب السلبي موجودة في كثير من المجتمعات بغض النظر عن النظم والإيدولوجيات ، والمستوى الاقتصادي والتقدم المادي والتكنولوجي للإنسان فهو المخلوق الوحيد الذي يستطيع أن ينفصل عن نفسه وقد ينفصل عن مجتمعة أو عالمه، وقد يعيش الإنسان الاغتراب ويكابده بصفته جزء من حياته، ومكونا من مكوناته النفسية والاجتماعية والوجدانية دون أن يعي أنه يعيش حالة من الاغتراب النفسي و انه منفصل عن ذاته ومجتمعه(**نوفل ، 2016 ، ص 44**)

كذلك عرض شاخت (1995) الاغتراب أبعاد الشيء ما ليصبح غريبا عن صاحبه بمعناه التعلق والانتماء إلى شخص أخر" (**سنان ، 1423، ص13**).

فللاغتراب عند " **شا ح ت** " بمعنى الانفصال : ويصف هذا الاستعمال والمعنى تلك الحالات الناتجة عن الانفصال الحتمي المعرفي لكايانات أو عناصر معينه في الواقع الحياة . يضاف إلى ذلك أنه مع هذا الانفصال كثيرا ما تنشأ حالة التوتر بين الأجزاء المنفصلة ، وقد برز هذا المعنى في كتابات هيجل باعتبار لكون في نضره مكونا من أجزاء منفصلة ومتناثرة ومتفاعلة ولكنها متكاملة.

الاغتراب بمعنى الانتقال : عندما يربط الاغتراب بعملية التخلي عن حق من حقوق القاعدية فانه سيكتسب معنى مختلفا عن معناه السابق .

ويثير هذا المعنى جانبا في الاغتراب يتجسد نتيجة لوعي الفرد بوجود الآخرين فنضرت الفرد للأخرين كشيء مستقل عن نفسه بصرف النضر عن طبيعة العلاقات التي تربطه بهم (**الجماعي ، 2010ص 52**)

كما يعرف على أنه " وعي الفرد أبا لصراع القائم بين ذاته وبين البيئة المحيطة له بصورة تتجسد في الشعور بعدم الانتماء والسخط والقلق وما يصاحب ذلك من سلوك إيجابي أو الشعور بفقدان المعنى واللامبالاة ومركزية الذات والانعزال الاجتماعي وما يصاحبه من أعراض إكلينيكية. (**حافظ 1981، ص،31**)

وأضاف " كباجة " بأن الاغتراب هو إنفصام أو إنفصال الفرد عن الأنا الواقعية بسبب الانغماس في التجديدات وضرورة التطابق مع رغبات الآخرين ومطالب المؤسسات الاجتماعية وهو مصطلح قديم بمعنى ذوبان الذات مع الآخرين ، ولكنه يشير الآن إلى معايير متعددة منها الاغتراب عن النفس أو عن الذات الحقيقة حيث يتصور الإنسان انه ليس صانع لأعماله ،وإنما هي أعمال الآخرين .**(كباجة ، 2015، ص45)**

واقترب من ذلك كثيرا **(فروم :1973)** " على أنه شكل من أشكال الخبرة يمارسها الإنسان ويشعر فيها بأنه غريب عن ذاته ، ولا يجد نفسه كمركز لعالمه ، كالخالق لأفعاله وإنتاجه وإنما أفعاله هي التي تصبح لها السيادة ، وعليه أن يطيعها أو يعبدها أحيانا **(كباجة ، 2015، ص45)**

كما عرف " **كارن هورني**" الاغتراب بأنه: يقوم على فكرة هي أن الأنا الحقيقية هي المركز الشخصي للإنسان والتي بفضلها يحقق التطور الفردي ، أما الأنا المثالية فهي ما ينبغي أن تكون عليه الشخصية طبقا لرغباتها وتخيلاتها غير أن الإنسان عندما تشتد عليه صراعاته الداخلية ويستعصي حلها فانه يخلع على ذاته الحقيقة صورة مثالية تكون بديل لأفكار الحقيقية . وعندما يتقبل الإنسان هذه الصورة المثالية و يتمثلها كبديل واقع لحل الصراعات القائمة داخل الشخصية فإنها تؤثر عليه وتسيطر على كل قواته وطموحاته . وهذا بالتالي يؤدي الى الاغتراب الذاتي للشخصية وفقدان السيطرة لعالمه الداخلي وتجرده من شخصية وفقدان الإنسان لعالمه العالمي وتجرده من شخصيته . وينشأ ذلك عندما يكون الفرد صورة مثالية لذاته يبلغ اختلافها عما هو عليه في الواقع حدا كبيرا يترتب عليه فجوة بين صورته المثالية وذاته الحقيقية وتؤدي هذه الفجوة إلى تمزق الذات الحقيقية وإحساس الإنسان بالاغتراب **(الشاذلي ، 2008، ص13)**.

كما أشار كذلك "**ابن ماجه** " " الإغتراب بأنه الإنسان الفاضل الذي يعيش في مدينه غير فاضلة، ومهما زاد عدد الفاضلين في المجتمع الواحد فإنهم لا يكونوا سوى قلة قليلة بسميهم النوابت ، أي النبات الذي ينمو من تلقاء نفسه حتى لو كان متحدبا لعناصر بيئته لأنهم وان كانوا أوطانهم وبين أترابهم وجيرانهم فهم غرباء في أرائهم فقد سافرو بأفكارهم الى مراتب أخرى هي لهم كالأوطان " **(مدوخ، 2006، ص13)**

إلا أن " العاسمي" عرف الاغتراب النفسي على أنه "شعور الفرد بانفصاله عن ذاته ، أو عن مجتمعه أو كليهما ، بمعنى أخر شعور الفرد بأن ذاته ليست واقعية ، أو تحويل طاقاته وشعوره بعيدا عن ذاته الواقعية " **(العاسمي ،2002 ،ص 152)**.

ولهذا لاقى الاغتراب النفسي اهتماما كبيرا عند علماء النفس والتربية والاجتماع، وذلك أن الاغتراب ظاهرة تاريخية تضرب بجذورها في الوجود الإنساني منذ خلق أدم عليه سلام وصفة مميزة له ، ومع تقدم الحضاري والتكنولوجي أصبح اغتراب الفرد عن ذاته أو مجتمعه صفة من صفات هذا العصر.

وما يمكن ملاحظته من جملة التعاريف التي أشرنا إليها إلى أن مجالات الباحثين قد طغت على تعاريفهم لمفهوم الإغتراب على أنه شعور الفرد بإنفصاله عن ذاته و عن قيمه و مبادئه و أهدافه مما ينعكس عليه بإحساسه بعدم الفعالية بسبب نقص مجموعة من العوامل تتعلق بالبنية المعرفية والمعارف المكتسبة و مجموعة من السلوكات ، مما يؤدي الشعور باللامعنى و اللامعيارية و العجز و العزلة الإجتماعية و شعور باليأس و فقدان الثقة في ذاته .

2- النظريات المفسرة للاغتراب النفسي :

2 ـ 1 ـ نظرية التحليل النفسي :

يرى فرويد بأن الاغتراب هو الأثر الناتج عن الحضارة من حيث أن الحضارة التي أوجدها الفرد جاءت متعاكسة ومتعارضة مع تحقيق أهدافه ورغباته وما يصبو إليه .

وهذا يعني في نضر فرويد أن الاغتراب ينشأ نتيجة الصراع بين الذات وضوابط المدنية أو الحضارة حيث تتولد عند الفرد مشاعر القلق والضيق عند مواجهة الضغوط الحضارية بما تحمل من تعاليم وتعقيدات مختلفة وهذا بالتالي يدفع الفرد إلى اللجوء إلى الكبت كآلية دفاعية تلجأ إليها الأنا كحل للصراع الناشئ بين رغبات الفرد وأحلامه وبين تقاليد المجتمع وضوابطه ومن الطبيعي أن يكون هذا حلا واهنا تلجأ اليه الأنا مما

قد يؤدي الى المزيد من الشعور بالقلق و الاغتراب لذا فان فرويد يعتقد بأن الحضارة قامت على حساب مبدأ اللذة ولم تقدم للإنسان سوى الاغتراب (**عدائكة ، 2011، ص22**).

أما **فروم** والذي يعتبر أبو الاغتراب في التحليل النفسي المعاصر فانه يتناول الاغتراب بطرق مختلفة والتي يمكن إيجازها بالانفصال عن الطبيعة التي تصاحب سيطرة الإنسان عليها طابع يختلف عن طابع الانفصال الذي يصاحب ظهور وعي الذات وافتقاد القدرة على ربط الفرد بطبيعته وأخيرا محاولة إيجاد مرة أخرى التناقص مع الطبيعة بالنكوص إلى شكل قبل إنساني للوجود يفضي على صفاته الإنسانية الخاصة ويعتقد أن أحد جوانب عملية التفرد تتمثل في أن الفرد يصبح كيانا واعيا منفصلا عن الآخرين و أنه من الممكن تماما لمن أصبح يعي بانفصاله عن الآخرين أن يجد روابط جديدة مع رفاقه من الناس لتحل محل تلك الروابط القديمة التي كانت تنظم من قبل الغرائز (**شاخت ،1980، ص 39**).

2 ـ 2 ـ نظرية السلوكية :

تفسر النظرية السلوكية المشكلات السلوكية بانها أنماط من الاستجابة الخاطئة أو الغير السوية المتعلمة بارتباطها بمثيرات منفردة ، ويحتفظ بها الفرد لفاعليتها في تجنب المواقف او الخبرات الغير مرغوبة والفرد وفقا لهذه النظرية يشعر بالاغتراب عن ذاته عندما ينصاع وينمج بين الآخرين بلا رأي أو فكر محدد حتى لا يفقد التواصل معهم ، وبدلا من ذلك يفقد تواصله مع ذاته (**عبد الله ،2008،ص49-50**).

2 ـ 3 ـ نظرية الذات :

بحيث يعرف **حامد زهران** مفهوم الذات بأنه " تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات التقيمية الخاصة بالذات ، يبلوره الفرد ويعتبره تعريفا نفسيا لذاته " (**زهران ، 2004، ص 106**).

2 ـ 4 ـ نظرية السمات :

من أهم سمات هذه النظرية تركيزها على العوامل المحددة التي تفسر السلوك البشري والتي تمكن من تحديد سمات الشخصية ، وسمات الشخصية مرتفعي الإغتراب يتميزون من عدد من السمات من أهمها التمركز حول الذات وعدم الثقة والقلق والتشاؤم والوحدة النفسية والشعور بفدان القدرة على التحكم والاضطرابات في هوية الفرد ، ونقص العلاقات الصادقة مع الآخرين وعدم القدرة على إيجاد تواصل بين الماضي والحاضر ، وعدم إنسجام بين الفرد والأجيال السابقة **(حج ، 2019، ص20)**.

2 ـ 5 ـ نظرية المجال :

ترى هذه النظرية أنه عند التصدي للإضطربات و المشكلات النفسية المرتبطة بالإضطرابات والمسببة له ، وكذلك الخصائص الحياة الخاصة بالعميل في زمن حدوث الاضطرابات بالإضافة إلى أسباب إضطرابه شخصيا و بيئيا مثل الاحباطات و العوائق المادية .

ويرى حامد عبد السلام زهران أن الحوافز النفسية والتي تتحول دون تحقيق هدف للفرد والصراعات ما قد يصاحبها من غضب أو إحجام على هذا فإن الإغتراب ليس ناتج من عوامل الداخلية فقط بل إلى العوامل الخارجية والتي تتضمن بذاتها سرعة التغيرات البيئية والإتجاه نحو هذه التغيرات والعوامل **(بورويس، 2014،ص 41)**

3- أبعاد الاغتراب النفسي: يتضمن مفهوم الاغتراب عددا من المضامين أو العناصر أو أبعاد مثل :

أ - العصيان أو التمرد: بحيث يشعر الفرد بالرفض لكل ما حوله من نضم سياسية واجتماعية .

ب- الانعزال أو الانفصال أو حالة العزلة والانتماء: هو إحساس الفرد بعدم الانتماء بمن حوله .

ج- القلق: هو حالة من عدم الارتياح والخوف من الخطر الغامض الغير معروف .

د- تمركز حول الذات : و يتمثل في نظرة الفرد للبيئة الإجتماعية من خلال وجهة نظر ذاته ، دون الإهتمام بوجهة نظر الآخرين ، و كلما زاد تركيز الشخص حول ذاته كلما قلت تفاعلاته مع الآخرين و كلما زادت احتمالات تكوينه إطار مرجعي خاص بذاته ، كما هو انشغال الفرد بذاته و أحواله انشغالا لا يتيح له الفرصة لمشاركة الآخرين .

