

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف - المسيلة -

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية



مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر في علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

تخصص: النشاط البدني الرياضي المدرسي

دراسة مقارنة للشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة السنة الثانية  
ليسانس والسنة ثانية ماستر في قسم التربية البدنية بمعهد علوم  
وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

إشراف:

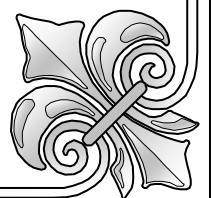
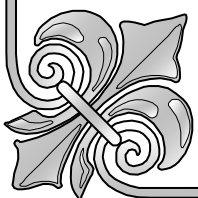
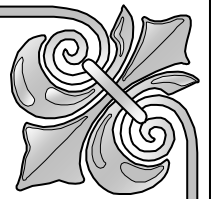
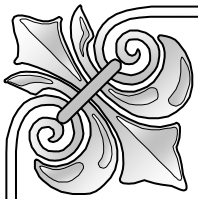
\*د/ أوثن بوزيد

إعداد الطلبة:

\*العماري يوسف

\*بخوشة ضياء الدين

السنة الدراسية 2022/2021





# كلمة شكر



الحمد لله والشكر لله أولاً على منه وكرمه وتوفيقه لنا لإتمام هذا البحث ونسأله سبحانه السداد والتوفيق والقبول فيما بحثنا وفيما اجتهدنا وأن يجعله نورا بين يدينا يوم القيامة.

أتوجه بخالص شكري وتقديري وعظيم امتناني إلى أستاذي الفاضل القدير الدكتور "أوشن بوزيد" لما قدمه لنا من توجيهات وإرشادات ونصائح ومعلومات قيمة، فدعاؤنا له بالخير والعافية وأن يحفظه الله ويرعاه ويديمه ذخرا للعلم والعلماء. كما أتوجه بالشكر لأساتذتنا الذين رافقونا طيلة المشوار الدراسي، كما نتقدم بخالص الشكر والتقدير لكل من ساهم وقدم لي يد العون والمساعدة من قريب أو بعيد.



## ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية ، ولأجل ذلك اعتمدنا على المنهج الوصفي ، حيث قمنا بتطبيق مقياس الوحدة النفسية على عينة تكونت من (60) طالبا، وبعد المعالجة الإحصائية

للبيانات خلصت الدراسة للنتائج التالية:

- وجود مستوى متوسط للشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات التربوية والرياضية بالمسيلة
  - توجد فروق ذات دلالة في الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات التربوية والرياضية بالمسيلة تبعا لمتغير المستوى التعليمي
- الكلمات المفتاحية:** الشعور بالوحدة النفسية، طلبة الجامعة

## Abstract :

This study aimed to reveal the level of psychological loneliness among students of the InstituteThe sciences and techniques of physical and sports activities, and for that we relied on the descriptive approach, We applied the Psychological Unity Scale to a sample consisting of (60)students, and after statistical treatment.

For the data, the study concluded the following results:

- There is an average level of psychological loneliness among students at the Institute of Science and Technology Educational and sports activities in M'sila
- There are significant differences in the feeling of psychological loneliness among students at the Institute of Science and Technology Educational and sports activities in Al-Masila according to the educational level variable

**Keywords:** psychological loneliness, university students

## قائمة المحتويات

الصفحة	الموضوع
	شكر وتقدير
	فهرس المحتويات
	قائمة الجداول
	الملخص
أب	مقدمة
	<b>الفصل الأول: الاطار العام للدراسة</b>
4	1- الإشكالية
5	2- فرضيات الدراسة
5	3- أهداف الدراسة
6	4- أهمية الدراسة
6	5- تحديد المفاهيم والمصطلحات
7	6- الدراسات السابقة
	<b>الفصل الثاني: الشعور بالوحدة النفسية</b>
13	تمهيد
14	1. مفهوم الوحدة النفسية
15	2. أسباب الشعور بالوحدة النفسية
16	3. النظريات المفسرة لمشعور بالوحدة النفسية
21	4. أنواع الوحدة النفسية
23	5. استراتيجيات مواجهة الوحدة النفسية
24	6. الطرق الفعالة في الحد من الشعور بالوحدة النفسية
26	خلاصة:
	<b>الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية</b>
28	تمهيد
29	1- الدراسة الاستطلاعية
30	2- المنهج المستخدم

30	3- حدود الدراسة
30	4- عينة الدراسة
31	5- أدوات الدراسة
32	6- الخصائص السيكومترية
33	7- الأساليب الإحصائية المستخدمة
34	خلاصة
	الفصل الخامس: عرض وتفسير ومناقشة نتائج الدراسة
36	أولاً/ التحقق من شرط التوزيع الطبيعي للبيانات
37	ثانياً/ التحقق فرضيات الدراسة:
37	1. عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الأولى
39	2. عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الثانية
42	الاستنتاج العام
44	خاتمة
	المراجع
	الملاحق

قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول
32	الجدول رقم (1) يوضح ثبات مقياس الوحدة النفسية عن طريق ألفا كرونباخ
33	الجدول رقم (2) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس الوحدة النفسية
36	جدول رقم (3) يوضح التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرات محل الدراسة
37	جدول رقم (4) يوضح إختبار كا <sup>2</sup> للكشف عن مستوى الوحدة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة
40	الجدول رقم (5) إختبار كروسكال واليز لدلالة الفروق في الشعور بالوحدة النفسية تبعاً لمتغير المستوى التعليمي

# مقدمة



## مقدمة:

من المسلم به أن الإنسان متميز عن بقية خلق الله بأنه كائن عاقل لديه القدرة على التمييز بين الأشياء والتفضيل بينها، وذلك عن طريق التفكير الواعي ونتيجة الإستجابة لكل المؤثرات الخارجية التي يتلقاها من حوله، خاصة في مواجهته للمواقف التي يتعرض لها في حياته والتي يتعامل معها وفقا لمعتقداته، كما تتشكل لديه القدرة على التفكير لمواجهة ما يتعرض له من أحداث تساهم في نموه وتكامل شخصيته من مختلف جوانبها الجسمية والنفسية والعقلية والاجتماعية وتؤثر أيضا على وظائفه الحيوية ودوره في المجتمع وعمله وطريقة تعامله مع الآخرين ومدى اهتمامه بذاته ومهارته وقدراته ومواهبه.

وباعتبار أن الطالب الجامعي ليس بمعزل عن المجتمع، فهو يتعرض لمستويات متباينة من المشكلات النفسية والإنفعالية أثناء دراسته، منها ما يتصل بطريقة التفكير والعلاقات التفاعلية داخل وخارج الجامعة، ومنها ما هو مرتبط بالفكر السلبية الناتجة عن مروره بمواقف وخبرات خلال سنين حياته الولي من تشويش مسبق لفكاره تجعل تفكيره غير عقلاني، ويؤثر في توافقه لمجاله الداخلي والخارجي.

حيث تعد الوحدة النفسية حالة من عدم القدرة على التواصل، وإقامة العلاقات الاجتماعية المثمرة مع الآخرين، وتعبير عن مدى إدراك الفرد الذاتي لنقص علاقاته الاجتماعية، كميا من حيث العدد، ونوعيا من حيث قيمة هذه العلاقات، وبما أن الوحدة النفسية تعد ظاهرة من ظواهر الحياة الإنسانية يخبرها الإنسان بشكل ما، بغض النظر عن عمره، فهي توجد في كل المراحل العمرية، والتي أصبحت من المشكلات الواسعة الانتشار في الوقت الحاضر. إذ أنها تنتج من خلال وجود تناقض في علاقات الفرد الواقعية، والعلاقات التي يرغب في تحقيقها، والتي غالبا ما تكون نتيجة خلل في نسيج العلاقات الاجتماعية والعاطفية والنفسية، كما أنها تتأثر بشكل كبير بمعتقدات الفرد، وتوقعاته حول الأشياء والآخرين.



وهذا ما دفعنا للقيام بإجراء هذه الدراسة، لاستقصاء والكشف عن مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة المسيلة، حيث قمنا بتقسيم دراستنا إلى جانبين: جانب نظري الذي يشمل: الفصل الأول: وهو الفصل التمهيدي الذي تم فيه تحديد الإشكالية وفرضيات الدراسة وكذا ذكر أهمية وأهداف الدراسة وبعدها تم تحديد مفاهيم ومصطلحات الدراسة إجرائياً، وأخيراً عرض الدراسات السابقة التي تناولت موضوعنا.

**الفصل الثاني:** هو الفصل الخاص بالخلفية النظرية لمتغير الوحدة النفسية

أما الجانب الميداني الذي تضمن فصلين:

**الفصل الثالث:** تناولنا فيه الإجراءات المنهجية للدراسة مع التطرق للدراسة الاستطلاعية، والأدوات المستخدمة فيها، والدراسة الساسية واجرائاتها مع ذكر الساليب المستعملة.

