

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف المسيلة

كلية العلوم الإنسانية و الاجتماعية

قسم: علم النفس

الرقم التسلسلي:

رقم التسجيل :

الاغتراب النفسي وعلاقته بالإكتئاب لدى المرأة العاملة المتزوجة  
دراسة ميدانية بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة

أطروحة مقدمة لنيل شهادة دكتوراه الطور الثالث في: علم النفس

تخصص: علم النفس عيادي

إعداد الطالب: محرز نسيم

تاريخ المناقشة: ...../...../.....

أعضاء لجنة المناقشة

الرقم	الاسم واللقب	الرتبة	الجامعة	الصفة
01	اسماعيل يامنة	أستاذ	محمد بوضياف. المسيلة	رئيسا
02	بودريالة محمد	أستاذ	محمد بوضياف. المسيلة	مشرفا ومقررا
03	بعلي مصطفى	أستاذ محاضر "أ"	محمد بوضياف. المسيلة	عضوا مناقشا
04	جلاب مصباح	أستاذ محاضر "أ"	محمد بوضياف. المسيلة	عضوا مناقشا
05	بومنتار مراد	أستاذ	باجي مختار. عنابة	عضوا مناقشا
06	غريب حسين	أستاذ محاضر "أ"	زيان عاشور. الجلفة	عضوا مناقشا

السنة الجامعية : 2018-2019

## شكر وعرفان

نحمد الله سبحانه وتعالى على فضله ومنحه إيانا العزيمة والقوة والإرادة وبد العون حتى تمكنا

من انجاز هذا العمل الذي أتمنى ان ينفعا وينفع غيرنا.

يسعدني ان اتقدم بخالص الشكر ووافر التقدير وعظيم الامتتان للأستاذ الدكتور: بودريالة  
ومن تواضع وخلق محمد المشرف على هذه الاطروحة لما بذله من جهد وتوجيه سديد معي  
رفيع فجزاه الله خيرا.

كما لا أنسى ان اتقدم بأسمى معاني الشكر والتقدير الى كافة الأساتذة وأعضاء هيئة  
التدريس بقسم علم النفس لما كان لهم من التشجيع والدعم المتواصل وتزويدي بالعلم النافع  
خلال فترة الدراسة.

واخيرا أشكر كل من ساعدني من قريب أو بعيد لإنجاز هذا العمل فشكرا لهم.

## ملخص الدراسة بالعربية

هدفت هذه الدراسة الى معرفة العلاقة بين الاغتراب النفسي والاكتئاب لدى المرأة العاملة المتزوجة تبعا للمتغيرات التالية: السن، عدد الأولاد ، المنصب المشغول ، عدد سنوات الخبرة. استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي المناسب لأغراض الدراسة. وقد تكونت عينة الدراسة من 130 امرأة عاملة متزوجة بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة.

واعتمدنا في هذه الدراسة على أداتين هما مقياس الاغتراب النفسي من إعداد الباحثة ومقياس "بيك" للاكتئاب. كما استخدمنا نظام spss كأسلوب إحصائي لمعالجة البيانات ، وتم اختيار الأساليب الإحصائية التالية: التكرارات ، النسب المؤوية ،المتوسط الحسابي ، الانحراف المعياري ، الفا كرومباخ ،معامل ارتباط بيرسون.

وتوصلت الدراسة الى النتائج التالية: وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الاغتراب النفسي والاكتئاب لدى المرأة العاملة المتزوجة مما يدل على انه كلما زاد الاغتراب النفسي عند المرأة العاملة المتزوجة أدى ذلك الى زيادة الاكتئاب عندها.

اما فيما يخص الفروق فقد أظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي تعزى لمتغير السن وذلك لصالح الفئة العمرية (من 36 سنة فما فوق) كما أظهرت انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي تعزى لمتغير عدد الأولاد.

واظهرت الدراسة أيضا وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي تعزى لمتغير المنصب المشغول وذلك لصالح المنصب العالي، وكذلك أظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي تعزى لمتغير عدد سنوات الخبرة وذلك لصالح الخبرة من 10 سنوات فما فوق.

Résumé de l'étude en Français:

L'objectif de cette étude est de reconnaître la relation entre Aliénation **psychologique** et dépression chez la femme mariée travailleuse selon les paramètres suivants: Âge, Nombre des enfants , la nature du poste occupé et le nombre d'années d'expérience.

La **rechercheur** a utilisé la méthode descriptive analytique au l'objectives de la recherche, dans laquelle l'échantillon comprenait 130 femme mariée travailleuse à l'Université Mohammed Boudiaf de M'sila. on a utilise mesure de l'aliénation **psychologique** Préparé par larechercheur et mesure "Beck" pour la dépression.

**Et elle a utilise le system spss comme une méthode statistique pour traiter les données, et après choisir les méthodes statistique suivantes : les répétitions, les poursontage, les moyens, T test, test de Person**

L'étude a révélé les résultats suivants: d'une corrélation positive entre l'aliénation psychologique et la dépression chez la femme mariée travailleuse, ce qui indique que plus l'aliénation psychologique de la femme mariée travailleuse est grande, plus la dépression augmente. En ce qui concerne les paramètres , l'étude a montré qu'il existait des différences statistiquement significatives en d'aliénation psychologique en raison de la variable d'âge en faveur du groupe d'âge(36 anset plus), sans différence statistiquement significative en matière d'aliénation psychologique en raison de Nombre des enfants.

L'étude a également montré qu'il existait des différences statistiquement significatives dans l'aliénation psychologique en raison de la variable de la position occupée pour le poste le plus élevé, ainsi que des differences statistique mentsignificatives dan s'l'aliénation psychologique en raison du nombre variable d'années d'expérience. (10 anset plus).

# محتوى الدراسة

## محتوى الدراسة

شكر و عرفان	
قائمة الجداول	
قائمة الأشكال	
قائمة الملاحق	
أ	مقدمة
الفصل الأول : الإطار العام للدراسة	
8	1- تحديد الإشكالية.
11	2- أهمية الدراسة.
12	3- أهداف الدراسة.
13	4- الدراسات السابقة.
34	5- تحديد المفاهيم.
36	6- فرضيات الدراسة.
الفصل الثاني: الاغتراب النفسي	
39	تمهيد
40	1-لمحة تاريخية عن الاغتراب .
44	2- مفهوم الاغتراب.
52	3- النظريات المفسرة للاغتراب.

63	4- أبعاد ومظاهر الاغتراب.
72	5- أنواع الاغتراب.
77	6- أسباب الاغتراب.
80	7- التحليل الوظيفي لظاهرة الاغتراب النفسي .
82	8- فئات وأنواع الأشخاص المغتربين.
83	9- اغتراب الشخصية وأزمة الإنسان في المجتمع.
85	10- مواجهة الاغتراب النفسي.
86	خلاصة
<b>الفصل الثالث: الاكتئاب</b>	
89	تمهيد
90	1- لمحة تاريخية عن الاكتئاب.
91	2- مفهوم الاكتئاب.
95	3- النظريات المفسرة للاكتئاب.
114	4- تصنيف الاكتئاب.
121	5- أعراض الاكتئاب.
125	6- أسباب الاكتئاب.
132	7- تشخيص الاكتئاب.
134	8- الوقاية من الاكتئاب.

135	9- علاج الاكتئاب.
143	10- انتشار الاكتئاب.
147	خلاصة
<b>الفصل الرابع: المرأة العاملة</b>	
151	تمهيد.
152	1- لمحة تاريخية عن مكانة المرأة.
153	2- تعريف عمل المرأة.
156	3- نبذة عن عمل المرأة.
157	4- العمل الخارجي للمرأة .
160	5- دوافع خروج المرأة للعمل .
166	6- مجالات عمل المرأة.
169	7- الاتجاهات نحو عمل المرأة.
170	8- موقف الدين من عمل المرأة.
171	9- مسؤوليات الزوجة العاملة.
176	10- آثار عمل المرأة.
188	11- مشاكل المرأة العاملة.
193	خلاصة
<b>الفصل الخامس: الإجراءات المنهجية للدراسة</b>	
196	تمهيد

197	-1	الدراسة الاستطلاعية.
197	-2	مجال الدراسة.
198	-3	مجتمع الدراسة.
199	-4	المنهج المتبع في الدراسة.
201	-5	عينة الدراسة.
206	-6	أدوات الدراسة.
232	-7	الأساليب الإحصائية.
235		خلاصة
<b>الفصل السادس: عرض وتحليل نتائج الدراسة</b>		
238		تمهيد
239	-1	الإجابة على التساؤل الأول.
241	-2	الإجابة على التساؤل الثاني.
244	-3	عرض وتحليل الفرضية العامة الأولى.
248	-4	عرض وتحليل نتائج الفرضية الفرقية الجزئية الأولى.
253	-5	عرض وتحليل نتائج الفرضية الفرقية الجزئية الثانية .
257	-6	عرض وتحليل نتائج الفرضية الفرقية الجزئية الثالثة .
260	-7	عرض وتحليل نتائج الفرضية الفرقية الجزئية الرابعة.
266	-8	النتائج المتحصل عليها .

267	الاقتراحات .
269	خاتمة.
271	قائمة المراجع
	قائمة الملاحق

## قائمة الجداول

الصفحة	عنوان الجدول	الرقم
202	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير السن	01
203	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير المنصب المشغول	02
204	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير عدد الأولاد	03
205	توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير عدد سنوات الخبرة	04
211	مكونات مقياس الاغتراب النفسي وعدد فقراته	05
213	مصفوفة ارتباطات عبارات محور العجز مع الدرجة الكلية للمحور	06
214	مصفوفة ارتباطات عبارات محور اللامعنى مع الدرجة الكلية للمحور	07
521	مصفوفة ارتباطات عبارات محور اللامعيارية مع الدرجة الكلية للمحور	08
216	مصفوفة ارتباطات عبارات محور العزلة الاجتماعية مع الدرجة الكلية للمحور	09
217	مصفوفة ارتباطات عبارات محور التمرد مع الدرجة الكلية للمحور	10
812	مصفوفة ارتباطات عبارات محور التشيؤ مع الدرجة الكلية للمحور	11
220	العلاقة الارتباطية بين الدرجة الكلية للمقياس وأبعاده الفرعية	12
221	معامل ألفا كرونباخ لمقياس الاغتراب النفسي وأبعاده الفرعية	13

228	مصنوفة ارتباطات عبارات مقياس الاكتئاب مع الدرجة الكلية للمقياس	14
922	صدق المقارنة الطرفية لمقياس الاكتئاب	15
230	قيمة معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس الاكتئاب	16
231	مستويات الاكتئاب ( حاد وغير حاد )	71
823	نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري.	18
124	نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري.	19
424	مصنوفة قيم معاملات الارتباط بين أبعاد الاغتراب النفسي والدرجة الكلية والاكتئاب لدى عينة الدراسة.	20
249	نتائج اختبار "ت" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات الاغتراب النفسي تبعا لمتغير السن (من 25 سنة الى 35 سنة/ من 36 سنة فما فوق)".	21
254	نتائج اختبار "ت" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات الاغتراب النفسي تبعا لمتغير المنصب المشغول	22
258	نتائج اختبار "ت" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات الاغتراب النفسي تبعا لمتغير عدد الأولاد (من 0 الى 2 أولاد/ من 3 إلى 5 أولاد).	23
261	نتائج اختبار "ت" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات الاغتراب النفسي تبعا لمتغير عدد سنوات الخبرة (من 1 إلى 10 سنوات/أكثر من 10 سنوات).	24

## قائمة الأشكال

الصفحة	عنوان الشكل	الرقم
202	توزيع نسب أفراد عينة الدراسة حسب متغير السن	01
203	توزيع نسب أفراد عينة الدراسة حسب متغير المنصب المشغول	02
304	توزيع نسب أفراد عينة الدراسة حسب متغير عدد الأولاد	03
205	توزيع نسب أفراد عينة الدراسة حسب متغير عدد سنوات الخبرة	04
206	المجتمع الصالح للدراسة	05

## قائمة الملاحق

عنوان الملحق	رقم الملحق
قائمة المحكمين	01
مقياس الاغتراب النفسي	02
مقياس بيك للاكتئاب	03
نتائج الدراس الاستطلاعية حسب (SPSS)	04
نتائج الدراسة الاساسية حسب (SPSS)	05

مقدمة

## مقدمة :

لقد شهد العالم في السنوات الأخيرة تغيرات سريعة نتيجة لثورة المعلومات والاتصالات حتى أصبحت أطرافه المتباعدة كأنها قرية، الأمر الذي نتج عنه التطور في جميع المجالات من جهة ومن جهة أخرى وجود المشكلات الاقتصادية وشيوع المادة وقصور الجوانب الوجدانية وإهمال العلاقات الشخصية، وتدهور القيم... الخ وبذلك لم تكن التغيرات التي صاحبت هذا العصر كلها إيجابية بل كان لها العديد من السلبيات على الإنسان.

فحياة الإنسان المعاصرة بما ينطوي تحتها من متغيرات على مستوى الطموح والرغبات، ومن تعقد لأسباب المعيشة فيها والذي ينعكس على الحاجات والمتطلبات الإنسانية الأخذ بالتعقيد شيئاً فشيئاً، والتي تؤدي لافتقار الإنسان إلى حالة الاستقرار النفسي والذي ينعكس سلبياً على شعوره بالأمان والاطمئنان بالإضافة إلى أن نتاج التقدم الحضاري السريع يؤدي إلى إفراز إنحرافات تشكل عبئاً على مقاومة الناس في التحمل، مما يتطلب من الفرد توافراً أو إعادة توافق مع البيئة، وهذا يؤدي إلى ظهور مشكلات نفسية عديدة منها الاغتراب النفسي الذي يعد حالة ذهنية يشعر بها الفرد بالانفصال النسبي عن ذاته أو مجتمعه أو عن كليهما معاً. إن تطور الحياة وما رافقها من تعقيدات في نواحيها المختلفة أثرت بشكل مباشر على نفسية الفرد وسلوكياته، حيث يرى "روسو": أن الحضارة سلبت الفرد ذاته وجعلته عبداً للمؤسسات الاجتماعية التي أنشأها هو وأصبح تابعاً لها ومن هنا يفقد الإنسان التناغم العضوي كما هو الحال في حالة الطبيعة فتحدث المشاكل بين ما ينبغي أن يكون عليه الإنسان وبين ما يكون عليه بالفعل وبذلك يحدث الاغتراب. (رجب محمود، 1978، ص 58)

وقد ازداد اهتمام 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، الأمر الذي أدى بالإنسان إلى النظر إلى هذه الحياة وكأنها غريبة عنه، أو بمعنى آخر الشعور بعدم الانتماء إليه

والاغتراب ليس مجرد حالة مرتبطة بمجتمع معين وإنما هي ظاهرة إنسانية موجودة في مختلف أنماط الحياة الاجتماعية وفي كل الثقافات نتيجة للظروف الاجتماعية والاقتصادية والسياسية التي رافقت البشرية فالاغتراب من وجهة نظر بلونر (Blenner) هو انعكاس لتصدعات أو انهيارات في العلاقة العضوية بين الناس وتجربته الوجودية فهو يتعلق بما يحدث للفرد من اضطرابات نفسية وعقلية، وما يستشعره من غربة عن العالم وفتوره في علاقاته بالآخرين وهذا يعني الانفصال النسبي عن الذات أو المجتمع أو كليهما .

لقد استطاعت مشكلة الاغتراب باعتبارها حالة مميزة للإنسان في المجتمع الحديث أن تفرض نفسها على كثير من مجالات النشاط الثقافي في الوقت الحاضر، والواقع أن مصطلح الاغتراب يعتبر من أكثر المصطلحات إثارة للجدل، لا بسبب غموض معانيها، بل بسبب التعريفات الكثيرة التي وضعت لها وبسبب اتساعها وكثرة تداولها في معالجة مشكلات المجتمع الحديث، ولكن على الرغم من تباين واختلاف الآراء حول هذا المفهوم، فإن كل المحاولات التي بذلت تشير إلى دخول عناصر معينة في مفهوم الاغتراب مثل: الانسلاخ عن المجتمع والعجز والفشل في التكيف مع الواقع الاجتماعي وعدم الشعور بالانتماء.

والاغتراب ظاهرة نفسية لا سبيل لفهمها إلا من خلال حاضنتها الاجتماعية حيث أن مفهوم الصحة النفسية يعني تلك الحالة التي يعيش فيها الإنسان في سلام نسبي مع نفسه والعالم مستغلا قواه وإمكانياته المختلفة إلى أقصى مداها بما يعود عليه وعلى العالم بالنفع والرضا والسعادة، حيث أن مفهوم الصحة النفسية يعني أنه نال علاقة مثمرة خلاقة بين الفرد والعالم، علاقة تتضمن نجاح الإنسان في محاولاته تحقيق ذاته وإمكاناته المختلفة، علاقة تتضمن تحقيق وجوده وتأكيد ذاته واستقلاله في حضور الآخرين لتغيير نفسه وتغيير الواقع. (فيصل عباس، 1996، ص 45)

لقد اهتم علماء النفس بهذه الظاهرة وانتشارها وأكدوا على وجودها ومن ذلك أشارت نعمات عبد الخالق السيد: بأن ظاهرة الاغتراب النفسي ظاهرة اجتماعية نفسية اهتم بها كثير من المفكرين والأدباء ثم بدأ الاهتمام بها كظاهرة نفسية تمخضت عن حركة البحث في مجال الشعور بالاغتراب النفسي إلى وجود عدد من الخصائص الشخصية التي يتسم بها الفرد المغترَب (نعمات السيد، 1992، ص 21)

والاغتراب بوصفه ظاهرة أخذت في التزايد بين أفراد المجتمع عامة وعند المرأة العاملة خاصة، حيث يعتبر عمل المرأة ضرورة اجتماعية واقتصادية وخاصة في عصر التقدم العلمي والتكنولوجي المتسارع، حيث ينمي لديها الشعور بالالتزام والاطمئنان والثقة بالنفس، ويعتبر العمل أساسا لعلاقات جديدة مع الآخرين فعن طريق العمل تؤكد المرأة شخصيتها وذاتها ، حيث تبرز في ميدان العمل صعوبات لدى المرأة العاملة المتزوجة مسببة الضغط النفسي الذي يوجد أرضية خصبة تتمثل بالاستعداد للإصابة بعدد من الاضطرابات النفسية منها الاغتراب النفسي وأن موضوع العزلة والانطواء الذي يشكل مجالا أساسيا للاغتراب يتسبب في الكآبة وبالتالي عائقا أساسيا لتطور إمكانيات الفرد وقتل إبداعه والتطلع لروح متفائلة لمستقبله وبالتالي فإنه يصبح جزء غير فعال في المجتمع الإنساني بشكل عام وفي المجتمع الأسري بشكل خاص ويؤكد ميلر وآخرون أن علامات الحضارة والثقافة تكشف بأن هناك علاقة للمزاج المكتئب بالاغتراب حيث أن القليل من الناس يعرفون شيئا عن طريقة الاغتراب الاجتماعي والعائلي والضغط النفسية ولما لها من تأثير في صياغة العنصر الحضاري في المزاج المكتئب. (كامل عبد الله، 1995، ص 56)

ويعتبر الاكتئاب من أكثر الأمراض النفسية شيوعا في العالم كله وذلك ما أكدته الأبحاث العلمية في هذا المجال وترى منظمة الصحة العالمية أنه سوف يحتل المرتبة الثانية من أهم أسباب الوفاة والاعاقة في العالم بعد أمراض القلب بحلول عام 2020. والاكتئاب هو حالة انفعالية وقتية أو دائمة يشعر بها الفرد بالانقباض والحزن والضيق وتشيع فيها مشاعر الهم والغم وتصاحب هذه الحالة أعراض محددة متصلة بالجوانب المزاجية والمعرفية

والسلوكية والجسمية ، ومنه كان الاغتراب النفسي مشكلة إنسانية عامة وأزمة معاناة للإنسان المعاصر وإن اختلفت أسبابه ومظاهره ونتائجه من مجتمع إلى آخر، واقتناعا من الباحثين بأهمية هذا الموضوع الحيوي. يعد هذا البحث محاولة علمية لدراسة العلاقة بين الاغتراب النفسي والاكتئاب لدى المرأة العاملة المتزوجة فبعد مقدمة البحث تناولنا :

**الفصل الاول:** الذي يحتوي على الإطار العام للدراسة ونجد فيه تحديد الإشكالية، الفرضيات، أهمية الدراسة وأهدافها، وتحديد مفاهيم الدراسة إجرائيا والدراسات السابقة.

**ثم يليه الفصل الثاني** يحمل عنوان الاغتراب النفسي ونجد فيه بعد التمهيد لمحة تاريخية عن الاغتراب، مفهوم الاغتراب، النظريات المفسرة له، أبعاد ومظاهر الاغتراب، أنواع الاغتراب، أسبابه، التحليل الوظيفي لظاهرة الاغتراب النفسي، فئات وأنواع الأشخاص المغتربين، مواجهة الاغتراب، اغتراب الشخصية وأزمة الانسان في المجتمع الحديث، وأخيرا خلاصة الفصل.

**الفصل الثالث:** بعنوان الاكتئاب حيث تطرقنا فيه بعد التمهيد إلى الجذور التاريخية للاكتئاب، مفهومه النظريات المفسرة له، أسبابه، أنواعه، أعراضه، تشخيص الاكتئاب، علاجه، الوقاية منه، وأخيرا خلاصة الفصل.

**أما الفصل الرابع:** بعنوان المرأة العاملة المتزوجة، فتطرقنا فيه إلى تطور المرأة، تعريف المرأة العاملة، لمحة تاريخية عن تطور عمل المرأة، دوافع خروج المرأة للعمل، اتجاهات حول عمل المرأة، مجالات عمل المرأة، آثار عمل المرأة، مشكلات عمل المرأة وأخيرا الخلاصة.

أما الفصل الخامس: خصص لمنهجية الدراسة وإجراءاتها وتضمن الدراسة الاستطلاعية، منهج الدراسة ، عينة الدراسة، أدوات البحث أو الدراسة والأساليب الإحصائية المستخدمة وأخيرا خلاصة البحث.

أما الفصل السادس: يتضمن عرض وتحليل ومناقشة النتائج.

وأنهينا البحث بخاتمة ومقترحات وقدمنا قائمة المراجع التي استفدنا منها في هذا البحث وأخيرا الملاحق.

# الفصل الأول

## الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

- 1- تحديد الإشكالية.
- 2- أهمية الدراسة.
- 3- أهداف الدراسة.
- 4- الدراسات السابقة.
- 5- تحديد المفاهيم.
- 6- فرضيات الدراسة.

## 1- تحديد الإشكالية:

إن التغيرات والتطورات التي حصلت على مستوى مختلف المجالات الاقتصادية والاجتماعية والسياسية والثقافية والفكرية أثر هذا على تغيير البنية الاجتماعية للأسرة وخاصة المرأة وسمح لهذه الأخيرة بالمشاركة في العملية الإنتاجية في مختلف القطاعات هذا من جهة، ومن جهة أخرى كثف من مسؤولياتها فوجدت نفسها مضطرة للقيام بوظيفتين واحدة على مستوى الأسرة والأخرى على مستوى المؤسسة، وهنا وجدت المرأة نفسها في صراع بين معايير المجتمع التي تؤكد دورها كزوجة وأم وبين التيارات المعاصرة التي تشجع دورها الإيجابي في الحياة العملية، فأصبحت نتيجة هذا أو ذاك لها أعباء جديدة فرضها التطور الاجتماعي والارتفاع المطرد في مستوى المعيشة وهو ما دفع بها للعمل خارج المنزل للمشاركة في ميزانية الأسرة في بعض الأحيان ولإثبات وجودها في أحيان أخرى، فأثمر هذا الصراع سلبيات عديدة ظهرت بشكل كبير على الجانب السيكولوجي بسبب الدور المزدوج الذي تقوم به، مما صعب عليها التأقلم مع هذان الوضعان وعدم التوفيق بينهما يردي لاضطرابات نفسية كالاغتراب النفسي، والاكتئاب، القلق والإحباط وعدم تقدير الذات، وفقدان المزاج.. الخ

والاغتراب ظاهرة إنسانية عامة تحمل في طياتها الجانب الإيجابي والجانب السلبي، شائعة في كثير من المجتمعات بغض النظر عن النظم والايديولوجيات والمستوى الاقتصادي والتقدم المادي والتكنولوجي فالإنسان هو المخلوق الوحيد الذي يستطيع أن ينفصل عن نفسه، وقد ينفصل عن مجتمعه أو عالمه، وقد يعيش الإنسان الاغتراب ويكابه بصفته جزء من حياته ومكونا من مكوناته النفسية والاجتماعية والوجدانية دون أن يعي أنه يعيش حالة من الاغتراب النفسي وأنه منفصل عن ذاته أو عن مجتمعه. (عيد محمد إبراهيم، 2002، ص 7)

ومن هنا يمكن القول بأن الاغتراب أصبح تعبيراً عن بؤس الانسان وألمه النفسي الذي يضيف عليه مشاعر القلق والإحباط وعدم التوافق مع الذات ومع المحيط حتى أن الفرد في ظل هذا الوضع ينسلخ عن إنسانيته ومحتواه وينفصل عن أهداف وجوده بالشكل الذي يكون نمط علاقاته الاجتماعية من النوع الذي لا يحقق له السعادة والرخاء والطمأنينة وذلك لوجود مقاييس كثيرة متنوعة ومتناقضة تؤثر في سلوكية الفرد بشكل سلبي بحيث تصبح هذه المقاييس في العلاقة مصدر للإحباط والشقاء وتمهد الطريق لإصابة الفرد بالأمراض النفسية نتيجة لعدم القدرة على التكيف الاجتماعي والشعور بالعزلة مما يدفع الفرد إلى سلوك متناقض ومؤلم كالاكتئاب. فالالاكتئاب يعتبر من الاضطرابات التي يشيع انتشارها عند الفرد كما عرفه محمد الظاهر الطيب: أنه عصاب يغطيه القلق بمزاج من التعاسة والأفكار غير السارة، بالإضافة إلى العجز عن مجارات الحياة اليومية وضعف الطاقة وصعوبات التركيز وسرعة إنهاك واضطراب النوم عادة. ( سعد رياض ، 2003 ، ص9)

والالاكتئاب مرض يمكن أن يصيب أي فرد فينا غير أنه يظل الاضطراب الذي يفضل النساء أكثر ويبدو أن ارتباط المرأة بالاكتئاب هو الأكثر وضوحاً فقد وجد بايكل (Paykel 1990) أن نسبة الاكتئاب في المرأة هي ضعف النسبة في الرجل وقد تأكد هذا الباحث أن هذا الارتفاع في الإصابة بالاكتئاب ليس راجعاً إلى سلوك البحث عن المساعدة الذي تتسم له المرأة أي أن هذه الزيادة حقيقية وليست ناتجة عن مجرد اختلاف في درجة القبول بالمرض النفسي ومحاولة البحث عن علاج له وقد وجد أن تلك الزيادة في الإصابة بالاكتئاب تحدث في النساء المتزوجات وفي السن بين 25 إلى 45 (الذين لديهم أطفال) ويرجح أن يكون للعوامل الاجتماعية دور مهم في أحداث الاكتئاب .

<http://www.m.ahewar.org/s.asp?aid=22641&r=0.28/08/2004>

إذن إن كثرة الأعباء على المرأة العاملة المتزوجة وتعدد مسؤولياتها وهمومها نتيجة انشغال الجميع عنها من شأنه أن ينهكها صحياً ونفسياً بظهور الاضطرابات النفسية كالاغتراب النفسي وما يصاحبه من متغيرات نفسية ولهذا تعد الدراسة الحالية محاولة للكشف

عن العلاقة بين الاغتراب النفسي والاكنتاب لدى المرأة العاملة المتزوجة ومعرفة مستوى الشعور بكل من هذه المتغيرات لدى المرأة العاملة المتزوجة لاسيما وأن معظم البحوث والدراسات لم تعط الأهمية الكافية لدراسة العلاقة بين الاغتراب والاكنتاب عند المرأة العاملة المتزوجة. واستنادا مما سبق فقد شعرت الباحثة بمشكلة الدراسة ووجدت أن الموضوع يستحق الدراسة العلمية الدقيقة ومنه يمكننا تحديد مشكلة الدراسة بالإجابة عن التساؤل الرئيسي التالي:

- هل توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الاغتراب النفسي والاكنتاب لدى المرأة العاملة المتزوجة؟

وينبثق عن هذا التساؤل الرئيسي التساؤلات الفرعية التالية:

1- ما مستوى الاغتراب النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة؟

2- ما مستوى الاكنتاب لدى المرأة العاملة المتزوجة؟

3- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاغتراب النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير السن؟

4- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاغتراب النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير المنصب المشغول؟

5- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاغتراب النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير عدد الأولاد؟

6- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاغتراب النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير عدد السنوات الخبرة؟

## 2- أهمية الدراسة:

ترجع أهمية دراسة موضوع الاغتراب النفسي وعلاقته بالاكتئاب لدى المرأة العاملة المتزوجة إلى كون هذا الموضوع يجمع بين متغيرين يمس كل منها الحياة الاجتماعية الأكثر اتصالاً وتأثيراً على حياة الإنسان، فالمرأة تمثل نصف المجتمع وتربي نصفه الآخر وتبني مجتمع متماسك لذا فدورها حساس لا غنى عنه في المجتمع، وقد جعل عمل المرأة خارج البيت تضاعف من مجهوداتها لتحقيق أكبر قدر من التوفيق بين العمل والبيت ومع أنها أثبتت جدارتها إلا أنه لا يمكننا تجاهل الاضطرابات النفسية الناجمة عن ذلك.

وتكمن أهمية الدراسة الحالية بالمشكلة التي تتصدى إليها الباحثة بالدراسة والتقصي العلمي والتي نحتاج معها للتعرف من أجل تسليط الضوء على ظاهرة الاغتراب من حيث علاقتها بمفهوم الاكتئاب ومدى استمكانها من سلوكية المرأة وتأثيرها على أنماط حياتها المختلفة.

قلة البحوث الميدانية ان لم نقل غيابها -على حد علم الباحثة- التي تناولت الاغتراب النفسي وعلاقته بالاكتئاب لدى المرأة العاملة المتزوجة، فأغلب الدراسات والبحوث النفسية عن الاغتراب قد ركزت حول الجامعة والجالية بالخارج كما أنها لم تربط الاغتراب بالاكتئاب لدى المرأة.

الاغتراب الذي تعاني منه المرأة العاملة المتزوجة كأية ظاهرة نفسية أخرى له أسبابه ومبرراته ومن هنا فإن البحث الحالي يساعد على تحديد المظاهر السلوكية للاغتراب وجعلها قابلة للقياس كما يسهم في محاولة اقتراح بعض الحلول المناسبة للتخفيف من حدته.

بما أن البحث نحو المرأة العاملة المتزوجة فهو يوضح السبب والكيفية التي تتجسد فيها مشاكل المرأة العاملة مما يتيح الفرصة للبحث عن حلول لمشاكلها التي لا يمكن أن تتخلص منها دون وجود درجة من الوعي بهذه الظاهرة والمتغيرات المتعلقة بها .

وضع نتائج هذه الدراسة بين أيدي الباحثين وطلبة علم النفس حيث تكون قاعدة علمية بحثية للانطلاق إلى بحوث قادمة لتتكامل مع كشف المشاكل النفسية عند المرأة العاملة المتزوجة. إمكانية الاستفادة من نتائج البحث في الإرشاد.

تزيد من أهمية هذه الدراسة انها تجرى في البيئة الجزائرية وبخاصة على المرأة العاملة بالمؤسسات الجزائرية.

### 3- أهداف الدراسة

- القاء الضوء على ظاهرة الاغتراب والمشاكل النفسية الناجمة عنها عند المرأة العاملة المتزوجة.

- الكشف عن علاقة الارتباط بين الاغتراب والاكتئاب لدى المرأة العاملة المتزوجة.

- معرفة الفروق درجات الاغتراب النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة التي تعزى لمتغير السن.

- معرفة الفروق درجات الاغتراب النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة التي تعزى لمتغير المنصب المشغول.

- معرفة الفروق درجات الاغتراب النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة التي تعزى لمتغير عدد الاولاد.

- معرفة الفروق درجات الاغتراب النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة التي تعزى لمتغير عدد سنوات الخبرة.

#### 4 / الدراسات السابقة:

#### أ - الدراسات العربية:

#### 1- دراسة كاميليا عبد الفتاح (1984):

تناولت هذه الدراسة سيكولوجية المرأة العاملة وتضمنت المحاور التالية:

- الإشباعات التي تحققها المرأة العاملة عن طريق العمل: النفسية، الاجتماعية، الاقتصادية.

- إذا كان هناك تغير في موقف المرأة بفعل العمل نحو الزوج والأبناء وما نظرة الرجل نحو هذا العمل.

وقد استخدمت الباحثة المنهج التجريبي وذلك بواسطة مجموعة تجريبية من العاملات ومجموعة ضابطة من غير العاملات باستخدام الاستمارة، وذلك لمعرفة أثر خروج المرأة للعمل على الأطفال ومدى استجابة المجتمع لاشتغال المرأة.

**العينة:** عشوائية طبقية على أساس وجود فئات مختلفة من العاملات في مستويات مختلفة مع دراسة بعض الحالات وكانت النتائج التي توصلت إليها كالآتي:

- أن المرأة دخلت ميدان العمل وتعمل في جميع مجالاته النظرية والعلمية.

- أن العمل يحقق للمرأة إشباعات نفسية اجتماعية تتعلق بالأهمية والمكانة والشعور بالقيمة.

- ان اشتغال المرأة يحقق لها الأمن الاقتصادي ضد التهديدات الواقعية والمتوهمة التي تثير في نفسها المخاوف بالنسبة لمستقبلها و مستقبل أولادها، كما أن الأمن الاقتصادي يخفف من إحساسها بالتبعية بالنسبة للرجل فضلا عما تشعره كنتيجة للاستقلال الاقتصادي من شعور بالقيمة والمكانة .

- ان اشتغال المرأة يرتبط بوضوح فكرة التكامل الأسري أي أن الرجل قد يحقق نتيجة لاشتغال المرأة قدرا كبيرا من التحرر من الأعباء والمسؤوليات المختلفة التي كانت بحكم الوضع التقليدي تلقى على كاهله .

## 2- دراسة محمد عاطف زعتر (1989) :

بعنوان سمات الشخصية وعلاقتها بالاغتراب النفسي كان الهدف منها هو دراسة سمات الشخصية وعلاقتها بالاغتراب النفسي وتكشف هذه الدراسة عن علاقة الاغتراب النفسي بكل من العدوان والعداء والاعتماد والتقدير السلبي للذات وعدم الكفاية الشخصية وعدم التجاوب الانفعالي وعدم الثبات الانفعالي والنظرة السلبية للحياة والوحدة النفسية، واشتملت العينة على 363 طالب وطالبة وكانت أدوات الدراسة هي مقياس أحمد خيرى للاغتراب واستبيان تقدير الشخصية ( إعداد ممدوحة سلامة) ومقياس الشعور بالوحدة النفسية (إعداد عبد الرقيب البحيري) ومقياس قوة الأنا ( إعداد محمد شحاتة) وأوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين درجات الاغتراب النفسي وبين درجات كل من التغيرات النفسية السابقة .

## 3- دراسة عبروس ذهبية 1989 : Abrous-Dahbia

اعتبرت الباحثة أن ظاهرة عمل المرأة خارج بيتها جاء بالخصوص نتيجة للتغيرات التي تحصل في التنظيم الأبوي للعائلة الجزائرية، ذلك من خلال تحليل الظروف التي أدت إلى بروز هذا الواقع الجديد والنتائج الاجتماعية التي أحدثت تصدعا في البناء العائلي، وتعبير أدق هل يمكن أن يحدث عمل المرأة خارج بيتها تغيير في العلاقة غير المتوازنة التي تحكم المرأة والرجل. وانطلاقا من هذا التساؤل طرحت الباحثة ثلاث فروض تمثلت فيما يلي:

1- إن التصدع الذي أحدثته ظاهرة عمل المرأة خارج البيت بالنسبة إلى تقسيم الفضاء الداخلي الخاص عادة بالمرأة والفضاء الخارجي الخاص بالرجل لا يعني بالضرورة أن المرأة

أصبحت لها كامل الحرية في التنقل خارج فضاءها، بل ترتب عن هذا الخروج تقوية وتشديد المراقبة على تحركاتها من طرف الرجل.

2- إن الحصول على راتب لا يمكن اعتباره وسيلة تحرر اقتصادي للمرأة العاملة باستثناء النساء الأرامل والمطلقات واللواتي يتصرفن في رواتبهن باستقلالية أما عدا ذلك من النساء العاملات فهن لا يملكن حق التصرف في رواتبهن.

3- إن القيام بالأعمال المنزلية حتى في حالة خروج المرأة للعمل يبقى من مسؤولية المرأة وحدها مما يحافظ على نفس توزيع الأدوار التقليدية بين المرأة والرجل في البيت.

وللتحقق من هذه الفرضيات اختارت الباحثة عينة تتكون من 100 امرأة عاملة في مختلف المهن تتوزع فيما يلي : 54% موظفات في القطاع الإداري والخدمات 35% في المجال الصناعي، و 11% في مجالات مختلفة، كما أظهرت الباحثة إلى عينة البحث 24 رجل لمعرفة نظرتهم لظاهرة خروج المرأة خارج البيت للعمل. وقامت الباحثة بالتنكير بأهم خصائص العائلة الممتدة محاولة إبراز أهم عنصر الذي يحافظ على تماسكها والمتمثل في مفهوم الشرف والتي ترى أنه ينقسم إلى "الحرمة" ( الطاعة والاستسلام ) خاص بالمرأة و "النيف" ( الدفاع والمجابهة ) خاص بالرجل.

وترى من خلال هذا المنطق الأبوي يمكن تفسير ظاهرة حجب المرأة وسيطرة الرجل عليها لضمان حاجتها المادية أو حاجة أبناءها وضمان الدفاع عن شرفها، هذا الذي نتج عنه إقصاء المرأة من الحياة العامة تحت وصاية الرجل.

## نتائج البحث :

بينت المقابلات الشبة موجهة بموضوع الحافز الذي يكمن وراء خروج المرأة للعمل

وهي:

- حوافز ذات طابع اقتصادي وهي خاصة بالمطلقات والأرامل وفتيات ينتمين إلى عائلات ممتدة.

- العمل كنتيجة طبيعية لفتيات بلغن مراحل دراسية ثانوية وجامعية أو متزوجات يمارسن عموما مهنة التدريس وأحيانا إدارات في الإدارة يبحثن من خلال ما أسمته "التحرر الاقتصادي كوسيلة لتحقيق دوافعهن".

كما توصلت الباحثة أيضا إلى أنه من خلال اجتياز المرأة لعتبة المنزل العائلي أحدث هزة في النظام العائلي ولمواجهة هذه الوضعية الجديدة لقد أوجدت العائلة استراتيجيات دفاعية جديدة، إما عن طريق زيادة مراقبة الرجل لتصرفات المرأة العاملة وذلك بواسطة فرض لباس الحجاب حسب الباحثة لأنها تعتبر لبس الحجاب حاجز نفسي، كما أن العائلة تأخذ أجرة العاملة باستثناء النساء الأرامل والمطلقات، وأغلب النساء صرحن بأنهن لا يرغبن على منح ما يكسبن إلى العائلة بل تمنحه بمحض إرادتهن وترى الباحثة أن هذا السلوك تعويض للعائلة التي سمحت بخروج المرأة للعمل

### 4- دراسة هادي رضا مختار (1997):

هي دراسة ميدانية أجريت بالكويت حول تأثير عمل المرأة على عدم الاستقرار الأسري باعتبار أن الزوجة العاملة تقوم بأدوار متعددة داخل المنزل وخارجه وتعدد الأدوار قد يؤدي إلى صراع في الدور وبالتالي قدرتها على تحمل الدور المناط بها بالشكل الملائم.

حيث اختار الباحث عينة شملت 468 عاملة كويتية اختارهن اختياراً عشوائياً من مختلف وزارات الدولة والمؤسسات الحكومية بالإضافة إلى القطاع الخاص المتمثل في الشركات والبنوك.

واستخدم الباحث في الاختيارات الإحصائية متغيرات مستقلة خاصة بعمل المرأة (مثل المحافظة التي تقيم فيها العاملة، عمر العاملة، عمر العاملة عند الزواج، عدد سنوات الزواج، عدد الأبناء، فارق السن بين العاملة وزوجها، فارق الدخل بين العاملة وزوجها، ووجود خادمة في المنزل) ومتغير تابع هو عدم الاستقرار الأسري .

أما تحليل البيانات فقد استعمل التحليل الوصفي وكانت نتائج الدراسة كالتالي :

- أن المستوى التعليمي للزوجة العاملة والمستوى التعليمي للزوج وعدد الأبناء هي العوامل المؤثرة في عدم الاستقرار الأسري عند المرأة العاملة، فارتفاع المستوى التعليمي للزوجة العاملة أدى ذلك إلى احتمالات أقل لعدم الاستقرار الأسري.

- أما متغير الوعي لدور المرأة المضاعف (عملها داخل المنزل و خارجه) مما يؤدي إلى وضوح وتحديد وتعريف أحسن لهذه الأدوار من قبل زوج العاملة.

- أما المتغير الثالث في التأثير على عدم الاستقرار الأسري هو عدد الأبناء، فكلما ارتفع عدد الأولاد كلما زادت احتمالات عدم الاستقرار الأسري، لأنه في رأي الباحث زيادة عدد الأبناء يعني مسؤوليات أكبر على عاتق المرأة العاملة ومواجهتها لعدد أكبر من الأدوار وخلق حالة من عدم الاستقرار الأسري.

- أما بالنسبة للمتغيرات الأخرى كدخل الزوجة، عمرها، عمر الزوجة عند الزواج، عدد سنوات الزواج، وجود خادمة... فقد توصلت هذه الدراسة إلى أن هذه التغيرات ليس لها أي تأثير يذكر في عدم الاستقرار الأسري .

## 5- دراسة عبد اللطيف خليفة (2000):

حيث قام بدراسة كان الهدف منها التعرف على العلاقة بين الاغتراب وكل من الابداع والتفاؤل والتشاؤم، حيث طبقت أدوات الدراسة والتي هي : القائمة العربية للتفاؤل والتشاؤم لـ (أحمد عبد الخالق) ومقياس الاغتراب على عينة من طالبات الجامعة الكويتية والتي بلغت (200) طالبة موزعات على كلية التربية و الآداب والعلوم الاجتماعية وأسفرت النتائج إلى وجود علاقة دالة ارتباطية موجبة بين الاغتراب والتشاؤم، في حين كان الارتباط سالبا بين الاغتراب والتفاؤل وعدم وجود ارتباط بين الابداع من ناحية وبين الاغتراب والتفاؤل والتشاؤم من ناحية أخرى .

## 6- دراسة محمد المهدي (2001)

بعنوان المرأة والاكتئاب أثبتت أن هناك زيادة حقيقية في معدل الاكتئاب لدى المرأة لا تقبل الشك . ويعود السبب في ذلك الى: \*أما الأسباب التي تتعلق بالأطباء فهي نقص معرفة كثير من الأطباء بموضوع الاضطرابات النفسية عموماً والاكتئاب بوجه خاص حيث يختلط لديهم بمظاهر الحزن العادية المألوفة لدى النساء ، وكثير من الأطباء - خاصة في الدول النامية - ليست لديهم فكرة كافية عن الاضطرابات النفسية حيث إنها لا تدرس بشكل كاف في كليات الطب باستثناء الذين يتخصصون في مجال الطب النفسي .

ومما يزيد الأمر صعوبة أن الاكتئاب لدى نسبة غير قليلة من النساء ربما لا يظهر في صورة صريحة ولكن يظهر في صورة شكاوى جسدية مثل الصداع المستمر وآلام بالجسد واضطرابات في وظائف الجهاز الدوري أو الجهاز التنفسي أو الجهاز الهضمي أو الجهاز البولي والتناسلي ، وهذا يجعل الأمر يتداخل مع اضطرابات عضوية أخرى وتتوه المريضة بين التخصصات الطبية المختلفة مع أنها في الأصل حالة اكتئاب نفسى ولكنه متخفى (Masked Depression) في صورة أعراض جسمانية . يضاف إلى ذلك ضيق

الوقت الذي لا يسمح للطبيب برؤية المريضة وسماعها بشكل كاف مما يؤدي إلى التسرع في إعطاء تشخيصات سريعة لا تحيط بحقيقة الاضطراب .

\*أما الأسباب المتعلقة بالمريضة نفسها فهي أن هناك صعوبة لدى المرأة في المجتمعات النامية للتصريح بأنها تعاني اضطراباً نفسياً لأن هذا يحمل وصمة اجتماعية نظراً لاقتران المرض النفسي بالجنون لدى عامة الناس واقترانه أيضاً بضعف الإيمان وعدم الصبر. لذلك حين لا توجد فرصة للتعبير عن الاضطرابات الوجدانية بشكل مباشر وصريح ( نظراً لعدم القبول الاجتماعي لذلك) فإن الجهاز النفسي للمرأة يحول جزءاً كبيراً من الاكتئاب إلى أعراض جسمانية حيث تحظى هذه الاضطرابات الجسمانية بالقبول من الناس وتحظى بالرعاية من الأطباء ، ولها مصداقية تفوق كثيراً مصداقية الاضطرابات النفسية ولهذه الأسباب فإن 20% فقط من النساء المصابات بالاكتئاب ينلن حظهن من العلاج الدوائي أو النفسي أو كليهما معاً. ولكن للأسف الشديد وبسبب ظروف طبية واجتماعية ومادية فإن هذه الفئة التي تم تشخيصها وإخضاعها للعلاج إما أنها لا تأخذ علاجاً كافياً فتتحول الحالة إلى اكتئاب مزمن (Chronic Depression) أو تأخذ علاجاً غير مناسب من الأساس .

( [http://www.elazayem.com/new\\_page\\_267.htm](http://www.elazayem.com/new_page_267.htm) )

## 7- دراسة عبود ايمان(2002)

بعنوان عمل المرأة وتعليمها وعلاقتها باتخاذ القرار داخل الأسرة في مدينة دمشق وريفها والتي هدفت إلى التعرف على علاقة مجالات العمل النسائية والأنشطة الاقتصادية المختلفة التي تشارك بها المرأة في اتخاذ القرار في الأسرة.

وكذلك تعرف علاقة مستويات المرأة التعليمية بمدى مشاركتها في اتخاذ القرارات الأسرية وتم اختيار عينتين من النساء بلغ مجموع كل عينة 200 امرأة تضم نساء عاملات متعلمات وغير متعلمات من مدينة دمشق وريفها وكان منهج البحث وصفيًا تحليليًا وأظهرت نتائج الدراسة دور المرأة في المشاركة في اتخاذ القرار المتعلقة بحاجات المنزل والقرارات

الاجتماعية والاقتصادية ودورا أقل فيما يخص الانجاب وعدد الأولاد وميزانية الأسرة كما أن دخل المرأة يرفع من مكانة المرأة في محيط أسرتها ويفسح لها المجال للمشاركة في اتخاذ القرارات الأسرية الاقتصادية والاجتماعية .

## 8- دراسة محمود عوض محمود (2003)

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على درجة شيوع مظاهر الاغتراب النفسي (على النسقين الاجتماعي والأكاديمي) لدى معلمي ومعلمات المدارس الحكومية في محافظات شمال فلسطين (نابلس، وجنين، وطولكرم، وقلقيلية، وسلفيت) من خلال الإجابة على السؤال التالي: ما درجة شيوع مظاهر الاغتراب النفسي لدى معلمي ومعلمات المدارس الحكومية في محافظات شمال فلسطين؟ كما هدفت إلى بيان أثر متغيرات الدراسة (المحافظة، الجنس، العمر، المؤهل الأكاديمي، الخبرة، التخصص، مكان السكن، مستوى الدخل، الحالة الاجتماعية) على درجة شيوع مظاهر الاغتراب النفسي لدى معلمي ومعلمات المدارس الحكومية في محافظات شمال فلسطين. أما مجتمع الدراسة فقد تكون من جميع معلمي ومعلمات المدارس الحكومية في محافظات شمال فلسطين للعام الدراسي (2002-2003) والبالغ عددهم (9660) معلم ومعلمة موزعين على مديريات التربية والتعليم في المحافظات. أما عينة الدراسة فقد تكونت من (10%) من مجتمع الدراسة حيث بلغ عددها (966) معلم ومعلمة وبعد تطبيق الاستبيان استرجع الباحث (909) استبانة. ومن اجل تحقيق أهداف الدراسة قام الباحث بتطوير أداة لقياس الاغتراب النفسي في كل من المجالين: الاجتماعي والأكاديمي، اشتملت على (43) فقرة. ومن ثم قام الباحث بالتحقق من صدق وثبات الأداة. وتوصل الباحث إلى النتائج التالية :

- أولاً : بالنسبة لسؤال الدراسة توصل الباحث إلى ما يلي : (أ) أن درجة شيوع مظاهر الاغتراب النفسي على مجالات النسق الاجتماعي كانت مرتبة تنازلياً كما يلي (فقدان المعنى، الانعزال الاجتماعي، فقدان السيطرة، فقدان المعايير، اللامبالاة) حيث بلغت النسبة

المئوية للاستجابة عليها (74.6%، 58.2%، 54.4%، 50.6%، 49.2%) فيما بلغت النسبة المئوية للاستجابة على الدرجة الكلية للنسق الاجتماعي (57.4%) وبذلك تكون درجة شيوع مظاهر الاغتراب النفسي على النسق الاجتماعي قليلة. (ب) أن درجة شيوع مظاهر الاغتراب النفسي على مجالات النسق الأكاديمي كانت مرتبة تنازلياً كما يلي:(فقدان المعايير،فقدان المعنى،فقدان السيطرة،الانعزال الاجتماعي). حيث بلغت النسب المئوية للاستجابة عليها (64.6%، 53.8%، 51.4%، 50.6%) فيما بلغت النسبة المئوية للاستجابة على الدرجة الكلية للنسق الأكاديمي (55.2%) وبذلك تكون درجة شيوع مظاهر الاغتراب النفسي على النسق الأكاديمي قليلة. ثانياً : بالنسبة لفرضيات الدراسة توصل الباحث إلى مايلي :

1. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى  $\alpha = 0.05$  في مظاهر الاغتراب النفسي لدى معلمي ومعلمات المدارس الحكومية في محافظات شمال فلسطين تعزى لمتغير المحافظة والجنس والعمر والمؤهل الأكاديمي والتخصص ومكان السكن والحالة الاجتماعية.
2. وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى  $\alpha = 0.05$  في مظاهر الاغتراب النفسي لدى معلمي ومعلمات المدارس الحكومية في محافظات شمال فلسطين تعزى لمتغير الخبرة ومتغير مستوى الدخل.

(<http://www.arabq.com/vb/showthread.php?Dec2009,pm11:03>)

## 9- تناولت النعيمي (2005):

علاقة بعض أنماط الاغتراب بالحاجات المرتبطة بها لدى الهيئات التدريسية ، حيث بلغت العينة (450) تدريساً من مختلف المراحل (الابتدائية، الثانوية، الجامعية) وكان الهدف من الدراسة هو التعرف على علاقة الاغتراب النفسي بالحاجة للانتماء للذات، وعلاقة الاغتراب الاجتماعي بالحاجة إلى المعرفة.

تم بناء ثلاث مقاييس لثلاثة أنماط من الاغتراب وهي (النفسي والاجتماعي والثقافي) وثلاثة مقاييس أخرى لقياس بعض الحاجات التي تتمثل بالحاجة إلى (الانتماء للذات والانتماء للمجتمع والمعرفة).

أسفرت النتائج بان جميع مراحل هيئات التدريسية تعاني من الاغتراب وأن الإناث أكثر اغترابا نفسيا من الذكور في حين أن الذكور أكثر اغترابا اجتماعيا وثقافيا من الاناث وأن الاناث أكثر حاجة للانتماء للذات من الذكور .

ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث في الحاجة إلى الانتماء للمجتمع وأن الإناث أكثر حاجة إلى المعرفة من الذكور .

ولا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الحاجات الثلاث تبعا لمتغير التحصيل الدراسي، وأن هناك علاقة ارتباطية عالية بين الاغتراب النفسي والانتماء للذات وبين الاغتراب الاجتماعي والانتماء للمجتمع، في حين لم يكن العلاقة الترابطية عالية بين الاغتراب الثقافي والحاجة إلى المعرفة.

### دراسة عبد الحليم رحيم علي(2016)

بعنوان الاغتراب النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى الأرامل، حيث تهدف هذه الدراسة التعرف على العلاقة بين الاغتراب النفسي وتقدير الذات لدى عينة مكونة من الأرامل ومعرفة مدى دلالة هذه العلاقة، ويتحدد البحث الحالي بالأرامل اللاتي تم اختيارهن بشكل عشوائي ضمن العوائل المكفولة في مؤسسة العين لكفالة الأيتام والأرامل الخيرية ضمن فئات عمرية تتراوح بين (20-45) سنة في محافظة بغداد المسجلات للعام 2013 حيث تألفت العينة من 200 امرأة واستخدم المنهج الوصفي وكانت أدوات البحث تتكون من مقياس الاغتراب النفسي من اعداد الباحث الذي يتكون من 40 فقرة ، ومقياس تقدير الذات من اعداد الباحث، وتوصل الباحث إلى وجود علاقة سلبية قوية بين الاغتراب النفسي وتقدير الذات وفسر ذلك بأن تقدير الذات الواطئ يرتبط بالأحداث ذات المضامين السلبية ومنها فقد

الزوج وما تعانيه الأرمال من المشكلات النفسية مثل الاكتئاب والوحدة والحزن وهذا يؤدي بهن إلى الإحساس بمشاعر الدونية واللامعنى في الحياة والاحساس بالاغتراب النفسي.

([https://www.researchgate.net/profile/Haleem\\_Ali](https://www.researchgate.net/profile/Haleem_Ali). pm18:26)

## 10- دراسة غريب مختار وعبد الله مصطفى (2016)

بعنوان الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى المرأة المطلقة ، دراسة ميدانية تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين الاغتراب النفسي والصحة النفسية للمرأة المطلقة والكشف عن الفروق في مستوى الشعور بالاغتراب النفسي ومستوى الصحة النفسية بين المطلقات حديثا وغيرهن من المطلقات، وقام الباحث باتباع المنهج الوصفي التحليلي بما يشتمل عليه من خطوات علمية ومنهجية وكانت العينة تتكون من 25 مطلقة، اما الأدوات البحث فكانت : مقياس الصحة النفسية ل سيدني كراون وكرسب ومقياس الاغتراب النفسي من إعداد الباحث .

**وكانت النتائج:** هي وجود علاقة ارتباطية عكسية قوية بين الاغتراب النفسي والصحة النفسية فكلما زاد الشعور بالاغتراب النفسي تراجع مستوى الصحة والعكس

## ب- الدراسات الأجنبية:

## 11- دراسة نانسي بوتسن (1979)

عنوانها العلاقة بين عمل المرأة ومعاناتها من الضغوط النفسية وكان هدف الدراسة تحديد ما إذا كان عمل المرأة هو سبب شكاواها من الضغوط النفسية ، او ان العمل لا يسبب لها اية ضغوط نفسية على الإطلاق، وقد تكونت عينة الدراسة من 212 سيدة عاملة وغير عاملة ولهن أولاد أصغرهن لا يقل عن 13 سنة وكانت أهم أدوات الدراسة مقياس بناء التوافق، دليل لانجر يتضمن 22 بندا يقيس درجة الأعراض المرضية التي تشير إلى وجود ضرر أو نقص في الشخصية وكانت أهم نتائج الدراسة:

-وجود علاقة بين كل من العمل، الزواج، الأمومة من جهة ومعاناة المرأة من الضغوط النفسية بالمقارنة بربة البيت من جهة أخرى .

- يزداد الضغط النفسي كلما قلت الخبرة المهنية للعاملات حيث دلت البيانات على وجود فروق دالة لصالح العاملات الحديثات في العمل من حيث المعاناة من الضغوط النفسية بالمقارنة بمن لهن خبرة كبيرة بمجال العمل أو بالمقارنة بربات البيوت.(سميرة محمد شند، 2000، ص 103)

## 12- دراسة جودي ترخمان (1980)

أجرى هذا الباحث دراسة عن "المرأة العاملة ومعاناتها النفسية والجسمية بالمقارنة بربة المنزل" من خلال متغيرات: الطبقة الاجتماعية، الجنس، وقد قسم الباحث عينة الدراسة إلى المجموعات الآتية:

- مجموعة من العاملات (متزوجات ، غير متزوجات).
- مجموعة من العاملين ( متزوجين، غير متزوجين)
- مجموعة من ربات البيوت.

ومن أهم أدوات الدراسة: دليل لانجر (22 بند) Langer، وكانت أهم النتائج المتعلقة بموضوع البحث الحالي هي ما يلي :

- توجد فروق بين الزوجات العاملات والأزواج في مستوى المعاناة النفسية لصالح الزوجات العاملات.

- العاملات المتزوجات أكثر معاناة نفسية من غير المتزوجات مما يشير لحجم الضغوط التي تعاني منها المرأة العاملة. (سميرة محمد شند، 2000، ص 105)

### 13- دراسة جون (1981) (John W)

حول الاغتراب والفتل الوظيفي حيث هدفت الدراسة لبحث العلاقة بين الفشل الوظيفي وبعض المتغيرات النفسية في الشخصية هي: التوتر، الاكتئاب، المرض النفسي، المرض العضوي وعدت هذه المتغيرات النفسية الثلاث مقياسا للأسلوب المعرفي للاغتراب وتوصلت الدراسة عن طريق تحليل الانحدار إلى النسب المئوية التالية للعلاقة بين الفشل الوظيفي والأسلوب المعرفي للاغتراب : التوتر الذاتي (35%) الاكتئاب (44%) المرض النفسي (33%) أما المرض العضوي فنسبته (16%). (John w ;1986 p8)

### 14- دراسة ليندر كانيفيليد (1981)

دراسة عن علاقة عمل المرأة بالاكتئاب وصحتها النفسية، تفرض الباحثة أن المرأة أكثر عرضة من الرجل للإصابة بالاكتئاب، وقد تم بحث الحالة الزوجية والمهنية للمرأة بالمقارنة للرجل، وذلك من خلال المواقف التي تواجهها المرأة في الزواج أو العمل وتسهم في الضيق الانفعالي، وقد توصلت الدراسة إلى :

- معاناة الأم العاملة من حدة صراع الأدوار مما يؤدي إلى تعرضها للضغوط النفسية.
- الأمهات العاملات أكثر عرضة لصراع الأدوار من الأزواج رغم اشتراكهن مع أزواجهن في مهنة واحدة.
- دعم الزوج لزوجته يقلل من تعرضها للضيق الانفعالي والصراعات الداخلية.
- تتعرض الأمهات العاملات للاستجابة الاكتئابية عند عملهن طوال الوقت.

### 15- دراسة شارون كيورتيس (1983)

عنوان دراسته "المرأة وضغوط الأدوار المتعددة" وذلك بهدف عرض الضغوط النفسية التي تشعر بها المرأة العاملة نتيجة تعدد أدوارها والصراع بينهما مما يترك أثره على الصحة

الجسمية والحالة الانفعالية (القلق، الاكتئاب، العدوانية) وقد تكونت عينة الدراسة من 46 سيدة تتراوح أعمارهن ما بين 25-40 سنة وقد استخدم في الدراسة الأدوات التالية:

- مقياس تقدير الضغوط النفسية.
- استبيان الحالة النفسية.
- استبيان مقاومة مصادر الضغوط النفسية.
- قائمة وصف الصفات الوجدانية المتعددة.
- استفتاء المعلومات الديمغرافية.

كانت أهم النتائج :

- تتمتع النساء العاملات بالأنشطة غير التقليدية بمقاومة الضغوط النفسية بصورة تفوق مثيلاتها لدى العاملات بأنشطة تقليدية.
- العلاقات الارتباطية بين المتغيرات للمجموعات ككل وللمجموعات الفرعية أظهرت 20 علاقة ممكنة تشير إلى أن معظم التغيير في الاتجاهات المتعلقة بأدوار المرأة تعرضها للضغوط النفسية وتؤثر على مستويات مقاومتها للأمراض النفسية.

#### 16- دراسة سميث وبورك (1992) Smith-Borck

كشفت الدراسة عن العلاقة بين ضغط العمل وعبء العمل والرضا الوظيفي، وتكونت عينة الدراسة من 204 معلم ومعلمة، يعملون في أستراليا، وأظهرت نتائج الدراسة أن متغيرات الدراسة : الجنس، الأقدمية، المركز الوظيفي، العبء التدريسي، تركيبة الصف والمدرسة، وموضوع التدريس لها تأثير في إحداث الضغوط المهنية. (عطوي سعد الدين، 2010، ص ص 14-15)

## 17 - دراسة (1998) Martin and Kirkaldy

بعنوان العلاقة بين سمات الشخصية والاتجاهات نحو العمل (العمل الأخلاقي والالتقان والتنافسية ودافعية الإنجاز والانجاز من خلال الالتزام وقيمة النقود والاتجاه نحو إدخارها). وقد هدفت الدراسة إلى الكشف عن علاقة بين سمات الشخصية والاتجاهات نحو العمل الأخلاقي والالتقان والتنافسية ودافعية الإنجاز من خلال الالتزام وقيمة النقود والاتجاه نحو إدخارها.