هـ - اللامعنى : لا يوجد شيء في هذه الدنيا يمكن أن يساعد على البقاء حتى في أسوء الظروف مثل معرفته بأن هناك معنى و هدفا لحياته ، و يقصد باللامعنى إحساس الفرد بأن وجوده في حياة غير ذي معنى أو هدف يسعى لتحقيقه (**العاسمي ،2002 ،ص 152**) .

4 - مراحل الاغتراب النفسي: تمر ظاهرة الاغتراب بثلاثة مراحل

4 ـ 1 ـ مرحلة التهيئ للاغتراب :

وهي مرحلة التي تتعارض فيها مفهوم فقدان السيطرة ببعديه المتمثلين في سلب المعرفة وسلب الحرية ، ومفهومي فقدان المعنى واللامعيارية على التعاقب ،. فعندما يشعر المرء بالعجز أو الفقدان السيطرة على حياة المواقف الاجتماعية فلا بد أن تساوي معاني الأشياء لديه ، بل وأن تفقد الأشياء معانيها أيضا وتبعا لذلك فلا معايير تحكمه ولا قواعد يمكن أن ينهي اليها

4 ـ 2 ـ مرحلة الرفض والنفور الثقافي :

وهي المرحلة التي تتعارض فيها اختيارات الفرد مع الأحداث والتطلعات الثقافية، وهناك تناقض ثقافي بين ما هو واقعي وما هو مثالي وما يترتب عليه من صراع الأهداف ، في هذه المرحلة يكون الفرد معزولا عن المستويين العاطفي والمعرفي عن رفاقه ، إذ ينضر إليهم بوصفهم غرباء وعند هذه النقطة يكون مهيأ للدخول في المرحلة الثالثة .

4 ـ 3 ـ مرحلة التكيف المغترب :

أو العزلة الاجتماعية ، بأبعادها المتمثلة في الإيجابية بصورتيها المتمثلتين في المجاراة المغتربة والتمرد والثورة ، والسلبية بصورها المتعددة التي يعكسها الانسحاب والعزلة في هذه لمرحلة يحاول مع المواقف بالاندماج الكامل والمسايرة ، والخضوع لكل موقف رافض الأهداف الثقافي ويكون المرء في هذه الحالة يقف بإحدى قدميه داخل النسق الاجتماعي وبالأخرى خارجه **(نوفل ،2016 ص 59)**.

5 ـ أسباب الاغتراب النفسي : يعود الاغتراب النفسي إلى عدة أسباب نفسية وأخرى اجتماعية وهي كالأتي :

5 ـ 1 ـ أسباب نفسية : وتتمثل في :

* **الصراع:** بين الدوافع والرغبات المتعارضة وبين الحاجات التي لا يمكن اشباعها في وقت واحد مما يؤدي إلى التوتر الانفعالي.

* **الإحباط:** حيث تعاق الرغبة الأساسية أو الحوافز أو مصالح خاصة بالفرد ، ويرتبط الإحباط بالشعور بخيبة أمل

***الحرمان:** حيث تقل فرصة التحقيق دوافع إشباع الحاجات كما في حالة حرمان من رعاية الوالدين .

* **الخبرات الصادمة :** وهذه الخبرات تحرك العوامل الأخرى المسببة للاغتراب مثل أزمات الاقتصادية والحروب .

5 ـ 2 ـ أسباب اجتماعية : وتتمثل في

* ضغوط البيئة الاجتماعية والفشل في مقابلة هذه الضغوط .

* اضطرابات التنشئة الاجتماعية حيث تسود في الأسرة والمدرسة والمجتمع .

* مشكلة الأقليات ، ونقص التفاعل الاجتماعي ، والاتجاهات الاجتماعية السالبة ، والمعاناة من خطر التعصب والتفرق في المعاملة ، سوء التوافق المهني

* سوء الأحوال الاقتصادية وصعوبة الحصول على الضروريات الحياة .

* تدهور نضام القيم وتصارع القيم بين الأجيال .

كما ترجع أسباب الاغتراب عند أريك فروم الى طبيعة المجتمع الحديث وسيطرة الألة وهيمنة التكنولوجيا الحديثة على الإنسان ، وسيطرة السلطة وهيمنة القيم والاتجاهات والأفكار التسلطية فحيث تكون السلطة والحظ على العدوان يكون اغتراب الإنسان.

كما ترجع كارين هورني أسباب الاغتراب الى الضغوط داخلية التي تواجهه.**(حج ، 2019ص 16.17)**.

- ويرجع كنستون (1964)الذي بحث عن أسباب الاغتراب لشباب الأمريكي ، وعدم اغتراب البعض الأخر، على الرغم من أن هؤلاء الطلبة معروفون أنهم يعيشون في مجتمع يتصف بالرفاهية في كل شي ، ويتمتعون بأفضل فرص تعليمية حيث تكونت عينة الدراسة من (211) طالبا من الجامعة هارفارد يمثلون مختلف التخصصات و في الأخير استنتج أن الشعور بعد الثقة هو المسبب للاغتراب النفسي فيشعر الطلبة بالقلق والعدوانية وكشفت الدراسة أن الطلبة الغير المغتربين يتصفون بالتكيف والاستقرار.

(دخان ، حذيق، 2016، ص50،51)

6 ــ أشكال الاغتراب النفسي :

6 ـ 1 ــ الاغتراب الذاتي : هو اضطراب في العلاقة التي تهدف الى توفيق بين مطالب الفرد وحاجاته ورغباته من ناحية وبين الواقع و أبعاده من ناحية أخرى .

6 ـ 2 ـ الاغتراب الاجتماعي : هو الشعور بعدم التفاعل بين ذات الفرد وذوات الآخرين ونقص المودة والألفة مع الآخري ـــ ن ، أي ضعف الروابط مع الآخرين و قلـــة ضعف الإحساس بالمودة و الألفة الإجتماعية معهـم ، و ينتج ذلك عن الرفض الإجتماعي الذي يعيش في ظله الانسان في افتقاد دائم للدفء العاطفي. **(النووي ،1979،ص 33)**

6 ـ 3 ـ الاغتراب السياسي : و هو شعور الفرد بالعجز إزاء المشاركة الإيجابية في الإنتخابات السياسية المعبرة بصدق عن رأي الجماهير ، و كذلك الشعور بالعزلة عن المشاركة الحقيقة الفعالة في صنع القرارات المصيرية المتعلقة بمصالحه و اليأس من المستقبل ، على اعتبار أن رأيه لا يسمعه لا يهتم به و لا يؤخذ به **(عبد المختار ،1998،ص66)**

6 ـ 4 ـ الاغتراب التعليمي : حيث أن الجامعة يندر أن يجد فيها الطالب أو الأستاذ وقتا متاحا لإقامة علاقات شخصية مع الأخر . ولا يجد ألاف الطلاب لما يتلقونه معنى أو مغزى ولكنهم يتلقون العلم ويكتسبون الثقافة اضطرارا **(عريف ، 2012ص10)**.

6 ـ 5 ـ الإغتراب النفسي : هو الحصيلة النهائية للإغتراب في أي شكل من أشكاله و أنه انتقال الصراع بين الذات و الموضوع الآخر من الحياة الخارجية إلى الحياة الداخلية في النفس الإنسانية ، فالإغتراب النفسي لا ينفصل عن أي نوع آخر من الإغتراب لأن شخصية الإنسان وحدة متكاملة في جوانبها البيولوجية و النفسية و الإجتماعية كما هي وحدة من العالم الذي يعيشه فيه الإنسان بكل أبعادها المختلفة ،هذا فضلا عن العالم بالنسبة للإنسان أمرا حيويا و ضروريا لوجوده **(زهران،2002،ص112)** .

ـ خلاصة :

إن الشعور بالإغتراب يعكس جانبا مهما يفتقد إليه هو الشعور بالإنتماء بل إنعدام الشعور بالمغزى الحياة فلم يعد لدى المرء دافعا إلى لكي يعيش حياته فكل أهدافه وطموحاته متوقفة عند حد معين ولا يمكن السير بعد هذا الحد نتيجة التغيرات الحاصلة في المجتمع والتي جعلت من الفرد يفقد معنى لحياته ويعيش وحيدا في هذا المجتمع الذي انعزل فيه.

الجانب الميداني

الفصل الرابع

إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد

أولا : الدراسة الاستطلاعية

1 . أهداف الدراسة الاستطلاعية

2 . وصف عينة الدراسة الاستطلاعية

3 . وصف أداتي الدراسة الاستطلاعية

4 . تقدير بعض الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة

ثانيا : الدراسة الأساسية :

1 . منهج الدراسة

2 . وصف عينة الدراسة الاستطلاعية

3 . وصف أداتي الدراسة الاستطلاعية

4. الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة

ـ تمهيد

بعدما تطرقنا في الفصول السابقة للجانب النظري الذي يعد الإطار المرجعي الأساسي للمتغيرات الدراسة سنتطرق في هذا الفصل إلى الإجراءات التطبيقية التي تعتبر حلقة وصل بين الجانب النظري والميداني وذلك من خلال التعرف على إجراءات الدراسة الاستطلاعية، والتي سنتطرق فيه إلى وصف العينة الاستطلاعية ثم الأدوات المستخدمة، ثم بعدها الخصائص السيكومترية التي تم اعتمادها للتأكد من صلاحية الأدوات، بعدها نتطرق للدراسة الأساسية والمنهج المتبع .

أولا: الدراسة الاستطلاعية :

إن الدراسة الاستطلاعية عنصر مهم لإجراء الدراسة الميدانية فهي تهدف إلى التحقق من ص لاحية أداة جمع البيانات وصلاحيتها للتطبيق من خلال الصدق والثبات .

1 ـ أهداف الدراسة الاستطلاعية :

1. التأكد من أن هناك مشكلة وظاهرة يمكن دراستها ويمكن عمل عليها وصياغتها.
2. التأكد من إمكانية إجراء الدراسة نضريا وتطبيقيا.
3. بناء تساؤلات الدراسة .
4. التعرف على مجتمع الدراسة وطبيعة العينة لتي يعتمد عليها البحث.
5. معرفة صعوبات البحث لضبطها وتحكم فيها .

2 ـ وصف عينة الدراسة الاستطلاعية:

إن اختبار عينة البحث يعد من الخطوات الضرورية لغرض إتمام العمل العلمي، إذ يتطلب من الباحث البحث عن عينة تتلاءم مع طبيعة عمله، وينسجم مع المشكلة المراد حلها، إضافة إلى كون هذه العينة تمثل

مجتمعها الأصلي أحسن تمثيل، حيث تتألف عينة الدراسة الاستطلاعية من (30) طالبة مقيمة بالأحياء الجامعية في جامعات ورقلة، تم اختيارهم بالطريقة العينة الميسرة .

لقد قمنا بزيارة استطلاعية إلى الإقامات الجامعية الخاصة بالإناث بجامعة ورقلة ، وهذا لغرض الحصول على عينة تنتمي إلى نفس المجتمع ، بعد أن تم الاتفاق مع المدير لإعطاء الوقت المخصص لتوزيع الاستبيانات.

3 ـ وصف أداتي الدراسة الاستطلاعية:

بناءا على طبيعة البيانات التي يراد جمعها، وعلى المنهج المتبع في الدراسة، ارتأينا أن الأداة الأكثر ملائمة لتحقيق أهداف الدراسة هي الاستبيان ، وعليه فقد اشتملت هذه الدراسة على أدا تين (استبيانين)، حيث تم الاعتماد على مقياس أعراض الاكتئاب النفسي لـ" محمد سعد حامد عثمان" ، ومقياس الاغتراب النفسي لـ " العقيلي " التي سيتم وصفهما بالتفصيل فيما يلي :

3 ـ 1 ــ مقياس أعراض الاكتئاب :

في هذه الدراسة تم الاعتماد على مقياس الاكتئاب " لمحمد سعد حامد عثمان" (2010)، ويعتبر هذا المقياس أحد أدوات التي تقيس مستوى الاكتئاب للطلبة الجامعيين ، الذي يتكون من (70) بند موزعة على أربعة أبعاد استقاهم الباحث من العديد من الدراسات والقراءات المختلفة حول الاكتئاب، والذي تم تقنينه من قبل " سناء عائشي " (2017) على عينة من الطلبة الجامعيين بجامعة قاصدي مرباح بورقلة، حيث تكون في صورته النهائية من (44) بند موزعة على أربعة أبعاد كما يلي :

- ✓ **البعد الوجداني :** تقيسه الفقرات التالية:1-5-8-11-23-27-31-35-38-40-42-44.
- ✓ **البعد المعرفي:** تقيسه الفقرات التالية:2-6-12-15-20-24-28-32-36-39-41-43.