**الفصل الرابع:** تناولنا فيه عرض نتائج الدراسة الميدانية وتفسيرها في ضوء الفرضيات والدراسات السابقة مع تقديم تحليل ومناقشة عامة للنتائج لنصل إلى خلاصة. وختمنا الدراسة بتقديم مجموعة من التوصيات والاقتراحات.

## الفصل الأول: الاطار العام للدراسة

- 1- إشكالية الدراسة
- 2- الفرضيات:
- 3- أهمية الدراسة
- 4- أهداف الدراسة
- 5- تحديد المفاهيم و المصطلحات
- 6- الدراسات السابقة والتعقيب عليها



## 1- الإشكالية:

شهد المجتمع في العقود الأخيرة مجموعة من التغيرات الجذرية على عدة مستويات منها الاجتماعية والاقتصادية والثقافية فضلا عن التغيرات التي لحقت بالقيم الإنسانية، وتسببت في صراعات بين ما هو قديم وما هو جديد، كما كان لتلك التغيرات تأثيراتها و انعكاساتها الواضحة على الفرد كالضغط والتوتر والتعصب، وهذا ما يدفع الإنسان إلى الانزواء والعزلة والشعور بالوحدة النفسية، هذه الأخيرة تعتبر من أصعب المشاعر التي قد يعيشها الإنسان في حياته، فمن الصعب أن يكون العديد من الأشخاص حولك وتشعر بحالة من الوحدة والفراغ.

ويعد الطالب الجامعي من أكثر شرائح المجتمع عرضة للوحدة النفسية من غيرهم بسبب التغير في العلاقات الاجتماعية وحجم التوقع المطلوب منهم والضغط التي يتعرضون لها نتيجة الانتقال من الثانوية إلى الجامعة، كما يعاني بعض الطلبة في الجامعة من نقص في المهارات اللازمة لتحقيق الذات مما يؤدي بهم إلى الشعور بالوحدة النفسية، وبعض الاضطرابات النفسية الأخرى، مما يفقدهم توازنهم النفسي، وتؤدي هذه المشاعر بدورها إلى مزيد من المشكلات الدراسية والاجتماعية.

ويعد موضوع الوحدة النفسية من أهم المواضيع الذي لاقى اهتماما كبيرا في الآونة الأخيرة من قبل الباحثين في مجالي علم النفس والتربية، وخصوصا عند الأشخاص في العالم الغربي، إذ يؤكد وليامز "Williams" أن الوحدة النفسية من المشاكل الخطيرة والواسعة الانتشار في الوقت الحاضر، حيث أنها تنتج من خلال وجود تناقض بين علاقات الفرد الواقعية، والعلاقات التي يرغب في تحقيقها، مما يشكل مشكلة اجتماعية أو خبرة شخصية مؤلمة تولد لدى الفرد اضطرابات نفسية كالقلق والاكتئاب والانسحاب من العالم الاجتماعي والافتقار للإيجابية في المواقف الاجتماعية. (بن دهنون وماحي، 2014، ص 70)



وبناء على ما سبق سوف تتناول الدراسة الحالية الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة في معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية حيث تتحدد مشكلة الدراسة في التساؤلات التالية:

✓ ما مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة؟

✓ هل توجد فروق في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة تبعا لمتغير المستوى؟

### 2- فرضيات الدراسة:

✓ مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة متوسط.

✓ توجد فروق في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة تبعا لمتغير المستوى.

### 3- أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى التعرف على مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بالمسيلة متوسط، وكذا الكشف عن الفروق والاختلاف في مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة الدراسة تبعا لمتغيري المستوى (ليسانس/ ماستر) و متغير السن.



#### 4- أهمية الدراسة:

تكمّن أهمية الدراسة الحالية في أهمية الموضوع في حد ذاته ألا وهو موضوع الشعور بالوحدة النفسية، وهو أحد الموضوعات البحثية الهامة التي تناولها العديد من الباحثين نظرا لخطورتها على الإنسان بصفة عامة ، وكذا خطورتها على الطلبة الجامعيين بصفة خاصة باعتبارها خبرات مؤلمة قد تهدد استقرار حياتهم وتؤثر على تقديرهم لذواتهم.

كما تتجلى أهمية هذه الدراسة في الإضافة العلمية التي قد تضيفها في هذا المجال خاصة في ظل نقص مثل هذه الدراسات في البيئة الجزائرية حسب علم الباحثين.

#### 5- تحديد المصطلحات والمفاهيم:

##### الشعور بالوحدة النفسية:

حسب تعريف جودة هو : " خبرة شخصية مؤلمة يعيشها الفرد نتيجة شعوره بإفتقاد التقبل والحب والإهتمام من جانب الآخرين ، بحيث يترتب على ذلك العجز عن إقامة علاقات إجتماعية مشبعة بالألفة والمودة والصداقة الحميمة وبالتالي يشعر الفرد بأنه وحيد رغم أنه محاط بالآخرين " (كاتبي، 2012، ص 80)

##### إجرائيا:

الشعور بالوحدة النفسية في دراستنا الحالية هي مجموع درجات استجابات طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضة على مقياس الشعور بالوحدة النفسية.



## 6- الدراسات السابقة:

دراسة مازن ملحم (2010): بعنوان الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بالعوامل الخمسة للشخصية - دراس ميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق\_

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والعوامل الخمسة للشخصية لدى عينة من طلبة جامعة دمشق، حيث بلغ عدد أفراد عينة البحث من 120 طالبا وطالبا، كما يحاول هذا البحث معرفة الفروق في أداء أفراد عينة البحث التي تعزى إلى متغيري الجنس والتخصص، وبعد اختبار الفرضيات تم التوصل إلى النتائج التالية:

- وجود ارتباط إيجابي دال إحصائياً بين الشعور بالوحدة النفسية والعصابية
- وجود ارتباط سلبي دال إحصائياً بين الشعور بالوحدة النفسية و(الانبساط- الصفاوة - الطيبة - يقظة الضمير.)
- عدم وجود فروق دالة إحصائياً في الشعور بالوحدة النفسية و(الانبساط- العصابية - الصفاوة - الطيبة - يقظة الضمير)، تبعاً لمتغير الجنس.
- عدم وجود فروق دالة إحصائية في الشعور بالوحدة النفسية و(العصابية- الصفاوة - يقظة الضمير)، تبعاً لمتغير الاختصاص
- وجود فروق دالة إحصائياً في الانبساط تبعاً لمتغير التخصص لصالح طلبة التجارة.
- وجود فروق دالة إحصائياً في الطيبة، تبعاً لمتغير التخصص لصالح طلبة المعلوماتية



دراسة القيق(2011): بعنوان : الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة كلية الفنون الجميلة بجامعة القصى بغزة.

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن الفروق في درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب وطالبات, وكذا الكشف عن الفروق في درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى المستويين الول والرابع, كما هدفت للتعرف على درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة. تكونت العينة من ( 157 ) من طلبة الكلية مقسمين إلى 74 طلبة المستوى الول و83 من طلبة المستوى الرابع.

المنهج : الوصفي التحليلي.

الدوات الإحصائية : المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري

نتائج الدراسة:

درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكلية كانت متوسطة, كما دلت نتائج الاختبار ( ت ) على أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكلية تعزى لمتغير الجنس, في حين دلت نتائج الاختبار (ت) على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية لدى طلبة الكلية تعزى لمتغير المستوى الدراسي.

دراسة المحمداوي ( 2012 ) بعنوان: قياس مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكلية التربوية المفتوحة في كركوك وعلاقتها بمفهوم الذات.

الهدف: قياس مستوى الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة وكذا قياس مستوى تقبل الذات عند طلبة الجامعة وعلاقتها بمستوى الشعور بالوحدة النفسية.

عينة الدراسة : تكونت العينة من ( 170 ) طالب وطالبة.

أدوات جمع البيانات : مقياس تقبل الذات بيركر.



مقياس الوحدة النفسية راسيل واخرون 1980.

### نتائج الدراسة :

أوضحت النتائج بأن 45.5% من طلبة الكلية المفتوحة هم من ذوي الشعور المعتدل بالوحدة النفسية, كما أظهرت النتائج أنه لا توجد فروق بين الطلبة بحسب متغير التخصص في الشعور بالوحدة النفسية في حين كانت هناك فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الشعور بالوحدة النفسية لصالح الإناث .

دراسة بن دهنون سامية شرين وملحي إبراهيم (2014): بعنوان " الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلاب الجامعة"

هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة كلية العلوم الاجتماعية، وقد بلغت عينة الدراسة ( 156 ) طالبا وطالبة يدرسون بالسنة الأولى والسنة الثالثة ل.م.د بجامعة وهران.