وتألفت عينة الدراسة من 100 مفحوص نصفهم من الذكور والنصف الآخر من الإناث من شمال أيرلندا واستخدم الباحث في دراسته اختبار آيزنك المعدل EPQ-R واستبانة الاتجاهات نحو العمل ، وأظهرت نتائج الدراسة أن الرجال يتمتعون بتنافسية وتوجه نحو المال أكثر من النساء في حين أن النساء أولين قيمة أكبر للعمل الأخلاقي من الرجال، وكانت النساء أكثر عصابية من الرجال بينما كان الرجال أكثر ذهانية ، كما وجدت الدراسة ارتباطا سالباً بين دافعية الإنجاز والعصابية لدى الجنسين والذهانية لدى الذكور، وكان الارتباط بين الالتقان والانبساط دال عند النساء .(كمال يوسف بلان، 2012، ص 30)

## 18 - أجرى هاري (1999) (Harry)

هي دراسة للتعرف على علاقة الاغتراب ببعض المتغيرات النفسية في ولاية واشنطن الأمريكية وكان الهدف منها التعرف على بعض المتغيرات النفسية كالحاجة إلى المساندة الاجتماعية ومركز السيطرة والحاجة إلى الآثار الحسية ودرست فاعلية كل متغير من هذه المتغيرات على التنبؤ بحالة الاغتراب وما تسببه من الإعاقة النفسية وتألفت عينة الدراسة من 124 فردا أختيروا عشوائيا من مدينة واشنطن وكانت النتائج تشير إلى وجود ارتباط عالي بين الاغتراب وكل من هذه المتغيرات أو الحالات النفسية تؤدي بالإنسان إلى حالة الاغتراب لا يمكن ارجاعها إلى عوامل الصدفة.(Harry, G L ,1999 , P432)

## 19- دراسة ميلر وآخرون (Miller et all) (2006)

بعنوان الثقافة، الاغتراب الاجتماعي والمزاج الكئيب لإمرأة في منتصف العمر من الاتحاد السوفياتي. هدفت هذه الدراسة إلى تحديد عوامل الثقافة، الاغتراب الاجتماعي، الضغوط النفسية والعائلية وكذلك المواصفات الديموغرافية للمزاج الكئيب لإمرأة في منتصف العمر مهاجرة من الاتحاد السوفياتي السابق، وتوضيح وإظهار أن علامات الثقافة العالمية يمكن أن يكون لها ارتباط غير مباشر بانخفاض علامات المزاج الكئيب ومشاعر الاغتراب استخدمت هذه الدراسة المقاييس الآتية : مقياس الثقافة لكل من بيرمان وترايكت (2001)، ومقياس رادلوف (1977) لقياس مستوى المزاج الكئيب ومقياس نيكاسو (1993) لقياس الاغتراب الاجتماعي ، وأخيرا مقياس كرستوفر (2000) لقياس العلاقات الاجتماعية وأكدت النتائج إلى أن الثقافة العالية دعمت وعززت الصحة النفسية بشكل مباشر وذلك من خلال خفض مشاعر الاغتراب الاجتماعي وبالتالي خفض الضغوط النفسية والعائلية .

(Arlene Miller ,et all 2006, p134)

## 20- دراسة "كاترينا ليوب" (2011)

اجريت بجامعة واشنطن و أثبتت أن الأمهات اللاتي يجمعن بين وظيفة شاقة ومرهقة وبين رعاية أسرة كاملة، معروضات للاكتئاب بصورة أكبر عن غيرهن من الأمهات اللاتي يفضلن الجلوس بالمنزل والاهتمام بالعائلة فقط.وشملت الدراسة حوالي 1600 امرأة متزوجة يتفاوتن ما بين من تمارس وظيفتين مختلفتين وهي العمل ورعاية الأسرة وبين من تفضل أسرتها على مستقبلها الوظيفي.

وأظهرت الباحثة الأمريكية "كاترينا ليوب" أن معظم النساء اللاتي يجمعن بين الأمرين يعانين من اكتئاب شديد بسبب الارهاق والضغط العصبي الشديد الذي يقع عليهن بسبب كثرة الأعباء، مشيرة إلى أن النساء اللاتي يطلبن مساعدة الأزواج لمساندتهن في شؤون المنزل هم أقل عرضة للإصابة بالاكتئاب.

(<https://alwafa.news.com.21/08/2011>. Pm 07 :26)

## 21- دراسة "بدروفسكا" (2014)

كلما زادت سلطة العمل عند المرأة، كلما زادت أعراض الاكتئاب لديها بعكس الرجل، هذا ما توصلت إليه دراسة قامت بها بجامعة تكساس في أوستن حيث تقول تاتيانا بدروفسكا ان النساء اللاتي يملكن سلطة كبيرة في مكان العمل — القدرة على التوظيف، والفصل، ومنح الأجور — غالبا ما يعانين من أعراض الاكتئاب أكثر بكثير من النساء اللاتي لا يملكن هذه السلطة. "وأضافت بدروفسكا ، "في المقابل الرجال الذين يملكون نفس هذه السلطة الوظيفية لديهم عدد أقل من أعراض الاكتئاب مقارنة مع الرجال الذين لا يملكون هذه السلطة".

وحلت الدراسة أكثر من 1.300 رجل، و 1.500 امرأة في منتصف العمر تخرجوا من المدارس الثانوية في ولاية ويسكونسن. فوجد الباحثون أن النساء من دون سلطة وظيفية كن أقل عرضة للإصابة بأعراض الاكتئاب بالمتوسط مقارنة مع الرجال دون سلطة العمل.

و أيضا أن هؤلاء النساء كن أكثر تعليما، وأعلى دخلا، وأكثر ارتباطا بالمناصب المرموقة والرضا الوظيفي، والاستقلالية من النساء دون سلطة العمل. ومع ذلك، كانت صحتهم النفسية أسوأ من النساء الأقل منهن". ولكن لماذا تزداد أعراض الاكتئاب عند النساء ذوات المناصب الادارية العليا؟

تتعامل النساء في مناصب السلطة العليا مع التوتر بين الأفراد، والتفاعلات الاجتماعية ، والصور النمطية السلبية والتحيز، والعزلة الاجتماعية، فضلا عن التنافس مع المرؤوسين

والزملاء والرؤساء." وغالبا ما ينظر إلى المرأة في مواقع السلطة على أنهم يفقدن الثقة بالذات وحنكة القادة الأقوياء. ولكن عندما تظهر النساء هذه الخصائص القوية، يحكم عليهن فورا بأنهن خاليات من مظاهر الأنوثة، الأمر الذي يؤثر سلبا عليهن ويجعلهن أكثر عرضة للتوتر المزمن. وفقا للمؤلفين، الرجال في مواقع السلطة غالبا ما يتعاملون مع عدد أقل من الضغوطات لأنهم لا يضطرون الى مواجهة الصورة النمطية أو المنافسة السلبية التي غالبا ما تواجهها النساء.

(<http://www.roayahnews.com/.html> .Sunday, November 23, 2014 3:09 pm)

## 22- نشرت بيزيشكيان و أودو بوسمان (2015)

إذ يشيران في كتابهما بعنوان "القلق والاكتئاب في الحياة اليومية" إلى أن كل من القلق والاكتئاب عبارة عن إشارات إنذار يهدفان إلى الوقاية من أمر أكثر سوءاً. إنهما احتجاجا الجسد والنفس على المخاطر الواقعية والصراعات غير المحلولة والإرهاقات التي لا تطاق والحاجات غير المحققة والإمكانات غير المستغلة. فالقلق والآلام النفسية تتوسط بين دوافعنا ورغباتنا وحاجاتنا من جهة وبين الواقع والحدود والقوانين الاجتماعية والطبيعية من جهة أخرى. ومن خلالهما نحقق تكيفاً ضرورياً مع معطيات الوجود. وفي الوقت نفسه يذكراننا بهويتنا الفردية، حيث يساعداننا في الحفاظ عليها. ويرى هذان المعالجان النفسيان أن الاعتراف بالقلق والاكتئاب بوصفهما ردتا فعل مبررتان ومشحونتان بالمعنى إلى مدى بعيد، يتيح لنا فرصة كبيرة لشفائهما. ([www.maganin.com.20/07/2015](http://www.maganin.com.20/07/2015). pm 10:47)

## 23- دراسة سوزان نولن-هوكزيم و كارلا غريسون و يوديت لارسون (2015)

أجريت على 1100 راشد بين 25-75 سنة وتظهر نتائجها أن النساء يشعرن أكثر من الرجال بمشاعر الشك والحيرة واللاحول والسلبية. ويكمن السبب في أنهن يشعرن بقلّة السيطرة على مجالات مهمة من الحياة. الأمر الذي يقود من ناحيته إلى إرهاقات مزمنة، تستجيب لها النسوة بانشغال سلبي وليس إيجابي. ومن ثم ينزلن في حلقة مفرغة مسببة

للمرض. فالانشغال يرفع من الإرهاق المزمن، والضغط المتزايد يقوي من الانشغال... وهكذا. والانشغال السلبي أو الخامد يزيد من الإرهاق لأنه يستهلك من الإنسان دافعيته وطاقته وقدرته على حل المشكلات، ومن ثم يصبح غير قادر على تحسين المواقف غير المرضية بطاقتهم الذاتية. أما مصادر الإرهاق فقد أمكن تحديدها بالإرهاقات المنزلية وتربية الأولاد بالإضافة إلى الأعباء المهنية للنساء العاملات خارج المنزل. إنهم أكثر "حملاً" اللهم، وهذا يعني أنهم لا يفكرون بحياتهن الخاصة فحسب بل ويحملن هم الآخرين. وعلى الرغم من البذل والتضحية الكبيرة التي تقدمها المرأة إلا أنهن يشعرن بأنهن لا يحظين من أزواجهن بالاعتراف الكافي. ومن الطبيعي أن الإرهاق بحد ذاته لا يقود للاكتئاب، وإنما الأسلوب الذي تتم فيه مواجهة الإرهاقات والصراعات.

(<https://www.liilas.com/vb3/t200507.html> pm 11:15.07/09/2015)

#### \* - مناقشة الدراسات السابقة:

1- كل هذه الدراسات تناولت الموضوع من جوانب عدة كل حسب الهدف الأساسي من الدراسة في حين هدفت دراستنا الى معرفة العلاقة بين الاغتراب النفسي والاكتئاب لدى المرأة العاملة المتزوجة وتحليل ابعادها الخاصة بثقافة مجتمعنا.

2- إن جميع الدراسات السابقة التي تم عرضها استخدمت المنهج الوصفي التحليلي وهذا ما سنتبعه الباحثة في البحث الحالي.

3- من حيث أدوات الدراسة فقد تنوعت بحسب الهدف المراد الوصول اليه، فقد قام الباحثون في بعض الدراسات بإعداد أداة قياس الاغتراب في حين قام البعض الآخر بتبني أداة قياس جاهزة وستقوم الباحثة بإعداد أداة خاصة للبحث الحالي.

4- تباين حجم العينات المستخدمة في الدراسات السابقة و يعزى هذا التفاوت في حجم العينات الى قناعات الباحثين من أن هذا العدد الذي ينتقيه يكون ممثلاً تمثيلاً شاملاً لصفات وخصائص مجتمع البحث، على أن هناك بعض العوامل الأخرى التي تدخل في

تحديد حجم العينة والتي منها على سبيل المثال تجانس وحدات مجتمع الدراسة حيث يتحدد حجم العينة بمدى اختلاف أو تجانس وحداتها أي أنه كلما قل الاختلاف والتفاوت بين وحداتها قل حجم العينة تبعاً لذلك والعكس صحيح.

5- تباينت الدراسات السابقة في استخدامها للوسائل الإحصائية ربما يرجع هذا الى قناعات الباحث في استخدام الوسيلة الإحصائية التي يراها مناسبة للوصول الى فرضيات وأهداف بحثه، ومن ابرز الوسائل الإحصائية المستخدمة معامل ارتباط بيرسون والفا كرونباخ ، أما الوسائل الإحصائية المستخدمة حالياً معامل ارتباط بيرسون والاختبار التائي والفا كرونباخ .

6- اختلاف نتائج الدراسات السابقة حيث ترى الباحثة بأن هذا الاختلاف والتباين قد يرجع الى عوامل عديدة منها طبيعة العينة وحجمها ومدى تمثيلها للمجتمع وكذلك اختلاف المكان والزمان والوضع الثقافي والحضاري لمجتمع الدراسة وخاصة فيما يتعلق بمفهوم الاغتراب حيث يكون للقيم والأعراف الاجتماعية أثرها الفعال في تحديد استجابات الأفراد وهذا بدوره قد ينعكس على النتائج.

7- ولقد استفادت الباحثة من الدراسات السابقة من المعلومات والمفاهيم النظرية التي تناولتها هذه الدراسات في اثناء الاطار النظري الخاص بالدراسة الحالية

#### \* - علاقة الدراسة الحالية بالدراسات السابقة:

من خلال العرض المتقدم للدراسات السابقة يتبين لنا أن مفهوم الاغتراب يعد مفهوم غير محدد المحتوى وهو بالتالي مفهوم واسع الانتشار وذو ثراء غير محدود في أبعاده ومكوناته، ونتيجة لتعدد الأدوات التي استخدمت لقياس هذا المفهوم تعددت تبعاً لهذه النظرة إليه ، حيث يعبر عنه تارة بعدم الثقة والتشاؤم وتارة أخرى يعبر عنه بالاغتراب عن الذات والحياة والثقافة أو يعبر عنه بالعجز واللامعيارية واللامعنى والتشيؤ والعزلة الاجتماعية والشخصية وهذا بالتالي أدى إلى صعوبة الوصول أو الاتفاق على تعريف أو تحديد هذا المفهوم من قبل الباحثين.

ومن خلال هذا الاستعراض المبسط للدراسات السابقة لهذا المفهوم فإن الباحثة لم تجد دراسة تتفق مع الدراسة الحالية تماما، من حيث دراستها للعلاقة بين الاغتراب النفسي والاكتئاب لدى المرأة العاملة المتزوجة، إلا أننا وجدنا بعد البحث دراسات ذات علاقة ببعض جوانب الموضوع فمنها ما اهتم بعمل المرأة العاملة كدراسة "جودي ترخمان" وعنوانها " المرأة العاملة ومعاناتها النفسية والجسمية" مقارنة بربة المنزل ودراسة "شارون كيورتس" بحيث تناول الضغوط النفسية التي تشعر بها المرأة العاملة ووجدتها أنها نتيجة تعدد أدوارها بين المنزل والعمل والصراع بينهما مما يترك أثر على الصحة الجسمية ، والحالة الانفعالية (القلق، الاكتئاب، العدوانية).ومنها الدراسات التي تناولت الاغتراب مرتبطا ببعض المتغيرات كدراسة جون (1981) حول الاغتراب والفشل الوظيفي ودراسة ميلر وآخرون (2006) بعنوان الثقافة ، الاغتراب الاجتماعي والمزاج الكئيب لامرأة في منتصف العمر، وكذلك دراسة عبد الحليم بعنوان الاغتراب النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى الأرامل وأيضا دراسة غريب مختار وعبد الله مصطفى بعنوان الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى المرأة المطلقة، ودراسة عبد اللطيف خليفة حول العلاقة بين الاغتراب وكل من الابداع والتفاؤل والتشاؤم، ودراسة محمود عوض محمود هدفت إلى التعرف على درجة شيوع مظاهر الاغتراب النفسي (على النسقين الاجتماعي والأكاديمي) لدى معلمي ومعلمات المدارس الحكومية. وهناك دراسات حول الاكتئاب لدى المرأة كدراسة كاترينا ليوب: بعنوان المرأة العاملة المتزوجة أكثر عرضة للاكتئاب ودراسة محمد المهدي بعنوان المرأة والاكتئاب. وقد القت هذه الدراسات الضوء على سيكولوجية المرأة العاملة وبالتالي أوضحت عدد من ابعاد الاغتراب النفسي والاكتئاب الامر الذي دفع الباحثة الى اعداد مقياس الاغتراب النفسي واستخدام مقياس جاهز وهو مقياس بيك للاكتئاب حيث استفادت الباحثة من الدراسات السابقة في تحديد ابعاد مقياس الاغتراب النفسي الذي أعدته الباحثة.

ومن المؤكد أن العلم تراكمي وبنائي فالبحوث القديمة تؤسس لبحوث جديدة وتتساند المعارف لتبين الحقائق الواقعية الجديرة بالدراسة والتطوير للأفضل ، فموقع دراستنا يعد من

الدراسات ذات الأهمية الشديدة والعمق ذلك أن متغيراتها أكثر اتصالا ومساسا بجوانب حياة المرأة العضو الفاعل في الحياة كلها ليس في المجتمع فحسب ودورها التتموي في البناء وتشبيد صرح مجتمع متطور وحضاري ناهيك عن دورها كربة بيت.

وبناء على هذا الأساس كانت دراستنا هذه ضمن سلسلة بحوث سابقة تناولت بعض الجوانب ذات الأهمية من جوانب موضوعنا كموضوع المرأة والمعاناة النفسية وتأثير عمل المرأة على صحتها... الخ.

**5/ تحديد المفاهيم :** تعتبر المفاهيم مفتاح الدخول للبحث وتحديدتها يعتبر الخطوة الأولى والاساسية في كل دراسة ومنه قمنا بتحديد المفاهيم الأساسية التي تخدم الموضوع وهي :

#### **\*1 الاغتراب النفسي :**

الاغتراب هو حالة نفسية تعاني منها المرأة العاملة المتزوجة وتشعر بعدم الصلة بالواقع المعاش وبعد الهوة بينها وبين الآخرين على الصعيدين الأسري والاجتماعي ، بحيث يؤدي هذا الانفصال إلى ركون المرأة العاملة المتزوجة إلى العزلة والانطواء وتحقير الذات وذلك لعدم الشعور بأهمية ما تقوم به من أعمال وبالتالي فإنها تعتبر حياتها نوع من الهراء المعاش. ويمكن الاستدلال عليها من خلال الدرجات المتحصل عليها من استجابة المرأة العاملة المتزوجة على فقرات المقياس المعد لهذا الغرض والذي يتضمن الأبعاد المعبرة عن الاغتراب النفسي.

#### **\*2 الاكتئاب :**

هو حالة انفعالية مؤقتة او دائمة تشعر فيها المرأة العاملة المتزوجة بالحزن والضيق والانقباض وتشيع فيها مشاعر القنوط والجزع والياس والعجز . وتصاحب هذه الحالة اعراض محددة متصلة بالجوانب المزاجية والمعرفية والسلوكية ومنها نقص الاهتمامات

وتناقص الاستمتاع بمباهج الحياة ، وفقدان الوزن ، واضطرابات النوم بالإضافة الى سرعة التعب ، ضعف التركيز والشعور بنقص الكفاءة. ويمكن الاستدلال عليها من خلال مجموعة الاستجابات التي تسجلها المفحوصة على مقياس الاكتئاب المستخدم في الدراسة.

**\*3 العمل:** هو كل نشاط جسمي او فكري يقوم به الإنسان مقابل اجر مادي .

**\*4 عمل المرأة:** هو ذلك النشاط الذي يتطلب مجهود فكري او بدني من طرف المرأة والتي تقوم به داخل المؤسسة في قطاع التعليم العالي ويكون مقابل ذلك حصولها على اجر معين.

**\*5 المرأة العاملة المتزوجة :** هي المرأة المتزوجة التي تزاوّل عملا خارج المنزل وتحصل على اجر مادي مقابل عملها الى جانب وظيفتها التقليدية كزوجة وربة بيت.

## 6- فرضيات الدراسة:

استثارتنا بشكل كبير أسئلة البحث، الأمر الذي حفزنا على تصميم وصياغة عدد الفروض بهدف طرحها للمناقشة وأملا في تحقيقها ميدانيا وهذه الفروض هي:

### الفرضية العامة:

- توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الاغتراب النفسي والاكنتاب لدى المرأة العاملة المتزوجة.

### الفرضيات الفرعية:

1. وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاغتراب النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير السن.

2. وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاغتراب النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير المنصب المشغول.

3. وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاغتراب النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير عدد الأولاد.

4. وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاغتراب النفسي لدى أفراد العينة تعزى لمتغير عدد سنوات الخبرة.

# الفصل الثاني

## الفصل الثاني: الاغتراب النفسي

### تمهيد

- 11- لمحة تاريخية عن الاغتراب .
- 12- مفهوم الاغتراب.
- 13- النظريات المفسرة للاغتراب.
- 14- ابعاد ومظاهر الاغتراب.
- 15- أنواع الاغتراب.
- 16- أسباب الاغتراب.
- 17- التحليل الوظيفي لظاهرة الاغتراب النفسي.
- 18- فئات وأنواع الأشخاص المغتربين.
- 19- اغتراب الشخصية وأزمة الانسان في المجتمع.
- 20- مواجهة الاغتراب النفسي.

### خلاصة

## تمهيد:

يعد الاغتراب أحد أهم الوسائل إثارة للجدل في عصرنا الحديث وهذا ليس بسبب غموض معناه وإنما بسبب التعريفات الكثيرة التي وضعت له مع كثرة الاتجاهات التي تناولته بالبحث والتحليل والاختلاف كذلك في تحديد بداياته.

حيث يعتبر الاغتراب ظاهرة إنسانية عامة، تحمل في طياتها الجانب الإيجابي والجانب السلبي، منتشر في كثير من المجتمعات بغض النظر عن النظم والايديولوجيات والمستوى الاقتصادي والتقدم المادي والتكنولوجي.

وظاهرة الاغتراب التي نحن بصدد دراستها عند المرأة العاملة هي مشكلة جوهرية ينبغي تناولها بصورة علمية دقيقة من أجل تحديد مداها والتعرف على حجمها نظرا لخطورتها على واقعهن ومستقبلهن وعلى المجتمع.

وقد شعرت الباحثة بوجود هذه المشكلة (ظاهرة الاغتراب ) بين أوساط العاملات في جامعة المسيلة من خلال خبرتها الشخصية المتواضعة في هذا المجال لملاحظتها مجموعة من العاملات يعانين من حالة العزلة والانطواء وهي مؤشر عن حالة من الاغتراب.

ومن هذا المنطلق تم اختيار هذه الظاهرة (ظاهرة الاغتراب) نظرا لأهميتها ولمحاولة المساهمة في كشف بعض الغموض حولها وتوضيح أشكالها المختلفة وعواملها... الخ.

## 1/ لمحة تاريخية عن الاغتراب (الجزور التاريخية):

الاغتراب ظاهرة قديمة، وقد لا نبالغ إذا قلنا أنها قديمة قدم الانسان نفسه، إذ منذ اللحظات الأولى لتكون التجمعات السكانية صاحبها مجموعة من الأزمات أو المشكلات التي تنتج عنها بعض مظاهر الاغتراب التي عانى منها الفرد.

(حماد أوشاوش وآخرون، 2006، ص 125)

وإن فهم المعاني المختلفة لمفهوم الاغتراب يقتضي منا مراجعة تاريخية لعلاقته بالتاريخ الفكري، ويتطلب ذلك بدوره الربط بين التعريفات المختلفة والفترات التاريخية ، ولقد كان لكلمة اغتراب تاريخ قديم إنطلاقاً من الفكر الديني المسيحي والإسلامي وقد تعددت استخدامات هذه الكلمة في العصور الوسيطة ما بين قانونية ونفس اجتماعية.

(فرج طه وآخرون ، 2003 ، ص 110)

ويمكن تحديد ظهور مصطلح الاغتراب وتطوره إلى ثلاثة مراحل رئيسية هي مرحلة قبل (هيجل) والمرحلة الهيجلية ومرحلة ما بعد هيجل وذلك نظراً للأهمية الكبيرة للتناول الهيجلي للاغتراب ليس في الفلسفة فحسب بل في باقي العلوم الاجتماعية والإنسانية ومن ثم ينبغي العودة إليه في كل محاولة لدراسة هذا المفهوم. (مصطفى ريبور، 1968، ص 74)

### 1. مرحلة ما قبل هيجل :

نجد هوبز ولوك استخدموا المفهوم في إطار نظريتهما في العقد الاجتماعي ، وهما إن لم يستخدموا نفس الاصطلاح إلا أنهما عنيا المفهوم نفسه، ويشير كل منهما إلى الاغتراب باعتباره تنازل عن حق أو انتقاله لآخر. (شتا السيد علي، 1993، ص35)

ومقابل ذلك التنازل يحافظ الفرد على حياته من العدوان لدى هوبز ويحافظ على ملكيته لدى

لوك . (زكي محمود وآخرون، ب ت، ص 121)

والتنازل أو التخلي عن الحقوق الطبيعية ونقلها إلى المجتمع إلا ترجمة لذلك "الشيء"  
أو تلك "الفكرة" التي كان من "هوبز" و "لوك" قد أدركاها في القرن السابع عشر إلى أن جاء  
(روسو) في القرن الثامن عشر وأطلق عليها كلمة "الاغتراب". (رجب محمود ، 1988 ،  
ص79)

حيث نضجت فكرة الاغتراب وأخذت أبعادا جديدة فهو من أوائل الفلاسفة الذين  
أشاروا إلى المعنى المزدوج للاغتراب:

**المعنى لأول:** معنى سلبي نجده في كتابات روسو النقدية وهو قريب الشبه بمفهوم التبعية  
الذي بدوره يماثل مفهوم الامتثال لدى فروم.

**المعنى الثاني:** معنى إيجابي نجده في الجانب البنائي من فلسفة روسو وخاصة كتابه "العقد  
الاجتماعي" وهو يحتفظ بنفس المداليل التي أشار إليها هوبز ولوك .(رجب محمود، 1993 ،  
ص46)

وهناك شيلر نرى نظرتة لعصره تشابه نظرة روسو باعتبار عصره عصر انحطاط  
وضياع وأن الماضي من حياة الإنسان إتسم بالوفاق مع الذات أي أن نظرتة ونظرة روسو  
كانت رومانسية.(حماد محمد حسن، 1995 ،ص50)

ونجد أيضا فيشته وهو أيضا ممن يمكن القول فيه أنه أول من استخدم الاغتراب  
بالمعنى الذي سنجده عند هيجل في كتابه "ظاهريات الروح" 1807 غير أن فيشته طبق  
المفهوم في مجال الميتافيزيقيا .(حسن بركات ،1993، ص22)

## 2. مرحلة هيجل :

على الرغم من استخدام مفهوم الاغتراب قبل هيجل، فإنه يعد أول من استخدم  
مصطلح الاغتراب استخداما منهجيا مقصودا حتى أطلق عليه أبو الاغتراب". والاغتراب

لدى هيجل نوعين الأول سلبي والنوع الثاني إيجابي يتمثل في تحول الفرد من الجزئي إلى الكلي ، فهو نشاط خارجي يحقق الإنسان من خلاله ذاته، اما السلبي فهو الاغتراب عن الذات باعتباره النتيجة التي تلزم الاغتراب 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 عن طبيعته الجوهرية ويصل إلى أقصى درجات التنافر مع ذاته .

(يوسف محمد عباس، 2004 ، ص 43)

وقد قدم آرون (1972): تلخيصا لفكرة الاغتراب عند هيجل عندما قال : أن التاريخ الإنساني هو المرحلة الأخيرة لصيرورة الروح التي تغترب عن ذاتها، ويتم قهر الاغتراب فقط في نهاية التاريخ وعودة الروح إلى ذاتها في المعرفة المطلقة.(عيد محمد إبراهيم، 1987، ص 50)

### 3. مرحلة ما بعد هيجل :

من أبرز المفكرين والفلاسفة الذين جاءوا بعد هيجل نجد :

#### 1- ماركس :

القضية الأساسية لدى ماركس عندما يناقش مفهوم الاغتراب، تبدو في صورتين هما الاغتراب عن ناتج العمل، والاضغراب عن العمل ذاته، فكما أن الإنتاج لا ينتمي إلى الفرد فإن العمل نفسه لا ينتمي إلى ماهيته الإنسانية، والإنسان لم يعد يشعر بحريته في أفعاله وعليه يذهب ماركس إلى قهر الاغتراب يتوقف على تغيير البناء الاجتماعي للمجتمع .

(شتا السيد علي، 1993، ص 123)

لقد حاول ماركس في تحليله للاغتراب أن ينفى عنه "خاصية مميزة للوجود الإنساني في العالم" وإنما يجب النظر إليه على أنه مرتبط بوجود الإنسان "عالم تاريخي معين" هو عالم "العمل المغترب".

## 2- الوجوديين:

من أشهر فلاسفة الوجودية نجد جان بول سارتر حيث يقول في كتابه (الوجود والعدم) : " أن قدراتي لا خصائصي المفروضة علي هي التي تحدد وجودي إلا أن الأخرى في نظرتي لي لا يرى إلا هذه الخصائص وهو إذ ينظر إلي على هذا النحو فإنني أبدوا كموضوع لا كذات حرة، حقا انني لا تزال قدراتي ولكن في الوقت نفسه فإن هذه النظرة تؤدي إلى تغريب قدراتي عني ". (سارتر وجون بول ، 1966 ، ص 725)

ولقد وجه الوجوديين انتباههم كذلك إلى الآثار المدمرة للتكنولوجيا على إنسانية الإنسان وحرية لهذا كانت التكنولوجيا عند غالبيتهم عاملا من عوامل اغتراب الإنسان وسقوطه.

## 3- نقاد المجتمع الجدد :

إلى جانب كل من الماركسية والوجودية في طرحها لمشكلة الاغتراب ظهرت فكرة الاغتراب على سطح الحياة الثقافية العامة وجذبت اهتمام عدد من المفكرين المعاصرين من أبرزهم : ماكيوز ، فروم ، هاربر ماس وملز.

وتتميز محاولات نقاد المجتمع الجدد أنها أضافت إلى التناولات المطروحة لظاهرة الاغتراب وعلاقتها بالظواهر المعقدة التي يزخر بها المجتمع المعاصر أضافت البعد النفسي في تفسير هذه الظاهرة فلا تكاد تخطئ العين في محاولات (ماكيوز وفروم) وتفسيراتهما التي قدمها في استفادتهما الواضحة من معطيات التحليل النفسي وغيرها من إنجازات علم النفس المعاصر وبدأت تبرز بوضوح مصطلحات سيكولوجية صرفة في أعماق الكتابات الفلسفية وغيرها من كتابات أخرى ممن طرحها هؤلاء الفلاسفة من تفاصيل عبرناها دون أن

نتوقف إلا عند أبرزها ودون أن نلتفت إلى أهمها وأخطرها. (حسن محمد حمادة ، 1995 ، ص 82)

## 2/ مفهوم الاغتراب :

على الرغم من كثرة ما كتب حول الموضوع، أو ربما بسبب كثرة ما كتب وبسبب تضارب الآراء والاتجاهات فإن مفهوم الاغتراب لا يزال يعاني كثيرا من الغموض، وهذا راجع إلى ثراء محتواه، وتعدد مجالات استخدامه ولتنوع الأطر والمنطلقات النظرية لمن يتحدثون عنه .

وعلى الرغم من هذا التباين والاختلاف في الرأي وأسلوب المعالجة إلا أنها كانت (الآراء) تشير كلها إلى دخول عناصر معينة في مفهوم الاغتراب مثل الانسلاخ عن المجتمع والعزلة أو الانعزال والعجز عن التلاؤم والاختلاف في التكيف مع الأوضاع السائد في المجتمع واللامبالاة وعدم الشعور بالانتماء بل وأيضا انعدام الشعور بمغزى الحياة.

( أحمد أبو زيد، 1979، ص 123 )

ومفهوم الاغتراب يكاد يمثل ميدان بحث مشترك للكثير من العلوم الإنسانية التي تتخذ من الإنسان محورا لها، فقد استخدمه علماء الفلاسفة والاجتماع والتربية والطب النفسي والأدباء بمختلف أدواتهم التعبيرية من يشعر وقصة ونثر ولتعدد مجالات استخدامات الاغتراب تعددت معانيه وكثرت تعاريفه.

## الاجتراب في اللغة:

يرجع في الأصل إلى كلمة (غربة)، إذ يرد لفظ الغربة والاجتراب بمعنى واحد في معجم اللغة العربية.

ففي معجم لسان العرب إن مصطلح (الغربة) بمعنى الذهاب والتتحي عن الناس، وأغربه: نجاه وأبعده. (ابن منظور، 1955، ص ص 638-640)

أما معجم محيط المحيط فيورد كلمة (تغريب الرجل) أي بَعُدَ ونزَحَ عن الوطن والجماعة. (بطرس البستاني، 1983، ص 654)

ويعني أيضا أن إغترب يعني إبتعد ونأى، يعني تغرب و إنفصل .

(فاروق السيد عثمان ، 2001 ، ص 137)

إن المقابل للكلمة العربية 'إغترب' أو 'غربة' هو الكلمة الإنجليزية "Alienation" والكلمة الفرنسية "Aliénation" وفي الألمانية "Entfremdung" وقد اشتقت كل من الكلمة الإنجليزية والفرنسية أصلها من الكلمة اللاتينية "alienatio" وهي اسم مستمد من الفعل اللاتيني "Alienare" والذي يعني الانتزاع أو الإزالة، وهذا الفعل مستمد بدوره من كلمة أخرى "Alienus" أي الانتماء إلى شخص آخر، أو التعلق به وهذه الكلمة الأخيرة مستمدة في النهاية من اللفظ "alius" والذي يدل على الآخر سواء كاسم أو كصفة.

(محمود رجب، 1988، ص 31)

والمعنى اللغوي لكلمة اغتراب تاريخيا له سياقات أربع هي :

(شاخت ريتشارد، 1980، ص 63)

## 1- السياق القانوني :

يشير المعنى القانوني إلى استخدامه ضمن سياقين : الأول "alienare" وهو يشير إلى انتقال ملكية شيء ما من شخص لأخر عملية الانتقال تلك يصير الشيء مغتربا عن مالكة الأول ويدخل في حياة المالك الجديد ونشير هنا إلى عنصر الإرادة كعنصر أساسي في

عملية النقل هذه لكن هذا العنصر ليس هو العنصر الوحيد في تكوين ما لمصطلح الاغتراب ووضع اليد أو الالزام من قبل الآخر وهذا يقابله المصطلح اللاتيني "traditio".

وبعني السياق الثاني بمعنى قابلية الأشياء بل والكائنات للتنازل والبيع والاعتراب في هذا المعنى القانوني يتضمن ما يمكن تسميته بتشويؤ "reification" العلاقات الإنسانية أي تحول الموجودات الإنسانية الحية إلى أشياء أو موضوعات جامد تحولا يمكن أن تظهر معه في سوق الحياة كما لو كانت بضائع أو سلعا قابلية البيع والشراء.

## 2- السياق الديني:

يتعلق بانفصال الإنسان عن الله، أي يتعلق بالخطيئة و إرتكاب المعصية والخطيئة بحسب التصور الدين في الإنجيل ليست مجرد تعدٍ على شريعة الله وأحكامه إنما هي في جوهرها انفصال عن الله . (عبد اللطيف محمد خليفة، 2003، ص ص 24-25)

## 3- السياق الاجتماعي:

إن الاصطلاحات اللاتينية الدالة على الاغتراب لا يمكن استخدامها بشكل عام في مجال العلاقات الإنسانية بين الأشخاص، فقد استخدمت كلمة الاغتراب قديما للتعبير عن الإحساس الذات بالغرابة، أو الانسلاخ "détachement" سواء عن الذات أو عن الآخرين فالفعل اللاتيني "alienare" يمكن أن يدل على معاني التسبب في فتور علاقة حميمية مع شخص ما أو في حدوث انفصال أو جعل شخص ما مكرها أيضا يمكن أن تشير الكلمة اللاتينية "alienation" إما إلى هذه الحالة من الانفصال أو الشقاق أو إلى الظروف التي تنجم عنها، ولا زال هذا المعنى الشائع في الاستخدام الحديث للكلمة الإنجليزية إغتراب "alienation" حتى وقتنا الحالي . (دوداج علجية، 2011، ص 395)

فإننا نجد من خلال المصطلح اللاتيني "Alienatio" الذي يشير لأحوال نفسية وعقلية تتفاوت قوة وضعفا فقد تعني مجرد السرحان أو الشرود الذهني الذي ينشأ نتيجة اهتمام الإنسان بأمور معينة إتمامها يبعده عن ذاته وبيته به نفسه وقد يعني أيضا فقدان الحس أو غياب الوعي كما هو الحال في الصرع وقد يعني أخيرا التحول عن العقل أي فقدان القوى العقلية. كما استخدم مصطلح الاغتراب على أنه اغتراب داخل الذات أو اغتراب الشخصية وهو مشتق أيضا من الاستخدام اللاتيني والذي يشير فعله لجعل العلاقة الدافئة مع الآخرين علاقة فاترة. ومن ثم يشير الاسم للعملية والحالة الناتجة عن ذلك وقد ورد الاستخدام الإنجليزي ليشير الاستخدام الديني ثم اتسع الاستخدام ليشير لاغتراب الذات عن واجباتها. (عبد اللطيف محمد خليفة، 2003، ص ص 25-26)

## 2/ تعاريف بعض الباحثين والعلماء:

لا يوجد هناك اجماع على تحديد مفهوم واحد الاغتراب من قبل الباحثين والفلاسفة الذين تناولوا هذا الموضوع إذ نجد عدة معاني لهذا المصطلح نتيجة تعدد من تناوله وكذا إختلاف المجالات التي تم فيها التناول وسنعرض اهم هذه التعاريف :

\*عند هيجل العالم هو روح المطلق في حالة اغتراب حيث الحد أن الاغتراب هو انفصال متأصل في وجود الإنسان كفاعل وكموضوع لأفعال الآخرين، وقد ميز هيجل بين أنواع الاغتراب العديدة على مستوى الشخصية والنظم الاجتماعية والثقافية ، كما أثار قضية جوهرية وهي أن إغتراب الشخصية يكمن في الصدام بين ما هو ذاتي وما هو واقعي.

(غيث محمد عاطف ، 1997، ص ص 118-119)

\*ماركس : الاغتراب يعني فقدان الإنسان لذاته وهذا المعنى إنتهي إليه ماركس من خلال الفحص النقدي لوضع العامل في نظام الرأسمالي، فالعامل فيه مغترب عما ينتجه لأن

الإنتاج ليس لإشباع الحاجات الإنسانية، وإنما لزيادة رأس المال، ثم هو مغترب في عملية الإنتاج حيث العمل لا يعبر عن تحكم الإنسان في الأشياء، وإنما عن تحكم الآلات و التنظيم الرأسمالي ثم هو مغترب عن ذاته الحقيقية أي عن وجود المتطور أي عن الإنسانية الكامنة فيه، وبذلك يتحول إلى سلعة. (مراد وهبة، 1998، ص ص 99-100)

يتفق (ماركس) مع (هيجل) في أن الاغتراب عملية بين الذات والموضوع إلا أنه يختلف عنه في أن (هيجل) يرى أن ميدان الاغتراب هو الميتافيزيقيا أما (ماركس) يرى أن ميدان الاغتراب هو المجتمع.

\*إريك فروم : حيث يعرف حالة الاغتراب بأنها : " الوضع الذي يكون فيه الإنسان غير قادر على التعبير عن نفسه كخالق لأفعاله ونتائجه هي الحكمة التي يطبعها وقد يعبدها" ويعرفه أيضا بأنه : " الدرجة التي يشعر الإنسان عندها بالعجز عن القيام بالدور الذي كان يقوم به بدرجة كاملة جدا في المواقف النوعية أو المحددة" .

(إبراهيم محمود الكافكاوي، 1984، ص 49)

\*بري فيورباخ: إن الاغتراب يتمثل في الاغتراب الديني بين الإنسان والخالق والذي هو أساس كل شيء سواء أكان نفسي أو اجتماعي أو فلسفي فالخالق بخصائصه وقدراته مستقل عن الإنسان مع العلم أن الحل من وجهة نظره يكمن في التصور الأنثروبولوجي للدين حيث تعود للذات خصائصها ووجودها. (حماد علي أحمد ، 1995، ص 39)

رايت ميلز: الاغتراب عن نفسه بقوله : أنه في الظروف العادية ويضرب مثال تكون فيه الفتاة المشتغلة في المخازن التجارية منفصلة عن نفسها عندما تتحول إلى أداة لخدمة غرض تجاري ويواجه الاغتراب أيضا الأفراد في ظروف المدينة عندما يصبحون أدوات لبعضهم البعض ، وبذلك يصبح الفرد الحضري منفصلا عن نفسه.

(عبد الله محمد أحمد ، 2001، ص 133)

**دور كايم:** الاغتراب في سياق تحليله لظاهر الأنومي Anomie والتي تعني فقدان المعايير فهو يعتقد أن سعادة الإنسان لا يمكن تحقيقها بصورة مرضي ما لم تكن حاجيته متناسبة أو متوازية مع الوسائل التي يملكها لإشباعها فإذا كانت الحالة تتطلب أكثر مما يستطيع أن ينال أو أنها تشبع بطريقة متناقضة بما يحقق قناعاته فإنه يحس بالألم وخيبة وإحباط وأشار إلى أن عزلة الإنسان وبعده عن التضامن الاجتماعي هي مصدر اغترابه عن المجتمع الحديث.(عوييدات عبد الله ، 1995، ص ص 71-76)

حيث يرى (دور كايم) أن الحالات الخاصة بالفرد والمجتمع فيها علاج للانوميا هذا العلاج يأتي من الوضعيات التي يوجد لها تقسيم العمل والتي من شأنها أن تضاعف من تصميم الأفراد الاجتماعي وتزيد من الانسجام والتطابق بين سلوكهم والقواعد الاجتماعية المستقلة عن إرادتهم وتجعلهم يفكرون في حدود أدوار محدودة . ( نجيب إسكندر وآخرون، 1960، ص 73)

فالفرد الذي يعاني من الأنوميا في اعتقاده (دور كايم) هو الفرد الذي لا يخضع لمعايير من أي نوع والذي تعوزه قواعد يعيش بها لتنظيم رغباته وتوجه أعماله وآفاق محدودة يهتدي بها فكريا وسلوكيا.

**كلارك:** فقد رأى أن الاغتراب حالة يشعر فيها الإنسان بأنه أصبح مجردا من القوى التي تسمح له بتحقيق الدور الذي حدده لنفسه ومن ثم فإن ذلك يؤدي إلى الشعور بالعجز وعدم الانتماء وفقدان المعنى كما تؤدي هذه الحالة إلى شعور الفرد بنقص وسائل السيطرة لاستبعاد التناقض والتفاوت بين تعريفه للدور الذي يشغله والدور الذي كان يشعر بأنه قد يشغله ومن يشعر بالعجز يشعر بانعدام المعنى في أفعاله وعدم الشعور بالانتماء وعند استعاد سيطرته يسترد الشعور بالمعنى والشعور بالانتماء.

**هورني:** فطرحتم نمطين للاغتراب عن الذات ، الاغتراب عن الذات الفعلية والذي يتمثل في إخفاق الفرد في الإقرار بوجود رغباته وميله إلى تجاوز مشاعره وأفكاره إلى الحد الذي تصبح فيه مكبوتة وغير مميزة، وهو سمة الفرد المصاب بالعصاب فهذا الفرد يكون (مبعد عن ذاته فاقد الشعور بأنه قوة حساسة في حياته مثل هذا الفرد يشعر بالخجل من مشاعره وموارده وأنشطته وبذلك يتحول إلى الشعور بكرهية الذات ) . (عباس فيصل ، 1982 ، ص 165)

أما **أحمد عزت راجح** فيعرف الاغتراب بأنه : " شعور الفرد بانقطاع الصلة بينه وبين آخر كان يتوقع الصلة به، هذا الآخر قد يكون شخصا أو شيئا أو عملا أو جماعة وقد يكون ذات الفرد نفسه وهو شعور يصطبغ عادة بالنفور من الآخر و الحذر منه فالغريب منذ القدم مرادف العدو الذي نخشاه .(أحمد عزت راجح ، 1971 ، ص 16)

يعرفه **أحمد خيرى** بأن: الاغتراب هو وعي الفرد بالصراع القائم بين ذاته وبين البيئة المحيطة به بصورة تتجسد في الشعور بعدم الانتماء والسخط والقلق والعدوانية، وما يصاحب ذلك من سلوك إيجابي أو شعور بفقدان المعنى واللامبالاة ومركزية الذات والانعزال الاجتماعي وما يصاحبه من أعراض إكلينيكية . (أحمد خيرى حافظ ، 1980 ، ص 60)

الاغتراب هو شعور الفرد بعدم الرضا والرفض لكل من المجتمع والثقافة وشعوره بفقدان الذات وما يرتبط به من شعور بالوحدة والخوف ونقص الشعور بتكامل الشخصية وأنه حتمية ضغوط غامضة متصارعة يعيش للمجتمع ولا يجد من المجتمع ما يقدمه له .

(حامد زهران ، 2003 ، ص 248)

وأوضح **كمال دسوقي** "1988" في ذخيرة علوم النفس من أن الاغتراب يشير إلى الآتي :

- الشعور بالوحدة والغربة وانعدام علاقات المحبة مع الآخرين وافتقاد هذه العلاقات خصوصا عندما تكون متوقعة.

- حالة كون الأشخاص والمواقف المألوفة تبدو غريبة، ضرب من الإدراك الخاطئ فيه تظهر المواقف والأشخاص المعروفة من قبل وكأنها مستغربة أو غير مألوفة.

- انفصال الفرد عن الذات الحقيقية يسبب الانشغال العقلي بالمجردات ويضرة مجارة رغبات الآخرين وما تمليه النظم الاجتماعية فاغتراب الانسان المعاصر عن الغير وعن النفس هو أحد الموضوعات المسيطرة على فكر الموجددين.

-مرادف الاضطراب العقلي واستخدم في الطب العقلي على أنه يدل على مرض العقل.(كمال دسوقي ، 1988 ، ص120)

أما **سميرة حسن أبكر**، 1989: فتعرف الاغتراب بأنه : " الابتعاد عن الله وما ينشأ عنه من حالة نسيان الفرد لربه ثم لنفسه وانفصاله عن الآخرين وما يصاحبه من شعور بعدم الانتماء، وإحساس بالعجز وإنعدام المعنى وفقدان الهدف في الحياة وعدم الالتزام بالمعايير وفقدان الإحساس بالقيمة والتمركز حول الذات .( سميرة حسن أبكر ، 1989 ، 55)

وأوضح **جابر عبد الحميد وعلاء الدين كفاقي** (1988) في معجم علم النفس والطب النفسي حول معنى الاغتراب بأنه انهيار أي علاقات اجتماعية أو بينية شخصية وفي الطب النفسي يشير المصطلح إلى الفجوة بين الفرد ونفسه، والتباعد بينه وبين الآخرين ، وما يتضمنه ذلك من تباعد أو غربة للفرد من مشاعره الخاصة التي تستبعد من الوعي خلال المناورات الدفاعية ، ويشاهد الاغتراب في أوضح صورة لدى مرضى الفصام.

(جابر عبد الحميد وعلاء الدين لخفاقي، 1988 ، ص200)

وما يمكن ملاحظته من جملة التعاريف التي أشرنا إليها إلى أن مجالات الباحثين قد طغت على تعاريفهم وتناولاتهم لمفهوم الاغتراب ويمكن تعريف الاغتراب بأنه: شعور الفرد بانفصاله عن ذاته، عن قيمه ومبادئه ومعتقداته وأهدافه وطموحاته وينعكس ذلك من خلال إحساس الفرد بعدم الفعالية بسبب عوامل نقص تتعلق بالبنية المعرفية الذاتية من جهة،

وبينية المعارف و السلوكات الاجتماعية والثقافية من جهة أخرى حيث يتجلى بعدها سلوك الانتماء والشعور باللامعنى واللاهدف واللامعيارية والتشويؤ والعجز والعزلة الاجتماعية والتمرد واليأس بالإضافة إلى الشعور بانعدام الأمن وفقدان الثقة في الذات والموضوع معا.

### 3/ النظريات المفسرة للاغتراب:

يقصد بمفهوم نظرية : " مجموعة من المعارف العقلية الخاصة المرتبطة منهجيا ومنطقيا، وذلك في مقابل التصميمات التجريبية أما المعنى الأكثر دقة فهو : " أنها مجموعة من القوانين ومن المبادئ والقضايا المرتبطة منهجيا ومنطقيا والتي تتناول بالتفسير والتحليل ظواهر وحقائق مترابطة ومتصلة بموضوع". (الجازية كيران ، 1988 ، ص90)

انطلاقا من هذا التحديد لمفهوم النظرية ونحن بصدد دراسة ظاهرة الاغتراب ، سنحاول أن نبحت في كل النظريات التي تناولت هذا الموضوع بالدراسة من أجل تفسير كل المؤشرات التي لها علاقة وصلة بالاغتراب حتى نتوصل إلى النتائج العلمية التي نرمي إليها من خلال قيامنا بهذا البحث ، وقد تم تفسير الاغتراب في خلال عدد من النظريات سنذكر أهمها :

#### 1. النظرية السلوكية :

يرى أنصار هذه النظرية في تفسيرهم للاغتراب أن الثواب والعقاب أساس إغتراب الفرد عن سلوكاته وأفعاله حتى تصبح هذه الأفعال والسلوكات شيء منفصل عنه .

(أبو جدي ، أمجد جميل ، 1998 ، ص 16)

ويوضح سكنر (Skinner): أن اغتراب الأفراد عن سلوكاتهم يكون نتيجة التخصص بالعمل، حيث يقضي الفرد معظم وقته بنوع واحد من العلم ويضيف أن كل فرد يعلم ماذا

يعني أن تكون متعبا نتيجة العمل لفترة طويلة بأعمال لا تحبها وهو بسبب كافي لحدوث الاغتراب.

وينسب سكنر ما يُسميه بالاغتراب الوجودي إلى حقيقة مؤداها، أن القليل من السلوكيات الحديثة نسبيا يتم تعزيزها إيجابيا بينما يعاقب على الكم الأكبر من هذه السلوكيات. (عبد الرحمن السيد، 1998، ص 59)

إن النظرية السلوكية تفسر الاغتراب وفقا للحتمية البيئية هذا يعني أن البيئة الخارجية بمفهومها الشامل (طبيعية ، اجتماعية و حضارية) لها تأثير إيجابي على الإنسان، وكذلك تأثير سلبي واعتمادا على ذلك فإن الأنشطة التي يقوم بها الفرد أو تلك التي يوفرها له الآخرون، وتكون ذات طبيعية سارة تجلب الفرح والسعادة إلى نفس الإنسان أما الأحداث التي تثير المشقة والمعاناة فإنها تؤدي إلى القلق والتوتر أو الاغتراب.

(عبد الخالق أحمد ومحمد الصبورة، 1996، ص ص 147-185)

ويرى 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.

وأن الفرد وفقا لهذه النظرية يشعر بالاغتراب عن ذاته عندما ينصاع ويندمج بين الآخرين بلا رأي أو فكر محدد، حتى لا يفقد التواصل معهم، وبدلا من ذلك يفقد تواصله مع ذاته . (علاء محمد الشعراوي، 1988، ص 241)

## 2. نظرية التحليل النفسي:

تنطوي تحت هذه النظرية توجهات تختلف بشأن العديد من المسائل، لكونها تتفق على وجود قوى نفسية داخل الفرد بمثابة محركات للسلوك.

## 1- عند فرويد:

لقد أشار فرويد إلى أن الاغتراب يقع نتيجة الانفصال بين قوى الشعور واللاشعور إذ يصبح الفرد بعيدا عن ذاته ولا يلمسها لان الرغبات المكبوتة هي التي تحرك سلوكه.

(حمزة بركات، 1992، ص 29)

وقد استطاع أن يصل إلى الحقائق التالية:

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

2- **اغتراب اللاشعور** : ويشير فرويد إلى أن الخبرات المكبوتة تبدأ حياة جديدة شاذة في اللاشعور وتبقى هناك محتفظة بطاقتها تتحين فرصة للخروج وطالما أن أسباب الكبت لا زالت قائمة فإن اللاشعور يظل مغتربا على شكل انفصال عن الشعور وما محاولة الأنا في التوفيق بين ضغط الواقع ومتطلبات أوامر الآن الأعلى إلا هروبا من اغتراب الفرد عن الواقع الاجتماعي . (إسماعيل أحمد سيد، 2001، ص 96)

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

(السيد علي شتا ، 1984، ص106 )

والى هذه الحضارة يعزو فرويد نشأة الصراع بين مكونات الجهاز النفسي بوجه عام فقيام الحضارة نشأت السلطة وتكرس مبدأ الواقع واضطر مبدأ اللذة إلى النكوص، ولكنه أخذ يعبر عن نفسه بين الحين والحين بأشكال سلبية وأحيانا أخرى إيجابية ، فالحضارة لدى فرويد جاءت على حساب مبدأ اللذة ولم تقدم للإنسان سوى الاغتراب، وهو يرى أن الاغتراب سمة متأصلة في الانسان إذ لا يمكن مطلقا تجاوز وجوده بين الأنا والهو والأنا الأعلى.

( فرويد سيقموند ، 1980 ، ص 82 )

ويحدد علي شتا السيد (1974) ثلاث أنواع من الاغتراب على المستوى الشخصي والتي يمكن إجمالها كالآتي :

أ- اغتراب الهو: ويتمثل في سلب حريته، وذلك أن حرية الهو تعني وقوع الأنا تحت ضغط الأنا الأعلى والواقع الاجتماعي أي ان سلطة الماضي تمارس ضغطا قويا عليه من ناحية ويزداد بالوقائع من ناحية أخرى ومن ثم يقوم الأنا بعملية السلب أو الانفصال (سلب حرية الهو) ويحقق (الأنا) ذلك بطرق عدة إما بسلب حرية (الهو) والقبض على زمام الرغبات الغريزية وإما بإصدار حكمه والسماح لها بالإشباع أو تأجيل هذا الإشباع.

ب- اغتراب الأنا: ويكون ذا بعدين مرتبط الأول بسلب حرية في إصدار حكمه فيما يتعلق بالسماح للرغبات الغريزية للإشباع من ناحية، وسلب معرفته بالواقع وسلطة الماضي (الأنا الأعلى) في حالة السماح لهذه الرغبات بالإشباع من ناحية أخرى ومن ثم يكون (الأنا) في وضع مغترب دائما سواء في علاقته ب (الهو) أو ب (الأنا الأعلى) وهذا يجمع اغترابه بين الخضوع والانفصال.

ت- اغتراب الأنا الأعلى : ويتمثل هذا النوع من الاغتراب 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 للاغتراب (الأنا الأعلى).

أما الجانب الإيجابي فإنه يتمثل بمظهر الاعتماد والذي يصاحبه عدم افتتان (الأنا) بالواقع الاجتماعي . (علي الشتا السيد، 1974 ، ص 162)

2- كارين هورني : ترى أن الاغتراب ينشأ حينما يطور الفرد صور مثالية عن ذاته، بلغ من اختلافها عما هو عليه غير أنه توجد هوة عميقة بين صورته المثالية وذاته الحقيقية، وحينما يتشبث المرء بالاعتقاد بأنه هو ذاته المثالية فإنه لا يعود قادرا على إدراك ذاته الحقيقية، والاغتراب وفق هذه النظرية إنما ينشأ عن الإدراك السالب للذات أو انخفاض مفهوم الذات أو التفاوت الكبير بين تصور الفرد عن ذاته المثالية وذاته كما هو متوقع .

( سناء حامد زهران ، 2004 ، ص 114 )

وتشير إلى أن الاغتراب عن الذات الحقيقية باعتبارها سمة للشخص المصاب بالعصاب فهذا الشخص مبعّد عن ذاته فاقدا للشعور بأنه قوة حاسمة في حياته مثل هذا الشخص يشعر بالخل من مشاعره وأنشطته وموارده وبذلك يتحول إلى الشعور بكرهية الذات .(عباس فيصل ، 1982 ، ص 165)

وترى هورني أن ثمة مؤشرات للاغتراب يمكن ملاحظتها على الفرد والآخرين وهي:

- أ- خلل في القدرة العامة على الخبرة الواعية فلا يوجد ما هو واضح أمام المرء.
- ب- تناقص الإحساس بالجسم والاهتمام به وكذا تناقص الإحساس بالحاجات والمشاعر، والاهتمام بالممتلكات المادية كالبيت والملابس و الأدوات.
- ت- تناقض إحساس المرء بقدرته على التأثير في مجريات حياته .

(جورارد، موتيد لاندزمن ، 1988 ، ص 236)

وتشير إلى أن المغترب يصبح غافلا عن واقعه ويفقد الاهتمام به ويصبح عاجزا عن اتخاذ قراراته بنفسه ويصل إلى حالة من الوجود الزائف مع نفسه. (بشير أمال محمد، 1989، ص 30)

والمغترب يعجز عن اتخاذ قراراته لأنه لا يعرف حقيقة ما يريد وباختصار يصبح غافلا عن فهم ماذا يكون؟ ونتيجة لافتقاره فهم هويته فإنه يحيا حياة من نسج تصوره، ويفقد الاهتمام بالحياة لأنها ليست ما يرغب فيه حقيقة.

### 3- إيريك فروم:

إن سبب اغتراب الإنسان يعود إلى طبيعة المجتمع الحديث وسيطرة الآلة وهيمنة التكنولوجيا الحديثة وسطوة السلطة وهيمنة القيم والاتجاهات التسلطية ... وهذا ينسجم مع تأكيد فروم على أن طبيعة الإنسان وعواطفه وقلقه كلها نتاج اجتماع ثقافي.

(أبو النبيل محمود السيد، 1986، ص 87)

ويتناول فروم الاغتراب بطرق مختلفة والتي يمكن إيجازها بـ ( الانفصال عن الطبيعة الذي يصاحب سيطرة الإنسان عليها بطابع يختلف عن طابع الانفصال الذي يصاحب ظهور وعي الذات وافتقاده القدرة على ربط ذات الفرد لطبيعته وأخيرا، محاولة الفرد لإيجاد مرة أخرى التناسق مع الطبيعة بالنكوص إلى شكل قبل انساني للوجود يقضي على صفاته الإنسانية الخاصة ويعتقد أن أحد جوانب عملية التفرد تتمثل في أن الفرد يصبح كيانا واعيا منفصلا عن الآخرين وأنه من الممكن تماما لان أصبح يعي بانفصاله عن الآخرين أن يجد روابط جديدة مع رفاقه من الناس لتحل محل تلك الروابط القديمة التي كانت تنظم من قبل الغرائز . (شاختر رينشارد، 1980، ص 178)

ويرى فروم أن ظاهرة الانفصال والتشويء هي أثر تتركه الرأسمالية على الفرد، وكأنه هنا يتفق مع ما جاء به (ماركس) من (أن المجتمع الاشتراكي هو المخرج الذي يحو إغتراب الفرد واضطراباته). (عبد العالي تحية، محمد علي، 1989، ص 66)

وقد حدد فروم في كتابه (الهروب من الحرية) ثلاث ميكانيزمات دفاعية والتي تتمثل بالسلطوية وهي نزعة للتخلي عن الحرية الذاتية ودمجها بشخص ما لاكتساب القوة التي تفنقدها الذات الأولى للفرد، والتدميرية والتي هي هروب من الشعور غير المحتمل بالعجز فظروف العجز والعزلة مسؤولة عن مصدرين آخرين للتدميرية هما (القلق وانحراف الحياة).

أما الميكانيزم الثالث فهو الذي يتمثل بتطابق الانسان الآلي حيث يتغلب شعور الفرد على شعور اللامعنى بالمقارنة مع القوة المهيمنة على العالم الذي تكون خارجه أما عن طريق السلطوية أو التدميرية. (حسن إبراهيم المحمداوي، 2007، ص 42)

#### • وجهة نظر تحليلية لتفسير الاغتراب في المجتمع العربي:

يوضح أحد الباحثين أن العلاقات الاجتماعية السائدة في المجتمعات العربية تلعب دورا كبيرا في اغتراب الشخصية، فالمجتمع العربي مجتمع أبوي، تكون العلاقات المهيمنة فيه تسلطية عمودية، وتغيب العلاقات الأفقية، وهذا ما يجعل المطابقة بين آليات القهر وآليات الاغتراب مُبررة، وأن يكون كل منهما نتيجة وسببا للآخرين والقهر يؤدي للخصاء النفسي والذهني الذي هو صورة حية لنتائج العنف والإكراه وله قدرة على تحقيق الاغتراب الشامل في الشخصية الإنساني، وكشف الباحث عن صفات الشخصية الاغترابية في المجتمعات العربية فأشار إلى الخداع والنفاق واللامسؤولية والخضوع والسلبية.

(وظفة علي، 1998، ص ص 247-267)

وقد يرتبط هذا التحليل بما انتهى إليه جان "بيرستاني" في كتاب الشرف والعار : قيم المجتمع المتوسطي، إلى أن هذا المجتمع قائم على الشعور بالعار والخوف من الفضيحة. والاغتراب هنا يتضح بالخضوع للسلطة الخارجية وعدم الوعي بالذات أي الاغتراب ببعديه سلب المعرفة وسلب الحرية. (بركات حليم، 2000، ص 89)

من مصادر الاغتراب التي يشير إليها "حليم بركات" السيطرة الزائدة وعكسها فقدان السيطرة تحت تأثير المصدر الأول بفقد المرء قدرته على تقرير مصيره أما المصدر الثاني فسيؤدي بالفرد إلى الفشل في إيجاد نظام لحياته ، وعدم نجاحه في التخطيط لمستقبله، وهذا كنتيجة لإنحلال القيم الاجتماعية مما سيدفع المرء إلى التصرف بوحدة أو أكثر من أنواع السلوك الثلاث التالية:

أ- **الانسحاب** : ويأخذ عدة أشكال حسب الظروف والأوضاع، فقد يأخذ صورة الهجرة أو صورة الانعزال واللامبالاة.

ب- **الرضوخ**: عندما يتولد لدى الفرد إحساس باستحالة التغيير، يميل إلى الرضوخ وربما يتمرد عندما تتاح له الفرصة وهذا الوضع يشكل تناقرا معرفيا، ينشأ عنه دافع قوي للرجوع إلى حالة التوازن.

ت- **التمرد**: وهو يهدف إلى التغيير وغالبا ما ينضم الأفراد المغتربين إلى أحزاب متطرفة كرد فعل للاغتراب الحاد الذي يولد حاجة نفسية للانتماء والانتساب من جديد.

(أبو جدي، 1998 ، ص ص 23-24)

وبناء على ذلك ينبغي تحديد الظروف المحيطة عند الحديث عن الاغتراب في مجتمع ما، كذلك من الأفضل أن نعين الكيفية التي يُدرس في ضوءها الاغتراب وهل يتم تمييزه كحالة؟ أم كعملية؟ ففي الحالة الأولى يصف الاغتراب حالة الأشياء الراهنة دون الإشارة إلى منشأها وفي الحالة الثانية يفترض الاغتراب التمكن الأولي من صفة أو إمكانية

معينة ثم فقدت ومهمة البحث تبيان متى وكيف حدث مثل هذا الفقدان .(ايغور كون ،1992، ص 77)

### نظرية المجال:

يرى أصحاب هذه النظرية أنه عند الاستقصاء عن أسباب الاضطرابات والمشكلات النفسية يوجه الاهتمام إلى أمور هامة مثل

- شخصية العميل وخصائصها المرتبطة بالاضطراب والمسبب له.
- خصائص حيز الحياة الخاص بالعمل من زمن حدوث الاضطراب.
- أسباب اضطرابه شخصيا وبيئيا مثل : الاحباطات والعوائق المادية والحواجز النفسية وما قد يصحبها من إقدام وهجوم غاضب أو إحجام وتقهر خائف ، وعلى هذا فإن الاغتراب هنا ليس ناتجا عن عوامل داخلية فقط، بل عن عوامل خارجية تتضمن سرعة التغيرات البيئية والاتجاه نحو هذه التغيرات والعوامل .

