أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة

د./ محمد الصافي عبد الكريم*

أولاً: مقدمة الدراسة:

يواجه الإنسان في حياته العديد من الأحداث الضاغطة التي تضم خبرات غير مرغوب فيها، وأحداث قد تنطوي على الكثير من مصادر التوتر، وعوامل الخطر والتهديد في كافة مجالات الحياة.

وترتبط الضغوط بأحداث الحياة اليومية، فكثيراً ما نتعرض لمصادر متنوعة من الضغوط الخارجية كضغوط العمل والدراسة، والضغوط الأسرية، وضغوط التربية، والمشكلات الصحية والأمور المالية، كما نتعرض يومياً للضغوط ذات المصادر الداخلية مثل الآثار العضوية والنفسية السلبية التي تنتج عن أخطائنا السلوكية، ولاشك أن هذه الضغوط قد تؤدي إلى الوقوع في العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية كالعزلة والشعور بالاغتراب والميل إلى العدوانية والجنوح واليأس والانسحاب من المواقف، وفقدان الثقة بالنفس، والشعور بالعجز والسلبية والتردد.

وقد أثبت علماء النفس أن تزايد الأحداث في حياة الإنسان إيجابية أم سلبية، داخلية أم خارجية، قد لا يكون مفيداً من الناحية الصحية، فتكرار مثل هذه الأحداث يمثل ضغوطاً نفسية وعبئاً وجهداً على الجسم والصحة، مما قد يرتبط بالإصابة بكثير من الأمراض بما فيها الاكتئاب والقلق، حتى أن الأمراض الجسمية كأمراض القلب والسكر، وضغط الدم، تبين أنها ذات صلة قوية بالضغوط اليومية والإجهاد والضغط النفسي. (إبراهيم عبد الستار، ١٩٩٨: ١٢١)

وتعتبر ظاهرة الاغتراب النفسي ظاهرة اجتماعية نفسية ومشكلة إنسانية شائعة في كثير من المجتمعات بغض النظر عن النظم والأيديولوجيات والمستوى الاقتصادي والتقدم المادي والتكنولوجي، كما أنها تعتبر أزمة معاناة للإنسان المعاصر، وإن تعددت مصادرها وأسبابها، وإذا كانت دراسة الاغتراب مسألة مهمة بالنسبة لعامة الناس فتزداد أهميتها للشباب وذلك لأنهم يعدون في جميع دول العالم محور اهتمام الجميع، نظراً للدور الذي يمكن للشباب القيام به في زيادة الإنتاج والإسهام في بناء الدول والمجتمعات لأنهم مصدر الطاقة المادية والمعنوية الحقيقية لأي أمة، والواقع أن مصطلح الاغتراب يعتبر من أكثر المصطلحات إثارة للجدل، لا بسبب غموض معانيها بل بسبب التعريفات الكثيرة التي وضعت لها، وبسبب اتساعها وكثرة تداولها في معالجة مشكلات المجتمع الحديث. ولكن على

* مدرس علم النفس- المعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالإسكندرية.

الرغم من تباين واختلاف الآراء حول هذا المفهوم فإن كل المحاولات التي بذلت تدور حول أمور معينة تشير إلى دخول عناصر معينة في مفهوم الاغتراب، مثل الانسلاخ عن المجتمع، العجز عن التلاؤم، والفشل في التكيف مع الواقع الاجتماعي، واللامبالاة، وعدم الشعور بالانتماء.

(فيصل عباس، ١٩٨٢: ٧٦)

ولقد تميز العصر الحالي بمتغيرات سريعة متلاحقة أدت إلى العديد من المشكلات والصراعات النفسية التي تواجه الفرد في تواصله مع الآخرين، بحيث لم تعد الحياة سوى مباراة اجتماعية يتحتم فيها أن يكون الفرد على قدر عالٍ من الكفاءة لمواجهة هذه الصراعات، وعليه تعد الضغوط أحد المظاهر الرئيسية التي تتصف بها حياتنا المعاصرة، وهذه الضغوط ما هي إلا انعكاس للتغيرات الحادة والسريعة التي طرأت على كافة مناحي الحياة. (Mark, 2000: 66)

وتؤكد كونستانس Constance على أن طلاب الجامعة عرضة لمواجهة الكثير من الاضطرابات النفسية والصراعات نتيجة للمواقف والأحداث الجديدة والمتعددة التي يواجهونها في حياتهم.

(Constance, 2004: 515)

وهذه الأحداث الحياتية الضاغطة جزء لا يتجزأ في حياة كل منا، إذ لا ينجو أي فرد من مواجهة الصعوبات والمشكلات والأزمات في حياته، ولم يشهد عصر من العصور مثل ما شهده عصرنا الحالي من كثرة التوترات والأزمات والأحداث الضاغطة التي عانى ويعاني منها أفراد المجتمعات كافة وخاصة الشباب.

على ضوء ما تقدم يمكن أن تتحدد مشكلة الدراسة من خلال الإجابة على التساؤل الرئيسي التالي: هل هناك علاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة.؟

وينبثق منه تساؤلات فرعية مؤداها:

١- هل توجد علاقة بين الضغوط الأسرية والاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة؟

٢- هل توجد علاقة بين الضغوط الاقتصادية والاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة؟

٣- هل توجد علاقة بين الضغوط الدراسية والاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة؟

٤- هل توجد علاقة بين الضغوط الاجتماعية والاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة؟

٥- هل توجد علاقة بين الضغوط الصحية والاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة؟

٦- هل توجد فروق دالة إحصائياً في أحداث الحياة الضاغطة باختلاف الجنس (ذكور- إناث)؟

٧- هل توجد فروق دالة إحصائياً في الاغتراب النفسي باختلاف الجنس (ذكور- إناث)؟

ثانياً: أهمية الدراسة:

تتجلى أهمية الدراسة في المحاور التالية:

١- ظاهرة الاغتراب ظاهرة إنسانية توجد في كل أنماط الحياة وتعد من أهم قضايا عصر العولمة وإحدى سماته البارزة وتتخذ ملامح ومظاهر متعددة ومختلفة.

٢- ما يشهده المجتمع المصري اليوم كغيره من المجتمعات من أحداث وتطورات سريعة ومتلاحقة وما صاحب هذا التطور من مشكلات نفسية كالاغتراب النفسي.

٣- تكمن أهمية الدراسة في كونها تهدف إلى استكمال ما أغفلته الدراسات السابقة.

٤- اقتراح بعض التوصيات من خلال نتائج الدراسة إلى المسئولين من أجل التخفيف من آثار هذه المشكلات التي قد يتعرض لها الشباب الجامعي.

ثالثاً: أهداف الدراسة:

تتحدد أهداف الدراسة في الآتي:

الهدف الرئيسي:

الكشف عن العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة.

الأهداف الفرعية:

١- الكشف عن العلاقة بين الضغوط الأسرية والاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة.

٢- الكشف عن العلاقة بين الضغوط الاقتصادية والاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة.

٣- الكشف عن العلاقة بين الضغوط الدراسية والاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة.

٤- الكشف عن العلاقة بين الضغوط الاجتماعية والاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة.

٥- الكشف عن العلاقة بين الضغوط الصحية والاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة.

٦- الكشف عن الفروق بين الذكور والإناث في أحداث الحياة الضاغطة.

٧- الكشف عن الفروق بين الذكور والإناث في الاغتراب النفسي.

رابعاً: مفاهيم الدراسة:

١- الأحداث الضاغطة Stress full Events:

هناك تعريفات كثيرة للأحداث الضاغطة، حيث ينطلق كل تعريف من أساس معين ومحدد، فمصطلح الضغط ليس مفهوماً جديداً، وإنما تمتد جذوره إلى القرن السابع عشر، بمعنى المشقة Hardship، والشدة Straits، والمحنة Adversity، أما في نهاية القرن الثامن عشر فقد استخدم بمعنى القوة والضغط والإجهاد، وقد شهد القرن التاسع عشر، كما يقول لازاروس (1966) Lazarus تزايد

الاهتمام بدراسة الضغط ليشير به إلى محاولات الجسم للدفاع عن نفسه ضد العوامل الضارة. وفي القرن العشرين، برز مصطلح الضغط ليشير إلى عملية مواجهة مشاق الحياة ومشكلاتها والمشاعر السلبية التي تثيرها هذه المشاق. (Kimble, 1990: 210)

وتعرف راوية دسوقي ضغوط الحياة بأنها مجموعة من التراكمات النفسية والبيئية والوراثية والمواقف الشخصية نتيجة للأزمات والتوترات والظروف الصعبة أو القاسية التي يتعرض لها الفرد، وتختلف من حيث شدتها كما تتغير عبر الزمن تبعاً لتكرار المواقف الصعبة التي يصادفها الفرد، بل إنها قد تبقى وقتاً طويلاً إذا ما استمرت الظروف المثيرة لها، وتترك أثاراً نفسية على الفرد.

(راوية دسوقي، ١٩٩١: ٢٠٣-٢٠٤)

ويعرفه فرج عبد القادر طه وآخرون بأنه حالة يعانيها الفرد حين يواجه بمطلب ملح فوق حدود استطاعته، أو حين يقع في موقف صراعي حاد، أو خطر شديد.

(فرج عبد القادر طه وآخرون، ١٩٩٣: ٤٤٥)

هذا، وتصنف ماكنمارا McNmara (2000) الضغوط التي تواجه الشباب في ثلاث فئات أطلقت على الأولى الضغوط المعيارية، وتشمل: التغيرات الجسمية وما يتصل بالدراسة الأكاديمية، والعلاقات بالوالدين وبالأقران، أما الفئة الثانية فهي الضغوط غير المعيارية، وتضم: الطلاق بين الوالدين، وحالات الوفاة في الأسرة، والمرض العقلي لأحد الوالدين، أو وجود إعاقة جسمية لدى الفرد، في حين اشتملت الفئة الثالثة على: الضغوط اليومية، والمواقف المزعجة التي يواجهها الفرد. (McNmara, 2000: 8)

ويعرف الباحث الأحداث الضاغطة بأنها مجموعة الأحداث الخارجية والداخلية التي يتعرض لها الفرد في حياته وينتج عنها ضعفاً في قدرته على إحداث الاستجابة المناسبة للحدث وما يصاحب ذلك من اضطرابات جسمية ونفسية وانفعالية تؤثر عليه في المواقف المختلفة.

ويقصد بها في هذه الدراسة ما يواجهه الطالب من الضغوط الأسرية، والضغوط الاقتصادية، والضغوط الدراسية، والاجتماعية، والصحية، من خلال ما تدل عليه الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب على مقياس أحداث الحياة الضاغطة المستخدم في هذه الدراسة.

٢- الاغتراب Alienation:

عرف ولمان (Wolman) الاغتراب في قاموس العلوم السلوكية بأنه "تدمير وانهيار العلاقات الوثيقة وتحطيم مشاعر الانتماء للجماعة الكبيرة، وتعميق الفجوة بين الأجيال وازدياد الهوة الفاصلة بين الجماعات الاجتماعية بعضها عن البعض". (Wolman, 1975: 230)

ويعرفه عبد الهادي الجوهري بأنه "الحالة التي تسيطر على الفرد سيطرة تامة وتجعله يشعر بأنه غريب وبعيد عن واقعه الاجتماعي". (عبد الهادي الجوهري، ١٩٨٣: ١٩٢)

كما يشير سيد عبد العال بأن "الاغتراب حالة نفسية تعبر عن مشاعر السخط والغضب والافتقار للروح المعنوية والرضا عن الذات مما يؤدي في النهاية إلى الشعور بغربة الذات".
(سيد عبد العال، ١٩٩١: ١٣٠)

ويرى وهبة طلعت "أن فكرة الاغتراب تعتمد في معناها على تصور حالة متناقضة لنوع من التطابق أو التشارك أو الاندماج أو الاختلاف أو التحكم أو الوحدة، ولهذا لم يكن غريباً أن يحظى الاغتراب بانتشار كبير. (وهبة طلعت، ٢٠٠١: ١٧٠)

ويقصد بالاغتراب في هذه الدراسة شعور الفرد بالانفصال عن الآخرين أو عن الذات أو كليهما، ويتضمن الاغتراب في هذه الدراسة مجموعة الأبعاد التي يشملها المقياس المستخدم وهو ما يعانيه الطالب من مظاهر مثل العجز، واللاهدف، واللامعنى، واللامعيارية، والمغامرة، والعزلة من خلال ما تدل عليه الدرجة الكلية التي يحصل عليها الطالب على مقياس الاغتراب المستخدم في الدراسة الحالية.

