

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي و البحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

قسم التربية البدنية و الرياضية

### عنوان المذكرة :

مظاهر الاغتراب النفسي لدى طلبة التربية البدنية

و الرياضية

و انعكاساته على الطمأنينة النفسية

دراسة ميدانية على بعض جامعات الشرق الجزائري (عنابة ، سوق أهراس)

مذكرة مكملة لنيل شهادة الماجستير في نظرية و منهجية التربية البدنية و الرياضية

تخصص : إرشاد نفسي رياضي

إشراف الدكتور:  
قاسمي فيصل

إعداد الطالب:  
ناصر محمد الشريف

أعضاء لجنة المناقشة :

الاسم و اللقب + الرتبة العلمية:	الصفة:	الجامعة :
أ.د / جابر نصر الدين	رئيسا	جامعة بسكرة
د/ قاسمي فيصل	مشرفا و مقرا	المركز الجامعي سوق أهراس
د/ رواب عمار	عضوا مناقشا	جامعة بسكرة
د/ مناني نبيل	عضوا مناقشا	جامعة بسكرة

السنة الجامعية 2009-2010

**\*\*\*الإهداء\*\*\***

أهدي هذا العمل المتواضع:

إلى من حملتني وهنأ على وهن ، رمز الحنان والعطاء أُمي

إلى معلمي الأول وقدوتي في الحياة

الأب المجاهد عبد الله رحمه الله و أدخله جنات الفردوس رفقة  
الشهداء و الصديقين.

إلى كل إخوتي و أخواتي و أبناءهم الأعزاء على قلبي .

إلى من جمعني معهم الأيام و اقتسموا معي الحلو و المر.

إلى كل من جمعني معهم حياة الدراسة .

ناصرى محمد الشريف

## \*\*\*شكرات\*\*\*

أول الشكر و المنة لله سبحانه عز وجل

ثم الشكر لمن ساعدنا

بالقلوب و بالقول و بالفعل

فإننا نشكره ونزده في الجزل

أتقدم بجزيل الشكر إلى:

الأستاذ المشرف الدكتور قاسمي فيصل، الذي لم يدخر جهدا في

توجيهي سواء بالقول أو بالفعل أو النصيحة، لإنجاز الدراسة.

إلى كل من ساعدنا في إنجاز بحثنا سواء من قريب أو من بعيد.

# الفهرس

- إهداء

- تشكرات

- مقدمة

## الجانب التمهيدي : مدخل إلى لدراسة

05	..... 1- إشكالية الدراسة
09	..... 2- تساؤلات الدراسة
10	..... 3- فرضيات الدراسة
10	..... 1-3 الفرضية العامة
10	..... 2-3 الفرضيات الجزئية
11	..... 4- أهداف الدراسة
12	..... 5- أهمية الدراسة
12	..... 6- دوافع إجراء الدراسة
13	..... 7- التحديد الإجرائي للمفاهيم و المصطلحات
15	..... 8-الدراسات السابقة
15	..... 1-8 الدراسات السابقة الخاصة بالاغتراب النفسي
24	..... 2-8 الدراسات السابقة الخاصة بالطمأنينة النفسية
32	..... 3-8 التعليق على الدراسات السابقة
33	..... 4-8 أوجه التشابه و الاختلاف بين الدراسة الحالية و الدراسات السابقة

## الجانب النظري

### الفصل الأول : الإغتراب النفسي

36	..... تمهيد
37	..... 1- مفهوم الاغتراب النفسي
37	..... 1-1 الاغتراب لغة
38	..... 2-1 الاغتراب إصطلاحا

38	2- مراحل تطور مفهوم الاغتراب.....
40	3- الاغتراب عند بعض الفلاسفة و المفكرين.....
44	4- الأسباب و العوامل المؤدية إلى الاغتراب.....
44	1-4 العوامل الذاتية (النفسية).....
45	2-4 العوامل الاجتماعية.....
46	3-4 الحالة الأسرية.....
47	4-4 ظروف العمل و الشغل.....
47	5-4 العوامل الثقافية.....
50	5- مظاهر الاغتراب النفسي.....
50	1-5 فقدان الشعور بالانتماء.....
51	2-5 عدم الالتزام بالمعايير (اللامعيارية أو الأنوميا).....
52	3-5 الإحساس بالعجز.....
52	4-5 عدم الإحساس بالقيمة.....
53	5-5 فقدان الهدف.....
53	6-5 فقدان المعنى.....
53	7-5 مركزية الذات.....
54	8-5 الغربة عن الذات.....
55	6- أنواع الاغتراب و أشكاله.....
56	1-6 الاغتراب الاجتماعي.....
57	2-6 الاغتراب الأسري.....
57	3-6 الاغتراب الثقافي.....
58	4-6 الاغتراب التعليمي.....
59	5-6 الاغتراب المهني.....
60	6-6 الاغتراب السياسي.....
61	7- الاغتراب في ضوء بعض النظريات.....
62	1-7 النظريات التي عالجت الاغتراب من ناحية اجتماعية ثقافية.....
63	2-7 النظريات التي عالجت الاغتراب من ناحية نفسية.....
68	8- الاغتراب و علاقته بشباب الجامعة.....
70	9- الاغتراب و ظاهرة العولمة.....
71	10- الاغتراب في ضوء التصور الإسلامي (الديني).....

## الفصل الثاني : الطمأنينة النفسية

77	تمهيد.....
78	1- مفهوم الطمأنينة النفسية.....
78	1-1 الطمأنينة النفسية في اللغة.....
78	2-1 الطمأنينة النفسية اصطلاحاً.....
80	2- خصائص الطمأنينة النفسية.....
81	3- مكونات الطمأنينة النفسية.....
82	4- أسس الطمأنينة النفسية.....
82	1-4 الطمأنينة الجسمية.....
82	2-4 الطمأنينة الاجتماعية.....
82	3-4 الطمأنينة الفكري و العقيدية.....
83	5- مقومات الطمأنينة النفسية.....
84	6- أبعاد الطمأنينة النفسية.....
87	7- معوقات الطمأنينة النفسية.....
87	1-7 سوء التوافق الأسري.....
88	2-7 العوامل الثقافية والتنشئة الاجتماعية المضطربة.....
88	3-7 ضعف الوعي الديني.....
88	4-7 الأمراض والإعاقات الجسمية.....
89	5-7 المعوقات الاقتصادية.....
89	6-6 التغيير في نسق القيم.....
89	7-7 الحروب والخلافات.....
90	8- الآثار الناجمة عن فقدان الطمأنينة النفسية.....
91	9- أساليب تحقيق الطمأنينة النفسية.....
92	10- الطمأنينة النفسية في ضوء بعض النظريات.....
93	1-10 نظرية الدافعية "الحاجات" لماسلو.....
95	2-10 نظرية الدافعية لألدرفر.....
96	3-10 نظرية الحاجات لبورتر.....
97	4-10 نظرية الغرائز لمكدوجل.....
97	5-10 نظرية السمات لكاتل.....
98	6-10 نظرية جيلفورد.....
99	7-10 تفسير نظرية التحليل النفسية للطمأنينة النفسية.....
101	11- الطمأنينة النفسية وعلاقتها بالصحة النفسية.....
102	12- الطمأنينة النفسية و علاقتها بالأسرة و المجتمع.....
104	13- الطمأنينة النفسية و الطفولة.....
106	14- الطمأنينة النفسية و علاقتها بعملية التربية و التعليم.....
107	15- الطمأنينة النفسية و التحصيل الدراسي.....

109	.....16- نظرة الدين للطمأنينة النفسية
109	.....1-16 نظرة الغرب للعلاقة بين الدين و الطمأنينة النفسية
110	.....2-16 نظرة الإسلام للطمأنينة النفسية
114	.....خلاصة
	<b>الفصل الثالث : التربية البدنية بين الماضي و الحاضر</b>
116	.....تمهيد
117	.....1- نبذة تاريخية عن التربية البدنية والرياضية
118	.....2- التربية البدنية و الرياضية الماهية و المفهوم
120	.....3- فلسفة التربية البدنية والرياضية
121	.....4- أهمية التربية البدنية
123	.....5- أهداف التربية البدنية
125	.....6- مكانة التربية البدنية والرياضية في الجزائر
127	.....7-التربية البدنية و الرياضية كمهنة
135	.....8- المعايير المهنية في التربية البدنية والرياضية
139	.....9- خصائص المهني في مجال التربية البدنية و الرياضية
143	.....خلاصة

## **الجانب التطبيقي**

### **الفصل الأول : الإجراءات المنهجية للدراسة**

146	.....تمهيد
147	.....1- منهج الدراسة
147	.....2- مجتمع الدراسة
147	.....3- عينة الدراسة و خصائصها
149	.....4-حدود الدراسة
150	.....5- الدراسة الاستطلاعية
150	.....6- أدوات الدراسة
150	.....1-6 مقياس الاغتراب النفسي
150	.....1-1-6 وصف المقياس و طريقة تصحيحه
152	.....2-1-6 الخصائص السيكومترية لمقياس الاغتراب النفسي
152	.....أ- صدق المقياس
153	.....ب- ثبات المقياس
156	.....2-6 مقياس ماسلو للطمأنينة النفسية(الانفعالية)
156	.....1-2-6 وصف المقياس و طريقة تصحيحه
157	.....2-2-6 الخصائص السيكومترية
157	.....أ- صدق المقاييس
158	.....ب- ثبات المقياس
159	.....7- الطرق الإحصائية

### **الفصل الثاني : عرض و مناقشة النتائج**

164	.....1- عرض النتائج
-----	---------------------

164	1-1 عرض النتائج الخاصة بالفرضية العامة.....
168	2-1 عرض النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الأولى.....
171	3-1 عرض النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الثانية.....
174	4-1 عرض النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الثالثة.....
180	5-1 عرض النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الرابعة.....
181	6-1 عرض النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الخامسة.....
182	7-1 عرض النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية السادسة.....
185	2- مناقشة النتائج.....
185	1-2 مناقشة نتائج الفرضية العامة.....
188	2-2 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى.....
189	3-2 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية.....
190	4-2 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة.....
193	5-2 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة.....
194	6-2 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الخامسة.....
194	7-2 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية السادسة.....

### خاتمة

#### إستنتاجات و توصيات

200	1- الإستنتاجات.....
202	2- إقتراحات و توصيات.....

#### قائمة المصادر و المراجع

##### ملاحق الدراسة

##### ملخص الدراسة

## فهرس الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
148	جدول يبين توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس	01
148	جدول يبين توزيع أفراد العينة حسب متغير النظام الاكاديمي في التكوين	02
149	جدول يبين توزيع أفراد العينة حسب متغير المستوى الدراسي في الجامعة	03
151	جدول يوضح أبعاد مقياس الاغتراب و العبارات الخاصة بكل بعد	04
151	جدول يبين طريقة تصحيح مقياس الاغتراب النفسي	05
153	جدول معاملات صدق الاتساق الداخلي لمقياس الاغتراب النفسي	06
154	جدول معاملات ثبات أبعاد مقياس الاغتراب النفسي عن طريق إعادة تطبيق الاختبار.	07
156	جدول يوضح أبعاد مقياس الطمأنينة النفسية و العبارات الخاصة بكل بعد.	08
156	جدول بين طريقة تصحيح مقياس الاغتراب النفسي.	09
157	جدول رقم معاملات صدق الاتساق الداخلي لمقياس الطمأنينة النفسية.	10
158	جدول: معاملات ثبات أبعاد مقياس الطمأنينة النفسية عن طريق اعادة تطبيق الاختبار.	11
161	جدول يبين طريقة حساب تحليل التباين الأحادي الاتجاه.	12
164	جدول يوضح العلاقة بين الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية.	13
165	جدول يوضح العلاقة بين الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية تبعا لكل متغير من متغيرات الدراسة.	14
166	جدول يبين نسب المئوية و المتوسطات الحسابية لمظاهر الاغتراب النفسي لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية (جميع أفراد عينة الدراسة)	15
168	جدول يوضح الفروق في مظاهر الاغتراب النفسي بين طلبة التربية البدنية و الرياضية تبعا لمتغير الجنس.	16

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
17	جدول يمثل النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي لدى الجنسين (إناث، ذكور)	169
18	جدول يوضح الفروق في مظاهر الاغتراب النفسي تبعاً لمتغير نظام التكوين في الجامعة (كلاسيكي، ل.م.د.).	171
19	جدول يمثل النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي لدى طلبة نظام ل.م.د، مقارنة بالنظام الكلاسيكي.	172
20	جدول يوضح الفروق في مظاهر الاغتراب النفسي تبعاً لمتغير المستوى الدراسي.	174
21	جدول يوضح نتائج اختبار (LSD) البعدي لتحديد لصالح من كانت الفروق الدالة إحصائياً في مستوى الاغتراب العام تبعاً لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة	176
22	جدول يمثل النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية تبعاً لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة	177
23	جدول يوضح الفروق في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية تبعاً لمتغير الجنس (إناث، ذكور).	180
24	جدول يوضح الفروق في مستوى الطمأنينة النفسية لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية تبعاً لمتغير نظام التكوين في الجامعة (كلاسيكي، ل.م.د.).	181
25	جدول يوضح الفروق في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية تبعاً لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة.	182
26	جدول يوضح نتائج اختبار (LSD) البعدي لتحديد لصالح من كانت الفروق الدالة إحصائياً في مستوى الطمأنينة النفسية تبعاً لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة.	183
27	جدول يمثل المتوسطات الحسابية للطمأنينة النفسية لدى مختلف السنوات الدراسية في الجامعة لدى أفراد العينة	184

## فهرس الأشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
01	أعمدة بيانية تمثل النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي بين طلبة التربية البدنية و الرياضية.	167
02	أعمدة بيانية تمثل النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي لدى الذكور مقارنة بالذكور.	170
03	أعمدة بيانية تمثل النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي لدى طلبة نظام ل.م.د،مقارنة بالنظام الكلاسيكي.	173
04	أعمدة بيانية تمثل النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي لدى طلبة التربية البدنية تبعا لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة (طلبة ل م د).	178
05	أعمدة بيانية تمثل النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي تبعا لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة ( طلبة الكلاسيكي).	179

هتكد هتة

## المقدمة:

"عصر المشكلات النفسية"، إنها المقولة الشهيرة التي عرف بها عصرنا، هذه المقولة التي اجمع عليها الكثير من الباحثين و الأكاديميين و رجال الإعلام و غيرهم من علماء النفس و الاجتماع . وأصبحت المشاكل النفسية سمة من سمات العصر الحديث، حيث يعتبرها البعض "مرض القرن العشرين" ويعتبرها آخرون "القاتل الصامت The Silent Killer"<sup>1</sup>. فأصبح العالم الذي نعيشه الآن يتسم بالسباق المحموم بين البشر، فطغت عليه المادة، وحدث قصور في الجوانب الوجدانية، وإهمال العلاقات الشخصية و الإسراف في الأنانية و الفردية و التنافس نحو المصالح، و نتج عنه كذلك تدهور القيم الراقية و الأخلاق السامية. و مجتمعنا الجزائري كأى مجتمع من مجتمعات العالم يواجه تغيرات محلية و قومية و عالمية يجعل من الشباب و خاصة الشباب الجامعي يعيش في صراع تقليدي بين القديم والحديث؛ يعيش بين عالمين متناقضين، حاملا في شخصيته ثقافتين متباعدين يصعب التقريب بينهما، ثقافتين غير متكافئتين؛ ثقافة تراثية مفعمة بالمواطنة الأصيلة و الخلاق، و أخرى عولمية تغريبية، فردية مصطنعة تسلبه الأولى وتدفعه نحو العصرنة و ذلك في ظل العولمة.

و الجامعة كغيرها من المؤسسات الاجتماعية عرضة إلى تلك التغيرات الهائلة التي شملت العالم المعاصر الذي اخترقته عدة إيدولوجيا و أفكار و محدثات الفكرية متنوعة، مصحوبة بمجموعة من المتقلبات الثقافية و الاجتماعية و العلمية و التي لم تترك مجالا من مجالات الحياة إلا و اخترقته، بحيث ألفت بظلالها على جميع فئاته سواء كانوا طلبة جامعيين أو أساتذة أو باحثين أكاديميين.

و على هذا الأساس و انطلاقا منه يجب أن يضاف إلى عملية البحث و التحصيل العلمي و اكتساب المعارف و المعلومات، الاهتمام بالجوانب النفسية للطلبة، بهدف تحقيق الصحة النفسية من خلال تعزيز عادات السلوك السليم، و تنمية القيم و الاتجاهات الموجبة نحو الجامعة و العمل و المجتمع بمفهومه العام.

<sup>1</sup> - غازي العتيبي: علاقة ضغوط العمل بالاضطرابات النفسية و الغياب الوظيفي في دولة الكويت، مجلة العلوم الاجتماعية، المجلد 25، العدد 2، 1997، ص 177

و تبعا لذلك و انطلاقا مما ذكرناه سابقا أصبح الطالب الجامعي يدفع ضريبة ذلك التطور و التغيرات التي صاحبة العصر و التي عقدت أساليب التوافق ،مما جعله يتعرض إلى مواقف مختلفة في حياته،حيث تتضمن هذه المواقف عناصر الضغط و التوتر،و العصبية،و التي تظهر من خلال مجموعة من الاضطرابات الانفعالية التي تؤثر على صحته النفسية والعقلية فتدفعه في غالب الأحيان إلى الانزواء و العزلة،و الشعور بالوحدة،أو تجذبه إلى العدوانية و التمرد و العصيان .

و نظرا لذلك أصبح من الضروري إجراء دراسات و أبحاث النفسية ، حول بعض جوانب الاضطرابات النفسية التي يعيشها الطالب الجامعي ، مثل القلق،و الاكتئاب و العزلة و الاغتراب النفسي ،و فتور الشعور أو اللامبالاة،و مظاهر العصيان و التمرد ،و سوء التوافق النفسي. و غيرها من الظواهر النفسية التي تتطلب المزيد من جهد الباحثين و تفكيرهم حتى يتسنى الكشف عن طبيعة كل ظاهرة و مسبباتها و الآثار المصاحبة لها و سبل التخفيف منها قدر الإمكان ،و كل هذا بهدف تحقيق الصحة النفسية للطالب الجامعي ،في إطار التنمية الشاملة العلمية ، و الأكاديمية و الاجتماعية و النفسية.

# الجانب التمهيدي :

## مدخل إلى الدراسة

- 1- إشكالية الدراسة.
- 2- تساؤلات الدراسة.
- 3- فرضيات الدراسة.
- 4- أهداف الدراسة.
- 5- أهمية الدراسة.
- 6- دوافع إجراء الدراسة.
- 7- التحديد الإجرائي للمفاهيم و المصطلحات.
- 8- الدراسات السابقة.

## 1- إشكالية الدراسة:

تعد الجامعة هي ذلك المنبر الذي تتطلع له مختلف المجتمعات للرقى بالحضارة الإنسانية حيث يقع على عاتقها تكوين إطارات و تقنيين و باحثين، و أكاديميين قادرين على تحمل مسؤولية تطوير هذه الأمم بمختلف مجالاتها سواء كانت صحية، أو رياضية أو معلوماتية...، و على هذا أصبح الطالب الجامعي هو المحور الأساسي لهذه العملية لأنهم عماد الأمة و عدتها من أجل تحقيق مستقبل أفضل .

و بالتالي فان المؤسسة الجامعية و القائمين عليها مطالبين بتقديم أفضل البرامج الأكاديمية و العلمية و الفنية و الاجتماعية، في إطار التكوين الشامل للطلاب الجامعيين لأنهم هم الركن الأساسي في عملية التعليم الجامعي، و بحكم انفتاحهم الدائم نحو العالم الحديث مقارنة بغيرهم من فئات المجتمع فهم أكثر عرضة لهذه التغيرات المحلية أو القومية أو العالمية، و ما يرافقها من المشكلات النفسية و الاجتماعية و الشخصية، و التي تنشأ عادة عندما تتعد ظروف الحياة في المجتمع، و هو ما يترتب عليه عدم القدرة على التكيف بسهولة مع الظروف السائدة فيه فكل ما هو نفسي له جذور اجتماعية و كل ما هو اجتماعي له أصداء و انعكاسات نفسية و من هنا كان التلازم و الارتباط بينهما؛ حيث أن الطلبة عبارة عن جماعة تكون وحدة اجتماعية تتألف من مجموعة من الأفراد تربط بينهم علاقات اجتماعية، و يحدث بينهم تفاعل اجتماعي متبادل فيؤثر بعضهم في بعض، كما يعتمد بعضهم على بعض<sup>1</sup>.

و على هذا يصبح من الضروري الاهتمام بمشاكل الطلبة سواء كانت متعلقة بالجوانب التحصيلية أو الاجتماعية أو الانفعالية أو النفسية و هو ما يساعد على نموهم و تقدمهم و تعديل سلوكهم، لان السلوك عبارة عن عمليات تتم بين الفرد بكل مكوناته العقلية، و النفسية، و الاجتماعية، و الوسط أو البيئة، بكل ما فيها من ظروف و مواقف و عناصر اجتماعية و ثقافية. و هو أساس التفاعل بين الأفراد و الجماعات و المجتمعات، فان دراسة الجوانب النفسية لدى الطالب الجامعي أمر ضروري لتجنيبه الآثار السلبية

<sup>1</sup> - شفيق محمد: الإنسان و المجتمع "مقدمة في السلوك الإنساني و مهارات القيادة و التعامل"، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، 1997، ص7

المستقبلية من سوء توافق نفسي اجتماعي أو مهني و ذلك في إطار التنمية الشاملة المتزنة لهذه الإطارات.<sup>1</sup>

و من بين المشاكل النفسية التي بدأت تطفوا إلى السطح و تبرز بصورة واضحة هي مشكلة الاغتراب وعلى الرغم من حداثة دراسة الاغتراب بصفاتها ظاهرة نفسية تعبر عن معاناة الإنسان وصراعه مع مجتمعه و في هذا يشير "الصافي بدوي" إلى أن هذا المفهوم لا يعد جديداً، ولقد ورد ذكر مفهوم الاغتراب بشكل أو بآخر في الكتابات الفلسفية أو اللاهوتية القديمة. بل أصبح من المؤلف في الوقت الراهن - بصورة متزايدة- أن نسمع عن تفسير الحياة في عصرنا الحالي من خلال مفهوم الاغتراب.<sup>2</sup>

و إذا ما نظرنا إلى الاغتراب بنظرة متعمقة فإننا يمكن أن نصنفه على أنه عبارة عن حالة نفسية يعيشها الإنسان نتيجة للظروف التي يمر بها ، كما يعد من المشكلات التي يجب دراستها والحد من انتشارها لما لها من آثار سلبية على الفرد و قدرته على المشاركة في تنمية بلده وتطوره لأنه يؤثر مباشرة في قدراته الذاتية و درجة انتمائه لمجتمعه؛ و عليه فقد اهتم علماء النفس و الاجتماع بهذه الظاهرة و انتشارها و أكدوا على وجودها، بل أكدوا على أنها ظاهرة قديمة قدم الإنسان نفسه فهو المخلوق الوحيد الذي يستطيع أن ينفصل عن ذاته، أو مجتمعه أو عالمه، وقد يتعايش الإنسان مع اغترابه بصفته جزءاً من حياته و مكوناً من مكوناته النفسية و الاجتماعية دون أن يشعر أو يعي حالة اغترابه، و قد أصبح اغتراب الفرد عن ذاته أو مجتمعه صفة من صفات العصر الحالي، و قد يكون هذا الاغتراب عن المجتمع، بما يطلق عليه الاغتراب العام، بينما يسمى اغتراب الفرد عن مؤسسة أو تنظيم اجتماعي ما بالاغتراب الخاص.

إن الاغتراب من حيث المبدأ نتاج الإنسان، فمن خلال العمل الجماعي يغيّر هذا الإنسان الطبيعة من حوله وأيضاً ينشئ المجتمع، ورغم أن البشر بهذا المعنى هم الذين يصنعون العالم الاجتماعي الذي يعيشون فيه، فإن هذا العالم أصبح فيما بعد غريباً عنهم لا يملكونه وإنما تملكه وتملك الإنسان معه أشياء أخرى صنعها الإنسان بنفسه ثم استقلت عنه

<sup>1</sup> - الصافي بدوي: السلوك الإنساني و البيئة الاجتماعية، ج1، دار القلم، دبي، الإمارات العربية، 1996، ص17

<sup>2</sup> - Schaff, Adam : Alienation As a Social Phenomenon, Pergamon Press, New York, 1980, P56

وسيطرت عليه وعلى العالم<sup>1</sup>. و يرى clark أن الاغتراب هو شعور المرء بعدم القدرة على إزالة التناقض بين الدور الذي يمارسه بالفعل و الدور الذي يعتقد أنه جدير بأن يمارسه<sup>2</sup>. أما من خلال النظرة الوجودية فمعناه انفصال الفرد عن الأنا الواقعية بسبب الانغماس في التجديدات وضرورة التطابق مع رغبات الآخرين ومطالب المؤسسات الاجتماعية<sup>3</sup>

و يؤدي الاغتراب بالطالب الجامعي إلى ضعف الشعور بالانتماء إلى الوسط الجامعي ،و ما يرافقه من عدم المبالاة و الذي تنتج عنه عدم الإحساس بالمسؤولية.

و في ما يقابل ما يمكن أن نلاحظه من اغتراب على مستوى الأفراد أو الطلاب الجامعيين فهناك بعد آخر يكتسي طابع الأهمية نفسه ألا وهو الطمأنينة النفسية ، حيث إن الحالة النفسية التي يعيشها الإنسان تنعكس على تصرفاته و حركاته و مستوى أدائه ،فكلما كان الطالب مطمئن البال ساكن القلب ارتفع مستوى تحصيله ،مما ينعكس على نفسه ،فالطمأنينة النفسية أو ما يسمى كذلك بالأمن النفسي يحفز الطالب و يحسن تحصيله الدراسي مما يرفع درجة استجابته لهذه الحاجات، و خاصة و أن الطالب الجزائري يرى أن مستقبله مجهول و هو احد العوامل التي يمكن اعتبارها سبب من أسباب عدم الشعور بالطمأنينة النفسية حيث أن كل ما يهدد هذه الأشياء أو توقع الفرد هذا التهديد فإنه يفقد شعوره بالطمأنينة و التي تعتبر شروط ضروري من شروط الصحة النفسية ،كما أن فقدان هذا الشعور هو العدو الأول لكل سلام نفسي و صمود أمام الشدائد<sup>4</sup>.

و مما لا شك فيه أن العناية بالصحة النفسية للطلاب و بناء نفسياتهم بناء سليما أصبح موضوع اهتمام المجتمع و المشتغلين بالتربية و علم النفس في التطور و التغييرات المحيطة بالمجتمع ،ليعطي مزيد من الرعاية في مجال الخدمات و الطمأنينة النفسية التي تهيئ للفرد حياة مستقرة ليشعر بالسعادة و الرضا<sup>5</sup>

و بما أن طالب التربية البدنية و الرياضية احد الاعضاء ضمن الكيان الكبير المتمثل في طلبة الجامعات فهو يتأثر بما يتأثر به باقي الطلبة و خاصة و أن الإقليم الاجتماعي في

<sup>1</sup> - سامي خشبة: مصطلحات فكرية ، المكتبة الأكاديمية،مصر ، 1994،ص68

<sup>2</sup> - Mclark .J,Measuring Alienation with Social System ,Amecan SocialReview, 26(6),2003, p753

<sup>3</sup> - فاخر عاقل: معجم العلوم النفسية، دار الرائد، لبنان، 1988،ص22

<sup>4</sup> - عبد الخالق أحمد، علم النفس العام، الدار الجامعية، بيروت، 1983،ص248

<sup>5</sup> - عكاشة محمود فتحي: الطب النفسي المعاصر، مكتبة الانجلو،القاهرة،1992،ص9

الجزائر تحيطه نوع من الغموض فيما يخص مستقبل الطالب أو الدارس للتربية البدنية و الرياضية، و نوع العلوم التي يدرسها، و ذلك لأن هناك أفكار ضيقة حول علوم الرياضة، و التي يمكن أن نلاحظها كذلك داخل البيئة الجامعية نفسها سواء على مستوى طلاب أو أساتذة باقي الاختصاصات، و هي من الأشياء التي تحفز الاغتراب النفسي لدى الطالب في مجال التربية البدنية و الرياضة و تهدد طمأنينتهم النفسية. و من هنا تبرز لدينا الإشكالية التالية:

- هل هناك علاقة بين الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية ؟

و تتفرع من الإشكالية مجموعة التساؤلات التالية:

## 2- تساؤلات الدراسة:

1- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مظاهر الاغتراب النفسي بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير الجنس؟

2- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مظاهر الاغتراب النفسي بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير نظام التكوين في الجامعة ( النظام كلاسيكي و النظام ل.م.د) ؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مظاهر الاغتراب النفسي بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير المستوى الدراسية في الجامعة؟

4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير الجنس؟

5- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير نظام التكوين ( النظام كلاسيكي و النظام ل.م.د) ؟

6- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير المستوى الدراسية في الجامعة؟

### 3- فرضيات الدراسة:

#### 1-3 الفرضية العامة:

- توجد علاقة ارتباطية سالبة و دالة إحصائياً بين الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية

#### 2-3 الفرضيات الجزئية:

- 1- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مظاهر الاغتراب النفسي بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير الجنس.
- 2- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مظاهر الاغتراب النفسي بين طلبة التربية البدنية والرياضية ترجع لمتغير نظام التكوين في الجامعة (النظام كلاسيكي، النظام ل.م.د)
- 3- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مظاهر الاغتراب النفسي بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة
- 4- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير الجنس .
- 5- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير نظام التكوين ( النظام كلاسيكي و النظام ل.م.د)
- 6- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة.

#### 4-أهداف الدراسة:

- الكشف عن طبيعة العلاقة بين الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية و انعكاس كل واحدة على الأخرى.
- التعرف على مستوى الاغتراب بين طلبة التربية البدنية و الرياضية و المظاهر المتعلقة به و ذلك من خلال التعرف على الفروق الموجودة بين طلبة التربية البدنية و الرياضية في مظاهر الاغتراب تبعا لمتغيرات "الجنس،السنة الدراسية في الجامعة،نظام للتكوين (كلاسيكي ،أو ل.م.د)

- توضيح النتائج المترتبة عن شعور الفرد بالاغتراب والمشاكل التي يولدها لديه.
- تحديد سبب الاغتراب و طبيعته كظاهرة اجتماعية متعلقة بشروط اقتصادية واجتماعية يعيشها المجتمع .
- التعرف على مستوى الشعور بالطمأنينة النفسية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية و ذلك من خلال التعرف على الفروق الموجودة بين طلبة التربية البدنية و الرياضية في مستوى الطمأنينة النفسية تبعا لمتغيرات "الجنس،السنة الدراسية في الجامعة،نظام التكوين (كلاسيكي ،أو ل.م.د)
- توضيح المترتبات التي تنتج من عدم شعور الفرد بالطمأنينة النفسية(الأمن النفسي) و تأثر ذلك على حالته الانفعالية.
- تقدير و تكوين فكرة واضحة عن أسباب عدم الشعور بالطمأنينة النفسية لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية.
- محاولة اقتراح بعض الاقتراحات و التوصيات التي من شأنها التخفيف من آثار الاغتراب و زيادة الطمأنينة النفسية لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية.

## 5- أهمية الدراسة:

تبرز أهمية الدراسة في أنها تسلط الضوء على ظاهرتين لا تقل إحداهما عن الأخرى من حيث الأهمية و التأثير على الفرد ألا وهما الطمأنينة النفسية و الاغتراب ،و ذلك من خلال التعرف على أبعادها لدى فئة هامة من فئات المجتمع الجزائري و هم الطلبة و الطالبات و خاصة طلبة التربية البدنية و الرياضية،حيث أنها جاءت لتثري مجموعة الأبحاث و الدراسات التي أجريت من قبل،و تعتبر هذه الدراسة من الدراسات الحديثة في الجزائر و التي لم يتم التطرق إلى هاذين المتغيرين المهمين و ذلك حسب علم الباحث مما يضيف عليها درجة بالغة من الأهمية .

حيث أنه يجب على المؤسسة الجامعية ألا تهدف فقط إلى التكوين في المجال الأكاديمي من حيث التحصيل الدراسي، بل كذلك رعاية الطالب من النواحي النفسية و الاجتماعية، و في الكثير من الأحيان نلاحظ ضعف التحصيل أو الإحجام عن تقبل المعارف دون أسباب واضحة مما يطرح مجموعة من التساؤلات حول ذلك، و قد أثبتت العديد من الدراسة أن هناك علاقة متعدية بين التحصيل الدراسي و الجوانب النفسية و الاجتماعية للطلاب.

## 6- دوافع إجراء الدراسة:

من أهم عوامل إقبال الباحث على دراسة الجوانب النفسية لطلبة التربية البدنية و الرياضية فذلك ليس فقط بحكم التخصص و معيشتي لطلبة هذا الاختصاص؛ و لكن كذلك توجد عوامل أخرى و من أهمها "نظرة المجتمع إلى الدارس في علوم الرياضة"، ليس فقط على المستوى الخارجي و لكن كذلك على المستوى الداخلي في الجامعة أي المجتمع الطلابي داخل النسق الجامعي، و ذلك نتيجة للفكر السائد حول الرياضة على أنها مجموعة من التمرينات و الألعاب، و أن الدارس فيها مستقبلة محدود أو مجهول؛ ففي غالب الأحيان يتعرض طالب التربية البدنية للعديد من التساؤلات سواء من طرف طلبة الاختصاصات الأخرى أو من المحيط الخارجي للجامعة مثل:

ماذا تدرس في الرياضة؟ هل للرياضة علوم خاصة بها؟ ماذا ستشتغل في المستقبل؟ و غيرها من التساؤلات التي توجه نحو الطالب الدارس للتربية البدنية و الرياضة وهو ما يضع طلاب التربية البدنية ضمن ضغوط قد تختلف عن باقي الطلاب؛ و هو ما قد يشعره بنوع من الاختلاف عنهم بحكم الاختصاص الذي ينتمي إليه أو مستقبلة الذي سيؤول إليه . و انطلاقاً من هذه الدوافع أردت تسليط الضوء على عاملين نفسيين من الأهمية بما كان من خلال تعرضي لدراسة الاغتراب النفسي ، لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية و انعكاسه على الطمأنينة النفسية.

## 7- التحديد الإجرائي للمفاهيم و المصطلحات:

### أ- الاغتراب النفسي:

عرف العديد من الباحثين الاغتراب النفسي على أنه مصطلح يستخدم بمعنى شعور الفرد بالانفصال عن الآخرين أو عن الذات أو كليهما، أي بين الفرد و الموضوع، و بين الفرد و الأشياء المحيطة به، و بين الفرد و المجتمع أي أن علاقة الفرد بالأشياء و الموضوع علاقة غير سوية، فهو يعيش في مجتمعه و لكن في دائرة الغربة و الانفصال.<sup>1</sup>

أما الباحث فيعرف الاغتراب على أنه " حالة نفسية متعددة الأبعاد تؤثر و تتأثر بمجموعة من العوامل الذاتية و الاجتماعية و الثقافية تصل بالفرد إلى الشعور بنوع من الانفصال أو الابتعاد عن الذات او البيئة المحيطة، و يمكن ملاحظتها من خلال مظاهرها المميزة".

### ب- مظاهر الاغتراب النفسي:

تصاحب الاغتراب مجموعة من المظاهر تساعدنا على أدراك معنى هذه الظاهرة باعتبارها ظاهرة مركبة، و أننا بدون هذه الأبعاد لا نستطيع التمييز بينها و بين الظواهر النفسية المشابهة لها، حيث تناولنا في هذه الدراسة المظاهر التالية:  
 ""الشعور بعدم الانتماء، عدم الالتزام بالمعايير، الشعور بالعجز، عدم الإحساس بالقيمة، فقدان الهدف، فقدان المعنى، مركزية الذات"".

### ج- الطمأنينة النفسية:

تتعدد تعريفات الطمأنينة النفسيه و تختلف، و بشكل عام فان الطمأنينة النفسية هي شعور الفرد بأنه محبوب و متقبل من الآخرين، و له مكان بينهم، يدرك أن بيئته صديقة و دوره غير محبط، حيث يشعر فيها بندرة الخطر و التهديد و القلق<sup>2</sup>  
 كما أن لمفهوم الطمأنينة النفسية العديد من المصطلحات المرادفة لها حيث يطلق عليها كذلك الطمأنينة الانفعالية و الأمن النفسي.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> - مجدي أبو عبد الله: السلوك الاجتماعي و ديناميته، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 2003، ص317  
<sup>2</sup> - عبد الرحمن العيسوي: اختبار الصحة النفسية، (الأمان، وعدم الامان)، دار النهضة العربية، القاهرة، 1978، ص3  
<sup>3</sup> - حامد زهران: علم النفس الاجتماعي، ط5، عالم الكتب، القاهرة، 1984، ص297

و يعرف الباحث الطمأنينة النفسية على أنها " إحساس مركب يقود الفرد إلى الشعور بالأمان النفسي و الاستقرار نتيجة لإدراكه أن معظم حاجاته مشبعة و غير مهددة ،ويعد احد مؤشرات الصحة النفسية"

8-الدراسات السابقة :

8-1 الدراسات السابقة المتعلقة بالاغتراب النفسي:

أولا- الدراسات العربية:

- دراسة "وفاء موسى (2001)"

عنوان الدراسة:

" الاغتراب لدى طلبة جامعة دمشق وعلاقته بمدى تحقيق حاجاتهم النفسية "

هدف الدراسة: التعرف على العلاقة بين الاغتراب و الحاجات النفسية للطلبة، في جمهورية سوريا و بالضبط في جامعة دمشق، و كذلك إعداد مقياس للاغتراب و مقياس للحاجات النفسية.

عينة الدراسة: بلغ حجم العينة 568 طالباً وطالبة موزعة على طلاب السنة الثانية و السنة الرابعة في اختصاصات طب بشري و هندسة مدنية و فرنسي و جغرافية و علم اجتماع و صحافة.

أدوات الدراسة: أعدت الباحثة مقياس الاغتراب، كما أعدت مقياس للحاجات النفسية. النتائج: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة لمستوى الشعور بالاغتراب لدى طلبة الجامعة تعزى لمتغير الجنس أو تعزى لمتغير العمر أو الصفوف الدراسية ولكن توجد فروق ذات دلالة إحصائية بالنسبة لمستوى الشعور بالاغتراب لدى طلبة الجامعة تعزى لمتغير الاختصاص.

- دراسة " عادل بن محمد (2004) " <sup>1</sup>

عنوان الدراسة:

" الاغتراب و علاقته بالأمن النفسي لدى طلاب الجامعات السعودية "

هدف الدراسة: تناولت ظاهرة الاغتراب و علاقتها بالطمأنينة الانفعالية على عينة من الطالبات السعوديات، و علاقتها ببعض المتغيرات كالكليات، الأقسام الدراسية. عينة الدراسة: عينة من طلبة جامعة محمد بن سعود بالرياض تتكون من 517 طالبة. أدوات الدراسة: مقياس الاغتراب من إعداد سميرة أبكر، و مقياس الطمأنينة النفسية من إعداد فهد بن عبد الله الدليم.

النتائج: توصلت علاقة ارتباطية عكسية بين الاغتراب و الطمأنينة و لكنها كانت علاقة متوسطة مع وجد فروق بين الطالبات تبعاً لنوع الكلية، و مكان الإقامة داخل الجامعة أو خارجها. و جود فروق دالة في الطمأنينة النفسية بين الطلبة على مستوى جميع المتغيرات.

- دراسة " الحديدي، فايز (1990) " <sup>1</sup>

<sup>1</sup> - عادل بن محمد: الاغتراب و علاقته بالأمن النفسي، دراسة ميدانية على طلبة جامعة محمد بن سعود، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض، 2004

## عنوان الدراسة:

**" مظاهر الاغتراب وعوامله لدى طلبة الجامعة الأردنية "**

هدف الدراسة: التعرف على مظاهر الاغتراب وعوامله لدى طلبة الجامعة الأردنية، بناء استبيان يقيس الاغتراب النفسي لدى الطلبة  
 عينة الدراسة: وتكونت عينة الدراسة من (275) طالبًا وطالبة في الجامعة الأردنية  
 اختيرت بطريقة عشوائية.  
 أدوات الدراسة: استخدم الباحث الاستبيان من إعداد كاداة للدراسة للكشف عن مظاهر الاغتراب لدى الطلبة، وقد تكون الاستبيان من جزأين، تضمن الجزء الأول فقرات تقيس الاغتراب في النسق الاجتماعي، وتضمن الجزء الثاني فقرات تقيس الاغتراب في النسق التعليمي، وقد تضمن كل جزء ستة أبعاد تمثل مظاهر الاغتراب.  
 النتائج: انتشار ظاهرة الاغتراب بدرجة ضعيفة لدى 8.1 % من أفراد العينة، ومتوسطة بنسبة 3.52 %، و عالية بنسبة 8.45 % بين الذكور و الإناث.  
 وجود فروق دالة إحصائيًا في انتشار ظاهرة الاغتراب لدى أفراد العينة تعزى لمتغير المستوى الدراسي، وذلك لصالح طلبة السنة الدراسية الأولى. و طلبة الكليات العلمية يعانون من الاغتراب أكثر من طلبة الكليات الإنسانية.

**- دراسة " صلاح الدين أحمد (2000) <sup>2</sup>**

## عنوان الدراسة:

**" العلاقة بين الاغتراب النفسي والتوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب الجامعات "**

هدف الدراسة: بدراسة العلاقة بين الاغتراب النفسي والتوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب اليمنيين الطلاب اليمنيين والعرب في الجامعات اليمنية، بناء مقياس للاغتراب الطلاب في الجامعات اليمنية.

<sup>1</sup> - فايز محمد الحديدي: مظاهر الاغتراب وعوامله لدى طلبة الجامعة الأردنية، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عين شمس، 1990  
<sup>2</sup> - أحمد، صلاح الدين: العلاقة بين الاغتراب النفسي والتوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب اليمنيين والعرب في الجامعات اليمنية، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عدن، اليمن، 2000.

عينة الدراسة: وتكونت عينة الدراسة من (351) طالبا وطالبة بمعدل (281) من اليمن و(70) من الطلاب الغير يمنيين.

أداة الدراسة: قام الباحث ببناء مقياسين الأول للاغتراب النفسي، والثاني للتوافق النفسي

النتائج: وتوصلت الدراسة إلى وجود علاقة عكسية ذات دلالة إحصائية بين الاغتراب النفسي والتوافق النفسي لدى جميع أفراد العينة، وعدم وجود فروق بين الطلاب العرب واليمنيين على مقياس التوافق النفسي، في حين وجدت فروق ذات بين متوسطات درجات الطلاب اليمنيين الأكثر اغترابا والأقل اغترابا في التوافق النفسي عند مستوى دلالة ولصالح الطلاب الأقل اغتراباً.

- دراسة " بكر، أحمد الياس (1979)"<sup>1</sup>

عنوان الدراسة:

" قياس مفهوم الذات و الاغتراب لدى طلبة الجامعة "

هدف الدراسة: التعرف على العلاقة بين هذين المتغيرين لدى طلبة الجامعة بشكل عام ولدى الجنسين، بناء مقياس للاغتراب والمتكون ، ومقياس مفهوم الذات. عينة الدراسة: عينة الدراسة (299) من الصفوف الثالثة والرابعة في الجامعة المستنصرية بجمهورية مصر .

أداة الدراسة: مقياس للاغتراب ، و مقياس للمفهوم الذات من إعداد الباحثة. النتائج: وتوصلت الدراسة إلى أن هناك فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الذكور بأنهم أكثر فهماً لذوات من الإناث. أما في مقياس الاغتراب فقد تبين عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث، إلا أنه لوحظ وجود نزعة لدى الإناث إلى الاغتراب بدرجة أكبر مما هي عليه عند الذكور.

- دراسة "بن زاهي منصور (2001)"<sup>2</sup>

عنوان الدراسة:

<sup>1</sup> - بكر، أحمد الياس: قياس مفهوم الذات و الاغتراب لدى طلبة الجامعة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، الجامعة المستنصرية، مصر، 1979

<sup>2</sup> - منصور بن زاهي: مظاهر الاغتراب الاجتماعي لدى طلبة الجامعات، مجلة العلوم الإنسانية، الجزائر، العدد 25، 2001

## "مظاهر الاغتراب لدى طلاب الجامعات"

هدف الدراسة: التعرف على بعض مظاهر الاغتراب و المتمثلة في العجز، اللامعيرة و الشعور بالعزلة الاجتماعية، مع تحديد حجم معانات الطلاب من هذه الظاهرة. عينة الدراسة: عينة عشوائية تكونت من (105) طالب من جامعة ورقلة بالجزائر و ذلك من مختلف التخصصات .

أدوة الدراسة: مقياس الاغتراب الاجتماعي من إعداد جاسم يوسف الكندي. النتائج: درجة الشعور بالاغتراب الكلي مرتفعة، هناك فروق دالة في مستوى الاغتراب يرجع لمتغير الجنس، و جود فروق دالة على مستوى المظاهر التي تناولتهم الدراسة باختلاف الجنس.

- دراسة " دمنهوري ، عبد اللطيف (1990)"<sup>1</sup>

عنوان الدراسة:

" الشعور بالاغتراب عن الذات والآخرين – دراسة عاملية حضارية مقارنة "

هدف الدراسة: بناء مقياس للشعور بالاغتراب عن الذات، ومقياس الشعور بالاغتراب عن الآخرين، وأيضا التعرف على البنية العاملية لمقياس الدراسة لدى كل من العينتين عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة 100 طالباً مناصفة بين البلدين 50 طالباً مصرية من جامعة الإسكندرية، 50 طالباً سعودياً من جامعة الملك عبد العزيز. أدوة الدراسة: مقياسين احدهما للاغتراب عن الذات، والثاني للاغتراب عن الآخرين من إعداد الباحث

النتائج: الطلاب المصريون أكثر شعورا بالاغتراب عن الآخرين من الطالبات المصريات و العينة المصرية أكثر شعورا بالاغتراب عن الذات و الآخرين من العينة السعودية.

- دراسة " عبد المطلب القريطي و آخرون (1998)"<sup>2</sup>

عنوان الدراسة:

<sup>1</sup> - دمنهوري ، رشاد : الشعور بالاغتراب عن الذات والآخرين دراسة عاملية حضارية مقارنة ، مجلة على النفس العدد 13، مصر، 1990  
<sup>2</sup> - عبد المطلب القريطي ، و آخرون: دراسة ظاهرة الاغتراب لدى عينة من طلاب الجامعة السعودية وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى، مجلة رسالة الخليج العربي، العدد 39، 1988

## " دراسة ظاهرة الاغتراب لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى "

هدف الدراسة: حول ظاهرة الاغتراب لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين وعلاقتها العمر، التخصص الأكاديمي، المستوى الدراسي والتحصيل الدراسي. عينة الدراسة: وتكونت عينة الدراسة العشوائية من (382) طالباً من جامعة الملك سعود.

أدوات الدراسة: وأُستخدم في الدراسة مقياس اغتراب شباب الجامعة من أعداد عادل الأشول وآخرون (1985)

النتائج: وتوصلت الدراسة إلى انتشار ظاهرة الاغتراب لدى (25%) من الطلبة إضافة إلى أنه لا توجد علاقة بين الاغتراب والعمر الزمني أ والمستوى الدراسي ومستوى التحصيل أو التخصص العلمي.

- دراسة " مديحه عبادة، و آخرون (1997)"<sup>1</sup>

عنوان الدراسة:

### " مظاهر الاغتراب لدى طلاب الجامعة في صعيد مصر- دراسة مقارنة - "

هدف الدراسة: التعرف على ظاهرة الاغتراب لدى الطلبة في صعيد مصر و ذلك على مستوى كلية الآداب، التربية، التجارة.

عينة الدراسة: بلغ حجم العينة (180) طالباً وطالبة من جامعة جنوب الوادي (جمهورية مصر)، و من كليات، الآداب، التربية، التجارة

أدوات الدراسة: مقياس الاغتراب من إعداد بركات حمزة.

النتائج: يعدم وجود فروق دالة أحصائياً بين الذكور و الإناث في مظاهر الاغتراب، مع وجود علاقة دالة أحصائياً بين شعور أفراد العينة بالعجز وبين مظاهر الاغتراب.

- دراسة " أحمد خيرى حافظ (1980)"<sup>2</sup>

عنوان الدراسة:

### " سيكولوجية الاغتراب لدى طلبة الجامعة "

<sup>1</sup> - عبادة مديحه، و آخرون: مظاهر الاغتراب لدى طلاب الجامعة في صعيد مصر- دراسة مقارنة - مجلة علم النفس، عدد 44، 1997،  
<sup>2</sup> - احمد خيرى: سيكولوجيا الاغتراب لدى طلبة الجامعة في مصر، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عين شمس، مصر، 1980،

هدف الدراسة: معرفة مظاهر الشعور بالاغتراب وعلاقتها بنوع ومستوى التعليم.  
عينة الدراسة: طبقه على عينة من (253) طالباً وطالبة من كليات ومستويات مختلفة في  
جامعة عين شمس.

أدوات الدراسة: قام الباحث بإعداد مقياس للاغتراب النفسي  
النتائج: وأظهرت النتائج بأن طلاب السنوات الأولى والكليات النظرية كانوا أكثر  
شعوراً بالاغتراب من طلاب السنوات النهائية والكليات العلمية.

- دراسة " يوسف الكندري (1998) " <sup>1</sup>

عنوان الدراسة:

"المدرسة و الاغتراب الاجتماعي لدى طلاب التعليم الثانوي الكويت"

هدف الدراسة: التعرف على تأثير الاغتراب على كطلبة الثانويات، وإعداد مقياس  
للاغتراب .

عينة الدراسة: طبق المقياس على عينة عشوائية تكونت من (1057) طالباً  
أدوات الدراسة: قام الباحث بتصميم مقياس الاغتراب والذي تضمن ثلاثة أبعاد هي  
(الشعور بفقدان القيم، الشعور بالعجز والشعور بالعزلة الاجتماعية)  
النتائج: وتوصلت الدراسة إلى عدة نتائج أهمها شعور الطلاب بالاغتراب الاجتماعي  
بدرجة متوسطة خاصة على بعد الشعور بفقدان القيم، كما وأن الإناث أكثر احساساً  
بالاغتراب من الذكور وأن طلبة الصفوف العليا أقل احساساً بالاغتراب من الذين هم  
في الصفوف الدنيا.

ثانيا- الدراسات الأجنبية

- دراسة "جودين (Goodwin, G) <sup>2</sup> عام 1972:

عنوان الدراسة:

"الاغتراب لدى طلبة الجامعة "دراسة مقارنة"

"Alienation among university students – A comparative study"

<sup>1</sup> - الكندري يوسف: المدرسة والاعتراب الاجتماعي ، دراسة ميدانية لطلاب التعليم الثانوي بدولة الكويت ،المجلة التربوية، جامعة الكويت  
،المجلد 12، العدد 46، 1998،

<sup>2</sup> - Godwin.GM Alienation among University students, comparative study, Dissertation Abstract International ,  
No 33, 1972, p22

هدف الدراسة: معرفة العلاقة بين الاغتراب ومجموعة من المتغيرات مثل: الديانة، المستوى التعليمي، الجنس، العمر، المستوى الاقتصادي والاجتماعي.  
 عينة الدراسة: بلغ حجم العينة (492) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة في معهدين الأول في جنوب الولايات المتحدة والثاني في وسطها، حيث بلغ عدد الطلاب (226) طالباً وطالبة من الجنوب و(266) من الوسط.  
 أداة الدراسة: مقياس للاغتراب ضم (74) بنداً.

نتائج الدراسة: تبين نتيجة هذه الدراسة وجود علاقة بين كل من الاغتراب والجنس حيث كان الذكور أكثر اغتراباً من الإناث في كلا المعهدين، وبينت الدراسة أيضاً وجود علاقة بين الاغتراب والسن حيث كان صغار السن أكثر شعوراً بالاغتراب من كبار السن في كلا المعهدين.

وكشفت النتائج عن وجود علاقة موجبة بين الاغتراب ومستوى الطموح بالنسبة لطلاب المعهد الجنوبي فقط وأثبتت النتائج عدم وجود أية علاقة دالة بين الاغتراب وكل من الدين والمستوى الاقتصادي والاجتماعي بالنسبة للمعهدين.

### - دراسة " دراسة بستر (Bastre.C)<sup>1</sup> " عام 1986

#### عنوان الدراسة:

#### " الاغتراب لدى طلبة الجامعة و علاقته ببعض المتغيرات النفسية "

هدف الدراسة: معرفة العلاقة بين الاغتراب و القلق و تقدير الذات،الجنس العمر،و الاتجاه نحو السلطة.

عينة الدراسة: تكونت من الطلبة استراليين و كان عددهم (90)، و (95) من شمال إفريقيا .

#### النتائج:

توجد علاقة ارتباطية دالة بين الاغتراب و القلق و الاتجاهات السلبية نحو السلطة، كما دلت نتائج الدراسة أن الإناث أكثر اغتراباً من الذكور، و أن الأفراد أكبر سناً

<sup>1</sup> - Bester. C. Alienation and it's psychological correlated, the Journal of Social Psychology. No 26,1986

كانوا أكثر اغتراباً، مع وجود علاقة ارتباطية سالبة بين تقدير الذات، و الاغتراب لدى أفراد العينة.

- دراسة "أندرسن و كلابريس (Anderson and Clabrese) عام 1986<sup>1</sup>

عنوان الدراسة:

" المدارس الحكومية مصدر للضغوط و الاغتراب لدى المعلمين "

هدف الدراسة: التعرف على اتجاه المعلمين نحو الشعور بالضغط و الاغتراب و التحيز.

عينة الدراسة: مجموعة من معلمين من (76) مدرسة من المدارس الحكومية في أمريكا أدوة الدراسة: مجموعة من مقاييس مثل مقياس الاغتراب، مقياس الضغوط للمعلم. النتائج: المدرسات الشابات ذات الخبرة القليلة يتعرضن لمخاطر الاغتراب و التحيز، المدرسات أكثر عرضة للضغط النفسي، لم تكن هناك علاقة كبيرة بين الاغتراب و الضغط النفسي، يعاني المدرسون اناثاً و ذكورا من الاغتراب بنسبة متقاربة.

- دراسة " ماهوني و كويك (mahony & kuick) عام (2001)

عنوان الدراسة:

" علاقة الشخصية بالاغتراب في الجامعة كنموذج. "

هدف الدراسة: التعرف على مستويات الاغتراب لدى عينة من طلاب الجامعات في الولايات المتحدة الأمريكية

عينة الدراسة: بلغ حجم العينة (136) طالبة و(85) طالباً من الجامعات في الولايات المتحدة الأمريكية.

أدوة الدراسة: مقياس كولد للاغتراب.

النتائج: لقد بينت نتائج الدراسة أن (77) طالباً وطالبة لديهم درجة عالية من الشعور

بالاغتراب بصرف النظر عن الجنس، وأنه لا توجد فروق ذات مغزى بين الجنسين فيما يتعلق بالشعور بالاغتراب.

- دراسة "كينستن.ك (Kenlston,K) عام 1964<sup>1</sup>

<sup>1</sup>- Calabrese R,& Anderson: The public school Source of Stress and Alienation Among Famel teachers, Urban Education ,Vol21,1986,p30-41

## عنوان الدراسة:

**"الاغتراب لدى طلبة المجتمع الأمريكي"**

هدف الدراسة: تحديد أسباب اغتراب بعض الشباب الأمريكي، و عدم اغتراب البعض الآخر بالرغم من أن هؤلاء الطلبة يعيشون في مجتمع يتصف بالقوة و الرفاهية في كل شيء، و يتمتعون بأفضل فرص التعليم .

عينة الدراسة: تكونت العينة من (200) طالب من جامعة "هارفورد"، يمثلون مختلف الاختصاصات.

أداة الدراسة: استخدم الباحث ثلاثة أدوات هي: استبانة أعراض الاغتراب، و اختبار تفهم الموضوع، و الدراسة المتعمقة لحالات فردية

النتائج: كشفت الدراسة أن الشعور بعدم الثقة يعد مظهرا أوليا من أعراض الاغتراب، حيث يشعر الطلبة المغتربون بالقلق و الاكتئاب و العدوانية، و يصاحبه إحساس قوي بالرفض لمعطيات المجتمع الثقافي، و يعتبر كنيستن أن مصادر الاغتراب معقدة و يردها إلى الذات، بوصفها العامل الأساسي و راء الاغتراب .

**2-8 الدراسات السابقة الخاصة بالطمأنينة النفسية:**

أولا- الدراسات العربية:

- دراسة "فاطمة يوسف (2002) "2

عنوان الدراسة:

**"المناخ النفسي الاجتماعي و علاقته بالطمأنينة الانفعالية و قوة الأنا لدى طالبات**

**الجامعة الإسلامية بغزة"**

هدف الدراسة: التعرف على العلاقة المتبادلة بين الطمأنينة النفسية و المناخ

الاجتماعي و قوة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية

عينة الدراسة: 376 طالبة موزعين على الاختصاصات المختلفة

<sup>1</sup> - Kenlston,K: The Incommitted Alienation in American Society, New York, Harcourt Braeen ,1964

<sup>2</sup> - فاطمة، يوسف عودة: المناخ النفسي الاجتماعي و علاقته بالطمأنينة النفسية و قوة الأنا، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، 2002

أدوات الدراسة: مقياس الطمأنينة الانفعالية، مقياس قوة الأنا، مقياس المناخ النفسي الاجتماعي

النتائج: وجود علاقة طردية بين المناخ النفسي الاجتماعي و الطمأنينة الانفعالية لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة. هناك علاقة طردية بين المناخ النفسي الاجتماعي و قوة الأنا لدى طالبات الجامعة الإسلامية بغزة. عدم وجود فروق بين طالبات الأقسام العلمية و الأدبية على مقياس المناخ الاجتماعي، وقوة الأنا، و الطمأنينة النفسية.

### - دراسة "سامية الحلفاوي (1993)"<sup>1</sup>

عنوان الدراسة:

#### "الطمأنينة الانفعالية لدى طلاب وطالبات الجامعات"

هدف الدراسة: المقارنة بين عينات من طلاب وطالبات الجامعات المصرية المختلفة من حيث نوع التعليم (أزهري غير أزهري)، من حيث الجنس والاختلاط و التخصص الأكاديمي (أدبي، علمي) في درجة الطمأنينة الانفعالية.

عينة الدراسة: وأجريت الدراسة على عينة قوامها 630 طالب وطالبة .

أدوات الدراسة: قام الباحث باستخدام مقياس ماسلو للطمأنينة الانفعالية، واختبار تفهم الموضوع من إعداد مورجان وموراي.

النتائج: توصلت الدراسة أنه توجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الطمأنينة الانفعالية لصالح الذكور في العينة الكلية. توجد فروق دالة إحصائياً بين الذكور والإناث في الطمأنينة الانفعالية لصالح الذكور في العينة الكلية مع وجد فروق دالة بين الأزهريين وغير الأزهريين في الطمأنينة الانفعالية لصالح الأزهريين كما أنه توصل إلى أنه لا توجد فروق دالة بين طلبة وطالبات التخصص الأدبي والعلمي في الطمأنينة الانفعالية.

<sup>1</sup> - سامية الحلفاوي: الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة وطالبات الجامعات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات الإنسانية، جامعة الأزهر، مصر. 1993.

## - دراسة "حافظ أحمد و محمود مجدي (1991)"<sup>1</sup>

### عنوان الدراسة:

"أثر العلاج النفسي الجامعي على الطمأنينة النفسية و تأكيد الذات لدى طلاب

### الجامعات "

هدف الدراسة: التعرف على مستوى الطمأنينة النفسية إلى جانب تخفيض الشعور بالذنب و زيادة تأكيد الذات و تقديرها لديهم، و اثر عملية العلاج النفسي الجماعي و مدى ما يحرزه من تحسن نحو الشفاء لدى جماعة من العصائبيين.

عينة الدراسة: اجريه الدراسة على عينة قوامها 15 فرد من طلاب جامعة عين شمس من الذين يعانون من بعض الأمراض العصائية بواقع (3 ذكور، 12 إناث) حيث بلغت أعمارهم بين (18-24) سنة، تم اختيارهم بناء على مقابلة إكلينيكية. أداة الدراسة: مقياس ماسلو للطمأنينة النفسية (الأمن النفسي) من تعريب أحمد عبد العزيز سلامة.

النتائج: اظهر نتائج الدراسة ان نتيجة العلاج الجماعي أدت الى زيادة شعور أفراد العينة بالطمأنينة النفسية، كما توصل الى وجود زيادة تقدير الذات ، و تأكيد الذات لدى أفراد العينة.

## - دراسة " محمود عطا حسين (1987)"<sup>2</sup>

### عنوان الدراسة:

" مفهوم الذات و علاقته بمستويات الطمأنينة الانفعالية "

هدف الدراسة: هادفة إلى التعرف على طبيعة العلاقة بين مفهوم الذات و الطمأنينة الانفعالية و مدى تائي مفهوم الذات على الطمأنينة.

عينة الدراسة: تكونت من (183) طالبا من طلاب المرحلة الثانوية في مدارس الرياض تراوحت أعمارهم بين (15-23) سنة

<sup>1</sup> - احمد حافظ، و محمود مجدي: أثر العلاج النفسي الجماعي على الطمأنينة النفسية و تأكيد الذات لدى طلاب الجامعات، مجلة علم النفس، العدد 4، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة، 1991

<sup>2</sup> - محمود عطا حسين: مفهوم الذات و علاقته بمستويات الطمأنينة، مجلة العلوم الاجتماعية، مجلد 12، العدد 1، الجامعة الأردنية ، عمان ،

أدوات الدراسة: استخدم الباحث اختبار ماسلو للطمأنينة الانفعالية و إختبار مفهوم الذات و هو من إعداد الباحث.

النتائج: وجود علاقة قوية بين مفهوم الذات، والطمأنينة الانفعالية كما اتضح من نتائج الدراسة أن: درجة الشعور بالأمن والطمأنينة تزداد عند الأفراد كلما كانت المفاهيم عن الذات أكثر ايجابية و أن كلا من المتغيرين يعتمد على الآخر.

كما أكدت وجود فروق في درجة الشعور بالأمن النفسي بين جماعات مفهوم الذات.

- دراسة " موسى رشاد، و باهي أسامة (1989)"<sup>1</sup>

عنوان الدراسة:

"النسق القيمي و علاقته بالطمأنينة الانفعالية "

هدف الدراسة: الكشف عن العلاقة بين متغيرين يعملان كقوة موجهة لسلوك الفرد و هما مفهومي القيم والطمأنينة الانفعالية، و نوع العلاقة التي تربط بينهما.

عينة الدراسة: : تكونت عينة الدراسة من (92) طالبا من كلية التربية بجامعة الأزهر، الفرقة الرابعة في التخصصات التالية: التاريخ و الجغرافيا، الدراسات الإسلامية.

أدوات الدراسة استخدم الباحثان كل من اختبار القيم و هو من إعداد ( ألبورت و فيرنون) و قام بتعريبه عطية هنا، واستفتاء (ماسلو) للطمأنينة الانفعالية .

النتائج: دلت نتائج الدراسة على اختلاف النسق القيمي باختلاف درجات الأفراد على مقياس الطمأنينة الانفعالية، أي ان النسق القيمي يؤثر و يتأثر بالطمأنينة الانفعالية.

- دراسة "سامية محمد (2001)"<sup>2</sup>

عنوان الدراسة:

"المناخ الدراسي و علاقته بالتحصيل و الطمأنينة النفسية "

<sup>1</sup> - موسى رشاد، و باهي أسامة: النسق القيمي وعلاقته بالطمأنينة الانفعالية، مجلة الأبحاث التربوية والنفسية، العدد 14، 1989، ص97

<sup>2</sup> - سامية محمد: المناخ الدراسي و علاقته بالتحصيل و الطمأنينة النفسية لدى طالبات كلية التربية للبنات ، مجلة كلية التربية ، جامعة عين شمس، العدد 25، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، 2001

هدف الدراسة: التعرف على العلاقة بين الطمأنينة النفسية و المناخ الدراسي و التحصيل العلمي لدى الطالبات الجامعيات بكلية التربية بالرياض.  
عينة الدراسة: تكونت العينة من (232) طالبة من طالبات الفرقة الرابعة في جميع التخصصات الأدبية .

أدوة الدراسة: مقياس الاتجاه نحو المناخ الدراسي الجامعي من اعداد الباحثة، مقياس الطمأنينة النفسية من إعداد ماسلو، و تعريب فاروق عبد السلام.  
النتائج: و جود فروق دالة إحصائيا بين المناخ الدراسي و الطمأنينة النفسية، أي أنه كلما كان المناخ الدراسي ايجابيا كلما زادة درجة الشعور بالطمأنينة النفسية .

### - دراسة "زينب الشقير(1996)"<sup>1</sup>

#### عنوان الدراسة:

" القيمة التنبؤية لبعض الحالات الإكلينيكية المختلفة من الطمأنينة النفسية والتفاؤل والتشاؤم لدى طلبة الجامعات "

هدف الدراسة: التعرف على العلاقة بين الطمأنينة النفسية والتفاؤل والتشاؤم، بالإضافة إلى دراسة تأثير الجنس وتأثير الحالة الصحية من حيث شعور الفرد بالاكتئاب، التعصب، الاضطرابات السيكوسوماتية على هذه المتغيرات، كما تحاول التنبؤ بالحالة الصحية المرضية من خلال متغيرات الدراسة.

عينة الدراسة: وذلك على عينة قوامها (450) طالب وطالبة من طلاب السنة السادسة في كلية الطب بجامعة.

أدوة الدراسة: مقياس الطمأنينة النفسية من إعداد مجموعة من المتخصصين بكل من مستشفى الصحة النفسية بالطائف وجامعة أم القرى بمكة عام (1993) عن اختبار الطمأنينة الانفعالية لماسلو. مقياس التفاؤل والتشاؤم من إعداد أحمد عبد الخالق وسيد الأنصاري(1993) ، و مقياس التعصب من إعداد لويس مليكة (1986) عن اختبار مينوستا للشخصية ، و مقياس الاضطرابات السيكوسوماتية أعده محمود أبو النيل

<sup>1</sup> - شقير، زينب: القيمة التنبؤية لبعض الحالات الإكلينيكية المختلفة من الطمأنينة النفسية ، والتفاؤل والتشاؤم ، مجلة كلية التربية ، جامعة طنطا، العدد 23، 1996.

