وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر – بسكرة –

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس

عنوان المذكرة

صورة الذات وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي

دراسة ميدانية بالإقامة الجامعية شتمة "5" - بسكرة -

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماستر في علم النفس تخصص علم النفس العيادي

إعداد الطالبة: **تحت إشراف الأستاذة:**

سمراء قوتي **الزهرة ريحاني**

السنة الجامعية 2015- 2016

شكر وتقدير

في البداية نحمد الله حمدا كثيرا طيبا و مباركا فيه الذي وهب لنا نعمة الإرادة و يسر لنا في انجاز هذا العمل .

يشرفني أن أتقدم بجزيل الشكر للأستاذة "ريحاني الزهرة"على مساعدتها لي بتوجيهاتها القيمة و نصائحها الناقدة و البصيرة ، فلها مني ألف ألف شكر و امتنان على صبرها معي في انجاز هذه الرسالة .

كما أشكر كل أساتذة علم النفس الذين أفادوني بنصائحهم و ملاحظاتهم .

أتقدم بالشكر و الامتنان إلى الوالدين الكريمين و إلى جميع إخوتي .

كما أشكر كذلك عينة الدراسة .

إلى كل من حفضهم القلب و نسيهم القلم سهوا فعفوا ...أهدي لكم ثمرة جهدنا .

ملخص الدراسة :

عنوان الدراسة : صورة الذات وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي .

هدفت الدراسة إلى التعرف على مستوى صورة الذات لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي وكذلك التعرف على مستوى الوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي و التعرف كذلك على علاقة صورة الذات بالشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي ، والتعرف ما إذا كانت هناك فروق في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي .

وتكونت عينة الدراسة من الطالبات المقيمات ، حيث تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة ، والبالغ عددهما 60 طالبة وقد اعتمدت الطالبة على المنهج الوصفي بأسلوبيه الارتباطي والمقارن . كما اعتمدت في جمع بياناتها على اختبار صورة الذات ، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية لـ"راسل"(Russel1996) ترجمة "مراكشي مريم" في البيئة الجزائرية ، و عولجت البيانات باستخدام الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية **SPSS 20** .

وأسفرت الدراسة على النتائج التالية :

لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي مستوى صورة ذات ايجابية كذلك لدى الطالبة المقيمة شعور بالوحدة النفسية منخفض ، و توجد علاقة ارتباطية عكسية بين صورة الذات والشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي ، و كان الفرق في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة لمقيمة بالحي الجامعي تعزى لمدة الإقامة (أسبوع ، أسبوعين) غير دالة إحصائيا .

فهرس المحتويات:

الموضوع	الصفحة
شكر وتقدير	
ملخص الدراسة	
فهرس المحتويات	
فهرس الجداول	
مقدمة	أ
الفصل الأول :الإطار العام للدراسة	
1- تحديد إشكالية الدراسة	**3**
2- فرضيات الدراسة	**6**
3- أهمية الدراسة	**6**
4- أهداف الدراسة	**7**
5- التعريف الإجرائي لمتغيرات الدراسة	**8**
6- الدراسات السابقة	**8**
الجانب النظري	
الفصل الثاني : صورة الذات	
تمهيد	**16**
1- مفهوم صورة الذات	**16**
2- تعريف صورة الذات	**18**
3- مراحل نمو الذات	**19**
4 أبعاد الذات	**21**

5- اتجاهات الذات	**22**
6- مكونات صورة الذات	**23**
7- أسباب تدني صورة الذات	**24**
8- أعراض تدني صورة الذات	**25**
9- النظريات المفسرة لصورة الذات	**26**
10- نتائج رفض صورة الذات	**30**
خلاصة الفصل	**32**
الفصل الثالث : الوحدة النفسية	
تمهيد	**34**
1- مفهوم الوحدة النفسية	**34**
2- بعض المفاهيم المرتبطة بالوحدة النفسية	**35**
3- مواصفات الشعور بالوحدة النفسية	**37**
4- أشكال الوحدة النفسية	**38**
5- أسباب الشعور بالوحدة النفسية	**40**
6- خصائص الشعور بالوحدة النفسية	**42**
7- النظريات المفسرة للشعور بالوحدة النفسية	**42**
8- مواجهة الشعور بالوحدة النفسية	**45**
خلاصة الفصل	**46**
الجانب الميداني	
الفصل الرابع ا: إجراءات الدراسة الميدانية	
تمهيد	**49**

1- المنهج	**49**
2- عينة الدراسة و كيفية اختيارها	**49**
3- حدود الدراسة	**50**
4- أدوات الدراسة	**50**
5- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة	**55**
خلاصة الفصل	**56**
الفصل الخامس: عرض و مناقشة نتائج الدراسة	
تمهيد	**58**
1- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى	**58**
2- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية	**59**
3- عرض ومناقشة نتئج الفرضية الثالثة	**61**
4-عرض ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة	**62**
5- مناقشة عامة لنتائج الدراسة	**64**
خلاصة الفصل	**66**
خاتمة	**67**
الاقتراحات	**68**
قائمة المراجع	**70**
الملاحق	

قائمة الجداول:

العنوان	الصفحة
الجدول 01 : معادلة "ألفا كرونباخ" لقياس ثبات محاور مقياس الشعور بالوحدة .	**54**
الجدول 02: توزيع عبارات مقياس الشعور بالوحدة النفسية على البنود الثلاثة.	**55**
الجدول 03: كيفية تقدير درجة الشعور بالوحدة النفسية .	**55**
الجدول 04: نتائج مستوى صورة الذات الايجابية والسلبية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي .	**58**
الجدول 05: نتائج مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي.	**60**
الجدول 06: نتائج معامل الارتباط الثنائي بين درجات الوحدة النفسية وصورة الذات .	**61**
الجدول 07: نتائج اختبار التباين الأحادي (اختبارF) للفروق في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي تعزى لمدة الإقامة .	**63**

قائمة الملاحق:

الملحق 1: اختبار صورة الذات (GPS)
الملحق 2: مقياس الشعور بالوحدة النفسية

مقدمة

تعتبر الذات جوهر الشخصية ، كما يعد مفهوم الذات من الأبعاد المهمة في الشخصية الإنسانية التي لها الدور الفعلي في سلوك الفرد و تصرفاته ، فهو بذلك يحتل مركز مرموق من نظريات الشخصية ، و يعد من العوامل الهامة في التي تؤثر في سر السلوك الإنساني إذ ينبثق مفهوم الذات من الخبرة الاجتماعية بالنظر إليه كجزء يؤثر في البيئة الاجتماعية و يتأثر بها و أي خلل قد يحدث في الأواصر التي تربط الإنسان بغيره من أبناء جنسه ، و أي تغير يحدث في النظام الاجتماعي المكتسب لدى الأفراد ما يولد لديهم الشعور بالوحدة النفسية ، و كما تترك آثارا على الفرد ، حيث من شأنها أن تؤثر على مجمل نشاطاته كما أنها تعد نواة لمشكلات أخرى.

ويعد الشعور بالوحدة النفسية مشكلة نفسية قد تصيب الفرد في أي مرحلة من مراحل عمره فعندما يفتقد الفرد الاتصال و الاحتكاك الانفعالي والاجتماعي تكون النتيجة الحتمية هي الشعور بالوحدة النفسية ، لذلك نحاول في هذه الدراسة تسليط الضوء على موضوع صورة الذات و علاقتها بالشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي ، و تم تقسيم الدراسة إلى جانبين جانب نظري و جانب ميداني تبدأ بمقدمة الدراسة ثم الفصل الأول تحت عنوان مدخل الدراسة وتتضمن تحديد إشكالية الدراسة و فرضياتها و أهميتها وأهدافها و التعريف الإجرائي لمتغيراتها و كذلك الدراسات السابقة ، أما الجانب النظري فيتمثل في فصلين الفصل الثاني صورة الذات ويتضمن مفهوم صورة الذات وتعريفها و مراحل نموها و أبعاد و اتجاهات الذات و مكوناتها و أسبابها و أعراضها و كذلك أهم النظريات المفسرة لها و أخيرا نتائج رفض صورة الذات ، أما الفصل الثالث فكان بعنوان الوحدة النفسية و يتضمن هذا الفصل مفهوم الوحدة النفسية و بعض المفاهيم المرتبطة بها

و مواصفاتها و أشكالها و أسبابها و خصائصها و بعض النظريات المفسرة لها وأخيرا كيفية مواجهة الشعور بالوحدة النفسية .

أما الجانب الميداني فيتضمن فصلين الفصل الرابع إجراءات الدراسة الميدانية كالمنهج وعينة الدراسة الأساسية وكيفية اختيارها وحدود الدراسة و أدواتها و بعض الأساليب الإحصائية المستخدمة فيها ، أما الفصل الخامس فقد تناول عرض ومناقشة نتائج الدراسة على ضوء الفرضيات و أخيرا مناقشة عامة لنتائج الدراسة.

الفصل الأول : الإطار العام للدراسة

1- تحديد إشكالية الدراسة

2- فرضيات الدراسة

3 - أهمية الدراسة

4- أهداف الدراسة

5- التعريف الإجرائي لمتغيرات الدراسة

6- الدراسات السابقة

الإشكالية :

تعتبر الجامعة كوسط اجتماعي نظرا للدور الرائد الذي تلعبه في خلق المعرفة وتطويرها ونشرها و توظيفها في معالجة مشاكل الحياة المعاصرة في المجتمعات ، وكذلك استثمارها للثروات البشرية ، والواقع أن هذا الرصيد العلمي و المعرفي قد أبدعته وطورته العقول النيرة ، و قد كان للجامعة دورا بارزا في احتضان تلك العقول المبدعة و صياغتها و تهيئة الظروف لنموها وإبداعها ، فالجامعة كونها تنظيم علمي يضم النخبة الفكرية والعلمية في المجتمع تستطيع أن تؤدي وظيفتها المعرفية من خلال الاكتشافات العلمية والإبداعات الفكرية في حقول المعرفة والفنون المختلفة شريطة أن يتوافر فيها مناخ فكري وعلمي حر بعيدا عن أي نوع من الهيمنة المعلنة أو الخفية ، لذا فقد أصبحت الجامعة مطالبة وبشكل فعلي الاستجابة و التفاعل مع ظروف و متطلبات مجتمعاتها من خلال نشر المعارف العلمية و التقنية بين طلبتها الجامعيين **(يوسف جوادي 2006:ب ص)** .

وطلبة الجامعة منهم المقيمين وغير المقيمين إذ يمثلون ثروة وطنية في غاية الأهمية باعتبارهم الطاقة الدافعة نحو التقدم و البناء ، فهم بحاجة إلى تقديم الرعاية العلمية والاجتماعية

والجسمية والنفسية لهم واستثمار قدراتهم حتى يسهموا في تطوير مجتمعاتهم وتنميتها .

و تضمين البرامج التعليمية والتربوية على مستوى الجامعة وما قبلها برامج إرشادية في الوقاية من الوقوع في المشكلات التكيفية بمختلف أنواعها ، إضافة إلى التدخلات الإرشادية النمائية والعلاجية سواء أكانت إرشادا فرديا أم جماعيا من شأنها أن تحد تعرض الطلبة لمشكلات وصعوبات مختلفة حيث تساعد على امتلاكهم المهارات التكيفية المناسبة التي يحتاجون إليها عند التعامل مع الضغوطات التي تعترض حياتهم ومسيرتهم الجامعية .

فبعض طلبة الجامعة يعانون من نقص في المهارات اللازمة لتحقيق ذواتهم مما يؤدي بهم إلى الشعور بالوحدة النفسية وبخصوص الطالبات المقيمات بالحي الجامعي كونهم أنها يعشن فترة صعبة و هي الانفصال عن الأسرة لأول مرة في حياتهن ، و أن أي احباطات في هذه المرحلة العمرية – المراهقة– تؤدي إلى اختلال في توازنها ، إذ تعتبر الباحثة **(أ.بيرو2000)** أن المراهقة عمل نفسي هدفه استدخال التغيرات الناتجة عن البلوغ ، هذه التغيرات تدفع الفرد إلى البحث عن

مواضيع اهتمامات جديدة تحدث تغيرات على مستوى التقمصات تؤدي إلى توحيد النزوات الجزئية مما يمكن الفرد من تكوين هوية جنسية ثابتة . هذا التطور عند نهايته يمكن الفرد انطلاقا من انفصاله عن المواضيع الوالدية من اختيار موضوع حب (**جيلالي سليمان ،2012: 1**) ، كما تعتبر أيضا المرحلة التي تتميز بنضج الدافع الجنسي وظهور مجموعة من الصفات البيولوجية والنفسية والاجتماعية ، وهذا يدفع بالفرد إلى تكوين صورة جديدة عن ذاته وإنشاء نظام علائقي جديد مع بيئته وكل ذلك يساعده على تنظيم شخصيته وترسيخها (**خالد احمد العلمان2002:34**) إذ ترتبط الناحية النفسية بإشباع الحاجات الأساسية كالحب والانتماء والأمن، وان أي صدمات فيها تؤدي إلى التأثير سلبا على شخصية المراهقة في جميع النواحي بما فيها الجانب النفسي و الانفعالي ، حيث انتقلت من العيش بين أفراد أسرتها إلى الإقامة بالحي الجامعي والذي يعتبر وسط اجتماعي يأوي عدد من الطلبات تختلفن من حيث الانتماء الجغرافي والمستوى الاجتماعي والاقتصادي والتخصص العلمي ويعمل على إخضاعهن للعيش بعيدا عن أسرهن في مكان واحد وظروف اجتماعية واحدة وتشتركن في الانتماء لنفس الحي ، هذا ولأن الطالبة عند التحاقها بالحي الجامعي تصبح أمام واقع اجتماعي جديد فهي بعيدة عن الأسرة والأهل ، ومن جهة أخرى هي في مكان جديد يتيح لها فضاء واسع من الحرية و الاستقلالية في سلوكاتها و تصرفاتها و يحررها من كل القيود (**صنور فتيحة، 2012: 3 ، 4**) ، فهي تعيش واقعا يوميا ضاغطا ومحبطا يؤدي بها إلى زعزعة المعتقدات الايجابية ، فتحطم آمالها وتشعر بالذهول واليأس و تزعزع صورة الذات لديها ، وبالتالي قد تتحول المعتقدات الايجابية إلى معتقدات سلبية وتفقد الذات من قيمتها ويصبح العالم الخارجي مهددا ومخيفا .

فصورة الذات بنية كلية متعددة الأبعاد مركبة من بعض البنيات الأساسية التي تحدد النواحي العامة لصورة الذات كل واحدة منها تعطي جانبا محددا للذات التي تميز أوجه متعددة ومستمدة من التجربة المحسوسة ذاتها ثم تدركه مرموزا لها من طرف الشخص (**lécuyer1978:p118**) . فهي تتفاوت في عمقها من فرد إلى آخر ومن عمر لآخر ومن ثقافة إلى أخرى ، كما تتعدد أنواعها و أشكالها فضلا عن تعدد أعراضها ، و أن مفهوم الطالبة عن ذاتها ذو تأثير كبير في العديد من الجوانب ، كما أنها متعلقة بشكل كبير بحالتها العقلية وشخصيتها بوجه عام ، كما أن أولئك الذين يرون أنفسهم على أنهم غير مرغوبين و لا قيمة لهم يتوجهون دائما إلى سلوك وفق الصورة التي يرونها عن أنفسهم والعكس فمتى رأوا أنهم ذو قيمة كبيرة ولديهم

ثقة كبيرة بأنفسهم يتصرفون على هذا النحو، كما تعتبر أيضا صورة الذات على أنها المجموع الكلي لكل ما يستطيع الإنسان أن يدعي أن جسده وسماته و قدراته و ممتلكاته **(سهير كامل احمد 216:2000)** ، لذا فالطالبة المقيمة بالرغم من الضغوط والصعوبات التي تواجهها في المرحلة الجامعية تساهم في تشكل صورة الذات لديها بناء على صورة الذات المكتسبة في المراحل السابقة حيث يشكل الاغتراب و الابتعاد عن الأسرة والأهل نوع من الصعوبة في التكيف مع المحيط الجديد –الحي الجامعي–هذا من شانه أن يحدث لدى بعض الطالبات اضطرابات نفسية وسلوكية التي تظهر على شكل انطواء ، انسحاب ، انعزال ، وحدة نفسية .

فالوحدة النفسية من أهم المواضيع التي لقيت اهتماما كبيرا في الآونة الأخيرة من قبل الباحثين في مجال علم النفس والتربية . فهي ظاهرة من ظواهر الحياة الإنسانية يخبرها الإنسان بشكل ما وتسبب له الألم والضيق والأسى ، فهي حقيقة حياتية لا مفر منها لا تقتصر على فئة عمرية معينة ، يعاني منها الأطفال والمراهقون والراشدون والمسنون.

ويؤكد "وليامز" **(williams)** أن الوحدة النفسية من المشاكل الخطيرة والواسعة الانتشار في الوقت الحاضر ، حيث أنها تنتج من خلال وجود تناقض بين علاقات الفرد الواقعية والعلاقات التي يرغب في تحقيقها مما يشكل مشكلة اجتماعية ، أو خبرة شخصية مؤلمة تولد لدى الفرد اضطرابات نفسية كالقلق والاكتئاب والانسحاب من العالم الاجتماعي والافتقار للايجابية في المواقف الاجتماعية ، وإنها إحدى المشكلات المهمة في حياة الإنسان المعاصر فهو شعور مؤلم وناتج من شدة الإحساس بالعجز نتيجة الانعزال الاجتماعي والانفعالي لشعوره بأنه غير مرغوب فيه من قبل الآخرين مما يؤدي إلى الإحساس بالتعاسة والتشاؤم والقهر والاكتئاب وربما الانتحار **(بن دهنون سامية شيرين ، ماحي ابراهيم ،2014: 70)** .

فالوحدة النفسية هي ذلك الشعور بالحرمان نتاج نقص في أنواع معينة من العلاقات الإنسانية وهو شيء مؤلم ،لأن الفرد دائم الحاجة للمودة والدفيء والإحساس بالقيمة ، و قد تظهر الوحدة النفسية عند الطالبة المقيمة نتيجة الانفصال عن الأسرة وغياب الطمأنينة و الأمان لمن حولها وكذلك غياب شبكة العلاقات الاجتماعية ، لذا فان إرشاد الطالبات عن طريق مساعدتهم على تنمية تفكيرهم العقلاني إلى أقصى درجة والعمل على خفض تفكيرهم اللاعقلاني إلى اقل درجة

ممكنة .يمكن أن يؤثر بشكل ايجابي في خفض درجة الاضطراب النفسي والاهتمام بتحسين صورة الذات .

و مما سبق نطرح التساؤلات التالية:

1- ما مستوى صورة الذات لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي ؟.

2- ما مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي ؟.

3- هل توجد علاقة ارتباطية بين صورة الذات و الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي؟.

4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي تعزى لمدة الإقامة في الحي الجامعي ؟.

2/ فرضيات الدراسة

1- لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي مستوى صورة الذات سلبية .

2- لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي شعور بالوحدة النفسية مرتفع .

3- توجد علاقة ارتباطية بين صورة الذات والشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي .

4- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي تعزى لمدة الإقامة .

3/ أهمية الدراسة :

- الأهمية النظرية :

- تكمن الأهمية النظرية لهذه الدراسة في تناولها لأحد الموضوعات المهمة في مجال علم النفس و هي صورة الذات و علاقتها بالشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي .

– إضافتها الجديد من الدراسات إلى التراث السيكولوجي في المرحلة الجامعية .

– تزويد طالبات الإقامة ببحث جديد يربط بين مفهومين نفسيين هما صورة الذات و الوحدة النفسية .

– قلة الدراسات و الأبحاث التي تناولت موضوعي صورة الذات و الوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة .

– **الأهمية التطبيقية:**

إن نتائج الدراسة قد تفيد الأخصائيين النفسانيين والاجتماعيين في عمل برامج إرشادية لتعزيز صورة الذات وخفض في الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة .

كما أن نتائج الدراسة الحالية قد تفيد الباحثين والدارسين في مجال علم النفس بتوفير معلومات حول الطالبات المقيمات و مستوى الوحدة النفسية و صورة الذات من أجل بناء برامج تساعد على التخفيف من حدة هذه التوترات أو المعاناة النفسية خلال المرحلة الجامعية .

4/ أهداف الدراسة :

– هدفت الدراسة الحالية إلى التعرف على صورة الذات وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي.

– التعرف على مستوى صورة الذات لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي.

– التعرف على مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي ومدى تأثيرها.

– التعرف إلى ما إذا كان هناك فروق في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي .

– التعرف على الأسباب التي أدت إلى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي.

– التعرف على الأسباب التي أدت الى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي .

5/ التعريف الإجرائي لمتغيرات الدراسة:

صورة الذات : و هي الصورة التي تدركها و تكونها الطالبة المقيمة عن ذاتها وذلك من خلال تطبيق اختبار(GPS) والتي يمكن قياسها من خلال التقييم الايجابي و السلبي لبعض الأوصاف التي تظن بأنها تنطبق عليها .

– **الوحدة النفسية:** وهي مجموع الدرجات التي تحصل عليها الطالبة المقيمة بعد إجابتها على فقرات مقياس الشعور بالوحدة النفسية المستخدم في هذه الدراسة حيث تشير الدرجة المرتفعة شعور الطالبة بالوحدة النفسية .

– **الطالبة المقيمة بالحي الجامعي:** و هي الطالبة التي تقيم مدة محددة من الزمن في الإقامة الجامعية من أجل مزاولة دراستها وفيه تخليد للراحة بعد عناء الدراسة كما أنها توفر لها مجموعة من الخدمات كالإطعام والنقل والترفيه وغيرها من الخدمات .