٣- <u>طلاب الجامعة:</u>

يؤكد كيسكر Kisker على أن طلاب الجامعة يقعون في المرحلة الانتقالية بين المراهقة والرشد ولهم أنماط خاصة من الضغوط التي يواجهونها في حياتهم. (Kisker, 1979: 158)

وعليه فإن ما تفرضه المرحلة الجامعية من مطالب وتحديات والفشل في مواجهتها يؤدي إلى ظهور مجموعة من المشكلات النفسية والاجتماعية من بينها السلبية والقلق والاكتئاب والمخاوف التي يعد طلاب الجامعة أكثر استهدافاً لها مقارنة بغيرهم من الدارسين من نفس العمر.
(أبو بكر مرسي، ١٩٩٧: ٢٣٨)

خامساً: مجالات الدراسة:

<u>المجال البشري:</u>

تتضمن الدراسة عينة قوامها (٢٤٠) طالب وطالبة من طلاب الفرقة الثالثة بالمعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالإسكندرية المقيدين في العام الجامعي ٢٠٠٩/٢٠١٠.

<u>المجال الزمني:</u>

استغرقت الدراسة الميدانية وتطبيق المقاييس شهرين اعتباراً من ٢٠١٠/٦/١ حتى ٢٠١٠/٧/٣٠.

المجال المكاني:

يتحدد المجال المكاني في المعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالإسكندرية، وقد وقع اختيار الباحث على المعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالإسكندرية لعدة اعتبارات:

١- توفر عينة الدراسة من الطلاب بالأعداد المطلوبة لاستكمال الدراسة.

٢- عمل الباحث بالمعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالإسكندرية.

سادساً: الإطار النظري للدراسة:

أولاً: الأحداث الضاغطة:

أشار (حسن مصطفى، ١٩٩٤) إلى وجود ثمانية مجالات كمصادر للأحداث الضاغطة هي: العمل والدراسة، الضغط النابع من البيئة المادية، الضغوط الصحية، الضغوط الأسرية، ضغوط الزواج والعلاقة بالجنس الآخر، الضغوط الوالدية، الضغوط الشخصية، ضغوط الصداقة، والعلاقات بالآخرين. (حسن مصطفى، ١٩٩٤: ٤٧)

ويوضح (عبد الرحمن سليمان، ١٩٩٤) أن أهم مصادر الأحداث الضاغطة هي الآتي:

- المشكلات النفسية (الانفعالية): كالثورة والغضب والاكتئاب والفتور والإثارة، وسرعة التهور.
- المشكلات الاقتصادية: وهم الأفراد الذين يعيشون مستوى اقتصادي اجتماعي منخفض، ويعيشون في منطقة مزدحمة بالسكان، فهؤلاء يعيشون اضطرابات أسرية ويعانون من ارتفاع معدل الإصابة بالأمراض النفسية والجسمية.
- المشكلات العائلية (الأسرية): مثل المرض، وغياب أحد الوالدين عن الأسرة، الطلاق،.
- الضغوط الاجتماعية المتمثلة في سوء العلاقة بالآخرين، وصعوبة تكوين صداقات.
- المشكلات الصحية كالصرع، وارتفاع ضغط الدم، وحركة المعدة، وارتفاع معدل ضربات القلب، والغثيان، والدوخة، والرعشة.
- المشكلات الشخصية كالهروب، والمقاومة، وانخفاض تقدير الذات، وانخفاض مستوى الطموح، والتصلب، وجمود الرأي، وصعوبة اتخاذ القرار، والتردد.
- المشكلات الدراسية مثل صعوبة التعامل مع الزملاء والمعلم، صعوبة التحصيل الدراسي، ضعف القدرة على التركيز، عدم القدرة على أداء الواجبات المنزلية والفشل في الامتحانات.

(عبد الرحمن سليمان، ١٩٩٤: ٦٠)

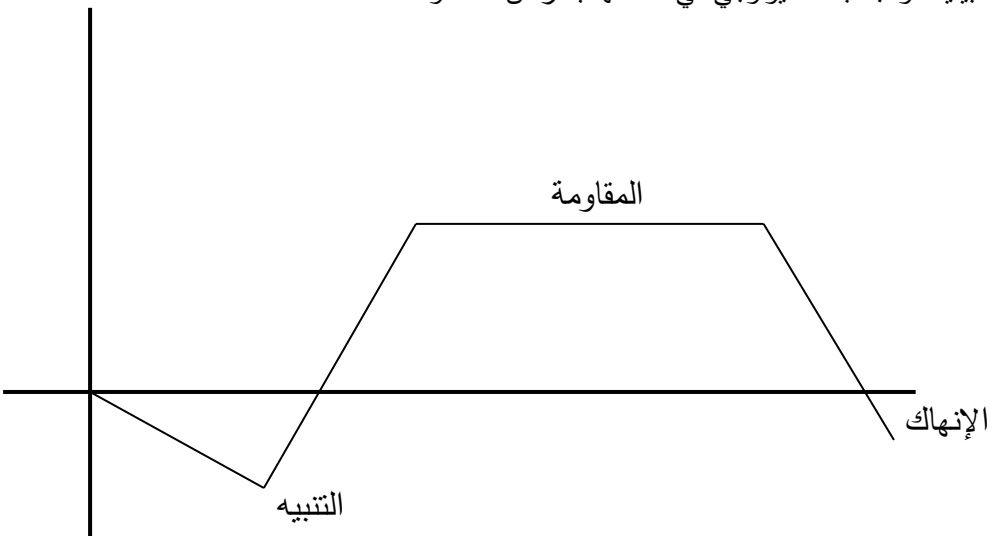
النظريات المفسرة للضغوط:

هناك العديد من النظريات التي تناولت الضغوط، محاولة تقديم تفسير لما تسببه الأحداث من آثار سلبية على الجوانب الفسيولوجية والموقفية والانفعالية والسلوكية.

أولاً: النظريات الفسيولوجية للضغوط:

هي حالة تفرض مطالب قاسية على الكائن الحي الجسمية أو النفسية، ومن أمثلة هذه المطالب المرض الحاد المزمن وأوجه القصور الولادية أو المكتسبة، التعرض لدرجات الحرارة العالية جداً ودرجات الحرارة المنخفضة جداً، وسوء التغذية أو الجوع وتناول العقاقير المثيرة أو ابتلاع مواد سامة. (علاء الدين كفافي، ١٩٩٧: ٤٢١)

وتعتبر نظرية هانز سيلي (Selye) في الضغوط ذات أهمية خاصة، وذلك لأنها نظرية عامة للتفاعل مع الضغوط المتنوعة على مدى الزمن، وتزودنا بتصور عن التفاعل بين العوامل البيئية، والجانب الفسيولوجي في علاقتها بأمراض الضغوط.



شكل (١)

يوضح نسب الأدرينالين أثناء الضغوط

وهذا المنحى يوضح العلاقة بين التكيف العام للجسم خلال ردود فعل الجسم عند وقوعه تحت الضغط من خلال ثلاث مستويات– الإنذار بالخطر، المقاومة، الإنهاك:

١- **مرحلــة البدايــة:** وفيهـا نجـد حـدوث ضـغط نـاتج مـن البيئـة الخارجيـة وقـد أدى إلـى الإنزعـاج والاضطراب في الجسم، حيث يوضع الجسم في حالة تأهب، حيث تبدأ المقاومات في خروجها عن المستوى العادي. رغم أنه في هذه المرحلة لا يزال مستوى مقاومات الجسم أقل من العادي رغم ارتفاعه التدريجي.

٢- عند استمرار الضغوط فإن مقاومة الجسم وارتفاع الأدرينالين يبدأ في الازدياد الوقتي المستمر فوق حدود المستوى العادي للفرد.

٣- حسب طول مدة بقاء الضغوط وشدتها يرتفع ويستمر المنحنى في المستوى الثاني، وعند انتهاء الضغوط تبدأ مقاومة الجسم إلى مرحلة الإنهاك أو استنفاذ قوى الجسم للتوافق.

(Seyle, 1979: 230)

ويعتبر الباحث أن الأحداث لا تكون ضاغطة إلا إذا اعتبرها الفرد بأنها كذلك، من خلال تفاعله الدينامي مع الحدث وإمكاناته الشخصية والاجتماعية، وشعوره ببعض نواتج الضغوط من خلال استجابته النفسية والانفعالية والمعرفية والفسيولوجية.

ثانياً: النظرية المعرفية في الضغوط:

حيث ينظر للضغوط بأنها علاقة معينة بين الفرد وبيئته، وعلاقة تفاعلية ومتغيرة باستمرار وعلاقة تأثير وتأثر بين الفرد وبيئته. (Folkman, 1984: 40)

ويعرف كل من (Lazarus & Folkman, 1984: 19) الضغوط بأنها علاقة محددة بين الفرد والبيئة التي يقيمها بأنها تفوق إمكاناته وتشكل خطراً على رفاهيته.

وتعتبر عملية التقييم المعرفي للتهديد لدى لازاروس، المفهوم المركزي لفهم طبيعة الضغوط، حيث تكون عملية التقدير المعرفي وتوقعات المستقبل والعمليات المعرفية شاملة للإدارك والتعليم والذاكرة والحكم. (Lazarus, 1966: 30)

ويرى لازاروس أن تقدير كم التهديد ليس مجرد إدراك مبسط للعناصر المكونة للموقف، ولكنه علاقة خاصة من التفاعل الدينامي بين البيئة المحيطة بالفرد وخبراته الشخصية مع الضغوط، ويعتمد تقييم الفرد للموقف الضاغط على عوامل عديدة منها: العوامل الشخصية والاجتماعية والعوامل المتصلة بالموقف الضاغط نفسه وأن ما يعتبر ضاغطاً لفرد قد لا يعتبر ضاغطاً لآخر.

(فاروق السيد، ٢٠٠١: ١٠)

ويرى كل من (Lazarus & Folkman, 1984: 31-34) أن ذلك يعتمد على طبيعة تقييم الفرد للموقف وإمكاناته في مواجهته، حيث يقرر الفرد أن الموقف إما أن يكون ضاراً، أو مهدداً، أو متحدياً، أو غير مؤثر.