(حامد عبد السلام زهران ، 1998 ، ص 266)

### 3- نظرية السمات والعوامل للاغتراب :

من أهم سمات هذه النظرية تركيزها على العوامل المحددة التي تفسر السلوك البشري والتي تمكن من تحديد سمات الشخصية ، وتشير الدراسات التي تتناول سمات شخصية مرتفعي الاغتراب أنهم يتميزون بعدد من السمات منها التمرکز حول الذات، وعدم الثقة، التشاؤم، القلق والتباعد، الوحدة النفسية وتوترات الحياة اليومية والشعور بفقدان القدرة على التحكم والاضطرابات في هوية الفرد، ونقص العلاقات الصادقة مع الآخرين وعدم القدرة على تبني القيم المرغوبة، وعدم القدرة على إيجاد تواصل بين الماضي والمستقبل وعدم الانسجام بين الفرد والأجيال السابقة. (سنا حامد زهران، 2000، ص 113)

#### 4- نظرية المعنى لـ فيكتور فرانكل:

حسب فرانكل أن الإنسان إذا وجد في حياته معنى أو هدف فإن وجوده له أهميته وله مغزاه وإذ حياته تستحق أن تعاش. والإنسان يبحث عن معنى حياته بإرادة المعنى تلك التي يراها فرانكل بمثابة القوة الدافعة التي تدفع الإنسان لتحقيق أهدافه، المعنى الذي يريده فرانكل هو بمثابة الوعي الذي يعمل على تبصير الإنسان بمقدراته فيتحكم في رغباته ويمنع العوامل الخارجية بكل ما تعنيه من محسوسات من السيطرة على إرادة المعنى عنده.

ويرى فرانكل أن الوجود الإنساني هو وجود مشوب بالقلق والاعتراب وأن الإنسان ليس مخلوقاً متوازناً فهو لا ينشد التوازن داخل نفسه ومع البيئة ويعتبر قلقه واعتراجه متأصلين ويضربان بعمق في أغواره بحيث لا يستطيع التخلص منهما بالإرضاءات الوقتية، أنه ينشد معادلة أكثر متانة للحياة والمعيشة وهو شيء سوف يمكنه من أن يرقى على الاعتراب والمعاناة. (فرانكل فيكتور، 1982، ص 52)

فعندما يكون الفرد على بصيرة من معاناته فإنه يصل إلى مستوى من الارتياح والانجاز الذاتي الذي يجعله أكثر معرفة بذاته وبما يدور حوله، حيث يلتقي (فرانكل) مع سائر الوجوديين في فكرتهم الأساسية وهي أنه (لكي تعيش عليك أن تعاني ولكي تواصل الاستمرار والبقاء عليك أن تجد معنى للمعاناة). (يوسف محمد عباس، 2004، ص 78)

ويوجه فرانكل الفرد إلى أن المعنى هو القيمة التي يحصل عليها الفرد من تحويل (القوة إلى فعل) لأن الفرد بمثابة حزمة من الإمكانيات التي تسعى إلى التحقق أو هو بمثابة مجموعة من القوى الضمنية التي لا بد من مراعاتها لكي يتجنب الإنسان مواقف الإحباط أو مواقف الاعتراب.

وينحي (ألبورت) نفس المنحى الذي اتخذه (فرانكل) حيث يقول: ربما تكون مصطلحات مثل القلق والفرع والاعتراب أكثر استخداماً وشيوعاً لدى الوجوديين حيث يجد

الانسان نفسه ملقى في عالم غير مفهوم قدره أن يعيش في دوامة الاستقرار والعزلة والمعاناة ويتملكه شبح الموت والعدم، وهو يرغب في الهروب من القلق لكن غياب المعنى أكثر إيلا ما من القلق لأنه حينما يوجد هدف واضح في الحياة يتلاشى القلق والفرع، فالإنسان مغتربا بالفطرة ينشد الأمن والحرية على السواء وهو يسعى إلى مغالبتة ظروف الاغتراب عن طريق البحث عن معنى للوجود يغطي الثالوث المفجع : المعاناة-الذنب-الموت .(سيفرين فرانك، 1978، ص 70)

## 5- النظرية الإنسانية:

يعد المنظور الإنساني القوة الثالثة في علم النفس، فهو جاء كرد فعل لعدم إتفاق المنظور الفرويدي مع المنظور السلوكي في فهم السلوك الإنساني.(العاني نزار محمد، 1989، ص 192)

وتعتبر الإرادة الحرة هي النقطة التي تنطلق منها هذه النظرية في تفسير الظواهر النفسية ومن أنصار هذه النظرية ماسلو (Maslo) حيث يرى بأن علم النفس قطع نفسه عن الفلسفة.بينما لكل شخص فلسفته الخاصة ولذا فهو يقول أن فلسفة الجمال يجب أن تعنى بدراسة القيم وينبغي أن تتضمن فلسفة القيمة الابتكارية والخبرات الأرقى والأعمق أو ما يطلق عليه خبرات القمة التي يتحسسها الفرد عندما يحقق نجاحا حاسما وفق معايير عالية فيشعر بالسعادة الكبيرة. (حسن حسن ابراهيم، 1991، ص 25)

ونظر ماسلو للاغتراب من خلال ما أطلق عليه تزييف الوعي كنتيجة لانفصال الإنسان ذاته، وثرائه الداخلي وهذا التزييف يجعل الفرد يفقد شعوره بهويته ومن ثم تظهر عليه أعراض الاضطرابات النفسية ويفقد الإنسان عندها القدرة على الاستمتاع بالحياة ويرى ماسلو أيضا أنه في المجتمعات السريعة التغيير يصعب إرضاء الحاجة للانتماء، وسيؤدي ذلك إلى اضطراب وتدهور العلاقات التقليدية مما ينتج عنه شعور الفرد للاغتراب.

أما ماي (May) فيشير إلى أن الكائن البشري يحتكم 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 ويفقد الإحساس بوجوده كإنسان. (حسين محي الدين أحمد، 1989، ص 70)

عبد الغفار بدوره يرى أن الاغتراب يعني فقدان المعنى ومن ثم الانفصال عن الوجود الإنساني من حيث هو مخلوق نمائي، واعٍ يتميز بالعقل والحرية والشعور الهادف، وأن الإنسان يستطيع التغلب على اغترابه ويعيش وجوده الحقيقي بإعادة الاتصال.

(عبد الغفار عبد السلام، 1980، ص 208)

#### 4/ أبعاد ومظاهر الإغتراب :

على الرغم من عدم اتفاق الباحثين على معنى محدد لمفهوم الاغتراب واختلاف نظرتهم لهذا المفهوم إلا أن هناك اتفاق بينهم على العديد من مظاهره وأبعاده والتي توصلوا إليها من خلال تحليلهم لهذا المفهوم وإخضاعه للقياس وكانت من أبرز المحاولات في هذا المجال محاولة ملفين سيمان Seeman (1959) والذي قام بتطوير التعريفات الواردة في التراث السوسولوجي والسيكولوجي والفلسفي لموضوع الاغتراب بهدف إخضاعها وتطويرها للعمل التجريبي، حيث أنه أشار إلى أن هناك خمسة أبعاد لمفهوم الاغتراب والتي تتمثل في العجز اللامعنى، اللامعيارية، العزلة الاجتماعية والغربة الثقافية.

إن الاستخدامات المعاصرة تتفق على ان الاغتراب ظاهرة متعددة الأبعاد، فشعور الفرد بالانفصال عن ذاته ومجتمعه تصاحبه المظاهر أو الأبعاد التي أشار إليها سيمان وأن هذه الأبعاد والمظاهر هي التي تساعدنا على إدراك معنى هذه الظاهرة باعتبارها ظاهرة مركبة، وأنها بدون هذه الأبعاد لا نستطيع التمييز بين ظاهرة الاغتراب والظواهر النفسية المشابهة لها كإنطواء والوحدة. (حسن إبراهيم الحمداوي ، 2007، ص 17)

وعالج باحثون آخرون مظاهر أخرى على أنها حالة من حالات الاغتراب كالانتحار وفقدان الانتماء، وازدياد الهوة بين الأجيال، وتعاطي المخدرات مع أن بعض هذه الجوانب لا يدخل في نطاق الاغتراب وإنما قد يكون نتيجة الشعور بالاغتراب، ونعرض فيما يلي أبرز مظاهر الاغتراب وأبعاده ومكونات كل منها كما وردت في الدراسات والبحوث السابقة التي تناولت الموضوع وذلك على النحو التالي : (عبد اللطيف محمد خليفة ، 2003 ، ص 35)

## 1- العجز أو فقدان القوة:

تحدث "مراد وهبة" 1984 عن وجود علاقة حميمة بين الكهف واغتراب الانسان وهذه العلاقة مردودة إلى شعور الإنسان بفقدان الأمن منذ بداية مسيرته الحضارية وحتى يومنا هذا فالإنسان البدائي مدفوعا بالخوف والعجز ومملوء رعبا من الطبيعة حاول أن يصنع لنفسه شيئا يمنحه الشعور بالأمن ويزيل عنه الشعور الذي لا يطاق بالخوف والعجز.

وجوهر العجز وفقدان القدر هو (توقع) الفرد بأنه لا يملك القدرة على التحكم وممارسة الضبط، لأن الأشياء حوله تسيطر عليها ظروف خارجية أقوى منه ومن إرادته وفي تحليل (ميلفن سيمان) لهذا المفهوم أكد أمرين هما :

أ. يتعين ألا ينظر بالضرورة إلى مفهوم الاغتراب باعتباره حالة شائعة يبدو معها وكأنه أمر قائم وليس باعتباره مجرد إحساس تولد عن بعض الظروف الموضوعية بالقدرة أو عدمها على التأثير في الأحداث الجارية.

ب. يتعين عدم الربط بين العجز ومسألة توافق الشخصية أي عدم الربط بين حالة الإحساس باللاقوة وحالة سوء التوافق الناشئ عن عدم القدرة.

وهناك تعريف إجرائي لأحمد النكلاوي لبعد العجز وخبرة افتقاد القدرة لنمط اغترابي، 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 أنه يستشعرون افتقاد القدرة على التحكم في مخرجات هذا السياق أو توجيهها ، الأمر الذي يولد خبرة الشعور بالعجز والإحباط وخيبة الأمل في متغيرات هذا السياق والقوى المسيطرة عليه . (أحمد النكلوي ، 1989 ، ص 121)

## 2- اللامعنى :

لا يوجد شيء في هذه الدنيا يمكن أن يساعد الإنسان على البقاء حتى في أسوأ الظروف مثل معرفته بأن هناك معنى وهدفاً لحياته، وبإدراك إنعدام المعنى أو فقدان الهدف والمغزى على الانفصال بين الجزئي والكلبي حينما يجد الإنسان أن أفعاله الفردية ليست لها علاقة واضحة مع أنشطة الحياة. (لطفى طعت وآخرون ، 1999 ، ص 28)

ويقصد باللامعنى أن الفرد يرى الحياة لا معنى لها وانها تسير وفق منطق غير معقول ومن ثم يشعر المغترب أن حياته عبث لا جدوى منها، فيفقد واقعيته ويحيا نهبا لمشاعر اللامبالاة والفراغ الوجودي . (محمد إبراهيم عيد ، 2005 ، ص 120)

ويشير مصطلح اللامعنى عند سيمان إلى توقع الفرد أنه لن يستطيع أن يتنبأ بدرجة عالية من الكفاءة بالنتائج المستقبلية للسلوك فالفرد يغترب عندما لا يكون واضحا لديه ما يؤمن أو يثق فيه وكذلك عندما لا يستطيع تحديد معنى لما يقوم به وما يتخذه من قرارات .

(علي شتا السيد ، 1998 ، ص 27)

وبوجه عام يرى الفرد المغترب وفقا لمفهوم اللامعنى أن الحياة لا معنى لها لكونها تسير وفق منطق غير مفهوم وغير معقول، وبالتالي يفقد واقعيته ويحيا باللامبالاة لكن لا بد من مراعاة الفروق الفردية بين الأشخاص حيث أنه يختلف ما يعطى معنى لحياة الإنسان من شخص لآخر تبعا لأهدافه فإن ما يعتبره شخص ما أنه هام ويعطى معنى لحياته قد لا يكون كذلك بالنسبة لشخص آخر.

### 3- اللامعيارية: ( الانوميا )

هي تلك المرحلة التي يصبح فيه الفرد مفتقرا إلى المعايير الاجتماعية المطلوبة لضبط سلوك الأفراد، وأن معايير المجتمع التي كانت تحظى بالاحترام لم تعد تستأثر بذلك الاحترام الأمر الذي يفقدها سيطرتها على السلوك ، وعليه فإن اللامعيارية تمثل الموقف الذي تتحطم فيه المعايير الاجتماعية المنظمة لسلوك الفرد، بحيث تغدو غير مؤثرة فيه، ولا تؤدي وظيفتها كقواعد للسلوك ففي حالة الاغتراب تغرق القيم في خضم الرغبات الشخصية الباحثة عن الإشباع بأنه وسيلة فيشعر الفرد باختلال المعايير الاجتماعية التي أصطلح عليها المجتمع، والمتمثلة في العادات والتقاليد والأعراف وأخلاقيات التعامل التي تحكم السلوك.

وقد أخذ "سيمان" اللامعيارية من وصف "دور كايم" لحالة الأنومي التي تصيب المجتمع وهي حالة انهيار المعايير التي تنظم السلوك وتوجهه.

ويشير "سيمان" إلى أن الأنومي يعني في الاستخدام الدارج الموقف الذي تتحطم فيه المعايير الاجتماعية المنظمة لسلوك الفرد، حيث تصبح هذه المعايير غير مؤثرة ولا تؤدي وظيفتها كقواعد للسلوك، فالأنومي لفظ اجتماعي يشير للحالة التي تغرق فيها القيم العامة في خضم الرغبات الخاصة الباحثة عن إشباع بأي وسيلة .( السيدعلي شتا ، 1984 ، ص 364)

كما عرفها أيضا "سيمان" بأنها الحالة التي تتوقع فيها الفرد بدرجة كبيرة أن أشكال السلوك التي أصبحت مرفوضة اجتماعيا غدت مقبولة تجاه أية أهداف محددة، أي أن الأشياء لم يعد لها أية ضوابط معيارية، ما كان خطأ أصبح صوابا وما كان صوابا أصبح ينظر إليه باعتباره خطأ من منطلق إضفاء صبغة الشرعية على المصلحة الذاتية للفرد وحجبها عن المعايير وقواعد وقوانين المجتمع. (أحمد النكلاوي ، 1989 ، ص 105)

وقد استخدم "ميرتون" مفهوم الأنومي بأنه يعني تصدعا في البناء الثقافي ، يحدث خاصة عندما يوجد انفصال حاد بين المعايير الثقافية والقدرات الاجتماعية والبنائية لأعضاء الجماعة للعمل معا .(سناة حامد زهران ، 2004 ، ص 38)

وأیضا تشير اللامعيارية إلى شعور الفرد بأن الوسائل غير المشروعة هي المطلوبة اليوم، وأن الإنسان يحتاجها لإنجاز أهدافه، مما يشعر الفرد بضیاع القيم وفقدان المعايير.

(فادية كامل وفاطمة خلف ، 2010 ، ص 31)

#### 4- العزلة الاجتماعية:

هي الحالة التي يعطي فيها الفرد قيمة منخفضة لأهداف ومعتقدات يعطيها المجتمع قيمة مرتفعة فيشعر الفرد بالانفصال عن معايير مجتمعة وثقافته ويتبنى مفاهيم مختلفة، مما يجعله غير قادر على مسايرة الأوضاع القائمة.

وهي شعور الفرد بالوحدة والفراغ النفسي والافتقاد إلى الأمن والعلاقات الاجتماعية الحميمة، والبعد عن الآخرين حتى إذا وجد بينهم كما قد يصاحب العزلة الشعور بالرفض الاجتماعي والانعزالي عن الأهداف الثقافية، والانفصال بين أهداف الفرد وبين قيم المجتمع ومعاييره.

وهي عبارة عن حالة ينفصل فيها الفرد عن المجتمع والثقافة، مع الشعور بالخربة وما يصاحبها من خوف وقلق وعدم الثقة بالآخرين وتفرد الذات والإحساس بالدونية تارة والتعالي تارة أخرى ، ويكون ذلك لانعدام التكيف الاجتماعي أو لضاالة الدفاء العاطفي أو لضعف الاتصال الاجتماعي للفرد، فالأشخاص الذين يحيون حياة العزلة والاعتراب لا يرون قيمة كبيرة لكثير من الأهداف والمفاهيم التي يثمنها أفراد المجتمع، ويبرز هذا الصنف في عدد من المؤثرات منها عدم مشاركة الأفراد المغتربين لبقية الناس في مجتمعهم فيما يثير اهتمامهم من برامج تلفزيونية وإذاعية ونشاطات.

(قيس النووي ، 1979 ، ص ص 13-14)

## 5- الاغتراب عن الذات :

يعتبر هذا المفهوم عن شعور الفرد بانفصاله عن ذاته لعدم القدرة على إيجاد الأنشطة المكافئة ذاتيا، وشعوره بأن ذاته الخاصة وقدراته عبارة عن وسيلة أو أداة ويعبر الفرد عن ذلك بعدم الانتماء واللامبالاة إلى عدم الاهتمام بمجريات الاحداث الاجتماعية والعزوف عن المشاركة في النشاطات التي عادة ما تثير اهتمام الآخرين وتفاعلهم وفقدان الدافع لتحقيق النجاح في الحياة ومحدودية الطموحات الشخصية، أما عدم الانتماء فيشير إلى أن الفرد لا ينتسب لجماعته الأساسية ولا يرضى عنها، ولا يشعر بالفخر بها وكذلك يرفض القيم السائدة والثقافة الخاصة ويشعر بعدم الفخر والامتنان لهذا المجتمع.

وقد استمد "سيمان" مفهوم الاغتراب عن الذات من كتاب "فروم" "المجتمع السليم" حيث يعتبر فروم ما كتبه فروم من أكثر البحوث دقة وعمقا عن الموضوع فقد تناوله من الوجهة السيكولوجية مركزا على الفرد وليس المجتمع كسبب للاغتراب.

وفي ضوء ذلك عُرف الاغتراب بأنه "تمط من الخبرة من خلالها يرى الفرد نفسه كمغترب، فهو يشعر أنه غريب عن نفسه حيث لم ير ذاته أو يخبرها كمركز لعالمه أو كناشئ وخالق لأفعاله ولكن أفعاله ومترتباتها تصبح لها السيادة إنه يطيعها ويخضع لها.

وعلى الرغم من أن فروم لم يقر بفكرة الطبيعة الجوهرية للإنسان فإن قوله بالذات الأصيلة والذات الزائفة قد جعله ينزلق إلى معالجة اغتراب الذات على انه حالة أقرب إلى الانفصال عن طبيعة مثالية الإنسان.(عبد اللطيف خليفة ، 2003 ، ص ص 40-41)

## 6- التشيؤ:

إن الاغتراب ظاهرة مركبة جوهرها الانفصال والفقدان الذي قد يعرض الإنسان للتشيؤ وهذا يعني نفي الإنسان على يد الشيء أي أن يظهر الناس للأشياء ثقة لا يظهرونها

لبعضهم كأشخاص وتصبح الأشياء قيمة زائفة تسودها قيم المكر والخداع والتدمير وتصبح الأشياء قيمة في حد ذاتها بدل النظر إليها كأداة لتسهيل توفير الأمان.

(مجاهد عبد المنعم مجاهد، 1985، ص 50)

والتشويء هو مقولة فلسفية تعني أن الفرد يعامل كشيء وتحول إلى شيء وتتنزع عنه شخصيته وبالتالي تتشياً العلاقات ويمكننا الوقوف على جذور مفهوم التشويء إذ استعرضنا تعريف الاغتراب لدى "جون جاك روسو" والذي عرفه بأنه: "التسليم أو البيع فالإنسان الذي يجعل نفسه عبداً للآخر إنسان لا يسلم نفسه وإنما هو بالأحرى يبيع نفسه من أجل بقائه على الأقل".

ويشمل هذا التعريف على معنيين أحدهما إيجابي والثاني سلبي أما المعنى الإيجابي فهو أن يسلم الإنسان ذاته إلى الكل في سبيل هدف نبيل وأما المعنى السلبي فهو أن ينظر الإنسان إلى ذاته كما لو كانت شيئاً أو سلعة يطرحها للبيع وهذا هو الاغتراب السلبي أو تشويء بفقد الانسان فيه من خلال ذاته. (محمود رجب، 1988، ص 58)

كما يشير إلى أن الفرد قد تحول إلى موضوع وفقد إحساسه بهويته ومن ثم يشعر بأنه مقتلع حيث لاجذور تربطه بنفسه أو واقعه. (عبد اللطيف محمد خليفة، 2003، ص 41)

## 7- اللاهدف :

يقصد به أن الحياة تمضي بغير هدف أو غاية، ومن ثم يفقد الفرد الهدف من وجوده ومن معنى الاستمرارية في الحياة ويترتب على ذلك اضطراب سلوك الفرد وأسلوب حياته مما يؤدي إلى التخبط في الحياة بلا هدف ويضل الطريق . (سناء حامد زهران، 2004، ص

(109)

## 8- التمرد:

ويقصد به شعور الفرد بالبعد عن الواقع، ومحاولته الخروج عن المألوف والشائع، وعدم الانصياع للعادات والتقاليد السائدة، والرفض والكراهية والعداء لكل ما يحيط بالفرد من قيم ومعايير وقد يكون التمرد على النفس او على المجتمع بما يحتويه من أنظمة ومؤسسات أو على موضوعات وقضايا أخرى . (محمود رجب، 1988، ص 58)

## 9- الانسحاب:

ويكون في حالة عجز المغترب عن تغيير واقعه، ويكون في عدة أشكال حسب الظروف والأوضاع فقد ينسحب المغترب فعليا عما يغترب عنه، مثال ذلك المنقون والاختصاصيون وهذا ما يطلق عليه هجرة الأدمغة حيث يترك هؤلاء الافراد مجتماعتهم الى مجتمعات اخرى وقد يكون الانسحاب دون أن يترك الفرد مجتمعه وذلك بأن يعزل الفرد على نفسه ويبني حوله حواجز، فلا يهتم بما يجري حوله وينغمس في نشاطات خاصة ويعتبر هذا أهم الاغترابات، حيث يعبر عنه الأفراد في اللامبالاة تجاه الأحداث الاجتماعية .

(محمود عوض ، سليم موسى، 2003، ص 71)

## 10- الرفض:

هو خبرة المعاناة من عدم الرضا ويترك ذلك من التناقض بين ما هو فعلي وما هو مثالي بمعنى أن الشخص المغترب غير راض ومن ثم يكون معارضا للاهتمامات السائدة والموضوعات والقيم والمعايير ومن المظاهر النفسية التي يمكن أن تظهر هنا في مشاعر القلق والغضب والغرور والكراهية والأشياء وهي التي تصيب الانسان الحديث ، بصفتها مظاهر للاغتراب أكثر من كونها متغيرات للاغتراب، ويتضمن الرفض الاجتماعي والتمرد على المجتمع، عدم التقبل الاجتماعي وحتى رفض الذات .

(سناء حامد زهران، 2004، ص ص 109-110)

وأشار (حسن) إلى أن (زlr) تناول الاغتراب من خلال ثلاثة أبعاد هي :

أ- **تقدير الذات** : ويقصد بها ان الفرد ذو التقدير المنخفض لذاته يتأثر بالبيئة سلبيا وإيجابيا والأفراد ذوي التقدير المنخفض للذات أكثر عرضة للاغتراب لأنهم يعتمدون على التدعيم النفسي من الخارج .

ب- **الاهتمام الاجتماعي**: كلما كانت هناك اهتمامات اجتماعية كلما زادت معرفته وتقبله لقيم ومعايير الجماعات التي ينظم إليها، وكلما زادت توقعاته في الحصول على تدعيم إيجابي من هذه الجماعات، ونتيجة لذلك تقل احتمالات إحساسه بالاغتراب ، وأما فلتُ الاهتمامات الاجتماعية للشخص تزداد احتمالات انعزاله عن جماعات المجتمع وتعرضه للاغتراب.

ت- **التمركز حول الذات** : ويتمثل في نظرة الفرد للبيئة الاجتماعية من خلال وجهة نظر ذاتية، دون الاهتمام بوجهة نظر الآخرين، وكلما زاد تركيز الشخص حول ذاته كلما قلت تفاعلاته مع الآخرين وكلما زادت احتمالات تكوينه إطار مرجعي خاص بذاته .

ويتضح أن (زlr) يرى أن الأشخاص الأكثر عرضة للاغتراب هم الأشخاص ذوي التقدير المنخفض لذاتهم وكذلك ذوي الاهتمامات الاجتماعية المنخفضة والأكثر تمركزا حول الذات، كما استخلص أن الاغتراب ينشأ عند الأشخاص الهامشيين وهم الأشخاص الذين يجدوا أنفسهم بين ثقافتين مختلفتين وإذا ما نظرت جماعة على شخص على أنه هامشي فإنها تتبذه فيشعر بالاغتراب . (دوداج علجية، 2011 ، ص 438)

ونرى أن مفهوم الاغتراب في مختلف استخداماته يفند معنى الشعور بالانفصال عن الذات أو المجتمع كما استخدم المفهوم لوصف الكثير من الاضطرابات النفسية والاجتماعية كحالات القلق أو الإحساس بفقد الهوية واختلال الشخصية والشعور بالعجز أو هو الشعور بالتحلل من القيم ورفض المعايير الاجتماعية والانسحاب من المجتمع.

ومن خلال العرض السابق لبعض أبعاد الاغتراب يتضح كيف أمكن تحويل تصور الاغتراب الى ظاهرة علمية تقاس وترصد لها عينات من السلوك الإنساني.

## 5- أنواع الاغتراب :

إن ظاهرة الاغتراب ظاهرة إنسانية لا ترتبط بمكان أو زمان فحيثما يوجد الإنسان قد تكون هناك اغتراب بمختلف صورته وأشكاله ولكوننا ندرك صعوبة التعامل مع هذا المصطلح فإنه يتعين علينا تحديد أنواعه وصوره وحسب استنتاجات الدراسات حيث أن للاغتراب عدة أنواع نذكر منها:

### 1. الاغتراب الاجتماعي:

دخل مفهوم علم الاجتماع عن طيق مجموعة من الرواد الذين لعبوا دورا مميزا في بلورة هذا المفهوم وأعطوه أهمية علمية من بين هؤلاء الرواد (هيجل) حيث أشار إلى بعدين هما سلب المعرفة وسلب الحرية رأى أن الفرد الذي يعجز عن الاتحاد بالجوهر الاجتماعي يقع في تجربة الاغتراب وكذلك الفرد الذي يتنازل عن نفسه ليحقق هذا الاتحاد هو الآخر يتعرض لتجربة الاغتراب.

والاغتراب الاجتماعي يتمثل في شعور الفرد بعدم التفاعل بين ذاته وذوات الآخرين، والبرود الاجتماعي معهم أي ضعف الروابط مع الآخرين وقلة أو ضعف الإحساس بالمودة والألفة الاجتماعية معهم، وينتج ذلك عن الرفض الاجتماعي الذي يعيش في ظله الانسان في افتقاد دائم للدفع العاطفي. (قيس النوري ، 1979 ، ص 33)

ويؤثر الدور الاجتماعي في مفهوم الذات حيث تنمو صورة الذات من خلال التفاعل الاجتماعي وذلك أثناء وضع الفرد في سلسلة من الأدوار الاجتماعية وأثناء تحرك الفرد في

إطار البناء الاجتماعي الذي يعيش فيه عادة يوضح في أنماط الأدوار المختلفة منذ طفولته فإنه يتعلم أن يرى نفسه كما يراه رفاقه في المواقف الاجتماعية المختلفة.

إن ظروف الحاضر وما طرأت عليها من تغيرات أدت إلى حدوث فوضى في البيئة الاجتماعية وسيطرت على المجتمع المصلحة الفردية وأهملت العلاقات الاجتماعية وأدت إلى اغتراب الفرد عن مجتمعه ومعتقدات مجتمعه وجعلته انعزالي.

## 2. الاغتراب الاقتصادي:

يعد العمل والانتاج الجوهر الأساسي للعملية الاقتصادية والتي يتميز بها الإنسان عن الحيوان ، الاغتراب الاقتصادي هو مفهوم درج على يد كارل ماركس وهو يحاول الربط بين الشعور بالاغتراب وظروف العمل حيث يعد ماركس أول من اهتم بالعلاقة بين الاغتراب والنظام الاقتصادي، حيث اعتقد ماركس أن عملية التقدم الصناعي في المجتمعات الرأسمالية جعلت حياة البشر أكثر فسادا أو ليس لها معنى.

ويعبر عن الشخص المغترب اقتصاديا بوضعه في مكان يعمل به من غير متعة أو إحساس وبأنه عنصر فعال مثله مثل الآلة التي لا تؤثر في قرارات بيئة العمل، ويمكن اعتبار الاغتراب الاقتصادي نتيجة حتمية للتطور التكنولوجي والحضاري، حيث أن الظروف والتحديات الاقتصادية في القوت الحالي هي التي تبعث حالة الشعور بالاغتراب، وما يرتبط بتلك الظروف من قصور للإمكانيات في الوقت التي تتسع فيه دائرة التطلعات والحاجات تماشيا مع طبيعة التغيرات الحضارية وذلك ما أدى إلى خلق حالة من التفاوت بين التطلعات والإمكانات المتاحة .

في حقيقة الأمر تعد الظروف التي يعيشها العامل داخل المؤسسات ظروفًا مؤثرة على صحته النفسية والجسمية كضعف العلاقات الاجتماعية بين العاملين والإدارة، وبين العاملين أنفسهم وهي إحدى الصور التي تعكس حالة الاغتراب لدى العامل فالانفصال عن

زملاء العمل وعدم الشعور بالانتماء وعدم السيطرة على إيقاع العمل وعدم وجود معنى وهدف حقيقي للعامل في العمل يؤثر على العملية الإنتاجية والتي تعتبر حالة من حالات الاغتراب الاقتصادي. (أبو عمرة هاني ،عطية عليان ،2013، ص150)

### 3. الاغتراب الثقافي:

ويشار به إلى ابتعاد الفرد عن الثقافة الخاصة بمجتمعه وثقافة المجتمع تتألف من العادات والتقاليد والقيم السائدة في ذلك المجتمع ومخالفة المعايير التي تضبط سلوك أفرادها، حيث تجد الفرد يرفض هذه العناصر وينفر منها ولا يلتزم بها ، بل ويفضل كل ما هو غريب وأجنبي عنه. (سناة حامد زهران،2004، ص 115)

### 4. الاغتراب السياسي:

ويعد الاغتراب السياسي واحدا من أنواع الاغتراب شيوعا في المجتمع المعاصر بوجه عام وفي المجتمعات العربية بوجه خاص وتبدو مظاهره وتجلياته في العجز السياسي الذي يشير إلى أن الفرد المغترب ليست لديه القدرة على أن يصدر قرارات مؤثرة في الجانب السياسي ، كما يفتقد الى المعايير و القواعد المنظمة للسلوك السياسي بمعنى آخر يشعر المرء بأنه ليس له دور في العملية السياسية وأن صانعي القرارات لا يضعون له أي اعتبار.

(عبد اللطيف محمد خليفة،2002، ص240)

ويقصد بالاغتراب السياسي "شعور الفرد بالعجز إزاء المشاركة الإيجابية في الانتخابات السياسية المعبرة بصدق عن رأي الجماهير، وكذلك الشعور بالعزلة عن المشاركة الحقيقية الفعالة في صنع القرارات المصيرية المتعلقة بمصالحه واليأس من المستقبل، على اعتبار أن رأيه لا يسمعه أحد وأن سماعه لا يهتم به ولا يؤخذ به.

(محمد عبد المختار، 1998، ص66)

ويوسع أحمد فاروق (1992) هذا المفهوم إذ يرى أن الاغتراب السياسي لا يمثل فقط الاغتراب عن السلطة بل أنه يمثل كل الاتجاهات السلبية نحو عموم هيئات المجتمع، وهو ما يؤكد "محمود رجب" (1998) حيث يرى أن المجتمع الحديث دعم انفصال الانسان عن الطبيعة وعن ذاته من خلال إعماده الملكية الخاصة التي أدت إلى عدم المساواة .

(عبد اللطيف محمد خليفة، 2002، ص 36)

رغم أن هذا المفهوم يبدو أنه الأقرب إلى الاغتراب الاقتصادي منه إلى الاغتراب السياسي إلا أن الأنظمة الاقتصادية هي إنعكاس للقرارات السياسية عادة لذلك فإن الإنسان المغترب بفعل تلك العوامل سيحمل النظام السياسي مسؤولية ذلك ويغترب عنه.

## 5. الاغتراب الديني:

تكملت كل الأديان عن الاغتراب الديني فيما معناه الانفصال والابتعاد عن الذات الإلهية ، وفي الإسلام يأخذ الاغتراب المفهوم ذاته، حيث يعني به الابتعاد عن الله والاعتراب الديني هو ما يسميه علماء النفس بالحاجات الروحية حيث أن هذه الحاجات "تدفع بالإنسان عن البحث عن إله يعظمه ويقده ويرتبط به ويلجأ إليه ويعمل ما يرضيه من العبادات.(عبد اللطيف محمد خليفة، 2002، ص 107)

أن ما يميز الإنسان المعاصر هو الأزمة الروحية التي يعيشها والتي يبحث فيها عن ذاته المفقودة في هذا العالم المعقد و اللإنساني الذي طغت عليه المظاهر المادية نظرا للمتغيرات الكثيرة والسريعة في مختلف مجالات تواجد الإنسان والتي أدت إلى ظهور العديد من المشكلات النفسية والاجتماعية والسياسية والدولية ، فالحل إذن في تجاوز تلك المشكلات التي خلقتها التغيرات الطارئة على المجتمع الحديث يكمن في جزء كبير منه إلى الاعتناء بالجانب الروحي حتى يستطيع الإنسان التصالح مع الذات ومع الآخر وفقا لما يمليه التوازن الروحي.

## 6. الاغتراب النفسي:

لقد زاد تداول هذا المفهوم تعقيدا وذلك لارتباطه بمفاهيم أخرى شكلت نسقا جديدا جمع بين الفلسفة وعلم الاجتماع وعلم النفس وعلوم السياسة والاقتصاد والدين .

ويعتبر الاغتراب النفسي مفهوما عاما وشاملا يشير إلى الحالات التي تتعرض فيها وحدة الشخصية الى التمزق أو الضعف أو الانهيار بتأثير العمليات الثقافية والاجتماعية التي تتم داخل المجتمع مؤثرة بذلك على شخصية الفرد وهذا يعني تشوه نمو الشخصية الإنسانية حيث تفقد فيها الشخصية مقومات الإحساس المتكامل بالوجود والديمومة .

ويحدد مفهوم الاغتراب في الشخصية بالجوانب التالية:

- حالات عدم التكيف التي تعانيها الشخصية من عدم الثقة بالنفس، والمخاوف المرضية والقلق والإرهاب الاجتماعي.

- غياب الإحساس بالتماسك والتكامل الداخلي في الشخصية .

- ضعف أحاسيس الشعور بالهوية والانتماء وضعف الشعور بالقيمة والاحساس بالأمن. (علي وطفة ، 1998، ص ص 241-242)

والاغتراب النفسي هو الحصيلة النهائية للاغتراب في أي شكل من أشكاله وأنه انتقال الصراع بين الذات والموضوع الآخر من الحياة الخارجية إلى الحياة الداخلية في النفس الإنسانية، فالاغتراب النفسي لا ينفصل عن أي نوع آخر من الاغتراب لأن شخصية الانسان وحدة متكاملة في جوانبها البيولوجية والنفسية والاجتماعية كما هي وحدة من العالم الذي يعيشه فيه الإنسان بكل أبعادها المختلفة، هذا فضلا عن أن العالم بالنسبة للإنسان أمرا حيويا وضروريا لوجوده، ولأن قوى الإنسان وقدراته وإمكاناته لا تتفتح ولا تنمو أو تتغير إلا من خلال الشروط والظروف الموضوعية الموجودة في هذا العالم.

(زهرا سماح خالد، 2002، ص 112)

إن أنواع الاغتراب هذا لا يمكن فصلها عن بعضها البعض بصورة مستقلة نظرا لأنها تشكل وحدة من المشاعر التي يعايشها الإنسان وتؤثر ببعضها البعض وظاهرة الاغتراب متعددة الأنواع والأبعاد تزداد حدتها كلما توفرت العوامل والأسباب المهيأة لها باعتبارها تجربة نفسية شعورية عند الفرد تتصف بعدم الرضا عن الأوضاع العامة ورفض الاتجاهات والقيم والأسس السائدة والتي تترجم بسلوكيات مثل الانسحاب من المجتمع والرضوخ له ظاهريا او التمرد أو الثورة عليه.

## 6- أسباب الاغتراب :

يعزي بعض العلماء أن الشعور بالاغتراب يكون نتيجة لعوامل نفسية مرتبطة بنمو الفرد وعوامل اجتماعية مرتبطة بالمجتمع الذي يعيش فيه مما يجعله غير قادر على مجابهة مصاعب الحياة والتغلب عليها وكما يحدث نتيجة التفاعل بين العوامل النفسية والاجتماعية.

(حسن إبراهيم المحمداوي، 2007، ص 16)

وترجع هورني أسباب الاغتراب عند الفرد إلى الضغوط الداخلية حيث يواجه الفرد معظم نشاطاته نحو الوصول إلى أعلى درجات الكمال حتى يحقق الذاتية ويصل نفسه إلى الصورة التي يتصورها.

كما يرجعها إيريك فروم إلى طبيعة المجتمع الحديث وسيطرة الآلة وهيمنة التكنولوجيا الحديثة على الإنسان ، وسيطرة السلطة وهيمنة القيم والاتجاهات والأفكار التسلطية، فحيث تكون السلطة وعشق القوة والحسن على العدوان يكون اغتراب الانسان.(سناء حامد زهران، 2004، ص 107)

وهناك من أرجع أسباب الاغتراب إلى :

• طبيعة النمو ذاته فإن بداية مرحلة المراهقة عبارة عن ما يطلق عليه أزمة المراهقة مما ينعكس بالإحساس بالاعتراب .

• الظروف الحضارية التي يعيشها الفرد وتؤكد الدراسات النفسية أن أزمة المراهقة ليست أزمة ثابتة في كل الحضارات ولهذا فإن طبيعة النظام الاجتماعي والثقافي الذي يعيش فيه الفرد يؤثر في تنمية الإحساس بالاعتراب النفسي.

• احباطات الطفولة وأساليب التنشئة الاجتماعية.

وكذلك العوامل المعرفية والوجدانية والشخصية. (فاروق السيد عثمان ، 2001، ص 137)

ويمكن إرجاع الاعتراب النفسي إلى مجموعة من الأسباب الخارجية ومجموعة أخرى من الأسباب الداخلية لكل مجتمع

1- الأسباب الخارجية: تتضمن التيارات الفكرية العالمية والاستعمار وأثره في الأوضاع العالمية سياسيا واقتصاديا واجتماعيا وثقافيا ودينيا.

2- الأسباب الداخلية: وهي الأسباب المتعلقة بمجتمع واحد تتبع من ظروفه الخاصة به والمتعلقة بتاريخه ووضعه السياسي والاقتصادي والثقافي، وتعد هذه الأوضاع من أهم المؤثرات التي تحدد حالة المجتمع والفرد نفسيا واجتماعيا.

في حين ترى إجلال سرى (1993) أن الأسباب ترجع إلى :

1. الأسباب النفسية : تتمثل في :

• الصراع بين الدوافع والرغبات المتعارضة وبين الحاجات التي لا يمكن إشباعها في وقت واحد مما يؤدي إلى التوتر الانفعالي والقلق واضطراب الشخصية.

- الحرمان: حيث تقل الفرصة لتحقيق دوافع وإشباع الحاجات كما في حالة الحرمان من الرعاية الوالدية الاجتماعية.
- الإحباط حيث تعاق الرغبات الأساسية أو الحوافز أو المصالح الخاصة بالفرد ويرتبط الإحباط بالشعور بخيبة الأمل والفشل والعجز التام والشعور بالقهر وتحقير الذات.
- الخبرات الصادمة: وهذه الخبرات تحرك العوامل الأخرى مسببة للاغتراب مثل الأزمات الاقتصادية والحروب.

## 2. الأسباب الاجتماعية الثقافية:

- ضغوط البيئة الاجتماعية: وهو الفشل في مواجهة هذه الضغوط وعدم التحكم بها.
- التطور الحضاري: هو التغير الاجتماعي وفق معطيات الحضارة الجديدة، وعدم توافر القدرة النفسية على التوافق معه ومع متطلبات الحياة الصناعية المعقدة والمتغيرة يضاف الى ذلك تعقيد القوانين وزيادة المسؤوليات الاجتماعية.
- الثقافة المريضة التي تسود فيها عوامل الهدم والتعقيد.
- مشكلة الأقليات ونقص التفاعل الاجتماعي والاتجاهات الاجتماعية السلبية والمعاناة من خطر التعصب والنفرة في المعاملة لسوء التوافق المهني حيث يسود اختيار العمل على أساس الصدفة، وعدم مناسبة العمل للقدرات وانخفاض الأجور.
- سوء الأحوال الاقتصادية وصعوبة الحصول على ضروريات الحياة.
- تدهور نظام القيم وتصارع القيم بين الأجيال.
- الضلال والبعد عن الدين والضعف الأخلاقي وتفشي الرذيلة.

(اجلال محمد سرى ، 1993، ص ص 77-120)

### 3. أسباب اقتصادية:

ويشير كل من مارك وكيري (2003): إلى أن هناك أربعة متغيرات يمكن أن تؤثر بشكل أو بآخر في التسبب بالاغتراب والتي يمكن إجمالها بالآتي :

• التحديات المدركة ضمنا لمهام عمل الفرد وأن هذه التحديات الكبيرة يمكن أن تنشأ وتتحوّل إلى صعوبات كبيرة في العمل مما يجلب السأم والملل واللامعنى.

• التنظيم للعمل والبيئة حيث أن المبالغة فيه يعني الكثير من القوانين والأنظمة والإجراءات بالإضافة إلى الإشراف الصارم والقاسي المؤدي إلى نشوء الإعاقات المرهقة والمتعبة للفرد.

• التوطيد الاجتماعي لعمل الفرد وبيئته، حيث أن الاكثار منها وزيادتها ربما يؤدي إلى الانزعاج والتصادم مع عواطف الآخرين والاقربان وفقدان الاستقلالية وأن التقليل منها قد يبعث على العزلة وقلة الدعم والمساندة والمساعدة.

• التوافق والانسجام للعمل والمنظمات وللقيم والمعايير والأهداف والتعايش معها طيلة العمل، حيث أن الكثير منها يؤدي إلى أن يكون هناك غياب للرؤية بالنسبة للنتائج والنهيات وأن القليل منها قد يدفع الفرد إلى عمل أشياء ضد ضميره وغير معيارية أي أنها غير متوافقة مع المعايير الاجتماعية وبالشكل الذي تكون مخالفة وخارقة لقوانين المجتمع والآخرين. (حسن إبراهيم المحمداوي، 2007، ص 33)

### 7- التحليل الوظيفي لظاهرة الاغتراب النفسي:

يتفق أغلب الباحثين على تقسيم مراحل تشكيل الاغتراب النفسي إلى ثلاث مراحل أساسية كل مرحلة تمهد وترتبط بعلاقة وثيقة مع المرحلة التي تليها وهذه المراحل هي :

1. **مرحلة التهيؤ للاغتراب:** تعتبر هذه المرحلة هي مرحلة الاستعداد لتشكل الاغتراب النفسي وفيها يمر بثلاث مستويات متتالية هي : فقدان السيطرة، فقدان المعايير، فقدان المعنى، فالشخص لا يمكن أن يصل إلى مستوى اللامعنى إلا إذا فقد سيطرته على المواقف التي يتفاعل معها، ولا يستطيع التنبؤ بسلوكه في المستقبل بشكل مرض، فيبدأ بالشعور بأن معايير السلوك مفروضة عليه ويتميز سلوكه بالخضوع ومجاراة تغيير المعايير. ( عبد اللطيف خليفة، 2002، ص60)

2. **مرحلة الرفض والنفور الثقافي:** وفي هذه المرحلة تتعارض اختيارات الأفراد من الأهداف العامة والتطلعات الثقافية حيث ترفض الثقافة اختيارات الأفراد للقيم السائدة، والتناقض بين ما هو متوقع وما هو واقعي ، لذلك نجد أن الفرد يعيش مرحلة صراع الأهداف والتي تهيئه بشكل جدي إلى الدخول بمرحلة الاغتراب هذه المرحلة تعبر عن مدى وعي الانسان بوضعه في المجتمع، وبعدم الرضا ورفض الأوضاع والأنظمة والقيم والثقافة والعقلية السائدة ترافق هذه المرحلة مجموعة من المشاعر مثل: القلق، الظلم، القهر والتمرد وفقدان الكرامة .

3. **مرحلة تكيف المغترب:** تدعى مرحلة الانعزال الاجتماعي وفيها يدرك الفرد أنه أصبح في حالة من الانعزال عن أسرته وأصدقائه وأنه غير قادر على مسايرة الأوضاع فيحاول التكيف من خلال :-الانسحاب من الواقع الذي يسبب اغترابه ويتمثل في عدم مواجهة او الهروب أو اللامبالاة.

- الرضوخ للنظام القائم والتعاون معه قهرا وينشأ عن ذلك قبول ظاهري ورفض داخلي ويرافقه التحلي بالصبر ، الانتظار، التبرير.

- التمرد والثورة وتجاوز حالة الاغتراب.(علي بشرى، 2008، ص 521)

ولقد قام علماء النفس بتفسير الإذعان والخضوع بأنه سمة شخصية حيث يربط فروم بين الخضوع والحاجة للشعور بالأمن فهو يرى أن إحدى الطرق لتحمل الشعور بانعدام الأمن هو أن ينتمي الشخص إلى مجموعة بحيث يكون إحساسه بشخصيته مضمونا بواسطة عضويته في هذه الجماعة وهو يشعر بالأمن كلما كان مشابها لزملائه فهدفه الأسمى هو أن يتقبله الآخرون وخوفه الرئيسي من أن لا يتقبله الآخرون ومن الأخطار التي تهدد إحساسه بالأمن أن يكون مختلفا أو أن يجد نفسه ضمن أقلية ومن هنا تنشأ لديه حاجة ملحة للخضوع والامتثال ويضيف فروم أن الشخص الخاضع الممتثل ليس لديه إحساس بالذات فيما عدا ذلك الإحساس الذي يعطيه له الخضوع للأغلبية لذلك فان فروم يعده مغتربا عن ذاته. (إيريك فروم، 1960 ، ص62)

فإذا كان الفرد في حاجة إلى قدر من المساييرة كي تمضي به الحياة بغير عزلة فإن هذه المساييرة بوصفها مطلبا اجتماعيا ونفسيا تستوجب بداية معرفة الفرد لذاته ووعيه لما يريد، وإلا تنازل في تواؤميته مع الآخرين عن نفسه وعن تلقائيتها وتحول إلى فرد ميت من الناحية النفسية لأنه يفتقر إلى معرفة ما يريد وما يفكر فيه وما يشعر به تواؤما مع سلطات مجهولة ومعتقا ذاتا ليس ذاته وكلما فعل ذلك شعر بعجز أشد.

## 8- فئات وأنواع الأشخاص المغتربين:

يذكر العلماء أنواع مختلفة للأشخاص المغتربين أو الغرباء حيث يظهر الاغتراب في عدد من الأفراد في المجتمع مثل :

- الناخب المستنير: الذي يواجه خيارا أجوف بين المرشحين.
- المواطن اللامبالي : الذي يقيم في أحد الأحياء الفقيرة التعيسة.
- الطالب: الذي ينشط في إطار الحركة الطلابية ولا يثق في أولئك الذين يتقلدون السلطة.

- **المواطن العادي:** الذي يجد أن الوقائع الاقتصادية والاجتماعية غير قابلة للفهم.

- **الخارج على المجتمع:** كل أولئك الذين يشتركون في إحساس بالبعد بشكل ما عن احد جوانب العالم السياسي والاقتصادي والاجتماعي.(ريتشارد شاخت، 1980، ص 235)

حيث أن أكبر فئة تعاني من الاغتراب من المجتمع الكبير هي من الشخصيات التي لا تنتمي لأحد أو لأقليات فقط أو الغرباء أو الأرامل أو النساء أو المساجين وهناك نماذج أخرى للأشخاص المغتربين .

حيث أنه يوجد درجة كبيرة بين الأقليات والأفراد الذين ينتمون لأقليات دينية أو سياسية أو تعليمية أو مهنية أو أقليات أخرى.(ريتشارد شاخت، 1980، ص 486)

## 9- اغتراب الشخصية وأزمة الإنسان في المجتمع:

لقد اهتم العلماء بأزمة الانسان في ظروف المجتمعات الحديثة، وربطوا هذه الأزمة باغتراب الشخصية ثم سعى فروم للكشف عن جانب المسايرة الآلية وما يترتب على ذلك من سعي الانسان لتحطيم العالم، أنه لا يحتمل حياة بلا معنى. (السيد علي شتا، مرجع سابق، ص 90)

كما أن محاولته للتأليف بين الجوانب الذاتية والجوانب الموضوعية لتحقيق حرية الإنسان الكاملة يتأثر إلى حد كبير (بفرويد) ويقرر أن الفهم والمعرفة الواضحة بالواقع وبذات الإنسان أمر ضروري لتحقيق هذا التأليف وفي ذلك ذكر فروم أن تطور الجنس البشري يتوقف على درجة وعي الإنسان بنفسه وبانفصاله كنفس مستقلة عن الروابط التقليدية ومدى تطوره في عمله. (المغربي سعد، 1976، ص 71)

ورغم أن إيريك فروم قد ذهب إلى أن آلام الإنسان الأساسية ليست متأصلة في الحاجات الفردية، ولكن في أحوال معينة للوجود البشري وفي الحاجة لايجاد الرابط بين

الانسان والطبيعة بعد أن افتقد الرابطة الأولية فيما قبل المرحلة البشرية، كما أنه تأثر في شرحه لقضية الهروب من الروابط التقليدية، والتي رغم أنها تعطي الفرد شعورا بالاستقلال إلا انها في نفس الوقت تجعله يشعر بالوحدة والانعزال وتشحنه بالشك والقلق وتشده لخضوع جديد ولنشاط ملزم غير رشيد. (السيد علي شتا، 1984، ص 131)

ولا شك أن استخدام (توكفيل) (دوركايم)(توينز)(زمل) و(ميرتون) للاغتراب قد بلور العلاقة بين الاغتراب وسلب المعرفة إذ أن توكفيل قد وضع بعدين أساسين لسلب المعرفة تمثل أولهما في نقل المعرفة نتيجة للانفصال عن الروابط التقليدية وما ترتب على ذلك من الحط من قدر الفرد وغياب بعض القيم التي كانت توجه أفعال الأفراد وتمثل ثانيهما سيطرة الرأي العام(رأي الأكثرية) والذي أصبح أشد من ضغط الروابط التقليدية.

ومن ثم اهتمت الدراسات التجريبية للاغتراب بكشف ماهية العلاقة بين خصائص البيروقراطية التي حددها (ماكس فيبر) وقد قدمت الدراسات إسهامات تكشف عن أبعاد العلاقة بين خصائص البيروقراطية تلك وظاهرة الاغتراب ومن ثم يؤلف فيبر بين الحرية والضرورة على نحو ما فعل هيجل و ماركس عن طريق المعرفة العلمية التي تزودنا بالرؤية الداخلية لطبيعة القيم الموجهة لأفعالنا ونوع القيم التي نتمسك بها وهذا النوع من المعرفة والوضوح لأفعالنا وعواقبها يجعل المسؤولية الأخلاقية ممكنة وذات معنى ومن ثم يسعى (فيبر) لقهر الاغتراب عن طريق المعرفة العلمية التي تحقق الوضوح بدوافع السلوك الداخلية والخارجية والقيم الموجهة لأفعالنا وأهدافها والوسائل المجارية لهذه الأهداف، وعواقب السلوك وذلك يحقق في نظره درجة عالية من حرية العقل ومسؤولية الاجتماعية. (السيد علي شتا، 1984، ص 494).

ولقد أكد ميرتون على حالة اللامعيارية عند تناوله لأهمية وضع الأخلاق ويشير الأنومي عند (ميرتون) للمواقف التي تغمر فيها القيم العامة تحت وطأة الاهتمامات الخاصة

الباحثة عن الاشباع بأي وسيلة والتي تكون أكثر فاعلية ابتداء من المنافسة العالمية، في المجتمع الحضري والمتسم بالتجربة والانقسام والبشرية تعيش في مناخ من عدم الثقة المتبادلة، حيث تتناول (ميرتون) الأنومي كحالة تشير للموقف الذي تكون فيه الأهداف المحددة ثقافيا غير متوائمة مع الوسائل المتيسرة والمتاحة لتحقيقها. (السيد علي شتا، 1984، ص 496)

## 10- مواجهة الاغتراب :

ترى إجلال سرى (1993): أن مواجهة الاغتراب تتم عن طريق تحقيق الانتماء ومن أهم إجراءات الاغتراب ما يلي :

- التصدي للأسباب النفسية والاجتماعية للاغتراب ومحاولة الكشف عنها مبكرا وعلاجها.
- التغلب على مشاعر الاغتراب او قهرها والرجوع الى الذات والتواصل مع الواقع .
- تدعيم مظهر الانتماء الاجتماعي وتأكيد الهوية الاجتماعية والتوازن مع الهوية الشخصية.
- تصحيح الأوضاع الاجتماعية بما بضمن التفاعل والتواصل.
- التنمية الإيجابية ومواكبة التغيير الاجتماعي والاعتزاز بالشخصية .
- تنمية السلوك الديني وممارسة الشعائر الدينية وتطبيق المعايير الدينية في كل جوانب الحياة اليومية
- تصحيح الأوضاع الثقافية بما يحقق احترام العادات والتقاليد.
- تصحيح الأوضاع الاقتصادية على مستوى المهنة وزيادة الإنتاج لإشباع حاجات الأفراد وتدعيم الاستقرار السياسي والوعي السياسي والديمقراطية، وتنمية الوعي الوطني والولاء والاعتزاز بالوطن.

- تنمية انتماء الذات إلى هويتها واتصالها بالواقع والمجتمع وتدعيم مظاهر الانتماء حيث أن الأهداف الواضحة والمعايير التي يتم مسايرتها والشعور بالهوية والمكانة والرضا والارتياح والأمن النفسي والاندماج والتوحد والتآلف مع الجماعة. (سناء حامد زهران، 2004، ص - 116-117)

## خلاصة:

من خلال عرض هذا الفصل تمكنا من التعرف أكثر على مفهوم الاغتراب هذا المصطلح الذي ظهر في البداية في الفلسفة على يد ماركس وهيغل لينقل في ما بعد لعلم النفس ويستعمل لأول مرة على يد إيريك فروم، حيث أن الاغتراب النفسي ظاهرة متعددة الأبعاد وتزداد حدتها ومجال انتشارها كلما توفرت العوامل والأسباب المهيئة لها، وما يمكن الإشارة إليه أن إحساس الفرد بالاغتراب في أي مجال من مجالات حياته قد ينعكس بصورة ما على المجالات الأخرى في حياته وقد يهدد توافقه وأمنه النفسي وهذا ما جعل الكثير من الدراسات تنطلق اليوم لرصد هذه الظاهرة والتعرف عليها أكثر فأكثر، والتوصل لنتائج تستفيد منها دراسات أخرى.

# الفصل الثالث

## الفصل الثالث: الاكتئاب

### تمهيد

- 11 لمحة تاريخية عن الاكتئاب
- 12 مفهوم الاكتئاب.
- 13 تصنيف الاكتئاب .
- 14 أعراض الاكتئاب .
- 15 أسباب الاكتئاب .
- 16 النظريات المفسرة للاكتئاب.
- 17 تشخيص الاكتئاب.
- 18 الوقاية من الاكتئاب.
- 19 علاج الاكتئاب.
- 20 انتشار الاكتئاب.

### خلاصة

## تمهيد:

يعد الاكتئاب من الاضطرابات المزاجية والانفعالية التي تمس الفرد في مختلف الأعمار، والمستويات الاقتصادية والاجتماعية والعلمية وبات مشكلة حقيقية للفرد ذاته وللمحيطين به. وتعتبر مشاعر الحزن وحالات تعكر المزاج والانقباض ومشاعر اليأس من الخبرات التي يمر بها كل الناس وهي إن لم تتجاوز درجة معينة من الشدة أو إذا لم تستمر لفترة طويلة عبارة عن ردود أفعال سوية ناجمة عن خبرات من الخيبة أو الفشل أو الوحدة أو فقدان الهدف. ولكن هذه المشاعر قد تتحول في حالات معينة إلى مرض أو اضطراب اكتئابي يترافق بأعراض جسمية ونفسية ويعيق الفرد عن تحقيق درجة من التكيف الأمثل في علاقته بنفسه والآخرين. ( رضوان سامر جميل، 1999، ص 3)

هذا ويكاد يجمع علماء النفس والباحثون في العلوم الاجتماعية بصفة عامة على أن الاكتئاب يعتبر أكثر الاضطرابات النفسية شيوعا في العصر الحالي، كما أنهم يميلون إلى اعتبار النصف الآخر من القرن 20 هو عصر الاكتئاب، ويرجع السبب في ذلك إلى زيادة الضغوط النفسية والاجتماعية التي يتعرض لها. (الحسانين محمد ، 2003 ، ص 195)

ويعد الاكتئاب جزءا من الحياة إذا نظرنا إلى تكرار خيبات الأمل في كثير من المشاريع النفسية والاجتماعية التي يحاول الإنسان إنجازها والتي تدفع بالفرد إلى معاناة المشاعر الاكتئابية. (معمرية بشير، 2000، ص 123)

## 1- لمحة تاريخية عن الاكتئاب:

عرفت البشرية الاكتئاب منذ القدم، فقد عرف عند أبوقراط بالكآبة أو السوداوية وهي أحد الأشكال الأربعة التي حددها للمرضى العقلين. ( أحمد عبد الخالق، 1991، ص 219)

وذكرت أعراض الاكتئاب في كتابات المصريين القدماء والإغريق والبابليين وعند العرب المسلمين ، حيث قدم كل من ابن سينا والرازي، أمثلة رائعة على دقة الوصف لحالات (الميلانوخوليا) والعلاجات الطبية التي اقترحها العرب، زيادة عن العلاجات النفسية بالراحة والاسترخاء والايمان. ( محمد حمدي الحجار، 1989، ص 82)

وقد بين وعالج كتاب "مصالح الأبدان والأنفس" لأبي زيد البلخي (320-236هـ) أساسيات الصحة النفسية مبينا أربع انفعالات منسئة للمشكلات النفسية : الغضب، الخوف، الحزن والوسواس، حيث أشار إلى خصائص هذه الانفعالات المتمثلة في الخصائص النفسجسمية التي تؤثر وتتأثر بالصحة الجسمية، كما بين أن الحزن يسبب أعراض بدنية ونفسية فهو يمنع من النشاط وإظهار السرور وصدق الاستمتاع بشيء من الذات والشهوات، وقد وصف البلخي نوعين من الحزن، الحزن الطبيعي والحزن المرضي المؤدي للاكتئاب.

( أبو زيد البلخي، 1993، ص 132)

وفي القرن الثاني بعد الميلاد (200-130) جاء جالينوس فوضع نظرية الأخلاط الأربعة ومنها المرارة السوداء والتي إن زادت كان مزاج الشخص سوداويا مكتئبا.

(مدحت عبد الحميد، 2001 ، ص 14)

ونجد أيضا في التراث الإسلامي مما يعطي تعريفا لهذا المفهوم حيث عرف ابن سينا (380هـ-980م) الميلانوخوليا: بأنها انحراف عن المجرى الطبيعي إلى الفساد والخوف والمزاج السوداوي، ويرجع ابن سينا سبب الميلانوخوليا إلى الدماغ حيث تتصاعد الأبخرة من البدن إلى الدماغ ومن علامات الميلانوخوليا حسب ما جاء به، الخوف بلا سبب وسرعة

الغضب وسوء الظن والغم والفرع والوحشة والكرب والهذيان والخوف من أمور غير معروفة وتخييل أشياء غير موجودة. (عبد الرحمن العيسوي، 1975، ص 103-104)

وفي حديثنا عن ما جاء قبل وبعد الميلاد يجب أن نسلط الضوء عن ما جاء في عصر النهضة من تعريف للاكتئاب، ونذهب إلى ما جاء به أول طبيب يتخصص في الطب العقلي جوهان واير (1515-1588) حيث دعا المتخصصين إلى ضرورة التدقيق في فحص أفكار المصابين بالميلانخوليا وعباراتهم وتصوراتهم وأفعالهم التي ترهق أذهانهم إلى حد أن يتخييل البعض منهم بأنه حيوان. (مدحت عبد الحميد، 2001، ص 18)

وفي ألمانيا ظهر أميل كرابلين (1856-1926) وميز بين ستة أنواع من الاكتئاب وهي : الاكتئاب البسيط ، الاكتئاب الذهولي ، الميلانخوليا الخطيرة، الميلانخوليا الاضطهادية، الميلانخوليا الوهمية، الميلانخوليا التخريفية، إلا أنه غير رؤيته بعد ذلك واعتبر كل أعراض الاكتئاب بما في ذلك الاكتئاب التحولي، مظاهر لمرض واحد وهو الذهان الدوري. (مدحت عبد الحميد، 2001، ص 18)

## 2. مفهوم الاكتئاب:

إن كلمة "اكتئاب" لها عدة معاني فالإكتئاب يستطيع أن يظهر على شكل عرض أو على شكل تناذر (زملة من الأعراض) أو على شكل وحدة نزوعية، إن السبب الرئيسي الذي أدى إلى الاختلاف في التعريف هو الاختلافات التي توصلت إليها الدراسات التي أنجزت عن الإكتئاب وتوصلت إلى هذا التباين في التعريف.

ونسنتج من المعاني التي أعطاها لادوسور (La douceur) لتعبير الإكتئاب أنه يستخدم ثلاث مفاهيم مختلفة على أقل تقدير.

**المفهوم الأول:** يرتبط بالمزاج المضطرب غير السوي الذي يصبح متعكرا بسبب تعرض الفرد إلى سلسلة متلاحقة من الاحباطات والفشل.

**المفهوم الثاني:** يستخدم لمفهوم التناذر الذي يتضمن اضطراب المزاج زيادة على جميع الأعراض الجسمية والإعاشية لمرافقة الاكتئاب

**المفهوم الثالث:** يستخدم كمفهوم المرض (بما فيه المتلازمة المذكورة) بالإضافة إلى العجز الذي قد يصيبه المريض فيمنعه عن أداء واجباته وأعماله كلياً أو جزئياً.