- ✓ **البعد الاجتماعي:** تقيسه الفقرات التالية: 3 -9-13-16-18-21-25-29-33-37.
- ✓ **البعد الجسمي :** تقيسه الفقرات التالية: 4-7-10-14-17-19-22-26-30-34.

ـ ويصحح وفقا لتدرج ثلاثي البدائل: (موافق-أحيانا-غير موافق)، بمفتاح التصحيح الآتي :

- ✓ الفقرات الموجبة وفق الأوزان (1،2،3)
- ✓ الفقرات السالبة وفق الأوزان (3،2،1)

3 ـ 2 ـ مقياس الاغتراب النفسي :

استندت الباحثة للأداة التي أستخدمها " العقيلي " (2004) لقياس الاغتراب النفسي، والتي تم تقنينها من قبل " أشرف محمد حج إبراهيم" (2019) على عينة من الطلبة الجامعيين، حيث تكون مقياس الاغتراب النفسي في صورته النهائية من (48) بند موزع على سبعة أبعاد كما يلي :

- ✓ **فقدان الشعور بالانتماء :** تقيسه الفقرات التالية:1 -2-3-4-5-6.
- ✓ **قلة الالتزام بالمعايير:** تقيسه الفقرات التالية: 7-8-9-10-11-12-13.
- ✓ **العجز :** تقيسه الفقرات التالية: 14-15-16-17-18-19.
- ✓ **قلة الإحساس بالقيمة :** تقيسه الفقرات التالية: 20-21-22-23-24-25-26-27.
- ✓ **فقدان الهدف :** تقيسه الفقرات التالية: 28-29-30-31-32-33-34.
- ✓ **فقدان المعنى :** تقيسه الفقرات التالية: 35-36-37-38-39-40.
- ✓ **مركزية الذات :** تقيسه الفقرات التالية: 41-42-43-44-45-46-47-48.

ـ ويصحح وفقا لتدرج " ليكرت" الخماسي: (موافق بشدة -موافق- محايد – غير موافق – غير موافق بشدة)، بمفتاح التصحيح الآتي:

- ✓ الفقرات الموجبة وفق الأوزان (1,2,3,4,5)
- ✓ الفقرات السالبة وفق الأوزان (5,4,3,2,1)

ـ حيث تمثل الاتجاه الايجابي للاغتراب النفسي في الفقرات التالية :1-2-3-6-7-9-10-12-14-15-16-19-21-24-25-27-28-30-32-33-36-38-40-43-46-47-48.

ـ وتمثل الاتجاه السلبي للاغتراب النفسي في الفقرات التالية : 4-5-8-11-13-17-18-20-22-23-26-29-31-34-35-37-39-41-42-44-45.

4 ـ تقدير بعض الخصائص السيكومترية لأدوات الدراسة :

بعد القيام بدراسة استطلاعية تكونت من (30) طالبة مقيمة بالإحياء الجامعية بورقلة، وبعد تطبيق الأداتين وتصحيحهما، تم الاعتماد على صدق المقارنة الطرفية وصدق الاتساق الداخلي، ثبات الفاكرونباخ وثبات التجزئة النصفية، وفيما يلي شرح مفصل لتطبيقها .

4 ـ 1 ـ مقياس الاكتئاب :

4 ـ 1 ـ 1 ـ صدق المقارنة الطرفية:

تم حساب الصدق بطريقة المقارنة الطرفية لاختبار مدى قدرت الأداة على التمييز بين الفئة العليا والفئة الدنيا في السمة المراد قياسها لدى العينة الاستطلاعية المتكونة من (30) طالبة مقيمة بالأحياء الجامعية بورقلة، وبعد تطبيق الأداة وتصحيحها، وإعطاء درجات الأفراد تم ما يلي :

ـ ترتيب الدرجات من العليا إلى الدنيا، وأخذ نسبة (33% العليا)، ونسبة (33 % دنيا)، وحساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري للفئة العليا والدنيا، ثم حساب نسبة (ت) للعينتين بواسطة spss النسخة 25 حيث (ن1 =)10 و(ن2 = 10)، كما هو موضح في الجدول الموالي :

جدول رقم (1) يوضح: صدق المقارنة الطرفية لمقياس الاكتئاب

الفئة	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
العليا	10	96.70	14.01	6.69	18	دالة عند مستوى الدلالة 0.01
الدنيا	10	63.90	6.60			

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (1) نلاحظ أن المتوسط الحسابي للفئة العليا والمقدر بـ(96.70) وتنحرف عليه القيمة بدرجة (14.01)، بينما المتوسط الحسابي للفئة الدنيا المقدر بـ (63.90)، وانحراف معياري مقدر بـ(6.60)، ودرجة الحرية المقدرة بـ(18)، وقيمة "ت" المحسوبة بـ(6.69)، وهي قيمة دالة عند مستوى الدلالة (0.01)، وبذلك نعتبر أن مقياس الاكتئاب لدى الطلبة الجامعيين يتمتع بقدر عالي من الصدق ويمكن تطبيقه في الدراسة الأساسية.

4 ـ 1 ـ 2 ـ صدق الاتساق الداخلي:

تم حساب صدق الاتساق الداخلي من أجل معرفة أن بنود مقياس الاكتئاب مترابطة فيما بينها، وذلك من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية للمقياس.

جدول رقم (2) يوضح: صدق الاتساق الداخلي بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الاكتئاب

	البعد الوجداني	البعد المعرفي	البعد الاجتماعي	البعد الجسمي	الاتساق الكلي
البعد الوجداني	1				.79**
البعد المعرفي	.69**	1			.86**
البعد الاجتماعي	.43*	.57**	1		.82**
البعد الجسمي	.55**	.66**	.81**	1	.90**

** – دال عند مستوى الدلالة 0.01 * – دال عند مستوى الدلالة 0.05

يتضح من خلال النتائج في الجدول رقم (2) أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجات الأفراد على كل بعد ودرجاتهم على المقياس ككل (الدرجة الكلية) تنحصر بين (.79 ـ .90) وهي دالة عند مستوى الدلالة

(0.01)، كما توضح النتائج أن هناك ارتباط بين أبعاد المقياس فيما بينها، وهذا يشير إلى أن الأبعاد المكون للمقياس متناسقة ومتجانسة، مما يدل على أن المقياس يتمتع بدرجة عالية من صدق الاتساق الداخلي .

4 ـ 1 ـ 3 ـ الثبات :

يقصد بثبات الاختبار بأنه الاتساق في النتائج، أي يعتبر الاختبار ثابتا إذا حصلنا منه على النتائج نفسها لدى إعادة تطبيقه على الأفراد أنفسهم وفي ظل الظروف نفسها.**(إبراهيم،2000،ص42)**.

حيث تم إجراء خطوات الثبات على العينة الاستطلاعية نفسها بواسطة التجزئة النصفية، وبواسطة ألفا كرونباخ ، كما هي موضحة في الجدول الموالي

جدول رقم (3) يوضح : قيم معاملات الثبات لمقياس الاكتئاب

المتغيرات	عدد الفقرات	ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية	
			" ر" قبل التعديل	" ر" بعد التعديل
الاكتئاب	44	.91	.66	.80

من خلال الجدول رقم (3) نلاحظ أن قيم معامل الثبات باستخدام الفاكرونباخ كانت مرتفعة، وكانت تساوي (0.91)، أما قيم معاملات الثبات باستخدام التجزئة النصفية فقد قدرت قيمة " ر" لمقياس الاكتئاب قبل التعديل بـ (0.66) وبعد تصحيحه ـا بمعادلة جيتمان أصبحـت تساوي (0.80) وهي دالة عند مستوى الدلالة (0.01)، مما يدل على أن مقياس الاكتئاب يتمتع بقدر عالي من الثبات، وبالتالي يمكن تطبيقهما في الدراسة الأساسية .

4 ـ 2 ـ مقياس الاغتراب:

4 ـ 2 ـ 1 ـ صدق المقارنة الطرفية :

بنفس الطريقة وعلى نفس العينة الاستطلاعية تمت المقارنة بين متوسط درجات الأفراد في المجموعة العليا ومتوسط درجات الأفراد في المجموعة الدنيا فكانت النتائج كما هب موضحة في الجدول المالي.

جدول رقم (4) يوضح: صدق المقارنة الطرفية لمقياس الاغتراب النفسي

الفئة	العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت المحسوبة	درجة الحرية	القرار الإحصائي
العليا	10	93.00	8.47	7.28	18	دالة عند مستوى الدلالة 0.01
الدنيا	10	70.40	4.94			

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (4) نلاحظ أن المتوسط الحسابي للفئة العليا والمقدر بـ(93.00) و تنحرف عليه القيمة بدرجة (8.47)، بينما المتوسط الحسابي للفئة الدنيا المقدر بـ (70.40)، وانحراف معياري مقدر بـ(4.94)، ودرجة الحرية المقدرة بـ(18)، وقيمة "ت" المحسوبة بـ(7.28) وهي قيمة دالة عند مستوى الدلالة (0.01)، وبذلك نعتبر أن مقياس الاغتراب النفسي يتمتع بقدر عالي من الصدق ويمكن تطبيقه في الدراسة الأساسية.

4 ـ 2 ـ 2 ـ صدق الاتساق الداخلي :

تم حساب صدق الاتساق الداخلي من خلال معاملات الارتباط بين الدرجات على كل فقرة ودرجاتهم على البعد التي تنتمي إليه الفقرات، فكانت النتائج كما يلي :

جدول رقم (5) يوضح: صدق الاتساق الداخلي بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الاغتراب

	فقدان الشعور بالانتماء	قلة الالتزام بالمعايير	العجز	قلة الاحساس بالقيمة	فقدان الهدف	فقدان المعنى	مركزية الذات	الاتساق الكلي
فقدان الشعور بالانتماء	1	العجر						.612**
قلة الالتزام بالمعايير	.258	1						.565**
العجر	.342	.389*	1					.707**
قلة الاحساس بالقيمة	.420*	.297	.431*	1				.808**
فقدان الهدف	.407*	.308	.356	.584**	1			.716**
فقدان المعنى	.324	.294	.591**	.638**	.452*	1		.787**
مركزية الذات	.318	.240	.268	.379*	.292	.369*	1	.584**
** – دال عند مستوى الدلالة 0.01 * – دال عند مستوى الدلالة 0.05								

من خلال النتائج الموضحة في الجدول رقم (5) نلاحظ أن جميع قيم معاملات الارتباط بين درجات الأفراد على كل بعد ودرجاتهم على مقياس الاغتراب النفسي ككل (الدرجة الكلية) تنحصر بين (0.56 ـ0.80) وهي دالة عند مستوى الدلالة (0.01)، كما توضح النتائج أن هناك ارتباط بين أبعاد المقياس فيما بينها، وهذا يشير إلى أن الأبعاد المكون للمقياس متناسقة ومتجانسة، مما يدل على أن مقياس الاغتراب النفسي يتمتع بدرجة عالية من صدق الاتساق الداخلي .

4 ـ 2 ـ 3 ـ الثبات :

تم إجراء خطوات الثبات على العينة الاستطلاعية نفسها بواسطة التجزئة النصفية ، وبواسطة ألفا كرونباخ ، كما هي موضحة في الجدول الموالي

جدول رقم (6) يوضح : قيم معاملات الثبات لمقياس الاغتراب النفسي

المتغيرات	عدد الفقرات	ألفا كرونباخ	التجزئة النصفية	
			" ر" قبل التعديل	" ر" بعد التعديل
الاغتراب النفسي	48	.80	.68	.81

من خلال الجدول رقم (6) نلاحظ أن قيم معامل الثبات باستخدام الفاكرونباخ كانت مرتفعة، وكانت تساوي (0.80)، أما قيم معاملات الثبات باستخدام التجزئة النصفية فقد قدرت قيمة " ر" لمقياس الاغتراب النفسي قبل التعديل بـ (0.68) وبعد تصحيحها بمعادلة جيتمان قدرت بـ (0.81)، وهي دالة عند مستوى الدلالة (0.01)، مما يدل على أن مقياس الاغتراب يتمتع بقدر عالي من الثبات، وبالتالي يمكن تطبيقهما في الدراسة الأساسية .

ثانياً – الدراسة الأساسية :

1 ـ منهج الدراسة :

نستخدم في هذه الدراسة المنهج الوصفي فهو يدرس الأوضاع الراهنة للظواهر من حيث خصائص، أشكالها وعلاقتها والعوامل المؤثر في ذالك فهو يهتم لدراسة حاضر الظواهر والأحداث الذي يشمل في كثير من الأحيان على عمليات التنبؤ للمستقبل الظواهر والأحداث الذي يدرسها ،كما يستخدم هذا المنهج لرصد ومتابعة دقيقة لظاهرة أو حدث معين بطريقة كمية أو نوعية لفترة زمنية معينة أو عدة فترات ،من أجل التعرف على الظاهرة **(عليان ، غنيم ،2000ص 42، 43)**.