ثالثاً: النظرية الإدراكية "سبيلبرجر":

ويميز سبيلبرجر Spielberger خلال منظوره الإدراكي للضغوط بين الأحداث البيئية الخطرة التي يسميها ضغوط، وبين التغيرات الانفعالية والفسيولوجية والسلوكية، التي تنتج كرد فعل للمواقف الضاغطة، ويسميها ردود فعل الضغوط. ولقد ميز سبيلبرجر بين مفهوم الضغوط والتهديد مشيراً لمفهوم الضغط ليعني به خصائص المثيرات في المواقف التي تتميز بدرجة ما من الخطر الجسمي أو النفسي. أما التهديد فيشير إلى إدراك الفرد لموقف معين بأنه بدرجة ما مهدد لشخصه، ويرى سبيلبرجر أن تقييم الفرد لموقف معين بأنه مهدد، يعتمد على مميزات المثير في الموقف وعلى الخبرات الماضية في المواقف المشابهة وعلى ذكرياته وأفكاره التي تستثار وتسترجع من خلال الموقف، وأن إدراك المواقف الضاغطة يعتمد على تقييم الفرد للموقف، فقد تدرك المواقف الضاغطة لبعض الأفراد بأنها غير مهددة، وبذلك فإنهم سوف لا يدركون الخطر أو التهديد الناتج عنها، كذلك الأفراد الذين يملكون المهارات والخبرات في مواجهتها يدركون الموقف بأنه ليس خطراً أو مهدداً، وبذلك فإن وجود خطر موضوعي، وإدراك الفرد للموقف بأنه مهدد، أو خطر سوف ينتج عنه زيادة في درجة أو حالة القلق. (Spielberger, 1978: 171)

رابعاً: نظرية العجز المكتسب في الضغوط:

لقد استخدمت عبارة العجز المكتسب لأول مرة من قبل "Overmire" و"Seligman" و"Maier"، وهم يصفون استجابة العجز التي انتابت استجابة الهروب لدى حيوانات التجارب التي تعرضت لصدمات كهربائية غير قابلة للتحكم من جانب حيوانات التجارب. حيث أثبتت التجارب أن الحيوانات التي مرت بخبرة العجز، استسلمت تماماً للصدمات الكهربائية لدرجة الامتناع عن القيام بمحاولة تجنب الصدمة الكهربائية.

ويعتبر Hiroto من أوائل الباحثين في مجال العجز المكتسب على الإنسان، ففي إحدى تجاربه على مجموعتين من الطلبة عرض المجموعة الأولى إلى ضوضاء شديدة مع إمكانية تحكم المجموعة بمصدر الضوضاء. فتبين أن المجموعة الثانية يأست واستسلمت للضوضاء ولم تحاول التحكم، حتى في المراحل اللاحقة. (علي عسكر، ١٩٩٨: ١٠٩-١١٠)

ويرى Seligman أن الشعور باليأس هو حالة من عدم الرغبة في التفوق، وإتمام المهام الصعبة، وأيضاً عدم الرغبة في بلوغ معايير التفوق على الآخرين وانعدام روح المنافسة.
(فاروق السيد، ٢٠٠١: ٢١٥-٢١٦)

ويرى (علي عسكر، ١٩٩٨) أن حالة العجز المكتسب يمكن أن تحدث للفرد من جراء إدراك أو رؤية تأثير الحالة على الآخرين من حوله. (علي عسكر، ١٩٩٨: ١١٢)

ويرى Seligman أن تكرار الأحداث الضاغطة ومحاولة الفرد التحكم بها، مع تكرار فشله في مواقف متعددة، من شأن ذلك أن يؤدي إلى حالة العجز المكتسب.

كذلك يرى Mailer & Seligman أن العجز المكتسب يؤدي إلى ثلاثة أنواع من الخلل: الأول دافعي، بحيث يصبح الشخص الذي يعاني من العجز المكتسب لا يبدي أي مجهود من أجل تغيير نتائج الموقف، أما الخلل الثاني، فيتصل بالجانب المعرفي، بحيث يفشل الفرد في تعلم استجابة جديدة تساعده في تجنب النتائج الصعبة، أما الخلل الثالث: فهو انفعالي، بحيث يجلب العجز المكتسب استجابة شديدة أو ضعيفة من الاكتئاب. (Taylor, 1995: 235)

ويرى الباحث أن النظرية المعرفية هي الأنسب للدراسات النفسية التي تنظر للإنسان بأنه بعيداً عن مجال التجارب على الحيوانات، وتعميمها على الإنسان واضعاً في الاعتبار تأثير الجوانب النفسية والاجتماعية للفرد في تفاعله مع المواقف، والأحداث، وإدراك وتقييم الأحداث والمواقف، وهو منظور مناسب لوصف الضغوط بأنها ضغوط نفسية لأن عملية التقييم تتطلب عمليات التفكير والإدراك، وكذلك فإن ردود فعل الضغوط تأخذ أشكالاً سلوكية ومعرفية وانفعالية واجتماعية.

أن المنظور المعرفي في تناول الضغوط وضع في اعتباره الأبعاد النفسية والاجتماعية وطبيعة الموقف الضاغط وتفاعل جميع الأبعاد لتصبح الأحداث ضغوطاً. واضعاً في الاعتبار تقييم الفرد للحدث من خلال تفاعل إمكاناته مع الموقف، بحيث لا يصبح الموقف ضاغطاً إلا إذا قيمه الفرد بأنه ضار أو مهدد واضعاً في الاعتبار أنه لا توجد أحداث تمثل ضغوطاً بصفة عامة.

ثانياً: الاغتراب النفسي:

أسباب ومصادر الاغتراب:

يشير أحمد النكلاوي (١٩٨٩) إلى أن من أسباب ومصادر الاغتراب ما يلي:

- عدم الاستقرار السياسي.
- فشل الإنسان في الوفاء بالوعود.
- زيف وانحسار المشاركة الفعلية في اتخاذ القرار.
- تراكم خبرة الفقر وعدم العدالة.
- تبعية الفكر التنموي وعدم استغلاله.
- توظيف التكنولوجيا لمزيد من سيطرة المراكز الإنتاجية.

ويرى بعض العلماء أن الشعور بالاغتراب يأتي نتيجة عوامل نفسية مرتبطة بنمو الفرد، وعوامل اجتماعية مرتبطة بالمجتمع الذي يعيش فيه مما تجعله غير قادر على التغلب على مشكلات الحياة، كما يحدث الاغتراب نتيجة التفاعل بين العوامل النفسية والاجتماعية، ومن أهم مصادر الشعور بالاغتراب التنشئة الاجتماعية الخاطئة وعمليات التغيير الاجتماعي والتقدم الحضاري والحياة المعاصرة، وعدم قدرة الإنسان على القيام بالأدوار الاجتماعية بسهولة، والفجوة بين الأجيال أو بين الفرد والمجتمع الذي يعيش فيه، واختفاء كثير من القيم التي كانت موجودة في الماضي مثل التعاطف والتراحم والمحبة. (أحمد النكلاوي، ١٩٨٩: ٣٧)

وترجع كارين هورني Horney أسباب ومصادر الاغتراب لدى الإنسان إلى ضغوط داخلية، حيث يوجه الفرد معظم نشاطه نحو الوصول إلى أعلى درجات الكمال، حتى يحقق الذاتية المثالية، ويصل بنفسه إلى الصورة التي يتصورها. (أمال بشير، ١٩٨٩: ٩٥)

وترى إجلال سري (١٩٩٣) أن أسباب الاغتراب تتعدد، ومن أهمها ما يلي:

١- أسباب نفسية، وتتمثل في:

١- **الصراع:** بين الدوافع والرغبات المتعارضة، وبين الحاجات التي يمكن إشباعها في وقت واحد مما يؤدي إلى التوتر الانفعالي والقلق واضطراب الشخصية.

٢- **الإحباط:** حيث تعاق الرغبات الأساسية أو الحوافز أو المصالح الخاصة بالفرد، ويرتبط الإحباط بالشعور بخيبة الأمل والفشل والعجز التام والشعور بالقهر وتحقير الذات.

٣- **الحرمان:** حيث تقل الفرصة لتحقيق دوافع أو إشباع الحاجات كما في حالة الحرمان من الرعاية الوالدية والاجتماعية.

٤- **الخبرات الصادمة:** وهذه الخبرات تحرك العوامل الأخرى المسببة للاغتراب مثل الأزمات الاقتصادية والحروب.

٢- أسباب اجتماعية، ومن أهمها ما يلي:

١- ضغوط البيئة الاجتماعية والفشل في مقابلة هذه الضغوط.

٢- الثقافة المريضة التي تسود فيها عوامل الهدم والتعقيد.

٣- التطور الحضاري السريع وعدم توافر القدرة النفسية على التوافق معه.

٤- اضطراب التنشئة الاجتماعية، حيث تسود الاضطرابات في الأسرة والمدرسة والمجتمع.
٥- مشكلة الأقليات، ونقص التفاعل الاجتماعي، والاتجاهات الاجتماعية السالبة، والمعاناة من خطر التعصب والتفرقة في المعاملة، وسوء التوافق المهني، حيث يسود اختيار العمل على أساس الصدفة، وعدم مناسبة العمل للقدرات، وانخفاض الأجور.
٦- سوء الأحوال الاقتصادية وصعوبة الحصول على ضروريات الحياة.
٧- تدهور نظام القيم وتصارع القيم بين الأجيال.
٨- الضلال والبعد عن الدين والضعف الأخلاقي وتفشي الرذيلة. (إجلال سري، ١٩٩٣: ٦٥)

أبعاد الاغتراب:

يمثل الاغتراب ظاهرة متعددة الأبعاد Multidimensional، أي أنه ليس بظاهرة أحادية البعد Unidirectional، وهذه الأبعاد منها:

١- **العجز Powerlessness**: ويعرف أحياناً باسم "اللاقوة"، وهو شعور الفرد بأنه لا حول له ولا قوة، ونقص قدرته على السيطرة على سلوكه، وعلى التحكم أو التأثير في مجريات الأمور الخاصة به، أو في تشكيل الأحداث العامة في مجتمعه، وبأنه مقهور ومسلوب الإرادة والاختيار، وأنه عاجز عن تحديد النتائج التي قد تنشأ نتيجة لهذه الأحداث. ويشعر الفرد أن ما يخصه يملي عليه من الخارج.

(عبد السميع سيد أحمد، ١٩٨١؛ عادل الأشول وآخرون، ١٩٨٥؛ حسن الموسوي، ١٩٩٧)

٢- **اللامعيارية Formlessness**: هي فقدان المعيار، وغياب نسق منظم للمعايير الاجتماعية، وهي الحالة التي يتوقع فيها الفرد بدرجة كبيرة أن أشكال السلوك التي أصبحت مرفوضة اجتماعياً غدت مقبولة، أي أن الأشياء لم يعد لها أية ضوابط معيارية، وما كان خطأ أصبح صواباً، وما كان صواباً أصبح خطأ من منطلق إضفاء صبغة الشرعية على المصلحة الذاتية للفرد وحجبها عن المعايير وقواعد وقوانين المجتمع واللامعيارية تؤدي إلى مغايرة معايير الدين والقانون والعرف، وعدم مسايرتها. (أحمد النكلاوي، ١٩٨٩)

ويستخدم مصطلح المعيارية بمعانٍ ثلاثة:

- التفكك الشخصي الذي يؤدي إلى وجود من يتفقد الإرشاد ولا يحترم القانون، وذلك مما يهدد البناء والتماسك الاجتماعي.
- الموقف الذي يشهد صراعاً بين المعايير وبين الجهود الذي يبذلها الفرد لمسايرة المعايير.

- الموقف الاجتماعي الذي تغيب فيه المعايير نتيجة لتغيرات اجتماعية وثقافية تغلب التوقعات السلوكية العادية للفرد. (إجلال سري، ١٩٩٣).

٣- **العزلة الاجتماعية Social Isolation**: هي انسحاب الفرد وانفصاله عن تيار الثقافة السائدة في مجتمعه، وشعوره بالوحدة والفراغ النفسي حتى ولو كان مع الآخرين، مع سعيه للبعد عن الناس. (حسن الموسوي، ١٩٩٧)

٤- **التشيؤ Reification**: ينظر الإنسان إلى ذاته كما لو كانت شيئاً أو سلعة يطرحها للبيع، حيث يتحول الفرد إلى موضوع ويفقد إحساسه بهويته ومن ثم يشعر بأنه مقتلع، حيث لا جذور تربطه بنفسه أو واقعه. (عبد اللطيف خليفة، ٢٠٠٦: ٢٠)

٥- اللامعنى Meaninglessness: هو شعور الفرد بفقدان المعنى في الحياة، وبأن الأشياء والأحداث والوقائع المحيطة قد فقدت دلالتها ومعناها ومعقوليتها، وأن الحياة لا جدوى منها، فيفقد واقعيته ويحيا بلا مبالاة. (عباس متولي، ١٩٨٨؛ عطيات فتحي أبو العينين، ١٩٩٧)

٦- **التمرد وعدم الرضا Rebellion & Unsatisfaction**: وهو نقص قبول الفرد لواقعه، وأن ما يدور حوله من أحداث لا يأبه بها مما يدعوه لممارسة العنف وتبرير جرائمه، ووجود نزعة تدميرية تتجه إلى خارج الذات في شكل سلوك عدواني ضد المجتمع ومعطياته الحضارية أو تتجه إلى داخل الذات في شكل عزلة ونكوص وعدوان داخلي موجه إلى الذات.