(محمد حمدي الحجار، 1989، ص 82)

### \*تعريف الاكتئاب:

#### 1. التعريف اللغوي للاكتئاب:

الاكتئاب مشتق من كلمة "كئب" و "كآبة" بمعنى تغيرت نفسه وتدهورت من شدة الحزن فهو كئب وكئيب ، وأكأب شخصاً أي أحزنه والاكتئاب مرادف للانقباض ويقال إذا انقبض الشخص على نفسه يعني ضاق بالحياة فاعتزل. (المنجد في اللغة والإعلام، 1968، ص 668)

وتعرف الكآبة على أنها هبوط شديد يخيل إلى الشخص حين يصاب به أنه فاشل، فيهدمه اليأس ويسلب نشاطه ويقتل همته ومن أخطار الكآبة ما قد ينجم عنها من حس جنوني أو ما قد يعمد إليه المكتئب من محاولات الانتحار. (إميل خليل بيدس ، 1991، ص 47)

كما يعرف فاخر عاقل الاكتئاب على أنه "حالة انفعالية تكون فيها الفاعلية النفسية والجسدية منخفضة وغير سارة وتتكون سوية أو مرضية وتشير المرضية منها إلى اليأس والشعور الساحق بالعجز والتفاهة. (فاخر عاقل ، 1977، ص 33)

وعند ابن منظور الكلمة مأخوذة من كآب والكآبة سوء الحال والانكسار من الحزن و كئب كآبا وكآبة واكتئاب وتعني حزن وانكسر، وهو كئيب والكآبة تصيب النفس بالانكسار من شدة الحزن. ( ابن منظور ، 1993 ، ص 206 )

## 2. تعريف الاكتئاب اصطلاحاً:

يعرفه ايديليج (1989): بأنه عرض عصابي يتميز بنقص الاهتمام بالعالم الخارجي وزيادة العدوان اتجاه الذات والنقد الذاتي ومشاعر الذنب والعقاب ، وكل ذلك يتعلق بفقدان موضوعاً ما لدى الشخص المكتئب. (مدحت عبد الحميد، 2001، ص 23)

أما سكينر فيظهر السلوك الاكتئابي بظاهرة انطفاء ناتجة عن حرمان كبير من التعزيزات الاجتماعية الإيجابية مما يترتب عنه فقر أو انخفاض المعلومات حول السلوكات الإيجابية وبالتالي تعزيز وضعية العزلة وكذا التظاهرات الاكتئابية مما يساعد على استقرارها.

ويشير أرون بيك (Beck) 1976: إلى ضرورة تنظيم ظواهر الاكتئاب المختلفة في تسلسل مفهوم كي يتسنى لنا فهم الاكتئاب، ويتساءل إن كان الاكتئاب هو اضطراب وجداني في أساسه ، يمكن رد أعراضه إلى اضطراب الوجدان وتفسيره على أساس الحالة الانفعالية، ويوضح بيك 1976 أن الحالات الداخلية المؤلمة في مرض الاكتئاب مثل الألم الجسمي، الغثيان، قصر النفس والقلق، قليلاً ما تؤدي إلى الأعراض المميزة للاكتئاب مثل: الانسحاب الكلي عن الآخرين تضييع الغايات الكبرى من الحياة والرغبة في الموت ( أرون بيك، 2000، ص 118)

كما يوضح بيك (1976): أن مرض الاكتئاب يُظهر تحريفات فكرية تدور حول موضوع "الفقدان والخسران" وتكون هذه التحريفات الفكرية لدى المكتئب نظرة سلبية إتجاه عالمه تصور سلبي لنفسه وتقدير سلبي لمستقبله هذا هو الثلاثي المعرفي المتواجد عند مريض الاكتئاب حسب بيك. (أرون بيك، 2000، ص 120)

يعني هذا أن الفرد بعد أن يشعر بالفقدان يقوم بتقييم ذاته بطريقة سلبية (تدخل الصور المعرفية المنحرفة) ويعطي لخبرة الفقدان معنى الحرمان والهزيمة، ويعتبر نفسه عاجزا لا قيمه له، فهو حين ينظر إلى المستقبل يجد مصاعبه الحاضرة مستمرة إلى غير نهاية، ولما كان ينسب مصاعبه إلى نقائص في ذاته فإنه يؤنب ذاته وبتزايد انتقاده لذاته بهذه الحلقة المفرغة ، تنشط خبراته المعيشية أنماطا معرفية تدور حول موضوع الفقدان وتتبع مختلف الظواهر الانفعالية والدافعية والسلوكية والإعاشية من هذه التقييمات السلبية للنفس .

(أرون بيك، 2000 ، ص 142)

ويرى "محمد محروس الشناوي" و "محمد السيد عبد الرحمن" (1998) إن الاكتئاب يشير إلى "زملة إكلينيكية تشتمل على انخفاض الإيقاع المزاجي ووجود مشاعر الاستياء المؤلم وصعوبة التفكير مع معاناة الجهاز العصبي للفرد، والشعور بالإثم مصحوبا بنقص ملحوظ في الإحساس بالقيمة الشخصية والنشاط النفسي الحركي بل والنشاط العضوي أيضا. (محمد الشناوي، محمد السيد ، 1998 ، ص ص 307-308)

ويعرفه عبد الخالق (1998) أنه حالة انفعالية وقتية او دائمة يشعر فيها الفرد بالانقباض والحزن والضيق وتشيع فيها مشاعر الهم والغم والشؤم، فضلا عن مشاعر القنوط والجزع واليأس والعجز. (السيد الدسوقي، 2004، ص 115)

بينما يعرفه أحمد عكاشة (1998) بأنه اضطراب وجداني يتميز بمزاج سوداوي واحساس بعدم الرضا وعدم القدرة على الاتيان بالنشاط السابق واليأس في مواجهة المستقبل وفقدان القدرة على النشاط ووجود صعوبة في التركيز والشعور بالارهاق التام مع اضطراب في النوم والشهية للطعام.(عكاشة أحمد، 1998، ص 112)

ويرى القريطي (1998): أن الاكتئاب هو حالة من الشحن المتواصل والحزن المستمر لا يدرك الفرد مصدرها على الرغم من انها تتجم عن خبرات أليمة واحداث مؤثرة إنفعاليا قد مرت بها، وتتميز هذه الحالة بهبوط في الطاقة النفسية والحركة والشعور بالإعياء

من أقل مجهود وبالقلق وعدم الارتياح وفقدان الاهتمام بالأشخاص والأشياء والأحداث والنشاطات والهويات والترفيه، وعدم المقدرة على الاستمتاع بالحب... الخ كما تتميز بسيادة مشاعر اليأس والذنب وفقدان القيمة الحسية والثقة بالنفس واللامبالاة بالأحداث الجارية.

(القريطي عبد المطلب، 1998، ص 141)

وعرفه جرجس بأنه الانقباض في المزاج واجترار الأفكار السوداء والهبوط في الوظائف الفسيولوجية قد يصاحبه بعض الإرجاع العقلي المرضي، وقد يكون أحد طوري ذهان الهوس والاكتئاب وقد يحدث نتيجة التعرض لمشقة من قبيل الاستجابة المرضية لها.

( موسى رشاد عبد العزيز، 2002، ص 433 )

ومنه نرى أن الاكتئاب مصطلح متعدد المعاني والأنواع حيث يستخدم أحيانا لوصف الانفعالات الشخصية مثل الحزن والبؤس وفي أحيان أخرى يقصد به جانبا يتضمن مجموعة أعراض عصبية ومنه يمكننا القول أن الاكتئاب هو اضطراب نفسي أو زملة الأعراض المؤلمة والمحنة والتي تعبر في مجملها عن العجز الإنساني الذي قد يصل في شدته حد الذهان وهذا الاضطراب ينعكس على الفرد المصاب انفعاليا وسلوكيا قد يدفع به إلى إيذاء ذاته أو الآخرين.

### 3- النظريات المفسرة للاكتئاب:

لقد تعددت النظريات المفسرة للاكتئاب وهذا التعدد راجع لاختلاف الاطار المرجعي والتصورات لكل نظرية أو اتجاه، ولا يمكننا القول بأن نظرية واحدة بعينها هي الصحيحة في تفسيرها للاكتئاب بل التكامل بين أكثر من توجه قد يضيف فهما أفضل وأعمق وبالتالي تقديم علاج أنجع لمرضى الاضطرابات الاكتئابية. (إبراهيم زيزي السيد، 2006، ص 57)

وفيما يلي سنعرض النظريات المفسرة للاكتئاب :

### 1- نظرية التحليل النفسي :

تعد نظرية التحليل النفسي من أوائل النظريات التي اهتمت بالاكتئاب النفسي ويرى أصحابها أن الأحداث الصدمية التي يواجهها الفرد في السنوات المبكرة من العمر تجعله أكثر استهدافا للاكتئاب إذا حدث وتعرض لضغوط مشابهة لتلك التي كانت في طفولته.

وجدير بالذكر أن الكثير من العلماء يتفق على أن التفسير التحليل للاكتئاب يعتمد على فكرة الربط بين فقدان والاكتئاب وهذه العلاقة ليست علاقة مباشرة، فالإكتئاب ليس تعبيراً مباشراً عن الحزن ومعاناة نتيجة فقدان بل أن فقدان يتم الشعور به في مستوى اللاوعي بطريقة تتسبب في أن يشعر الفرد بمزيج من الذنب والشعور بالتخلي أو الهجر

ويرى فرويد والذي يعتبر مؤسس المدرسة التحليلية أن البناء النفسي ينقسم إلى الهو، الأنا والأنا الأعلى ويشمل ثلاث عناصر وهي :

1. طبقة حيوية تصدر عنها الليبيدية والعدوانية ترتبط بالأنا دون قيد.

2. دوافع مكبوتة منها الكبت من الإفصاح عن نفسها .

3. الجزء اللاشعوري من الأنا الأعلى ( سولشيد لنجر، 1958 ،ص19)

ويمكن تفهم تفاصيل العلاقة بين الأنا والأنا الأعلى بالرجوع إلى علاقة الطفل بوالديه ومن يحيطون به (المجتمع) ومن خلال المجتمع القريب من الطفل يظهر التأثير المتأصل للتقاليد العائلية والثقافة الاجتماعية وعلى الرغم من الاختلاف الأساسي بين الهو والأنا الأعلى إلا أنهما يتفقان في أنهما يمثلان الماضي فالهو يمثل الآثار الوراثية ويمثل الأنا الأعلى في جوهره ما أخذ عن الآخرين أما الأنا فمحدد في المقام الأول بما يخبره بالذات أي

الأحداث العرضية الفصلية، هذا هو التخطيط العام للجهاز النفسي، كما يصفهم عميد التحليل النفسي سيجمون فرويد. (سيجموند فرويد، 2000، ص 28)

وقد قدم فرويد الاكتئاب مقارنة بين "الحداد" و "الميلانخوليا" حيث لاحظ أن هناك تشابه في الأعراض الاكتئابية بينهما من هم وغم وكدر، فقدان القدرة على الحب مع زيادة مشاعر تتضمن تقدير متدني نحو الذات بدل من توجيهها نحو موضوع آخر بالنسبة للميلانوخيا. (رشاد عبد العزيز موسى ، 1993، ص 21)

إن أفكار فرويد تعني أن الشخص المفقود، خاصة إذا كان يمثل الأنا الأعلى الذي يجادل سلطة الضمير الاجتماعي والأخلاقي فإذا كان هذا الأنا الأعلى عدواني فالأنا يقوم بتحويل الكراهية إلى ذاته ويرغب في تحطيم ذاته. وقد أرجع فرويد النكوص إلى المرحلة الفمية نتيجة للافراط والتفريط في اشباع حاجاته خلال هذه المرحلة وهو يتعامل مع موضوع الحب الذي هو الأم على أساس الأخذ فقط مما يسبب له تمركز حول الذات.

وأشار أيضا إلى مظاهر الاكتئاب والتي قد تتمثل في فقدان الاهتمام بالعالم والتناقض في القدرة على الحب، والميل لإيلاام الذات، مع توقعات هذائية بالعقاب، واعتبرها فرويد مظاهر أساسية تظهر لاشعوريا في حالات الحزن والسوداوية، تنشأ من حالات كثيرة كالغيظ، والعزلة وقلة الحيلة عكس حالة الحزن التي يكون الفقد فيها على مستوى شعوري

ويضيف (مخيمر) فقدان الموضوع في الاكتئاب بالصدمة ويشبه الشخصية بالكوبري الذي يتحمل قدر معين من الحمولة-ففي الاكتئاب- إذا ما كان فقدان الموضوع خارجيا فيكون الحزن هو رد فعل الطبيعي للفقدان. وفي الحالات التي تكتمل فيها الشروط المسببة للمرض فيكون النكوص في هذه الحالة محاولة ترميمية لإصلاح تعديل للموضوعات داخل الذات في الاكتئاب البسيط .

وإذا ما تسبب هذا الفقدان الخارجي إلى فقدان للموضوع الداخلي (فقدان الليبدو) أو كان فقدان الليبدو لا شعوريا، فيكون النكوص أعمق حيث تكون الاكتئابيات الشديدة، ويتطلب الأمر إعادة بناء الذات والموضوع معا . (عبد الله عسكر، 1998، ص 71)

أما كارل أبراهام : لقد أشار إلى البغض والضغينة كأهم المشاعر السائدة وغير المقبولة عند الفرد، فإنه يحاول كبتها مما يسقطها فيشعر بالبغض والضغينة من قبل الآخرين ثم يأتي إعتقاده بأنه منبوذ بسبب نقائصه و عيوبه .

( رشاد علي عبد العزيز موسى ،ب.ت ، ص ص 153-154)

وقد أكد أبراهام من خلال دراساته العديد من الأدلة التي تخص العدوانية المكبوتة في أحلام المكتئبين، وكذا سيطرة مشاعر الانتقام عليهم.

ويكشف المكتئبين عن تمركز حول الذات ، ومشاعر متناقضة من الحب والكره في وقت واحد بدرجة قد تؤدي إلى شلل علاقاتهم مع الآخرين، وتتنخفض الدوافع العدوانية من قدرتهم على أن يحبوا وحاجاتهم لقمع العدوانية تسلبهم الكثير من طاقاتهم الليبيدية وفي نهاية الأمر يتم توجيه الدوافع العدوانية داخليا أو يتم إسقاطها على الآخرين.

أما ميلاني كلاين فترجع إحياء الوضعية الاكتئابية الطفلية عند الفرد الذي لم يستطع في طفولته الأولى أن يبني مواضعه الجيدة الداخلية ولم يستطيع أن يشعر بالأمان في عالمه الداخلي حيث أن الطفل يمر عادة في حوالي أربعة أشهر من عمره بالمرحلة الاكتئابية أساسها الخوف من فقدان الموضوع الطيب المتمثل في الأم، إن الوضعية التي يعيش فيها الطفل هي التي تحدد فيما بعد اكتئابه أو عدمه.

جون باولبي : أكد باولبي داخل نظريته الحديثة في التعلق وفي إطار تحليل التحريفات أو التشوهات المعرفية عند المكتئبين، حيث قام بتحديد الشروط اللازمة للمرور

من حالة الحزن الطبيعي المتميز بالمزاج الاكتئابي العادي إلى الاكتئاب المرضي الاكلينيكي ، واعتبر أن الحزن انعكاس طبيعي لكل وضعيات فقدان ( شخص عزيز، مكان مفضل) فالانعكاس أو استجابات الحزن شكل دفاعي طبيعي ضد مشاعر الحزن والاستياء. أما الاكتئاب المرضي الاكلينيكي فيظهر في وضعيات الانعزال والوحدة في الوقت الذي تكون فيه إمكانيات التفاعل والتبادل مع الواقع الخارجي غير متوفرة، وبالتالي يمتاز بمظاهر فقدان الأمل وضعف الثقة بالذات وعلى هذا الأساس فالإكتئاب ليس وضعية مرضية محضة لأنه يمكن أن يكون مجرد حالة انتقالية.

وينظر **بيبرينج (Bibring)** للموضوع نظرة أشمل وأكثر عصرية فيرى أن الخاصية الرئيسية التي تميز الاكتئاب تتمثل في العجز عن تحقيق الحاجات والطموحات ويرى ان الحاجة إلى الحب والتقدير ما هي إلا واحدة من ثلاث احتياجات رئيسية، أما الاحتياجات الأخرى فتشمل الحاجة للقوة و الأمان والحاجة لمنح الحب ويحدث الاكتئاب نتيجة للفشل في الإرضاء أو نتيجة لإحباط أي حاجة من الحاجات الثلاثة السابقة ويحدث الصراع الذي يحدث في الذات والمرتبط بفشل اشباع أي منها .

**الفريد أدلر (نظرية الشخصية):** يرى أن القوة الدافعية في الإنسان هي الرغبة في القوة وهي نوعا من التعويض عن مشاعر النقص التي تبدأ من الطفولة عندما يرى الطفل أنه أضعف من الكبار المحيطين به جسما وعقليا ، ويدفع به هذا الشعور إلى الكفاح من أجل التفوق والسمو، وما العصاب إلا محاولة لتحرير النفس من الشعور بالنقص وقد أشار أدلر إلى بعض المواقف الأسرية كتدليل أو إهمال الطفل وترتيبه بين إخوانه ، وأسلوب الحياة الذي يضعه الفرد هدفا مبكرا في حياته، بحيث تصبح بقية جوانب الحياة الأخرى ثانوية بالنسبة له. ويعتقد بأن من الممكن أن يؤدي أسلوب الحياة على ظهور المواهب والسلوك الإيجابي المفيد اجتماعيا. (عكاشة، 1998، ص 26)

كما ركز أدلر على موضوع علاقات الإنسان ووجوده الاجتماعي وذلك من خلال الكشف عن العلاقة بين الشخصية والمجتمع، وكذلك في الكشف عن العوامل الاجتماعية التي تحدد سلوك الكائن البشري وميوله الاجتماعية ودينامية التفاعل بين العالم الخارجي للشخصية وعالم العلاقات العامة، وكذلك من تصورات أدلر للفرد والبشرية فقد كان يعتقد بأن كل فرد هو فريد وواع، وإنما أعطى نظرتة لكل البشرية بنفس النظرة، وقد كان لأدلر نظرة تفاؤلية جدا فيما يتعلق بالتقدم الاجتماعي كما كان مهتما بالتحسن الاجتماعي إبتداءا من الطفولة.

## 2- النظرية السلوكية:

تقوم المدرسة السلوكية على مسلمة وهي أن السلوك هو نتيجة حتمية لما سبقه من أحداث، فكلما تكرر السبب ظهرت النتيجة، ويرتبط سلوك الإنسان بمجموع الخبرات التي سبق له أن مر بها، ويمكن تغير ذلك السلوك بالأساليب النفسية، اعتمادا بالدرجة الأولى على عملية التعلم. إن الخبرات الحياتية التي يتعرض لها الفرد لها دور أساسي في عملية تشكيل السلوك أو انطفاءه. وتستخدم هذه النظرية المنهج التجريبي في المجال الاكلينيكي ويقوم هذا الاتجاه على وجهة نظر أساسية هي أن سلوك الإنسان مكتسب ومتعلم، وهو بذلك يمكن ملاحظته ومن ثم يمكن ضبطه واستبداله أو توجيهه، وبذلك ترى السلوكية أن الاكتئاب سلوك متعلم شأنه شأن السلوكات الأخرى ، وعليه فإن الاكتئاب يظهر عادة عند الأشخاص الذين يعانون من حرمان في التعزيز الإيجابي وفق أساس من الاشرط الكلاسيكي أو الاشرط الإيجابي.

ومن رواد هذه النظرية **بافلوف** (عالم روسي) الذي أشار أن سبب الاكتئاب يرجع إلى الارتباط الشديد بين الصدمات التي يتعرض لها الإنسان في طفولته، والآثار الناتجة عن تكرار المواقف والتجارب المؤلمة كالفشل والحرمان، والاحتقار، والتهديد والرفض حيث يُنشط ذلك تطبع المزاج النفسي في مسارات لا بد أن تؤدي في النهاية إلى الإصابة بالاكتئاب، وعندما يصبح الفرد عرضة لأي استثارة في مراحل النضج والبلوغ لهذه المواقف والتجارب

المؤلمة خاصة عندما تكون التجارب الجديدة تتشابه مع التجارب القديمة، فإن الآلام النفسية تطفو على السطح على هيئة اكتئاب.

وقد تطورت نظرية بافلوف عن الاكتئاب بواسطة بعض العلماء مثل (آيزنك) بقوله عن وجود اختلاف وراثي بين الأفراد في تكوين الأفعال المنعكسة وأن الأمراض النفسية تنشأ من أفعال منعكسة خاطئة تتكون بتأثير تفاعل عاملي البيئة والوراثة وهي أنماط من السلوك المتعلم الخاطئ للتخفيف من آلام القلق يعززها إحجام المريض عن القيام بأي عمل يؤدي إلى مخاوفه، مما يثبت المرض لديه، وتؤكد الأبحاث الفسيولوجية على أن أبعاد الانطوائية والانبساطية مركز في التكوين الشبكي الذي له علاقة مباشرة بدرجة الانتباه، والوعي وتنقية المداخل الحسية للمخ، ويمتد من جذع المخ حتى المهاد (الثلاموس) ومنه قشرة المخ، وإذا تفاعلت الانطوائية مع الاستعداد الوراثي للعصاب نشأت الأمراض النفسية كالقلق والوسواس القهري والاكتئاب. (عكاشة، 1998، ص 30)

ويرى لوينسون (Lewinsohn)، و ونيستون (Weinsten)، و شاو (Show) وهم أول من وضع الأسس التجريبية لظاهرة الاكتئاب (نظرية السلوك أو التعليم الاجتماعي) أن الاستجابة الاكتئابية وتطورها إلى الانخفاض الممتد للمعززات الاجتماعية الإيجابية، حيث أن ضعف كمية المعززات الإيجابية تؤدي إلى انخفاض في تكرار السلوكات الحركية والكلامية كنتيجة لهذا يستجيب الفرد بسلوكات اكتئابية ومشاعر عدم البهجة، ويشير هؤلاء الباحثون أن الاهتمام والتعاطف المفرطين من قبل المحيط يعزز ويعمل على بقاء واستمرار هذه السلوكات ویرسخانها.

ويرى سكينر (Skinner) أن الاكتئاب هو انطفاء ناتج عن حرمان كبير من التعزيزات الإيجابية مما يؤدي إلى نقص المعلومات عن السلوكات الإيجابية، مما يزيد في العزلة وبذلك تكون المظاهر الاكتئابية هي المسيطرة.

اما **سليجيمان** يرى أن القلق والذي هو استجابة أولية للمواقف الضاغطة يتم تحويله إلى استجابة اكتئابية إذا اعتقد الفرد أنه لا يمكن تفادي أو ضبط المواقف، ويؤكد على الطريقة التي يتعلم فيها كيف يدرك العلاقة بين النشاط والنتائج التي يقف عاجزا أمامها وأن أي جهد سوف يكون جهدا ضائعا.

(<http://issuu.com/menaagamal/docs-959deb39204901>)

ويبين أصحاب هذه النظرية تفسيرهم للاكتئاب على ثلاث مبادئ وهي :

(هنري شابرول ، 1998 ، ص ص 60-61)

#### أ- الاشرط الكلاسيكي البافلوفي :

يمكن تعلم سلوك التجنب الاكتتابي بالاشراط الكلاسيكي حيث تلعب بعض الأحداث في تكوين استجابات من القلق قد تؤدي بالفرد إلى تجنب بعض الأماكن التي يتولد فيها القلق بنفس السلوك.

#### ب- الاشرط السيكينزي الفاعل (الاجرائي):

إن نقص السلوك المكيف قد يكون سببه الانخفاض المطول والمزمن للمدعمات الاجتماعية الإيجابية بواسطة عملية الانطفاء، وقد تلعب عدم كفاية المهارات الاجتماعية من خلال اشرط نقص في القدرة على خلق دعم إيجابي من المحيط دورا مهما في نشوء الاكتئاب.

#### ت- التدرب الاجتماعي :

حسب باندورا يمكن للفرد أن يتعلم الاستجابة لمواقف الضغط النفسي بالسلبية والانطواء عن طريق تقليد واحد من الأهل الاكتتابيين ، أما سليقمان أدت تجاربه إلى التوصل إلى مفهوم العجز المتعلم الذي يؤدي إلى حالة الاكتئاب الارتكاسي بسبب عدم

الربط بين استجاباته والتعزيز الإيجابي المقدم من طرف المحيط وهذا نتيجة لفقدان التحكم والمراقبة من طرف الفرد لمحيطه.

إن السلوكية بهذا الشكل تعتبر الانسان رهين انعكاسات آلية وتكون قد نزعت عنه كثيرا من العوامل التي كان يمكن أن تقدم مزيدا من الفهم للسلوك غير السوي، وبالتالي علاجه بما أنها تضع كل ما ليس بظاهر جانبا ولا يكون له قيمة في التفسير والعلاج وبالتالي فإن علاج شخص يعاني الاكتئاب يمكن أن يتم بتعليمه أساليب جديدة من التفكير وحل المشكلات ويمكن أن نساعد على تغيير توقعاته أو القيم التي تبناها نحو بعض الأهداف. ( إبراهيم عبد الستار، 1998، ص 77)

**ودرس يونجرن (Youngnen) العلاقة بين الاكتئاب وبعض المشكلات السلوكية**  
حيث قارن عينة من المكتئبين بأخرى سوية من حيث السلوك اللفظي الثنائي وكانت الملامح الأساسية للمكتئبين أنهم الأضعف من حيث المهارات الاجتماعية ، وكان تقدير المكتئبين لأنفسهم سلبيا، كما بلورت الدراسات ووجهات نظر السلوكيين الملامح الأساسية، أيضا للمكتئبين حيث انخفاض التدعيم الإيجابي لهم من قبل الآخرين وخاصة الأسرة مما يكون محصلة ذلك الشعور باليأس وعدم الارتياح مع نقص تقديرهم لقيمة الذات مع شعور المكتئبين بالذنب المختلط بالشعور بالارهاق الشديد ويغلب عليهم أيضا العزلة الاجتماعية والنفسية مع الشكوى المتكررة من الآلام الحسية وانخفاض سلوك الأداء .

ويشير السلوكيين إلى بعض العوامل التي ترتبط بالاكتئاب:

1. الآثار المختلفة لخبرات النجاح والفشل وعلاقتها بتقدير الذات.
2. تحريف الإدراك حيث الشخص المكتئب بعجز عن إدماج الخبرات الناجحة التي تتعارض مع النظرية السلبية تجاه ذاته.

3. تحريف الذاكرة حيث يكثر نسيان (المعلومات الإيجابية لدى الفرد المكتئب والتي ترتبط باللذة والسرور والفرح كما يقل نسيان المعلومات السالبة المرتبطة بالحزن والألم).

4. التوقعات السلبية حيث يغلب على المكتئب مشاعر التشاؤم وتقييم الذات.

فالفكرة الرئيسية عند أصحاب هذه النظرية هي أن الاكتئاب يحدث نتيجة لتشكيلة من العوامل التي تتضمن انخفاض تفاعلات الفرد مع بيئته المؤدية إلى نتائج إيجابية للفرد أو زيارة معدل الخبرات السيئة والتي تكون بمثابة عقاب للفرد.

### 3- التفسيرات البيولوجية للاكتئاب :

حيث نتعرض هنا إلى كل التفسيرات المتعلقة بالجانب الوراثي ، الجانب الكيميائي والجانب الهرموني في علاقتها بظهور الاكتئاب :

1. **العامل الوراثي:** تشير الدراسات الحديثة إلى وجود استعداد وراثي وراء الإصابة بالاكتئاب خاصة الاكتئاب الشديد، ويرى سلاتر (Salater) أن الجين الصبغي الوحيد المسيطر في ظهور الاكتئاب له علاقة بالذهان الاكتئابي، ذهان الهوس الاكتئابي. ( محمد حمدي الحجار، 1984، ص 85)

وفي دراسة لـ **وندر (1986)** بينت نسبة الاكتئاب الأحادي بين الأهل البيولوجيين لـ 27 شخصا أحاديا كانت أعلى 8 مرات من النسبة الموجودة عند الأهل المتبنين ومن الأهل البيولوجيين والمتبنين للأشخاص الأسوياء من المجموعة الضابطة، تبين هذه الدراسات للتوائم والأفراد العاديين مساهمة بيولوجية ملموسة في اضطرابات المزاج.

(هنري شابرول، 1998، ص ص 49-50)

وهناك من يرى أن الظهور المتأخر بعد سن الخمسين لمرض الاكتئاب يعني ضعيف التشعب بالعامل الوراثي. لاحظ أصحاب هذا الاتجاه بأن هناك علاقة بين استعداد الفرد

للإصابة بالاكتئاب، ووجود تاريخ مرضي لدى الوالدين وأحدهما للإصابة به، خاصة إذا كان هناك ظروف بيئية مهيأة لإظهار الاستجابات الاكتئابية وتذهب بعض النظريات الوراثية إلى أن التغيير العاطفي المستمر، وتغير الوظائف الحيوية ومعدلات الاستجابة وأسباب سيكولوجية أخرى ربما ترتبط وراثيا بخبرة الاكتئاب، وقد وجد أنه إذا أصيب أحد التوائم المتشابهة فإن احتمال إصابة التوأم الآخر تصل إلى (40-60%) وتتفاوت النسبة بين الأبناء المصابين بهذا المرض بين (10-13%) ويقال أن طريقة انتقال المرض تنتشر على هيئة مورثات سائدة ذات تأثير غير كامل، لا تمنع من تأثير العوامل البيئية في إظهار الاستعداد الوراثي، ويكثر هذا المرض بين الشخصيات ذوي المزاج الدوري ويتميز المصابون بهذا المرض بتكوين جسمي خاص. (عسكر عبد الله، 1998، ص ص 29-31)

2. **العوامل الكيميائية** : فسر ظهور الاكتئاب عن طريق حدوث تغيرات كيميائية بالمخ، حيث وجد أن نقص الموصلات الكيميائية من نوع مونوامينز (Mono-aminaes) يؤدي إلى نقص التنبيه المخي وضعف الانسجام النفسي والشعور بالاكتئاب واتضحت بالباحثين هذه العلاقة من خلال دراسة العلاقة بين بعض الأدوية لارتفاع ضغط الدم والإصابة بالاكتئاب، فوجد أن من بين بعض المرضى بارتفاع ضغط الدم المعالجين بالأدوية المناسبة لتخفيض الضغط يصابون بالاكتئاب نظرا لأن الأدوية الموصوفة لهم تقلل من الأمينات الدماغية من نوع أحادي أمينز على مستوى المشابك العصبية. (أيمن الحسيني، 1994، ص 32)

وقد بدأ باستخدام العقاقير في علاج الاكتئاب عند اكتشاف عقار مضاد للدرن، وقد لوحظ ان تأثيره في إزالة الكآبة تتناسب طرديا مع حجم الجرعة المستخدمة، مما أدى إلى الاعتقاد بوجود ارتباط بين التغيرات الكيميائية والتغيرات الانفعالية، ويعتقد (زيور) بأن هناك أدلة على هذا الارتباط حيث اتضح أن إفراز الأمينات يزداد تحت ظروف الاثارة النفسية وإن العوامل النفسية والبيئية تتحكم في إفراز النور أدرينالين والأدرينالين ويرى أصحاب هذا الاتجاه بأن الجهاز النفسي بما فيه من بيولوجيا وسوسولوجيا يحمل مظاهر الاكتئاب

والهوس وكليهما ضروريا للحياة البشرية، وقد استطاع علماء العصر الحديث ضبط الميكانيزمات البيوكيميائية وتنظيمها في الجسم عن طريق اكتشاف الأدوية النفسية .

(عسكر عبد الله، 1998، ص ص 22-23)

ويرى كرين (Kraines) أن النتائج العلاجية المستمرة بالأدوية المضادة للاكتئاب والصدمة الكهربائي وأيضا تأثير الأدوية المبددة للأمينات الدماغية مثل أربيين وألفا مثل دوبا، وحاصرات مستقبلات بيتا وغيرها أحسن مؤكد على دور العوامل الكيميائية في حدوث متلازمة الاكتئاب بالإضافة إلى الاضطرابات الهرمونية التي تحدث في الجسم تؤثر على الحالة المزاجية للفرد وفي حالة وجود ورم بأحدى الغدد الصماء (مصدر الهرمونات) قد يظهر على المريض زيادة على الأعراض المعروفة بالاضطراب الهرموني أعراض تدل على الاكتئاب وبالأخص اضطراب المزاج .

#### 4- النظرية المعرفية:

تعتبر من أهم النظريات وأحدثها وقد أسهمت بكثير في تفسير الاكتئاب من خلال تحدى وجهة النظر التي تعتبر الاكتئاب اضطرابا وجدانيا، ولم تولي لأفكار الانسان ومعارفه واعتقاداته في ظهور الاكتئاب، وقد أوضح سيلفانو أريتي (1968) أهمية السيكولوجيا المعرفية كطريقة لفهم المشكلات الإنسانية وهو محلل نفسي أطلق على المجال المعرفي اسم " سندريلا الطب النفسي " ويعني بها أن المجال المعرفي بقي مهملا طيلة عقود من الزمن في الطب النفسي الذي اهتم بالنموذج التحليل والعضوي في فهم الاضطرابات النفسية وعلاجها مثله سندريلا في الأسطورة

ويؤكد الباحث على أهمية الرجوع إلى البناءات المعرفية العامة مثل صورة الذات، الأمل، التوحد، التقمص... لكي نفهم سلوك الكائن الإنساني. (أرون بيك، 2000،

ص 35)

حيث أن سبب متاعبنا النفسية هو تفكيرنا وتأويلنا للمواقف الخارجية وليست المواقف ذاتها، فالحوادث الخارجية ليست هي السبب في السلوك الاكثابي فالإنسان هو المسؤول عن هذا الاضطراب الانفعالي وخلقته في نفسه، فأى موقف خارجي لا يزعج الفرد بل تأويله ونظرته إلى هذا الموقف هي التي تسبب له الازعاج.

#### أ- نظرية آلبرت إيس (ABC)

ترتكز هذه النظرية على الدور الكبير الذي يلعبه المعتقد أو التفكير في المرض النفسي عند الإنسان وبدون تعديل في هذه المكونات المعرفية يستحيل تبديل الاضطراب الانفعالي والسلوكي. (محمد حمدي الحجار، 1984، ص 45)

وتختص هذه النظرية بعدم إهمالها للعوامل البيئية والبيوكيميائية والوراثية في تأثيرها على السلوك الإنساني ولكن تؤكد على أهمية القدرات الكامنة الفطرية الموجودة عند الإنسان والتي تساهم بقسط كبير في تغيير التفكير المسبب للمرض وجعله عبارة عن تفكير سليم وبناء يزخر بالأمل والتفاؤل.

يرى ألبرت إيس أن الأحداث التي تطرأ على البشر تتضمن عوامل خارجية تمثل أسبابا ولكن البشر ليسوا مسيرين كلية وبإمكانهم ان يتجاوزوا جوانب القصور البيولوجية والاجتماعية والتفكير الصعب، ويتصرفوا بأساليب من شأنها أن تغير وتضبط المستقبل وهذا الاعتراف بقدرة الفرد على التحديد في الجانب الحسن لسلوكه الذاتي ولخبراته الانفعالية يعبر عنها في نظريته ABC.

حيث (A) يرمز إلى الحادث أو الخبرة المثيرة أو المنشطة والحرف (B) يعبر عن نظام التفكير لدى الفرد بينما الحرف (C) إلى النتيجة أو الاضطراب الانفعالي مثل مشاعر الرفض والقلق وعدم الأهمية والاكتئاب وعدم الكفاءة وغيرها. (الشناوي محمد محروس، 1994، ص 104)

إذن فالاضطراب النفسي يرجع بالدرجة الأولى إلى أن الفرد يقوم بتحريفات إتجاه الواقع وإلى الحقائق بناء على مقدمات خاطئة وافتراسات مماثلة وتتجم هذه الأوهام عن تعلم خاطئ، حدث للفرد أثناء مراحل نموه المعرفي، والعلاج يتمثل في مساعدة المعالج المريض على كشف مغالطة فكرية وتعلم طرائق بديلة أكثر واقعية لصياغة خبراته. (أرون بيك، 2000، ص 15)

#### ب- نموذج العجز المتعلم (سيلقمان):

ويفترض هذا النموذج أن الأفراد الذين يميلون إلى عزو الأحداث السالبة أو المواقف البغيضة غير المضبوطة إلى عدك كفايتهم وأنها ثابتة (ستبقى مؤثرة عليهم عبر الزمن) وأن مسبباتها لها آثار عامة أو غير محدودة على حياتهم، معرضين للإصابة بالاكنتاب.

( السيد محمود ، منصور الشربيني ، 2008 ، ص 143 )

وحسب (سيلقمان) فإن تجارب الفرد الماضية وخبراته السلبية غير المتحكم فيها (خسارة ، انفصال، مرض، علاقات عاطفية) تؤدي إلى العجز المكتسب وإلى الاقتناع بعدم إمكانية مراقبة الأحداث الإيجابية أو السلبية المتحكمة بالاضطرابات الوجدانية وبتقدير الذات وبدوافع الاكنتاب (1973-1975-1979) يتسم العجز المكتسب بإلقاء السبب غير المناسب دائما على الفرد فينسب الفرد الفشل إلى أسباب داخلية ثابتة ودائمة أو كلية في إمكانية تكرارها من جديد في كل المواقف بينما يعزو أسباب النجاح إلى عوامل خارجية مستقلة عنه وغير ثابتة وعرضية أو خاصة بالأحداث غير المتكررة من جديد. (هنري شابرو، 1998، ص 62)

#### ت- نظرية بيك في تفسير الاكنتاب:

يرى بيك أن الأفكار والمعتقدات تلعب دورا كبيرا في نشأة الاكنتاب حيث يرتكز المضمون الفكري لمرضى الاكنتاب على فكرة فقدان أو وقوع فقدان كبير، فيشعر أنه خسر

شيئا يراه ضروريا لسعادته أو طمأنينته ويتوقع من أي مشروع هام نتائج سلبية ويرى نفسه مفتقدا للصفات التي تؤهله لتحقيق أهداف ذات شأن.

وترى هذه النظرية أن هناك ثلاثة نماذج معرفية أساسية تعمل على أن تكون الاكتئاب هي: نظرة الفرد لذاته ونظرته إلى العالم المحيط ونظرته إلى مستقبله وسمى بيك هذه النماذج بالثالوث المعرفي وربطهم بالحالات المرتبطة بهم وهذه المكونات هي :

• **المكون الأول:** التفكير بصورة سلبية للخبرة حيث يرى أن عالمه الشخصي يتضمن صعوبات كبيرة ولا يستطيع أن يحقق أهدافه في الحياة نتيجة المواقف الضاغطة.

• **المكون الثاني:** النظرة السلبية لذاته ، ويعتبر نفسه منبوذا وعديم الكفاءة، وينزع إلى أن يربط خبراته غير السارة إلى نقص عقلي أو مادي أو خلقي في ذاته، وبذلك فهو يعتبر نفسه غير مرغوب فيه ويرفض نفسه بسبب هذا النقص.

• **المكون الثالث:** النظرة بصورة سلبية لمستقبله، ويعتبر الصعوبات والمعاناة الحالية سوف تستمر ودون نهاية ولا يرى أمامه سوى الإحباط والحرمان والمصاعب.

وقد تم تطبيق منحي "معالجة المعلومات أو تجهيز المعلومات على نموذج بيك، الأمر الذي أدى بدوره إلى توسيع مفاهيم "بيك" وتطورها في فهمنا للعمليات المعرفية الكامنة في الاكتئاب كما يتضح ذلك من التحليل التالي :

أ- يبدو أن الأشخاص المكتئبين يتصفون بأن لديهم شبكات ترابطية قوية ونشطة تعمل على ربط الذكريات المتعلقة بالاكتئاب مع بعضها البعض، وتحتل أن تكون شبكة الاكتئاب قد تكونت لدى الفرد حينما تعرض لخبرات مبكرة متعلقة بالاكتئاب، أدت بدورها إلى إرساء هذه الشبكة وحفظها في الذاكرة .

ب- يحتمل أن يميل الأشخاص المكتئبون، بسبب ما لديهم من شبكات اكتئابية نشيطة، إلى أن يكونوا أكثر انتباها إلى العوامل الباعثة على الاكتئاب من حولهم ومن ثم فإنهم وفقا

لنموذج معالجة المعلومات يستخدمون آليات الانتباه الانتقائي في استجاباتهم للمنبهات المختلفة ومن ثم يركزون على المعلومات الباعثة على الاكتئاب التي ترد إلى الذاكرة الحسية وترسل بدورها إلى الذاكرة لتقوية الشبكة الاكتئابية ودعمها. ( فضل شعبان محمد ، 2008، ص 23)

أما عن محتوى الأفراد المكتئبون فهو يتضمن تفسير شعورهم بالحزن لاعتقادهم بأنهم حرموا من شيء هام جدا بالنسبة لهم وأن هذا الفقدان المدرك يتضمن تهديدا لهم ولتقديرهم لذواتهم، إضافة إلى أنهم مقتنعون بأنهم مسؤولون عن هذا الفقدان وهذه الاتجاهات المضطربة تجعلهم يفترضون أنهم عديمو القيمة و قليلوا الحيلة وأن مجهوداتهم سيكتب لها الفشل فهم يشوهون أي خبرة بما في ذلك الخبرات الإيجابية لكي تتناسب مع معتقداتهم العامة فهم لا يستطيعون التعلم من خبراتهم وأن يقاوموا هذه المعتقدات لأن إدراكهم الأول لهذه الخبرات مشوه وغير واقعي. (إبراهيم زيزي السيد، 2006، ص 71)

ويرى بيك أن تفكير الفرد الذي يحمل استعدادا للاكتئاب ينمو منذ الطفولة المبكرة من خلال الخبرات الشخصية للفرد وإدراك اتجاهات الآخرين نحوه، بالإضافة إلى عوامل وراثية فإذا طور الفرد تصورا معينا فإن هذا التصور يؤثر على تشكل التصورات الأخرى اللاحقة وعندما يستمر التصور لفترة زمنية طويلة ينتج عن ذلك بنية معرفية أو مخطط ويتم تنشيط مخطط معين، يكون كامنا في الأصل، من خلال ظروف معينة وعليه فإن الموقف الذي يشبه الحدث الأساسي القديم الذي كان مسؤولا عن رسوخ التصور السلبي سوف يثير الاكتئاب. (<http://de.geocities.com/psychoarab/beck>)

أما أنور "محمد الشرقاوي" يعتبر الأساليب المعرفية الطريقة الأكثر تفضيلا لدى الفرد في تنظيم ما يمارسه من نشاط معرفي ، وتتمثل هذه الأساليب في ما يلي :

1- الاعتماد في مقابل الاستقلال عن المجال الإدراكي: يتمثل في قدرة الفرد على الإدراك التحليلي فالفرد الذي يتميز باعتماده على المجال في الإدراك يخضع إدراكه للتنظيم الشامل

"الكلي" للمجال أو لجزء من المجال فإن إدراكه لها يكون مبهما في حين يدرك الفرد الذي يتميز بالاستقلال عن المجال الإدراكي أجزاء المجال في صورة منفصلة أو مستقلة عن الأرضية المنضمة لها .

2- التبسيط المعرفي في مجال التعقيد المعرفي: يرتبط هذا الأسلوب بالفروق بين الأفراد وميلهم لتفسير ما يحيط بهم من مدركات فالفرد الذي يميل إلى التعقيد المعرفي له قدرة على التعامل مع الأبعاد المتعددة المواقف بصورة تحليلية.

3- المخاطرة في مقابل الحذر: يركز هذا الأسلوب على مخاطرة الفرد أو حذره في اتخاذ القرارات فالأفراد الذين يميلون إلى المخاطرة يستطيعون مواجهة المواقف الجديدة ذات النتائج المتميز غير المتوقعة عكس الأفراد الذين يميلون إلى الحذر فإنهم لا يستطيعون بسهولة مواجهة المواقف التي تحتاج إلى المخاطرة.

4- الاندفاع في مقابل التأمل: يرتبط هذا الأسلوب بسرعة الأفراد في الاستجابة مع التعرض للمخاطر فعادة تكون استجابات المنقطعين غير صحيحة لعدم دقة تناول البدائل المؤدية لكل موقف بينما يتميز الأفراد الذين يميلون إلى التأمل بفحص المعطيات الموجودة في الموقف ويتناول البدائل بعناية والتحقق منها .

5- تحمل الغموض أو الخبرات غير الواقعية: يرتبط هذا الأسلوب بمستوى قدرة الأفراد على تقبل الوقائع غير المألوفة

6- التمايز التصوري: يرتبط هذا الأسلوب في تصنيف أبعاد التشابه والاختلاف لمدركات المثيرات التي يتعرضون لها.

7- البؤرة في مقابل الفحص: يتمثل هذا الأسلوب في قدرة الأفراد على تركيز الانتباه لعناصر المجال المثيرة المتواجدة في المحيط.

8- الانطلاق في مقابل التقيد: يرتبط هذا الأسلوب في ميل الأفراد إلى تصنيف المثيرات ومواقف الحياة التي يتعرضون لها .

9- الضبط المرن في مقابل الضبط المقيد: يتمثل هذا الأسلوب في مدى تأثر الأفراد بمشتتات الانتباه وبالتداخلات والتناقضات المعرفية في المواقف التي يتعرضون لها.

(أنور محمد الشرقاوي، 1992، ص 50)

### 5- نظرية الذات :

ويرى أصحاب هذه النظرية أن المريض بالاكنتاب يعاني من وجود فكرة عن نفسه ، يشعر معها بالضيق، وهذه الفكرة أكثر مما تحتمله ذاته، فيحاول جاهدا إتخاذ عدة سبل والقيام بأوجه نشاط ليثبت لنفسه أنه أحسن مما يشعر، وكثيرا ما ينجح في ذلك ، ويستمر هروبه من مواجهة نفسه وبذلك يجرد من سلاحه الذي كان يواجه به شعوره بالنقص والضعف فيعتريه الاكنتاب، فإذا ما مرت مرحلة الاكنتاب عاوده نشاطه ليمر بمرحلة هوس، تتمثل في نشاط زائد ليقنع نفسه بأنه ليس كما يحس وكما يشعر وهكذا تتناوب مراحل الهوس والاكنتاب والأساس فيها انحطاط فكرة المرء عن نفسه وعجزه عن مواجهة ذلك .

( غانم محمد حسن، 2006، ص 113 )

### 6- نظرية التعلم الاجتماعي :

يعتبر النموذج الاجتماعي الذي قدمه براون (Brawn) أن أحداث الحياة المقيتة وصعوباتها تعد من العوامل المثيرة للاكنتاب كما يعد المنشأ الاجتماعي ( الانتماء للطبقات المحرومة اجتماعيا) أيضا من العوامل المثيرة للاكنتاب التي تتفاعل مع عوامل الاستعداد المسبق والعوامل التي تشكل العرض ( وهي الخبرات المبكرة من فقدان والسن)، حيث يقود التفاعل إلى نوع من التقييم الذاتي على هيئة نقص مشاعر القيمة الذاتية واليأس وفقدان الأمل

ونقص محاولات المواجهة الأمر الذي يقود بدوره إلى الاكتئاب . (رضوان سامر، 1999، ص 5)

وتتمثل المساهمات الرئيسية في تفسير الاكتئاب وفق نظرية التعلم الاجتماعي في مجموعة من النقاط :

- يؤدي الشعور بالاكتئاب إلى خفض مستوى الطاقة والنشاط وبذلك تقل مصادر التدعيم.
- يؤدي إنخفاض مستوى فعالية التدعيم بدوره إلى خفض النشاط تدريجياً.
- تتوقف نسبة التدعيم الإيجابي على ثلاثة مصادر رئيسية وهي:
  - التدييمات الممكنة انطلاقاً من خصائص شخصية الفرد مثل: العمل، مستوى الجاذبية والانتمااءات.
  - التدييمات التي يمكن أن تتاح للفرد انطلاقاً من البيئة كأن ينشأ في أسرة غنية بدلاً من أن ينشأ في بيئة فقيرة.
  - التدييمات الناتجة عن الرصيد السلوكي بما في ذلك المهارات الاجتماعية والمهنية، فالشخص المتقن لمهارات عديدة في مجال التفاعل الاجتماعي يحقق رضا يكون أقل عرضة للاكتئاب.

إن وجهة النظر التي تبنتها نظرية التعلم الاجتماعي (الاكتساب) تختلف نسبياً عما تبنته نظرية التحليل النفسي، ومع ذلك هناك تشابه في تفسير كل منهما للاكتئاب، فوجهة النظر الفرويدية ترى أن الاكتئاب ما هو إلا نتيجة مباشرة لفقدان الحب في المراحل المبكرة من العمر، والتي يمكن صياغتها وفق نظرية التعلم، بأن افتقاد مصادر الدعم والاهتمام بسبب فقدان موضوع الحب من شأنه أن يحرم الشخص من مجموعة مصادر هائلة للدعم

النفسي، ما يجعله مستهدف لليأس والاكتئاب ويعرضه كذلك للألم المستمر الذي يكفي إلى خلق اليأس .

لقد كان لنظرية التعلم الاجتماعي أهمية بالغة في تبلور جانبيين رئيسيين من جوانب فهم الاكتئاب من الناحية التشخيصية والعلاجية فمن خلال ذلك بدأت الأبحاث تتوجه إلى دراسة ما يسمى بالضغوط الاجتماعية والنفسية باعتبارها من العوامل الرئيسية المساهمة في اكتساب السلوك الاكتئابي . ( السقا صباح ،2006، ص 3)

نلاحظ مما سبق أن كل نظرية حاولت تفسير الاكتئاب من زاوية خاصة وفقا للأساس الذي اعتمدت عليه في بناء فكرتها، حيث ركزت كل واحدة منها على جانب من جوانب حياة الإنسان وربطت بينه وبين الاكتئاب، ومع أن التفسيرات التي أوردتها كل نظرية تعين في تقديم فهم جزئي لهذا الاضطراب إلا أنه لا يعتبر الاعتماد على إحداها كافيا لمعرفة حقيقة هذا المرض والأسباب الكامنة وراءه، فمن غير الممكن فصل جوانب حياة الانسان عن بعضها البعض، وتأثير النواحي البيولوجية أو الوراثية فيه لا يستقل عن التأثير الاجتماعي أو النفسي، وبالتالي فإن من الضروري عند محاولة معرفة الاكتئاب وأسبابه وعلاجه والاهتمام بكل وجهات النظر السابقة من أجل الحصول على فهم متجانس يساعد في تقديم خدمة أفضل للمصابين به.

#### 4- تصنيف الاكتئاب :

توجد الكثير من التصنيفات المختلفة للاكتئاب، ويرجع هذا التباين إلى اختلاف الخلفيات والتوجهات النظرية للعلماء فهناك :

#### 1.3.1. التصنيف الدولي العاشر ICD:

صدر هذا عن منظمة الصحة العالمية وقد قسم الاكتئاب إلى عدة أنواع :

أ- انتكاسة إكتئاب (شديدة أو بسيطة):

وهي حالات الاكتئاب الشائعة متفاوتة الحدة وقد قسمت إلى بسيطة وشديدة والبسيطة عادة ما لا تؤثر على أداء الإنسان لوظائفه اليومية بشكل واضح ، ولكن الشديدة تؤدي إلى توقف الفرد عن مزاوله أعماله اليومية سواء عمل أو دراسة ..الخ وتتأثر صحته وسلوكه بشكل كبير .

ب- اضطراب مزاجي مزدوج القطب:

ت- اكتئاب متكرر (بسيط، متوسط، شديد): نجد تكرار للاكتئاب على فترات متباعدة قد تصل إلى 5 سنوات أو أكثر وقد يكون إما شديداً أو بسيطاً في كل مرة وقد يتكرر بلا سبب واضح أو بسبب بسيط.

ث- اضطرابات مزاجية طويلة الأمد (اضطراب مزاجي دوري، تكدر المزاج): وهذه من المشاكل التي قد يصعب تمييزها من قبل المريض نفسه، أو من حوله وقد تعد جزءاً من شخصيته ففي اضطراب المزاج الدوري يتأرجح المريض بين الاكتئاب البسيط أو تكدر المزاج ثم ارتفاع المزاج مما يصل إلى الزهو أما تكدر المزاج فهو درجة بسيطة من الاكتئاب ولكنه طويل الأمد.

ج- تشمل الأشكال الأخرى للاكتئاب سواء غير النموذجية أو المصاحبة لأمراض أخرى كالقصور: والاكتئاب غير النموذجي يختلف عن الاكتئاب بأنه يكون مصحوب بزيادة النوم والأكل والوزن ويتوافق مع الكسل والقلق أحياناً وغالباً ما

يلاحظ في النساء، أما الاكتئاب المصاحب للقصور العقلي فهو من أشكال الاكتئاب الهامة التي تتزامن مع أعراض القصور أو تسبقها أو تتبعها.

( وليد سرحان وآخرون، 2001 ، ص ص 40-42)

ويصنف القريطي (1998) الاكتئاب في ضوء الشدة إلى:

أ- **نوبة اكتئاب طفيفة أو خفيفة الشدة:** وهي أقرب إلى عسر المزاج ويكون المزاج الاكتئابي أو متلازمة الاكتئاب فيها أمرا مؤكدا حيث يشعر المرء بالهم وفقدان الاهتمام، كما ينتابه الإحساس بالتعب وغالبا ما يكون المريض قادرا على مجابهة مطالب الحياة اليومية، وممارسة معظم نشاطاته ولكن بصعوبة يلاحظ في هذه النوبة غياب سمات الهياج والأوهام والأفكار الانتحارية كما يلاحظ أنها قد تنشأ لظروف واقعية عارضة أو لظروف نسبية غالبا ما تزول آثارها دون خدمة طبية نفسية متخصصة.

ب- **نوبة اكتئابية متوسطة الشدة:** وتؤدي إلى اضطراب الروتين اليومي للمريض، وصعوبة قيامه بالأداء الاجتماعي والمهني، لكنها لا تعجزه تماما ويلاحظ في هذه النوبة وجود تعطل وأفكار خاصة بعدم الكفاءة والفاعلية وأفكار أخرى ذات مضمون اكتئابي وبعض الهياج مع عدم وجود أوهام، ومن الضروري لتشخيصها إضافة ما سبق عند استمرارها لمدة أسبوعين على الأقل.

ت- **نوبة اكتئابية شديدة بدون أعراض ذهانية:** وتكون مصحوبة بهياج ملحوظ وأوهام اكتئابية وأفكار أو خطط أو محاولات انتحارية وكذلك باضطراب الأداء أو تعطله تماما، ويستخدم في تشخيصها أيضا ضرورة استمرارها لدى المرء لمدة أسبوعين على الأقل.

ث- **نوبة اكتئابية حادة مع أعراض ذهانية:** ويطلق عليها أيضا اكتئاب ذهاني، وذهاني اكتئابي تفاعلي وهي مثل النوبة السابقة إلا أنها تتضمن أطوارا حادة وذهانية، وضلالات وهلاوس، قد يتطور إلى حالة من السبات، وعلامات أخرى تنذر بتهديد حياة المريض، من بينها الاضراب عن الطعام، وهياج يصعب السيطرة عليه أو أعمال اندفاعية انتحارية وهو ما يطلق عليه بالسوداوية الفجائية. (القريطي عبد المطلب، 1998، ص 393)

أما زهران (1997) فيصنف الاكتئاب إلى أنواع كثيرة ومتباينة هي:

أ- **الاكتئاب الحفيف:** هذا النوع هو أبسط صور الاكتئاب والمريض به لا يشارك في أي نشاط لاعتقاد بأنه غير جدير بالحياة ويتكلم بصوت منخفض وهو غير مهتم بشيء ومرضى

الاكتئاب الخفيف يستطيعون القيام بأعمالهم اليومية المعتادة ولكن بكفاءة وفاعلية أقل، ويبدو المريض في شكل شعور بالإجهاد وثبوت الهمة وعدم الشعور بلذة الحياة. ( عبد الحميد محمد الشاذلي، 1998، ص 133)

ب- **الاكتئاب البسيط**: يتشابه هذا النوع مع النوع الأول خاصة من حيث الأسباب المؤدية لحدوثه وهو يختلف معه من حيث الأعراض، حيث يفضل المريض البقاء وحيدا بعيدا عن الناس وكثيرا ما يجلس ساكن. ( عبد الرحمن العيسوي، 1994، ص 110)

ت- **الاكتئاب المزمن**: وهو دائم وليس في مناسبة فقط.

ث- **الاكتئاب التفاعلي (الموقفي)**: وهو قصير المدى يحدث كرد فعل لحدوث الأزمات والكوارث، كخسارة مادية أو فقد عزيز أو التعرض لكوارث طبيعية كالزلازل، ومن الممكن شفاؤه ولا يعود للظهور إلا بعودة الموقف الذي سبب الاكتئاب.

ج- **الاكتئاب الشرطي**: يرجع مصدره إلى خبرة مؤلمة، تعود إلى ظهور وضع أو موقف مشابه.

ح- **الاكتئاب التفاعلي**: ويتميز هذا النوع بأنه مثل أي عصاب ليس سوى دفاعا (ميكانيزم) للتخلص من جرعة زائدة من القلق غير محدد المعالم، وهذا القلق يحمل معه التهديد بالإحباط فيقوم الاكتئاب بإزالة هذا التهديد.

خ- **اكتئاب سن القعود**: يحدث هذا في سن اليأس أو الانتكاس في المرأة بعد انقطاع الدورة الشهرية في حوالي 45 سنة، وفي الرجل مع بدأ حدوث الضعف الجنسي وضعف الجسم أو بعد التقاعد إذ يكون الشخص عادة ذا بنية نفسية مؤهلة لهذه الإصابة، صاحبها شخص حساس دقيق، قليل الأصدقاء، نشيط في عمله يشعر بالواجب والمسؤولية، شديد الكبت مع بعض النقص في النشاط الجنسي. ( سعيد حافظ يعقوب، 1984، ص 48)

د- **الاكتئاب التبريري العدمي**: ويتميز بنوع من اليأس المستسلم ويتم التوازن النفسي من خلال اليقين الضلالي أي أنه لا فائدة في أي شيء والكل باطل والعدم هو الحقيقة الوحيدة.

ذ- **الاكتئاب الراكد المذنب**: وفي هذا النوع تكاد الحياة تتوقف في عجز كامل نتيجة لشعور معطل بذنب لن يغتفر وهذا الشعور قد يظهر في صورة أعراض تتحدث عنه.

ر- **الاكتئاب التعودي الطبيعي**: وفي هذا النوع يعود المريض على مشاعر الاكتئاب حتى تصبح عادة من عاداته أو سمة من سماته أو طبعا ثانيا لتصرفاته.

ويمكن تصنيف الاكتئاب بنظرة مزدوجة شاملة إلى:

**أولا: الاكتئاب العادي والاكلينيكي الفرعي:**

أ- **الاكتئاب العادي**: يشير إلى تقلبات المزاج التي يخبرها كل فرد ويعبر عنها عادة بمشاعر الحزن ويطلق عليه الباحثون الاكتئاب الاستجابي وهو رد فعل لمثير ما وهو قصير المدى .

ب- **الاكتئاب الاكلينيكي الفرعي** : هو شكل أكثر شدة من العادي ولا يمكن أن يحدث أكثر من أربعة أعراض من الأعراض التالية:

- المزاج الحزين أغلب اليوم، والسعادة في كل شيء في أغلب الوقت.
- انخفاض ملحوظ في الاهتمام .
- زيادة أو نقص ملحوظ في الوزن.
- أرق أو أرق مفرط.
- الهبوط أو التهيج النفسي حركي تقريبا كل يوم.
- الإرهاق أو التعب أو نقص الطاقة تقريبا كل يوم.

- مشاعر عدم القيمة والشعور المفرط غير الملائم بالذنب.
- ضعف القدرة على التفكير أو التركيز.
- تجدد الأفكار عن الموت أو محاولة الانتحار.

( عبد الله محمد قاسم ،2004، ص ص 67-69 )

ت-**الاكتئاب الاكلينيكي**: وهو أكثر شدة إلى حدة يتطلب التدخل والعلاج، ولا بد أن تتوافر في الاكتئاب الاكلينيكي خمسة أعراض على الأقل من الأعراض السابقة على أن تستمر تلك الأعراض لمدة أسبوعين على الأقل. ( جبل فوزي محمد ، 2000 ، ص 55 )

#### ثانيا: الاكتئاب أحادي القطبية والاكتئاب ثنائي القطبية:

أ- **الاضطراب أحادي القطبية** : يتسم بوجود نوبة اكتئاب جسمية واحدة ولا وجود لنوبات هوس إطلاقاً، أو نوبات مختلطة، أو هوس خفيف، وليس سببها فصام وجداني، وليست حالة تالية لفصام، أو اضطراب فصامي الشكل ، أو اضطراب ذهاني غير مصنف في مكان آخر وبشرط أن تستمر لمدة أسبوعين على الأقل، وتتضمن خمسة أعراض على الأعراض من الأعراض التسعة المذكورة . ( حمودة عبد الرحمن ،1991، ص 317 )

ويطلق على الاضطراب الاكتئابي أحادي القطبية نوبة الاكتئاب عظمى، بشرط ألا تتضمن أعراضه أعراض أخرى مثل الهوس والهلاوس. وأحد الأشكال المتضمنة داخل الاكتئاب أحادي القطب هو الديسثيميا (dysethymia) أو عسر المزاج وهنا يبدو المريض إنساناً عادياً يمارس كل نشاطات حياته المختلفة، ولكنه يشعر بعدم السعادة وفتور وعدم الحماس ولكنه يدفع نفسه دفعا لممارسة الحياة وتحمل المسؤولية وتنتابه موجات حزن لا يرى لها سببا وتستمر شهورا ثم تمر ويسترد قواه ثم تعاود الظهور بعد شهرين آخرين.

## ب-الاكتئاب ثنائي القطب :

وهو حالة من الاكتئاب عكس الأول حيث يتسم بحدوث نوبة أو أكثر من الهوس مع نوبة إكتئاب جسيمة واحدة أو أكثر حيث يتناوب الاكتئاب مع نوبات المرح، والنشاط الزائد، مع وجود نفس أعراض الاكتئاب الجسيم ولكن يعقبها فترة زمنية يعود فيها المريض إلى حالته الطبيعية تماما ، شهر أو سنة أو عدة سنوات، يصاب بنوبة مرح حادة أو تحت الحاد ثم يعود لحالته الطبيعية ثم تعاوده نوبة اكتئاب أو نوبة مرح وهكذا. ( الميلادي عبد المنعم ،2004 ، ص ص 76-78 )

## ثالثا: الاكتئاب العصبي والذهاني :

يمكن التمييز بين هذين النوعين من الاكتئاب في النقاط التالية:

أ- مستوى الاكتئاب.

ب-درجة الاتصال بواقع الحياة.

ت-التقييم الذاتي.

ث- مدى النشاط العضوي والعقلي.

ج- الاستعداد للانتحار . ( عبد الفتاح محمد دويدار ،1991 ، ص 416 )

## رابعا : الاكتئاب داخلي المنشأ وخارجي المنشأ:

ويقوم التمييز بينهما على افتراضات خاصة للأسباب الرئيسية للاضطرابات الاكتئابية.

أ- اكتئاب داخلي المنشأ: هو الذي يحدث دون أسباب خارجية واضحة ويعتبر أشد خطرا من الخارجي حيث تلعب العوامل الوراثية دورا هاما في ظهوره.