– **الحي الجامعي :**هو عبارة عن مكان أو وسط اجتماعي مخصص لإيواء الطلبة الجامعيين وهذا في حال بعد المسافة بين مكان الدراسة ومكان الإقامة الأصلية وهذا الأمر يعتبر شرطا أساسيا للإقامة بالحي الجامعي وتقدير هذه المسافة بالنسبة للإناث يختلف عن الذكور كما أنه يوجد نوعين من الأحياء الجامعية أحياء خاصة بالإناث وأخرى بالذكور، والإقامة في هذه الأحياء تكون محددة بمدة الدراسة ، حيث تنتهي بانتهاء هذه الأخيرة.

6– الدراسات السابقة :

– الدراسات العربية :

– دراسة هوجات (1982): "العلاقة بين خبرة الشعور بالوحدة النفسية وعلاقة الفرد بالوالدين والأقران" تناولت هذه الدراسة العلاقة بين خبرة الشعور بالوحدة النفسية وعلاقة الفرد بالوالدين والأقران ، و قد تكونت عينة الدراسة من (232) شخصا منهم (156) ذكرا و(76) أنثى من

الطلبة والطالبات الإيرانيين الذين يدرسون في الجامعات الأمريكية والذين تراوحت أعمارهم بين (18–39) عاما و أسفرت نتائج الدراسة عن أن الأفراد ذوي الشعور المرتفع بالوحدة النفسية قد اقروا أن آبائهم لم يكونوا يقضون معهم وقتا كافيا ولا يفهمون مشاكلهم ولا يحاولون مساعداتهم عند الحاجة إليهم , كما أن الطلاب الذين قد قرروا أنهم غير قادرين على المشاركة مع الأقران في علاقات صداقة كانوا أكثر شعورا بالوحدة النفسية في مرحلة المراهقة (**حنان بنت اسعد محمد خوج,45:2002**) .

– **دراسة "خضر و الشناوي" (1988):** الشعور بالوحدة النفسية والعلاقات الاجتماعية المتبادلة "هدفت هذه الدراسة إلى اكتشاف العلاقة بين متغير الوحدة النفسية ومتغيرات العلاقات الاجتماعية والانبساط و العصابية ، والأدوات المستخدمة في الدراسة هي مقياس الوحدة النفسية ومقياس أيزنك للشخصية ، و بلغت عينة البحث (120) طالبا في مرحلتي المراهقة والرشد في السعودية ،وأسفرت نتائج الدراسة عن وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس الانبساط ودرجاتهم على مقياس الوحدة النفسية وارتباط و ارتباط موجب بين الوحدة النفسية و العصابية .

– **دراسة "حمود" (1993) : "المتغيرات الشخصية والاجتماعية المرتبطة بالإحساس بالوحدة النفسية لدى طلاب المدن الجامعية"** هدفت هذه الدراية إلى معرفة العلاقة بين الوحدة النفسية وبعض المتغيرات الشخصية والاجتماعية ، والكشف عن الفروق في متغير الوحدة النفسية والتي ترجع إلى متغيرات الجنس والتخصص الدراسي ،وتألفت عينة الدراسة من (850) طالبا وطالبة من طلبة جامعة الإسكندرية واستخدمت في هذه الدراسة أدوات تتمثل في مقياس الوحدة النفسية قائمة القلق (كحالة وسمة) ، ومقياس أيزنك للشخصية وتوصلت الدراسة إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين الوحدة النفسية و العصابية والقلق كسمة وحالة ،وارتباط سلبي دال إحصائيا بين الوحدة النفسية والانبساط (**مازن ملحم :634،2010–635**) .

– **دراسة "عطا" (1993) "تقدير الذات وعلاقته بالوحدة النفسية والاكتئاب لدى طلاب الجامعة"** هدفت هذه الدراسة إلى معرفة واقع متغيرات تقدير الذات والوحدة النفسية والاكتئاب لدى عينة من الطلاب الجامعيين في مدينة الرياض ، وبلغت عينة الدراسة (137) وهي عينة عشوائية من الطلاب الجامعيين في كل من كلية المعلمين وكلية التربية بجامعة الملك سعود ،واستخدمت في

الدراسة مقياس الوحدة النفسية من إعداد (Russel 1982) وقننه على البيئة السعودية (خضر والشناوي 1988) ومقياس الاكتئاب من إعداد أستاذ الطب النفسي "بيك" وقام بتعريبه "غريب عبد الفتاح " ، ومقياس تقدير الذات من إعداد الدريني وآخرون . ورصدت النتائج واقع تقدير الطلاب لذويهم ومشاعر الوحدة النفسية لديهم ، وكما كشف البحث وجود علاقة سالبة ودالة إحصائيا بين تقدير الذات وكل من الوحدة النفسية و الاكتئاب ، حيث تنخفض مشاعر الوحدة النفسية ومستويات الاكتئاب في ظل التقدير الايجابي للذات .

(الجوهرة عبد القادر طه شيبي،2005: 47 ، 48) .

– **دراسة الشواقفة (2000):** هدفت إلى التعرف على مشاعر الوحدة النفسية لدى طلبة جامعة آل البيت لدى عينة مكونة من (350) طالبا وطالبة ، فقد أظهرت نتائجها أن الطلبة غير الأردنيين يشعرون بالوحدة النفسية بدرجة أعلى من الطلبة الأردنيين ، وان الطلبة في السنة الدراسية الأولى والثانية كانوا كثر شعورا بالوحدة النفسية من الطلبة في بقية السنوات ، كما كان الذكور أكثر شعورا بالوحدة النفسية من الإناث.

– **دراسة العلاونة (2005):** هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب وطالبات جامعة اليورموك لدى عينة مكونة من(811) طالبا وطالبة ، وأظهرت نتائجها أن الطلبة في جامعة اليورموك يعانون من الشعور بالوحدة النفسية سواء أكانوا مقيمين مع أسرهم أم لا ، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق في درجة الشعور بالوحدة النفسية لديهم مرتبطة بالجنس أو المستوى الدراسي أو المعدل التراكمي .

– **دراسة الشرايري (2009):** قام بدراسة هدفت إلى معرفة مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة اليورموك بلغ عددهم (565) طالبا وطالبة ،أظهرت نتائج الدراسة وجود درجة متوسطة من الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة ، كانت أعلاها في مجال المشاعر الذاتية ، ثم مجال العلاقات الاجتماعية ، مجال العلاقات الحميمية ، وأخيرا في العلاقات الأسرية في حين لم توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الوحدة النفسية بين الذكور والإناث **(منار سعيد بن مصطفى،2013:143-144)** .

– **دراسة نمر صبح (2011):** هدفت الدراسة إلى التعرف على درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة ، وبيان علاقة الشعور بكل من الجنس والمستوى الدراسي على عينة مكونة من (157) من طلبة كلية الفنون الجميلة بجامعة الأقصى بغزة ، واستخدمت في هذه الدراسة مقياس الشعور بالوحدة النفسية من إعداده سنة (2008) وبعد القيام بالمعالجات الإحصائية المناسبة دلت النتائج على أن :

_درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكلية كانت متوسطة .

_ لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الشعور بالوحدة النفسية تبعا لمتغير الجنس.

_ توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الشعور بالوحدة النفسية تبعا لمتغير المستوى الدراسي ولصالح المستوى الرابع (**بن دهنون سامية شيرين ،77:2014**) .

– **الدراسات الأجنبية :**

– **دراسة** روكس **(Rouks 2004) :** قام بدراسة هدفت إلى البحث عن مشاعر الوحدة النفسية لدى عينة من الطلاب القادمين للدراسة في جنوب إفريقيا في جامعة (Freestate) وعددهم (270) طالبا منهم (122) من البيض ، و(148) من السود وتقضي الفروق المرتبطة بمتغيرات العمر والجنس والخلفية الثقافية ، و أظهرت نتائج الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مشاعر الوحدة النفسية تعزى إلى هذه المتغيرات ، إلا أن الطلاب السود كانو أ كثر شعورا بالوحدة النفسية من البيض .

– **دراسة ساوبير مارجينسون و دوميرت و نيالد ورااميا (Sawpir. 2007 (Marjinson ;Dumert ; Nyland ;&Ramia :**فقد هدفت إلى معرفة مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة مكونة من (200) طالبا و طالبة من(30) جنسية مختلفة يدرسون في إحدى الجامعات الأسترالية. أظهرت نتائج الدراسة أن (75%) من الطلاب يعانون من مستوى مرتفع من الوحدة النفسية و تحديدا من المستجدين الذين لم يمض على وجودهم في استراليا أكثر من أشهر معدودة (**منار سعيد بن مصطفى ،2013 :143**) .

– **دراسة ميجان و نكبون (nicpon and megan 2007):** و التي كان هدفها التعرف على علاقة الوحدة النفسية ، الدعم الاجتماعي ، ترتيبات الحياة ، والمثابرة العلمية ، و أجريت الدراسة على عينة قوامها (410) طالبة جامعية ، وأوضحت نتائج الدراسة أن الدعم الاجتماعي انعكس بطريقة سلبية على العزلة و بطريقة ايجابية على قرارات المثابرة العلمية ، وأن القليل من الوحدة النفسية والمزيد من الدعم الاجتماعي أظهر أفعالا ايجابية لدى الطالبات (**بن دهنون سامية شيرين 77:2014**) .

– **دراسة أوزديمير (ozdemir 2008)** : هدفت هذه الدراسة إلى البحث عن مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من الطلبة الجامعيين في إحدى الجامعات التركية بلغ عددهم (721) طالب وطالبة ، تراوحت أعمارهم من (18– 25) سنة ، (67%) منهم يعيشون في المساكن المستقلة للطلاب ، أظهرت نتائج الدراسة أن (46 %) من الطلبة يعانون من الوحدة النفسية ، كما أنهم يفتقرون للتفاعل الاجتماعي مع الآخرين و(35%) منهم يفتقرون للدعم النفسي والاجتماعي من الآخرين . (**منار سعيد بن مصطفى ،2013 :144**) .

التعليق على الدراسات السابقة :

المنهج المستخدم : تنوعت مناهج الدراسة التي اعتمدت في الدراسات السابقة من قبل الباحثين فكانت بين المنهج الوصفي والمنهج الوصفي التحليلي ، فالدراسات التي اعتمدت على المنهج الوصفي هي دراسة "هوجات "(1982) ودراسة "الشواقفة "(2000) ودراسة "روكس"(2004) ودراسة "ساوبيرمارجينسون " و"دوميرت" و"نيالد" و"راميا "(2007) ودراسة "اوزديمير" (2008) ودراسة "العلاونة" (2005) ودراسة "الشرايري"(2009) ودراسة "حمود" (1993) و دراسة "ميجان" و" نيكبون" (2007) ودراسة " نمر صبح القيق" (2011)، أما الدراسات التي تناولت المنهج الوصفي التحليلي هي دراسة "عطاء "(1993) وكذلك دراسة "خضر" و "الشناوي" (1988).

أما الدراسة الحالية فقد اعتمدت على المنهج الوصفي .

العينة : اختلفت عينات الدراسات السابقة تبعا لاختلاف الأهداف لتلك الدراسات وتبعا لتوفر العينات ، حيث اختيرت العينة في الدراسات السابقة بطريقة عشوائية من طلبة الجامعة المقيمين

منهم و غير القيمين ، و كذلك الطلبة الأجانب التي تتراوح بين (120–850) طالبا ، كما تراوحت أعمارهم بين (18– 25) سنة .

أما الدراسة الحالية طبقت على الطالبات المقيمات بالحي الجامعي سنة أولى و التي تتراوح أعمارهن من (18 – 22) سنة.

الأدوات : من بين الأدوات المستخدمة في الدراسات السابقة والتي اعتمد عليها الباحثون تمثلت في مجموعة من المقاييس و هي مقياس الوحدة النفسية ومقياس أيزنك للشخصية ، مقياس الاكتئاب و مقياس تقدير الذات

أما الدراسة الحالية اعتمدت على اختبار صورة الذات GPS لـ L'cuyer و مقياس الشعور بالوحدة النفسية لـ راسل (1996) .

الجانب النظري

الفصل الثاني : صورة الذات

تمهيد

1- مفهوم صورة الذات

2- تعريف صورة الذات

3- مراحل نمو الذات

4- أبعاد الذات

5- اتجاهات الذات

6- مكونات صورة الذات

7- أسباب تدني صورة الذات

8- أعراض تدني صورة الذات

9- النظريات المفسرة لصورة الذات

10- نتائج رفض صورة الذات

الخلاصة

تمهيد :

يعتبر مفهوم الذات احد المفاهيم الأساسية لفهم الشخصية، فمفهوم الفرد لذاته له تأثير كبير في العديد من الجوانب، كما انه متعلق بشكل كبير بحالته العقلية وشخصيته بوجه عام ، كما أن أولئك

الذين يرون أنفسهم على أنهم غير مرغوبين ولا قيمة لهم ، يتوجهون دائما إلى سلوك وفق الصورة التي يرونها عن أنفسهم والعكس فمتى رأوا أنهم ذو قيمة كبيرة ولديهم ثقة في أنفسهم يتصرفون على هذا لنحو ،وفيما يلي سيتم عرض أهم التعريف لمفهوم الذات وصورة الذات ومراحل نمو الذات وبعض لعوامل المؤثرة في نمو الذات و بعض نظريات الذات وأبعادها وأخيرا نتائج رفض صورة الذات.

1- مفهوم صورة الذات :Image de soi

1-1 تعرف الصورة :

في التحليل النفسي : فالصورة هي النموذج اللاوعي الأول للشخصيات الذي يوجه أسلوب إدراك الفرد الآخرين بشكل انتقادي (**عبد المجيد سالمي وآخرون،150:1998**) .

الصورة هي مجموعة منظمة من المعطيات الإدراكية تفهم على هذا الأساس لصالح حدودها أو سماتها الأساسية فالتعبير يقترب كثيرا من التعبير الألماني جيشطالت (شكل) ، برغم من تفضيل الشكل أو الصورة و هو بشكل عام مجموعة مبنية تفرض نفسها على هذا الأساس عند إدراك المعطيات حتى و لو كانت غير إدراكية (**رولان دورون وفرونسواز ياز ترجمة فؤاد شاهين،237:1997**) .

يرجع استخدام المصطلح إلى" يونغ " عندما وصف الصورة المتخيلة الأمومة والأبوية وبالمثل صورة الأخوية (**عبد القادر طه فرج ،470:2003**) .

حسب موسوعة شرح المصطلحات النفسية ف الصورة هي التي يرسمها الشخص لنفسه تتكون في عقله .

مبكرا منذ الطفولة ، أما التصور فو الصورة الذهنية فهو ظاهرة ذهنية لها تأثير على السلوك (**لطفي الشربيني ،167:2001**) .

يعرفها كارل روجرز (Karl Rojers) على أنها المجموع الكلي للخصائص التي يعزوها الفرد لنفسه والقيم الاجتماعية و السلبية التي تتعلق بهذه الخصائص ، أو هي ذلك المجال الظاهري الذي يتكون من تشكيلة من الادراكات و القيم المتعلقة بالذات أو الأنا (**محمد شناوي 122:2001**) .

1-2 تعريف مصطلح الذات:

الذات : هي الشكل التصوري المنظم والمنسق إذ يتشكل من تصورات الفرد لخصائص أناه (من أكون ؟).

ومن مدركاته لعلاقاته بالآخرين وتصوراته للمظاهر المختلفة للحياة وللقيم المرتبطة بهذه التصورات و الادراكات (**القريضي عبد المطلب ، 90:1998**) .

تعريف الذات حسب C.rogers الذات هي شعور الفرد بكيانه وبوجوده وبوظيفته ، أي هي فكرة الشخص عن نفسه كمصدر للفعل كما ترد في التقرير اللفظي عنها (**إبراهيم أحمد أبو زيد 78:1987**) .

يرى" بيرنر" أن مفهوم الذات بشكل عام هو إدراك الفرد لنفسه و بشكل خاص هو اتجاهاته

و مشاعره ومعلوماته عن قدراته و مهاراته، و مظهره وتقبله الاجتماعي (**محمد الشناوي وآخرون ،2010 122- 123**) .

يعرف "أتواتر" Atwater مفهوم الذات بأنه الصورة الكلية والإدراك الذي لدينا عن أنفسنا ويتضمن اعتقادنا حول أنفسنا ومشاعرنا نحو القيم التي ترتبط بها (**حنان عبد الحميد العناني، 61:2005**)

يرى "يونغ" أن الذات هي: مركز الشخصية التي يتجمع حولها كل النظم الأخرى وهي التي تدل والتي تعد الشخصية بالوحدة والثبات والتوازن وتحقيق الذات وهو الغاية التي ينشدها الإنسان ويعني تحقيق ذات أفضل أشكال التوازن و التكامل و الامتزاج المتجانس لجميع جوانب الشخصية (**يوسف عبد الفتاح محمد،148:1990**) .

أما موسوعة التربية الخاصة فتعرف الذات كون المرء قادر على التعرف على خصائصه النوعية من الأنماط السلوكية و الأفكار وما إلى ذلك (**محمد عودة الرماوي ،315:1998**).

فمن خلال هذه التعارف يمكن أن نعرف الذات بأنها إدراك الفرد لذاته وبشكل خاص إدراك لاتجاهاته .

2- تعرف صورة الذات Image de soi:

تعرف صورة الذات حسب موسوعة "لالاند" على أنها نسخ حسي أو ذهني لما تدركه الحواس فالصورة الذاتية هي أن نجد أنفسنا إحساس ناشئ من الخارج و غير عفوي يقابله إحساس ناشئ من الداخل و عفوي ، و يؤدي للإحساس بالذات تليها الأحكام على الذات (**خليل احمد خليل،2001:61**) .

تعريف "محمد الرماوي" لصوة الذات : بأنها مجموع الخبرات الشخصية الخاصة بالفرد أو إدراكه لنفسه كشخص مستقل له كيان منفصل عن غيره بقدرات إنسانية محددة ومواصفات جسمية ومستوى محدد من الأداء ودور معين في الحياة (**محمد عودة الرماوي ،1998:315**) .

تعريف "بندورا" : هي الصورة التي يكونها الفرد عن ذاته و يمكن قياسها من خلال تقييم الشخص الايجابي و السلبي لبعض الأوصاف التي يظن بأنها تنطبق عليه (**عبد المنعم أحمد الدردير 2004:152**).

تعرف صورة الذات في موسوعة علم النفس هي التصور والتقدير الذي يجريه الفرد عن نفسه في مختلف مراحل نموه ، وفي الأوضاع المختلفة الذي يوجد فيها (**رولان دورون فونسوازيارو ترجمة فؤاد شاهين ،1997:223**) .

فصورة الذات هي مفهوم الفرد عن نفسه بكل ما فيها من خصائص (جسمية فيزيقية عقلية نفسية) أو قدرات أو سمات (**فؤاد السيد سعد عبد الرحمن ،1999:46.45**) .

تعريف "Rojers" لصورة الذات هي التكوين المعرفي المنظم و الموحد و المتعلم للمدركات الشعورية و التعليمات الخاصة يبلوره الفرد و يعتبره نفسيا لذاته (**حامد عبد السلام زهران ،1995:257**) .

ومن خلال ما سبق يمكن تعريف صورة الذات على أنها تلك الفكرة التي يكونها الفرد عن نفسه وكيفية تقييمه لها وما يحمله من صور ايجابية عن الذات .

3- مراحل نمو الذات :

3-1 مرحلة بروز الذات (0-2) من الميلاد إلى عامين :

يولد الطفل صفحة بيضاء لا يعلم شيء عن العالم الموجود فيه و لا يفرق بين ذاته و بين الآخرين أي لا يملك القدرة على التمييز فيكون عند الولادة ككل متمايز حيث يقول "سبيتز" SPITEZ فستجيب المولود لرغباته فقط و للوجه المتحرك نحوه فيدركه بشكل كلي يؤدي دورا وحيدا هو إشباع الحاجات الفيزيولوجية و إدراكه لهذا الشكل يكون جشطالتي .

(N.SILLAMY,1983 :159).

والطفل حديث الولادة لا يدرك حدود جسمه فنجده يحرك يده ورجله ويراقبهما في حركاتهما الدائمة بشغف .

حتى يستوعب علاقته بتلك اليد أو الرجل التي تنطلق متحركة من جسمه ولا يستطيع الطفل التمييز بين مفهومي العالم الداخلي (الأنا) العالم الخارجي أو مكونات البيئة إلا فيما بعد **(رمضان محمد القذافي ،210:2000)** .

في هذه المرحلة يبدأ تدريجيا بروز الذات وذلك من خلال عملية (Le processus) أي تمييز ذاتي عن المواضيع الأخرى .

وتكون أول محاولة لبروز الذات أو التمييز بين الذات والمواضيع الأخرى التي تحدث على مستوى صورة الجسم (l'image corporelle) ومن خلال الاتصالات بين الطفل والأم يتعلم الطفل كيف يميز بين جسمه و الأجسام الأخرى ، ويعرف الحدود الخارجية لجسمه وما يساعد هذا التمايز هو العلاقات التلاحمية والاتصالات المتعددة للطفل مع أمه ، حيث يتعرف هذا الأخير على صورة جسمه من خلال تلك الإحساسات الجسمية الداخلية كالعطش والجوع .

هذا ما يوضحه "LACAN " بقوله أن : صورة الجسد الخاص هي التي تمكن الطفل من التعرف على نفسه في هويته .