(حسن الموسوي، ١٩٩٧)

٧- **اللاهدف Purposelessness**: يقصد به أن الحياة تمضي بغير هدف وغاية، ومن ثم يفقد الفرد الهدف من وجوده ومن عمله، ومن معنى الاستمرارية في الحياة، ويترتب على ذلك اضطراب سلوك الفرد وأسلوب حياته، مما يؤدي إلى التخبط في الحياة بلا هدف ويضل الطريق. (إجلال سري، ١٩٩٣؛ عطيات فتحي أبو العينين، ١٩٩٧)

٨- **غربة الذات Self-Estrangement**: هي حالة يدرك الفرد ذاته كمغترب، أي أنه أضحى نافراً أو مغترباً عن ذاته، وأصبحت الذات أداة مغتربة لا تعرف ماذا تريد، وهي أيضاً عدم القدرة على تواصل الفرد مع نفسه وشعوره بالانفصال عما يرغب أن يكون عليه وبين إحساسه بنفسه في الواقع. (أحمد النكلاوي، ١٩٨٩)

٩- **الانسحاب Withdrawal**: هو وسيلة دفاعية تلجأ لها الأنا للدفاع عن نفسها حيث يعجز الفرد عن الابتعاد عن المواقف المهددة، ومن ثم يزيح عن نفسه القلق بأن ينسحب من الموقف أو ينكر وجود العنصر المهدد.

١٠- **الـرفض Rejection**: هـو اتجـاه سـلبي رافـض ومعـاد نحـو الآخـرين، أو نبـذ بعـض السـلوك، ويتضمن الرفض الاجتماعي والتمرد على المجتمع، عدم التقبل الاجتماعي، وحتى رفض الذات.

(إجلال سري، ١٩٩٣)

النظريات المفسرة للاغتراب:

تم تفسير الاغتراب من خلال عدد من النظريات منها:

أ- تفسير النظرية السلوكية للاغتراب:

تفسر النظرية السلوكية المشكلات السلوكية بأنها أنماط من الاستجابات الخاطئة غير السوية المتعلمـة والمرتبطـة بمثيـرات منفـرة، ويحـتفظ بهـا الفـرد لفاعليتهـا فـي تجنـب مواقـف أو خبـرات غيـر مرغوبة، والفرد وفقاً لهذه النظرية يشعر بالاغتراب عن ذاته عندما ينصاع أو يندمج بين الآخرين بلا رأي أو فكر محدد حتى لا يفقد التواصل معهم، وبدلاً من ذلك يفقد تواصله مع ذاته.

(علاء الشعراوي، ١٩٨٨: ٧٥)

ب- تفسير نظرية المجال للاغتراب:

عند الاستقصاء عن أسباب الاضطراب والمشكلات النفسية يوجه الاهتمام إلى أمور هامة مثل:

- شخصية العميل وخصائصها المرتبطة بالاضطراب والمسببة له.
- خصائص حيز الحياة الخاص بالعميل من زمن حدوث الاضطراب.
- أسباب اضطرابه شخصياً وبيئياً مثل الإحباطات والعوائق المادية، والحواجز النفسية التي تحول دون تحقيق أهدافه والصراعات وما قد يصاحبها من إقدام وهجوم غاضب أو إحجام وتقهقر خائف، وعلى هذا فإن الاغتراب هنا ليس ناتجاً عن عوامل داخلية فقط، بل عن عوامل خارجية تتضمن سرعة التغيرات البيئية والاتجاه نحو هذه التغيرات والعوامل.

(حامد زهران، ١٩٩٨: ١٣٧)

ج- الاغتراب عند سيجموند فرويد:

استطاع فرويد أن يصل إلى الحقائق التالية:

- **اغتراب الشعور**: فالخبرات يتم كبتها لتقليل الألم الناتج منها، ولذلك فإن تذكرها أمر صعب يحتاج إلى مجهود كبير للتغلب على المقاومة، التي تحول دون ظهور هذه الخبرات إلى الشعور، وبذلك يغترب الشعور عن الخبرات المكبوتة والمقاومة هنا مظهر من مظاهر اغتراب الشعور.

- **اغتراب الشعور:** يشير فرويد إلى أن الخبرات المكبوتة تبدأ حياة جديدة شاذة في اللاشعور، وتبقى محتفظة بطاقتها، تتحين فرصة للخروج، وطالما أن أسباب الكبت لازالت قائمة، فإن اللاشعور يظل مغترباً على شكل انفصال عن الشعور ومحاولة الأنا في التوفيق بين ضغط الواقع ومتطلبات الهو، وأوامر الأنا الأعلى، إلا هروباً من اغتراب الفرد عن الواقع الاجتماعي.

(حسن الموسوي، ١٩٩٧: ٨٧)

ويرى فرويد أن هناك مظهرين للاغتراب يتمثل أولهما في عدم افتتان الفرد بالحضارة وما يصاحبها من حالات قلق وعصاب، وذلك نتيجة لسلطة الماضي وما يواكبها من اعتماد الفرد على والديه، ويتمثل المظهر الثاني في افتتان الفرد بالحضارة، وتوحد الذات بالواقع وطمس الفردية وذلك نتيجة لسلب حرية الأنا وغياب معرفة الأنا والأنا الأعلى من ناحية، أو نتيجة لخبرة الاعتماد الطويلة على الوالدين لأنا الفرد، والتي يترتب عليها حاجة الفرد للاعتماد والتوحد مع الواقع كبديل لسلطة الوالدين الطويلة على الفرد من ناحية أخرى. (السيد شتا، ١٩٩٨: ١١٤)

د- تفسير نظرية السمات والعوامل للاغتراب:

من أهم سمات هذه النظرية تركيزها على العوامل المحددة التي تفسر السلوك البشري والتي تمكن من تحديد سمات الشخصية، وتشير الدراسات التي تناولت سمات شخصية مرتفعي الاغتراب، أنهم يتميزون بعدد من السمات منها التمركز حول الذات Egocentric وعدم الثقة، والتشاؤم، والقلق والتباعد، والوحدة النفسية، وتوترات الحياة اليومية، والشعور بفقدان القدرة على التحكم، والاضطرابات في هوية الفرد، ونقص العلاقات الصادقة مع الآخرين، وعدم القدرة على تبني القيم المرغوبة، وعدم القدرة على التوحد مع الأبوين، وعدم القدرة على إيجاد تواصل بين الماضي والمستقبل، وعدم الانسجام بين الفرد والأجيال السابقة. (علاء الشعراوي، ١٩٨٨: ٧٥)

هـ- تفسير نظرية الذات للاغتراب:

يعرف حامد زهران (١٩٩٨) مفهوم الذات بأنه تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات التقييمية الخاصة بالذات. ويتكون مفهوم الذات من مفهوم الذات المدرك، ومفهوم الذات الاجتماعي، ومفهوم الذات المثالي.

ويتكون مفهوم الذات من كل ما ندركه عن أنفسنا، ويتم تنظيم مكوناته من المشاعر والمعتقدات التي تشكل في مجموعها إجابة عن تساؤلات من نوع: من تكون؟ وكيف نبدو أمام الآخرين؟ وكيف ينبغي أن نتصرف؟ وإلى من تنتمي؟ والعنصر المهم في تشكيل مفهوم الذات هو الطريقة التي تتحقق بها عملية تنظيم تلك المشاعر والمعتقدات المتناثرة في إطار وحدة متكاملة.

(شاكر قنديل، ١٩٩٩: ٤٥)

وترى كارين هورني Horney أن الاغتراب ينشأ حينما يطور الفرد صورة مثالية عن ذاته، بلغ من اختلافها عما هو عليه لدرجة أنه توجد هوة عميقة بين صورته المثالية وذاته الحقيقية، وحينما يتشبث المرء بالاعتقاد بأنه هو ذاته المثالية فإنه لا يعود قادراً على إدراك ذاته الحقيقية، والاغتراب وفق هذه النظرية، إنما ينشأ عن الإدراك السالب للذات أو انخفاض مفهوم الذات أو التفاوت الكبير بين تصور الفرد عن ذاته المثالية وذاته كما هو متوقع. (علاء الشعراوي، ١٩٨٨: ٧٧)

سابعاً: الدراسات السابقة:

أولاً: الدراسات التي تناولت الأحداث الضاغطة:

قام وليم (١٩٨٣) بدراسة استهدفت الكشف عن العلاقة بين الضغوط وكل من الاكتئاب والأمراض النفسجسمية والتفكير الانتحاري لدى عينة من المراهقين واستخدمت الدراسة عينة قوامها (٢٦) مراهقاً من مستويات اجتماعية متوسطة في المرحلة الثانوية، وتكونت أدوات الدراسة من مقياس الاكتئاب وقائمة الأعراض النفسجسمية، ومقياس الضغوط والذي يقيس أثر بعض المواقف التي يتعرض لها المراهق في حياته وتسبب له ضغوطاً، وقد أظهرت الدراسة وجود فروق دالة بين الجنسين في كيفية إدراكهم للمواقف والأحداث المسببة للضغوط، كما وجدت علاقة بين الضغوط والأمراض النفسجسمية لدى عينة الدراسة.

كما قام أرو Aro (١٩٨٧) بدراسة للتعرف على مدى ارتباط الضغوط اليومية بالأعراض النفسجسمية لدى المراهقين، وطبقت الدراسة على عينة (٩٩٩) أنثى، (١٠٠٢) ذكور، وتكونت أدوات الدراسة من بيانات ضغوط الحياة وتوصلت نتائج الدراسة إلى أن أحداث الحياة والمشاكل اليومية والمشاحنات بين الأشخاص ترتبط ارتباطاً موجباً بظهور الأعراض النفسجسمية، كما أن بعض الأعراض تزداد لدى الذكور الذين تعرضوا في حياتهم للأحداث القوية والصادمة درجة أكبر من الذكور أو الإناث الذين لم يتعرضوا لمثل هذه الأحداث، في حين يزداد ظهور الأعراض النفسجسمية لدى الإناث عن الذكور ولكنها تختلف في نفس الوقت باختلاف نوع الضغوط وتكثر هذه الاختلافات بين الإناث وبعضهن.

أجرت كيرز Kurz (١٩٩٢) دراسة للتعرف على إدراك الطلاب من الجنسين للضغط والتوتر والدور الأسري في التخفيف عما ينشأ عنها من أعراض. وتكونت عينة الدراسة من (٢٥٦) طالب وطالبة، وتوصلت إلى أنه لا يوجد فروق بين خاصيتي المحافظة والمرونة والأعراض المرضية لدى الطلاب.

وفي دراسة مالكوف (١٩٩٣) Malkoff لتقييم تأثير الضغوط الذهنية على السلوك العدواني لدى طلاب الجامعة بين الجنسين ممن تعرضوا للقيام بمهام على الحاسوب، تكونت عينة الدراسة من (٤٤) طالب وطالبة أوضحت النتائج ارتفاع مستوى العدوان لدى المجموعة التجريبية مقارنة بالمجموعة الضابطة.

وقام لارسون وهام Larson & Ham (١٩٩٣) بدراسة استهدفت إلى التعرف على أثر الأحداث السالبة على المراهقة المبكرة، والكشف عن تأثير ضغوط الأقران والمدرسة والعائلة على عينة تكونت من (٤٣٨) طالباً. وأظهرت نتائج الدراسة تأثر الإناث بالأحداث بدرجة أكبر من تأثر الذكور، وأظهرت كذلك مدى تأثير الأقران والمدرسة، والعائلة على شعور أفراد العينة بالضغوط فعندما يكون دور كل من الأقران والمدرسة والعائلة ناضجاً واعياً فإن ذلك يخفف من حدة الضغط وآثاره.