(1983) عن دليل كورنيل. مقياس بيك للاكتئاب من إعداد أحمد عبد الخالق ورشاد موسى (1991)

النتائج: عدم وجود علاقة دالة بين الطمأنينة النفسية وبين كل من التفاؤل والتشاؤم وجود علاقة سالبة بين قلق الموت وكل من الطمأنينة النفسية والتفاؤل وجود علاقة موجبة بين التشاؤم وقلق الموت كما وضحت النتائج أنه ليس هناك تأثير للجنس على درجة الطمأنينة النفسية. كما أن هناك تأثير سلبي للحاجة الصحية المرضية على درجة الطمأنينة النفسية. هناك تأثير للجنس على درجة التفاؤل كما أن له تأثير على درجة التشاؤم.

- دراسة " فهد الدليم (1425هـ) "

عنوان الدراسة:

**" الطمأنينة النفسية وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة "**

هدف الدراسة: هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن طبيعة العلاقة الموجودة بين الإحساس بالطمأنينة النفسية والشعور بالوحدة النفسية في أوساط طلبة جامعة الملك سعود بالرياض ، ومدى وجود فروق بين الذكور والإناث ، أو طلبة الكليات العلمية والنظرية في الإحساس بالطمأنينة النفسية والوحدة النفسية .

عينة الدراسة: عينة قصديه مكونة من 288 طالب وطالبة في سنتهم الجامعية الأولى، من طلبة جامعة الملك سعود بالرياض.

أدوات الدراسة: مقياسي الطمأنينة النفسية مشتق من مقياس (ماسلو) ، و مقياس الوحدة النفسية من إعداد رسل (Rusel,1982).

النتائج: وجد أن هناك فروقاً دالة بين طلبة التخصصات العلمية والأدبية حيث إتضح أن طلبة الكليات العلمية أكثر إحساساً بالطمأنينة ، كما كشفت بيانات الدراسة عن وجود فروق دالة بين الطلاب والطالبات في درجة الشعور بالوحدة النفسية حيث ظهر أن الذكور أكثر شعور بالوحدة من الإناث أما على مستوى التفاعل بين الجنس والتخصص فلم تظهر الدراسة تفاعلاً دالاً على الشعور بالطمأنينة النفسية أو الوحدة النفسية

- دراسة "جبر محمد جبر(1996)"<sup>1</sup>

## عنوان الدراسة:

**"بعض المتغيرات الديمجرافية المرتبطة بالأمن النفسي"**

هدف الدراسة: هدفت إلى التعرف على العلاقة بين الأمن النفسي وبعض المتغيرات مثل الجنس، السن، الحالة الاجتماعية، مستوى التعليم. و اعتبر الباحث الطمأنينة الانفعالية أحد مكونات الأمن النفسي.

عينة الدراسة: أجريت الدراسة على عينة من ( 342 ) فردًا من الذكور والإناث البالغين من مستويات تعليمية واجتماعية مختلفة، منهم ( 252 ) متزوجون و (95) من غير المتزوجين.

أدوة الدراسة: استخدم الباحث اختبار ماسلو للأمن النفسي.

النتائج: عدم وجود فروق دالة إحصائية في مستويات الأمن النفسي بين الذكور والإناث، وزيادة الشعور بالأمن مع تقدم السن وزيادة المستوى التعليمي.

يعكس الأداء على اختبار ماسلو للأمن النفسي وأظهرت النتائج أن مستوى الأمن النفسي يرتفع بالتقدم في السن ويرتفع لدى المتعلمين عن غير المتعلمين، كما أوضحت الدراسة عدم وجود فرق بين الذكور والإناث في الأمن النفسي.

## ثانيا- الدراسات الأجنبية:

- دراسة "جون روبرت و آخرون (John Robert,et al)" عام 1995<sup>2</sup>

## عنوان الدراسة:

**"العلاقة بين الطمأنينة النفسية و الاكتئاب النفسي"**

هدف الدراسة:و كان الهدف منها الكشف عن طبيعة العلاقة بين مستوى الشعور بالأمن النفسي الناجم عن العلاقة مع الأبوين و ظهور أعراض الاكتئاب النفسي عند البالغين و الكشف عن مستوى الشعور بالأمن النفسي كوسيط بين الاتجاه نحو الاختلال الوظيفي و انخفاض مستوى تقدير الذات.

<sup>1</sup> - جبر محمد جبر :بعض المتغيرات الديمجرافية المرتبطة بالأمن النفسي ، مجلة علم النفس،العدد390 ،السنة 10، الهيئة المصرية العامة للكتاب، 1996،ص82

<sup>2</sup> - Robert, John E:Adult Attachment Security And Symptoms Of Depression , Vol 70 , No2 , 1996

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من من (144) فرد من الطلبة الجامعيين غير الخرجين من بينهم (88) طالبة، و عينة دراسة ثانية تكونت (218) طالب من جامعة (تسيزمي) ، و (119) طالبة من جامعة (نورث و استرن) من الولايات المتحدة الأمريكية.

أدوة الدراسة: مقياس الطمأنينة النفسية لماسلو، مقياس الاكتئاب، مقياس تقدير الذات، مقياس الاختلال الوظيفي.

النتائج:

- وجود علاقة بين عدم التمتع بالعلاقة الحميمة مع الوالدين و النقص في مستوى الشعور بالطمأنينة، بالاتجاه نحو الاختلال الوظيفي.
- وجود علاقة بين الاختلال الوظيفي و انخفاض مستوى تقدير الذات
- وجود علاقة مباشرة بين مستوى تقدير الذات و زيادة أعراض الاكتئاب
- انعدام الطمأنينة قد يؤدي إلى ظهور أعراض الاكتئاب في سن البلوغ من خلال انخفاض مستوى تقدير الذات لدى البالغين.

- دراسة " وايت و فوغرت (Vogarty & White) " عام 1994<sup>1</sup>

عنوان الدراسة:

" الاختلافات بين القيم والشعور بالطمأنينة لدى طلاب الجامعات "

هدف الدراسة: التعرف على في مستوى الطمأنينة و علاقته بالتوافق و اختلاف القيم لدى الطلاب الاستراليين والأجانب في الجامعات الأسترالية

عينة الدراسة: كانت العينة تتكون من ( 218 ) طالبًا، منهم ( 112 ) طالبًا أستراليًا، و

(106) طالبًا أجنبيًا.

أدوة الدراسة: مقياس الامن لماسلو، و اختبار القيم.

النتائج:

<sup>1</sup> - Fogarty, & White: Differences between Values of Australian Aboriginal and Non-Aboriginal Students , Journal of Cross Cultural Psychology, Vol 25 ,1994,p394-408

أظهرت النتائج أن الطلاب الأجانب أكثر شعورًا بالأمن النفسي وأكثر تفوقًا من الطلاب الأستراليين، وأنهم أكثر تركيزًا على القيم المتعلقة بالعادات والتقاليد.

### 3-8 التعليق على الدراسات السابقة:

بعد استعراضنا للدراسات السابقة نلاحظ مايلي:

- هدفت بعض الدراسات السابقة إلى إظهار العلاقة بين ظاهرة الاغتراب و بعض المتغيرات كالسن، و الجنس، و المستوى الدراسي، و المستوى الاجتماعي، الاقتصادي و البعض الآخر حاول معرفة الفروق في الاغتراب بين العينات؛ كما أنهم تناولوا موضوع الطمأنينة النفسية تقريبا بنفس الطريقة.
- اعتمدت بعض الدراسات على مقاييس من اعداد الباحثين انفسهم و البعض الآخر على مقاييس منجزة من قبل.
- اختلفت الدراسات السابقة فيما بينها من حيث البيئة و المجتمعات بين عربية و اجنبية.
- تناولت بعض الدراسات السابقة العلاقة بين الطمأنينة النفسية و متغيرات أخرى مثل التوافق، المناخ الاجتماعي و غيرها من المتغيرات
- تناولت بعض الدراسات العلاقة بين الاغتراب و متغيرات اجتماعية و نفسية مختلفة.
- حاولت معظم الدراسات تفسير النتائج على ضوء قوة العلاقة بين متغيرات الدراسة.
- معظم الدراسات التي تعرضنا إليها تناولت عينات من طلاب الجامعات، و بعضها الآخر من المدارس سواء كانوا اساتذة و معلمين أو تلاميذ.

- أظهرت الدراسات أن الاغتراب و الطمأنينة النفسية لا يرتبط بالمجمعات المتقدمة أو النامية بل أنها تظهر في كل المجتمعات
- بينت نتائج الدراسات أن الاغتراب و الطمأنينة النفسية ترتبط ببعض المتغيرات و لا ترتبط بمتغيرات أخرى
- تعددت مناهج و أدوات و الأساليب الإحصائية (مقاييس) المتبعة في الدراسات .
- اختلفت النتائج المتوصل إليها باختلاف طبيعة البيئة التي تمت فيها الدراسات.

#### 4-8 أوجه التشابه و الاختلاف بين الدراسة الحالية و الدراسات السابقة:

من حيث الهدف: تهدف هذه الدراسة للتعرف على طبيعة العلاقة بين الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية لدى الطلبة الجامعيين لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية ، و كذلك التعرف على أهم مظاهر الاغتراب النفسي المميزة العينة من خلال الفروق المعنوية و النسب المئوية لهذه المظاهر.

متغيرات الدراسة: لقد تشابهت هذه الدراسة مع بعض الدراسات الأخرى من حيث بعض المتغيرات مثل الجنس المستوى الدراسي في الجامعة، و لكنها انفردت بدراسة متغير نظام التكوين في الجامعة حيث إنها الدراسة الوحيدة التي عنت ببعض الجوانب النفسية لدى نظامين مختلفين و هما النظام الكلاسيكي في التكوين، و نظام ل.م.د في التكوين.

من حيث المنهج: تتشابه دراستنا الحالية مع معظم الدراسات السابقة في استخدام المنهج الوصفي إلا أن هناك دراسات قليلة استخدمت المنهج التجريبي

أدوات الدراسة: لقد تشابهت هذه الدراسة و اختلفت مع عديد الدراسات من حيث أدوات الدراسة و الطرق الإحصائية المستخدم حيث تم استخدام ماسلو لقياس الطمأنينة النفسية ، و مقياس سميرة أبكر لقياس الاغتراب النفسي للمرحلة الجامعية.

أما الطرق الإحصائية فقد استخدم اختبار (ت) استندنت لقياس الفروق، تحليل التباين الأحادي، الاختبار المتعدد لأقل فروق معنوية (LSD)، النسب المئوية، المتوسطات الحسابية، الانحراف المعياري، الأعمدة البيانية..

العينة: تختلف هذه الدراسة مع بقية الدراسات الأخرى من حيث عينة البحث و المكان حيث إن هذه الدراسة أجريت على طلبة التربية البدنية و الرياضية ببعض جامعات شرق الجزائر.

# الجانب النظري

# الفصل الأول :

## الإنخراط الرابع النفسي

تمهيد.

- 1- مفهوم الاغتراب النفسي.
- 2- مراحل تطور مفهوم الاغتراب.
- 3- الاغتراب عند بعض الفلاسفة و المفكرين.
- 4- الأسباب و العوامل المؤدية إلى الاغتراب.
- 5- مظاهر الاغتراب النفسي.
- 6- أنواع و أشكال الاغتراب.
- 7- الاغتراب في ضوء بعض النظريات.
- 8- الاغتراب و علاقته بشباب الجامعة.
- 9- الاغتراب وظاهرة العولمة.
- 10- الاغتراب في ضوء التصور الإسلامي (الديني).

خلاصة.

**تمهيد:**

إزداد إهتمام الباحثين خلال النصف الثاني من القرن العشرين بدراسة الاغتراب كظاهرة انتشرت بين الأفراد في المجتمعات المختلفة ، وربما يرجع ذلك إلى ما لهذه الظاهرة من دلالات قد تعبر عن أزمة الإنسان المعاصر ومعاناته وصراعاته الناتجة عن تلك الفجوة الكبيرة بين تقدم مادي يسير بمعدل هائل السرعة ، وتقدم قيمي ومعنوي يسير بمعدل بطئ الأمر الذي أدى بالإنسان إلى الشعور بالصراع و عدم الفهم حيال واقع الحياة في هذا العصر ، بل وربما النظر إلى هذه الحياة وكأنها غريبة عنه ، أو بمعنى آخر الشعور بعدم الانتماء إليها ، ولعل ذلك يبرر انتشار استخدام مفهوم الاغتراب في الموضوعات التي تعالج مشكلات الإنسان المعاصر، حيث ان هذه الظاهرة المميزة للإنسان المعاصر طغت على المثقف قبل باقي فئات المجتمع و بهذا اخترقت الجامعات و سيطرت على الطلاب لتصبح مسألة دراستها و تسليط الضوء عليها ضرورة بل واجب محتم في ظل غياب نظرة إنسانية متوازنة وشاملة ثقافيا.

**1- مفهوم الإغتراب النفسي:**

**1-1 الإغتراب لغة:** تزخر اللغة العربية باستخدامات عديدة لمصطلح الاغتراب والشيء الملفت للنظر في هذه الاستخدامات، أنها تشير لقدر من الاتفاق فيما بينها وبين الاستخدامات المختلفة في تراث اللغات الأجنبية، خاصة في جوانبها المتعلقة بالانفصال، وغربة النفس، و الخضوع.<sup>1</sup>

و يقال اغترب الشيء أي أبعد، و الغربة هي البعد عن وطنه، أي فهو غريب.<sup>2</sup> وقد استخدمت كلمة غربة بمعنى التروح عن الوطن والبعد والانفصال عن الآخرين، و لم تقتصر على البعد المكاني وإنما تعدت هذا إلى التعبير عن مشاعر الخوف والرجاء والشوق والحنين وترقب الموت.<sup>3</sup>

ويرجع استعمال كلمة الاغتراب إلى المرادف اللاتيني لكلمة (Alienare) فالمرء بوسعه أن يتحدث في اللغة اللاتينية عن (Alienation Mentis) أو بصورة أكثر دقة عن (Alienato) وذلك فيما يتعلق بحالة فقدان الوعي أو قصور القوى العقلية أو الحواس لدى المرء ، كما هو الحال على سبيل المثال في نوبات الصرع ،وقد استخدم الاغتراب في اللغة الإنجليزية الوسيطة في نفس الصدد حيث أن الغريب هو من نأى عن العقل وهذا فيما يتعلق بالاغتراب بمعنى الاضطراب العقلي و فتور العلاقة الودية مع شخص آخر، أو في حدوث انفصال، أو جعل شخص ما مكروها، كما يمكن أن يشير فعل Alienation إلى الوضع الناشئ عنها؛ وتوحي كلمة الغروب والاغتراب بالضعف والتلاشي فهي عكس النمو الذي منه الانتماء ، و الاغتراب أيضاً يكون بفقدان السند وبالتالي بالضعف.<sup>4</sup>

**1-2 الاغتراب اصطلاحاً: استخدمت كلمة الإغتراب للدلالة على العديد من المعاني منها**

ما يشير الى أن الاغتراب هو تلك الفجوة أو التباعد بين الفرد ونفسه، أو إنهيار أي

<sup>1</sup> - علي السيد شتا : نظرية الاغتراب من منظور الاجتماع ، دار عالم الكتب للنشر والتوزيع ، الرياض ، 1984، ص25

<sup>2</sup> - مجمع اللغة العربية: المعجم الوجيز ،وزارة التربية و التعليم،مصر،1994،،ص447

<sup>3</sup> - فايز الحديدي :مرجع سابق ذكره،ص37

<sup>4</sup> - حسن منصور:الانتماء والاغتراب،" دراسة تحليلية"، دار جرش للنشر والتوزيع، الأردن، 1989، ص 19

علاقات اجتماعية أو بينيه شخصية، والتباعد بينه وبين الآخرين، وما يتضمنه ذلك من تباعد أو غربة للفرد.<sup>1</sup>

وفي ذخيرة العلوم يشير **كمال دسوقي** أن الاغتراب هو شعور بالوحدة و انعدام علاقات المحبة مع الآخرين، و افتقاد هذه العلاقات خصوصا عندما تكون متوقعة. فهو ضرب من الإدراك الخاطئ فيه تظهر المواقف والأشخاص المعروفة من قبل وكأنها غير مألوفة؛ كما تشير إلى انفصال الفرد عن الذات الحقيقية بسبب الانشغال العقلي بالمجردات وبضرورة مجاراة رغبات الآخرين وما تمليه النظم الاجتماعية فاغتراب الإنسان المعاصر عن الغير وعن النفس هو أحد الموضوعات المسيطرة على فكر الوجوديين<sup>2</sup>. فمن الناحية الاجتماعية فيقصد بها التعبير عن الإحساس الذاتي بالغربة أو الانسلاخ سواء عن الذات أو الآخرين. أما المعنى الديني لها فيمكن في انفصال الإنسان عن الله وذلك بارتكاب الخطايا والمعاصي، أما المعنى القانوني لها فإنه يشير إلى تحويل أو نقل ملكية شيء ما إلى شخص آخر<sup>3</sup>

## 2- مراحل تطور مفهوم الاغتراب:

من الناحية التاريخية كان لمصطلح الاغتراب (Alienation) استخدامات متنوعة في التراث الديني والفلسفي والسيكولوجي، حيث ظهرت فكرة الاغتراب بمعناه الحالي خلال العصور الوسطى، حيث ظهر بعد ذلك تنوع في استخدام مصطلح الاغتراب كنتيجة مصاحبة لاختلاف الاتجاهات الفلسفية والسيكولوجية و السوسيولوجية التي اهتمت بتناول هذا المفهوم منذ أول استخدام فلسفي له في نظرية العقد الاجتماعي. إلا أن معظم التحليلات المعاصرة تكاد تجمع على أن أول استخدام منهجي منظم لمصطلح الاغتراب جاء به **هيجل** في الفلسفة المثالية الألمانية في أواخر القرن الثامن عشر ومستهل القرن التاسع عشر. وبعد ذلك استخدم **ماركس** مصطلح الاغتراب في مخطوطات (1844) وفي أجزاء أخرى من مؤلفه (رأس المال) وذلك في تحليله لطبيعة العلاقات الاجتماعية في النسق الرأسمالي للإنتاج.<sup>4</sup>

<sup>1</sup> - عبد الحميد جابر، و علاء الدين الكفاقي: معجم علم النفس والطب النفسي، دار النهضة العربية، القاهرة، 1988، ص52

<sup>2</sup> - كمال الدسوقي: ذخيرة علوم النفس، الدار الدولية للنشر والتوزيع القاهرة، 1988، ص37

<sup>3</sup> - شاخت ريتشارد: الاغتراب، ترجمة كامل يوسف حسين، المؤسسة العربية للدراسات والنشر، بيروت، 1980، ص64

<sup>4</sup> - علي الزغل و آخرون: الشباب والاعتراب، "دراسة ميدانية شمال الأردن"، مؤته للبحوث والدراسات، المجلد5، العدد2، 1990، ص48

ولقد بين محمود رجب أن مفهوم الاغتراب مر بثلاث مراحل هامة<sup>1</sup> :

- مرحلة ما قبل هيجل: ويحمل مفهوم الاغتراب معاني مختلفة تكمن في السياق القانوني (الانفصال و التشيؤ) وتحول الملكية من صاحبها إلى آخر، والسياق نفسي الاجتماعي بمعنى انفصال الإنسان عن ذاته ومخالفته لما هو متعارف عليه في المجتمع، أما السياق الديني فهو انفصال الإنسان عن ربه وهذا المعنى يتعلق بانفصال الإنسان عن الله، أي يتعلق بالخطيئة و ارتكاب المعصية<sup>2</sup>.

- مرحلة هيجل: لقد أستخدم هيجل مفهوم الاغتراب استخداما ذو طابع مزدوج أي أستخدمه كإشارة إلى سلب المعرفة وسلب الحرية، وكان هيجل أول من أستخدم المفهوم بهذا المعنى المزدوج و ذلك عندما أشار إلى أنه "عندما يكبح الوعي الذاتي ملاذه ولا يبالي بها يكشف عن الحرية البسيطة لذاته، فالروح المغتربة هي التي يكون وعيها ذا طبيعة منقسمة و مزدوجة ومجرد كائن متضاد"<sup>3</sup>.

- مرحلة ما بعد هيجل: بدأت تظهر الأحادية للمصطلح، كما أخذ المصطلح ينسلخ من بعديه السلبي والايجابي وأصبح يقصد به معنى السلب، ومن أبرز المفكرين الذين عبروا عن ذلك "كارل ماركس"،الذي أخذ من هيجل فكرة الاغتراب واستخدمه بمعناه الانطولوجي المأخوذ من الطبيعة أو الوجود الإنساني، كما ترجع جذور فكرة الاغتراب إلى الميتاسيكولوجيا التي تصبح أساسا مبنية على فكرة "هيجل"، أما الفيلسوف الألماني "فرويباخ" فقد نقل هذا المفهوم من الفكر الوجودي إلى الفكر المادي<sup>4</sup>.

### 3- الاغتراب عند بعض الفلاسفة و المفكرين:

إن تكلمنا على بعض المفكرين و الفلاسفة و خاصة الذين سيتم شرح أفكارهم حول الاغتراب يعتبرون هم الذين طوروا معنى الاغتراب في شتى المجالات ووضعوا له لبنة

1- محمود رجب: الاغتراب، سيرة مصطلح، دار المعارف، القاهرة، 1986، ص20

2- شاخت، ريتشارد: مرجع سابق ذكره، ص64

3- محمود رجب: مرجع سابق ذكره، ص20

4- محمد خضر: الاغتراب والتطرف نحو العنف، "دراسة نفسية اجتماعية"، دار غريب، القاهرة، 1999، ص28

البداية و البحث حيث يعتبرون هم الأوائل الذين اهتموا به و حاولوا أن يضعوا له تفاسير منطقية تتلاءم مع المجتمع و الحالات النفسية للإنسان.

و يمكن القول أن الاغتراب ظاهرة إنسانية لها وجود في مختلف أنماط الحياة الاجتماعية. وعلى الرغم من حداثة دراسة الاغتراب كظاهرة نفسية تعبر عن معاناة الإنسان وصراعه مع ذاته ومجتمعه، إلا أن مفهوم الاغتراب لا يعد جديداً، فقد تناول موضوع الاغتراب العديد من الباحثين والمفكرين بالبحث والدراسة، فصدرت عنهم الكثير من المؤلفات والنشرات حول موضوع الاغتراب، وفيما يلي عرض لأبرز أفكار و مفاهيم هؤلاء المفكرين حول الاغتراب:

أ- **الاغتراب عند هيجل** : يعد هيجل أبرز المتحدثين عن الانفصال المتأصل في وجود الإنسان كفاعل وكموضوع لأفعال الآخرين ، ولقد شاع استخدام الاغتراب بمعنى الانفصال في الفلسفة المثالية الألمانية، التي أصلت حالة الانفصال وأقامت نسفاً من الثنائيات المتقابلة، وقد ميز **هيجل** بين أنواع الاغتراب العديدة على مستوى الشخصية والنظم الاجتماعية والثقافية، وأثار قضية جوهرية وهي أن اغتراب الشخصية يكمن في الصدام بين ما هو ذاتي وما هو واقعي. أي هو صراع من أجل إثبات الذات أو الحصول على اعتراف الآخر (بالأنا) دون أن يكون في وسع (الأنا) إنكار حق الآخر في الوجود والبقاء حيث يرى **هيجل** أن الاغتراب " واقع وجودي متجذر في وجود الإنسان فثمة انفصام موروث بين الفرد بوصفه ذات مبدعة خلاقة تريد أن تكون وأن تحقق ذاتها وبين الفرد موضوعاً دائماً تحت تأثير الغير و استغلالهم"<sup>1</sup>. لقد استخدم **هيجل** مفهوم الاغتراب استخداماً ذو طابع مزدوج أي استخدمه كإشارة إلى سلب المعرفة وسلب الحرية، وكان **هيجل** أول من استخدم المفهوم بهذا المعنى المزدوج، حيث ان مناقشات **هيجل** لحركة الكيان الإنساني من الشعور الغير ناضج للعمومية أو العالمية إلى الشعور القوي بالفردية والذاتية تعد أساساً جوهرية لكل المسائل الروحية وهذه تقود بالنتيجة إلى شعور واقعي حقيقي للاغتراب النفسي من الأشياء الداخلية الفطرية إلى نهاية التنافر والتنازع، وهذا ما يجسد في حقيقة الأمر الاغتراب كإنفصال وهو ينشأ نتيجة ظروف تاريخية بالغة السوء

<sup>1</sup> - محمود رجب: الاغتراب، منشأة المعارف المصرية، القاهرة، 1978، ص574

ويتميز أساسا بفقدان الحرية والوحدة. أما الاجتراب كمحيط فهذا يتأتى من حركة النمو الإنساني وتطورها المتمثل بالاستقلالية من الالتزامات الاجتماعية وقوانينها وما تؤدي إليه هذه الاستقلالية من غربة على الصعيد الروحي. إن هيجل ينظر إلى الاجتراب عن الذات باعتباره النتيجة التي تلزم عن الاجتراب عن البنية الاجتماعية مما يعني أن الاجتراب عن الذات هو المصاحب للاجتراب عن البنية الاجتماعية فحينما يشعر المرء أن البنية الاجتماعية بالنسبة له شيء آخر، ينشأ في الوعي عدم تطابق بين الذات والبنية وعندئذ يغرب الفرد نفسه و عن طبيعته الجوهرية ويصل إلى أقصى درجات التنافر مع ذاته<sup>1</sup>.

**ب- الاجتراب عند كارل ماركس :** ويعتبر "Karl Marx" أول من تناول الاجتراب باعتباره ظاهرة اجتماعية اقتصادية سواء من حيث نشأتها أو تطورها، وباعتباره مفهوما علمانيا ماديا. فقد استقى ماركس مفهوم الاجتراب من أعمال هيجل، و كانت نقطة الانطلاق في تفكيره السياسي والاجتماعي هي فكرة اجتراب الإنسان عن الدولة كمواطن، و قد تدرج حتى وصل إلى فكرته الأساسية عن الاجتراب، وهي اجتراب الإنسان عن العمل من خلال فهمه للنظام الاقتصادي، حيث اهتم ماركس في دراسته للمجتمع بالواقعية والشمولية، وأن الإنسان أهم محور بالذات في العمليات الاقتصادية، و يرى ان الاجتراب الذي يصاحب العمليات الإنتاجية يكون من أربعة زوايا هي: اجتراب العامل عن ناتج عمله؛ و اجتراب العامل عن عمله؛ و اجتراب العامل عن نفسه؛ و اجتراب العامل عن الآخرين. و من هذا المنطلق ركز ماركس على الاجتراب كظاهرة تاريخية تتعلق بوجود الإنسان في العالم، حيث إن مصدر الاجتراب عنده هو الإنسان وليس التكنولوجيا، فالإنسان هو الذي يصنع ويضع الجهد لإنتاج الأشياء التي لا يملكها فعلا الأمر الذي يسبب الاجتراب لديه، وأن الحل المناسب لهذا الموضوع يتمثل في الاشتراكية والتي يتحرر فيها الإنسان من تبعية المال والملكية الفردية. وما يهمنا هنا هو اجتراب الذات عند ماركس والذي يعني به انفصال الفرد عن ذاته الإنسانية الحقيقية أو الطبيعة الجوهرية، وهنا يتطابق اجتراب الذات بصورة فعلية مع نزع إنسانية الإنسان،

<sup>1</sup> - محمد عباس: الاجتراب و الإبداع الفني، دار غريب للطباعة والنشر، القاهرة، 2004، ص43

فالإنسان من منظور ماركس تغترب ذاته إذا لم تفصح حياته عن سمات الحياة الإنسانية الحق، وهذه السمات تتمثل في الفردية، والتمتع بالحساسية، والاجتماعية، ويرجع الفضل إلى ماركس في تحويله إلى أداة للتفسير في الاستقصاءات الاجتماعية، والسياسية، إلا أن تركيزه على ما كان في تحليل العمل<sup>1</sup>.

**ج- الاجتراب عند روسو:** وقد أشار روسو إلى المفهوم القانوني للاجتراب مؤكدا على مسألة التنازل أو التخلي، حيث يتنازل الأفراد عن بعض أو كل حقوقهم وحررياتهم للمجتمع، وذلك بحثًا عن الأمن الاجتماعي في إطار المجتمع، ويعد روسو من أبرز الفلاسفة الذين تحدثوا عن الاجتراب قبل هيجل، ويتحدث في كتابه "العقد الاجتماعي" عن الاجتراب ليشمل معنيين هما المعنى الإيجابي؛ وفيه يقول روسو أن الاجتراب هو تلك العملية التي من خلالها يقدم كل شخص ذاته للجماعة لتكون تحت توجيه الإرادة العامة، وتصبح جزءا من الكل، وبذلك يكون الاجتراب هنا عاما يضع فيه الإنسان ذاته من أجل هدف كريم للجماعة. أما المعنى السلبي فيرى روسو أن الحضارة قد سلبت الإنسان ذاته وجعلته عبدا للمؤسسات الاجتماعية التي أنشأها وأصبح تابعا لها، من هنا يفقد الإنسان التناغم العضوي فتحدث المشاكل بين ما ينبغي أن يكون عليه الإنسان وبين ما يكون عليه بالفعل وبذلك يحدث الاجتراب<sup>2</sup>.

**د- الاجتراب عند إيريك فروم:** ويعتبر من أكثر المحللين النفسيين الذين ناقشوا ظاهرة الاجتراب بشكل مطول وواسع قياسا بالآخرين من المعاصرين، حيث أنه يعتبر ظاهرة الاجتراب ظاهرة سلبية وهذا ما قاده إلى استخدام المفهوم بشكل غير واضح أو مميز وبالصورة التي تجعل الفرد غير قادر على أدراك كينونته كمفهوم، فقد أستخدم الاجتراب بشكل متبادل ومتغاير مع مجموعة متباينة من المفاهيم الأخرى.<sup>3</sup>

كما استخدم في شرحه لهذا المفهوم مصطلحات عديدة، وأقر أن هيجل هو الذي صاغ مفهوم الاجتراب، وأن هيجل و ماركس قاما بإرساء أساس فهم مشكلة الاجتراب، وأنه يحاول تطبيق مفهوم ماركس عن الاجتراب على الموقف المعاصر، حيث أن ظاهرة

<sup>1</sup> - محمد عاطف: الإنسان والاجتراب، سعد الدين للطباعة والنشر، دمشق، 1997، ص118

<sup>2</sup> - محمود رجب: الاجتراب سيرة ومصطلح، ط4، دار المعارف، القاهرة، 1993، ص33

<sup>3</sup> - اريك فروم: الاجتراب، ترجمة حسن محمد حماد، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع، بيروت، 1995، ص37

الاعتراب عند فروم يمكن إرجاعها إلى جذورها التاريخية في أفكار العهد القديم وخاصة في سفر التكوين منذ بداية الخلق، حيث يشير فروم إلى الشقاق الذي يحدث بين الله والإنسان نتيجة السقوط في الخطيئة أو الترددي في المعصية، وبالتالي يحدث الاعتراب لدى الإنسان، وهو ما قصد به فروم اعتراب الإنسان عن الله. وقد استخدم فروم اصطلاح الاعتراب في كافة مجالات الحياة المعاصرة بصورة فعلية، حيث تناول الاعتراب في: اعتراب الإنسان عن الطبيعة حيث أن الإنسان قادر على تجاوز الطبيعة و ذلك بما يملكه من ناصية للعقل و وعي للذات و تؤدي عملية الانفصال عن الطبيعة إلى اعتراب الإنسان عنها وعن الآخرين. و اعتراب الإنسان عن المجتمع حيث أن هيكل المجتمع قد أسس على نحو يجعل معه الأفراد مغتربين بطرق مختلفة، أي أنه أرجع اعتراب الإنسان إلى الهيكل الاقتصادي السياسي المعاصر، وأن قهر الاعتراب يكون من خلال إجراء التغييرات اللازمة في جوانب النظام. اعتراب الإنسان عن ذاتها إذ ركز على بعض المعاني الخاصة، مثل الإرادة والاستقلال عن التوجيه الخارجي، ويتمثل الاعتراب عن الذات حسب تصوره في شيء مماثل لانعدام أو افتقاد الشعور بالذات وبالغفوية والفردية<sup>1</sup>

**هـ- الاعتراب عند إميل دروكايم:** حيث تناول مفهوم الاعتراب في سياق تحليله لما أسماه بظاهرة الأنومي (Anomie) أو تحلل المعايير، حيث أنه يعتقد بأن سعادة الإنسان لا يمكن تحقيقها بشكل تام ما لم تكن حاجات الفرد متناسبة أو متوازية مع الوسائل التي يمتلكها لإشباعها، ويؤكد بأن الحضارة الصناعية التي تسير بخطوات سريعة تعاني من مرض (الأنومي) أو فقدان المعايير وأن هذا فقدان يؤدي بالنتيجة إلى تشويه والقضاء على الحياة المتسمة بالعمل السليم من أجل الفرد والمجتمع، ويذهب إلى القول كذلك بأن العالم الصناعي والديمقراطية الجماهيرية والنزعة العلمانية قد أدت إلى النزعة الفردية التي سادت التاريخ المعاصر والتي بدت مظاهرها في اليأس والوحدة وخوف الذات و اكتئابها وقلقها الزائد<sup>2</sup>. و بالتالي أهتم بقضية العلاقة بين الحرية والضرورة وعلق عليها بقوله "أن فهم العلاقة بين الذات والموضوع، هو المدخل السليم لفهم العملية الاجتماعية، إذ أن عوامل أضعاف المجتمع أدت إلى انفصال الفرد عن العوامل التي توجه تبعية الفرد

<sup>1</sup> - شاخت ريتشارد: مرجع سابق ذكره، ص 112

<sup>2</sup> - عبد الله عويدات: مظاهر الاعتراب عند معلمي المرحلة الثانوية في الأردن، دراسات العلوم الإنسانية، المجلد 22، عمان، 1995، ص 22

للضمير الجمعي، وفي الوقت الذي لم يأتي أي نظام جديد كبديل بنائي يمارس هذا الدور ويؤدي تلك الوظيفة، والتي أصبحت تعاني من القلق والاكتئاب.<sup>1</sup>

#### 4- الأسباب و العوامل المؤدية إلى الاعتراب:

**1-4 العوامل الذاتية (النفسية):** إن من العوامل المؤثرة في الاعتراب العوامل النفسية لدى الشباب وعدم تقبلهم لذاتهم، حيث تعد معرفة الذات معرفة واقعية بما هي عليه من خصائص وقدرات هي الخطوة الأولى في عملية تأكيد الذات وتحقيقها، بينما تشكل المبالغة أو الخطأ في التعرف على الذات خطورة باتجاه الشذوذ، بحيث تكون نتيجة أعمال من لا يعرف ذاته غير مضمونة. و لا يكفي أن يعرف الإنسان ذاته وإنما عليه أن يتقبل ما عرف مهما كان عليه الأمر. وعدم التقبل الذاتي يؤدي إلى وضع أهداف للحياة ومستويات طموح غير منسجمة مع الإمكانيات المتاحة ، وفي الحالتين خيبة أمل وضعف ثقة وسوء تكيف، كما لا تكفي معرفة الذات بل لابد من تقدير الذات واحترامها وإعطائها قيمة إيجابية و أن يشعر معها الفرد بجدارة كافية لإحراز الرضا الذاتي. و في ذلك ترجع إجلال سري أسباب الاعتراب إلى أسباب نفسية تتمثل بالصراع بين الدوافع والرغبات المتعارضة و الإحباط وما يرتبط به من الشعور بخيبة الأمل والفشل والعجز التام وتحقير الذات<sup>2</sup>. حيث ان تعرض الفرد للإحباط يؤدي به إلى الاعتراب بالإضافة الى التناقض القائم بين طموحاته وقدراته وظروفه وإمكانية تحقيق رغباته وأهدافه حيث ترجع هورني أسباب الاعتراب لدى الإنسان إلى ضغوط داخلية، إذ يوجه معظم نشاطه نحو الوصول إلى أعلى درجات الكمال، حتى يحقق الذاتية المثالية، ويصل بنفسه إلى الصورة التي يتصورها، ويصبح المغترب غافلا عما يشعر به حقيقية، وعما يحبه، أو يرفضه أو يفقده، أي يصبح غافلا عن واقعه ويفقد الاهتمام به ويصبح عاجزا عن اتخاذ قراراته و لا يعرف حقيقية ما يريد، كما يعيش في حالة من اللاواقعية ، وبالتالي في حالة من الوجود الزائف مع نفسه<sup>3</sup>.

#### 2-4 العوامل الاجتماعية:

<sup>1</sup> - علي السيد: نظريات علم الاجتماع ، مؤسسة شباب الجامعة، 1993، ص83  
<sup>2</sup> - إجلال سري: الاعتراب والتغريب الثقافي واللغوي لدى عينة جامعية مصرية، مجلة كلية التربية عين شمس، عدد17 ، القاهرة ، 1993 ، ص77  
<sup>3</sup> - عبد المختار خضر: مرجع سابق ذكره، ص50

أ- الاتصال الاجتماعي: حيث إن المجتمع الذي يعيش به الفرد والثقافة المنتشرة بهذا المجتمع أثر في نشوء الاغتراب لديه؛ حيث ان الأفراد الذين يشعرون بعدم الانسجام والذين يفشلون كذلك في أنماء وتطور مستوى الاتصال الاجتماعي سوف يشعرون حتماً بالاغتراب ويميلون إلى التراجع و الانسحاب من المجتمع ومن تحدياته المختلفة؛ كما ويرجع فروم أسباب الاغتراب إلى طبيعة المجتمع الحديث وهيمنة التكنولوجيا الحديثة على الإنسان وسيطرة السلطة وهيمنة القيم و الاتجاهات والأفكار التسلطية، فحيث تكون السلطة وعشق القوة يكون الاغتراب و بالتالي فان الفرد يشعر باختلال المعايير الاجتماعية التي اصطلح عليها المجتمع<sup>1</sup>.

ب- التنشئة الاجتماعية: تعرف النشأة الاجتماعية "بأنها إعداد الفرد منذ ولادته لأن يكون كائناً اجتماعياً وعضواً في مجتمع معين وبما أن الأسرة هي الجماعة الأولى التي تتلقى الفرد، لذلك تكون آثارها هي الأكثر عمقا في شخصية الفرد، و لقد اهتم العلماء والباحثون بدراسة عملية التنشئة الاجتماعية ومدى التأكيد على أساليب معينة في تربية الطفل إذ قد يؤكد الآباء المحيطون على احترام سلوك معين واكتساب اتجاه معين في حين أن الجماعات الأخرى المحيطة بالطفل قد تؤكد على سلوك آخر واتجاه آخر يناقض تأكيدات المحيطين بالطفل، ويرجع هذا التفاوت في التأكيدات إلى وجود مسافة ثقافية بين التغيير المادي الذي يطرأ بسرعة على المجتمع والذي يسود أساليب المعيشة باستخدام المبتكرات الحديثة، وبين التغيير في عقولنا وأفكارنا وعاداتنا. كما أن للاغتراب صوراً أخرى تتمثل في غياب المعايير أو ضعفها واهتزازها في المجتمع وبالتالي عند أفرادها، كما أن الاغتراب يمكن أن يظهر في صورة انعدام السلطة، أو نقص وضعف القوة الاجتماعية معنى إحساس الشخص بأنه لا حول له ولا قوة. كما أن الاغتراب من جانب رابع وهام على حد قول بدر، يعني العزلة في شكلها الاجتماعي أو النفسي، ففي الأولى ينعزل الفرد عن المجتمع وأما في الثانية فينعزل الفرد عن نفسه بمعنى شعوره بالضيق. لعل القارئ يدرك معنى العلاقة بين الانتماء والولاء من جانب و الاغتراب من جانب آخر حيث يمكن استنتاج الفرد المغترب وبالتالي المجتمع المغترب إما فرد أو

<sup>1</sup> - محمد قاسم: سيكولوجيا الاغتراب و البحث عن الذات عند الإنسان العربي، دراسة عربية، 32 عدد (9)، 1997، ص 95

مجتمع هش أو فرد وبالتالي مجتمع تابع. مثل هؤلاء الأفراد التابعين للعولمة وهذه المجتمعات التابعة يسهل إيقاعها في برائن الإرهاب خاصة في عصر العولمة<sup>1</sup>.

**3-4 الحالة الأسرية:** تلعب الأسرة دورا كبيرا في شعور الفرد بالاغتراب من عدمه حيث أن المحيط الأسري الجيد هو من العوامل الفعالة في تنمية نفسية سليمة خالية من الاضطرابات النفسية، وبالتالي فهي أحد العوامل المهمة في تحديد مدى اغتراب الفرد، كما قد تكون احد الأسباب المؤدية لهذا الاغتراب و في ذلك يقول **ألفرد أن** "المغترب هو الذي يكون لديه أحساس ضعيف بالانتماء وشعور بالانقطاع وعدم التفاعل مع الأسرة و الأصدقاء أو ميادين العمل"<sup>2</sup>.

ففي الوقت الذي يشهد فيه المجتمع تغير سريع ، تؤكد الأسرة والآباء على المستويات المعيارية التقليدية المتأصلة لدى الأسرة وهذا بدوره يؤثر في صياغة شخصية الطفل ونموه الاجتماعي، الأمر الذي يترتب عليه اتسام موقف الطفل بعدم الارتياح مع أفراد أسرته وبالتالي تتأثر نظرتهم لهم ولأسلوب معاملتهم له.

**4-4 ظروف العمل و الشغل:** ويشير مارك و كيري إلى أن هناك أربعة متغيرات يمكن أن تؤدي بشكل أو بآخر الى التسبب في الاغتراب والتي يمكن أجمالها في :

- التحديات المدركة ضمنا لمهام عملنا، وأن هذه التحديات الكبيرة يمكن أن تنشأ وتتحول إلى صعوبات كبيرة في العمل مما يجلب السأم والملل و لا معنى.
- التوافق و الانسجام للعمل والمنظمات وللقيم والمعايير والأهداف والتعايش معها طيلة العمر، حيث أن الكثير منها يؤدي إلى أن يكون هناك غياب للرؤية بالنسبة للنتائج والنهائيات، وأن القليل منها قد يدفع الفرد إلى عمل أشياء ضد ضميره وغير معياريه أي أنها غير متوافقة مع المعايير الاجتماعية وبالشكل الذي تكون مخالفة وخارقه لقوانين المجتمع و الآخرين .

<sup>1</sup> - عبد العاطي الصياد: الإرهاب بين الأسباب والنتائج في عصر العولمة، ورقة مقدمة للندوة العلمية الإرهاب والعولمة ، الرياض، 1422هـ ص 43

<sup>2</sup> - Alfred , P.& all: Feeling of alienation and community among higher education students in virtual classroom, Internet and higher education. 8,2005,p97

ب- التوطيد الاجتماعي لعملائنا وبيئتنا، حيث أن الإكثار منها وزيادتها ربما يؤدي إلى الانزعاج والتصادم مع عواطف الآخرين والأقران وفقدان الاستقلالية، وأن القليل منها قد يبعث على العزلة وقلة الدعم والمساندة والمساعدة.

التنظيم للعمل والبيئة، حيث أن المبالغة فيه يعني الكثير من القوانين والأنظمة والإجراءات بالإضافة إلى الأشراف الصارم والقاسي، كما أن التناقض بين المهنة وأسلوب التفكير لدى العامل يجعل شعوره بالاغتراب كبير.<sup>1</sup>

**4-5 العوامل الثقافية:** يشير العديد من الباحثين المشتغلين بالاغتراب أن العوامل الثقافية وبالخصوص ما يسمى بأزمة الهوية والقيم هي من الأسباب الرئيسية في بروز الاغتراب كظاهرة في المجتمعات الحديثة ويمكن ابراز ذلك فيما يلي:

أ- **أزمة القيم:** تنطوي كل ثقافة على قيم تقليدية تشكل نسيج الشخصية الإنسانية وتصبح جزءاً لا يتجزأ منها. هذه القيم هي محور شخصية الفرد وكل تغير يهدد هذه القيم يصبح خطراً يهدد كامل الشخصية، وهذا يعكس إلى حد كبير ما يسمى بأزمة القيم. فالاغتراب نمط من التجربة يعيش فيها الإنسان صراع قيم متضاربة تؤدي إلى تلاشي الذات وسقوط الهوية الفردية والاجتماعية، ويتضمن رأي فروم القول بأن أزمة القيم تكون في الصراع الذي يقوم بين قيم المجتمع الصناعي والقيم التقليدية السائدة في إطار الحياة الثقافية وفي الإكراهات الثقافية اللاشعورية التي تطرح نفسها في عمق الشعوري الإنسان المعاصر وتؤدي بالتالي إلى هدم تماسكه النفسي وتأتي على وحدته النفسية الثقافية في آن واحد، ويذكر الأخصائي النفسي **سفين لوندستد** أنه عندما يحدث سوء التوافق في الشخصية كرد فعل للفشل المؤقت في محاولة للتكيف مع ما يحيط بالمرء من طرائق جديدة وقيم جديدة. وعندما يحدث ذلك يعاني المرء إحساس بالضياع في مجتمع لا يساعده في فهم من هو ولا تحديد دوره في الحياة، ولا يوفر له فرصاً يمكن ان تعينه في الاحساس بقيمته الاجتماعية<sup>2</sup>. فالتغيرات الاجتماعية والثقافية المتسارعة اليوم تجعل الإنسان يعيش صدمة ثقافية قيمية بالغة الخطورة والأهمية. وهي التغيرات التي تضع الشباب في مواجهة قيم جديدة غير مألوفة يتوجب عليه تمثلها وذلك يؤدي إلى إحداث

<sup>1</sup> - Ian Parker :Revolution in Psychology" Alienation to Emancipatio", Pluto Press,London,2007,p62

<sup>2</sup> - عزت حجازي:الشباب العربي ومشكلاته، عالم المعرفة، الكويت، 1985، 97

خلل في تكيف الشباب وانهيارهم. ومن هنا يمكن القول أن الصراعات القيمية تؤدي إلى أزمة هوية، ووجود نوع من التكامل والانسجام في مستوى النسق القيمي يشكل منطق وحدة الهوية وقانونية تماسكها حيث إن انشطار الهوية يأتي دائما كنتاج للصراعات القيمية التي لا تقبل إحدى أطرافها الهزيمة والانسحاب؛ حيث يحتكم الفرد في سلوكه إلى قيم يتمثلها ويفسر حياته وعالمه في ضوء بعض الرموز والمعاني وأن تهديد هذه القيم يسبب له القلق والتوتر، فالقلق من التهيب يستثيره تهديد القيم التي يتمثلها الفرد كغاية الغايات والتي بدونها يعاني الاغتراب و يفنق الإحساس بوجوده كإنسان.<sup>1</sup>

**ب- أزمة الهوية :** حيث يشير اريكسون أن الاغتراب هو الشعور بعدم تعين الهوية أو كما يطلق عليه أزمة الهوية، والتي يعتبرها الأزمة الأساسية التي يمر بها المراهق وهو ينتقل من مرحلة الاعتمادية الطفولية إلى استقلالية الكبار. وهو يحدد أربعة أنماط لمراحل الشعور بالهوية وهي: مشتتو الهوية، و منغلقوا الهوية، و معلقوا الهوية و منجزو الهوية، حيث يرى إريكسون بأن المرتبة الأولى والثانية " تماثل الاغتراب الذي يعيشه غالبية الأفراد أي اغتراب الشخص العادي المنغمس في الشؤون الجزئية لحياته والذي لم يخبر يوما ما نسماه بأزمة الهوية، وهذا ما يطلق عليه **مارتن هيدجر** بالسقوط، حيث يصبح في النهاية مجرد نسخة من كائن بلا أسم بين الناس، و يقول **هيدجر** في وصف هذا النوع من الاغتراب " هو يفعل كما يفعل الناس، و يقيس الأمور بمقياس الناس ناسيا وجوده الحق أو غير مدرك له في خضم حياته العادية و اهتماماته اليومية وفي ذلك يتجلى معنى السقوط"<sup>2</sup>.

أما المرتبة الثالثة (معلقو الهوية) فهي تماثل الشعور بالاغتراب عن الذات بوعي ناضج من جانب الفرد الذي يعاني أزمة الهوية كإغتراب الفنان والعالم، وهو ما يسمى بالاغتراب الايجابي. بينما تماثل المرتبة الرابعة (منجزو الهوية) مستوى تحقيق الذات، أي مستوى الفرد الذي تجاوز اغترابه بعد أن مر بأزمة الهوية ونجح في تحديد هويته. و تنشأ أزمات الهوية عندما يصبح التوتر التي تثيره التناقضات الموجودة في المجتمعات مما يؤدي إلى شلل في طاقة الفعل، وإلى وجود قلق دائم. حيث إنه لا يمكن للمجتمع

<sup>1</sup> - حسين محي الدين: القيم الخاصة لدى المبدعين، دار المعارف، القاهرة، 1989، ص70

<sup>2</sup> - محمد يوسف: مرجع سابق ذكره، ص96

الواحد أن يكون مطلق التجانس بل ينطوي على جماعات وثقافات فرعية مختلفة تمثل أحيانا نماذج متناقضة. فالشباب لا يتواجدون في نفس الشروط التي أحاطت بأبائهم، و لا يعيشون الحالات نفسها التي عاشها أبائهم، فكل جيل إدراكه الخاص للمجتمع ولنماذجه الثقافية، و لنظامه الثقافي بالإضافة إلى ذلك كله فإن الشباب يعيشون ذلك التباين الذي يوجد بين المعايير الاجتماعية التي يتبناها أبائهم وبين الممارسات الحقيقية التي يؤديها هؤلاء الآباء. إن أزمة الهوية المعاصر هي أزمة أنظمة القيم السائدة، وهي غالبا ما تكون من نصيب المثقفين الذين يوجدون في حالة اتصال دائم مع اتساق قيمية متعددة، والذين يتوجب عليهم إيجاد نظام متكامل من القيم، يستطيع أن يعكس وضعية التغيرات الخاصة بالبيئة. إن انهيار إحساس الثقة بالنفس والآخر، داخل أنظمة القيم الثقافية، وداخل الأنشطة الاجتماعية، من شأنه أن يعزز مواقف اللامسؤولية وأن يؤدي إلى نمو النزعة السلبية والاتجاهات الفردية؛ ويترتب على ضياع الهوية الإحساس بالوحدة والتماسك و الاستقلال والتميز والقيمة والثقة بالنفس .

#### 5- مظاهر الاغتراب النفسي:

يعتبر الاغتراب ظاهرة متعددة الأبعاد، فشعور الفرد بالانفصال عن ذاته ومجتمعه تصاحبه مجموعة من المظاهر، وأن هذه الأبعاد والمظاهر هي التي تساعدنا على أدراك معنى هذه الظاهرة – الاغتراب النفسي- باعتبارها ظاهرة مركبة، وأنها بدون هذه الأبعاد لا نستطيع التمييز بين ظاهرة الاغتراب والظواهر النفسية المشابهة لها كالانطواء والوحدة؛ وتأسيسا على ما تقدم فإن أبعاد الاغتراب و مظاهره تكاد تكون مترابطة ومتداخلة ويكمل بعضها البعض ولكل بعد منها أهميته وتأثيره في تحديد طبيعة اغتراب الفرد، حيث أن الفرد الذي تنطبق على سلوكياته ومفردات حياته هذه المظاهر والأبعاد، فهو يعيش حاله من الاغتراب والتي تشكل حاجزا منيعا دون تحقيق ذاته وبالتالي عدم استمتاعه بصحة نفسية سليمة تؤهله لاستغلال طاقاته بأقصى درجة ممكنة كإنسان.

**5-1 الشعور بعدم الانتماء:** و هو شعور الفرد بأنه لا ينتمي للمجتمع الذي يعيش فيه وأنه ليست جزءا منه ، ويفقد الاعتزاز به ،و يشعر بالعزلة والوحدة والغربة عن نفسه، وعن أسرته وعن أصدقائه، وبالتالي الشعور بالعزلة الاجتماعية و إحساس الفرد بالوحدة

ومحاولة الابتعاد عن العلاقات الاجتماعية السائدة في المجتمع الذي يعيش فيه ، ويمكن التعبير عنها بأنها نوع من الإحساس بالإقصاء والرفض كنفويض للقبول الاجتماعي، وهو بالتالي شعور الفرد بالوحدة والفراغ النفسي و الافتقاد إلى للعلاقات الاجتماعية الحميمة والبعد عن الآخرين حتى وان كان بينهم وقد يكون هذا مصحوبا بالشعور بالرفض الاجتماعي و الانعزال عن الأهداف الثقافية للمجتمع وهذا قد يؤدي بالنتيجة إلى البعد بين أهداف الفرد وبين قيم المجتمع ومعاييرهم. وهذا الأمر قد يقصي الفرد عن المشاركة في الفعاليات الاجتماعية وشعوره بعدم الانتماء الذي قد يولد لديه كراهية لقيم المجتمع مما يدفعه لتبني أفكار ومعايير مخالفة لأعراف ومعايير المجتمع الذي يعيش فيه، ويرى بعض الباحثين في ذلك نوعا من الانفصال عن المجتمع وثقافته. ولذا فان الأفراد الذين يحيون حياة عزله و اغتراب لا يرون قيمة كبيرة لكثير من الأهداف والمفاهيم التي يعتز بها أفراد المجتمع ويبرز هذا الضعف في عدد من المؤشرات منها عدم مشاركة الأفراد المغتربين لبقية الناس في مجتمعهم فيما يثير اهتمامهم من برامج تلفزيونية و إذاعية و نشاطات أخرى مختلفة.<sup>1</sup>

**2-5 عدم الالتزام بالمعايير (اللامعيارية أو الأنوميا) :** و هي إحساس الفرد بالفشل في إدراك وفهم وتقبل القيم والمعايير السائدة في المجتمع وعدم قدرته على الاندماج فيها نتيجة عدم ثقته بالمجتمع ومؤسساته المختلفة؛ كما تعني عدم تمسك الفرد بالمعايير والضوابط والأعراف الاجتماعية وشعوره بأن الوسائل أو السبل الغير شرعية مطلوبة وضرورية لانجاز الأهداف وإن تعاكست مع القيم والعادات السائدة. وهو بذلك اهتزاز القيم والمعايير داخل المجتمع، و إتساع الهوة بين أهداف المجتمع وقدرة الفرد للوصول إليها مما يؤدي إلى استحسان المعاني والمقاصد الغير مرغوب فيها اجتماعيا لتحقيق الأهداف. ويشير سيمان إلى أن هذا البعد يعبر عن " الموقف الذي تتحطم فيه المعايير الاجتماعية المنظمة لسلوك الفرد حيث تصبح هذه المعايير غير مؤثره ولا تؤدي وظيفتها كقواعد للسلوك وهذا يعني الوصول إلى الحالة التي تغرق فيها القيم العامة في خضم الرغبات الخاصة الباحثة عن إشباع بأي وسيلة"<sup>2</sup>. و يؤيد النكلوي ما ذهب إليه سيمان

<sup>1</sup> - قيس النوري:الإغتراب،اصطلاحا ومفهوماً وواقعاً، عالم الفكر، المجلد10، العدد1، 1979،ص27

<sup>2</sup> - علي السيد:مرجع سابق ذكره،ص364

في تعريف هذا البعد بأنه الحالة التي يتوقع فيها الفرد بدرجة كبيرة أن أشكال السلوك التي كانت مرفوضة اجتماعيا غدت مقبولة ، أي أن الأشياء لم يعد لها أي ضوابط معيارية، ما كان خطأ أصبح صوابا وما كان صواب أصبح ينظر إليه باعتباره خطأ، و من منطلق إضفاء صبغة الشرعية على المصلحة الذاتية وحجبها عن معايير وقواعد وقوانين المجتمع. ومما تجدر الإشارة إليه هنا بأن المغترب ليس بالضرورة فاقدا للقيم وإنما لديه منها ما يتناقض مع قيم وأعراف المجتمع، كما أنه كلما ازدادت درجة وحدة هذا التناقض بين ما يدركه الفرد على أنها قيم مهمة وضرورية بالنسبة إليه وما يدركه من قيم الآخرين زاد تبعا لذلك إحساسه بالاغتراب، وبالتالي فإن الفرد يشعر باختلال المعايير الاجتماعية التي اصطلح عليها المجتمع ،و المتمثلة في العادات و التقاليد و الأعراف و الأخلاقيات التي تحكم السلوك<sup>1</sup>.

**3-5 الإحساس بالعجز :** ويعني عدم قدرة الفرد على السيطرة على الأحداث والمجريات و عدم قدرته على التأثير في المواقف الاجتماعية التي يتعرض لها مع عجزه عن السيطرة على تصرفاته وأفعاله ورغباته، وهذا بالتالي ما يجعله غير قادر على تقرير مصيره، فمصيره وإرادته تتحددان من قبل عوامل وقوى خارجة عن إرادته الذاتية، وهو بهذا المعنى يكون عاجزا عن صنع قراراته المصيرية التي تحدد خطواته المستقبلية وغير قادر على التعبير بصراحة عن آرائه وتطلعاته ويصاحبه الفشل في تدبير أموره ، وبالتالي فإنه يكون عاجزا عن تحقيق ذاته وينتابه شعور بالاستسلام؛ إذن جوهر العجز عند الفرد يتأتى أسسا من توقعه بأنه لا يملك القدرة على التحكم وممارسة الضبط وهذا يعود إلى أن الأشياء التي تحيط به تسيطر عليها ظروف خارجية أقوى منه ومن إرادته، وقد عرف النكلاوي هذا البعد إجرائيا بأنه "الحالة التي يصبح فيها الأفراد في ظل سياق مجتمعي محدد يتوقعون مقدما أنهم لا يستطيعون أو لا يملكون تقرير أو تحقيق ما يتطلعون إليه من نتائج أو مخرجات من خلال سلوكهم أو فعاليتهم الخاصة، أي بمعنى أنهم يستشعرون افتقاد القدرة على التحكم في مخرجات هذا السياق وتوجيهها الأمر الذي

<sup>1</sup> - محمد قاسم: مرجع سابق ذكره، ص95

يولد خبرة الشعور بالعجز و الإحباط وخيبة الأمل في إمكانية التأثير في متغيرات هذا السياق والقوى المسيطرة عليه"<sup>1</sup>.

**4-5 عدم الإحساس بالقيمة :** هو شعور بعدم القيمة والأهمية لنفسه ، وللأشياء التي يمتلكها والأهداف التي يسعى إلى تحقيقها ، والأعمال التي يقوم بها ، والحياة التي يعيشها، حيث أن المعترب تتسم حياته بالخواء والخلو من الأهداف السامية ذات القيمة والمعنى وأنه و ان لم يعثر على ذاته بعد وان عثر عليها فليس بمقدوره أن يتألف معها، حيث الإنسان المعاصر يخضع أكثر وأكثر لتحكم الآخرين فتضيع ذاته في المجموع فهو لا يكون في معظم الأحيان كما يريد لنفسه أن يكون وإنما على الصورة التي يريدونها الآخرون وبالتالي سوف يقع وبشكل متزايد فريسة للمسايرة و الأمثال<sup>2</sup>

**5-5 فقدان الهدف:** و هو عدم وضوح الأهداف لدي الفرد، وعدم مقدرته على وضع أهداف لحياته، مع عدم معرفته الغاية من وجوده، و بالتالي فقد يكون سبب ذلك عدم ملائمة قيم العمل وضوابطه وأهدافه مع توجهات الفرد وأهدافه وقيمته، أي أن الهدف الذي يتجه عمل الفرد نحوه غير مرغوب فيه؛ أو أن محيط العمل الذي يعمل في أجوائه لا يعطيه ما يستحقه من اهتمام، و ذلك لأن حاجات الفرد ورغباته لا تحظى بالرعاية بل لا تستشعر من قبل الآخرين . حيث يرتبط اللاهدف ارتباطا وثيقا باللامعنى، ويقصد به شعور المرء بأن حياته تمضي دون وجود هدف أو غاية واضحة ومن ثم يفقد الهدف من وجوده ومن عمله و نشاطه وفق معنى الاستمرار في الحياة.<sup>3</sup>

**6-5 فقدان المعنى :** و هي إحساس الفرد أن الحياة لا معنى لها وأنها خالية من الأهداف التي تستحق أن يحيا وأن يسعى من أجلها ، ويتبلور هذا المفهوم عند فرانكل والذي يقوم على أساس أن حياة الفرد تتمركز حول إرادة المعنى والتي من خلالها يحقق الفرد المعنى والجدوى والهدف من الحياة؛ حيث يرى فرانكل أنه " إذا غاب عن الإنسان الإحساس بمعنى الحياة فانه يخير الفراغ الوجودي والذي يعني أن الحياة أصبحت رتيبة مملة وأنها تسير بغير معنى أو هدف"<sup>4</sup>. و بالتالي فهو عبارة عن شعور الفرد بافتقاده

<sup>1</sup> - أحمد النكلاوي: الإغتراب في المجتمع المصري المعاصر ، دار الثقافة العربية، القاهرة ، 1989، ص121

<sup>2</sup> - فرانكل، فيكتور : الإنسان يبحث عن معنى، ترجمة طلعت منصور، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة ، 1982، ص142

<sup>3</sup> - عامر الكبيسي : سيكولوجية التدريب، مركز الدراسات والبحوث، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض 1425 هـ، ص144

<sup>4</sup> - محمد عباس: مرجع سابق ذكره، ص24

للموجه أو المرشد فيما يتعلق بسلوكه ومعتقداته، مما ينجم عنها شعور بفراغ كبير لانعدام الأهداف الأساسية التي تقوده وتعطيه معنا للحياة وتحدد اتجاهاته وتستقطب نشاطاته وبهذا فإن الفرد هنا يرى بأن الحياة خالية من المعنى وهي عبارة عن صحراء فارغة لكونها تسير وفق منطق غير معقول، وهذا ما يدفعه للعيش فيها غير مبالي وفاقد للواقعية الحياتية وينظر إلى الحياة بأنها غير مجدية و مملوءة بالروتين والملل مع عدم رغبته في أن يكون فيها أصلاً.

**7-5 مركزية الذات:** و تعرف على أنها اهتمام الفرد بذاته وجعلها محور تفكيره و المبالغة في الاهتمام بمصالحه دون اعتبار لمصالح الآخرين مع عدم الاهتمام بهم أو مشاركتهم في اهتماماتهم، أو التفكير في مشاكلهم، و هي كذلك ميل إلى رد كل شيء إلى الذات، فلا يرون إلا بمنظارهم، و لا يفكرون إلا من وجهة نظرهم، و يتسمون بالأنانية<sup>1</sup>. حيث تعد معرفة الذات بما هي عليه من خصائص وقدرات معرفة واقعية هي الخطوة الأولى في عملية تأكيد الذات وتحقيقها، بينما تشكل المبالغة أو الخطأ في التعرف على الذات خطورة باتجاه الشذوذ، بحيث تكون نتيجة أعمال من لا يعرف ذاته غير مضمونة. ولا يكفي أن يعرف الإنسان ذاته وإنما عليه أن يتقبل ما عرف مهما كان عليه الأمر وعدم التقبل الذاتي يؤدي إلى وضع أهداف للحياة و مستويات طموح غير منسجمة مع الإمكانيات المتاحة زيادة أو نقصان، وفي الحالتين خيبة أمل وضعف ثقة وسوء تكيف، كما لا تكفي معرفة الذات بل لابد من تقدير الذات واحترامها وإعطائها قيمة إيجابية و أن يشعر معها الفرد بجدارة كافية لإحراز الرضا الذاتي. و ترجع إجلال سري أسباب الإغتراب إلى "أسباب نفسية تتمثل بالصراع بين الدوافع والرغبات المتعارضة و الإحباط وما يرتبط به من الشعور بخيبة الأمل والفشل والعجز التام وتحقير الذات"<sup>2</sup>. و من منطلق إضفاء صبغة الشرعية على المصلحة الذاتية وحجبها عن معايير وقواعد وقوانين المجتمع؛ و مركزية الذات قد تنتج من الآثار السلبية المترتبة على فقدان الهوية الشخصية أو الثقافية ظهور العديد من السلوكيات غير المقبولة مثل: الانسحاب والبعد عن التعامل مع الجماعة وعدم المشاركة في المسئولية الجماعية، والانغلاق في دائرة

<sup>1</sup> -مجمع اللغة العربية: معجم الفلاسفة، الهيئة العامة للنشر و الطباعة الاميرية، القاهرة،، 1983، ص181

<sup>2</sup> - إجلال محمد سري: مرجع سابق ذكره، ص77

الأهداف والمصالح الشخصية دون المصالح العامة، ورفض القوانين والمعايير الاجتماعية والثقافية. و بالتالي فان الشخص الذي يتصف بمركزية الذات هو الشخص الذي تتحكم في سلوكه اهتماماته، ويتسم بعدم الإحساس لحاجات الآخرين و تعبيراتهم.<sup>1</sup>

**8-5 الغربية عن الذات :** وهي تعني إحساس الفرد وشعوره بتباعده عن ذاته و يمثل هذا البعد النتيجة النهائية لإبعاد الأخرى<sup>2</sup>. و بالتالي فان هذا المظهر من الاعتراب يتمثل في انفصال الفرد عن ذاته وعدم التطابق معها أي أنه يخلق ذاتا غير حقيقية نتيجة لتأثيرات الضغوط الاجتماعية وبما تحمله من نظم وأعراف وتقالييد، مما قد يؤدي إلى طمس الذات الحقيقية للفرد، بحيث يكون غير قادر على إيجاد الأنشطة والفعاليات التي تكافئ قدراته و إمكاناته وهذا قد يؤدي إلى الشعور بعدم الرضا عن ذاته ويفقد صلته الحقيقية بها وقد يرفض كل ما يحيط به، و قد يصاحبه الشعور بالضيق والتبرم لكل ما هو قائم حوله. ويعرف **سيمان** هذا البعد بأنه "عدم قدرة الفرد على التواصل مع نفسه وشعوره بالانفصال عما يرغب في أن يكون عليه، حيث تسير حياة الفرد بلا هدف ويحيا كونه مستجيبا لما تقدم له الحياة دون تحقيق ما يريد من أهداف مع انعدام القدرة على إيجاد الأنشطة التي تكافئ ذاته"<sup>3</sup>. وترى **هورني** بان هناك نمط يسمى بالاعتراب عن الذات الفعلية والذي يتمثل في إخفاق الفرد في الإقرار بوجود رغباته وميله إلى تجاوز مشاعره وأفكاره إلى الحد الذي تصبح فيه مكبوتة وغير مميزه، وهو سمة الفرد المصاب بالعصاب فهذا الفرد يكون مبعد عن ذاته فاقد للشعور بأنه قوة حاسمة في حياته مثل هذا الفرد يشعر بالخجل من مشاعره وموارده وأنشطته وبذلك يتحول إلى الشعور بكرهية الذات<sup>4</sup>. أما النمط الثاني هو الاعتراب عن الذات الحقيقية، بأنه اغتراب عن المركز الأكثر حيوية لذاتنا وهنا تصبح الذات وحسب تعبير **هورني** متخلى عنها، منفية، متنصل منها، مقضي عليها، محاصرة ومحبطة<sup>5</sup>.