ب- اكتئاب خارجي المنشأ: ويسمى بالاكتئاب النفسي المنشأ والذي تسببه عوامل بيئية ضاغطة.

## 5- أعراض الاكتئاب :

يفصح الاكتئاب عن نفسه بمظاهره المتمثلة في مجموعة من الأعراض المترابطة فيما بينها أو المترابطة، بعض هذه الأعراض عضوي، وبعضها ذهني ومزاجي والبعض المتبقي هو اجتماعي عند التقاء هذه الأعراض كلها أو بعضها تتشكل الزملة الاكتئابية التي تتضمن جوانب من السلوك والأفكار ومعارف الفرد ومشاعره التي تساعد في النهاية على وصف السلوك الاكتئابي وتشخيصه ويمكن تفصيل هذه الزملة من الأعراض على النحو التالي:

أولاً: حسب عبد الستار إبراهيم (1998) يقسم الأعراض إلى:

### 1. الانهباط والكدر:

ونقصد هنا سيطرة مشاعر الاستياء والكدر وعدم البهجة ومن ثم نجد أن المكتئب عادة ما يبدو حزينا ومغموماً ويأساً من حياته التي تبدو له في الغالب خالية من المعنى والقيمة، وقد بينت البحوث أن المكتئبين يصفون أنفسهم على اختيارات الشخصية بالفشل، ويسمون سلوكهم وشخصياتهم بالنقص خاصة في المجالات التي تمثل لهم قيمة حيوية كالعمل، أي أنه يرى نفسه فاشلاً في عمله بالرغم من أنه ليس كذلك. (إبراهيم عبد الستار، 1998، ص 20)

### 2. ضعف مستوى النشاط الحركي والخمول :

يمكن التعرف على المكتئب من هيئته، يكون خاملاً، تنخفض ردود أفعاله إلى الحد الأدنى، يقلص من حركاته بحيث يتسبب أي فعل في إرهاقه. (بيار داکو ، 1988، ص

75) حيث يشعر المكتئب بتثاقل الأعباء عليه ويبقى حاملا طوال اليوم ولا يؤدي أي نشاط إيجابي.

### 3. الشعور بتثاقل الأعباء:

يشعر المكتئبين بأنهم غير مسؤولين عن اكتئابهم ومن ثم تتزايد شكاوهم من أن الآخرين يحملونهم ما لا طاقة لهم به وتجدهم يلومون الظروف الخارجية والضغط الموضوع عليهم وذلك كالموظف الذي يشكو من كثرة الأعمال ومن كثرة ما يحمله رؤسائهم له من واجبات.

### 4. الشكاوى الجسمية والآلام العضوية:

غالبا ما يكون الاكتئاب مقنعا في شكل شكاوي دالة على سرعة التعب والارهاق، فضلا عن أوجاع الرأس، ارتفاع ضغط الدم، وآلام في الرقبة والظهر وكل أنحاء الجسم دون أن يكون هناك سببا عضويا واضحا، ومن هذه الشكاوي الجسمية نجد:

- اضطرابات النوم أو ما يعرف بالأرق ويشمل كل الاضطرابات التي تمس النوم بما فيها الاستيقاظ المبكر، عدم القدرة على مواصلة النوم، النوم المتقطع أو صعوبة الاستيقاظ في الصباح.

- اضطرابات الشهية بما فيها فقدان الشهية، وعدم التلذذ بالأكل وفقدان الوزن والنحافة، بالإضافة إلى الإفراط في الأكل ويترتب عنه زيادة في الوزن

- الصداع وآلام المعدة وتقلصاتهما.

## 5. توتر العلاقات الاجتماعية:

هناك صعوبة واضحة لدى المكتئب في التعامل والاحتكاك بالآخرين، وعدم الرضا عن علاقاته الاجتماعية كالعلاقة بالزملاء، أو يشعر بأنه وحيد ويفتقد حب الآخرين ودعمهم ومع ذلك نجده يميل للانسحاب وعدم بذل الجهد الإيجابي لتأكيد الروابط الاجتماعية المهمة.

## 6. الإدراك السلبي للبيئة والتفكير الانهزامي:

لا يمكن عزل الاكتئاب عن الطريقة التي يفكر بها الشخص، ويدرك من خلالها الأمور، وعما يحمله من آراء ومعتقدات عن نفسه وعن الأحداث الخارجية التي تمر به، فالشخص المكتئب يميل إلى وصف الذات بالتفاهة والنقص والعجز.

ويمثل الإدراك السلبي للمواقف والأحداث الخارجية عرضاً آخر من أعراض الاكتئاب حيث نجد المكتئب يرى المستقبل قاتماً وملئاً بالصعوبات والكوارث.

**ثانياً: تصنيف بيك:** حيث صنف أعراض الاكتئاب إلى:

أ- المظاهر الانفعالية.

ب- المظاهر المعرفية.

ت- المظاهر المتعلقة بالدوافع.

ث- المظاهر الجسمية.

**ثالثاً:** تصنيف الدليل الشخصي الأساسي الثالث:

هذا التصنيف أعدته رابطة الأطباء النفسانيين بالولايات المتحدة الأمريكية، حيث جعلت الاكتئاب مصنفاً إلى ثمانية أعراض و تعتبر الأعراض في الاكتئاب النفسي العصبي

والذهاني واحدة وتتراوح بين الدرجة المعتدلة والدرجة القاتلة وهناك مجموعة من الأعراض يمكن تصنيفها إلى:

## 1- الأعراض الجسمية:

كالانقباض في الصدر والشعور بالضيق، فقدان الشهية ورفض الطعام لشعور بعدم استحقاقه له أو لرغبته في الموت، نقصان الوزن والإمساك، الصداع والتعب لأقل مجهود، آلام في الجسم خاصة في الظهر، ضعف النشاط العام، التأخر النفسي الحركي والبطيء والرتابة الحركية، وتأخر زمن الرجوع، توهم المرض والانشغال على الصحة واضطرابات النوم واضطرابات الدورة الشهرية ، الكآبة على المظهر الخارجي ،وتظهر لدى المكتتب ملامح الحزن حيث يظهر الإرهاق في العينين و لا يستطيع رفع عينه ويبدو كأن المريض غير قادر على رفع فكه، يصبح المكتتب مقوس أو منحني الظهر لا يستطيع تحريك يديه بسبب الشعور بالتعب والانهاك لأدنى عمل يقوم به يتكلم بصوت منخفض ويكون كلامه متقطع.

( محمد عادل عبد الله، 2004، ص 251 )

## 2- الأعراض النفسية:

ونلخصها في: اليأس واليأس وهبوط الروح المعنوية والحزن الذي لا يتناسب مع سببه، وانحراف المزاج وتقلبه وعدم القدرة على ضبط النفس وضعف الثقة في النفس والشعور بعدم الكفاية وعدم القيمة والتفاهة، القلق، التوتر، الأرق، فتور الانفعال والانطواء، الانسحاب الوحدة والانعزال، السكون، الصمت، الشرود حتى الذهول، التشاؤم، خيبة الأمل والنظرة السوداء للحياة والأفكار السوداء والاعتقاد بأنه لا أمل في الشفاء ، الانخراط في البكاء أحياناً، التبرم بأوضاع الحياة وعدم القدرة على الاستمتاع بمباهجها، اللامبالاة، النقص في الميول والاهتمامات والدافعية، إهمال النظافة والمظهر الشخصي ، بطء التفكير و الاستجابة وصعوبة التركيز والتردد و بطء وقلة التفكير و الاستجابة وصعوبة التركيز والتردد

وبطء وقلة الكلام و انخفاض الصوت والشعور بالذنب واتهام الذات، وتصيد أخطاءها وتضخيمها، الأفكار الانتحارية مع محاولات جادة. (الفت حقي ، 1995، ص 23)

وقد يمر الانسان بحالة من هبوط المعنويات ويعيش لحظات حزن أو ضيق لسبب أو لآخر هذا الشعور يطلق عليه بالإحساس بالاكنتاب وهو شعور يقدم لنفسه كحالة من عدم الارتياح والميل إلى التشاؤم وهو شعور ينتاب الانسان من وقت إلى آخر نتيجة لأحداث الحياة وهموم المعيشة أو نتيجة لظروف عائلية أو اجتماعية طارئة.

(الميلادي عبد المنعم، 2004 ، ص ص 20-21)

### 3- الأعراض العامة :

ومن أهم الأعراض العامة للاكتئاب نقص الإنتاج عن ذي قبل والشعور بالفشل وعدم التمتع بالحياة كما كان الحال من قبل سوء التوافق الاجتماعي.

(رمضان محمد القذافي، 1998، ص ص 166-167)

### 6-أسباب الاكنتاب :

الاكتئاب شأنه شأن باقي الأمراض النفسية والعضوية في أن له جذورا وعوامل أدت إلى حدوثه، وللاكتئاب ثلاثة مصادر هي العوامل البيولوجية وهي تشمل كل ما يتعلق بالاستعدادات العضوية والتي من أهمها: الوراثة، الجوانب المتعلقة ببناء الجهاز العصبي ووظائفه، التغيرات الكيميائية الحيوية.

والمصدر الآخر فهو يتعلق بالتعلم الاجتماعي وما يؤدي إليه من اكتساب أنماط شخصية خاصة فيفضل التعلم وأنماط الشخصية تكتسب الاستعدادات العضوية مذاقها المرضي أو الصحي .

أما المصدر الثالث من العوامل فتتعلق بالضغط أو الأزمات البيئية أي العوامل الاجتماعية التي يترتب عليها الإحساس بالمعاناة أو اكتساب اليأس فالأزمات البيئية كالكوارث والأمراض المستعصية والطلاق والهجرة والانفصال عن الأحبة تعتبر ذات أهمية بالغة في زيادة الاكتئاب. (عبد الستار إبراهيم، 1998، ص ص 79-80)

وفي دراسة أخرى يرجع الميلادي أسباب الاكتئاب إلى ثلاثة عوامل أساسية:

(الميلادي عبد المنعم ، 2004، ص 65)

### 1. الأسباب البيولوجية :

لقد ثبت أن حدوث خلل في المثيرات العصبية (المواد الكيميائية ) بالجهاز العصبي التي تقوم بنقل الإشارة العصبية من خلية عصبية إلى أخرى هذا الخلل هو المسؤول عن الإصابة بالاكتئاب ووجد أن هناك خلايا في افراز بعض الهرمونات في مرض الاكتئاب فيؤدي هذا الاختلال إلى اضطراب الخلايا العصبية التي تحتوي على المشيرات الكيميائية.

### 2. العوامل الوراثية :

إن العوامل الوراثية تلعب دورا مؤثرا في الإصابة بالاضطرابات الوجدانية وتشير هذه الدراسات إلى وجود عوامل الجينات الوراثية لها دور هام في الإصابة بالاكتئاب وقد وجد أن حوالي (50%) من حالات الاضطراب الوجداني (ثنائي القطب) يكون فيها أحد الوالدين مصابا بالمرض النفسي، فإذا كان الأب أم الأم مصابا بهذا المرض فإن طفلهما يكون عرضة للإصابة بنسبة (25%-30%) أما إذا كان الوالدان مصابان بالمرض نفسه فإن نسبة إصابة طفلهما ترتفع إلى (60%).

### 3. ضغوط الحياة والعوامل النفسية :

أثبتت الدراسات والمشاهدات الاكلينيكية ان هناك أحداثا ضاغطة تسبق حدوث أول نوبة للاضطراب الوجدان أكثر من النوبات التالية وربما كان الاحتمال في كون الضغوط التي صاحبت النوبة الأولى قد أحدثت تغيرات مستمدة في الناحية البيولوجية للمخ وقد تشتمل هذه التغيرات فقدان بعض الخلايا العصبية وتغير المثيرات الكيميائية .

لذا يصبح المريض أكثر عرضة لنوبات أخرى من الاكتئاب وقد اختلف العلماء على مدى تأثير ضغوط الحياة وظروفها فالبعض يرى أنها تلعب دورا رئيسيا والبعض الآخر يرى أن لها دورا محددًا في حدوث المرض . (عكاشة أحمد ، 1998 ، ص 413)

وقد ركز زهران (1997) على الأسباب النفسية للاكتئاب ويعتبر أن العوامل الوراثية المهياة تلك دورها ضئيل في حدوث الاكتئاب والأسباب النفسية هي :

- التوتر الانفعالي والظروف المحزنة والخبرات الأليمة والكوارث القاسية مثل: موت عزيز والانهازم أمام هذه الشدائد.

- الحرمان ( ويكون الاكتئاب استجابة لذلك وفقد الحب والمساندة العاطفية وفقد حبيب أو فقد وظيفة حيوية والفقر الشديد .

- الصراعات اللاشعورية.

- الإحباط والشعور وخيبة الأمل، الكبت، القلق.

- ضعف الأنا الاعلى واتهام الذات الشعور بالذنب الذي لا يغتفر بالنسبة لسلوك سابق والعنوسة و سن اليأس وتدهور الكفاية الجنسية والشيخوخة والتقاعد.

- الخبرات الصادمة والتفسير الخاطئ غير الواقعي للخبرات.

- التربية الخاطئة (التفرقة في المعاملة والتسلط والإهمال... الخ)

- عدم التطابق بين مفهوم الذات الواقعي أو المدرك وبين مفهوم الذات المثالي.
- سوء التوافق ويكون الاكتئاب شكلا من أشكال الانسحاب، ووجود الكره أو العدوان المكبوت ولا يسمح الأنا الأعلى للعدوان أن يتجه للخارج نحو الذات حتى قد يظهر في شكل محاولة الانتحار ويكون الاكتئاب هنا بمثابة "الكفارة".

(زهراى حامد عبد السلام، 1997، ص 515)

- ويمكن تلخيص الأسباب المؤدية للاكتئاب إلى :

### 1. الأسباب النفسية :

ترجع نظرية التحليل النفسي للاكتئاب إلى نكوص في مرحلة مبكرة من الطفولة الفرد وهي مرحلة المهد التي يعتمد فيها كليا على غيره ويعمل المريض على توجيه غضبه إلى الداخل بدلا من التعبير عنه بشكل علني، مما يؤدي إلى كراهية النفس التي نلاحظها لدى المريض بالاكتئاب. (رمضان محمد القذافي ، 1998 ، ص 168)

وهذا السلوك هو محاولة من المريض للمحافظة على تكامل الأنا وليقلل من مشاعر الذنب لديه عن طريق الألم وليقلل من العدوان داخله بالاستحباب وتحريك الآخرين بمحاولة السيطرة عليهم. (جلال سعد ، 1986، ص 243)

ويمكن ان نوجز الأسباب النفسية بصفة عامة فيما يلي :

أ- **الانفعالات المكبوتة** : تكون مصدرا للقلق والتوتر والاكتئاب لكثير من الناس وعدم قدرتهم على التعبير على انفعالاتهم في وقتها ويتم كبت هذه المشاعر فتؤدي عندما تتراكم في النهاية إلى آثار سلبية على الصحة النفسية لذلك يشجع دائما التعبير عن المشاعر والانفعالات بحرية وعدم كبتها حتى لا تسبب اضطرابات نفسية.

ب-الصراع: هو موجود داخل النفس ويحدث نتيجة لتعارض رغبتين لدى الإنسان أو تعذر اشباع حاجتين في وقت واحد وقد يكون الصراع بين القيم والدوافع المختلفة وبين الطموحات والتطلعات وبين الواقع والقدرات .

ت-الإحباط والشعور بخيبة الأمل : الذي يعاني منه أي إنسان نتيجة لإدراكه بوجود عائق ما يحول دون تحقيقه لرغباته ومصالحه وتكون الاستجابة لهذا الإحباط والمحصلة النهائية في الغالب تكون حالة المريض .

ث-الحرمان : يؤثر أيضا على نفسية الفرد فيكون الاكتئاب استجابة لذلك كفقد الحب والمساندة العاطفية مثل فقد وظيفة أو ثروة أو مكانة اجتماعية إضافة الى جوانب أخرى ذكرها الشاذلي مثل اشباع الدوافع الجنسية ، التوتر الانفعالي، الظروف المحزنة، الخبرات الأليمة والكوارث القاسية والانزهاض أمام الشدائد.

( عبد الحميد محمد الشاذلي، 1998 ، ص 135 )

واضافة الى الاسباب السابقة هناك : " التوتر الانفعالي، والكبت، القلق، ضعف الأنا الأعلى، الصراع اللاشعوري، الشعور بالإثم ، الرغبة في عقاب الذات، إتهام الذات، التفسير الخاطئ غير الواقعي للخبرات الصادمة، عدم التطابق بين مفهوم الذات الواقعية وبين مفهوم الذات المثالية وسوء التوافق " . (جلال سعد ،1986، ص 7)

2. الأسباب الاجتماعية : المحيط الاجتماعي يؤثر في الإصابة بالاكتئاب من خلال :

- الأساليب الوالدية الأسرية في التنشئة كإهمال الأبناء ونبذهم والقسوة الشديدة عليهم ، الخصائص المزاجية الاكتئابية للوالدين أو أحدهما، التفكك الأسري، الانفصال المبكر للوالدين أو عنهما، الخلافات الوالدية الشديدة واضطراب المناخ الأسري.

( القريطي عبد المطلب ،1998، ص 393 )

### 3. الأسباب الوراثية:

تؤكد العديد من الدراسات أن عدد الأفراد الذين يعانون من الاكتئاب في أسرة المريض يزيد بمقدار ثلاث أضعاف عن الأسرة العادية وهذا يؤكد العامل الوراثي في الاكتئاب، وفي دراسة على الأسر والتوائم وجد أن هناك نسبة تتراوح (10% إلى 20%) من أقارب الدرجة الأولى يعانون من اكتئاب ثنائي القطب وأما دراسة التوائم العينة فكشفت عن 70% من حالات الاكتئاب، في حين هناك 23% من التوائم الأخوية كانت تعاني من الاكتئاب. (عبد الرحمن العيسوي، 1994، ص 129)

### 4. الأسباب الكيميائية حيوية:

يرى البعض أن هناك علاقة بين الاكتئاب وبين انخفاض مستوى معين من الأحماض الأمينية مثل الكاتيكول أمين، وانخفاض مادة النور أدرينالين في مناطق الاستقبال بالمخ وهي مادة تختص بالسلوك العاطفي والوجداني، إضافة على نقص في معدلات بعض المواد الكيميائية في المخ مثل: السيروتونين، مما يؤثر على المزاج والتحكم في التصرفات. (عبد الحميد محمد الشاذلي، 1998، ص 135)

### 5. الأسباب البيئية :

يظهر الاكتئاب عقب مواقف الحياة ك وفاة أحد الوالدين أو بعد التعرض لحادث أو لعمليات جراحية، وقد يكون بسبب تصدع الأسرة أو انفصال الزوجين والحرمان والأزمات الاقتصادية والكوارث الطبيعية وغيرها من مواقف الحياة .

(الشريبي لطفى، 2001، ص 43)

## 6. أسباب جسمية:

هناك بعض العوامل التي تقلل من قدرة بعض الناس على التكيف فينهارون، وتجعلهم يشعرون بحالة من الضعف والقلق والحزن والكآبة مثل : الإصابة بتسمم أو حالات ما بعد الولادة . (عكاشة أحمد، 1998، ص 515)

وبعض الأمراض المعدية كالإنفلونزا وفقدان المناعة المكتسبة (الايديز) أو الإصابة بمرض يؤدي إلى القنوط وتوقع الموت كاضطراب القلب أو السرطان أو التدرن الرؤي.  
( مصطفى غالب ، 1980 ، ص 141 )

- ويقسم القريطي 1998 أسباب الاكتئاب إلى عوامل أساسية :

### 1. عوامل وراثية:

تؤكد بعض الدراسات شيوع الاضطرابات الوجدانية، عموما والاكتئاب بين التوائم المتشابهة والأقارب خصوصا، وكشفت نتائج الدراسات التي أجرتها منظمة الصحة العالمية (1983) عن وجود اضطراب وجداني لدى أقارب مرضى الاكتئاب في (28.3%) من الحالات داخلية المنشأ ولدى (19.7%) من حالات نفسية خارجية المنشأ أي لدى (48%) من أفراد العينة الاجمالية.

### 2. عوامل بيوكيميائية:

نتيجة اضطراب الافرازات الهرمونية أو الجهاز العصبي حيث يلاحظ ظهور أعراض الاكتئاب لدى الإناث مثلا : أثناء فترة الطمث وأثناء ما يطلق عليه سن اليأس ، أي بعد توقف إفرازات الهرمونات الجنسية، كما يبدو المزاج المتقلب مسيطرا أثناء فترة ما بعد الولادة ومع تناول أقراص منع الحمل .

### 3. عوامل نفسية وشخصية :

هناك شخصيات ذات خصائص وسمات محدودة وتكون أكثر استهدافا للاكتئاب ومنها الشخصية المنطوية بالخلج و الانسحابية والتي لديها عدد محدود من الأصدقاء، والاهتمامات والحساسية والسلبية والاعتمادية والتي تتسم بالتردد والحذر والمحافظة والشعور بالنقص ونقص الكفاية ، الأمراض الجسمية المزمنة، الكرب النفسي المستمر سواء الاجتماعي أم العائلي أم النفس جسمي، والشعور بالوحدة والفراغ وبعدم الأهمية نتيجة التقاعد او العنوسة أو الشيخوخة ، التوتر الانفعالي المستمر، الاحباطات الشديدة والصدمات.

### 4. أسباب بيئية اجتماعية :

ومن بينها الأساليب الوالدية اللاسوية في التنشئة كإهمال الأبناء ونبذهم والقسوة الشديدة عليهم، الخصائص المزاجية الاكتئابية للوالدين أو أحدهما، التفكك الأسري، الانفصال المبكر للوالدين أو عنهما، الخلافات الوالدية الأسرية واضطراب المناخ الأسري.

### 7- تشخيص الاكتئاب :

إن تشخيص الاكتئاب من الأمراض النفسية يعتمد على ما يلي:

(وليد سرحان وآخرون ، 2001، ص ص 47-49)

-الأعراض التي يشكو منها المريض شدتها ومدتها ومحاولة الإحاطة بها ففهمها كما يرويها المريض أو ذووه ومرافقوه .

- قصة المريض منذ بدايته، وحتى لحظة وصول المريض إلى الطبيب وقد تكون القصة قصيرة مختصرة ، وقد تكون طويلة تتعدى العشرين عاما.

- الأسئلة المختلفة التي يواجهها الطبيب أثناء المقابلة للبحث عن أعراض المرض الأخرى، والأسئلة التي يقصد بها استبعاد أمراض مشابهة.

- النتائج الشخصية للفرد من ولادته وحتى الآن، طفولته ودراسته وعمله وآية مشاكل قانونية أو زوجية أو عائلية.

### 1.7- التاريخ العائلي للمريض:

كما إذا كان هناك حالات نفسية في العائلة أو حالة مرضية عضوية، والوالدين فيما يخص أعمارهم وحالتهم الصحية، وعلاقة المريض بهما وكذلك الإخوة والأخوات وترتيب المريض بينهم.

### 2.7- التاريخ الطبي:

وهناك لا بد من معرفة كل الأمراض النفسية أو العضوية التي عانى أو يعاني منها المريض والحوادث والإصابات وفيما إذا كان المريض يتعاطى أي علاجات , إضافة إلى أسماء الأدوية وجرعاتها ومدة تعاطيها.

### 3.7- الفحص الطبي العام:

يقوم الطبيب بفحص المريض سريريا بدءاً من الضغط والنبض والحرارة والوزن, ثم الفحص العصبي, وفحص الصدر والبطن والظهر والأطراف , كما يدقق في أن إشارات طبية سواء كان لها علاقة بالشكوى الأساسية للمريض أم لم يكن.

### 4.7- فحص الحالة النفسية:

وفيها يستعرض الطبيب المظهر والسلوك والمزاج والانفعالات والتفكير , ويفحص القدرات العقلية ودرجة الوعي والإدراك وغيرها من الأمور التي يجد أنها ضرورية مثال الهلوس والشعور بالذنب.

-التشخيص المبدئي والفارقي الذي تشير إليه المعطيات المذكورة وهذا قد يكون واضحا وسهلا ولا يتطلب أي إجراءات بل الإنتقال للعلاج وقد يتطلب بعض الإجراءات مثل:

أ- دراسة اجتماعية للمريض لمعرفة ظروفه وحياته بدقة.

ب- مقابلة أطراف مهمة في حياته لإستكمال بعض المعلومات, خصوصا في تحديد شخصية المريض قبل المرض، ذلك أن معظم الاضطرابات تتطلب وجود طرف آخر لإعطاء المزيد من المعلومات.

ج- إجراء إختبارات نفسية مثل: إختبارات الشخصية، أو إختبارات الصحة النفسية العامة المقننة، أو إختبارات الاكتئاب مثل مقياس بيك. (وليد سرحان وآخرون ، 2001: ص49)

## 8- الوقاية من الاكتئاب :

\* يمكن تقسيم الوقاية من الاكتئاب إلى 3 مستويات

اولا :الوقاية الأولية: وهي مرحلة تعمل على عدم تسبب الاكتئاب عند الناس.

( [http:// bipolar . maeletoolvlvlag.com](http://bipolar.maeletoolvlvlag.com) )

وهذا ما يتطلب التعامل مع الأفراد المعرضين للإصابة أكثر من غيرهم من الناس العاديين من هؤلاء: النساء بعد الولادة وأولئك المعانون من حسرة الحداد و الأفراد القاطنون ضمن منظومة علاقات صعبة وغير سوية...الخ فهؤلاء لا بد ممن التركيز عليهم ضمن برامج الرعاية الصحية الأولية بالتوعية من الاكتئاب والحديث عنه وإعطاءهم فرصة للتعبير عن معاناتهم وتقديم الدعم النفسي والاجتماعي. (وليد سرحان وآخرون،2001: ص121)

**ثانيا : الوقاية الثانوية:** ونعني القدرة على اكتشاف حالات الاكتئاب في وقت مبكر والبدء في معالجتها قبل الوصول إلى درجة شديدة من المرض وهذا يتطلب:

- زيادة وعي الناس لهذا المرض وتوضيح مظاهره.

-زيادة قدرة الأطباء على اكتشاف المرض سواء في الرعاية الصحية الأولية أو المستشفيات العامة.

- زيادة وعي المرشدين النفسيين والعاملين في الحقول الاجتماعية ومراكز المعاقين.

- تعزيز دور الطب النفسي في المستشفيات العامة.

- تعزيز مناهج تدريس وتدريب طلاب كليات الطب في الطب النفسي.

استعمال بعض الإختبارات المقننة التي تسهل المسح الاكلينيكي لأكثر عدد ممكن من الناس. (وليد سرحان وآخرون ، 2001: ص122)

ثالثا : الوقاية الثلاثية: ويعني ذلك أن الأفراد الذين تحسنوا وأخرجوا من الاكتئاب، لا بد من استكمالهم العلاج للفترة المقررة مهما كان نوع العلاج وذلك حتى لا يعاودوا حالة الاكتئاب مرة أخرى. ([http:// bipolar . maeletoolvivlag.com](http://bipolar.maeletoolvivlag.com))

## 9- علاج الاكتئاب:

خلال بداية القرن التاسع عشر تحول التفكير المبتدل السابق (حول وجود الشياطين والأرواح الشريرة) إلى تفكير ثوري أدى إلى تطور الطب العضوي وإلى علاج الأمراض الجسمية ولما كانت الأمراض الجسمية مقرونة بالأمراض النفسية وكلها تابعة لتخصص الأطباء آنذاك، فإن ثورة الأفكار تلك شملت أيضا دراسة الأمراض النفسية "أصبحت هذه الأمراض لأول مرة في تاريخ التفكير البشري موضوعات قابلة للبحث العلمي وليس لاجتهاد المشعوذين ورجال السحر والمنجمين". ( عبد الستار إبراهيم، 1998، ص 62)

وقد ظهر الاتجاه التجريبي في البحث عن مسببات المرض العضوي الجسدي والنفسي وتوصل العضويين في كثير من الأحيان إلى اكتشاف العلاج المناسب للمرض الجسدي والنفسي عن طريق العقاقير الطبية، ومنه نستنتج أن العلاج العضوي كان أول علاج ظهر للتخفيف والقضاء على الأمراض العضوية والنفسية على حد سواء، ثم بعد ذلك بدأت النماذج الأخرى في الظهور وسوف نستعرض أهم النماذج لعلاج الأمراض النفسية والتي من بينها الاكتئاب الذي يعتبر من أكثر الاضطرابات النفسية انتشارا بعد القلق ومن أكثر المشكلات التي يلجأ إليها الناس بسببها للعلاج. (سامر رضوان ، 1999، ص 4)

لذلك حضيت أساليب علاجه باهتمام الباحثين وارتبطت تلك الأساليب بالنظريات المفسرة للاكتئاب وقد استخدم عدد متنوع من الأساليب لعلاج الاكتئاب مع تأكيدات متزايدة على الأساليب العلاجية التي تستقرض وقتا قصيرا .

( يونج جيفري،بيك آرون، واينبرجر آرثر ، 2002، ص 580 )

**أولا: العلاج البيولوجي:**

**أ- العلاج الدوائي:**

تستعمل الأدوية في الحالات الحادة والشديدة وينضج بها كمساعدة وليست كبديلة عن العلاجات النفسية وتوصف لإزالة أعراض الاكتئاب ويكمن دورها في إعادة اتزان الموصلات العصبية في الدماغ ومن بينها

**ب-الأدوية المضادة للاكتئاب :**

تستخدم هذه الأدوية في علاج حالات الاكتئاب الشديدة وخاصة المصحوبة بأعراض أو متاعب جسمانية واضحة، حيث تزيد فرصة نجاح هذه الأدوية في العلاج بزيادة الأعراض الجسمانية ، حيث يتحسن حوالي 70% من المرضى مع استخدام الأنواع المختلفة

من العقاقير المضادة للاكتئاب أن يستجيب ويتحسن مع استخدام نوع آخر من العقاقير (أبو العزائم محمود جمال، (دس): مرض الاكتئاب، موقع مجلة النفسية المطمئنة )

(<http://www.elazayem.com>)

وهناك ثلاث مجموعات كبرى لمضادات الاكتئاب :

1- المركبات الثلاثية الحلقات أو رباعية الحلقات : تعمل هذه المركبات على زيادة فاعلية الموصلات العصبية من نوع "مونو أمينز" وتعمل عادة على تحسين المزاج الاكتئابي وفي حالات الاعياء النفسي والبطء الحسي الحركي ومن أمثلة مضادات الاكتئاب ثلاثية الحلقة نجد : تريبتزول-أنافرانيل-توفرانيل-ساروتين-سموتيفال.

(أيمن الحسيني، 1994، ص ص 69-70)

2- معاناة أكسدة الأمينات الأحادية : هي مركبات تعمل على كف نشاط الانزيم الذي يعمل على أكسدة وتمثيل الكاتيكولامين والسيروتونين وتحويلها إلى مكونات غير نشطة ، فعندما يقوم هذا النوع من مضادات الاكتئاب بإعاقة هذا الانزيم فإنه بذلك يعمل على إبقاء جزيئات الناقلات العصبية المرسله فترة أطول من المعتاد في منطقة المشتبكات العصبية قبل أن ينعدم نشاطها وبهذا فإنه يستثير خلية ما بعد المشبك العصبي أكثر من المعتاد فيزيد النشاط العصبي.

كما يمكن الاستعانة بأدوية أخرى :

كالمهدئات (البنزوديازيبين) ويطلق عليها كذلك مضادات القلق أو المهدئات الصغيرة وتعرف بأسماء تجارية مختلفة مثل فالينيل -فريزيوم- ترانكسين- أتيفان- ليكسوتانيل.

( أيمن الحسيني، 1994، ص 68 )

وأيضاً المنومات مثل : الغريدينال، البيتوباربيتال، الأوبتانوكس والمهدئات العصبية وتوصف هذه الأدوية في حالات الاكتئاب الذهاني المقاوم للأدوية المضادة للاكتئاب إذا ما استخدمت لوحدها وهناك مجموعة أخرى كاليثيوم ويستخدم لعلاج الأفراد الذين يعانون من نوبات الهوس الاكتئابي في الاضطراب ثنائي القطب لأنه يعيد حالته المزاجية إلى طبيعتها، يتمثل مفعوله في إعادة التوازن المفقود بين أمينات الكاتيكول والأستيل كولين.

### 3-الصددمات الكهربائية:

في حالة فشل العلاج بالأدوية المضادة للاكتئاب يلجأ المعالج إلى استعمال الصدمات الكهربائية في حالة الاكتئاب الذهاني، إذا ما وصفت الصدمات الكهربائية كعلاج للاكتئاب، فيتوجب على الطبيب النفسي أن يشرح للأهل والمعنيين بالأمر الأسباب التي دفعته إلى ذلك والمخاطر التي يترتب عليها، كما يتعين على الطبيب أن يشرح للمكثب الآثار الجانبية لهذا العلاج ويجب على الطبيب النفسي أن يتناقش مع زميل آخر لأن استعمال هذا العلاج هو قليل إذ نادراً ما يوجد طبيب لديه التجربة الكافية في هذا الميدان .

(هنري شابرول، 1998، ص ص 91-92)

ويتم اللجوء للعلاج بالجلسات الكهربائية في بعض الحالات التي لا يستطيع المريض فيها الانتظار لمدة شهرين حتى تتحسن فيها حالته مع استخدام العقاقير المضادة للاكتئاب خصوصاً في بعض الحالات التي يكون فيها المريض عرضة للانتحار (أبو العزيم محمود جمال (دس)، مرض الاكتئاب، موقع مجلة النفس المطمئنة). (www.alazayem.com)

### ثانياً : العلاج النفسي:

هو تفاعل منظم بين العلاج والمريض يعمل على استخدام المبادئ السيكولوجية بطريقة تؤثر على أفكار المريض واتجاهاته ومشاعره وسلوكه بهدف مساعدته على التغلب على تلك السلوكات غير السوية او توافقه مع المشاكل التي يواجهها في حياته .

## أ- العلاج النفسي التدعيمي :

وفي هذه الطريقة يتم التعرف على علاقات المريض الاجتماعية مع الآخرين وسبل زيادة وتحسين أواصر هذه العلاقة حيث أنه في نظر كثير من علماء النفس فإن الاكتئاب الشديد سببه حرمان الشخص من فرص تلقي الدعم الإيجابي الاجتماعي لمدة طويلة .

( نجد أميل (2001): الاكتئاب أنواعه طرق علاجه، منتدى السليل (2001/11/7)

(<http://www.sulayyil.com>)

ويقوم المعالج أثناءه بدور إيجابي نشط وتوجيهي لمساعدة المريض ورفع كفاءة قيامه بوظائفه المختلفة وزيادة مقاومته في المجابهة قد أثبتت فعالية العلاج التدعيمي كعلاج مكمل للعلاجات البيولوجية أو كعلاج منفرد في حالة الاكتئاب البسيط حيث يقوم المعالج بتوضيح الصراعات النفسية عند الحاجة فقط إلى جانب التوعية ورفع المعنويات وتعديل البيئة الاجتماعية ويعتمد العلاج التدعيمي على :

- تحسين مهارات المريض المعرفية و الاجتماعية.
- تحسين صورته عن نفسه.
- تصحيح تدني اعتبار الذات الناتج عن أزمات المريض .
- تحسين التزام المريض باستعمال الدواء وقدرته على تحمل الآثار الجانبية.
- القيام بتوعية المريض وأسرته بمسار المرض البيولوجي
- توفير الدعم أثناء الأزمات الاقتصادية ومحاولة تقليل احتمالات الانتحار.

### ثالثا: العلاج السلوكي:

بخلاف مدرسة التحليل النفسي اعتمدت المدرسة السلوكية البحث التجريبي وقدمت أيضا التعلم والخبرة كبديل عن القوى الداخلية فالاضطرابات النفسية عند السلوكيين ما هي إلا استجابات وعادات شاذة تكتسب بفعل خبرات خاطئة من الوسط البيئي بفعل سلسلة من الارتباطات المؤلمة، لذلك فالمعالج السلوكي ينظر إلى المرض والاضطراب على كونه نتائج لعناصر بعضها في البيئة إلى المرض والاضطراب على كونه نتائج لعناصر بعضها في البيئة الخارجية وبعضها في البيئة الداخلية ، وبالتالي فإن علاج الشخص الذي يعاني الاكتئاب يتم عن طريق تعلمه أساليب جديدة من التفكير والسلوك عن طريق تغيير توقعاته وقيمه واتجاهاته وأنماط تفكيره وإدراكاته المستقبلية صوب أهدافه، حيث يقوم العلاج السلوكي على مبدأ أن السلوك الإنساني ينشأ من التعلم ولذا يمكن تغييره من خلال تعليمه سلوكا آخر جديد ويعمل هذا العلاج على إزالة هذا السلوك المرضي مثل الاكتئاب ومن العناصر المهمة في المعالجة السلوكية أنها تتطلب من المريض المشاركة الفعالة والتعاون الإيجابي من خلال القيام بالتدريبات المطلوبة والعلاج السلوكي له أنواع متعددة.

### رابعا: العلاج المعرفي:

إن العلاج المعرفي للاكتئاب يدور حول التعبير عن المشاعر للوصول إلى وعي العلاقة بين الأفكار والانفعالات والسلوك الاكتئابي، والاعتراف بميزة الأفكار التفسيرية وتحديد الأفكار السلبية بالخلل الوظيفي لدى المكتتب والمحيط والمستقبل ووضعها جانبا واستبدالها بأفكار منطقية وأكثر واقعية. ( هنري شاربول، 1998، ص 103 )

حيث أن العلاج المعرفي يركز على ثلاث مسلمات قاعدية ويتكون من ثلاث مراحل متتابعة المبدأ الأول في العلاج المعرفي يتمثل في أن الأفكار تؤثر على الانفعالات والسلوكيات أما المبدأ الثاني يتمثل في أن التشوه المعرفي يستطيع أن يولد انفعالات و سلوكيات مرضية، بإمكان الممارس النفسي أن يعدل هذا النشاط المعرفي المضطرب ويتلقى

في المقابل تعديل علاجي للانفعالات والسلوكيات، فالأخصائي النفسي يلعب دور البيداغوجي أكثر من دور المعالج، ويعتبر المبدأ الثالث للعلاج المعرفي المفحوص طرفاً أساسياً في تحليل المشاكل والبحث عن حلولها.

وهذه الطريقة تمر بثلاث مراحل يتعلق الأمر أولاً بتحديد الأفكار الخاطئة، ثم توضح سبب ظهور هذه الأفكار محللين بذلك طريقة معالجة المعلومات من طرف المريض ثم توضيح الطريقة الأقل سلبية والأكثر فعالية من طرف المعالج والمفحوص بغرض تطبيقها.

ويرى آرون بيك أن الاكتئاب ينشأ من ثلاث تصورات مرضية صورة سلبية للذات، صورة سلبية للمحيط، صورة سلبية للمستقبل وهذا نتيجة العمليات الذهنية الخاطئة.

وتتطلب عملية تعديل أساليب التفكير القيام بخطوات منظمة لتحديد المواقف الخبرات المرتبطة بالإنارة الانفعالية والاضطراب الاكتئابي ثم نحدد التفسيرات لهذا الموقف حيث تقوم ب :

1. تحديد الخبرة والموقف المرتبط بالحالة النفسية مثل فقدان عزيز، عمل.
2. تسجيل الحوارات الذاتية وتفسير المريض للموقف أي ما يقوله له المريض وما يحس به تجاه الموقف.
3. تحديد التفسيرات السلبية غير العقلانية وغير الملائمة للموقف، كأنه يقول الشخص في مديره أنه ينتقد عملي لأنه يكرهني أو لأنني إنسان تافه وفاشل بالفعل.
4. تسجيل المشاعر التي تنشأ نتيجة التفسير اللاعقلاني (الغضب، الاكتئاب .. الخ).
5. تسجيل النتائج السلوكية التي حدثت أو قد تحدث نتيجة التفسير اللاعقلاني (العدوان، الأرق).

6. دحض الفكرة السلبية وتنفيذها واكتشاف ما فيها من خطأ.

7. استبدال الأفكار اللاعقلانية بأفكار أكثر منطقية.

8. تسجيل المشاعر المصاحبة للتفسير العقلاني البناء.

9. تسجيل النتائج السلوكية التي تنتج عن التفسير العقلاني.

(عبد الستار إبراهيم، 1998، ص 328)

وبالإضافة إلى هذه العلاجات هناك :

• **العلاج بالضوء:** يتم عن طريق تعريض المرضى للضوء الطبيعي لوقت كافي يوميا أثناء اليوم.

• **العلاج الأسري:** يهتم بالنظر كعضو في شبكة من العلاقات الاجتماعية في نطاق الأسرة ، فالمريض لا يعالج في عزلة وإنما في وسط أسرته .

إن فهم الأسرة بشكل جيد يمكن أن يكشف عن عدد من الانقسامات داخل الأسرة، وتأثير ذلك على حالة المريض ويقوم الطبيب بتعيين أفراد الأسرة الذي يود مشاركتهم في جلسات المعالجة والذين يعتقد أن لهم دورا في علاج المريض ومنع الانتكاسة.

• **العلاج الجماعي :**

تستمر هذه الجلسات العلاجية من ساعة إلى ساعتين وتتكون من (8-10) مرضى مع تشخيصات أو نفس التشخيص وينمي هذا العلاج المهارات الاجتماعية والثقة بالنفس ويشعر المريض بأنه ليس الوحيد في مشكلته، ويظهر هذا النوع من العلاج الدعم من الأشخاص بعضهم لبعض (العيسوي عبد الرحمن، 2011، ص 95)

## • العلاج الديني:

- الاكثار من ذكر الله فإن لذلك تأثيرا عجيبا في انشراح الصدر وطمأنينته وزوال همه.
- الاهتمام بعمل اليوم الحاضر والتوكل على الله فيما سيكون في المستقبل، وعدم الحزن لهذا استعاذ الرسول عليه الصلاة والسلام من الهم والحزن فالحزن على الأمور الماضية التي لا يمكن ردها ولا استدراكها والهم الذي يحدث بسبب الخوف من المستقبل فيكون العبد ابن يومه، يجمع جده واجتهاده في إصلاح يومه ووقته الحاضر، فإن جمع القلب على ذلك يوجب تكميل الأعمال ويتسلى به العبد عن الهم والحزن.
- أن يعلم المهموم أن بعد العسر يسرا فليحسن الظن بالله فإنه جاعل له فرجا ومخرجا.
- ومن الأمور النافعة عدم السماح بتراكم الأعمال والواجبات والتوقع المستمر والاستعداد النفسي لجميع الاحتمالات والانشغالات بعمل من الأعمال أو علم من العلوم النافعة، والنظر إلى الجوانب الإيجابية للأحداث التي يظهر منها بعض ما يكره ومعرفة القيمة الحقيقية للحياة وأنها قصيرة وأن الوقت أعلى من أن يذهب في الهم والغم.

## 10- انتشار الاكتئاب:

لقد أطلق المراقبون وصف (مرض العصر) على الاكتئاب النفسي، بسبب الانتشار المتزايد لهذا المرض في كل مجتمعات عصرنا الحالي بصورة غير مسبوقه حيث تشير منظمة الصحة العالمية إلى أن حوالي 100 مليون شخص يعانون من الاكتئاب.

(رضوان سامر جميل، 2007، ص 418)

ومع ذلك هناك اختلاف بين الدراسات المختلفة في تحديد نسب انتشار الاضطرابات الاكتئابية المختلفة، وذلك تبعا لنوع الدراسة وأهدافها وفيما إذا درست فئات اكتئابية أساسية أم فرعية وحسب الوسيلة التشخيصية المستخدمة، ولقد شهدت الفترة الأخيرة مع بداية النصف

الثاني من القرن 20 إعدادا متزايدة من حالات الاكتئاب ، حيث انتشر هذا المرض بصورة وبائية في كل مجتمعات العالم، ولم يسلم من الإصابة به الرجال والنساء والأطفال والشباب والشيوخ ولعل ذلك هو الدافع إلى وصف هذا العصر بأنه عصر الاكتئاب .

(الشريبي لظفي، 2001، ص 8)

ويقدر الدليل الاحصائي والتشخيص الأمريكي (DSM-IV) نسبة خطر الإصابة بالاكتئاب الأساسي خلال مجرى الحياة بين 10-25% لدى النساء وبين 5 و 12% بالنسبة للرجال تتأرجح نسبة الانتشار المكاني للاكتئاب الأساسي بين السكان بين 5-9% للنساء و 2-3% للرجال، وتشير النتائج إلى أن انتشار الاكتئاب الأساسي لا يرتبط بالتأهيل والانتماء العرقي أو بالدخل أو بالحالة الأسرية، أما نسب الانتشار عبر مجرى الحياة للاضطرابات عسر المزاج فتبلغ 6% وحوالي 3% للانتشار المكاني .(رضوان سامر، 1999، ص 4)

ويشير حمودة إلى أن الاكتئاب من أكثر الامراض النفسية شيوعا بين البالغين حيث تصل نسبة الإصابة بالاكتئاب في وقت ما من حياة البالغين (20%) لدى الاناث و (10%) لدى الذكور و تصل نسبة المصابين به في وقت ما (2.9-4.5%) من الاناث و (2.3-3.2%) من الذكور ومعدل الانتشار العام (3-5%) والنساء يُصبن به أكثر من الرجال، ويفسر ذلك بان النساء اكثر تعبيرا عن انفعالاتهن من الرجال ، ولذا فإنهن يظهرن الحزن والتعاسة أكثر من الرجال بينما يلاحظ أن التعرف على الاكتئاب لدى الرجال أكثر صعوبة.

ويحدث الاكتئاب في كل الأعمار بما في ذلك الطفولة ولكن نسبة (50%) يصابون بين العشرين والخمسين بمتوسط عام (40 سنة) بينما يكون الاضطراب ثنائي القطبية، قبل هذه السن بمتوسط ثلاثون عاما، أما الاكتئاب والاضطراب ثنائي القطبية بين المطلقين والأرامل والمهاجرين حديث، فهو يحدث بصورة كبيرة، وتنتشر الاضطرابات الوجدانية

والاكتئاب خاصة بين جميع الطبقات الاجتماعية وتزداد بين الأقارب من الدرجة الأولى للمصابين بها. (حمودة عبد الرحمن، 1991، ص ص231-232)

وفي هذا الصدد يشير " زوكيرمان " (1999) إلى أن هناك اختلاف في وجهات النظر حول الفروق الجنسية في الإصابة بالاكتئاب إذ وجد بعض الباحثين أمثال "جوتليب" "Gotlib" و"هامان" " Hammen " (1992) أنه في الأطفال وكبار السن لا توجد فروق كبيرة بين الجنسين في الإصابة باضطرابات الاكتئاب. (غريب عبد الفتاح، 2000، ص 96)

وفي نفس السياق أشار "سيمرينج" " Simring " و "فادام" " Fadem " (1998) إلى أن 15% من الأطفال والمراهقين يعانون من الاكتئاب ويعاني 3 إلى 5% منهم من الاكتئاب الأساسي، هذا الأخير الذي ينتشر بنسبة 5 إلى 12% عند الذكور وبما يعادل نسبة 10 إلى 20% عند الإناث. (السيد محمود ، منصور الشرييني، 2008، ص 140)

وقد أكد "ديفيسون" " Dvison " و "نيل" " Neal " (1998) على أن الاكتئاب الرئيسي يعتبر الاضطرابات النفسية انتشارا بنسبة انتشار مقدارها 17% وأنه يوجد لدى النساء ضعف وجوده لدى الرجال، ويوجد بدرجة أكبر لدى الراشدين الصغار.

(زيزي إبراهيم، 2006، ص ص 55-56)

وقد أكدت دراسة أمريكية أن المرأة أكثر عرضة من الرجل للإصابة بحالات الاكتئاب وخاصة إذا كانت ناجحة في حياتها حيث تتعدد مسؤوليتها بين البيت والعمل، ومحاولة اثبات نجاحها ولا يكون النجاح في جانب على حساب الجانب الآخر، وهنا تتولد لديها مشاعر القلق والتوتر المستمر مما يؤدي بدوره إلى إصابتها بحالة من الاكتئاب فالإناث حسب الإحصاءات الطبية الأمريكية يصبون بمرض الاكتئاب الشديد نسبة الضعف مقارنة مع الذكور بينما حالات الاكتئاب الخفيف تزداد بنسبة 10% بين (6-5) أضعاف بين الإناث مقارنة بالذكور لأن المرأة تستسلم للحزن وتسمح له بالسيطرة على مشاعرها ، مما

يؤدي إلى الوقوع في دوامة الحزن الدائم والعميق وعلى عكس الذكور و الذين يستطيعون نسيان الحزن بطريقة أو بأخرى.

(<http://www.balgh.com/women/jamal/ug0yei7b>)

ويشير عبد الستار إبراهيم (1998) إلى أن الاكتئاب ليس كما يعتقد البعض ظاهرة أمريكية أو غربية بل أنه يصيب كل المجتمعات وينتشر فيها بنسب متفاوتة، ويتزايد داخل تلك المجتمعات من جيل إلى جيل وأخذ الاكتئاب يوسع من قاعدته الزمنية بمعنى أنه بدأ ينتشر في الأعمار الصغيرة.

بينت دراسة سامر رضوان (1999) حول انتشار الأعراض المرضية في عينات جامعية وغير جامعية (اشتملت العينة الكلية على 950 مفحوصا من طلاب وطالبات جامعة دمشق وموظفين ومرضى بأمراض نفسية مختلطة) إن انتشار الأعراض الاكتئابية عند الذكور يبلغ (4.9%) وعند الإناث (7.9%) ويبلغ بين المتزوجين (5.3%) وبين العزاب (9.6%) كما أسفرت الدراسة على أن الإناث يعانون من الاكتئاب بدرجة أشد مقارنة بالذكور فالإناث حصلن على درجات أعلى في المتوسط من الذكور. (سامر رضوان، 1999، ص ص 4-5)

في حين كشفت دراسة بشير معمريّة (2000) التي أجريت على عينة من طلاب الجامعة في الجزائر على أن 13.36% من الطلبة وأن 22.9% من الطالبات يعانين من شدة الاكتئاب. ( الأنصاري بدر محمد، 2003، ص 45)

كما أجرى حسين فايد (2001) دراسة عن العلاقة بين تقدير حل المشكلات الشخصية وبعض الاضطرابات الانفعالية وتكونت عينة الدراسة من 300 طالب وطالبة تراوح المدى العمري لهم بين 19-22 سنة وقد توصل إلى أن الأفراد ذوي الحل غير الفعال للمشكلات أكثر اكتئابا من الأفراد ذوي الحل الفعال للمشكلات بغض النظر عن متغير الجنس .

( فايد حسين علي، 2001، ص ص 266-329)

## خلاصة:

يعتبر من أكثر الظواهر انتشارا ونستطيع القول أن أي واحد منا قد يمتلكه في وقت من الأوقات شعور بالحزن أو الضيق أو أننا نشعر أحيانا بالاضطرابات تمنعنا من ممارسة أنشطة الحياة المعتادة كالعمل وتناول الطعام والنوم... الخ كل هذه العلامات في الغالب هي دلالة على الاكتئاب النفسي ورغم أنه لا توجد تفسيرات محددة حول ارتفاع نسب الانتشار بين النساء أكثر من الرجال وهناك دلائل على أن النساء يظهرن ميلا للانتكاس أكبر من الرجال الأمر الذي يمكن أن يفسر ارتفاع نسب الانتشار بين النساء.

# الفصل الرابع

## الفصل الرابع: المرأة العاملة

### تمهيد

- 1- لمحة تاريخية عن مكانة المرأة .
- 2- تعريف عمل المرأة.
- 3- نبذة عن عمل المرأة.
- 4- العمل الخارجي للمرأة.
- 5- دوافع خروج المرأة للعمل.
- 6- مجالات عمل المرأة.
- 7- الاتجاهات نحو عمل المرأة.
- 8- موقف الدين من عمل المرأة.
- 9- مسؤوليات الزوجة العاملة.
- 10- آثار عمل المرأة.
- 11- مشاكل المرأة العاملة

### خلاصة

## تمهيد:

إن التطور الكبير الذي حصل في المجتمعات الحديثة مس بشكل كبير مكانة ووظيفة المرأة بحيث حصلت على قسط وافر من حقوقها الاجتماعية والاقتصادية والسياسية وهذا من خلال استفادتها من فرص التعليم والتكوين ، كما أن التغيرات التي حدثت في البنية الاقتصادية للمجتمعات سمحت للمرأة بالمشاركة بشكل مكثف في الحياة المنتجة في كل القطاعات حيث يؤكد بعض الباحثين عن أهمية عمل المرأة من خلال ربطهم بين درجة رقي المجتمع وحرية و بين منزلة المرأة فيه. والمرأة العاملة لها أدوار عديدة في الحياة بجانب العمل فهي الأم والزوجة وربة المنزل وكل هذه المهام تمثل مشقة كبيرة عليها حيث أن هذا التعدد في الأدوار جعلها تعاني بعض الاضطرابات النفسية نتيجة لهذا وذلك لهذا احتلت البحوث التي تناولت المرأة أهمية كبيرة في مجال الدراسات النفسية والاجتماعية .

## 1/ لمحة تاريخية عن مكانة المرأة :

### 1. قبل الإسلام:

كان وضع المرأة لدى أغلب الأمم قبل الإسلام وضعاً مهيناً قاسياً، ومذلاً فقد كانوا يعتبرونها إنساناً بلا روح مع اعتقادهم بأنها أصل الشرور ومنبع الآثام.

لقد كان العرب في الجاهلية قبل الإسلام ينظرون إلى المرأة على أنها متاع من الأمتعة التي يمتلكونها مثل الأموال والبهائم، ويتصرفون فيها كيفما شاءوا وكانوا لا يورثون المرأة ويرون أن ليس لها الحق في الإرث وكانوا يقولون لا يرثنا إلا من يحمل السيف وكذلك لم يكن للمرأة على زوجها أي حق وليس للطلاق عدد محدود وليس لتعدد الزوجات عدد معين.

\***عند الأديان الأخرى** لقد كان حالها نفسه عند غير العرب، فعند اليهود إذا حاضت المرأة لم يجالسوها ولم يؤاكلوها ولم يساكنوها في بيت واحد، ومن لمسها يكون نجساً كما اعتبروها هي سبب خروج آدم من الجنة وسبب اللعنة الأبدية التي نزلت بآدم وذريته. (محمد علي البار، 1981، ص 14)

وعند الرومان ليس لها روح وكان من صور عذابها أن يصب عليها الزيت الحار، وتسحب بالخيول حتى الموت، وقد كانت البنت خاضعة لرب الأسرة مادام حياً، وإذا مات يتحرر الابن إذا كان بالغاً أما الفتاة فتنتقل الوصاية عليها إلى الوصي، فإذا مات الزوج دخلت في وصاية أبناءها الذكور أو إخوة زوجها أو أعمامه.

**عند الهنود** اعتبروها في شريعة "مانو" خادمة فقط لزوجها وأبيها وإذا مات زوجها أحرقوها حية ودفنوها معه، ولم يتغير الوضع بعد دخول الاستعمار البريطاني إلى الهند إلا أنه فرضوا قانوناً يمنع احراقهم.

**وعند النصارى** كانت ينبوع المعاصي وأصل السيئة والفجور وباب من أبواب جهنم، ومنها انبجست عيون المصائب الإنسانية جميعاً فيحسبها ندامة وخجلاً أنها امرأة، وعليها أن

تكفر ولا تنقطع عن أداء الكفارة أبدا لأنها هي التي قد آتت بما آتت من الشقاء للأرض وأهلها ([www.ahalhdeeth.com/vb/](http://www.ahalhdeeth.com/vb/))

## 2. مكانة المرأة في الإسلام :

إن من رحمة الله بهذه الأمة أن شرع لها هذا الدين العظيم والشريعة الخالدة وكان من أولى ما اعتنى به الإسلام هو ما يخص المرأة فأكرمها إذا أهانتها الأديان والحضارات الأخرى ورفع من شأنها وخفف التكاليف التي عليها ورفع معنوياتها وأعطاه حقوقها وكرامتها واعتبرها إنسانا له من الحقوق والواجبات ما للرجل من حيث الخصائص الإنسانية.

ولهذا كان الإسلام طبيعيا فطريا حيث قرر مبدأ المساواة بين الناس، وعدم الاعتراف بالترقية الظالمة بين الناس، وعدم الاعتراف بالترقية الظالمة بين الذكور والأنثى في معنى الإنسانية المشترك وفي حق كل واحد منهما في التمتع بمقتضيات حياته النوعية وخصائصه الطبيعية في ظل المساواة واحترام الكرامة المشتركة. ففي أول عهد الإسلام كان وضع المرأة في حريتها في مشاركتها للرجل شأن ما كانت عليه من قبل، تعمل وفق تقاليد الصحراء وتعاليم القرآن وتوجيهات السنة وتشارك وتسهم في المناسبات العامة لا تعرف الحجاب ولا الفرقة. (مصطفى الخشاب، 1985، ص 142)

## 2- تعريف عمل المرأة:

### 1. تعريف العمل:

تطلق صفة العامل على كل أنسان يمارس نشاطا مهنيا ومجموعة العناصر البشرية العاملة تشكل القوى الداخلية في بلد معين . (فريدريك معتوق، 2009، ص 24)

ويعرفه أحمد زكي بدوي على أنه المجهود الإرادي والعقلي أو البدني يتضمن التأثير على الأشياء المادية وغير المادية لتحقيق هدف اقتصادي مفيد كما انه وظيفة اجتماعية تتحقق فيها شخصية الفرد . (عبد العزيز فهمي ، ب س ، ص 69)

ويعرف أيضا بأنه الجهد البدني والعقلي الذي يبذله الإنسان في مجال سعيه الدنيوي من أجل الارتزاق والاكتساب أي على كل جهد عقلي وبدني يبذله الانسان في مجال النشاط الاقتصادي في سبيل انتاج الخدمات والسلع الاقتصادية لغرض الكسب والعيش.

( صادق مهدي السعيد ، 1983 ، ص 9 )

والعمل هو وسيلة من وسائل التعبير عن اللذات يحاول بها الفرد أن يحقق أهدافه وأن يشبع رغباته وحاجاته ويتيح للفرد فرصة لاكتشاف ميوله ورغباته كما يفسح المجال لنشاطه وتصريف انفعالاته الزائدة . ( معروف صبحي عبد اللطيف ، 1980 ، ص 275 )

وعرفه خليل ونوري بانه و كل جهد مشروع يبذله الانسان ويعود عليه أو على غيره بالخير والفائدة والمنفعة سواء كان هذا الجهد جسميا (عضليا) أو فكريا. ( خليل عماد الدين، نوري موفق ، 2004 ، ص 7 )

وهو الجهد الابتكاري الذي يمزج بين المهارة العقلية والحركية والذي تبذله الإنسانية لتلبية حاجاته المختلفة لتحسين وضعه المادي والاجتماعي. ( ناصر قاسمي، 2011 ، ص95 )

ويعتبر موضوع العمل من أهم المواضيع التي حظيت باهتمامات الكثير من المفكرين في مختلف العصور والحضارات، ولعل ذلك يعود إلى كون العمل يمثل الوسيلة المشروعة التي يتمكن الفرد بواسطتها من اشباع حاجاته والتعبير عن قدراته.

(محمد جمال يحيوي ، 2003 ، ص 409 )

من خلال ما سبق فالعمل هو كل مجهود إرادي يقوم به الانسان الواعي حيث يكون له هدف مثل تقديم الخدمات (الإدارة) وهذا من أجل اشباع حاجاته ورغباته ويكون هذا المجهود ممنهجا ويحتاج من الشخص القيام بواجبات ونشاطات مترتبة عليه لإنجاز العمل

لذلك فجهود الحيوان لا يعتبر عمل لأنه بلا هدف كذلك يعتبر البعض جهد الانسان من غير هدف ليس بعمل .

**2/عمل المرأة:** هو خروج المرأة للانخراط في الوظائف والمهن التي تلائم قدرتها النفسية والجسدية في ميادين شتى من مجالات العمل المتوفرة، كالعمل في مهنة التدريس أو التمريض أو في المجالات الإدارية والسكرتاريا وغيرها من المجالات التي تتاح لها في مجتمعنا أو البيئة التي تعيش فيها، بقصد عمل إنجاز مادي، أو مهني يساعدها على مجابهة صعوبات الزمن .

( www.mowdoo3.com 4/9/2012 h06:09 مفهوم عمل المرأة )

**3- المرأة العاملة:** هي المرأة التي تعمل خارج البيت وتمارس نماذج مختلفة من العمل ويكون بعضها إداريا وكتابيا والبعض الآخر عمليا او مهنيا أو خدميا .

(الحسين إحسان محمد، 1983، ص 7)

وتعرفها كاميليا عبد الفتاح : بأنها هي المرأة التي تعمل خارج المنزل وتحصل على أجر مادي مقابل عملها، وهي التي تقوم بدورين أساسيين في الحياة، دور ربة البيت ودور الموظفة . ( كاميليا إبراهيم عبد الفتاح، 1984، ص 110)

وكذلك تعرف بأنها المرأة التي تعمل خارج نطاق الأسرة سواء في مؤسسات القطاع الحكومي أو الخاص التي تتيح لها العمل في مقابل أجر مادي .

( علي عبد العزيز عبد القادر، 1995، ص 115)

وحسب احسان محمد الحسن أن المرأة العاملة لا نعني بها المرأة التي تشتغل بالأعمال اليدوية الماهرة وغير الماهرة، التي تعمل بالمزارع بل نعني بها المرأة التي تعمل خارج البيت

مهما يكن عملها يدويا أو مهنيا و إداريا أو علميا، إن المرأة العاملة تشغل دورين اجتماعيين متكاملين هما دور ربة البيت ودور العاملة أو الموظفة أو الخبيرة أو المعلمة خارج البيت .