2 ـ وصف عينة الدراسة الأساسية:

2 ـ 1 ـ مجتمع الدراسة :

يعرف مجتمع الدراسة بأنه جميع الأفراد الذين يحملون البيانات الظاهرة المراد دراستها فهو مجموعة وحدات البحث التي يراد منها الحصول على البيانات التي تخص الظاهرة المدروسة ولهذا يجب أن نصفه وصفاً دقيقاً، حيث تم اختيار الطالبات المقيمات في الأحياء الجامعية بورقلة مجتمعاً للبحث والبالغ عددهم (200) طالبة، والجدول التالي يوضح ذلك:

2 ـ 2 ـ طريقة المعاينة :

لقد اعتمدنا على الطريقة العشوائية البسيطة " و فيها يختار أفراد العينة بشكل عشوائي بحيث يعطي لكل فرد من المجتمع نفس الفرصة التي تعطى لغيره عند الاختيار، وهنا يكون لكل فرد من أفرد المجتمع فرص متكافئة في الاختيار أو يكون نصيب كل فرد من احتمال أن يسأل أو يستجوب مساويا لنصيب أي فرد آخر من المجتمع . **(ابراهيم : 2000 ،ص 161)**

2 ـ 3 ـ حجم العينة :

لجمع معطيات الدراسة الحالية، تم توزيع (250) استمارة من قبل الباحثة على الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية، وقد استرجع منهم (200) استبيان، أي بنسبة تقدر بـ (80%)، ويرجع الفارق بين عد الاستبيانات الموزعة والاستبيانات المتحصل عليها إلى عدم استرجاع بعض الاستبيانات، نظرا للظروف التي تسبب فيها فيروس كورونا، والتي تسببت في غلق الجامعة وغلق العديد من الأحياء الجامعة، بالإضافة إلى استبعاد بعض الاستبيانات التي لم تستوفي الإجابة عنها .

جدول رقم (7) يوضح : توزيع حجم عينة الدراسة الأساسية

اسم الإقامة الجامعية	عدد الطالبات	النسبة المئوية
كاين حساني بن إبراهيم	46	% 23
بن سالم يونس	67	% 33.5
قريشي	51	% 25.5
الطاهر لعبيدي	36	% 18
المجموع	200	% 100

من خلال الجدول رقم (7) نلاحظ أن عدد الطالبات بالإقامة الجامعية كاين حساني بن إبراهيم بلغ (46) أي بنسبة تقدر بـ (23 %)، وقدر عدد الطالبات بإقامة بن سالم يونس بـ(66) أي بنسبة (33.5%) ، أما عدد الطالبات باقامة قريشي فقد قدر بـ (51) طالبة أي بنسبة (25.5%)، وقدر عدد الطالبات باقامة الطاهر لعبيدي بـ(36) أي بنسبة (18%).

2 ـ 4 ـ خصائص العينة :

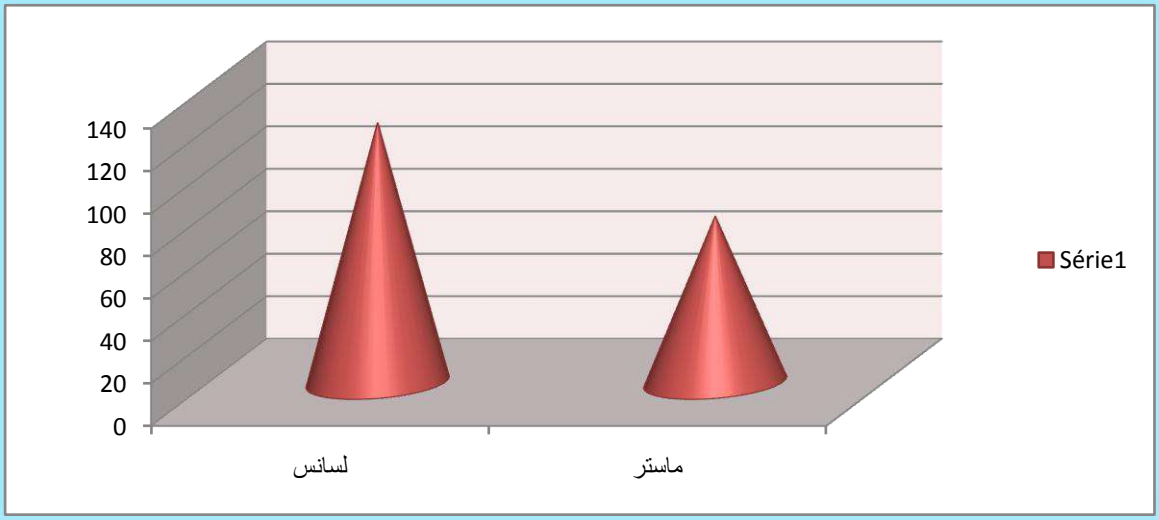
2 ـ 4 ـ 1 ـ الطور الدراسي :

الجدول رقم(8) يوضح : توزيع أفراد العينة حسب الطور الدراسي للطالبات .

الطور الدراسي	التكرار	النسبة المئوية
ليسانس	122	%61
ماستر	78	%39
المجموع	200	%100

من خلال الجدول رقم (8) نلاحظ أن عدد الطالبات طور ليسانس قدر بـ (122)، أي بنسبة تقدر بـ(61%)، بينما عدد الطالبات طور ماستر فقدر بـ (78) أي بنسبة قدرت بـ(39%).

الشكل رقم (1) يوضح : توزيع أفراد العينة حسب متغير الطور الدراسي



3 ـ وصف أداتي الدراسة الأساسية :

تكونت أداتي الدراسة الأساسية من مقاس أعراض الاكتئاب " لمحمد سعد حامد عثمان" (2010) ومقياس الاغتراب النفسي لـ " العقيلي " (2004)، وبعد إخضاعهما لبعض الخصائص السيكومترية من صدق وثبات من اجل التأكد من صلاحية تطبيقهما في العينة الأساسية، تم التوصل إلى نتائج مفادها الاحتفاظ بجميع الفقرات والأبعاد المكونة لهذين المقياسين كما يلي:

3 ـ 1 ـ مقياس أعراض الاكتئاب : المكون من أربعة أبعاد موزعة على(44) فقرة كما يلي :

- **البعد الوجداني :** تقيسه الفقرات التالية:1-5-8-11-23-27-31-35-38-40-42-44.
- **البعد المعرفي:** تقيسه الفقرات التالية:2-6-12-15-20-24-28-32-36-39-41-43.
- **البعد الاجتماعي:** تقيسه الفقرات التالية: 3 -9-13-16-18-21-25-29-33-37.
- **البعد الجسمي :** تقيسه الفقرات التالية: 4-7-10-14-17-19-22-26-30-34.

3 ـ 2 ـ مقياس الاغتراب النفسي :المكون من سبعة أبعاد موزعة على(48) فقرة كما يلي:

- **فقدان الشعور بالانتماء** : تقيسه الفقرات التالية:1 -2-3-4-5-6.
- **قلة الالتزام بالمعايير**: تقيسه الفقرات التالية: 7-8-9-10-11-12-13.
- **العجز** : تقيسه الفقرات التالية: 14-15-16-17-18-19.
- **قلة الإحساس بالقيمة** : تقيسه الفقرات التالية: 20-21-22-23-24-25-26-27.
- **فقدان الهدف** : تقيسه الفقرات التالية: 28-29-30-31-32-33-34.
- **فقدان المعنى** : تقيسه الفقرات التالية: 35-36-37-38-39-40.
- **مركزية الذات** : تقيسه الفقرات التالية: 41-42-43-44-45-46-47-48.

4 ـ الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة :

لتحقيق أهداف الدراسة قامت الباحثة بتفريغ وتحليل البيانات من خلال برنامج التحليل الإحصائي SPSS v25) Pachage for the Social Sciences Statistica)،وقد تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

1. **النسب المؤوية**
2. **المتوسط الحسابي** : لحساب متوسطات درجات الأفراد.
3. **الانحراف المعياري** : لمعرفة مدى تباعد القيم عن المتوسط .
4. **المتوسط النظري** : من أجل مقارنته بالمتوسط الحسابي.
5. **اختبار (ت)** : لدلالة الفروق بين متوسطين لعينتين غير مرتبطتين .
6. **تحليل التباين الاحادي** : لمعالجة الفرضية التي تبحث في الفروق بين أعراض الاكتئاب.

10 . **معامل الارتباط برسون** : لمعالجة الفرضية التي تبحث في العلاقة بين أعراض الاكتئاب والاغتراب النفسي.

الفصل الخامس

عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الدراسة

ـ تمهيد

1 . عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى

2 .عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثانية

3 . عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة

4 . عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الربعة

5 . عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة

ـ الاستنتاج العام

ـ المقترحات

ـ تمهيد :

نتطرق في هذا الفصل إلى عرض نتائج الدراسة الأساسية، كما أفرزتها المعالجة الإحصائية للبيانات المتحصل عليها بعد تطبيق الأداتين،على عينة قوامها (200) طالبة مقيمة بالأحياء الجامعية بورقلة، حيث سنتطرق في هذا الفصل إلى عرض نتائج الدراسة الميدانية وفقا للفرضيات المقترحة، كما أفرزتها المعالجة الإحصائية بتطبيق برنامج spss V 25 ،ومن ثم تحليلها ومناقشتها.

1 ـ عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الأولى: تنص الفرضية الأولى على ما يلي :

ـ نتوقع مستوى مرتفع من الاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة.

للتحقق من هذه الفرضية تم حساب المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لدرجات استجابات أفراد العينة على مقياس الاغتراب النفسي ، علما أن المتوسط النظري للمقياس المعتمد في هذه الدراسة هو (144)، وتم التوصل إلى النتائج المبينة في الجدول التالي :

- المتوسط النظري =(الدرجة القصوى +الدرجة الدنيا)/2 .
- المتوسط النظري = (48×5)+(48×1)/2= 144

الجدول رقم(09) يوضح: المؤشرات الإحصائية لدرجات أفراد العينة على مقياس الاغتراب النفسي :

المتغير	عدد العينة	أدنى درجة	أعلى درجة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	القرار
الاكتئاب	200	190	45	147.35	11.64	144	مرتفع

من خلال الجدول رقم (09) نلاحظ أن استجابات أفراد العينة على مقياس الاغتراب النفسي انحصرت بين (45) كأدنى درجة و(190) كأعلى درجة، وبلغ المتوسط الحسابي (147.35) بانحراف معياري مقداره (11.64)، وهو أكبر من المتوسط النظري والمقدر بـ(144)، ومن خلال مقارنة المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة مع المتوسط النظري يمكن القول أن الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة يشعرون بمستوى عالي من الاغتراب.

ويمكن تفسير هذه النتيجة وإرجاعها إلى عوامل تتعلق بـهذه الأحياء الجامعية من حيث أنها لا تساعد الطالبات على إشباع حاجياتهن ورغباتهن المختلفة بعدم تقديم لهم كافة الخدمات والتسهيلات اللازمة، وعدم توفير لهن كل متطلباته ن البيولوجية والسيكولوجية، كما أن التغيرات الاجتماعية والثقافية والفكرية التي تفرضها البيئة الجديدة داخل هذه الأحياء الجامعية، قد تفرض تحديات أخرى تتكبدها الطالبات وتنعكس عليهن بالسلب، لصبحن عاجزات على مواجهة هذه التغيرات الجديدة، بالإضافة إلى الصعوبة في التكيف معها أو السيطرة عليها، والتي قد تؤدي إلى نشؤ فجوة بين القيم التي تربين عليها في أسرهم والقيم التي فرضتها بيئة هذه الأحياء، مما يعكس عدم صلابة الثقافية لديهم وعدم القدرة على المواجهة.

كما أن عدم توفير جو مناسب من الألفة والثقة بين الطالبات داخل هذه الأحياء الجامعية، قد يكون السبب الرئيسي والمؤدي إلى اغتراب الطالبات، بسبب وجود حواجز بين الطالبات ونقص الاحتكاك بينهم نتيجة عدم تساوي المستوى الفكري والاقتصادي والاجتماعي.

تتفق نتائج هذه الفرضية مع نتائج دراسة " بن عمارة سمية "(2013)، التي هدفت إلى معرفة مستوى الاغتراب النفسي والاجتماعي لدى الشباب مستخدمي الانترنت، التي توصلت نتائجها إلى أن الشباب يشعرون بدرجة عالية من الاغتراب النفسي والاجتماعي.