وقد استخدم الباحثان مقياسين: أحدهما لقياس الوحدة النفسية لـ: ( راسل Russel) والآخر لقياس تقدير الذات لـ: ( روزنبارغ،Rosenberg) حيث أخضعتا لدراسة سيكومترية تحققت فيها شروط الصدق والثبات، وبعد تحليل معطيات البحث أسفرت النتائج على ما يلي

يوجد ارتباط سالب بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات عند مستوى الدلالة (0.01)

عدم توجد فروق بين الذكور والإناث في متغير الشعور بالوحدة النفسية، في حين توجد فروق في متغير تقدير الذات بين الجنسين ولصالح الذكور.



عدم توجد فروق بين طلبة السنة الأولى و الثالثة في متغير الشعور بالوحدة النفسية، في حين توجد فروق في متغير تقدير الذات بين السنة الأولى والسنة الثالثة ولصالح السنة الثالثة.

دراسة يوسف أبو شندي (2015): بعنوان " الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته ببعض المتغيرات لدى طلبة جامعة الزرقاء في الأردن.

حاولت هذه الدراسة تصفح درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة الزرقاء في الأردن من خلال متغيرات : الجنس والكلية والسنة الدراسية والمعدل التراكمي واستخدام الأنترنت والهاتف الخليوي ومشاهدة التلفاز، ولتحقيق ذلك طبق مقياس اليرموك للشعور بالوحدة النفسية بعدما تم التحقق من خصائصه السيكمترية على عينة مكونة من 582 طالبا اختيرو بالطريقة العشوائية العنقودية، حيث أسفرت النتائج :

أن الشعور بالوحدة النفسية مشكلة عامة يعانها بدرجة متوسطة طلبة الجامعات.

وجود اختلافات في درجة الشعور بالوحدة النفسية تعود لاختلاف متغيرات الدراسة، وكانت الفروق دالة إحصائياً لمتغيري الكلية ومدة استخدام الأنترنت، ولم تكون هناك فروق بالنسبة لباقي المتغيرات.

دراسة رحال سعيد (2016) بعنوان: الأمن النفسي وعلاقته بالوحدة النفسية لدى الطالب الجامعي المقيم بجامعة بسكرة.

هدفت الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين الشعور بالأمن النفسي والشعور بالوحدة النفسية ومعرفة مستوى كل منهما عند الطلبة الجامعيين المقيمين. والتحقق من وجود فروق في درجات الشعور بالأمن النفسي ودرجات الشعور بالوحدة النفسية تعزى للمتغيرات



التالية: الجنس، السن، التخصص، اختلاف الجامعة، مدة المكوث في الإقامة، عدد سنوات الإقامة.

عينة الدراسة: تكونت العينة من ( 555 ) طالب وطالبة مقيمين.

### نتائج الدراسة:

وقد جاءت نتائج الدراسة كالتالي: توجد علاقة ارتباطية سالبة بدرجة متوسطة بين الشعور بالأمن النفسي والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة الطلبة الجامعيين المقيمين بالإقامات الجامعية لولاية بسكرة. مستوى الشعور بالأمن النفسي والشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين المقيمين بالإقامات الجامعية لولاية بسكرة هو مستوى متوسط. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس الشعور بالأمن النفسي لدى الطلبة الجامعيين المقيمين تعزى لمتغيرات: الجنس، التخصص الجامعي، مدة المكوث في الإقامة، عدد سنوات الإقامة. عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين المقيمين تعزى لمتغيرات: الجنس، التخصص الجامعي، مدة المكوث في الإقامة، اختلاف الإقامة الجامعية. وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس الشعور بالأمن النفسي لدى الطلبة الجامعيين المقيمين تعزى لمتغيرات: السن، اختلاف الإقامة الجامعية. وجود فروق ذات دلالة إحصائية على مقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين المقيمين تعزى لمتغيرات: السن، عدد سنوات الإقامة.

## الفصل الثاني: الشعور بالوحدة النفسية

تمهيد

- 1- مفهوم الوحدة النفسية
- 2- أسباب الشعور بالوحدة النفسية
- 3- النظريات المفسرة لمشعور بالوحدة النفسية
- 4- أنواع الوحدة النفسية:
- 5- استراتيجيات مواجهة الوحدة النفسية

خلاصة

**تمهيد:**

يعاني الإنسان المعاصر في المجتمعات كافة من مشكلات نفسية واجتماعية عديدة نتيجة للتطور التكنولوجي الهائل والسريع الذي يعجز الفرد عن ملاحقته فضلا عن التغيرات التي لحقت بالقيم الإنسانية، ومن هذه المشكلات النفسية مشكلة الشعور بالوحدة النفسية، إذ تعد دراسة الوحدة النفسية من المواضيع المهمة في مجال علم النفس ومن ضمن المجالات الخصبة، حيث قد تكون من أصعب المشاعر التي يمر بها الإنسان فهي من المشاعر القلائل التي تدفع الإنسان إلى الانتحار. لذا اتجه الباحثون إلى دراسة الوحدة النفسية باعتبارها نتاجا للعلاقات الانفعالية والاجتماعية غير المرضية، إلى جانب ذلك وصف الباحثون " الشعور بالوحدة النفسية بأنها حالة تتسبب تدريجيا في نفسية الفرد نتيجة تعرضه لظروف ذات خاصية معينة".



### 1- مفهوم الوحدة النفسية:

يعد الشعور بالوحدة النفسية من الظواهر الاجتماعية الهامة التي تنتشر بين الأفراد في جميع مراحل العمر المختلفة من الطفولة وحتى الكهولة. (جابر وعمر، 1989، ص 20)

وقد عرفها نيلسون وزملاؤه بأنها " تلك الحالة التي يشعر بها الفرد بالعزلة عن الآخرين ويصاحبها معاناة الفرد لكثير من ضروب الوحشة كالاغتراب والاعتنام والاكنتاب من جراء الإحساس بكونه وحيدا. (عطا، 1993، ص 269)

الوحدة النفسية هي خبرة شخصية مؤلمة يعيشها الفرد نتيجة شعوره بافتقاد التقبل والحب والاهتمام من جانب الآخرين ، بحيث يترتب على ذلك العجز عن إقامة علاقات اجتماعية مشبعة بالآفة والمودة والصداقة الحميمة وبالتالي يشعر الفرد بأنه وحيد رغم انه محاط بالآخرين.(جودة، 2005، ص 779)

كما عرفت بأنها "الرغبة في الابتعاد عن الآخرين كالاستمتاع بالجلوس منعزلا عنهم مع صعوبة القدرة على التودد إليهم وصعوبة التمسك بهم إلى جانب الشعور بالنقص وعدم الثقة بالنفس، وأنه غير محبوب عاجز عن الدخول في علاقات اجتماعية قوية مع غيره ، ويفضل أن يكون بمفرده أكبر وقت ممكن، مع شعوره بالخجل والتوتر في وجود الآخرين، ولا يتفاعل معهم بشكل إيجابي ومقبول، فهو شخص لا يثق بنفسه، وغالبا ما يشعر بالوحدة حتى في وجود الآخرين. (شقيير، 2002، ص 279)

ويعرفها "موستكاز Moustakas بأنها بقاء الفرد بدون صحبة ، ولكنه يضيف أن الشعور بالوحدة النفسية شعورا أعمق من مجرد البقاء دون صحبة فهو شعور بالفراغ العاطفي. (المزروع، 2003، ص 161)



## 2- أسباب الشعور بالوحدة النفسية:

إن الشعور بالوحدة النفسية ليس له سبب واحد، وللوقوف على أهم الأسباب والعوامل التي تشكل أو تؤدي إلى الشعور بالوحدة النفسية فهناك العديد من الدراسات والبحوث التي اهتمت بتشخيص أسباب الوحدة النفسية التي اتفقت أن من أهم أسباب الوحدة هي الحاجة إلى أواصر العلاقات الاجتماعية والعاطفية.

وقد أشار "ويس Weiss" إلى مجموعتين من الأسباب المؤدية للشعور بالوحدة النفسية وهي:

-المواقف الاجتماعية المؤلمة.

-الفروق الفردية بين الجنسين في مراحل العمر المختلفة.