( احسان محمد الحسن، 2005، ص 75 )

والتعريف المتداول للمرأة العاملة هو أن المرأة العاملة هي التي تخرج خارج البيت للعمل في منصب شغل والعمل للمرأة شيء مهم في حياتها فالعمل يقضي على روتين الحياة، ويجعل للمرأة شخصية منفردة، يزيد من ثقته بنفسها يعرفها طرق التعامل مع الآخرين فتشعر انها مفيدة وتحقق ذاتها من خلال عملها وأيضا لا ننسى الجانب المادي المستقل فهي تشعر أنها سيدة نفسها. ( . http://www.rewity.com/vb/f381\_18/5/2010\_h15:09 )

إذن فالمرأة العاملة المتزوجة تقوم بدورين اجتماعيين دورها كربة بيت وعاملة بالبيت ودورها كموظفة بمنصب عمل معين، لكننا نجد التعاريف الخاصة بعمل المرأة تركز فقط على عملها خارج المنزل وكأن العمل المنزلي تنظيف وطبخ ورعاية للأطفال والزوج ليس له معنى او تأثير على المرأة بل العكس فالعمل المنزلي يأخذ قسطا كبيرا من مجهود المرأة واهتماماتها وتقديرها في أداء واجباتها البيئية يشعرها بتأنيب الضمير، فالمرأة العاملة في صراع دائم وتفكير مستمر في طرق وأساليب التوفيق بين عملها المنزلي لإرضاء أسرتها وزوجها وأطفالها وأخذ صورة إيجابية في المجتمع الذي تنتمي إليه، وكذا عملها خارج البيت وانضباطها فيه وتأديته على أتم وجه لكي تحافظ على مكانتها في العمل وتعمل دورها في الإطار الذي تعمل فيه. ووسط كل هذا الصخب من المسؤوليات لا تجد المرأة لنفسها نصيبا كافيا للاهتمام بنفسها وخصوصياتها كإمرأة لذلك نجدها تعاني من ضغوطات شديدة تنتهكها وتجعلها دائمة التعب والشكوى. (ابراهيمى أسماء، 2015، ص193)

### 3/ نبذة عن عمل المرأة:

في المجتمع البدائي كان الرجل هو صاحب السلطة والرأي واستمر وضع المرأة متمثلا بالخضوع للرجل وتشريعاته وقوانينه دون مشاركة أو مساهمة من قبل المرأة فالرجل

يختار العمل الذي يناسبه ويترك الباقي للمرأة، إلى قيام الثورة الصناعية التي نادت بتحرير المرأة ومساواتها مع الرجل بالعمل، وقد طرحت هذه القضية من منطلق الاستفادة من قوة عمل المرأة وبالتالي جاءت الدعوة بحقها في العمل ولم يكن ذلك تحرير المرأة ومساواتها بالرجل إذ تقسيم العمل في المجتمع الرأسمالي قد سخر قوة عمل المرأة في أعمال ليست ذات خطورة اجتماعية كأعمال سكرتارية والتمريض والبيع بالتجزئة والتربية وبالتالي الحفاظ على تقسيم العمل بين الرجل والمرأة على الرغم من أنه اكتسبها خبرات اجتماعية جديدة كانت حkra على الرجل . ( Barber RE,1939,p50 )

ومع التقدم التقني الذي استبعد شرط القوة العضلية من الإنتاج أصبح تشغيل الآلة بالأمر السهل وبدون أي جهد عضلي فأصبحت مهمة العامل مراقبة الآلة ولهذا السبب زادت من عدد النساء العاملات وخاصة في القطاع الصناعي واستطاعت المرأة العاملة أن تحقق بعض المكاسب من خلال مساهمتها في النشاطات الاقتصادية .(عبد الباقي زيدان ،1977، ص 45 )

وتبرز أهمية دور المرأة في الوقت الحاضر من كونها تمثل جزءا كبيرا من الموارد البشرية للدولة وأن الاستخدام الأمثل لهذه الموارد يعني تهيئة فرص العمل لكلا الجنسين والاسهام في عملية التنمية القومية. (زكريا ،1986، ص ص 113-114)

أما عمل المرأة في الدول العربية فيتمثل في مشاركة الرجل في العمل منذ القدم ولكن الظروف التي مرت بها البلاد العربية للاحتلال الأجنبي مما عمل على عرقلتها من خلال تنمية بعض التقاليد والأفكار الرجعية قصد التشكيك في قدراتها وبعد زوال الاستعمار من أغلب الأقطار العربية تزايد عدد النساء العاملات وخاصة في التصنيع . ( زكريا ، 1986، ص ص 114-116)

**4/ العمل الخارجي للمرأة :** إن التغيرات التي حدثت في البنية الاقتصادية للمجتمعات سمحت للمرأة بالمشاركة بشكل مكثف في الحياة في كل القطاعات ودخولها للعمل والإنتاج

خلق منها إنسانا جديدا له مميزاته وخصائصه النفسية عن خصائص المرأة القديمة التي محيطها الأسرة والمنزل والأهل والأقارب. (سليم نعامة، ، 1984، ص 50)

إن ظاهرة خروج المرأة للعمل كانت خلال حقبة من الزمن محصورة في طبقات الدنيا من المجتمع، حيث الفقر دفع برجال هذه الطبقات بالسماح لزوجاتهم وبناتهم بالعمل خارجا، حيث زجت المرأة الأوربية إلى ميدان العمل عند تكون المجتمعات البرجوازية والرأسمالية وانهيار النظام الاقطاعي السائد آنذاك، بعده بدأت معالم التغيير القوية تظهر عند اكتشاف الآلة البخارية وقيام الثورة الصناعية الكبرى، وعندئذ هاجر آلاف بل الملايين من القرويين والفلاحين من قراهم إلى المدن الكبرى باحثين عن العمل لدى الرأسمالي الجشع الذي يعطيهم الفئات مقابل ساعات العمل الطويلة وبقي الأطفال والنساء ينتظرون رب الأسرة الذي ذهب إلى المدينة ليعولهم، فلا الأب عاد ولا دراهمه وصلت بعدها اضطرت النساء في الأرياف للزحف إلى المدن بحثا عن لقمة العيش له. (محمد علي البار، 1998، ص 100)

هذا ولا يمكن لأحد أن ينكر أثر الحربين العالميتين في زيادة تحرر المرأة من جهة وانتشار اشتغالها بشتى الوظائف من جهة أخرى ذلك لأن الحرب العالمية الأولى طلبت من جميع الرجال القادرين على حمل السلاح الانخراط في سلك الجندية، وهكذا خلت أعمال ووظائف كثيرة خاصة بالمصانع ومن شغلها من الذكور تحتم ملؤها بالإناث، فلما وضعت الحرب أوزارها صار من الصعب على الكثيرات من النساء ترك العمل والعودة للإقامة بين جدران المنزل. إلا أن الحرب العالمية الثانية كانت أكثر تغييرا للمجتمعات التجارية وتلك التي تأثرت بها دون المشاركة بها من الحرب العالمية الأولى، فقد جندت النساء خاصة بالدول الغربية في القوات العسكرية وأصبح بعد انتهاء الحرب من الصعب على النساء فقد حريتهن التي تحصلن عليها خلال الحرب ويقمن في البيوت خاصة وأن الحرب قد حصدت العديد من أرواح الرجال. وبهذا تعتبر الحرب العالمية الثانية معلما تاريخي في حركة تحرر المرأة وحصولها على حقوقها مساوية لحقوق الرجل . (عوفي مصطفى، 2003، ص 43)

هذا ويزداد خروج المرأة للعمل بصورة متزايدة يوما بعد يوم وهناك إتجاه عالمي نحو إعطاء المرأة حرية أكثر وذلك بعد أن ثبت أنه ليس هناك فروق بين الرجال والنساء فيما يتعلق بالذكاء والمهارات والقدرات وفي حالة وجود فروق كثيرة بينها فيما يتعلق بهذه العوامل فإنها عندئذ تكون نتيجة الثقافة لا الفطرة.

والمرأة الجزائرية كانت في الموعد عبر التاريخ فقد واجهت المرأة بعد الاستقلال نوعا آخر من الكفاح، هو الكفاح من أجل تأكيد الذات في المجتمع، فالمجتمع الجزائري بعد الاستقلال لم يعد يقبل فكرة التصرف الحر للمرأة مثلما كان يقبله إبان الثورة، لن تصرفها الحر كان للصالح العام، أي لصالح الثورة حيث وجدت معارضة كبيرة في البداية خاصة المرأة الريفية. (براش تموشت فوزية، 1983، ص 24)

وبحكم التغيرات الاقتصادية التي مست النظام الاجتماعي تغيرت النظرة الدولية للمرأة، فأصبح هناك تزايد في نسبة العاملات فشجعت الجزائر كغيرها من الدول اليد العاملة النسوية والخروج للعمل. (مسلم سعاد هالي، 1987، ص 47)

فلم تعد المرأة ذلك المخلوق الضعيف الذي يشكل عبئا اجتماعيا، وعلى العكس من هذا أصبحت تمارس أدوارا اجتماعية أكثر أهمية على مستوى كبير ومهم داخل الأسرة وأكثر فعالية في الحياة الاجتماعية حيث أصبحت تحتل مكانة متميزة، وتقوم بأدوار مهمة كانت من قبل اختصاص الرجل فقط. ( Michel Andrée, an date, p96. )

والعامل الأساسي الذي ساهم في تطوير المرأة الجزائرية هو التعليم حيث يعتبر رأس مال فعال، به استطاعت أن تؤكد مكانتها في المجتمع واستقلاليتها في الأسرة، فبرزت في جميع مجالات الحياة رافعة شعار التحدي لابرار كيانها ووجودها في المجتمع.

## 5/ دوافع خروج المرأة للعمل :

كان هذا الموضوع محور بحوث كثيرة خاصة دوافع خروج المرأة الأم لميدان العمل فبعض هذه البحوث تناول دراسة الدوافع وراء هذا العمل وبعضها اهتم ببيان نتائجه والبعض الآخر تناول دراسة الاتجاهات والقيم المتعلقة بموضوع خروج المرأة للعمل، وجاءت معظم هذه البحوث متعارضة بعضها يؤكد أهمية عمل المرأة والبعض الآخر يسخط على الزوجة التي تخرج للعمل.

وقبل التطرق إلى هذا العنصر يجب أولاً ضبط مفهوم العمل كي تتضح الرؤية بحيث يقصد بالعمل ما يعتبر منه يدويا أو بدنيا أو ذهنيا سواء كان العمل زراعيا أو تجاريا أو صناعيا، مهني أو غير مهني طالما سمحت به طاقة المرأة، والفرد غير العامل هو إنسان فارغ الحياة ولذلك كان من الخطأ الفادح اعتبار المرأة مخلوق فارغ، والعمل بالنسبة للمرأة كما تقول الكاتبة الفرنسية "فرانسوا جيروا" ضرورة وليس تسلية، والعمل ليس علاجاً لمرض وإنما ضرورة حياة أو الحياة نفسها. (حسين عبد الحميد رشوان، 1998، ص 96)

وتخرج المرأة إما لتأكيد ذاتها وإثبات شخصيتها ورغبتها في الحفاظ على المستوى المعيشي المرتفع أو لاضطرارها للكفاح مع زوجها في مواجهة مشقة الأحوال الاقتصادية وغلاء الأسعار بالحصول على قدر من المال المرتفع ليرفع من دخل الأسرة وتحمل عبئ الأسرة بمفردها إذا كانت هناك أسباب قاهرة تدعوها إلى ذلك كالانفصال عن زوجها بالوفاة أو الطلاق أو المرض المقعد. (علي السيد، سماح الأثراني، 2008، ص 50)

وما نلاحظه حالياً أن المرأة العاملة أصبحت تنافس أخاها الرجل في جميع المجالات المهنية مستعينة بذلك بالثقافة والخبرة والصبر والخلق الرفيع، حيث تتزايد من سنة إلى أخرى نسبة العاملات خارج المنزل إذ استعاضن بالعمل الخارجي العمل الأساسي لهن، هذه الوظيفة التي أسندت لهن قديماً وما زالت مطالبة بأدائها على اعتبار أنها الوظيفة الفطرية المكلفة لها

وأن عملها خارج المنزل هو استثناء في الأصل والذي يقضي بمقامها في بيتها التصدي للرسالة المقدمة، وسوف ندرج فيما يلي دوافع خروج المرأة للعمل حسب أهميتها كآلاتي :

#### أ- الدوافع الاقتصادية:

أثبتت الكثير من الدراسات أن الحاجة الاقتصادية هي التي دفعت بالمرأة للخروج للعمل، وفي دراسة أجريت على خمسة آلاف امرأة حديثة التخرج تبين أن ثلث مجموع الزوجات يعملن من أجل مساندة مدخول أزواجهن فتزايد أعباء المعيشة وحاجة الأسرة لدخلها دفع بالمرأة لتقديم يد المساعدة وذلك بمشاركة الرجل في العمل الخارجي وتلبية مختلف احتياجات أسرته. ( عباس محمود عوض ، 1980 ، ص 213 )

يعتبر العامل الاقتصادي من أبرز العوامل التي حفزت المرأة الخروج إلى ميدان العمل بدافع تلبية حاجاتها الاقتصادية والمقصود بها هو "حاجة المرأة الملحة والشديدة لكسب قوتها بنفسها أو لحاجة أسرته لدخلها والاعتماد عليه في معيشتها. (عباس محمود ،رشاد صالح ، 2003 ، ص 436 )

يعد عمل المرأة اليوم ظاهرة حضارية وأن خروجها لم يعرقل أداءها لدورها الأساسي كربة بيت وزوجة بل أضافت إلى دورها دورا هاما هو الاستفادة من امكانياتها الفكرية والمادية لمواجهة متطلبات الحياة اليومية التي هي في تزايد مستمر، وكذلك الخوف من المستقبل وعدم الثقة بالمعيل الحالي للعائلة، وكذلك لتسديد الديون المتراكمة على العائلة ، وربما الحصول على الراتب التقاعدي الذي يعطي للعاملة عند تقاعدها في نهاية سنها القانوني. (راوية عبد الرحيم ، 1986 ، ص 25 )

ومن أهم الدوافع الاقتصادية التي تدفع المرأة إلى أن تعمل خارج المنزل وهي :

1. طبيعة المجتمع كونه زراعيا، وصناعيا واقترابه من فكرة النظام الاقتصادي الرأسمالي الاشتراكي كل هذه المتغيرات تؤثر على جوهر طبيعة عمل المرأة في هذه المجتمعات.

2. سياسة الأجور والرواتب أيضا لها تأثير على معنويات المرأة في العمل، إما أن تشدها للعمل وتحفزها على زيادة الإنتاج أو تضعف كفاءتها وتخفض من أدائها في العمل وهذا دليل واضح على زيادة الاقبال على العمل بعد ان تحسن الوضع المعاشي للموظف في الوقت الحاضر.

3. ظروف العمل والساعات المرنة للاشتغال لها تأثير إيجابي وسلبى على طبيعة عمل المرأة مثلا ظروف عمل مناسبة وساعات عمل مناسبة ومقبولة وفرص ترقية وتطور تشد المرأة نحو العمل وكذلك الظروف البيئية التي تخلو من الضمانات والامن والاستقرار والتي تؤثر بدرجة سلبية في كفاءة المرأة العاملة وكثرة المخاطر والرطوبة والحرارة والضوضاء وساعات العامل الطويلة ليلا ونهارا تقلل الميل من عمل المرأة في هذه الأعمال. ( شاتيلو سامية، 1984، ص 99)

4. الرضا الوظيفي: يعد الرضا الوظيفي من أهم الظواهر التي نالت اهتماما كبيرا من قبل الباحثين والعلماء والسلوكيين ويعد من مشاعر السعادة عن تصور الفرد عن الوظيفة ويعطيه قيمة مهمة تتمثل برغبة الفرد في العمل فهناك تباين في ميولهم واتجاهاتهم فمنهم من يعطي قيمة عليا للأجور قياسا بالعوامل الأخرى والبعض الآخر يعطي قيمة أعلى للاستقرار الوظيفي وهذا يعني أن الرضا الوظيفي يحصل لدى الفرد عندما يدرك بأن الوظيفة التي يؤديها تحقق له القيم المهمة بالنسبة له . (عباس سهيلة محمد ، 2006 ، ص 185)

5. نمط القيادة والاشراف: إن الرئيس الذي يتبع الأسلوب البيروقراطي في قيادة مرؤوسيه في العمل لا يكسب ولاءهم مما يجعلهم يستاءون منه، أما الرئيس الذي يعتمد على الأسلوب الديمقراطي والمشارك في القيادة فيجعل المرؤوسين موقع عناية في العمل ويشاركهم في اتخاذ القرارات مما يؤدي إلى تطوير علاقات الدعم والولاء بينهم للعمل وهذا له تأثير إيجابي في دوافعهم ورضائهن عن العمل . (Sherman,JR and Others,1992 ,p60)

6. المؤهل العلمي: يؤثر مستوى التعليم في عمل المرأة وغالبا ما يظهر ذلك التأثير في العمل الإداري أو في العمل المهني، إذ يعمل ارتفاع مستوى التعليم على زيادة تطلعات المرأة المتعلقة بالمخرجات، إن ارتفاع مستوى التعليم يعني امتلاك المرأة لرصيد من المعرفة، مما يساعدها على تحليل جوانب المشكلة بشكل موضوعي ومن ثم إمكانية اتخاذ القرار المناسب في العمل وبيعهها عن عوامل المخاطرة وفي الوقت نفسه تكون قراراتها مبنية على أسس علمية بعيدة عن التحيز الذاتي و المصالح الشخصية والحاجات الفردية فمستوى التعليم يؤثر في امكانياتها على تحليل المواقف والمشكلات والحاجات الفردية ، فمستوى التعليم يؤثر في امكانياتها على تحليل المواقف والمشكلات التي قد تواجهها في العمل وبعد المستوى التعليمي من الحوافز التي تدفع المرأة للعمل . (Gray J , and Others ,1988 p80)

#### ب- الدوافع الاجتماعية :

إن الدوافع الاجتماعية تؤدي دورا مهما في تحفيز المرأة ودفعها نحو العمل، من ذلك إيمان المرأة بأهمية العمل في حياة الانسان أو شعورها بوجود وقت فراغ لديها يمكن أن تقضيه بالعمل كما تنظر بعض الموظفات إلى المساواة مع غيرها في العمل ويطمح البعض الآخر الحصول على مركز اجتماعي أعلى لتحقيق الذات من خلالها، وكذلك رغبة المرأة في الالتقاء مع الآخرين أو الظهور بمظهر اللائق أمام الآخرين، كما ان تشجيع بعض الأزواج لزوجاتهم للعمل خارج المنزل له أهمية في هذا المجال وكذلك التقدم الاجتماعي الحاصل في القطر نتيجة للتطورات الاقتصادية والاجتماعية والسياسية التي حدثت في الآونة الأخيرة وكذلك عناية الأحزاب السياسية برفع مكانة المرأة وتحريها.

(فرحان آسيا كاظم، 1980، ص ص 216-222)

وهناك بحوث بينت أهمية هذا الدافع كعامل من عوامل الارتقاء بالمستوى العام للأسرة للوصول إلى مستوى أرقى من التعليم أو تحقيق بعض الكماليات أو من أجل الوصول إلى مكانة اجتماعية أرقى .(إبراهيم بن مبارك الحرير، 1995، ص 39)

فالدوافع الاجتماعية مرهونة بالدوافع الاقتصادية التي فرضت على المرأة الخروج للعمل والذي كان نتيجة التخلي عن بعض العادات والتقاليد التي كانت تحكم المجتمع آنذاك فكان خروجها تغيير المجتمع نظرتة نحوها وبالتالي التمسك بالعمل وعدم تركه وحتى لو لم يكن لغرض مادي، فالتغيير السريع الذي حدث في مختلف المجتمعات قد سوى بين المرأة والرجل والمستوى التعليمي والثقافي للأسرة التي تنتمي إليها المرأة العاملة عن طريق التحفيز من طرف عائلتها. (كاميليا عبد الفتاح ، 1984 ، ص 88)

### ج- الدوافع السياسية:

أيضا هناك دوافع سياسية وراء عمل المرأة حيث جاءت الدساتير و القوانين الدولية التي تنص على المساواة بين المرأة والرجل في الحقوق والواجبات، حيث انعقدت مؤتمرات دولية في عدة دول لمعالجة أوضاع المرأة في الأسرة والمجتمع وفي المجال الاجتماعي والثقافي وخاصة السياسي حيث يعتبر العمل بالنسبة للمرأة كحق سياسي تسعى من خلاله الوصول إلى السلطة.

إن الدوافع السياسية كانت دافعا مهما في توجيه المرأة لاختيار العمل ومن الطبيعي أنه لا يمكن نكران الدوافع السياسية التي تدفع المرأة فضلا عن تأثير الأحزاب المتمثلة بتنظيماته المختلفة وتعليماته التي تعد عاملا مهما في دفع المرأة إلى العمل الذي أكد أن مهمات توفير التعليم على نطاق واسع للمرأة وتوفير فرص العمل لها ومساواتها بالرجل في النواحي القانونية من الأمور التي تقع على عاتق الدولة فضلا عن توجيه الإعلام من المنظمات النسوية حول أهمية دور المرأة في العمل. (عباس سهيلة محمد ، 1987 ، ص 255)

### د- الدوافع النفسية :

يعتبر الدافع النفسي دافعا فعلا وحيويا وراء خروج المرأة للعمل، والذي من خلاله

تتحقق كل المقومات الأولية لنمو الذات والشعور بضرورة المساواة ومنه تتأكد إنسانية المرأة.

( كاميليا عبد الفتاح، 1984، ص 23 )

كما أثبتت دراسة فرديناند زويج ( F.Zweig ) أن المرأة تخرج للعمل تحت الحاح الضغط الانفعالي لشعورها بالوحدة أكثر من خروجها للعمل تحت ضغط الحاجة الاقتصادية وقد قدر في البحث الذي قام به في مقاطعة لانكشير أنه من بين كل ثلاثة نساء متزوجات يعملن واحدة منهن فقط تحت ضغط الدافع الاقتصادي، إما لتغطية النفقات المنزلية أو لإعالة الأسرة، أما الباقيات فالتحقن بالعمل لأسباب أخرى كالرغبة في الخروج والشعور بالرضا عن العمل واتفق العمل مع ميولهن ومستواهن التعليمي. (عباس محمود ، رشاد صالح ، 2003 ، ص ص 436-437)

إن حب الظهور والحاجة إلى الانتماء وتحقيق الذات يكون بإشباع المطلب النفسي الذي يؤكد إنسانية وشخصية المرأة كما يحقق لها الاستئناس والتخلص من الوحدة بحيث تشعر المرأة العاملة بأن العمل يمكنها من زيادة ثقافتها نتيجة للتعامل مع الزملاء في العمل والرغبة في تعلم مهارة والاستمتاع وتثبيت أهميتها في المجتمع لكي تحظى بالحب والاحترام والتقدير ونجد اشباع هذا المطلب عند النساء ذوي المستوى التعليمي العالي بشكل كبير.

( مصطفى عوفي، 2003، ص 144 )

ومن كل ما سبق نستنتج ان خروج المرأة جاء بدافع الحاجة المادية وهذا طبعاً يعكس ثقافة المجتمع التي يرغب أساساً في بقاء المرأة في المنزل حتى تتفرغ لواجباتها المنزلية وتربية أطفالها وتحقيق الذات طبعاً لا يتم إلا من خلل القيام بواجباتها الأسرية فالاعتناء بالأسرة هي الوظيفة الأساسية للمرأة أما عملها خارجاً فيأتي في المرتبة الثانية ويمكن الاستغناء عنه إذا حدث وفشلت المرأة في التوفيق بين أداء عملها خارجاً والقيام بأعباءها الأسرية.

## 6/ مجالات عمل المرأة:

بالنظر إلى التطور العلمي والتقني الذي شهدته مختلف الميادين على المستوى الوطني والعالمي والذي يتطلب تعبئة متزايدة للمعارف والمهارات وقد تم هذا كله بفضل الجهد المبذول الذي حققه كل من نظام التكوين المهني والتعليم على حد سواء، وذلك من خلال تقديم دفعات هامة من الفتيات ذات الشهادات المهنية والتعليمية العالية والتي تؤهلن لشغل أرقى المناصب في شتى المجالات حينها وجدت المرأة نفسها قادرة على المشاركة بمختلف الميادين حتى تلك التي كانت حكرًا على الرجال، كمجال القضاء والشرطة وحتى الترشح للانتخابات .

ويمكن استعراض أهم المجالات التي ساهمت بواسطتها المرأة في عصب النشاط المهني والاجتماعي والثقافي والسياسي فيما يلي:

### 1. مجال التعليم :

يعتبر من أهم وأبرز المجالات التي ظهرت فيه المرأة بدرجة عالية وذلك أنها أثبتت جدارتها وإمكاناتها من أجل مواصلة تعليمها والحصول على أعلى الشهادات التي تؤهلها لشغل مناصب عليا كمعلمة في الابتدائي أو أستاذة التعليم المتوسط والثانوي، وحتى أستاذة بالتعليم العالي، فحقها في التعليم يتيح لها ويضمن لها مؤهلات للدخول إلى عالم الشغل بمستويات تعليمية عالية. (مجلة الأسرة، 2004، ص 10)

فقد أثبتت المرأة قدرة وكفاءة لا تقلان عن الرجل لاسيما في مجال التعليم، وطالما طمحت ولا تزال تطمح إلى تبوء أعلى المناصب وذلك من خلال إنضمامها بشكل مكثف في مجال التعليم الذي يعتبر من أنسب المجالات على الإطلاق في نظر العديد من أفراد المجتمع خاصة الرجال منهم. (عبلة محمود، 2004، ص 8)

وبهذا استطاعت المرأة ان تثبت جدارتها في مجال التعليم من خلال تكوين وإعداد الأجيال التي يمكن الاعتماد عليها في المستقبل البعيد.

## 2. المجال الصحي :

حيث يعتبر المجال الصحي من بين المجالات التي أثبتت وما زالت تثبت فيه المرأة جدارتها وكفاءتها بعد مجال التعليم، وعلى هذا الأساس يتم تحقيق مبدأ تحقيق الفرص والقضاء على التمييز الجنسي، والمساهمة في التضامن والمساواة فها هي المرأة بتكوينها العالي حققت أعلى المراتب وشغلت مختلف المناصب، كما أثبتت قدرتها وكفاءتها العلمية لاسيما في مجال الصحة.

المرأة بتوجهها إلى مزاوله الأنشطة في القطاعات الصحية وفي مختلف فروعها وتخصصاتها فهي تقوم بواجب يخدم الفرد والمجتمع على حد سواء بغض النظر على أنها تتقاضى عليه أجرا ومساهمتها في قوة العمل يحقق لها تطورا في أوضاعها الاجتماعية وراحة في حالتها النفسية وتحسين لقدراتها الاقتصادية إضافة إلى أنه مؤشر إيجابي عن مدى اسهامها في عملية الإنتاج. (محمد سيد فهمي، 2004، ص 123)

## 3. المجال السياسي:

من بين القضايا التي ظلت تشغل العلماء والمفكرين ومختلف الهيئات ومحاولة إيجاد تفسيرات لها هي مشاركة المرأة في العمل السياسي، فالمرأة استطاعت أن تقنح وتشغل مناصب في المجال السياسي، وعلى الرغم من أن الدستور أكد على مبدأ المساواة بين الجنسين فهناك بعض الرواسب الاجتماعية التي يحددها نمط تسير المجتمع، لا تزال تحدد من إدماج المرأة في الحياة السياسية . (مجلة الاسرة، 2004، ص21)

وبالرغم من النجاحات المسجلة التي حققتها المرأة في اقتحامها للمجال السياسي إلا أنه ما يزال حكرًا على الرجال وذلك لطبيعة المجتمع العربي وإلى عاداته وتقاليدته التي تقف عائقًا في سبيل مشاركة المرأة في العمل السياسي مثلها مثل الرجل.

#### 4. مجال الأمن الوطني:

إلى جانب المجالات السابقة هناك مجال هام اقتحمته المرأة وهو مجال الأمن الوطني، فالمرأة ثابتة ووقفت أمام كل العوائق التي تحول دون اقتحامها لمختلف المجالات منها مجال الأمن الوطني التي تحول دون اقتحامها لمختلف المجالات منها مجال الأمن الوطني فتأكدت لرغبة المرأة في التفوق والبروز والنجاح نجدها قد انضمت إلى ميادين عمل أخرى كانت من قبل مخصصة للرجال فقط مثل: الشرطة، الجيش، ثم ظهورها ونجاحها في السلاح الجوي .

#### 5. مجال القضاء:

لقد تمكنت المرأة من شغل مناصب قد يعجز الرجال حتى الوصول إليها فقد أثبتت جدارتها وكفاءتها في مجال القضاء، حيث يعتبر حق ممارستها لمجال القضاء حقًا وواجبًا فعملها في مجال القضاء يساهم في تقدم المجتمع وفي ضمان السلم و الأمن.

بالإضافة هذه المجالات هناك: القطاع الصناعي، القطاع الفلاحي، النقل والمواصلات، قطاع الإدارة، التجارة... الخ وبالرغم من المرأة استطاعت أن تبرز مختلف المجالات إلا أنه ورغم الإنجازات التي حققتها المرأة بقيت بعض الذهنيات العقلية في مجتمعاتنا تحد من تصرفاتها وتقف عائقًا في سبيل مسيرتها التطلعية.

## 7/ الاتجاهات نحو عمل المرأة:

يمكننا القول أن النظرة للمرأة في المجتمع العربي تتأرجح بين ثلاثة اتجاهات :

1. **الاتجاه الأول :** هو الاتجاه التقليدي المحافظ الذي يرى في المرأة الكائن الضعيف جسما وعقلا والذي يحصر وظيفة المرأة في تادية غرض أساسي واحد وهو الزوجية بمفهومها الخضوعي والأمومة بمفهومها التوالدي الرعوي، ويعلل التقليديون موقفهم بتعاليم الدين، ويرون في اختلاط المرأة وعملها خارج المنزل العار وفساد الأخلاق، ولكن هؤلاء لا يعترضون على مساهمة المرأة العاملة في الريف رغم قساوة عملها وهذا ما يثبت تمسكهم بموقفهم لا يرجع إلى أسباب دينية أصيلة إنما مرده التشبث بالتقاليد في امتلاك المرأة والسيطرة عليها.

2. **الاتجاه الثاني:** ويمثل فكرة الغالبية من الرجال والنساء، وهو يتسم بنظرة متحررة نسبيا، دون أن يكون ذلك معارضا للتقاليد المستقرة ومع إبقاء المرأة منسوبة للرجل ومحتاجة إلى رعايته، سواء كان أبا أم زوجة أو أختا، ويعترف أصحاب هذا الاتجاه بأن للمرأة حق بالعمل ولكن في نطاق وظائف معينة تنسجم وطبيعة المرأة مثل التعليم والتمريض والخياطة وما شابه، فعمل المرأة هذا مقبول ومرغوب فيه لكونه يساعد في دخل الأسرة، وتحسين أحوالها ولا يرى فيه خلقا لكيان مستقل يحرر المرأة تحررا كاملا ويساويها في علاقتها مع الرجل .

ويقول الدكتور محمد أمان بن علي الجامي رحمه الله في رسالته النافعة (نظام الأسرة في الإسلام) ولسنا نقول كما يظن أن المرأة لا تخرج من بيتها لمزاولة الأعمال، كلا بل للمرأة المسلمة أن تعمل ولها واسعة في العمل والقول بأن الإسلام يمنع المرأة عن العمل إساءة للإسلام ، فالمرأة لها أن تزاوّل أعمالها دون محاولة أن تتزاحم الرجال أو تخلو بهم للمرأة ان توظف مدرسة، مدبرة أو كاتبة في المدارس النسائية ولها أن تعمل طبيبة أو ممرضة أو في أي عمل تجيده في المستشفيات الخاصة بالنساء إلى آخر الأعمال المناسبة

(Majdah.maktoob.com 29/09/2010 h17 :15)

3. الاتجاه الثالث: وهو الاتجاه المتحرر المنفتح الذي يساوي بين الحقوق والواجبات للمرأة و الرجل في جميع المجالات الاجتماعية والاقتصادية والسياسية ويرى في المرأة الإنسان القادر على العمل والابداع وممارسة الحرية، وتحمل مسؤوليتها دون أن يشكل ذلك تهديدا للرجل ويرى أصحاب هذا الاتجاه أن تخلف المجتمع العربي يعود الى انعدام حرية المرأة وجهلها، وعدم اطمئنانها على مستقبلها لكونها عضوا غير فعال ومنتج في المجتمع وهؤلاء يطالبون بفتح الأبواب أمام المرأة في التعليم والتدريب والعمل بمختلف أنواعه. ( سلسلة كتب المستقبل العربي، 1999، ص 61)

#### 8/ موقف الدين من عمل المرأة:

إن الإسلام يعالج عمل المرأة من منظور شمولي يقوم على ركيزة أساسية تعلق بإعطاء المرأة حق العمل وفقا لدورها في الحياة الإنسانية ومسؤوليتها المباشرة لرعاية الأسرة وانسجامها مع ما منحها الله تعالى من مواهب واستعدادات فطرية واتجاهات نفسية وميول وغرائز مختلفة يمكن أن تتيح لها العمل في أنشطة اقتصادية محددة.

ومن خلال استقراء النص القرآني يتضح لنا أن معالم النظرية القرآنية في مجال عمل المرأة تقوم على ثلاثة دعائم جوهرية يكمل بعضها البعض وهي:

- الدعامة الأولى: الإصلاح.

- الدعامة الثانية: الايمان.

- الدعامة الثالثة: الثواب. ( أحمد سعد، ياسر الحوراني، 2000، ص 18)

ومن أبرز الأمثلة القرآنية التي تجمع بين متغيرات الإصلاح والايمان والثواب يمكن التوقف عليها كشرط واضحة لعمل المرأة تتجلى بتتبع النصوص القرآنية التالية:

قوله تعالى ﴿ فَاسْتَجَابَ لَهُمْ رَبُّهُمْ أَنِّي لَا أُضِيعُ عَمَلَ عَامِلٍ مِنْكُمْ مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ ۖ بَعْضُكُمْ مِنْ بَعْضٍ ﴾

وقوله تعالى ﴿ مَنْ عَمِلَ صَالِحًا مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ وَهُوَ مُؤْمِنٌ فَلَنُحْيِيَنَّهٗ حَيَاةً طَيِّبَةً وَلَنَجْزِيَنَّهُمْ أَجْرَهُمْ بِأَحْسَنِ مَا كَانُوا يَعْمَلُونَ ﴾ سورة النحل، آية 98

ويتضح من خلال هذا الخطاب في هذه النصوص القرآنية أن الفئة المستهدفة ليس الرجل وحده ولا المرأة وحدها وإنما الرجل والمرأة على حد سواء وذلك بقوله تعالى ﴿ مِنْ ذَكَرٍ أَوْ أُنْثَىٰ ﴾ إلا أن المعيار الأهم في تحديد صلاح المرأة للعمل يعتمد على مضمون الخطاب الشرعي علاوة على معيار الملائمة والقدرة والحاجة التي تقتضيها ظروف المجتمع المختلفة ولذا فإن مجالات التطور والتقدم تسمح للمرأة بالانخراط في العديد من الأنشطة الاقتصادية وتتمكن المرأة من خلال ذلك من اكتساب المعارف الخاصة وتعلم التدريب والمهارات الكثيرة. (أحمد سعد، ياسر الحوراني، 2000، ص 20)

## 9/ مسؤوليات الزوجة العاملة :

إن المرأة التي تشكل نصف القوة البشرية لها دورها الهام في عملية إن التنمية الاقتصادية والاجتماعية كما أن خطط التنمية الهادفة إلى تحقيق التقدم والتطور تحتاج إلى تكريس كافة الجهود والطاقات والامكانيات للوصول إلى غايتها ، المرأة معينة بعملية التنمية كالرجل تماما ومسؤولياتها في التنمية تشمل العمل بجانب تربية الأولاد وإعداد الأجيال القادمة.

غير أنه ومنذ الخمسينات من القرن العشرين إزداد عدد النساء العاملات بأجر في غالبية الأقطار العربية، ورغم هذه المشاركة النشطة في العمل المدفوع الأجر وما ترتب عليه من مشاركة فعالة في داخل الأسرة، إلا أن النساء لم تشهد تغييرا موازيا بالقدر نفسه في تقسيم العمل داخل الأسرة، فالغالبية العظمى من النساء ما زالت هي التي تقوم وحدها بالعمل المنزلي وتربية الأولاد ورغم كل هذه الصعوبات في التوفيق بين الدورين خارج المنزل وداخله

إلا أن العديد من الأبحاث تشير إلى أن وجود أكثر من مصدر للثقة بالنفس وتحقيق الذات هو أفضل من أن تكون حياة الانسان مقتصرة على مجال واحد يعتمد عليه اعتمادا كلياً في إحساسه بذاته وتقديره لنفسه . (عايدة سيف الدولة، ، بدون سنة، ص 57)

فعمل المرأة خارج منزلها جعل منها عنصراً فاعلاً داخل الأسرة بالمشاركة في تحمل مصاريف الأسرة إلى جانب زوجها، وما صعب عليها الأمر هو تحمل مسؤوليتين في نفس الوقت، وكلاهما مهمتين بالنسبة لها، القيام بالأعمال المنزلية وتربية الأطفال من جهة والاهتمام بمهامها المهنية من جهة أخرى وتحت ضغط هذه المتطلبات الحياتية اليومية المتعددة قد تجد النساء أنفسهن أحياناً في مواقع اختيار صعب بين أن يترك العمل خارج المنزل ويتفرغن لمتابعة الأعباء المنزلية والأبوية، متغلبات بذلك عن دورهن في الحياة العامة الذي قد يسهم مساهمة كبيرة في إثراء شخصياتهن وتوسيع علاقاتهن الاجتماعية وكسر روتين العمل المنزلي اليومي أو أن يبذلن من الجهد ما يفوق طاقتهن للقيام بالعملين معا علماً بأن العاملة خارج المنزل عادة ما تكون مطالبة بأن تثبت عدم تقصيرها على مستوى المسؤوليات المنزلية . (عايدة سيف الدولة، بدون سنة، ص 58)

1. **مسؤوليات المرأة المتزوجة:** تعتبر الأسرة الخلية الأولى للبناء الاجتماعي فلا يمكن تصور حياة إنسانية دون وجود أسرة، والتي تتكون من الزوج والزوجة والأولاد، فهي أساس البقاء والاستقرار في الحياة الاجتماعية وفي الأسرة تعتبر الأم بمثابة العمود الفقري في بناء البيت وتربية الأبناء. (مها عبد العزيز، 2005، ص 108)

فحين تنزوج الفتاة تتغير طبيعة حياتها وطبيعة مسؤوليتها وتتداخل أدوارها ضمن الأسرة وتتشابك فهي في بداية عهدها بالزواج زوجة لها مسؤولياتها كزوجة مسؤولة جديدة حيث أنها أصبحت أما وعليها العناية بالأطفال وتربيتهم، ومسؤولياتها هذه مرتبطة بمسؤولياتها كربة أسرة تتداخل هذه المسؤوليات لتلقى مجتمعة على عاتق الزوجة بشكل

رئيسي. وإذا كانت مملكة الرجل هي الحياة الاجتماعية بصفة عامة فإن مملكة الزوجة هي المنزل. (حسين عبد الحميد رشوان ، 2003، ص 161)

وسنحاول فيما يلي تقسيم مسؤوليات المرأة المتزوجة على الرغم من أنها تهض بها مجتمعة في آن واحد إلى :

أ. **مسؤوليات المرأة كزوجة :** إن المرأة العربية لا يزال وجودها مستمد من وجود الرجل كما أن وجودها في حياة الرجل مرتبط بتأمين الاستقرار و الراحة له، وعلى هذا الأساس تبدأ التربية منذ الطفولة بشكل عام وهذه التربية تختلف درجة تأثيرها باختلاف موضع الطبقة الاجتماعية التي تنتمي إليها الأسرة، أي مستواها الاقتصادي والاجتماعي والثقافي كما تتبع من وضعها الأنثي ومن وضعها الديني والإقليمي، لكن بشكل عام التنشئة في الأسرة هي الأساس في إعداد الفتاة لتصبح زوجة في المستقبل تقوم بما عليها من مسؤوليات وتؤدي ما عليها من واجبات و مسؤوليات المرأة العربية كزوجة كانت حتى عهد قريب محصورة في أعمال منزلية، تُربي على ذلك في بيت أبيها وتنتقل إلى بيت زوجها لتقوم بالأعمال ذاتها.

وكان المطلوب من الزوجة أن تهيب أسباب الراحة والهناء والسرور لزوجها وتعيش معه في السراء والضراء وتحمل منه كل شيئاً، ومع التقدم التدريجي للمجتمع صارت مسؤوليات الزوجة أكبر من مجرد تأدية الأعمال المنزلية أو الاهتمام بالزوج فقد تحولت بفضل تعلمها وتطور مهاراتها ودخولها ميدان العمل إلى مركز المشارك في الحياة والعامل على تطويرها وتغيرها. (عبد سمير ، 1980، ص ص 66-68)

ب. **مسؤوليات المرأة كأم :**

ينقل التراث الحضاري والثقافي للمجتمع من جيل إلى جيل من خلال الأسرة عبر ما تزرعه الأم من قيم اجتماعية في أبناءها عند تربيتها لهم ومسؤولية المرأة كأم أي كمرية ومنشئة للأطفال تنطبق على كافة نساء الأرض، فهي المسؤولة عن رعايتهم وتلقينهم المبادئ خاصة في السنوات الأولى من العمر، ومسؤوليتها كأم تتطلب منها الكثير من

واجبات المرأة التي تعني بتربية أولادها وتهذيبهم أن تنمي فيهم الأخلاق والصفات الحميدة كالثبات والتقوى والترتيب والصدق والصبر، ويجب عليها أن لا تتغاضى عن صحتهم ونمو أجسامهم بل أن تبذل الجهد في صيانة عائلتها من كل ما يضر بصحتها وذلك يكون بيقظتها وحسن تدبيرها للمنزل.

لقد كان دور الأم في السابق محصورا فقط في أمور العناية بالأولاد وكل ما يتعلق بحياة أولادها وسوى ذلك يعتبر مسؤولية الأب، لكن في العصر الحديث ومع تعلم المرأة ودخولها ميدان العمل وتقلص تبعيتها للرجل تغير الوضع وصار للأم دور هام في توجيه أبنائها لاختيار أسلوب تعليمهم أو لاختيار مهنتهم وأصبحت تتخذ القرارات الهامة المتعلقة بمستقبلهم، وأهم من ذلك صار لها الحق والقدرة بشكل أو بآخر في تحديد عدد الأولاد الذي ستنجبهم إذا مسؤولية المرأة كأم مسؤولية هامة جدا لأن نتائج أداؤها لهذه المسؤولية بنجاح يؤثر في مستقبل المجتمع باعتبار أبنائها اليوم هم رجال الغد، وهنا يلعب المجتمع دورا بارزا في أداء المرأة لمسؤوليتها كأم من خلال ثقافته وتقدمه. ( الخطيب محمد كامل، 1999، ص 63)

**ت. مسؤوليات المرأة كربة أسرة والعلاقات الأسرية:** أن تكون المرأة ربة أسرة فهذا يعني مسؤوليات أضيفت على عاتقها عليها القيام بها في الوقت ذاته الذي تقوم به بمسؤولياتها الأخرى، فالاهتمام بالأقارب وزيارتهم واستقبالهم أمر ضروري وهام لا يمكن الاستغناء عنه في المجتمعات العربية وخاصة في أوقات العيد أو المناسبات الأخرى .

كانت الزوجة في الماضي تعتمد في رعايتها على أسرتها الممتدة التي تشمل الأم والعمات والخالات إضافة إلى عدد كبير من الأقارب، واليوم بعد تقلص الدور للأسرة وبروز الأسرة النواة المكونة من الزوجين والأطفال، إزدادت مسؤولية الزوجة فأصبحت تقوم بهذه الأعباء وحدها من حيث تربية الأبناء وتنشئتهم والاعتناء بهم والاهتمام بشؤون المنزل وتلبية

احتياجات الأسرة، وازدادت من أعباء الزوجة حيث أصبحت الرعاية الصحية للمسنين لها أهمية وأن عدم قيام المرأة بهذه المسؤوليات يكون سببا في بعض الأوقات للخلافات .

(الخولي سناء، 1984، ص 72)

## 2. مسؤوليات المرأة العاملة:

أثبتت المرأة منذ دخولها إلى مجال الوظائف العامة قدرتها وصلاحيتها للقيام بواجبات ومسؤوليات هذه الوظائف وفي كل يوم نجد المرأة تغزو مجالات جديدة في هذه الوظائف وتثبت قدرتها وجدارتها فيها فالمرأة بوصفها امرأة لا تفتقر إلى القدرة على القيام بأعباء الوظيفة العامة . ( فؤاد مهنا ميمة، 1984، ص 245)

### أ- مسؤولية المرأة العاملة كوحدة اقتصادية فاعلة :

من ميزات المرأة قدرتها على الجمع بين أدوار متعددة فهي أم وزوجة إضافة إلى عملها وهذا الجمع بين الأدوار يجعل البعض ينظر إلى عملها على أنه غير دائم ولا يستمر طول حياتها، هناك نظرة سائدة واعتقاد راسخ بالنسبة للمرأة في مجال العمل والوظائف العامة بأنها غير مستقرة في هذا المجال، وهذه النظرة ترجع قبل كل شيء إلى مجرد كونها امرأة فصاحب العمل سواء كان الدولة أو غيرها من الأشخاص العامة أو الخاصة ينظر إلى العنصر النسائي في العمل باعتباره عنصر غير مستقر ويتوقع دائما أن تترك المرأة وظيفتها في أي لحظة لأسباب ترجع لطبيعتها الخاصة وظروفها العائلية. (فؤاد مهنا ميمة، 1984، ص 251)

إن المرأة العاملة تتحلى بمزايا عديدة منها التنظيم للوقت والجهد والاستثمار الأفضل لكل ظروفها ومكونات حياتها الشخصية والعامة، إضافة للمعرفة بفضل العمل تزداد خبرة المرأة وتتعلم علاقتها مع الآخرين ويتم اكتشافها لنفسها ولغيرها كما تتميز بالمرونة نتيجة

تزايد معارفها وتعدد تجاربها وتنوع أهدافها مما ينعكس عليها فتصبح لديها قدرة أكبر على التحمل والعقلانية في معالجة ما يعترضها من صعوبات .

ب- **مسؤوليات المرأة العاملة تجاه نفسها في موقع عملها** : إن التحرر واستقلالية الرأي وثبات الذات وإلغاء التبعية عن طريق الاستقلال الاقتصادي كلها دوافع المرأة للخروج إلى العمل وهذا يرتب على المرأة مسؤولية التعليم والتدريب لتستطيع القيام بالعمل الذي خرجت من بيتها إليه وبالتالي تحقيق ما تنشده من تحرر واستقلالية . التحرر الذي تنشده المرأة لنفسها وتبحث عنه لا يمكن أن يتم ولا يمكن أن تعتبر المرأة مساوية للرجل في أي مجتمع كان مالم تؤد عملها على سبيل التفرغ أي أن تشعر أن العمل هو واجبها في الحياة .

(فؤاد مهنا ميمة، 1984، ص ص 270-271)

## 10/ آثار عمل المرأة:

النظرة السلبية التي كانت تسود المجتمعات العربية بالنسبة لعمل المرأة بدأت تتحول ولكنها لا تزال متحفظة إذ تعتبر أن الأفضلية للمرأة المتزوجة الانصراف إلى واجباتها نحو عائلتها ، ولكن قد تدفع حاجة بعض الأسر الفقيرة وامتدنية الدخل المادي نحو تقبل علم المرأة المتزوجة. (مريم سليم وآخرون، 2004، ص 112)

فكان لهذا الأخير أثر في تغيير المراكز الاجتماعية للمرأة وأدوارها ووظائفها في المجتمع وخروج المرأة للعمل خلق آثار إيجابية وأخرى سلبية .

1. **الآثار الإيجابية** : لقد أصبحت المرأة تساهم بشكل كبير في عملية صنع القرار داخل الأسرة في كافة القضايا المتعلقة بحياتها الشخصية والأسرية والزوجية وهذه الامتيازات التي حصلت عليها المرأة كان سببها خروجها للعمل، فتعددت الآثار الإيجابية لعملها وهي كالاتي:

- **جانب بنائي:** السلطة الأبوية لم تعد نفسها بازدياد سلطة الأم في مشاريع الحياة اليومية المستقبلية للأسرة فعملية التغيير جعلت المرأة تكتسب أدوار اجتماعية إضافية معترفة لدى الأسرة. (السيد عبد الفتاح عفيفي، 1996، ص 25)

فأصبح للمرأة العاملة نفوذ داخل أسرتها وكلما تحسنت الكفاءة المهنية للمرأة كلما كبر أجزها كلما كبرت أهميته في اتخاذ القرارات الخاصة بالزوجين ، وبالتالي تتحسن بصورة واضحة مكانتها داخل الاسرة فيكون بروز شخصية المرأة العاملة التي تساهم في ميزانية البيت له أثر على السلطة التي اعتاد أن يمارس الزوج حيث تنقص كما أن الاختلاف في الأجر يمكن أن يكون باعثا آخر للشعور بالنقص بالنسبة للرجل. (فوزية براشت موشت، 1983، ص 29)

بالإضافة إلى أن انخراط المرأة في ميدان العمل، دفع بطريقة غير مباشرة انخراط الرجل في أداء الواجبات المنزلية، وهذا لا يعني انسحاب المرأة كليا من القيام بالأعمال المنزلية .

- **جانب ثقافي :** فالثقافة على حد تعريف " ألاكهون " هي جميع مخططات الحياة التي تكون على مدى التاريخ كموجهات محتملة لسلوك الأفراد وتضم مخططات الحياة الصريحة والضمنية. (عبد الفتاح عفيفي، 1996، ص 26)

وهذا الشكل يطابق الحياة المشترك القائمة بين الزوجين في التعاون والنقاش، والعمل على أخذ أنجع الأساليب التي يمكن أن توفر أحسن شيء يساعد أفراد الأسرة وفقا لما تطلبه متغيرات الحياة العصرية فنجد المستوى التعليمي للزوجة يساهم بشكل كبير في تزويد أبناءنا بمعارف وخبرات تعليمية تفيدهم في مستقبلهم .(حمداوي محمد ، 1998 ، ص 13)

- **جانب معنوي:** يحقق العمل للمرأة استقلالية تمنحها الثقة بالنفس وكذا ثقة برأيها، وقد أثبتت الدراسة التي قامت بها سيرزوجلانمبوس " Sears and Galanbros " أن تداخل الحياة

الأسرية والعملية، وشكوى المرأة لأقرانها وزملاء العمل من طبيعة الحياة الأسرية ومشاكلها تخفف من وطأة تبعاتها وتساعد على التكيف . (أحمد زايد وآخرون ، 2002 ، ص 441)

فشكوى المرأة لزملائها بالعمل عن معاناتها يخفف من وطأة الضغوط التي تعترضها.

- **جانب مادي:** يفسر هذا الجانب أدوار المرأة ومكانتها في المجتمع في ضوء مشاركتها في الإنتاج ضمن الوضع الاقتصادي الجديد الذي أصبح يحتم مشاركتها للزوج في حل الأزمة المالية الأمر الذي يتطلب تحويلها من الدور الطبيعي إلى دور أوسع بكثير يتمثل في حسن تسيير الميزانية الأسرية، يمكن خاصة في مشاركة الزوجة لزوجها في العمل الاقتصادي والكسب المادي أين أصبح الزوج لم يعد الشخص الوحيد في العائلة الذي يكتسب موارد العيش والرزق. (حمداوي محمد، 1998، ص 13)

فقد أصبحت المرأة قوة منتجة بإمكانها أن تساعد في عملية البناء الاقتصادي وكذا مساعدة زوجها في تلبية حاجات الأسرة. (عبد الحميد سيد منصور وآخرون ، 2000 ، ص 142)

## 2. الآثار السلبية:

لعمل المرأة خارج منزلها آثار سلبية بجانب الآثار الإيجابية قد تفوق خطورتها وأهميتها السالبة الذكر ونبرزها بنوع من التفصيل فيما يلي :

### 1- آثار عمل المرأة على الأسرة:

#### أ- أثر عمل المرأة على أطفالها :

عادة ما تخرج المرأة للعمل تاركة أولادها وشؤونها المنزلية، الأمر الذي يتطلب منها تدبير ما خلفته وراءها، فهي إما ترسل أولادها إلى دور الحضانة وإما تجلب خادمة تساعد على اعتبار أن المرأة الماكثة بالبيت لها كل الوقت في رعاية أبناءها والاهتمام بشؤونهم

وتلبية حاجاتهم المختلفة في أي وقت ممكن على خلاف المرأة العاملة فهي لا تجد وقتاً لتلبية حاجيات أبنائها وذلك أن العمل يأخذ جل وقتها .

فنظراً لطبيعة العلاقة بين الزوجين من جهة وبينهما وبين الأبناء من جهة أخرى أثر كبير في تحقيق مستوى الصحة النفسية السليمة، ويتفق "جون بولي" 1959 و "لانديس وهير" على ابتعاد الوالدين عن الأبناء وانشغالهم عنهم وعدم قيام كل منهم بأداء وظيفته الوالدية بكفاءة، يؤدي إلى تصدع الأسرة وانعدام الشعور بالاستقرار العائلي حيث الحرمان وسوء الصحة النفسية. (نبيه إبراهيم إسماعيل، 2001، ص 204)

والأم أول مصدر للأمن عند الطفل لأنه لا يفهم شيئاً مما يدور حوله بما يثير توجسه وقلقه وعطف الأم كفيل بدرء هذا القلق... ويتوقف نجاح الأم في تطبيع الطفل على مهاراتها في استهجان سلوكه غير المرغوب دون أن تشعره أنه فقد حبها. (سليم نعامة، 1984، ص 36)

ولقد أكدت مدرسة التحليل النفسي على أهمية العوامل النفسية التي تربط الطفل بأمة في السنوات الأولى من عمره والآثار العميقة التي تتركها هذه الأخيرة على نموه الانفعالي ولهذا فأهمية الحب في حياة الطفل ترجع إلى أنه أول مظاهر العاطفة عند اتجاه الآخرين فمن خلال حب الطفل لأمه يتوصل إلى اكتساب الكثير من العادات التي يجب أن يتعلمها الطفل عنها وذلك عن طريق المحاكاة والايحاء. (كاميليا عبد الفتاح، 1984، ص 286)

وقد أكدت البحوث أن الطفل المحروم من والديه يعاني مشكلات أهمها الحرمان الانفعالي من الحب والعطف والحنان وقد يعاني من العقد النفسية مثل: الشعور بالنقص كما أن خبرة الرضاعة السارة تعتبر شرطاً ضرورياً لهدوء الطفل انفعالياً. (نايف محمد عايد المرواني، 2009، ص 99)

كما أظهرت دراسة علمية مؤخرًا أن أطفال النساء العاملات في داوم كامل يعانون دراسياً مقارنة بالأطفال الذين لا تعمل أمهاتهم، وذكرت الدراسة التي درست أربعة آلاف طفل أمريكي أن أبرز مشكلات أبناء العاملات تتمثل في ضعف التحصيل والانجاز في مهارات التحدث والقراءة والرياضيات، وأنه من المحتمل أن تصبح هذه المشكلات طويلة المدى بحيث تؤثر على الأطفال في حياتهم فيما بعد وقد تترك آثار اقتصادية دائمة عليهم في حياتهم العملية. (ستيف دوتي ، 2001 ، ص39)

إن الغياب المتكرر أو الانفصال الجزئي للأم عن طفلها طوال اليوم من أبرز العوامل التي تزلزل أمن واستقرار حياة الطفل خاصة أثناء مراحل حياته الأولى وبالتالي فإن غياب الأم يجعل الطفل غير واثق من نفسه ولا في من حوله مما يؤدي به في النهاية إلى عدم التكيف والاندماج السليم في المجتمع مما يتطلب من الأم محاولة إشباع حاجات طفلها وغرس الثقة والأمان في نفسه من أجل تهيئته إلى الدخول في المجتمع والحياة الاجتماعية بمختلف معاييرها وقيمتها. (أنسي محمد أحمد قاسم ، 1998، ص24)

كما يرى بولي " Bouilly " أن الانفصال المبكر الطويل للأطفال عن أمهاتهم كان سبباً أولياً لنمو سمة الجنوح واستمرار سوء السلوك وقد استمد بولي قناعاته هذه من ملاحظته للأطفال الصغار المودعين بالمؤسسات وقد وجد في دراسته الاكلينيكية لـ (44) لصاً أن بعضهم تبدو لديه عدم القدرة على إقامة علاقات طويلة ودائمة مع الآخرين وقد ارتبط هذا العجز لديهم بغياب الأم. (ابراهيم اسماء ، 2015، ص 213)

بينما توصلت دراسة "فريال بهجت" التي تمت عام 1981 إلى أن المرأة العاملة ليس لها الوقت الكافي لرعاية أولادها بالمعدل نفسه الذي يتوفر للمرأة الغير عاملة، ولهذا فإن دور المرأة في مجال التنشئة الاجتماعية للأبناء والرعاية التربوية أخذ في التضاؤل، وهذا ما تؤيده دراسة "سعيد سعيد" التي أفادت بأن عمل المرأة أدى إلى تدني قدراتها على القيام بالإشراف

على الجانب التربوي لأبنائها فهي غير قادرة على متابعة دراسة الطفل والاشراف على تحفيذه لواجباته الدراسية. ( نجاح محرز رمضان ، 1999 ، ص ص 55-56)

محاولة تعويض الأم ابنها عن غيابها طوال اليوم عن البيت يجعلها تفرط في تدليله ويكون نتيجة ذلك طفلا "اتكاليا" وغير ناضج فتكون هي السبب في فشله مستقبلا، كذلك استبدال المرأة العاملة "الرضاعة الطبيعية بالرضاعة الاصطناعية" لأن خروجها للعمل يفرض عليها ذلك فتشوب الطفل مشاعر الغضب والعدوان كما أكدته معظم الدراسات النفسية نتيجة الرضاعة الاصطناعية بالإضافة إلى شعور المرأة بالتقصير نحو ابنها مما يؤثر على صحتها النفسية بالسلب.

#### ب- أثر عمل المرأة على الزوج:

إن الزوجة الأم أصبحت مرغمة في العصر الحاضر بفعل الضغوط الاجتماعية على القيام بأدوار إضافية وقد تتجه بعض النساء إلى مقاومة هذه الضغوط والانصراف إلى حياتها الأسرية وحدها وقد يعتبرها البعض الآخر حافزا على التخلص من العبودية أو التخلي عن أدوار الزوج والأمومة والاقبال كلية على المهنة، أضف إلى ذلك الانطلاقة الكبرى التي حققتها المرأة في مستويات التعليم المختلفة، هذا القدر الكبير من التطور يجعل الزوجة طرفا جديدا في الحياة الزوجية الحديثة، ونتيجة لكل ذلك اتجهت المرأة نحو ممارسة دور إيجابي في شؤون الزواج والأسرة ولا تميل إطلاقا إلى ترك جميع القرارات لزوجها وتطالب بالمساواة في نشاط الزوج. (محمود حسن، 1967، ص 208)

إن مطالبة المرأة بالقيام ببعض الأدوار التي كانت تعرف أنها من اختصاص الزوج أدى هذا الفعل إلى الصراع بين الزوجين فلم يصبح الرجل هو المسيطر على الزوجة والأبناء ولم تصبح القرارات الأسرية من حق الرجل وحده بل أصبحت تشاركه المرأة هذا الحق. ( مصطفى عوفي، 2003، ص 148)

إن مجرد خروج المرأة للعمل يولد فراغا داخل البيت وهذا بدوره يؤثر على الاستقرار العائلي ويحدث تغيير في العلاقة الزوجية في الأسرة التي تعمل فيها الزوجة، وقد تبين من بحث قامت به "ناي" سنة 1959 أن المناقشات كانت أكثر حدوثا بين الزوجات والأزواج في الأسر التي تعمل فيها الزوجة، فكانت النسبة بين العاملات اللاتي طلبن الطلاق في وقت ما بالنسبة لغير العاملات فقد بلغت المشتغلات 60% و غير العاملات 47% ونتيجة هذا البحث تدل على أن غير العاملة من النساء أكثر توافقا من العاملة . (كاميليا عبد الفتاح، 1984، ص 98)

والزوج ينتظر من زوجته أن تلبى متطلباته واحتياجاته مهما كانت الظروف، لذلك كثيرا ما تعاني الزوجات من احباطات عديدة إذ أنها برغم المجهود الضخم الذي تقوم به فإنها تكون عرضة للنقد على أقل تقصير، ويكون مصدر النقد بالطبع هو الزوج لكن في بعض الأحيان قد يقوم الأطفال بنقد الأم أيضا، لذلك يجب على الزوجة أن تكون صبورة وقوية الاحتمال كما يجب عليها أن تكون متفائلة دائما مهما حدث . (طارق كمال، 2005، ص 213)

ومن هنا ندرك أن المرأة العاملة كزوجة تعاني كثيرا من تعدد المطالب وشعورها بضيق الوقت وهذا كله يؤدي بها للإحساس بضغوط نفسية في أداء واجباتها كزوجة ، كما يؤدي إلى احساسها بالذنب نتيجة التقصير الذي تشعر به في أداء بعض هذه الواجبات فالمرأة العاملة الزوجة مهما كان شكل وصولها إلى عالم الشغل سواء نتيجة الظروف أو الرغبة في التفتح الشخصي فهي مسؤولة عن النتائج المدرسية السيئة لأودلاها وعن الإدارة المقصرة للبيت الزوجي .... الخ للنضال ضد هذا الاتهام تنهك نفسها في نهار عمل مزدوج.

(محمود حسن ، 1967 ، ص 201)

ورغم أن هناك نسبة كبيرة من الرجال ترفض عمل المرأة، وكذلك بأن يقوم الرجال ببعض الواجبات المنزلية لأسباب يعتبرها بعضهم تحط من شأنهم ولا تتطابق مع تصوراتهم

لكن يمكن القول أن الأسرة في البلاد العربية أكثر استقرارا وتشكل البنية الرئيسية للمجتمع كونه مجتمع جماعي لا يغلب عليه الطابع الفردي المتواجد في معظم المجتمعات الغربية، هذا هو الدور الرئيسي للأسرة وقد يكون هذا أمرا رئيسيا وهاما للكثيرين في البلاد العربية.

(<http://www.dw.worled.de/lw.article> 16/12/2010 h 06: 40)

وخلاصة القول أن عمل المرأة والزوجة أصبح في عصرنا مهما وضروريا على الأقل بالنسبة للمرأة ويأتي بفوائد أهمها مشاركتها لزوجها في تحمل بعض النفقات ومتطلبات الحياة الأسرية وأصبحت العلاقة بينهما مبنية على أساس التعاون وتبادل الآراء، فمساهمة المرأة العاملة في الانفاق على الأسرة ساعدها في التخلص من كونها عبئاً على الزوج.