2 ـ عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثانية: تنص الفرضية الثانية على ما يلي :

. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين أعراض الاكتئاب المتمثلة في الأعراض الوجدنية،المعرفية، الاجتماعية،الجسمية لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة .

وللتحقق من صحة الفرضية الثالثة استخدم تحليل التباين الأحادي One Wa Aniva والجدول الموالي يوضح ذلك:

جدول رقم (10) يوضح : تحليل التباين الأحادي لأعراض الاكتئاب

المتغير	مصدر التباين	درجات الحرية	مجموع المربعات	متوسط المربعات	F	القرار الإحصائي
أعراض الاكتئاب	بين المجموعات	3	2703.06	901.02	48.27	دالة عند 0.01
	داخل المجموعات	796	14857.89	18.66		
	الكلي	799	17560.95	—		

من خلا الجدول رقم (10) يتضح أن مجموع المربعات قدر بـ(2703.06) و متوسط المربعات قدر بـ(901.02)عند درجة الحرية (3) وهذا فيما بين المجموعات ،أما داخل المجموعات فقد قدر مجموع المربعات بـ(14857.89) و متوسط المربعات بـ(18.66) عند درجة الحرية (796)، و بهذا يكون المجموع بالنسبة لمجموع المربعات هو(17560.95) ودرجة الحرية (799)، وعليه قدرة قيمة(F) بـ (48.27)، و هي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01) ، مما يشير إلى وجود فروق بين الأ عراض في الاكتئاب لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة.

ولمعرفة مستوى الاكتئاب في كل بعد من هذه الأبعاد تم حساب المتوسط الحسابي ومقارنته بالمتوسط النظري للمقياس ككل وفي كل بعد بحيث:

- المتوسط النظري للمقياس ككل =(الدرجة القصوى +الدرجة الدنيا)/2 .
- المتوسط النظري للمقياس ككل = (44×3)+(44×1)/2= 88

المتوسط النظري للبعد= (عدد بنود المقياس الفرعي×1)+(عدد بنود المقياس الفرعي ×3)/ 2

الجدول رقم (11) يوضح :المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأعراض الاكتئاب

البعد	عدد العبارات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	القرار
البعد المعرفي	12	24.12	4.06	24	مرتفع
البعد الوجداني	12	24.07	3.98	24	مرتفع
البعد الاجتماعي	10	20.35	4.24	20	مرتفع
البعد الجسدي	10	20.48	4.92	20	مرتفع
المقياس ككل	44	89.17	14.23	88	مرتفع

من خلال الجدول رقم (11) نلاحظ أن المتوسط الحسابي لمقياس الاكتئاب قدر بـ(89.17) بانحراف معياري مقداره (14.23) وهو أ كبر من المتوسط ا لنظري والمقدر بـ(88)، و من خلال مقارنة المتوسط الحسابي لدرجات أفراد العينة مع المتوسط النظري يمكن القول أن الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة يشعرون بمستوى عالي من الاكتئاب.

كما أن المتوسطات الحسابية في كل بعد كانت اكبر من المتوسطات النظرية، مما يدل على أن الطالبات المقيمات في الأحياء الجامعية يعانين من كل أعراض الاكتئاب، وقد جاء ترتيب هذه الأعراض على النحو التالي: احتل البعد المعرفي المرتبة الأول يليها البعد الوجداني في المرتبة الثانية، ثم البعد الجسدي في المرتبة الثالثة، وأخيرا البعد الاجتماعي في المرتبة الرابعة .

وتُرجع الباحثة معانات الطالبات من كل أعراض الاكتئاب إلى الظروف التي يعشنها داخل هذه الأحياء الجامعية، وكذلك ترجع إلى الغربة المكانية والتي قد تصاحبها مشكلات مادية وإدارية تعاني منها

الطالبات، ويرجع التباين في هذه الأعراض وحصول البعد المعرفي على المرتبة الأولى على المسؤوليا ت التي تفرضها الدراسة والتحديات والأعباء التي يفرضها نظام (LMD)، من تكثيف في عدد المقاييس وساعات الدراسة، مما يؤدي إلى ظهور أعراض معرفية لديهن قلة التركيزي والنسيان واضطرابات في الذاكرة وغيرها.....

أما حصول بعد الوجداني على المرتبة الثانية فيرجع لأهمية هذا البعد لدى أفراد العينة، كونه يمثل أحد الأبعاد المهمة في تكوين شخصية الطالبات، ونتيجة لظروفهن المعاشة داخل هذه الأحياء تظهر لديهن أعراض وجدانية كاليأس والضياع والإحباط الناتجة عن اضطراب الاكتئاب.

ويرجع حصول البعد الجسمي على المرتبة الثالثة من ترتيبه بين أعراض الاكتئاب فيرجع إلى أن الأعراض الجسمية هي كردات فعل لما يعانينه من تراكم الأعراض المعرفية والوجدانية، حيث ظهرت لديهن بعض الأعراض الجسمية كالشعور بالضيق، وفقدان الشهية ونقص الوزن والإمساك ، بالإضافة إلى الصداع والتعب وضعف النشاط العام وصعوبات النوم والأرق وغيرها...

أما حصول البعد الاجتماعي على المرتبة الرابعة والأخيرة، فيرجع إلى أن الطالبات حياتهن لا تقتصر على العيش داخل هذه الأحياء والاحتكاك بنفس الأشخاص، بل هناك فضاءات أخرى تساعد الطالبات على التعرف على شخصيات جديدة ومن ثم تكوين صداقات أخرى خارج هذه الأحياء، كمقاعد الدراسة مثلا، ومن ثم إشباع حاجياتهم الاجتماعية، الأمر الذي جعل هذا البعد يتحصل على هذه المرتبة، التي نستطيع القول عليها أنها ضعيفة مقارنة بالأبعاد الأخرى.

تتفق نتائج هذه الفرضية مع نتائج دراسة "سنـاء عائـشي" (2017)، التي توصلت إلى أن مستوى الاكتئاب لدى طلبة الجامعة ذوي الإدراك الإيجابي لمعنى الحياة مرتفع، وكذا دراسة "جون " (1981)، التي هدفت للبحث عن العلاقة بين الفشل وبعض المتغيرات النفسية في الشخصية (التوتر، الاكتئاب، المرض

النفسي، المرض العضوي)، وتوصلت نتائجها إلى أن الاغتراب يشكل نسبة 44 %، وهي أكبر نسبة من بين هذه المتغيرات .

كما تتفق نتائجها كذلك مع نتائج دراسة " غفار " (2007)، التي هدفت إلى تحديد الأفكار اللاعقلانية المنبئة باضطراب الاكتئاب لدى عينة من طلاب الجامعة بمصر، والتي توصلت نتائجها إلى وجود علاقة دالة تنبؤية بين الأفكار لدى عينة الدراسة، ووجود ارتباط دال إحصائيا مع أعراض الاكتئاب.

وتختلف نتائج هذه الفرضية مع نتائج دراسة "صبا منير حسين بشبش "(2018)، التي توصلت نتائجها إلى أن مستوى الاكتئاب لديهم كان ضعيف وقدرت نسبته بـ 28.56 %.

3 ــ عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة : تنص الفرضية الثالثة على ما يلي :

ـ توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين أعراض الاكتئاب والاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة .

لاختبار هذه الفرضية تم استخدام معامل الارتباط برسون من أجل التعرف على العلاقة بين أعراض الاكتئاب والاغتراب النفسي، فكانت النتائج كما يلي :

جدول رقم (12) يوضح : قيم معاملات الارتباط بين الاكتئاب والاغتراب النفسي لدى أفراد العينة.

المؤشرات / المتغيرات	عدد الأفراد	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية	الدلالة
الاكتئاب	200	.66	.000	دالة عند مستوى الدلالة 0.01
الاغتراب النفسي				

يوضح الجدول رقم (12) قيم معامل الارتباط برسون بين الاغتراب النفسي والاكتئاب التي قدرت بـ(0.66) ، وهي قيمة دالة عند مستوى الدلالة (0.01)، مما يدل على تحقق الفرضية السادسة التي تنص على وجود علاقة بين أعراض الاكتئاب والاغتراب النفسي لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة.

ونرجع هذه النتيجة إلى أن الاغتراب النفسي يؤدي إلى انتشار أعراض الاكتئاب لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية، أي أنه كلما زاد مستوى الاغتراب لدى الطالبات يزيد الاكتئاب، وهذا يعني أن الاغتراب النفسي يعد سمة بارزة من سمات الاكتئاب، مما يؤدي إلى شعور الطالبات بالاغتراب عن الآخرين والميل إلى العزلة وحب الوحدة والانطواء.

وبالإضافة إلى هذه الأعراض تعد الإقامة داخل هذه الأحياء أرض خصبة للزيادة من مستوى هذه الأعراض، بسبب البعد عن الأهل وصعوبة التكيف مع الحياة الجديدة وغيرها...، بالإضافة إلى المسؤوليا ت التي تفرضها الدراسة والي تزيد من مستوى الاكتئاب لديهن، وبالتالي الزيادة في ظهور أعرضه وبنسب متفاوتة لدى أفراد العينة.

تتفق نتائج هذه الفرضية مع نتائج دراسة "جون " (1981)، التي هدفت للبحث عن العلاقة بين الفشل وبعض المتغيرات النفسية في الشخصية (التوتر، الاكتئاب، المرض النفسي، المرض العضوي)، التي توصلت إلى وجود علاقة بين الاغتراب النفسي والاكتئاب.

كما تتفق كذلك مع نتائج دراسة محرز نسيمة" (2019)، التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين الاكتئاب والاغتراب النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة بجامعة محمد بضياف بالمسيلة، ومن أهم النتائج المتوصل إليها وجود علاقة بين الاغتراب النفسي والاكتئاب.

4 ــ عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة: تنص الفرضية الرابعة على ما يلي :

ـ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أعراض الاكتئاب لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة ذوات الاغتراب النفسي المرتفع تعزى للطور الدراسي (لسانس ـ ماستر).

علما أن المتوسط النظري لمقياس الاغتراب النفسي المعتمد في هذه الدراسة هو (144)، كما هو موضح في الفرضية الاولى، حيث تم تقسيم أفراد العينة إلى ذوات الاغتراب النفسي المرتفع، اللواتي تحصلن على درجات أكبر من (144) على مقياس الاغتراب ، وذوات الاغتراب النفسي المنخفض اللواتي تحصلن على درجات أقل من (144) على نفس المقياس بحيث:

وتم تحليل نتائج هذه الفرضية إحصائيا باستخدام اختبار(ت) لتقدير الفروق بين متوسط درجات الفئتين الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (13): يوضح دلالة الفروق في الاكتئاب لدى الطالبات ذوات الاغتراب النفسي المرتفع تبعا لمتغير الطور الدراسي:

المتغيرات	الطور الدراسي	N	X	S	DF	t المحسوبة	القرار الإحصائي
الاكتئاب	لسانس	56	92.94	12.08	79	-3.77	دالة عند مستوى الدلالة 0.01
	ماستر	25	78.20	17.76			

من خلال الجدول رقم (13) نلاحظ أن المتوسط الحسابي لاستجابات الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية ذوات الاغتراب النفسي المرتفع طور ماستر قدر بـ(78.20) وهو أصغر من المتوسط الحسابي لاستجابات الطالبات طور لسانس المقدر بـ(92.94)، أما الانحراف المعياري للعينة الأولى فقد قدر بـ(17.76)، وهو أكبر من الانحراف المعياري للعينة الثانية والمقدر بـ(12.08) .

كما يوضح الجدول أن الفرق المقدر باختبار (ت) دال إحصائيا في مقياس الاكتئاب بين الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية ذوات الاغتراب النفسي المرتفع في الطور الدراسي (ماستر– لسانس) ، ويتضح أن قيمة (ت) المحسوبة تساوي (3.77-) عند درجة الحرية (79)، وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.01)، مما يشير إلى أنه توجد فروق بين العينتين في مقياس الاكتئاب لصالح الطالبات مستوى ماستر، أي أنه توجد فروق في الاكتئاب لدي الطالبات المقيمات في الأحياء الجامعية ذوات الاغتراب النفسي المرتفع تبعا لمتغير الطور الدراسي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة على أن الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية ذوات الاغتراب النفسي المرتفع اللواتي مستواهم ماستر هم أكثر عرضة لأعراض الاكتئاب من الطالبات مستوى لسانس، ويرجع ذلك إلى أنه كلما زاد مستوى الدراسة لدى أفراد هذه العينة كلما زادت أعراض الاكتئاب، وقد يرجع هذا للأعباء التي يفرضها نظام (LMD) من كثافة في البرامج والمقاييس والحجم الساعي، والتي يتشارك فيها نفس المستويين (ماستر– لسانس)، إلا أن هناك اختلاف يخص إعداد المذكرة، فهو يختلف ما بين هذين الطورين، ففي طور لسانس يعتبر كتدريب على إعداد الرسائل الجامعية فقط ، بينما في الماستر فالطالبات مطالبات بإعداد بحث يتمتع بقدر كافي من بالدقة والتحكم في المنهجية والإحصاء وغيرها...، مما يزيد من حجم الأعباء لديهن ومن ثم زيادة مستوى الاكتئاب.