1 - مجمع اللغة العربية: معجم علم النفس و التربية، الهيئة العامة للنشر و الطباعة الاميرية، القاهرة، 2003، ص50

2- يوسف الكندري: مرجع سابق ذكره، ص38

3- عبد اللطيف خليفة : دراسات في سيكولوجية الاعتراب، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، 2003، ص40

4- فيصل عباس: الشخصية في ضوء التحليل النفسي، ط1، دار المسيرة، بيروت، 1982، ص165

5- شاختر ريتشارد: مرجع سابق ذكره، ص209

حيث إن هذا البعد عبارة عن نمط من الخبرة من خلالها يرى الفرد نفسه كمغترب، فهو يشعر أنه غريب عن نفسه حيث لم يرى ذاته كمركز لعالمه أو كمنشئ وخالق لأفعاله، ولكن أفعاله و مترنباتها تصبح لها السيادة وأنه يطيعها ويخضع لها.

## 6- أنواع الاعتراب و أشكاله:

إن الاعتراب النفسي بمفهومه الشامل عبارة عن جزء يدخل ضمن كل نوع أو شكل من الاعتراب، و في هذا يقول **خليفة** أنه "على الرغم من شيوع مفهوم الاعتراب النفسي، فإنه من الصعب تخصيص نوع مستقل نطلق عليه الاعتراب النفسي وذلك نظراً لتداخل الجانب النفسي للاعتراب وارتباطه بجميع أبعاد الاعتراب الأخرى: الثقافي، والاقتصادي، والسياسي... الخ، و فالاعتراب النفسي مفهوم شامل يشير إلى الحالات التي تتعرض فيها وحدة الشخصية للانحطاط أو الضعف والانهيار بتأثير العمليات الثقافية و الاجتماعية التي تتم في داخل المجتمع<sup>1</sup>. كما أن الاعتراب من منظور نفسي هو الحصيلة النهائية للاعتراب في أي شكل من أشكاله، لأنه انتقال للصراع بين الذات والموضوع، من المسرح الخارجي إلى المسرح الداخلي في النفس الإنسانية، إنه اضطراب في العلاقة بالموضوع على مستويات ودرجات مختلفة تقترب حيناً من السواء وحيناً آخر من الاضطراب وقد تصل إلى الاضطراب الأخير في الشخصية<sup>2</sup>. و تجدر الإشارة إلى أن هيجل أشار إلى نوعين من الاعتراب و هما " لاغتراب الايجابي و الاعتراب السلبي"<sup>3</sup>. إلا أن الاعتراب أكثر تعمق من الذي أشار إليه هيجل و خاصة مع تطور الحياة و تعقدها و في هذا الصدد يمكن الإشارة إلى الأنواع التالية:

**1-6 الاعتراب الاجتماعي:** يعد الاعتراب الاجتماعي أحد الإشكال التي حضت بالمعالجة و البحث من قبل علماء الاجتماع و الباحثين حيث احتفظ بمستواه وفائدته في العلوم الاجتماعية بشكل عام، وذلك على اعتبار أنه يثير جزء من الوجود والنشاط الإنساني الذي يكون واضحاً و جلياً في المجتمعات الإنسانية. ويضيف ليكومبتي إلى أن "الاعتراب يساعد في الكشف و إلقاء الضوء على عدم الاتصال بين الخبرات الفردية في

<sup>1</sup> - عبد اللطيف خليفة: مرجع سابق ذكره، ص80

<sup>2</sup> - عبد اللطيف الدمنهوري : الشعور بالاعتراب عن الذات والآخرين " دراسة عاملية حضارية " الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة،

1990، ص11

<sup>3</sup> - نفس المرجع، ص7

المجتمعات المختلفة"<sup>1</sup>. و بالتالي فإن مثل هذه الأمور قد تدفع الفرد إلى الاغتراب عن مجتمعه هذا الاغتراب الذي يختلف باختلاف الثقافات، واختلاف الأفراد، حيث أن هناك علاقة وثيقة بين الاغتراب والضغط التي يتعرض لها الفرد في المجتمع؛ كما يشير الاغتراب في العلوم الاجتماعية إلى عملية القطيعة والانفصال التي تقع بين الذات والعالم الخارجي و قد يؤدي الى انفصال الفرد عن ذاته.

**2-6 الاغتراب الأسري:** إن مشكلة الاغتراب الأسري من المشكلات الهامة التي تؤثر على كيان الأسرة وتهدد استقرارها وأنظمتها المختلفة، من علاقات وتفاعلات واتصالات وتعاون ومشاركة وانتماء، ويمكن القول أن الاغتراب الأسري يجعل الأسرة كالفوقية الفارغة وهذا يعني أن الأفراد المكونين للأسرة يعيشون تحت سقف واحد ولكن علاقاتهم وتفاعلاتهم ضعيفة جدا و يفشلون في علاقاتهم معا وخاصة من حيث الالتزام بتبادل العواطف فيما بينهم؛ حيث يرى **برونفين** بأن "المغترب هو الذي يكون لديه أحساس ضعيف بالانتماء وشعور بالانقطاع وعدم التفاعل مع الأسرة والأصدقاء أو ميادين العمل"<sup>2</sup>. و مشكلة الاغتراب الأسري من المشكلات الحديثة التي طرأت على واقع الحياة الأسرية وبدأت تدب عليها إفرزات هذه المشكلة مما زعزع استقرار الأسرة وتوازنها وغير من أدوارها ومسئولياتها في عصر أصبحت التكنولوجيا والتقنيات الحديثة والانفتاح الفكري العالمي هي سمة من سمات الحياة الأسرية، وبذلك أصبحت الأسرة بحاجة إلى من يمد لها يد العون والمساعدة لكي تستطيع أن تواجه مشكلاتها بكل ثبات وتوازن، والخدمة الاجتماعية هي خير من يمثل ذلك في مساعدة الأسرة المغتربة على حل مشكلاتها وإعادة الحياة لنسقتها كما كانت وكما يجب أن تكون. و لهذا فان جميع برامج الخدمة الاجتماعية الأسرية، تهدف إلى مساعدة الأفراد للتمتع بحياة نفسية واجتماعية راضية وإعانتهم للاشتراك في حياة الجماعة ومساهماتهم في المجتمع المساهمة الفعالة كما تعمل هذه البرامج والخدمات على زيادة قدراتهم الشخصية و الأسرية في عمليات التكيف المطلوبة.<sup>3</sup>

<sup>1</sup>- Alfred, P all: Op.Cit,P99

<sup>2</sup>- Alfred, P,& all: Op.Cit,P98

<sup>3</sup> - أحمد مصطفى:الخدمة الاجتماعية، ط3، المكتب الجامعي الحديث، الاسكندرية، 1997، ص344

**3-6 الاغتراب الثقافي:** يعتبر الاغتراب الثقافي الذي يشعر به أبناء المجتمع أو أصحاب مرجعية حضارية معرفية معينة؛ إذ ينتابهم شعور أنهم يعيشون و يحيون بقيم وممارسات لا يتوحدون معها، الأمر الذي يشعرهم في أعماق نفوسهم، بأنهم منفصلون عن هذه القيم والمرجعيات الحضارية الجديدة؛ ومن أهم مظاهر الاغتراب الثقافي " اضطراب الهوية الثقافية وآثار العولمة عليها"<sup>1</sup>. وفي هذا يقول اريكسون بأنها " هي عملية متعلمة من الواقع الثقافي والاجتماعي الذي يعيشه الفرد في مجتمعة، وأن حالات التمرد والعصيان والخروج عن الأعراف والقيم إنما تعبر عن أساليب الرفض لثقافة المجتمع بل والشعور بالغربة والاغتراب وحدد صور رفض الهوية الثقافية في " إظهار سلوكيات غير مألوفة في ثقافة المجتمع، ورفض النظام القيمي، وعدم القدرة على الاندماج في المجتمع. ومن الآثار السلبية المترتبة على فقدان الهوية الشخصية أو الثقافية ظهور العديد من السلوكيات غير المقبولة مثل الانسحاب والبعد عن التعامل مع الجماعة وعدم المشاركة في المسؤولية الجماعية، والتمركز حول الذات، والانغلاق في دائرة الأهداف والمصالح الشخصية دون المصالح العامة، ورفض القوانين والمعايير الاجتماعية والثقافية. و يقترح سامي خشبة مجموعة من الوسائل للتخلص من الاغتراب السائد فهو يرى أن "الاغتراب الذي سيطر علينا لا سبيل لهزيمته إلا بمزيد من المعرفة المتحررة من الغرض الهادفة إلى الحصول على الإدراك الشامل للطبيعة والمجتمع لكي تتيح له الانغماس في ممارسة الحياة مثل العمل المبدع والحب والتذوق لمختلف الفنون وإنتاجها بناء على الإدراك الشامل وتوسيعا له وتعميقا لأبعاده"<sup>2</sup>.

**4-6 الاغتراب التعليمي:** مثل ما أشرنا إلى أن هناك اغتراب ثقافي يشمل المثقفين فإن هناك نوع آخر من الاغتراب تلعب المؤسسات التعليمية دورا بالغا في تعميقه أو التقليل منه، هذه المؤسسات التعليمية سواء المدرسة أو الجامعة لها أثر كبير في تنشئة الأبناء حيث أنها تعمل جنبا إلى جنب مع الأسرة، وأن أهم الجوانب التي تدفع الشاب الجامعي إلى الاغتراب هو أن الشاب الجامعي يلتحق بالكلية التي يقوم بالدراسة فيها لا عن اختيار شخصي بل عن إجبار اجتماعي، والأصل في الدراسة أن تقوم على اختيار شخصي

<sup>1</sup> - محمد عبد المختار: مرجع سابق ذكره، ص34

<sup>2</sup> - سامي خشبة: مرجع سابق ذكره، ص68

والتذوق الفردي لما يقوم الإنسان بدراسته. فالمجموع الذي يحصل عليه في الثانوية العامة كان الفيصل الوحيد الذي يدفع به لانخراطه في الكلية التي يوجد بها اليوم، فحاضر الطالب الجامعي ومستقبله هما نتيجة لضغط اجتماعي. كما إن المسألة ليست متعلقة باختيار الكلية فحسب، بل تتعدى ذلك إلى المنهج الذي تضرب الجامعة فيه اليوم. حيث أصبح ملتزماً بمنهج محدد الحدود والأبعاد، وقد صار غير مختلف في هذا الصدد عن التدريس في المراحل غير الجامعية ومعنى هذا الواقع أن الشباب الجامعي قد فقدوا أهم مقوم من مقومات الفكر الحر، وهو البحث المتحرر من القيود والضغوط الخارجية. لقد صار المقرر والامتحان يهددانهم ويجعلان منهم شخصيات منغلقة غير منفتحة على آفاق الفكر المتحرر. وكثيراً ما يضطر الشاب إلى العمل في مجال غير مجال دراسته واختصاصه، كل هذه الأمور تدفع الشباب إلى الاضطراب والتوتر والقلق والعزلة الأمر الذي يدفعهم إلى الشعور بالاغتراب عن أنفسهم وعن جامعتهم وعن مجتمعهم. وأن من أكثر ما يشغل الشاب الجامعي هو مسألة الحكم على ذواتهم وقدراتهم، حيث يسعى جميع الناس كما تقرر نظرية المقارنة الاجتماعية إلى تقدير ذواتهم بمقارنة أنفسهم بالآخرين.

**5-6 الاغتراب المهني:** هناك العديد من المشاكل التي لا يوجد لها حل في بيئة العمل بالنسبة لفئات مختلفة من العاملين خاصة تلك المشاكل التي ترتبط ببلوغ أهداف مختلفة فإن ذلك يعتمد على قابلية تلك الأهداف للتنبؤ وقابليتها للإنجاز، ومن ثم تعتمد على تقدير الشخص للأهداف التي يفضل إشباعها والأهداف التي يتوقع من الإدارة إشباعها وفي ضوء تلك المضاهاة ونتيجة لإدراك الشخص لعدم القدرة على إيجاد الأنشطة المكافئة في ذاتها وهذا هو البعد الأول المتعلق بالاغتراب النفسي. وبذلك يشير الاغتراب النفسي إلى اغتراب العاملين عن ذواتهم الكافة في نشاط العمل، وعندما يفضي العمل للاغتراب فإنه لا يتيح الفرصة للتعبير عن قدراته ومن ثم يصير العمل مملاً، ولا يساعد على النمو الشخصي. ويكون الاغتراب المهني حيث يشعر المغترب بأنه عبد لعمله، وأن العمل غريب عنه وأنه لا يرى نفسه في العمل المنتج، وقد يرجع ذلك إلى عدم حصول العامل على ناتج عمله وعدم وجود نظام عادل في توزيع الأجور، بالإضافة إلى فقدان الحرية

والقدرة على التعبير عن الذات وممارسة الإمكانيات المتاحة من القيام بأعمال لا تتفق مع الميول والاستعدادات أو أن يتم العمل تحت نظام استبدادي<sup>1</sup>. و بالتالي فإن عدم ملائمة قيم العمل وضوابطه وأهدافه مع توجهات الفرد وأهدافه وقيمه، أي أن الهدف الذي يتجه عمل الفرد نحوه غير مرغوب فيه؛ أو أن محيط العمل الذي يعمل في أجوائه لا يعطيه ما يستحقه من اهتمام، وأن حاجات الفرد ورغباته لا تحظى بالرعاية بل لا تستشعر من قبل الآخرين<sup>2</sup>. ويشير العيسوي إلى أنه عندما يسود الشعور بعدم العدالة بين العاملين المجتهدين في العمل، تنتشر حالات الإهمال واللامبالاة وعدم الرضا عن العمل؛ وهو ما يوصل إلى الاعتراب الوظيفي<sup>3</sup>. إذن فإن استسلام العاملين بالمنظمة لليأس ومشاعر الإحباط من شأنه أن يؤدي إلى اغترابهم وظيفياً عن المنظمة التي يعملون لها<sup>4</sup>. و من احد العوامل المهمة المؤدية إلى الاعتراب هي شعور العاملين بالخوف وعدم الأمن الوظيفي والذي يؤدي حتماً إلى محاولتهم الهروب من تلك المشاعر والانفعالات كما يؤدي أيضاً إلى تشتيت الجهود المبذولة أثناء وقت الدوام الرسمي، وهذا من شأنه يؤدي إلى انتشار الاعتراب الوظيفي بين العاملين بالمنظمة<sup>5</sup>.

**6-6 الاعتراب السياسي:** يعد الاعتراب السياسي أحد الأشكال التي عنت الدارسين، وتأتي أهمية الاعتراب السياسي بوصفه موضوعاً للبحث، من أنه يشكل مشكلة اجتماعية على مستوى الأدوار الاجتماعية المتوقعة من أفراد المجتمع، هذا في الوضع الطبيعي<sup>6</sup>. و في هذا يتحدث حسن سعد عن الدوافع التي تقف وراء الاعتراب السياسي موضحاً أنها هي نفسها الدوافع التي خلقت الإحساس بالاعتراب الاجتماعي، لأن المفاهيم المسيطرة على مجتمع ما، هي التي تسيطر بدورها على المفاهيم الاجتماعية، ومن ثم يكون المؤثر الأول مؤثراً ذا دلالات سياسية تكمن في النظام السائد ومدى صلاحية أو عدم صلاحية هذا النظام، فإذا كان النظام قد أثبت عدم صلاحيته فبالأحرى يتكون أو ينبعث الإحساس بهذا الانفصال الذي يتم بين الفرد والنظام السائد، وهنا تكون أول دواعي التمرد والذي

<sup>1</sup> - عبد اللطيف دمنهوري: مرجع سابق ذكره، ص11

<sup>2</sup> - عامر الكبيسي: سيكولوجية التدريب، مركز الدراسات والبحوث، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض 1425هـ، ص144

<sup>3</sup> - عبد الرحمان العيسوي: علم النفس والإنتاج، الدار الجامعية للنشر، الإسكندرية، 1997، ص23

<sup>4</sup> - نفس المرجع، ص29

<sup>5</sup> - جمال عبد الغني: آراء علماء النفس في الخوف ومثيراته، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، 1989، ص19

<sup>6</sup> - ادريس عزام: الاعتراب السياسي لدى المتعلمين الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة جامعة دمشق، المجلد 13، العدد 2، 1997، ص

تكون الغلبة فيه للنظام حيث لا يجد الفرد مهرباً من الاعتراب، معلناً عن ذاته المغتربة. كما وأوضح محمد خضر في دراسته عن الاعتراب والتطرف نحو العنف أن "الاعتراب السياسي قد تعددت أشكاله ومظاهرة في العديد من الدراسات والبحوث السابقة التي تناولته، حيث أمكن الوقوف على العديد من مكونات الاعتراب السياسي منها: التصويت في الانتخابات، الوعي بالسلطة، العجز السياسي، فقد المعنى السياسي، العزلة السياسية، الأنومي، والثقة السياسية، والثقة في الآخرين، والاستياء، واليأس، و انعدام المعيار السياسي، واللامبالاة السياسية، كما تبين أن الاعتراب السياسي يرتبط بالعديد من المتغيرات النفسية والاجتماعية والاقتصادية والدينية والمكانة المتدنية في المستويات التعليمية والمهنية والاقتصادية.. الخ"<sup>1</sup>. كما أشار باحثين آخرين إلى أنه يقصد بالاعتراب السياسي هو "شعور الفرد بالعجز إزاء المشاركة الإيجابية في الانتخابات السياسية المعبرة بصدق عن رأي الجماهير، وكذلك الشعور بالعزلة عن المشاركة الحقيقية الفعالة المصيرية المتعلقة بمصالحه؛ واليأس من المستقبل على اعتبار أن رأيه لا يسمعه أحد، وإن سمعه لا يهتم به"<sup>2</sup>

#### 7- الاعتراب على ضوء بعض النظريات :

من خلال الدراسة المتعمقة للاعتراب نجد أن هناك من الباحثين و الدارسين حاولوا تفسير الاعتراب النفسي و فق بعض النظريات النفسية المشهورة و هناك من أعطى له تنظير خاص به؛ حيث أشار مهرا " Mehra " أنه يوجد مدرستان تناولت الاعتراب :

المدرسة الأولى تناولت ظاهرة الاعتراب من ناحية اجتماعية واعتبرت أنه مشكلة اجتماعية ، تنشأ كرد فعل للضغوط والتفكك والظلم الموجود في النظام الاجتماعي ، ولاسيما في المجتمع الرأسمالي، وينظر للفرد المغترب بأنه ضحية لمجتمعه، وأن اغترابه قد فرض عليه بواسطة النظام الاجتماعي غير العادل، و يتضح هذا في كتابات "ميرتون" وهذه النظرية أغفلت أثر شخصية الفرد ، وما يعاني من اضطراب.

أما المدرسة الثانية فلقد عالجت ها باعتبارها مشكلة نفسية وينظر إليها على أنها تطويرية بطبيعتها ، وتعزو أسبابها الجذرية إلى الأمراض الشخصية ، وهذا الاعتقاد ينظر للإنسان

<sup>1</sup> - عبد اللطيف خليفة:مرجع سابق،ص99

<sup>2</sup> - نفس المرجع،ص97

على أنه ضحية لخبرات طفولته المبكرة وأنماط العلاقات الأسرية ، فاغتراب الفرد يعد اختياراً ذاتياً ، و يستخدم كميكانيزم دفاع ضد الصراع النفسي، و يتضح هذا في كتابات كينستون ، كيركجارد ، اريكسون ، فروم ، وقد ركزوا اهتمامهم على النواحي النفسية للفرد ، وأغفلوا الحقيقة الاجتماعية أو الواقع الاجتماعي الذي يشكل حياته<sup>1</sup>. و من هذا المنطلق نحاول إعطاء تدرج لهذه التفسيرات، النظرية و فق درجة معالجتها و ارتباطها بالاغتراب وفق ما يلي:

### 1-7 النظريات التي عالجت الاغتراب من ناحية اجتماعية ثقافية:

1-1-7 نظرية اغتراب الشباب عند كينستون: عرض كينستون نظريته عن اغتراب الشباب في كتابه " اللاملتزم: اغتراب الشباب في المجتمع الأمريكي، حيث بين أن الاغتراب يحدث في كل المجتمعات باختلاف أنماطها الثقافية والسياسية و الاجتماعية فنظرية الاغتراب تحمل معاني تشاؤمية، ولا يتحدد وجود الاغتراب بعوامل محددة لو زالت هذه العوامل زاد معه الاغتراب<sup>2</sup>.

2-1-7 نظرية أزمة الهوية عند إريكسون: إن الهدف الأساسي لهذه النظرية هو اهتمام بتطور هوية الأنا ، ويرى إريكسون أن الاغتراب يحدث خلال أزمة الهوية التي يبحث فيها المراهق عن ذاتيته حيث يحدث العداء بين تطور الأنا وتشئت الأنا الذي يمثل الاغتراب كمعوق أساسي لتطور حرية الأنا. حاول إريكسون بالتأكيد أكثر على دور التفاعلات الاجتماعية في بناء الشخصية ، فعتبر أن الهوية الشخصية تتطور طوال وجودها عبر ثمانية مراحل تقابلها ثمانية أعمار في دورة الحياة ويرى إريكسون حينما يركز على خطوط ما يسميه غموض الدور والذي يصل الى حد الاحساس بالعجز التام عن عمل أي شيء محدد ، وربما أي شيء على الإطلاق ، والذي يصحبه عادة مشاعر الحيرة وعدم الاستقرار<sup>3</sup>

### 2-7 النظريات التي عالجت الاغتراب من ناحية نفسية:

<sup>1</sup> - سميرة حسن أبكر: ظاهرة الاغتراب لدى طالبات كليات البنات بالمملكة العربية السعودية رسالة دكتوراه غير منشورة، جدة، 1989، ص 33-34

<sup>2</sup> - Keniston, K: The Uncommitted, Aliented Youth in American Society, Harcourt, Brace & World Inc. N .Y., 1965, p 495

<sup>3</sup> - عزت حجازي: الشباب العربي ومشكلاته، عالم المعرفة، الكويت، 1985، ص98.

**7-2-1 تفسير نظرية التحليل النفسي للاعتراب:** لقد حاول بعض المحللين النفسيين تفسير الاعتراب في ضوء نظرية التحليل النفسي و أهم هؤلاء المحللين اريك فروم الذي يعتبر أبو الاعتراب النفسي في مدرسة التحليل النفسي،و كذلك "هورني" و التي تناولت الاعتراب النفسي بصورة موسعة في أبحاثها ،و لقد استند الكثير من المحللين النفسيين الى الأسس التي قدمها "فرويد" في تفسير الاعتراب منها:

أ- اعتراب الشعور (الوعي): حيث يتساءل "فرويد" كيف يتسنى للمرضى أن ينسوا ذلك القدر من حقائق حياتهم خارجية أو داخلية؟ ثم يستعيدونها مع ذلك باستخدام طريقة أو فنية معينة معهم؟.

ب- اعتراب اللاشعور (اللاوعي): والتي يتأتى من أن الرغبة المكبوتة قد لا تنتهي بإنهاء وتفريغ قوتها من الطاقة بل تظل الرغبة محتفظة بكامل قوتها ،حتى تحين الفرصة المناسبة للظهور مرة أخرى في حالة ضعف الأنا مثلاً أثناء النوم<sup>1</sup>.

وطالما أن عوامل القمع والكبت مازالت قائمة فإن الشعور يظل مغترباً عن اللاشعور. وباستمرار حالة اعتراب الانفصال تلك وشدة إلحاح الرغبة المكبوتة في اللاشعور تظهر الأعراض المرضية التي تنتاب المصابين<sup>2</sup>.

وكذلك يشير "السيد شتا" الى قضايا مهمة في الاعتراب انطلاقاً من فكر فرويد متمثلة في: اعتراب الهو، واعتراب الأنا، واعتراب الأنا الأعلى .

أ- اعتراب الهو: يتمثل في سلب حريته، وذلك لأن حرية الهو تعنى وقوع الأنا تحت ضغط الأنا الأعلى والواقع الاجتماعي أي أن سلطة الماضي تمارس ضغطاً قوياً عليه من ناحية ويزداد افتتانه بالواقع من ناحية أخرى ومن ثم يقوم الأنا بعملية السلب أو الانفصال و يحقق الأنا ذلك بطرق عدة إما بسلب حرية الهو والقبض على زمام الرغبات الغريزية، وإما بإصدار حكمه والسماح لها بالإشباع أو تأجيل هذا الإشباع.

ب- اعتراب الأنا: فهو ذو بعدين مرتبط بسلب حريته في إصدار حكمه فيما يتعلق بالسماح للرغبات الغريزية بالإشباع من ناحية وسلب معرفته بالواقع وسلطة الماضي "الأنا الأعلى" في حالة السماح لهذه الرغبات بالإشباع من ناحية أخرى، ومن ثم يكون

<sup>1</sup> - محمد عبد المختار: مرجع سابق ذكره، ص48

<sup>2</sup> - علي السيد: مرجع سابق ذكره، ص160

الأنا في وضع مغترب دائماً سواء في علاقته بالهو أو بالأنا الأعلى، والواقع أن اغترابه هنا يجمع بين الخضوع والانفصال.

ج- اغتراب الأنا الأعلى: والذي يتمثل في فقدان السيطرة على الأنا وهي الحالة التي تأتي بدورها نتيجة لسلب معرفة الأنا بسلطة الماضي أو زيادة الهو على الأنا. وهذا هو الجانب السلبي لاغتراب الأنا الأعلى، أما الجانب الإيجابي فإنه يتمثل في التوحد والمسيرة نتيجة لغياب الفهم وفقدان أنا الفرد للسيطرة على الواقع الذي يسلبه حرية الإرادة. ويشري فور ليكت أن المرات القليلة التي أورد فيها (فرويد) مصطلح الاغتراب في أعماله كانت عند مناقشته للوعي أو الشعور المزدوج. و الاغتراب عند فرويد سمة متأصلة في وجود الذات في حياة الإنسان، إذ لا سبيل مطلقاً لتجاوز الاغتراب من وجهة نظر "فرويد" بين الأنا و الهو والأنا الأعلى، حيث لا مجال لإشباع كل الدوافع الغريزية مطلقاً، كما أنه لا يمكننا التوفيق بين الأهداف والمطالب، بين الغرائز وبعضها البعض.<sup>1</sup> ويناقش جاك لاكان والذي يعد من أهم المحللين النفسيين بعد "فرويد" ظاهرة الاغتراب في التساؤل: ما هو الاغتراب بقوله "إنني وان كنت وجدت نفسي من خلال الآخر، فقد فقدت نفسي من خلال أنا"<sup>2</sup>. حيث يرى لاكان أن إثبات الوجود لا يمكن أن يتم إلا في مرآة الاغتراب و أن الاغتراب هو اغتراب الوعي بذاته. أما اريك فروم والذي يعتبر أبو الاغتراب في التحليل النفسي المعاصر فإنه يتناول الاغتراب بطرق مختلفة والتي يمكن إيجازها في " الانفصال عن الطبيعة، الذي يصاحب سيطرة الإنسان عليها طابع يختلف عن طابع الانفصال الذي يصاحب ظهور وعي الذات وافتقاد القدرة على ربط ذات الفرد بطبيعته، وأخيراً محاولة الفرد لإيجاد مرة أخرى التناسق مع الطبيعة بالنكوص إلى شكل قبل أنساني للوجود يقضي على صفاته الإنسانية الخاصة ويعتقد أن أحد جوانب عملية التفرد تتمثل في أن الفرد يصبح كياناً واعياً منفصلاً عن الآخرين وأنه من الممكن تماماً لمن أصبح يعي بانفصاله عن الآخرين أن يجد روابط جديدة مع رفاقه من الناس لتحل محل تلك الروابط القديمة التي كانت تنظم من قبل الغرائز"<sup>3</sup>. أما هورني و

1- محمد عبد المختار:مرجع سابق ذكره، ص49

2- نفس المرجع،ص51

3- شاخت، ريتشارد:مرجع سابق ذكره،ص178

التي تعتبر من المحللين الجدد (الفرويديون الجدد) فإنها تنظر إلى الاغتراب باعتباره حالة تتضمن قمع ذاتية الفرد وعفويته وأن الهدف الأساسي للمحلل النفسي يكمن في كيفية إرجاع الفرد لعفويته وقدرته على الحكم أي مساعدته على التغلب على اغتراب الذات ثم تطورت هذه النظرة حيث تناولت هورني الاغتراب عن الذات باعتباره تعبيراً عن وضع تختلط فيه مشاعر الفرد أي يختلط ما يحبه و ما لا يحبه وما يعتقد و ما يرفضه بحيث يكون الفرد غافلاً عن ذاته الحقيقية؛ وتضيف هورني أن " الاغتراب عن الذات الحقيقية باعتباره سمة للشخص المصاب بالعصاب فهذا الشخص مبعد عن ذاته فاقداً للشعور بأنه قوة حاسمة في حياته، مثل هذا الشخص يشعر بالخجل من مشاعره وأنشطته وموارده وبذلك يتحول إلى الشعور بكراهية الذات". وتهتم "هورني" بالشروط الثقافية والاجتماعية لتحقيق وجود الإنسان، وتبين أثر العلاقات المتبادلة بين الشخصية وقيم المجتمع بين العلاقات الاجتماعية، والتطلعات الفردية. حيث ترى أن الفرد يتمنى أن يشبع مطالبه وأن تتحقق رغباته، لكن إمكانية تلبية هذه التمنيات تصطدم بواقع الظروف الاجتماعية في ظل النظام القائم، وهو لذلك يقع في صراع داخلي شديد، وهو صراع بين الذات الحقيقية والذات المثالية التي تنشأ عن حاجات الفرد الداخلية وتؤثر في الشخصية. فالأنا الحقيقية هي المركز الشخصي للإنسان والتي بفضلها يتحقق تطوره الفردي، أما الأنا المثالية فهي ما ينبغي أن تكون عليه الشخصية طبقاً لرغباتها وتخيلاتها. إن الإنسان عندما تشد عليه صراعاته الداخلية ويستعصى حلها، فإنه يخلع عن ذاته الحقيقية صورة مثالية تكون بديلاً للأفكار الحقيقية، وعندما يتقبل الإنسان هذه الصورة المثالية فإنها تؤثر عليه وتسيطر على كل قواه وطموحاته. حسث إن وجود الصراعات الداخلية للشخصية، ونشوء الأنا المثالية التي يخلقها الفرد من أجل حل النزاعات داخل الشخصية بحيث تصبح الأنا المسيطرة في بنية الشخصية، كل ذلك يؤدي إلى فقدان الشخصية أو الاغتراب الذاتي للشخصية<sup>1</sup>.

## 2-2-7 تفسير نظرية الذات للاغتراب: و في هذا الصدد يشير "روجرز، Rogers"

إلى أن الفرد يغترب حينما يفشل في تحقيق ذاته، و يعتبر روجرز تحقيق الذات عملية

<sup>1</sup> - فيصل عباس: مرجع سابق ذكره، ص 165

يمايز بها الإنسان نفسه عن الآخرين و يمايز وظائفه العضوية و أنها الغاية التي يسعى إليها كل إنسان ليحققها عن معرفة أو دون معرفة ،فالإنسان يسعى نحو الحرية من اجل تقوية ذاته ؛و إذا لم يتمكن من تحقيق ذاته فانه يعيش اغترابه عن ذاته و قدراته . فالاغتراب وفقاً لهذه النظرية ينشأ عن الإدراك السلبي للذات وعدم فهمها بشكل سليم وكذلك نتيجة للهوة الكبيرة بين تصور الفرد لذاته المثالية وذاته الواقعية،و يرى روجرز أن سوء التوافق هو جوهر اغتراب الإنسان فلا يعود صادقاً مع نفسه،ولا مع تقييمه الكياني الطبيعي للخبرة، لأنه من أجل أن يحتفظ بالتقدير الإيجابي للآخرين يزيغ بعض قيمه ولا يدركها إلا في ضوء تقدير الآخرين لها<sup>1</sup>

**7-2-3 الاغتراب في نظرية المعنى :يقدم " فيكتور فرانكل " نظرية تدور حول المعنى** حيث يعتبره ممثلاً للبعد أالصميمي للوجود الإنساني وأنه القاعدة المنبئة التي يرتكز عليها الفرد من أجل التغلب على الاغتراب وقهره وخاصة عندما يستشعر الفرد المعنى في جوانب حياته المختلفة، في الحب والصدافة والعمل و الانجاز والفن و الإبداع والتدين والأيمان وحتى في المعاناة التي يتعرض إليها، كما يركز على المعاناة في اكتشاف المعنى ويعتبرها المحفز الأساس لهذا الاكتشاف والذي ينأى بالفرد عن الاغتراب. ويرى **فرانكل** أن " الوجود الإنساني هو وجود مشوب بالقلق و الاغتراب و أن الإنسان ليس مخلوقاً متوازناً فهو لا ينشد التوازن داخل نفسه ومع البيئة ويعتبر قلقه و اغترابه متأصلين ويضربان بعمق في أغواره بحيث لا يستطيع التخلص منهما بالإرضاء الوقتي، لأنه ينشد معادلة أكثر متانة للحياة والمعيشة وهو شيء سوف يمكنه من أن يرقى على الاغتراب والمعاناة"<sup>2</sup>. فعندما يكون الفرد على بصيرة من معاناته فإنه يصل إلى مستوى من الارتياح و الانجاز الذاتي الذي يجعله أكثر معرفة بذاته وبما يدور حوله. إن وجود المعنى في حياة الفرد وأفعاله يعني وجود و استمراره وهذا ما يجعله أكثر قدرة على التعرف على أسرارذاته وأغوارها وبذلك يلتحم بها ويكون صديقاً حميماً لها، لأنه سوف يجد الحياة ممتلئة بالأعمال وهذا ما قد يبعده عن الاغتراب الذي يمثل الأثر الناتج عن إحباط أرادة المعنى أو فقدانها ذلك أن المغترب تتسم حياته بالخواء والخلو من

<sup>1</sup> - يوسف القاضي ، و آخرون: الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي ، ط1، دار المريخ للنشر، الرياض ، السعودية ، 1401هـ،ص237

<sup>2</sup> - فرانكل، فيكتور: مرجع سابق ذكره،ص52

الأهداف السامية ذات القيمة والمعنى وأنه وأن لم يعثر على ذاته بعد وان عثر عليها فليس بمقدوره أن يتآلف معها، ويرى فرانكل أن "الإنسان المعاصر يخضع أكثر لتحكم الآخرين فتضيع ذاته في المجموع فهو لا يكون في معظم الأحيان كما يريد لنفسه أن يكون وإنما على الصورة التي يريدونها الآخرون وبالتالي سوف يقع وبشكل متزايد فريسة للمسايرة و الأمثال"<sup>1</sup>

**7-2-4 تفسير النظرية السلوكية للاغتراب:** يرى أصحاب هذه النظرية بأن المشكلات السلوكية هي عبارة عن أنماط من الاستجابات الخاطئة أو غير السوية المتعلمة بارتباطاتها بمثيرات منفردة ويحتفظ بها الفرد لفاعليتها في تجنب مواقف أو خبرات غير مرغوبة. و يرى أنصار هذا الاتجاه في تفسيرهم للاغتراب أن الثواب و العقاب المصطنع هو أساس اغتراب الفرد عن سلوكياته، و أفعاله حيث تصبح هذه السلوكيات و الأفعال شيء منفصل عنه؛ حيث أن العامل يعمل من أجل الحصول على الراتب الذي يمثل له تعزيزا مصطنعا و ليس طبيعيا للعامل للاستمرار في العمل، و بالتالي فان الراتب سوف يؤثر في سلوك العامل، فالعامل هنا يعمل من أجل تجنب فقدان الراتب و ليس بفضل النتائج الطبيعية الفورية لعمله مما يؤثر في قدراته الإبداعية في العمل. حيث ان الفرد وفقاً لهذه النظرية "يشعر بالاغتراب عن ذاته عندما ينصاع ويندمج بين الآخرين بلا رأي أو فكر محدد حتى لا يفقد التواصل معهم وبدلاً من ذلك يفقد تواصله مع ذاته"<sup>2</sup>

**7-2-5 تفسير نظرية المجال للاغتراب:** أن فحوى هذه النظرية يمكن أن ينصب في أنه عند التصدي للاضطرابات والمشكلات النفسية فإنها توجه الاهتمام بشكل مركز على شخصية العميل وخصائص هذه الشخصية المرتبطة بالاضطراب والمسببة له، وكذلك على خصائص الحيز الحياتي الخاص بالعميل في زمن حدوث الاضطراب بالإضافة إلى أسباب اضطرابه شخصيا وبيئيا مثل الاحباطات والعوائق المادية؛ ويرى حامد زهران بأن الحواجز النفسية التي تحول دون تحقيق أهداف الفرد والصراعات وما قد يصاحبها

<sup>1</sup> - فرانكل، فيكتور :مرجع سابق ذكره،ص142

<sup>2</sup> - علاء الشعراوي : الشعور بالاغتراب و علاقته ببعض المتغيرات العقلية و غير العقلية لدى طلاب الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المنصورة، 1988،ص241

من أقدام وهجوم غاضب أو أحجام وتقهر خائف وعلى هذا فإن الاغتراب هنا ليس ناتجاً من عوامل داخلية فقط بل من عوامل خارجية تتضمن سرعة التغيرات البيئية و الاتجاه نحو هذه التغيرات والعوامل.<sup>1</sup>

## 8- الاغتراب و علاقته بشباب الجامعة :

يعد الشباب هم شريان كل مجتمع وعليهم تقع المسؤوليات من اجل التطور ، باعتبارهم من الفئات الأكثر عرضة للاغتراب، وفي هذا الصدد عرض كينستون نظريته عن اغتراب الشباب حيث بين أن الاغتراب يحدث في كل المجتمعات باختلاف أنماطها الثقافية والسياسية والاجتماعية ، فالاغتراب تحمل معاني تشاؤمية ، ولا يتحدد وجوده بعوامل محددة لو زالت هذه العوامل زال معه الاغتراب"<sup>2</sup>. كما أشار فايز الحديدي إلى أن "اغتراب طلبة الجامعة شغل أذهان كثير من علماء النفس والتربية، الاجتماع في فترة الستينيات من القرن الماضي، و التي شهدت الانتفاضات الطلابية في أرجاء العالم المتقدم والنامي ويقدر ما أثار تدهور القيم من قلق لدى الباحثين والمفكرين في أوروبا وأمريكا أدت في الوقت ذاته إلى الانعزال والضياع والانحرافات لدى الشباب المثقف وخاصة في المجتمع الأمريكي"<sup>3</sup>. و تضيف سميرة أبكر أنه "إذا تناولنا مرحلة الشباب الجامعي والاغتراب فإن اختلاف العلماء في تحديد الفئة العمرية لمرحلة الشباب ، وهذا الاختلاف يخضع لمتغيرات ثقافية واجتماعية وحضارية وتربوية يتصف بها المجتمع بشكل يميزه عن مجتمع آخر ، بل ويختلف التحديد من ثقافة فرعية إلى ثقافة فرعية أخرى داخل المجتمع الواحد . و مع أن هذا الاختلاف قائم، إلا أن هناك اتفاقاً على أن الشباب مرحلة عمرية تبدأ من البلوغ وتنتهي قبل الرشد، وتتميز بالحيوية والنشاط، والقدرة على تحمل المسؤولية، واكتساب التجارب في مجال الحياة وقد تتخلل مرحلة الشباب أزمات نفسية والتعبير عن بعض هذه الأزمات ينعكس في الشعور بالاغتراب، وهناك اختلاف في الآراء حول هذه الأزمات ، فبعضهم يرجعها لطبيعة مرحلة المراهقة وما تتميز به من خصائص ، وبعضهم يرجعها إلى الظروف الحضارية والنظام الاجتماعي والاقتصادي

<sup>1</sup> - حامد زهران: التوجيه والإرشاد النفسي، ط3، عالم الكتب، القاهرة، 1988، ص266

<sup>2</sup> - Keniston ,K:Op.Cit,p495

<sup>3</sup> - سليمان المالكي : العلاقة بين الاغتراب النفسي وبعض المتغيرات المتعلقة به لدى طلاب وطالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية، 1415هـ، ص29

الذي يعيشه الفرد ، ورأي ثالث يرى أن هذه الأزمات دائما ترجع لخصائص مرحلة المراهقة إذا وجدت في ظروف بيئية معينة. وحول هذه الآراء المتباينة والمتفقة في مفاهيم الإغتراب وعلاقتها بمرحلة الشباب وما يتخللها من أزمات فإنها تضيف " إنها تؤيد الرأي الأخير ، وتضيف بأن الشباب إذا لم يعد لمواجهة التغيرات التي تحدث له أثناء البلوغ ، و إذا لم يجد التوجيه التربوي الإسلامي الصحيح ، ولم يجد العقيدة الإسلامية التي تعينه على تحديد هويته ، وتقبله لذاته ، وثقته بنفسه فإنه يتعرض لأزمات نفسية شديدة تعيقه عن الارتقاء النفسي ، وتجعله يفصل عن العالم من حوله ، ويشعر بالاغتراب" <sup>1</sup>.

وتضيف قائلاً " إن مجتمعا العربي في كثير من دوله تخضع لمجموعة من المتغيرات الاجتماعية والاقتصادية والثقافية و تقدم حضاري ونهضة شاملة سريعة في كافة المجالات ، وهذا التقدم السريع و وجود الكثير من التيارات الفكرية المختلفة والثقافات العربية وغير العربية ، فبدأ الصراع بين القيم و المعايير الأصيلة للمجتمع و القيم و المعايير الجديدة ، مما أدى إلى التخلي أو الالتزام الشديد بالمعايير فعاش الإنسان في مجتمعا صراعاً أيديولوجياً عميقاً أدى به إلى العزلة والانفصال عن الأشكال الاجتماعية السائدة . حيث أنها تؤثر فعلاً في وجود الاضطرابات النفسية أو تكون سبباً لوجود الأزمات النفسية ومنها ظاهرة الاغتراب. كما يرى نبيل إسكندر أن " الطالب في الجامعة يبحث عبثاً عن دور يؤديه وعن هوية محددة . ومن ثم تكون استجابته لحالة التسبب وانعدام الأطر التنظيمية ذات الكفاءة واضطراب المعايير هي العصيان و التمرد، إنهم يتطلعون إلى شكل من التنظيم على مستوى المؤسسة التعليمية حتى مستوى المجتمع، يحقق لهم الفرصة لأداء دور فعال ويحقق لهم الرضا . وهكذا يقوم الطلبة بالدور الناقد والأخلاقي الذي يبدو لهم أن جامعاتهم عاجزة عن القيام به" <sup>2</sup>.

و انطلاقاً من هذه الدراسة التي حاولت إضفاء نوع من الموضوعية في دراسة الاغتراب النفسي لدى شباب الجامعات فان الاغتراب يضل محط دراسات أخرى لان اختلاف المجتمعات و الايديولوجيا المتحكمة فيها و كذلك القيم و المعايير السائدة، تعتبر محدد موجه للاغتراب النفسي لدى هؤلاء الشباب.

<sup>1</sup> - سميرة حسن أكبر: مرجع سابق ذكره، ص15

<sup>2</sup> - نبيل اسكندر: الاغتراب وأزمة الإنسان المعاصر، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1988، ص303

## 9- الاغتراب وظاهرة العولمة:

إن ما يشعر به الفرد المغترب من اضطرابات وضياح وفقدان المعنى و الهدف وعدم الشعور بالانتماء وعدم الالتزام بالمعايير والعجز ، كلها مظاهر يشعر بها الفرد المغترب ، أو جزء منها و في هذا القبيل فإن الحضارة و ما يصاحبها من تغيرات،تزيد من حالات الاغتراب . و أهم هذه الظواهر في عصرنا هي ظاهرة العولمة ، و في هذا الإطار يقول هارالد شومان نقلا عن منظريها و المروجين لها أن هذه العولمة ذات الاتجاه الليبرالي المغرق في التطرف ،هي من قبيل الحتميات الاقتصادية و التكنولوجية الشبيهة بالأحداث الطبيعية التي لا يمكن الوقوف في وجهها<sup>1</sup> . كما يمكن القول أن الاغتراب ظاهرة إنسانية امتد وجودها ليشمل مختلف أنماط الحياة الاجتماعية، الاقتصادية والسياسية، وفي كل الثقافات، حيث تزايدت مشاعر هذا الاغتراب وتعددت نتيجة لطبيعة العصر الذي يعيشه الإنسان، عصر المتناقضات ، عصر التنافس والتغيرات المتلاحقة، عصر طغت فيه المادة، مما أدى إلى إصابة الإنسان بالكثير من المشاكل والاضطرابات، والتي جاء في مقدمتها ظاهرة الاغتراب التي لفتت انتباه الباحثين والدارسين<sup>2</sup> و من المتوقع أن يزداد الاغتراب عند الفرد في مرحلة الانتقال من عصر ما قبل العولمة إلى عصر العولمة والذي هو من وجهة نظرنا لا يزال في إرهاصات البداية فالمجتمعات الآن تنتقل من تقاليدها التي عاشتها طويلا إلى حال جديد عليها ، لذلك فهي تستشعر بالاغتراب الثقافي، حيث تخشى الغزو الثقافي وتشعر أحيانا بالضياع وقد تجد المجتمعات نفسها إما في حالة اغتراب أو أنها تنبهر بوسائل الغزو الثقافي فتتمثله و من ثم تتقبله. فإذا ما تمثل مجتمع وبالتالي أفراده ثقافة الآخر فهو يعيش اغتراب التمثل، وإذا قاومه ورفضه فهو يعيش مشكلات الصراع الثقافي " <sup>3</sup> . كما أن شدة التجمعات السكانية غير المتجانسة تطغي فيها الأهمية للمال والعمل من أجل تحقيق الأرباح بلا حدود وتهبط بها قيمة الفكر والثقافة بشكل مزري ويأخذ الفرد من الحضارة قشورها وينصب اهتمامه على تكديس الثروات والتملك. ان كل ما شمله عصرنا من تقدم في كل المجالات أو كما أشير إليه

<sup>1</sup> - هارالد شومان و آخرون: فح العولمة ،ترجمة عدنان عباس، دار عالم المعرفة للنشر، الكويت، 1998، ص10

<sup>2</sup> - عبد الله عويدات: مرجع سابق ذكره، ص2

<sup>3</sup> - عبد المنعم بدر : الاغتراب وانحراف الشباب العربي ،المجلة العربية للدراسات الأمنية ، المجلد 8 ، العدد16، 1414هـ، ص 81.

الانتقال من عصر ما قبل العولمة إلى عصر العولمة فانه من المتوقع أن يزداد الاعتراب عند الفرد و بالتالي فان العولمة يعد أحد العوامل المؤدية إلى الاعتراب لدى الإنسان .

### 10- الاعتراب في ضوء التصور الإسلامي (الديني) :

لقد عالج الاسلام مشكلة الاعتراب ، بصورتها الايجابية و السلبية ، حيث يشير قيس النوري أن " الاعتراب قديم قدم الإنسان نفسه، حيث لازمه في جميع العصور والأزمنة، فالأديان السماوية الثلاث: الإسلام، اليهودية والمسيحية تلتقي على مفهوم أساسي للاعتراب، بمعنى الانفصال عن الله"<sup>1</sup>. ومن الآثار ما ذكره رسول الله صلى الله عليه وسلم " بدأ الإسلام غريباً ، ثم يعود غريباً كما بدأ ، فطوبى للغرباء . قيل : يا رسول الله ، ومن الغرباء ؟ قال : الذين يصلحون إذا فسد الناس " رواه الترميذي

و اذا كانت فكرة الاعتراب بكل معانيها وجدت في الفكر الديني قبل الفلسفي، و ذلك منذ القدم واستخدمت بعدة معانٍ، و في هذا يشير خليفة إلى أن الاعتراب مصطلح شديد العمق، وعريق الأصل، ضارب الجذور إلى فجر البشرية جمعاء إذ يعود إلى تلك اللحظة المتعالية التي "غربت" فيها الجنة بنعيمها عن آدم عليه السلام ونزل الأرض مغتربا عنها وعن الحياة التي كان يحظى بها قبل عصيان أمر ربه، فتلك هي بحق أولى مشاعر الاعتراب. ويستحيل على الإنسان أن يعيش بغير علاقة مع آخر، ولهذا شاءت القدرة الإلهية أن يخلق لآدم عليه السلام زوجة قبل أن يترك الجنة، استباقا لما سيقع لتندراً عنهما مشاعر "الاعتراب"، فجزور هذا المفهوم هي جزور دينية في أساسها الأول قبل جزوره الفلسفية والاجتماعية والاقتصادية و السياسية والسيكولوجية<sup>2</sup>.

إلا أن الدارس للاعتراب في الأديان يجد أنه يتمحور حول معنيين هامين هما :

أ- الاعتراب الإيجابي الممدوحة: و هي غربة أهل الله وأهل سنة رسول الله صلى الله عليه وسلم بين الخلق، وهي الغربة التي امتدحها الله تبارك وتعالى، ومدح رسول الله صلى الله عليه وسلم أهلها.

<sup>1</sup> - قيس النوري:مرجع سابق ذكره،ص11

<sup>2</sup> - عبد اللطيف خليفة :مرجع سابق ذكره،ص19

ب- الإغتراب السلبي المذموم: وهي غربة أهل الباطل وأهل الفجور بين أهل الحق، فهي غربة بين حزب الله المفلحين، وإن كثرت أهلها فهم غرباء.<sup>1</sup>

أما (ابن قيم الجوزية) فيذكر المحدثون أنه قسم الغربة إلى ثلاثة أقسام:

- النوع الأول غربة محمودة أو إيجابية: وهي غربة أهل الله وأهل سنة رسوله بين هذا الخلق وهي الغربة التي مدح رسول الله صلى الله عليه وسلم أهلها.

- النوع الثاني الغربة المذمومة أو السلبية وهي غربة أهل الباطل، وأهل الفجور بين أهل الحق. فهي غربة بين حزب الله المفلحين، وإن كثرت أهلها فهم غرباء.

- النوع الثالث غربة مشتركة: وهي الغربة عن الوطن، فإن الناس كلهم في هذه الدار غرباء، فإنها ليست لهم بدار مقام، ولا هي الدار التي خلقوا لها.<sup>2</sup>

وهو ما أكده **اسكندر** الذي ركز على الإغتراب السلبي أكثر من الإيجابي إذ يرى أن مفهوم الإغتراب من وجهه نظر دينيه والتي تظهر في الأديان الثلاثة الكبرى المتمثلة باليهودية والمسيحية والإسلام فأنها وعلى ما يبدو تلتقي على مفهوم واحد للإغتراب المتمثل في أن معنى الإغتراب هو "الانفصال، أي انفصال الإنسان عن الله وانفصال الإنسان عن الطبيعة الملمات والشهوات وانفصال الإنسان لمؤمن عن الإنسان غير المؤمن" حيث أن الإغتراب ظاهرة حتمية في الوجود الإنساني وحياة الإنسان على الأرض ما هي إلا غربة عن وطنه الأسمى، وطنه السماوي<sup>3</sup>. ويرى **رجب محمود** أنه حسب التصور القرآني فقد اغترب الإنسان عن الله، حينما عصى أمره وأكل من الشجرة المحرمة، فهبط من السماء وصار موجوداً على الأرض يعيش في أزمة، داعياً ربه أن يرحمه ويعينه إلى يوم القيامة<sup>4</sup>. أي أن الإغتراب في هذا الجانب يكون بسبب الغفلة والانغماس في الشهوات، واقتراف المعاصي، وإهمال الحدود الشرعية التي أمر الله بها، وكلما تمادى الإنسان في ملذاته وشهواته وعصيانه يزيد الله مرضه على مرضه، ووحشته

<sup>1</sup> - سميرة حسن أبكر: مرجع سابق ذكره، ص14

<sup>2</sup> - ابن قيم الجوزية: مدارج السالكين، دار الفكر، بيروت، لبنان، 1408هـ، ص ص 194-205

<sup>3</sup> - نبيل اسكندر: مرجع سابق ذكره، ص35

<sup>4</sup> - محمود رجب: مرجع سابق ذكره، ص181

على وحشة وحيرة وضلال وغربة، قال تعالى " في قلوبهم مرض فزادهم الله مرضا ولهم عذاب أليم بما كانوا يكذبون "سورة البقرة الآية 10 .<sup>1</sup>

وقد فسّر ابن القيم الجوزية مثالا من قصة موسى عليه السلام عندما خرج من مصر هاربا من فرعون وقومه، ناجى ربه قائلا: "يا رب وحيد مريض غريب" فناداه ربه قائلا "يا موسى الوحيد من ليس له مثلي أنيس، والمريض من ليس له مثلي طبيب والغريب من ليس بيني وبينه معاملة"<sup>2</sup>. وأشار فتح الله خليف إلى أن " الاغتراب بالمعنى الإسلامي اغتراب عن الحياة الاجتماعية الزائفة الجارفة، واغتراب عن النظام الاجتماعي غير العادل فالغرباء قاوموا الحياة ومغرياتها بطريقة إيجابية وسلبية، فقهروا السلطتين جميعاً، سلطة الحاكم، وسلطة النفس بترويضها على الطاعات والمجاهدات واعتزالهم الناس"، ويضيف " بأنه إذا كانت الغربة قد أسرعت إلى الإسلام في عصوره المبكرة فما بال حال الإسلام في زماننا؟ يبدو أن الإسلام الحق الذي كان عليه الرسول وصحابته اليوم أشد غربة منه في أول ظهوره، وإن كانت أعلامه ورسومه الظاهرة مشهورة معروفة، فالإسلام الحقيقي غريب جدا، وأهله غرباء بين الناس. فالمؤمن الحق الذي رزقه الله بصيرة في دينه، وفقها في سنة رسوله، وفهما في كتابه غريب بين الناس: هو غريب في دينه لفساد أديانهم، غريب في تمسكه بالسنة لتمسكهم بالبدع، غريب في معاملته لسوء معاملتهم، غريب في معاشرته لهم لأنه يعاشرهم على غير هواهم؛ وبالجملة فهو غريب في أمور دنياه وآخرته لا يجد مساعدا ولا معيناً"<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> - عادل الأشول، وآخرون: التغيير الاجتماعي اغتراب شباب الجامعة أكاديمية البحث العلمي القاهرة، 1985، ص29  
<sup>2</sup> - فتح الله خليف: الاغتراب في الإسلام، مجلة عالم الفكر، جامعة الكويت، الكويت، المجلد10، العدد1، 1979، ص61  
<sup>3</sup> -- نفس المرجع، ص85

**خلاصة:**

لقد حاولنا من خلال هذا الفصل إزالة اللبس الحاصل حول مفهوم الاغتراب كظاهرة إنسانية متعددة الأبعاد لها مظاهرها الخاصة؛ و ذلك على عكس المفهوم الشائع بين أغلبية الناس بالنظر إلى تشعب هذا المفهوم، و محدودية استخدامه لديهم. و لما كان الاغتراب النفسي ظاهر متعدد الجوانب لها أشكالها و أسباب و نواتج لظهورها، بل الأكثر من ذلك ظاهرة إنسانية لا تقتصر على فئة من المجتمع دون أخرى تتضح الأهمية البالغة لتحديدها ضمن المجتمعات العربية عامة و المجتمع الجزائري خاصة و بالتالي فان الدارس للاغتراب و مظاهره المتعددة، بنظرة موضوعية يكتشف مدى بروز هذه الظاهرة بين المجتمعات الحديثة دون تمييز بينها، و كذلك المجالات الكثيرة التي

اخترقها بل الأكثر من ذلك تسليط الديانات المختلفة الضوء عليها و خاصة الإسلام الذي أبرزها بصور متعددة قبل أربعة عشر قرن مضت، يكتشف أهمية هذا الطرح ومدى ضرورة تمييز الإغتراب كظاهرة مستقلة بمفهومها متداخلة مع بقية الظواهر من حيث أبعادها.

# الفصل الثاني :

## الطمأنينة النفسية

تمهيد.

- 1- مفهوم الطمأنينة النفسية.
  - 2- خصائص الطمأنينة النفسية.
  - 3- مكونات الطمأنينة النفسية.
  - 4- أسس الطمأنينة النفسية.
  - 5- مقومات الطمأنينة النفسية.
  - 6- أبعاد الطمأنينة النفسية.
  - 7- معوقات الطمأنينة النفسية.
  - 8- الآثار الناجمة عن فقدان الطمأنينة النفسية.
  - 9- أساليب تحقيق الطمأنينة النفسية.
  - 10- الطمأنينة الانفعالية في ضوء بعض النظريات.
  - 11 - الطمأنينة الانفعالية وعلاقتها بالصحة النفسية.
  - 12- الطمأنينة النفسية و علاقتها بالأسرة و المجتمع.
  - 13- الطمأنينة النفسية و الطفولة.
  - 14- الطمأنينة النفسية و علاقتها بعملية التربية و التعليم.
  - 15- الطمأنينة النفسية و التحصيل الدراسي.
  - 16- نظرة الدين للطمأنينة النفسية.
- خلاصة.

**تمهيد:**

تعد الطمأنينة النفسية احد الحاجات النفسية التي حازت على اهتمام العلماء لكونها احد أهم المؤثرات على الصحة النفسية للفرد فتناولت بالدراسة من زوايا مختلفة، حيث إن الطمأنينة شعور و هاجس قديم قدم الإنسان بحد ذاته و جد معه لمواجهة الخوف و التغلب على الأخطار و هو بالتالي هدف و غاية بحد ذاته، و بالنظر إلى تأثير هذه الظاهرة بشكل مباشر على الأداء الوظيفي للأفراد مما ينعكس على إنتاجيته، و من هذا المنطلق أصبح الاهتمام بالطمأنينة النفسية للطلاب ضرورة ملحة داخل المؤسسات الجامعية و ذلك من اجل بناء مجتمع سليم ، و هذا لا يتأتى دون معرفة جيدة للطمأنينة النفسية كظاهرة متعددة الأبعاد تؤثر و تتأثر بعدة عوامل لها مميزات و مظاهرها .

**1- مفهوم الطمأنينة النفسية:****1-1 الطمأنينة النفسية في اللغة:** تعد اللغة العربية واسعة الألفاظ و المعاني حيث يشير

التعريف اللغوي للطمأنينة إلى مسألة التداخل بين الإحساس بعدم الخوف، والأمن النفسي، فضلا عن التقاطع مع مفهوم وإحساس الفرد بالرضا و القناعة.

فيقال اطمأن: سكن و ثبت و استقر، و اطمأن القلب أي سكن بعد انزعاج و لم يقلق.

كما قد تعني الأمن و الأمان، فيقال: أمن أمنا وأمانا إذا اطمأن ولم يخف، و امن البلد أي اطمأن فيه اطمأن فيه أهله.<sup>1</sup>

- الاطمئنان : هو سكون النفس وطمأنه أي خفضه وسكنه وهداه، واطمأن إليه يعني سكن ثبت ، استقر بالمكان أو غيره ، انخفض بالمكان أو فيه اتخذه وطمأن<sup>2</sup> .

- المطمئن هو الساكن، اطمأن اطمئنا و طمأنينة إليه أي سكن و أمن له<sup>3</sup>.

- الطمأنينة: هي الثقة و عدم القلق<sup>4</sup>.

**2-1 الطمأنينة النفسية اصطلاحا:** إذا ما نظرنا إلى التعريف الاصطلاحي أو الإجرائي

وذلك من منظور علم النفس فإننا نجد أن الطمأنينة النفسية : و هو شعور الفرد بالاستقرار و التحرر من الخوف و القلق لتحقيق متطلباته و مساعدته على إدراك

قدراته، و جعله أكثر تكيفا مع الذات و بالتالي مع المجتمع حيث يشعر الفرد بأنه محبوب

ومتقبل من الآخرين، له مكانة بينهم ويدرك أن بيئته صديقه ودودة غير محبطة يشعر فيها

بندرة الخطر و التهديد و القلق و هو مما يتفق مع تعريف العيسوي الذي يعرفها بأنها"

شعور الفرد بأنه محبوب و متقبل من الآخرين، و له مكان بينهم، يدرك أن بيئته صديقة

و دوره غير محبط، حيث يشعر فيها بندرة الخطر و التهديد و القلق"<sup>5</sup>

و بالتالي فان الطمأنينة هي الشعور بالبيئة الاجتماعية على أنها بيئة صديقة وشعور الفرد

بأن الآخرين يحترمونه ويتقبلونه داخل الجماعة<sup>6</sup>

<sup>1</sup> - مجمع اللغة العربية: المعجم الوسيط، ط4، طباعة وزارة التربية و التعليم، مصر، 2004، ص28

<sup>2</sup> - مسعود جبران: القاموس الرائد، المجلد الأول، ط4، دار العلم للملايين، بيروت، ص977

<sup>3</sup> - المنجد في اللغة، ط26، دار المشرق، بيروت، لبنان، 1975، ص473

<sup>4</sup> - مجمع اللغة العربية: المعجم الوجيز، وزارة التربية و التعليم، مصر، 1994، ص395

<sup>5</sup> - عبد الرحمان العيسوي: مرجع سابق ذكره، ص3

<sup>6</sup> - حامد زهران : علم النفس الاجتماعي ، مرجع سابق ذكره، ص70

كما يذكر المفكرون والدارسون في تعريف الطمأنينة النفسية إلى تعريفات متعددة حسب الزاوية التي ينظر من خلالها كل منهم، و لكنها كذلك تلتقي في نواحي عدة ومن ذلك تعريف **الجميلي** الذي يرى بأنها "شعور الفرد بالاستقرار والتحرر من الخوف والقلق لتحقيق متطلباته ومساعدته علي أدراك قدراته وجعله أكثر تكيفاً"<sup>1</sup>.

و هو نفس المفهوم الذي اتجه إليه **عبد الخالق** الذي يرى بأنها "التحرر من الخوف أيا كان مصدر هذا الخوف ويشعر الإنسان بالأمن متى ما كان مطمئناً على صحته وعمله وأولاده ومستقبله وحقوقه ومركزه الاجتماعي، فإن حدث ما يهدد هذه الأشياء أو حتى توقع الفرد هذا التهديد فئة يفقد شعوره بالأمن والشعور بالأمن شرط ضروري من شروط الصحة النفسية كما أن فقدان هذا الشعور هو العدو الأول لكل سلام نفسي وصمود أمام الشدائد"<sup>2</sup>

وأشار **عبد الرحمن عدس** أن المقصود بالطمأنينة النفسية " وجود علاقات متوازنة بين الفرد وذاته من ناحية وبينه وبين الأفراد الآخرين المحيطين به من ناحية أخرى فإذا توفرت هذه العلاقات المتوازنة فان سلوك الفرد يميل إلي الاستقرار وبالتالي يصبح أكثر قابلية للعمل بعيداً عن أنواع القلق والاضطراب المزاج و الاكتئاب"<sup>3</sup>

وعلى الرغم من هذا التعدد في المسميات يبقى السلم الهرمي للحاجات الذي وضعه (ماسلو) وإشباع هذه الحاجات هو القاعدة التي استند إليها الباحثون في تعريفاتهم للطمأنينة الانفعالية، و يعتبر العديد من العلماء و الباحثين أن الطمأنينة الانفعالية هي مرادفة الأمن النفسي و الطمأنينة النفسية مثل ما أشار إلى ذلك حامد زهران الذي يرى أن الأمن النفسي هو الطمأنينة الانفعالية أو النفسية ويعرفه " بأنه حالة يكون فيها إشباع الحاجات مضموناً وغير معرض للخطر مثل الحاجات الفسيولوجية والحاجة إلى الأمن والحاجة إلى الحب والمحبة والحاجة إلى الانتماء والمكانة، والحاجة إلى احترام الذات

<sup>1</sup> حكمت الجميلي:الالتزام الديني وعلاقته بالأمن النفسي لدي طلبة صناعة، رسالة ماجستير غير منشوره، كلية الآداب، جامعة صنعاء، 2001، ص18

<sup>2</sup> - أحمد عبد الخالق: علم النفس العام، الدار الجامعية، بيروت، 1983، ص248

<sup>3</sup> - عبد الرحيم عدس:بناء الثقة وتنمية القدرات في تربية الأطفال ، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، الأردن ، 1998 ، ص40

والحاجة إلى تقدير الذات وأحياناً يكون إشباع الحاجات بدون مجهود وأحياناً يحتاج إلى السعي وبذل الجهد لتحقيقه"<sup>1</sup>.

ويتفق الدسوقي مع زهران فيؤكد أن بعض العلماء استخدم مصطلح الطمأنينة النفسية كمرادف لمصطلح الأمن النفسي المأخوذ من الشعور بالأمن الانفعالي والذي يعرفه بأنه "حالة يحسن فيها الفرد تأمين إرضاء حاجاته الانفعالية خصوصاً حاجته إلى أن يكون محبوباً، أما الحاجات الانفعالية (النفسية) فهي تلح في طلب الإرضاء أكثر من الحاجات العضوية أو الفسيولوجية"<sup>2</sup>

ويضيف الدسوقي إلى أن هون المرء آمناً، أي سالماً من تهديد أخطار العيش أو ما عنده قيمة كبيرة، وهو اتجاه مركب من تملك النفس والثقة بالذات والتيقن من أن المرء ينتمي لجماعات إنسانية لها قيمتها، ويرى أن الأمن: حالة يحس فيها الفرد بالسلامة والأمن وعدم التخوف، ويكون فيها إشباع الحاجات و إرضائها مكفولان، وهو اتجاه مركب من تملك النفس بالثقة بالذات والتيقن من أن المرء ينتمي إلى جماعات إنسانية لها قيمة.<sup>3</sup>

## 2- خصائص الطمأنينة النفسية:

يمكن اعتبار أن الطمأنينة النفسية هي ظاهرة تكاملية نفسية معرفية فلسفية اجتماعية كمية إنسانية و هذا ما أشار إليه سعد علي وفق مايلي:

- ظاهرة نفسية أي تستند إلى قدر من الطاقة النفسية.
- ظاهرة اجتماعية أي أنه يمتلك الفرد هوية اجتماعية محددة.
- ظاهرة كمية أي لها مقدار ويمكن قياسها .
- ظاهرة فلسفية أي تتحدد بقيمة الأشياء والموضوعات المهددة للذات ومعانيها المعرفية.
- تتحدد الطمأنينة النفسية بعملية التنشئة الاجتماعية ، ويرتبط بالتفاعل الاجتماعي الناجح والخبرات و المواقف الاجتماعية والبيئية المتوافقة.
- الطمأنينة لا يقتصر على البيئة الأسرية فحسب إنما تشمل المجتمع بأكمله.