قام عبد الحفيظ (١٩٩٤) بدراسة للتعرف على تأثير الفروق الحضارية بين المصريين والأندونيسيين في ضغوط أحداث الحياة والطريقة التي يدركون بها هذه الأحداث وأساليب مواجهتها. وتكونت عينة الدراسة من مجموعتين: المجموعة المصرية من (٣٨٥) فرداً والمجموعة الأندونيسية (٢٩٧)، وتراوحت أعمارهم بين (٢١-٥٠) وأظهرت الدراسة وجود فروق بين العينتين في الإحساس بضغوط الحياة لصالح العينة المصرية وخاصة الضغوط الوالدية، والزواج، والعلاقة بين الجنس الآخر، والصداقة والأحداث الشخصية في حين كان الأندونيسيين أكثر معاناة من ضغوط العمل والدراسة والنواحي المالية والصحية.

كما قام نيوبي (١٩٩٧) Newby بدراسة للتعرف على العلاقة بين ضغوط الحياة لدى طلاب الجامعة، والأداء الأكاديمي تكونت عينة الدراسة من (١٤٢) طالب وطالبة وتوصلت النتائج إلى أن التأقلم غير الفعال مع الضغوط عاملاً قوياً في الأداء الأكاديمي المنخفض.

ثانياً: الدراسات التي تناولت الاغتراب:

استهدفت دراسة محمد إبراهيم (١٩٨٧) التعرف على الاغتراب وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى الشباب، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وقد اشتملت الدراسة على (٢١٤) طالب من طلاب الجامعة، وتضمنت أدوات البحث على مقياس الاغتراب ومقياس التسلطية ومقياس القلق، ومقياس تحقيق الذات، وقد أشارت أهم النتائج إلى أن هناك علاقة ارتباطية بين الاغتراب وكل من القلق والتسلطية وتحقيق الذات.

وقام محمد عاطف (١٩٨٩) بدراسة استهدفت التعرف على الاغتراب النفسي وعلاقته بالسمات الشخصية (العدوان- العداء- الاعتماد- التقدير السلبي للذات- عدم الكفاءة الشخصية- عدم التجاوب الانفعالي- عدم الثبات الانفعالي- النظرة السلبية للحياة- الوحدة النفسية). وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وقد اشتملت عينة البحث على (٣٣٦) طالباً وطالبة وتضمنت أدوات البحث على مقياس الاغتراب واستبيان تقدير الشخصية، ومقياس قوة الأنا، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية، وقد أشارت أهم النتائج إلى أن هناك علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين درجات الاغتراب النفسي وبين درجات كل من العدوان- العداء- الاعتماد والتقدير السلبي للذات عدم الكفاية الشخصية- عدم التجاوب الانفعالي- عدم الثبات الانفعالي- النظرة السلبية للحياة- الوحدة النفسية.

وقامت آمال محمد (١٩٨٩) بدراسة استهدفت التعرف على الاغتراب وعلاقته بمفهوم الذات، وقد استخدمت الباحثة المنهج الوصفي، وقد اشتملت عينة البحث على (٣١٢) طالب وطالبة، وقد تضمنت أدوات البحث على مقياس الاغتراب ومقياس مفهوم الذات، وتوصلت أهم النتائج إلى أن هناك علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الاغتراب ومفهوم الذات الواصف والمثالي، حيث ارتبط مفهوم الذات إيجابياً مع الاغتراب، وعلى العكس من ذلك فقد ارتبط تقدير الذات سلبياً مع الاغتراب، كما توصلت الدراسة إلى سبعة عوامل للاغتراب (الاغتراب عن الذات- اللامعنى- العجز- التمركز حول الذات- اللامعيارية- اللاهدف- العزلة).

قام رأفت عبد الباسط (١٩٩٣) بدراسة استهدفت التعرف على الاغتراب النفسي وعلاقته بالإبداع لدى طلاب الجامعة، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وقد اشتملت عينة الدراسة على (٣٢٨) طالب وطالبة من طلاب جامعة أسيوط، وتضمنت أدوات البحث على المتابعة الشخصية ومقياس الاغتراب، ومقياس القدرات الإبداعية، وكشفت الدراسة عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في كل من (مركزية الذات- عدم الانتماء- العدوانية- السخط- الصدق- الحساسية للمشكلات- الأصالة- بينما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث لصالح الإناس في العدوان- اللامبالاة- الانعزال الاجتماعي.

قام برنت وروبرت وآخرون Robert & Toombs, Others (٢٠٠١) بدراسة استهدفت التعرف على العلاقة بين الاغتراب والعدوان لدى المراهقين، وقد استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، وقد اشتملت عينة البحث على (٢٤٨) مراهق وكان متوسط عمر العينة (١٧) سنة، وتضمنت

أدوات البحث على مقياس الاغتراب ومقياس التوافق الاجتماعي ومقياس العدوان وقد أشارت أهم النتائج إلى أن هناك علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الاغتراب والعدوان.

قام فيكتور، ريتشارد Victor & Richard (٢٠٠١) بدراسة استهدفت التعرف على العلاقة بين الاغتراب والمتغيرات النفسية، وقد استخدم الباحث المنهج الوصفي، وقد اشتملت عينة البحث على (٤٨٩) موظف وكان متوسط عمر العينة (٣٢-٣٦)سنة، وتضمنت أدوات البحث على مقياس الاغتراب ومقياس العدوان واستفتاء الشخصية، وقد أشارت أهم النتائج إلى أن هناك علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين العدوان والنتائج عن العمل والاغتراب، كما ارتبطت الضغوط النفسية ارتباطاً إيجابياً مع الاغتراب.

وقام الفريد وآخرون (Alfred et al., 2005) بدراسة علاقة الاغتراب بالجاليات الأمريكية (ولاية فرجينيا) وطبقت على عينة بلغت (١١٧) طالباً في المرحلة الجامعية واستخدم الباحث مقياس الاغتراب، وتوصلت النتائج إلى أن هناك ارتباط موجب عالي لمشاعر الاغتراب لدى العينة.

كما قام دونيل وآخرون (Donnell et al., 2006) ببحث الدور الوسيط للاغتراب نحو سوء التوافق عند الشباب من الذين شهدوا وتعرضوا للعنف الاجتماعي، حيث تكونت عينة الدراسة من (١٤٧٨) طالباً من مرحلتي الدراسة السادسة والثامنة، وأسفرت نتائج الدراسة أن اللامعيارية كانت كوسيط جزئي للعلاقة بين عرض العنف والمخاطر العالية لسلوك الجانح وكذلك بين عرض العنف والانفعال وسوء التوافق.

خلصت هذه الدراسات إلى وجود علاقة بين الأحداث المسببة للضغوط والأمراض النفسية وارتفاع مستوى العدوان والأداء الأكاديمي المنخفض، كما في دراسة وليم (١٩٨٣)، وأرو (١٩٨٧)، ومالكوف (١٩٩٣)، وتوصلت دراسة لارسون وهام (١٩٩٣) عن وجود فروق بين الذكور والإناث في الاستجابة للأحداث الضاغطة لصالح الإناث، وكذلك خلصت إلى وجود علاقة ارتباطية بين الاغتراب النفسي والشعور بالقلق والعدوان والتقدير السلبي للذات وعدم الانتماء والعدوانية، كما في دراسة كل من محمد إبراهيم (١٩٨٧)، محمد عاطف (١٩٨٩)، وآمال محمد (١٩٨٩)، ورأفت عبد الباسط (١٩٩٣)، وروبرت (٢٠٠١)، وفيكتور وريتشارد (٢٠٠١)، والفريد وآخرون (٢٠٠٥)، ودونيل وآخرون (٢٠٠٦).

ثامناً: الإجراءات المنهجية للدراسة:

١- منهج الدراسة:

اعتمد الباحث على المنهج الوصفي الارتباطي لجمع البيانات المتعلقة بمشكلة البحث والذي يعمل على تحديد العلاقة التي توجد بين الظواهر للتنبؤ بما يتوقع في ضوء ما هو موجود وقائم وقت إجراء الدراسة.

٢- عينة الدراسة:

تم اختيار عينة الدراسة من طلاب الفرقة الثالثة بالمعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالإسكندرية، وذلك أثناء المعسكر التدريبي لطلاب الفرقة الثالثة، وقد كانت العينة المبدئية (٢٨٠) طالب وطالبة، وقد تم استبعاد (٤٠) مفردة منها لعدم الجدية والتعاون مع الباحث وتكونت عينة الدراسة في صورتها النهائية من (٢٤٠) طالب وطالبة.

٣- أدوات الدراسة:

١) مقياس الأحداث الضاغطة (إعداد الباحث).

٢) مقياس الاغتراب النفسي (إعداد عبد اللطيف خليفة، ٢٠٠٦).

٣) استمارة المستوى الاجتماعي الثقافي (إعداد الباحث).

١) مقياس الأحداث الضاغطة:

اطلع الباحث على بعض المقاييس النفسية والتي استفاد منها في وضع مقياسه، وكذلك بعض الأبعاد التي حددها الباحثون في قياس الضغوط.

وتكون المقياس من خمسة أبعاد تمثلت في:

أ- الضغوط الأسرية.

ب- الضغوط الاقتصادية.

ج- الضغوط الدراسية.

د- الضغوط الاجتماعية.

هـ- الضغوط الصحية.

وتم تنقيح المقياس وتصحيحه واستبعاد بعض الفقرات وتعديل بعض العبارات التي وجد اتفاق من الأساتذة المحكمين على استبعادها ووصل عدد عبارات المقياس بعد تنفيذ ملاحظات المحكمين إلى (٥٢) عبارة.

ثم قام الباحث بحساب ثبات الاختبار باستخدام معامل ثبات ألفاكرونباك.

جدول رقم (١)

ثبات أبعاد مقياس الأحداث الضاغطة والدرجة الكلية

(ن=٥٠)

البعد	عدد العبارات	معامل ألفا
الأول	١٠	٠,٣٧
الثاني	٨	٠,٤٩
الثالث	١٠	٠,٣٨
الرابع	١٣	٠,٤٢
الخامس	١١	٠,٤٧
الدرجة الكلية	٥٢	٠,٧٢

ويلاحظ من الجدول السابق أن معامل ثبات ألفا للأبعاد تراوحت بين ٠,٣٧، ٠,٤٩ ومعامل ألفا للمقياس ككل، فقد بلغ ٠,٧٢ وهو معامل ثبات مناسب يسمح للباحث بإجراء دراسته.

كذلك تم حساب صدق الاختبار باستخدام الصدق العاملي، حيث تم حساب العوامل التي تشبعت عليها بنود المقياس، فأسفرت نتائج التحليل عن ٢٤ عاملاً ساهمت بنسبة ٧٤,٢ في التباين الكلي المفسر مما يشير إلى أن بنود المقياس صادقة.

٢) مقياس الاغتراب النفسي: (إعداد عبد اللطيف خليفة، ٢٠٠٦)

تكون المقياس من ستة أبعاد تمثلت في:

- العجز. - اللاهدف.
- اللامعنى. - اللامعيارية.
- المغامرة. - العزلة

قام الباحث بحساب ثبات الاختبار باستخدام معامل ثبات ألفا كرونباك.