تتفق نتائج هذه الفرضية مع نتائج دراسة "عبد العزيز بن على النفيسة " (2015)، التي توصلت نتائجها إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين أفراد عينتها في مستوى الاكتئاب، وكذلك تتفق مع نتائج دراسة " سنـاء عائـشي "(2017)، التي توصلت إلى عدم وجود فروق في مستوى الإكتئاب لدى الطلبة ذوي الإدراك الإيجابي لمعنى الحياة تبعا لمتغير الطور (ليسانس/ماستر).

5 ــ عرض وتحليل وتفسير ومناقشة نتائج الفرضية الخامسة :تنص الفرضية الخامسة على ما يلي:

ـ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في أعراض الاكتئاب لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة ذوات الاغتراب النفسي المنخفض تعزى للطور الدراسي (لسانس ـ ماستر).

تم تحليل نتائج هذه الفرضية إحصائيا باستخدام اختبار(ت) لتقدير الفروق بين متوسط درجات الفئتين الموضحة في الجدول التالي :

الجدول رقم (14) يوضح: دلالة الفروق في الاكتئاب لدى الطالبات ذوات الاغتراب النفسي المنخفض تبعا لمتغير الطور الدراسي:

المتغيرات	الطور الدراسي	N	X	S	DF	t المحسوبة	القرار الإحصائي
الاكتئاب	لسانس	53	94.90	8.70	117	-4.07	دالة عند مستوى الدلالة 0.01
	ماستر	66	85.51	14.84			

من خلال الجدول رقم (14) نلاحظ أن المتوسط الحسابي لاستجابات الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية ذوات الاغتراب النفسي المنخفض طور ماستر قدر بـ(85.51) وهو أصغر من المتوسط الحسابي لاستجابلت الطالبات طور لسانس المقدر بـ(94.90)، أما الانحراف المعياري للعينة الأولى فقد قدر بـ(14.84)، وهو أكبر من الانحراف المعياري للعينة الثانية والمقدر بـ(8.70).

كما يوضح الجدول أن الفرق المقدر باختبار (ت) دال إحصائيا في مقياس الاكتئاب بين الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية ذوات الاغتراب النفسي المنخفض في الطور الدراسي (ماستر– لسانس)، و يتضح أن قيمة (ت) المحسوبة تساوي (4.07–) عند درجة الحرية (117)، وهي قيمة دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة

(0.01)، مما يشير إلى أنه توجد فروق بين العينتين في مقياس الاكتئاب بين العينتين لصالح الطالبات مستوى ماستر ، أي أنه توجد فروق في الاكتئاب لدي الطالبات المقيمات في الأحياء الجامعية ذوات الاغتراب النفسي المنخفض تبعا لمتغير الطور الدراسي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة على أن الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية ذوات الاغتراب النفسي المنخفض مستوى ماستر يعانين من اعرا ض الاكتئاب أكثر من الطالبات مستوى لسانس، ورغم أن مستوى الاغتراب لديهن منخفض إلا أن أعراض الاكتئاب كانت مرتفعة، وقد يرجع ذلك إلى أن الطالبات مستوى ماستر يعانين من الإحباط والقلق والملل والغربة، بسبب البعد عن الأهل لسنوات عديدة تدوم من سنة إلى خمسة سنوات على الأقل، عكس الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية مستوى لسانس فمدة إقامتهن داخل هذه الأحياء تتراوح ما بين سنة وثلاث سنوات.

وقد يرجع الأمر إلى ظروف أخرى، فنجد معظم الطالبات مستوى ماستر من أفراد العينة متزوجات، مما يزيد لديهن من المسؤليات والأعباء الأسرية، ويتولد لديهن الإحساس بالتقصير اتجاه الأولاد والزوج، والشعور بالإحباط ونقص الاستقرار النفسي والاجتماعي، نتيجة لعدم تنظيم الوقت والتكيف مع الحياة الجامعية.

تتفق نتائج هذه الفرضية مع نتائج دراسة " سنـاء عائـشي "(2017)، التي توصلت إلى عدم وجود فروق في مستوى الإكتئاب لدى الطلبة ذوي الإدراك الإيجابي لمعنى الحياة تبعا لمتغير الطور (ليسانس/ماستر)، وكذلك تتفق مع نتائج دراسة "عبد العزيز بن على النفيسة " (2015)، التي توصلت نتائجها إلى وجود فروق دالة إحصائيا بين أفراد عينتها في مستوى الاكتئاب.

ـ الاستنتاج العام:

تم في هذا الفصل عرض نتائج فرضيات الدراسة، بعد تحليلها إحصـــائيا والكشف عن دلالتها الإحصائية، إضافة إلى العرض الجدولي لهذه النتائج رقميا، حيث تم التوصل إلى النتائج التالية :

1. تشعر الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة بمستوى مرتفع من الاغتراب النفسي.
2. وجود فروق بين أعراض الاكتئاب لدى الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية بورقلة، وجاء ترتيبها كما يلي : البعد المعرفي،البعد الوجداني، البعد الجسمي، البعد الاجتماعي.
3. وجود علاقة بين أعراض الاكتئاب النفسي والاغتراب النفسي لدى الط البات المقيمات بالأ حياء الجامعية بورقلة.
4. وجود فروق في أعراض الاكتئاب لدي الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية ذوات الاغتراب النفسي المرتفع تبعا لمتغير الطور الدراسي.
5. وجود فروق في أعراض الاكتئاب لدي الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية ذوات الاغتراب النفسي المنخفض تبعا لمتغير الطور الدراسي.

ـ مقترحات: إنطلاقا من النتائج المتحصل تم اقتراح ما يلي:

1. إجراء المزيد من الدراسات النفسية التي تربط بين الاغتراب النفسي والاكتئاب لدى طلبة الجامعات.
2. إنشاء مكاتب أو خليات إصغاء لتوجيه وإرشاد الطالبات داخل هذه الأحياء الجامعية، ومساعدتهم على تخطي مشاكلهن.
3. إجراء دراسات نفسية مشابهة تتناول متغيرات تصنيفية أخرى، لتحديد مدى تأثير بالمشكلة.

4. التعرف على أهداف ورغبات وميولات الطالبات المقيمات بالأحياء الجامعية في كل مستوى وتوجيهها التوجيه الصحيح، من أجل تحقيق التوافق النفسي، والمرونة في استجاباتهم الانفعالية، ومن ثم القدرة على حل المشكلات التي تعترضهن.

قائمة المراجع

ـ قائمة المراجع باللغة العربية:

- الرازي، محمد بن أبي بكر عبد القادر ،(1997)، مختار الصحاح دار الجيل ، طبعة حديثة ، بيروت لبنان .
- الجماعي ، صلاح الدين أحمد، (2010)، **الاغتراب النفسي الاجتماعي وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي**، ط (1) المملكة الأردنية الهاشمية ، دار زهران لنشر والتوزيع .
- المرعي ، زلفى محمد محمود، (2008)، **درجة الشعور بالوحدة النفسية و علاقتها بكل من الاكتئاب والاغتراب النفسي لدى الطلبة في قدس** ، فلسطين .
- الشاذلي ، عبد الحميد، (2008) ،**الاغتراب النفسي لدى الشباب الجامعي** ، ط 1 ، القاهرة .
- الشربيني ،لطفي، (ب ت)، **الاكتئاب : مرض وعلاج دار الكتب والوثائق القومية** ، الأسكندرية .
- الهادي ، محمد عبد، (2010)، **قياس الاكتئاب النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات لدى أبناء الجالية العربية المقيمين في الدنمارك** ، رسالة ماجستير في علم النفس .
- النووي ،قيس، (1979) : **الاغتراب اصطلاحا ومفهوما وواقعا** ، عالم الفكر ، المجلد 10، العدد الأول.
- إبراهيم ، عبد الستار، (1988)، **الاكتئاب إضطراب العصر الحديث وفهمه وأساليب علاجه** ، رقم سلسلة 239 ، كويت عالم المعرفة .
- إبراهيم ،أشرف محمد حج ،(2019)، **الاغتراب النفسي وعلاقته بالقلق المستقبل لدى طلبة الجامعة** ، رسالة ماجستير في الإرشاد النفسي والتربوي جامعة القدس .
- بيدس، إميل خليل، (1991):**دليل الأمراض النفسية والبدنية**، ط4، دار الآفاق الجديدة، بيروت.
- بيك، (2002)، **العلاج المعرفي والإضطرابات الإنفعالية** ، ترجمة عادل مصطفى ، دار النهضة العربية ، بيروت .

- بغري ، كمل بن محمد ،(2010)، **إساءة المعاملة البدنية والإهمال الوالدي والطمأنينة النفسية والاكتئاب لدى عينة من تلميذات المرحلة الإبتدائية** ، رسالة لنيل شهادة الماجستير جامعة أم قرى .
- بورويس ،لمياء، (2014)، **الاغتراب النفسي لدى اللاجئين السوريين في الجزائر (دراسة ميدانية على عينة اللاجئيين السوريين ، سكيكدة ، ومدينة قسنطينة)** ، مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر علم النفس العيادي .
- ثغرة ،نوال، (2014)، **الاكتئاب عند المرأة المطلقة حديثا وعلاجها** ، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس العيادي .
- حافظ ،أحمد خيري ،(1989)، **سيكولوجية الإغتراب لدى الطلاب الجامعة** ، رسالة دكتوراء غير منشورة ، كلية الأدب جامعة عين شمس القاهرة .
- حمو علي ،خديجة، (2011)، **علاقة الشعور بالوحدة النفسية بالاكتئاب لدى عينة من المسنيين المقيمين بدار العجزة والمقيمين مع ذويهم** ، مقدمة لنيل شهادة الماجستير جامعة الجزائر (2) .
- دخان ، حذيقة ،(2016) ، **الاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة** ، رسالة ماستر غير منشورة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة الشهيد حمه لخضر الوادي .
- درويش ، عمارة بن، (2010)، **الاغتراب النفسي وعلاقته بالتكيف الأكاديمي لطلاب الجامعة** ، غير منشورة . كلية ع إجتماعية والإنسانية بالجامعة شهيد حمه لخضر الوادي .
- رفاعي، نعيم ،(1987)، **الصحة النفسية** ، دراسة سكولوجية التكيف ، ط 7 ، دمشق .
- ريتسارد ،شاخت، (1980)، **الاغتراب** ، ترجمة كامل يوسف حسين ، بيروت ، مؤسسة العربية لدراسات والنشر مصر .
- زهران ،سايح خالد، (2002)، **دراسات في علم النفس الإجتماعي التربوي على الأطفال والراشدين** ، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
- زبور ،مصطفى، (ب.ت) ، **محاضرة في الاكتئاب النفسي** ، مكتبة أنجلو المصرية، القاهرة .