ولقد أوضحت أعمال وأبحاث "H.wallen" دور العلاقات و الإحساسات الجسمية في التعرف على صورة الجسم التي تعتبر مهمة في تطوير صورة الذات ، وابتداء من الشهر 12 تصبح

صورة الجسم لدى الطفل وحدة متكاملة بعد إذ كانت متشتتة حيث يقول " PIAJET " مع بداية السنة الثانية تكون الوحدة الجسدية للطفل قد اكتسبها نهائيا ، بحيث يفرق بين ذاته والآخرين وتنمو الذات الاجتماعية بالإضافة إلى تأثير التفاعل الاجتماعي في نمو صورة الذات

3-2 مرحلة تأكيد الذات (2-5 سنوات):

في هذه المرحلة تنمو مهارات اللغوية فيزيد تمييز الطفل لذاته ومحيطه الخارجي فيستعمل الطفل الضمائر (أنا ، لي...) التي تعتبر تعبر عن وعي الطفل لذاته و فرديته الذي يقوي الشعور بالقيمة الفردية وطريقة اتصال الطفل بالآخرين و على مستوى السلوك فيكون تأكيد الذات بالنفي والمعارضة و هذا دليل يكشف على ثقة نامية وعلى وجود تمثيل داخلي للذات ثابت نسبيا تابعا لنمو المستمر للطفل ، فهنا نتكلم على بعض الأدوار و كذلك سلوكات التقليد التي تكون ما بين (3-5 سنوات) والتي تعني الحاجة إلى التقمص بهدف بناء شعور كبير بهوية الذات ،فهذه المرحلة تسمح بتكوين ركائز لصورة الذات من حلال تكوين هوية ذاتية عن طريق التملك ، اللغة التقمصات ... كما تؤثر ردود أفعال المحيط على إحساس بالقيمة الشخصية .

(Rêne l'ocuyer 142-144 :1978) .

ويقصد بالذات في هذه المرحلة مجموعة الأحاسيس النفسية إلى يكونها الطفل عبر التجارب مع من يحيطون به خاصة الوالدين وما يقدمان له من خلال النشأة الاجتماعية (**محمد الشناوي وآخرون ،141 :2001)** .

3-3 مرحلة توسيع الذات (5-12 سنة):

سميت هذه المرحلة بتوسيع الذات لان الطفل يقوم بتوسيع وتوضيح بعض المعلومات التي تعلمها من العائلة وبعد سن الخامسة تعتبر المدرسة المحيطة الذي يكمل فيه النمو بعد العائلة وطريقة تعال الطفل مع أصدقائه الجدد وردود أفعال هؤلاء اتجاهه والحياة اليومية تمد الطفل بخبرات جديدة هذه الأخيرة يضعها الطفل في نفسه وداخله يدرك الطفل أمور جديدة في هذه السن ، فيقوم باستدخالها ويقوم بتجميع المعلومات ينظمها بتسلسل وتدريجيا تكون الهوية من مرحلة تمييز الذات التي تتركز أكثر على المراهق واهتماماته الجسدية حتى يصل إلى استدخال ،وقبول هذه التغيرات فيحصل على تكيف كامل لجنسه **(ليندال دافيدوف، 2000 : 576)** .

3-4 مرحلة تمييز الذات (12-18 سنة):

وتعتبر هذه المرحلة على أنها مرحلة لتشكيل الذات وذلك لما يعتبرها من تغيرات التي تحدث في جسد المراهق والآثار الناجمة عنها و يكون على الفرد استدخالها و قبولها حتى يستطيع التكيف مع جنسه والجنس الأخر لكون المراهق يبحث عن تأكيد ذاته ، فتجبر المراهق على إعادة تشكيل أكثر اكتمال للذات وكذلك البحث عن تمييز واضح للوصول إلى صورة الذات فردية ، و لتأكيد هويته الحقيقية زمن بين العوامل التي تتدخل في عملية تشكيل وتمييز الذات .

- **النضج الجسمي** : تغييرات الجسم تجعل المراهق مركزا على صورة جسمه وتكون الانشغالات الجسمية عديدة وعلى المراهق أن يصل إلى استخدام أو قبول هذه التغيرات من اجل تحيق تكيف صحيح مع جنسه والجنس الآخر.
- **البحث عن هوية ذاتية حقيقية** : من خلال نمو سمات المراهق وطبعه وطريقة تفكيره وفلسفته في الحياة ورغبته بالاستقلالية المادية وذلك للوصول إلى تأكيد ذاتي وتمييزها أي أن في هذه المرحلة يعادل تشكيل كل المتغيرات حيث يصل المراهق إلى صورة الذات أكثر ثباتا ، وأكثر وضوحا وأكثر دقة و أكثر انفرادية (**Rêne l'ocuyer142-144 :1978**) .

3-5 مرحلة النضج والرشد (20-60 سنة):

أغلب النظريات السيكولوجية تتحدث عن هذه المرحلة باعتبارها مرحلة معقدة من حياة الإنسان فيظهر على الفرد تغيرات نفسية و علائقية وفي هذه المرحلة يعاد تشكيل الذات تماشيا مع الأوضاع الاجتماعية كالزواج والأمومة والأبوة ...

ويؤكد العالم" L'ecuyer"على قلة البحوث التي تخص هذه المرحلة ويعطي تعريفا لصورة الذات ويؤكد على تأثير الوسط الاجتماعي في بنية صورة ذات وإدراك الفرد لها .

4- أبعاد الذات :

تعد الأبعاد المختلفة لمفهوم الذات وفيما يلي عرض لأهم الأبعاد المتعلقة بها :

4-1 الذات الجسدي أو صورة الجسم: بحيث تشير صورة الجسم إلى مفهوم الفرد إلى مظهره الجسمي وهيئته العامة ومدى إقناعه بما هو عليه من خصائص جسمية وان صورة الجسم تشمل الشكل الظاهري .

4-2 الذات الاجتماعية : وتكون محصلة ذوات متعددة هي الذات العرقية والذات الثقافية والذات الدينية وان المجتمع الذي يعيش فيه المراهقون يؤثر في مشاكلهم بذواتهم ، وان الإحساس بالذات محددة بالتوقعات التي تتبناها المجموعة التي ينتمي إليها الفرد .

4-3 الذات المعرفية (الأكاديمية): حيث يدرك من خلالها الأفراد والأحداث في بيئتهم ويضيفون إليها العديد من المعاني ، وان ذلك من خلال مؤسسات رسمية وغير رسمية من خلال العلاقات والتفاعلات والمتبادلة بين الفرد والآخرين سواء كانوا ممثلين رسميين لمؤسسات تعليمية ثقافية رسمية أم لا .

4-4 الذات النفسية : ويقصد بها مفهوم الفرد عن ذاته النفسية والتي تتكون بالطبع من خلال إدراكه لمشاعره وعواطفه و أحاسيسه وانفعالاته الخاصة ودرجة ثقته أو عدم ثقته بنفسه وغيرها من العناصر التي تعد ركائز أساسية في تكوينه النفسي(**محمد حسن غانم ، ب س:139)**

5 اتجاهات الذات :

5-1 الذات الايجابية : ويتمثل مفهوم الذات الايجابي في تقبل الفرد لذاته ورضاه عنها ويكشف عنها بأسلوب تعامله مع الآخرين والذي يظهر فيه دائما في احترام الذات وتقديره فقد يراها المحافظة على مكانتها الاجتماعية ودورها وأهميتها والثقة بالنفس والكرامة والاستقلال الذاتي (**دعد الشيخ ،23:2003**) .

أما الأساليب والوسائل المساهمة في تنمية مفهوم الذات الايجابي فتتمثل في :

- التفاعل الطبيعي والسوي
- التمكن من التعبير الصريح عن الرأي
- مساعدة في اتخاذ القرارات اللازمة

– الشعور بالحب والاحترام والثقة والشعور بالأهمية داخل الأسرة

– إشباع الحاجات الفيزيقية والنفسية

وعليه ينشأ اعتبار الذات القوة في صورة الذات الايجابية عامة وقوة الإرادة والتصميم ولا يحدث هذا إلا إذا كان الشخص واثقا وفخورا بنفسه ومتقبلا ومتوافقا مع ذاته والآخرين **(محمد احمد قاسم الأنسي ،77:1998)**.

2-5 الذات السلبية : فمفهوم الذات السلبي ينطبق على مظاهر الانحرافات السلوكية والأنماط المضادة والمتناقضة مع أساليب الحياة العادية للأفراد والتي تخرجهم عن الأنماط السلوكية والعادية ويمكن اقتراح ثلاثة أساليب شائعة للمشاعر التي تعكس مفهوم الذات السلبي وهي :(الحماية الزائدة ، السيطرة ، الإهمال) وهناك عامل أخر يمكن إضافة إلى هذه العوامل وهو الأوصاف السلبية للذات والتي تدمج في صورة الذات وتساعد على تعزيز النظرة السلبية للذات وتقود إلى السلوك غير التوافقي إلى حد كبير .

6 – مكونات صورة الذات :

تتكون صورة الذات من :

6-1 المعلومات :

هي ما نعرفه عن أنفسنا كالوظيفة والتعليم والعلاقات الهامة وغير الهامة في حياتنا ، غالبا ما تكون صحيحة لأنها حقائق موضوعية

6-2 الافتراضات :

هي معتقدات عن أنفسنا والتي تكونت منذ فترة طويلة وهي لا تتغير بسهولة بل هي تغير رؤيتنا للواقع وغالبا ما تكون نواتها صحيحة ،لكن مع تراكم الاعتقادات السليمة مع الوقت تتحول إلى افتراضات خاطئة

6-3 المشاعر:

ترتبط بالافتراضات فان كانت افتراضاتنا عن أنفسنا ايجابية فستكون مشاعرنا نحو أنفسنا هي الحب والقبول ، والعكس إن كانت افتراضاتنا عن أنفسنا سلبية وتتكون نتيجة لعوامل وراثية داخلية وعوامل بيئية خارجية (**أوسم وصيفي ، 2011: 40**) .

7- أسباب تدني صورة الذات :

لا أحد يولد وتقديره لذاته متدن ، ولكننا نولد على الفترة ، أما الظروف الخارجية فهي المسبب الأول في هذه الحالة ويمكن إرجاعها إلى ما يلي :

7-1 الفقر: توصلت "بلانت Plant" إلى أن الفقر يؤثر في شخصية الفرد فتؤدي إلى السلوك اللااجتماعي وصلابة في الشخصية ، بحيث أن الفقير يحاول أن يقيم سدا بينه وبين بيئته فيشعر ذلك بالعزلة وعدم الأمان مما يؤدي به إلى الإحساس بالنقص (**مصطفى غالب ،160:2000**) .

وتوصلت بعض الدراسات إلى ارتباط الجنوح ارتباطا ايجابيا بالفقر والظروف البيئية للسكن البطالة وانعدام وسائل الترفيه مما يجعل هذه الظاهرة تتركز في الأماكن الحضارية أكثر ومنها الريفية (**على مانع ،2002 : 115**) .

7-2 حالة المجتمع : أن جانب كبير من العدوان في الحياة الاجتماعية له صلة لانواع من الإحباط الاقتصادي ، الاجتماعي ، الشخصي ، فقد درس "موزفر شريف" (Musfar cherif) وكارولين (carolin) الخلاف بين الجماعات كل جماعة تتألف من 12 طفل وكل جماعة تعيش مستقلة عن الأخرى ، وتم تنظيم تنافس رياضي بشكل يتم فيه خسارة إحدى المجموعتين دائما وفوز الأخرى بشكل دائم وكانت النتيجة هو العداء المرير بين المجموعتين وإغارة كل مجموعة على معسكر الجماعة الأخرى ، بل هناك حديث عن الحرب وقد بدا أن الإحباط الجماعي يتضمن قرار كبيرا من فقدا التقدير الذاتي (**ادوارد ، 1988 : 138**) .

هذا ما يقره سمير عبده في محاولته تحليل لسلوكات الفرد العربي حيث يقول: " أن شعورنا بالنقص اتجاه الإنسان الأوروبي نفسه بأشكال مختلفة إلا أنها كلها محقر لنا ولقيمتنا اتجاه أنفسنا و ذلك ما يجعلنا في موقف دفاعي " (**سمير عبده ،1981 : 76**) .

3-7 العلاقات الأسرية: إن الأسرة المضطربة من شأنها أن تكون تقدير ذات منخفض ويلاحظ الباحثون أن تقدير الذات المنخفض لا يؤثر على أفراد الأسرة الكبار فحسب بل انه ينتقل إلى أطفالهم الصغار وكأنهم يورث إليهم في عملية أشبه بعملية تركز عدم النضج عند الوالدين من جيل إلى جيل ، وتتمثل المشكلة في انخفاض تقدير الذات في أن كلا يشعران بانخفاض بتقدير الذات وبعدم القدرة على تحمل اختلافات والفروق بينه وبين شريكه ثم محاولة كل منهما تحسين تقديره لذاته من خلال الأطفال ، فالطفل يسعى إذا كسب رضا والديه وإدخال السرور إلى قلبيهما ليحصل على المديح والتشجيع الذي يرفع به تقديره لذاته ، ولكن في معظم الأحيان لا يستطيع الوالدين منخفضي التقدير أن يمنحوا الآخرين التقدير و الثقة و الاحترام ففاقد الشيء لا يعطيه وتكون الوضعية اقرب إلى تنمية أعراض سلوكية مرضية مادام يعيش في ظل الأسرة ينخفض تقدير أفرادها و يتبارون في توجيه الانتقادات (**علاء الدين كفافي،1999 : 199**) .

8 – أعراض تدني صورة الذات :

من السهل عادة اكتشاف الذي ينظرون إلى أنفسهم نظرة متدينة والعلامة أكثر وضوحا أنهم يشعرون اقل من الآخرين ومن أهم الأعراض المميزة لهم :

8-1 الخوف من الفشل : يكون الشخص الذي لا يقدر نفسه اقل خائفا من تجربة أمور جديدة وذلك تفاديا للسخرية، في حين أن ما يعتبره هؤلاء إخفاقا ، يعتبره الذين يتمتعون بصفة نفسية مجرد أخطاء ، بل أنهم ينظرون للأخطاء كمنطلق للنجاح

8-2 الشعور بالذنب : عند " ماسلو" يعتبر هذا الشعور أهم عرض على وجود خلل نتيجة عدم إشباع حاجاته فالذي يشعر بهذا الإحساس يحاسب نفسه على كل صغيرة وكبيرة ، بل انه يلوم نفسه بطريقة قاسية لأنه فعل شيئا خاطئا .

8-3 النقد اللاذع: أن الفئة من الناس التي ا تشعر بالثقة هي الفئة التي تحب انتقاد الناس على النحو المستمر ، وقد تكون في صورة سخرية أو استهزاء وهذا لشعورهم بالتهديد من جانب الغير ، فهي محاولة إسقاط ضعفه وفشله على الآخرين .

8-4 الدفاعية : إن الشخص الحساس للنقد ويضع نفسه لموقف واحد دفاعي ، هذا ما يجعل الاتهامات الموجهة إليه صحيحة ومن ثم يثبت الشخص الدفاعي بأنه إنسان فاشل

(طوني غوويل ، 1998: 16) .

8-5 عدم الاستقلالية : إن الأفراد الذين ليهم تقدير وتدني يجدون الصعوبة في الانفصال عن أبائهم فيجدون صعوبة في الالتحاق بالمدرسة ، العمل وحتى الزواج .

8-6 الخجل : إن هذه الفئة المتصفة بتقدير الذات المنخفض يميلون لجعل مسافة بينهم وبين الآخرين ولهذا فلا يشاركون في أي نشاط إلا بدا لهم الوضع آمنا وليس لهم روح المبادرة لذلك فهم نادرا ما يطرحون الأسئلة أما مع الزملاء فإنهم يجدون صعوبة في التبادل والمشاركة .

9- النظريات المفسرة لصورة الذات :

9-1 نظرية الذات : يعتقد" روجرز" (Rogers) ا ن الذات هي جوهر الشخصية الإنسانية وان مفهوم الذات هو حجر الزاوية التي تنظم السلوك الإنساني ، حيث يعرف " روجرز " مفهوم الذات على انه المجموع الكلي للخصائص التي يعزوها الفرد لنفسه والقيم الايجابية والسليمة التي تتعلق بها . يرى" روجرز" أن الشخصية تبنى مما يلي :

- **العضوية** : يشير مفهوم العضوية عند " روجرز" إلى الفرد ككل والذي يشمل الجانب الجسمي والنفسي وان الفرد لديه دافعا فطريا لتأكيد ذاته
- **المجال الظاهري** : ويعني كل ما يخبره الفرد ولا يقتصر على لظواهر الخارجية فقط بل الداخلية أيضا ، وهو عالم متغير باستمرار وهو أيضا عالم شخصي ذاتي
- **الذات** : وهي الجزء المتمايز من المجال الظاهري وهو المحور الرئيسي للخبرة التي تحدد شخصية الفرد تتكون من نمط المدركات الخاصة ب (الأنا) .

9-1-1 النظرية الاجتماعية الحيوية : يعرف "مورفي" (Murphy) الذات ببساطة بأنها ادراكات الشخص وتصوراته لوجوده الكلي (الفرد كما يعرفه الفرد) إلا أن الأمر يكتشف انه هناك عدد من الذوات فمثلا يحدثنا "مورفي" عن ذات مثالية وعن ذات محبطة ويفترض أن هنا الذوات ترتبط بين بعضهما البعض ارتباطا ديناميا كما ترتبط أدوار الشخص و حاجته وسماته ارتباطا بنائيا في شكل تنظيم كلي يضمها جميعا .

يبرز "مورفي" التقنيات التي تجري في الجسم هي أساس نشأة مفهوم الذات ويعد "مورفي " من أصحاب نظرية المجال ، فالكائن العضوي بالنسبة له لا ينفصل عن العالم ولكنه كما يجب أن نقول انه يكون نقطة التفاؤل (Nodc) في مجال القوى المتداخلة فيما بينها

9-1-2 نظرية نموذج لذات المتسامية (Subliminal self):

قدم " مايرز "(Myers) في كتابه الموسوم (Human personality) فرضية الذات المتسامية لتفسير ظواهر البارا سيكولوجي ، إذ يقول : "مايرز" أنه فضلا عن وجود الوعي المتكامل يوجد أيضا الذات لما تحت عتبة الوعي والتي تكون أوسع واكبر شمولية من الوعي الذي يبقى مجرد شيء كامن لمعظم فترات حياتنا اليومية مع ذلك وفي الأحلام والحالات الاحائية التنويمية وحالات انفصام الشخصية يمكننا الوصول إلى أجزاء من الذات المتسامية التي تكون غير مفتوحة أمامنا في حالة اليقظة الطبيعية ولا يريد " مايرز" أن يقول انه توجد نفسان اثنان متوازيتان ، بل أن كل نفس تقوم بإظهار الأخرى ، وان الذات لما تحت عتبة الوعي لها قدرات متشابهة لذواتنا الواعية كما تمتلك ذاكرة خاصة بها وتقول الافتراضات بان مثل هذه الذات تحاول حل بعض المشاكل الموجودة في البارا سيكولوجي.

9-2 نظريات التحليل النفسي :

9-2- 1 النظرية النفسية الاجتماعية :

- "الفرد أدلر" : (ALFERD ADLER 1870 – 1937) تكلم "أدلر " عن مفهوم الذات ومفهوم الآخرين وأشار بصفة خاصة إلى الذات المبتكرة (Creative- self) وهي العنصر الدينامي الناشط في حياة الإنسان الذي يقابل مفهوم الذات المثالية في نظرية الذات ، الذات المبتكرة تبحث عن الخبرات التي تنتهي بتحديد أسلوب حياة الشخص إذا لم تتوافر هذه الخبرات الواقعية في الفرد فان الذات المبتكرة تحاول ابتكارا وابتداعها .

9-2 نظرية التعلم الاجتماعي (social learning theory):

"**بنادورا**"(**Bunadora 1925**) : يعود جزء من الفضل في تطوير واغناء النظرية المعرفية الاجتماعية (Social cognitive théory) إلى مساهمات وأعمال "ألبرت بنا دورا "(Albert

Bunadura) الذي تمت نظريته في الشخصية من بحوثه التي أجراها على التعلم بالملاحظة فبعد ظهور نظرية " سكينر" (Skinner 1904- 1990) في التعلم من الإجرائي وما حصلت عليه نظرية "سكينر" من شهرة واسعة جاءت نظرية " بنا دورا" لتطرح تقسيم جديد للعلم قائما على النمذجة بدلا من التعزيز المباشر وان الأنماط السلوكية للأفراد تشكل من خلال النماذج التي يتعرضون لها.

يفترض " بنادورا " أن الناس قادرون على تنظيم ذواتهم وأنهم مشكلون اعلون لبيئاتهم بدلا من كونهم مجرد أشخاص ذوي ردود أفعال سلبية اتجاه بيئاتهم.

9-2-3 نظرية تعارض الذات ل "هيغنز" (Higinz):

أكد " هيغنز" في نظريته لتعرض الذات (Self- Discrepancy) أن الأشخاص يكونون مندفعين لتناسق وضعهم الحالي ووضعهم المثالي .

كما أكدت هذه النظرية على مقارنة الأشخاص لذواتهم الواقعية بالمقاييس الداخلية المسماة بموجة الذات إذ يعبر عن الذات الحقيقية للشخص بصفات الذات (كأن يكون ذكيا ، اجتماعيا) وتتفق الذات الواقعية مع مصطلح الذات ، فقد عرضت النظرية نوعي رئيسيين من مرشدي أو موجهي الذات هما: الذات المثالية والذات الالتزامية .