جدول رقم (٢)

ثبات أبعاد مقياس الاغتراب النفسي

(ن=٥٠)

البعد	عدد العبارات	معامل ألفا
الأول	٥	٠,٣٢
الثاني	٥	٠,٣٧
الثالث	٥	٠,٤٦
الرابع	٥	٠,٤٥
الخامس	٥	٠,٤٣
السادس	٥	٠,٤٨
الدرجة الكلية	٣٠	٠,٦٧

ويلاحظمن الجدول السابق أن معامل ثبات ألفا للأبعاد تراوحت بين ٠,٣٢، ٠,٤٨ ومعامل ألفا للمقياس ككل، قد بلغ ٦٧ وهو معامل ثبات مناسب يسمح للباحث بإجراء دراسته.

كذلك تم حساب صدق الاختبار باستخدام الصدق العاملي، حيث تم حساب العوامل التي تشبعت عليها بنود المقياس، فأسفرت نتائج التحليل عن ١٨ عاملاً ساهمت بنسبة ٧٠,٠٨ في التباين الكلي المفسر مما يشير إلى أن بنود المقياس صادقة.

تاسعاً: مناقشة النتائج:

١- تحليل نتائج الدراسة الميدانية المرتبطة بالخصائص الديموجرافية لمجتمع البحث.

جدول رقم (٣)

التوزيع النسبي للمبحوثين لمجتمع الدراسة

المتغير	التكرار	ك	%
النوع	ذكور	١٧٣	٣٠,٤
	إناث	١٦٧	٦٩,٦
	الإجمالي	٢٤٠	١٠٠%
السن	٢٠-٢٢	٢٨	١١,٧
	٢٢-٢٤	١٦٥	٦٨,٧
	٢٤ فأكثر	٤٧	١٩,٦
	الإجمالي	٢٤٠	١٠٠%
التقدير	مقبول	١٥٢	٦٣,٣
	جيد	٧٦	٣١,٧
	جيد جداً	١٢	٥,٠
	الإجمالي	٢٤٠	١٠٠%
تعليم الأب	يقرأ ويكتب	٤٢	١٧,٥
	متوسط	١١٧	٤٨,٨
	فوق المتوسط	١٥	٦,٣
	جامعي	٦٦	٢٧,٤
	الإجمالي	٢٤٠	١٠٠%
تعليم الأم	أمي	٥٢	٢١,٧
	يقرأ ويكتب	١٣١	٥٤,٦
	متوسط	١٤	٥,٨
	فوق المتوسط	٤٢	١٧,٥
	جامعية	١	٠,٤
	الإجمالي	٢٤٠	١٠٠%

المتغير	التكرار	ك	%
مهنة الأب	موظف	٢٧	١١,٣
	عامل خدمات	١٥	٦,٣
	حرفي	٦٣	٢٦,٣
	رجل أعمال	٣٩	١٦,٣
	أعمال إدارية	٣٧	١٥,٤
	أعمال فنية	٥١	٢١,٣
	معاش	٨	٣,٣
	الإجمالي	٢٤٠	١٠٠%
مهنة الأم	ربة منزل	١٧٤	٧٢,٥
	أعمال إدارية	٣٦	١٥,٠
	أعمال فنية	٢٤	١٠,٠
	عاملة خدمات	٣	١,٣
	معاش	٣	١,٣
	الإجمالي	٢٤٠	١٠٠%
عدد الحجرات	٢-٤	٤٨	٢٠,٠٠
	٤-٦	١٦٩	٧٠,٤
	٦ فأكثر	٢٣	٩,٦
	الإجمالي	٢٤٠	١٠٠%
عدد أفراد الأسرة	أقل من ٥	٧٤	٣٠,٨
	٥-٧	١٣٨	٥٧,٥
	٧ فأكثر	٢٨	١١,٧
	الإجمالي	٢٤٠	١٠٠%
الترتيب في الآتي	الأول	٨١	٣٣,٨
	الثاني	٧٦	٣١,٧
	الثالث	٤١	١٧,١
	الرابع	٢٢	٩,٢
	الخامس	٩	٣,٨
	السادس	٦	٢,٥
	السابع	٥	٢,١
	الإجمالي	٢٤٠	١٠٠%

أظهرت نتائج الدراسة أن الغالبية العظمى من أفراد العينة من الإناث حيث بلغت نسبتهن ٦٩,٦% في حين بلغت نسبة الذكور ٣٠,٤%، كما أظهرت نتاج الدراسة أن الغالبية العظمى من أفراد العينة ممن تتراوح أعمارهم ما بين ٢٢-٢٤ سنة، حيث بلغت نسبتهم ٦٨,٧% من إجمالي عينة الدراسة يليها نسبة من يتراوح أعمارهم ما بين ٢٤-٢٦ سنة حيث بلغت ١٩,٦% يليها نسبة ممن يتراوح أعمارهم ما بين ٢٠-٢٢ سنة، حيث بلغت ١١,٧%، كما أوضحت نتائج الدراسة أن الغالبية العظمى من أفراد العينة من الحاصلين على تقدير مقبول، حيث بلغت نسبتهم ٦٣,٣% يليها نسبة الحاصلين على جيد وهي ٣١,٧% في حين بلغت نسبة الحاصلين على جيد جداً ٠,٥%، كذلك أظهرت نتائج الدراسة أن أغلب آباء العينة من الحاصلين على مؤهل متوسط، حيث بلغت نسبتهم ٤٨,٨% يليها نسبة الحاصلين على مؤهل جامعي حيث بلغت ٢٧,٤% يليها نسبة من يقرأ ويكتب حيث بلغت ١٧,٥% يليها نسبة الحاصلين على مؤهل فوق المتوسط، حيث بلغت ٦,٣%، كذلك أظهرت نتائج الدراسة أن أغلب أمهات العينة من اللاتي يقرأن ويكتبن حيث بلغت نسبتهن ٥٤,٦% يليها نسبة الأميات،حيث بلغت ٢١,٧%، يليها نسبة الحاصلات على مؤهل فوق المتوسط حيث بلغت ١٧,٥% يليها نسبة الحاصلات على مؤهل جامعي، حيث بلغت ٠,٤%، كذلك أظهرت نتائج الدراسة أن أغلب آباء العينة من الحرفيين حيث بلغت نسبتهم ٢٦,٣% يليها نسبة من يعملون أعمال فنية حيث بلغت نسبتهم ٢١,٣% يليها نسبة رجال الأعمال حيث بلغت ١٦,٣% يليها من يعملون أعمالاً إدارية حيث بلغت ١٥,٤% يليها نسبة الموظفين حيث بلغت ١١,٣% يليها نسبة عمال الخدمات حيث بلغت ٦,٣% في حين بلغت نسبة من هم على المعاش ٣,٣%، كذلك أظهرت نتائج الدراسة أن الغالبية العظمى من أمهات العينة من ربات البيوت حيث بلغت نسبتم ٧٢,٥% يليها نسبة اللاتي يعملن أعمال إدارية حيث بلغت ٠,١٥% يليها من يعملن أعمال فنية، حيث بلغت نسبتهن ١٠% يليها من يعملن أعمال خدمية ومن هم في سن المعاش حيث بلغت كل منهما ١,٣%.

كذلك أسفرت نتائج الدراسة أن الغالبية العظمى من أفراد العينة ممن يسكنون ما بين ٤-٦ حجرات حيث بلغت نسبتهم ٧٠,٤% يليها نسبة من يسكنون ما بين ٢-٤ حجرات حيث بلغت نسبتهم ٢٠,٠% ويليها نسبة من يسكنون في ٦ حجرات فأكثر حيث بلغت ٩,٦%.

كذلك أظهرت نتائج الدراسة أن الغالبية العظمى من أفراد العينة ممن يتراوح عدد أفراد الأسرة لديهم من ٥-٧ أفراد حيث بلغت نسبتهم ٥٧,٥% يليها من يقل عددهم عن خمسة أفراد حيث بلغت نسبتم ٣٠,٨% في حين بلغت نسبة من يزيد عدد أفراد أسرهم عن سبعة أفراد حيث بلغت ١١,٧%، كذلك أظهرت نتائج الدراسة أن الغالبية العظمى من أفراد العينة ممن يقعون في ترتيبهم الميلادي الأول حيث بلغت نسبتهم ٣٣,٨% والثاني نسبة ٣١,٧% في حين بلغت نسبة من ترتيبهم الثالث

١٧,١% فيما يقع ترتيبهم الرابع ٩,٢% في حين بلغ من كان ترتيبهم الخامس ٣,٨% بينما بلغ من كان ترتيبهم السادس ٢,٥% يليها من كان ترتيبهم السابع حيث بلغ ٢,١%.

٢- توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين أحداث الحياة الضاغطة والاغتراب النفسي.

جدول رقم (٤)

يوضح معاملات الارتباط بين الأحداث الضاغطة وأبعاد الاغتراب النفسي

ذكور (ن=٧٣)

الأحداث الضاغطة / الاغتراب النفسي	الضغوط الأسرية	الضغوط الاقتصادية	الضغوط الدراسية	الضغوط الاجتماعية	الضغوط الصحية
العجز	٠,٣٥٥**	٠,٣٦٢**	٠,٣٣١**	٠,١٤٥	٠,٢٧٢*
اللاهدف	٠,١٥٨	٠,٣٣١**	٠,٤٠٣**	٠,٠٧٩	٠,٢٠٥
اللامعنى	٠,١١١	٠,١٤٨	٠,١٧٧	٠,٠٣٢	٠,١٢٥
اللامعيارية	٠,٠٦٧	٠,٠٤٣	٠,١٦٨	٠,١٤٤	٠,٠٩٦
المغامرة	٠,٠١٨	٠,٠٦٣	٠,١٨٣	٠,٠٦٩	٠,٠٩٤
العزلة	٠,٠٨٣	٠,٠٣٨	٠,٠١٩	٠,٠٩٥	٠,١٧٢

** دالة عند مستوى ٠,٠١ * دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق:

- وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين الضغوط الأسرية، والضغوط الاقتصادية، والضغوط الدراسية، والإحساس بالعجز عند مستوى ٠,٠٥، وكذلك وجود ارتباط موجب ودال إحصائياً بين الضغوط الاقتصادية والضغوط الدراسية واللاهدف عند مستوى ٠,٠١ ويمكن تفسير ذلك بأن أساليب التنشئة الاجتماعية المتبعة مع الذكور تدعم الاستقلالية لديهم فهم أكثر إدراكاً لهذه الضغوط، حيث أن الضغوط الأسرية تشكل بعواملها التربوية ضغطاً شديداً على رب الأسرة، وأثراً كبيراً على التنشئة الأسرية وكذلك الضغوط الاقتصادية فلها الدور الأعظم في تشتيت جهود الإنسان وضعف قدرته على التركيز والتفكير وخاصة حينما تعصف الأزمات المالية بالأسرة فينعكس ذلك على حالته النفسية ويشعر بأنه لا حول له ولا قوة ولا يستطيع التأثير في المواقف الاجتماعية التي

يواجهها، فلا يستطيع أن يقرر مصيره فيعجز عن تحقيق ذاته ويشعر بحالة من الاستسلام والخنوع، ويشعر أن حياته تمضي دون هدف أو غاية واضحة ومن ثم يفقد الهدف من وجوده ومن عمله ونشاطه ويفقد معنى الاستمرار في الحياة. ويتفق ذلك مع ما توصل إليه سيد عبد العال (١٩٨٨)، رأفت عبد الباسط (١٩٩٣)، عبد اللطيف خليفة (٢٠٠٣).

وكذلك فإن سيادة (الدور الأبوي) في المجتمعات الشرقية بأن الرجل هو الذي يتحمل الأعباء الكثيرة التي تقع على كاهله وقلقه الدائم وتفكيره في مستقبله الدراسي والأسري يخلق لديه حالات شديدة من القلق والعجز أحياناً والتي تعتبر من الأمور الممهدة لتزايد الاغتراب لديهم.

ويتفق ذلك مع دراسة مدحت دمنهوري، رشاد صالح (١٩٩٠)، رجاء الخطيب (١٩٩١)، عبد اللطيف خليفة (٢٠٠٢).