كما أشار "روبنشتين Ropnachtin" أن الوحدة النفسية التي تتعرض لها المراهقون لها علاقة بمرحلة الطفولة التي مروا بها، فالطفل الذي تعرض لخبرة الانفصال عن الوالدين بسبب الطلاق أو فقدان أحدهما، أو إذا تعرض للنبذ والإهمال والقسوة من الوالدين، أو تعرض إلى العلاقات المشحونة بالصراع والخلافات سوف يكون لديه مستوى من الشعور بالوحدة النفسية، والعكس لو عاش الطفل في جو أسري مشبع بالأمن والحنان لن يكون لديه مثل هذا الشعور. (النيال، 1993، ص 26)

كما يرى كلّ من "باباليا Papalia" و "أولدز Olds" أن كلّ شخص يوجد لديه شعور عابر بالوحدة النفسية، وأن هناك عوامل تساعد على هذا الشعور كمشاكل الفرد في منزله بمفرده بدون أشخاص يكونون ذوي أهمية لديه، أو تواجهه في وسط مجموعة تتجاهل تواجهه، أو فقدانه لشخص عزيز لشخص عزيز عليه .



كما أشار " الشناوي وخضر " (1998) أن التطور والتقدم التكنولوجي مصدر للشعور بالوحدة النفسية، حيث إن التفاعل الاجتماعي في المجتمع التكنولوجي الحديث أضعف الروابط الاجتماعية بين أفراد المجتمع وقلل من دور الأسرة في تشكيل مقومات الشخصية السوية للأفراد. (عبد المجيد، 1989، ص 102)

وقد ترجع الوحدة إلى التكوين النفسي للفرد نفسه حيث يفضل بعض الأشخاص الوحدة والعزلة والانسحاب إلى معتزك الحياة الاجتماعية أو يفتقدون الشعور بالثقة في أنفسهم أو يشكون في نوايا الآخرين نحوهم أو يشعرون بالتعالي على الآخرين أو شعورهم بالفقر أو العجز عن مجارات زملائهم أو رفض مخالطة رفقاء السوء وقد يكون الشخص الذي يشعر بالوحدة فيه من السمات والخصائص المنفرة مما تجعل الناس ينفرون منه وينصرفوا عنه ولا يقيمون معه. (العباسي، 1999، ص 40)

وهناك سبب شائع للوحدة النفسية هو الاعتقاد أن أحدا لا يقدر أن يفهم أو يولي اهتماما بالذات الداخلية للفرد عندما تزول كل الأشكال المصطنعة للذات وان الاعتقاد أن الذات الداخلية مع الآخرين مشاركة حيث يؤدي بدوره إلى الشعور بالوحدة النفسية. (عرفات، 2009، ص 9)

### 3- النظريات المفسرة لمشعور بالوحدة النفسية:

#### 3-1 النظرية التحليلية:

يرى زعماء هذه النظرية و على رأسهم " فرويد " أن الوحدة النفسية ذات خصائص مرضية، و يرجعونها إلى التأثيرات المبكرة التي مر بها الفرد.

و يعتبر " زيمبورج Zelboorg - - " أول من قام بدراسة عن الوحدة النفسية، و فرق بين الشخص الذي ينتابه شعور مؤقت بالوحدة النفسية و الشخص الوحيد، فالشعور المؤقت بالوحدة



النفسية أمر طبيعي، و حالة عقلية عابرة تنتج عن فقدان شخص معين، أما الوحدة المزمنة فهي استجابة لفقدان الحب أو لشعور الفرد بأنو شخص غير مرغوب فيو ولا فائدة منه مما يؤدي إلى الاكتئاب و الاننيار العصبي، و تعود جذور الوحدة إلى المهد حيث يتعلم الطفل الوظائف التي تجعله محبوبا و مرغوبا فيه.

في حين يرى "هاري سوليفان ستاك" أنه يمكن اعتبار الشعور بالوحدة النفسية لدى المراهق، متأثيا من إدراكه بأنه ليس لديه مساندة من مصادر الإشباع و الدفاء و الحب و الحياة، حيث يشعر المراهق بالعجز فلا يجد من يلجأ إليه، فيستجيب المراهق إلى ذلك الشعور بالوحدة المصحوب بالقلق و الخوف، و بحسب "سوليفان" يمكن الربط بين الوحدة النفسية و بين الفشل في الحب و عدم القدرة على تكوين الصداقات في المراهقة.

و يعتبر "سوليفان" الوحدة النفسية خبرة مؤلمة تربك التفكير بهدوء و صفاء، فليس من الضروري أن يكون الفرد معزولا ليختبر الوحدة، و بالأحرى تتبع الوحدة من افتقاد الفرد للعلاقات الاجتماعية (أبو بكر، 2002، ص 117)

### 3-2 النظرية السلوكية:

يرم السلوكيون أن الأفراد الذين يعانون من اضطرابات نفسية لديهم سلوك سلبي لا يساعدهم على تحقيق أهدافهم كالاستمتاع بعلاقاتهم وهذا سلوك متعلم يكتسبه الفرد من التفاعل مع البيئة المحيطة به، وأن الوحدة النفسية والتجنب الاجتماعي نتيجة لسلوك متعلم من البيئة المحيطة بالفرد. ( المصري، 2011، ص 39)



ويرى واطسون أن الشعور بالوحدة النفسية نمط سلوكي لم يتوفر له تعزيز اجتماعي إيجابي، كما يرى سكينر بأنه سلوك يتخذه الفرد تبعاً لإدراكه باستجابات الآخرين في البيئة الاجتماعية. (عرفات، 2009، ص 9)

### 3-3 النظرية الاجتماعية:

ترى أن السلوك يتأثر بوجه خاص و بصورة أساسية بالعوامل الثقافية والعلاقات الاجتماعية و البيئية، ككل لا يتجزأ و أن الفرد لديه القدرة والسيطرة على توجيه سلوكه ونشاطاته السلوكية بطريقة عشوائية بطريقة شعورية مقصودة.

ويرى كل من "بومان" و "سلاتر" أن الشعور بالوحدة النفسية يحدث بسبب ثلاث قوى اجتماعية هي: ضعف في علاقات الفرد بالأسرة، زياد الحراك في الأسرة، وزيادة الحراك الاجتماعي. (شيببي، 2004، ص 31)

وبنى سلاتر (1976) تحليله للوحدة النفسية من خلال دراسة الشخصية الأمريكية وكيف فشل المجتمع في تلبية احتياجات أفرادها، لأن المشكلة الأمريكية تكمن في إحساس الفرد بالفردية، وأن كل فرد له الرغبة في المشاركة الاجتماعية والارتباط بالآخرين، ولكن هذه الرغبة أحبطت في المجتمع الأمريكي، مما أدى إلى أن يتبع كل فرد مصيره منفرداً مما أدى إلى الوحدة النفسية ومن هنا استنتج "سلاتر" بأن الوحدة النفسية هي نتيجة للتقدم التكنولوجي. (بركات، 2008، ص 53)



### 3-4 النظرية التفاعلية:

دمجت هذه النظرية بين العوامل الشخصية والاجتماعية معا، وترى أن تفاعل هذه العوامل معا ينتج عنه شعور الفرد بالوحدة النفسية ويشير "ويس" « weiss » إلى أن الوحدة النفسية ترجع إلى محددتين هما:

أن الوحدة النفسية ليست بسبب العوامل الشخصية أو العوامل الموقفية، بل هي نتاج التأثير التفاعلي لتلك العوامل.

أن الوحدة النفسية تنشأ عندما تكون تفاعلات الفرد الاجتماعية غير المكتملة، ولكن "ويس" يعطي اهتماما أكبر للعوامل الموقفية.

كما حدد "ويس" ستة استعدادات اجتماعية تحدد مقدار العلاقات الاجتماعية المشبعة لدى الفرد وهي:

\* الاتصال: ويستمد من خلال العلاقات التي يشعر فيها الفرد بالأمن والمودة والألفة مع الآخرين.

\* التكامل الاجتماعي: ويتحقق من خلال الاهتمامات والعلاقات الاجتماعية المشتركة.

\* فرصة العطاء: من خلال العلاقات الاجتماعية التي يشعر فيها الفرد بالمسؤولية تجاه فرد آخر.

\* إعادة تأكيد القيمة: ويستمد من خلال العلاقات الاجتماعية التي تكون فيها مهارات الفرد موضع تقدير.

\* اقتران الثقة: ويستمد من قدرة الفرد على مساعدة الغير تحت أي ظرف.



\* التوجيه: ويستمد من خلال العلاقات بأفراد محل ثقة ، يقدمون النصيحة والمساعدة للآخرين.