<sup>1</sup> - حامد زهران: التوجيه والإرشاد النفسي، ط2، عالم الكتب القاهرة، د.ت، ص297

<sup>2</sup> - زينب الشقير: مرجع سابق ذكره، ص17

<sup>3</sup> - كمال الدسوقي: ذخيرة علوم النفس، المجلد الثاني، مطبعة الأهرام، مصر، 1990، ص1329

- تؤثر الطمأنينة النفسية تأثيراً حسناً على الإنجاز بصفة عامة وفي الابتكار.  
 - ظاهرة إنسانية أي الأمن النفسي سمة إنسانية يشترك فيها كافة البشر<sup>1</sup>. وحيث أن الشعور بالطمأنينة هو شعور نسبي نظراً لتأثره بعدة عوامل فقد ضمن بعض الباحثين هذه العوامل في حالة الفرد العضوية والعوامل الاجتماعية والاقتصادية و ذلك كما يرى جبر حيث يعرف الطمأنينة النفسية أو الأمن النفسي بأنه "حالة من التوافق الذاتي والتكيف الاجتماعي ثابتة نسبياً وتتأثر بحالة الفرد العضوية والعوامل الاجتماعية والاقتصادية المحيطة به"<sup>2</sup>.

### 3- مكونات الطمأنينة النفسية:

لقد قسم العديد من الباحثين و الدارسين للطمأنينة النفسية إلى عدة مكونات و في هذا يشير **جبر محمد** إلى أنه يمكن تقسيمها إلى مكونين أساسيين هما:  
 أ- مكون داخلي: تتمثل في عملية التوافق النفسي مع الذات بمعنى قدرة المرء على حل الصراعات التي تواجهه وتحمل الأزمات والحرمان<sup>3</sup>.  
 بالإضافة إلى تحرر الفرد من الخوف مهما كان مصدره؛ حيث أن الخوف مصدر الكثير من العلل و المتاعب النفسية، و هو الوجه الآخر للشعور بالنقص و ضعف النفس و الكراهية<sup>4</sup>.

ب- مكون خارجي: تتمثل في عملية التكيف الاجتماعي بمعنى قدرة المرء على التلاؤم مع بيئته الخارجية و التوفيق بين المطالب الغريزية و متطلبات العالم الخارجي و الأنا الأعلى<sup>5</sup>.  
 ويؤكد **الحفني** أهمية البعد الاجتماعي في الطمأنينة النفسية للفرد كمكون خارجي فهو يرى أن أمن الفرد ينبع من شعوره بأنه يستطيع الإبقاء على علاقات مشبعة و متزنة مع الناس ذوي الأهمية الانفعالية في حياته<sup>6</sup>.

كما و يشير **فرج عبد القادر** إلى أن الإحساس بالطمأنينة حالة نفسية داخلية يشعر الفرد من خلالها بالأمن و الهدوء كما تتمثل "خارجياً" في تحقيق معظم مطالبه و إشباع معظم

<sup>1</sup> - سعد علي: مستويات الأمن النفسي لدى الشباب الجامعي " بحث ميداني حضاري مقارن"، مجلة جامعة دمشق، المجلد 15، العدد 1، 1999، ص 15

<sup>2</sup> - محمد جبر: مرجع سابق ذكره، ص 83

<sup>3</sup> - نفس المرجع، ص 86

<sup>4</sup> - محمود عوض: علم النفس العام، الدار الجامعية للطباعة و النشر، بيروت، 1981، ص 78

<sup>5</sup> - محمد جبر: مرجع سابق ذكره، ص 82

<sup>6</sup> - عبد المنعم الحفني: موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، مكتبة مدبولي، القاهرة، 1994، ص 70

حاجياته، و شيوخ روح الرضا النفسي ، و تقبل الفرد لنفسه ، و شعوره بالانجاز، و مشاركته الحقيقية في أنشطة تحقق لديه هذا الإحساس و تدعمه<sup>1</sup>.

#### 4- أسس الطمأنينة النفسية :

**1-4 الطمأنينة الجسمية :** حيث يشير إلى مدى إشباع الفرد لحاجاته البدنية والجسمية. ويكون إشباع الحاجات البدنية عن طريق الاهتمام بناحية الجسدية وعدم تعرض جسم الطفل للضرب أو الأذى البدني ؛ إن الأسرة أو المجتمع الذي يوفر لأفراده حاجاتهم الأساسية يضمن مستوى من الأمن يتناسب مع مقدار ما وفره لأفراده إلا أنه في أوقات الأزمات يضطرب شعور الفرد بالانتماء لمجتمع لا يوفر الحد الأدنى من الحاجات الأساسية إلا أن الأسرة أو المجتمع عندما لا يستطيع توفير الحاجات الأساسية لأفراده قد لا يؤدي ذلك إلى اضطراب في شعور الطمأنينة عند أفراده إليه عندما يتساوى الجميع في تحمل هذه الظروف الطارئة مما يجعل الأفراد يتجاوزون هذه المحنة وتصهرهم الظروف في بوتقة واحدة، و يذكر **كاظم** أن الشعور بالطمأنينة النفسية تعنى انعدام " الشعور بالألم من أي نوع من الخوف أو الخطر"<sup>2</sup>.

**2-4 الطمأنينة الاجتماعية:** يتضمن شعور الفرد بإشباع حاجاته الاجتماعية في محيطه الاجتماعي حيث يشعر الفرد بأن ذاته لها دور في محيطها، وتفقد حيث تغيب، وأن لها دوراً اجتماعياً مؤثراً يدفعه الشعور بالحاجة إلى الانتماء للتمسك بتقاليد الجماعة ومعاييرها حيث يتمثل الفرد كما لو كانت معاييرها هو الذاتية . أي أن الأمن الاجتماعي يعني توفير الحماية والاطمئنان والأمان لأفراد المجتمع من خطر يقع أو يتوقع حدوثه بمعنى سد الحاجات الإنسانية التي يحتاجها الفرد ليحيا حياة مطمئنة سعيدة<sup>3</sup>.

**3-4 الطمأنينة الفكري و العقيدية :** وهو أن يؤمن الفرد على فكره، وعقيدته من أن يتم قهره على ما يخالف ما يعتقد، حيث ان العقيدة اشد ما يمكن للإنسان أن يمتلك فلا يتخلى عنها بسهولة ، و بالتالي فان أي تهديد لهذه العقيدة يؤدي إلى تهديد للطمأنينة النفسية للفرد.

<sup>1</sup> - فرج عبد القادر طه و آخرون: معجم علم النفس و التحليل النفسي، دار النهضة، بيروت، د.ت، ص16

<sup>2</sup> - كاظم محمد: التغيير في قيم الطلبة ، "دراسة تتبعية لقيم الطلاب في خمس سنوات"، القاهرة ، لأنجلو المصرية، 1986، ص34

<sup>3</sup> - سليمان عويدات :ظاهرة العنف والمسؤولية الأمنية والتربوية والجامعية، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض، 1999، ص5

## 5- مقومات الطمأنينة النفسية:

لقد وضع نموذجاً نظرياً شاملاً ومتعدد الجوانب لمفهوم الطمأنينة النفسية وهو نموذج "رايف ، Ryff" يتكون هذا النموذج النظري من ستة عناصر أساسية تشكل الطمأنينة النفسية و هي:

- تقبل الذات : ويتمثل في نظرة الفرد لذاته نظرة ايجابية والشعور بقيمة الحياة.
- العلاقة الايجابية مع الآخرين : وتتمثل في قدرة الفرد علي إقامة علاقات ايجابية مع الآخرين تتسم بالثقة والاحترام والدفء والحب.
- حيث إن شعور الفرد بتقبل الآخرين له وحبهم إياه وأنهم يعاملونه بدفء ومودة، وشعوره بالانتماء إلى الجماعة وأن له دوراً فيها وإحساسه بالسلامة، وندرة شعوره بالخطر أو التهديد أو القلق.<sup>1</sup>
- الاستقلالية :وتتمثل في اعتماد الفرد علي نفسه وتنظيم سلوكه وتقييم ذاته من خلال معايير محددة يضعها لنفسه.
- السيطرة علي البيئة الذاتية : وتتمثل في قدرة الفرد علي إدارة بيئته واستغلال الفرص الجيدة الموجودة في بيئته للاستفادة منها. كما أشار كل من هاينز و صموئيل مقاريوس وغيرهم إلى أن الإحساس بالطمأنينة خلال مراحل العمر المختلفة يتيح للإنسان إمكانية الإقبال على ممارسة أدواره بفاعلية ونجاح.<sup>2</sup>
- كما أن معاملة الوالدين غير السوية (التفرقة والتحكم والتذبذب والحماية الزائدة) سواء من الأب أو من الأم وبين الشعور بعدم الأمن النفسي للأطفال، ولا توجد فروق بين الجنسين في الشعور بالأمن النفسي.<sup>3</sup>
- الحياة ذات أهداف :أي أن يضع الفرد لنفسه أهدافاً محددة يسعى إلي تحقيقها.
- التطوير الذاتي :وتتمثل في أدراك الفرد لقدراته و إمكانياته و السعي نحو تطويرها مع تطور الزمن. والتعبير عن الذات كأن يكون مبدعاً أو منتجاً وأن يقوم بأفعال ذات قيمة للآخرين<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> - إسماعيل نبيه: دراسة لبعض العوامل النفسية المرتبطة بالصحة النفسية السليمة لدى طلاب الجامعة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية جامعة عين شمس، 1980، ص114

<sup>2</sup> - إسماعيل نبيه: مرجع سابق ذكره، ص 96-97

<sup>3</sup> - أماني عبد المقصود: الشعور بالأمن النفسي وعلاقته بأساليب المعاملة الودية لدى تلاميذ المدرسة الابتدائية، المؤتمر الدولي السادس لمركز الإرشاد النفسي بجامعة عين شمس، 1999، ص ص 119-172

و بالتالي فإن عدم وجود هذه العناصر أو تدنيها يعتبر مؤشراً علي عدم الشعور الطمانينة النفسية<sup>2</sup>. حيث إن إشباع الحاجات الأساسية مهم لتحقيق الاستقرار النفسي.

### 6- أبعاد الطمانينة النفسية:

تعتبر أن الطمانينة الانفعالية بأنها حالة يكون فيها إشباع الحاجات مضموناً وغير معرض للخطر مثل الحاجات الفسيولوجية، والحاجة إلى الأمن، والحاجة إلى الحب والمحبة والحاجة إلى احترام الذات، والحاجة إلى تقدير الذات، وأحياناً يكون إشباع الحاجات بدون مجهود ، وأحياناً يحتاج إلى السعي وبذل الجهد لتحقيقه<sup>3</sup>.

و بما أن الطمانينة تأتي في مرتبة متقدمة في سلم الحاجات و لا اعتبارها احد العوامل النفسية التي لا يمكن إغفالها في الدراسات النفسية و تشعبها ،فان منظرها و خاصة ماسلو قد بين أن لها عدة أبعاد أساسية و أخرى ثانوية تنبثق منها، و لذلك فان معرفة كل هذه الأبعاد من الأمور الجوهرية في دراسة الطمانينة النفسية. و يعد المقياس الذي وضعه ماسلو هو المرجع الرئيس لهذه الأبعاد ،و التي تم شرحها من طرف العديد من الدارسين أو الباحثين و بالتالي فان الطمانينة النفسية تشتمل على ثلاثة أبعاد أساسية أولية وهى:

1- **الشعور بالتقبل والحب وعلاقات المودة مع الآخرين:** حيث أن شعور الفرد بأنه محبوب ومقبول و مقدر من قبل الآخرين، وندرة شعوره بالخطر والتهديد، وإدراكه أن الآخرين ذوي الأهمية النفسية في حياته خاصة الوالدين مستجيبون لحاجاته ومتواجدون معه بدنيا ونفسيا، لرعايته وحمايته ومساندته عند الأزمات .

حيث لا يستطيع الفرد الشعور بالطمانينة إلا من خلال التوازن العاطفي الذي يؤمن له وحدته المتكاملة في تقرير السلوك ، في حرية الاختيار وفي ممارسة علاقاته الاجتماعية السليمة وتتحدد درجة هذه الوحدة في مظاهرها المتعددة بمستوي العلاقات الأسرية الجارية، فلا شعور بالطمانينة إلا عندما يكون الفرد في محيط ناضج يحميه ويؤمن حاجاته ويوفر له الحب والمودة . فيري أن العناصر الأساسية لتحقيق الطمانينة تكمن في

<sup>1</sup> - محمد أحمد :علم النفس العام، القاهرة، مكتبة عين شمس، 1999، ص127

<sup>2</sup> - زهور بشماخ: الأمن النفسي والشعور بالوحدة النفسية لدي عينة من المرض المرفوضين اسرياً والمقبولين اسرياً بمنطقة مكة المكرمة ، رسالة ماجستير غير منشوره، جامعة أم القرى ،مكة، 2001،ص11

<sup>3</sup> - حامد زهران:علم النفس الاجتماعي، مرجع سابق ذكره ،،ص298

محبة الطفل، وتقبله وفي استقراره فمحبتته من محيطة وبخاصة من الأم أو الأب تسهل له نموه الطبيعي والسليم ليس فقط علي الصعيد العاطفي وإنما أيضاً علي الصعيد الجسماني والعقلي والاجتماعي<sup>1</sup>

2- **الشعور بالانتماء إلى جماعة والمكانة فيها:** المرء في حاجة إلي أن يشعر بأنه فرد من مجموعة تربطه بهم مصالح مشتركة تدفعه إلي أن يأخذ ويعطي ، والي أن يلتمس منهم الحماية والمساعدة ، كما انه في حاجة إلي أن يشعر بأنه يستطيع أن يمد غيره بهذه الأشياء في بعض الأحيان، وتنمو هذا الشعور بالانتماء أيضاً مع الطفل من الشهور الأولى للطفل فالألفة التي تعقبها المحبة داخل الأسرة تنقلب إلي ولاء لهذا المجتمع الصغير، ثم تنتقل الحاجة إلي الانتماء للجماعات الأخرى التي تجد فيها إشباع حاجته إلي الأمن العاطفي أو الطمأنينة النفسية .

وتشبع هذه الحاجة إذا شعر الطفل انه ليس قائماً بمفرده ، وإنما عضو في مجموعة يشعر فيها بوجود علاقات طيبة بينه وبين غيره من أفراد أسرته ، والواجب علي القائم برعايته أن يتيحوا للطفل فرص العمل الجماعي والنشاط التعاوني في الأسرة مع أخوته مما يشعره بأنه ينتمي إلي جماعة وأن جماعة ما تنتمي إليه<sup>2</sup>

حيث يرى **عبد السلام** أن الطمأنينة النفسية علي أنها "شعور بالانتماء إلي الجماعة وان له دوراً فيها، وإحساسه بالسلامة، وندرة شعوره بالخطر والتهديد و القلق".<sup>3</sup>

3- **الشعور بالسلامة و الأمن:** ويعتبر الأمن في أساسه النفسي هو الشعور بالهدوء والطمأنينة وبعد عن القلق و الاضطراب، و هو شعور ضروري لحياة الفرد و المجتمع، ومن أهم أسبابه اطمئنان المرء علي نفسه وماله وإحساسه بالعطف والمودة ممن يحيطون به.<sup>4</sup>

1- جليل وديع: كيف تصنعين مستقبلاً لطفلك، ط 2، عالم الكتب، بيروت، 1995، ص128

2 - هدى محمد: الطفل تنشئته وحاجاته، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، د.ت، صص 189-190

3 - حكمت الجميلي: مرجع سابق ذكره، ص18

4 - فيصل خليل: اثر الأمن النفسي وبعض الخصائص الديموغرافية للمعلم في أدائه ، رسالة ماجستير غير منشوره ،جامعة اليرموك، 1996،

و يؤكد إسماعيل أن " الطمأنينة الانفعالية بالإضافة إلى أنها شعور الفرد بتقبل الآخرين له، وشعور بالانتماء إلى الجماعة فهي كذلك تركز على الإحساس بالسلامة، وندرة شعوره بالخطر أو التهديد أو القلق" <sup>1</sup>.

و لقد قام ماسلو عند تصميمه لمقياس الطمأنينة الانفعالية إلى الإشارة إلى مجموعة من الأبعاد الخاصة بالطمأنينة النفسية <sup>2</sup>.

حيث أشار إلى الأبعاد الرئيسية الأولى و التي ذكرناها و مجموعة من أبعاد ثانوية أو فرعية خاصة بالطمأنينة النفسية و هي كالتالي:

- 1- إدراك الفرد للعالم والحياة بوصفها مكاناً دافئاً وديماً يميل الناس جميعاً فيه إلى التأخي.
- 2- إدراك الفرد للآخرين بوصفهم ودودين أختيار.
- 3- الثقة بالآخرين وقلة الكراهية والتسامح مع الغير.
- 4- الميل إلى توقع حصول الخير والتفاؤل العام.
- 5- شعور الفرد بالسعادة والرضا.
- 6- الشعور بالهدوء والارتياح والخلو من الصراعات والاستقرار الانفعالي.
- 7- الميل إلى الانطلاق والتحرر.
- 8- تقبل الذات والتسامح معها.
- 9- رغبة الفرد في الكفاءة والافتتار على المشاكل لا في الافتتار والسيطرة على الآخرين والشعور بتقدير الذات شعوراً قوياً إيجابياً.
- 10- الخلو النسبي من الميول العصبية و الذهانية والمواجهة الواقعية للأمور
- 11- التمرکز حول الجماعة والمجتمع <sup>3</sup>

وقد توصلت مجموعة من الأبحاث و الدراسات السابقة التي تناولت بالبحث الشعور بالأمن النفسي، عدم الشعور بالأمن النفسي أو الطمأنينة الانفعالية، الصحة وحيث أن كثير من العلماء والباحثين اعتبروا أن الطمأنينة الانفعالية من أكثر مؤشرات الصحة النفسية أهمية فمنهم من اعتبرها مرادفة للصحة النفسية، وآخرون اعتبروها أحد أهم عوامل

<sup>1</sup> - إسماعيل نبيه: مرجع سابق ذكره، 1982، ص91

<sup>2</sup> - سعد علي: مرجع سابق ذكره، ص 34

<sup>3</sup> - محمد إسماعيل: الطفل من الحمل إلى الرشد، الجزء الأول و الثاني، ط1، دار القلم، الكويت، 1989، ص111

الصحة النفسية، فطبقوا مقياس ماسلو للطمأنينة ضمن بطارية مقاييس لقياس الصحة النفسية.

ويرى ماسلو أن العناصر الثلاثة الأولى هي أسباب للصحة النفسية بينما الأحد عشر عنصر التالية ناتجة عن الصحة النفسية ويرى أن هذه العناصر مجتمعة تمثل الحاجات الأساسية بالنسبة للفرد.<sup>1</sup>

### 7- معوقات الطمأنينة النفسية:

ان المقصود بالمعوقات وهي المجموعة من الأسباب التي تعمل على إحداث حالة من الشعور بعدم الطمأنينة و يمكن تلخيص هذه العوامل في ما يلي:  
ومن هذه المعوقات للطمأنينة النفسية هي:

7-1 سوء التوافق الأسري: يشير الكثير من الباحثين أن المعنى الذي يشير إليه الشعور بالسلامة والسلام هو خلو جو الأسرة من المشاحنات.<sup>2</sup>

حيث أن سوء التوافق الأسري يجعل الأبناء يكونون صيغة سلبية تجاه ذاتهم ويشعرون بعد الكفاية وعدم الأمن النفسي. حيث أن كفاءة علاقة الطفل بالوالدين تؤدي إلى تكوينه نماذج تصويرية داخلية عن ذاته تتضمن شعوره بالأمن والثقة والتوافق الشخصي والاجتماعي، مما يجعله يواجه المشكلات والضغط مستقبلاً بكفاءة وفاعلية، بينما يمثل إدراك الطفل للشقاق الأسري عامل خطورة للتنبؤ بارتفاع مستوى القلق والشعور بالتهديد وتوقع زيادة المشكلات السلوكية للطفل.

وأشارت النتائج إلى أن إدراك الأطفال للخلافات الأسرية يزيد من شعورهم بعدم الأمن الانفعالي ويقلل من قدرتهم على التنظيم الانفعالي، ويجعل النماذج التصويرية للأسرة لديهم سلبية، كما يزيد من أعراض القلق الاكتئاب .

و هو بالتالي من اشد الأجواء تأثيراً في إيجاد صعوبات في التكيف و توفير الطمأنينة والراحة الأبناء وجودهم في جو مليء بمشاحنات خاصة يجعل البيت نوعاً من الجحيم في نظر الطفل.<sup>3</sup>

<sup>1</sup> - محمد جبر: مرجع سابق ذكره، ص 83 .

<sup>2</sup> - نعيم الرافي: الصحة النفسية "دراسة في سيكولوجية التكيف"، ط7، جامعة دمشق، طبع والنشر، سوريا، 1987، ص398

<sup>3</sup> - نفس المرجع، ص399

**2-7 العوامل الثقافية والتنشئة الاجتماعية المضطربة :** أن العوامل المحيطة بالطفل في وسطه الاجتماعي كاضطراب العوامل الثقافية وشيوع أنماط غير سوية من أساليب التنشئة الاجتماعية سرعان ما تتحول مستقبلاً إلى تناقضات وصراعات تهدد الطفل في حالة مواجهته لها أو الانتقال إلى بيئات مختلفة في أنماط بنائها.<sup>1</sup>

**3-7 ضعف الوعي الديني:** يعد انخفاض مستوى الوعي الديني من السبل التي تعوق وتهدد الطمأنينة والأمن النفسي للفرد والمجتمع أيضاً، فقد أشارت العديد من الدراسات والبحوث إلى وجود علاقة موجبة بين الإيمان بالله والأمن النفسي أو الطمأنينة النفسية وكذلك أن مستوى التدين يرتبط إيجابياً بشعور الفرد بالرضا الوظيفي والإنتاجية في مجال عمله.

**4-7 الأمراض والإعاقات الجسمية:** يصاب الإنسان بالعديد من الأمراض التي قد يكون سببها متعلق بالوراثة أو العدوى أو بالمؤثرات البيئية المحيطة بالفرد، ومنها مرض السكري و السرطان، و القلب و غيرها مما ينجم عنها بعض الاضطرابات النفسية كالتوتر و القلق المرتفع كما قد يصاحبها اكتئاب و شعور عام بانعدام الطمأنينة النفسية. كما أن الذين يعانون من إعاقات جسمية إذ يرى أنهم أكثر معانات من غيرهم العاديين فهو يرى أنهم "يعانون من العصابية و نقص الطمأنينة النفسية عن غيرهم من العاديين.

**5-7 المعوقات الاقتصادية :** من المسلم به أن المستوى الاقتصادي المنخفض يهدد حياة الأفراد بشكل عام والطفل بشكل خاص حيث أن قلة الدخل الشهري تخلق لدى الأفراد ( الأطفال ) مشاعر عدم الاطمئنان في إشباع حاجاته المعيشية اليومية ورغباته الذاتية، حيث أن التخطيط يلعب دوراً هاماً في الحصول على الطمأنينة والأمان وذلك بتحديد الهدف وتولد الدافع الذي يحدد السلوك المناسب للوصول إلى الهدف ومن ثمة مواصلة العمل.<sup>2</sup> كما أشار صالح الصنيع أن الطمأنينة النفسية بأنها " سكون النفس وطمأنينتها عند تعرضها لأزمة تحمل في ثناياها خطر من الأخطار وكذلك شعور الفرد بالحماية من التعرض للأخطار الاجتماعية والاقتصادية والعسكرية المحيطة به".<sup>3</sup>

<sup>1</sup> - سعد، علي: مرجع سابق ذكره، ص35

<sup>2</sup> - وليم منروليف: أعضاء الطب النفسي على الشخصية والسلوك، ترجمة محمد غالي، مكتبة القاهرة الحديثة، القاهرة، 1966، ص229

<sup>3</sup> - صالح الصنيع: دراسات في التأصيل الإسلامي لعلم النفس، دار عالم الكتب للطباعة والنشر والتوزيع، الرياض، 1998، ص33

**6-7 التغيير في نسق القيم:** إن القيم تشير إلي معتقدات الفرد التي يؤمن بها فإذا حدث تغير في أشكال السلوك التي يتم اختيارها لإشباع الحاجة للطمانينة النفسية فإن الطفل يتبنى قيما تعمل علي تبرير السلوك غير مقبول اجتماعياً وشخصياً كان يبهر العدوان مثلاً على انه دفاع عن النفس. ويعتقد العيسوي أن الفرد يشعر بالاطمئنان إذا تحققت العدالة وأن اهتزاز القيم يؤدي إلى اهتزاز شعور الفرد بالأمن النفسي حيث يشعر الفرد الذي يفتقر إلى الطمانينة بالوحدة والعزلة<sup>1</sup>.

**7-7 الحروب والخلافات:** أن وقوع الحروب والخلافات تؤدي إلي إحداث تغيرات اقتصادية واجتماعية تؤدي إلي تفكك العلاقات الاجتماعية واضطراب الأوضاع الاقتصادية مما يترتب عليها نشوء حاجات جديد لأفراد المجتمع وظهور أنماط جديدة من ردود الأفعال والسلوك وهذه التغيرات تكون نتيجة لشعور الفرد بالخوف وعدم المقدرة علي سد حاجاته الأساسية وفقد الطمانينة مما يجعل الفرد يغير من قيمه ومبادئه في سبيل إزالة ما يهدد بقاءه. وبناء عليه يكون "الشخص الآمن نفسياً هو الشخص المتحرر من الخوف"<sup>2</sup>.

### 8- الآثار الناجمة عن فقدان الطمانينة النفسية:

يعد فقدان الطمانينة النفسية أحد العوامل الخطيرة للاستقرار النفسي و يترتب عن عدم الإحساس بالطمانينة العديدة من المشكلات النفسية و الاضطرابات السلوكية و الخوف و القلق و التوتر و الخوف الزائد، و انعدام الثقة ، و الشك في الآخر ، و نقص انتمائه ، و التهرب من المسؤولية ، و العزلة و الأنانية ، و الاغتراب ، و اليأس ، و كراهية الحياة و من فيها، و في حالات معقدة من الشعور بعدم الطمانينة فإنها تقوده إلى الأفكار الانتحارية ، و الإحساس بالأسى و الحزن و الاستسلام و النفاق؛ و يذكر السيد عبد المجيد أنه "من أهم المظاهر السلوكية المصاحبة للخوف و عدم الطمانينة... الميل للانفراد و الرغبة في العزلة ، و الهروب من المواقف الاجتماعية ، و العزوف عن المشاركة في الأنشطة الاجتماعية، بالإضافة إلى التردد و الشك و عدم الجرأة ، و عدم الاستقرار و القلق ، و الاعتقاد بأن الاتصال الاجتماعي سوف ينتهي بخبرة سيئة ، و

<sup>1</sup> -عبد الرحمان العيسوي:مرجع سابق ذكره،ص114

<sup>2</sup> -محمود عوض:الموجز في الصحة النفسية، ط1، دار المعارف، مصر، د.ت،ص57

الخوف من التقييم السالب و الارتباك ، و عدم البراعة في استخدام اللغة ، و الإحساس بالخجل و الدونية".<sup>1</sup>

و الأفراد الغير آمنين لا يشعرون بالطمأنينة الكافية لكي يغامروا بتعرض أنفسهم للآخرين ، و إذ تنقصهم الثقة في الذات و الاعتماد عليها ، و يخيفهم النمو ، و التعرض للأذى و الدخول في مغامرات اجتماعية ، كما أنهم مشغولون في محاولة الشعور بالأمن و تجنب الإحراج ، و يؤدي انشغالهم هذا إلى أن يصبحوا أقل و عيا بما يدور حولهم ، و بسبب الاتجاهات القائمة على الخوف فهم لا يمارسون المهارات الاجتماعية.<sup>2</sup>

وإذا كانت الطمأنينة ضرورية للإنسان عامة ، فهو أكثر أهمية للأطفال في أي مجتمع ، فقد أصبح معلوما ارتباط نمو الطفل على نحو طبيعي من الناحيتين النفسية و الجسمية بإحساسه بالأمن و الاستقرار ، و ارتباطه بمن حوله من أفراد أسرته و أقرانه ، و أمن الطفل لا ينفصل عن أمن مجتمعه.

و هناك مجموعة من الأعراض تعد أساساً للشعور بعدم الطمأنينة النفسية وهي:

- شعور الفرد بالرفض وبأنه شخص غير محبوب و أن الآخرين يعاملونه بقسوة واحتقار .
- للشعور بأن العالم يمثل تهديداً و خوفاً وقلقاً، و شعور الفرد بالوحدة و العزلة.
- الشعور بالخوف والخطر والتهديد، و أن الحياة والعالم مكان خطير مظلم وفيه عداة وتحد .
- يغلب عليه سوء الظن حيث يرى أن الآخرين خطرون وعدوانيون.
- تنتابه مشاعر الحسد والغيرة و التشائم ويتوقع حدوث الأسوأ.
- الشعور بعدم السعادة والرضا و تسيطر عليه مشاعر التوتر الانفعالي.<sup>3</sup>

### 9- أساليب تحقيق الطمأنينة النفسية:

يلجأ الفرد أو الطفل لتحقيق الطمأنينة النفسية إلى ما يسمى " عمليات الأمن النفسي " وهي أنشطة يستخدمها الجهاز النفسي لخفض الضغط النفسي والكرب والتوتر والإجهاد أو

<sup>1</sup> - محمد عبد المجيد:مدى فعالية الغناء الجماعي في خفض الخجل لدى تلاميذ التعليم الأساسي، مجلة كلية التربية بدمياط، عدد 24، 1995، ص340

<sup>2</sup> - شارلز شيفر، هوارد ميلمان:مشكلات الأطفال و المراهقين و أساليب المساعدة فيها، ترجمة نسيم داوود و نزيه حمدي، منشورات الجامعة الأردنية، عمان، 1989، ص200

<sup>3</sup> - سميرة حسن أبكر: الحاجة للإيمان و أثرها على الأمن النفسي، رسالة ماجستير، كلية البنات في جدة، 1983، ص 91-92

التخلص منه وتحقيق تقدير الذات والشعور بالأمان . ويجد الفرد الطمأنينة النفسية في انضمامه إلى جماعة تشعره بهذا الأمن.

والأسرة السعيدة والمناخ الأسري المناسب لنمو أفرادها نمواً سليماً. وإشباع حاجتهم يؤدي إلى تحقيق الطمأنينة النفسية.

كما أن لتوافق المهني والمدرسي والانتماء يزيد الشعور بالطمأنينة النفسية، ويعزز هذا الانتماء إلى وطن آمن، بالإضافة إلى جماعات الرفاق ، حيث يعتمد الأفراد بعضهم على بعض بشكل واضح، حتى يشعروا بدرجة أكبر من الطمأنينة النفسية.<sup>1</sup>

حيث انه هناك من المبادئ والسلوكيات الأخلاقية و الاجتماعية الواحدة و مبادئ مكتسبة يرثها عن الآباء و الأجداد نتيجة لانتقال الثقافات عبر المحافظة على التراث و نتيجة للتعلم و الاكتساب... بحيث لا يحصل تباعد بين تلك المبادئ الأساسية و بين ما يتطلبه العصر من توافق مع المستجدات، فلا تزلزلت و لا تحجر كما لا انفعالات من عقل السلوكية و الأخلاقية سياج الأمة ضد التفكك و فقدان الهوية الوطنية، ذلك الرباط الوثيق الذي يجمع أفراد الوطن الواحد و يشدهم إلى أصالتهم و جذورهم الثقافية و الأخلاقية و الوطنية.<sup>2</sup>

و بالتالي يبرز دور الهوية الوطنية في توطيد الطمأنينة النفسية داخل الوطن الواحد و أثرها الايجابية على الفرد كنتيجة طردية للأولى.

ويتضمن الأمن النفسي Emotional Security عملية إشباع الفرد للحاجات التي تثير دوافعه بما يحقق له الرضا عن النفس والارتياح للتخلص من التوتر الناشئ عن الشعور بالحاجة وتوفير الهدوء النفسي والاطمئنان لديه. و في هذا يجعل الإنسان يشعر بالأمل والطمأنينة النفسية إذا أمن الحصول على مايشبع حاجاته الضرورية لتحقيق النمو النفسي السوي وبالتالي التمتع بالصحة النفسية الإيجابية في جميع مراحل حياته.<sup>3</sup>

## 10- الطمأنينة النفسية في ضوء بعض النظريات :

<sup>1</sup> - حامد زهران : الأمن النفسي دعامة أساسية للأمن القومي العربي والعالمى ، ندوة الأمن القومي العربي اتحاد التربويين العرب ، بغداد، 1988، ص34

<sup>2</sup> - مصطفى العوجي : الأمن الاجتماعي مقوماته و تقنياته، ط1، مؤسسة نوفل ، بيروت، 1983، ص77

<sup>3</sup> - محمد عودة و كمال مرسي: الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام، دار القلم، الكويت، 1997، ص89

لم تكن الحاجة إلى الطمأنينة الانفعالية مجالاً للتنظير في حد ذاته سواء في مفهومها أو مكوناتها أو ما يؤثر فيها، وذلك لأن الحاجة للطمأنينة واحدة من مجموعة حاجات مترابطة ومتداخلة، ومن جانب آخر نظروا لها كسمة من سمات الشخصية. وقد اختلف كل من فرويد و مكدوجل و ماسلو في نظرتهم إلى الحاجة للأمن أو الطمأنينة فهي في هرم (ماسلو) في المستوى الثاني وتأتي بعد الحاجات الفسيولوجية في الأهمية وتشمل التحرر من القلق والبحث عن بيئة ثابتة<sup>1</sup>.

كما يتباين مفهوم الطمأنينة النفسية باختلاف الاتجاه النفسي لكل نظرية من نظريات علم النفس، ورغم تعدد واختلاف هذه النظريات التي تناولت الشخصية الإنسانية بالدراسة والتحليل إلا أن معظم المنظرين ذهبوا إلى أن شعور الفرد بالاطمئنان النفسي أو بالأمن هو الركيزة الأساسية في تكوين شخصية الفرد وتحديد سلوكه. و نتعرض للطمأنينة النفسية من خلال عدد من النظريات النفسية على النحو التالي:

### 10-1 نظرية الدافعية أو الحاجات لماسلو (النظرية الإنسانية): يعتبر " ماسلو،

Maslow " واحداً من أصحاب المدرسة الإنسانية في علم النفس، وهو من أكثر الباحثين النفسيين اهتماماً بالطمأنينة النفسية (الأمن النفسي) و إشباع الحاجات، وتكاد لا تخلو دراسة تهتم بالحاجات النفسية "ومنها الحاجة إلى الأمن" من إشارة إلى إسهاماته ودراساته الميدانية في هذا المجال، وقد وضع ماسلو الحاجة إلى الأمن (الطمأنينة) في المرتبة الثانية في هرمه الشهير للحاجات، وهي تلي الحاجات الفسيولوجية الأساسية وقد عرف الطمأنينة النفسية على أنها شعور الفرد بأنه محبوب ومتقبل من الآخرين، له مكانة بينهم، يدرك أن بيئته صديقة ودودة، غير محبط، مع الشعور فيها بندرة الخطر والتهديد والقلق.<sup>2</sup>

وفي هذا تعتبر نظريته في الدافعية هي الرائدة في ذلك حيث تناولت الحاجة إلى الأمن أو الطمأنينة النفسية و ضرورة إشباعها لارتكاز النمو النفسي للفرد في مراحل العمر المتتابعة عليها، حيث يرى في نظريته أن الفرد الإنساني يولد ولديه مستويات من الدوافع

<sup>1</sup> - فاطمة يوسف: مرجع، ص48

<sup>2</sup> - كمال ديراني و الضيراني، عيد: اختبار ماسلو للشعور بالأمن النفسي، مجلة دراسات العلوم الإنسانية، مجلد 10، العدد 2، الجامعة الأردنية، 1983، ص51

أو الحاجات الفسيولوجية و النفسية تنتظم في شكل هرمي ،حسب أهميتها<sup>1</sup> . وقد صنفها إلى خمس فئات أو مستويات تقع فيها حاجات الإنسان الأساسية وهي حسب الترتيب الهرمي كالتالي:

1- الحاجات الفسيولوجية و تقع على قاعدة الهرم وهي الأكثر أساسية وتتمثل في السعي إلى الطعام والماء والهواء والدفع والإشباع الجنسي.

2- الحاجة إلى الأمن وتتمثل في الحاجة الطمأنينة النفسية،إلى الحماية والوقاية من الأخطار الخارجية و التخلص من الألم وعدم الراحة و التهديد.

3-الحاجات الاجتماعية

4- الحاجة الى الاحترام و التقدير

5- الحاجة الى تحقيق الذات

ويرى **ماسلو** أن إشباع حاجات الأمن والطمأنينة يتم بوسائل كثيرة وحسب طبيعة الفرد ومرحلة نموه، ولكن أهم الوسائل في ذلك تتم عن طريق تجنب الفرد مصادر الألم والقلق والبحث عن الطمأنينة. حيث إن للطمأنينة الانفعالية لدي **ماسلو** ثلاثة أبعاد أساسية أولها يتمثل جانبها الإيجابي فيما يلي:

1- شعور الفرد بأن الآخرين يتقبلونه ويعاملونه بدفء ومودة.

2- شعور الفرد بالانتماء وإحساسه بأن له مكانا في الجماعة.

3- شعور الفرد بالسلامة وندرة الشعور بالخطر و التهديد والقلق.

و حسب **ماسلو** فإن الإنسان يقوم بإشباع حاجاته بصفة نظامية ابتداء من حاجات المستوى الأدنى قاعدة الهرم أي الحاجات الفسيولوجية ،ثم الأمن النفسي (الطمأنينة النفسية) ثم ينتقل بالتدرج إلى إشباع الحاجات التي تعلوها في الأهمية<sup>2</sup> . و يعتبر **ماسلو** الحاجات الفسيولوجية تشكل الأساس لجميع الحاجات الأخرى وهي الدافع الرئيس والمحرك للسلوك<sup>3</sup> . أما الاطمئنان النفسي والانتماء والحب تعتبر عوامل أساسية تقابلها حاجات أساسية عند الفرد و لهذا فإن إشباع هذه الحاجات في السنوات المبكرة من حياة

<sup>1</sup> - عبد المطلب القرطبي: الصحة النفسية، ط1، دار الفكر العربي،1998،ص83

<sup>2</sup> - بسام العمري: درجة تحقق حاجة الإحساس بالأمن لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية الرسمية، دراسات في العلوم التربوية، المجلد 165، العدد 1،1996، ص 149

<sup>3</sup> - كمال ديواني، و ضيراني عيد:مرجع سابق ذكره، ص 49

الفرد يؤدي إلى مشاعر الأمن في أية مرحلة عمرية تالية أما عدم الإشباع هذه الحاجات أو إحباطها يؤدي إلى أعراض مرضية<sup>1</sup>. ومن ثم تمثل الحاجة إلى الأمن والطمأنينة عند (ماسلو) أحد الحاجات الأساسية التي يلزم إشباعها حتى يستطيع الفرد أن ينمو نموها نفسياً سليماً، إذ أن توافق الفرد في مراحل نموه المختلفة يتوقف على مدى شعور الفرد بالطمأنينة في طفولته<sup>2</sup>. وفي هذا يشير الكنائي أن هذه النظرية تفترض أن سعادة الفرد وصحته النفسية تتوقف على مستوى الحاجات الذي استطاع الوصول إليها<sup>3</sup>. كما يرى "عبد الرحمان" إلى أن ماسلو يرى أنه من الصعب شرح وتفسير الشخصية من خلال مفاهيم اصطلاحية عن الدوافع فقط<sup>4</sup>.

**10-2 نظرية الدافعية لألدرفر (ERG theory, Alderfer):** لقد اختلف الكثير من العلماء مع ماسلو و نظرية الحاجات لديه؛ حيث إن تأكيد ماسلو أنه لا يمكن الانتقال من مستوى لآخر في تنظيم الحاجات إلا بإشباع الحاجات الأولية، حيث انه وفق هذه النظرية الإنسان لا يستطيع أن يصعد في سلم حاجات ماسلو إن لم تكن الدرجة الأدنى قد أشبعت، مثلاً إن لم تلب حاجاتك الاجتماعية لا تستطيع أن تبدأ بتلبية حاجاتك لتقدير الذات. و بينت الدراسات بأن الفصل بين الحاجات وترتيبهم في مستويات بهذه الطريقة أمر غير صحيح؛ حيث حاول العالم " ألدرفر, C. Alderfer" بالتعديل في النظرية وأتى بنظرية جديدة يطلق عليها (ERG theory) الأحرف الثلاث هي عبارة عن اختصار لثلاثة أقسام أو درجات وهي<sup>5</sup>:

- 1- الحاجة للبقاء أو الكينونة: (Existence Needs) و تقابلها في نظرية ماسلو تمثل الحاجات الفسيولوجية، و الحاجة للأمن و الطمأنينة
- 2- حاجات الانتماء (Relatedness): و تقابلها في نظرية ماسلو حاجات الانتماء والحاجات الاجتماعية وجزء من الحاجة إلى التقدير.
- 3- الحاجات إلى النمو: (Growth) تقابلها في نظرية ماسلو حاجات تحقيق الذات.

<sup>1</sup> - زينب الشقير: مرجع سابق ذكره، ص14

<sup>2</sup> - محمود حسين: مفهوم الذات وعلاقته بمستويات الطمأنينة الانفعالية، مجلة العلوم الاجتماعية، المجلد15، العدد3، 1987، ص106

<sup>3</sup> - صلاح الكنائي: مرجع سابق ذكره، ص 187

<sup>4</sup> - محمد عبد الرحمان: نظريات الشخصية، دار قباء، القاهرة، 1998، ص435

<sup>5</sup> - هاني عبد الرحمان: الإدارة التعليمية مفاهيم و آفاق، دار وائل للنشر، عمان، الأردن، 1999، ص33

و تظم المجموعة الأولى " الحاجة إلى البقاء"، أي ما يعادل الحاجات "الفسولوجية والحاجة للأمن (الطمأنينة النفسية)" في هرم ماسلو .

و بالنسبة لـ ألدفر يحاول الإنسان إشباع الحاجات الموجودة في الثلاثة درجات في آن واحد، لكن إن فشل في تحقيق ما هو في الدرجات العليا يكتفي حينها في إشباع الحاجات في الدرجة الأدنى.

**3-10 نظرية الحاجات لبورتر (porter):** طور بورتر نظريته في ستينيات القرن العشرين ،و قد عكست هذه النظرية تأثير بورتر بمجتمع الرخاء الأمريكي الذي كان سائدا في تلك الحقبة إذ يرى أن قلة من الناس تحرك سلوكياتهم الحاجات الفسولوجية كالجوع و العطش باعتبار أن مثل هذه الحاجات لا تشكل دافعا لأن إشباعها حاصل و مضمون و لذا أتى ترتيب بورتر مشابها لترتيب ماسلو مع فارق حذف الحاجات الفسولوجية و إضافة الحاجة للاستقلالية التي لم تكن مبرزة في تنظيم ماسلو للحاجات و بذلك أصبح تنظيم بورتر للحاجات كالتالي :

الحاجة إلى الأمن و الطمأنينة: و تشمل أموراً كثيرة كالدخل المادي المناسب، التقاعد، و التثبيت في الخدمة، و العدالة و التقييم الموضوعي، التأمين.

الحاجة إلى الانتساب:و تشمل أمور مثل:الانتساب إلى جماعة عمل رسمية أو غير رسمية أو إلى جماعة مهنية، و صداقة، و القبول من الزملاء

الحاجة إلى تقدير الذات: و تشمل أمور مثل المكانة، و المركز، و اللقب، و الشعور باحترام الذات، و الشعور باحترام الآخرين، و الترقيات، و المكافآت.

الحاجة إلى الاستقلال : و تشمل ضبط الفرد لعمله، و التأثير في النظام و مشاركته في القرارات التي تعينه، و منحه صلاحية استخدام إمكانات النظام.

الحاجة إلى تحقيق الذات: و تشمل أمور مثل: عمل الفرد ضمن أقصى طاقته و إمكاناته و الشعور بالنجاح في العمل ،و تحقيق أهداف يرى الفرد أنها مهمة.

فالإضافة البارزة التي قدمها " بورتير، porter " هي الحاجة للاستقلال التي تؤكد حاجة الفرد إلى الشعور بتوافر فرص المشاركة في صنع القرارات التي تعينه أن تكون لديه صلاحيات السيطرة على موقف العمل الخاص به.<sup>1</sup>

و يتبين هنا سيطرة النظرة المادية للبورتير الذي يولي الاهتمام الأكبر للعمل و الجوانب الخاصة به و بالتالي فقد ركز على المكون الخارجي للطمأنينة النفسية و التي تعتمد على إشباع الحاجات المادية أو الخارجية حتى يحقق الإنسان طمأنينته.

**10-4 نظرية الغرائز لمكدوجل:** يفترض **مكدوجل** أنه يمكن تفسير السلوك بناء على مفهوم الغريزة حيث عرف الغريزة بأنها استعداد فطري نفسي جسمي يولد به الكائن الحي وبهيئته لأن يسلك سلوكا خاصا في المواقف المختلفة وذلك بأن يدرك المثير لهذا الموقف ثم يشعر بانفعال خاص بهذا المثير ثم القيام بتصرف ملائم إزاء هذا الموقف. ويتضح من التعريف أن مسلمات نظرية مكدوجل تتمثل في:

- كل سلوك له هدف يسعى الفرد لتحقيقه.
- إن لكل غريزة انفعال خاص يميزها.
- إن الغريزة تتضمن عناصر الشعور الثلاثة الإدراك والوجدان و النزوع بمعنى إدراك يثيرها، ونشاط انفعالي يصاحبها، و سلوك تعبر به عن نفسها إن التصرف الغريزي يتم بصورة متشابهة عند أفراد الجنس الواحد.<sup>2</sup>
- وافترض **مكدوجل** وجود عدد من الدوافع الأولية يشتق منها عدد آخر من الدوافع وأورد في ذلك سبعة عشر غريزة تعتبر المنابع الأصلية لجميع أفعال الإنسان ونشاطه<sup>3</sup>. حيث لم يتطرق **مكدوجل** إلى الطمأنينة النفسية صراحة ولكن الدارس للغرائز السبعة عشر في قائمة مكدوجل يلاحظ أن الشعور بالطمأنينة الانفعالية هو محصلة الانفعالات المقابلة لمجموعة من الغرائز المتداخلة فعلى سبيل المثال غريزة الراحة وانفعالها البعد عما يسبب

<sup>1</sup> - نفس المرجع، ص33

<sup>2</sup> - محمد احمد: مرجع سابق ذكره، ص122

<sup>3</sup> - عبد المطلب القرطبي: مرجع سابق ذكره، ص82

الإزعاج ، غريزة الضحك وانفعالها الظهور بالمرح والتسلية غريزة الحل والتركيب وانفعالها حب العمل واللذة الابتكار.<sup>1</sup>

**10-5 نظرية السمات لكاتل:** ينظر كاتل إلى الدوافع على أنها ضرورية لدراسة الشخصية واعتبر أن السمات الفطرية وتلك المكتسبة نتيجة التفاعل مع البيئة هي محددات للسلوك. فالسلوك الإنساني ينشط ويوجه نحو أهداف معينة بواسطة السمات الدينامكية. وتوصل من خلال أبحاثه التي استخدم فيها اختبار 16 لعزل السمات الأولية P.F. للشخصية إلى عزل بعد عدم الأمان أو تحت مسمى آخر هو الاستهداف للذنب مقابل الثقة بالنفس. و تجدر الإشارة الى ان العديد من الباحثين يرون أن المقصود بعدم الامان يعني في هذه النظرية فقدان الطمانينة النفسية . ووجد كاتل أن مرتفعي الدرجة لديهم ميل دائم لتقريع الذات والترقب والقلق والشعور بالذنب متقلبي المزاج وأحياناً مكتئبين تماماً ويصفون أنفسهم بأنهم يصيبهم الغم والاكتئاب عندما ينتقدون أمام الآخرين، ويشعرون بأن الأصدقاء لا يحتاجون لهم بالقدر الذي يحتاجون فيه هم للأصدقاء وأن الانتقادات تشعرهم بالعجز أكثر مما تساعدهم، والدرجة المرتفعة تعني القلق والنزعة للتأمل والبكاء بسهولة و الاكتئاب والحزن والخوف والشعور، بالوحدة وانتقاص قيمة الذات والانهازامية والانزعاج. بينما يتصف ذوى الدرجة المنخفضة بالثقة بالنفس وبأنهم لا يحبون الارتباط في معاهدات أو اتفاقات أو الارتباط بمعايير الآخرين.<sup>2</sup>

وأياً كانت نقطة الانطلاق في دراسة الطمانينة من كونها حاجة أو سمة فلا وجود للاختلاف أو التناقض بين آراء العلماء فالسمات تؤكد الدوافع، وهذا ما ينسجم مع رأي كاتل بأن السمة مجموعة ردود أفعال أو استجابات، ووجهة نظر ألبورت في أن السمة موجهة للسلوك.<sup>3</sup>

**10-6 نظرية جيلفورد:** لقد اتفق جيلفورد مع كاتل في اعتماده على التحليل العاملي لاستخراج بعد الطمانينة و الذي يمثل في نظريته بعد راحة البال، مقابل العصبية. وتوصل إلى أن الشخص الذي يحصل على درجة مرتفعة على بعد راحة البال أو "

<sup>1</sup> - فاطمة يوسف:مرجع سابق ذكره،ص48

<sup>2</sup> - محمد عبد الرحمن:مرجع سابق ذكره، ص 492-503

<sup>3</sup> - فاطمة يوسف:مرجع سابق ذكره، ص48

الطمانينة النفسية " يتميز بأنه هادئ ومسترخ أكثر منه عصبي سريع التهيج، مستقر لا يتعب بسهولة، قادر على تركيز انتباهه فيما أمامه.<sup>1</sup>

**7-10 تفسير نظرية التحليل النفسية للطمانينة النفسية:** يرى العديد من الباحثين و الدارسين في علم النفس أن (الأنا) كمكون للشخصية في هذه النظرية هي المسئولة عن تحقيق الطمانينة النفسية ، حيث ميز فرويد بين ثلاثة أجهزة رئيسة للشخصية لكل منها مكوناته وخصائصه ووظائفه والمبدأ الذي يعمل وفقاً له ويعتبر سلوك الفرد محصلة للتفاعل والصراع فيما بينها وهذه النظم.<sup>2</sup>

إن الطمانينة النفسية المقصود بها في نظرية التحليل النفسي التي جاء بها فرويد تقوم علي أساس انه عند إشباع الغرائز الموجودة لدي الفرد فان يصبح لديه الطمانينة النفسية ، وإذا لم يحصل إشباع الغرائز فعلي الفرد اللجوء إلي الحيل الدفاعية حتى توفر له جزء من الطمانينة النفسية ويكون ذلك لفترة مؤقتة في حين أن هناك مأخذ كثيرة علي نظرية فرويد منها أنها أخذت من دراسات لغير الأسوياء فكيف تكون صالحة بتطبيق نتائجها علي الأسوياء .ومن وجهة نظر فرويد أن مقومات الطمانينة الانفعالية هدف يسعى الفرد لتحقيقه من خلال مبدأ اللذة حيث يعمل الفرد من خلاله على خفض التوتر واستعادة تكامله وهدوءه عندما تثار المحفزات ومصدرها الغرائز في رأي التحليل النفسي كما يفسر مبدأ الثبات والاتزان هذا السعي، أو يمكن تفسيره بمحاولة فهم آليات الدفاع المستخدمة إذ تمثل مبادئ لتفسير السلوك من وجهة نظر التحليل النفسي بينما ذهب أصحاب النظريات السلوكية إلى أن هذه الميكانيزمات تصبح عادة سلوكية لدى الفرد في حال نجاحها في منع القلق ومن ثم الشعور بالاطمئنان والأمن، ورغم هذا الاختلاف بين فرويد والمدرسة السلوكية إلا أنهم اتفقوا على أن الهدف منها توفير الأمن والحماية للفرد من الأخطار وإن كانت تشعره بهذا الأمن والراحة بشكل مؤقت و يختلف مدى الشعور بالطمانينة من فرد لآخر و فقا لمبدأ الفروق الفردية. ويربط فرويد بين الطمانينة النفسية والأمن البدني وتحقيق الحاجات المرتبطة به، حين يرى الفرد مدفوعاً لتحقيق حاجاته للوصول إلى الاستقرار، وعندما لاينجح يشكل ذلك تهديداً للذات ويسبب الضيق والتوتر والألم

<sup>1</sup> - أحمد عبد الخالق: الأبعاد الأساسية للشخصية، ط4، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1984، ص163

<sup>2</sup> - عبد المطلب القريطي: مرجع سابق ذكره، ص47-50

النفسية. كما و لقد كان فرويد من أبرز الذين أكدوا على مصادر الخطر الداخلية في الإنسان، التي تقود إلى سوء التكيف، وعدم الاستقرار، حينما يؤكد الميول العدوانية والشهوانية الشريرة التي تولد مع الإنسان، و بالتالي فإن الإنسان يحمل في هذا المعنى أسباب عدم أمنه".<sup>1</sup>

وترى "هورني، Horney" أن شعور الفرد بالطمانينة النفسية ، يعود في جذوره إلى أسباب اجتماعية أهمها علاقة الطفل بوالديه منذ بداية مرحلة الطفولة، فعطف الوالدين ودفء علاقتهما بطفلهما يشبعان حاجة الطفل للأمن، وترى أن أصول السلوك العصابي يكمن في إهمال الطفل وعدم مبالاة الوالدين به، فينشأ في جو أسري لا ينعم فيه بالدفء والحب مما يسبب انعدام الأمن والشعور بالقلق الأساسي، وبالتالي يلجأ إلى عدة أساليب دفاعية ليستعيد أمنه المفقود، أو يحاول أن يكون لنفسه صورة مثالية " فالقلق لديها ناتج من مشاعر عدم توفر الأمن في العلاقات الشخصية المتبادلة على العكس من فرويد فهي لا تؤمن بأن القلق جزء لا يمكن اجتنابه في الطبيعة الإنسانية".<sup>2</sup>

و بما أن هورني تهتم بأبرز العوامل الاجتماعية والثقافية حيث ترى أن هناك جملة من الظروف والأوضاع السلبية خاصة في المحيط الأسري كالإهمال والعزلة يمكن أن تؤدي إلى فقدان " الطمانينة " والذي بدوره يؤدي إلى القلق ، وتمضي هورني لتؤكد أن عدم توفر "الأمن والطمانينة" في العلاقات خاصة بين الطفل والأم يتسبب في نشأة مشاعر من الاضطراب تظهر في صورة اتجاهات عصابية تؤدي إلى سلوك الفرد لواحد من ثلاثة اتجاهات ، فأما التحرك نحو الآخرين (اتجاه إجباري) أو التحرك بعيداً عن الآخرين (اتجاه انفصالي) أو التحرك ضد الآخرين (اتجاه عدواني) . و قد اتفق الجميع على ان إشباع الحاجات الفسيولوجية و حاجات الأمن ضرورية لشعور الفرد بالاطمئنان و الأمن.

### 11- الطمانينة النفسية وعلاقتها بالصحة النفسية :

إذا كانت الطمانينة الانفعالية تتعلق بمدى قدرة الفرد على إشباع حاجاته البيولوجية والاجتماعية، وعلى قدرته على التحرر من الآلام النفسية والصراعات، وعلى رضاه عن

<sup>1</sup> - سعد علي: مرجع سابق ذكره، ص28

<sup>2</sup> - بربرا انجليز: مدخل إلى نظريات الشخصية، ترجمة فهد بن دليم، دار الحارثي للطباعة والنشر، الطائف، 1991، ص132

نفسه، وإيمانه بالله، من جهة فمن جهة أخرى يتضمن معنى " التوافق " وذلك بجانبين أحدهما نفسي داخلي يتمثل في انسجام الفرد مع ذاته رضاه عنها وتحرره من الضغوط والصراعات، والآخر اجتماعي يتمثل في حسن تكيفه وتناغمه مع الآخرين في المجالات المختلفة ومع مطالب البيئة المادية والاجتماعية<sup>1</sup>

و من الملاحظ أن مكونات كلا المصطلحين تكاد تكون واحدة وهذا التداخل والاتحاد في المكونات يعتبر منطقياً فلا شعور بالطمأنينة بدون توافق شخصي أو اجتماعي أو أسري أو مدرسي أو زوجي أو مهني. و يؤكد صاموئيل ماغريوس ذلك حيث يعتبر الشعور بالطمأنينة النفسية أحد مظاهر الصحة النفسية الإيجابية وأول مؤشراتاتها ، فلقد تحدث الكثير من العلماء والمفكرين عن أبرز المؤشرات الإيجابية للصحة النفسية والتي منها شعور الفرد بالأمن النفسي والنجاح في إقامة علاقات مع الآخرين وتحقيق التوافق النفسي والبعد عن التصلب والانفتاح على الآخرين.<sup>2</sup>

و الشعور بالطمأنينة نتيجة حتمية ومؤكدة لحسن التوافق وكلاهم مظهر من مظاهر الصحة النفسية، وهذا يقودنا إلى مصطلح الصحة النفسية فقد اختلف العلماء في تحديد مفهوم للصحة النفسية فاتجه البعض إلى اعتبارها مبحثاً في خلو الفرد من الأمراض العقلية أو النفسية، وذهب البعض الآخر إلى توسيع قاعدته بحيث تتضمن قدرة الفرد على توافقه مع ذاته ومع بيئته بقصد التمتع بحياة سعيدة خالية من الاضطرابات لنفسية بما يحقق له اتزانه العقلي والعاطفي . و يرى القريطي بأنه " حالة عقلية انفعالية ايجابية، تعبر عن تكامل طاقات الفرد ووظائفه المختلفة وتوازن القوى الداخلية والخارجية الموجهة لسلوكه في مجتمع ووقت ما ومرحلة نمو معينة، وتمتعه بالعافية النفسية والفاعلية الاجتماعية<sup>3</sup>. و يؤكد بولبي أن الصحة النفسية الإيجابية هي الأساس في بناء الطمأنينة النفسية التي هي منطلق الانفتاح على الدنيا والناس والثقة بالذات بعيداً عن الانعزالية والوحدة<sup>4</sup>. أما سوليفان فيؤكد على أن القلق ينشأ بسبب عدم الطمأنينة في العلاقات

<sup>1</sup> - عبد المطلب القريطي: مرجع سابق ذكره ،ص63

<sup>2</sup> - صموئيل مغاريوس: الصحة النفسية والعمل المدرسي، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ، 1974، ص2

<sup>3</sup> - عبد المطلب القريطي: مرجع سابق ذكره، ص28

<sup>4</sup> - مصطفى حجازي: الصحة النفسية منظور دينامي تكاملي للنمو في البيت والمدرسة، المركز الثقافي العربي ، الدار البيضاء ، 2000 ، ص185

الشخصية التبادلية مع الآخرين والتي تشكل نمو الشخصية وتحديد مستوى الصحة النفسية خلال مراحل الرشد المبكر<sup>1</sup>.

ويرى الباحثين أنها مفاهيم متقاطعة مع بعضها من حيث المقومات والمصادر والعوامل المؤثرة بل ومتحدة أحيانا بحيث لا نجد أحدهما دون الآخر، فالطمانينة تشكل الهدف لكل من التوافق والصحة النفسية وإذا كان التوافق دليل الصحة النفسية فإن الطمانينة هي المؤشر عليها، وجميعها يشكل القطب الإيجابي المقابل للمرض النفسي و العصابية والقلق. وطبقا لرأى ماسلو فإن السبب الأول للأمراض النفسية هو الفشل في إشباع الحاجات الأساسية مثل الحاجات الفسيولوجية وحاجات الأمان والحب وتقدير الذات وكلما تدنى المستوى، الذي عنده تحبط الحاجة كلما زادت خطورة المرض.<sup>2</sup>

## 12- الطمانينة النفسية و علاقتها بالأسرة و المجتمع:

تعد الأسرة هي عماد المجتمع ومنها ينطلق الفرد نحو العالم الخارجي لذا فان دورها لا يمكن إغفاله في التنشئة الاجتماعية و تكوين شخصية الفرد بالالظفة إلى تأثيرها على الحالة النفسية للفرد،بالإضافة للبيئة الاجتماعية التي يعيش فيها الفرد سواء خارج أماكن الدراسة و العمل أو داخلها لتمييز كليهما بخصائص و عوامل مؤثرة على حد سواء و من هنا يظهر صعوبة التفرقة بين دور المجتمع و الأسرة في تحقيق الطمانينة النفسية للفرد،للتكامل الكبير الموجود بينهما .

و بالتالي فان الطمانينة النفسية لها عدة مقومات اجتماعية يرتبط بعضها ببعض بصورة متشابكة، بحيث إذا أنعدم بعضها تخلخل بناء الأمن الاجتماعي، و أبرزها التماسك بين أفراد المجتمع منطلقين من قناعة راسخة بأنهم ينتمون إلى مجتمع واحد ووطن واحد، و التوافق على مبادئ سلوكية و أخلاقية واحدة، و الألفة الجامعة بين أبناء المجتمع و الوطن الواحد و توفر الأمن المعيشي و السياسي و الحاجات الأساسية للحياة.<sup>3</sup>

و يؤكد بولبي صاحب نظرية الارتباط العاطفي على أن فقدان الأطفال للاهتمام والتعلق الوالدي يؤدي إلى تطوير مشاعر من عدم الإحساس بالأمن و الطمانينة النفسية مما يجعله

<sup>1</sup> - أنجلر باريرا :مرجع سابق ذكره،ص138

<sup>2</sup> - محمد عبد الرحمن:مرجع سابق ذكره، ص447

<sup>3</sup> - مصطفى العوجي:مرجع سابق ذكره،ص77

يفشل لاحقاً في إقامة العلاقات والتفاعلات الاجتماعية وبالتالي الشعور بالسلبية والانسحاب و الوحدة النفسية. وتلعب الأسرة دوراً هاماً في بث الأمن لدى أبنائها، فقد أكدت دراسة ميوسن وآخرين أن الذين لم يحصلوا على عطف أسري كاف كانوا أقل طمانينة نفسية وأقل ثقة بالنفس وأكثر قلقاً من أولئك الذين يحصلون على عطف أبوي.<sup>1</sup> وتدل دراسات جولد فارب، و ريبيل على أن الحرمان المبكر من الرعاية الأسرية يظهر الحاجة الماسة إلى الطمانينة يؤثر تأثيراً انفعالياً وجسيمياً خطيراً ويؤدي إلى ظهور اضطرابات نفسية مختلفة.<sup>2</sup> وهناك عوامل أسرية مختلفة تؤثر إيجاباً أو سلباً في الصحة النفسية منها ما يتعلق بعملية التنشئة الاجتماعية كأساليب المعاملة الوالدية، والتفاعل بين أعضاء الأسرة والعلاقات الأسرية، إضافة إلى المستوى الاقتصادي والاجتماعي للأسرة وحجم الأسرة وعمل الأم.<sup>3</sup>

ومن هذا المنطلق يعتبر كل من اريكسون وآخرون أن الأم هي المصدر الأول والأهم لبث الاطمئنان في طفلها بواسطة إشباع حاجات الطفل ويؤكد اريكسون على أن الفقد القاسي لحب الأم الذي اعتاد عليه الطفل بدون بديل مناسب في هذا الوقت يمكن أن يقود إلى كآبة طفلية حادة.<sup>4</sup>

بينما تمثل البيئة الاجتماعية النطاق لأشمل بما تحويه من دوائر اجتماعية أوسع كمدرسين وأصدقاء يمثلون مصادر هامة لأمن و الطمانينة النفسية للفرد إذا شعر بالتقبل من والديه ومدرسيه وزملائه. وأما تقدير الرؤساء والزملاء في العمل والعيش في كنف زوجة صالحة وذرية نافعة فمن المؤثرات الهامة لتحقيق الطمانينة للراشد. بينما يجد الإنسان أمنه في شيخوخته في بر أبنائه وأحفاده.<sup>5</sup>

إن يتضح من الوسائل المذكورة الدور الكبير الملقى علي مجتمع الفرد و خاصة الأسرة حتى يتوفر للطفل الشعور بالطمانينة النفسية.