- زهران، سناء حامد ، (2004)، **إرشاد الصحة النفسية لتصحيح المشاعر الاغتراب** ، ط1 الأول عالم الكتب . قاهرة ، مصر .
- زهران ، سناء حامد،(2002)، **أرشاد الصحة النفسية لتصحيح مشاعر ومعتقدات الاغتراب** ، عالم الكتب،ط1، القاهرة.
- سلمان ، ندى رحيم، (2013)، **الاكتئاب وعلاقته بالأمن النفسي لدى طلبة الجامعة بغداد** ، مجلة كلية التربية للبنات ، قسم الرياض للأطفال ، المجلد (24) (4) ص.
- سرحان ، وليد، (2001)، **الاكتئاب** ، ط1، عمان الأردن ، دار الصفاء لنشر و التوزيع .
- شيرين ،بن دهنون سامية ، (2017)، **بعض الخصائص النفسية (الاكتئاب ، الوحدة النفسية وعلاقتها بالتقدير الذات في ضوء المتغير الجنس والمستوى التعليمي** ، أطروحة لنيل شهادة دكتوراء جامعة وهران .
- عبد المختار ،محمد خضر ،(1998): االغتراب والتطرف نحو العنف، دراسة نفسية اجتماعية، دار غريب للنشر والتوزيع، القاهرة.
- عبكة ، حسنين صالح صادق ،(2012)، **الاكتئاب وعلاقته بصنف الدم** ، ط1 ، عمان الأردن دار صفاء لنشر و توزيع .
- عائشي ، سناء، (2017) ، **مستوى الاكتئاب لدى طلبة الجامعة ذوي الادراك الإيجابي لمعنى الحياة** ، دراسة ميدانية بجامعة قاصدي مرباح ورقلة ، مذكرة لنيل شهادة ماستر أكاديمي علم النفس
- عدائكة ، سامية ،(2011) ، **الشعور بالاغتراب وعلاقته بمدى التوافق النفسي لدى عينة من الطلبة الأجانب الدارسين بالجزائر** ، رسالة مقدمة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس التربوي .
- عثمان ،محمد سعد حامد، (2010)، **الاكتئاب وعلاقته بالتقدير الذات ومعنى الحيا دى لدى الشباب** ، الطبعة الأولى دار الفكر الجامعي الاسكندر .

- عريف ، فاطمة عبد الله محمد علي ، (2012)، **الحرمان الوالدي في مرحلة المراهقة وأثره على الاغتراب النفسي لدى عينة من المراهقات بالسعودية** ، مجلة العربية لدراسات التربوية والاجتماعية ، العدد الأول ، يوليو.
- عبد الله ، عبد الله ،(2008)، **الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة** ، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في جامعة الجزائر .
- غريب ، غ (2000)، **البناء العاملي للمقياس بك الثاني للإكتئاب على عينة مصرية من طلاب الجامعة** ، دراسات نفسية رابطة الأخصائيين النفسية المصرية ، المجلد (10) (3) .
- كباجه ، سناء عادل ،(2015) ، **التغير القيمي وعلاقته بالهوية الذات والاغتراب النفسي لدى طلبة الثانوية العامة في قطاع غزة** ، رسالة للحصول على درجة الماجستير في كلية التربية قسم علم النفس جامعة الإسلامية غزة .
- كامل، عبد الله ،(1995) ، **الغربة و الحضارة المعاصرة** ،البلد الأمين ، عن نادي مكة الثقافي.
- محرز، نسيمة،(2019)،**الاغتراب النفسي وعلاقته بالاكتئاب لدى المرأة العاملة المتزوجة**، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة محمد بالضياف ، مسيلة.
- محمود ، راوية ،(1995)، **تقدير الذات وعلاقته بكل من القلق والاكتئاب لدى متعاطي الحشيش** ، مجلة علم النفس العدد الخامس وثلاثون ، السنة التاسعة ، الهيئة المصرية العامة للإكتئاب .
- مدوخ ، رجاء حمدي ، (2006)، **الاغتراب النفسي وعلاقته بالقلق المستقبل لدى الطالبات لأسر مغتربة** ، رسالة لإستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير في الصحة النفسية المجتمعة بالكلية التربية في الجامعة الإسلامية بغزة .
- محسن ، عبد الكريم عالي ، (2011)، **الاكتئاب لدى الطلبة الجامعة وعلاقته بالجنس والتخصص** ، جامعة البصرة .

- مكنزي ، كوام . محمد ، صالحة، (2003)، **الاغتراب النفسي والقلق العام لدى عينة من طالبات الجامعة أم القرى بمكة المكرمة من المستخدمات وغير المستخدمات لأنترنات الأطروحة** ، رسالة مقدمة لنيل درجة الماجستير، جامعة ام القرى . مكة المكرمة .
- نوفل ، ناصر محمد، (2016)، **صورة الجسد والاغتراب النفسي وعلاقتهما بالقلق والاكتئاب لدى المعاقين بصريا** ، دراسة مقدمة لإستكمال متطلبات الحصول على درجة الماجستير الجامعة الإسلامية ، غزة .
- واكلي، بديعة، (2018)، **إستراتجية مواجهة المكتئبين رسالة لنيل شهادة الدكتوراء** ، جامعة سطيف .

قائمة المراجع باللغة الأجنبية :

- American Psychiatric Association (1994): Diagnostic and Statistical manual of mental disorders, (4th Edition Text Revision) (DSM-IV- TR) Washington, D.C: USA
- Dastan T.Faeq (2016) Depression among students .shooL of psycholagy /University of le leicester.

-Eduarda Sabat (2004) Back arawnd paper 6،15 Repression

- kaurash sayehm september 2013
- Quitkine .j. &Wittchen .U. (1998): Depression and another affective disorder in H.V.Wittchen ed Psychological disorder .Weinheim.psychological publishing Union
- Depresseion and scucidal ldeation among college student with and without leming Di sabihtion in migesiaria the Eurapean journal of sacial and Behaviaural
- Depression Bajics publication N ،19 MH -8079 RVised .
- Essau. A. & Petermann.V. (1994): Depression in E. petermann.Clinical Child psychology models of psychological disorders. Goettingem hegrefe veriag.
- Joanna saisah(2019)depression treatment .
- Journal of pharmaceutical Research .
- Nationl lnstitute of Mental Heath
- Pieron,.H. (1979): Vocabulaire de la Psychologie, France, PUF .

- Prevalence and Sevecity of Depression among undergadut Students in Karachi pokijtan :A cross sectianal study
- Researhand treamtment valune 2013 ،Article D373857، 7p09.
- Revieu Article prevatenoob Dexpression among university Student :A Systematic Revieu and Meta -Analysis Article in Depression reseah and txatement
- Rosal, M. Ockene, I. ockene, J. &Barrett, S. (1997): Alongitudinal Study of Students depression at one medical school. (Psyclit Document Reproducation Service.04825-002).
- Scienos EjS BS valune XVI(eIssN:2301-2218)
- Trap p barm Res،october 2014

الملاحق

الملحق رقم (01): نتائج الدراسة الاستطلاعية

الملحق رقم (02) : الأداة في صورتها النهائية

الملحق رقم (03) : نتائج الدراسة الأساسية

نتائج الدراسة الاستطلاعية

المرلحقرقم (01) نتائج الدراسة الاستطلاعية

نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس الاغتراب النفسي

Group Statistics					
	الفئات	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الاغتراب	1.00	10	93.0000	8.47218	2.67914
	2.00	10	70.4000	4.94862	1.56489

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	T	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	
الاغتراب	Equal variances assumed	3.457	.079	7.284	18	.000	22.60000	3.10269	16.08150	29.11850
	Equal variances not assumed			7.284	14.501	.000	22.60000	3.10269	15.96690	29.23310

نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس للاكتئاب

Group Statistics					
	الفئات	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الاكتئاب	1.00	10	96.7000	14.01626	4.43233
	2.00	10	63.9000	6.60724	2.08939

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
الاكتئاب	Equal variances assumed	6.419	.021	6.694	18	.000	32.80000	4.90011	22.50524	43.09476
	Equal variances not assumed			6.694	12.812	.000	32.80000	4.90011	22.19811	43.40189

نتائج صدق الاتساق الداخلي لمقياس الاغتراب النفسي

Correlations

		فقدان	الالتزام	العجز	الاحساس	الهدف	المعنى	الذات	الاغتراب
فقدان	Pearson Correlation	1	.258	.342	.420*	.407*	.324	.318	.612**
	Sig. (2-tailed)		.169	.064	.021	.025	.081	.086	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
الالتزام	Pearson Correlation	.258	1	.389*	.297	.308	.294	.240	.565**
	Sig. (2-tailed)	.169		.033	.112	.098	.115	.202	.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
العجز	Pearson Correlation	.342	.389*	1	.431*	.356	.591**	.268	.707**
	Sig. (2-tailed)	.064	.033		.017	.053	.001	.152	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
الاحساس	Pearson Correlation	.420*	.297	.431*	1	.584**	.638**	.379*	.808**
	Sig. (2-tailed)	.021	.112	.017		.001	.000	.039	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
الهدف	Pearson Correlation	.407*	.308	.356	.584**	1	.452*	.292	.716**
	Sig. (2-tailed)	.025	.098	.053	.001		.012	.117	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
المعنى	Pearson Correlation	.324	.294	.591**	.638**	.452*	1	.369*	.787**
	Sig. (2-tailed)	.081	.115	.001	.000	.012		.045	.000
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
الذات	Pearson Correlation	.318	.240	.268	.379*	.292	.369*	1	.584**
	Sig. (2-tailed)	.086	.202	.152	.039	.117	.045		.001
	N	30	30	30	30	30	30	30	30
الاغتراب	Pearson Correlation	.612**	.565**	.707**	.808**	.716**	.787**	.584**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.001	.000	.000	.000	.000	.001	
	N	30	30	30	30	30	30	30	30

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

نتائج ثبات الفا كرونباخ لمقياس الاغتراب النفسي

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	30	100.0
a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.			

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.802	48

نتائج ثبات التجزئة النصفية لمقياس الاغتراب النفسي

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	30	100.0
a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.			

Reliability Statistics			
Cronbach's Alpha	Part 1	Value	.658
		N of Items	24[a]
	Part 2	Value	.673
		N of Items	24[b]
	Total N of Items		48
Correlation Between Forms			.684
Spearman-Brown Coefficient	Equal Length		.812
	Unequal Length		.812
Guttman Split-Half Coefficient			.811

a. The items are: VAR00001, VAR00002, VAR00003, VAR00004, VAR00005, VAR00006, VAR00007, VAR00008, VAR00009, VAR00010, VAR00011, VAR00012, VAR00013, VAR00014, VAR00015, VAR00016, VAR00017, VAR00018, VAR00019, VAR00020, VAR00021, VAR00022, VAR00023, VAR00024.

b. The items are: VAR00025, VAR00026, VAR00027, VAR00028, VAR00029, VAR00030, VAR00031, VAR00032, VAR00033, VAR00034, VAR00035, VAR00036, VAR00037, VAR00038, VAR00039, VAR00040, VAR00041, VAR00042, VAR00043, VAR00044, VAR00045, VAR00046, VAR00047, VAR00048.

نتائج صدق الاتساق الداخلي لمقياس الاكتئاب

Correlations

		الوجداني	المعرفي	الاجتماعي	الجسمي	الاكتئاب
الوجداني	Pearson Correlation	1	.698**	.439*	.554**	.797**
	Sig. (2-tailed)		.000	.015	.001	.000
	N	30	30	30	30	30
المعرفي	Pearson Correlation	.698**	1	.573**	.663**	.864**
	Sig. (2-tailed)	.000		.001	.000	.000
	N	30	30	30	30	30
الاجتماعي	Pearson Correlation	.439*	.573**	1	.819**	.829**
	Sig. (2-tailed)	.015	.001		.000	.000
	N	30	30	30	30	30
الجسمي	Pearson Correlation	.554**	.663**	.819**	1	.900**
	Sig. (2-tailed)	.001	.000	.000		.000
	N	30	30	30	30	30
الاكتئاب	Pearson Correlation	.797**	.864**	.829**	.900**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	.000	.000	.000	
	N	30	30	30	30	30

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

نتائج ثبات الفاكرونباخ لمقياس الاكتئاب

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	30	100.0
a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.			

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
.914	44

نتائج ثبات التجزئة النصفية لمقياس الاكتئاب

Case Processing Summary			
		N	%
Cases	Valid	30	100.0
	Excluded[a]	0	.0
	Total	30	100.0
a. Listwise deletion based on all variables in the procedure.			

Reliability Statistics			
Cronbach's Alpha	Part 1	Value	.885
		N of Items	22[a]
	Part 2	Value	.831
		N of Items	22[b]
	Total N of Items		44
Correlation Between Forms			.667
Spearman-Brown Coefficient	Equal Length		.800
	Unequal Length		.800
Guttman Split-Half Coefficient			.794

a. The items are: VAR00001, VAR00002, VAR00003, VAR00004, VAR00005, VAR00006, VAR00007, VAR00008, VAR00009, VAR00010, VAR00011, VAR00012, VAR00013, VAR00014, VAR00015, VAR00016, VAR00017, VAR00018, VAR00019, VAR00020, VAR00021, VAR00022.

b. The items are: VAR00023, VAR00024, VAR00025, VAR00026, VAR00027, VAR00028, VAR00029, VAR00030, VAR00031, VAR00032, VAR00033, VAR00034, VAR00035, VAR00036, VAR00037, VAR00038, VAR00039, VAR00040, VAR00041, VAR00042, VAR00043, VAR00044.