هذا وإن كان لكل نوع من الاستعدادات مصدرا أو عدة مصادر توفره، كما يؤكد "ويس" أن أي نقص في هذه الاستعدادات يؤدي إلى الضيق النفسي والألم. ( العباسي، 1999، ص 40)

### 3-5 نظرية السمات :

تتجه نظرية السمات اتجاهاً معرفياً وتركز على أهمية الإدراكات الشخصية ونظام التفكير في المتوسط بين القصور في العلاقات وبين الشعور بالوحدة النفسية. (خضر والشناوي، 1986، ص 124)

حيث إن بعض الناس يكونون معرضين إلى الشعور بالوحدة النفسية بسبب الطريقة التي يستجيبون بها للمواقف الخاصة بالعلاقات الشخصية، فهنا يفترض ان السمات الشخصية للفرد أك متغيرات الفروق الفردية مرتبطة بالشعور بالوحدة النفسية. (الحسين، 2002، ص 368)

ويرى ألبيرت بأنها "تنتج عن عدم قدرة الفرد في تحقيق امتداد الذات كانهتمام الحقيقي في مجال العلاقات الاجتماعية مع تركيزه الكلي على دوافعه ومقاصده الخارجية في ظل وجود نظرة سلبية عن نفسه بفقدان الأمن الانفعالي كعدم تقبل الذات" (عرفات، 2009، ص 10)

ويرى بيرلمان وبيلو (1981) "أن وجود تحيز سلبي عام كسمة لدى الفرد الذي يشعر بالوحدة النفسية، فوجود النظرة الإيجابية نحو العالم تمثل أسلوب علاج فعال لها" (خضر والشناوي، 1986، ص 124)



#### 4- أنواع الوحدة النفسية:

إن ظاهرة الوحدة النفسية تفتقر إلى الدراسات التي هدفت إلى تحديد أنواع وأشكال الوحدة النفسية، بسبب قلة الكتابات والمعالجات النظرية التي تناولت هذه الظاهرة، وهناك بعض الدراسات قد ساهمت في وضع تصنيف لأشكال الوحدة، حيث يرى "ويس" أن هناك نوعين للوحدة النفسية هما:

الوحدة النفسية العاطفية emotional loneliness : وهي ناتجة عن نقص العلاقات الودية مع الآخرين.

-الوحدة النفسية الإجتماعية Social loneliness : وهي ناتجة عن نقص في شبكة العلاقات الإجتماعية.

وتختلف الوحدة العاطفية عن الوحدة الإجتماعية ظاهريا، وأيضا تختلف في أسلوب معالجة كل منها، فالفرد الذي يعاني من الوحدة العاطفية يحتاج إلى تكوين علاقات حميمة دافئة تمنحه الشعور بالاتصال والاندماج مع الآخرين، بينما الفرد الذي يعاني من الوحدة النفسية الإجتماعية يحتاج إلى الدخول في علاقات جماعية تمنحه الإحساس بالتكامل الإجتماعي.

وميز يونج " Young " بين ثلاثة أنواع للوحدة النفسية من حيث الإستمرارية وبناءا على إعتبرات زمنية منها:

-الوحدة النفسية العابرة transit :والتي تتضمن فترات من الوحدة النفسية على الرغم من أن حياة الفرد الإجتماعية تتسم بالتوافق والمواءمة.



-الوحدة النفسية التحويلية **transional** : وفيها يتمتع الفرد بعلاقات إجتماعية طيبة في الماضي القريب، ولكنه يشعر بالوحدة نتيجة لبعض الظروف المستجدة كالطلاق أو وفاة شخص عزيز.

-الوحدة النفسية المزمنة **Chronic loneliness** : والتي قد تستمر لفترات طويلة تصل إلى سنين، وفيها لا يشعر بأي نوع من أنواع الرضا فيما يتعلق بعلاقاته الإجتماعية (النيال، 1993، ص103)

في حين قسمها (قشقوش، 1988) إلى ثلاثة أنواع رئيسية وهي :

●**الوحدة النفسية الأولية** : وهي ناتجة عن اضطراب إحدى سمات الشخصية المرتبطة بالإنسحاب الإنفعالي عن الآخرين ويشير قشقوش إلى وجود منحنيين لتفسير مقدمات الإحساس بالوحدة النفسية الأولية، الأول يعرف بالمنحنى النمائي : حيث أن اضطراب التفاعل الإجتماعي يعزى إلى وجود تباطؤ أو تخلف في التتابع الطبيعي لنمو الشخصية.

أما المنحنى الثاني : ويعرف بالمنحنى النفسي الإجتماعي، حيث تعزى أسبابه إلى وجود عجز أو قصور في الوظائف التي تحكم عملية التفاعلات المتبادلة.

●**الوحدة النفسية الثانوية** : وهي نتيجة تفرق مفاجئ في البيئة الإجتماعية أو تحدث نتيجة لحرمان مفاجئ، وتستكين عندما يتغير الموقف المؤلم الذي طرأ على حياة الفرد.

●**الوحدة النفسية الوجودية** : والتي يعدها الفلاسفة حالة إنسانية طبيعية يتعذر الهرب.

يتضح مما سبق أن ثمة أشكال متعددة للوحدة النفسية، ولكنها جميعا تتضمن شعورا بالألم ، نتيجة لفقدان العلاقات الإجتماعية التي تتسم بالود مع الآخرين، وقد تتراوح من كونها





## 6- الطرق الفعالة في الحد من الشعور بالوحدة النفسية

إن الحد من الشعور بالوحدة النفسية يتطلب أن يكون الفرد على وعي تام بالأسباب الحقيقية وراء شعوره بالوحدة النفسية، وهنا يبرز دور النضج الشخصي الصحيح للفرد الذي يتمثل في التوازن بين إشباع حاجات الفرد في إقامة علاقات مع الغير من ناحية وتكوين قاعدة آمنة للشعور بالرضا عن الذات من ناحية أخرى، وهذا يتطلب أن يتخذ الفرد عدة خطوات للحد من الشعور بالوحدة النفسية منها :

-التعامل مع تجربة الوحدة النفسية باعتبارها خبرة شعورية تهدف إلى الوصول لمرحلة من النضج النفسي.

-إن الإختلاء بالذات بمقدوره الإسهام في معرفة الفرد لذاته، وهو الأمر الذي قد يزيد من قدرته على إقامة

علاقات حميمة مع الآخرين.

-البحث عن الأسباب المؤدية للوحدة النفسية، بدلا من إلقاء اللوم على الذات.

-تكوين مواقف حسنة من الآخرين

-الاهتمام بإثراء الصداقات

-تحليل المواقف الإجتماعية المنطوية على أخطار يعد مناسبا لتقرير ما إذا كان النفع

المحتمل منها جديرا بالمخاطرة.

-إنجاز الأعمال والمهام اليومية ومنها الذهاب للعمل أو للمدرسة وغير ذلك.

-تطوير الذات الذي يحدث متزامنا مع وربما عقب الإلتزام بالمهام اليومية.



-مزاولة الأنشطة في أوقات الفراغ مثل المشي لفترات طويلة، وقراءة الكتب وكتابة روايات أو إجراء بعض التمارين الرياضية ، أو ممارسة الهوايات . (شيببي، 2004، ص 27)

وطور يونج Young نموذجاً لعلاج مشكلة العزلة ويتضمن برنامج يونج ست مراحل

متدرجة:

- أن يشعر الفرد بالرضا عن نفسه.

-أن يشترك في نشاطات مع عدد من الأصدقاء.

-إرساء علاقة حميمية مع صديق مناسب من خلال الإفصاح عن الذات.

-أن يشترك في إفصاح متبادل عن الذات مع صديق موثوق فيه.

-دعم الشعور بالالتزام الوجداني لصديق أعتز بصداقته (عثمان، 2001، ص 156)



خلاصة:

من خلال تتبعنا لطبيعة الشعور بالوحدة النفسية ويتضح لنا جلياً أن الوحدة النفسية حالة انفعالية مؤلمة يعيشها الكثير من الناس بسبب ظروف خاصة، ولذلك يجب علينا معرفة أسباب شعور الفرد بالوحدة النفسية من أجل إيجاد حلول للحد منها أو حتى التخفيف. وهذا ما تطرقنا إليه في هذا الفصل.

## الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

### تمهيد

1. الدراسة الاستطلاعية
2. المنهج المستخدم
3. حدود الدراسة
4. عينة البحث
5. أدوات البحث
6. الخصائص السيكومترية
7. الأساليب الإحصائية المستخدمة

### خلاصة

**تمهيد :**

ندرك انه لكل بحث إطار منهجي يجب إتباعه من اجل مواصلة مشروع البحث في جانبه الميداني حيث أن هذا الجانب لابد أن يكون له صلة بالجانب النظري وما جاء فيه من فروض وضعت من اجل التأكد من مدى صدقها او بطلانها من خلال ما يتم في الجانب الميداني من تحليل ومناقشة النتائج المتحصل عليها فيه وقمنا في هذا الفصل بتحديد حدوث البحث اي مجالاته : المكاني البشري ، الزمني ،مجتمع الدراسة ،المنهج المتبع والأدوات المستخدمة فيه ، كل ذلك من اجل الوصول إلى الغاية التي تسعى إليها مختلف العلوم ،وهي البحث عن الحقيقة لذلك كان لزم علينا لتريث في وضع المنهجية قبل عرض النتائج.