### 13- الطمانينة النفسية و الطفولة:

<sup>1</sup> - محمود حسين:مرجع سابق ذكره، ص 108

<sup>2</sup> - حامد زهران:علم النفس الاجتماعي،مرجع سابق ذكره،ص109

<sup>3</sup> - عبد المطلب القريطي:مرجع سابق ذكره،ص443

<sup>4</sup> - محمد عبد الرحمن:مرجع سابق ذكره،ص282

<sup>5</sup> - مرسي كمال:الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام ، دار القلم،الكويت،1986،ص91

يعتبر الشعور بالطمأنينة النفسية هي حجر الزاوية في الشخصية السوية وينشأ من إشباع حاجات الطفل الأساسية من طعام ودفء وغيرها من أشكال رعاية الوالدين التي تخلق لدى الطفل إحساساً بالأمن والثقة المطلقة في ذاته، حيث يدرك نفسه على أنه يستحق الرعاية والتقدير ويرى العالم على أنه مكان آمن ومستقر ويرى من فيه على أنهم معطاءون ويمكنه الوثوق فيهم، ويصبح هذا الإحساس بالطمأنينة النفسية قاعدة لنجاح الطفل وإنجازاته وقدرته على تحمل الإحباطات بينما الرفض والرعاية غير ملائمة تجعلان الطفل يشعر بعدم الأمن والثقة والتوجس تجاه الآخرين.<sup>1</sup>

و تعتبر أن العلاقة الآمنة التي يسودها الدفء والحب بين الطفل ووالديه تمثل علاً و اقياً للطفل يؤدي إلى شعوره بالثقة والقدرة على المواجهة والتحدي، بينما عدم وجود علاقة حميمة يمكن الوثوق بها يمثل مفتاحاً للتنبؤ بالقلق و الاكتئاب واضطرابات الشخصية. كما قد يكون الشعور بعدم الطمأنينة النفسية ناتج عن تعرض الطفل للإساءة النفسية والانفعالية من رفضه وتهديده بسحب الحب ومقارنته بأقرانه وتجاهله يؤدي إلى شعوره بعدم الأمن والتقليل من حريته وتلقائيته في استكشاف العالم، ويعوق إمكانياته للتعلم وفرصه للنمو السليم. كما يفسره بعض الباحثين بالشعور بالطمأنينة النفسية المعرفية حيث يشير إلى أن كل موقف نقابله أو نتعرض له في حياتنا يفسر تحت ما يطلق عليه النماذج المعرفية. وهذه النماذج تشكل صيغة نستقبل بها المعلومات الواردة إلينا من البيئة المحيطة عبر أعضاء الحس، كما تحدد تصوراتنا عن أنفسنا والعالم و الآخرين. و هذه النماذج هي تكوين منظم تتكون من خلال التفاعل مع الوالدين والآخرين، وتعمل بطريقة تلقائية لا شعورية، ويتم إدماج كل خبرة جديدة فيها. وتعمل هذه النماذج كقواعد للسلوك وتنظيم الذات والعلاقات الاجتماعية والانفعالات، كما أنها تحدد وتنظم الاستراتيجيات المختلفة لمواجهة الضغوط والمواقف المختلفة، فإذا كانت النماذج المعرفية إيجابية فإنها تجعل نظرة الطفل لذاته وللآخرين وللمستقبل نظرة إيجابية، فالطفل الذي يدرك استجابة الوالدين لحاجاته، وتقديرهما، وحبهما له، وعدم تحكمهما فيه كثيراً ما يكون لديه نموذج تصوري عن ذاته أنه محبوب وذو قيمة ويستحق الرعاية والثقة، وكذلك يكون تصوره عن

<sup>1</sup> - عماد مخيمر: إدراك الأطفال للأمن النفسي من الوالدين وعلاقته بالقلق واليأس،مجلة دراسات نفسية، مجلد 13، العدد4، 2003، ص3

الآخرين بحيث يشعر أنهم يقدرونه ويحبونه ويحترمونه وأنه يمكن الوثوق به وأنهم سيكونون بجانبه عندما يحتاجهم، وعن المستقبل فيشعر بالتفاؤل والأمل. حيث أن إدراك الطفل لعدم حب الوالدين له، أو عدم احترامهما له، أو إهمالهما له، أو تحكمهما فيه، فإنه يتكون لديه نماذج معرفية سلبية عن ذاته ومستقبله والآخرين، فيكون تصوره عن ذاته أنه غير محبوب - ليست له قيمة- لا يستحق الرعاية - غير جدير بالثقة"، كما يتوجس من الآخرين ويشعر بالتهديد والقلق منه، ويدرك أنهم لا يحبونه، ولا يمكنه الوثوق فيهم، وتمتد هذه النظرة إلى المستقبل فيشعر بفقدان الأمل والتشاؤم.<sup>1</sup>

كما أن صعوبات في التكيف داخل الأسرة و فشلهم في توفير الطمأنينة والراحة لهم مع وجودهم في جو مليء بمشاحنات خاصة يجعل البيت نوعاً من الجحيم في نظر الطفل<sup>2</sup>. وتشير "انزورت" التي كانت أول من استخدم مصطلح، "قاعدة أمنة" إلى أن دور الأم المتعلق بالأمن و الطمأنينة مع الطفل لا يقتصر فقط علي مجرد الاستجابة لحاجاته، وإنما تأخذ أيضاً المبادأة في استثارته اجتماعياً وفعالياً ومعرفياً وذلك بالبقاء علي الاتصال به، تحتضنه وتعانقه وتتحدث معه وتلاعبه وتشجعه علي الاستطلاع الحسي والحركي والاجتماعي للبيئة. إذا فأن الشعور بالطمأنينة النفسية تنتج عن قدرة الآباء علي إعطاء أبنائهم التقبل و الحب والاهتمام بميولهم ومشكلاتهم، ووضع ضوابط وحدود معقولة وواضحة ومنتسقة لهم وإعطائهم حرية التعبير عن الرأي والاستماع لوجهات نظرهم والسماح لهم بالمشاركة في صنع بعض القرارات الأسرية<sup>3</sup>. في حين يري رونر أن شعور الأبناء بالطمأنينة النفسية يرتبط بشعور الآباء ذاتهم بالطمأنينة النفسية فالراشدين الذين سبق أن أدركوا الرفض من قبل والديهم في مرحلة الطفولة يعانون من فقدان المحبة ولا يستطيعون أن يقدموا المحبة التي فقدوها إلي أبنائهم فيشعر الطفل بأنه غير محبوب وغير مرغوب فيه أو مهمل من قبل الآخرين مما يؤدي إلي شعوره بعدم الأمن والعجز وانخفاض تقدير الذات والشعور بعدم الكفاية وعدم القدرة علي المواجهة واليأس. وعموماً فان مدى قوة رابطة التعلق الوجداني بين الأم والطفل تبدو في رغبة الطفل واستعداده لان

<sup>1</sup> - عماد مخيمر: مرجع سابق ذكره، ص 2-3

<sup>2</sup> - نعيم الرفاعي: مرجع سابق ذكره، ص 399

<sup>3</sup> - عماد مخيمر: مرجع سابق ذكره، ص 614

يبتعد عنها حينما يكون كل شيء علي ما يرام كما تبدو أيضاً في السرعة التي يعود بها إلي قاعدة أمنه واطمئنانه عند أدراك أول بادرة للخطرة أما الطفل غير الآمن في تعلقه فإنه عادة ما يلتصق بأمه ويتشبث بها في اغلب الأحيان دون أن يحاول استطلاع البيئة.<sup>1</sup>

#### 14- الطمأنينة النفسية و علاقتها بعملية التربية و التعليم:

تتأثر الطمأنينة النفسية لدى الفرد و خاصة الأطفال في مدى توفير بيئة تربوية مناسبة سواء داخل الأسرة أو المجتمع و ذلك لما تلعبه التربوي من دور حاسم في حياة الفرد. كما لا يمكن إغفال دور المؤسسات التربوية التي تنهض بمسؤولية الأمن الاجتماعي و التربوي ، و توفر التعليم للمواطن ،لما للمؤسسات التربوية من دور و ثيق في تأمين "الطمأنينة"<sup>2</sup> ، و بقدر ما يكتسب التلميذ من تعليم على الحياة الاجتماعية السليمة .فانه يتهيأ بالمعطيات و المؤهلات اللازمة التي تخوله مستقبلاً لممارسة حياة اجتماعية متوازنة و متوافقة مع المتطلبات الإنسانية.<sup>2</sup>

وكما أن التربية من أهم أسس الأمن فإن التعليم أيضاً من أهم هذه الأسس ،ذلك أن التعليم في عقول الناس ، بل في عقل الفرد الواحد يتراوح بين الواقع والمثال وهو في صورته المثلي قادر على صنع المعجزات لأنه أداة التحرر والاستقلال ،وأداة بناء الوطن والمواطن ،وأداة صناعة الحرية والديمقراطية وأداة تحقيق التماسك الاجتماعي والوحدة الوطنية والقومية وأداة تعزيز الذاتية الثقافية والتنمية الاقتصادية وتحديث المجتمع وأداة الحفاظ على البيئة من التلوث.<sup>3</sup>

كما لا يجب إغفال الحاجة الملحة لتحقيق الأمن التربوي للطفل اليتيم و خاصة انه يعاني من بيئة أسرية غير مستقرة نتيجة لفقدان أحد الوالدين أو كلاهما مما يعرض حالته النفسية للاهتزاز و هو ما يؤثر على الطمأنينة النفسية لديه فهو يرى نفسه معزول داخل عالم كبير و بما أن الطمأنينة عبارة عن تحرر الفرد من الخوف والقلق المتعلق بمستقبله عن طريق تحصينه اجتماعياً وفكرياً وروحياً ونفسياً وبيئياً. و بالتالي يظهر من الضروري الاعتناء بهذه الفئة من المجتمع و خاصة من خلال المؤسسات التربوية و

<sup>1</sup> - نفس المرجع، ص 2-3

<sup>2</sup> - مصطفى العوجي:مرجع سابق ذكره،ص70

<sup>3</sup> - إسماعيل علي: الأمن التربوي العربي، قضايا تربوية (3)، عالم الكتب، القاهرة، 1989، ص114

التعليمية حتى يتمكن من توفير محيط آمن يجعله " يشعر بالاستقرار والتحرر من الخوف والقلق لتحقيق متطلباته، ومساعدته على إدراك قدراته، وجعلها أكثر تكيفاً<sup>1</sup>. و هو ما يجعله يرتقي بحالته النفسية إلى حالة مستقرة و بالتالي الشعور بالطمأنينة النفسية و لو جزئياً لان الشخص غير الآمن فهو في خوف دائم يعيش حالة من عدم الرضا يراها تهديداً خطيراً لذاته:

### 15- الطمأنينة النفسية و التحصيل الدراسي:

ويعتبر التحصيل الدراسي بمثابة المحصلة لعدد من العوامل المرتبطة بالجوانب الدفعية و لظروف البيئة. وبعضها الآخر يرتبط بالعوامل العقلية المعرفية فالتحصيل الدراسي عملية معقدة تؤثر فيها عوامل كثيرة، بعضها يتعلق بالمتعلم وقدراته واستعداداته وصفاته المزاجية والصحية وأمنه النفسي، وبعضها يتعلق بالخبرة التعليمية وطريقة تعلمها وما يحيط بالمتعلم من ظروف وإمكانيات<sup>2</sup>.

و يواجه الطلبة في المدارس و ضمن المراحل الدراسية المختلفة مشكلات عديدة قد تعيق عملية تعلمهم و بالتالي فهي تحتاج إلى حلول جذرية، و هذه المشكلات تختلف من طالب لآخر و يمكن تحديد ثلاثة أنواع من هذه المشكلات هي:

مشكلة عدم الشعور بالطمأنينة و القلق، و مشكلات العلاقة مع مجموعة الرفاق، و مشكلات التحصيل.

أما مشكلة عدم الشعور بالطمأنينة النفسية ترتبط بالأفراد الذين تسيطر عليهم مخاوف بدرجات مختلفة إضافة إلى عدم الشعور بالثقة بالنفس و لا شك بأن عادة تبنى على مواقف و خبرات سابقة، و يعرف القلق بأنه توتر شامل و مستمر و شعور بعدم الارتياح و خوف متوقع من خطر فعلي أو غير حقيقي يصحبه أعراض نفسية و جسدية ، و يتميز بأعراض التوتر و الأرق و فقدان الشخصية و بعض الأعراض الجسمية كالنشاط الحركي الزائد تلازمه العصبية و الحساسية الزائدة و قد يكون في المراهقة على شكل فقدان السيطرة على الأعصاب و بالتالي يزيد من فقدان الهوية<sup>3</sup>. حيث إن

<sup>1</sup> - حكمت الجميلي:مرجع سابق ذكره، ص18

<sup>2</sup> - محمود فتحي: الصحة النفسية، مطبعة الجمهورية، الإسكندرية، مصر، 1999، ص184

<sup>3</sup> - سمارة عزيز، و عصام النمر:محاضرات في التوجيه و الإرشاد، ط3، دار الفكر للنشر و التوزيع، عمان،الأردن،1999،ص179

فقدان الشعور بالطمأنينة النفسية و الذي ينجم عن مواقف الحياة الضاغطة و التعرض للحوادث و الخبرات الحادة المفاجئة و عدم ثبات المدرسين و الآباء في التعامل. فالتناقض ما بين معالجة بعض السلوكيات أو التذبذب بين المحبة و الكراهية، و إهمال قدرات المتعلمين و الطلبة و بالتالي يتوقعون منهم ما لا يستطيعون عمله أي يطلبون الكمال كما إن النقد المتعدد المتكرر كل ذلك يساعد على و جود القلق. و مما يساعد على عدم الشعور بالطمأنينة و الذنب الذي يتولد من خلال القيام بسلوكيات قد تخالف القوانين و المعايير الاجتماعية؛ كما أن للإحباط المستمر الذي يتعرض له الطفل أو الفرد من الوالدين أو المحيطين به قد يعرضه للشعور بعدم الطمأنينة<sup>1</sup>.

و بالتالي فإن الطالب المضطرب انفعالياً أو الذي يعاني من القلق أو عدم وجود الأمن و الطمأنينة يصبح غير قادر على التركيز و الاستيعاب فهو مشتت الفكر، و بالتالي ينخفض تحصيله الدراسي، و هذا ما أكدته العديد من الدراسات النفسية، حيث ان القدرات الإنسانية تتأثر بالمستوى الطمأنينة لديهم مما قد يساعدهم على التقدم الإبداعي في المجالات التي ينشطون ضمنها.

## 16- نظرة الدين للطمأنينة النفسية:

16-1 نظرة الغرب للعلاقة بين الدين و الطمأنينة النفسية : يؤكد علماء النفس على أثر الإيمان في علاج الأمراض النفسية و يرون أن في الإيمان بالله قوة خارقة تمد الإنسان المتدين بطاقة روحية تعينه على تحمل مشاق الحياة و تجنبه القلق الذي يتعرض له كثير من الناس في العصر الحديث الذي يسيطر عليه الاهتمام بالمادة و يفتقر إلى الغذاء الروحي<sup>2</sup>. حيث إن الغذاء الروحي هو أحد الأسس الحقيقية للتنمية الطمأنينة النفسية لدى الإنسان و لهذا ذهب العديد من العلماء و المفكرين إلى الإشارة إلى ذلك.

و أشار المؤرخ أرنولد توينبي إلى أن الأزمة التي يعاني منها الأوروبيون في العصر الحديث إنما ترجع في أساسها إلى الفقر الروحي و أن العلاج الوحيد لهذا التمزق الذي

<sup>1</sup> - نفس المرجع، ص179

<sup>2</sup> - محمد عثمان نجاتي: القرآن و علم النفس، ط3، دار الشروق، بيروت 1408هـ، ص 247

يعانون منه الرجوع إلى الدين<sup>1</sup>. وقال وليام جيمس أحد علماء النفس والفلاسفة الأمريكيين "إن أعظم علاج للقلق ولا شك هو الإيمان" وقال أيضاً "الإيمان من القوى التي لا بد من توافرها لمعاونة المرء على العيش وفقده نذير بالعجز عن معاناة الحياة". و يضيف وليام "إن بيننا وبين الله رابطة لا تنفصم فإذا نحن أخضعنا أنفسنا لإشرافه – تعالى – تحققت كل أمنياتنا وآمالنا" ... إن أمواج المحيط المصطحبة المتقلبة لا تعكر قط هدوء القاع العميق ولا تقلق أمنه وكذلك المرء الذي عمق إيمانه بالله خليق بأن لا تعكر -طمأنينة- التقلبات السطحية المؤقتة فالرجل المتدين حقاً عصي على القلق<sup>2</sup>.

وأثبتت دراسة هنري لينك أن الأشخاص المتدينين والذين يترددون على المعابد يتمتعون بشخصية أقوى وأفضل ممن لا دين لهم أو لا يقومون بأية عبادة<sup>3</sup>.

وذلك ما يزيد من الثقة في الذات و يعزز الطمأنينة لديه. وأكدت نتائج دراسة روث آن فنك هذه الحقيقة فقد ذكر أن 70% من أفراد عينته أن العقيدة الدينية منحته راحة العقل ، وذكر 61% أن العقيدة تجعلني أشعر بالأمن والأمان و الطمأنينة وذكر 82% يمكننا دوماً الاتجاه إلى الله عندما نكون في ضيق ، وذكر 85% أن العقيدة تعينني على أن أكون شخصاً أفضل وذكر 78% أن إدراكي بأن الله دائماً معي يشعرنني بالطمأنينة<sup>4</sup>. ويقول ديل كارينجي أن أطباء النفس يدركون أن الإيمان القوي والاستمساك بالدين كفيلاً بأن يقهرا القلق والتوتر العصبي وأن يشفيا هذه الأمراض<sup>5</sup>.

و هو ما يؤدي إلى الشعور بالطمأنينة و الأمن الانفعالي.

هذا بعض ما قاله علماء الغرب أما علماء المسلمين فلا شك أنهم يقولون بأكثر من هذا فنصوص القرآن والسنة صريحة بأن الشفاء في القرآن الكريم و إتباع سنة الرسول (ص).

## 16-2 نظرة الإسلام للطمأنينة النفسية:

<sup>1</sup> - أنور الجندي: مفاهيم العلوم الاجتماعية والنفس والأخلاق في ضوء الإسلام، دار الاعتصام، القاهرة 1977، ص195  
<sup>2</sup> - ديل كارينجي: دع القلق و ابدأ الحياة ، ترجمة عبد المنعم الزبدي، ط5، مكتبة الخانجي، القاهرة، 1956، ص ص282-301  
<sup>3</sup> - يوسف القرضاوي: الإيمان و الحياة ، ط 6، مكتبة وهبة، القاهرة، 1978، ص342  
<sup>4</sup> - سميرة حسن أبكر: مرجع سابق ذكره، ص 104  
<sup>5</sup> - نفس المرجع، ص 103

16-2-1 الطمانينة النفسية في القرآن الكريم: يشير العديد من المفكرين و الباحثين الإسلاميين إلى أن لفظ الطمانينة أو مشتقاته ارتبط بمصطلحين في القرآن الكريم هما القلب والنفس، حيث يقول تعالى "يا أيها النفس المطمئنة" سورة الفجر الآية 27 . كما ان القلوب تطمئن بذكر الله تعالى "الذين آمنوا و تطمئن قلوبهم بذكر الله ألا بذكر الله تطمئن القلوب" سورة الرعد الآية 28 .

وفي الطمانينة انشراح للصدر وزوال الضيق والقلق يقول تعالى "هو الذي أنزل السكينة في قلوب المؤمنين ليزدادوا إيماناً " الفتح 4

- و ذهب العلامة أبو حامد الغزالي الى تصنيف النفس البشرية في القرآن الى ثلاثة أصناف أهمها النفس المطمئنة حيث يرتب أبو حامد هذه الأصناف كما يلي :

- النفس الأمارة بالسوء: وتكون كذلك إن تركت الاعتراض وأذعنت لمقتضى الشهوات ودواعي الشيطان "وما برئ نفسي إن النفس لأمارة بالسوء إلا ما رحم ربي إن ربي غفور رحيم" يوسف، آيه 53

- النفس اللوامة: إذا صارت النفس مدافعه للنفس الشهوانية ومعتزضة عليها سميت النفس اللوامة لأنها تلوم صاحبها عند تقصيره في عبادة الله القيامة قال تعالى "و لا أقسم بالنفس اللوامة"

- النفس المطمئنة: وهي كذلك إذا سكنت تحت الأمر و زایلها الاضطراب بسب معارضة الشهوات و قال الله تعالى " : يا أيها النفس المطمئنة إرجعي إلى ربك راضية مرضية فادخلي في عبادي وادخلي جنتي" الفجر 27-30 .<sup>1</sup>

فحيثما يعتقد المؤمن بأن الله هو مدبر الكون ، وأمره نافذ في خلقه تهادأ نفسه ، ويشعر بالطمانينة النفسية ، فالنفس المطمئنة ، هي النفس المؤمنة ، والتي يكون سلوكها و نهجها على ضوء القرآن الكريم فترقى في ظل رقايا شاملا يتمثل في تقوى الله لقوله تعالى: "وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ يَجْعَلْ لَهُ مَخْرَجًا، وَيَرْزُقْهُ مِنْ حَيْثُ لَا يَحْتَسِبُ وَمَنْ يَتَّقِ اللَّهَ عَلَىٰ اللَّهِ فَهُوَ حَسْبُهُ إِنَّ اللَّهَ بَالِغُ أَمْرِهِ قَدْ جَعَلَ اللَّهُ لِكُلِّ شَيْءٍ قَدْرًا" سورة الطلاق 2-

<sup>1</sup> - أبو حامد الغزالي: إحياء علوم الدين ، ، ط2 ، ج8، دار الغد العربي، القاهرة ، 1987، ص7

و في الإشارة إلى أهمية الطمأنينة النفسية وربطها بالإيمان بقضاء الله وقدره، و بما أن الطمأنينة النفسية كما ذكرنا هي نقيض الخوف ، قال تعالى " فليعبدوا رب هذا البيت الذي أطعمهم من جوع وآمنهم من خوف " قريش الآية 4  
 أما محمد الخطيب فهو يرى أن:

- هذه المفاهيم النفسية الثلاثة للنفس البشرية التي وردت في القرآن الكريم هي حالات تتصف بها الشخصية الإنسانية ويقابلها في نظرية التحليل النفسي:

- النفس الأمانة تقابلها الأنا التي تتجه نحو رغبات الهو كحل نهائي للصراع النفسي بين مطالب الهو الغريزية ومطالب المجتمع والضمير والمعايير الأخلاقية والدينية الأنا الأعلى حيث ينتهي الصراع بسيطرة الهو على الأنا الأعلى.

- النفس اللوامة و يقابلها الأنا الموجهة من الأنا الأعلى حيث ينتهي الصراع النفسي بين الهو و الأنا الأعلى بسيطرة الأنا الأعلى على الذات الغريزية المتمثلة في الهو. - أما النفس المطمئنة فتقابلها الذات السوية أو المتوافقة في نظرية التحليل النفسي والتي تكون قادرة على التوفيق بين رغبات الهو الغريزية ومطالب الأنا الأعلى<sup>1</sup>. ومن المدهش في القرآن الكريم أن كلمة "الطمأنينة" بمشتقاتها تساوت مع كلمة الضيق بمشتقاتها أي ثلاثة عشر مرة لكل منهما، وكذلك كلمة "الطمأنينة" تساوت مع ذكر كلمة الركوع ومع ذكر كلمة الحج ثلاثة عشر مرة لكل منهما، والركوع والحج سلوك تكون ثمرته "الشعور بالطمأنينة" ومن دقة ألفاظ القرآن الكريم ما توصل إلى تحليله الشيخ أحمد الكبيسي حيث قال أن زوال الخوف فعلا يسمى سكينه و زوال الخوف مستقبلاً يسمى أمناً، وزوال الخوف على الإيمان يسمى "طمأنينة".

فكل سلوك الفرد يجب أن يكون موجه نحو تحقيق الهدف حيث ثمره التحقيق له هو الشعور بالطمأنينة في الدنيا والآخرة ؛ فمصدر الطمأنينة الحق ينبع من الإيمان بالله وحسن عبادته سبحانه وتعالى.

**2-2-16 الطمأنينة النفسية في السنة النبوية:** لقد عالجت السنة الطمأنينة النفسية مثل ما عالجتها القرآن الكريم ، لان النبي (ص) لا ينطق عن الهوى؛ فالتصور الإسلامي

<sup>1</sup> - محمد جواد الخطيب: التوجيه والإرشاد النفسي بين النظرية والتطبيق، ط8، 1998، ص 430-432

للطمأنينة النفسية يقوم على أساس الإيمان بالله وملائكته وكتبه ورسله وباليوم الآخر وبالقدر خيره وشره، فكلما قويت درجة إيمان الفرد زادت قدرته على مواجهة الأخطار التي تهدد أمنه.<sup>1</sup>

كما جعل الرسول (ص) الطمأنينة النفسية من مقومات السعادة في الدنيا حيث قال "من أصبح آمناً في سربه ، معافى في جسده، عنده قوت يومه فكأنما حيزت له الدنيا بحذافيرها"<sup>2</sup>

و ربط الإسلام الأمن والطمأنينة بصالح الأعمال والسلوكيات الطيبة، ويظهر ذلك في مواضع كثيرة منها ارتباط الأمن لدى الشخص بصدقه، فعن الحسن بن علي رضي الله عنهما قال: "حفظت من رسول الله صلى الله عليه وسلم دع ما يريبك إلى ما لا يريبك فإن الصدق طمأنينة والكذب ريبة". رواه الترمذي

وصفات القلب المطمئن هو: أنه عامر بالتقوى، طاهر عن خبائث الأخلاق، يحث المرء على عمل الخير والشكر والضمير، الخوف والرجاء، المحبة والرضا، والتفكر والتوكل.<sup>3</sup> وأما في معنى القلب فيقول الغزالي " هو حقيقة الإنسان وهو المدرك العارف من الإنسان وهو المخاطب والمعاقب والمعاتب والمطالب"<sup>4</sup>.

- و من العوامل التي تحقق الطمأنينة النفسية و الأمن و السكينة ،هي العناية بالعقيدة الدينية التي توجه الفرد و المجتمع إلى العمل بما يحقق الخير للجميع حيث تقوم قاعدة الإسلام في التربية على جعل الإنسان نموذجاً للإنسان بالمعنى الصحيح؛ أي ذلك الإنسان الذي يستثمر مواهبه في الخير الذي يعود بالبشرية للرفعة و النهوض.<sup>5</sup>

و وضع الإسلام الحاجة إلى الأمن في مرتبة متقدمة، تلي حصول الفرد على حاجاته الأساسية، وهو بذلك سبق ما سئلو بمئات السنين، فنرى أنه يكافئ المؤمنين بإشباع حاجاتهم الأولية من مأكّل ومشرب، ثم يلي ذلك تحقيق الأمن والطمأنينة في نفوسهم، يقول تعالى: **الَّذِي أَطْعَمَهُمْ مِّنْ جُوعٍ وَآمَنَهُمْ مِّنْ خَوْفٍ** " قرئش الآية 4

<sup>1</sup> - صالح الصنيع:مرجع سابق ذكره، ص77

<sup>2</sup> - الشيباني ابن البديع : تيسير الوصول إلي جامع الأصول من حديث الرسول ، دار المعرفة بيروت ،1977،ص44

<sup>3</sup> - أبو حامد الغزالي،:مرجع سابق ذكره،ص82

<sup>4</sup> - نفس المرجع،ص6

<sup>5</sup> - سيد المليحي:الأمن في الإسلام حاجة إنسانية، مجلة الوعي الإسلامية، الكويت، العدد 399، 2006، ص19

ويؤكد هذا حمادة حيث يرى في دراسته للتوجه نحو التدين أن " الدين يخلص الفرد من مشاعر الذنب واليأس والقنوط، وينمي لديه الخصائص النفسية الإيجابية كالصبر والإيثار، بالإضافة إلى أنه يعطيه من القوة التي بها يمكنه التحكم في نفسه وغرائزه وضبطها مما يجعل لذلك مردوده الإيجابي النفسي عليه فيجعل نفسه آمنة مطمئنة كما تشكل ثقافة المجتمع الإطار الذي يحيط بجميع المصادر والعوامل السابقة فهي تترك بصماتها ضمن هذا الإطار<sup>1</sup>.

إذن فالإسلام يعتني بالطمانينة النفسية للفرد و هذا بما يكفل له الارتقاء بالذات إلى ما يسمح له بالحياة حياة نفسية خالية من الخوف و القلق و الهموم، و هو ما يوصل إلى نتيجة مفادها أن الإسلام هو الدين الذي يركز على الصحة النفسية و تحقيق الطمانينة الانفعالية و يهدف لها من خلال الإيمان الصحيح .

<sup>1</sup> - عبد المحسن حمادة: التوجه نحو التدين وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية الاجتماعية، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الأزهر، مصر، 1992، ص14

## خلاصة:

من خلال هذا الفصل بيننا أهمية الطمأنينة النفسية و كشفنا النقاب أهم العوامل المساعدة على تحقيقها و المعوقات التي تقف حياها ، و هذا من خلال محاولات العلماء الجادة في تفسيرها ، و بما أنها ظاهرة إنسانية لا تنفرد بها جماعة دون أخرى فهي معرضة للاضطراب و الزيادة و النقصان كباقي الظواهر النفسية الأخرى و بالتالي فان تحقيق الطمأنينة النفسية ليس فقط مطلب بل ضرورة لبناء مجتمع سليم ، و هو ما اكده علماء النفس و الاجتماع و هو ما بينته الأديان و وضحه الإسلام من خلال الآيات و الأحاديث المختلفة، و هو ما يجعل للطمأنينة النفسية أهمية خاصة لدى جميع المجتمعات في العالم .

## الفصل الثالث :

# التربية البدنية و الرياضية بين الماضي و الحاضر

تمهيد.

- 1- نبذة تاريخية عن التربية البدنية والرياضية.
  - 2- التربية البدنية و الرياضية الماهية و المفهوم.
  - 3- فلسفة التربية البدنية والرياضية.
  - 4- أهمية التربية البدنية.
  - 5- أهداف التربية البدنية.
  - 6- مكانة التربية البدنية والرياضية في الجزائر.
  - 7- التربية البدنية و الرياضية كمهنة.
  - 8- المعايير المهنية في التربية البدنية والرياضية.
  - 9- خصائص المهني في مجال التربية البدنية و الرياضية.
- خلاصة.

**تمهيد:**

تلعب التربية البدنية و الرياضية دورا أساسيا في حياتنا المعاصرة كمجال من مجالات التربية الموجهة نحو تنمية الفرد ليس من الناحية البدنية فحسب بل من النواحي النفسية والعقلية والاجتماعية .

تعتبر التربية الرياضية عملية إنسانية، فممارسة الأنشطة الرياضية تكسب الفرد الكثير من النواحي الخلقية والنفسية والاجتماعية، وذلك من خلال الاندماج في الجماعات المختلفة الخاصة بأنشطتها الكثيرة.

فان نظرنا إلى التربية الرياضية سواء كانت هذه النظرة من خلال أنشطتها الفردية أو الجماعية فإنها أولا و أخيرا تتعامل مع الفرد داخل الجماعة، و تنتقل من خلال هذا التعامل الخبرات و المعارف و المعلومات و المهارات من جيل إلى جيل، و ذلك من خلال اندماجه في الجماعة، فهي بذلك تعتبر عملية تتبع اجتماعي و توجيه سليم لنمو الفرد النمو الشامل المتزن وتكسبه الصفات التي تميزه عن غيره مستمدة ذلك من حاجات المجتمع ومتطلباته، ولا تقتصر طبيعة التربية الرياضية عند هذا الحد بل أنها تعتبر عملية ثقافية ، أي تعمل في إطار ثقافي يخضع للمجتمع الذي يعيش فيه وتطوع أهدافها وأغراضها لخدمة الفرد والمجتمع ، فهي عملية لها معناها ومغزاها ولها قدرتها على اكتساب الفرد للحياة الاجتماعية السليمة، بما تشتمل عليها من قيم ومبادئ سلوكية واجتماعية وعقلية، فهي بذلك عملية تكاملية تكسب الفرد جميع جوانب الحياة وتوجهها التوجيه التربوي المناسب والذي يتماشى مع قدراته واستعداداته .

و بالتالي فان تكوين إطارات فاعلة و متخصصة في التربية البدنية و الرياضية أصبح ضرورة ملحة مع تطور الحياة المعاصرة، و لهذا فان الاهتمام بالنواحي النفسية و الاجتماعية لإطارات المستقبل يعد أمرا ضروريا لأنها في الأول و الأخير تكون لها تأثير على المستوى التكويني و كذلك على كفاءته المهنية المستقبلية و من هنا أردنا تسليط الضوء على التربية البدنية كمهنة و مفهوم.

## 1- نبذة تاريخية عن التربية البدنية والرياضية:

إن التربية البدنية والرياضية قديمة قدم الإنسانية فقد مرت في تاريخها بعدة مراحل تهتم أساسا بدراسة تاريخ النشاط البدني و الرياضي للإنسان وذلك من أجل استخلاص الدروس والعبر من الماضي والتعرف على الأخطاء وتجنب الوقوع فيها في الحاضر والمستقبل. فقد كان لهذه الأخيرة حضور وتاريخ عريق في مختلف الحضارات القديمة.

### 1-1 التربية البدنية والرياضية في الحضارات القديمة:

- **التربية البدنية والرياضية في الحضارة المصرية:** إن ممارسة التربية البدنية في عصر الدولة المصرية القديمة حقيقة تاريخية، حيث لا تزال الشواهد والآثار محتفظة بما سجله المصريون القدماء على جدران مقابرهم وفي معابدهم وأوضحت بعض المصادر المصرية أن الألعاب الرياضية التي كان يمارسها الصبية والتلاميذ تدل على أن الرياضة كانت وسيلة تربوية، وذكر بعض المؤرخون أن المدرسة في مصر القديمة كانت تسمى " بيت التعليم"، وكانت التربية البدنية من بين مناهج الدراسة.

- **التربية البدنية والرياضية في الحضارة الإغريقية والرومانية:** أما عن الحضارة الإغريقية فقد كانت هناك مدارس تعتمد أساسا على التربية البدنية وتسمى بالباريستا وكذلك الجمنازيوم. أما باليسترأ فهي تتميز بالفخامة والإكتمال الفني وهي تختص بالفتيان حتى سن 15 حيث يتدربون على فنون الرياضة تحت إشراف متخصصين في حين أن الجمنازيوم عبارة عن مدرسة رياضية ذات مساحة كبيرة يشرف عليها مدير معين من الدولة ولا يسمح إلا لأبناء الطبقة الحاكمة ابتداء من سن 16، وقد كانت أيضا تقام مهرجانات تسمى بالألعاب الأولمبية وهذا كل أربعة سنوات وتشتمل على ألعاب القوى وكذا المصارعة والملاكمة وركوب الخيل، أما في الحضارة الرومانية فقد شجع الرومان الأطفال على ممارسة ألعاب ذات نشاط كالأرجحات ومسابقات الجري والقفز والملاكمة وألعاب الكرة والصيد، إيماناً، منهم بأن العقل السليم في الجسم السليم وقد نسبت هذه الحكمة إلى حكيم الرومان "جوفينال" وأكد المفكر الروماني " بلوتارك" على أهمية الأنشطة البدنية للأطفال وربطها بالأخلاق ونصح بالاعتدال فيها حتى يتجنب الأطفال الإرهاق.

**1-2 التربية البدنية والرياضية في العصور الوسطى:** أما في العصور الوسطى فقد ظلت الفلسفة اللاهوتية تنظر نظرة شك للتربية البدنية وترى بأن التربية الروحية والعقلية هي أساس تربية الإنسان وهو ما أثر تأثيراً سلبياً كبيراً في تاريخ التربية البدنية في هذه الفترة.

**1-3 التربية البدنية والرياضية في العالم الإسلامي:** أما الدين الإسلامي فقد حث على ممارسة الرياضة لقول الرسول "صلى الله عليه وسلم": "علموا أولادكم الرماية والسباحة وركوب الخيل". وفي عصر النهضة أسس يوهان بيسداو عام 1774 مدرسة حب الإنسانية وفيها خصص ثلاث حصص لممارسة أنشطة ترويحية كالجمباز والألعاب.<sup>1</sup>

**1-4 التربية البدنية والرياضية في العصر الحديث:** أما في العصر الحديث (1967-1990) فقد توحدت أهداف التربية البدنية وأصبح هناك إتفاق كبير في ما تقدمه هذه الأخيرة من تكوين المواطن الصالح في جميع المجالات وبالتالي فقد أصبح من حق الجميع ممارسة أنشطة التربية البدنية وهو تطور ملحوظ لتزول بذلك فكرة أن الرياضة تقتصر على فئة معينة، ومما يميز هذه الفترة هو الإقرار بأن التربية البدنية والرياضية قد أصبحت علماً قائماً على مبادئ بيداغوجية.

## 2- التربية البدنية و الرياضية الماهية و المفهوم :

لقد وضع الباحثون في التربية البدنية و الرياضية عددا من التعريفات التي توضح مفهومها ، ولالإمام بمعنى واضح و دقيق كان لابد من التطرق إلى أكثر من تعريف ورد بهذا الخصوص .

- حيث أدرجتها العديد من التعريفات ضمن النطاق الواسع من العمليات التربوية الإنسانية، فعرفة بأنها جميع الأعمال الرياضية المنظمة، ذات الأهداف التربوية والتي تستخدم الرياضة كوسيلة لها<sup>2</sup>.

وهذا ما أشار إليه كل من **wuest & Bucher** بأنها " هي العملية التربوية التي تهدف لتحسين الأداء الإنساني من خلال وسيط ، و هو الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق ذلك ".

<sup>1</sup> - أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية والرياضية المدخل، التاريخ، الفلسفة ، ط3 ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 2001، ص196

<sup>2</sup> - غسان الصادق، سامي صفار: التربية والتربية الرياضية، مديرية دار الكتب للطباعة و النشر، جامعة الموصل، 1988، ص17

- في حين أجمع باحثون آخرون على أن التربية البدنية والرياضية لا تقتصر على العمليات التربوية فقط ، بل تتخطى ذلك لما تمتاز به من تحقيق عدة أوجه من الحاجات العقلية ، والبدنية ، والنفسية ، والاجتماعية ، والتي تتحقق من خلال الأنشطة البدنية ، وهذا ما توجه إليه **Lumpkine** في تعريفه ، بأنها هي " العملية التي يكتسب الفرد خلالها أفضل المهارات البدنية والعقلية والاجتماعية واللياقة من خلال النشاط البدني"<sup>1</sup>.

وهو ما أكد عليه **Robert bobin** حيث يرى أنها " تلك الأنشطة البدنية المختارة لتحقيق حاجات الفرد من الجوانب البدنية والعقلية والنفسية-حركية بهدف تحقيق النمو المتكامل للفرد"<sup>2</sup>.

- بينما أحدث علماء آخرين على التعريفات السابقة تعديلات عديدة،تجمع بين التربية العامة للفرد ، و النشاط البدني ، ومن ثم ربطها بالأهداف والأغراض المحققة ، سواء كانت بدنية أو نفسية أو اجتماعية، أو عقلية ، ومن هذه التعريفات ، تعريف **nash** الذي بين أن " التربية البدنية والرياضية جزء من التربية العامة ، تشتغل بدوافع النشاط الطبيعي الموجودة في كل شخص ، لتنميته من الناحية العضوية والتوافقية ، والعقلية ، والانفعالية ، وهذه الأغراض تتحقق حينما يمارس أوجه النشاط المختلفة"<sup>3</sup>.

وهذا التعريف يتشابه إلى حد كبير من حيث المضمون مع التعريف الآتي الذي يقول أنها ذلك" الجزء المتكامل من العملية التربوية التي تهدف لتوافق الجوانب العقلية والبدنية والاجتماعية والوجدانية لشخصية الفرد بشكل رئيسي عند النشاط المباشر" لـ **peter Arnold**<sup>4</sup>.

أما " لو بوف "فيرى التربية البدنية بأنها عملية تربوية وتطويرية لوظائف الجسم ، من أجل وضع الفرد في حالة تكيف حسنة للحالات الممارسة"<sup>5</sup>.

<sup>1</sup> - أمين أنور الخولي:مرجع سابق ذكره ، ص35

<sup>2</sup> - نفس المرجع ، ص36

<sup>3</sup> - تشارلز بيوكر : أسس التربية البدنية ، ترجمة حسن معوض وكمال صالح عبده ، مكتبة الأنجلوالمصرية للنشر ، 1964 ، ص40

<sup>4</sup> - أمين أنور الخولي: مرجع سابق، 2001 ، ص35

<sup>5</sup> - J.c le Beuf : léveil sportif ، Edition l' école des classiques africain paris 1974

ولما أصبحت التربية البدنية تتمتع بهذا القدر الواسع من الشمولية ، جاء تعريف **Kopecky & kozlik**، ليضفي عليه طابع المواطنة و المسؤولية ، ليظهر هذا التعريف بأنه أكثر اتساعا، من حيث المعنى والمضمون ، إذ عرفا التربية البدنية و الرياضية بأنها ذلك الجزء من التربية العامة، و التي هدفها تكوين مواطن صالح بدنيا وعقليا وانفعاليا واجتماعيا قادر على تحمل المسؤولية وذلك بواسطة عدة ألوان من النشاط البدني المختارة لتحقيق الهدف<sup>1</sup>.

### 3- فلسفة التربية البدنية والرياضية :

تحدد تنظيم ممارسة النشاطات البدنية و الرياضية في مجتمع ما ، انطلاقا مما يحمله هذا المجتمع من فلسفة و غايات و سياسة لبناء أسسه الثقافية والاجتماعية و الاقتصادية ، فطريقة النشاط البدني تنتج من فلسفة المجتمع وتستلزم قيمة لفكر فلسفي ودراسة تقنية لبنائها العلمي من داخله لاختبار الأفكار والمبادئ التي تقوم عليها.

وتتأسس فلسفة التربية البدنية والرياضية على البنية النظرية لفلسفة التربية ، كما تعد أحد مجالاتها و تجتهد في توضيح طبيعة نظامها وإبراز أهميتها وتبرير وجودها ، وتتناول بالتحليل المعاني و القيم والأهداف المتضمنة فيها لتوائم المجتمعات الإنسانية التي أصبح التغيير أهم ميزتها ، وعلى ضوء هذه التغيرات والتطورات السريعة التي نعيشها في مختلف المجالات ، عرفت التربية البدنية تعدد المذاهب والطرق والمفاهيم بين ما هو قديم وما هو حديث ، وتزايدت غموضا في المفاهيم والأهداف لدرجة تخوفها من الغزو من العلوم الأخرى ، وفي هذا المعنى يقول "الخولي" ، في عصر الانفجار المعرفي الذي نعيشه اليوم أصبحت العلوم والفنون من التداخل والتشعب بحيث يصعب الفصل القاطع بينهما ، وهو ما يستلزم جهد وتفكير في حدود مجالات التربية البدنية كمهنة و كنظام تربوي مستقل .

ويضيف قائلاً أن الأمر يحتاج قدرا من التأمل والدراسة والتنظير للظواهر المتصلة بالنظام والتي تشكل أساستها<sup>2</sup>.

<sup>1</sup> - أمين أنور الخولي: مرجع سابق ذكره ، ص35

<sup>2</sup> أمين أنور الخولي مرجع سابق ذكره، ، ص 370 .

#### 4- أهمية التربية البدنية :

أصبح الاهتمام بالتربية البدنية والرياضية يزداد يوماً بعد يوم سواء من ناحية ممارستها على مستوى الأفراد والجماعات أو من ناحية تطويرها وتنظيمها من الجوانب العلمية و التشريعية وذلك داخل الدول أو على المستوى العالمي ؛ ولأهمية التربية البدنية تم إقرار عشرة مواد للميثاق الدولي للتربية والرياضية وذلك في المؤتمر العام لمنظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة ( UNESCO ) في نوفمبر 1978.

"و تنص المادة الثالثة من الميثاق على أنه ينبغي أن تلبى برامج التربية البدنية والرياضية احتياجات الأفراد والمجتمع وذلك من خلال التأكيد على أنه :

- ينبغي إعداد البرامج وفقاً لاحتياجات المشتركين فيها ووفقاً لخصائصهم الفردية ، وكذلك بما يتماشى مع الظروف الثقافية والاجتماعية والاقتصادية للمجتمع ، وبما يتلاءم مع الظروف المناخية.

- ينبغي لتلك البرامج أن تسهم في إطار التربية الشاملة في تكوين عادات وأنماط من السلوك لتساعد في تطوير شخصية الفرد .

كما تنص المادة الرابعة من الميثاق على أن ينبغي أن تتولى القيادات المؤهلة تعليم وتوجيه وإدارة التربية البدنية والرياضية ، وذلك من خلال التأكيد على أنه :

- ينبغي أن تتوافر المؤهلات العلمية والخبرة لدى جميع الأفراد الذين يضطلعون بالمسؤولية المهنية عن التربية البدنية والرياضية ، وكذلك يجب توفير العدد الكافي منهم .

- ينبغي الاهتمام بتدريب العاملين في التربية البدنية والرياضية وإعطاء العاملين المدربين وضعا يتناسب مع المهام التي يضطلعون بها .

بينما تنص المادة الخامسة من الميثاق على ضرورة توفير المنشآت والتجهيزات المناسبة للتربية البدنية والرياضية ، وذلك من خلال التأكيد على :

- ينبغي توفير المرافق والتجهيزات الملائمة على نطاق يتيح اشتراك أكبر عدد من الأفراد في برامج التربية البدنية والرياضية بالمدارس وخارجها .

- ينبغي أن تتضمن خطط تنمية المناطق الحضرية والريفية احتياجات التربية البدنية والرياضية في مجال المنشآت والمرافق والتجهيزات، مع مراعاة الانتفاع بما تتيحه البيئة الطبيعية من إمكانات<sup>1</sup>

بالإضافة إلى ما تم ذكره لآبد من الإشارة إلى الفوائد المتوخات من التربية البدنية والرياضية في المجتمع أو بالنسبة للفرد مثل الفوائد الصحية مثل ما أشار إلى ذلك عديد الدراسة نذكر منها دراسة التي أجريت في "إنجلترا" حول مجموعة من مرضى السكري أعطي لهم برنامج بدني رياضي تغذوي خاص ، مقارنة بمجموعة أخرى لم تخضع لهذا النظام ، حيث توصلوا إلى أن المجموعة الأولى قد تماثلت للشفاء والتحسّن قبل المجموعة الثانية.<sup>2</sup>

كما يمكن ذكر الدراسات التي ربطت التربية البدنية بالجوانب الذهنية والتحصيل الدراسي ، وفي ذلك اجري دراسة في " كلية واست بوينت " في أمريكا حول العلاقة بين التربية البدنية والتحصيل الدراسي لدى طلبة الكلية ، فوجدت أن هناك علاقة طردية بين اللياقة البدنية والنجاح في الكلية، وعلاقة عكسية بينها وبين التسرب منها.<sup>3</sup> كما أن هناك من المنظمات تربط معايير تطور البلدان وتقدمها بالتطور في المجال الرياضي و بالتالي لم تعد الرياضي تلعب ذلك الدور الهامشي داخل البلدان وإنما أصبحت من الأهمية بما كان إلى درجة أنها اصطبحت ترتبط ارتباط وثيق بأي مجال حيوي آخر ، و أصبحت وسيلة تقارب بين البلدان والحضارات و المجتمعات المختلفة و من هنا لا يمكن إغفال الأهمية الكبرى للتربية البدنية و الرياضية و الرياضة بصفة عامة.

## 5- أهداف التربية البدنية :

لقد عرفت منذ عصور قديمة أشكال متعددة للرياضة أستعملها الإنسان كتقوية لعضلاته وحفاظا على صحته وبنيته ، أخذها بعدة أشكال كاللعب والمبارزة والفروسية

<sup>1</sup> - المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضية ، جامعة حلوان ، بحوث مؤتمر : رؤية مستقبلية للتربية البدنية والرياضية في الوطن العربي ، 22-24 ديسمبر 1993 المجلد الرابع ، ص

212 ..

<sup>2</sup> - أيمن فاروق :اللياقة البدنية و أهميتها، مطابع الإشعاع المصرية، 2001، ص9

<sup>3</sup> - نفس المرجع ، ص9

والبدايات وغيرها ، لأنه أدرك أن ثمة منفعة كبيرة تعدت حدود اللياقة والصحة إلى جوانب أخرى نفسية لترقيته اجتماعيا وزيادة التواصل بعلاقاته الاجتماعية .

كما تعد الرياضة المدرسية النواة الأساسية لبعث الحركة الرياضية ، لذا يجب الاهتمام أكثر بالتربية البدنية والرياضية في المؤسسات التربوية .

ويمكن توضيح الأهداف العامة لتدريس التربية البدنية والرياضية في المجالات الآتية :

- **هدف التنمية البدنية:** تهتم التربية البدنية بتنشيط الوظائف الحيوية للإنسان مثل الجهاز القلبي الوعائي ( الدموي )، الجهاز التنفسي، العضلات، العظام، الجهاز العصبي... الخ. وذلك بتحسين أدائها البيولوجي والفسولوجي ؛ وهذا من خلال تنمية الصفات البدنية وتطويرها والوصول بها إلى حالة تأقلم ملائمة لجسم الإنسان، وحتى تحقق التربية البدنية والرياضية أهميتها من الناحية الصحية، كما يمكن التأكيد على أن هذا الهدف هو أقدم الأهداف التي تبنتها التربية البدنية والرياضية و بالتالي فهي الأصل و باقي الأهداف هي الفرع .

و يتجل هذا الهدف من خلال تنمية مجموعة من الصفات البدنية و التي تتمثل في: القوة، السرعة، المداومة، المرونة.<sup>1</sup>

- **هدف التنمية الحركية:** ويشتمل هذا الهدف على الخبرات والمفاهيم التي تتمحور حول حركة الإنسان ، والتي تعمل على تطويرها والارتقاء بها ، حيث وضح كورت مانيل هذا الهدف على أنه عملية " اكتساب وتحسين و تثبيت ، واستعمال للمهارات الحركية ، و القدرة على توجيه الجسم و التحكم في حركاته بالنسبة للزمان والمكان<sup>2</sup>

كما أنها تعمل على تنمية الجهاز الحسي الحركي و اكتساب ارتباطات عصبية عضلية سليمة، والقدرة على إدراك العلاقات المكانية و تحديد الاتجاه و الزمن الحركي، إشباع حاجة الطفل للتعبير الحركي الحر<sup>3</sup>

هدف التنمية المعرفية: وهي مجموعة القيم والخبرات والمفاهيم المعرفية ؛ والتي يمكن اكتسابها من خلال ممارسة النشاط ؛ حيث ربط العديد من المفكرين بين تنمية المهارات

<sup>1</sup> - عدنان درويش وآخرون: التربية البدنية دليل المعلم المفصل و طالب التربية العلمية، دار الفكر العربي، ط4، 1998، ص23

<sup>2</sup> - كورت مانيل: التعلم الحركي، ترجمة علي نصيف، جامعة بغداد، ط2، 1987

<sup>3</sup> - أحمد عمر سليمان روي: الأهداف التربوية في المجال النفسو حركي، دار الفكر العربي ، ط1 ، 1996 ، ص29

المعرفية و تنمية المهارات البدنية، إذ أشار Neal إلى أن " تنمية المهارات المعرفية خلال الأنشطة البدنية لا تقل أهمية عن تنمية المهارات البدنية " <sup>1</sup>.

وهذا ما أكد عليه المفكر pinex و الذي ربطها بالتطور الحضاري بقوله أن " من أعراض الانحلال الحضاري المعاصر هو فصل الجوانب الفكرية و المعرفية للتربية و التعليم فصلا واضحا عن الجوانب البدنية " <sup>2</sup>

ولقد أضاف أنور الخولي مجموعة من الأهداف المعرفية المتمثلة في معرفة تاريخ الرياضة وسيرة الأبطال، قواعد اللعب ولوائح المنافسات، المصطلحات، والتعبيرات الرياضية ، الخطط وإستراتيجيات المنافسة ، مواصفات الأدوات والأجهزة ، طرق أداء المهارات وأساليبها <sup>3</sup>

-هدف التنمية الاجتماعية: حيث أجرى Luschen بحثا في هذا الصدد ، فوجد أن التربية البدنية جزء من المجتمع وشريحة من شرائحه الهامة تؤثر وتتأثر بالقيم و المعتقدات ، لذلك فهي مؤسسة ناقلة لثقافة ذلك المجتمع <sup>4</sup> .

وهذا ما ذهب إليه فايز مهنا ، حينما أكد على دورها من حيث العلاقات الاجتماعية بالقول أنها " تعمل على خلق علاقات إنسانية أفضل ، وتسمو بالصحة الروحية ، وتساهم في عملية تكامل وتطوير الشخص ككل " <sup>5</sup>.

كما أن التربية البدنية والرياضية تعمل على توفير مناخ ملائم للتفاعلات و العمليات الاجتماعية و التي تتلاءم مع نظم وأخلاق المجتمع مثل: العفوية، التلقائية، الحوار، حسن التعامل، القدرة على التفاوض، والتسامح ، رفض العنف، و رفض السلبية في المواقف والمعاملات <sup>6</sup>

- هدف التنمية النفسية: حيث يرى كل من Fox et Corbine أن التربية البدنية والرياضية تتعامل مباشرة مع شخصية الإنسان، و تساهم بقسط وافر في (معرفة الذات)

<sup>1</sup> - محمود عنان وآخرون: المعرفة الرياضية، دار الفكر العربي ، ط1 ، 1999 ، ص 61

<sup>2</sup> - نفس المرجع، ص59

<sup>3</sup> - أنور الخولي: مرجع سابق ذكره، ص128

<sup>4</sup> - خير الدين علي عويس ، عصام الهلالي : الاجتماع الرياضي ، دار الفكر العربي، ط1 ، 1997 ، ص65

<sup>5</sup> - فايز مهنا : التربية الرياضية الحديثة ، دار طرابلس للتراجم والنشر ، ليبيا ، 1981 ، ص50

<sup>6</sup> - J.JACQUES SARTHOU: enseigner l'EPS de reflexe didactique a l'action pedagogique, edtion actio, paris, 2003, p17

وهذا من خلال النشاط البدني الذي يؤدي إلى: الثقة في القوة الثقة في القدرات البدنية ، الثقة في المظهر والهيئة الخارجية، الثقة في كفاءاته.<sup>1</sup>

- بالإضافة إلى ما تم ذكره فهي تعمل كذلك على: الاتزان في الشخصية، تنمية الطموح، الانضباط الانفعالي، الصبر و الإرادة، التطلع إلى التفوق

-هدف الترويح وأنشطة الفراغ: وهي تعتبر من أقدم أهداف التربية البدنية والرياضية ، حيث تعتمد على مبدأ الرياضة للجميع أي لا فرق في السن ، الجنس، الفئات الاجتماعية، وتهدف إلى: التنفيس على مشاعر التوتر والشد العصبي،و السعادة، البهجة، الصحة، الاسترخاء والراحة، نمو العلاقات الاجتماعية.<sup>2</sup>

## 6- مكانة التربية البدنية والرياضية في الجزائر:

في ظل المعترك الهائل من التقدم في جميع الميادين تعيش التربية البدنية و الرياضية في الجزائر مجموعة من التعديلات الجذرية و الهادفة ، وذلك من خلال استخلاص أخطاء الماضي وبناء مناهج للمستقبل من أجل تطوير كفاءات النشأ ، وهو ما يؤكد ميثاق قانون التربية البدنية والرياضية و الذي ينص على أن الشباب يشكل أئمن رأس مال للأمة، كما تعرف التربية البدنية في الجزائر على أنها نضام تربوي عميق الاندماج بالنظام التربوي الشامل .

في 23 أكتوبر 1976 صدر قانون التربية البدنية والرياضية، هذه الوثيقة الهامة تعتبر دستوراً هاماً يحدد الحقوق والواجبات لهذا المجال الهام، في كل المستويات من حيث المبادئ العامة للتربية البدنية والرياضية وتكوين الإطار ثم تنظيم الحركة الرياضية الوطنية والمجلس الوطني للتربية<sup>3</sup>

وقد شمل 6 محاور أساسية وهي:

1- القواعد العامة للتربية البدنية والرياضية في الجزائر

2- الجزائر تعليم التربية البدنية وتكوين الإطار.

<sup>1</sup> - J-Pierre famose & F. Guérin: la connaissance de soi en psychologie de l'éducation physique et du sport, Edtion arnand coline-paris, 2002, p50-51

<sup>2</sup> - عدنان درويش وآخرون:مرجع سابق ذكره،ص23

<sup>3</sup> - محمود عوض بسبيوني، فيصل ياسين الشاطي: نظريات وطرق التربية البدنية والرياضة، الجزائر، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية 1992،ص7

3- تنظيم الحركة الرياضية الوطنية.

4- التجهيزات والعتاد الرياضي.

5- حماية ممارسي الرياضة.

6- الشروط المالية.

أما الميثاق الوطني لسنة (1986) فقد نص أن التربية البدنية شرط ضروري لصيانة الصحة وتحرير طاقة العمل ورفع القدرة الدفاعية لدى الأمة ، فضلا عن المزايا التي توفرها للفرد تشجع وتطور خصالا معنوية هامة مثل : الروح الجماعية ، كما تحرس على تكوين الإنسان ، كما أنها عامل تعاوني نفسي وبدني ، تمكن الطلبة من ممارسة مختلف أنواع الرياضة.

أما المادة (05) من القانون المتعلق بتوجيه المنظومة التربوية و الصادر سنة (1996) ، والتي تبين أن التربية البدنية و الرياضية تشكل قاعدة أساسية لتطوير المنظومة الوطنية و التربوية ، وتساهم أساسا في المحافظة وتحسين الكفاءات النفسية و الحركية للطفل و الشاب في الوسط التربوي، حيث تؤمن الدولة بتطوير التربية البدنية و الرياضية " <sup>1</sup>

## 7- التربية البدنية و الرياضية كمهنة:

**1-7 مفهوم المهنة في التربية البدنية والرياضية:** المهنة هي نمط من التوظيف يشتمل على أغراض رئيسية في حياة الفرد وهي أكبر من كونها مجرد عمل أو وظيفة لكسب العيش فهي تنتج ليستمر تقدم الفرد بشكل مضطر نحو تحقيق أهداف مهنية جديرة بالرضا والقبول خلال الحياة العملية المهنية للفرد.<sup>2</sup>

يرى "كمال درويش" إن المهنة هي عمل أو وظيفة تتضمن عادة إعداد طويل نسبيا ويتخصص على مستوى التعليم العالي ويحكمها دستور أخلاقي خاص بها.

<sup>1</sup> - الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية أمر رقم 95-09 المتعلق بتوجيه المنظومة التربوية، 1996، ص9

<sup>2</sup> - أمين أنور الخولي: مرجع سابق ذكره، ص26

ويرى:شارتل" إن المهنة يمكن أن تطلق على كل نوع من النشاط يزاولها الفرد الراشد ويقضي فيه جزء معيناً ومستمر في مواعيد محددة من وقته، أو أنها مجموعة من الأعمال أو الاختصاصات المتشابهة التي توجد في مختلف مؤسسات الإنتاج.<sup>1</sup>

وترى منى عبد العزيز أن التربية الرياضية هي إحدى المهن التي تتوفر فيها متطلبات المهنة من حيث أنها وظيفة وتحتاج لدراية فنية وذهنية بجانب التخصص من قبل العاملين بها، واكتساب المعلومات والمهارات عن طريق مختلف المؤسسات المهنية، بجانب التأكيد عن أهمية التوجيه لأنه يؤثر في اتجاهات الفرد. والمهنة بصفة عامة هي وظيفة ومجموعة خدمات تقدم لمجتمع معين حسب خطته، وتعتمد الوظيفة على تطبيق المعلومات والمهارات بغرض المحافظة على القيم السائدة في المجتمع وعلى القائمين بالمهن أن يكونوا على درجة عالية من التخصص والتي تكتب عن طريق برنامج دراسي طويل الأجل .

،وتفرقتها "ليلي إبراهيم" على أنها مجموعة الأعمال التي تتعلق بالنشاط الرياضي والتي يؤديها خريجو كليات التربية الرياضية في مجالات العمل المتاحة لهم بالمجتمع، مثل المدارس و الجامعات والمؤسسات الاجتماعية والهيئات الحكومية والنوادي الرياضية ووسائل الإعلام المختلفة والذي ينعكس أثره على تنمية أفرادهم وإعدادهم للحياة بدنيا وعقليا واجتماعيا ونفسيا " .

وتوضح "لومبكين" أن المهنة تتصف بعدد من الركائز التي تتأسس عليها، فالمهنة تتطلب فترة ممتدة متصلة من الأعداد والتدريب، كما تتطلب قدرا مناسباً من الكفايات العقلية والمعرفة وفضلاً عن المهارات والخبرات ،وأيضاً تتطلب المهنة توفير الاتصال بين الأعضاء الممارسين لها، كما تتصف المهنة بتقديم خدمات متميزة ذات طبيعة خاصة ينظمها المجتمع وتحتاج المهنة إلى مشاركة بعض المهن الأخرى المرتبطة بها، بحيث يتم التعاون والتنسيق فيما بينها لتقديم خدمات أفضل للمجتمع.<sup>2</sup> 7-2 نشأة مهنة التربية البدنية والرياضية:

<sup>1</sup> - الأبحر محمد عاطف: قياس التوافق المهني المدرسي التربية الرياضية، ط1، دار الإصلاح، القاهرة 1984، ص79

<sup>2</sup> - نوال إبراهيم ، ميرفت خفاجة: طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية، ط1، ج2، مكتبة الإشعاع، القاهرة 2002، ص 26

في الوقت الذي تواجه فيه مهنة التربية البدنية والرياضية في العالم العربي عصرا يتسم بالتوسع في مجالاتها وتخصصها على نحو ما حدث في العالم العربي وأمريكا، فإنها ما زالت تعاني من العديد من المشكلات التي تقف كحجرة عثرة تعترض سبل توطيد أركانها المهنية في مختلف أرجاء الوطن العربي. وفي أول ظهور للتربية البدنية والرياضية كمهنة مستقلة بذاتها كان في الفترة ما بين الحرب العالمية الأولى والثانية. ولعل إيراد مراحل بزوغ المهنة في أمريكا الشمالية والتي عمد " زيجلر " أن بزوغ شمس التربية البدنية كمهنة ربما تحددت ملامحها في أعقاب تعيين أساتذة جامعيين في عدد من الجامعات والكليات الأمريكية، ولقد صادف تعيين " هيشكوك " كأستاذ الصحة والتربية البدنية في كلية " أمهرست " نجاحا كبيرا بعد أن طور برنامجا جيدا للتربية البدنية ولكن الأمر الأكثر أهمية أن " هيشكوك " استطاع التمييز بين برنامجه وبين برنامج المنافسة الرياضية، فقد جاهد في سبيل توضيح ذلك بالأدلة الواضحة، ولقد استخلص الباحثون " سبيسر، سواسن " أن فترة ما بين الحربين العالمية الأولى والثانية حيث أصبحت الرياضة، التمرينات الرياضية، الرقص، النشاط الرياضي، من النظام التربوي الأمريكي.<sup>1</sup>

ولقد أكد " زيجلر " على الجذور المبكرة للتربية البدنية اتخذت وسائل وطرق عديدة مختلفة وذات تفاصيل معقدة غير الجمباز والتمرينات التي امتدت وتوسعت فتضمنت الرياضة، الرقص ويعقب " زيجلر " انه من الأمانة أن نذكر أن جل اهتمام رجال التربية البدنية قد تمركز في برنامج التربية البدنية والرياضية، بينما كان اهتمام سيدات المهنة تتمركز حول الرياضة، الرقص، وميكانيك الجسم والقوام، ثم في ما بعد حول التربية الحركية وعن البدائل المهنية الحديثة، ففي التربية البدنية

أشارت " ليزلي وبولمان " في أطروحتها أن التخصصات التي يطلقه عليها حديثة في المجال مثل إخضاع اللياقة البدنية، المدرب الرياضي، أخصائي وظائف أعضاء التمرينات، إنما هي تخصصات معروفة من قبل ولكن اعتبارات سوق العمل التي كانت تحدد سعة وحجم انتشارها .

<sup>1</sup> - امين انور الخولي : مرجع سابق ذكره، ص27

**3-3-7 التخصصات و المهن المتعلقة بالتربية البدنية:**

**7-3-1 مدرس التربية البدنية و الرياضية :** يعتبر أستاذ التربية البدنية و الرياضية عاملاً ضرورياً في العملية التعليمية البيدغوجية لأنه صاحب الدور الرئيسي في عملية التعليم و التعلم فيعرفه دولست «بأنه عبارة عن منظم لنشاطات تكوين التلميذ، عمله مستمر و منهجي يوجه عملية التكوين و يراقب النتائج، أي يحقق التوازن بين الأهداف المحددة لدوره»

كما يعرفه فايز مراد « بأنه العمود الفقري الذي لا غنى عنه في إنجاز العملية التربوية و صياغتها الصياغة المناسبة للتلاميذ و الطلاب».

كما يعتبر أهم عنصر في العملية التعليمية إذ يقع عليه العبء الأكبر في تربية النشئ و تهيئتهم للحياة المستقبلية و هو المسؤول عن توجيه الأداء و تحقيق الأهداف التربوية التي رسمها المجتمع في المدرسة كما أنه يؤثر على التلميذ بأقواله بأفعاله و مظهره .

و لا شك أن الوجه الذي تظهر به الدولة خيراً أو شراً، تقدماً أو انحطاطاً هو من صنع المدرس و ذلك من خلال الأثر الذي تركه على التلاميذ خلال التدريس كما أنه مهما كانت العملية التربوية فإنها لا تعني شيئاً إذ خلا ميدانها من المدرس الكفاء القادر على تحمل تبعاتها و القيام بأداء متطلباتها<sup>1</sup>

ولا أحد يستطيع أن ينكر الدور الذي يلعبه الأستاذ في حياة التلميذ في المدرسة، فهو يزرع المثل العليا في تلاميذه و هو القدوة أمامهم. و قديماً قال "سيشرون" إن طريق النصح الإرشاد في التربية والتعليم طويل، أما القدوة والمثل الصالح فطريقها قصير و سريع التأثير.<sup>2</sup>

بالإضافة إلى ذلك يحاول الأستاذ تمكين التلاميذ من الحصول على العادات الصالحة وإتقان المهارات و بعبارة أخرى تمكين التلميذ من أن يلائم بين نفسه و بين البيئة التي يعيش فيها من الناحية المادية و الاجتماعية.<sup>3</sup>

**3-3-2 المتخصص في التدريب الرياضي:**

<sup>1</sup> - فايز مراد دندش: اتجاهات جديدة في المنهاج و طرق التدريس، دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر، الطبعة الأولى، مصر، 2003، ص101-105

<sup>2</sup> - فهمي توفيق مقبل: النشاط المدرسي، دار الميسرة، بيروت، 1978، ص167

<sup>3</sup> - عبد العزيز صالح: التربية و طرق التدريس، دار المعارف، مصر، 1984، ص159

و هنا يعمل المدرب الرياضي على تطبيق مجموعة من العمليات و التي يكون هدفها النهائي إعداد الفرد للوصول إلى أعلى مستوى رياضي تسمح به قدراته و استعداداته وإمكاناته وذلك في نوع النشاط الرياضي الذي يتخصص فيه والذي يمارسه بمحض إرادته.<sup>1</sup>

و المدرب الرياضي ليس مهمته فقط إعطاء التمارين فحسب بل هو رجل تربوي أيضا، لذا نرى أن استخدام هذه الكلمة في وقتنا الحالي واسع من جهة وضيق من جهة أخرى ، عندما نقول تدريب رياضي لا بد من معرفة أن التدريب يأخذ كل شكل من أشكال التمارين الخاصة في الياقة البدنية ويدخل هنا تمارين للصحة و تمارين علاجية ، وهذا هو المفهوم الواسع للتدريب أما من الجانب الآخر (الضيق) فيكون إعطاء أهمية خاصة لإعداد الرياضيين للوصول إلى المستوى رياضي متقدم<sup>2</sup>

وقد أشار كل من أبراهام وكولنز إلى أن هناك العديد من المتشابهات بين التعليم والتدريب، ويذهبان إلى أن المعلم هو شخص يقوم بقيادة وتأليف إخراج أنشطة التعلم وإحداث مناخ اجتماعي أثناء تشخيص وإعادة تشكيل أداء اللاعب ، وهذه كلها أفعال تعكس دور المدرب أيضا. وقد استحوذ التدريب الرياضي في هذه السنوات بصورة مضطردة على مكانه كعلم أكاديمي ، وأصبح لا يقتصر تناوله في برامج المرحلة الجامعية فحسب، بل نالت دراسات وأبحاث التدريب الرياضي اهتمام متزايدا في برنامج الدراسات العليا في العديد من الأوساط العلمية.<sup>3</sup>

كما يتعامل التدريب الرياضي مع كائن بشري له خصائصه البيولوجية والنفسية والبدنية والاجتماعية ، ولهذا فهو يتأسس على المبادئ ونظريات العلمية المختلفة عند تنمية البناء البدني وتطوير الخصائص الحركية ، فهو يرتبط بالعلوم الاجتماعية (علم النفس، علم الاجتماع، إدارة ، اقتصاد، سياسة) والعلوم الطبية (تشريح - بيولوجي - فيزيولوجي - إصابات.....) وعلوم الحركة (بيوميكانيك)، وعلوم تربوية (تربية - طرق وأساليب علمية تكنولوجيا في التعليم والتدريب).