## 2- آثار عمل المرأة على صحتها النفسية والجسدية :

### أ- أثر العمل على صحة المرأة النفسية :

إن المرأة وبسبب تعدد المسؤوليات الملقاة على عاتقها من عمل خارج البيت وتفانيها فيه يرحح الكفة على الأولاد والزوج والمنزل ككل فإنها لا تستطيع التوفيق بين العمل في الخارج والتزاماتها المنزلية فإنها تتعرض لجملة من الاضطرابات النفسية من أبرزها :

### 1) الاكتئاب والاحساس بالذنب:

تشعر المرأة العاملة بالاكتئاب والاحساس بالذنب نتيجة ضغط بعض الضغوطات النفسية والاجتماعية على شخصيتها، فهي مشتتة الفكر مابين عملها وضرورة تأديته على أكمل وجه ومابين أسرتها وأطفالها ومنزلها وضرورة القيام بواجباتها كاملة اتجاههم إن هذه الحالة تجعلها فريسة التوتر المستمر الذي يهدد بناء شخصيتها فينعكس على سلوكياتها وتصرفاتها، فهي مكتئبة وقانطة حيناً، وهي عرضة للإحساس بالذنب حيناً آخر، ويرافق هذه المشاعر بعض الأعراض الأخرى الثانوية مثل : فقدان الشهية والأرق والبكاء المتكرر، وإذا ما اشتدت

حالة الاكتئاب تحولت إلى مرض، فتصبح المريضة عاجزة عن القيام بأي نشاط (سليم نعامة، 1984 ، ص 192)

## (2) القلق والخوف :

إن القلق خبرة شعورية تظهر في مواقف التهديد، لأنه استجابة تعبر عن الشعور بأن خطر ما داخليا أو خارجيا يهدد الشخصية ووظيفة القلق كما يرى التحليليون هو أنه يعمل كإشارة إنذار للأنا حتى ينتبه هذا الخطر ويعد العدة لمواجهة بحشد مزيد من الطاقة أو القوى التي تواجهه حماية للشخصية من خطره. (أشرف عبد الغني، 2001، ص 160)

### ويتولد القلق والخوف لدى المرأة العاملة نتيجة للعوامل التالية:

1. للمرأة العاملة صلات اجتماعية وأهمها الصلة الأسرية، فهي مسؤولة عن أطفالها وعن دافع الأمومة وعدم قدرتها على إرضاء هذا الدافع بسبب العمل يولد لديها قلقا نفسيا دائما.
2. كثيرا ما يأتي للمرأة العاملة عن طريق ظروف العمل نفسها فهي في حاجة للتوافق مع هذه الظروف والتوافق مع زملاء العمل وبالقدر نفسه بحاجة إلى الحفاظ على مكانتها المهنية واثبات قدرتها في موقع العمل.
3. كما يأتي القلق للمرأة العاملة عن طريق شعورها بالنقص في قدرتها المهنية، الأمر الذي قد يقود مستقبلا إلى ترك العمل أو التوقف عنه مؤقتا، وهذا معناه حرمانها من المشاركة في عمليات الإنتاج التي تضغط على شخصيتها وبناءها الذاتي كونها كائن اجتماعي انتاجي في نفس الوقت. (سليم نعامة، 1984، ص 193)

### (3) الانفعال:

إن المرأة العاملة الأم غالبا ما تكون تحت ضغط حالة التوتر والانفعال في كافة المجالات سواء في العمل أو في البيت لتحملها المسؤولية كاملة، ذلك لأنها تتحمل ما يفوق قدرة احتمالها وعجزها على التوفيق بين مسؤوليات البيت المتعددة وبين العمل ومسؤولياته والتزاماته.

فالانفعال لدى المرأة العاملة يشمل جميع الحالات الوجدانية التي تتكون فيها شخصية المرأة العاملة، إنه يدخل في تكوين كثير من الدوافع الإنسانية المركبة (العاطفة، العقدة النفسية، الحالة المزاجية، القيم ...) ويؤدي الانفعال إذا كان شديدا إلى سرعة الاهتياج والعجز عن تذكر تفاصيل حادثة وقعت في الحال، وفقدان الشعور بالواقع كما يؤدي إلى اشتداد ضربات القلب والتوتر، والجفاف في الحلق، الفم والارتجاف. (سليم نعامة، 1984، ص 199)

كما أن شدة الانفعال تنتج عنها اضطرابات بالأمعاء تظهر على شكل اسهالات أو إمساك كما تظهر لدى شديدي الانفعال تقرحات بأنسجة الاثني عشر، كما أن الأبحاث النفسية والجسمية التي قام بها علماء المختصين أثبتت أن للانفعالات الشديدة آثار سيئة على الأعصاب المسؤولة على الجهاز الهضمي، حيث عند حدوثها لدى الفرد تؤدي إلى زيادة افراز حامض الهيدروكلوريك داخل المعدة وتتكون لدى الفرد القرحة المعدية .

(حسن مسني، 1998، ص 50)

### (4) الصراع العاطفي والتأزم النفسي:

في جميع الحالات تكون المرأة العاملة المتزوجة نهبا للوساوس والتعب وعرضة للإرهاق العصبي، فهي دائمة التفكير في اولادها ، تخاف على اطفالها اثناء غيابها عن

البيت لتواجدها في مقر عملها وهي دائمة الرغبة في التواجد بين أفراد أسرتها ومن هنا تقع المرأة فريسة للصراع العاطفي .

وقد دلت دراسات حديثة أجريت في الولايات المتحدة على النساء العاملات عن أنهن أبعد عن الاتزان الانفعالي من الرجال كما دلت على وجود مؤثرات خاصة شديدة الوطأة على شخصياتهن وهي مؤثرات لا وجود لها عند الرجال، ذلك أن الاختيار بين البيت والعمل مشكلة انفعالية حادة تشغل المركز من قلوب كثير من النساء، فتسبب لهن حيرة دائمة، وصراعا نفسيا موصولا وقد لا تكون المرأة شاعرة طوال الوقت شعورا واضحا بما يخلقه هذا الموقف في نفسها من صراع، لكنه صراع له أثر عميق في شخصيتها واتزانها الانفعالي فالعمل حسب ما أكد عليه الباحثون الأمريكيون قد يعترض سبيل زواجها وإن لم يفعل فإنه يصبح في كثير من الأحيان مصدر حرمان و تأزم نفسي وصراع وتهديد .

(عباس محمود عوض، دت ، ص 376)

لكن إدراك هذا الصراع والقدرة على تحمله مسألة تختلف من شخص لأخر أي من امرأة إلى أخرى، والملاحظ أن المرأة الناضجة الواثقة من نفسها قادرة على التحكم في حاجاتها ودوافعها والتوفيق بينهما، وتتعلم في النهاية كيف تسلم بالأمر الواقع فتتكيف وفق الحالة الجديدة، أما المرأة غير الناضجة نفسيا واجتماعيا فهي عرضة لتناقض الدوافع وتعارض الأهداف نجدها قد ملأ قلبها بالاحتجاج والرفض، مما يجعلها تعيش في صراع نفسي كبير. ( بن زيان مليكة، 2004، ص ص 89-90)

ولقد بينت دراسات كثيرة في مجالات علم النفس الاكلينيكي وعلم النفس المرضي وعلم الصحة النفسية أن فشل الشخص في تحمل الصراع وجله يؤدي إلى نشوء بعض الأعراض العصبية والسيكوسوماتية حيث يعتبر الصراع عاملا معجلا لظهور العصاب والذهان والانحرافات السلوكية في كثير من الأحيان. (أشرف عبد الغني، 2001، ص 151)

## ب- أثر عمل المرأة على صحتها الجسدية:

إن المرأة من الناحية الجسمية تتميز بضعف البنية ويصيبها التعب والملل نظرا لروتينية وكثرة الأعمال التي تؤديها مقارنة بالأعمال التي يؤديها الرجل، حيث أشارت إحدى الاحصائيات أن نسبة (72%) من النساء العاملات بألمانيا مصابات بالأمراض العصبية وحالات الضعف العام. ( محمود أيوب شحيمي، 1997، ص 63 )

وتشير بعض الإحصائيات أن (78%) من نسبة الأدوية المهدئة تصرف للنساء العاملات ، ففي المجتمع الألماني مثلا تشير الاحصائيات ان نسبة وجع الراس الدائم عند العاملات هو أكبر سبع مرات من تلك اللائي بدون عمل، والمرض الجنسي من موت الجنين أو الولادة قبل الأوان هو عند العاملات بشكل مرعب، ويرجع ذلك إلى الوقوف الدائم والجلوس المنحني أمام منضدة العمل كما يعود التشويه الجسمي عند النساء كتضخم الرجلين أو تضخم البطن إلى الحالات النفسية. (إبراهيمي أسماء، 2015، ص 208)

ويرى معظم العلماء أن التعب عبارة عن عملية تعديل لنشاط الانسان وأن الأعراض التي تظهر عليه ما هي إلا دقائق ناقوس الخطر للأخبار بالتعب الجسمي فهو بمثابة وسيلة دفاعية للجسم اتجاه الضغوط والصراعات الحياتية، ومن أهم أعراض التعب :

- أعراض سيكوسوماتية : وهذا يظهر في اضطرابات في الجهاز الهضمي وارتفاع ضغط الدم وارتجاف وخفقان في القلب .

- أعراض وجدانية وعقلية: مثل صعوبة في التركيز، ضعف الذاكرة صعوبة اتخاذ القرارات وهذا كله يعكس ضعف في الأداء وهو من بين آثار الاجهاد الطويلة المدى أيضا التوتر المستمر للعضلات الذي يسبب ألما لا تطاق وكل هذه الاضطرابات تؤثر على حياة المرأة العائلية والمهنية بدرجات متفاوتة. ( بن زيان مليكة، 2004، ص 90)

وتبعاً لما ذكر سابقاً يمكن ان نضيف أن المرأة العاملة تكون أقل استقراراً وأكثر عصبية وعرضة للأزمات النفسية والجسمية إذا ما كانت خاضعة لظروف غير مساندة لإنجاز مهامها كزوجة وأم لأطفال وعاملة تصبو إلى إسعاد أسرتها والنجاح في عملها فالعوامل الأسرية تلعب دوراً هاماً ومساعدة للمرأة العاملة إما في فشلها أو نجاحها في أداء أدوارها. فالأسرة المتناسكة المتعاونة لها دور في التقليل من المخاوف والقلق والانفعالات الشديدة للمرأة العاملة فالإنسان حسب أصحاب الاتجاه الإنساني يحتاج إلى أن يدعم من جانب الآخرين وأن يشعر بأن الآخرين يقدمون له العون والمساعدة باعتبار أن الدعم والعون والمساعدة ليست مطالب ثانوية بل إنها أمر هام لحياة سوية. (أشرف عبد الغني، 2001، ص 169)

## 11/ مشاكل المرأة العاملة:

1. **التداخل بين مسؤوليات المرأة كزوجة ومسؤوليات كعاملة :** لا يخفى على أحد تأثير عمل المرأة في أوضاع أسرتها لا جدال في أن عمل المرأة وتوليها الوظائف العامة يؤثر تأثيراً كبيراً في مجال الأسرة والمجتمع، بل أن هذا هو المجال الذي يتأثر أساساً أو أكثر من أي مجال آخر بخروج المرأة إلى العمل وتوليها الوظائف العامة ، فبعد أن كان دور المرأة يقتصر على رعاية الأسرة وتنشئة الأطفال والقيام بالأعباء المنزلية وبعد أن كانت متفرغة تفرغاً كاملاً لهذا الدور الذي خلقت مؤهلة له بيولوجياً وسيكولوجياً أصبح لها دور آخر يقتضي خروجها خارج المنزل وترك هذا الدور الهام لفترة قصيرة يومياً ولاشك أن ذلك يؤدي إلى نتائج هامة وخطيرة بالنسبة إلى الأسرة والمجتمع. ( فؤاد مهنا أميمة ، 1984 ، ص 274)

إن المرأة العاملة في البلدان النامية رغم دخولها ميدان العمل فإنها ظلت تتحمل مسؤولية أطفالها وزوجها كاملة، الأمر الذي أدى لأن تتنازعا قيمتان أساسيتان الأولى موقفها من أسرتها والطريقة الأنجع التي تسلكها كأم وزوجة وربة بيت والثانية موقفها من

عملها والطريقة الأنجع التي ستسلكها للقيام بالعمل المسند إليها، ويمكن القول أن المجتمع قد وقف من البداية موقف المتفرج من تلك الصراعات التي تعيشها المرأة فراح يتهمها بالاهمال وعدم الشعور بالمسؤولية والأنانية المفرطة التي دفعتها لتترك بيتها والجري وراء العمل خارج المنزل. (سليم نعامة، 1984، ص 19)

هذا التداخل بين مسؤوليات المرأة ووقوف الزوج في الكثير من الأحيان موقف المتفرج من معاناة زوجته وأيضاً عدم تقديم المجتمع للوسائل الكافية تماماً لتمكين المرأة من أداء دورها، أظهر العديد من المشكلات والصعوبات في حياة المرأة العامة شمل تأثيرها الأسرة والمجتمع.

## 2. مشكلات على الصعيد الشخصي:

لقد وُجدَ عمل المرأة الذي أخرجها من إطار الأسرة ومكنها من التفاعل مع مجتمعا والاستمتاع به بإرادتها الحرة مشكلات على المرأة نفسها لأن هذا العمل على الرغم من تأثيره إيجابياً على شخصية المرأة وتصرفاتها وأفكارها فإن هذه الآثار الإيجابية نفسها قد تخلق من المرأة شخصية جديدة ضمن ظروف لا تتوافق تماماً مع هذا التغيير، مما يولد مشاكل على الصعيد الشخصي للمرأة.

إن عمل الزوجة مضافاً إلى تعلمها وثقافتها كانا سببين مباشرين لتكتشف بواسطتهما قدراتها وذاتها وشخصيتها فتفوقت عملياً أسس الطاعة المفروضة عليها لزوجها إلا أن هذا الأخير لم يتنازل عن سلطته عليها، لذلك تنشأ من حين إلى آخر نزاعات بحكم تصادم النظريتين وينمو صراع صامت في الأعماق، فالعمل بحد ذاته أصبح عاملاً يفجر التناقضات والصراعات الكامنة والموجودة أصلاً بين الزوجين فمن الخطأ مواجهة عمل الزوجة واعتباره أصل المشكلة الزوجية فالتصدي يجب أن يتجه نحو عناصر التفاوت التي تقوم عليها شخصية كل من الزوجين ففيهما يكمن سبب الصراع. (حطب زهير، 1976، ص 266)

إن الزوجة العاملة محرومة من تطوير نفسها أثناء الخدمة ورفع كفاءتها بسبب أعباءها المنزلية من جهة وحرصها على تجنب المتاعب من جهة أخرى مما يؤثر على استقرار الأسرة، لذلك فهي تتنازل عن حقها في تطوير نفسها وتقدمها طواعية تجنباً لما تحاط به من ضغوط ومفاهيم اجتماعية لهذا نجد غالبية النساء العاملات لا يشاركن في الدورات والمؤتمرات وخاصة إن تطلب ذلك بعدهن عن أسرتهن أكثر مما هو مطلوب لوقت العمل كما نراها تحجم أيضاً عن المساهمة في النشاطات التي تنتم في العلاقات العامة في نطاق عملها مما يعيق تنمية شخصيتها واكتسابها الخبرات اللازمة لتزيد كفاءتها الإنتاجية وتحسن أداءها الوظيفي. ( أبو شعر ليلي ، 1992 ، ص 80 )

إضافة إلى ذلك الزوجة العاملة محرومة من النشاطات الترفيهية والثقافية والعلاقات الاجتماعية خارج المنزل لأن عليها واجبات تجاه الأسرة وأعمال منزلية لا بد من القيام بها بعد عودتها من العمل بمفردها دون تلقي مساعدة وينتج عما سبق إن الزوجة العاملة لا تحظى بإجازتها الإدارية لراحتها أو لقضاء أوقات استجمام مع الأسرة إلا في الحدود الدنيا، إن هذه المشكلات وإن بدت متعلقة شخصياً بالزوجة العاملة إلا أنها تمس الأسرة والمجتمع بشكل مباشر. (حطب زهير، 1976، ص 265)

### 3- مشكلة غياب الأم عن الأبناء:

إن تحمل الأم للمسؤولية الاجتماعية والتربوية والصحية والغذائية لأطفالها، هي مسؤولية فريدة من نوعها لا يجيدها سواها إذ حتى المؤسسات التربوية المعاصرة لا تستطيع تقديم ما تقدمه الأم لأطفالها بنفس الأداء والكفاءة لذلك على الأم العاملة أن ترعى أطفالها وتربيتهم تربية صحيحة فلقد كفل الإسلام رعاية الأطفال منذ ميلادهم إلى أن يبلغوا سن الرشد وأول هذه الرعاية ولاية الحضانة، حيث تنمو عواطف الطفل وغرائزه البشرية وجعل هذه الولاية كاملة للمرأة. ( غريب سيد وآخرون، 2001 ، ص 103 )

#### 4- مشكلات على صعيد العمل :

إن التعليم والعمل هما العاملان الأساسيان اللذان ساعدا المرأة على تطوير ذاتها وصقل شخصيتها ونضجها، وللعمل قيمة كبيرة في حياة الانسان السيكولوجية والاجتماعية وإن التغيرات الأيديولوجية والتكنولوجية قد أدت إلى دخول المرأة ميدان العمل والإنتاج فخلقت منها إنسانا جديدا له ميزاته وخصائصه النفسية المختلفة عن خصائص المرأة القديمة التي محيطها الأسرة والمنزل والأهل والأقرباء. (سليم نعامة، 1984، ص 50)

فالمراة العاملة تركز اهتمامها الأكبر في واجباتها العائلية وتجعلها في الدرجة الأولى مما يضطرها إلى التقصير في واجبات الوظيفة، فهي تضحي في اجازاتها في العمل حتى أنها تققطع إجازات بلا راتب من أيام عملها من أجل طفلها أو أحد أفراد أسرتها في حالة المرض، كل هذا ينعكس سلبا على وضعها في العمل وبالتالي يجد الكثير الحجة لتفضيل تشغيل الرجل عن المرأة لتحقيق استقرار أفضل في العمل. ( أبو شعر ليلي، 1992، ص94)

كما أن محاولة المرأة في التوفيق بين العمل وواجباتها كأ م وزوجة تسعى إلى تعديل ساعات عملها او حتى تغامر في استبدال عملها بعمل آخر رغم ما يكتنف ذلك من صعوبة تتمثل في تغيير طبيعة العمل واضطراب هذا الاستقرار العملي في حياتها في تغير البيئة المحيطة بها من زملاء ومرؤوسين محاولة بذلك الحفاظ بقدر الإمكان على واجباتها العاطفية كأ م بجانب أولادها ومثل هذا الإجراء الذي قد تتخذه المرأة له تأثير على إنتاجية العمل واستقراره كما له تأثير على فرص الارتقاء المهني والوصول إلى مراتب عليا في العمل حيث تضطر المرأة الى البدئ من جديد في عملها الجديد . إن جميع المشكلات التي قد تبدوا في ظاهرها ناشئة عن عمل المرأة سواء كانت مشكلات تمس المرأة شخصيا أو مشكلات تتعلق بالأسرة أو بالعمل فإنها مشكلات نتجت بشكل رئيسي بسبب عدم توفر الظروف المساعدة للمرأة لتسهيل عملها خارج المنزل فلو توفرت مثل هذه العوامل المساعدة للمرأة في التقليل

من الصعوبات الناتجة عن ازدواج دوريتها لتمكنت من العطاء والإنتاج بفعالية بقدر الرجل تماما إن لم تكن أفضل منه ، نظرا لحساسيتها وطبعها في إنجاز كل الأعمال الموكلة إليها بدقة شديدة وتمتعها بصبر طول الأناة والحذر في أداء أعمالها . ( عبد الفتاح كاميليا، 1984، ص ص 298-299)

## خلاصة:

لقد استطاعت المرأة التحرر من نظرة المجتمع التقليدية لها فقد شهدت مراحل عدة من التطور حتى وصلت إلى مرحلة خروجها للعمل بفعل النهضة الصناعية بالإضافة إلى الوعي الذي وصلت إليه بسبب التعليم، وبالتالي أصبح لها دورا ثاني تقوم به والذي أضيف لدورها الأول التقليدي (ربة بيت وأم وزوجة) ،ومن خلال هذا العمل استطاعت تحقيق ذاتها وإدراكها لما لها من حقوق، فاكتمت الخبرة المهنية من خلال تطوير قدراتها ومؤهلاتها لتصل بذلك إلى تولى أعلى المناصب وفي مختلف المجالات، ولكن بالرغم من هذا النجاح تواجهها صعوبات ومشاكل في توفيقها بين عملها الأسري وعملها المهني تؤدي بها إلى اضطرابات نفسية.

# الفصل الخامس

## الفصل الخامس :الإجراءات المنهجية للدراسة

### تمهيد

8- الدراسة الاستطلاعية.

9- مجال الدراسة.

10- مجتمع الدراسة.

11- المنهج المتبع في الدراسة.

12- عينة الدراسة.

13- أدوات الدراسة.

14- الأساليب الإحصائية

### خلاصة

## تمهيد:

تعد الدراسة الحالية من الدراسات الارتباطية والتي تعتمد على فحص طبيعة العلاقة بين المتغيرات موضع الاهتمام، حيث تهدف هذه الدراسة إلى معرفة العلاقة بين الاغتراب النفسي والاكتئاب لدى المرأة العاملة المتزوجة، ولتحقيق هذا الغرض اعتمدنا خطوات منهجية تتمثل في إجراء دراسة استطلاعية كان الهدف منها هو التأكد من صلاحية المقاييس المعتمدة في الدراسة، ثم تلتها دراسة أساسية كان الهدف منها هو اختبار صحة الفرضيات المصاغة في البحث.

و سنتناول الباحثة في هذا الفصل تقديمًا للعينة المخصصة والمنهج المتبع ثم عرضًا للأدوات المستخدمة في الدراسة من حيث بناءها وتصميمها، مع وصف الأساليب الإحصائية المستخدمة لاستخراج النتائج.

## 1- الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية، ملاحظة أولية للميدان، الهدف منها هو جمع أكبر قدر من المعلومات للإلمام بجوانب دراسته الميدانية، وتعرف الدراسة الاستطلاعية على أنها عبارة عن ملاحظة أولية تقام في مجتمع الدراسة عن طريق مقابلات نصف موجه عموماً، وتسمح لنا بإعادة صياغة الفرضيات وبناء وسيلة البحث. (choucha h ,1985,p15)

حيث قامت الباحثة بتوزيع مقاييس الدراسة على عينة الدراسة الاستطلاعية بجامعة المسيلة والتي بلغ عددها حوالي (30) امرأة عاملة وهذا للتأكد من مدى وضوح صياغة بنود المقاييس ومدى فهم المفحوص لها، والتحقق من كفاءة التعليمات المقدمة لكل مقياس، وكان الغرض منها أيضاً معرفة مدى تأثير طول المقاييس على أداء ودقة المفحوص في الإجابة وقد تم سحب العينة خلال السنة 2016.

وقد أسفر التطبيق الاستطلاعي لمقاييس الدراسة على أن الألفاظ الواردة فيها بسيطة وسهلة وليست غامضة، كما أن العبارات لا توحى بإجابات معينة، ولا تتضمن إلا فكرة واحدة مما لم يحدث سوء فهم لدى المرأة عند الإجابة على أسئلتها، وبالتالي لم تقم الباحثة بأي تعديلات (حذف أو إضافة) بالنسبة لعدد بنود المقاييس أو مضمونها. أما متوسط الوقت الذي استغرقه أفراد العينة في الإجابة على فقرات المقاييس بلغ (30) دقيقة.

## 2/ مجال الدراسة:

إن طبيعة البحث تستدعي من الباحث قيامه بالدراسة الاستطلاعية ووجه الاستفادة من ذلك هو الكشف عن الظاهرة المراد دراستها في البحث لدى عينة الدراسة ، لهذا كان القطاع المعني بالدراسة هو جامعة محمد بوضياف بالمسيلة، وفيما يلي نبذة عن نشأة وتطور جامعة المسيلة:

أنشأت جامعة ولاية المسيلة في عام 1985 من خلال فتح معهد للتعليم العالي في الميكانيك، ثم في عام 1989 تم فتح معهد الهندسة المدنية ومعهد التقنيات الحضرية وفي عام 1992 أصبحت مركز جامعي، أما في عام 2001 أصبحت جامعة مع أربع كليات و23 قسما.

حاليا يوجد بالجامعة سبع كليات، معهدين وثلاثة وعشرون مخبرا للبحث معتمدة من طرف وزارة التعليم العالي والبحث العلمي، يقدر عدد الموظفين بالجامعة حاليا 1265 موظفا من متعاقدين ودائمين.

ومن المعروف عن الجامعة جودة وكفاءة أساتذتها المقدر بحوالي 1402 والذين يقدمون دروسا في شتى الميادين لحوالي 29629 طالبا.

والجامعة هي مؤسسة عمومية ذات طابع إداري تتمتع بالشخصية المعنوية والاستقلال المالي إذ توضع تحت وصاية الوزير المكلف بالتعليم والبحث العلمي.

### 3- مجتمع الدراسة:

هو المجتمع الذي يسحب منه الباحث عينة بحثه، وهو الذي يكون موضع الاهتمام في البحث والدراسة، إضافة إلى ذلك مجتمع الدراسة هو مجموعة من المتغيرات تشترك في صفات وخصائص محددة ومعينة من قبل الباحث، إنه الكل الذي نرغب بدراسته، مثل: مجتمع طلبة التعليم الثانوي، وفي أغلب الدراسات لا نستطيع دراسة أو حصر كل مفردات المجتمع، نظرا لما قد تتطلبه هاتان العمليتان من وقت طويل أو جهد كبير أو تكاليف باهضة، وفي مثل هذه الدراسات يتم جمع البيانات من جزء من مفردات يسمى العينة.

(محمد بوعلاق، 2009، ص15)

وما العينة التي نختارها هنا إلا وسيلة لدراسة خصائص المجتمع، فالمجتمع هو الهدف الأساسي من الدراسة حيث أنّ الباحث يعمم في النهاية، النتائج النهائية. (رجاء محمود أبوعلام، 2006، ص154)

ويتكون مجتمع الدراسة من النساء المتزوجات الموظفات بالادارة بجامعة محمد بوضياف والبالغ عددهن (180) موزعات على الكليات والأقسام والإدارة المركزية (الأمانة والرئاسة)، وقد كانت عملية الالتقاء بالعاملات ليس بالأمر الهين ذلك أنها تتطلب وقتاً وجهداً كبيرين.

#### 4- المنهج المتبع في الدراسة:

إنّ اختلاف المواضيع المدروسة يقود إلى اختلاف الوسائل في البحث عن الحقيقة المرغوبة، فهذه الوسائل المستعملة في مجال البحث في العلوم الإنسانية تتلخص في المنهج المتبع لأجل الكشف عن الحقيقة المراد وصولها، إلا أن هذه الوسائل ليست واحدة، وإنما تختلف باختلاف المواضيع، واتساقاً مع موضوع الدراسة ونوعها وتحقيقاً لأهدافها والتأكد من مدى صدق الفروض التي قامت بها.

أي المنهج هو مجموع الإجراءات المتبعة في دراسة الظاهرة أو مشكلة البحث، ويؤكد المهتمون بمنهج البحث أنا الباحث ليس حراً في اختياره للمنهج بل طبيعة الظاهرة المراد دراستها هي التي تفرض على الباحث اختيار المنهج الملائم، وتصنف البحث على أساس الهدف الرئيسي له، أما تصنيف المناهج فإنها تتحدد بالطريقة التي يتبعها الباحث لحل مشكلة أو ظاهرة معينة. (عبد الباسط محمد حسن، 1977، ص211)

وبما أنّ طبيعة وأبعاد المشكلة (موضوع الدراسة) هي التي تفرض على الباحث إتباع منهج من خلال خطة يرسمها لتحقيق هدف البحث، فإنّ الباحثة من خلال هذه الدراسة تريد معرفة العلاقة بين الاغتراب النفسي والاكنتاب لدى المرأة العاملة المتزوجة فإنّه تطلب استخدام

المنهج الوصفي الارتباطي لأنه يتلاءم وطبيعة موضوع دراستنا، حيث أن هذا المنهج يتعدى حدود جمع البيانات لظاهرة ما إلى تحليل هذه الظاهرة وعلاقتها بالظواهر الأخرى، كما يساهم في رصد الظاهرة، ولا يزال هذا المنهج هو الأكثر استخداماً في الدراسات الإنسانية حتى الآن، وذلك نتيجة لصعوبة استخدام الأسلوب التجريبي في المجالات الإنسانية.

ويمكن تعريف هذا المنهج: " بأنه أسلوب من أساليب التحليل المرتكز على معلومات كافية ودقيقة عن ظاهرة أو موضوع محدد من خلال فترة أو فترات زمنية معلومة وذلك من أجل الحصول على نتائج علمية ثم تفسيرها بطريقة موضوعية وبما ينسجم مع المعطيات الفعلية للظاهرة. (محمد عبيدات وآخرون، 1999، ص 44)

فهذا المنهج هو الذي يعتمد على دراسة العلاقة بين متغيرين أو أكثر وكذلك معرفة اتجاه العلاقة هل هي علاقة ايجابية أم سلبية. (منى الأزهرى و مصطفى باهى، 1999، ص 27)

ويقوم المنهج الوصفي على مجموعة الخطوات التالية:

- \* الشعور بمشكلة البحث.
- \* تحديد المشكلة المراد دراستها وصياغتها.
- \* وضع مجموعة من الفروض.
- \* اختيار العينة التي تجري عليها الدراسة.
- \* اختيار أدوات البحث التي تستخدم للحصول على المعلومات.
- \* القيام بجمع المعلومات بطريقة دقيقة ومنظمة.
- \* الوصول إلى النتائج وتنظيمها وتصنيفها.

\* تحليل النتائج وتفسيرها واستخلاص التعميمات والاستنتاجات منها.

( عمار بوحوش، محمد محمود الذنبيات، 2001، ص145)

## 5- عينة الدراسة:

والعينة هي جزء عيني حسي من جماعة مختارة للدراسة وتكون العينة صالحة إحصائياً بقدر ما تمثل المجال المدروس إلى أبعد حد تقديري ممكن. ( خليل أحمد خليل، 1995، ص390) واختيار العينة المناسبة للبحث من العناصر الأساسية والمهمة في بداية العمل الميداني، فهي تساعد الباحث في جمع المعلومات من مجتمع الدراسة ويجب أن تحتوي العينة المختارة على مجموعة الشروط الموضوعية للعينة الممثلة لمجتمع الدراسة كله.

وانطلاقاً من موضوع البحث، الاغتراب النفسي وعلاقته بالاكتئاب لدى المرأة العاملة، تم اختيار عينة البحث بطريقة مقصودة كونها الأنسب لطبيعة الموضوع وذلك لعدم وجود منطقة محددة بها أفراد لهم خصائص ومميزات مجتمع أصلي وبالتالي فلا يوجد إطار دقيق يمكن من اختيار العينة عشوائياً.

وقد بلغ عدد أفراد العينة في حجمه النهائي (130) مفردة وتم استبعاد المفردات التي كانت في عطفة مرضية أو عطفة أمومة أو التي كانت استجاباتها منقوصة أو التي رفضت الاستجابة أساساً.

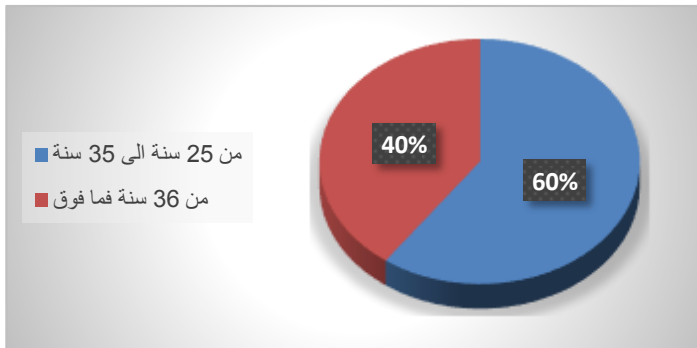
وفيما يلي توزيع أفراد العينة حسب المتغيرات الواردة في استمارة المعلومات:

1-السن:

الجدول رقم (01) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير السن

السن	التكرارات	النسبة المئوية
من 25 سنة الى 35 سنة	78	60%
من 36 سنة فما فوق	52	40%
المجموع	130	100%

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ حجمهم إجمالاً (130) فرداً، نلاحظ أن عدد الفئة العمرية (من 25 سنة الى 35 سنة) بلغ (78) بنسبة بلغت 60%، أما عدد الفئة العمرية من 36 سنة فما فوق فقد بلغ عددهم (52) بنسبة قدرت بـ 40%، وهذا ما يوضحه الشكل التالي:



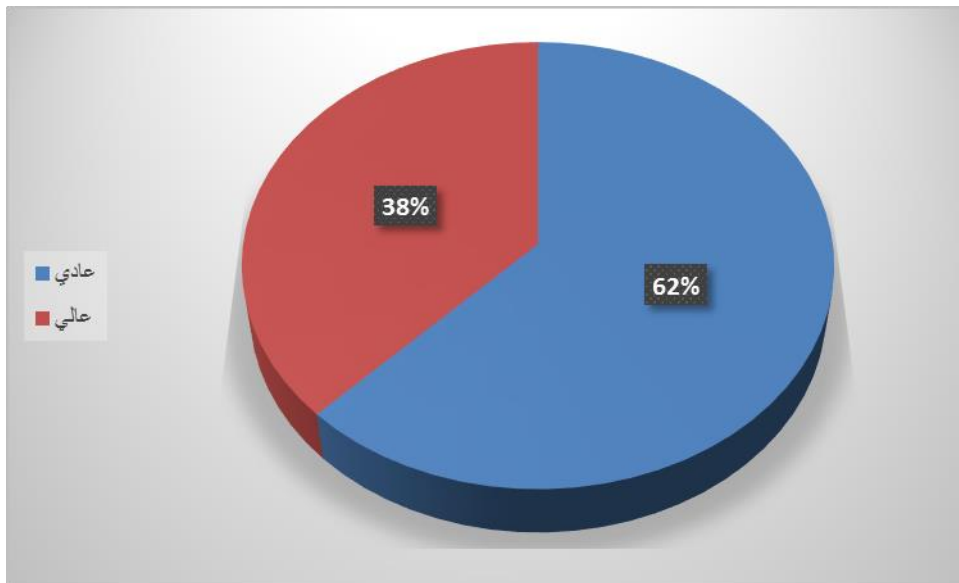
الشكل رقم (01) يوضح توزيع نسب أفراد عينة الدراسة حسب متغير السن

## 2-المنصب المشغول:

الجدول رقم (02) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير المنصب المشغول

المنصب المشغول	التكرارات	النسبة المئوية
منصب عادي	18	62,3%
منصب عالي	49	37,7%
المجموع	130	100%

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ حجمهم إجمالاً (130) فرداً، نلاحظ أن عدد النساء العاملات اللواتي يشغلن منصب عادي بلغ (81) بنسبة بلغت 62,3%، أما عدد النساء العاملات اللواتي يشغلن منصب عالي بلغ (49) بنسبة بلغت 37,7%، وهذا ما يوضحه الشكل التالي:



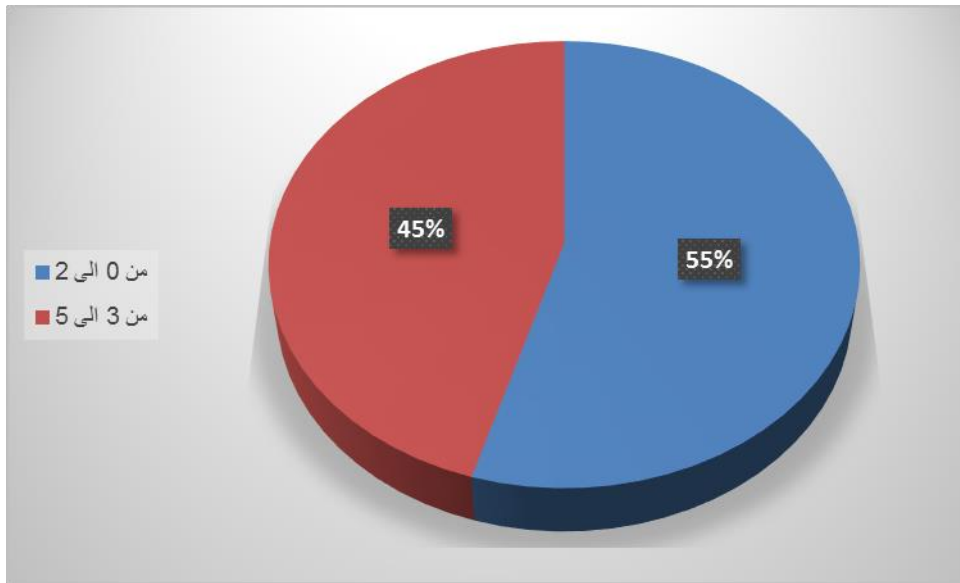
الشكل رقم (02) يوضح توزيع نسب أفراد عينة الدراسة حسب متغير المنصب المشغول

### 3- حسب عدد الأولاد:

الجدول رقم (03) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير عدد الاولاد

عدد الأولاد	التكرارات	النسبة المئوية
من 0 إلى 2 أولاد	71	54,6%
من 3 إلى 5 أولاد	59	45,4%
المجموع	130	100%

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ حجمهم إجمالاً (130) فرداً، نلاحظ أن عدد النساء العاملات اللواتي لديهن عدد أولاد (من 0 سنة الى 2 أولاد) قد بلغ (71) بنسبة بلغت 54,6%، أما عدد النساء العاملات اللواتي لديهن عدد أولاد (من 3 سنة الى 5 أولاد) قد بلغ (59) بنسبة بلغت 45,4%، وهذا ما يوضحه الشكل التالي:



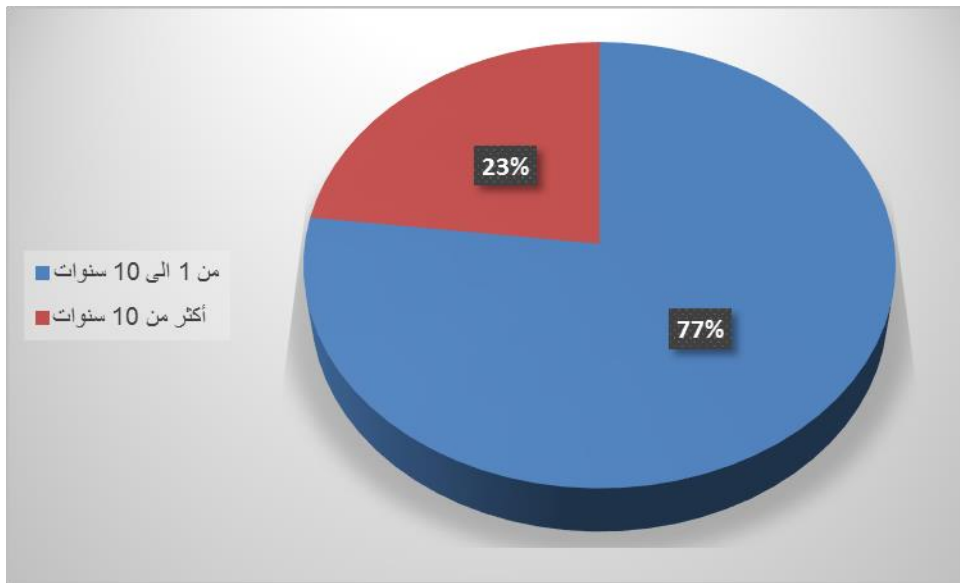
الشكل رقم (03) يوضح توزيع نسب أفراد عينة الدراسة حسب متغير عدد الأولاد

#### 4- حسب متغير عدد سنوات الخبرة:

الجدول رقم (04) يوضح توزيع أفراد عينة الدراسة حسب متغير عدد سنوات الخبرة

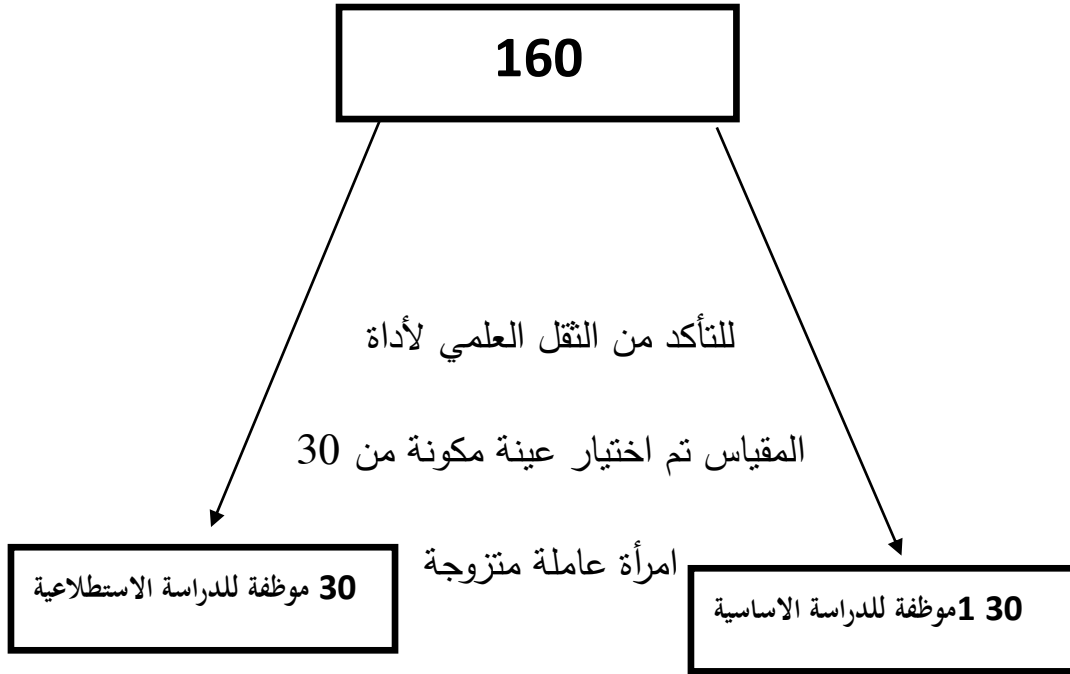
الخبرة	التكرارات	النسبة المئوية
من 1 إلى 10 سنوات	100	76,9%
أكثر من 10 سنوات	30	23,1%
المجموع	130	100%

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى تكرارات أفراد عينة الدراسة والبالغ حجمهم إجمالاً (130) فرداً، نلاحظ أن عدد العاملات اللواتي لديهن خبرة تتراوح من (من 1 سنة إلى 10 سنوات) بلغ (100) بنسبة بلغت 76,9%، أن عدد العاملات اللواتي لديهن خبرة (أكثر من 10 سنوات) بلغ (30) بنسبة بلغت 23,1%، وهذا ما يوضحه الشكل التالي:



الشكل رقم (04) يوضح توزيع نسب أفراد عينة الدراسة حسب متغير عدد سنوات الخبرة

وتهدف العينة إلى تمثيل المجتمع المسحوبة منه تمثيلاً صادقاً حتى يتسنى للباحث استخدام بيانات ونتائج العينة في تقدير معالم المجتمع بشكل جيد، ولتعميم النتائج التي يحصل عليها الباحث على المجتمع بأكمله. (محمد بوعلاق، 2009، ص15)



شكل(05): يوضح المجتمع الصالح للدراسة

## 6- أدوات الدراسة:

أدوات البحث هي الوسائل التي يستخدمها الباحث في حصوله على المعلومات المطلوبة من المصادر المعينة في بحثه، ويؤكد "مسلم محمد" بخصوص الأدوات المنهجية (أدوات البحث) أنّ اختيار الأداة والوسيلة يتوقف على : موضوع البحث، طبيعة الموضوع، نوعية مجتمع الدراسة، الظروف والملابسات التي تحيط بالموضوع، ويمكن للباحث أن يختار وسيلة واحدة كما يمكنه أن يحدد الوسائل حسب هدف البحث. (مسلم محمد، 2002، ص26)

وتمثلت أدوات هذا البحث في ما يلي:

## 6-1-المقابلة:

هي عبارة عن علاقة دينامية وتبادل لفظي بين شخصين إلى بين الفاحص والمفحوص وتكون مباشرة أو غير مباشرة، موجهة أو غير موجهة، فالأخصائي لا يقتصر عمله في المقابلة التي يقوم بها على تقديم المساعدة بل يسعى بفضلها إلى أهداف متعددة.

كما أنها علاقة اجتماعية مهنية ديناميكية وجها لوجه بين الأخصائي والعميل في جو نفسي آمن تسوده الثقة المتبادلة بين الطرفين بهدف جمع المعلومات ومن أجل حل المشكلة ويتم من خلالها التساؤل عن أمور يراد معرفتها. (كمال بكداش، رالف رزق الله ، 1998، ص17)

كما تعرف على أنها تقنية من تقنيات جمع المعلومات في العلوم الاجتماعية بشكل عام والبحوث الإكلينيكية على وجه الخصوص، فهي تقنية تساعد الباحث على الفهم الشامل للمشكلة التي يدرسها كما تتيح الفرصة للتعبير الحر عن آرائه وأفكاره واتجاهاته.

( عطوف محمد ياسين، 1998، ص87 )

وقد اخترنا المقابلة النصف الموجهة لما تعطيه من حرية التعبير دون التقيد بنمط أسئلة محددة يمكن أن يضيع على الدارسين معلومات كثيرة غنية لم يكن قد أخذ متغيراتها بعين الاعتبار. وتسمح المقابلة نصف الموجهة بالتبادل المرن بين الحالة والدارس لها، كما تسمح من جهة أخرى بمعرفة تصور الشخص المفحوص بطبيعته ومشكلاته وإحباطاته وطبيعة الظروف التي يعيش فيها ومشاعره واتجاهاته ورغباته وتحديد شعور المريض ومواقفه اتجاه هذه الأحداث وكيفية استجاباته ومواجهته لها.

وترى هذه المقابلة في إطار بحث ليس لها هدف تشخيصي ولا هدف علاجي وهذا لا يعني أنه ليس لها هدف بل ذلك متعلق بمخطط عمل وضعته الباحثة.

## 6-2-الملاحظة:

تستعمل الملاحظة في حالات معينة وخاصة بالنسبة للمواضيع السلوكية أو المواضيع التي تحتاج إلى المعاينة والحصول على المعلومات اللازمة في المواقف الطبيعية.(عمار بوحوش،2002، ص50)

ولا يفوتنا أن نشير أن الملاحظة تستعمل في غالب الأحيان مع المقابلة لأن الملاحظة تعتبر أسلوبا مكمل لها.

## 6-3- مقياس الاغتراب:

يعرف المقياس بأنه: " أداة للحصول على بعض الحقائق وتجميع البيانات عن الظروف المحيطة، والأساليب القائمة بالفعل ويسأل المستخبرون أسئلة محددة.(عادل فاخر،1979، ص226)

وقد قامت الباحثة بتصميم المقياس بهدف قياس الاغتراب النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة، وقد احتوى هذا المقياس على ستة أبعاد تمثلت في( العجز، اللامعنى، اللامعيارية، العزلة، التمرد، التشيؤ)

وشمل كل بعد من هذه الأبعاد على(10) فقرات وضعت لقياسه فأصبح مجموع فقرات المقياس(60) فقرة، تمثل كل منها تحديدا خاصا ومرتبطا بالاغتراب ضمن إطار البعد المقاس ويطلب من كل فرد من أفراد العينة الإجابة عليها وفق ثلاث مستويات( أوافق، أحيانا، غير موافق)وتتراوح الدرجة لكل فقرة مابين(3درجات) و(درجة واحدة) بمعنى إذا كانت الإجابة غير موافق(1)، أحيانا(2)، أوافق(3) والفقرات كانت سالبة.

أ-تصميم المقياس: مرت عملية تصميم المقياس بالخطوات التالية:

أولاً: جمع مجموعة من الفقرات قوامها (120) فقرة موزعة على (6) أبعاد بمعدل (20) فقرة لكل بعد تتفق مع مفهوم الاغتراب في ضوء ما قدمته الباحثة وعرفته إجرائياً واستمدت هذه الفقرات من مصدرين أساسيين هما:

1-الاختبارات والدراسات التي تناولت مفهوم الاغتراب: من أجل تحديد الأبعاد اللازمة لقياس الاغتراب تم مراجعة الأطر النظرية والدراسات السابقة في موضوع الاغتراب لاسيما تلك التي عُنت بتصميم مقياس للاغتراب وقد اختارت الباحثة الدراسات العربية كونها تقترب في بيئتها من بيئة البحث الحالي ومن هذه المقاييس : محمد إبراهيم عيد (1987) ،سميرة حسن ابكر (1989) ، صلاح دمنهوري ومدحت عبد اللطيف (1990) ، عبد اللطيف محمد خليفة (2000) ، زينب شقير (2002) ، محمود عوض محمود (2003) ، بشرى علي (2006) ، حسن إبراهيم المحمداوي (2007) ، ناصر محمد نوفل (2016).

2-إجراء عدة لقاءات مع عينة البحث بهدف استطلاع آرائهم حول الأبعاد المرتبطة بالاغتراب وإمكانية إضافة بعض الفقرات التي يمكن أن تكون معبرة عن الأبعاد المراد قياسها والتي تدور حول أهم مظاهر الاغتراب وكما تبدو في العجز، اللامعنى، اللامعيارية، العزلة، التمرد والتشيؤ.

ثانياً: صياغة الفقرات التي جمعت من الإجراءات أعلاه بحيث روعي في صياغتها: السهولة والوضوح، البساطة في اللفظ والمعنى، احتواء الفقرة على فكرة واحدة فقط، وأن تكون الاستجابة لكل عبارة لا تحتاج إلى تأويل.

ثالثاً: عرضت الفقرات ضمن أبعادها مع التعريف على المحكمين لإبداء آرائهم من صلاحية الفقرة للبعد الذي يضمنها ووضوحها ودقتها في التعبير عن مفهوم الاغتراب وبجوانبه المختلفة.

رابعاً: نتيجة للخطوة السابقة اعتمدنا (60) فقرة من مجموع (120) أي بمعدل (10) فقرات لقياس كل بعد من الأبعاد الستة، وقد تم اختيار الفقرات التي وافق عليها (100%) من المحكمين من حيث الوضوح والصلاحية والدقة في التعبير عن مفهوم الاغتراب. خامساً: يتم تصحيح المقياس بحساب الدرجات الموضوعية للبداية الثلاثة لكل فقرة من الفقرات المقياس والبالغة (60) فقرة وبذلك يكون المجموع الكلي للدرجات على هذا المقياس يتراوح ما بين (60-180) درجة، فكلما زادت الدرجة دل ذلك على تزايد الشعور بالاغتراب، والعكس صحيح.

#### ب- وصف المقياس:

على الرغم من الاختلاف حول مفهوم الاغتراب وأبعاده، إلا أن هناك اتفاقاً حول عدة أبعاد أو مكونات أساسية لهذا المفهوم والتي نراها متكررة في بناء مقاييس الاغتراب وفيما يلي تحديد ستة أبعاد والتي تمثل مقاييس فرعية لمقياس مشاعر الاغتراب وتعريفها إجرائياً مع تحديد الفقرات الخاصة بكل بعد من هذه الأبعاد الستة:

جدول(05): يمثل مكونات المقياس وعدد فقراته

عدد الفقرات	البعـد	الرقم
10عبارات	<p><b>العجز:</b> يقصد به شعور الفرد بأنه لا يستطيع التأثير في المواقف التي يواجهها، كما أنه لا يستطيع أن يتخذ قراراته أو يقرر مصيره بإرادته ومصيره ليسا بيده ونتيجة لهذا فهو يشعر بالإحباط وانعدام القدرة على تحقيق ذاته.</p>	1
10عبارات	<p><b>اللامعنى:</b> وهي شعور الفرد بأنه لا يوجد شيء له قيمة أو معنى في هذه الحياة نظرا لخلو هذه الحياة من الأهداف والطموحات. وهو بهذا يكون فاقد القدرة على إدراك معنى الحياة وتفسير الأمور التي تحيط به والشعور بعدم جدواها وبأنها مليئة بالروتين والملل وعدم رغبته في أن يكون فيها أصلا وهذا مما يجعل الأفكار التشاؤمية تسيطر عليه.</p>	2
10عبارات	<p><b>اللامعيارية:</b> وهي حالة انهيار المعايير التي تنظم وتوجه السلوك، ومن ثم رفض الفرد للقيم والمعايير والقواعد السائدة في المجتمع ومؤسساته مع فقدان الثقة فيها، بحيث قد يؤدي هذا إلى شعور الفرد بأن الوسائل غير الشرعية مطلوبة لإنجاز الأهداف حتى وإن عاكست القيم والأعراف.</p>	3
10عبارات	<p><b>لعزلة الاجتماعية:</b> ويقصد بها شعور الفرد بالوحدة والفراغ النفسي، والافتقاد إلى الأمن والعلاقات الاجتماعية الحميمة، وبالبعد عن الآخرين حتى وإن وجد بينهم أي عدم الشعور بالانتماء.</p>	4

10 عبارات	<p><b>التمرد:</b> ويعني الرغبة في البعد عن الواقع والخروج عن المؤلف والشائع، أي أنه لا يشعر بالرضا والاكتفاء الذاتي ويفقد الصلة الحقيقية بذاته مع الرفض لكل ما يحيط به وتغلب عليه مشاعر الضيق.</p>	5
10 عبارات	<p><b>التشيؤ:</b> ويعني إدراك العالم على أنه مجموعة من الأشياء الخالية من البعد الإنساني وسيطرة الجوانب المادية والمظهرية على مجريات الحياة أي أنه الفرد يعامل كما لو كان شيئاً وأنه تحول إلى موضوع وفقد هويته التي هي بمثابة مركز ذاته ويصحب هذا فقدان القدرة على التغيير مع عدم الإحساس بقيمة ما يقوم به من أعمال مع فقدان تميزه عن الآخرين والرغبة في ازدياءهم.</p>	6

### ج- الخصائص السيكومترية لمقياس الاغتراب النفسي في الدراسة الحالية:

#### 1- صدق المقياس:

الصدق أهم خاصية من خواص المقياس، ويشير مفهوم الصدق إلى الاستدلالات الخاصة التي نخرج بها درجات المقياس من حيث مناسبتها ومعناها وفائدتها، وتحقيق صدق المقياس معناه تجمع الأدلة التي تؤيد مثل هذه الاستدلالات، لذلك يشير الصدق إلى مدى صلاحية استخدام درجات المقياس للقيام بتفسيرات معينة. (رجاء محمود أبوعلام، 2006، ص447)

ويعد صدق أداة المقياس من الخصائص السيكومترية الأكثر أهمية مقارنة مع الخصائص الأخرى كالثبات، وذلك بسبب ارتباط الصدق بالهدف أو بالأهداف المتوقع من أداة القياس تحقيقها وكذلك بمدى اتصاله بنوع وأهمية القرار الذي يتم اتخاذه تبعاً لذلك، ويعرف الصدق بأنه المدى الذي يقيس تلك الأداة ما بنيت من أجله. (موسى النبهان، 2004، ص 272)

وللتحقق من صدق هذا المقياس استخدمنا ما يلي:

### 1-الصدق الظاهري:

ويعني هل يبدو الاختبار مناسباً وملائماً للفرد الذي يقيسه؟ وما المدى الذي تبدو فيه فقرات الاختبار مرتبطة بالمتغير الذي يقيسه. ( العساف صالح بن حمد ،1989،ص 430) و للتأكد من صدق الأداة بأقسامها وأبعادها تم عرضها على مجموعة من المحكمين، تألفت من (7) أساتذة من ذوي الخبرة والاختصاص، حيث قدمنا إليهم أداة القياس مرفقة بإشكالية البحث وفرضياته، وقد تم أخذ الفقرات التي اتفق المحكمون على صدقها في التعبير عن البعد المقاس بنسبة 100 %.

وتم حساب صدق المقياس عن طريق حساب الاتساق الداخلي بطريقتين:

1-حساب معامل ارتباط عبارات البعد الأول مع الدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه: حيث تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات كل محور مع الدرجة الكلية للمحور الذي تنتمي.

أولاً: تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات محور (العجز) مع الدرجة الكلية للمحور:

الجدول رقم (06) مصفوفة ارتباطات عبارات محور العجز مع الدرجة الكلية للمحور					
الدرجة الكلية للمحور		الدرجة الكلية للمحور			
1	معامل الارتباط	6	معامل الارتباط	0,691**	0,821**
	مستوى الدلالة		مستوى الدلالة	0,000	0,000
	حجم العينة		حجم العينة	30	30
2	معامل الارتباط	7	معامل الارتباط	0,571**	0,599**
	مستوى الدلالة		مستوى الدلالة	0,001	0,000
	حجم العينة		حجم العينة	30	30
3	معامل الارتباط	8	معامل الارتباط	0,627**	0,834**

,000	مستوى الدلالة		,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة	
,417*	معامل الارتباط	9	,781**	معامل الارتباط	4
,022	مستوى الدلالة		,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة	
,715**	معامل الارتباط	10	,738**	معامل الارتباط	5
,000	مستوى الدلالة		,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة	
*الارتباط دال عند (0.05)					
**الارتباط دال عند (0.01)					

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن قيم معاملات الارتباط لفقرات محور العجز والدرجة الكلية للمحور جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,01$ ) حيث تراوحت جميعها بين (0,57) و (0,84)، ما عدا العبارة رقم (9) كانت دالة عند مستوى الدلالة (0,05) حيث بلغت قيمة معامل ارتباطها مع الدرجة الكلية للمحور (0,41). وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمحور الأول كمؤشر لصدق التكوين في قياس العجز.

ثانياً: تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات محور (اللامعنى) مع الدرجة الكلية للمحور:

الجدول رقم (07) مصفوفة ارتباطات عبارات محور اللامعنى مع الدرجة الكلية للمحور					
الدرجة الكلية للمحور		الدرجة الكلية للمحور		الدرجة الكلية للمحور	
,768**	معامل الارتباط	6	,480**	معامل الارتباط	1
,000	مستوى الدلالة		,007	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة	
,723**	معامل الارتباط	7	,635**	معامل الارتباط	2
,000	مستوى الدلالة		,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة	
,613**	معامل الارتباط	8	,734**	معامل الارتباط	3

,000	مستوى الدلالة		,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة	
,779**	معامل الارتباط	9	,846**	معامل الارتباط	4
,000	مستوى الدلالة		,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة	
,733**	معامل الارتباط	10	,640**	معامل الارتباط	5
,000	مستوى الدلالة		,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة	
*الارتباط دال عند (0.05)					
**الارتباط دال عند (0.01)					

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن قيم معاملات الارتباط لفقرات محور اللامعنى والدرجة الكلية للمحور جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,01$ ) حيث تراوحت جميعها بين (0,48) و (0,84) وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمحور كمؤشر لصدق التكوين في قياس اللامعنى.

ثالثاً: تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات محور اللامعيارية مع الدرجة الكلية للمحور:

الجدول رقم (08) مصفوفة ارتباطات عبارات محور اللامعيارية مع الدرجة الكلية للمحور					
لدرجة الكلية المحور			لدرجة الكلية المحور		
,591**	معامل الارتباط	6	,673**	معامل الارتباط	1
,001	مستوى الدلالة		,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة	
,480**	معامل الارتباط	7	,669**	معامل الارتباط	2
,007	مستوى الدلالة		,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة	
,546**	معامل الارتباط	8	,628**	معامل الارتباط	3
,002	مستوى الدلالة		,000	مستوى الدلالة	

30	حجم العينة		30	حجم العينة	
,543**	معامل الارتباط	9	,503**	معامل الارتباط	4
,002	مستوى الدلالة		,005	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة	
,368*	معامل الارتباط	10	,608**	معامل الارتباط	5
,046	مستوى الدلالة		,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة	
* الارتباط دال عند (0.05)					
** الارتباط دال عند (0.01)					

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن قيم معاملات الارتباط لفقرات محور اللامعيارية والدرجة الكلية للمحور جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,01$ ) حيث تراوحت جميعها بين (0,48) و (0,67)، ما عدا العبارة رقم (10) كانت دالة عند مستوى الدلالة (0,05) حيث بلغت قيمة معامل ارتباطها مع الدرجة الكلية للمحور (0,36). وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمحور الثالث كمؤشر لصدق التكوين في قياس اللامعيارية.

رابعاً: تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات محور (العزلة الاجتماعية) مع الدرجة الكلية للمحور:

الجدول رقم (09) مصفوفة ارتباطات عبارات محور العزلة الاجتماعية مع الدرجة الكلية للمحور					
الدرجة الكلية للمحور			الدرجة الكلية للمحور		
,635**	معامل الارتباط	6	,527**	معامل الارتباط	1
,000	مستوى الدلالة		,003	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة	
,449*	معامل الارتباط	7	,646**	معامل الارتباط	2
,013	مستوى الدلالة		,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة	

3	معامل الارتباط	8	معامل الارتباط	,633**
	مستوى الدلالة		مستوى الدلالة	,000
	حجم العينة		حجم العينة	30
4	معامل الارتباط	9	معامل الارتباط	,478**
	مستوى الدلالة		مستوى الدلالة	,008
	حجم العينة		حجم العينة	30
5	معامل الارتباط	10	معامل الارتباط	,740**
	مستوى الدلالة		مستوى الدلالة	,000
	حجم العينة		حجم العينة	30
* الارتباط دال عند (0.05)				
** الارتباط دال عند (0.01)				

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن قيم معاملات الارتباط لفقرات محور العزلة الاجتماعية والدرجة الكلية للمحور جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,01$ ) حيث تراوحت جميعها بين (0,47) و (0,74)، ما عدا العبارتين رقم (03,07) كانت دالة عند مستوى الدلالة (0,05) حيث تراوحت على التوالي (0,44/0,43). وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمحور الرابع كمؤشر لصدق التكوين في قياس العزلة الاجتماعية.

خامساً: تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات محور التمرد مع الدرجة الكلية للمحور:

الجدول رقم (10) مصفوفة ارتباطات عبارات محور التمرد مع الدرجة الكلية للمحور					
الدرجة الكلية للمحور			الدرجة الكلية للمحور		
1	معامل الارتباط	6	معامل الارتباط	الدرجة الكلية للمحور	الدرجة الكلية للمحور
	مستوى الدلالة		مستوى الدلالة		
	حجم العينة		حجم العينة		
2	معامل الارتباط	7	معامل الارتباط	,583**	
	مستوى الدلالة		مستوى الدلالة	,001	
	حجم العينة		حجم العينة	30	
	معامل الارتباط		معامل الارتباط	,649**	

,000	مستوى الدلالة		,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة	
,486**	معامل الارتباط	8	,813**	معامل الارتباط	3
,006	مستوى الدلالة		,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة	
,407*	معامل الارتباط	9	,612**	معامل الارتباط	4
,026	مستوى الدلالة		,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة	
,573**	معامل الارتباط	10	,817**	معامل الارتباط	5
,001	مستوى الدلالة		,000	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة	
*الارتباط دال عند (0.05)					
**الارتباط دال عند (0.01)					

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن قيم معاملات الارتباط لفقرات محور التمرد والدرجة الكلية للمحور جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,01$ ) حيث تراوحت جميعها بين (0,48) و (0,81)، ما عدا العبارة رقم (09) كانت دالة عند مستوى الدلالة (0,05) حيث بلغت قيمة معامل ارتباطها مع الدرجة الكلية للمحور (0,40). وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمحور الخامس كمؤشر لصدق التكوين في قياس التمرد.