### 1. الدراسة الاستطلاعية:

كما عرفها " مروان عبد المجيد إبراهيم" الدراسة الاستطلاعية بأنها تلك الدراسة التي تهدف إلى استطلاع الظروف المحيطة بالظاهرة التي يرغب الباحث بدراستها، والتعرف على أهم الفروض التي يمكن وضعها وإخضاعها للبحث العلمي. (أبراهيم، 2000، ص 38) أهدافها:

إن إقدامنا على هذه الخطوة كان بغرض تحقيق مجموعة من الأهداف من بينها

- التعرف على ميدان الدراسة.
- تحديد عينة الدراسة.
- التعرف على حجم مجتمع البحث قصد تحديد حجم العينة وكيفية اختيارها.
- التأكد من الخصائص السيكومترية لأداة البحث.



## 2. المنهج المستخدم:

تعتمد هذه الدراسة على المنهج الوصفي والذي يعتمد في الأساس على تجميع المعلومات وتحديد العلاقات بين الظواهر والحقائق ومقارنتها وتحليلها وتفسيرها للوصول إلى استنتاجات واقعية قابلة للتطبيق والتطوير، وينطبق هذا النوع من المناهج في حال ما إذا استخدمها الباحثون في الكشف عن العلاقات بين الظواهر، كما هو الحال في هذه الدراسة التي تبحث عن العلاقة بين كل من المرونة النفسية والالتزام الوظيفي. (أبو علام، 2003)

## 3. حدود الدراسة :

**الحدود المكانية:** تم إجراء التطبيق بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة محمد بوضياف بولاية المسيلة.

**الحدود الزمانية:** الموسم الدراسي 2021/2022

**الحدود البشرية:** أجريت الدراسة على عينة قوامها (60) طالبا بمعهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة محمد بوضياف بولاية المسيلة.

## 4. عينة البحث :

العينة هي جزء من المجتمع أو هي عدد الحالات التي يؤخذ من المجتمع الأصلي وتجمع منها البيانات بقصد دراسة خصائص المجتمع الأصلي، وبهذه الطريقة فإنه يمكن دراسة الكل عن طريق دراسة الجزء، بشرط أن تكون العينة ممثلة للمجتمع المأخوذ منه. (غرايبي وآخرون، 2005، ص 43)

ولاختيار نوع معين من العينة لابد من الرجوع أولاً إلى طبيعة مشكلة الدراسة، فقد تتطلب هذه الأخيرة (المشكلة) نوعاً معيناً من العينات دون أخرى، وتتطلب داخل النوع صنفاً من المعاينة يكون أكثر ملائمة. (موريس أنجرز، 2004 م، ص 316)



ويتمثل مجتمع الدراسة في هذا البحث في طلبة معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة، ولعل من أهم المشكلات التي تواجه الباحث الاجتماعي هي مشكلة اختيار العينة التي يجري عليها البحث، على اعتبار أن هذه العينة يتوقف عليها كل قياس أو كل نتيجة ينتهي إليها البحث، وتعرف العينة بأنها مجموعة من المفردات تؤخذ من مجتمع البحث ويقوم الباحث باختيارها بهدف جمع البيانات وتوفير الجهد والوقت والعمل على توافق النتائج التي يتوصل إليها باستعمال العينة بحيث يمكن تعميمه على باقي مفردات المجتمع، حيث تم توزيع الاستمارات على 60 طالباً.

#### 5. أدوات الدراسة :

لتحقيق أهداف الدراسة لابد من تطبيق أداة تساعد على جمع البيانات وبالتالي الوصول إلى النتائج. وبذلك اعتمدنا على مقياس الوحدة النفسية لراسل (1982).

#### -وصف المقياس الوحدة النفسية:

مقياس الشعور بالوحدة النفسية المعد من قبل راسيل Russel (1982)، والمقنن على البيئة السعودية من قبل الشناوي وخضر عام(1988)، ويتألف المقياس من "20" فقرة منها "11" فقرة إيجابية، وهي (1-5-6-9-1-15-16-19-20)، و9 فقرات "سلبية"، هي (2-3-4-7-8-11-12-13-17).

الإجابة عن الفقرات باختيار إحدى فئات الاستجابة الأربع (أبدأ، نادراً، أحياناً، دائماً)، ويكون التصحيح للفقرات السالبة بالترتيب التصاعدي (4-3-2-1)، والإيجابية للفقرات بالترتيب التنازلي (1-2-3-4).



والدرجة المرتفعة تشير إلى شعور شديد بالوحدة النفسية، والمنخفضة تشير إلى درجة منخفضة من الشعور بالوحدة النفسية.

### 6. الخصائص السيكومترية:

أولاً/ ثبات وصدق المقياس:

تم التحقق الأولي من نتائج الثبات والصدق بالنسبة لهذا المقياس والذي أفرز النتائج

التالية:

### أ/ الثبات:التناسق الداخلي(ألفا كرونباخ):

تم حساب ثبات هذا المقياس بطريقة التناسق الداخلي بمعامل ألفا كرونباخ والتي تقوم على

أساس تقدير معدل إرتباطات العبارات فيما بينها ككل كما هو موضح بالجدول التالي :

الجدول رقم (1) يوضح ثبات مقياس الوحدة النفسية عن طريق ألفا كرونباخ		
عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ	المقياس ككل
20	0.893	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيمة معامل ألفا كرونباخ والذي قدر للمقياس ككل

(0.89)، يمكن القول بأنها قيمة تدل على أن هذا المقياس يتمتع بالثبات عالي، حيث نلاحظ

أن القيمة جاءت موجبة وأن هناك إنسجام وترابط بين عبارات هذا المقياس يتعدى (0.50).



ب/ الصدق: صدق المقارنة الطرفية:

تم حساب صدق هذا المقياس كذلك باستخدام طريقة المقارنة الطرفية، كما هو موضح

في الجدول التالي:

الجدول رقم (2) يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس الوحدة النفسية									
الطرفين	إختبار التجانس ليفين F	مستوى الدلالة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	T	مستوى الدلالة	القرار
الوحدة النفسية	الأعلى	0.278	8	44.62	4.657	14	10.217	0.000	دال عند 0,01
	الأدنى			25.25	2.659				

من خلال الجدول أعلاه يتضح لنا أن هناك فرق واضح بين الطرفين حيث قدر المتوسط الحسابي

للطرف الأعلى (44.62) في حين بلغ المتوسط الحسابي للطرف الأدنى (25.25)، وهذا ما

أكدته قيمة إختبار الدلالة الاحصائية ( $T_{test}$ ) التي بلغت (10.21) وهي قيمة موجبة أي أن

الفرق لصالح الطرف الأعلى ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)، وبالتالي يمكن

القول بأن مقياس الوحدة النفسية صادق لأنه إستطاع أن يميز بين الطرفين.

7- الأساليب الإحصائية المستخدمة:

لقد تم الاعتماد على مجموعة من الأساليب الإحصائية باستخدام الحزمة الاحصائية spss في

نسخته 26 للإجابة على تساؤلات الدراسة في معالجة البيانات إحصائياً ، حيث تضمنت

المعالجة الإحصائية استعمال :

- إختبار كولموغروف سميرنوف وإختبار شبيرو ويلك للتحقق من شرط اعتدالية التوزيع
- معامل كا<sup>2</sup> لجودة التوفيق أو ما يطلق عليه بحسن المطابقة
- إختبار كروسكال واليز



### خلاصة:

من خلال ما تمّ عرضه في هذا الفصل نكون قد وضّحنا أهمّ الإجراءات المنهجية التي يتّبعها الباحثون في دراستهم الميدانية، فهي بذلك تسهّل لهم عملية جمع البيانات ومعالجتها بطرق علمية بحيث يمكن الاعتماد على نتائجها، حيث يبدأ الباحثون دراستهم الميدانية بدراسة استطلاعية تمهيدية لدراستهم الأساسية، ثمّ التعريف بالمنهج المستخدم في الدراسة، بالإضافة إلى مجالاتها والأدوات المستخدمة إلى جانب الأساليب الإحصائية المستعملة.