جدول رقم (٥)

يوضح معاملات الارتباط بين أحداث الحياة الضاغطة وأبعاد الاغتراب النفسي

إناث (ن=١٦٧)

الأحداث الضاغطة / الاغتراب النفسي	الضغوط الأسرية	الضغوط الاقتصادية	الضغوط الدراسية	الضغوط الاجتماعية	الضغوط الصحية
العجز	٠,٢٤٣**	٠,١٩١*	٠,٢٩٣**	٠,٠٩٠	٠,٢٧٢**
اللاهدف	٠,٢٨٠*	٠,٢٣٩**	٠,٣٦٥**	٠,١٨٠*	٠,٢٨٩**
اللامعنى	٠,١٩٣*	٠,٢٠٤**	٠,١٠٠	٠,٠٨٠	٠,٠٩٩
اللامعيارية	٠,١٦٢*	٠,١٥٣*	٠,٠٨٣	٠,٢٤٠**	٠,٠٨٦
المغامرة	٠,٠١٧	٠,٠٤٣	٠,١٤٦	٠,١٠٠	٠,٠١٧
العزلة	٠,٣٠٨**	٠,٢٤١**	٠,١٦١*	٠,٢٣٥*	٠,١٧٦*

** دالة عند مستوى ٠,٠١ * دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق:

- وجود ارتباط موجب بين العجز والضغوط الأسرية والضغوط الاقتصادية والضغوط الدراسية والضغوط الصحية عند مستوى ٠,٠١ وبين العجز والضغوط الاقتصادية عند مستوى ٠,٠٥، وكذلك وجود ارتباط موجب بين اللاهدف والضغوط الاقتصادية والضغوط الدراسية والضغوط

الصحية عند مستوى ٠,٠١ وبين اللاهدف والضغوط الأسرية والضغوط الاجتماعية عند مستوى ٠,٠٥، وكذلك وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين اللامعنى والضغوط الاقتصادية مستوى ٠,٠١ وبين اللامعنى والضغوط الأسرية عند مستوى ٠,٠٥، وكذلك وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين اللامعيارية والضغوط الاجتماعية مستوى ٠,٠١ وبين اللامعيارية والضغوط الأسرية والضغوط الاقتصادية عند مستوى ٠,٠٥، وكذلك وجود ارتباط موجب دال إحصائياً بين العزلة والضغوط الأسرية والضغوط الاقتصادية عند مستوى ٠,٠١ وبين العزلة والضغوط الدراسية والضغوط الاجتماعية والضغوط الصحية عند مستوى ٠,٠٥.

ويمكن تفسير ذلك بأنه نتيجة للتغيرات السياسية والاقتصادية والتكنولوجية وحجم الضغوط التي أصبحت تفوق قدرات كل البشر تصدع إحساس الرجل بهويته وهذا التصدع في الهوية يؤدي إلى نقصان قدرة الفرد على مواجهة الأزمات والضغوط.

وهذا ما ذهب إليه مارشيا (Marcia, 1985) من أن تحقيق الهوية يتوقف على تحقيق الدور الجنسي وأن تحقيق الدور الجنسي يعتبر بعداً أساسياً من أبعاد الهوية يساعد في تحقيق الأبعاد الأخرى للهوية. (Schedel, D.& Marc, 7, 1985, 21)

وكذلك يرى كولبرج (١٩٦٦)، و (1966) ,Clcohlberg، بأن الشخص الذي يحقق هوية تقليدية للدور الجنسي يكون مدفوعاً خلال تنشئته اجتماعياً في إطار الأدوار الجنسية للحفاظ على صورة للذات على أنه ذكر أو أنثى وهو الهدف الذي يتم تحقيقه فيرفض أي سلوك يعتبر غير مرغوب من أعضاء جنسه أو لا يتناسب معهم.

وتأسيساً على ما سبق فإن تحقيق الهوية الجنسية للفرد تؤدي بالنتيجة إلى اتفاق ومواءمة بين سماته النفسية وتكوينه البيولوجي، وفي نفس الوقت قد تؤدي إلى الاختلاف وعدم الاتفاق مع سماته النفسية وتكوينه البيولوجي فيقع فريسة للاغتراب النفسي ونتيجة للضغوط المتنوعة التي يتعرض لها الإنسان على مستوى الأسرة أو الدراسة أو الضغوط الخاصة بالعلاقات الاجتماعية فيجعلها ذلك غير قادرة على التأثير في المواقف والعجز عن السيطرة على تصرفاتها وأفعالها، وتنظر إلى الحياة بأنها غير مجدية ومملوءة بالروتين والملل مع عدم رغبتها في أن تكون فيها أصلاً وإحساسها بالوحدة والفراغ النفسي والافتقار إلى الأمن والعلاقات الاجتماعية الحميمة والبعد عن الآخرين مصحوباً بالشعور بالرفض الاجتماعي ويترتب على ذلك إحساسها باهتزاز القيم والمعايير داخل المجتمع واتساع الهوة بين أهداف المجتمع وقدرة الفرد على الوصول إليها، ويتفق ذلك مع دراسة كل من مدحت عبد الحميد (١٩٩١)، حسن الموسوي (١٩٩٧)، ودراسة يوسف الكندري (١٩٩٨)، ودراسة لطيفة النعيمي (٢٠٠٥).

جدول رقم (٦)

يوضح معاملات الارتباط بين أحداث الحياة الضاغطة وأبعاد الاغتراب النفسي للعينة ككل (ن=٢٤٠)

الأحداث الضاغطة / الاغتراب النفسي	الضغوط الأسرية	الضغوط الاقتصادية	الضغوط الدراسية	الضغوط الاجتماعية	الضغوط الصحية
العجز	٠,٢٧٢**	٠,٢٣٨**	٠,٢٩١**	٠,١٠٦	٠,٢٨٠**
اللاهدف	٠,٢٤٥**	٠,٢٦٨**	٠,٣٧٠**	٠,١٥٢	٠,٢٦٨**
اللامعنى	٠,١٦٩**	٠,١٨٩**	٠,١١٥	٠,٠٦٨	٠,١١٧
اللامعيارية	٠,١٢٧*	٠,١١٢	٠,١١٨	٠,٢٠٤**	٠,٠٧٧
المغامرة	٠,٠٧	٠,٠٤٨	٠,١٥٤*	٠,٠٥٧	٠,٠٤١
العزلة	٠,٢٣٨**	٠,١٧٧*	٠,١١١	٠,١٩٢**	٠,١٧٨**

** دالة عند مستوى ٠,٠١ * دالة عند مستوى ٠,٠٥

يتضح من الجدول السابق:

- وجود ارتباط موجب ودال إحصائياً بين العجز والضغوط الأسرية والاقتصادية والدراسية والصحية عند مستوى ٠,٠١، وكذلك وجود ارتباط موجب ودال إحصائياً بين اللاهدف والضغوط الأسرية والضغوط الاقتصادية والضغوط الدراسية والصحية عند مستوى ٠,٠١، وكذلك وجود ارتباط موجب ودال إحصائياً بين اللامعنى والضغوط الأسرية والضغوط الاقتصادية عند مستوى ٠,٠١، وكذلك وجود ارتباطموجب ودال إحصائياً بين اللامعيارية والضغوط الأسرية عند مستوى ٠,٠٥ وبين اللامعيارية والضغوط الاجتماعية عند مستوى ٠,٠١، وكذلك وجود ارتباط موجب ودال إحصائياً بين المغامرة والضغوط الدراسية عند مستوى ٠,٠٥، وكذلك وجود ارتباط موجب ودال إحصائياً بين العزلة والضغوط الأسرية والضغوط الاجتماعية والصحية عند مستوى ٠,٠١ وبين العزلة والضغوط الاقتصادية عند مستوى ٠,٠٥.

ويمكن تفسير ذلك بأن الضغوط التي يواجهها الشباب بصفة عامة في حياتهم وتتمثل في المشكلات الأسرية وضغوط الامتحانات والمنافسة من أجل النجاح وتعرضهم للعديد من المشكلات العاطفية والاجتماعية كل هذه المشكلات تخلق لدى هؤلاء مستويات مرتفعة من الضغوط.

وكلنا نعلم ما يتسم به هذا العهد من حروب طاحنة وصراعات سياسية ومشكلات اقتصادية وشيوع المادية وقصور الجوانب الوجدانية وإهمال العلاقات الشخصية والإسراف في الفردية والتنافس

وتدهور القيم وغيرها، ولاشك أن هذه المتغيرات والضغوط التي يواجهها الإنسان بصفة عامة والشباب بصفة خاصة أهم الأسباب لفقد الحس الاجتماعي والهوية والانتماء الوطني، والتبلد والسلبية واللامبالاة وغيرها من الأمراض النفسية والاجتماعية المدمرة، ولاشك أن ذلك يؤدي به إلى إحساسه بأنه لا يملك القدرة على التحكم وممارسة الضبط لأن الأشياء حوله تسيطر عليها ظروف خارجية أقوى منه ومن إرادته. وهذا يتفق مع (أحمد النكلاوي، ١٩٨٩) من أن افتقار القدرة على التحكم في حياته أو توجيهها يولد لديه الشعور بالعجز والإحباط وخيبة الأمل. وكذلك يرى الفرو المغترب أن الحياة لا معنى لها لكونها تسير وفق منطق غير مفهوم وغير معقول وبالتالي يفقد واقعيته ويحيا باللامبالاة.

٣- توجد فروق دالة إحصائياً في الاستجابة لأحداث الحياة الضاغطة باختلاف الجنس (ذكور- إناث).

جدول رقم (٧)

يوضح المتوسطات والانحراف المعياري وقيمة "ت" ودلالاتها الإحصائية بالنسبة للاستجابة للأحداث الضاغطة نتيجة لاختلاف الجنس

	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
الضغوط الأسرية	ذكور إناث	٧٣ ١٦٧	١٤,٦٣ ١٤,٧٨	٣,٥٥ ٣,٧٤	-٠,٢٨٧	غير دال
الضغوط الاقتصادية	ذكور إناث	٧٣ ١٦٧	١١,٥٣ ١١,٠٧	٣,٠٣ ٣,٠٧	-٠,٤٠١	غير دال
الضغوط الدراسية	ذكور إناث	٧٣ ١٦٧	١٨,٩٩ ١٨,٤٦	٣,٦٧ ٣,٧١	-١,٠١٢	غير دال
الضغوط الاجتماعية	ذكور إناث	٧٣ ١٦٧	١٨,٣٧ ١٨,٥٦	٤,٠٦ ٤,٤٥	-٣,١٧	غير دال
الضغوط الصحية	ذكور إناث	٧٣ ١٦٧	١٨,٧٥ ١٩,٥٦	٤,١٧ ٤,١٣	-١,٣٨٣	غير دال

يلاحظ من الجدول السابق أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في الاستجابة للأحداث الضاغطة في جميع أبعاد المقياس، والتي يشمل الضغوط الأسرية، الاقتصادية، الدراسية، الاجتماعية، الصحية، حيث بلغت قيمة "ت" على التوالي: [-٠,٢٨٧، -٠,٤٠١، -١,٠١٢، -٣,١٧، -١,٣٨٣] وهي غير دالة. ويرجع ذلك إلى تلك التغيرات الحضارية التي طرأت على مجتمعنا بما

تنطوي عليه من تغيرات في القيم والعادات والاتجاهات والعلاقات الاجتماعية، فثقافة مجتمعنا الآن تعمل على التوحيد الجنسي بأكثر من عملها على ترسيخ التباين بين الجنسين، فالتمايز بين الجنسين في سبيله إلى الاختفاء والتلاشي نتيجة التغيرات والممارسة القائمة في المجتمع، فالأنظمة الثقافية والقيم الحضارية القائمة في المجتمع لها تأثير حاسم على النساء وعلى الرجال ومن ثم فهي التي تحدد الأوضاع النفسية الجنسية وترسم أنماط السلوك لكل منهما، ويتفق ذلك مع دراسة كل من، (كيرز، ١٩٩٢)، (رشيد ناصر، ٢٠٠٦). وتختلف هذه الدراسة عما توصلت إليه دراسة كل من (لارسون وهام، ١٩٩٣)، (عبد الحفيظ، ١٩٩٤)،

٤- توجد فروق دالة إحصائياً في الشعور بالاغتراب الجنسي باختلاف الجنس (ذكور- إناث).