1- "كارين هورني" (Karen Horny 1885-1952):

قدمت "هورني" مفهوم الذات الدينامي ، وتعتقد أن الشخص يناضل في الحياة من اجل تحقيق ذاته كذلك قدمت مفهوما ثلاثيا للذات فهي ترى بان الذات المثالية كمفهوم رئيسي وعامل هام في التوافق النفسي أو الاضطراب النفسي ، وعندما لا يكون تحقيقها تظهر الصراعات الداخلية بينما الذات الواقعية تشير إلى الفرد مجموعة خبراته وقدراته وحاجاته وأنماط سلوكه ، وتعرف الذات الحقيقية أو المركزية على أنها القوة الداخلية المركزية التي تميز الفرد وهي مصدر النمو والطاقة والميول والقدرات والمشاعر والعواطف ...الخ

2- ايريكسون (Erikson1902-1994):

يعتقد " ايريكسون" أن نمو الشخصية تحدث من خلال الأزمات (Crises) وهي نتيجة التفاعل ما بن السلوك والبيئة الذات تتطور لدى الشخص بوصفها الخبرة ويولي اهتماما كبيرا لازمة الهوية إذ تعرف الهوية بأنها شعور ذاتي لدى الفرد ، فتشمل الهوية الأشكال البارزة توحدات و القدرات وظيفة الخبرة المباشرة للذات هي الادراكات وفهم استجابات الآخرين للذات ويذكر" ايريكسون " أن الذات مكونة من شقين أساسيين هما : قدرة الشخص على تقبل نفسه مع مرور الزمن وقدرته في الوقت نفسه على تقبل الحقائق التي يعترف بها ويقرها على من يتمتعون بصفاته نفسها .

يعد " ايريكسون من بين من تأثروا بأفكار " فرويد" وحاول تقديم نظرية التحويل النفسي بثوب جديد يعكس تغيرات عميقة في مفاهيم النظرية و طروحاتها وتعرف نظرية" ايريكسون" باسم نظرية النمو النفسي الاجتماعي .

9-2-4 نظرية التحقق من الذات مقابل تعزيز الذات (William Swann -1982):

لقد استكشف "ويليام سوان" (William Swann) وزملائه هذا الميل بأننا ينبغي أن نحافظ على معتقداتنا الذاتية المؤلوفة ، حتى عندما تكون تلك المعتقدات غير ايجابية .

يطلق "سوان " اسم التحقق من الذات مشيرا إلى أن الأشخاص لديهم الحاجة إلى البحث عن تأكيد لمفهومهم الذاتي فيما إذا كان المفهوم الذاتي ايجابيا أم سلبيا ، وفي بعض الحالات يمكن أن يتعارض هذا الميل مع الرغبة في تأييد وجهة نظر ايجابية عن الذات

9-2-5 النظرية النفسية "لسيجموند فرويد" (Sigmond freud1856-1939):

يرى "فرويد" أن الجهاز النفسي يتكون فرضيا من (الهو و الأنا و الأنا الأعلى) .

- **الهو (id)** : فهو أقدم قسم من أقسام هذا الجهاز فهو منبع الطاقة الحيوية والنفسية التي يولد الفرد مزودا بها وهو يحتوي على ما هو ثابت في تركيب الجسم فهو يظم الغرائز والدوافع الفطرية الجنسية والعدوانية ، لذلك فهو بعيد عن المعايير والقيم الاجتماعية ويسطر على نشاطه مبدأ اللذة و الألم أي يندفع إلى إشباع دوافعه اندفاعا عاجلا في أي صورة بأي ثمن .

- **الأنا(ego):** فهو مركز الشعور و الادارك الحسي الخارجي الإدراك الحسي الداخلي والعمليات العقلية فينظر إليه" فرويد" كمحرك منفذ للشخصية ويعمل الأنا في ضوء مبدأ الواقع ويقوم من

أجل حفظ وتحقيق قيمة الذات والتوافق الاجتماعي وينمو عن طريق الخبرات التربوية التي يتعرض لها الفرد من الطفولة إلى الرشد ويقترب الأنا في نظرية "فرويد" من الذات الواقعية في نظرية الذات .

- **الأنا الأعلى (super ego)** : فهو مستودع المثاليات والأخلاق والضمير والمعايير الاجتماعية و التقاليد والقيم والصواب والخير والعدل والحلال ، فهو بمثابة سلطة داخلية أو رقيب نفسي ينمو مع نمو الفرد وتقترب الأنا الأعلى من مفهوم الذات مثالية داخل الفرد (الهو ،الأنا الأنا الأعلى) يؤدي ذلك إلى سوء توافقه مع نفسه ومع البيئة الاجتماعية من حوله ، كلما ارتبطت الطموحات بأهداف الأنا ارتبط ذلك بأنماط السلوك بالنسبة للفرد وكان تأثيرها اكبر على الشخصية.

ويرى"فرويد " العلاقات الاجتماعية بأنها سلوك وراءه دافع يعمل لتحقيق الرغبة وان الدافع مصدر عن موجودات داخل الفرد الأنا، الأنا الأعلى ،غريزة الحياة، غريزة الموت ،الليبيدو ، الرقابة والليبيدو هي القوة العاطفية الجاذبة التي يمكن أن تكون الدافع لعلاقات الفرد الاجتماعية وهي التي تحتوي على مجموعتين من العوامل هما : العوامل الشخصية الفردية التكوينية والعوامل الاجتماعية مثل الجو الاجتماعي .

من خلال كل هذه النظريات المفسرة لكلمة الذات و صورتها و التي فسرت حسب منطلقها سواء الاجتماعي أو النفسي ندرك أنها أمام تحليل مستندا لمنطلق منظريه ، حيث ينطلق المنظرون النفسانيون من الشعور أن ما بداخل الفرد والاجتماعيون التفاعلات مع المحيط ، و التربويون إلى الأخلاقيات لكن تبقى كل هذه النظريات تصب في شيء واحد هو كيف تؤثر وكيف تتعزز وما يبقيها متدنية و ما يجعلها متكيفة و سامية (**غازي صالح محمود وشيماء عبد مطر ،2011 :231- 203**).

10 نتائج رفض صورة الذات :

يواجه الفرد ظروف معينة في حياته تؤثر في إدراكه لصورة ذاته وأحيانا تجعل الفرد يرفض صورة ذاته وينتج عن ذلك الجرح النرجسي وشعور بدونية وسوء التكيف .

10-1 الجرح النرجسي: حسب "أدلر" هو شعور يقوم على دونية عضوية .

"N–SILLAMY" الجسم هو واسطة نقل النرجسية **(N-SILLAMY، 1980:803).**

10–1–1 النرجسية: تعني افتتان المرء بجسده ا والى صورة الذات أو عشقها وتنقسم النرجسية إلى:

– **النرجسية الأولية** : وهي التي تشير إلى الحالة المبكرة التي يقوم الطفل خلالها بتوظيف كل الليبيدو والخاص به في ذاته هو.

– **النرجسية الثانوية** : وهي ارتداد الليبيدو المنسحب من توظيفاته الموضوعية إلى الأنا **(جان لابلاش ، 1985 : 514).**

10–1–2 الجرح : وهو المساس بأعماق الذات والتقبل الذاتي والاعتبار الذاتي المحوري ، يولد الجرح النرجسي ألاما معنوية شديدة ويفجر العقل بأن الإنسان لا يستطيع بدون اعتبار ذاتي كما انه يولد عدوانية هائلة صريحة أو ضمنية ا تجاه العوامل التي أدت إلى ذلك الجرح النرجسي .

والنرجسية هي عشق الذات أو الحب الموجه إلى صورة الذات استنادا إلى أسطورة نرسيس اليونانية ، حيث كان يفتتن بصورته كلما انعكست على سطح الماء **(محمد عبد الرحمن العيسوي 197:2004)** .

–10–2 الشعور بالدونية : عند "فرويد" فالشعور بالدونية ليس على علاقة انتقائية مع الدونية العضوية كما انه ليس عاملا سببيا نهائيا ، بل يجب اعتباره وتأويله كعارض **(جون لابلاش ، 1985 163).**

10–3 سوء التكيف : التكيف هو العملية التي يعلل بها الفرد بناءه النفسي أو سلوكه ليستجيب لشرط المحيط ليصل إلى الشعور بالرضا والتوازن ، وهناك عنصرين أساسيين لعملية التكيف .

10–3–1 المحيط الداخلي : هو كل ما يحيط بالفرد من عوامل اجتماعية وطبيعية بحيث يتفاعل هذان العنصران أثناء عملية التكيف ، فالفرد يقوم بتعديل بناءه النفسي أثناء هذه العملية وكذلك يقوم بدور ايجابي في تغيير المحيط ، حيث أن لهذا الأخير تأثير مهم على البناء النفسي للفرد وشعور الفرد بالرضا والتقبل، كما تعتبر الصحة الجسدية من مصادر سوء التكيف لان سوء الصحة الجسمية يؤدي إلى الإحساس بالإحباط والتشاؤم، مما يؤدي إلى بناءه النفسي ويجعله

مضطربا في علاقاته مع الآخرين وهذا ما يؤدي إلى سوء التوافق الاجتماعي (**حنان عبد الحميد العناني 2000 : 45**) .

الخلاصة :

من خلال ما سبق يمكن القول أن الذات هي أساس كيان الشخصية للفرد ، إذ يعبر عن جميع ما يملكه الفرد ، أي الجوانب النفسية والجسمية و الاجتماعية، وقد يكون هذا التنظيم ايجابيا أو سلبيا بحسب ما يواجه الفرد ، فتدني صورة الذات لدى الفرد عندما تقترن بحالات فشل في انجاز المهمات والانتقادات أو الرفض من الآخرين وغيرها من الأحداث التي لها مضامين سلبية ، ويرتفع تقدير الذات عندما ينجح الفرد في انجاز المهمات ويمتدح أو يختبر حب الآخرين.

الفصل الثالث: الوحدة النفسية

تمهيد

1- مفهوم الوحدة النفسية

2- بعض المفاهيم المرتبطة بالوحدة النفسية

3- مواصفات الشعور بالوحدة النفسية

4- أشكال الوحدة النفسية

5- أسباب الشعور بالوحدة النفسية

6- خصائص الشعور بالوحدة النفسية

7- النظريات المفسرة للشعور بالوحدة النفسية

8- مخاطر الوحدة النفسية

9- مواجهة الشعور بالوحدة النفسية

خلاصة الفصل

تمهيد :

تعتبر الوحدة النفسية إحدى الظواهر الخاصة بالحياة النفسية ، قد يتعرض لها جميع البشر في فترة ما من حياتهم ، فهي لا تقتصر على فئة عمرية معينة قد توجد عند الأطفال و المراهقين و المسنين ، لكن بنسب متفاوتة ، فخبرة الشعور بالوحدة النفسية تعد في حد ذاتها خبرة أليمة حيث يتألم الفرد و يعاني من جراء هذا الشعور بمجموعة من المشكلات النفسية و الاجتماعية التي قد تؤثر على حياته و علاقاته مع المحيطين به و تفاعله معهم إلى جانب الشعور الدائم بالحزن والتشاؤم والانعزال وانعدام قيمة الذات ، والبعد عن المشاركة أو التفاعل ، والشعور بفقدان التواصل مع الآخرين ، بل وفقدان أي هدف أو معنى للحياة .

1/ مفهوم الوحدة النفسية: لم يحض مفهوم الوحدة النفسية باهتمام ملحوظ من قبل الباحثين رغم أنها تمثل خبرة معاشة في حياتنا اليومية يتبع وجودها بين الناس أشكال متباينة وفي أوقات مختلفة ، ورغم أن الفلاسفة قد درسوها تحت مسميات مختلفة كالعزلة ،والاغتراب ، و الانفصال إلا أن المجال في علم النفس يحتاج للمزيد من البحوث لتوضيح معنى و مفهوم الوحدة النفسية.

– أشار سيرمات (Sermat 1978) : بان الوحدة النفسية هي الفرق بين أنواع العلاقات الشخصية التي يدرك الفرد أنها لديه في وقت ما ، وتلك العلاقات التي يرغب في أن تكون لديه بالاسترشاد بخبراته السابقة ، بخبرة مثالية لم يسبق له أن عاشها في حياته **(مجدي محمد الدسوقي 6:1998)**.

– يعرفها (Perlman &Plpau): الوحدة النفسية على أنها خبرة غير سارة تحدث حينما تتعرض شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد لأي اضطراب سواء كان كميا أو كيفيا **(سلوى محمد عبد الباقي ،56:1998)**.

– تعرفها سوزان جوردن (Suzan G ordon): بأنها شعور بالحرمان نتاج نقص في أنواع معينة من العلاقات الإنسانية ، و هو شيء مؤلم لان الفرد دائم الحاجة للمودة و الدفئ و الإحساس بالقيمة ، و تؤكد أن الفرد لا يختار وحدته وإنما ، يشعر بها كعبء ثقيل عليه لا يمكنه السيطرة على هذا الشعور .

ويعرفها "ستوكس وليفن ":إلى أن الشعور بالوحدة النفسية يرتبط بكم أو كيف طبيعة العلاقات مع الآخرين ، وان معيار عدد الأصدقاء والمعارف ، وقوة العلاقة معهم يدل على وجود أو عدم وجود الشعور بالوحدة النفسية ، وان نقص عدد الأصدقاء وهامشية العلاقة معهم يعد محكا أساسيا لوقوع الفرد في الإحساس بالشعور بالوحدة .

يعرفها إبراهيم قشقوش : بأنها حالة نفسية تنشأ من إحساس الفرد بأنه ليس على قرب نفسي مع الآخرين ، و هذه الوحدة ناتجة عن افتقار الفرد لان يكون طرفا في علاقة محددة أو مجموعة من العلاقات ، و يترتب عليها كثير من صنوف الضيق والضجر **(محمد حسن غانم ،188:2006 189)** .

– بينما ترى روكاتش (Rokach):أن الشعور بالوحدة النفسية هو شعور مؤلم وناتج عن تجربة ذاتية مخبأة ذاتيا وبشكل متفرد ، وشعور الفرد بأنه وحيد وبعيد عن الجميع ، والشعور بأنه غير مرغوب فيه ومنفصل عن الآخرين ومقهور بالألم الشديد .

وترى أيضا أن هذا الشعور ناتج عن الغياب المدرك للعلاقات الاجتماعية المشبعة وهو شعور مصحوب بأعراض الضغط النفسي **(خالدة إبراهيم ،ب– س:54)**.

يعرفها سوليفان (Sullivan 1953):الوحدة النفسية أنها تجربة غير سارة ، ترتبط بنقص إشباع حاجة الفرد إلى العاطفة الإنسانية ، وتحديد الوحدة النفسية لايكون بكون الفرد وحيدا أو بمفرده بل يكون بدون علاقات هو في حاجة إليها **(سامية محمد صابر محمد عبد النبي ، ب– س : 13)**.

وتعرف الوحدة النفسية على أنها خبرة ذاتية subjective experience قد يعاني منها الفرد على الرغم من وجوده مع غيره من الناس عندما تخلو حياته من علاقات اجتماعية مشبعة بالألفة والمودة ، فالتمييز بين الوحدة النفسية والانفراد بالنفس يعتمد على وجود عنصرالاختيار Element of choice لدى الفرد ، فالفرد الذي يعاني من الوحدة لا يرغب في كونه وحيدا ، أما الفرد المنفرد بنفسه فهو الذي يختار البعد عن الناس **(أمال جودة ،2005: 1–2)**

2/بعض المفاهيم المرتبطة بالوحدة النفسية :

1– الاكتئاب : أن الأعراض المصاحبة للاكتئاب والتي نجد منها ، الملل والضجر والشعور بالإجهاد ، صعوبة التركيز ، السلوك المنحرف ، تصور متدن للذات ، الإدمان ، اضطرابات

الشخصية ،الأرق وقلة النوم ، العجز ، انخفاض تأكيد الذات ، الملاحظ لجملة هذه الأعراض يجدها تتوافق وأعراض الشعور بالوحدة النفسية ، إذا لم نقل أن الوحدة النفسية في محصلتها ما هي إلا نتاج للاكتئاب ، و ما هي إلا عارض من عوارضه ، وتختلف هذه الأعراض في شدتها من شخص لآخر ، حيث تتراوح من الإنقاص من الذات وبين مشاعر القنوط واليأس لتتجاوزها إلى مشاعر الوحدة .

2- العزلة و الانطواء: يقصد بها هنا أن الفرد يعاني من حالة انفصام عن تيار الثقافة السائدة مما يجعله غير قادر على الأوضاع القائمة .ويرتبط بالعزلة مشاعر كون وحيدا انفعاليا وجغرافيا واجتماعيا ، وكذا شعور الفرد بعدم الانتماء للبيئة التي يعيش فيها ونقص في العلاقات التي لها معنى لديه أو العلاقات الحميمية منها .

وتأتي الوحدة مفهوما للعزلة – تخضع لعواملها وأسبابها في الإطار العام –عند تجنب مخالطة الناس والانفراد عنهم سلوكا تلقائيا أو مقصودا منه عند شعوره بالإحباط الشديد لأي سبب من الأسباب ، أو لرغبته في الانفراد والتفرع لانجاز عمل ما ، وفي هذه الحالة تكون وحدته مؤقتة يعود بها إلى طبيعة سلوكه الاجتماعي ، أما إذا دفع إلى الوحدة دفعا كعقوبة له ، أو عند كثرة ما يراه مما يخلف أمور مرتبطة بمعتقداته أو أفكاره ، فسيخضع لتطبيع نفسه للانفراد والعزلة **(حدواس منال ،2013 : 31- 32)** .

3- العزلة الاجتماعية : وتعني العزلة شعور الفرد بانسحابه والنقص عن تيار الثقافة السائدة وشعوره بعدم الاندماج وتبني مبادئ أو مفاهيم مخالفة ظن مما يجعله غير قادر على مسايرة الأوضاع القائمة ،بحيث يكون الفرد في حالة تناقض بين ما هو مادي ونفسي ، فهو موجود في المجتمع من الناحية المادية لا من الناحية النفسية .

وقد أكد علماء الاجتماع على نحو متزايد أن الوحدة النفسية هي خبرة ذاتية وليست مرادفة للعزلة الاجتماعية الموضوعية ، فالأفراد يمكنوا أن يكونو وحدهم بدون أن يشعروا بالوحدة النفسية ، أو يشعروا بالوحدة النفسية وهم في حشد من الناس ووفقا لهذه التفرقة ، فقد ركز علماء النفس الانتباه على الخبرة الذاتية الخاصة بالوحدة النفسية **(حسين فايد ،2007: 359)** .

4- الانسحاب النفسي : و هو يتمثل في التبلد و اللامبالاة و عدم الاكتراث ، وطموح منخفض ويتصف بهذه الحالة الأفراد الذين يستبدهم حكام طغاة أو في حالة المريض الذي أيقن قدوم اجله ، ويميل أصحاب هذا النوع من الانسحاب إلى إشغال أنفسهم بأعمار شتى لكي تبعدهم عن مواجهة مشاكلهم، أي أنهم يحتمون بالعمل في هذه المواقف **(فوزي محمد جبل ، 2000: 109)** .

5- الاغتراب : وهو اضطراب نفسي يعبر عن اغتراب الذات عن هويتها وعن الواقع والمجتمع هو غربة عن النفس وعن العالم من أهم مظاهره (العجز ، اللاجدوى ، اللاانتماء ، الانسحاب الانفصال ، السخط ،الرفض ، العنف ، احتقار الذات ، كراهية الجماعة والتفكك) ولها عدة أشكال منها : الاغتراب الديني ، الاغتراب الفكري ، الاغتراب الاجتماعي ، الاغتراب الثقافي ، الاغتراب النفسي ، الاغتراب التعليمي .

ويعرف (عادل عز الدين الاشوال 1987) الاغتراب بأنه انفصال الفرد أو أحاسيسه،وأفكاره ومعتقداته عن الوضع الاجتماعي أو عن الأفراد الآخرين الذين كان له علاقة معهم ، فإذا الفرد الذي يعاني من مشاعر الاغتراب تصاحبه مشاعر الوحدة النفسية. هذه الوحدة نتيجة لاغتراب الفرد **(إجلال محمد سري ، 2010: 110)**.

3/ مواصفات الشعور بالوحدة النفسية :

إن أول من بدا التعامل مع مشكلة الوحدة النفسية هم الأطباء النفسانيون وأخصائيو العلاج النفسي ، بوصفها مكونا أساسيا ومهما في الشخصية واعتبارها اشد خطورة من القلق على اعتبار أن الاضطراب النفسي ما هو الإنتاج الشعور بالوحدة النفسية أو العزلة ، حيث يرى "عادل صادق "عام (1978) أن الشخصية تتكون من سمات كالانطواء ، والتردد والخجل ...هذه السمات إذا تطرقت في ظهورها يضطرب سلوك الفرد وبطبيعة الحال تضطرب علاقته بالناس ، ويندفع إلى اختيار وتفضي ، وقد أشارت الباحثة "شقير" (1939) العلاقة بين تقدير الذات والعلاقات الاجتماعية المتبادلة والشعور بالوحدة النفسية على (290) تلميذا .

ويفرض "سيجاسكوفيك و روكاتش "(Mijuskovek et rokach 1987) أن الشعور بالوحدة النفسية ليس مرضا اجتماعيا عصريا، لكنه حالة يخبرها البشر منذ القديم ،لذلك فهناك من يرى أن الشعور بالوحدة النفسية ظاهرة تاريخية وليست ظاهرة معاصرة ، ويفترضون بان كوننا بشر ، يعني

أن لنا وجودا فنأخذ حقنا من الحياة في هذه التجربة و نكونو وحيدين أي ليس ثمة هروب من خبرة الشعور بالوحدة النفسية .