<sup>1</sup> - مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث " تخطيط وتطبيق وقيادة" دار الفكر العربي، القاهرة، 2001، ص 21.

<sup>2</sup> - كمال جميل الرضوي: التدريب الرياضي للقرن الواحد والعشرين، ط1، دار وائل للنشر والتوزيع، مصر، 2004، ص9 .

<sup>3</sup> - نبيلة أحمد: منظومة التدريب الرياضي، ط1، دار الفكر العربي، مصر ، 2003، ص 31 .

و حت يحقق المدرب الرياضي أهداف عملية التدريب الرياضي بصفة عامة من خلال جانبين أساسيين على مستوى واحد من الأهمية ، هما الجانب التدريب و الجانب التربوي ، و يطلق عليهما واجبات التدريب الرياضي، فالأول يهدف إلى اكتساب و تطوير القدرات البدنية و المهارية و الخططية و المعرفية، أو الخيارات الضرورية للاعب في النشاط الرياضي الممارس و الثاني يتعلق في المقام الأول بإيديولوجية المجتمع و يهتم بتكميل الصفات الضرورية للأفعال الرياضية معنويا و إراديا ، و يهتم بتحسين التذوق و التقدير و تطوير الدوافع و حاجات و ميول الممارس و اكتسابه السمات الخلقية و الإرادية الحميدة كالروح الرياضية وحب الوطن و المثابرة و ضبط النفس و الشجاعة..... إلخ و ذلك من خلال المنافسات<sup>1</sup>

**3-3-7 الأخصائي النفسي الرياضي:** تتضمن هذه الفئة الأشخاص الذين لديهم خلفية علمية متسعة في مجال العلوم الرياضية والنشاط البدني ، إضافة إلى دراسات مكثفة في بعض فروع علم النفس مثل علم النفس الرياضي و علم النفس الإرشادي... إلخ. و يتركز دوره في جانبين أساسيين هما:

- تعليم و اكتساب اللاعبين المفاهيم التربوية و النفسية الصحيحة.
- تعليم و اكتساب اللاعبين المهارات النفسية المتعددة مثل (الاسترخاء-التركيز-الانتباه – التصور العقلي).<sup>2</sup>

و قد يتجه الأخصائي النفسي إلى البحث في الرياضة ، حيث يساهم في تطور علم النفس الرياضي باعتباره أحد فروع العلوم الإنسانية على استمرار النمو المعرفي من خلال إجراء الدراسات و البحوث لتدعيم البنية المعرفية ل مواجهة المشاكل التطبيقية و إيجاد الحلول لها، و ذلك حتى يحظى بالمزيد من الاعتراف و التقدير له .

بالإضافة إلى المهام السابقة للمتخصص في المجال النفسي الرياضي فان هناك من يعتمد إلى الاتجاه نحو العمل في الأندية النخبوية كمحضر نفسي حيث يعتبر الإعداد النفسي بأنه عملية تربوية تحت نطاق الممارسة الإيجابية للاعبين بهدف خلق و تنمية الدوافع و

<sup>1</sup> - أمر الله أحمد البساطي: أسس و قواعد التدريب الرياضي، منشأة المعارف ، الإسكندرية، ط1، 1998، ص4-5.

<sup>2</sup> - محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي، ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، مصر ، 1997 ، ص 207

الاتجاهات والثقة بالنفس والإدراك المعرفي والانفعالي والعمل على تشكيل وتطوير السمات الإدارية بالإضافة إلى التوجيه والإرشاد التربوي والنفسي للاعبين.

و يشير "فورينوف" إلى أن التحضير النفسي هو عبارة عن مجموعة مراحل ، وسائل ومناهج التي من خلالها يصبح الرياضي مستعدا نفسيا ودائما حسب فورينوف ، نجد أن التشخيص السيكولوجي كان دائما ينظر إليه وكأنه جزء من التحضير النفسي، وهذا الأمر في الحقيقة غير صحيح، ذلك أن التحضير بهذه الصفة يمثل جملة من التأثيرات التي تؤثر على الرياضي الذي تؤخذ منه المعلومات التي تأتي من المحيط الرياضي. ويرى **ماراك لافاك** أنه يجب الاهتمام بالتحضير النفسي إذ هو عبارة عن وحدة موحدة من الطرق المباشرة أو الغير مباشرة متمكنة من تحسين القدرات النفسية للرياضي.<sup>1</sup>

**7-3-4 المتخصص بالأنشطة الحركية المكيفة:** يعد ممارر التخصص في مجال رياضة المعاقين من الاختصاصات الأكثر صعوبة في مجال التربية البدنية و الرياضية و ذلك بحكم الفئة التي يمارس معها النشاط الرياضي حيث إن للنشاط الرياضي تأثير ايجابي على اندماج وإعادة تأهيل المعاق وتقبله في المجتمع من خلال تحسيس الجمهور بان المعاق يستطيع ممارسة النشاط الرياضي بميزات الرياضي العادي من الدقة والتركيز والتحكم في النفس ، و بمتعة واندفاع كبيرين دون إي عقدة ، وانه بواسطة الإرادة والرغبة والتدريب المستمر يستطيع المعاقين تحقيق نتائج مذهلة في مختلف الاختصاصات تجلب الفرح والسعادة للآخرين .

هذه القيمة للنشاط البدني والرياضي المكيف تفتح لنا إمكانيات دراسته على مستوى الأطفال المعاقين والآفاق التي يمكن تسطيرها في هذا المجال ،إن أهداف النشاط البدني الرياضي للمعاقين ينبع أساسا من الأهداف العامة للنشاط الرياضي من حيث تحقيق النمو العضوي والعصبي والبدني والنفسي والاجتماعي ، حيث أوضحت الدراسات إن احتياجات الفرد المعاق لا تختلف عن احتياجات الفرد العادي ، فهو كذلك يريد أن يسبح ، يرمي يقفز ..<sup>2</sup>

<sup>1</sup> -- Philippe More: Psychologie Sportive, Ed Mossen, Paris ,1992,P12

<sup>2</sup> -احمد بوسكرة: النشاط البدني الرياضي المكيف لدى الأطفال المتخلفين عقليا في المراكز الطبية البيداغوجية،رسالة دكتوراه غير منشورة،جامعة الجزائر،2008،ص97

يشير انارينو وآخرون "إن كل ما يحتويه البرنامج العادي ملائم للفرد المعاق ، ولكن يجب وضع حدود معينة لمستويات الممارسة والمشاركة في البرنامج تلائم إصابة أو نقاط ضعف الفرد المعاق" <sup>1</sup>

- تعريف حلمي إبراهيم ليلي السيد فرحات : يعني الرياضات والألعاب والبرامج التي يتم تعديلها لتلائم حالات الإعاقة وفقا لنوعها وشدتها ,ويتم ذلك وفقا لاهتمامات الأشخاص غير القادرين وفي حدود قدراتهم<sup>2</sup>.

- تعريف ستور(stor): نعني به كل الحركات والتمرينات وكل الرياضات التي يتم ممارستها من طرف أشخاص محدودين في قدراتهم من الناحية البدنية ,النفسية ,العقلية ,وذلك بسبب أو بفعل تلف أو إصابة من بعض الوظائف الجسمية الكبرى<sup>3</sup>.  
بالنشاط البدني الرياضي المكيف في هذه الدراسة هو مجموع الأنشطة الرياضية المختلفة والمتعددة والتي تشمل التمارين والألعاب الرياضية التي يتم تعديلها وتكييفها مع حالات الإعاقة ونوعها وشدتها ,بحيث تتماشى مع قدراتها البدنية والاجتماعية<sup>4</sup>.

**7-3-5المسير الرياضي:** يهتم المتخصص في الإدارة و التسيير الرياضي بالأمر الإداري و الخاصة بالرياضة حيث تعتبر الإدارة هي العمود الفقري لأي عمل رياضي يرجى له النجاح ،حيث إن الإدارة تهدف إلى تحقيق أغراض محددة مسبقا بأقل قدر من الجهد و في أسرع وقت و بأقل تكلفة ،فان الهيئات الرياضية (الجنة الاولمبية ،الاتحادات الرياضية، الأندية ، مراكز الشباب ، المناطق الرياضية، مديريات و إدارات الشباب و الرياضية يعزى إلى نجاح الإدارة و أيضا يعزى فشل هذه المؤسسات إلى فشل الإدارة<sup>5</sup>  
كما يعتبر التنظيم هو الأساس للعملية الإدارية ككل حيث يحدد الوظائف التنظيمية لجميع مستويات من أعلاها حتى حتى المستوى التنفيذي<sup>6</sup>

<sup>1</sup> - محمد الحماحي ، امين انور الخولي : اسس بناء برامج التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1990 ، ص 194

<sup>2</sup> - حلمي إبراهيم: التربية الرياضية والترويج للمعاقين ، دار الفكر العربي ، ط1 ، القاهرة ، 1998 ، ص 223

<sup>3</sup> - A.stor:U.C.L:ET Outer activité physique et sportives adaptées pour personne handicapes mentale :print marketing sprl, belgique ,1993,p10

<sup>4</sup> - أحمد بوسكرة :مرجع سابق ذكره،ص95

<sup>5</sup> - جمال محمد علي:التنمية الادارية في الادارة الرياضية و الادارة العامة،ط1،مركز الكتاب للنشر،القاهرة،2008،ص9

<sup>6</sup> عبد الحميد شرف:التنظيم في التربية الرياضية بين النظرية و التطبيق،ط1،مركز الكتاب للنشر،القاهرة،1997،ص14

و تتمثل مشكلات الإدارة الرياضية الحديثة في مشكلات و عقبات تتعلق بعناصر العملية الإدارية من تخطيط، تنظيم، توجيه رقابة<sup>1</sup>

## 8- المعايير المهنية في التربية البدنية والرياضية :

### أ. الكفاية المهنية الخاصة:

بأنهم يشتهون بدائرة داخلية من المتخصصين الذين يفهمون أسرار العمل المهني ودقائقه وتقتصر فنياته وأساليبه عليهم وهذا ما يجعلهم يشعرون بجاذبية الانتماء للمهنة، ويرجع هذا إلى إحساسهم بالتميز عما سواهم خارج المجال المهني، ولذلك فإنهم يعمدون إلى مقاومة الدخلاء على المهنة ويلجئون إلى تكتم المعارف والمهارات والخبرات، بحيث تقتصر عليهم فهم يجاهدون في عدم تقديم أي أساس معرفي للغرباء يمكنهم من الحكم به عليهم ويخول لهم الاستغناء به عنهم

وتحقق التربية البدنية كمهنة من المعيار إلى حد كبير، فالمهني الرياضي يمتلك كفاية مهنية خاصة بغض النظر عن نوع التخصص المهني، فالمدرس يقوم بواجباته التربوية مستعينا بالمعارف والمهارات والاتجاهات التي تمكنه من أداء هذه الواجبات بأرفع مستوى مهني، والتي اكتسبها خلال مرحلة الإعداد المهني الرسمي، ويسري هذا بالطبع على سائر التخصصات كالمدرّب، والمشرف الرياضي، والإداري الرياضي وإحصائي اللياقة البدنية... الخ. ولكن الوضع المهني للتربية البدنية والرياضية في العالم العربي ليس يمثل هذه الصورة البراقة وخاصة فيما يتصل بالكفاية المهنية الخاصة، فلقد تسربت عناصر مدعية و دخيلة على المهنة واحترفت العمل الرياضي، وخاصة في المجالات، الوضع غير المدرسي كالتدريب الرياضي، والإدارة الرياضية وبالطبع كان هذا في غيبة الإعداد المهني الرسمي المتمثل في أقسام وكليات التربية البدنية والرياضية

<sup>1</sup> - جما محمد علي: مرجع سابق ذكره، ص10

وقد يكون هؤلاء من الرياضيين السابقين، وبالرغم من إيماننا بأن مدرس التربية الفنية ينبغي أن يكون فنانا وأن المدرب الرياضي ينبغي أن يكون رياضيا، ولكننا في هذا السياق نتعامل مع معايير الحرفة وليس مع معايير المهنة التي تعتبر الكفاية المهنية الخاصة بالمدرّب والتي تتمثل في البصيرة النظرية والمعارف العلمية أساسا للعمل المهني ولا يكتفي بتاريخه كرياضي سابق<sup>1</sup>

**ب. البصيرة النظرية:** تتصف المهنة الراسخة القوية بتوفير بنية معلوماتية و هي بنية متماسكة و مترابطة من المفاهيم والقواعد والمبادئ والحقائق والنظريات، والتي تتواجد في أطر وأشكال متنوعة من كتب ومراجع وبحوث ودراسات ومراجعات وموسوعات وترجمات و معاجم وشرائط... الخ من وسائل استرجاع المعلومات.

ويؤكد "فينكس" على أهمية البصيرة النظرية مشيرا إلى أن الكفاية المهنية الخاصة لا تستطيع أن تحول الفرد العادي إلى فرد مهني، بدليل وجود حرفيين مهرة لديهم قدرات ومهارات قد تكون رفيعة المستوى أو حتى سرية أو معقدة ذلك لأن للمهنة ميزة أخرى<sup>2</sup> مهمة هذه البصيرة النظرية والتي تعني الفهم العقلي للطرق والكيفيات والأسباب التي تكمن وراء تأدية وظيفة معينة، فالميكانيكي الماهر يعرف طريقة فك، تركيب الأدلة، وكذلك طريقة إصلاحها من خلال الرجوع إلى كتاب التعليمات أو الإرشادات أو نتيجة شرح سابق له، لكنه في الواقع بهذا الإصلاح دون فهم تفسيري (نظري) لما يقوم به هذا ما يميز مهنة المهندس عن حرفة الميكانيكي والتي يطلق عليها البصيرة النظرية. وفي المجال المهني للتربية البدنية والرياضية وقد أنجز عدد كبير من باحثيها ومفكريها وأساتذتها كما كبيرا من البحوث والمؤلفات والدراسات والمقالات فضلا عن الأطروحات والرسائل العلمية (ماجستير ودكتوراه) والتي أنجزها طلاب الدراسات العليا بحيث تستخدم هذه الأطروحات المعلوماتية في تثقيف وتعليم أبناء المهنة ولقد تركزت هذه الجهود في عدد قليل من الدول العربية لعل أبرزها مصر، العراق، الأردن، تونس، مما

<sup>1</sup> - أمين أنور الخولي مرجع سابق ذكره، ص32

<sup>2</sup> - محمد الحماحي: أصول اللعب والتربية الرياضية والرياضة، مطبوعات نادي مكة الثقافي، مكة المكرمة، 1986، ص48

يجعل صور الأنشطة النظرية والبحثية مخلخلة في عدد كبير من الدول العربية إذا ما نظرنا إليها بشكل عام.

وفي مجالات العمل المهني، يحتاج الرياضي إلى البصيرة النظرية احتياجا كبيرا فالمدرّب الرياضي الذي يعمل في مجال التدريب دون إعداد مهني متخصص كأن يكون لاعبا معتزلا لا يعتبر مهني بل حرفي، لأنه غالبا ما يتبع نفس خطوات مدرّبه القديم أو يكون مقلدا ما يراه من أساليب وأداء المدرّبين على أفضل تقدير فيقلدهم دون وعي أو بصيرة، كما يسقط الأمر في يديه إذا تعلق الأمر بمشكلات نفسية أو اجتماعية ناهيك عن المشكلات الفيزيولوجية للاعبين.

### ج. الاحتراف وخدمة المجتمع:

في المجتمع ارتفعت مكانة العضو في هذه المهنة والعكس صحيح، وترتفع مكانة المهنة في المجتمع في ضوء الأدوار التي يحترف تقديمها عضو المهنة من حيث أهميتها وحيويتها ومدى نفعها على المستوى الإنساني والمجتمعي.

ويشير "فينكس" إلى أن المهني يتميز عن الهاوي بأنه محترف، يعني تقاضي أجر نظير القيام بعمل ما والمهنة الممتازة يقبل عليها أعضائها على أساس أنها مريحة تؤمن للفرد حياته على المستوى المادي والاجتماعي فهي أكثر من كونها مجرد وظيفة لها مقابل مادي، بل هي عمل يميز الفرد المزاول للمهنة على المستوى الشخصي والاجتماعي، فعلى المستوى الشخصي تتحقق أهدافه في الحياة من خلال هذه المهنة، أما على المستوى الاجتماعي فالفرد لا ينظر إلى نشاطه المهني على أنه مجرد ترويح وإشباع لميوله المهني وإنما أيضا على أساس أنه عمل يوفي به التزاماته واحتياجاته المعيشية<sup>1</sup>

### د. تفضيلات ومزايا تمنح لبعض العملاء دون الآخرين:

وهو أمر واضح بجلاء في عضوية الهيئات الرياضية كمشراء تذاكر المباريات وجماعات المشجعين وتخفيض الاشتراكات... الخ.

**و. دستور للسلوك مدعم بقرارات غير رسمية:**

وهو أمر معروف في الرياضة ويتمثل في قواعد اللعب وأدابه فيما يعرف بالروح الرياضية واللعب النظيف.

**ي. تواجد معنى كالمرتبة أو الدرجة:**

وهو مفهوم موجود في أي مهنة كما هو موجود في الرياضة، ولكن للأسف ليس على أساس الأداء على حد تعبير "كينيون"، وقد أوصى "كينيون" بإجراء المزيد من الدراسات لأن هناك تحفظا بخصوص التباينات الموجودة بين الأنواع المختلفة للرياضة، وأيضا وضع مكانة الرياضة كنظام اجتماعي. ومن الواضح أن الأفكار التي اعتمد عليها "كينيون" أنها تعبر عن معايير الحرفة أكثر مما تعبر معايير المهنة، فهي دراسة عن الحرف والأدوار الرياضية بشكل عام.

وفي المجال المهني للتربية والرياضة يقدم عضو المهنة خدمات نافعة ومهمة لمجتمعه، وفي مختلف التخصصات المهنية الرياضية، فاللياقة البدنية والمهارة الحركية أصبحتا مطلبا اجتماعيا له أبعاده التربوية والسياسية العقائدية والأمنية والإنتاجية والخدمية.

وفي التدريب الرياضي على سبيل المثال استخلص "علاوة" من خلال استعراضه لنظم التدريب الرياضي عبر التاريخ أنه قد احتل مكانا بارزا كأحد أهم وسائل التربية المتزنة للفرد، وكأسلوب للإعداد الجيوش أو المساهمة في المهرجانات الرياضية والألعاب الأولمبية.

وعالم اجتماع الرياضة "لوشن" ما أطلق عليه مدخل "الحرية في تحليل الأدوار الرياضية" والذي أوضح من خلاله أن هناك مهنا مختلفة تعمل في إطار الرياضة، والتي تبدأ بالرياضي المحترف مرورا بالمدرّب الرياضي، الصحفي الرياضي، الإداري، مدرس الرياضة، باحث الرياضة، عالم الرياضة... الخ. وهي كلها مهن يمكن تحليلها في ضوء هذا المدخل على النحو التالي:

◆ السياق البنائي للمهنة.

◆ إمكانية الحراك الاجتماعي داخلها.

◆ المكافآت أو العائد المادي كمحترف.

◆ علاقتها بالتنشئة الاجتماعية.

## 9- خصائص المهني في مجال التربية البدنية و الرياضية:

### • الخصائص المعرفية:

أ. **الإعداد المهني الأكاديمي:** و يتجلى ذلك في القدرة العقلية و العامة للمدرس ومهارته الخاصة لإعداد مادته المتخصص فيها و تنفيذها، و قدرته على حل المشكلات و مستوى تحصيله الأكاديمي ومعلوماته عن النمو و التعليم و العلاقة بينهما.

ب. **اتساع المعرفة و الاهتمامات:** و يتجلى ذلك في تنوع اهتمامات المدرس إلى جانب مادة تخصصه في الجوانب الاجتماعية والأدبية والعلمية، بالإضافة إلى استطلاع الواسع في الميادين الأخرى بمجال تخصصه.

ج. **المعلومات المتوفرة للمدرس عن طلابه:** و يتجلى ذلك في معرفة المدرس العميقة لطلابه وميولهم واتجاهاتهم و معرفة ظروفهم الثقافية و الاقتصادية و الاجتماعية، كل هذه الأمور تجعله أكثر فعالية و تجعل تواصله و تعامله معهم مثمرا.

د. **خصائص تتعلق بأساليب التدريس :** إن الكشف عن القدرات الحقيقية و التفكير السليم للطلاب ، يتطلب من المدرس اشتراك تلاميذه و إرشادهم إلى أفضل الطرق العلمية التي تؤدي إلى إظهار هذه القدرات<sup>1</sup>

هـ. **الخصائص الشخصية :** يتفق جميع المرين على أن شخصية المدرس من أهم عوامل نجاحه في مهنته. و يقول أحد مفكري التربية أن القيمة العظمى للمعلم لا تكمن في الطريقة العادية لتأدية واجباته، و لكنها كامنة في قدراته على القيادة ، و قدرته على الإتحاد لأبنائه عن طريق التأثير بشخصيته العقلية و الخلقية و عن طريق قدوته الحسنة.<sup>2</sup>

و تتمثل خصائص الشخصية في :

<sup>1</sup> - نشواني عبد الحميد: علم النفس التربوي، ط2، دار الفرقان، الأردن، 1985، ص233

<sup>2</sup> - صالح عبد العزيز: التربية وطرق التدريس، ط3، القاهرة، 1965، ص447

- **الاتزان و الدفاء و المودة :** هناك دراسات تشير إلى أن تلاميذ المعلمين المتصفين بالاتزان الانفعالي يظهرون مستوى من المن الانفعالي و الصحة النفسية أعلى من المستوى الذي يظهره تلاميذ المعلمين المتصفين بعدم الاتزان ، و تؤكد دراسات أخرى على أهمية السلوك الودي للمعلم و أثره على تعلم التلاميذ حيث أظهرت هذه الدراسة أن التلاميذ الذين يتولى تعليمهم معلمين عقابيين يظهرون سلوكا عدوانيا، و المدرس لا بد أن يتصف بالتعاون والتعاطف والتسامح أمام تلاميذه خاصة المراهقين.

- **الحماس:** لقد بينت عدة دراسات أن الطلاب أكثر استجابة نحو المعلمين المتحمسين ونحو المواد التي تقدم لهم على نحو الحماس ، فحماس المعلم كصفة شخصية تؤثر في عملية التعليم وتساهم في تباين الطلاب من حيث اتجاهاتهم نحو المادة .

- **الإنسانية:** يمكن القول أن المعلم الفعال هو المعلم (الإنسان) الذي يتصف بما تنطوي عليه الكلمة من معنى، أن المعلم الإنسان هو المعلم القادر على التواصل مع الآخرين المتعاطف، الودود، الصادق، المتحمس، المرح، الديمقراطي، المتفتح، القابل للنقد والمتقبل للآخرين.

كما على المدرس أن يتميز بالأصل والثقة في النفس، فالأستاذ يجب أن يكون قوي الأصل في نجاحه في مهمته، وأن يكون بعيد التصورات وواسع الآفاق في تخيله للتلاميذ، وأن يكون محبا لعمله جادا مخلصا له ،يجب أن يكون مبدعا في عمله لدرجة انه يستطيع أن يدخل الفن في درسه.

- **الخصائص الجسمية:** لا يستطيع الأستاذ القيام بمهمته على أكمل وجه إلا إذا توفرت فيه الخصائص الجسمية و هي:

- تمتعه بلياقة بدنية كافية تمكنه بأية حركة أثناء عمله.

- القوام الجسمي المقبول عند العامة من الأشخاص خاصة التلاميذ، فالأستاذ يجب أن يراعي دائما صورته التي لها اثر اجتماعي.

- أن يكون دائم النشاط فالمعلم الكسول يهمل عمله، ولا يجهد ولا يجد من الحيوية وبحركة القيام بها.

- أن يكون حسن الزي ، نظيف المظهر، فالمعلم نموذج تلاميذه ، فعليه أن يكون في مستوى هذا النموذج.

- أن يكون خاليا من العاهات الجسمية كالصم ، البكم ، لأنه لا يستطيع توصيل رسالته للتلاميذ بأية صورة من الصور<sup>1</sup>

### - الخصائص الخلقية:

◆ يجب أن يتحلى المعلم بالأمانة و الصبر و العطف و التحمل ، و أن يكون مخلصا في عمله ، و صادقا في أقواله و أفعاله ، و متعاوننا مع الجميع ، و يمتلك القدرة على تحمل المسؤولية<sup>2</sup>

◆ الحزم و الكياسة فلا يكون ضيق الخلق، قليل التصرف، سريع الغضب، يفقد بذلك إشرافه على التلاميذ و احترامهم له.

◆ أن يكون طبيعيا في سلوكه مع تلاميذه و زملائه، غير متكلف.

أن يكون محترما لدينه و تقاليده القومية، لأنه من الخطورة أن يقوم المدرس بتلقي تلاميذه الأفكار الغربية الشاذة و الدفاع عنها و لو على أنها آراء شخصية له<sup>3</sup>.

● **الخصائص المهنية:** حيث يتطلب من الأستاذ أن يمتلك القدرة على عرض الأفكار بطريقة سهلة و واضحة و جذابة في نفس الوقت، بفضل إمكانياته الشخصية و إلمامه بالمبادئ و الأسس التي تتصل بعملية التعلم ، وكذلك يتم بالمساندة العلمية و المهنية التي يتحصل عليها من خلال برامج الإعداد المهني للمعلمين ، كذلك يجب على الأستاذ أن يحسن استخدام الوسائل المعينة في الحصة و توظيفها في تحقيق الهدف المنشود<sup>4</sup>

### ● الخصائص العقلية :

<sup>1</sup> - عبد العزيز صالح، مرجع سابق ذكره، ص160

<sup>2</sup> - محمد سعد زغلول، و آخرون: تكنولوجيا إعداد معلم التربية الرياضية، مطبعة الإشعاع الفنية، ط1، 2001، ص19

<sup>3</sup> - عبد الله نجيب سالم: المراهقون، ظاهرة الانحراف، أسبابها وعلاجها، دار ابن حزم للطباعة، لبنان، د.ت، ص171.

<sup>4</sup> - المبروك عثمان أحمد و زملائه: طرق التدريس وفق المناهج الحديثة، ط2، طرابلس، 1990، ص20

● الذكاء: فالمدرس لا بد أن يصل إلى مستوى خاص في التحصيل العلمي، لأن المدرس على صلة دائمة بالتلاميذ و مشكلاتهم.

◆ الإمامه بمادته ، و بما يجد فيها من نظريات ، فضعف المدرس في مادته يجعله يقصر في تحصيل التلاميذ لها ، و يعرضهم للخطأ فيها ، ثم إن هذا الضعف يززع ثقة التلاميذ فيه ، و قد يصرفهم عنه فيسقط في نظرهم ، و أثر ذلك في نفسه ارتباك و شعور بمركب النقص ، و يستحيل في مثل هذه الحالة أن يقوم بعمله و خير للأستاذ أن يعترف بأنه يجهل ما يفعله من أن يعطي للتلاميذ معلومات خاطئة على أنها صحيحة ، والإمام بالمادة لا يكفي ما لم يحط المدرس علما بنفسية التلاميذ وعقليتهم وميولهم واستعداداتهم ومراحل نموهم فهو موجه و مرشد.

ويقول "Kerschensteiner" وهو مربى ألماني " تتمثل عبقرية المربي في فهم الخاصيات الذاتية للفرد ، قصد إعانته على تحقيق ذاتيته "

و من أجل هذا جعلت مادة علم النفس أساسية في إعداد المدرس ، و كانت معاهد المعلمين أولى المعاهد التي درست فيها هذه المادة ، و مما يدخل في علم النفس معرفة المدرس بالفروق بين التلاميذ حتى يعامل كل بحسب عقليته الخاصة به، و الحق أن المعلم لا يجد نفسه عن طريق الكتابة والقراءة و حضور الندوات و المؤتمرات و الاتصال بالزملاء والمجتمع، والمعلم لا يلبث أن يصاب بالجمود و أن يسأم عمله و يهمله .

خلاصة:

من خلال ما تم عرضه يظهر الدور الهام الذي تلعبه التربية البدنية و الرياضية في المجتمعات المتحضرة ، و ذلك من خلال الأهداف التي ترمي إليها ، و هذا ما يلقي على عاتق العاملين بهذا المجال باحثين أو أساتذة أو مدربين... مهام اظافية للراقي بالمجال الرياضي إلى أعلى مستوياته ، و هذا لا يتأتى إلا من خلال تكوين لمتخصصين بحسب قواعد و أسس علمية متينة تقوم على البحث العلمي الجاد و المتواصل ، و هنا تبرز دور الجامعة من خلال تكوين موجه لإطارات المستقبل.

# الجانحة التطبيقية

# الفصل الأول :

## الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد.

- 1- منهج الدراسة.
- 2- مجتمع الدراسة.
- 3- عينة الدراسة و خصائصها.
- 4- حدود الدراسة.
- 5- الدراسة الاستطلاعية.
- 6- أدوات الدراسة.
- 7- الطرق الإحصائية.

**تمهيد:**

حتى يصل الباحث إلى نتائج صحيحة و دقيقة فانه يتوجب عليه إتباع خطوات و إجراءات دقيقة و هو الأمر المميز في الأبحاث و الدراسات المعاصرة، اذ لم تعد تعتمد في مجملها على الصدفة و الحظ و العشوائية في العمل و لكن أصبحت تعتمد على أساليب صحيحة و متعارف عليه مما يسهل الوصول إلى أهداف الدراسة بحيث تتجلى أهم الخطوات في العمل الميداني للباحث و ذلك من خلال اختيار منهج مناسب و طرق و أدوات صحيحة، و نحاول من خلال هذا الفصل توضيح هذه الإجراءات الميدانية التي تم القيام بها .

**1- منهج الدراسة :**

إن طبيعة مشكلة الدراسة تقتضي استعمال المنهج الوصفي التحليلي في دراسة متغيرات البحث، لأننا في صدد تقرير لوضع راهن و محاولة الكشف عن الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية و كذلك علاقة كل منها ببعض المتغيرات الأخرى. حيث إن المنهج الوصفي هو " المنهج الذي يبحث عن الأوصاف الدقيقة للعمليات و الظواهر ، ويقوم على تصوير الوضع الراهن و يحدد العلاقات التي توجد بين الظواهر "1

كما يعتمد المنهج الوصفي على جمع البيانات وتصنيفها، ومحاولة تفسيرها وتحليلها من أجل قياس ومعرفة أثر وتأثير العوامل على هذه الظاهرة محل الدراسة، بهدف استخلاص النتائج ومعرفة كيفية الضبط، والتحكم في هذه العوامل<sup>2</sup>.

**2- مجتمع الدراسة:**

يتكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة التربية البدنية و الرياضية الذين يزاولون الدراسة في أقسام التربية البدنية و الرياضية لكل من المركز الجامعي لسوق أهراس و جامعة باجي مختار لولاية عنابة ، و ذلك للسنة الدراسية 2009 - 2010 ، و الذين بلغ عددهم حسب الجداول الأولية للطلبة 1796 طالب و طالبة.

**3- عينة الدراسة و خصائصها:**

إن اختيار العينة من أهم المشكلات التي تواجه الباحث فالنتائج العلمية تتوقف على مدى تمثيل العينة للمجتمع الأصلي و جميع فئاته ، حيث أن العينة هي ذلك الجزء من المجتمع التي يجري اختيارها وفق قواعد وطرق علمية بحيث تمثل المجتمع تمثيلا صحيحا، حيث إن استعمال العينة يوفر الكثير من الوقت و الجهد على الباحث ، و يسهل الوصول الى النتائج بسرعة<sup>3</sup>.

و قد تم اختيار العينة بالطريقة العشوائية حتى تكون هناك فرص متكافئة في الاختيار لأفراد المجتمع الأصلي مع الابتعاد عن التحيز، الذي قد يغير من نتائج الدراسة.

<sup>1</sup> - ديوبولد فاندين: مناهج البحث في التربية و علم النفس، ترجمة نبيل نوفل و آخرون، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، 1986، ص312

<sup>2</sup> - رابح تركي: مناهج البحث في علوم التربية و علم النفس، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر، 1984، ص 23.

<sup>3</sup> - عبد المجيد لطفي، علم الاجتماع، الطبعة السابعة، القاهرة، دار المعارف، 1976، ص 353.

و تتكون عينة البحث من (180) طالباً، و يمكن توضيح خصائص أفراد العينة على ضوء عدد من المتغيرات كالتالي:

**- من حيث الجنس:**

تتكون عينة البحث من (132) ذكور و(48) إناث موزعين على هذا شكل:

**جدول رقم(01): يبين توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس**

الجنس	العدد	النسبة
ذكور	132	%73.33
إناث	48	% 26.67
المجموع	180 طالب	% 100

**- من حيث نظام تكوين:**

تتكون عينة البحث من (98) طالب نظام ل.م.د و(82) طالب نظام كلاسيكي موزعين على هذا شكل:

**جدول رقم(02): يبين توزيع أفراد العينة حسب متغير النظام الاكاديمي في التكوين**

النظام الاكاديمي في التكوين	العدد	النسبة
نظام ل.م.د (LMD)	98	% 54.44
النظام الكلاسيكي (Classique)	82	% 45.56
المجموع	180 طالب	%100

**- من حيث المستوى الدراسي في الجامعة:**

حيث تتوزع عينة الدراسة كالاتي :

**جدول رقم(03): يبين توزيع أفراد العينة حسب متغير المستوى الدراسي في الجامعة**

النسبة	العدد	المستوى الدراسي في الجامعة
20.00 %	36	سنة أولى ل.م.د (L.M.D)
18.33 %	33	سنة ثانية ل.م.د (L.M.D)
16.11 %	29	سنة ثالثة ل.م.د (L.M.D)
13.33 %	24	سنة ثانية كلاسيكي (Classique)
16.67 %	30	سنة ثالثة كلاسيكي (Classique)
15.56 %	28	سنة رابعة كلاسيكي (Classique)
100 %	180 طالب	المجموع

#### 4-حدود الدراسة:

تحدد الدراسة بمجموعة من المحددات يمكن توضيحها في مايلي:

##### أ - الحدود المكانية:

و هي بعض مناطق الشرق الجزائري و التي تتواجد فيها أقسام التربية البدنية و الرياضية التي ستتم عليها الدراسة الميدانية و المتمثلة في مدينة سوق أهراس و مدينة عنابة.

##### ب - الحدود البشرية:

و هم طلبة التربية البدنية و الرياضية لأقسام التربية البدنية و الرياضية لكل من المركز الجامعي لسوق هراس و جامعة عنابة .

##### ج- الحدود الزمنية:

و هي الفترة من تاريخ بداية الدراسة ( السنة الجامعية 2009-2010 )

##### د- الحدود الموضوعية:

هي معرفة مستويات الاغتراب و علاقته بالطمأنينة النفسية من خلال تطبيق المقاييس الخاصة بكل واحدة منها.

#### 5- الدراسة الاستطلاعية:

إن إجراء الدراسة الاستطلاعية يعد أمرا ضروريا في كثير من البحوث، باعتبارها القاعدة الأساسية للبحث الميداني، وتعمل على تعميق المعرفة بالموضوع المراد دراسته،

والكشف عن جوانبه المختلفة، وبالتالي تحدد الإطار العام الذي تجري فيه الدراسة الميدانية. كما هدفت الدراسة الاستطلاعية إلى تحقيق مجموعة من الأغراض يمكن حصرها في ما يلي:

- التأكد من الخصائص السيكومترية للمقاييس (صدق و ثبات المقاييس).
- محاولة التعرف أكثر على مجتمع الدراسة الميدانية.
- تحديد الطريقة المناسبة لجمع المعلومات و اختيار العينة.
- محاولة اكتشاف الصعوبات والعوائق التي يمكن أن تعترض الباحث قبل الشروع في الدراسة الميدانية.

و بعد القيام بهذه الدراسة مع بداية السنة الجامعية 2009-2010 تم التوصل إلى جل هذه النقاط التي اتضحت جليا من خلال عرضنا لهذا الفصل.

## 6- أدوة الدراسة:

### 1-6 مقياس للاغتراب النفسي:

#### 1-1-6 وصف المقياس و طريقة تصحيحه:

و هو أحد المقاييس المستخدمة في قياس الاغتراب النفسي في المرحلة الجامعة و الذي قامت بإعداده سميرة حسن أبكر (1989) من اجل قياس مستوى الاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعات ،حيث يتكون من (105) عبارة موزعة على سبعة أبعاد فرعية ،و التي تمثل مظاهر للاغتراب النفسي حيث كل بعد يشتمل على (15) عبارة ،و مجموعة من العبارات السلبية و الايجابية و ذلك ما يوضحه الجدول التالي :

### جدول رقم (4): يوضح أبعاد مقياس الاغتراب و العبارات الخاصة بكل بعد

عدد العبارات	رقم العبارة (البند)		الابعاد
	العبارات السالبة	العبارات الموجبة	
15 عبارة	92-78-64-57-50-36-15-08-01	99-85-71-43-29-22	1- فقدان الشعور بالانتماء

15 عبارة	86-72-65-58-44-30-23-16-02	100-93-79-51-37-09	2- عدم الالتزام بالمعايير
15 عبارة	101-94-87-80-59-45-24-17-03	73-66-52-38-31-10	3- العجز
15 عبارة	102-88-81-74-60-53-39-32-11	95-67-46-25-18-04	4- عدم الإحساس بالقيمة
15 عبارة	103-82-75-61-54-47-40-19-05	96-89-68-33-26-12	5- فقدان الهدف
15 عبارة	104-97-83-76-69-62-41-34-13	90-55-48-27-20-06	6- فقدان المعنى
15 عبارة	105-98-91-84-77-70-56-28-07	63-49-42-35-21-14	7- مركزية الذات

و بما أن المقياس يتكون من مجموعة من العبارات الموجبة و السالبة ،فان لكل نوع من العبارات سلم في التصحيح مدرج إلى خمس درجات ، و هو ما يوضحه الجدول التالي :

#### جدول رقم(5):بين طريقة تصحيح مقياس الاغتراب النفسي

طريقة الإجابة	موافق تماما	موافق	بين بين	غير موافق	غير موافق تماما
درجات العبارات الموجبة	(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
درجات العبارات السالبة	(5)	(4)	(3)	(2)	(1)

حيث أن الطالب الذي يتحصل على درجات خام عالية دل ذلك على شعور الفرد المتزايد بالاغتراب ،و كلما زاد في احد الأبعاد الفرعية دل ذلك أن شعوره بالاغتراب في ذلك البعد هو المسيطر ،كما يمكن أن يزداد في بعد واحد فرعي أو قد يزداد في عدة أبعاد معا.

#### 2-1-6 الخصائص السيكومترية لمقياس الاغتراب النفسي:

أ- **صدق المقياس:** يعد الصدق من الخصائص المهمة التي يجب الاهتمام بها عند إجراء بحث ما، حيث تعتبر أداة البحث صادقة إذا كانت تقيس الشيء الذي وضعت من أجله، و الصدق من العوامل المهمة التي يجب أن يتأكد منها الباحث عند وضع اختباره<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> - اسس البحث العلمي:مروان ع المجيد،ط1 ،مؤسسة الوراق للنشر، عمان الاردن،2000، ص43

\* **صدق المحكمين:** وتم فيه عرض مقياس الاغتراب النفسي على مجموعة من المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس و الذين بلغ عددهم 07 محكمين ، وذلك لإبداء الرأي في العبارات ومدى وضوحها من حيث مستوى الفهم و خلوها من الغموض، و مدى مناسبتها للبيئة الجزائرية ، و أن البنود تقيس ما و وضعت لأجله وفي ضوء ذلك يتم تعديل العبارة التي يتم الحكم عليها بأنها غير مناسبة.

وقد أسفرت نتائج التحكيم على حصول معظم الفقرات على درجة اتفاق بين المحكمين تزيد عن 80 %، وتبين من خلال ذلك أن معظم عبارات المقياس جيدة، وتحمل صدقا ظاهريا جليا، وملائمة للتطبيق على مجتمع الدراسة.

### \* الصدق الذاتي:

الصدق الذاتي يمكن التوصل إليه إحصائيا وذلك بحساب الجذر التربيعي لمعامل ثبات الاختبار وهو يعد بمثابة الحد الأقصى لما يمكن أن يصل إليه معامل صدق الاختبار.<sup>1</sup>

و في هذه الدراسة فلقد سجلنا معامل صدق ذاتي لمقياس الاغتراب النفسي يقدر بـ 0.954 و هو ما يدل على ان المقياس صادق بدرجة كبيرة.

### \* صدق الاتساق الداخلي:

و يمكن التوصل إليه من خلال إيجاد معاملات الارتباط بين كل بعد و الدرجة الكلية للمقياس، و هو ما يبينه الجدول التالي:

جدول رقم (6): معاملات صدق الاتساق الداخلي لمقياس الاغتراب النفسي

الابعاد	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية عند مستوى 0.05
1- فقدان الشعور بالانتماء	0.886	دال احصائيا
2- عدم الالتزام بالمعايير	0.715	دال احصائيا
3- العجز	0.859	دال احصائيا
4- عدم الإحساس بالقيمة	0.899	دال احصائيا
5- فقدان الهدف	0.803	دال احصائيا

<sup>1</sup> - فواد البهي السيد: علم النفس الإحصائي ومقياس العقل البشري، ط2 ، دار الفكر العربي ،مصر، 1971، ص452

6- فقدان المعنى	0.916	دال احصائاً
7- مركزية الذات	0.756	دال احصائاً

يتبين من النتائج المتضمنة في الجدول السابق أن جميع قيم الارتباطات دالة إحصائياً، و هو ما يؤكد الاتساق الداخلي لأبعاد المقياس، و أن هذه الأبعاد تشترك معا في قياس الاغتراب النفسي و هو ما يؤكد ان أبعاد المقياس تقيس ما وضعت لأجله.

### ب- ثبات المقياس:

ان ثبات الاختبار يعطي مؤشر جيد للباحث على إمكانية الاعتماد على الاختبار في الدراسة حيث أن الاختبار يعد ثابتاً إذا كان يعطي نفس النتائج إذا ما استخدم أكثر من مرة وتحت نفس الظروف و الشروط<sup>1</sup>

### \* حساب الثبات بطريقة إعادة تطبيق الاختبار:

و في هذه الطريقة يقوم الباحث بتطبيق المقياس على مجموعة من المبحوثين (عينة استطلاعية) ثم إعادة تطبيق نفس الاختبار على نفس المبحوثين بعد مدة زمنية مناسبة و تحت ظروف متشابهة قدر الإمكان، ثم استخدام معامل الارتباط بين نتائج التطبيق في المرتين لإيجاد مستوى الثبات<sup>2</sup>.

و في هذه الدراسة و بعدما طبق المقياس على عينة استطلاعية قوامها (20) فرد وبفاصل زمني قدرة 15 يوماً، ثم حساب معاملات الارتباط بين درجات الأفراد في التطبيق الأول للاختبار ودرجاتهم في التطبيق الثاني للاختبار، حيث بلغ معامل الارتباط بين التطبيقين 0.910 و هو معامل ارتباط العالي و دال إحصائياً.

### جدول رقم (7): معاملات ثبات أبعاد مقياس الاغتراب النفسي عن طريق إعادة تطبيق

#### الاختبار

الابعاد	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية عند مستوى 0.05
1- فقدان الشعور بالانتماء	0.882	دال احصائاً
2- عدم الالتزام بالمعايير	0.775	دال احصائاً
3- العجز	0.973	دال احصائاً

<sup>1</sup>- فاطمة عوض، ميرفت علي: أسس و مبادئ البحث العلمي، ط1، مطبعة الإشعاع الفنية، الإسكندرية، 2002، ص165

<sup>2</sup>- نفس المرجع، ص166

دال احصائيا	0.684	4- عدم الإحساس بالقيمة
دال احصائيا	0.924	5- فقدان الهدف
دال احصائيا	0.903	6- فقدان المعنى
دال احصائيا	0.837	7- مركزية الذات
دال احصائيا	0.910	معامل الثبات الكلي

يتبين من خلال الجدول أن معاملات ثبات أبعاد مقياس الاغتراب النفسي عالية و ذات دلالة إحصائيا عند مستوى يقدر (0.05) مما يدل على إمكانيات الاعتماد على المقياس و أبعاده في قياس مظاهر الاغتراب النفسي لدى أفراد العينة.

#### \* حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية:

في هذه الطريقة يطبق الباحث الاختبار مرة واحدة، ثم يحسب معامل الارتباط بين درجات الفقرات الفردية و الفقرات الزوجية، حيث يلاحظ ارتفاع معامل الثبات كلما زاد حجم العينة.<sup>1</sup>

و بعد تطبيق مقياس الاغتراب النفسي، و المعالجة الاحصائية تم التوصل الى معامل ثبات يقدر بـ 0.966 و ذلك باستخدام معادلة (سييرمان-براون).

#### \* حساب الثبات من خلال معامل ألفا-كرونباخ :

ويتم التأكد من ثبات المقياس في هذه الحالة عن طريق حساب معامل ألفا-كرونباخ و ذلك سواء لدرجات الأبعاد أو لدرجات العبارات في كل بعد على حدة للتأكد من ثبات الأبعاد الفرعية و بنود المقياس خاصة إذا كانت لها معاني متميزة.<sup>2</sup> و لقد تم حساب معاملات ثبات المقياس الكلي للاغتراب باستخدام طريقة ألفا كرونباخ لتحليل استجابات أفراد العينة الاستطلاعية و تم التوصل إلى معامل ثبات يقدر بـ 0.926 و هي دلالة على الثبات العالي للمقياس.

<sup>1</sup> - فاطمة عوض، و ميرفت علي: مرجع سابق ذكره، 167،

<sup>2</sup> - عبد الرحمن، سعد: المقياس النفسي، ط1، مكتبة الفلاح، الكويت، 1983، ص207

- من خلال الطرق السابقة لحساب الثبات تم التأكد من الثبات العالي للمقياس الاغتراب النفسي و هو ما يعطي مؤشر ايجابي لإمكانية الاعتماد على المقياس في الدراسة.

## 2-6 مقياس ماسلو للطمأنينة النفسية:

**1-2-6 وصف المقياس و طريقة تصحيحه:** يعد مقياس الطمأنينة النفسية الذي وضعه ماسلو، و ذلك عن طريق مجموعة من الأبحاث النظرية الكلينية من أوائل المقاييس التي تهتم بالطمأنينة النفسية للأفراد كما يعد المرجع الرئيسي لباقي المقاييس التي تهتم بذات المتغير. و لقد قام العديد من الباحثين بترجمة المقياس و تقنينه على البيئة العربية و من هؤلاء الباحثين ، أحمد عبد العزيز سلامة الذي قام بترجمة المقياس إلى اللغة العربية، حيث يشير إلى أن مقياس الطمأنينة النفسية مكون من 75 عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد أساسية و أخرى فرعية<sup>1</sup>.

<sup>1</sup> - اسماعيل، نبيه: مرجع سابق ذكره، ص101

**جدول رقم (8): يوضح أبعاد مقياس الطمأنينة النفسية و العبارات الخاصة بكل بعد**

عدد العبارات	رقم العبارة (البند)		الأبعاد
	العبارات السالبة	العبارات الموجبة	
عبارة 17	75-74-70-47-24-7	-58-54-42-15-13-6-4 68-67-65-62	1- الشعور بتقبل الآخرين
عبارة 22	-35-33-32-21-11-8-3 64-51	-31-28-27-25-9-2-1 59-57-49-43-37-34	2- الشعور بالانتماء
عبارة 36	-23-22-18-16-14-10-5 -46-44-41-39-38-36-29 -66-63-61-60-55-53-50 73-69	-30-26-20-19-17-12 -71-56-52-48-45-40 72	3- الشعور بالسلامة وندرة الخطر

و يتكون المقياس من مجموعة من العبارات الموجبة و السالبة ، حيث ان لكل نوع من العبارات سلم في التصحيح مدرج الى خمس درجات ، و هو ما يوضحه الجدول التالي:

**جدول رقم(9): يبين طريقة تصحيح مقياس الاغتراب النفسي**

نوع العبارة	طريقة الإجابة	نعم	غير متأكد	لا
درجات العبارات الموجبة	3	2	1	
درجات العبارات السالبة	1	2	3	

حيث انه كلما ازدادت درجات الطالب على المقياس دل ذلك على شعور الطالب بالطمأنينة النفسية ، و كلما زاد في احد الأبعاد الفرعية دل ذلك ان شعوره بالطمأنينة النفسية في ذلك البعد هو المسيطر.

**2-2-6 الخصائص السيكمترية:****أ- صدق المقاييس:**

\* **صدق المحكمين** : بعد عرض مقياس الطمأنينة النفسية على 07 من المحكمين المتخصصين في مجال علم النفس وذلك لإبداء الرأي في العبارات ومدى وضوحها فقد نال المقياس درجة عالية من اتفاق المحكمين تزيد عن 80 % .

\* **الصدق الذاتي**: بعد توزيع مقياس الطمأنينة النفسية على العينة الاستطلاعية للدراسة و التي تكونت من (20) فرد تم التوصل إلى معامل الصدق الذاتي و الذي هو الجذر التربيعي لمعامل الثبات و في هذه الدراسة سجلنا معامل صدق ذاتي لمقياس الطمأنينة النفسية يقدر بـ 0.954 و هو معمل عالي يدل على أن المقياس صادق بدرجة كبيرة.

صدق الاتساق الداخلي: بعد تطبيق المقياس على العينة استطلاعية تم التوصل إلى المعاملات التالية للصدق الاتساق الداخلي لمقياس الطمأنينة النفسية و هو ما يبينه الجدول التالي:

**جدول رقم (10) معاملات صدق الاتساق الداخلي لمقياس الطمأنينة النفسية**

الابعاد	معامل الارتباط	الدلالة عند 0.05
1- الشعور بتقبل الآخرين	0.854	دال احصائيا
2- الشعور بالانتماء	0.970	دال احصائيا
3- الشعور بالسلامة وندرة الخطر	0.981	دال احصائيا

يتبين من الجدول أن قيمة معامل الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية تراوحت ما بين 0.854 و 0.981 وجميع معاملات الارتباط دالة عند مستوى معنوية 0.05؛ مما يشير إلى الاتساق الداخلي للمقياس، وأن محاوره تقيس الطمأنينة النفسية.

**ب- ثبات المقياس:**

\* الثبات باستخدام طريقة اعادة تطبيق الاختبار: بعدما طبق المقياس على عينة استطلاعية قوامها (20) فرد وبفاصل زمني قدرة 15 يوما ، ثم حساب معاملات الارتباط بين درجات الأفراد في التطبيق الأول للاختبار ودرجاتهم في التطبيق الثاني للاختبار، حيث بلغ معامل الارتباط بين التطبيقين 0.898 و هو معامل ارتباط عالي و دال إحصائيا عند مستوى دلالة يقدر بـ 0.05 و هذه القيمة التي حصلنا عليها تؤكد ثبات الاختبار و بالتالي فان المقياس قد يعطي نفس النتائج اذا ما اعيد تطبيقه .

**جدول رقم(11): معاملات ثبات أبعاد مقياس الطمأنينة النفسية عن طريق اعادة تطبيق**

**الاختبار**

معاملات الثبات	معامل الارتباط	الدلالة الإحصائية عند مستوى 0.05
1-بعد الشعور بتقبل الآخرين	0.856	دال احصائيا
2-بعد الشعور بالانتماء	0.753	دال احصائيا
3-بعد الشعور بالسلامة وندرة الخطر	0.915	دال احصائيا

معامل الثبات الكلي للمقياس	0.898	دال احصائيا
----------------------------	-------	-------------

يتبين من خلال الجدول أن معاملات ثبات أبعاد مقياس الطمأنينة النفسية عالية و ذات دلالة إحصائية عند مستوى يقدر (0.05) مما يدل على إمكانيات الاعتماد على المقياس و أبعاده في قياس الطمأنينة النفسية لدى أفراد العينة.

\* **حساب الثبات بطريقة التجزئة النصفية:** من خلال تطبيق طريقة التجزئة النصفية و ذلك بين الدرجات الفردية و الدرجات الزوجية، تم التوصل الى ان ثبات مقياس الطمأنينة النفسية عالي ، حيث أن معامل الثبات باستخدام معادلة (سييرمان-براون) يقدر بـ 0.942 .

- **حساب الثبات من خلال معامل ألفا-كورنباخ :** بعد تطبيق معادلة كورنباخ على مقياس الطمأنينة النفسية ككل تم التوصل الى قيمة الفا و التي تقدر بـ 0.926 و هو يؤكد ثبات المقياس من خلال هذه الطريقة.

### 7- الطرق الإحصائية:

بعد مرحلة التطبيق تم تفريغ بيانات الاستبيانات الصالحة لغايات الدراسة والمستوفية الإجابة في الحاسب الآلي بغرض تحليلها ومعالجتها عن طريق البرنامج الإحصائي للعلوم الاجتماعية (SPSS) الإصدار 18 لسنة 2009، لما لهذا النظام من مزايا في توفير الوقت و الجهد و دقت الحسابات ، و قد استخدمنا الأساليب الإحصائية التالية:

#### أ- الوسط الحسابي:<sup>1</sup>

$$م = \frac{\text{مجم س}}{ن}$$

ن: عدد العينة

مجم س: مجموع القيم

م: المتوسط الحسابي

#### ب- الانحراف المعياري:<sup>1</sup>

<sup>1</sup> - إخلاص محمد ، مصطفى حسن باهي: طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي، ط2، دارالكتاب للنشر ، 2002، ص109

$$ع = \sqrt{\frac{\text{مج (س - م)}^2}{ن}}$$

م = المتوسط الحسابي س = الدرجة المتحصل عليها ن = عدد أفراد العينة

### ج- النسب المئوية: 2

$$\frac{\text{الجزء}}{\text{الكل}} \times 100 = \text{النسبة المئوية (\%)}$$

### معامل الارتباط بيرسن: (3)

$$ر = \frac{\text{مج س} \times \text{مج ص} - \frac{\text{مج س}^2 \times \text{مج ص}^2}{ن}}{\sqrt{\left(\frac{\text{مج س}^2}{ن} - \frac{\text{مج ص}^2}{ن}\right) \left(\frac{\text{مج ص}^2}{ن} - \frac{\text{مج س}^2}{ن}\right)}}$$

س = الدرجة المتحصل عليها في الاختبار الأول

ص = الدرجة المتحصل عليها عند إعادة الاختبار

ن = عدد أفراد العينة

### د – معامل سبيرمان-براون: 4

$$ر \times 2 = \text{سبيرمان براون (Spearman)}$$

<sup>1</sup> - نفس المرجع، ص 294

<sup>2</sup> - علي سلوم جواد : الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، بغداد ، مطبعة الطيف ، 2004 ، ص 269 .

1 - إخلاص محمد ، حسن باهي : مرجع سابق، ص 310

<sup>4</sup> - فؤاد يحي السيد: علم النفس الإحصائي و قياس العقل البشري، ط3، دار الفكر العربي، 1979، ص 525

$$r + 1$$

هـ معامل الفا كرونباخ Cronbach Alpha: <sup>1</sup>

$$\text{معامل الفـا} = \frac{\text{ك}}{\text{ك-1}} \frac{(1 - \text{مج ع}^2 \text{ م})}{\text{ع}^2}$$

ك = عدد الفقرات

ع م = تباين الفقرة رقم م

ع = تباين فقرات جميع عبارات المقياس

و - اختبار (ت-t) للفروق المعنوية: <sup>2</sup>

$$| 1م - 2م |$$

= T

$$\frac{\frac{[ \frac{1}{2ن} + \frac{1}{1ن} ] \times 2ع^2 2ن + 1ع^2 1ن}{1 - 2ن + 1ن}}{\dots}$$

1م = هو المتوسط الحسابي للعينة الأولى      2م = المتوسط الحسابي للعينة الثانية.

1ع = الانحراف المعياري للعينة الأولى      2ع = الانحراف المعياري للعينة الثانية.

1ن = عدد أفراد العينة الأولى .      1ن = عدد أفراد العينة الثانية .

ي - تحليل التباين الأحادي الاتجاه: <sup>3</sup>

جدول رقم (12) يبين طريقة حساب تحليل التباين الأحادي الاتجاه

مصادر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	قيمة (ف-F) المحسوبة
---------------	----------------	--------------	----------------	---------------------

<sup>1</sup> - أحمد محمد الطيب: الإحصاء في التربية و علم النفس، ط1، المكتبة الجامعية الحديثة، الأزريطية، الإسكندرية، 1999، ص301

<sup>2</sup> - أحمد محمد: الإحصاء في التربية و علم النفس، ط1، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية 1989، ص 271

<sup>3</sup> - محمد نصر الدين: الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية و الرياضية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2003، ص119

MSt	MSt	k-1	SSt	بين المجموعات
MSr	MSr	n-k	SSr	داخل المجموعات
		n-1	SST	المجموع الكلي

حيث:

$$SST = \text{المجموع الكلي للمربعات}$$

$$SSr = \text{مجموع المربعات داخل المجموعات (مجموع مربعات الخطأ)}$$

$$SSt = \text{مجموع مربعات بين المجموعات (مجموع مربعات المعالجات)}$$

$$K = \text{عدد المجموعات} = n = \text{عدد العينة الكلية}$$

$$MSt = \text{متوسط مربع المعالجات (بين المجموعات)}$$

$$MSr = \text{متوسط مربع الخطأ}$$

ك - طريقة أقل فروق معنوية (LSD):

تستخدم هذه الطريقة عندما تكون قيمة (ف) المحسوبة دالة إحصائية، و هي تدخل ضمن المقارنات المتعددة و حيث تعمل على معرفة أقل قيمة يمكن قبولها حتى يكون الفرق بين متوسط العينات أو المجموعات دال إحصائياً أي من المتسبب في هذه الفروق.<sup>1</sup>

$$LSD = t \sqrt{\frac{MSr}{n_2} + \frac{MSr}{n_1}}$$

$$MSr = \text{متوسط مربع الخطأ}$$

$$t = \text{قيمة ت-الجدولية عند مستوى } 0.05$$

$$n_1 = \text{عدد الملاحظات في العينة الأولى}$$

$$n_2 = \text{عدد الملاحظات في العينة الثانية}$$

<sup>1</sup> - محمد نصر الدين: مرجع سابق ذكره، ص129



# الفصل الثاني :

## عرض و مناقشة النتائج

1- عرض نتائج الدراسة:

2- مناقشة نتائج الدراسة:

**1- عرض النتائج:**

**1-1 عرض النتائج الخاصة بالفرضية العامة:** التي تنص على أنه " توجد علاقة ارتباطيه سالبة و دالة إحصائيا بين الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية "

- و للتأكد من صحة الفرضية نستعمل معامل بيرسن للارتباط و ذلك وفق مايلي :

**جدول رقم(13): يوضح العلاقة بين الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية لدى**

**طلبة التربية البدنية و الرياضية**

المتغيرات	عدد العينة	معامل الارتباط بيرسون ""	مستوى الدلالة	الدلالة الإحصائية
الاغتراب النفسي	180	- 0,732*	0,05	دال إحصائيا
الطمأنينة النفسية	طلبا			

- التعليق:

يتضح من خلال الجدول أعلاه أن معامل ارتباط (بيرسون) يساوي (-0,732) و هو ارتباط سالب قوي و دال إحصائيا عند مستوى يقدر بـ (0,05) ، و هو ما يدل على وجود علاقة عكسية بين الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية. أي أنه كلما زاد الاغتراب النفسي قلت معه الطمأنينة النفسية أو العكس أي أنه كلما زادت الطمأنينة النفسية قل معها الإغراب النفسي بنسبة كبيرة.

**جدول رقم(14): يوضح العلاقة بين الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية لدى طلبة**

**التربية البدنية و الرياضية تبعا لكل متغير من متغيرات الدراسة.**

المتغيرات	الارتباط بين " الطمأنينة النفسية" و "الاغتراب النفسي" لدى:	معامل الارتباط "" بيرسون ""	الدلالة الإحصائية عند مستوى 0.05
أ- الجنس	1 / الإناث	-0,680	دال إحصائيا
	2/ الذكور	-0,751	دال إحصائيا
ب- النظام الأكاديمي في التكوين	1 / نظام ل.م.د	-0,688	دال إحصائيا
	2 / نظام الكلاسيكي	-0,790	دال إحصائيا
ج- المستوى الدراسي في الجامعة	1 / سنة أولى ل.م.د	-0,625	دال إحصائيا
	2 / سنة ثانية ل.م.د	-0,609	دال إحصائيا
	3 / سنة ثالثة ل.م.د	-0,881	دال إحصائيا
	4 / سنة ثانية كلاسيكي	-0,622	دال إحصائيا
	5 / سنة ثالثة كلاسيكي	-0,840	دال إحصائيا
	6 / سنة رابعة كلاسيكي	-0,837	دال إحصائيا

التعليق:

من خلال الجدول أعلاه يتضح أن هناك علاقة إرتباطية سالبة بين الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية و ذلك بالنسبة لجميع متغيرات الدراسة ( الجنس ، نظام التكوين ، المستوى الدراسي في الجامعة) و هو ما يؤكد النتيجة التي حصلنا عليها في الجدول رقم (13) .

و بالتالي و من خلال الجدولين السابقين نستنتج أن العلاقة بين الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية هي علاقة سالبة أو عكسية.

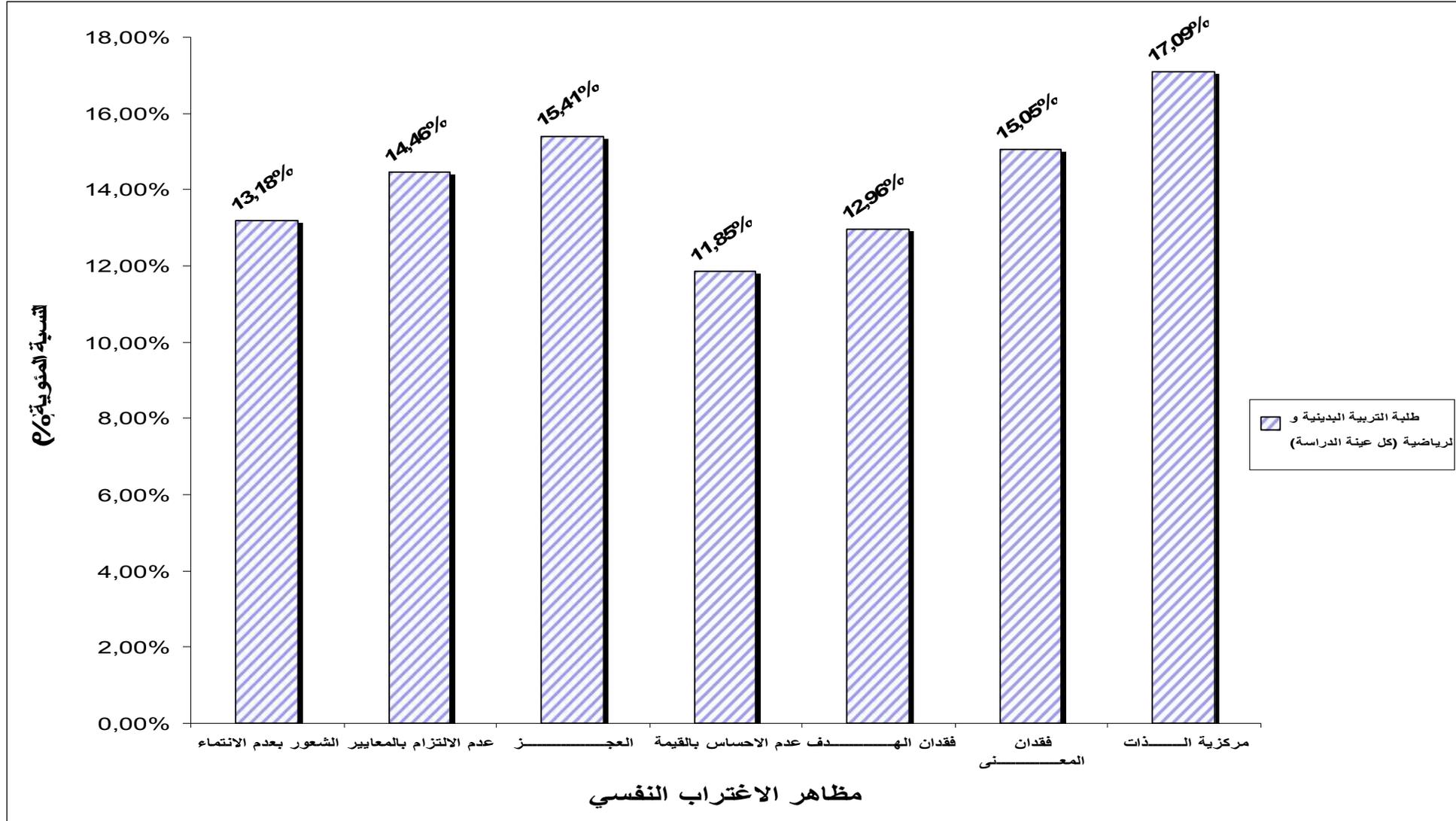
جدول رقم (15) بين نسب المؤوية و المتوسطات الحسابية لمظاهر الاغتراب النفسي لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية (جميع أفراد عينة الدراسة)

تعليق:

طلبة التربية البدنية و الرياضية		عينة الدراسة
النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	الأبعاد
13,18%	30,84	الشعور بعدم الانتماء
14,46%	33,84	عدم الالتزام بالمعايير
15,41%	36,06	العجز
11,85%	27,73	عدم الاحساس بالقيمة
12,96%	30,32	فقدان الهدف
15,05%	35,22	فقدان المعنى
17,09%	39,98	مركزية الذات
100%	233,99	المجموع العام

من خلال الجدول السابق يتبين أن مظهر مركزية الذات هو الأكبر النسب بين طلبة التربية البدنية و الرياضية و يليه مظهر العجز ،ثم فقدان المعنى ،ثم مظهر عدم الالتزام بالمعايير،ثم مظهر الشعور بعدم الانتماء،ثم فقدان الهدف أما اقل النسب فهو في مظهر فقدان القيمة.