جدول رقم (٨)

يوضح المتوسطات والانحراف المعياري وقيمة "ت" ودلالاتها الإحصائية بالنسبة لأبعاد الاغتراب النفسي تبعاً لاختلاف الجنس

	النوع	العدد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
العجز	ذكور إناث	٧٣ ١٦٧	١١,٦٠ ١٥,٤٩	٣,٣٨ ٣,٩٠	٢,١٠٢-	دالة ٠,٠٥
اللاهدف	ذكور إناث	٧٣ ١٦٧	١٠,٧٨ ١١,٤٥	٤,٤٨ ٤,٣٦	١,٠٨٣-	غير دال
اللامعنى	ذكور إناث	٧٣ ١٦٧	٩,٦٦ ١٠,٧٣	٤,١٤ ٣,٩٧	١,٩٠٠-	غير دال
اللامعيارية	ذكور إناث	٧٣ ١٦٧	١٣,٢٢ ١٢,٠٩	٤,٥٧ ٣,٩٢	١,٩٤٩-	دالة ٠,٠٥
المغامرة	ذكور إناث	٧٣ ١٦٧	١٦,٤٠ ١٦,٦٥	٤,٢٢ ٤,٧٣	٠,٣٩٧-	غير دال
العزلة	ذكور إناث	٧٣ ١٦٧	٩,٧٤ ١٠,١٩	٤,٦١ ٤,١٧	٠,٧٣٨-	غير دال

يلاحظ من الجدول السابق أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في أبعاد الاغتراب النفسي مثل اللاهدف، اللامعنى، المغامرة، العزلة، حيث بلغت قيمة "ت" على التوالي -١,٨٣، -١,٩٠٠، -٢,٣٩٧، -٠,٧٣٨، وهي غير دالة، ويتفق ذلك مع دراسة كل من (أحمد بكر، ١٩٧٩)، (فايز الحديدي، ١٩٩٠)، (مديحة عبادة، ١٩٩٨).

- توجد فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في بُعد العجز لصالح الذكور، حيث بلغت قيمة "ت" (-٢,١٠٢) وهي دالة عند مستوى ٠,٠٥، ولقد بلغ قيمة متوسط الذكور (١١,٦٥) في حين بلغ متوسط الإناث (١٠,٤٩)،وكذلك توجد فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في بعد اللامعيارية لصالح الذكور، حيث بلغت قيمة ت (١,٩٤٩)، وهي دالة عند مستوى ٠,٠٥، ولقد بلغ قيمة متوسط الذكور (١٣,٢٢) في حين بلغ متوسط الإناث (١٢,٠٩)، ويتفق ذلك مع رشا صالح (١٩٩٠)، (رجاء الخطيب، ١٩٩١)، (محمد البياتي، ١٩٩٧)، (عبد اللطيف خليفة، ٢٠٠٢)، ويمكن تفسير ذلك بأن الظروف النفسية والاجتماعية المحددة لهوية الدور الجنسي وكذلك نمط التنشئة الاجتماعية والأسرية في المجتمعات الشرقية والتي تختلف نوعاً ما لدى الإناث على اعتبار أن المجتمعات الشرقية هي مجتمعات ذكورية، وتعطي الفرص الكبيرة للرجل للتفاعل الاجتماعي والاختلاط بشكل أكبر وهذا ما يجعل الرجل في هذه المجتمعات أكثر عرضة للانتكاسات والإحباطات في حياتهم والتي بدورها سوف تؤدي إلى زيادة مشاعر الاغتراب لديهم قياساً بالإناث. فسيادة الدور الأبوي في المجتمعات الشرقية بأن الرجل هو الذي يتحمل الأعباء الكثيرة التي تقع على كاهله، وقلقه الدائم وتفكيره بمستقبله الأسري يخلق لديه حالات شديدة من القلق والعجز.

التوصيات:

١- الاهتمام بالمحاضرات والندوات وعقد اللقاءات الدينية بهدف تحقيق الأمن والسلامة النفسية.

٢- توفير وظيفة المرشد الأكاديمي داخل كل كلية أو معهد لمساعدة الطلاب على التكيف مع الأحداث والمتغيرات المتلاحقة والسريعة.

٣- توفير الأخصائي النفسي المؤهل لمساعدة الطلاب لحل مشكلاتهم النفسية وتوفير الخدمات النفسية الدقيقة الصحة النفسية.

البحوث المقترحة:

١- دراسة مقارنة لعلاقة الاغتراب بسمات الشخصية.

٢- برنامج إرشادي لخفض حدة مشاعر الاغتراب لدى (المراهقين- الشباب).

٣- العلاقة بين الاغتراب والأمن النفسي لدى طلاب المرحلة الثانوية.

المراجع

١- إبراهيم عبد الستار (١٩٩٨): الاكتئاب اضطراب العصر الحديث، منهج وأساليب علاجه، عالم المعرفة، العدد ٣٣، القاهرة.

٢- أبو بكر مرسي (١٩٩٧): أزمة الهوية والاكتئاب النفسي لدى الشباب الجامعي، المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد الثالث، يوليو ص ص٢٣٦-٢٤٨.

٣- إجلال سري (١٩٩٣): والتغريب الثقافي والغريب اللغوي لدى عينة جامعية مصرية، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، عدد ١٧، ج١، القاهرة.

٤- أحمد النكلاوي (١٩٨٩): الاغتراب في المجتمع المصري المعاصر: دراسة تحليلية ميدانية لافتقاد القدرة في ضوء الاتجاه الماكرو بينوي في علم الاجتماع، القاهرة، دال الثقافة العربية.

٥- أمال بشر (١٩٨٩): الاغتراب وعلاقته بمفهوم الذات عند طلبة وطالبات الدراسات العليا، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة عين شمس.

٦- السيد شتا (١٩٩٨): اغتراب الإنسان في التنظيمات الصناعية، الإسكندرية، مؤسسة شباب الجامعة.

٧- حامد زهران (١٩٩٨): التوجيه والإرشاد النفسي، ط٣، القاهرة، عالم الكتب.

٨- حسن الموسوي (١٩٩٧): الاغتراب النفسي لدى شرائح المجتمع الكويتي، دراسة تحليلية، مجلة البحث في التربية وعلم النفس، كلية التربية، جامعة المنيا، مجلد ١٠، عدد ٤.

٩- حسن مصطفى عبد المعطي (١٩٩٤): ضغوط أحداث الحياة وأساليب مواجهتها: دراسة حضارية مقارنة في المجتمع المصري والأندونيسي، المجلة المصرية للدراسات النفسية، العدد الثامن، مكتبة الأنجلو المصرية.

١٠- رشيدة ناصر (٢٠٠٦): استراتيجيات التكيف لأحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بمركز السيطرة لدى مراهقي دور الدولة لرعاية الأيتام، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة بغداد.

١١- ريتشارد شاخت (٢٠٠١): مستقبل الاغتراب، ترجمة: وهبة طلعت أبو العلا، منشأة المعارف.

١٢- سيد عبد العال (١٩٩١): عوامل الاغتراب لدى طلبة وطالبات الجامعة- دراسة ميدانية عاملية، سلسلة دراسات الشرق الأوسط، العدد (٩١).

١٣- شاكر قنديل (١٩٩٩): التفاعل الإنساني كمدخل لتحسن الأداء التربوي، المؤتمر الدولي السادس لمركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.

١٤- طلعت منصور وفيولا الببلاوي (١٩٨٩): ضغوط الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية للمتزوجين والمطلقين، دراسة مقارنة بين عينة سعودية وأخرى مصرية، مجلة كلية التربية، العدد (١٤)، جامعة طنطا.

١٥- عباس إبراهيم (١٩٩٠): الاغتراب وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية لدى شباب الجامعة، مجلية كلية التربية، عدد١.

١٦- عبد الرحمن سليمان (١٩٩٤): الضغط النفسي: مفهومه، وتشخيصه، وطرق علاجه ومقاومته، ط١، بيروت.

١٧- عبد السميع سيد أحمد (١٩٨١): ظاهرة الاغتراب بين طلاب الجامعة في مصر، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة عين شمس.

١٨- عبد اللطيف خليفة (٢٠٠٦): مقياس الاغتراب، كراسة تعليمات المقياس، القاهرة، دار غريب للطباعة والنشر.

١٩- عبد الهادي الجوهري (١٩٨٣): قاموس علم الاجتماع، نهضة الشرق، القاهرة.

٢٠- عطيات فتحي أبو العينين (١٩٩٧): علاقة الاتجاهات نحو المشكلات الاجتماعية المعاصرة بمظاهر الاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة على ضوء المستوى الاجتماعي الاقتصادي، رسالة ماجستير، كلية الآداب، جامعة عين شمس.

٢١- علاء الدين كفافي (١٩٩٧): الصحة النفسية، ط٤، القاهرة، هجر للطباعة والتوزيع.

٢٢- علاء الشعراوي (١٩٨٨): الشعور بالاغتراب وعلاقته ببعض المتغيرات العقلية وغير العقلية لدى طلاب الجامعة، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة المنصورة.

٢٣- علي عسكر (١٩٩٨): ضغوط الحياة وأساليب مواجهتها، القاهرة، دار الكتاب الحديثة.

٢٤- فاروق السيد (٢٠٠١): القلق وإدارة الضغوط النفسية، القاهرة، دار الفكر العربي.

٢٥- فرج عبد القادر طه وآخرون (١٩٩٣): موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، بيروت، دار سعاد الصباح.

٢٦- فيصل عباس (١٩٨٢): الشخصية في ضوء التحليل النفسي، ط١، بيروت، دار المسيرة.

27- Constance, H. (2004): Intergenerational Transmission of Depression test of an Interpersonal Stress Model in A community Sample, Journal of Counseling and Clinical Psychology, 72, 3, PP.511-522.

28- Folkman, S. (1984): Personal Control and Stress Coping Process, A Theoretical Analysis, Journal of Personality and Social Psychology, Vol.47, (1), 156-163.

29- Kimble, CE. (1990): Social Psychology studying Human interaction. WMC Brown Publishers, U.S.A.

30- Kisker, G. (1979): The Disorganized Personality Third Edition, McGraw Hill Company Publisher, U.S.A.

31- Lazarus, R.S. & Folkman, S. (1984): Stress Appraisal and Coping, New York, Springer publishing Company.

32- Lazarus, R.S. (1966): Psychological Stress and the Coping Process, New York, McGraw Hill Book Company.

33- Lazarus, R.S. (1976): Patterns of adjustment (3rd ed.) McGraw- Hill Book Company, New York.

34- Lazarus, R.S. (1993): From Psychological Stress to Emotional, A History Books, U.S.A., Annual Review of Psychology.

35- Mark, D. (2000): Health Psychology theory, Research and Practice London Sage Publications.

36- Mc Namara, S. (2000): Stress in Young People What's New and What Can We Do? London Continuum.

37- Pielberger, C. (1978): Anxiety a Son Emotion State in Speilmrger, C. and Sarason, 1., (Eds.), Stress and Anxiety, John Wiley & Sons Publishers U.S.A.

38- Schiedel, D. & Marcia, J. (1985): Ego Identity, Intimacy, Sex Role Orientation and Bender, Development Psychology, 21.

39- Selye H. (1979): The stress of Life, 2nd Edition, New York: Van No Strand and Reinhold Company.

40- Tylor, S. (1995): Health Psychology, 3rd Edition New York, McGraw Hills Books Company.

41- Wolman, B.B. (1975): Dictionary of Behavioral Science (Ed.) London, The Macmillan Press Ltd.