واستعرضت "روكاتش " (Rokach 1988)الأطر النظرية المقدمة عن الشعور بالوحدة النفسية محاولة لتصنيف وجهات النظر المقدمة حولها ، وتوصلت إلى أن العديد من الكتاب يرون بان تجربة الشعور بالوحدة النفسية حالة نوعية فريدة من الألم ، وتتمثل خبرة ضاغطة بينما يراها آخرون بأنها استجابة لمواقف وظروف وحاجات مختلفة واتفق كل من Moustakas 1961 (Pelpau et Perlman 1982) على أن الشعور بالوحدة النفسية يشتمل دائما على الألم ومعاناة المرضى ، أما "موستاكس" (Mostakas) فبنفس السنة أن الشعور بالوحدة النفسية خبرة للحساسية الشديدة لدى الفرد لكونه وحيدا ، فالشعور بعدم الرغبة فيه وعدم اندماجه يجعله مقهورا بالألم الشديد والرعب من حقبته ، هذا الشعور وأكد في كتابه " الوحدة النفسية "أن الإدراك التام للفرد بالشعور بالوحدة النفسية وباغترابه عن المحيط كان نتاج أزمة واجهها لما طلب منه الموافقة على علاج يهدد حياة ابنته المريضة .

ويصف "سادلر" و "جونسون" أنها حالة يدرك فيها الفرد بصورة مؤلمة انه مطرود ومتروك ومعزول أو مستبعد ، أو انه غير متواجد ، وذاتيا يرى نفسه منبوذا ، غريبا ، معزولا غير متصل بالغير ، ومواطن الضعف الشخصي مبنية على تصورات سلبية وعجز في مقدرته الحقيقية **(بن اسما عين رحيمة ،2007 : 94- 95).**

4/أشكال الوحدة النفسية:

تتعدد أشكال الوحدة النفسية حسب الدراسات والبحوث التي تناولتها ، وقد ساهمت في تصنيف أنواع الوحدة وهي :

1/4تصنيف "وايز"(Weiss 1973) : يرى أن هناك نوعين من الوحدة النفسية هما :

- **الوحدة العاطفية (Emotion lonelinez)**: تنشا جراء الافتقار إلى صلة حميمية وثيقة بشخص آخر ، فالأفراد قد انفصلوا عن أزواجهم بالوفاة أو انهوا علاقات طويلة يعيشون هذا النوع من الوحدة النفسية ، وكذلك فقدان العلاقات الودودة و الحميمية بشخص معين كالوالدين أو شريك

يشاطر الشخص تجاربه العاطفية العميقة ويشاركه السكن ويتحمل معه أعباء ومسؤوليات العمل التي لا يستطيع أن يتحملها بمفرده ، قد تؤدي إلى الشعور بالوحدة العاطفية .

ويؤكد "فايس" أن الوحدة العاطفية تنشا من التقييم الذاتي الخاطئ أي كيف يتم تقييم الأحداث والمفهوم الذي يتسق مع النظريات المعرفية من العواطف .

– **الوحدة الاجتماعية (Social loneliness)** : أما هذا النوع من الوحدة فتنشا من الافتقار إلى شبكة العلاقات الاجتماعية ، يكون الفرد فيها جزءا من جماعة الأصدقاء و يتشاطر معهم مصالح واهتمامات مشتركة والأفراد الذين ينتقلون منذ فترة قصيرة إلى بيئة اجتماعية جديدة(كمدينة جديدة أو عمل جديد) يعيشون هذا النوع من الوحدة **(خديجة حمو علي ،2012 : 35)** .

2/4 تصنيف" يونغ"(young) : ميز ثلاثة أنواع للوحدة النفسية وهي :

– **الوحدة النفسية العابرة** : والتي تتضمن فترات من الوحدة ، على الرغم أن الحياة الاجتماعية للفرد تتسم بالتوافق .

الوحدة النفسية التحويلية : و فيها يتمتع الفرد بعلاقات اجتماعية طيبة في الماضي القريب ولكنه يشعر بالوحدة النفسية حديثا نتيجة البعض الظروف المستجدة كالطلاق ، أو وفاة شخص مقرب إليه .

– **الوحدة النفسية المزمنة** : والتي قد تستمر لفترات طويلة تصل إلى حد السنين ولا يشعر الفرد بأي نوع من أنواع الرضا فيما يتعلق بعلاقاته الاجتماعية **(محمد حسن غانم ، 2007: 189)**.

3/4 **تصنيف "إبراهيم قشقوش"** : قدم تصنيفا مبنيا أساسا على تصنيف "وايز"في دراسته (1983) ، ويتضمن ثلاثة أشكال للوحدة النفسية ، إذ يشير إلى أن الإحساس بالوحدة النفسية يمكن أن يتخذ واحدة من صور وأشكال متعددة تتضمن :

أولا : الوحدة النفسية الأولية : توصف بأنها سمة سائدة أو منتشرة في الشخصية أو أنها اضطراب في الشخصية وهي ترتبط أو تتصاحب في الحالتين بالانسحاب الانفعالي عن الآخرين ويشير "قشقوش"إلى وجود منحنيين لتفسير مقدمات الإحساس بالوحدة النفسية الأولية .

1- يعرف بالمنحنى النمائي ، حيث أن اضطراب التفاعل الاجتماعي يعزى إلى وجود تباطؤ أو تخلف في التتابع الطبيعي لنو الشخصية .

2- ويعرف بالمنحنى النفسي الاجتماعي، حيث تعزى أسبابه إلى وجود عجز أو قصر في الوظائف التي تحكم عملية التفاعلات المتبادلة .

ثانيا : الوحدة النفسية الثانوية : يمثل هذا الشكل من أشكال الإحساس بالوحدة النفسية بحرمان الفرد من العلاقات العاطفية و الحميمية ، ويحدث فجأة استجابة من جانب الفرد الحرمان مفاجئ يطرأ هذا الشكل عقب حدوث مواقف في حياة الفرد والحنين للأسرة والوطن.

ثالثا : الوحدة النفسية الوجودية : يعد الإحساس بالوحدة النفسية الوجودية هو حالة إنسانية طبيعية في نظر الكثير من كتاب المدرسة الوجودية إذ يعدون هذا الإحساس بمثابة حالة حتمية يتعذرون الهروب منها (**فارس بن حمود بن حماد العنزي ، 2010 : 21**) .

5/ أسباب الشعور بالوحدة النفسية :

لقد اهتمت العديد من الدراسات والأبحاث بتحديد أهم الأسباب والعوامل التي تؤدي إلى الشعور بالوحدة النفسية ، وقد تعددت هذه الأسباب حسب طبيعة الأفراد والخلل الذي تحدثه الاضطرابات في العلاقات الاجتماعية والنفسية والعاطفية ، وفي هذا الصدد فقد ترجع إلى الأفراد أو إلى البيئة في توليد الوحدة النفسية والعاطفية ، وهذا حسب اختلاف آراء الباحثين الذين تناولوا أسباب الوحدة النفسية .

1/5 العوامل الموقفية (Situational factors) :هذه العوامل تلعب دورا في الاختلاف في شبكة العلاقات الاجتماعية التي تؤدي إلى الشعور بالوحدة النفسية ، حيث توصل "بيرلمان" و"بيلبو " (1981) إلى أربعة أنواع من الأحداث والتي تؤدي إلى الوحدة النفسية.

- أنها علاقات عاطفية .

الانفصال الجسدي من الأسرة والأصدقاء .

- تغييرات في المكانة بالنقل أو الترقية .

– خفض نوع العلاقات الموجودة (**سلوى محمد عبد الباقي ، 1998 : 56**) .

في حين يعتبر "وايز" (Wiss) أن الشعور بالوحدة النفسية يمكن أن نعزوه إلى:

1/ المواقف الاجتماعية Situatinal .

2/ الفروق الفردية Individyal :أو ما يعرف بالخصائص الشخصية التي تساعد على شعور الأفراد بالوحدة النفسية مثل الخجل ، الانطواء مع وجود اختلافات فردية لدى الأفراد ويرى "روي" أن الوحدة النفسية هي نتيجة للحاجة للشعور بالانتماء لكل فرد ثلاث حاجات نفسية وهي :

– الحاجة للعب والمشاركة الاجتماعية.

– الحاجة إلى وجود من يشعر المرء بالارتياح إليه.

– الحاجة إلى وجود طرف آخر يتفهم المشاعر و الأحاسيس المختلفة.

و في حالة عدم إشباع هذه الحاجات الثلاثة يشعر بالفراغ الداخلي يصاحبها الكآبة و ظلمة

و قد اتضح ذلك للباحثين من خلال تقارير الأفراد الذين عايشوا الوحدة النفسية .

(**بعلي مصطفى ، 2006 18**).

ويرى" راضي الوقفي" أن الشعور بالوحدة النفسية يتولد عندما يشعر الفرد بتناقض بين نمط العلاقات الاجتماعية فعلا، ونمط العلاقات التي يجب إقامتها مع الآخرين ، ولا يكون للفرد إلا عدد قليل من الأصدقاء وهو راغب في أن تكون له علاقات اجتماعية أوسع ، وتكون له علاقات اجتماعية واسعة ، لكنها مفتقرة للعمق والحرارة (**راضي الوقفي ، 1998: 688**) .

وقدمت "روكاتش" (Rokach 1989) مجموعة من العوامل التي تسهم في ترصيب مشاعر الوحدة وهي القصور في العلاقات الاجتماعية والانفصال عن العائلة أو الآخرين المهمين في حياة الفرد والأزمات التي تواجه الفرد فجأة كموت القرين أو الصديق والإدراك السلبي للذات والقصور في المهارات الاجتماعية والسلوكيات المرتبطة بالعلاقات الشخصية والأمراض البدنية ، أو الخبرات الاجتماعية المنفردة والانشقاق العائلي ، بالإضافة إلى صدمات مرحلة الطفولة والتي يمد أثرها لمرحلة البلوغ ، والأزمات والأحداث الصادمة ، وان أساس الشعور بالوحدة النفسية في مرحلة

البلوغ يرجع إلى مرحلة الطفولة ، حيث أن عدم إشباع الحاجة للحب والألفة والمودة في أوانها يترسب في اللاشعور وينشط مرة أخرى في مرحلة البلوغ في شكل وحدة نفسية مزمنة **(أبو بكر محمد مرسي ، 2002 :115) .**

5-2/ العوامل الذاتية (PERSONAL FACTORS) : و هي العوامل التي تتعلق بسمات وخصائص الشخصية ، حيث تعرض الأشخاص الذين يتسمون بالانطواء ، والعزلة هذا يؤدي إلى شعورهم بالوحدة كما يؤدي نقص الاتصال الاجتماعي إلى الشعور بالوحدة ، لكن هذا النوع من الوحدة نجده لدى الأفراد الاجتماعيين و نجد الأفراد الذين يتسمون بالخجل ، و كذا انخفاض مفهوم الذات أو الذين لا يتمتعون بمهارات اجتماعية كافية يعانون هم أيضا من هذه الخبرة المؤلمة **(النيال مايسة ، 1999 : 40).**

6/خصائص الشعور بالوحدة النفسية :

يشير العديد من الباحثين في هذا المجال ، ومنهم الباحثان" بيلو "و "بيرلمان"(Perlman et peplou) على وجود خاصيتين للوحدة النفسية وهما:

1/ أن الوحدة تعتبر خبرة غير سارة مثلها مثل الحالات الوجدانية غير السارة كالاكتئاب والقلق .

2/ أن الوحدة كمفهوم تختلف عن الانعزال الاجتماعي (social isolation) وهي تمثل إدراك ذاتي للفرد عن وجود نواقض للفرد في نسيج علاقاته الاجتماعية (socialil network) ، فقد تكون هذه النواقص كمية (مثلا لا يوجد عدد كاف من الأصدقاء)، أوقد تكون نوعية مثل(نقص المحبة أو الألفة من الآخرين) **(الجوهرة عبد القادر شيبي ،2005 :27)** .

7/النظريات المفسرة للشعور بالوحدة النفسية :

إن أصحاب النظريات الاجتماعية اشتركوا في تفسير الشعور بالوحدة النفسية ، و اهتموا أكثر بعلاقات الفرد بالمجتمع ، والعلاقات الاجتماعية التي تحقق للفرد الانتماء والتقبل الاجتماعي من جملة هذه النظريات.

1/7: وجهة نظر التحليلية :يرى زعماء هذه النظرية وعلى رأسهم "فرويد" أن الوحدة النفسية ذات خصائص مرضية ويرجعونها إلى التأثيرات المبكرة التي مر بها الفرد .

كما تفسر هذه النظرية أيضا الشعور بالوحدة النفسية بأنها عملية صراع المكونات داخل الفرد الهو الأنا ، الأنا الأعلى مما يؤدي إلى سوء توافقه مع نفسه ومع بيئته الاجتماعية ، يمكن النظر إلى الشعور بالوحدة النفسية بأنه نتيجة للقلق العصابي الطفولي و له وسيلة دفاعية نفسية تعمل للحفاظ على الشخصية من التهديد الناشئ من البيئة الاجتماعية ويعبر عنه في ضوء عزلة وانسحاب **(فضيلة عرفات ، 2009 : 9) .**

ويعتبر " زيلبورغ" (zelboorg) وهو أول من قام بدراسة عن الوحدة النفسية وفرق بين الشخص الذي ينتابه شعور مؤقت بالوحدة النفسية والشخص الوحيد ، فالشعور المؤقت بالوحدة النفسية أمر طبيعي ، وحالة عقلية عابرة تنتج عن فقدان شخص معين ، أما الوحدة المزمنة فهي استجابة لفقدان الحب أو لشعور الفرد بأنه شخص غير مرغوب فيه ولا فائدة منه مما يؤدي إلى الاكتئاب والانهيار العصبي وتعود جذور الوحدة إلى المهد ، حيث يتعلم الطفل الوظائف التي تجعله محبوبا ومرغوبا .

– في حين يرى "هاري سوليفان " أنه يمكن اعتبار الشعور بالوحدة النفسية لدى المراهق متأتيا من إدراكه بأنه ليس لديه مساندة من مصادر الإشباع و الدفئ والحب والحياة ، حيث يشعر المراهق بالعجز فلا يجد من يلجأ إليه فيستجيب المراهق إلى ذلك الشعور بالوحدة المصحوب بالقلق والخوف وبحسب "سوليفان" يمكن الربط بين الوحدة النفسية وبين الفشل في الحب وعدم القدرة على تكوين الصداقات في المراهقة .

ويعتبر" سوليفان" الوحدة النفسية خبرة مؤلمة تربك التفكير بهدوء وصفاء ، فليس من الضروري أن يكون الفرد معزولا ليخبر الوحدة وبالأحرى تنبع الوحدة من افتقاد الفرد للعلاقات الاجتماعية **(مريم مراكشي ، 2014: 90) .**

2/7 وجهة النظر السلوكية :يرى السلوكيون أن الشعور بالوحدة النفسية مرتبط بحدوث صراع العمليات المؤدية إلى النشاط والعمليات المؤدية إلى الكف نتيجة عدم قدرة الفرد على ترك الاستجابات الاشتراطية القديمة التي تعلمها من طفولته على اثر الخبرات غير المناسبة التي مر بها في بيئته ، مما يؤدي إلى تكوين عادات غير مناسبة لديه لا تساعده على أن يحيا حياة فعالة

ناجحة مع الآخرين لما تعرفه على تعلم أنماط سلوكية أكثر موائمة في علاقته مع الآخرين (**عادل عبد الله ، 2000 : 94**) .

3/7 وجهة النظر المعرفية :تستند النظرية المعرفية على الإدراك كعامل وسيط بين نقص القدرة الاجتماعية وخبرة الشعور بالوحدة النفسية ، ويعتمد كل من " سيرمات " عام (1975) و "كاترونا " عام (1980) و"بيرلمان "و " بيبلاو "عام (1981) و"ستوكس"عام (1985) و"جيني" و "جونج جير فيلد"عام (1987)على المنهج المعرفي في تفسير الوحدة النفسية ، وذلك باعتبارها خبرة شخصية ذاتية ، ولذلك فهي لا ترتبط مباشرة بالعوامل الموقفية ، حيث يؤكدون من خلال هذا المنهج على أهمية الادراكات والتفسيرات الشخصية لشبكة العلاقات الاجتماعية ، ومن خلال هذه المنطلقات المنهجية يفترض المعرفيون أن الوحدة النفسية تحدث عندما يدرك الفرد وجود تناقض بين العلاقات التي يرغبها وبين علاقاته القائمة فعليا (**عبد الحليم خلفي ، 2013: 82**).

ويرى "جونز" (jonez) وزملائه أن الشعور بالوحدة النفسية يعود إلى الأفكار والتصورات الخاطئة التي يحملها الفرد عن ذاته ، والتصورات هذه ما هي إلا طريقة للتفسير والتفكير حول واقعنا اليومي ، كما يعتبرون أن كلا من السلوك والوجدان إنما يتحدان من خلال عمليات معرفية ضمنية ، وهذا يجعل المهارات الاجتماعية لشخص ما تختل بتأثير من أفكاره غير الواقعية و غير المتوافقة ، فقد يظن هذا الشخص أن زملائه سوف يرفضونه إذا حاول أن يعقد صداقات معهم ويؤدي هذا الظن إلى إثارة قلقه وتوتره إلى الحد الذي يدفعه إلى تجنب الآخرين والعزوف عن المبادرة بالتفاعل الاجتماعي كي لا يوقع نفسه في الحرج الناتج عن نبذ الآخرين و اهتماهم له .

وبصفة عامة فان أنصار النظرية المعرفية يرون أن سبب الوحدة النفسية يكمن في كل من الفرد والموقف معا ، حيث يركزون على العمليات المعرفية للوحدة النفسية وذلك فيما يتعلق بادراك الفرد تقييم علاقاته الاجتماعية ، بحيث تصبح الوحدة النفسية نتيجة شعور الفرد بعدم إشباع علاقاته الاجتماعية وإدراك التناقض بين العلاقات الاجتماعية التي يرغبها وبين علاقاته الفعلية كما سبق الإشارة إلى ذلك (**مريم مراكشي ، 2014 : 91**) .

4/7 وجهة النظر الاجتماعية : ينظر كل من "بومان"(bouman) و"سلاتر" (slater) ان هناك قوى اجتماعية تؤدي إلى الوحدة النفسية وهي :

– ضعف في علاقات الأفراد بالخلية الأولى وهي الأسرة .

– زيادة الحراك في الأسرة .

– زيادة الحراك الاجتماعي .

ويبني "سلاتر" تحليله للوحدة النفسية من خلال دراسته للشخصية الأمريكية وكيف فشل المجتمع في تلبية احتياجات أفراده لان المشكلة الأمريكية تكمن في إحساس الفرد بالعزلة .

ومن هنا استنتج " سلاتر " بان الوحدة النفسية تعود إلى التقدم التكنولوجي المعاصر الذي اثر على العلاقلت الشخصية بين أفراد الأسرة و المجتمع عموما (**الجوهرة عبد القادر شيبي ، 2005 : 16 17**) .

8/ مواجهة الشعور بالوحدة النفسية :

حينما يشعر الناس بالوحدة يمكنهم إشباع احتياجاتهم للتواصل الاجتماعي بزيادة كمية أو نوعية التواصلات الاجتماعية ، أو يعيدون تقسيم الفجوة بين المستويات المرغوبة و الانجاز الذي استطاعوا تحقيقه في مجال العلاقات الاجتماعية قد يغير الناس احتياجاتهم للآخرين باختيار أنشطة لا تتطلب حضور الآخرين مثل المرأة التي توفي زوجها حديثا ربما تعود إلى اهتمامات خاصة كالرسم أو العمل ، وزيادة الاحتكاك بالغير قد يتحقق بالتعرف على أفراد جدد أو بالاعتماد على العلاقات الموجودة والمتاحة ، إما الأفراد الذين يشعرون بالوحدة تنخفض توقعاتهم لتناسب مع الأوضاع الواقعية ربما ينمون مهارات أو قدرات واهتمامات جديدة لديهم ، وهذا يبدو تكيف ايجابي أو يبحثون عن عقاقير مهدئة أو الكحوليات ليعرضوا من خلالها إشباع علاقات اجتماعية وهذا يتمثل في التكيف السلبي

أما المواجهة السلبية فهي مكلفة جدا للفرد وللمجتمع ، لان الاتصال الاجتماعي للكائن الإنساني وللتفاعل مع الآخرين مسالة مهمة للتقدم الشخصي و المجتمعي (**سلوى محمد عبد الباقي ، 1998: 58**) .

ويؤكد كل من "ميرفي " و " كيشك " (1992) أن الوحدة النفسية تمثل أحد أعراض سوء التوافق الاجتماعي للفرد ، والمساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من المحيطين به ذات تأثير ايجابي

فهي بمثابة عامل وسيط مهم في تحقيق الشعور بالوحدة النفسية وتحقيق التوافق الاجتماعي والسعادة .

هناك من يعتبر مشاعر الوحدة النفسية تترسب من الطفولة المبكرة ، فهي مشاعر مرعبة وعنيفة تكبت وتنكر غير أنها تحل بسرعة لما يعبر عنها أو تستبعد بممارسة النشاطات وتحقيق الأهداف الشاغلة للفرد **(بن اسماعين رحيمة ، 2007: 54)** .