## الفصل الرابع: عرض وتفسير ومناقشة نتائج الدراسة

أولاً/ التحقق من شرط التوزيع الطبيعي للبيانات

ثانياً/ التحقق فرضيات الدراسة:

1. عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الأولى

2. عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الثانية

الاستنتاج العام



### أولا/ التحقق من شرط التوزيع الطبيعي للبيانات

قبل البدء في مرحلة معالجة الفرضيات باستخدام الاساليب الاحصائية المختلفة والملائمة  
وجب أولا التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرات محل الدراسة الحالية، والجدول  
التالي يوضح ذلك:

جدول رقم (3) يوضح التحقق من شرط التوزيع الطبيعي بالنسبة للمتغيرات محل الدراسة

القرار	Shapiro–Wilk			Kolmogorov–Smirnov <sup>a</sup>			المتغيرات
	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاحصاءات	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاحصاءات	
دال	0.000	60	0.732	0.000	60	0.191	الوحدة النفسية

من خلال المعطيات المبينة بالجدول أعلاه نلاحظ وبناء على قيم إختبار كولموغوروف  
سميرنوف وكذا إختبار شبيرو ويلك أن كل القيم بالنسبة لمتغير الوحدة النفسية جاءت دالة عند  
مستوى الدلالة ألفا (0.05) مما يجزنا إلى القول بأن بيانات هذا المتغير تتوزع توزيعا غير  
طبيعيا وبالتالي فإن كل الاساليب الاحصائية التي ستستخدم في المعالجة هي أساليب  
لابارامترية .



ثانيا/ التحقق فرضيات الدراسة:

1. عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الأولى:

نصت الفرضية الأولى لهذه الدراسة على: " مستوى الوحدة النفسية لدى الطلبة منخفض " وللإجابة على الفرضية تم الاعتماد على إختبار كا<sup>2</sup> لجودة التوفيق أو ما يطلق عليه بحسن المطابقة، فكانت النتيجة كما هي موضحة في الجدول التالي:

جدول رقم (4) يوضح إختبار كا<sup>2</sup> للكشف عن مستوى الوحدة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة

المستويات	التكرار المشاهد	النسبة	التكرار المتوقع	الفرق بين التكرارات	Chi-Square	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
منخفض	1	%01	20.0	-19.0	92.100	2	0.000	دال عند 0.01
متوسط	55	%92	20.0	35.0				
مرتفع	4	%07	20.0	-16.0				
الاجمالي	60	%100	//	//				

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (60) فرداً تباينت مستوياتهم فيما بينها حيث نجد أن (55) فرداً كان مستواهم على المقياس (متوسطاً) بنسبة مئوية قدرت بـ 92%، ويليها (4) أفراد كان مستواهم على المقياس (مرتفعاً) بنسبة مئوية قدرت بـ 7%، ويليها فرد واحد فقط كان مستواه على المقياس (منخفضاً) بنسبة مئوية قدرت بـ 1%، وللتأكد من دلالة هذه الفروق في التكرارات والنسب تم اللجوء إلى إختبار الدلالة

الإحصائية (كا<sup>2</sup>) حيث نلاحظ من الجدول أعلاه أن قيمتها عند درجة الحرية (2) قدرت بـ 92.10 وهي قيمة دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ )، وبالتالي فإن هناك فرق دال إحصائياً بين المستويات الأربعة لصالح المستوى الثاني (متوسط)، ومنه يمكن القول بأن مستوى الوحدة النفسية متوسط لدى أفراد عينة الدراسة، وعليه فإن هذه النتيجة تعارض فرضية البحث الأولى والقائلة مستوى الوحدة النفسية لدى الطلبة منخفض أي أن مستواهم متوسط، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

حيث اتفقت هذه النتيجة مع ما توصلت إليه دراسة يوسف أبو شندي (2015) والتي هدفت إلى تصفح درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة الزرقاء في الرदन من خلال متغيرات : الجنس والكلية والسنة الدراسية والمعدل التراكمي واستخدام الانترنت والهاتف الخليوي ومشاهدة التلفاز، حيث وجدت بأن الشعور بالوحدة النفسية مشكلة عامة يعانيها بدرجة متوسطة طلبة الجامعات، كما اتفقت مع دراسة رجال سعيد (2016) والتي هدفت إلى الكشف عن نهما طبيعة العلاقة بين الشعور بالامن النفسي والشعور بالوحدة النفسية ومعرفة مستوى كل عند الطلبة الجامعيين المقيمين، أين توصلت هي الخرى إلى أن مستوى الشعور بالامن النفسي والشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين المقيمين بالإقامات الجامعية لولاية بسكرة هو مستوى متوسط، واتفقت أيضا مع دراسة القيق (2011) التي هدفت للتعرف على درجة الشعور



بالوحدة النفسية لدى الطلبة، حيث أسفرت نتائجها عن وجود درجة متوسطة من الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الكلية.

ويمكن تفسير هذه النتيجة من خلال ما جاء به كل من " الشناوي وخضر " (1998) بأن التطور والتقدم التكنولوجي مصدر للشعور بالوحدة النفسية، حيث إن التفاعل الاجتماعي في المجتمع التكنولوجي الحديث أضعف الروابط الاجتماعية بين أفراد المجتمع وقلل من دور السرة في تشكيل مقومات الشخصية السوية للأفراد. (عبد المجيد، 1989، ص 102)

وهو ما نعيشه في زماننا هذا حيث نجد الشخاص يميلون إلى الانعزال عن الآخرين، والدخول في عالم التكنولوجيا من خلال الهواتف الذكية وشبكات الانترنت، واللعب الإلكترونية وغيرها...

## 2. عرض وتفسير ومناقشة الفرضية الثانية:

نصت الفرضية الثانية للدراسة على : " توجد فروق ذات دلالة في الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي " وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم الاعتماد على إختبار كروسكال واليز، فكانت النتيجة كما هي موضحة في الجدول التالي:



الجدول رقم (5) إختبار كروسكال واليز لدلالة الفروق في الشعور بالوحدة النفسية تبعاً لمتغير المستوى

### التعليمي

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	Kruskal-Wallis H	متوسط الرتب	حجم العينة	المستوى التعليمي	الوحدة النفسية
غير دال	0.542	2	1.226	29.00	7	سنة 2 ليسانس	
				32.28	18	س3 ليسانس	
				29.89	35	سنة 2 ماستر	
				//	60	الاجمالي	

من خلال الجدول أعلاه نلاحظ أن إجابات أفراد عينة الدراسة والبالغ عددهم إجمالاً (60) فرداً قد انقسمت حسب استجاباتهم على مقياس الوحدة النفسية إلى ثلاث مجموعات، تمثل المجموعة الأولى الذين يدرسون (سنة 2 ليسانس) وقد بلغ عددهم (7) فرداً بمتوسط رتب بلغ 29.00، أما المجموعة الثانية فتمثل الذين يدرسون (س3 ليسانس) وقد بلغ عددهم (18) فرداً بمتوسط رتب بلغ 32.28، أما المجموعة الثالثة فتمثل الذين كانت يدرسون (س 2 ماستر) وقد بلغ عددهم (48) فرداً بمتوسط رتب بلغ 94.67، وقد أفرز اختبار الدلالة الإحصائية كروسكال واليز (H) والذي بلغت قيمته عند درجة الحرية (2) بـ 1.22 وهي قيمة غير دالة إحصائياً، ومنه تم قبول الفرضية الصفرية التي تنفي وجود الفروق، وبالتالي فإن هاته النتيجة المتوصل إليها تعارض فرضية البحث الثانية القائلة بـ **توجد فروق ذات دلالة في**



الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة تبعا لمتغير المستوى التعليمي أي لا توجد فروق، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 95% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 5%.

وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة بن دهنون سامية شرين وملحي إبراهيم (2014) والتي هدفت الدراسة الحالية إلى معرفة العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات لدى طلبة كلية العلوم الاجتماعية، حيث توصلت إلى عدم وجود فروق بين طلبة السنة الولي والثالثة في متغير الشعور بالوحدة النفسية، واتفقت أيضا مع دراسة يوسف أبو شندي (2015) والتي هدفت إلى الكشف عن درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة الزرقاء في الرदन من خلال متغيرات : الجنس والكلية والسنة الدراسية والمعدل التراكمي واستخدام الانترنت والهاتف الخليوي ومشاهدة التلفاز، إذ أسفرت عن عدم وجود فروق في متغير الشعور بالوحدة النفسية تبعا لمتغير السنة الدراسية.



### الاستنتاج العام:

من خلال الدراسة الميدانية لموضوع الدراسة وتحليل البيانات إحصائياً توصلنا إلى مجموعة من النتائج والتي سنعرضها فيما يلي:

- وجود مستوى متوسط للشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات التربوية والرياضية بالمسيلة
- توجد فروق ذات دلالة في الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة بمعهد علوم وتقنيات النشاطات التربوية والرياضية بالمسيلة تبعاً لمتغير المستوى التعليمي

# خاتمة



### خاتمة:

يواجه الفرد في حياتهم اليومية جملة من المواقف النفسية والاجتماعية و التي قد تتناسب مع معتقداتهم وأفكارهم، والتي قد تشعرهم أحيانا بالوحدة النفسية حيث لا تتماشى مع طبيعة التفكير المنطقي لديهم وهذا ما ينتج عنه أفكار سلبية تؤثر على سلوكياتهم وأدائهم وقدرتهم على التكيف مع الحداث الضاغطة

وباعتبار المرحلة الجامعية مرحلة تكثر فيها الضغوطات النفسية والانعزال والزمات بمختلف مجالاتها وجب الوقاية منها والعمل على مواجهتها لإبقاء الطلبة بعيدا عن العزلة الحياتية بصفة عامة، ليكون بمقدورهم التعايش بإيجابية مع ظروف الحياة، والتفاعل معها مستقبلا.