جـــــــــامعة قاصدي مربـــــــــاح ورقلـــــة

كلية العلوم الإنســانية والاجتمـــاعية

قســـــــم علم النفس و علوم التربية

تخصص علم النفس العيادي

الموسم الجامعي : 2019 ـ 2020

استبيان

في إطـار إعداد شهادة ماستر تخصص علم النفس العيادي، يطيب لنا أن نضع بين أيديكم هذا الاستبيان راجين منكم التعـاون معنا بغرض إفادتنا في جمع المعلومات ذات الصلة ببحثنا، فالرجاء التكرم بمنحنا جزءا من وقتكم في ملء هذه الاستبانة وذلك بوضع علامة (×) في الخانة التي تعبر عن رأيكم ، راجين منكم الإجابة على كل الفقرات، ونحيطكم علما بأن ما تدلون به من إجابات سيحاط بالسرية التامة ولا يستخدم إلا لأغراض البحث العلمي، وإننا نشكر لكم تعاونكم و نتمنى لكم دوام التوفيق .

البيانات شخصية :

الطور الدراسي : ماستر: ☐ لسانس: ☐

مثال توضيحي :

الفقرة	دائما	أحيانا	أبدا
أحب مشاهدة المباريات الرياضية		X	

عند قراءتك لهذه الفقرة وجدتها أنها تنطبق عليك أحيانا ضع علامة (X) تحت خانة البديل (أحيانا) .

شكرا على تعاونكم معنا

الرقم	العـبـــــارات	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
01	أشعر بالوحدة حتى عندما أكون بين أسرتي					
02	أشعر أنني منعزل عن الناس من حولي					
03	أشعر بالغربة عندما أكون بين زملائي					
04	أجد أنه من السهل التخلي عن المجتمع الذي نشأت فيه					
05	أشعر للانتماء للكلية التي أدرس فيها					
06	أفضل أن أعيش في أي بلد أخر غير الذي أعيش فيه					
07	تمسكي بالقيم تعتمد على طبيعة المواقف					
08	أفضل الالتزام بقيم المجتمع ومعاييره					
09	أنفذ قراراتي دون الاهتمام بالمعايير الاجتماعية					
10	أعتقد أنه لا يهم مخالفة المعايير إذا كنت سأفوز برضا الآخرين					
11	أنقد الأشخاص الذين يخالفون القيم					
12	أعتقد أن المجتمعات التي لا تخضع للقيم تنعم بالحرية					
13	أفضل مراعات القيم لأي سلوك يصدر عني					
14	تفوتني الفرصة لأنني لا أستطيع حسم الأمور					
15	أفشل في إقناع الآخرين بوجهة نظري					
16	أشعر أنني مسلوب الإرادة					
17	أجد في نفسي القدرة في الدفاع عن حقوقي					
18	يمكنني مواجهة أي موقف مهما كان صعبا					

19	أشعر أنني مقيد في الحياة					
20	أشعر بقيمة ما أعمله مهما كان بسيطا					
21	أشعر أن ما تعلمته في الجامعة ليس به فائدة لمستقبلي					
22	أحس بقيمة الأشياء التي تحيط بي					
23	أشعر بقيمتي كإنسان					
24	أشعر أنني لا أعامل معاملة إنسانية					
25	أهمل ممتلكاتي الخاصة مهما كانت ثمينة					
26	أشعر أن آرائي لها قيمة في الوسط الذي أعيش فيه					
27	أعتقد أنه لا أهمية لوجودي على قيد الحياة					
28	أشعر بأن حياتي لا يوجد فيها شي جديد يمكن تحقيقه					
29	أشعر أن الحياة مليئة بما يثير اهتمامي					
30	أعيش دون معرفة الهدف من هذه الحياة					
31	أضع لنفسي أهدافا كثيرة أسعي لتحقيقها					
32	أرى أنه لا هدف لي بعد التخرج					
33	أعيش دون التخطيط لمستقبلي					
34	تساعدني معرفتي للهدف على مواجهة الصعاب					
35	سيسهل عليا فهم معنى الحياة					
36	أعتقد أنه لا معنى لسعي الناس وكدهم في الحياة					
37	أجد معنى لكل عمل أقوم به					
38	أعتقد أنه سواء فشلت أم نجحت الأمر سواء					
39	أحاول إيجاد معنى لحياة مليئة بالفشل					

40	أشعر أن الحياة لا داعي لها					
41	أتعاطف مع الآخرين في قضاء حوائجهم					
42	يجعلني اهتمامي بنفسي لا أتعدي على حقوق الاخرين					
43	أستغرق في التفكير بنفسي وبمشكلاتي					
44	أستشير الآخرين في حل مشكلاتي					
45	أهتم بالتفكير في مشاكل الآخرين					
46	أعتقد أن الآخرين يشعرون بأنني لا أحب لهم ما أحب لنفسي					
47	أعتقد أن لا شيء يستحق التفكير فيه أكثر من ذاتي					
48	مصلحتي فوق كل إعتبار					

الرقم	العبارات	دائما	أحيانا	أبدا
1	أواجه الفشل عندما أقوم بأي عمل.			
2	أصبح تركيزي أقل من ذي قبل.			
3	أفضل الإنفراد بنفسي على وجودي مع الآخرين.			
4	أشعر بالتعب عندما أقوم بأي عمل بسيط.			
5	يعوقوني شعوري بالحزن عن التمتع بحياتي.			
6	أصبح النسيان مشكلة تؤرقني في الآونة الأخير.			
7	أعاني من النوم المتقطع في الآونة الأخيرة.			
8	أرى أن مستقبلي مظلم و ميئوس منه.			
9	أعتقد أن علاقاتي مع الآخر ينقصها المرونة وروح الدعابة.			
10	يصيبني الصداع وآلام الرأس في الفترة الأخيرة.			
11	يصعب أن أجد شيئا يرضيني و أشعر معه بالإستمتاع .			
12	أفكاري ومعتقداتي عن ذاتي إيجابية.			
13	أهتم بتكوين علاقات مع الجنس الآخر.			
14	أفقد الكثير من وزني دون عمل رجيم.			
15	أستغرق وقتا طويلا في تذكر الأشياء.			
16	أشعر بالضيق عند الذهاب إلى الحفلات و المناسبات.			
17	أعاني من صعوبة الدخول في النوم بسهولة.			
18	أتجنب المواقف الإجتماعية التي أكون محورا أساسيا بها.			
19	أعاني من كثرة الرغبة في التبول.			
20	أقلل من خطورة أو أهمية أشياء هي بالفعل خطيرة.			
21	إنخفضت إهتماماتي بنواحي الحياة التي كنت مهتما بها من قبل.			
22	أشعر بآلام الظهر و العضلات بصورة متكررة في الآونة الأخيرة			
23	تراودني أفكار إنتحارية في بعض الأحيان.			
24	أعجب بتفسيري و تحليلي للمواقف.			
25	أقوم بأداء أي شيء ببطء.			
26	أشعر بضعف الإستثارة الجنسية عن ذي قبل.			
27	أعتقد أن الضحك وسيلة جيدة للتخفيف من ضغوطي و شعوري بالفشل.			
28	أرى أن الآخرين ينزعجون من أحكامي و تفسيراتي الخاطئة.			
29	أبذل جهدا كبيرا لفعل أشياء بسيطة.			

30	أشكو من فقدان الشهية في الآونة الأخيرة.			
31	قابليتي للإستثارة أصبحت أكثر من ذي قبل.			
32	أستطيع أن أتخذ قرار في حياتي بسهولة.			
33	أشعر بالإحباط من كثرة رفض الآخرين و تجاهلهم لي.			
34	أشكو من الإمساك و إضطراب الهضم.			
35	أشعر بأن القدر يخبئ لي مصائب كثيرة.			
36	أعاني من ضعف قدرتي على التعبير.			
37	أصبحت علاقاتي مضطربة في محيط أسرتي.			
38	أرى أنه لن يتغير شيئا من مستقبلي مهما بذلت من جهد.			
39	أشعر بأن قدراتي العقلية منخفضة بالمقارنة بمن حولي.			
40	أشعر أن حياتي تسير بلا معنى و لا هدف حقيقي.			
41	أقلق على نفسي عندما يصيبني مرض بسيط.			
42	أعتقد أن دراستي الجامعية لن تعود على بنفع.			
43	أعتقد أنني أبدو أقل من غيري.			
44	تنتابني الرغبة في البكاء في أحيان كثيرة .			

نتائج الدراسة الأساسية

الملحق رقم(03) نتائج الدراسة الاساسية

نتائج الفرضية الأولى : المستوى في الاغتراب النفسي

Statistics		
الاغتراب		
N	Valid	200
	Missing	0
Mean		147.3500
Std. Deviation		11.64843
Minimum		45.00
Maximum		190.00

نتائج الفرضية الثانية : الفروق بين أعراض الاكتئاب

Statistics		
الاكتئاب		
N	Valid	200
	Missing	0
Mean		89.1700
Std. Deviation		14.23002
Minimum		49.00
Maximum		120.00

Descriptives

الاكتئاب

	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error	95% Confidence Interval for Mean		Minimum	Maximum
					Lower Bound	Upper Bound		
المعرفي	200	24.1200	4.06797	.28765	23.5528	24.6872	14.00	34.00
الوجداني	200	24.0700	3.98428	.28173	23.5144	24.6256	15.00	33.00
الاجتماعي	200	20.3550	4.24370	.30008	19.7633	20.9467	10.00	49.00
الجسمي	200	20.4850	4.92249	.34807	19.7986	21.1714	10.00	29.00
Total	800	22.2575	4.68814	.16575	21.9321	22.5829	10.00	49.00

ANOVA

الاكتئاب

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	2703.065	3	901.022	48.272	.000
Within Groups	14857.890	796	18.666		
Total	17560.955	799			

Multiple Comparisons

Dependent Variable: الاكتئاب

Tukey HSD

(I) VAR00002	(J) VAR00002	Mean Difference (I-J)	Std. Error	Sig.	95% Confidence Interval	
					Lower Bound	Upper Bound
المعرفي	الوجداني	.05000	.43204	.999	-1.0623-	1.1623
	الاجتماعي	3.76500*	.43204	.000	2.6527	4.8773
	الجسمي	3.63500*	.43204	.000	2.5227	4.7473
الوجداني	المعرفي	-.05000-	.43204	.999	-1.1623-	1.0623
	الاجتماعي	3.71500*	.43204	.000	2.6027	4.8273
	الجسمي	3.58500*	.43204	.000	2.4727	4.6973
الاجتماعي	المعرفي	-3.76500-*	.43204	.000	-4.8773-	-2.6527-
	الوجداني	-3.71500-*	.43204	.000	-4.8273-	-2.6027-
	الجسمي	-.13000-	.43204	.991	-1.2423-	.9823
الجسمي	المعرفي	-3.63500-*	.43204	.000	-4.7473-	-2.5227-
	الوجداني	-3.58500-*	.43204	.000	-4.6973-	-2.4727-
	الاجتماعي	.13000	.43204	.991	-.9823-	1.2423

*. The mean difference is significant at the 0.05 level.

نتائج الفرضية الثالثة : العلاقة بين أعراض الاكتئاب و الاغتراب النفسي

Correlations			
		الاكتئاب	الاغتراب
الاكتئاب	Pearson Correlation	1	.665**
	Sig. (2-tailed)		.000
	N	200	200
الاغتراب	Pearson Correlation	.665**	1
	Sig. (2-tailed)	.000	
	N	200	200
**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).			

نتائج الفرضية الرابعة : الفروق في أعراض الاكتئاب لدى الطالبات المقيمات في الاحياء الجامعية ذوات الاغتراب النفسي المرتفع تبعا لمتغير الطور الدراسي

Group Statistics					
	VAR00002	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الاكتئاب	ماستر	25	78.2000	17.76467	3.55293
	لسانس	56	92.9464	12.08518	1.61495

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
الاكتئاب	Equal variances assumed	2.629	.109	-4.362-	79	.000	-14.74643-	3.38082	-21.47579-	-8.01707-
	Equal variances not assumed			-3.778-	34.303	.001	-14.74643-	3.90274	-22.67518-	-6.81768-

نتائج الفرضية الخامسة: الفروق في أعراض الاكتئاب لدى الطالبات المقيمات في الأحياء الجامعية ذوات الاغتراب النفسي المنخفض تبعا لمتغير الطور الدراسي

Group Statistics					
	VAR00002	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الاكتئاب	ماستر	66	85.5152	14.84198	1.82692
	لسانس	53	94.9057	8.70293	1.19544

Independent Samples Test										
		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
الاكتئاب	Equal variances assumed	14.084	.000	-4.076-	117	.000	-9.39051-	2.30402	-13.95349-	-4.82753-
	Equal variances not assumed			-4.301-	107.861	.000	-9.39051-	2.18328	-13.71821-	-5.06280-