خلاصة :

من خلال ما سبق نستطيع القول أن الشعور بالوحدة النفسية يحدث كنتيجة لنقص في العلاقات الاجتماعية واختلال شكلها يعتبر منبع رئيسي ليعيش الفرد هذه الخبرة المؤلمة ، الشيء الذي يؤثر على توافقه النفسي ويعيقه على أداء دوره في المجتمع بشكل طبيعي ، من خلال هذا الفصل تم التطرق إلى أهم الجوانب المحيطة بمفهوم الشعور بالوحدة النفسية ، وتم الكشف كذلك عن التدخل الحاصل بينهما وبن بعض المفاهيم الأخرى كالعزلة والانسحاب ، وكذلك تم التطرق أيضا إلى مواصفاتها وأشكالها من خلال بعض التصنيفات التي حددها بعض العلماء كالوحدة الأولية و الثانوية ، أما أسباب الشعور بالوحدة النفسية فتباينت بين العوامل الذاتية والموقفية وكذلك تم التعرف على بعض خصائصها ، وبعدها تناولنا بعض النظريات المفسرة للوحدة النفسية وأخيرا كيفية مواجهة هذه الخبرة وتجاوزها .

الجانب الميداني

الفصل الرابع :إجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد

1- المنهج

2- عينة الدراسة الأساسية و كيفية اختيارها

3- حدود الدراسة

4- أدوات الدراسة

5- الأساليب الإحصائية في الدراسة

- خلاصة الفصل

تمهيد :

تعد المرحلة الميدانية من أهم المراحل الأساسية فهي ضرورة لجمع البيانات عن الظاهرة المدروسة ويكمن غرضها الأساسي في التحقق من صحة الفرضيات المطروحة والإجابة على تساؤلات الدراسة .

في هذا الفصل الذي يتناول توظيفا شاملا لإجراءات الدراسة الميدانية التي قامت بها الباحثة لتحقيق أهداف الدراسة ويتضمن تحديد المنهج المتبع والعينة المختارة وكيفية اختيارها وحدود الدراسة ، وكذا أدوات الدراسة والأساليب الإحصائية المستخدمة قي الدراسة ، وسنعرض هذه الإجراءات بشيء من التفصيل .

1- المنهج : يتم اختيار المنهج حسب ما تقتضيه الدراسة التي بين أيدينا وما نطمح إليه من أهداف لتحقيقها ، وكذا طبيعة البيانات المطلوب جمعها ، فالمنهج المناسب هو المنهج الوصفي ويعرف بأنه :"مجموعة الإجراءات البينية المتكاملة لوصف الظاهرة ، اعتمادا على جمع البيانات والحقائق ، وتصنيفها ومعالجتها ، وتحليلها تحليلا دقيقا كافيا للوصول إلى نتائج أو تعليمات عن الظاهرة " **(بشير صالح الراشدي ،2004 :59 79)** .

وفي هذه الدراسة تم استخدام المنهج الوصفي بأسلوبيه الارتباطي و المقارن .

2- عينة الدراسة الأساسية وكيفية اختيارها : إن دراسة أي ظاهرة تعتمد أساسا على العينة المأخوذة منها إذ أنه بدون عينة لا نستطيع دراسة أي مشكلة ، وتعرف العينة على أنها المجموعة الجزئية التي يقوم الباحث بتطبيق الدراسة عليها ، وهي تكون ممثلة لخصائص مجتمع الدراسة الكلي ، إذا هذه العينة تتوزع فيها خصائص المجتمع بنفس النسب الواردة في المجتمع "**(بلقاسم سلاطنية ، 2004: 318)** .

تكونت عينة الدراسة الأساسية من60 طالبة جامعية مقيمة من مختلف التخصصات ، وتراوحت أعمارهم بين (18-22) سنة ، تم اختيارهم بطريقة عشوائية بسيطة بنسبة 50% من 300 طالبة مقيمة سنة أولى بالحي الجامعي شتمة "5" .

3- حدود الدراسة :

الحدود البشرية :أجريت الدراسة على عينة قواها (60) طالبة مقيمة بالحي الجامعي من مختلف التخصصات .

الحدود المكانية : تم إجراء التطبيق على العينة في الإقامة الجامعية شتمة "5" بولاية بسكرة.

الحدود الزمانية : استغرق التطبيق لهذا البحث حوالي 20 يوم ، وكان ذلك بين 9 فيفري 2016الى غاية 1 مارس 2016 ، حيث تم تطبيق أدوات البحث المتمثلة في اختبار صورة الذات GPS و مقياس الشعور بالوحدة النفسية .

4- أدوات الدراسة :

1- اختبار إدراك الذات GPS :

تقديم الاختبار : هذا الاختبار هو تعديل الاختبار "من أنت " الذي أعده العالمين "بيجنتال" (bugentol) و "زلن" (zelen) عام 1990 والهدف من هذا التعديل هو دراسة صورة الذات من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الشيخوخة ، وكذا الاقتراب من مختلف مكونات الذات ، وقد عدل هذا الاختبار من طرف علماء عدة ، ولكن التعديل الذي اخذ بعين الاعتبار هو تعديل العالم L'ecuyer .

2- سبب اختيار الاختبار : يرجع سبب اختيارنا لهذا الاختبار إلى انه أحسن أداة لمعرفة صورة الذات ، ونستطيع الوصول إلى معلومات أكثر شخصية للفرد وخاصة بإدراكه لذاته ، حيث يسمح للفرد بوصف ذاته بكل حرية والتحدث عن نفسه كما يدركها وكل ما يضنه عن ذاته ، وكل مشاعره وأحاسيسه ، تمنياته قدراته ...دون أن يكون هناك حاجز يحدد هذا التعبير الحر .

3- كيفية تطبيق الاختبار : أولا يجب التأكد من رغبة الأفراد في القيام بهذا الاختبار بعد أن نوضح لهم الهدف من بحثنا ، هذا و ركزنا على مبدأ السرية ، و إقناعهم بذلك و كذا الثقة المتبادلة .

ونقدم لهم تعليمة الاختبار وهي (صف نفسك كما أنت ، كما ترى نفسك لا يهم ما يفكر الغير عنك ، قل ما تستطيع قوله ،وان كان يبدو صعبا).

4- كيفية تحليل الاختبار: بعد أن نتحصل على نص الإجابة نقوم بمرحلتين :

- مرحلة الترتيب : نقوم بتقسيم النص إلى جمل قصيرة بإمكانها أن تتكون من فعل وفاعل ومفعول به .

- مرحلة التصنيف الكمي : نقوم فيها بحساب عدد العبارات الموجبة والسالبة .

(انظر الملحق رقم 01) .

2- مقياس الشعور بالوحدة النفسية :

- **الصورة الأجنبية للمقياس** : تم إعداد مقياس الشعور بالوحدة النفسية من طرف "راسل"(Russel) سنة 1996 وهو النسخة الثالثة المنقحة لمقياس كاليفورنيا لوس أنجلس للشعور بالوحدة النفسية (UCLA) Universty of california los angeles ويتكون المقياس في صورته النهائية من (20) بندا ويلي كل بند ثلاثة بدائل (أبدا ، أحيانا دائما) تقابلها الدرجات (1 2 ، 3) يتمتع المقياس بصدق و ثبات مرتفع ، حيث قدر معامل الثبات باستخدام معادلة ألفا كرونباخ بـ 0.90 و هذه النسخة المبسطة تصلح لقياس الشعور بالوحدة النفسية عن طلاب

و طالبات الجامعة و كذلك الشباب و كبار السن **(مريم مراكشي ، 2014 : 123)** .

- **الصورة العربية للمقياس** : قامت الباحثة "مراكشي مريم" بترجمة المقياس في البيئة الجزائرية إلى اللغة العربية وفقا للإجراءات التالية ، وكان الهدف من الترجمة :

تقنين المقياس وصياغة عباراته بما يتلاءم مع الخصائص الثقافية للبيئة المحلية ، وخصائص العينة المتمثلة في الطلبة الجامعيين

- تحديد أبعاد المقياس تم الحفاظ على أبعاد المقياس التي وضعها "راسل " (Russel 1996) والتي تمثلت في ثلاثة أبعاد و هي : (البعد الاجتماعي ، بعد الرفض من الآخرين ، بعد فقدان الآلفة المتبادل مع الآخرين) .

– بنود المقياس :يحتوي المقياس على 20 بندا يجيب علها المبحوث بتأشيرة على الخيار الذي يراه مناسبا من بين ثلاث اختيارات هي (3–2–1) للإجابة على البنود التي تحمل الأرقام (18–17–14–13–12–11–08–07–04–03–02) ، أما البنود التي تحمل الأرقام (20–01–19–16–15– 10–09– 06– 05) تصحح عكس التقديرات السابقة و تتراوح الدرجة الكلية على المقياس (20– 60) درجة، فالدرجة العالية تشير إلى شعور شديد بالوحدة النفسية و الدرجة المنخفضة تشير إلى شعور منخفض بالوحدة النفسية.

الخصائص السيكومترية للمقياس: للتحقق من مدى صلاحية مقياس الشعور بالوحدة النفسية للتطبيق على عينة من الطلبة الجامعيين قامت الباحثة بالإجراءات التالية:

1– الصدق:

1–1 صدق المحكمين: قامت الباحثة بترجمة المقياس إلى اللغة العربية من طرف أساتذة متمكنين ،خضعت فقراته للتحقق والترجمة العكسية من العربية إلى الإنجليزية للتأكد من تحقيق المعنى المقصود من كل فقرة ، ثم التأكد من نسبة التطابق بين النسخة الأصلية والنسخة المترجمة ، والتي بلغت 95% والتي تدل على الترجمة الدقيقة و الصحيحة للمقياس.

وبعد أن اتفق جميع المحكمين على صيغة العبارة و جعلها بصيغة تقريرية مباشرة بدلا من الصيغة الاستفهامية ، أخذت الباحثة بهذه الآراء الصائبة ، وهكذا تم اعتبار نسبة اتفاق المحكمين على بنود المقياس معيارا للصدق معتمدين في ذلك على معادلة "لوشي" الخاصة بصدق المحتوى أو الصدق المنطقي و هي كالتالي: ص.م = $\frac{\text{ن و} - \text{ن} \backslash 2}{\text{ن} \backslash 2}$.

حيث أن:

ن ، و: عدد المحكمين الذين اعتبروا أن العبارة تقيس.

ن: العدد الإجمالي للمحكمين.

و عند تطبيق معادلة "لوشي" لصدق المحكمين تبين أن عدد بنود المقياس صادقة ، حيث أن: ص .م = 0,86 > 0,05 وهذا يعتبر مؤشرا لصدق المقياس.

الصدق الظاهري لمقياس الشعور بالوحدة النفسية يساوي 17,29

المجموع \ عدد البنود 17,29 \ 20 = 0,86 (مريم مراكشي ، 2014: 124- 126).

1-2 الصدق التميزي (المقارنة الطرفية): استخدم الصدق التميزي وذلك للتأكد من قدرة المقياس من التمييز، حيث تم ترتيب درجات أفراد العينة الاستطلاعية تنازليا ، و تم تقسيم الدرجات إلى طرفين حسب الأرباعيات، حيث يمثل الطرف العلوي ألأرباعي الأعلى (27%) مجموعة الشعور بالوحدة مرتفع و هم أولئك الطلاب من العينة الإستطلاعية الذين حصلوا على درجة أكبر أو يساوي 60، و يمثل الطرف السفلي الأرباعي الأدنى (27%) مجموعة الشعور بالوحدة منخفض و هم أولئك الطلاب من العينة الإستطلاعية الذين حصلوا على درجة أقل من أو يساوي 20.

استخدم (ت) لفحص ما إذا كانت توجد فروق بين ذوي الدرجات المرتفعة و ذوي الدرجات المنخفضة على أداة الدراسة، وكانت الفروق واضحة و دالة بين المجموعتين عند درجة الحرية قدرت بـ: 14 ومستوى الدلالة 0,01 حيث:

كان هناك فرق في تكرار الشعور بالوحدة النفسية بين الأكثر و الأقل شعورا بالوحدة و قد بلغت قيمة (ت = 9,12) ، وهي دالة إحصائيا عند مستوى 0,01 و عليه توجد فروق دالة لصالح ذوي الدرجات العليا بمتوسط قدره 39,00 بانحراف معياري 4,27 في حين بلغ متوسط الدرجات الدنيا 24,38 بانحراف معياري 1,50.

1-3 الصدق الذاتي: تم حساب صدق الأداة كذلك بمعامل الصدق الذاتي الذي يساوي الجذر التربيعي لمعامل الثبات و قدر الصدق الذاتي بـ:0,86 عند استعمال التجزئة النصفية.

2- الثبات:

2-1 طريقة التجزئة النصفية: نظرا لتعذر إعادة تطبيق نفس العينة تم حساب معامل ثبات الأداة ككل بطريقة التجزئة النصفية باستعمال معامل "بيرسون" ثم صحح الطول بمعادلة "سبيرمان براون" ، وتبين مدى التماسك و الإرتباط بين نصفي الأداة ،أي الإرتباط بين درجات الإجابة على البنود الفردية و البنود الزوجية، وقد حصل المقياس على ثبات قدر بـ:0,75 وهذا ما يدل على أن المقياس يتمتع بثبات قوي ودال عند مستوى الدلالة 0,05 .

2-2 معادلة ألفا كرونباخ: تم التحقق من ثبات المقياس كذلك باستخدام معادلة "ألفا كرونباخ"

و الجدول يوضح النتائج المتحصل عليها

محاور المقياس	عدد العبارات	ثبات المحور- قيمة ألفا	الترتيب
البعد الإجتماعي	**6**	**0,71**	**1**
بعد الرفض	**9**	**0,66**	**2**
بعد فقدان الألفة	**5**	**0,59**	**3**
المقياس الكلي	**20**	**0,81**	

جدول رقم (01): يوضح معادلة "ألفا كرونباخ" لقياس ثبات محاور مقياس الشعور بالوحدة النفسية.

يتضح من الجدول أن معاملات ثبات الأبعاد باستخدام "ألفا كرونباخ" قد تراوحت بين 0,71 و 0,66 و 0,59 وهي قيم مرتفعة أما معامل "ألفا كرونباخ" للمقياس ككل فقد بلغت قيمته 0,81 الأمر الذي يشير إلى تمتع المقياس بدرجة عالية من الثبات.

2-3 الصورة النهائية لمقياس الشعور بالوحدة النفسية: بعد الضبط الإحصائي لمقياس الشعور بالوحدة النفسية و التأكد من صدقه و ثباته أصبح المقياس في صورته النهائية جاهزا للتطبيق

و يتكون من:

أ- صفحة التعليمات: و يوضح فيها كيفية الإجابة على بنود المقياس.

ب- الجزء الأول: الذي يضم البيانات الشخصية (الإسم، التخصص، مدة الإقامة).

ج- الجزء الثاني: يتضمن بنود المقياس التي يبلغ عددها 20 بندا موزعة على ثلاث أبعاد، و يعقب كل بند ثلاث استجابات (أبدا، دائما، أحيانا)، و الجدول رقم 02 يوضح توزيع البنود على أبعاد المقياس.

الرقم	الأبعاد	أرقام العبارات	المجموع
1	البعد الإجتماعي	1- 5- 6- 9- 10- 11	6
2	بعد الرفض	2- 4- 7- 8- 15- 12- 14- 17 18	9
3	بعد فقدان الألفة	3- 13- 16- 19- 20	5
المجموع			20

جدول رقم 02 : يوضح توزيع عبارات مقياس الشعور بالوحدة النفسية على البنود الثلاثة.

2- 4 طريقة تصحيح المقياس: تصحح الإجابات برصد درجة واحدة لـ (أبدا)، ودرجتين لـ (أحيانا) و ثلاث درجات لـ (دائما) بالنسبة للعبارات السالبة، أما العبارات الموجبة فيتم تصحيحها في الاتجاه العكسي للتقديرات السابقة.

وعليه تصحح الدرجات الدنيا للمقياس (20×1 = 20) درجة، وتمثل أرضية المقياس و الدرجة القصوى للمقياس(20×3 = 60) درجة، وتمثل سقف المقياس ويمكن تصنيف درجات أفراد العينة وفق المعيار الإحصائي التالي الموضح في الجدول رقم03:

الدرجات	**تقدير درجة الشعور بالوحدة النفسية**
20----------34 ←	**وحدة نفسية منخفضة**
35----------49 ←	**وحدة نفسية متوسطة**
59----------60 ←	**وحدة نفسية مرتفعة**

جدول رقم03: يوضح كيفية تقدير درجة الشعور بالوحدة النفسية

(انظر الملحق رقم 02) .

5- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة: بعد جمع البيانات من أفراد العينة الأساسية أفرغت في الحاسوب لمعالجتها اعتمادا على البرنامج الإحصائي SPSS20 (الحزمة الإحصائية للعلوم الاجتماعية) و تم الإستناد إلى مجموعة من الأساليب الإحصائية و هي:

- المتوسط الحسابي و الإنحراف المعياري.

– النسب المؤوية .

معامل الإرتباط الثنائي لاختبار الفرضيات.

معامل الارتباط الثنائي : يستخدم هذا المعامل الذي يرمز له بحرف (rbi) لتقدير العلاقة بين متغير كمي وكيفي مقسم تقسيما ثنائيا غير حقيقي، البيانات المقسمة إلى فئات على أساس حد افتراضي .

ومبدأ الارتباط الثنائي يتعلق بتقدير معامل الارتباط البسيط "لبرافيس بيرسون" person correlation و هو يأخذ بعين الاعتبار نقطة التقييم الثنائي للمتغير النوعي .

(عبد الكريم بوحفص ، 2013 :95) .

خلاصة الفصل:

يعتبر هذا الفصل نظرة شاملة ألمت بمنهجية البحث حيث تطرقت الطالبة إلى الدراسة الأساسية و كيفية اختيارها وتم استخدام المنهج المناسب وهو المنهج الوصفي، كما قمنا بعرض أهم خصائص العينة ، أدوات جمع البيانات وكذلك أساليب الإحصائية المستعملة و التي تفرضها طبيعة الموضوع.

الفصل الخامس: عرض ومناقشة نتائج الدراسة

تمهيد

1- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الأولى

2- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية

3- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة

4- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة

5- مناقشة عامة لنتائج الدراسة

خلاصة الفصل

تمهيد:

يتناول هذا الفصل عرضا لنتائج فروض الدراسة الحالية ، ثم مناقشة و تفسير النتائج في ضوء الإطار النظري و الدراسات السابقة .

1- عرض و مناقشة نتائج الفرضية الأولى :

1-1 نص الفرضية الأولى :

- لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي مستوى صورة ذات منخفضة .

النتائج :

صورة الذات	العينة	النسبة
صورة الذات الايجابية	35	%60
صورة الذات السلبية	25	%40
المجموع	60	

جدول رقم (4) يبين نتائج مستوى صورة الذات الايجابية والسلبية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي .

- تحليل نتائج الفرضية الأولى :

ويتضح من الجدول أن نسبة ذوي مستوى صورة الذات الايجابية أكبر من ذوي صورة الذات السلبية بعينة قدرها 35 طالبة وبنسبة قدرت بـ 60% ، وتأتي في المرتبة الثانية صورة الذات السلبية بعينة قدرها 25 طالبة وبنسبة قدرت بـ 40% وهي النسبة الأقل .

- مناقشة انتائج لفرضية الأولى :

تشير الفرضية الأولى إلى أن لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي مستوى صورة ذات المدركة منخفضة (سلبية) ، و لكن يتضح من الجدول رقم (4) أن نسبة 60% من العينة لديهم صورة ذات ايجابية و أن نسبة 40% من العينة لديهم صورة ذات سلبية ، و هذا ما استندت إليه نظرية

الذات "لروجرز" الذي يرى بأن هي المجموع الكلي للخصائص التي يعزوها الفرد لنفسه و القيم الايجابية و السلبية التي تتعلق بها .

أما" بنا دورا " الذي يفترض أن الناس قادرون على تنظيم ذواتهم و أنهم مشكلون فاعلون لبيئاتهم بدلا من كونهم مجرد أشخاص ذوي ردود أفعال سلبية اتجاه بيئاتهم .

وهذا كله يرجع إلى أن الطالبة نظرا لمستواها التعليمي وكذا لادراكاتها الشخصية و تصوراتها لوجودها الكلي والقدرة على تقبل نفسها ، وكذا التفاعل الطبيعي السوي والتمكن من التعبير الصريح عن الرأي وشعورها بالحب والاحترام و الثقة و إشباع الحاجات النفسية و الفيزيقية

و على هذا الأساس ما جاء واردا في مكونات صورة الذات في مرحلة تمييز الذات وهو البحث عن هوية ذاتية حقيقية من خلال نمو سمات المراهق وطبعه ، و طريقة تفكيره و فلسفته في الحياة ورغبته في الاستقلالية المادية وذلك للوصول إلى تأكيد ذاته و تغييرها ، أي أن في هذه المرحلة يعادل تشكيل كل المتغيرات حيث يصل المراهق إلى صورة ذات أكثر ثباتا و أكثر وضوحا وأكثر دقة و أكثر انفرادية تميزه عن إخوانه وأقرانه .

2- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثانية :

2-1 نص الفرضية الثانية :

- لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي شعور بالوحدة النفسية مرتفع .

النتائج :

المستوى	العينة	النسبة المؤوية
منخفض	**39**	**%65**
متوسط	**17**	**%28.30**
مرتفع	**4**	**%6.70**
المجموع	**60**	**%100**

جدول رقم (5) يبين نتائج مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي.

- تحليل نتائج الفرضية الثانية :

و يتضح من الجدول رقم (5) أن نسبة ذوي مستوى الشعور بالوحدة النفسية أكبر من منخفضي ومرتفعي الشعور بالوحدة النفسية بنسبة 65% من أفراد العينة بعدد قدره 39 طالبة ، وتأتي في المرتبة الثانية ذوي المستوى المتوسط بنسبة 28.30% و بعدد قدره 17 طالبة و أخيرا المستوى المرتفع بنسبة 6.70%و هي النسبة الضعيفة وتمثل 4 من أفراد العينة فقط .

- مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

تشير الفرضية الثانية إلى أن لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي وحدة نفسية مرتفعة ، و لكن من خلال الجدول رقم (5) يتضح أن نسبة 65% من العينة لديهم وحدة نفسية منخفضة ، و أن نسبة 28.30% لديهم وحدة نفسية متوسطة ، أما نسبة 6.70 % لديهم وحدة نفسية مرتفعة ، و لذلك نعتبر أن هذه الفرضية لم تتحقق ، وعلى هذا الأساس يستند " جونز "وزملائه في النظرية المعرفية إلى أن الشعور بالوحدة النفسية يعود إلى الأفكار و التصورات الخاطئة التي يحملها الفرد في ذاته و التصورات هذه ما هي إلا طريقة للتفسير والتفكير حول واقعنا اليومي **(مريم مراكشي، 2014:91)** .

وفي رأي " ستوكس" و " ليفين " يروا بأن الشعور بالوحدة النفسية ترتبط بكم أو كيف طبيعة العلاقات مع الآخرين ، و أن معيار عدد من الأصدقاء و المعارف و قوة العلاقة معهم يدل على وجود أو عدم وجود الشعور بالوحدة النفسية ، وأن نقص في عدد من الأصدقاء و هامشية العلاقة معهم يعد محكا أساسيا لوقوع الفرد في الإحساس بالشعور بالوحدة النفسية **(محمد حسن غانم 2006: 189)** .

إذا فالطالبة المقيمة بالحي الجامعي ذات وحدة نفسية منخفضة راجع إلى تصوراتها و أفكارها الصحيحة التي تحملها عن ذاتها و تمتعها بمهارات اجتماعية كافية و مشبعة ، في حين نجد الطالبة ذات وحدة نفسية مرتفعة قد يرجع سبب شعورها بالوحدة النفسية إلى انفصالها عن الأسرة والأصدقاء و انخفاض في نوعية العلاقات الموجودة أو افتقاد الأطراف التي تتفهم المشاعر و الأحاسيس المختلفة ، إذ نجد نتائج هذه الدراسة تتفق مع نتائج دراسة "ميجان" و "تكبون" (2007). و لا تتفق مع دراسة "الشرايري" (2009). و دراسة "أوزديمير" (ozdemir 2008) ودراسة "الشواقفة" (2000) و دراسة "ساوبيرمارجينسون" و "دوميرت" و "نيالد" و "راميا" (sawir. Marjinson ;dumert ; nyland ;& ramia 2007)

3- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الثالثة :

3-1 نص الفرضية الثالثة :

- توجد علاقة ارتباطية بين صورة الذات والشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي .

النتائج :

المتغيرات	الوحدة النفسية	مستوى الدلالة	ن
صورة الذات	- 0.65	دال عند 0.01	60

جدول رقم (6) يوضح نتائج معامل الارتباط الثنائي بين درجات الوحدة النفسية و صورة الذات.

- تحليل نتائج الفرضية الثالثة :

تشير النتائج الموضحة في الجدول رقم (6) إلى أن معامل الارتباط الثنائي rbi=-0.65 وهي دالة عند 0.01 مما يدل على وجود علاقة ارتباطية عكسية بين صورة الذات ودرجة الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي .

- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة :

دلت نتائج معامل الارتباط الثنائي على وجود علاقة ارتباطية عكسية بين درجة الشعور بالوحدة النفسية و صورة الذات لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي ، حيث قدر معامل الارتباط الثنائي rbi=−0.65 وهو يشير إلى ارتباط عكسي بين الشعور بالوحدة النفسية و صورة الذات لدى أفراد العينة ، حيث تنخفض مشاعر الوحدة النفسية في ظل التقدير الايجابي للذات ، فصورة الذات لدى الطالبة تتكون من الافتراضات و المشاعر، حيث هذه الأخيرة ترتبط بالافتراضات فان كانت الافتراضات عن نفسها ايجابية تكون مشاعرها عن نفسها هي الحب و القبول والعكس إن كانت الافتراضات عن نفسها سلبية وتتكون نتيجة لعوامل وراثية داخلية و عوامل بيئية خارجية أي أنه كلما كان الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة مرتفع كلما كانت صورة الذات المدركة سلبية ، والعكس كلما كان الشعور بالوحدة النفسية منخفض كلما كانت صورة الذات المدركة ايجابية .

وعلى هذا الأساس نجد " روجرز "يرى بأن الذات على أنها المجموع الكلي للخصائص التي يعزوها الفرد لنفسه ، و القيم الاجتماعية و السلبية التي تتعلق بهذه الخصائص وهي ذلك المجال الظاهري الذي يتكون من تشكيلة من الادراكات و القيم المتعلقة بالذات أو الأنا.

ولهذا نعتبر أن الفرضية تحققت حيث نجد نتائج هذه الدراسة تتفق مع نتائج دراسة كل من "خضر و الشناوي "(1988) "حمود" (1993) "عطا"(1993).

4- عرض ومناقشة نتائج الفرضية الرابعة :

4-1 نص الفرضية الرابعة :

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي تعزى لمدة الإقامة (أسبوع ،أسبوعين ، أكثر من أسبوعين) .

النتائج :

المدة	التباين	العدد	Df	مجموع المربعات	متوسط المربعات	قيمة f	مستوى الدلالة
أسبوع	بين المجموعات	40	2	156.034	78.017	1.082	غير دال
أسبوعين	داخل المجموعات	13	57	4108.56	72.080		
أكثر من أسبوعين	الكلية	07	59	4264.6			

جدول رقم (7) يبين نتائج اختبار التباين الأحادي (اختبار F) للفروق في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي تعزى لمدة الإقامة .

- تحليل نتائج الفرضية الرابعة :

ويتضح من الجدول أن الفرق في الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي تعزى لمدة الإقامة غير دالة إحصائيا .

- مناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

يتضح من الجدول **رقم (7)** أن الفرق في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي غير دالة إحصائيا ، و أن أفراد العينة يتمتعون بوحدة نفسية منخفضة بنسبة 65 %ويعود ذلك إلى طبيعة الشخصية و ليس لمدة الإقامة ، أي أن هناك عدد من الطالبات يشعرن بوحدة نفسية منخفضة ، حيث أن الطالبة التي تتسم بوحدة نفسية منخفضة تدل على إشباع حاجاتها في التواصل مع الأهل و جماعات الرفاق ، وكذلك في نجاحها الأكاديمي و كذا المساندة الاجتماعية التي تتلقاها من المحيطين بها ، فهي ذات تأثير ايجابي في تحقيقها شعور منخفض من الوحدة النفسية ، أما الطالبة التي تعاني من وحدة نفسية مرتفعة والتي ينتابها الانطواء و العزلة وكذلك نقص في الاتصال الاجتماعي فهي ذات تأثير سلبي على شخصيتها وتجعلها تشعر بوحدة نفسية .

5- مناقشة عامة لنتائج الدراسة :

دلت النتائج المتحصل عليها أثناء القيام بالدراسة حول صورة الذات وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي إلى أن الفرضية التي مفادها أن لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي صورة ذات سلبية ، فمن خلال النتائج المتوصل إليها نجد أن لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي صورة ذات ايجابية وبهذا الفرضية الأولى للدراسة لم تتحقق ، هذا نظرا لادراكاتها الشخصية وتصورها لوجودها الكلي و تفاعلها الطبيعي ، حيث من خلالها توصلت الطالبة إلى صورة ذات أكثر ثباتا وأكثر طموحا ودقة .

ويتبين من خلال عرض و تحليل نتائج الفرضية الثانية و التي مفادها أن لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي شعور بالوحدة النفسية مرتفع ، ولكن من خلال النتيجة المتوصل إليها نجد أن لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي وحدة نفسية منخفضة ، و منه فان الفرضية الثانية لم تتحقق هذا فان الطالبة المقيمة ذات وحدة نفسية منخفضة راجع إلى قوة علاقتها مع الآخرين ، و تمتعها بمهارات اجتماعية كافية و مشبعة ، أي أنه كلما كان تفاعلها و اندماجها مع الآخرين انخفض مستوى شعورها بالوحدة النفسية .

إذ نجد هذه الدراسة تتفق مع دراسة "ميجان" و" نكبون " (2007) والتي دلت نتائجها أن الدعم الاجتماعي انعكس بطريقة سلبية على العزلة و بطريقة ايجابية على قرارات المثابرة العلمية ، وأن القليل من الوحدة النفسية والمزيد من الدعم الاجتماعي أظهرت أفعالا ايجابية لدى الطالبات .

وكذلك لا تتفق هذه الدراسة مع دراسة " الشرايري " (2009) والتي دلت نتائجها على وجود درجة متوسطة من الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة كانت أعلاها في مجال المشاعر الذاتية ثم مجال العلاقات الاجتماعية ، ثم مجال العلاقات الحميمية ، وأخيرا العلاقات الأسرية في حين لم توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الوحدة النفسية بين الذكور و الإناث.

و كذلك لا تتفق هذه الدراسة مع دراسة "أوزديمير" (ozdemir 2008) أظهرت نتائج الدراسة أن (46%) من الطلبة يعانون من الوحدة النفسية ، كما أنهم يفتقرون للتفاعل الاجتماعي مع الآخرين و (35%) منهم يفتقرون للدعم النفسي والاجتماعي من الآخرين (**منار سعيد بن مصطفى 2013: 143 144**).

و لا تتفق هذه الدراسة أيضا مع دراسة "الشواقفة" (2000) فقد أظهرت نتائجها أن الطلبة غير الأردنيين يشعرون بالوحدة النفسية بدرجة أعلى من الطلبة الأردنيين ، وان الطلبة في السنة الدراسية الأولى والثانية كانوا كثر شعورا بالوحدة النفسية من الطلبة في بقية السنوات ، كما كان الذكور أكثر شعورا بالوحدة من الإناث .

و كذلك لا تتفق نتائج هذه الدراسة مع نتائج دراسة ساوبير مارجينسون و دوميرت و نيالد ورواميا (sawir. Marjinson ;dumert ; nyland ;& ramia 2007) حيث أظهرت نتائج الدراسة أن (75%) من الطلاب يعانون من مستوى مرتفع من الوحدة النفسية و تحديدا من المستجدين الذين لم يمض على وجودهم في أستراليا أكثر من أشهر معدودة (**منار سعيد بن مصطفى ، 2013 .(143**

ومن خلال أيضا عرض و تحليل نتائج الفرضية الثالثة التي مفادها توجد علاقة ارتباطية بين صورة الذات والشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي ، أن هناك علاقة ارتباطية عكسية بين صورة الذات و درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي عند مستوى الدلالة (0.01) و لذلك فان الفرضية الثالثة للدراسة تحققت ، أي انه كلما كان الشعور بالوحدة النفسية مرتفع كلما كانت صورة الذات المدركة سلبية وكلما كان الشعور بالوحدة النفسية منخفض كلما كانت صورة الذات المدركة ايجابية . حيث نجد نتائج هذه لدراسة تتفق مع نتائج دراسة "خضر والشناوي" (1988) التي دلت نتائج دراسته عن وجود علاقة ارتباطيه سالبة بين درجات أفراد عينة البحث على مقياس الانبساط ودرجاتهم على مقياس الوحدة النفسية وارتباط و ارتباط موجب بين الوحدة النفسية و العصابية .

كما تتفق أيضا نتائج هذه الدراسة مع دراسة "حمود" (1993) التي أسفرت نتائجها إلى وجود ارتباط موجب دال إحصائيا بين الوحدة النفسية و العصابية والقلق كسمة وحالة ، و ارتباط سلبي دال إحصائيا بين الوحدة النفسية والانبساط (**مازن ملحم :2010 ، 634 -635**) .

وكذلك تتفق مع دراسة "عطا" (1993) التي أسفرت نتائجها على وجود علاقة سالبة ودالة إحصائيا بين تقدير الذات وكل من الوحدة النفسية و الاكتئاب ، حيث تنخفض مشاعر الوحدة النفسية و مستويات الاكتئاب في ظل التقدير الايجابي للذات (**الجوهرة عبد القادر طه شيبي ، 2005 .(47 - 48**

كما يظهر من خلال عرض ومناقشة الفرضية الرابعة التي مفادها توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي تعزى لمدة الإقامة (أسبوع ،أسبوعين ، أكثر من أسبوعين) ، فمن خلال النتيجة المتوصل إليها فان الفرق في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي تعزى لمدة الإقامة غير دالة إحصائيا وهذا راجع إلى طبيعة شخصيتها التي تتسم بالتقييم الايجابي للذات و تمتعها بمهارات اجتماعية كافية و ليس لمدة الإقامة .

خلاصة الفصل:

من خلال ما تم عرضه في هذا الفصل من نتائج حول صورة الذات وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي نجد أن صورة الذات المدركة لدى أفراد العينة ايجابية قدرت ب35 طالبة و بنسبة60% و وحدة نفسية منخفضة قدرت ب 39 طالبة و بنسبة 65% وهذه النتيجة ايجابية وكان هذا عكسا ما افترضته فرضيات الدراسة ، فنجد أن صورة الذات الايجابية تعزز وتقوي ثقة الطالبة بنفسها من أجل تحقيق التوافق الشخصي ، إضافة إلى ذلك فان الطالبة المقيمة سنة أولى التي كونت عن ذاتها صورة ايجابية وعلى الرغم من أنها أول عام لها في الجامعة و العيش بعيدا عن الأهل ، هذا راجع إلى أنها تعيش مع جماعات من الرفاق يتبادلون المعلومات مما ساعدها على زيادة التفاعل الاجتماعي وكسبها الثقة و الشعور بالأمان والطمأنينة ، و إقامة علاقات مرضية و تحقيق حاجاتها النفسية ، إضافة إلى قصر في المدة التي تقضيها في الإقامة (أسبوع ، أسبوعين) هذا ما خفف من شعورها بالوحدة النفسية ، أي أنه كلما كانت مستوى صورة الذات المدركة لديها ايجابية كلما انعكس ذلك إيجابا على انخفاض شعورها بالوحدة النفسية و العكس حيث إذا كانت صورة الذات المدركة لذاتها سلبية كان شعورها بالوحدة النفسية مرتفع .

خاتمة

من خلال ما جاءت به هذه الدراسة من نتائج حول صورة الذات وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي فإننا نخلص إلى أن صورة الذات هي عامل أساسي من ناحية الرضا أو عدمه وفي التقدير الايجابي للذات أو التقدير السلبي لها فهي التي تقي آثار الضواغط الحياتية المختلفة وتجعلها أكثر مرونة و تفاؤلا ، و لها القابلية العالية للتغلب على مشاكلها الضاغطة و تعمل على الحماية من الاضطرابات النفسية التي التي يمكن أن تتعرض لها الطالبة ، و بناء على ذلك فان أهم شيء تبنى عليه صورة الذات لدى الطالبة المقيمة بالحي الجامعي هي الإدراك الايجابي و التقبل للذات بشكل عام و اتجاهاتها و مشاعرها ومعلوماتها عن قدراتها ومهاراتها ومظهرها و تقبلها الاجتماعي بشكل خاص ، بالإضافة كذلك إلى الدعم المعنوي من قبل الأسرة هذه الأخيرة التي تعتبر كأداة اجتماعية ضابطة لما لها من تأثير فعال في توجيه سلوك الطالبة و مراقبتها من خلال غرس قيم أخلاقية أثرت عليها ايجابيا في تحقيق طموحاتها المستقبلية التي ينبغي الوصول إليها ، فهذه الإمكانيات والقدرات و الثقة بالنفس جعلت الطالبة تدرك ذاتها ايجابيا مما ساعدها على التخفيف من الوحدة النفسية على الرغم من ابتعادها عن أسرتها .

الاقتراحات

استنادا إلى نتائج الدراسة الحالية و الدراسات السابقة تقترح الباحثة :

– إقامة ندوات ومناقشات على مستوى الإقامة ، يمكن من خلالها تحديد المواقف الاجتماعية المسببة للشعور بالوحدة النفسية وفي تدني صورة الذات ، و محاولة تشجيع الطالبة على مواجهتها بشجاعة ومشاركتها في جميع الأنشطة التي تقدم على مستوى الإقامة.

– وضع برامج إرشادية بهدف مساعدة طلبة الجامعة في التغلب على الشعور بالوحدة النفسية ، و شغل وقت الفراغ عن طريق الاشتراك في الأنشطة الاجتماعية .

– تكثيف الأنشطة الاجتماعية الحرة المتنوعة التي تتطلب في حد ذاتها المزيد من الاندماج و روح التعاون و المناقشة و الأخذ و العطاء و التفاعل القوي المستمر بين الطالبات في الإقامة للتغلب على شعورهم بالوحدة النفسية .

– تهيئة المناخ الجامعي الذي يشبع احتياجات الطالبات ويبعدهن عن الشعور بالوحدة النفسية وتدني صورة الذات .

– العمل على توفير أخصائيين نفسانيين و اجتماعيين في القامة الجامعية و تقديم التوجيه و الإرشاد و العلاج المناسب ، حيث أنه وجدنا تغيب لذلك من طرف إدارة الإقامة .

– إجراء بحوث و دراسات حول صورة الذات وظاهرة الشعور بالحدة النفسية و معرفة علاقتها بمتغيرات نفسية أخرى .

قائمة المراجع

قائمة المراجع

المراجع بالعربية :

1- أبو بكر محمد مرسي (2002) : **أزمة الهوية و الحاجة الى الارشاد النفسي** ، مكتبة النهضة المصرية القاهرة .

2- القيق نمر صبح (2011) : **الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية الفنون الجميلة** جامعة الأقصى بغزة ، مجلة الجامعة الإسلامية 19(1) ، 597 ، 618 .

3- الجوهرة بنت عبد القادر طه شيبي (2005) : **الشعور بالوحدة النفسية و علاقتها بسمات الشخصية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة** ، رسالة ماجستير منشورة جامعة أم القرى المملكة العربية السعودية .

4- النيال مايسة ، أحمد و أبو جادو ، مدحت عبد الحميد (1999) : الخجل **و بعض أبعاد الشخصية دراسة مقارنة في ضوء عوامل الجنس و العمر و الثقافة** ، دار المعرفة الجامعية الإسكندرية .

5- المزروع ليلى ، عبد الله سليمان (2001) : **الشعور بالوحدة النفسية مرجعية نظرية** قدم في المؤتمر السنوي الثامن حول الشعور بالوحدة النفسية ، مركز الإرشاد ، مجلد 1 .

6- أوموسى ذهبية ، موساوي فاطمة الزهراء ، **الضبط الاجتماعي و علاقته بعنف الطالبات المقيمات بالحي الجامعي** ، مجلة البحوث و الدراسات العلمية ، العدد 9 ، مجلد 9 جوان 2015 .

7- إجلال محمد سري (2003) : **الأمراض النفسية و الاجتماعية** ، ط1 ، علم الكتب القاهرة مصر .

8- القريضي عبد المطلب (1998) ، **الصحة النفسية** ، مكتبة دار الفكر العربي القاهرة مصر.

9- إبراهيم أبو زيد (1987) : **سيكلوجية الذات والتوافق** ، ب ط ، دار المعرفة الجامعية الاسكندرية ، مصر .

10- أوسم وصفي (2011) : **الصورة الذاتية (180 درجة)** ، أوفير للطباعة و النشر ، ط1 عمان الأردن .

11- الجماعي صلاح الدين أحمد (2009) : **الاغتراب النفسي و الاجتماعي و علاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي** ، ط1 ، دار زهران للنشر ، الأردن .

12- ادوارد موراي (1998) : ترجمة أحمد عبد الحليم سلامة **الدافعية و الانفعال** ، دار الشروق .

13- بن اسماعين رحيمة (2007) : **الشعور بالوحدة النفسية و علاقتها بالعدوانية لدى المصابين بداء نقص المناعة المكتسب (السيدا)** ، رسالة ماجستير في علم النفس المرضي الاجتماعي ، دراسة مقارنة ، جامعة بسكرة .

14- بعلي مصطفى (2007) : **الرفض الوالدي كما يدركه الأبناء و علاقته بالوحدة النفسية** رسالة ماجستير غير منشورة ، جامعة بسكرة .

15- بشير صالح الراشدي (2004) : **مناهج البحث التربوي " رؤية تطبيقية مبسطة** " ط1 دار الكتاب الحديث ، الجزائر .

16- بلقاسم سلاطنية ، حسان الجيلالي (2004) : **منهجية العلوم الاجتماعية** ، ب ط ، دار الهدى ، الجزائر .

17- بن دهنون سامية شيرين ، ماحي إبراهيم (2014) ، **الشعور بالوحدة النفسية و علاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة** ، مجلة العلوم الإنسانية و الاجتماعية ، العدد 16/ سبتمبر جامعة وهران .

18- جيلالي سليمان (2012) : **الإنتاج الاسقاطي عند المراهق ، دراسة لعينة من المراهقين يطلبون مساعدة نفسية باستعمال اختبار الرورشاخ و تفهم الموضوع** ، رسالة ماجستير منشورة في علم النفس العيادي ، جامعة مولود معمري تيزي وزو .

19- حنان عبد الحميد العناني (2005) : **الطفل والأسرة و المجتمع** ، دار صفاء للنشر والتوزيع ، القاهرة ، مصر .

20- حامد عبد السلام زهران (1995) : **علم النفس الاجتماعي (رؤية معاصرة)** ، ب ط دار الفكر العربي ، القاهرة مصر .

21- حنان بنت أسعد محمد خوج (2002) : **الخجل وعلاقته بكل من الشعور بالوحدة النفسية وأساليب المعاملة الوالدية لدى عينة من طالبات المرحلة المتوسطية بمدينة مكة المكرمة** رسالة ماجستير منشورة ، جامعة أم القرى المملكة العربية السعودية .