### اقتراحات:

إجراء دراسات مماثلة لهذا البحث على شرائح اجتماعية مختلفة، والتعرف على أثر الشعور بالحدة النفسية على متغيرات أخرى ذات أهمية في حياة الطلبة. التركيز على برامج إرشادية وقائية تهدف إلى تربية التفكير العقلاني والمنطقي بين الطلبة.

العمل على تطبيق النظرية العقلانية الانفعالية في الإرشاد وذلك من خلال التعرف على الفكر والمعتقدات اللاعقلانية واللامنطقية المسؤولة عن الاضطرابات النفسية، وإرشاد الطلبة الذين يتبنون مثل هذه الفكر للطريقة المناسبة للتخلص منها والحفاظ على صحتهم النفسية.

# المراجع



مراجع الفصل:

1. أبو بكر مرسي (2002): أزمة هوية والحاجة إلى الإرشاد النفسي، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
2. أسماء الحسين (2002): المدخل الميسر إلى الصحة النفسية والعلاج النفسي، دار الكتب، الرياض.
3. أمال عبد القادر جودة (2005): الوحدة النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الأطفال في محافظة غزة، بحث مقدم إلى المؤتمر التربوي الثاني "الطفل الفلسطيني بين تحديات الواقع وطموحات المستقبل"، كلية التربية في الجامعة الإسلامية، جامعة الأقصى.
4. جوهرة بن طه شيببي (2004): الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها الشخصية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى بمكة المكرمة، رسالة ماجستير، جامعة أم القرى، المملكة العربية السعودية.
5. رجاء محمود ابو علام (2003): مدخل الى مناهج البحث التربوي، ط 1، مكتبة الفلاح، الكويت.
6. زينب شقير (2002): الشخصية السوية والمضطربة، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة.
7. عبد الحق بركات (2008): الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بمستوى تقدير الذات لدى عينة من طلبة جامعة الجزائر، رسالة ماجستير، جامعة الجزائر، الجزائر.
8. عبد السلام عبد المجيد (1989): بعض المتغيرات الأسرية المرتبطة بالوحدة النفسية لدى عينة طلاب المرحلة الثانوية من الجنسين، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة طنطا.
9. عبلة حسين العباسي (1999): الحرمان الأسري وعلاقته بالوحدة النفسية لدى المراهقات المقيمات بدور الرعاية الاجتماعية بالمنطقة الغربية، رسالة ماجستير، جامعة الملك عبد العزيز، المدينة المنورة.

10. علي خضر ومحمد الشناوي (1986): الشعور بالوحدة والعلاقات الاجتماعية المتبادلة، مجلة رسالة الخليج العربي، العدد 25.
11. فاروق عثمان (2001): القلق وإدارة الضغوط النفسية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.
12. فضيلة عرفات (2009): الوحدة النفسية مفهومها وأشكالها وأسبابها وعلاجها، مركز النور للدراسات.
13. فوزي غرابية وآخرون (2005): أساليب البحث العلمي. ط7، دار وائل، عمان.
14. ليلي المزروع (2003): فعالية برنامج إرشادي لتنمية المهارات الاجتماعية في تخفيف حدة الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى، مجلة الإرشاد النفسي بجامعة أم القرى، العدد 16.
15. مایسة النیال (1993): بناء مقياس الوحدة النفسية ومدى انتشارها لدى مجموعات عمرية متباينة من أطفال المدارس بدولة قطر، مجلة علم النفس، العدد 25.
16. محمد المصري (2011): البنية العاملية لمكونات مقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة جامعية، مجلة العلوم التربوية، العدد 4.
17. محمود عطا (1993): تقدير الذات وعلاقته بالوحدة النفسية والاكتهاب لدى طلاب الجامعة، دراسات نفسية، مجلد 3، عدد 4.
18. مروان عبد المجيد ابراهيم (2000): اسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية، ط1، الاردن، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع.
19. موريس، انجرس (2004): منهجية البحث العلمي في العلوم الانسانية تدريبات علمية. الاشراف على الترجمة والمراجعة مصطفى ماضي. طبعة ثانية منقحة، دار القصة للنشر، الجزائر.

# الملاحق

ملحق رقم (01): الاستبيان في صورته الأولى

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف المسيلة

معهد علوم وتقنيات النشاطات البدنية والرياضية

قسم التربية البدنية

تخصص نشاط بدني تربوي

ثانيا/ الوحدة النفسية

أبدا	أحيانا	دائما	الفقرة
			1. أشعر أنني على وفاق مع الناس من حولي
			2. أشعر أنني أفقد للصحة.
			3. أعتقد أنه لا يوجد شخص أستطيع أن ألتجأ إليه عندما أريد.
			4. أشعر أنني وحيد.
			5. أشعر أنني عضو في صعبة أو جماعة
			6. أشعر أنني أشارك مع الناس في أشياء عديدة.
			7. أعتقد أنني لم أعد قريبا من أحد.
			8. أشعر بأن الآخرين من حولي لا يشاركونني الأفكار والاهتمامات
			9. أشعر أنني شخص اجتماعي وانبساطي

			10. أشعر أنني قريب من الناس
			11. أشعر أنني مهمل ومنبوذ
			12. أشعر بأن علاقاتي مع الآخرين بلا معنى.
			13. أعتقد أنه لا يوجد شخص يفهمي جيدا
			14. أشعر أنني في عزلة عن الآخرين
			15. أعتقد أنني سوف أجد الصحبة عندما أريد
			16. أشعر أن هناك من يفهمني جيدًا
			17. أشعر بالخجل.
			18. أشعر بأن الناس حولي ولكنهم ليسوا معي
			19. أشعر أن هناك من تستطيع أن أتحدث معه
			20. أعتقد أن هناك من يمكنني أن ألبأ إليه عندما أريد

## ملحق رقم (02)

### ملحق ثبات وصدق أدوات الدراسة

ثبات وصدق مقياس الوحدة النفسية:

أ/ الثبات:

#### Reliability

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.893	20

ب/ الصدق:

#### T-Test

Group Statistics								
الطرفين		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean			
الدرجات	الاعلى	8	44.6250	4.65794	1.64683			
	الادنى	8	25.2500	2.65922	0.94017			
Independent Samples Test								
		Levene's Test		t-test for Equality of Means				
		F	Sig.	t	df	Significance	Mean Difference	Std. Error Difference
الدرجات	variances assumed	1.276	0.278	10.217	14	0.000	19.37500	1.89631
	variances not assumed			10.217	11.125	0.000	19.37500	1.89631

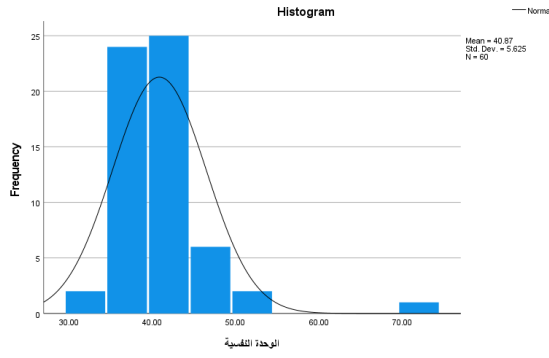
## ملحق رقم (03)

### ملحق نتائج الدراسة

أولاً/ التحقق من طبيعة التوزيع

#### Explore

Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
الوحدة النفسية	0.191	60	0.000	0.732	60	0.000
a. Lilliefors Significance Correction						





ثانيا/ التحقق من فرضيات الدراسة

الفرضية الاولى

Chi-Square Test

Frequencies							
	مستوى الوحدة				Test Statistics		
	Category	Observed N	Expected N	Residual	Chi-Square	df	Asymp. Sig.
1	منخفض	1	20.0	-19.0	92.100	2	0.000
2	متوسط	55	20.0	35.0			
3	مرتفع	4	20.0	-16.0			
Total		60					

الفرضية الثانية

Kruskal-Wallis Test

Ranks				Test Statistics <sup>a,b</sup>		
	المستوى التعليمي	N	Mean Rank	Kruskal-Wallis H	df	Asymp. Sig.
مستوى الوحدة	سنة 2 ليسانس	7	29.00	1.226	2	0.542
	س3 ليسانس	18	32.28			
	سنة 2 ماستر	35	29.89			
	Total	60				

بِحَمْدِ اللَّهِ