شكل رقم (1): اعمدة بيانية تمثل النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي بين طلبة التربية البدنية و الرياضية



**2-1 عرض النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الأولى :** التي تنص على أنه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مظاهر الاغتراب النفسي بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير الجنس "

و للتأكد من هذه الفرضية تم استخدام اختبار (ت) ستودنت للفروق بين متوسطي مجموعتين و كانت النتائج كالتالي:

**جدول رقم (16): يوضح الفروق في مظاهر الاغتراب النفسي بين طلبة التربية البدنية**

**و الرياضية تبعا لمتغير الجنس**

الدلالة عند مستوى 0,05	قيمة (ت) الجدولية	قيمة (ت) المحسوبة	درجات الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المتغير	مظاهر الاغتراب العام
غير دال	1,96 -	0,080 -	178	8,370	30,811	ذكور	الشعور بعدم الانتماء
				6,222	30,916	إناث	
غير دال	1,96 -	0,813 -	178	7,381	33,583	ذكور	عدم الالتزام بالمعايير
				5,776	34,542	إناث	
غير دال	1,96 -	1,920 -	178	8,943	35,311	ذكور	العجز
				7,964	38,125	إناث	
غير دال	1,96	0,383	178	7,434	27,856	ذكور	عدم الإحساس بالقيمة
				7,482	27,375	إناث	
غير دال	1,96 -	0,785 -	178	7,671	30,076	ذكور	فقدان الهدف
				4,566	31,000	إناث	
غير دال	1,96 -	1,038 -	178	7,921	34,841	ذكور	فقدان المعنى
				8,411	36,250	إناث	
غير دال	1,96 -	0,185 -	178	6,599	39,924	ذكور	مركزية الذات
				5,967	40,125	إناث	
غير دال	1,96 -	0,861 -	178	43,319	232,402	ذكور	الاغتراب العام
				33,186	238,333	إناث	

التعليق:

يتبين من خلال الجدول انه لا توجد فروق دالة إحصائية في جميع مظاهر الاغتراب النفسي و مستوى الاغتراب العام تبعا لمتغير الجنس (أي بين الإناث و الذكور) و ذلك لان "ت" المحسوبة لكل مظهر أقل من "ت" الجدولية عند مستوى دلالة (0,05).

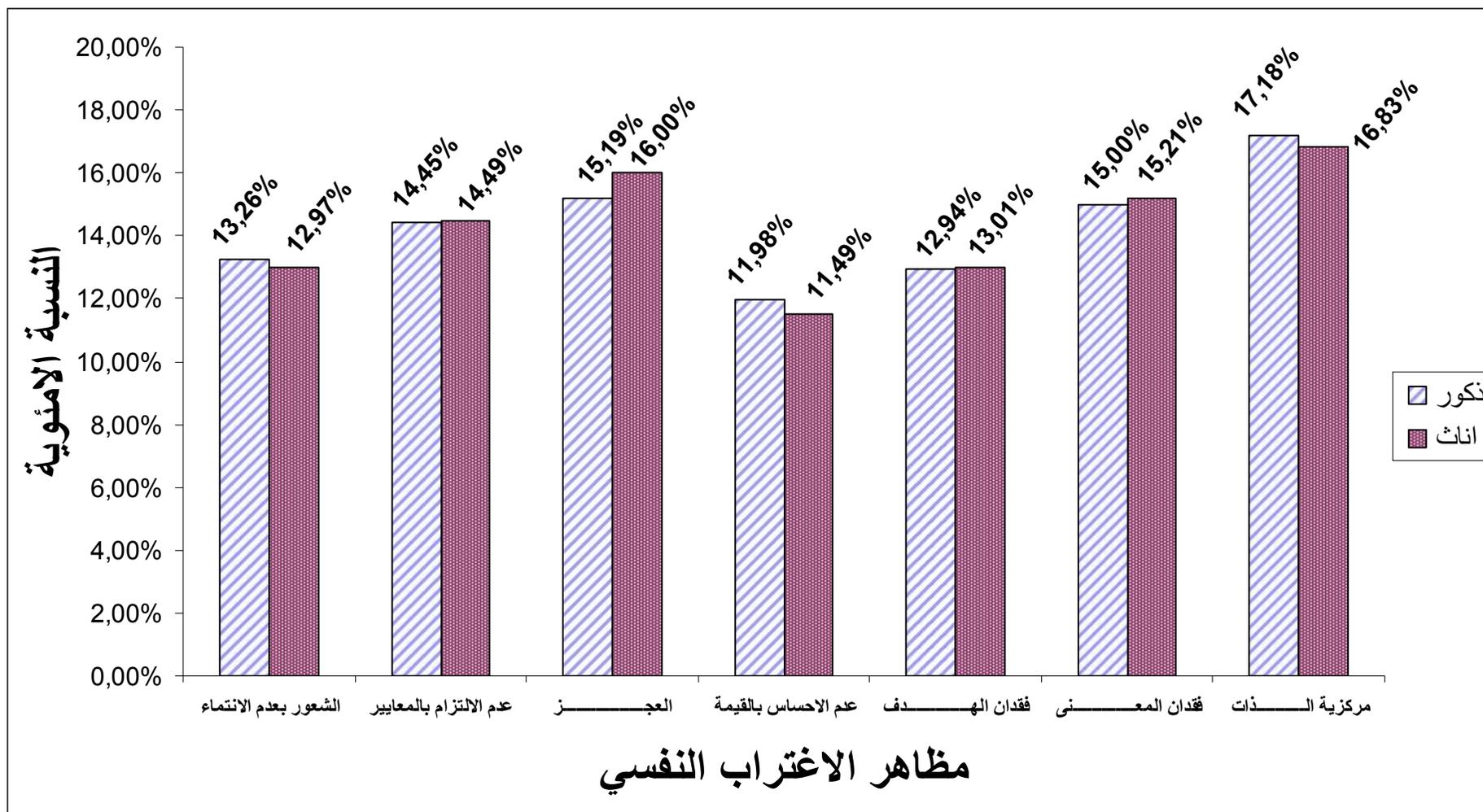
- جدول رقم (17) يمثل النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي لدى الجنسين (إناث، ذكور)

اناث		ذكور		الجنس	
				الأبعاد	
النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي		
12,97%	30,916	13,26%	30,811	الشعور بعدم الانتماء	
14,49%	34,542	14,45%	33,583	عدم الالتزام بالمعايير	
16,00%	38,125	15,19%	35,311	العجز	
11,49%	27,375	11,98%	27,856	عدم الإحساس بالقيمة	
13,01%	31,000	12,94%	30,076	فقدان الهدف	
15,21%	36,250	15,00%	34,841	فقدان المعنى	
16,83%	40,125	17,18%	39.924	مركزية الذات	
100%	238,333	100%	232,402	الاغتراب العام	

## تعليق:

من خلال الجدول يتبين أن النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي تختلف بشكل واضح بين الجنسين و تتقارب في مظاهر أخرى كما أننا نلاحظ أن انتشار الاغتراب العام لدى الإناث أعلى قليلا منه لدى ذكور ، و أن أقل نسبة سجلت في مظهر عدم الإحساس بالقيمة لدى الجنسين ، و أعلى نسبة هي لمظهر مركزية الذات لدى الجنسين حيث قدرت ب (17,18%) لدى الذكور و قدرة ب (16,83%) لدى الإناث.

شكل رقم (02): اعمدة بيانية تمثل النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي لدى الذكور مقارنة بالذكور



**3-1 عرض النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الثانية:** و التي تنص على أنه " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مظاهر الاغتراب النفسي بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير نظام التكوين في الجامعة ( النظام كلاسيكي و نظام ل.م.د).  
جدول رقم (18): يوضح الفروق في مظاهر الاغتراب النفسي تبعا لمتغير نظام التكوين في الجامعة (كلاسيكي،ل.م.د)

الدلالة عند 0,05	قيمة (ت) الجدولية	قيمة (ت) المحسوبة	درجات الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	نظام التكوين	مظاهر الاغتراب العام
غير دال	1,96	<b>1,587</b>	178	8,18547	31,6837	ل.م.د	الشعور بعدم الانتماء
				7,32458	29,8293	كلاسيك	
دال	1,96	<b>3,018</b>	178	7,64962	35,2449	ل.م.د	عدم الالتزام بالمعايير
				5,70352	32,1585	كلاسيك	
غير دال	1,96	<b>0,358 -</b>	178	8,27286	35,8469	ل.م.د	العجز
				9,35563	36,3171	كلاسيك	
غير دال	1,96	<b>1,469</b>	178	7,27261	28,4694	ل.م.د	عدم الإحساس بالقيمة
				7,56122	26,8415	كلاسيك	
غير دال	1,96	<b>0,394</b>	178	7,39078	30,5102	ل.م.د	فقدان الهدف
				6,49142	30,0976	كلاسيك	
غير دال	1,96	<b>0,023 -</b>	178	7,97543	35,2041	ل.م.د	فقدان المعنى
				8,19861	35,2317	كلاسيك	
غير دال	1,96	<b>1,006</b>	178	6,43752	40,4184	ل.م.د	مركزية الذات
				6,40053	39,4512	كلاسيك	
غير دال	1,96	<b>1,220</b>	178	41,8729	237,377	ل.م.د	الاغتراب العام
				39,4846	229,926	كلاسيك	

التعليق:

يتبين من خلال الجدول رقم (18) أن هناك فروق دالة إحصائية بين طلبة النظام الكلاسيكي و "طلبة نظام ل.م.د" و ذلك في مظهر "عدم الالتزام بالمعايير" حيث أن قيمة "ت" المحسوبة لهذا المظهر أكبر من قيمة "ت" الجدولية عند مستوى (0.05) ، أما باقي المظاهر فلا توجد أي فروق دالة إحصائية بين طلبة النظام (الكلاسيكي) و طلبة نظام (ل.م.د) و ذلك لان قيمة "ت" الجدولية أكبر من قيمة "ت" المحسوبة عند مستوى (0.05).

## جدول رقم (19) يمثل النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي لدى طلبة نظام

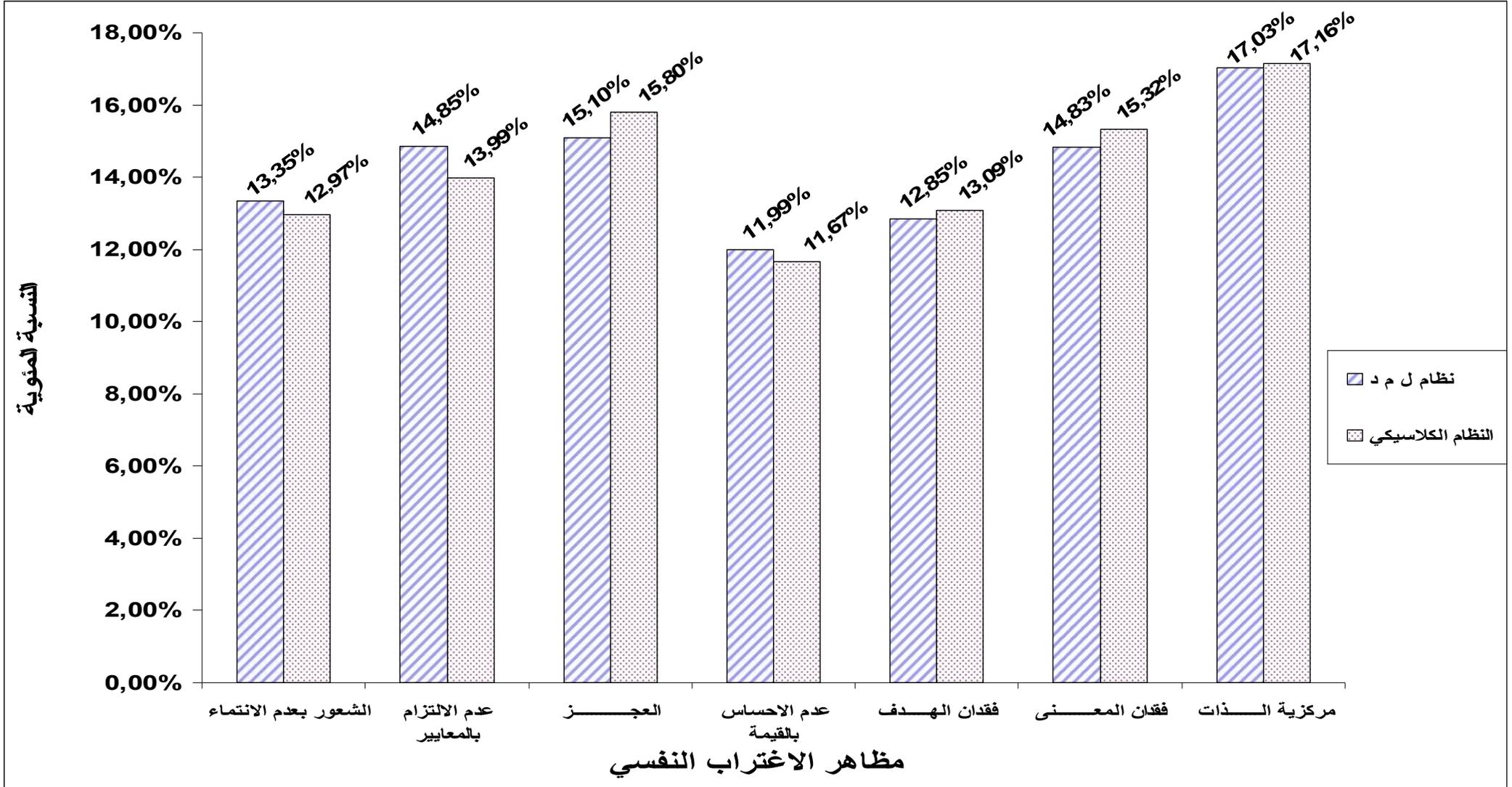
## ل.م.د،مقارنة بالنظام الكلاسيكي

كلاسيكي Classique		ل.م.د LMD		نظام التكوين	المظاهر
النسبة المئوية	المتوسط الحسابي	النسبة المئوية	المتوسط الحسابي		
12,97%	29,829	13,35%	31,684		الشعور بعدم الانتماء
13,99%	32,158	14,85%	35,245		عدم الالتزام بالمعايير
15,80%	36,317	15,10%	35,847		العجز
11,67%	26,841	11,99%	28,469		عدم الإحساس بالقيمة
13,09%	30,098	12,85%	30,510		فقدان الهدف
15,32%	35,232	14,83%	35,204		فقدان المعنى
17,16%	39,451	17,03%	40,418		مركزية الذات
100%	229,926	100%	237,377		المجموع العام

**تعليق:**

من خلال الجدول يتبين أن النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي تتقارب في مظاهر و تختلف بين النظامين في مظاهر أخرى كما أننا نلاحظ مستوى الاغتراب العام لدى طلبة نظام ل.م.د أعلى قليلاً منه لدى طلبة النظام الكلاسيكي، و أن أقل نسبة سجلت في مظهر عدم الإحساس بالقيمة لدى طلبة النظامين حيث تمثل (11.99%) لدى طلبة ل.م.د و (11.67%) لدى طلبة الكلاسيكي، و أعلى نسبة هي لمظهر مركزية الذات حيث سجلنا نسبة (17.03%) لدى طلبة ل.م.د و نسبة (17.16%) لدى طلبة النظام الكلاسيكي.

شكل رقم (03) أعمدة بيانية تمثل النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي لدى طلبة نظام ل.م.د، مقارنة بالنظام الكلاسيكي



**4-1 عرض النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الثالثة :** و التي تنص على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مظاهر الاغتراب النفسي بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة" - و للتأكد من صحة هذه الفرضية نستخدم تحليل التباين أحادي الاتجاه و الجداول التالية توضح ذلك:

**جدول رقم(20): يوضح الفروق في مظاهر الاغتراب النفسي تبعا لمتغير**

**المستوى الدراسي في الجامعة**

الدلالة عند 0,05	قيمة (ف) الجدولية	قيمة (ف) المحسوبة	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصادر التباين	مظاهر الاغتراب العام
دال	2,27	2,843	166,109	5	830,545	بين المجموعات	الشعور بعدم الانتماء
			58,436	174	10167,783	داخل المجموعات	
				179	10998,328	المجموع الكلي	
دال	2,27	2,876	133,363	5	666,813	بين المجموعات	عدم الالتزام بالمعايير
			46,377	174	8069,515	داخل المجموعات	
				179	8736,328	المجموع الكلي	
دال	2,27	3,177	229,891	5	1149,457	بين المجموعات	العجز
			72,350	174	12588,870	داخل المجموعات	
				179	13738,328	المجموع الكلي	
غير دال	2,27	1,813	97,841	5	489,204	بين المجموعات	عدم الاحساس بالقيمة
			53,968	174	9390,457	داخل المجموعات	
				179	9879,661	المجموع الكلي	
دال	2,27	2,977	137,434	5	687,172	بين المجموعات	فقدان الهدف
			46,162	174	8032,139	داخل المجموعات	
				179	8719,311	المجموع الكلي	
دال	2,27	3,212	196,267	5	981,336	بين المجموعات	فقدان المعنى
			61,110	174	10633,214	داخل المجموعات	
				179	11614,550	المجموع الكلي	
دال	2,27	2,615	103,171	5	515,857	بين المجموعات	مركزية الذات
			39,449	174	6864,054	داخل المجموعات	
				179	7379,911	المجموع الكلي	
دال	2,27	3,304	5182,767	5	25913,833	بين المجموعات	الغتراب العام
			1568,466	174	272913,117	داخل المجموعات	
				179	298826,950	المجموع الكلي	

التعليق:

يتبين من خلال جدول رقم (20) أنه توجد فروق دالة إحصائية بين الطلبة ترجع لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة و ذلك في ما يخص "مستوى الاغتراب العام" و كذلك في كل من مظهر " الشعور بعدم الانتماء، عدم الالتزام بالمعايير، العجز ، فقدان الهدف، فقدان المعنى ، و مركزية الذات" حيث كانت قيمة "ف" المحسوبة أكبر من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى دلالة يقدر (0.05) ، كما بينت النتائج انه لا توجد فروق دالة إحصائية بين الطلبة في ما يخص مظهر "عدم الإحساس بالقيمة" لان قيمة "ف" المحسوبة كانت أقل من قيمة "ف" الجدولية عند مستوى دلالة يقدر بـ (0.05) .

و للتأكد لصالح من كانت هذه الفروق او من كان المتسبب في هذه الفروق لا بد من العودة الى جدول المقارنات البعدية المتعددة و هو جدول اقل فروق معنوية (LSD).

جدول رقم (21) يوضح نتائج اختبار (LSD) البعدي لتحديد لصالح من كانت الفروق الدالة إحصائيا في مستوى الاغتراب العام تبعا لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة

المتغير	المقارنات حسب المستوى الدراسي في الجامعة بين:	الفروق بين	الدلالة
---------	---	------------	---------

الإحصائية	المتوسطات		
0,001	-36,10000*	السنة الثالثة كلاسيكي	السنة الثانية كلاسيكي
0,017	-26,51190*	السنة الرابعة كلاسيكي	
0,002	-32,19444*	السنة الأولى ل.م.د.	
0,001	-36,63636*	السنة الثانية ل.م.د.	
0,088	-18,74713	السنة الثالثة ل.م.د.	
0,001	36,10000*	السنة الثانية كلاسيكي	السنة الثالثة كلاسيكي
0,358	9,58810	السنة الرابعة كلاسيكي	
0,690	3,90556	السنة الأولى ل.م.د.	
0,957	-0,53636	السنة الثانية ل.م.د.	
0,094	17,35287	السنة الثالثة ل.م.د.	
0,017	26,51190*	السنة الثانية كلاسيكي	السنة الرابعة كلاسيكي
0,358	-9,58810	السنة الثالثة كلاسيكي	
0,570	-5,68254	السنة الأولى ل.م.د.	
0,321	-10,12446	السنة الثانية ل.م.د.	
0,460	7,76478	السنة الثالثة ل.م.د.	
0,002	32,19444*	السنة الثانية كلاسيكي	السنة الأولى ل.م.د.
0,690	-3,90556	السنة الثالثة كلاسيكي	
0,570	5,68254	السنة الأولى ل.م.د.	
0,642	-4,44192	السنة الثانية ل.م.د.	
0,175	13,44732	السنة الثالثة ل.م.د.	
0,001	36,63636*	السنة الثانية كلاسيكي	السنة الثانية ل.م.د.
0,957	0,53636	السنة الثالثة كلاسيكي	
0,321	10,12446	السنة الرابعة كلاسيكي	
0,642	4,44192	السنة الأولى ل.م.د.	
0,078	17,88924	السنة الثالثة ل.م.د.	
0,088	18,74713	السنة الثانية كلاسيكي	السنة الثالثة ل.م.د.
0,094	-17,35287	السنة الثالثة كلاسيكي	
0,460	-7,76478	السنة الرابعة كلاسيكي	
0,175	-13,44732	السنة الأولى ل.م.د.	
0,078	-17,88924	السنة الثانية ل.م.د.	

الاخترابات النفسية

\* الفروق بين المتوسطات دال إحصائياً عند مستوى يقدر (0.05)

من خلال الجدول يتبين أن الفروق كانت بين السنة الثانية كلاسيكي و كل من "السنة الثالثة كلاسيكي، و السنة الرابعة كلاسيكي، و السنة الأولى ل.م.د، و السنة الثانية ل.م.د." حيث طالبة السنة الثانية كلاسيكي هم أقل شعوراً بالاغتراب النفسي من باقي السنوات.

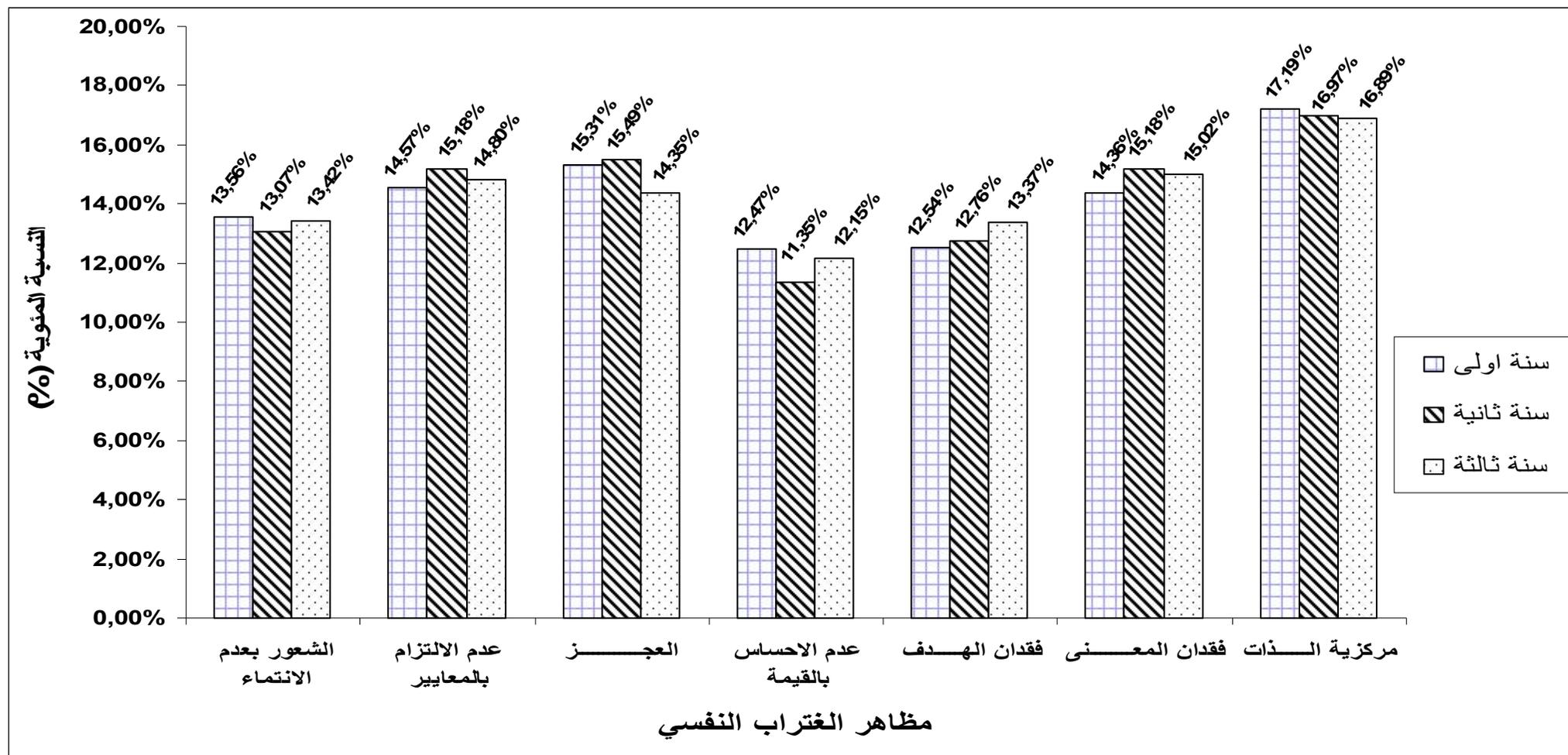
- جدول رقم ( 22 ) يمثل النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية

تبعاً لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة

السنة الرابعة كلاسيكي		السنة الثالثة كلاسيكي		السنة الثانية كلاسيكي		السنة الثانية ل.م.د		السنة الثانية ل.م.د		السنة الاولى ل .م. د		المستوى المظاهر
النسبة	المتوسط	النسبة	المتوسط	النسبة	المتوسط	النسبة	المتوسط	النسبة	المتوسط	النسبة	المتوسط	
المئوي	الحسابي	المئوي	الحسابي	المئوية	الحسابي	المئوي	الحسابي	المئوي	الحسابي	المئوية	الحسابي	
%13,44	31,464	%12,99	31,667	%12,34	25,625	%13,42	30,379	%13,07	31,909	%13,56	32,528	الشعور بعدم الانتماء
%13,41	31,429	%13,55	33,033	%15,37	31,917	%14,80	33,517	%15,18	37,091	%14,57	34,945	عدم الالتزام بالمعايير
%15,17	35,536	%16,31	39,767	%15,85	32,917	%14,35	32,483	%15,49	37,848	%15,31	36,722	العجز
%11,90	27,857	%11,51	28,067	%11,62	24,125	%12,15	27,517	%11,35	27,727	%12,47	29,917	عدم الاحساس بالقيمة
%13,72	32,143	%13,01	31,700	%12,38	25,708	%13,37	30,276	%12,76	31,182	%12,54	30,083	فقدان الهدف
%15,39	36,036	%15,67	38,200	%14,73	30,583	%15,02	34,000	%15,18	37,091	%14,36	34,444	فقدان المعنى
%16,97	39,714	%16,96	41,333	%17,71	36,792	%16,89	38,241	%16,97	41,455	%17,19	41,222	مركزية الذات
%100	234,179	%100	243,77	%100	207,67	%100	226,413	%100	244,30	%100	239,86	المجموع العام

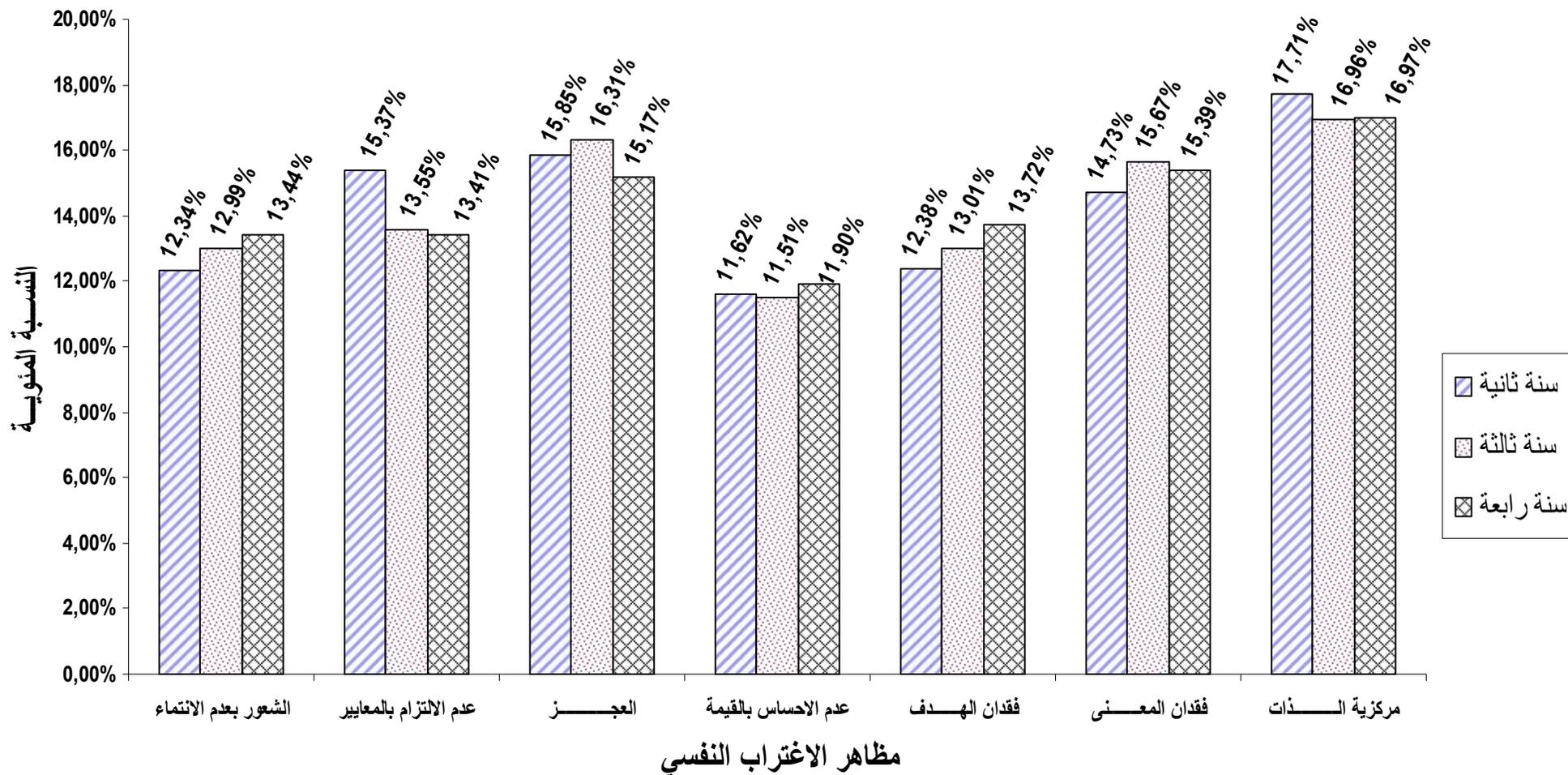
تعليق: يظهر من خلال الجدول أعلاه أن نسبة مظهر مركزية الذات هي الأعلى في جميع الصفوف الدراسية و بالتالي فهي الاكثر انتشارا بين طلبة التربية البدنية و الرياضية باختلاف مستواهم الدراسي في الجامعة، أما الأقل انتشار هو مظهر عدم الإحساس بالقيمة لأنه اقل النسب مئوية كما أن طلبة.

الشكل رقم(04): اعمدة بيانية تمثل النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي بين طلبة التربية البدنية و الرياضية تبعا لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة (طلبة ل م د)



الشكل رقم (05) اعمدة بيانية تمثل النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي تبعا لتغير المستوى الدراسي في الجامعة

( طلبة الكلاسيكي )



5-1 عرض النتائج الخاصة بالفرضية الجزية الرابعة: و التي تنص على انه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير الجنس"

- و للتأكد من هذه الفرضية تم استخدام اختبار (ت) ستودنت للفروق بين متوسطي مجموعتين و كانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (23): يوضح الفروق في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة التربية

البدنية و الرياضية تبعا لمتغير الجنس (إناث، ذكور)

الدلالة عند 0.05	قيمة (ت) الجدولية	قيمة (ت) المحسوبة	درجات الحرية	الانحراف المعياري	المتوسطات	متغير الجنس	
دال إحصائيا	1,96	2,334	178	22.991	168,575	ذكور	الطمأنينة النفسية
				22.0922	159.625	إناث	

التعليق:

يتبين من الجدول أعلاه، لأن قيمة "ت" المحسوبة (2,334) أكبر من "ت" الجدولية و المقدره بـ(1,96) عند مستوى دلالة (0.05) و درجة حرية 178، و هو ما يعني أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين الإناث و الذكور ، أي يوجد اختلاف في مستوى الطمأنينة النفسية يرجع لمتغير الجنس.

6-1 عرض النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية الخامسة : و التي تنص على أنه "توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير نظام للتكوين في الجامعة ( النظام كلاسيكي و نظام ل.م.د)".

- و للتأكد من هذه الفرضية تم استخدام اختبار (ت) إستودنت للفروق بين متوسطي مجموعتين و كانت النتائج كالتالي:

جدول رقم (24) : يوضح الفروق في مستوى الطمأنينة النفسية لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية تبعا لمتغير نظام التكوين في الجامعة (كلاسيكي، ل.م.د)

الدلالة عند 0,05	قيمة (ت) الجدولية	قيمة (ت) المحسوبة	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	المقارنة حسب النظام الأكاديمي	
غير دال احصائيا	1,96 -	0,535 -	178	20,841	165,347	نظام ل.م.د (LMD)	الطمأنينة النفسية
				25,513	167,195	النظام الكلاسيكي (Classique)	

التعليق:

يتبين من خلال الجدول أن قيمة "ت" المحسوبة (-0,535) أقل من قيمة "ت" الجدولية (-1,96) عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) و درجة حرية تقدر بـ (178)، بمعنى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة النظام الكلاسيكي و طلبة نظام ل.م.د (LMD)، أي لا يوجد اختلاف في مستوى الطمأنينة النفسية يرجع لمتغير نظام التكوين في الجامعة.

**7-1 عرض النتائج الخاصة بالفرضية الجزئية السادسة:** و التي تنص على انه "لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة" و للتأكد من صحة هذه الفرضية نستخدم تحليل التباين أحادي الاتجاه و الجداول التالية توضح ذلك:

**جدول رقم (25): يوضح الفروق في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية تبعاً لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة.**

الدلالة عند 0.05	قيمة (ف) الجدولية	قيمة (ف) المحسوبة	متوسط المربعات	درجات الحرية	مجموع المربعات	مصادر التباين	
دال إحصائياً	2,27	3,543	1755,941	5	8779,703	بين المجموعات	الطمأنينة النفسية
			495,551	174	86225,875	داخل المجموعات	
				179	95005,578	المجموع الكلي	

التعليق:

يتبين من الجدول أعلاه أن قيمة "ف" المحسوبة (3,543) أكبر من "ف" الجدولية (2,27) عند مستوى دلالة يقدر بـ (0,05) و هذا بمعنى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية ترجع لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة بين طلبة التربية البدنية و الرياضية. و للتأكد لصالح من كانت هذه الفروق او من كان المتسبب في هذه الفروق لا بد من العودة الى جدول المقارنات البعدية المتعددة و هو جدول اقل فروق معنوية (LSD).

جدول رقم (26) يوضح نتائج اختبار (LSD) البعدي لتحديد لصالح من كانت الفروق الدالة إحصائياً في مستوى الطمأنينة النفسية تبعاً لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة

المتغير	المقارنات حسب المستوى الدراسي في الجامعة بين:	الفروق بين المتوسطات	الدلالة الإحصائية
الطمأنينة النفسية	السنة الثانية كلاسيكي	20,82500*	0,001
	السنة الرابعة كلاسيكي	8,72024	0,161
	السنة الأولى ل.م.د.	9,87500	0,094
	السنة الثانية ل.م.د.	19,67045*	0,001
	السنة الثالثة ل.م.د.	7,41236	0,229
	السنة الثانية كلاسيكي	-20,82500*	0,001
	السنة الرابعة كلاسيكي	-12,10476*	0,040
	السنة الأولى ل.م.د.	-10,95000*	0,048
	السنة الثانية ل.م.د.	-1,15455	0,837
	السنة الثالثة ل.م.د.	-13,41264*	0,022
	السنة الثانية كلاسيكي	-8,72024	0,161
	السنة الثالثة كلاسيكي	12,10476*	0,040
	السنة الأولى ل.م.د.	1,15476	0,837
	السنة الثانية ل.م.د.	10,95022	0,057
	السنة الثالثة ل.م.د.	-1,30788	0,825
	السنة الأولى ل.م.د.	-9,87500	0,094
	السنة الثالثة كلاسيكي	10,95000*	0,048
	السنة الأولى ل.م.د.	-1,15476	0,837
	السنة الثانية ل.م.د.	9,79545	0,070
	السنة الثالثة ل.م.د.	-2,46264	0,658
السنة الثانية ل.م.د.	-19,67045*	0,001	
السنة الثالثة كلاسيكي	1,15455	0,837	
السنة الرابعة كلاسيكي	-10,95022	0,057	
السنة الأولى ل.م.د.	-9,79545	0,070	
السنة الثالثة ل.م.د.	-12,25810*	0,032	
السنة الثانية كلاسيكي	-7,41236	0,229	
السنة الثالثة كلاسيكي	13,41264*	0,022	
السنة الرابعة كلاسيكي	1,30788	0,825	
السنة الأولى ل.م.د.	2,46264	0,658	
السنة الثانية ل.م.د.	12,25810*	0,032	

\* الفروق بين المتوسطات دال إحصائياً عند مستوى يقدر (0.05)

تعليق: من خلال الجدول يتبين ان الفروق كانت دالة إحصائيا بين بين السنة الثالثة كلاسيكي و كل من " الثانية كلاسيكي، و الرابعة كلاسيكي، و الأولى ل.م.د، و الثالثة ل.م.د" و بين السنة الثانية ل.م.د و " الثانية كلاسيكي و الثالثة ل.م.د". كما لم تكن هناك فروق دالة إحصائيا بين طلبة السنة الثالثة كلاسيكي و السنة الثانية ل.م.د حيث كانوا هم أقل شعورا بالطمأنينة النفسية مقارنة بباقي السنوات الدراسية.

**جدول رقم (27) يمثل المتوسطات الحسابية للطمأنينة النفسية لدى مختلف السنوات الدراسية في الجامعة لدى أفراد العينة**

المتغيرات	السنة الدراسية	المتوسط الحسابي
الطمأنينة النفسية	السنة الثانية كلاسيكي	177,798
	السنة الثالثة كلاسيكي	156,967
	السنة الرابعة كلاسيكي	169,071
	السنة الأولى ل.م.د	167,917
	السنة الثانية ل.م.د	158,121
	السنة الثالثة ل.م.د	170,379

تعليق: من خلال الجدول أعلاه يتبين ان طلبة السنة الثالثة كلاسيكي و طلبة السنة و السنة الثانية ل.م.د هم الأقل شعورا بالطمأنينة النفسية من باقي السنوات الدراسية و هو ما يؤكد عدم و جود فروق بينهم، كما يمكن ملاحظة ان طلبة السنة الثانية كلاسيكي هم الأكثر شعورا بالطمأنينة النفسية .

**2-1 مناقشة نتائج الفرضية العامة:** من خلال الجدول رقم (12) و الجدول رقم (13) يتضح أن هناك علاقة ارتباطية قوية سالبة و دالة إحصائياً بين الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية، و هو ما يعني أن هناك ارتباط عكسي قوي بينهما حيث أنه كلما زاد مستوى شعور طلبة التربية البدنية و الرياضية بالاغتراب النفسي كلما قل لديهم الشعور بالطمأنينة النفسية و العكس أي انه كلما زاد مستوى شعورهم بالطمأنينة النفسية قل مستوى شعورهم بالاغتراب و هو ما يؤكد صحة الفرضية العامة التي تنص على أنه :

" توجد علاقة ارتباطية سالبة و دالة إحصائياً بين الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية "

و تؤكد هذه النتيجة العديد من الدراسات التي تناولت الاغتراب النفسي ، و الدراسات التي تناولت الطمأنينة النفسية ، و من أهم هذه الدراسات دراسة :

عادل بن محمد (2004) و التي توصلت إلى أن هناك علاقة ارتباطية عكسية بين الاغتراب و الطمأنينة و لكنها كانت علاقة متوسطة و فسر النتائج التي توصل إليها بالجانب الديني للطلبة.

و يمكن تفسير النتائج المتحصل عليها من الجدولين (13) و (14) التي بينت أن هناك علاقة عكسية بين الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية إلى أن الاغتراب النفسي يعد أحد الظواهر السلبية أم الطمأنينة النفسية فتعد ظاهرة ايجابية مثل ما يشير إلى ذلك "فروم" و الذي يعتبر أكثر المحللين النفسيين الذين ناقشوا ظاهرة الاغتراب بشكل مطول و واسع قياساً بالآخرين من المعاصرين، حيث أنه يعتبر ظاهرة الاغتراب ظاهرة سلبية.

1

و إذا كان الاغتراب احد المظاهر السلبية فان الطمأنينة هي احد المظاهر الايجابية و هو ما يفسر العلاقة السالبة بينها كما أن الطمأنينة احد مؤشرات الصحة النفسية حيث يؤكد صاموئيل ماغريوس ذلك إذ يعتبر الشعور بالطمأنينة النفسية أحد مظاهر الصحة النفسية الإيجابية وأول مؤشراتنا ، فلقد تحدث الكثير من العلماء والمفكرين عن أبرز المؤشرات الإيجابية للصحة النفسية والتي منها شعور الفرد بالطمأنينة النفسية أو الأمن النفسي

والنجاح في إقامة علاقات مع الآخرين وتحقيق التوافق النفسي والبعد عن التصلب والانفتاح على الآخرين<sup>1</sup>. و يؤكد العديد من الدارسون في مجال علم النفس أنها ظاهرة ايجابية يتمكن من خلالها الفرد من التخلص من الصراعات النفسية و هو ما أشار إليه إجلال محمد إذ يرى أن الطمأنينة الانفعالية تتعلق بمدى قدرة الفرد على إشباع حاجاته البيولوجية والاجتماعية، وعلى قدرته على التحرر من الآلام النفسية والصراعات، وعلى رضاه عن نفسه، وإيمانه بالله، من جهة، ومن جهة أخرى يتضمن معنى "التوافق" وذلك بجانبين أحدهما نفسي داخلي يتمثل في انسجام الفرد مع ذاته رضاه عنها وتحرره من الضغوط والصراعات، والآخر اجتماعي يتمثل في حسن تكيفه وتناغمه مع الآخرين في المجالات المختلفة ومع مطالب البيئة المادية والاجتماعية<sup>2</sup>

و اذا كانت الطمأنينة النفسية هي التحرر من الآلام و التخلص من الصراعات فان العديد من الباحثين ربطوا أسباب الاغتراب إلى أسباب نفسية تتمثل بالصراع بين الدوافع والرغبات المتعارضة و الإحباط وما يرتبط به من الشعور بخيبة الأمل والفشل والعجز التام وتحقير الذات<sup>3</sup>. و بالتالي فان الاغتراب عكس الطمأنينة لأنها احد الظواهر التي قد تنتج من مجموعة من الصراعات، و في ذلك يؤكد كل من "ماسلاجو ديميراوتي" على أن هناك ارتباط كبير بين الاغتراب و الصحة النفسية للفرد<sup>4</sup>. كما يتميز الاغتراب بفقدان الهدف و العجز و اللامعنى و هو ما يشكل الخوف على المستقبل و توقع الفشل وبالتالي لا يستطيع الطالب أن يقرر مصيره، كما لا يمكنه أن يؤثر في مجرى الأحداث أو صنع القرارات المصيرية الحياتية، وبالتالي يعجز عن تحقيق ذاته أو يشعر بحاله من الاستسلام، في حين أن الطمأنينة النفسية هي التحرر من الخوف أيا كان مصدر هذا الخوف ويشعر الإنسان بالأمن متى ما كان مطمئناً على صحته وعمله وأولاده ومستقبله وحقوقه ومركزه الاجتماعي، فإن حدث ما يهدد هذه الأشياء أو حتى توقع الفرد هذا التهديد فئة يفقد شعوره بالطمأنينة و هي شرط ضروري من شروط الصحة النفسية كما

<sup>1</sup> - مغاربوس، صموئيل: مرجع سابق ذكره، ص2

<sup>2</sup> - القرطي، عبد المطلب: مرجع سابق ذكره، ص63

<sup>3</sup> - سرى، إجلال محمد: مرجع سابق ذكره، ص77

أن فقدان هذا الشعور هو العدو الأول لكل سلام نفسي و صمود أمام الشدائد<sup>1</sup>. و بما أن الاغتراب النفسي كما أشرنا له ظاهرة سلبية بالتالي فهي تناقض جميع المظاهر الايجابية و الطمأنينة النفسية أحد هذه المظاهر فان الكثير من الدراسات أكدت ما توصلنا إليه مثل دراسة : صلاح الدين أحمد(2000) ، عبد الله الدليم ، بستر (Bastre,1986) ومن خلال ما سبق يتبين أن الاغتراب النفسي يتناقض مع الطمأنينة النفسية في العديد من الأبعاد الجوهرية التي لا يمكن إغفالها ، و هو ما يؤكد النتائج التي توصلنا إليها من علاقة سالبة بينهما .

أما من خلال الجدول رقم (15) الذي يبين نسب مظاهر الاغتراب فإننا نلاحظ انتشار واضح لمظهر مركزية الذات و يشير هذا المظهر الى اهتمام الفرد بذاته وجعلها محور تفكيره ، والمبالغة في الاهتمام بمصالحه دون اعتبار لمصالح الآخرين مع عدم الاهتمام بهم أو مشاركتهم في اهتماماتهم ، أو التفكير في مشاكلهم<sup>2</sup> . و بالتالي فان هناك نوع من الأنانية و الاتجاه نحو الذات هو الغالب لدى طلبة التربية البدنية بمختلف مستوياتهم في الجامعة .

كما نلاحظ أن مظهر ""عدم الإحساس بالقيمة"" هو أقل نسب مظاهر الاغتراب و إذا عدنا الى معنى عدم الحساس بالقيمة فهو شعور بعدم القيمة والأهمية لنفسه ، وللأشياء التي يمتلكها والأهداف التي يسعى إلى تحقيقها ، والأعمال التي يقوم بها ، والحياة التي يعيشها.<sup>3</sup> و بالتالي فان طالب التربية البدنية و الرياضية يولي قيمة كبيرة لنفسه و للحياة التي يعيشها.

**2-2 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى:** تبين النتائج التي تحصلنا عليها من خلال المعالجة الإحصائية و التي تشير إلى عدم وجود فروق دالة إحصائية في مظاهر الاغتراب النفسي و لا في مستوى الاغتراب النفسي العام بين الإناث و الذكور و هو ما أظهره الجدول رقم (16)، و هذا دليل على التشابه الكبير في حالة الاغتراب النفسي لدى الجنسين، و بالتالي فهو عامل لا يؤثر بصورة كبيرة في مستويات الاغتراب لدى الطلبة

<sup>1</sup> - عبد الخالق أحمد: مرجع سابق ذكره ، ص248

<sup>2</sup> - أبكر، سميرة حسن:مرجع سابق ذكره،ص102-115

<sup>3</sup> - نفس المرجع،ص102-115

و لا في مظهره و هو ما يحقق الفرض الجزئي الأول الذي ينص على انه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مظاهر الاغتراب النفسي بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير الجنس."

و تتفق هذه النتائج مع العديد من الدراسات التي أجريت في البيئة العربية و الغربية و من هذه الدراسات دراسة : مديحة عباده وآخرون(1997) ،وفاء موسى (2001) ، دراسة بكر (1979) ،ماهوني و كويك (2001)

إلا أن هناك دراسات أخرى تتعارض مع نتائج الدراسة مثل دراسة : الدمنهوري (1990) ، الحديددي (1991) ،جودوين (Godwin،1972)

و يمكن تفسير هذه النتائج إلى انتشار الهدفية الواضحة بين الطلبة إلى جانب وجود قيمة للدراسة في الجامعة و الأهداف المسطرة كانت من أهم الأسباب التي خفضت الفروق بين الجنسين و ذلك ما أشار إليه الجدول رقم (17) لنسب المئوية لمظاهر الاغتراب بين الجنسين، إذ سجلنا اقل المؤشرات في مظهري (عدم الإحساس بالقيمة، و فقدان الهدف) . ومن خلال الجدول رقم (17) و الشكل البياني رقم(2) الذي بين النسب المئوية لمظاهر الاغتراب لدى الإناث مقارنة بالذكور، فان مظهر مركزية الذات يسجل أكبر نسبة لدى الإناث و الذكور و مظهر عدم الإحساس بالقيمة هو اقلهم لدى الجنسين و هو ما يبين التشابه الكبير في مظاهر الاغتراب النفسي بين الجنسين و ذلك من خلال النسب المتقاربة لمظاهره

**2-3 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية:** تشير النتائج التي تحصلنا عليها من خلال المعالجة الإحصائية إلى أنه لا توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الاغتراب النفسي العام و كذلك في ستة مظاهر اخرى بين طلبة النظام الكلاسيكي في التكوين و طلبة نظام ل.م.د في التكوين ،كما بينت النتائج أن هناك فروق دالة إحصائية بين طلبة النظامين في مظهر "عدم الالتزام بالمعايير" لصالح طلبة ل.م.د و هو ما أظهره الجدول رقم (18). و بالتالي فإن "طلبة نظام ل.م.د" لا يلتزمون بالمعايير أكثر من طلبة النظام الكلاسيكي؛ حيث أن عدم الالتزام بالمعايير تمثل إحساس الفرد بالفشل في إدراك وفهم وتقبل القيم والمعايير السائدة في المجتمع وعدم قدرته على الاندماج فيها نتيجة عدم ثقته

بالمجتمع ومؤسساته المختلفة. وهو بذلك اهتزاز القيم والمعايير داخل المجتمع نتسجة للانهيار الذي يلحق بالبناء الاجتماعي وأتساع الهوة بين أهداف المجتمع وقدرة الفرد للوصول إليها مما يؤدي إلى استحسان المعاني والمقاصد الغير مرغوب فيها اجتماعيا لتحقيق الأهداف. ويشير سيمان إلى أن هذا البعد يعبر عن "الموقف الذي تتحطم فيه المعايير الاجتماعية المنظمة لسلوك الفرد حيث تصبح هذه المعايير غير مؤثره، ولا تؤدي وظيفتها كقواعد للسلوك وهذا يعني الوصول إلى الحالة التي تغرق فيها القيم العامة في خضم الرغبات الخاصة الباحثة عن إشباع بأي وسيلة"<sup>1</sup>. وقد يكون المحيط الجامعي (المجتمع الجامعي) هو المتسبب في ذلك، حيث أن "أزمة الهوية و أزمة القيم" هي احد العوامل المتحكمة في هذا المظهر لدى الطلبة، وهو ما يشير إليه "محمد قاسم" الذي يرى بأن المغترب ليس فاقدا للقيم وإنما لديه منها ما يتناقض مع قيم وأعراف المجتمع، حيث أنه كلما ازدادت درجة وحدة هذا التناقض بين ما يدركه الفرد على أنها قيم مهمة وضرورية بالنسبة إليه وما يدركه من قيم الآخرين زاد تبعاً لذلك إحساسه بالاغتراب، وبالتالي فإن الفرد يشعر باختلال المعايير الاجتماعية التي اصطلح عليها المجتمع، و المتمثلة في العادات و التقاليد و الأعراف و الأخلاقيات التي تحكم السلوك<sup>2</sup>.

أما من خلال الجدول رقم (19) فإننا نلاحظ تشابه كبير في النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي حيث أن مظهر "مركزية الذات" هو الأكثر انتشارا لدى النظامين الأكاديميين إذ سجلنا لدى نظام ل.م.د (17.03%) أما عند طلبة الكلاسيكي تقدر بـ (17.16%) و هي متقاربة جدا.

كما أن نسبة عدم الإحساس بالقيمة من دراستهم للتربية البدنية و بين طلبة النظامين هي احد المظاهر المتقاربة و اقلها لدى طلبة النظامين الأكاديميين، حيث أن مظهر "عدم الإحساس بالقيمة" هو الأقل انتشارا بين النظامين التكوينيين، إذ سجلنا (11.99%) لدى طلبة ل.م.د و (11.67%) لدى طلبة الكلاسيكي.

و بالنظر إلى قلت الدراسات التي اهتمت بعلاقة الاغتراب بمتغير النظام الأكاديمي في التكوين للطلبة لدى طلبة الجامعات، كانت هناك دراسة واحدة ضمن الدراسات السابقة و

<sup>1</sup> - شتا، السيد علي:مرجع سابق ذكره،ص364

<sup>2</sup> - عبد الله،محمد قاسم:مرجع سابق ذكره،ص95

كانت عند طلبة الثانويات و هي دراسة الكندي(1998) حول المدرسة والاعتراب لدى طلاب التعليم الثانوي بدولة الكويت"و توصل إلى أن الطلبة في نظام المقررات أقل إحساسا بالاعتراب من نظرائهم في نظام الفصلين.

**2-4 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:** يظهر من خلال النتائج التي تحصلنا عليها بعد المعالجة الإحصائية و التي يبينها الجدول رقم (20) أنه توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الاعتراب النفسي تبعاً لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة لدى طلبة التربية البدنية و ذلك في مستوى الاعتراب العام و كذلك في كل من مظاهر الاعتراب التالية"الشعور بعدم الانتماء،عدم الالتزام بالمعايير،العجز،فقدان الهدف،فقدان المعنى،مركزية الذات" مع عدم وجود فروق بين طلبة السنوات الدراسية في مظهري "فقدان القيمة". حيث تؤكد هذه النتائج عديد الدراسات مثل دراسة : الحديدي، (1990)، خيربي حافظ (1980).

و يمكن إرجاع ذلك إلى مجموعة من الأسباب ذاتية و الاجتماعية حيث إن كل طالب يتأثر بطبيعة و بنوع الجماعة التي يعيش و يدرس معها خلال حياته الجامعية و ذلك من حيث العلاقات و الاتصالات الاجتماعية معهم و هو ما يؤكد تينتو الذي يرى أن "الأفراد الذين يشعرون بعدم الانسجام والذين يفشلون كذلك في إنماء وتطوير مستوى الاتصال الاجتماعي سوف يشعرون حتماً بالاعتراب ويميلون إلى التراجع و الانسحاب من المجتمع ومن تحدياته المختلفة. كما ان الاختلاف في مظهر عدم الشعور بالانتماء يؤكد هذا التفسير إذ يرى ألفرد أن "المغترب هو الذي يكون لديه أحساس ضعيف بالانتماء وشعور بالانقطاع وعدم التفاعل مع الأصدقاء و الأسرة أو ميادين العمل"<sup>1</sup>. فبالإضافة إلى الأسباب السابقة فقد يكون سبب هذه الاختلافات في مظاهر الاعتراب النفسي ترجع إلى ما تسببه العوامل الثقافية مثل أزمة الهوية و أزمة القيم بحكم أن الطلاب في الصفوف الدراسية المختلفة تتأثر متأثر متباين بهذه العوامل و هو ما يتبين من خلال النتائج حيث نلاحظ اختلاف في مظهر "عدم الالتزام بالمعايير" ويشير سيمان إلى أن هذا البعد يعبر عن "الموقف الذي تتحطم فيه المعايير الاجتماعية المنظمة لسلوك

<sup>1</sup> - Alfred , P.& all: Op.Cit,p97

الفرد حيث تصبح هذه المعايير غير مؤثره ولا تؤدي وظيفتها كقواعد للسلوك وهذا يعني الوصول إلى الحالة التي تغرق فيها القيم العامة في خضم الرغبات الخاصة.<sup>1</sup> كما انه قد تكون هناك أسباب ذاتية ناتجة عن التناقض الحاصل بين الأهداف و الرغبات بحسب الصف الدراسي للطالب كما يبين ذلك الاختلاف في مظهر العجز و فقدان الهدف حيث ترجع إجلال سرى أسباب الاغتراب إلى أسباب ذاتية تتمثل بالصراع بين الدوافع والرغبات المتعارضة و الإحباط وما يرتبط به من الشعور بخيبة الأمل والفشل والعجز التام وتحقير الذات<sup>2</sup>.

كما تبين النتائج التي تحصلنا عليها من خلال الجدول رقم (21) للمقارنات البعدية ان هناك فروق بين السنة الثانية كلاسيكي و السنوات الثالثة كلاسيكي و الرابعة كلاسيكي ،و السنة الأولى ل.م.د و الثانية ل.م.د ،حيث كان شعور طلبة السنة الثانية كلاسيكي بالاغتراب هو الاقل بين كل السنوات الدراسية و هو ما أكدته النتائج التي تحصلنا عليها في الجدول رقم (22)،الذي يبين ان المتوسط الحسابي لدى طلبة السنة الثانية كلاسيكي هو الأقل . كما يبين كذلك أن النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي تتشابه من حيث نسبة الانتشار بين طلبة المستويات المختلفة حيث أن مظهر ""مركزية الذات"" هو صاحب أكبر نسبة؛ مقارنة بباقي المظاهر حيث يغلب على جميع الصفوف الدراسية كما نلاحظ ان مظهر عدم الاحساس بالقيمة هو أقل النسب.

<sup>1</sup> - شتاء، السيد علي:مرجع سابق ذكره،ص364  
<sup>2</sup> - سرى، إجلال محمد: مرجع سابق ذكره، ص77

**2-5 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة:** تظهر النتائج التي تحصلنا عليها من خلال المعالجة الإحصائية و التي يبينها الجدول رقم (23) إلى وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين الإناث و الذكور و ذلك لصالح الذكور أي أن الذكور أكثر شعور بالطمأنينة النفسية من الإناث و هو ما يتنافى مع الفرض الجزئي الرابع الذي ينص على انه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير الجنس" و تتفق هذه النتائج مع العديد من الدراسات منها دراسة الحلفاوي (1993)، الريحاني(1985).

و مثل ما ذكرنا في الإطار النظري على انه من خصائص الطمأنينة النفسية أنها ظاهرة إنسانية أوسمة إنسانية يشترك فيها كافة البشر<sup>1</sup>. و بما أن الشعور بالطمأنينة هو شعور نسبي نظراً لتأثره بعدة عوامل مثل حالة الفرد العضوية والعوامل الاجتماعية والاقتصادية و هو ما أشار إليه جبر الذي يؤكد على أن الطمأنينة النفسية هي حالة من التوافق الذاتي والتكيف الاجتماعي الثابتة نسبياً وتتأثر بحالة الفرد العضوية والعوامل الاجتماعية والاقتصادية المحيطة به<sup>2</sup>.

و بالتالي إذا كانت هذه العوامل الاجتماعية و الاقتصادية المحيطة بطلبة التربية البدنية و الرياضية غير مشبعة بقدر متكافئ بينهم داخل المحيط الجامعي، فقد يؤدي ذلك إلى

<sup>1</sup> - سعد علي: مرجع سابق ذكره، ص 15

<sup>2</sup> - جبر، محمد جبر: مرجع سابق ذكره، ص 83

شعور متباين في الطمأنينة. و يؤكد هذا التفسير فرج عبد القادر الذي يشير إلى أن إحساس الفرد بالطمأنينة قد تتمثل "خارجيا" في تحقيق معظم مطالبه و إشباع معظم حاجياته ، و شيوع روح الرضا النفسي ، و تقبل الفرد لنفسه ، و شعوره بالانجاز ، و مشاركته الحقيقية في أنشطة تحقق لديه هذا الإحساس و تدعمه<sup>1</sup>. كما قد يكون شعور الإناث بالنقص في القدرات البدنية مقارنة بالذكور هو السبب في هذه الفروق لأن التربية البدنية و الرياضية تعتمد في معظم حصصها التطبيقية على الجوانب البدنية للطلبة و هذا انطلاقا من هرم ماسلو للحاجات حيث أن الإنسان يقوم بإشباع حاجاته بصفة نظامية ابتداء من حاجات المستوى الأدنى قاعدة الهرم أي الحاجات الفسيولوجية ، ثم ينتقل بالتدريج إلى إشباع الحاجات التي تعلوها في الأهمية<sup>2</sup>.

**6-2 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية الخامسة:** بينت النتائج التي تحصلنا عليها من خلال المعالجة الإحصائية إلى أنه لا توجد أي فروق دالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة النظام الكلاسيكي في التكوين و طلبة نظام ل.م.د (LMD) في التكوين و هو ما أظهره الجدول رقم (24) أي انه لا يوجد اختلاف في مستوى الطمأنينة النفسية يرجع لمتغير نظام التكوين في الجامعة، و هو ما يتنافى مع الفرض الجزئي الخامس الذي ينص على انه" توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير نظام التكوين في الجامعة. ( CLASSIQUE & LMD )"

و قد تفسر هذه النتيجة إلى الرغبة و الهدف الموحد بين طلاب النظامين في دراسة التربية البدنية و الرياضية بغض النظر عن نوع نظام التكوين سواء ل.م.د او كلاسيكي ، و قد أشارت دراسة عادل محمد (2004) الى ان عدم وجود الفروق بين الطلاب يرجع إلى وجود نوع من التوافق في رغبات و ميول الطلاب نحو التخصصات التي إلتحقوا بها ، أو قد يعود إلى المناهج التدريسية المتقاربة<sup>3</sup>.

<sup>1</sup> - فرج عبد القادر طه و آخرون: مرجع سابق ذكره، ص16

<sup>2</sup> - العمري، بسام :مرجع سابق ذكره ص 149

<sup>3</sup> -عادل محمد مرجع سابق ذكره، ص84

كما تعطي هذه النتائج مؤشرا إلى أن نمط التكوين لم يكن له أثر على الطمأنينة النفسية للطلبة، فإذا ربطنا نتائج الطمأنينة النفسية بنتائج مظاهر الاغتراب النفسي فإننا نستنتج أن دراسة التربية البدنية و الرياضية هو هدف بحد ذاته و هو ما أشارة إليه جدول النسب المئوية لمظاهر الاغتراب النفسي إذ سجلنا انتشار منخفض لمظهر فقدان المعنى و فقدان الهدف أي أن دراسة التربية البدنية و الرياضية هدف أكثر منه وسيلة.

**7-2 مناقشة نتائج الفرضية الجزئية السادسة:** تبين المعالجة الإحصائية للنتائج أنه يوجد اختلاف في مستوى الطمأنينة النفسية تبعا لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة، و هو ما يبينه الجدول رقم (25) حيث بين أنه توجد فروق دالة إحصائية، و هذه النتائج تتنافى مع الفرض الجزئي الخامس الذي ينص على أنه " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة".

و قد يرجع هذا الاختلاف في مستوى الطمأنينة النفسية إلى الاختلاف الحاصل في عملية التكيف الاجتماعي لدى طالب التربية البدنية و الرياضية مع الجماعة التي يدرس معها في نفس المستوى الجامعي، و خاصة مع توفر حصص تطبيقية كثيرة تسمح بهذا النوع من التأقلم بالإضافة لما يوفره المحيط الجامعي من احتكاك بين طلاب المستويات الدراسية المختلفة إذ أن الطمأنينة النفسية تتأثر بمثل هذا النوع من التواصل و هو ما يؤكد جبر الذي يرى أن الطمأنينة النفسية حالة من التوافق الذاتي والتكيف الاجتماعي، و المقصود هنا بعملية التكيف الاجتماعي هو قدرة المرء على التلاؤم مع بيئته الخارجية والتوفيق بين المطالب الغريزية ومتطلبات العالم الخارجي.<sup>1</sup>

و اذا ما عدنا إلى الجدول رقم (26) فإننا نلاحظ ان هناك فروق بين السنة الثالثة كلاسيكي و كل من " الثانية كلاسيكي، و الرابعة كلاسيكي، و الأولى ل.م.د و الثالثة ل.م.د". كما كانت هناك فروق بين طلبة السنة الثانية ل.م.د و " الثانية كلاسيكي و الثالثة ل.م.د". كما لم تكن هناك فروق دالة إحصائية بين طلبة السنة الثالثة كلاسيكي و السنة الثانية ل.م.د، و هو ما يدل على انه لم توجد فروق بين طلبة السنة الثالثة كلاسيكي و

<sup>1</sup> - جبر، محمد جبر: مرجع سابق ذكره، ص 83

السنة الثانية ل.م.د، و ان كليهما يختلف في مستوى الطمأنينة النفسية مع السنة الثانية كلاسيكي حيث و جدنا فروق دالة إحصائيا بينهم. و اذا ما عدنا الى النتائج التي يشير لها الجدول رقم (27) نجد أن طلبة السنة الثانية كلاسيكي هم الأكثر شعورا بالطمأنينة النفسية بين جميع المستويات الدراسية و أن طلبة السنة الثالثة كلاسيكي و السنة الثانية لم.د هم الاقل شعورا بالطمأنينة النفسية حيث كانوا هم أقل شعورا بالطمأنينة النفسية مقارنة بباقي السنوات الدراسية.