22- حسين فايد (2007) : **دراسات في السلوك و الشخصية** ، ط1 ، مؤسسة طيبة للنشر و التوزيع ، القاهرة .

23- حدواس منال (2013) : **الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي و مستوى تقدير الذات لدى المراهق الجانح** ، رسالة ماجستير منشورة في علم النفس الاجتماعي جامعة مولود معمري تيزي وزو .

24- خديجة حمو علي (2012) : **علاقة الشعور بالوحدة النفسية بالاكتئاب لدى عينة من المسنين المقيمين بدور العجزة و المقيمين مع ذويهم** ، رسالة ماجستير منشورة في علم النفس العيادي .

25- خالد أحمد العلمان (2002) : **المراهقة بين الفقه الإسلامي و الرسالات المعاصرة** ط1، دار المعرفة للنشر و التوزيع ، مصر .

26- خالدة ابراهيم ، دنيا صاحب ، **الاغتراب النفسي و علاقته بالوحدة النفسية لدى طالبات الأقسام الداخلية في جامعة بغداد** ، المؤتمر الدوري الثامن عشر لكليات أقسام التربية الرياضية في العراق ، بغداد .

27- دعد الشيخ (2003) : **رحلة في عالم المتقاعدين** ، مفهوم الذات التطيف ، دار كيوان سوريا .

28- راضي الوقفي (1998) : **مقدمة في علم النفس** ، ط3 ، دار الشروق للنشر والتوزيع.

29- رمضان محمد القذافي (2000) : **علم النفس النمو الطفولة و المراهقة** ، ب ط المكتبة الجنمعية الحديثة ، الاسكندرية ، مصر .

30- زينب دهيمي ، **بعض مظاهرالعنف الذي تمارسه الطالبات المقيمات في الوسط الجامعي** جامعة خنشلة .

31- سلوى محمد عبد الباقي (1998) : **آفاق جديدة في علم النفس الاجتماعي** ، مركز الإسكندرية للكتاب ، مصر .

32- سامية محمد صابر محمد عبد النبي ، **فاعلية استخدام العلاج بالفن "الرسم " في التخفيف من الوحدة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة دراسة إكلينيكية علاجية** مدرسة الصحة النفسية كلية التربية ببنها .

33- سهير كامل أحمد (2000) : **الصحة النفسية** ،مركز الإسكندرية للكتاب ، مصر .

34- سمير عبده (1981) : **تحديث الوطن العربي بين الميكانيكية العقلية و الخرافية** ، دار الآفاق بيروت .

35- طوني غوويل ، ترجمة سمير شيحاني (1998) : سيكولوجيا **التقييم الذاتي** ، دار الجبل بيروت .

36- علي مانع (2002) : **دراسة ميدانية عوامل جنوح الأحداث في الجزائر** ، ديوان المطبوعات الجامعية ، الجزائر .

37- علي فاتح الهنداوي (2000) : **علم النفس النمو الطفولة و المراهقة** ، ط2 ، دار الكتاب الجامعي عمان ، الأردن .

38- علاء الدين كفافي (1999) :**الإرشاد و العلاج النفسي** ، دار الفكر العربي ، القاهرة مصر.

39- عبد المنعم أحمد الدردير (2004) : **دراسات معاصرة في علم النفس المعرفي** ، ط1 مكتبة عالم الكتب ، القاهرة ، مصر .

40- عبد الحليم خلفي (2013) : **علاقة كل من كرب ما بعد الصدمة و الوحدة النفسية بالأغراض النفسية الجسدية** ، رسالة دكتوراه في غلم النفس العيادي لدى عينة من مرض الايدز جامعة باتنة .

41- عبد الكريم بوحفص (2013) :**الأساليب الإحصائية و تطبيقاتها يدويا و باستخدام برنامج SPSS** ، الجزء الثاني ، ديوان المطبوعات الجامعية .

42- عادل عبد الله (2000) : دراسات في الصحة النفسية ، ط1 ، دار الرشاد ، مصر.

43- غازي محمود صالح و شيماء ، عبد مطر (2001) : **مفهوم الذات** ، ط1 ، مكتبة المجتمع العربي للنشر و التوزيع ، عمان الأردن .

44- فؤاد الباهي السيد سعد و عبد الرحمن (1999) : **علم النفس الاجتماعي رؤية معاصرة** ب ط ، دار الفكر العربي القاهرة ، مصر .

45- فارس بن حمود العنزي (2010) : **الشعور بالوحدة النفسية و السلوك العدواني لدى نزلاء دار التربية الاجتماعية** ، رسالة ماجستير منشورة ، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية ، المملكة العربية السعودية .

46- فوزي محمد جبل (2000) : **الصحة النفسية و سيكلوجية الشخصية** ، الإسكندرية الجاامعية .

47- فاطمة بنت علي بنت سعيد اليحيائي (2013) : **الذكاء النفعالي و علاقته بالوحدة النفسية لدى الطلبة المكفوفين في سلطنة عمان** ، رسالة ماجستير منشورة ، جامعة نزوى.

48- فتيحة صنور (2012) : **تأثير الضوابط الدينية على تصورات وممارسات الطالبات الجامعيات** ، رسالة ماجستير منشورة في علم النفس الاجتماعي .

49- كاتبي محمد عزت عربي (2012) : **العنف الأسري الموجه نحو الأبناء وعلاقته بالوحدة النفسية** ، مجلة جامعة دمشق ، 28(1) ، 67 . 106 .

50- لندال دافيدوف (2000) :**الشخصية الدافعية و الانفعالات** ، ط1 ، الدار الدولية للاستثمارات الثقافية ، مصر .

51- محمد الشناوي و آخرون (2001) : **التنشئة الاجتماعية للطفل** ، ب ط ، دار صفاء للنشر و التوزيع ، عمان ، الأردن .

52- محمد عودة الرماوي (1998) : **علم النفس النمو الطفولة و المراهقة** ، دار المسيرة عمان .

53- محمد حسن غانم (2007) : **دراسات في الشخصية والصحة النفسية** ، الجزء الأول دار غريب للنشر و الطباعة ، القاهرة .

54- محمد أحمد قاسم الأنسي (1998) : **أطفال بلا أسر** ، ب ط ، مركز الإسكندرية للكتاب مصر .

55- محمد عبد الرحمن العيسوي (2004) : **علم النفس التربوي** ، دار النهضة العربية للطباعة و النشر و التوزيع ، بيروت ، لبنان .

56- ملحم مازن (2010) : **الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالعوامل الخمسة للشخصية** مجلة جامعة دمشق ، 26 (4) 625- 668 .

57- مريم مراكشي (2014) : **استخدام شبكات التواصل الاجتماعي و علاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين (فايسبوك أنموذجا)** ، رسالة ماجستير منشورة في علم النفس الاجتماعي ، بسكرة .

58- منار سعيد بن مصطفى ، أحمد عبد الله الشريفين ، **الشعور بالوحدة النفسية و الأمن النفسي والعلاقة بينهما لدى عينة من الطلبة الوافدين في جامعة اليورموك** ، المجلة الأردنية في العلوم التربوية ، مجلد 9 ، العدد 2 ،2013 ، 141- 162 .

59- مجدي محمد الدسوقي (1998) : **مقياس الشعور بالوحدة النفسية** ، مكتبة الأنجلو المصرية .

60- مصطفى غالب (2000) : **سيكولوجية الطفولة والمراهقة** ، دار الهلال ، بيروت

61- يوسف جوادي (2006) : **مصادر ومستويات الضغط النفسي لدى الأستاذ الجامعي** رسالة ماجستير منشورة في علم النفس التنظيمي و تنمية الموارد البشرية ، جامعة الإخوة منتوري قسنطينة .

62- يوسف عبد الفتاح محمد (1990) : العلاقة **بين الرعاية الوالدية كما يدركها الأبناء ومفهوم الذات لديهم** ، مجلة علم النفس ، العدد 13 ، الإمارات العربية .

القواميس و الموسوعات :

63- جان لابالاش ، ترجمة مصطفى الهادي (1985) : **معجم مصطلحات التحليل النفسي** ط1 ديوان المطبوعات الجامعية .

64- خليل أحمد خليل (2001) : **موسوعة ألاند الفلسفية** ، المجلد 1 ، ط2 ، منشورات عويدات بيروت .

65- عبد المجيد سالمي و آخرون (1998) : **معجم مصطلحات علم النفس** ، ط1 ، دار الكتاب المصري ، القاهرة ، دار الكتاب اللبناني ، بيروت .

66 – فرح طه عبد القادر (2003) : **موسوعة علم النفس والتحليل النفسي** ، ط2 دارغريب القاهرة .

67- لطفي الشربيني (2001) : **موسوعة شرح المصطلحات النفسية** ، ب ط ، دار النهضة العربية للطباعة والنشر والتوزيع ، بيروت ، لبنان .

المراجع بالأجنبية :

68- N .SILLAMY (1983) NORBI - RT – SILLAMY .

69- RèNE L'Ecuyer (1978) ;LE CONCEPT DE SOI . PRESSE UNIVERSITAIRE DE France PARIS .

المواقع الالكترونية :

70- www.moh.gov.ps/pmj/whda.pdf أمال جودة

71- www.alnoor.se/article.asp?id=54932 2009-08-19 ، فضيلة عرفات

الملاحق

الملحق رقم (01) : اختبار صورة الذات

وصف نموذج L'ecuyer:

يعرف L'ecuyer مصطلح الذات بأنه نظام معقد يتألف من بنية لمجموعة متعددة الأبعاد من بعض البنيات الأساسية محددة الجوانب الكلية لمصطلح الذات إلى أجزاء أكثر تحديدا - ما تحت البنيات – التي تنقسم بدورها إلى مجموعة عناصر أكثر خصوصية هي الفئات مميزة لتلك الأوجه المتعددة لمصطلح الذات ، انطلاقا من هذا نجد خمسة أقطاب رئيسية تكون مفهوم الذات .

1- الادراكات التي ترتبط بجسم الفرد بكل ما يتملكه .

2- الادراكات المتعلقة بوصف الذات "محاسن ، عيوب ، استعدادات ، اهتمامات" .

3- الادراكات و الأحكام المتعلقة بالقيمة التي يعطيها الفرد لنفسه ، و العمل الذي يقوم به من أجل الحفاظ على تكيفه .

4- الادراكات المنتظمة لخروج الفرد من تمركزه على ذاته لكي يدمج الحقيقة الاجتماعية .

5- الادراكات المتضمنة للتمييز بين ما هو للذات وما يرجع للآخر ، هذا الأخير يمثل لشيء أكثر منه شخص .

هذه الأقطاب الخمسة تكون البنيات الأساسية للذات و المعروفة بالذات المادية ، الذات الشخصية ، الذات التكيفية ، الذات الاجتماعية ، الذات اللاذات .

ومن هذه البنيات نعيد بناء مجموع النظام الداخلي لمختلف الأبعاد المكونة لمصطلح الذات على شكل - تحت بنيات - .

أولا : بنية الذات المادية :تنقسم إلى بنيتين تحتيتين - ما تحت بنية الذات الجسمية ، ما تحت بنية الذات الملكية .

1- ما تحت بنية الذات الجسمية : وهي تشمل الجسمية لمفهوم الذات ، أي كل ما يشير به الفرد على جسده ، و نجد فيها فئتين أكثر تحديدا هما :

- فئة السمات و المظهر الجسمي العام : تحتوي الأوصاف التي تعبر على مظهره وتشمل كل أجزاء الجسم مثل الوزن ، القامة ، الجمال ....

- فئة الشروط الفيزيولوجية : تشمل الحالة الصحية العامة و الشروط الجسمية من نوم ، أكل شرب ....

2- ما تحت بنية الذات الملكية : ترجع الذات الملكية إلى الجوانب الأكثر ملكية لمفهوم الذات ، أي مجموع الأشياء " أي مواضيع أو أشخاص " التي يعتبرها الفرد ملكا له أو جزءا منه ويمكن تقسيم هذه البنية التحتية إلى فئتين هما : امتلاك الأشخاص ، امتلاك الأشياء .

ثانيا :بنية الذات الفردية : تشير إلى الجانب الأكثر وصفا أو الظاهرة للذات ، و تستعمل عبارة " الذات الشخصية " للدلالة على الادراكات الداخلية التي يكونها الفرد عن ذاته الخاصة و تنقسم إلى بنيتين تحتيتين هما :

1- ما تحت بنية صورة الذات : تشير هذه البنية التحتية إلى الوصف البسيط للعناصر الشخصية و لقد سمح تحليل مختلف الباحثين باعتبار الفئات التالية كعناصر بائية لصورة الذات و هي :

- فئة الطموحات : والمعروفة أحيانا في الأدبيات المثالية رغبات وأمنيات .

- فئة النشاطات : سواء الذهنية أو اليدوية التي يقوم بها الفرد .

- فئة الأحاسيس و المشاعر: التي يعبر عنها الفرد و الحالات الانفعالية المختلفة التي تنتابه من خوف ، إحباط ، كره ....

- فئة الأذواق و الاهتمام : التي ينجذب إليها الفرد و محتواها يشبه محتوى فئة تعدد النشاطات لكن الاختلاف بينهما يكمن في عدم التحقق من الفعل مثلا أحب الرياضة ، أحب القراءة .

- فئة القدرات و الاستعدادات : يشمل المعطيات التي يبين فيها الفرد إمكانياته .

- فئة العيوب و المحاسن : تتمثل في وصف الذات ايجابيا أو سلبيا مثلا أنا طيب .

2- ما تحت بنية هوية الذات : تشمل هوية الذات الشخصية العميقة التي تتجاوز مستوى الوصف ، أي الشعور بكيان الفرد .

كل الباحثين يتفقون ليجعلوا من الهوية العنصر البناء لمفهوم الذات و تظهر الاختلافات عندما تحدد الأبعاد المكونة لهذه البنية التحتية، و على الرغم من هذا الاختلاف في الآراء فان ما تحت هوية الذات تتكون من خمسة فئات هي :

1- فئة التسمية البسيطة : الاسم ، السن ، الجنس ، العنوان .

2- فئة الدور و المكانة : تتمثل في الوظائف و الأعمال التي يقوم بها الفرد كالدور العائلي مثلا كرب الأسرة ، الدور الاجتماعي مثلا المهنة .

3- فئة الحقيقة و قوامها : أي الإحساس بالاستمرارية أو عدم الاستمرارية ، أو التماسك وعدم التماسك ، فهم أو عدم فهم ما يجري في الذات .

4- فئة الإيديولوجية : تتمثل في فلسفة الحياة أي كيف يرى الفرد الحياة ا بصورة عامة مثلا أنا أرى الحياة مضطربة في أيامنا .

5- فئة الهوية المجردة : هي وصف أو بطاقة يلصقها الفرد بنفسه تتضمن ارجاعات حقيقية واسعة مثلا أنا هو أنا .

ثالثا : بنية الذات التكيفية :تشمل الجانب التكيفي لمفهوم الذات وهي تحتوي عموما على ردود فعل اتجاه الادراكات التي يمتلكها عن نفسه أي اتجاه مفهومه لذاته وتنقسم بدورها إلى فئتين تحتيتين هما :

1- ما تحت بنية قيمة الذات : و هو جانب يشمل كل المعطيات حول حكم تقييمي ايجابيا كان أو سلبيا للذات من خلال نظام القيمة الشخصية ، أي الحكم الذي يعطيه التقنية ايجابي أم سلبي و هي تتجاوز الوصف البسيط للمحاسن و العيوب .

2- ما تحت بنية نشاطات الذات : هذه البنية التحتية التي تشمل المعنى الذي سماه "symonds" (1949) "نسق النشاطات" ، و تكلم " jams" (1980) عن الدفاع عن الذات و تتكون من الفئات التالية :

- فئة إستراتيجية التكيف : أي الخضوع أو عدم الخضوع لحوادث و حقائق الحياة عامة و كانت تعرف بداية الأبحاث المطاقة و اللامطابقة للمتطلبات الخارجية .

- فئة الاستقلالية : أي مجموع النشاطات و الوضعيات التي يواجهها الفرد بمسؤولية كاملة .

- فئة التناقض الوجداني : ترجع إلى الترددات والتناقضات اتجاه العملية المطروحة .

-فئة التبعية : كل المعطيات التي تبين رفض الفرد و قبوله الاعتماد على الآخرين ، فبالنسبة للأشخاص المسنين يرفضون النشاطات التي تترجم الإحساس بالتطور الايجابي في حياته الحالية أو الماضية مثلا " أحس أنني متحكم في كل إمكانياتي ".

- نمط المعيشة : يتمثل في المعطيات التي يصف بها الفرد طريقة عيشه .

رابعا: بنية الذات الاجتماعية : و هي الطريقة التي يدرك الفرد في مختلف النشاطات و تنقسم إلى:

1- ما تحت بنية الانشغالات و نشاطات الذات : أي اشتراك الفرد في مواجهة مختلف النشاطات و تنقسم بدورها إلى ثلاث فئات وهي :

- فئة قابلية التأثير : أي المواقف الاجتماعية و الايجابية في مواجهة الآخرين وتواصل ايجابي مع الآخرين ، وأحيانا رفض بسيط للدخول في التواصل مع الآخرين .

- فئة السيطرة : تبين الجانب السلبي أي أن الفرد يسيطر أو انه يحس بأنه مسيطر عليه من طرف الآخرين .

فئة الإيثار : أي العمل من أجل الآخرين دون انتظار مقابل مثلا "أحب مساعدة الآخرين".

2- ما تحت بنية إرجاع الجنس: و تجمع المعطيات التي تحدد كيفية الحقيقة الجنسية مدمجة أنواع التواصل مع الآخرين كفرد جنسي ، وتحتوي على فئتين هما :

- فئة الإرجاع البسيط : تشمل المعطيات من نوع "صديق" أجل أحب مصادقة الرجال.

- فئة الإغراء و التجارب الجنسية : المعطيات التي تجعل العميل أقل أو أكثر حساسية للتجارب الجنسية العميقة مثلا " أحب الفتيات الجميلات " .

خامسا :بنية الذات اللاذات **:** هذه البنية تشكل نوع من الجسد بين الحقائق للذات و الحقائق الأخرى الخارجية عنه وفي البداية لم تكن تتضمن تحت بنيات ولكن أصبحت اليوم تحتوي على

- ما تحت بنية الإرجاع للآخر : تشمل المعطيات التي لا يتكلم فيها الفرد بصورة مباشرة بل يتكلم عن الآخرين مثلا " إخوتي كلهم لهم وضع جيد ".

- ما تحت بنية آراء الآخرين على الذات :وهي المعطيات التي يعيش بها الفرد حكم الآخرين عليهم مثلا " والدي يقولان لي أنني كسول " .

ملحق رقم (02): مقياس الشعور بالوحدة النفسية

إعداد "راسل" Russell 1996

ترجمة مريم مراكشي (2014)

<u>بيانات شخصية :</u>

الاسم :.....

السن:.....

التخصص:.....

مدة الإقامة:.....

تعليمات :

يعرض عليك فيما يلي مجموعة من العبارات التي تعبر عما تشعر به غالبا، ويوجد أمام كل عبارة أربع اختيارات. المرجو منك أن تقرا كل عبارة من هذه العبارات بدقة ثم تبدي رأيك بوضع علامة (X) أسفل الاختيار الذي ينطبق عليك.

- لا تترك عبارة دون الإجابة عليها.
- لا تضع أكثر من علامة أمام عبارة واحدة.
- لا تتوقف كثيرا أثناء الإجابة على العبارات.

لاحظ انه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، والإجابة تعتبر صحيحة فقط طالما تعبر عن حقيقة شعورك تجاه المعنى الذي تحمله العبارة.

شكرا على تعاونك

الرقم	العـبـــــارات	أبدا (1)	أحيانا (2)	دائما (3)
1	أشعر بأني على وفاق مع الناس من حولي .	.....	.....	.....
2	أشعر باني افتقد الصحبة .	.....	.....	.....
3	أشعر بأنه ليس هناك احد يمكنني اللجوء إليه عندما أحتاج .	.....	.....	.....
4	أشعر بأنني وحيد .	.....	.....	.....
5	أشعر بأنني انتمي لمجموعة من الأصدقاء .	.....	.....	.....
6	أشعر أنني اشترك في العديد من الأشياء مع من حولي	.....	.....	.....
7	أشعر باني لم اعد مقرب من أي شخص .	.....	.....	.....
8	أشعر إلى أن الآخرين لا يشاركونني اهتماماتي وأفكاري.	.....	.....	.....
9	أشعر أني شخص اجتماعي ومحبوب .	.....	.....	.....
10	أشعر بأنني قريب من الناس .	.....	.....	.....
11	أشعر أني مهمل من قبل الآخرين .	.....	.....	.....
12	أشعر بان علاقتي مع الآخرين لا معنى لها .	.....	.....	.....
13	أشعر حقا أنه لا احد يفهمني جيدا.	.....	.....	.....
14	أشعر أني معزول من الآخرين .	.....	.....	.....
15	أشعر انه بإمكاني إيجاد الصحبة عندما أريد ذلك .	.....	.....	.....
16	أشعر أن هناك أشخاص يفهمونني جيدا.	.....	.....	.....
17	أشعر بالخجل عندما أكون مع الآخرين .	.....	.....	.....

18	أشعر بان الناس من حولي ولكن ليسوا معي.	.....	.....	.....
19	أشعر بان هناك أشخاص يمكنني التحدث معهم .	.....	.....	.....
20	أشعر بأن هناك أشخاص يمكنني اللجوء إليهم عندما أريد .	.....	.....	.....