و يمكن تفسير هذه النتائج الى طبيعة الجماعة التي يتواجد معها الطالب أي الجماعة التي يدرس معها في نفس المستوى الدراسي حيث أن جود الفرد في جماعة ذات ميول متقارب تعمل على زيادة روابط المشاعر الطيبة و تقلل الإحساس بالخطر أي يقلل الفروق في مشاعر الطمأنينة بينهم و هو ما أشارة إليه دراسة **معن خليل** الذي توصل إلى أن و جود الطالب داخل جماعة تماثله في الميول تزيد من مشاعر الود و المحبة مما يجعل الأفكار الجماعية وسيلة لإثراء النفس و بالتالي يزداد إحساس الفرد بالأمن و الطمأنينة النفسية بوجود آخرين يشاركونه مشاعره و أحاسيسه و هواياته.<sup>1</sup>

كما قد يلعب طبيعة المنهج الدراسي لدى كل مستوى من المستويات السابقة دور هام في هذه الفروق حيث أن درجة إدراك الطلاب لطبيعة هذا المنهج و المواد المحتواة فيه و توزيع الحصص الخاصة بالجوانب النظرية و التطبيقية يعد احد الأمور الهامة.

و بالتالي فان متغير مستوى التعليم في الجامعة كان له تأثير في مستوى الطمأنينة لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية، و قد أظهرت عديد الدراسات نتائج مشابهة مثل دراسة جبر (1996).

<sup>1</sup> - معن خليل:مرجع سابق ذكره، ص139

خاتمة

**خاتمة:**

مما لا شك فيه أن الجامعات كمؤسسات للتعليم العالي تلعب دورا رياديا في تنمية هذه المجتمعات، حيث أصبحت بحد ذاتها عبارة عن عالم صغير داخل عالم كبير، فبخلاف باقي المؤسسات الاجتماعية تجمع إطارات المستقبل المعول عليهم في بناء الأمة و السير بها قدما نحو الازدهار في شتى النواحي؛ إذ إن التوسع الواضح للتعليم الجامعي في ظل تعدد الثقافات فرض تحديات كبيرة على الباحثين، و ما نتائج الدراسة التي تم التوصل إليها من خلال معرفة انعكاس مظاهر الاغتراب النفسي على الطمأنينة النفسية إلا إسهام من اجل نشر الوعي حول ضرورة إجراء المزيد من الدراسات حول القضايا المعاصرة التي تخترق الجامعات و تهدد الطلاب من جميع النواحي سواء كانت ثقافية، أو اجتماعية، أو نفسية، و لعل الدراسة الحالية كشفت نوع من اللبس حول مظاهر الاغتراب المختلفة التي تنتشر في البيئة الجامعية الجزائرية من خلال الدراسة التي طبقت على عينة من التريبة البدنية و الرياضية.

و ما النتائج التي توصلنا إليها إلا إجابة مرحلية عن مجموعة من التساؤلات التي كان تدور حول الاغتراب كظاهرة إنسانية موجودة حقا و لكنها كانت تحتاج لرؤية متمعنة من اجل معالجتها، و خاصة أن فئة الشباب و المتمثلين في دراستنا بالطلاب الجامعيين تظل من أكثر الفئات عرضة و قابلية للتأثر بهذه الظواهر، و ذلك لعدم توفر درجة متكافئة بينهم من حيث الوعي و الاستعدادات الانفعالية و الذهنية و الاجتماعية في استيعاب و إدراك أبعاد هذه الظاهرة و أثرها على مستوى صحتهم النفسية داخل المؤسسات الاجتماعية، و بالتالي أصبح من الضروري أخذ النتائج المتحصل عليها في الدراسة مأخذ الجد بل يجب أن تكون انطلاقة حقيقة من اجل توفير قدر كافي من الرعاية لهذه الفئة الطلابية وإطلاق ديناميت التطور و تحويل المكون الثقافي إلى قوة دافعة للصمود، قوة تملك شروط التفاعل و القدرة على الاستفادة من منجزات العلم و ثورة المعلومات لتعزيز الوعي، و مواجهة الاغتراب بشتى أشكاله.

# استنتاجات و توصیات

## 1- إستنتاجات الدراسة:

تعد الاستنتاجات أهم ما توصل إليه الباحث في مجمل دراسته، كما تبين مدى تحقيق الأهداف التي سطرها في بداية عمله حيث تعتبر تنويع لجهده الذي قام به طيلة عملية البحث و بالتالي و من خلال تحليل و استقرار نتائج تطبيق أدوات الدراسة و بعد تحليل ومناقشة فرضياتها و يمكن إجمال هذه الاستنتاجات في ما يلي:

- 1- كلما زاد شعور الفرد بالاغتراب النفسي فان ذلك يؤثر سلبا على مستوى الطمأنينة النفسية لديه ؛ حيث أن العلاقة التي تربط بين الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية عبارة عن علاقة إرتباطية سالبة قوية و دالة إحصائيا و بالتالي فان انعكاسات الاغتراب النفسي على الطمأنينة النفسية تعد انعكاسات سلبية .
- 2- يختلف طلبة التربية البدنية في نسبة انتشار مظاهر الاغتراب بينهم، حيث إن مظهر مركزية الذات يمثل أعلى نسبة انتشار ؛ و يليه مظهر العجز، ثم فقدان المعنى، ثم مظهر عدم الالتزام بالمعايير، ثم مظهر الشعور بعدم الانتماء، ثم فقدان الهدف أما مظهر عدم الإحساس بالقيمة فهو المظهر الأقل نسبة بين طلبة التربية البدنية و الرياضية.
- 3- لا يختلف الإناث و الذكور في درجة شعورهم بالاغتراب النفسي العام و لا في مظاهره حيث لم تكن هناك فروق دالة إحصائيا بين طلبة التربية البدنية و الرياضية في مظاهر الاغتراب النفسي و لا في مستوى الاغتراب العام تبعا لمتغير الجنس.
- 4- بالرغم من ان طلبة التربية البدنية و الرياضية في كل من نظام ل.م.د و النظام الكلاسيكي لا يختلفون فيما بينهم في مستوى الاغتراب العام و لا في مظاهره المتمثلة في "عدم الشعور بالانتماء، العجز، عدم الإحساس بالقيمة، فقدان الهدف، فقدان المعنى، مركزية الذات" و التي لم نسجل فيها أي فروق دالة إحصائيا ؛ إلا أن طلبة النظامين يختلفون في ما بينهم في مظهر "عدم الالتزام بالمعايير" حيث كان طلبة ل.م.د أكثر شعورا بهذا المظهر من طلبة الكلاسيكي .

- 5- يتباين طلبة التربية البدنية و الرياضية في مستوى الشعور بالاغتراب العام و مظهره المتمثلة في " عدم الشعور بالانتماء، عدم الالتزام بالمعايير، العجز، فقدان الهدف، فقدان المعنى، مركزية الذات" و ذلك تبعا للمستوى الدراسي في الجامعة.
- 6- لم يكن هناك اختلاف بين طلبة التربية البدنية و الرياضية في مظهر "عدم الإحساس بالقيمة" ترجع لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة.
- 7- طلبة السنة الثانية كلاسيكي هم الأقل شعورا بالاغتراب النفسي بين كل الصفوف الدراسية.
- 8- طلبة التربية البدنية الذكور يتميزون بمستوى أعلى في الطمأنينة النفسية مقارنة بالإناث حيث توجد فروق بين طلبة التربية البدنية و الرياضية في مستوى الطمأنينة النفسية ترجع لمتغير الجنس لصالح الذكور .
- 9- لا يوجد اختلاف بين طلبة التربية البدنية و الرياضية في مستوى الطمأنينة النفسية ترجع لمتغير نظام التكوين أي لم تكن هناك فروق في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة ل.م.د، و طلبة الكلاسيكي في شعورهم بالطمأنينة النفسية.
- 10- إن شعور طلبة التربية البدنية و الرياضية بالطمأنينة النفسية يختلف باختلاف مستوياتهم الدراسية في الجامعة حيث كانت هناك فروق دالة إحصائيا بين طلبة التربية و البدنية و الرياضية ترجع لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة.
- 11- طلبة السنة الثالثة كلاسيكي و الثانية ل.م.د هم الأقل شعورا بالطمأنينة النفسية بين المستويات الدراسية المختلفة أما طلبة السنة الثانية كلاسيكي هم الأكثر شعورا بالطمأنينة النفسية.

بعد مناقشة النتائج و تحليلها؛ توصلنا إلى مجموعة من الاستنتاجات، ومن خلالها أصبح من الضروري اقتراح جملة من التوصيات بحيث تكون هذه التوصيات و الاقتراحات دقيقة و هادفة بما يخدم صالح طلبة التربية البدنية و الرياضية و طلاب الجامعات الجزائرية بصفة عامة لان الطالب الجامعي هو إطار المستقبل الذي تعول عليه البلدان في ارتقائها و تطورها.

## 2 - الإقتراحات و التوصيات:

- 1- تهيئة المناخ الجامعي الذي يشبع احتياجات الطلاب و يبعدهم عن الشعور بالاغتراب النفسي و يوفر لهم حالة جيدة من الطمأنينة النفسية.
- 2- الاهتمام بمساعدة الطلاب على حل ما يواجههم من مشكلات حتى لا تكون سبباً يؤدي بهم إلى انعدام الطمأنينة النفسية و الشعور بالاغتراب .
- 3- تشجيع قنوات الاتصال بين الطلبة و المحيط الجامعي بما يكفل حياة جامعية مستقرة دون مشاكل.
- 4- ضرورة توفير برامج و قائية و خدمات إرشادية نفسية تساعد الطلاب على تحقيق التوافق المدرسي و الاجتماعي مما يساعد على تحقيق الطمأنينة النفسية و تخفيف حالات الشعور بالاغتراب.
- 5- إنشاء و وحدات الإرشاد و التوجيه النفسي في الجامعات في خدمة الطلبة من أجل الارتقاء بالحالة النفسية للطلاب الجزائري و هو ما يؤدي بالضرورة الى تحسين الصحة النفسية .
- 6- اجراء بحوث و دراسات أخرى تهتم بظاهرة الاغتراب و الطمأنينة النفسية تتناول مواضيع مثل :
  - بناء مقاييس للاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية خاصة بطلبة التربية البدنية و الرياضية للمرحلة الجامعية.
  - إجراء المزيد من الدراسات و البحوث لإلقاء الضوء حول الأسباب المؤدية للاغتراب النفسي، و العوامل التي تحد من انتشار هذه الظاهرة بين طلبة الجامعات الجزائرية.

- 
- 
- إجراء دراسات ميدانية تهتم الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية و علاقتهما ببعض المتغيرات الأخرى مثل التحصيل الدراسي ، العمر، الإبداع...الخ.
  - اجراء دراسات تحاول تسليط الضوء على لاغتراب و الطمأنينة النفسية و علاقتهما ببعض المتغيرات النفسية و اجتماعية أخرى مثل: القلق، دافعية الانجاز،التوافق،الوحدة النفسية،الاكتئاب،الاتجاهات،أزمة الهوية و القيم...الخ.

# قائمة المصادر والمراجع

## 1- المصادر و المراجع العربية:

### أ- قائمة الكتب:

1. أبو حامد الغزالي: إحياء علوم الدين ، ط2 ، ج8، دار الغد العربي، القاهرة ،1987.
2. أحمد النكلاوي : الاغتراب في المجتمع المصري المعاصر ، دار الثقافة العربية، القاهرة ،1989.
3. أحمد عبد الخالق: علم النفس العام، الدار الجامعية، بيروت، 1983.
4. أحمد عبد الخالق: الأبعاد الأساسية للشخصية، ط4، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 1984.
5. أحمد عمر سليمان روبي: الأهداف التربوية في المجال النفسو حركي ،دار الفكر العربي ، ط1 ، 1996.
6. أحمد مصطفى: الخدمة الاجتماعية، ط3، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، 1997.
7. أحمد محمد: الإحصاء في التربية وعلم النفس، ط1، المكتب الجامعي الحديث ، الإسكندرية ، 1999.
8. اريك فروم: الاغتراب، ترجمة حسن محمد حماد، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع، بيروت، 1995.
9. إخلص محمد ، حسن باهي: طرق البحث العلمي والتحليل الإحصائي، ط2 ، دار الكتاب للنشر، القاهرة، 2002.
10. إسماعيل على: الأمن التربوي العربي، عالم الكتب، القاهرة، 1989.
11. الأبحر محمد عاطف: قياس التوافق المهني المدرسي التربية الرياضية، ط1، دار الإصلاح، القاهرة 1984.
12. الشيباني ابن البديع : تيسير الوصول إلي جامع الأصول من حديث الرسول ، دار المعرفة بيروت ، 1977.
13. الصافي بدوي: السلوك الإنساني و البيئة الاجتماعية، ج1، دار القلم، دبي، الإمارات العربية، 1996.
14. المبروك عثمان أحمد و زملائه: طرق التدريس وفق المناهج الحديثة، ط2، طرابلس، 1990.
15. أمر الله أحمد البساطي: أسس و قواعد التدريب الرياضي، منشأة المعارف ، الإسكندرية، ط1، 1998.
16. أمين أنور الخولي: أصول التربية البدنية و الرياضية، دار الفكر العربي، ط3، 2001.
17. أنور الجندي: مفاهيم العلوم الاجتماعية والنفس والأخلاق في ضوء الإسلام، دار الاعتصام، القاهرة 1977.
18. أيمن فاروق : اللياقة البدنية و أهميتها، مطابع الإشعاع المصرية، 2001.
19. بربرا انجليز: مدخل إلى نظريات الشخصية، ترجمة فهد بن دلیم، دار الحارثي للطباعة والنشر، الطائف، 1991.

20. تشارلز بيوكر : أسس التربية البدنية ، ترجمة حسن معوض و كمال صالح عبده ، مكتبة الأنجلو المصرية للنشر ، 1964
21. جليل وديع:كيف تصنعين مستقبلا لطفلك، ط 2، عالم الكتب، بيروت، 1995.
22. جمال عبد الغني :أراء علماء النفس في الخوف ومثيراته، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، 1989.
23. حامد زهران: التوجيه والإرشاد النفسي، ط3، عالم الكتب، القاهرة، 1988.
24. حامد زهران: علم النفس الاجتماعي، ط5، عالم الكتب، القاهرة، 1984.
25. حسن منصور: الانتماء والاعترا ب، دار جرش للنشر والتوزيع، الأردن، 1989
26. حسين محي الدين: القيم الخاصة لدى المبدعين، دار المعارف، القاهرة، 1989.
27. حلمي إبراهيم: التربية الرياضية والترويح للمعاقين، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 1998
28. ديل كارنيجي: دع القلق و ابدأ الحياة ، ترجمة عبد المنعم الزيا دي، ط5، مكتبة الخانجي، القاهرة، 1956
29. سامي خشبة: مصطلحات فكرية، المكتبة الأكاديمية، مصر ، 1994.
30. سمارة عزيز، و عصام النمر: محاضرات في التوجيه و الإرشاد ، ط3، دار الفكر للنشر و التوزيع ، عمان، الأردن، 1999.
31. سليمان عويدات :ظاهرة العنف والمسؤولية الأمنية والتربوية والجامعية، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض، 1999
32. شاخت ريتشارد: الاغتراب، ترجمة كامل يوسف حسين، المؤسسة العربية للنشر، بيروت ، 1980.
33. شارلز شيفر، هوارد ميلمان:مشكلات الأطفال و المراهقين و أساليب المساعدة فيها ،ترجمة نسيم داوود و نزيه حمدي ،منشورات الجامعة الأردنية، عمان، 1989.
34. صالح الصنيع:دراسات في التأصيل الإسلامي لعلم النفس، دار عالم الكتب للطباعة والنشر والتوزيع، الرياض، 1998.
35. صالح عبد العزيز: التربية وطرق التدريس، ط3، القاهرة، 1965.
36. صموئيل مغاريوس: الصحة النفسية والعمل المدرسي، مكتبة النهضة المصرية ، القاهرة ، 1974.
37. ديوبولد فاندلين :مناهج البحث في التربية و علم النفس ،ترجمة نبيل نوفل و آخرون،مكتبة الانجلو المصرية، القاهرة، 1986.
38. رابح تركي: مناهج البحث في علوم التربية و علم النفس، المؤسسة الوطنية للكتاب، الجزائر، 1984.
39. عادل الأشول، وآخرون :التغير الاجتماعي "اغتراب شباب الجامعة"، أكاديمية البحث العلمية، القاهرة، 1985.
40. عامر الكبيسي: سيكولوجية التدريب، مركز الدراسات و البحوث، جامعة نايف ،الرياض، 1425هـ.

41. عبد الخالق أحمد: علم النفس العام، الدار الجامعية، بيروت، 1983.
42. عبد الرحمن سعد: القياس النفسي، ط1، مكتبة الفلاح، الكويت، 1983.
43. عبد الرحمان العيسوي: علم النفس والإنتاج، الدار الجامعية للنشر، الإسكندرية، 1997.
44. عبد الرحمان العيسوي: اختبار الصحة النفسية، (الأمان، وعدم الأمان)، دار النهضة، القاهرة، 1978.
45. عبد الرحيم عدس: بناء الثقة وتنمية القدرات في تربية الأطفال، دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع، الأردن، 1998.
46. عبد العزيز صالح: التربية و طرق التدريس، دار المعارف، مصر، 1984.
47. عبد اللطيف الدمهوري: الشعور بالاجتراب عن الذات و ،الأخرين الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة، 1990.
48. عبد اللطيف خليفة: دراسات في سيكولوجية الاجتراب، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، 2003.
49. عبد الله نجيب سالم: المراهقون، ظاهرة الانحراف، أسبابها وعلاجها، دار ابن حزم للطباعة، لبنان، د.ت.
50. عبد المجيد لطفي: علم الاجتماع، الطبعة السابعة، دار المعارف، القاهرة، 1976.
51. عبد المطلب القريطي: الصحة النفسية، ط1، دار الفكر العربي، 1998.
52. عبد المنعم الحفني: موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، مكتبة مدبولي، القاهرة، 1994.
53. عدنان درويش وآخرون: التربية البدنية دليل المعلم المفصل و طالب التربية العلمية، دار الفكر العربي، ط4، 1998.
54. عزت حجازي: الشباب العربي ومشكلاته، عالم المعرفة، الكويت، 1985.
55. عكاشة محمود فتحي: الطب النفسي المعاصر، مكتبة الانجلو، القاهرة، 1992.
56. علي السيد شتا : نظرية الاجتراب من منظور الاجتماع ، دار عالم الكتب للنشر ، الرياض ، 1984 .
57. علي السيد: نظريات علم الاجتماع ، مؤسسة شباب الجامعة، 1993.
58. علي سلوم جواد : الاختبارات والقياس والإحصاء في المجال الرياضي ، مطبعة الطيف، بغداد ، 2004.
59. علي عويس ، عصام الهلالي : الاجتماع الرياضي، ط1 ، دار الفكر العربي، القاهرة ، 1997
60. غسان الصادق، سامي صفار: التربية والتربية الرياضية، مديرية دار الكتب للطباعة و النشر، جامعة الموصل، 1988.
61. فاطمة عوض، ميرفت علي: أسس و مبادئ البحث العلمي، ط1 ، مطبعة الإشعاع الفنية ، الإسكندرية، 2002.

62. فايز مراد دندش: اتجاهات جديدة في المنهاج و طرق التدريس، دار الوفاء لدنيا الطباعة و النشر، الطبعة الأولى، مصر، 2003.
63. فؤاد بهي السيد: علم النفس الإحصائي و قياس العقل البشري، ط3، دار الفكر العربي، القاهرة، 1979.
64. فرانكل، فيكتور : الإنسان يبحث عن معنى، ترجمة طلعت منصور، مكتبة الأنجلو ، القاهرة ، 1982.
65. فرج عبد القادر طه و آخرون: معجم علم النفس و التحليل النفسي، دار النهضة، بيروت، د.ت.
66. فهمي توفيق مقبل: النشاط المدرسي، دار الميسرة، بيروت، 1978
67. فيصل عباس: الشخصية في ضوء التحليل النفسي، ط1، دار المسيرة، بيروت، 1982.
68. كاظم محمد: التغير في قيم الطلبة ، القاهرة ، لأنجلو المصرية، 1986.
69. كمال الدسوقي: ذخيرة علوم النفس، المجلد 2، مطبعة الأهرام، مصر، 1990.
70. كمال جميل الربضي: التدريب الرياضي للقرن الواحد والعشرين، ط1، دار وائل للنشر والتوزيع، الأردن، 2004
71. كورت مانيل: التعلم الحركي، ترجمة علي نصيف، ط2، طباعة جامعة بغداد، 1987.
72. مجدي أبو عبد الله: السلوك الاجتماعي و ديناميته، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، 2003.
73. محمد أحمد : علم النفس العام، القاهرة، مكتبة عين شمس، 1999.
74. محمد إسماعيل: الطفل من الحمل إلي الرشد، ط1، دار القلم، الكويت، 1989.
75. محمد الحماحي ، أمين أنور الخولي : أسس بناء برامج التربية الرياضية ، دار الفكر العربي ، القاهرة ، 1990
76. محمد الحماحي: أصول اللعب و التربية الرياضية و الرياضة، مطبوعات نادي مكة الثقافي، مكة المكرمة، 1986
77. محمد جواد الخطيب: التوجيه و الإرشاد النفسي بين النظرية و التطبيق، ط8، 1998.
78. محمد حسن علاوي : علم النفس الرياضي، ط1 ، مركز الكتاب للنشر ، مصر ، 1997
79. محمد خضر: الاغتراب و التطرف نحو العنف، دار غريب، القاهرة، 1999
80. محمد سعد زغلول، و آخرون: تكنولوجيا إعداد معلم التربية الرياضية، مطبعة الإشعاع الفنية، ط1، 2001
81. محمد شفيق: الإنسان و المجتمع "مقدمة في السلوك الإنساني و مهارات القيادة و التعامل"، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، د.ت.
82. محمد عاطف: الإنسان و الاغتراب، سعد الدين للطباعة و النشر، دمشق، 1997 .
83. محمد عباس: الاغتراب و الإبداع الفني، دار غريب للطباعة و النشر، القاهرة، 2004.
84. محمد عبد الرحمان: نظريات الشخصية، دار قباء، القاهرة، 1998.

85. محمد عثمان نجاتي: القرآن و علم النفس، ط3، دار الشروق ، بيروت، 1408هـ.
86. محمد عودة و كمال مرسى: الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام، دار القلم، الكويت، 1997.
87. محمود رجب: الاغتراب، سيرة مصطلح، دار المعارف، القاهرة، 1986.
88. محمود عنان وآخرون: المعرفة الرياضية، دار الفكر العربي ، ط1 ، 1999
89. محمود عوض بسيوني، فيصل ياسين الشاطي: نظريات وطرق التربية البدنية والرياضة، الجزائر، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية 1992
90. محمود عوض :الموجز في الصحة النفسية، ط1، دار المعارف، مصر، د.ت
91. محمود عوض: علم النفس العام، الدار الجامعية للطباعة و النشر، بيروت، 1981.
92. محمود فتحي: الصحة النفسية، مطبعة الجمهورية، الإسكندرية، مصر، 1999 .
93. محمد نصر الدين :الإحصاء الاستدلالي في علوم التربية البدنية و الرياضية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة، 2003.
94. مرسى كمال: الصحة النفسية في ضوء علم النفس والإسلام، دار القلم، الكويت، 1986.
95. مصطفى العوجي :الأمن الاجتماعي مقوماته و تقنياته، ط1، مؤسسة نوفل ،بيروت، 1983.
96. مصطفى حجازي :الصحة النفسية من منظور دينامي تكاملي للنمو في البيت والمدرسة، المركز الثقافي العربي ، الدار البيضاء ، 2000 .
97. مفتي إبراهيم حماد: التدريب الرياضي الحديث ،دار الفكر العربي، القاهرة، 2001.
98. مروان عبد المجيد: أسس البحث العلمي ، ط1 ، مؤسسة الوراق للنشر، عمان، الاردن ، 2000.
99. نبيل اسكندر: الاغتراب و أزمة الإنسان المعاصر، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية ، 1988.
100. نبيلة أحمد: منظومة التدريب الرياضي، ط1، دار الفكر العربي، مصر، 2003
101. نشواني عبد الحميد: علم النفس التربوي، ط2، دار الفرقان، الأردن، 1985
102. نعيم الرفاعي: الصحة النفسية "دراسة في سيكولوجية التكيف" ، ط7 ، جامعة دمشق للطبع والنشر ، سوريا، 1987.
103. نوال إبراهيم ، ميرفت خفاجة: طرق التدريس في التربية البدنية والرياضية، ط1، ج2 ، مكتبة الإشعاع، القاهرة 2002
104. هارالد شومان و آخرون: فح العولمة ،ترجمة عدنان عباس، دار عالم المعرفة للنشر، الكويت، 1998.
105. هاني عبد الرحمان: الإدارة التعليمية مفاهيم و آفاق، دار وائل للنشر، عمان، الأردن. 1999.
106. هدى محمد: الطفل تنشئته وحاجاته، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، د.ت.

107. وليم منروليف: أضواء الطب النفسي على الشخصية والسلوك ، ترجمة محمد غالي، مكتبة القاهرة الحديثة ،القاهرة،1966.
108. يوسف القاضي ، و آخرون:الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي ، ط1، دار المريخ للنشر، الرياض ، السعودية ،1401هـ.
109. يوسف القرضاوي :الإيمان و الحياة ، ط 6، مكتبة وهبة، القاهرة، 1978.

### ب - قائمة المعاجم و القواميس

1. المنجد في اللغة، ط26، دار المشرق، بيروت، لبنان، 1975.
2. مجمع اللغة العربية: المعجم الوجيز، وزارة التربية و التعليم، مصر، 1994.
3. مجمع اللغة العربية: المعجم الوسيط، ط4، طباعة وزارة التربية و التعليم، مصر، 2004.
4. مجمع اللغة العربية: معجم الفلاسفة، الهيئة العامة للنشر و الطباعة الاميرية ، القاهرة ، 1983.
5. مجمع اللغة العربية: معجم علم النفس و التربية، الهيئة العامة للنشر و الطباعة الاميرية ، القاهرة ، 2003،
6. عبد الحميد جابر ،و علاء الدين الكفافي: معجم علم النفس و الطب النفسي، دار النهضة العربية ، القاهرة ، 1988.
7. فاخر عاقل: معجم العلوم النفسية، دار الرائد، لبنان، 1988.
8. مسعود جبران :القاموس الرائد ،المجلد الأول، ط4،دار العلم للملايين،بيروت

### ت- المجلات و الدوريات العلمية:

1. احمد حافظ،و محمود مجدي: أثر العلاج النفسي الجماعي على الطمأنينة النفسية و تأكيد الذات لدى طلاب الجامعات،مجلة علم النفس،العدد4،الهيئة المصرية العامة للكتاب،القاهرة،1991.
2. إجلال محمد سري: الاغتراب والتغريب الثقافي والتغريب اللغوي لدى عينة جامعية مصرية،مجلة كلية التربية عين شمس،عدد 17، القاهرة ، 1993 .
3. إدريس عزام:الاغتراب السياسي لدى المتعلمين الشباب وعلاقته ببعض المتغيرات، مجلة جامعة دمشق، المجلد 13، العدد 2،سوريا، 1997.
4. الكندري يوسف: المدرسة والاغتراب الاجتماعي ، دراسة ميدانية لطلاب التعليم الثانوي بدولة الكويت ،المجلة التربوية، المجلد 12،العدد 46 ،جامعة الكويت ،1998.
5. بسام العمري :درجة تحقق حاجة الإحساس بالأمن لدى أعضاء هيئة التدريس في الجامعات الأردنية الرسمية، دراسات في العلوم التربوية، المجلد165،العدد 1 ، الاردن ، 1996 .

6. جبر محمد جبر :بعض المتغيرات الديموجرافية المرتبطة بالأمن النفسي ، مجلة علم النفس ،العدد390 ،السنة 10، الهيئة المصرية العامة للكتاب، 1996.
7. رشاد الدمنهوري : الشعور بالاغتراب عن الذات والآخرين دراسة عاملية حضارية مقارنة ، مجلة على النفس العدد 13،مصر،1990.
8. زينب الشقير :القيمة التنبؤية لبعض الحالات الإكلينيكية المختلفة من الطمأنينة النفسية ، والتفاوت والتشاؤم ، مجلة كلية التربية ،جامعة طنطا، العدد 23 ،1996.
9. سامية محمد:المناخ الدراسي و علاقته بالتحصيل و الطمأنينة النفسية لدى طالبات كلية التربية للبنات، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، العدد25، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، 2001.
10. سعد علي: مستويات الأمن النفسي لدى الشباب الجامعي " بحث ميداني حضاري مقارن" ، مجلة جامعة دمشق، المجلد 15، العدد1، جامعة دمشق، 1999.
11. عبد الله عويدات :مظاهر الاغتراب عند معلمي المرحلة الثانوية في الأردن ، دراسات العلوم الإنسانية،المجلد 22، عمان،1995.
12. عبد المطلب القريطي ، و آخرون: دراسة ظاهرة الاغتراب لدى عينة من طلاب الجامعة السعوديين وعلاقتها ببعض المتغيرات الأخرى،مجلة رسالة الخليج العربي،العدد39، 1988.
13. عبد المنعم بدر : الاغتراب وانحراف الشباب العربي ،المجلة العربية للدراسات الأمنية ، المجلد 8 ، العدد16، 1414هـ.
14. علي الزغل ، و آخرون: الشباب والاغتراب، "دراسة ميدانية من شمال الأردن"، مؤته للبحوث والدراسات، المجلد5، العدد2، 1990.
15. عماد مخيمر: إدراك الأطفال للأمن النفسي من الوالدين وعلاقته بالقلق واليأس،مجلة دراسات نفسية، مجلد 13،العدد4، 2003.
16. غازي العتبي :علاقة ضغوط العمل بالاضطرابات السيكوسوماتية والغياب الوظيفي في دولة الكويت، مجلة العلوم الاجتماعية، المجلد 25، العدد 2، جامعة الكويت،1997.
17. فتح الله خليف :الاغتراب في الإسلام، مجلة عالم الفكر،المجلد10 ،العدد1، جامعة الكويت ، 1979.
18. قيس النوري:الاغتراب،اصطلاحاً ومفهوماً وواقعاً، عالم الفكر، المجلد10، العدد 1، 1979.
19. كمال ديراني و الضيراني،عيد: اختبار ماسلو للشعور بالأمن النفسي. مجلة دراسات العلوم الإنسانية، مجلد 10، العدد2،الجامعة الأردنية،1983.
20. محمد عبد المجيد:مدى فعالية الغناء الجماعي في خفض الخجل لدى تلاميذ التعليم الأساسي، مجلة كلية التربية بدمياط، عدد 24، 1995.

21. محمود حسين :مفهوم الذات وعلاقته بمستويات الطمأنينة الانفعالية، مجلة العلوم الاجتماعية، المجلد15، العدد3،1987.
22. محمود عطا حسين:مفهوم الذات و علاقته بمستويات الطمأنينة،مجلة العلوم الاجتماعية،مجلد 12،العدد11، الجامعة الأردنية ،عمان ، 1987
23. مديحة عبادة، و آخرون: مظاهر الاغتراب لدى طلاب الجامعة في صعيد مصر- دراسة مقارنة - مجلة علم النفس، عدد 44 ، 1997
24. منصور بن زاهي:مظاهر الاغتراب الاجتماعي لدى طلبة الجامعات، مجلة العلوم الإنسانية، الجزائر، العدد25، 2001.
25. موسى رشاد وباهي أسامة :النسق القيمي وعلاقته بالطمأنينة الانفعالية، مجلة الأبحاث التربوية والنفسية، العدد 14، 1989.
26. سيد المليجي:الأمن في الإسلام حاجة إنسانية، مجلة الوعي الإسلامية، الكويت، العدد 399، 2006.

### ث- مؤتمرات علمية:

1. أماني عبد المقصود:الشعور بالأمن النفسي وعلاقته بأساليب المعاملة الوالدية لدى تلاميذ المدرسة الابتدائية،المؤتمر الدولي السادس لمركز الإرشاد النفسي بجامعة عين شمس،1999.
2. عبد العاطي الصياد :الإرهاب بين الأسباب والنتائج في عصر العولمة،ورقة مقدمة للندوة العلمية الإرهاب والعولمة،الرياض ، 1422 هـ.
3. حامد زهران : الأمن النفسي دعامة أساسية للأمن القومي العربي والعالمي ، ندوة الأمن القومي العربي اتحاد التربويين العرب ، بغداد،1988.

### ج- الرسائل و الأطروحات الجامعية:

1. أحمد خيرى:سيكولوجيا الاغتراب لدى طلبة الجامعة في مصر،رسالة دكتوراه غير منشورة،جامعة عين شمس ،مصر،1980.
2. أحمد، صلاح الدين: العلاقة بين الاغتراب النفسي والتوافق النفسي والاجتماعي لدى الطلاب اليمنيين والعرب في الجامعات اليمنية، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عدن، اليمن، 2000.
3. إسماعيل نبيه :دراسة لبعض العوامل النفسية المرتبطة بالصحة النفسية السليمة لدى طلاب الجامعة، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية جامعة عين شمس، 1980.
4. بكر أحمد الياس:قياس مفهوم الذات و الاغتراب لدى طلبة الجامعة، رسالة دكتوراه غير منشورة،كلية الآداب ،الجامعة المستنصرية،مصر،1979.

5. بوسكرة أحمد: النشاط البدني الرياضي المكيف لدى الأطفال المتخلفين عقلياً في المراكز الطبية البيداغوجية، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الجزائر، 2008.
6. حكمت الجميلي: الالتزام الديني وعلاقته بالأمن النفسي لدى طلبة صنعاء، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة صنعاء، 2001.
7. زهور بشماخ: الأمن النفسي والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من المرضى المرفوضين اسرياً والمقبولين اسرياً بمنطقة مكة المكرمة ، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى ، مكة، 2001.
8. سامية الحلفاوي: الطمأنينة الانفعالية لدى طلبة وطالبات الجامعات، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الدراسات الإنسانية ، جامعة الأزهر ، مصر، 1993.
9. سليمان المالكي : العلاقة بين الاغتراب النفسي وبعض المتغيرات المتعلقة به لدى طلاب وطالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية، 1415هـ.
10. عادل بن محمد: الاغتراب و علاقته بالأمن النفسي، دراسة ميدانية على طلبة جامعة محمد بن سعود، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض، 2004.
11. سميرة حسن أبكر: الحاجة للإيمان و أثرها على الأمن النفسي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية البنات في جدة، 1983.
12. سميرة حسن أبكر: ظاهرة الاغتراب لدى طالبات كليات البنات بالمملكة العربية السعودية رسالة دكتوراه غير منشورة، جدة، المملكة العربية السعودية، 1989.
13. عبد المحسن حمادة: التوجه نحو التدين وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية الاجتماعية، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة الأزهر، مصر، 1992.
14. علاء الشعراوي : الشعور بالاغتراب و علاقته ببعض المتغيرات العقلية وغير العقلية لدى طلاب الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة المنصورة، مصر، 1988.
15. فاطمة يوسف عودة: المناخ النفسي الاجتماعي و علاقته بالطمأنينة النفسية و قوة الأنا، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة، فلسطين، 2002.
16. فايز الحديدي :مظاهر الاغتراب وعوامله لدى طلبة الجامعة الأردنية، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عين شمس، مصر، 1990.
17. فيصل خليل: اثر الأمن النفسي وبعض الخصائص الديموغرافية للمعلم في أدائه ، رسالة ماجستير غير منشورة ،جامعة اليرموك، 1996.

## 2- المصادر و المراجع الأجنبية:

### 1- الكتب الاجنبية:

1. A.stor :U.C.L ET Outer activité physique et sportives adaptées pour personne handicapes mentale, print marketing sprl, belgique ,1993.
2. Ian Parker :Revolution in Psychology" Alienation to Emancipatio", Pluto Press,London,2007.
3. J.c le Beuf : léveil sportif , Edition l' école des classiques africain paris 1974.
4. J-JACQUES SARTHOU: enseigner l'EPS de reflexe didactique a l'action pedagogique, edtion actio, paris, 2003.
5. J-Pierre famose & F. Guérin: la connaissance de soi en psychologie de l'éducation physique et du sport, Edtion arnand coline-paris, 2002.
6. Kenlston,K: The Incommitted Alienation in American Society, New York, Harcourt Braeen ,1964.
7. Philipe More: Psychologie Sportive, Ed Mossen, Paris ,1992.
8. Schaff, Adam : Alienation As a Social Phenomenon, Pergamon Press, New York,1980.

### 2- المجلات العلمية الاجنبية:

9. Alfred , P.& all: Feeling of alienation and community among higher education students in virthal classroom, Internet and higher education .No (8) ,2005.
10. Calabrese R,& Anderson: The public school Source of Stress and Alienation Among Famel teachers, Urban Education ,Vol21,1986.
11. Fogarty, & White: Differences between Values of Australian Aboriginal and Non-Aboriginal Students, Journal of Cross Cultural Psychology, Vol 25 ,1994.

12. Godwin .G :Alienation among University students,comparative study,Dissertation Abstract International , No 33,1972.
13. Mclark .J,Measuring Alienation with Social System ,Amecan Social Review, 26(6),2003.
14. Robert, John E:Adult Attachment Security And Symptoms Of Depression , Vol 70 , No2 ,1996.
15. Bester. C: Alienation and it's psychological correlated, the Journal of Social Psychology. No 26, 1986.

الخط حقا

الملحق رقم (01):

# مقياس الاغتراب النفسي للمرحلة الجامعية

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة -

قسم التربية البدنية والرياضية

## مقياس الاغتراب النفسي

### بيانات أولية:

اسم الطالب ( بدون لقب): .....

الجنس: .....

السنة الدراسية: .....

نظام التكوين :

1- النظام الكلاسيكي ( )      2- نظام ل.م.د ( )

### تعليمات:

أخي الطالب / أختي الطالبة :

أمامك مجموعة من الأسئلة التي تدور حول بعض القضايا و الأمور التي تهتمك و تهمننا معرفة رأيك الشخصي فيها ، و لهذا الغرض يرجى منك و ضع علامة (×) بجانب كل عبارة تنطبق على حالتك و مشاعرك .

**ملاحظة:**

لا توجد عبارات صحيحة و أخرى خاطئة و لهذا المطلوب منك الإجابة على جميع الأسئلة بصدق ، و تأكد أن جميع إجابتك ستكون في سرية و لا تستخدم إلا في البحث العلمي كما يمكنك عدم كتابة اسمك.

و شكرا.

رقم العبارة	العبارات	موافق تماماً	موافق	بين بين	غير موافق	غير موافق مطلقاً
01	أشعر بالوحدة غالباً حتى عندما أكون مع الآخرين.					
02	تمسكي بالقيم يعتمد على طبيعة المواقف التي أواجهها و الأشخاص الذين أتعامل معهم .					
03	تفوتني الفرص غالباً ؛ لأنني لا أستطيع حسم أموري بسهولة.					
04	أشعر بقيمة ما أعمله مهما كان بسيطاً.					
05	ليس هناك أي جديد أسعى لتحقيقه.					
06	من السهل أن أفهم معنى الحياة.					
07	أفكر غالباً في المواقف التي تعرضت فيها للإهانة.					
08	أشعر أنني منعزل عن الناس من حولي.					
09	أفضل الحرية التي تخضع للقيم و المعايير الاجتماعية.					
10	يمكنني تحمل مسؤولية أي عمل أقوم به.					
11	أشعر أن ما أتعلمه في الجامعة ليس له فائدة في مستقبلي.					
12	أشعر أن الحياة مليئة بما يثير اهتمامي.					
13	أعتقد أنه لا معنى لسعي الناس وكدهم في الحياة.					
14	أساعد الآخرين في قضاء حوائجهم.					
15	أشعر بالغرابة حتى عندما أكون بين زملائي.					
16	أنفذ قراراتي دون الاهتمام بالمعايير الاجتماعية.					
17	أفضل في إقناع الآخرين بوجهة نظري مهما كانت صحيحة.					
18	أحس بقيمة الأشياء التي تحيط بي.					
19	أعيش دون معرفة الهدف من هذه الحياة.					
20	يمكنني توقع ما سيحدث في المستقبل.					
21	اهتمامي بنفسي لم يجعلني أتعدى على حقوق الآخرين.					
22	أجد أنه ليس من السهل التخلي عن المجتمع الذي نشأت فيه.					
23	لا يهم مخالفة المعايير إذا أنت سافوز برضا الآخرين.					
24	أشعر أنني مسلوب الإرادة .					
25	أشعر بقيمتي كإنسان.					
26	أعرف ما أريده بالضبط في هذه الحياة.					
27	أجد معنى لكل عمل أقوم به.					
28	أفكر كثيراً بنفسي وبمشاكلي.					
29	أشعر بالانتماء والولاء للجامعة التي أدرس فيه.					
30	أسعى لتحقيق أهدافي بغض النظر عن الوسيلة مشروعة أو غير مشروعة.					
31	غالباً أجد في نفسي القدرة للدفاع عن حقوقي.					
32	أشعر أنني لا أستحق أن أكون كغيري في الحظوظ الدنيوية.					
33	أضع لنفسني أهدافاً كثيرة أسعى لتحقيقها.					

					أعجز عن إيجاد وسيلة تذهب الضيق عني.	34
					عادة أستشير الآخرين في حل مشاكلي.	35
					أفضل أن أعيش في إي بلد آخر غير الذي أعيش فيه	36
غير موافق مطلقاً	غير موافق	بين بين	موافق	موافق تماماً	العبارات	رقم العبارة
					أنتقد الأشخاص الذين يخالفون القيم.	37
					أشعر أنني أستطيع تحقيق أهدافي.	38
					أشعر أنني أعامل معاملة سيئة من الآخرين.	39
					ليس لي هدف بعد التخرج من الجامعة.	40
					أشعر أن الموت أفضل من الحياة.	41
					أهتم بالتفكير في مشاكل الآخرين.	42
					أعتقد أن الإنسان لا يمكن أن يعيش وحيداً.	43
					أعتقد أن المجتمعات التي لا تخضع للقيم تنعم بحرية أكبر.	44
					لا أستطيع الاعتراض عندما لا أوافق على شيء ما .	45
					أشعر أن لي فائدة في مجتمعي.	46
					أفضل الفراغ عن العمل لأنني لا أجد للعمل أي هدف .	47
					أرى معنى لاسمراري في الوجود.	48
					أشعر أن الآخرين يستحقون نصيباً من اهتمامي.	49
					أشعر أن سعادتني تحقق بالانتماء لأسرة أخرى غير أسرتي.	50
					أفضل غالباً مراعاة القيم في أي سلوك يصدر مني.	51
					يمكنني مواجهة أي موقف مهما كان صعباً.	52
					غالباً لا أهتم بممتلكاتي مهما كانت ثمينة.	53
					لا شيء يثير اهتمامي بالرغم أن الأمور تسير لصالحني.	54
					اعتقد أن الأنظمة والقوانين لها معنى في حياتنا.	55
					اعتقد أن الآخرين يشعرون أنني لا أحب لهم ما أحبه لنفسني	56
					أشعر أنني مفروضة على زميلاتي في الكلية.	57
					لكي يواكب الإنسان الحضارة فإنه يجبر على القيام بأعمال غير صحيحة	58
					لا أستطيع إنجاز ما يطلب مني إنجازه.	59
					فقدت الاهتمام بكل شيء حتى نفسي.	60
					تنتابني الحيرة يوماً لأنني لا أعرف ماذا أفعل.	61
					سواء نجحت أم فشلت فالأمر عندي سواء.	62
					أحب أن أشارك الآخرين في الخير الذي احصل عليه.	63
					أشعر أنني غير مرغوب في المجتمع الذي أعيش فيه.	64
					قد استخدم الكذب للتخلص من أي مأزق.	65
					لدى القدرة للتخطيط لمستقبلي.	66
					أشعر أن الحياة لها قيمة.	67
					أهدافي واضحة ومحدده.	68
					الأمور تعقدت بشكل كبير في العالم بحيث لم أعد أفهم ما يدور فيه فعلاً.	69
					أعتقد أن لا شيء يستحق التفكير فيه أكثر من نفسي.	70

					71	إذا كنت بين مجموعة من الناس أشعر أنني لست غريباً عنهم .
					72	من معاشرتي للناس تبين أنه لا داعي للتمسك بالقيم.
					73	أشعر أن حياتي تسير أما أريد.
غير موافق مطلقاً	غير موافق	بين بين	موافق	موافق تماماً		العبارات
					74	لدي إحساس قوي بأن أهدافي ليس لها قيمة.
					75	أعيش دون التخطيط لمستقبلي.
					76	أشعر دائماً بالملل.
					77	أعتقد أنني أفضل من غيري في كل شيء.
					78	أشعر أنني غريبة حتى عن نفسي.
					79	غالباً لا خالف القيم لكي أتفوق على غيري.
					80	هناك تناقض بين افكاري وبين سلوكي الفعلي.
					81	لا تغمرني الفرحة لما أحققه من نجاح مهما كان عظيماً.
					82	الحياة تبدو دائماً رتيبة.
					83	العبارات المستخدمة في حياتنا لم يعد لها معنى.
					84	أفضل عدم مشاركة الآخرين في همومي.
					85	أشعر بالفخر لأنني أنتسب لوطني.
					86	أوافق القول أن الغاية تبرر الوسيلة حتى لو كانت غير مشروعة .
					87	أشعر أنني مقيد في هذه الحياة.
					88	المحيطون بي دائماً يسخرون مني.
					89	من الضروري أن يكون لنا أهداف في هذه الحياة.
					90	أحاول إيجاد معنى لهذه مهما فشلت في تحقيق ما أسعى إليه.
					91	مصلحتي فوق كل اعتبار.
					92	أشعر غالباً أنني وحيدة.
					93	ينبغي للإنسان أن يحاول الحصول على ما يجده أمامه.
					94	أترك العمل غالباً بمجرد ظهور أي مشكلة أو صعوبة فيه.
					95	آرائي لها قيمة في الوسط الذي أعيش فيه.
					96	معرفتي للهدف يساعدني على مواجهة الصعاب.
					97	أشعر في كثير من الأحيان بالحزن .
					98	غالباً ما ألوم نفسي على كل تصرف أقوم به .
					99	أشعر بالامتنان لأنني أنتمي لأسرتي.
					100	أعتقد أن القيم ضرورة لتنظيم الحياة.
					101	أشعر أنني غير قادر على التحكم في انفعالاتي.
					102	أعتقد أنه لا أهمية لوجودي على قيد الحياة.
					103	أشعر أن مستقبلي غامض.
					104	أشعر أن الحياة لا داعي لها.
					105	أحب أن أحصل لنفسني على النصيب الأكبر في كل شيء.

الملحق رقم (02):

# مقياس الطمأنينة النفسية

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد خيضر - بسكرة -

قسم التربية البدنية والرياضية

## مقياس الطمأنينة النفسية

### بيانات أولية:

اسم الطالب ( بدون لقب):.....  
الجنس: .....

السنة الدراسية.....  
نظام التكوين :

1- النظام الكلاسيكي ( )      2- نظام ل.م.د. ( )

### تعليمات:

أخي الطالب / أختي الطالبة :

أمامك مجموعة من الأسئلة التي تدور حول بعض القضايا و الأمور التي تهتمك و تهمننا معرفة رأيك الشخصي فيها ، و لهذا الغرض يرجى منك و ضع علامة (×) بجانب كل عبارة تنطبق على حالتك و مشاعرك .

### ملاحظة:

لا توجد عبارات صحيحة و أخرى خاطئة و لهذا المطلوب منك الإجابة على جميع الأسئلة بصدق ، و تأكد ان جميع إجابتك ستكون في سرية و لا تستخدم إلا في البحث العلمي كما يمكنك عدم كتابة اسمك.

و شكرا.

رقم العبارة	العبارات	نعم	لا	غير متأكد
1-	هل تفضل عادة أن تكون بين الناس على أن تكون بمفردك؟			
2-	هل تشعرن بالارتياح في اتصالاتك الاجتماعية؟			
3-	هل أنت تفتقر للثقة بالنفس؟			
4-	هل تشعر بأنك تتلقى قدرا كافيا من المديح والثناء؟			
5-	هل تشعر غالبا بأنك مستاء من الدنيا؟			
6-	هل ترى أن الناس يميلون إليك بالقدر الذي يميلون به إلى غيرك؟			
7-	هل تقلق لفترة طويلة من جراء مواقف تعرضت فيها للاهانة؟			
8-	هل تجد الراحة إذا خلوت إلى نفسك؟			
9-	هل أنت على وجه العموم شخص غير أناني؟			
10-	هل تميل إلى تجنب المواقف غير السارة بالهرب منها؟			
11-	هل تشعر بالوحدة غالبا حتى وأنت بين الناس؟			
12-	هل تشعر أن حظك في الحياة حظ عادل؟			
13-	هل تتقبل عادة النقد الذي يوجه إليك من أصدقائك؟			
14-	هل تياس و تثبط همتك بسهولة؟			
15-	هل تشعر عادة بالود نحو أغلب الناس؟			
16-	هل تشعر كثيرا بأن الحياة لا تستحق أن يحيها الإنسان؟			
17-	هل أنت متفائل بصفة عامة؟			
18-	هل تعتبر نفسك عصبي المزاج إلى حد ما؟			
19-	هل أنت شخص سعيد بصفة عامة؟			
20-	هل أنت في العادة واثق من نفسك بدرجة كافية؟			
21-	هل تشعر بالحرج والحساسية في كثير من الأحيان؟			
22-	هل تشعر بعدم الرضا عن نفسك؟			
23-	هل كثيرا ما تكون معنوياتك منخفضة؟			
24-	عندما تقابل الناس لأول مرة، هل تشعر بأنهم لن يميلوا إليك؟			
25-	هل تؤمن بنفسك بدرجة كافية؟			
26-	هل تشعر بأنه يمكننا الوثوق في معظم الناس؟			
27-	هل تشعر بأن لك نفعاً وفائدة في الحياة؟			
28-	هل تحسن التعامل مع الناس؟			
29-	هل تقضي وقتا كثيرا في القلق على المستقبل؟			
30-	هل تشعر عادة بالصحة والقوة؟			
31-	هل أنت متحدث جيد؟ (تجيد التعبير عن آرائك)			
32-	هل لديك شعور بأنك عبء على الآخرين؟			
33-	هل تجد صعوبة في التعبير عن مشاعرك؟			
34-	هل تبتهج عادة لما يحصل عليه الآخرون من سعادة أو حظ حسن؟			
35-	هل تشعر كثيرا أن الآخرين يهملونك ولا يأخذون رأيك في كثير من الأمور؟			
36-	هل تميل إلى أن تكون شخصا كثير التشكك؟			
37-	هل تنظر إلى العالم على أنه مكان مناسب للحياة والعيش فيه؟			
38-	هل تنزعج بسهولة؟			
39-	هل تفكر في نفسك كثيرا؟			
40-	هل تشعر أنك تعيش كما تريد لا كما يريد الآخرون؟			

رقم العبارة	العبارات	نعم	لا	غير متأكد
-41	حينما تسوء الأمور هل تشعر بالأسف و الإشفاق على نفسك ؟			
-42	هل تشعر بأنك شخص ناجح في دراستك ؟			
-43	هل تدع الناس يرونك على حقيقتك ؟			
-44	هل تشعر أنك غير متوافق مع الحياة بدرجة ترضى عنها ؟			
-45	هل تعيش وأنت تفترض أن الأمور ستنتهي على ما يرام ؟			
-46	هل تشعر أن الحياة عبء ثقيل ؟			
-47	هل يضايقك الشعور بالنقص ؟			
-48	هل تشعر بصفة عامة بأنك في حالة طيبة ؟			
-49	هل تحسن التعامل مع الجنس الآخر ؟			
- 50	هل تشعر أحيانا بأن الناس يراقبونك في الشارع ؟			
-51	هل تجرح مشاعري بسهولة ؟			
-52	هل تشعر بأنك مستقر و مطمئن في هذا العالم ؟			
-53	هل أنت قلق فيما يتعلق بذكائك ؟			
-54	هل يشعر الناس وهم معك بالطمأنينة و عدم التوتر ؟			
-55	هل لديك خوف غامض من المستقبل ؟			
-56	هل تتصرف عادة تصرفات طبيعية ؟			
-75	هل تشعر بأن حظك حسن ؟			
-58	هل طفولتك كانت سعيدة ؟			
-59	هل لك عدد كبير من الأصدقاء الحقيقيين ؟			
-60	هل تشعر بقلّة الارتياح في أغلب الأوقات ؟			
-61	هل يغلب عليك الخوف من المنافسة ؟			
-62	هل بيتك المنزلية سعيدة ؟			
-63	هل تقلق بدرجة كبيرة بسبب مكروه يحتمل وقوعه ؟			
-64	هل كثيرا ما تتضايق من الناس بدرجة كبيرة ؟			
-65	هل تشعر عادة بالرضا والقناعة ؟			
-66	هل يتقلب مزاجك من السعادة الشديدة إلى حزن شديد ؟			
-67	هل تشعر بأنك محترم من الناس بصفة عامة ؟			
-68	هل تستطيع أن تعمل في انسجام مع الآخرين ؟			
-69	هل تشعر بأنك عاجز عن السيطرة على مشاعرك ؟			
-70	هل تشعر أحيانا أن الناس يسخرون منك ؟			
-71	هل أنت شخص مسترخ بصفة عامة ولست متوترا ؟			
-72	هل تعتقد أن الدنيا تعاملك معاملة طيبة ؟			
-73	هل ضايقتك في وقت من الأوقات أن ما يحدث حولك أو يحدث لك ليس حقيقيا؟			
-74	هل تعرضت كثيرا للاهانة و للاحتقار؟			
-75	هل تعتقد أنه كثيرا ما ينظر إليك على أنك شخص غير سوي في تصرفاتك؟			

# ملخص الدراسة

## ملخص الدراسة :

عنوان الدراسة:

مظاهر الاغتراب النفسي لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية و انعكاساته على الطمأنينة النفسية

دراسة ميدانية على بعض جامعات الشرق الجزائري (عنابة ،سوق أهراس)

لقد هدفت الدراسة الى تسلط الضوء على ظاهرتين لا تقل إحداهما عن الأخرى من حيث الأهمية و التأثير على الفرد ألا وهما الطمأنينة النفسية و الاغتراب ، و ذلك من خلال التعرف على أبعادها لدى فئة هامة من فئات المجتمع الجزائري و هم الطلبة و الطالبات و خاصة طلبة التربية البدنية و الرياضية، و لهذا الغرض تم طرح الإشكالية التالية:

- هل هناك علاقة بين الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية لدى طلبة التربية البدنية و

الرياضية ؟

- فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

- توجد علاقة ارتباطيه سالبة و دالة إحصائيا بين الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية

لدى طلبة التربية البدنية و الرياضية

- الفرضيات الجزئية:

7- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مظاهر الاغتراب النفسي بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير الجنس.

8- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مظاهر الاغتراب النفسي بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير نظام التكوين في الجامعة (النظام كلاسيكي، النظام ل.م.د.)

9- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مظاهر الاغتراب النفسي بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة

10- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير الجنس .

11- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير نظام التكوين ( النظام كلاسيكي و النظام ل.م.د.)

12- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير المستوى الدراسي في الجامعة

منهج الدراسة: تم استخدام النهج الوصفي المناسب لمثل هذا النوع من الدراسات  
عينة الدراسة: تمت الدراسة على عينة قدرة مكونة من 180 طالب من طلبة التربية البدنية  
و الرياضية من قسم التربية البدنية و الرياضية للمركز الجامعي لسوق أهراس و قسم  
التربية البدنية و الرياضية لجامعة عنابة.  
الادوات المستخدمة في الدراسة:

- مقياس الاغتراب النفسي للمرحلة الجامعية من تصميم سميرة أ بكر.

- مقياس الطمأنينة النفسية من تصميم "ماسلو" و ترجمة أحمد عبد العزيز سلامة .

نتائج الدراسة:

- توجد علاقة سالبة قوية بين الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية لدى طلبة التربية البدنية  
و الرياضية

- مظهر الإحساس بمركزية الذات هو أعلى النسب أما الإحساس بفقدان المعنى هو اقل  
النسب بينهم .

- لا توجد فروق دالة إحصائية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية ترجع لمتغير الجنس في  
مستوى الاغتراب العام و جميع مظاهره .

- توجد فروق دالة إحصائية بين طلبة ل.م.د و طلبة الكلاسيكي في مظهر عدم الالتزام  
بالمعايير.

- توجد فروق دالة إحصائية بين طلبة التربية البدنية و الرياضية في الاغتراب العام و كذلك  
في مظاهر عدم الشعور بالانتماء، عدم الالتزام بالمعايير، العجز ،فقدان الهدف،فقدان  
المعنى،مركزية الذات"و ذلك تبعا للمستوى الدراسي في الجامعة،كما لم يكن هناك اختلاف  
بين طلبة التربية البدنية و الرياضية في مظهر "عدم الإحساس بالقيمة" ترجع لمتغير  
المستوى الدراسي في الجامعة.

- طلبة السنة الثانية كلاسيكي هم الأقل شعورا بالاغتراب النفسي بين كل الصفوف الدراسية.

- طلبة التربية البدنية الذكور يتميزون بمستوى أعلى في الطمأنينة النفسية مقارنة بالإناث  
حيث توجد فروق بين الطلبة في مستوى الطمأنينة النفسية ترجع لمتغير الجنس لصالح  
الذكور .

- لا يوجد اختلاف بين طلبة التربية البدنية و الرياضية في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة الكلاسيكي و طلب ل.م.د حيث لم تكن هناك فروق في مستوى الطمأنينة النفسية بين طلبة ل.م.د، و طلبة الكلاسيكي .

- إن شعور طلبة التربية البدنية و الرياضية بالطمأنينة النفسية يختلف باختلاف مستوياتهم الدراسية في الجامعة حيث كانت هناك فروق دالة إحصائيا بينهم.

- طلبة الثالثة كلاسيكي و السنة الثانية ل.م.د هم الأقل شعورا بالطمأنينة بين المستويات الدراسية المختلفة أما طلبة السنة الثانية كلاسيكي هم الأكثر شعورا بالطمأنينة النفسية.

- توصيات و اقتراحات:

لقد أوصى الباحث بضرورة الاهتمام بطلبة التربية البدنية و الرياضية و الطلبة بصفة عامة و ذلك من النواحي النفسية و الاجتماعية بما يكفل تحسين صحتهم النفسية و ذلك من خلال التقليل من مستوى شعورهم بالاغتراب النفسي و كذلك الرفع من مستوى الطمأنينة النفسية ، و كذلك إنشاء مراكز للتوجيه و الإرشاد النفسي في الجامعات الجزائرية .

كما اقترح الباحث ضرورة إجراء دراسات أخرى حول الاغتراب النفسي و الطمأنينة النفسية و علاقتها بمتغيرات أخرى سواء كانت نفسية أو ديموغرافية .

## Résumé :

Cette étude vise :

Aspects et conséquences psychologiques de l'aliénation chez les étudiants de l'éducation physique et sportive sur la réassurance psychique.

Une étude de terrain sur certaines universités de l'Est Algérien (Annaba, Souk Ahras).

Objectif :

L'étude se centre sur deux phénomènes dont l'importance et l'influence de l'un n'est pas moindre que l'autre (réassurance psychique et l'aliénation psychologique). Cela à travers l'identification de leurs effets sur la société et surtout sur les étudiants de l'éducation physique et sportive.

Problème :

Y-a-t-il une relation entre la réassurance psychique et l'aliénation psychologique chez les étudiants de l'éducation physique et sportive?

L'hypothèse générale (principale) :

Il y a un rapport négatif qui est statistiquement significatif entre l'aliénation psychologique et la réassurance psychique chez les étudiants de l'éducation physique et sportive.

Sous- hypothèses :

1- Aucune différence statistiquement significative dans les manifestations de l'aliénation psychologique entre les étudiants de l'éducation physique et sportive en raison de la variation des sexes.

2- Il existe des différences statistiquement significatives dans les manifestations de l'aliénation psychologique entre les étudiants de l'éducation physique et sportive en raison de la variation de la configuration du système universitaire (système classique, système LMD).

3- Aucune différence statistiquement significative dans les manifestations de l'aliénation psychologique entre les étudiants de l'éducation physique et sportive en raison de la variation du niveau de cours à l'université.

4- Aucune différence statistiquement significative au niveau de la réassurance psychique entre les étudiants de l'éducation physique et sportive en raison de la variation des sexes.

5- Il existe des différences statistiquement significatives au niveau de la réassurance psychique entre les étudiants de l'éducation physique et sportive en raison de la variation de la configuration du système universitaire (système classique, système LMD).

6- Aucune différence statistiquement significative au niveau de la réassurance psychique entre les étudiants de l'éducation physique et sportive en raison de la variation du niveau de cours à l'université.

La Méthodologie de l'étude : On utilise l'approche descriptive approprié pour ce genre d'études.

L'échantillon de l'étude : L'étude s'est faite sur un échantillon d'étude composé de 180 étudiants de l'éducation physique et sportive (département de l'éducation physique et sportive de Souk Ahras et d'Annaba).

### Outils de l'étude :

-le test de l'aliénation psychologique de la phase est préparé par Samira Abaker.

-le test de la réassurance psychique été préparé par Maslow est traduit par Ahmed A.Salama.

### Résultats de l'étude :

1- il y a une forte relation négative entre l'aliénation psychologique et la réassurance psychique sur les étudiants de l'éducation physique et sportive.

2- l'apparition de la centralité d'un sentiment de soi est le plus haut taux, tandis que la perte du sens est le plus faible taux.

3- aucune différence statistiquement significative n'existe entre les étudiants de l'éducation physique et sportive en raison de la variation de sexe au niveau de l'aliénation générale et ses aspects.

4- il existe des différences statistiquement significatives entre les étudiants du LMD et les étudiants du système classique dans l'apparence de non-respect des normes.

5- il existe des différences statistiquement significatives entre les étudiants de l'éducation physique et sportive dans : l'aliénation générale, l'apparition d'un sentiment d'appartenance, non-respect des normes, l'invalidité, perte d'objectif, perte de sens, l'auto centralité et tous ça selon le niveau des cours universitaires. En plus il n'y avait pas de différence entre les étudiants de l'éducation physique et sportive dans l'apparition de l'absence d'un sens de la valeur en raison de la variation du niveau universitaire.

6- les étudiants de la deuxième année classique sont les seuls qui ne sont pas trop affectées par l'aliénation psychologique.

7- les étudiants hommes de l'éducation physique et sportive sont caractérisés par un niveau plus élevé que celui chez les femmes en réassurance psychique.

8- il n'y avait aucune différence entre les étudiants du (LMD et classique) au niveau de la réassurance psychique.

9- le sentiment des étudiants de l'éducation se diffère selon leurs niveaux universitaires.

10-les étudiants de la troisième année classique et de la deuxième année LMD sont les moins sentimentaux en ce qui concerne la réassurance psychique entre les niveaux universitaires.

### Suggestions et recommandations :

Le chercheur a recommandé :

-nécessité de se concentrer sur les étudiants en générale et surtout ceux de l'éducation physique et sportive dans les domaines psychologique et sociaux.

-améliorer leur santé psychologique

- réduire le niveau de sens psychologique de l'aliénation psychique

-Elever le niveau de réconfort psychologique

-La création de centres d'orientation et de consultation psychologique dans toutes les universités algériennes

-Le chercheur a aussi insisté sur la nécessité d'études complémentaires sur l'aliénation psychologique et le réconfort psychique, et leur relation avec d'autres variations qu'elles soient psychologique ou démographique.

## **SUMMARY**

This research aims at studying two important phenomena: the psychological alienation and psychological reassurance upon the students of physical education and sports.

### **Research Problem:**

- Is there any relationship between the alienation and reassurance psychological upon the students of physical education and sport?

### **- Research hypotheses:**

**The major hypothesis:** There is a negative correlation between the psychological alienation and psychological reassurance upon the students of physical education and sport.

### **: Sub-hypotheses**

- There are no statistically significant differences between the students of the physical education and sport in the features of alienation psychological according to the variable of gender.
- There are statistically significant differences between the students of LMD system and classical system in the features of alienation psychological according to the system of configuration at the university.
- There are no statistically significant differences between the students of the physical education and sports in the features of alienation psychological according to the variable of level study in university.
- There are no statistically significant differences between the students of the physical education and sports in the level of reassurance psychological according to the variable of gender.
- There are statistically significant differences between the students of LMD system and classical system in the level of reassurance.
- There are no statistically significant differences between the students of the physical education and sports in the reassurance psychological according to the variable of level study in university.

**Research methodology:** the researcher used the descriptive approach appropriate for this kind of studies.

**The search Sample:** The sample consisted of 180 students from the departments of physical education and sport (Souk Ahras & Annaba).

### **Study Tools:**

- The test of alienation prepared by Samira Abaker.
- The test of Maslow.

### **- Main Results:**

- There was a strong negative correlation between the psychological alienation and psychological reassurance upon the students of physical education and sport.

- The degrees of psychological alienation features were ranked successively as follow:" Egocentrism, Powerlessness, Meaninglessness, lack of norms, lack of belonging, lack of goals, lack of value".
- As there were no statistically significant differences between the students of the physical education and sport in the alienation "general & features" according to the variable of gender.
- Also the results developed existence of differences of significant statistics between the students of L.M.D system And Classical system in the lack of norms.
- The study revealed that there are statistically significant differences between the students of the physical education and sport in the alienation general & features "lack belonging , lack of norms, Powerlessness, lack of goals, Meaninglessness, egocentrism" according to the variable of level study in university, but there were no statistically significant differences in the lack of value.
- Students of second year classic are the least level in psychological alienation.
- There were significant differences in the psychological reassurance according to the gender variable and in favour of males.
- As there were no statistically significant differences between the students of the physical education and sports according to the LMD and Classical system.
- The study revealed that there are statistically significant differences between the students of the physical education and sport in the psychological reassurance according to the variable of level study in university.
- Students of second year classic are the strong level in psychological reassurance.

**In the light of the study findings, the researcher recommended the following:**

- The study proposed an applied project is to attract the attention of researchers in the vital sector to work out programs and plans to help the students of physical education and sport in the social and psychological aspects.
- Conducting other studies in the alienation and reassurance psychological and the relationship with other demographical and psychological and sociological variables.