سادساً: تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات محور التشيؤ مع الدرجة الكلية للمحور:

الجدول رقم (11) مصفوفة ارتباطات عبارات محور التشيؤ مع الدرجة الكلية للمحور					
الدرجة الكلية المحور			الدرجة الكلية المحور		
,473**	معامل الارتباط	6	,527**	معامل الارتباط	1
,008	مستوى الدلالة		,003	مستوى الدلالة	
30	حجم العينة		30	حجم العينة	

معامل الارتباط	7	معامل الارتباط	2
مستوى الدلالة		مستوى الدلالة	
حجم العينة		حجم العينة	
معامل الارتباط	8	معامل الارتباط	3
مستوى الدلالة		مستوى الدلالة	
حجم العينة		حجم العينة	
معامل الارتباط	9	معامل الارتباط	4
مستوى الدلالة		مستوى الدلالة	
حجم العينة		حجم العينة	
معامل الارتباط	10	معامل الارتباط	5
مستوى الدلالة		مستوى الدلالة	
حجم العينة		حجم العينة	
* الارتباط دال عند (0.05)			
** الارتباط دال عند (0.01)			

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن قيم معاملات الارتباط لفقرات محور التشيؤ والدرجة الكلية للمحور جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,01$ ) حيث تراوحت جميعها بين (0,47) و (0,95) وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمحور كمؤشر لصدق التكوين في قياس التشيؤ.

2- الطريقة الثانية: ارتباط الدرجة الكلية لكل محور بالدرجة الكلية للمقياس: والجدول التالي يوضح العلاقة الارتباطية بين الدرجة الكلية للمقياس وأبعاده الفرعية:

الجدول رقم (12) يوضح العلاقة الارتباطية بين الدرجة الكلية للمقياس وأبعاده الفرعية.

أبعاد مقياس الاغتراب النفسي	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
العجز	,751**	0,01
اللامعنى	,605**	0,01
اللامعيارية	,802**	0,01
العزلة الاجتماعية	,765**	0,01
التمرد	,692**	0,01
التشويؤ	,516**	0,01

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن جميع قيم معاملات الارتباط لأبعاد مقياس الاغتراب النفسي كلها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,01$ )، حيث بلغت قيمها على التوالي (0,75 / 0,60 / 0,80 / 0,76 / 0,69 / 0,51) وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمقياس كمؤشر لصدق التكوين في قياس الاغتراب النفسي.

## 2-ثبات المقياس:

" يقصد به الاتساق في نتائج الاختبار وهذا يعني أن درجة الفرد سوف تكون ذاتها في ظل ظروف مختلفة تماما ". (حسن إبراهيم حسن المحمداوي، 2007، ص 101)

ونستطيع القول أن الثبات هو مدى التطابق الذي تقدمه النتائج التي يحصل عليها نتيجة لتطبيق الاختبار مرات متعددة على ذات الأفراد، بمعنى آخر أي الاختبار يعد ثابتاً إذا كان يؤدي إلى نفس النتائج في حالة تكراره.

و تم التأكد من ثبات مقياس الاغتراب النفسي بطريقة:

1-معامل ألفا كرونباخ للتناسق الداخلي: حيث تم حساب معامل الثبات ألفا كرونباخ لهذا المقياس فتحصلنا على النتيجة التالية:

الجدول رقم (13): يوضح معامل ألفا كرونباخ لمقياس الاغتراب النفسي وأبعاده الفرعية.

عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ	أبعاد مقياس الاغتراب النفسي
10	0,766	العجز
10	0,782	اللامعنى
10	0,782	اللامعيارية
10	0,747	العزلة الاجتماعية
10	0,756	التمرد
10	0,781	التشويؤ
60	0,767	الدرجة الكلية لمقياس الاغتراب النفسي

يتضح من الجدول أعلاه أن جميع قيم معاملات ألفا كرونباخ لأبعاد مقياس الاغتراب النفسي كانت مرتفعة حيث تراوحت بين (0,74 و 0,78) بينما بلغ معامل ألفا كرونباخ لمقياس الاغتراب النفسي ككل (0,76) وهذا بمثابة مؤشر دال على ثبات المقياس، وهذا يعني أن مقياس الاغتراب النفسي يتمتع بمعامل ثبات قوي مما يجعله صالحا للتطبيق في الدراسة الأساسية.

## 6-4-مقياس بيك للاكتئاب:

يعتبر " آرون بيك " Beck الطبيب النفسي الأمريكي هو المعد الرئيسي لمقياس " بيك " للاكتئاب والذي عرف بعد ذلك باسمه، رغم اشتراك العديد من الزملاء معه في إعداده. وهناك ثلاثة صور للمقياس ظهرت منذ نشره لأول مرة وحتى الآن؛ الصورة الأولى ويرمز لها بالرمز BDI وهي التي ظهرت للمقياس لأول مرة 1961.

ويتكون المقياس في صورته الكلية من 21 مجموع من العبارات تتكون كل منها من أربع عبارات ، تم ترتيبها بحيث تعكس بشدة الاكتئاب من 0- 3 وقد تم التوصل إلى بنود المقياس من الملاحظات الاكلينيكية للأعراض والاتجاهات التي كانت تظهر على المكتئبين بتكرار أكثر من ظهورها على غير المكتئبين، ولم يتم اختيار أي من البنود اعتمادا على نظرية محددة في الاكتئاب.

أما المقياس المختصر يتكون 13 مجموعة من العبارات فقط، حيث تبين ارتباط هذه الصورة المعدلة بالمقياس الأصلي "Beck" بمعامل ارتباط قدره 0.96 وتتمثل العبارات في المقياس في صورته التالية:

- 1- الحزن.
- 2- التشاؤم.
- 3- الشعور بالفشل.
- 4- عدم الرضا.
- 5- الشعور بالذنب.
- 6- عدم حب الذات.

7- إيذاء الذات.

8- الانسحاب.

9- التردد.

10- تغير صورة الذات.

11- صعوبة العمل.

12- التعب.

13- فقدان الشهية.

وفي الواقع أن خلال 35 عاما منذ ظهور الصورة الأولى للمقياس عام 1961 وإلى تاريخ صدور ونشر الصورة الثانية عام 1996، أصبح مقياس "Beck" للاكتئاب BDI أكثر مقاييس الاكتئاب انتشارا واستخداما في المجال لتقييم شدة الاكتئاب للمرضى بهذا الاضطراب وأيضا في متابعة الاكتئاب المحتمل لدى الأفراد العاديين، وهناك العديد من الدراسات التي اهتمت بتطبيقات مقياس الاكتئاب BDI ومواصفاته السيكومترية.

وقمنا باختيار هذا المقياس لأنه يملك خاصية توفير التقدير الكمي عند محاولة قياس شدة الاكتئاب سواء في التشخيص وتقدير فعالية العلاج أو في البحوث المقارنة وذلك قصد تدعيم نتائج المقابلات كمياً، حيث يذكر " بيك " في هذا أن تشخيص الاضطراب الاكتئابي كان يعتمد على التشخيص السيكاتري الذي يقوم به الأطباء النفسانيون في المقابلات مع المرضى، إلا أن مثل هذه التشخيصات كان يشوبها العديد من أوجه القصور منها عدم اتفاق التشخيصات إذا قام بها أكثر من طبيب نفسي وقد وضع بيك في إعداد مقياسه اعتبار لأوجه القصور السابقة، وقام باستعراض أغلب مقاييس الاكتئاب التي كانت شائعة وقت إعداده.

أ- الخصائص السيكومترية للمقياس:

### 1- في البيئة الأمريكية:

1-1 الثبات: استخدمت عدة طرق لقياس ثبات المقياس في المجتمع الأمريكي منها ثبات تقديرات الأطباء النفسيين. حيث وصلت نسبة الاتفاق بين اثنين من الأطباء النفسيين عند تطبيق المقياس على عينة مكونة من 150 مريضا يعانون من اضطرابات العصاب النفسي واضطرابات الشخصية إلى 70 %، كما استخدمت طريقة الاتساق الداخلي؛ حيث طبق المقياس على 200 مفحوصا وتمت مقارنة درجة كل مفحوص على كل عرض بدرجته الكلية على المقياس ككل، وباستخدام تحليل التباين اللابارامتري بواسطة الرتب، تبين أن جميع الأعراض التي يقيسها المقياس ذات علاقة دالة إحصائية عند مستوى دالة (0.01) واستخدمت كذلك طريقة التجزئة النصفية على عينة مكونة من 97 مفحوصا فوصل معامل الارتباط إلى (0.86) وبعد تصحيحه بمعادلة سييرمان براون وصل معامل الارتباط (0.93) كما استخدمت طريقة إعادة التطبيق على عينة مكونة من 38 مريضا مرتين بفاصل زمني يتراوح من أسبوعين إلى ستة أسابيع، فوصل معامل الارتباط بين التطبيقين إلى (0.83)

(رشاد عبد العزيز، د س، ص ص 39-40)

## 1-2 الصدق:

استخدمت عدة طرق لإيجاد صدق مقياس بيك للاكتئاب منها الصدق التلازمي، حيث يحسب العلاقة بين درجات المقياس بدرجات أخرى سيكومترية، منها مقياس الاكتئاب MMPI ومقياس هامبلتون للاكتئاب فوصلت معاملات الارتباط بين 0.72، 0.76 .

(غريب عبد الفتاح غريب، 1988، ص 42)

وحسب كذلك معاملات الارتباط بين مقياس " بيك " ونتائج التشخيص الاكلينيكي لـ: 226 مفحوصا فكان معامل الارتباط ( 0.65 ) وهو دال عند مستوى الدالة 0.01 وتم حساب صدق المضمون فوجد في 1961 علاقة دالة إحصائية بين الاكتئاب والأحلام المازوخية . Beck et ward

وفي دراسة أخرى وجد " بيك " و " ستاين " 1960 أن الأفراد المكتئبين يحصلون على درجات منخفضة على مقياس مفهوم الذات ، وبينت بعض الدراسات أن الفرد المكتئب يتوحد مع النموذج الخاسر أو ضحية الظلم أو الاضطهاد، ويميل إلى تكوين تنبؤات تشاؤمية و إلى التحقير في حالة الاستجابة لسلسلة من المؤثرات المصورة والتقليل من شأن الأداء.

(رشاد عبد العزيز، د س، ص 44)

## 2- في البيئة العربية :

### 1-2 الثبات :

استخدم غريب عبد الفتاح غريب عام 1985 طريقة التجزئة النصفية على 50 مفحوصا في مصر من جامعة الأزهر، فوصل معامل الارتباط إلى ( 0.87 ) واستخدمت كذلك طريقة إعادة التطبيق على 33 فردا راشد بفاصل زمني بين التطبيقين شهر ونص، فوصل معامل الثبات بهذه الطريقة ( 0.77 ).

كما استخدمت كذلك طريقة حساب معامل ألفا كرومباخ على عينة من 75 طالبا جامعا في مصر (جامعة عين شمس)، فكان معامل ألفا يساوي (0.75) وهو حال عند مستوى 0.01. (رشاد عبد العزيز، دس، ص45)

وفي الإمارات العربية قام غريب (1992) بحساب الثبات بطريقة إعادة التطبيق في أربع دراسات على عينة من طلاب الجامعة عددهم في كل دراسة 37 طالبة؛ 29 طالبة، 42 طالب، 20 طالب، فكانت معاملات الثبات في الدراسات الأربع على التوالي هي: 0.88، 0.90، 0.71، 0.68، وكلها دالة إحصائية عند مستوى الدلالة 0.01 .

## 2-2 الصدق:

لحساب الصدق استخدمت كذلك عدة طرق منها طريقة الصدق التلازمي بين المقياس بيك ومقياس (د) من مقياس MMPI على 43 من الراشدين، فوصل معامل الصدق إلى (0.60) كما قام عبد الخالق (1996) بحساب صدق مقياس بيك بطريقة صدق التكوين فحسب معامل الارتباط على 120 طالبا من جامعة الإسكندرية بينه وبين ثلاثة مقاييس يفترض ارتباطها بالاكنتاب ايجابيا أو سلبيا وهي: التفاؤل والتشاؤم واليأس، فكانت معاملات الارتباط كما يلي على التوالي: 0.56، 0.37، 0.72 كما قام بحساب الصدق التلازمي بين قائمة بيك وثلاثة مقاييس أخرى تقيس الاكنتاب وهي: مقياس جلفورد للاكنتاب ومقياس MMPI للاكنتاب ومقياس زوكرمان لوين للصفات الانفعالية على عينة من 120 طالبا جامعا، فوصلت معاملات الارتباط بين قائمة بيك والمقاييس الأخرى كالتالي على التوالي: 0.49، 0.66، 0.46 وكلها دالة عند مستوى الدلالة 0.01 كما تبين أيضا عن طريق الصدق التمييزي أن مقياس بيك يميز بشكل واضح بين مرضى الاكنتاب والأسوياء.

(بشير معمرية، 1998، ص ص 148-149)

### 3- في البيئة الجزائرية:

#### 3-1 الثبات:

قام بشير معمريّة 1998 بحساب الثبات على عينة متكونة من 63 طالب وطالبة؛ 28 من الذكور و35 من الإناث من السنوات الأربعة لمعهد العلوم الاجتماعية والآداب واللغة العربية في جامعة باتنة بفاصل زمني بين التطبيقين تراوح بين 18 يوما و27 يوما، فوصل معامل الارتباط بين التطبيقين بطريقة بيرسون من الدرجات الخام إلى ( 0.83 ) وهو دال عند مستوى الدلالة 0.01.

#### 3-2 الصدق:

قام بحساب الصدق بطريقتين؛ الأولى عن طريق الصدق التلازمي حسب المعامل بطريقة بيرسون من الدرجات الخام بين مقياس بيك للاكتئاب ومقياس التقدير الذاتي للاكتئاب لزونج (w.w.zung) وهو من تعريب وإعداد رشاد عبد العزيز موسى 1988 على عينة متكونة من 43 طالب وطالبة من معهد العلوم الاجتماعية والاقتصاد في جامعة باتنة، فوصل معامل الارتباط بين المقياسين إلى 0.825 وهو دال عند مستوى الدلالة 0.01 والثانية عن طريق الاتساق الداخلي وهي إحدى طرق حساب صدق التكوين، حيث تم حساب معامل الارتباط بطريقة بيرسون من الدرجات الخام بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس على عينة متكونة من 82 طالب وطالبة، 34 ذكر و 48 أنثى من معاهد العلوم الاجتماعية والري والاقتصاد والعلوم الدقيقة، وتبين من خلال معاملات الثبات والصدق التي تم استخراجها لهذا المقياس أنها كانت مرتفعة ودالة إحصائيا، وهذا ما يجعل هذا المقياس صالحا للاستخدام في البيئة الجزائرية بكل ثقة واطمئنان. (بشير معمريّة، 1998، ص ص 149-153)

- الخصائص السيكومترية لمقياس الاكتئاب في الدراسة الحالية:

1-الصدق:

- تم حساب الصدق عن طريق حساب الاتساق الداخلي للمقياس بطريقة:

-حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات المقياس مع الدرجة الكلية للمقياس كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول رقم (14) مصفوفة ارتباطات عبارات مقياس الاكتئاب مع الدرجة الكلية للمقياس					
الدرجة الكلية للمقياس			الدرجة الكلية للمقياس		
1	معامل الارتباط	,455*	8	معامل الارتباط	,666**
	مستوى الدلالة	,012		مستوى الدلالة	,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30
2	معامل الارتباط	,418*	9	معامل الارتباط	,709**
	مستوى الدلالة	,022		مستوى الدلالة	,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30
3	معامل الارتباط	,638**	10	معامل الارتباط	,639**
	مستوى الدلالة	,000		مستوى الدلالة	,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30
4	معامل الارتباط	,690**	11	معامل الارتباط	,698**
	مستوى الدلالة	,000		مستوى الدلالة	,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30
5	معامل الارتباط	,429*	12	معامل الارتباط	,441*
	مستوى الدلالة	,018		مستوى الدلالة	,015
	حجم العينة	30		حجم العينة	30
6	معامل الارتباط	,489**	13	معامل الارتباط	,722**
	مستوى الدلالة	,006		مستوى الدلالة	,000
	حجم العينة	30		حجم العينة	30
7	معامل الارتباط	,556**	*الارتباط دال عند(0.05)		
	مستوى الدلالة	,001	**الارتباط دال عند(0.01)		

تشير البيانات الموضحة في الجدول أعلاه إلى أن قيم معاملات الارتباط لفقرات مقياس (الاكتئاب) والدرجة الكلية للمقياس جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha = 0,01$ ) حيث تراوحت جميعها بين (0,48) و (0,72)، ما عدا العبارات رقم (2، 1، 5، 12) كانت دالة عند مستوى الدلالة (0,05) حيث تراوحت بين (0,45/0,41). وهذا ما يؤكد مدى التجانس وقوة الاتساق الداخلي للمقياس كمؤشر لصدق التكوين في قياس الاكتئاب.

## 2- المقارنة الطرفية:

قمنا أولاً بترتيب استجابات المبحوثين تصاعدياً ثم قمنا بأخذ (27%) من الاستجابات العليا ومقارنتها بـ (27%) من الدرجات الدنيا أي 08 افراد في العليا و 08 افراد في الدنيا وتحصلنا على النتائج التالية:

الجدول رقم (15): يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس الاكتئاب

الطرفين	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	الخطأ المعياري للمتوسط	اختبار التجانس	قيمة T	درجة حرية	الدلالة	الفرق في المتوسط
العليا	8	22,7500	3,53553	1,25000	F=4.195	13,093	14	,000	17,87500
الدنيا	8	4,8750	1,55265	,54894	Sig=0.060 غير دال				
//////////									
		الحكم	دال						

من خلال الجدول أعلاه ومن خلال قيمة متوسط الدرجات العليا البالغة (22.75) وهو متوسط أكبر من متوسط درجات المجموعة الدنيا البالغ (4.87)، ومن خلال قيمة

الانحرافات المعيارية الضعيفة ما يدل على تشتت قليل ومن خلال قيمة (T) البالغة (13.09) عند درجة الحرية (14) وبدلالة (0.00) وهي أصغر من (0.05) ما يبين وجود دلالة إحصائية، أي أن الأداة تتميز بصدق تمييزي عالٍ.

- الثبات: تم التأكد من ثبات المقياس بطريقة:

- معامل ألفا كرونباخ للتناسق الداخلي:

تم حساب معامل الثبات ألفا كرونباخ لهذا المقياس فتحصلنا على النتيجة الموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (16): يوضح قيمة معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس الاكتئاب

ألفا كرونباخ	عدد العبارات
0,745	13

يتضح من الجدول أعلاه أن معامل ألفا كرونباخ للمقياس ككل بلغ (0,74) وهو معامل ثبات مرتفع، وهذا بمثابة مؤشر دال على ثبات الأداة، وهذا يعني أن الأداة تتمتع بمعامل ثبات قوي مما يجعلها صالحة للتطبيق في الدراسة الأساسية.

ب- تطبيق مقياس الاكتئاب

أ- يمكن استخدام المقياس فردياً أو جماعياً في حالة التطبيق على الأسوياء (يطبق المقياس فردياً في حالة التطبيق على المرضى). وتتضمن الصفحة الأولى من ورقة الإجابة التعليمات التفصيلية التي توضح طريقة الاستجابة للمقياس، ويسجل المفحوص استجابته على نفس ورقة الأسئلة.

ب- إذا طبق المقياس فرديا يكفي ان يطلب من المفحوص قراءة التعليمات الواردة بالصفحة الأولى من ورقة الإجابة، ثم البدء في الاستجابة للمقياس، ويختلف الأمر مع المرضى، حيث يفضل إذ يعاون الفاحص المفحوص في قراءة عبارة المقياس لو وجد أن الموقف يستدعي ذلك.

ت- يستغرق تطبيق المقياس ما بين 5-7 دقائق في التطبيق مع الأسوياء، إلا أن بعض المفحوصين قد يستغرق وقتا أطول، ولا يوجد وقت محدد للإجابة على المقياس.

ث- وفي التطبيق يطلب من المفحوص أن يضع دائرة حول رقم العبارة التي تصنف حالته خلال الأسبوعين الماضيين بما في ذلك يوم التطبيق وذلك في كل مجموعة عبارات بما في ذلك العبارة رقم (0) على أن تكون العبارة المختارة هي أكثر العبارات الأربع التي تصنف بطريقة أفضل حالته. (غريب عبد الفتاح غريب، 2008، ص 89)

### ج- طريقة تصحيحية :

يتم جمع الدرجات التي يتحصل عليها المفحوص في المجموعات الثلاث عشر للوصول إلى الدرجة الكلية على المقياس ، وتتراوح الدرجات على المقياس ما بين 0 كحد أدنى و 39 كحد أقصى ثم توضع هذه المجاميع ضمن درجات فاصلة قصد التعرف على درجة الاكتئاب وهذا دون تحويله إلى درجات معيارية (هذا المقياس لا يتبع أسلوب المعايير التقليدية وتحويل الدرجات الخام إلى درجات معيارية فالأسلوب المتبع لتقدير وجود الاكتئاب أو عدمه هو أسلوب الدرجات الفاصلة ) ، والجدول التالي يوضح ذلك :

جدول رقم (17) : يوضح مستويات الاكتئاب ( حاد وغير حاد)

مدى الدرجة	مدلول الدرجة
4-0	لا يوجد اكتئاب
7--5	اكتئاب غير حاد
15--8	اكتئاب متوسط
اكثر من 16	اكتئاب حاد

## 7- الأساليب الإحصائية:

اعتمدت الدراسة على بعض الأساليب الإحصائية تمثلت في:

1- نظام SPSS وهو اختصار للأحرف الأولى من الكلمات الآتية ( statisticol .package for social science ) وهو عبارة عن حزم حسابوتية متكاملة لإدخال البيانات وتحليلها، ويستخدم هذا البرنامج عادة في جميع البحوث العلمية التي تتمثل في العديد من البيانات الإحصائية للعلوم الاجتماعية وتحليلها والتي تتمثل في العديد من البيانات الرقمية، وقد أنشأ خصيصا لتحليل بيانات البحوث الاجتماعية لكنه لا يقتصر عليها فقط بل يشتمل على معظم الاختبارات الإحصائية تقريبا وله قدرة فائقة على معالجة البيانات كما أنه لا يتوافق مع البرمجيات المشهورة ولهذا يرى الباحثون أنه أداة فاعلة لتحليل شتى أنواع البحوث العلمية. (45: 03/06/2013/n10 http://www.myportail.com)

## 2- التكرارات

وتطلق على عدة الحالات من مجموع أو فئة معينة باعتبارها تكرارات لظهور الحالات أو القيم أو الأفراد داخل العينة (هالة منصور، 2000، ص 6)

### 3- المتوسط الحسابي:

يعتبر من اشهر مقاييس النزعة المركزية التي توضح مدى تقارب الدرجات من بعضها البعض ، واقترابها من المتوسط او من المركزية ويعرف بانه " مجموع القيم مقسوم على عدد القيم . ( فريد كامل أبو زينة ، 2006 ، ص 146 )

4- الانحراف المعياري: يعتبر من أهم مقاييس التشتت ويعرف على أنه الجذر التربيعي لمتوسط مربعات القيم عن متوسطها الحسابي، والانحراف المعياري يفيدنا في معرفة توزيع أفراد العينة ومدى انسجامها. ( مقدم عبد الحفيظ ، 2003: ص 71 )

3- معامل ارتباط برسون لحساب معاملات ثبات وصدق المقياس حيث :

$$N \sum(xy) - (\sum x)(\sum y)$$

$$R_p =$$

$$\sqrt{[N \sum x^2 - (\sum x)^2][N \sum y^2 - (\sum y)^2]}$$

**R** = معامل الارتباط برسون.

**N** = حجم العينة .

**X** و **y** = متغيران .

4- اختبار كاي مربع **k<sup>2</sup>**:

يعتبر اختبار **k<sup>2</sup>** من اهم اختبارات الدلالة الاحصائية اللابارامترية واكثرها شيوعا نظرا لفوائده في تقدير الفروق بين العينات او في مدي تطابقها . وهو يستعمل في البيانات

التي تكون على شكل تكرارات ، ويسمح هذا الاختبار بحساب الفرق بين التكرار الواقعي والتكرار المتوقع .

$$\sum (FO - FE)^2$$

$$K^2 = \frac{\quad}{\quad}$$

$$\sum FE$$

( مقدم عبد الحفيظ ، 2003: ص 112 )

5- كما استعملنا النسب المؤوية لما لها أهمية في العمليات الإحصائية وخاصة عند حساب الفروق بين النسبتين ، وقد اعتمدنا في هذه الدراسة على النسب المئوية لتمثيل العينة وخصائصها.

## خلاصة:

بعد عرضنا في هذا الفصل لأهم الخطوات المنهجية المتبعة في الدراسة الميدانية لهذا البحث، والتي تعتبر الركيزة الأساسية لأي بحث علمي، الذي تعرفنا فيه على عينة الدراسة. وكذا مجال الدراسة، إضافة إلى المنهج الذي سيساعدنا في دراستنا، كما اعتمدنا على أداتين في جمع المعلومات وهما مقياس الاغتراب النفسي من إعداد الباحثة ومقياس بيك الاكتئاب، وأخيرا حددنا مجموعة من الأساليب الإحصائية لمعالجة البيانات التي تم جمعها في الدراسة الحالية فإتباع هاته الخطوات تساعد على رفض أو قبول الفرضيات الموضوعة للدراسة، وبهذا سنقوم في الفصل التالي بعرض وتحليل ومناقشة النتائج التي تحصلنا عليها.

# الفصل السادس

## الفصل السادس: عرض وتحليل نتائج الدراسة

### تمهيد

- 9- الإجابة على التساؤل الأول.
- 10- الإجابة على التساؤل الثاني.
- 11- عرض وتحليل الفرضية العامة الأولى.
- 12- عرض وتحليل نتائج الفرضية الفرقية الجزئية الأولى.
- 13- عرض وتحليل نتائج الفرضية الفرقية الجزئية الثانية.
- 14- عرض وتحليل نتائج الفرضية الفرقية الجزئية الثالثة.
- 15- عرض وتحليل نتائج الفرضية الفرقية الجزئية الرابعة.
- 16- النتائج المتحصل عليها.

### الاقتراحات

## تمهيد

يتضمن هذا الفصل عرضاً لنتائج الدراسة ثم تفسيرها وذلك من خلال الإجابة على أسئلة الدراسة واستعراض أبرز نتائج المقاييس التي تم التوصل إليها ، وقد تم إجراء المعالجة الإحصائية للبيانات على نتائج الدراسة.

1-الإجابة على التساؤل الأول والذي نص على: ما مستوى الاغتراب النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة؟ وللإجابة على هذا التساؤل تم استخدام اختبار (T.test) لعينة واحدة للمقارنة بين المتوسط الحسابي لأفراد العينة مع المتوسط النظري لمقياس الاغتراب النفسي كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (18) نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري.

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	الفرق بين المتوسطين	قيمة (T.test)	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار
الاغتراب النفسي	108,246	20,981	120	-11,753	-6,387	,000	129	دال عند 0,01

لأجل الإجابة على التساؤل جرى معالجة البيانات التي تم الحصول عليها من تطبيق مقياس الاغتراب النفسي على العينة المؤلفة من (130) امرأة عاملة متزوجة وبعد استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لها ومقارنتها بالمتوسط النظري لمقياس الاغتراب النفسي تبين أن متوسط درجات أفراد العينة في مقياس الاغتراب النفسي بلغ (108.24) درجة وبانحراف معياري قدره (20,98) درجة، وعند إجراء المقارنة بين المتوسط الحسابي

المتحقق (المحسوب) والمتوسط النظري البالغ (120) درجة، حيث أن الفرق بين المتوسطين بلغ (-11,753) درجة، [ و باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة وسيلة إحصائية في المعالجة، تبين أن الفرق دال إحصائياً بين كلا الوسطين المحسوب والنظري لصالح النظري، وما يؤكد ذلك هو قيمة (T.test) التي بلغت (-6,387) وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.01$ ) ] ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

هذا يعني أن المرأة العاملة المتزوجة لديها مستوى اغتراب نفسي منخفض ، أيان درجة شعور المرأة العاملة المتزوجة بالاغتراب النفسي والتي حصلت عليها من خلال الإجابة على أسئلة مقياس الاغتراب النفسي لم ترتق الى الدرجة المطلوبة لتعطي الدلالة الكاملة على وجود الاغتراب النفسي لديهن حيث لم تظهر عينة الدراسة مؤشرا قويا بل كان الشعور بالاغتراب النفسي بدرجة منخفضة. لكن هذا لا ينفي وجود الاغتراب النفسي لدى المرأة العاملة المتزوجة. وهذا أيضا ما أكدته الموسوي: بأن الاغتراب هو شعور الإنسان بالانفصال عن ذاته وعن الآخر ، مما يجعله عاجزا عن إرضاء حاجاته النفسية والبيولوجية وهذا من شأنه ان يحرر حياته من المعنى ويشعر بان ما يريده غير واضح مما يدفعه الى الخروج عن المعيارية الاجتماعية وعدم تقبل واقعه وهذا مما يجعل المرأة العاملة المتزوجة تتحرف باتجاه الهروب من مشاكل المجتمع والشعور بالاغتراب النفسي والإحساس بالوحدة والابتعاد عن الأعراف والقيم السائدة.

فإصرارهن على ان يكونوا فاعلين في المجتمع معتمدين على انفسهن ولسن عالة على الاخرين يؤدي بهن الى اجهاد انفسهن اكثر وهذا بدوره يؤدي تدريجيا الى فقدان طاقتهن وانهيارها ومن ثم ضعف قدرة الجسم على المقاومة ، بالإضافة الى غياب المساندة من طرف الاسرة ، وعدم كفاية الوقت المخصص للأسرة ، وغياب الحياة الشخصية في العمل فصعوبة التوفيق بين الاسرة والعمل يميل الى احدى الطرفين على حساب الطرف الاخر وهذا يجعلها تعيش في صراع وحياة غير مستقرة وينتهي ذلك بشعورها بالاغتراب النفسي.

ومن جهة أخرى فان اغتراب المرأة العاملة المتزوجة يولد الكثير من المشاعر منها الإحساس بضعف القدرة على اتخاذ القرارات وابداء الرأي والشعور بالملل وجمود الشخصية والعجز عن حل المشكلات وأيضا بالانسحاب عن المجتمع .وهذا ما أكدته **حمادنة (1994)** بان الانعزال ينتج عن الحاجة لفرصة للارتباط بالآخرين على أساس المحبة ، وان يكون قادرا على التعبير عن آرائه وافكاره بحرية تامة.(حمادنة لورنس بادي محمد ، 1994 ، ص 62)

وقد أشار إليه **بلونر** بأن :الاغتراب هو انعكاس لتصدعات او انهيارات في العلاقة العضوية بين الانسان وتجربته الوجودية فهو يتعلق بما يحدث للفرد من اضطرابات نفسية وعقلية وما يستشعره من غربة عن العالم وفتوره في علاقاته بالآخرين وهذا يعني الانفصال النسبي عن الذات او المجتمع او كليهما .(إسكندر نبيل رمزي ،1988، ص 203)

كما ان المرأة العاملة المتزوجة تبقى بعد خروجها للعمل محافظة على نفس الدور الذي تلعبه في المنزل من اعمال منزلية وتربية أطفال ومسؤولياتها امام زوجها بالإضافة الى منح راتبها لزوجها وهذا لتعويض احساسها بالتقصير او الذنب. وهذا ما أكدته دراسة **عبروس ذهبية (1989)**: حول عمل المرأة خارج بيتها يحدث تغيير في العلاقة غير المتوازنة التي تحكم المرأة والرجل ومن نتائجها ان اغلب النساء يمنحن ما يكسبن الى العائلة ، حيث ترى ان هذا السلوك تعويض للعائلة التي سمحت بخروج المرأة للعمل .

وهذا ايضا ما أكدته (**احمد أبو العزائم**) ان الأمراض النفسية تزداد بين السيدات عن الرجال نحو 25% وذلك بسبب الضغوط النفسية التي تعاني منها جراء تحملها مسؤوليات مضاعفة حيث ان المرأة العاملة أحيانا تقوم بدور الام والأب معا وعليها ان تتحمل الكثير دون شكوى في سبيل ان يدعها تنعم بتحقيق ذاتها من خلال العمل.

([http:// digital.ahram.org.eg/articles.aspx ?serial](http://digital.ahram.org.eg/articles.aspx?serial))

كما اكدت دراسة النعيمي(2005) حول علاقة بعض أنماط الاغتراب بالحاجات المرتبطة بها لدى الهيئات التدريسية اسفرت النتائج بان جميع مراحل هيئات التدريس تعاني من الاغتراب فالإناث أكثر اغترابا نفسيا من الذكور.(النعيمي لطيفة ماجد،2005، ص 5 )

2-الإجابة على التساؤل الثاني والذي نص على: ما مستوى الاكتئاب لدى المرأة العاملة المتزوجة؟ وللإجابة على هذا التساؤل تم استخدام اختبار (T.test) لعينة واحدة للمقارنة بين المتوسط الحسابي لأفراد العينة مع المتوسط النظري لمقياس الاكتئاب كما هو مبين في الجدول التالي:

جدول رقم (19) نتائج الاختبار التائي لدلالة الفرق بين المتوسط الحسابي والمتوسط النظري.

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	الفرق بين المتوسطين	قيمة (T.test)	مستوى الدلالة	درجة الحرية	القرار
الاكتئاب	9,10	6,28	19,5	-10,400	-18,874	0,00	129	دال عند 0,01

لأجل الإجابة على التساؤل جرى معالجة البيانات التي تم الحصول عليها من تطبيق مقياس الاكتئاب على العينة المؤلفة من (130) امرأة عاملة متزوجة وبعد استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لها ومقارنتها بالمتوسط النظري لمقياس الاكتئاب تبين أن متوسط درجات أفراد العينة في مقياس الاكتئاب النفسية بلغ (9.10) درجة وبانحراف معياري قدره (6,28) درجة، وعند إجراء المقارنة بين المتوسط الحسابي المتحقق (المحسوب) والمتوسط النظري البالغ (19.5) درجة، حيث أن الفرق بين المتوسطين بلغ (-10,40) درجة، أو باستخدام الاختبار التائي لعينة واحدة وسيلة إحصائية في المعالجة، تبين أن الفرق دال إحصائياً بين كلا الوسطين المحسوب والنظري لصالح النظري، وما يؤكد ذلك هو قيمة

(T.test) التي بلغت (-18,87) وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.01$ ) [ ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%].

هذا يعني أن المرأة العاملة المتزوجة لديها مستوى اكتئاب منخفض أي بدرجة منخفضة. وهذا لا يعني وجود الاكتئاب سواء في صورته كإكتئاب مرضي أو كاستجابة اكتئابية وهذا ما لمسناه من خلال نتائج الأعراض النفسية ، ومن نتائج اختبار بيك ويفسر هذا ما تعانيه المرأة العاملة المتزوجة من مشاكل وازمات وضغوط تساهم وان لم نقل هي السبب في إصابتهم بالاضطرابات النفسية الى كون افراد العينة يعيشن ضغوط اجتماعية ومهنية تفوق قدراتهم لكثير مما يوقعهن في الفشل خصوصا في غياب السند الاجتماعي ،بالإضافة الى ان هذه النتيجة مرتبطة بشعورهن بالحزن وفقدان الاهتمام بالأنشطة المعتادة ،وبان الأشياء التي كانت تسرهن في الماضي لم تعد سارة لهن والشعور بالخمول والشعور بالتعب الشديد ولا وجود لأي طاقة تذكر وكل هذه الاعراض هي اعراض للاكتئاب.

وتؤكد هذا سوزان يكسيما بان سبب حدوث الاكتئاب هو الاستسلام لمشاعر الحزن والسماح لها بالسيطرة الكلية على مشاعر المرأة الأخرى وبالتالي الوقوع في دوامة الحزن الدائم العميق. (www.Digital .ahram.org.og /ariticle.)

إن المرأة العاملة المتزوجة غالبا ما تكون تحت ضغط حالة التوتر والانفعال في كافة المجالات سواء في العمل او في البيت لتحملها المسؤولية كاملة ، ذلك لأنها تتحمل ما يفوق قدرة احتمالها وعجزها على التوفيق بين مسؤوليات البيت المتعددة وبين العمل ومسؤولياته والتزاماته. وتتفق هذه الدراسة مع ما توصل إليه "جريس باروش" و"روزاليندا بارنيت" 1985 بدراستها التي تناولت استغراق المرأة في أدوار متعددة والمعاناة النفسية ، حيث تكون منهكة بأدوارها المتعددة ، وتعاني من ثلاث ضغوط رئيسية من بينها صراع الدور. ( سميرة محمد شند، 2000، ص 111)

وتؤكد هذا وجهة نظر "بيزيشكيا نواود و يوسمان"، إذ يشيران في كتابهما بعنوان " القلق والاكنتاب في الحياة اليومية "حيث يؤكدان ان الاكنتاب عبارة عن إشارة انذار يهدفان الى الوقاية من أمر أكثر سواء. ان احتجاج الجسد والنفس على المخاطر الواقعية والصراعات غير المحلولة والإرهاقات التي لا تطاق والحاجات غير المحققة والإمكانات غير المستغلة.

[www.maganin.com.20/07/2015.h10:47](http://www.maganin.com.20/07/2015.h10:47)

واكدته أيضا دراسة سوزان نولن-هوكزيم-وكرلاغريس-ونويودي تيارسون- بان النساء يشعرن بقلة السيطرة على مجالات مهمة من الحياة ، الامر الذي يقود من ناحيته الى إرهاقات مزمنة تستجيب لها النسوة بانشغال سلبي وليس إيجابي . ومن ثم ينزلن في حلقة مفرغة مسببة للمرض. اما مصادر الإرهاق فقد امكن تحديدها بالارهاقات المنزلية وتربية الأولاد بالإضافة الى الأعباء المهنية حيث ان المرأة العاملة المتروجة لا تفكر في حياتها الخاصة بل تحمل هم الآخرين ، وعلى الرغم من البذل والتضحية الكبيرة التي تقدمها المرأة الا انها تشعر بانها لا تحظى من زوجها بالاعتراف الكافي.

<https://www.liilas.com/vb3/t200507.html pm 11:15.07/09/2015>

وهذا ما أكدته دراسة "كاترينا ليوب" على أن الأمهات اللاتي يجمعن بين وظيفة شاقة ومرهقة و بين رعاية اسرة كاملة ، معرضات للإصابة بصورة اكبر بالاكنتاب عن غيرهن من الأمهات اللاتي يفضلن الجلوس بالمنزل والاهتمام بالعائلة فقط. هذا بسبب الإرهاق والضغط العصبي الشديد الذي يقع عليهن بسبب الأعباء مشيرة الى ان النساء اللاتي يطلبن مساعدة الأزواج لمساندتهن في شؤون المنزل هم اقل عرضة للإصابة بالاكنتاب.

<http://alwafa.news.21/08/2011.h07:26>

وتتفق هذه الدراسة مع دراسة "ليندر كانيفليدا"(1981) والتي كانت حول علاقة عمل المرأة بالاكنتاب وصحتها النفسية وتوصلت الى ان الأمهات العاملات يتعرضن للاستجابة الاكنتابية عند عملهن طوال الوقت .(سميرة شند ، 2000 ، ص105)

وتتفق مع دراسة "شارون كيورتيس" (1983) بعنوان المرأة وضغوط الأدوار المتعددة وذلك بهدف عرض ما تشعر به المرأة العاملة نتيجة تعدد أدوارها والصراع بينهم مما يترك اثره على الصحة الجسمية والحالة الانفعالية كالاكتئاب واطهرت النتائج ان التغيير في أدوار المرأة يؤثر على مستويات مقاومتها للأمراض النفسية.

### 3- الفرضية العامة:

نصت الفرضية على أنه: " توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الاغتراب النفسي والاكتئاب لدى المرأة العاملة المتزوجة. وللكشف عن العلاقة الارتباطية بين الاغتراب النفسي والاكتئاب لدى أفراد عينة الدراسة، تم استخدام معامل الارتباط لبيرسون والجدول التالي يوضح النتائج التي تم التوصل إليها:

جدول رقم (20) يوضح مصفوفة قيم معاملات الارتباط بين أبعاد الاغتراب النفسي والدرجة الكلية والاكتئاب لدى عينة الدراسة.

الاكتئاب		الاغتراب النفسي	
.593**	معامل الارتباط	العجز	أبعاد الاغتراب النفسي
.000	مستوى الدلالة		
130	حجم العينة		
.676**	معامل الارتباط	اللا معنى	
.000	مستوى الدلالة		
130	حجم العينة		
.541**	معامل الارتباط	اللا معيارية	
.000	مستوى الدلالة		

130	حجم العينة		الدرجة الكلية للاغتراب النفسي
.485**	معامل الارتباط	العزلة الاجتماعية	
.000	مستوى الدلالة		
130	حجم العينة		
.551**	معامل الارتباط	التمرد	
.000	مستوى الدلالة		
130	حجم العينة		
.554**	معامل الارتباط	التشويؤ	
.000	مستوى الدلالة		
130	حجم العينة		
.748**	معامل الارتباط		
.000	مستوى الدلالة		
130	حجم العينة		

\*\* دال عند مستوى الدلالة 0,01. \* دال عند مستوى الدلالة 0,05.

ويتبين من خلال الجدول رقم (20) أن قيمة معامل الارتباط بيرسون بين الدرجة الكلية للاغتراب النفسي والاكتئاب والتي بلغت (0,74)، وهي قيمة عالية وطردية أي كلما ارتفعت درجة الاغتراب النفسي لدى أفراد عينة الدراسة كلما ارتفع معه مستوى الاكتئاب كما أن الارتباط دال إحصائياً عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.01$ ) كما أن كل قيم الارتباط بين أبعاد الاغتراب النفسي

السنة (العجز، اللامعنى، اللامعيارية، العزلة الاجتماعية، التمرد، التشويؤ) والاكتئاب جاءت دالة عند مستوى الدلالة ( $\alpha=0.01$ ) حيث بلغت على التوالي ( -0,48-0,54-0,67-0,59 ) وعلية تم رفض الفرضية الصفرية وقبول فرضية البحث التي نصت على أنه

توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين الاغتراب النفسي والاكتئاب لدى المرأة العاملة المتزوجة، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

ومعنى هذا ان الشعور بالاغتراب النفسي يؤدي الى الاكتئاب عند المرأة العاملة المتزوجة ، فتعرض المرأة العاملة لضغوط دائمة بين العمل والبيت يجعلها تعاني من صراع الدور الذي يحول بين احلامها التي رسمتها فيتملكها شعور بفقدان الامل والعجز نتيجة التعرض الدائم للإجهاد سواء في البيت او في العمل ، كما ان المشاكل التي تصادفها تجعل امر تحقيق أهدافها مؤجل لإشعار لاحق او تتجه لأهداف لم ترسمها من قبل مما يجعلها تشعر باللاهدف وهي تؤدي عملها ، وهذا ما يشعرها بعدم أهمية العمل الذي تقوم به الامر الذي ينمي شعورها باللاهدف. كما ترى بعض السيدات ان عملهن لم يحقق ما كانوا يصبون اليه مما يجعلهن يشعرن بالتذمر من ما يواجهون من ضغوط في حياتهن الامر الذي يؤدي بهن الى تقبل بعض المعايير التي كانوا يرفضونها من قبل فتغير نظرتهم للأشياء. ويرى احمد النبلاوي في هذا ان اشكال السلوك التي أصبحت مرفوضة اجتماعيا غدت مقبولة ،أي ان الأشياء لم يعد لها أي ضوابط معيارية وما كان خطأ اصبح صوابا وما كان صوابا اصبح خطأ من منطلق إضفاء صبغة الشرعية على المصلحة الذاتية للفرد وحجبها عن المعايير وقواعد وقوانين المجتمع.(سنا حامد زهران ، 2004 ، ص ص 108-109 )

كما انا أداء المرأة العاملة المتزوجة لنفس العمل يوميا وطول ساعات العمل يشعرها بالملل و الروتين الذي يفقدها حيوتها و نشاطها ، مما يجعل العمل عندها غير مثير، فتصبح تؤدي عملها فقط دون ان تبذل اي مجهود إضافي اذا طلب منها ،وتجدها شاردة في بعض الأحيان ، تفكر في المشاكل التي تعترضها في حياتها كما ان عدم توفر الظروف المناسبة لها لأداء عملها ، ينمي لديها شعورا بغربة الذات وعدم الرضا عن عملها (الذي تقوم به).

كما ترى سعاد البرنوطي : إن المشكلة الاولى والاكبر في وضع المرأة العربية العاملة هي انها مازالت غير معتبرة كامرأة عاملة على الرغم من المساعدات الطويلة التي تصرفها

في العمل ، وبالرغم من الجهود التي تبذلها للمساهمة بشكل غير مباشر وغير منظم في الإنتاج المتحقق لذلك فهناك حاجة الى جهود تبذل في تحديد حجم النساء اللواتي يساهمن فعلا في العمل الإنتاجي وفي اعالة أسرهن كذلك إيجاد وسائل لتنظيم هذ العمل وهذه الفئات وتمكينها من العمل في ظروف تضمن لها حقوقها الأساسية وقالت ان المرأة العاملة معرضة لتحمل أعباء الواجبات البيئية بالإضافة الى مشاركتها في العمل وهذا الامر يعرضها الى الإرهاق والتمزق والصراع الذاتي .(سعاد البرنوطي، 1980 ، ص ص 366-367)

ويعتبر الاغتراب النفسي سمة من سمات الاكتئاب فكلما زادت درجة الاغتراب النفسي كلما دعم ذلك ظهور اعراض الاكتئاب لدى المغترب ، فيبدا الشخص بالشعور بالاغتراب عن الاخرين ويميل الى الانطواء والعزلة ، كما أشار قشقوش (1983) : الى ان الإحساس بالوحدة يمثل واحدة من المشكلات الخطرة في حياة انسان هذا العصر ،حيث تعد هذه المشكلة نقطة البداية لكثير من المشكلات التي تعانيتها ويعيشها ويشكو منها الانسان وتترك اثارها على الفرد حيث من شأنها ان تؤثر على مجمل نشاطاته كما انها تعد نواة لمشكلات أخرى.(محمد نوفل ، 2016 ، ص 255)

اذن فالمرأة العاملة المتزوجة تعاني قهرا إنسانيا مزدوجا ومضاعفا وخصوصا في المجتمع العربي من خلال المفاهيم والعادات السائدة هي عوامل أساسية لنمو واتساع ظاهرة الاغتراب لدى المرأة العاملة المتزوجة وتسهم في جعلها تخفي المها وحلمها وسلبيتها في اعماقها ومنه يظهر الاكتئاب. وتتفق هذه الدراسة مع دراسة جودي ترخمان (1980) بان العاملات المتزوجات أكثر معاناة من غير المتزوجات مما يشير لحجم الضغوط التي تعاني منها المرأة العاملة. (سميرة شند ، 2000، ص 105)

و شعور المرأة العاملة المتزوجة بالاغتراب النفسي نتيجة العمل في البيت والعمل يقودها في النهاية الى ظهور اعراض الاكتئاب حتى وان كانت بصورة خفيفة جدا ، اي ان شعورها بالعجز وعدم الحيلة لحل مشكلاتها وشعورها بالوحدة حتى وان كانت مع الاخرين، وشعورها

بعدم قيمتها..الخ يؤدي إلى شعورها بالاغتراب ومن ثم تكون التربة خصبة لظهور اعراض الاكتئاب .وتتفق أيضا مع دراسة جون (1981) حول الاغتراب والفشل الوظيفي حيث هدفت الدراسة لبحث العلاقة بين الفشل الوظيفي وبعض المتغيرات النفسية في الشخصية من بينها الاكتئاب حيث كانت اعلى نسبة هي للاكتئاب أي ان هناك علاقة بين الاكتئاب والاغتراب.(John .w.1981.p8)

كما اكدت دراسة عبد اللطيف خليفة(2000) حول العلاقة بين الاغتراب وكل من الابداع والتفاؤل و التشاؤم حيث اسفرت النتائج الى وجود علاقة دالة ارتباطية موجبة بين الاغتراب النفسي والتشاؤم .(خليفة عبد اللطيف ، 2000،ص651)وفي تقديرنا ان الاكتئاب الذي تعاني منه هذه الشريحة ما هو الا نتيجة للاغتراب الذي تعيشه المرأة العاملة المتزوجة وهذا ما أكدته وفاء محمد فتحي :بان شعور الفرد بالاغتراب يؤدي الى الشعور بالحزن و الكآبة والياس.(وفاء محمد فتحي ،1996، ص23)

#### 4- الفرضيات الجزئية:

والتي تنص على أنه:" توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الاغتراب النفسي تبعا للمتغيرات التالية (السن/ نوع المنصب/الخبرة/ عدد الأولاد)".

#### 4-1- عرض وتحليل نتائج الفرضية الفرقية الجزئية الأولى:

والتي تنص على أنه:" توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الاغتراب النفسي تبعا لمتغير السن (من 25 سنة الى 35 سنة/ من 36 سنة فما فوق)".

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل إليها:

- جدول رقم (21) يوضح نتائج اختبار "ت" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات الاغتراب النفسي تبعا لمتغير السن (من 25 سنة الى 35 سنة/ من 36 سنة فما فوق).

المتغير	متغير السن	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
العجز	من 25 سنة الى 35 سنة	78	18,15	6,008	-1,982	128	,050	دال عند 0.05
	من 36 سنة فما فوق	52	20,11	4,709				
اللامعنى	من 25 سنة الى 35 سنة	78	13,29	3,793	-2,380	128	,019	دال عند 0.05
	من 36 سنة فما فوق	52	15,11	4,909				
اللامعيارية	من 25 سنة الى 35 سنة	78	17,74	3,641	-2,168	128	,032	دال عند 0.05
	من 36 سنة فما فوق	52	19,30	4,552				
لعزلة الاجتماعية	من 25 سنة الى 35 سنة	78	17,75	4,487	-1,261	128	,210	غير دال احصائي
	من 36 سنة فما فوق	52	18,80	4,899				
	من 25 سنة الى 35 سنة	78	18,15	4,348				دال احصائيا

التمرد	سنة						
	من 36 سنة فما فوق	52	20,19	4,601			
التشويؤ	من 25 سنة الى 35 سنة	78	19,30	4,370			
	من 36 سنة فما فوق	52	20,4615	4,530			
الدرجة الكلية	من 25 سنة الى 35 سنة	78	104,41	19,327			
	من 36 سنة فما فوق	52	114,00	22,210			

وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية بالنسبة لأفراد عينة الدراسة في درجات الاغتراب النفسي لمتغير السن (من 25 سنة الى 35 سنة/ من 36 سنة فما فوق)". والتي بلغت عند ذوي السن من (من 25 سنة الى 35 سنة) في (العجز) (18,15) وعند ذوي السن من (من 36 سنة فما فوق) (20,11)، حيث نلاحظ وجود فرق طفيف بينهما لصالح الفئة الثانية (من 36 سنة فما فوق) وما يؤكد هذا الفرق هو قيمة (T) التي بلغت (-1,982) حيث جاءت غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.05$ ). اما في المحور الثاني " اللامعنى " فقد بلغ متوسط ذوي السن (من 25 سنة الى 35 سنة) (13,29) وعند ذوي السن من (من 36 سنة فما فوق) (15,11)، حيث نلاحظ وجود فرق طفيف بينهما لصالح الفئة الثانية (من 36 سنة فما فوق) وما يؤكد هذا الفرق هو قيمة (T) التي بلغت (-2,380) حيث جاءت غير دالة احصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.05$ ). اما في المحور الثالث " اللامعيارية " فقد بلغ متوسط ذوي السن من (من 25 سنة الى 35 سنة) (17,74) وعند ذوي السن من (من 36 سنة فما فوق) (19,30)، حيث نلاحظ وجود فرق بينهما لصالح

ذوي السن (من 36 سنة فما فوق) وما يؤكد ذلك هو قيمة (T) التي بلغت (-2,168) حيث جاءت دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.05$ ).

اما في المحور الرابع " العزلة الاجتماعية" فقد بلغ متوسط ذوي السن من (من 25 سنة الى 35 سنة) (17,75) وعند ذوي السن من (من 36 سنة فما فوق) (18,80)، حيث نلاحظ وجود فرق طفيف بينهما غير أن هذا الفرق جاء غير دال احصائيا وما يؤكد ذلك هو قيمة (T) التي بلغت (-1,261) حيث جاءت غير دالة احصائيا.

اما في المحور الخامس " التمرد" فقد بلغ متوسط ذوي السن من (من 25 سنة الى 35 سنة) (18,15) وعند ذوي السن من (من 36 سنة فما فوق) (20,19)، حيث نلاحظ وجود فرق بينهما لصالح ذوي السن (من 36 سنة فما فوق) وما يؤكد ذلك هو قيمة (T) التي بلغت (-2,558) حيث جاءت دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.05$ ).

اما في المحور السادس " التشيؤ" فقد بلغ متوسط ذوي السن من (من 25 سنة الى 35 سنة) (19,30) وعند ذوي السن من (من 36 سنة فما فوق) (20,46)، حيث نلاحظ وجود فرق طفيف بينهما غير أن هذا الفرق جاء غير دال احصائيا وما يؤكد ذلك هو قيمة (T) التي بلغت (-1,453) حيث جاءت غير دالة احصائيا.

اما بالنسبة للدرجة الكلية للاستبيان (الاغتراب النفسي) فقد بلغ متوسط ذوي السن من (من 25 سنة الى 35 سنة) (104,41) وعند ذوي السن من (من 36 سنة فما فوق) (114)، حيث نلاحظ وجود فرق بينهما لصالح ذوي السن (من 36 سنة فما فوق) وما يؤكد ذلك هو قيمة (T) التي بلغت (-2,610) حيث جاءت دالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ ). ونسبة التأكد من هذه النتيجة المتوصل إليها هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%. وبالتالي تم رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البديلة القائلة بـ " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الاغتراب النفسي تبعا لمتغير السن

(من 25 الى 36 سنة/ من 36 سنة فما فوق)" ولصالح ذوات السن (من 36 سنة فما فوق).

ان خروج المرأة للعمل لم يعد مجرد عول للأسرة ، بل اصبح من أولويات حياة المرأة وأصبحت لا تستطيع الاستغناء عنه لأنه وسيلة لتحقيق ذاتها وكسب المال وتوسيع نطاق العلاقات الاجتماعية ، ونلاحظ من خلال النتائج ان الفئة العمرية الكبيرة تعاني من الاغتراب النفسي اكثر من الفئة الصغيرة وهذا راجع الى ان الفئة الكبيرة وصلت الى مرحلة متقدمة من الإرهاق الجسدي والنفسي بسبب الصراع في الأدوار بين عملها وبيتها فهي مشتتة الفكر بين عملها وضرورة تأديته على اكمل وجه من جهة واسرتها من جهة أخرى. لذلك نجد المرأة العاملة تستنزف معظم قوتها وجهدها في العمل حتى اذا رجعت الى المنزل وجدت أعباء الوظيفة المنزلية من غسيل وتنظيف وتوظيف المنزل والاهتمام براحة الزوج والأولاد وتلبية متطلباتهم جميعا دون نقص او تقصير وكان المرأة تدفع فاتورة او ضريبة خروجها ، الضعف في أداء أدوارها المنزلية. ففي هذا الصدد أشار "فيشر" ان (75%) من المشاكل التي تعامل معها في ممارسته الاكلينيكية هي عبارة عن مشاكل مرتبطة بالضغط وان اغلبها يتسبب في اضطرابات المزاج. (ابراهيمى أسماء، 2015، ص 246 )

وأیضا إن

المرأة العاملة المتزوجة المتقدمة في السن يمكن أن تتشوه لديها صورة الجسد فكما كانت صورة الجسد سلبية ارتفع مستوى الاغتراب النفسي ويعود ذلك لمدى تأثرها بالصورة السلبية عن صورة جسدها نتيجة التقدم في السن مما ينجم عنه تضاعف الشعور بالرضا ويزداد الإحساس بالوحدة .وهذا ما أكدته دراسة (alzayoudi 2007 ) حيث ان الاناث قد سجلن انخفاضا في مفهوم الذات الاجتماعي عن الذكور ، ولكن الاناث اظهرن مستوى عال في مفهوم الذات الجسدي .(ناصر محمد نوفل ، 2016 ، ص261)

وأكدت دراسة المساعيد (2004) ان معظم الثقافات تعتبر الناحية الجسمية والمظهر العام للفرد من الأمور الهامة والتي لها تأثير على فكرة الفرد عن ذاته . (ناصر محمد نوفل ، 2016 ،ص 249 )

ومنه فتقدير الذات المنخفض لدى المرأة العاملة المتزوجة ذات الفئة العمرية الكبيرة يؤدي الى الاغتراب وهذا ما أكدته دراسة **عبد الحليم رحيم علي** (2016) بعنوان الاغتراب النفسي وعلاقته بتقدير الذات لدى الارامل وتوصل الباحث الى وجود علاقة سلبية قوية بين الاغتراب النفسي وتقدير الذات وفسر ذلك بان التقدير الواطئ للذات يرتبط بالأحداث ذات المضامين السلبية وما تعانيه الارامل من مشكلات نفسية مثل الاكتئاب وهذا يؤدي بهن الى الإحساس بالاغتراب النفسي .

([https://www.researchgate.net/profile/Haleem\\_Ali](https://www.researchgate.net/profile/Haleem_Ali). pm18:26)

بالإضافة الى دراسة **محمد زعتر**(1989) بعنوان سمات الشخصية وعلاقتها بالاغتراب النفسي حيث تكشف هذه الدراسة عن علاقة الاغتراب النفسي ببعض التغيرات النفسية ومنها التقدير السلبي للذات وأوضحت النتائج وجود علاقة ارتباطية موجبة ودالة بين درجات الاغتراب النفسي وبين درجات التقدير السلبي للذات . (سنا حامد زهران ، 2004 ،ص 148)

#### 4-2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الفرعية الثانية:

والتي تنص على أنه: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الاغتراب النفسي تبعا لمتغير نوع المنصب (عادي/عالي)".

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل إليها:

- جدول رقم (22) يوضح نتائج اختبار "ت" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات الاغتراب النفسي تبعا لمتغير المنصب المشغول

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة "ت"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	نوع المنصب	المتغير
دال	,000	128	-4,595	3,995	17,30	81	عادي	العجز
				6,744	21,63	49	عالي	
دال	,000	128	-4,143	3,754	12,86	81	عادي	اللا معنى
				4,620	15,93	49	عالي	
دال	,000	128	-4,956	3,572	17,09	81	عادي	اللا معيارية
				4,047	20,46	49	عالي	
دال	,000	128	-4,998	4,169	16,71	81	عادي	لعزلة الاجتماعية
				4,471	20,59	49	عالي	
دال	,000	128	-4,454	4,283	17,67	81	عادي	التمرد
				4,184	21,10	49	عالي	
دال	,000	128	-3,673	4,258	18,70	81	عادي	التشويؤ
				4,243	21,53	49	عالي	
دال	,000	128	-6,266	17,822	100,37	81	عادي	الدرجة الكلية
				19,391	121,26	49	عالي	

نلاحظ من الجدول أعلاه أن المتوسطات الحسابية لدرجات الاغتراب النفسي للأمهات العاملات اللاتي يشغلن (مناصب عادية) في أبعاد مقياس الاغتراب النفسي (العجز/ اللامعنى/ اللامعيارية/ العزلة الاجتماعية/ التمرد/ التشيؤ) أصغر من المتوسطات الحسابية لدرجات الاغتراب النفسي للأمهات العاملات اللاتي يشغلن (مناصب عالية) وما يؤكد ذلك هو قيمة T-TEST والتي بلغت على التوالي ( -4,989/-4,956 / --4,143/-4,595 ) والتي جاءت دالة احصائيا في جميع أبعاد مقياس الاغتراب النفسي ولصالح الأمهات العاملات اللاتي يشغلن (مناصب عالية) ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 01%.

اما بالنسبة للاستبيان ككل (الاغتراب النفسي) فنلاحظ أن المتوسط الحسابي لدرجات الاغتراب النفسي للمرأة العاملة المتزوجة التي تشغل (مناصب عادية) بلغ (100,37) وهو أقل من المتوسط الحسابي لدرجات الاغتراب النفسي للمرأة العاملة المتزوجة التي تشغل (مناصب عالية) الذي بلغ (121,26) وما يؤكد هذا الفرق هو قيمة اختبار الفروق (T-test) الذي بلغ (-6,266) حيث جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ ). وبالتالي تم قبول الفرضية البحثية القائلة بـ " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الاغتراب النفسي تبعا لمتغير نوع المنصب (عادي/عالي)". ولصالح المرأة العاملة المتزوجة التي تشغل (مناصب عالية) ونسبة التأكد من هذه النتيجة المتوصل إليها هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1% . وعليه يمكن القول بأن الفرضية تحققت.

وهذا يعني ان المرأة العاملة المتزوجة التي تشغل منصب عالي ( منصب مسؤول ) تعاني من الاغتراب النفسي اكثر من المرأة التي تشغل منصب عادي (غير مسؤول) وتعزي الباحثة ذلك ان المنصب العالي الذي تشغله المرأة يزيد من مسؤولياتها محاولة في ذلك اثبات جدارتها واستحقاقها لهذا المنصب في مكان عملها امام مسؤوليها ، وأيضا في البيت امام زوجها تثبت ان هذه المسؤولية لا تؤثر على التزاماتها وواجباتها وهذا يؤدي الى ارهاقها جسديا ونفسيا مما يولد لديها الشعور بالاغتراب النفسي اكثر. وهذا ما أكدته دراسة "تاتيانا

بدوفيسكا" ان النساء اللاتي يملكن سلطة كبيرة في مكان العمل كالقدرة على التوظيف والفصل ومنح الأجور ، حيث يكن أكثر تعليما او اعلى دخلا واكثر ارتباطا بالمناصب المرموقة من النساء دون سلطة ومع ذلك كانت صحتهن النفسية أسوأ من النساء الأقل سلطة منهن . وترجع ذلك ان النساء تتعامل في مناصب السلطة العليا مع التوتر بين الافراد والتفاعلات الاجتماعية ، والصور النمطية السلبية والتحيز والعزلة الاجتماعية فضلا عن التنافس مع المرؤوسين والزملاء والرؤساء وغالبا ما ينظر الى المرأة في مواقع السلطة على انهن يفتقدن الثقة بالذات وحنكة القادة الأقوياء، ولكن عندما تظهر النساء هذه الخصائص القوية ، يحكم عليهن فورا بأنهن خاليات من مظاهر الأنوثة ، الامر الذي يؤثر سلبا عليهن ويجعلهن اكثر عرضة للتوتر المزمن وبالتالي للشعور بالغبرة النفسية.

(www.roayahnews.com /html.23/11/2014.03 :09 pm)

وتختلف هذه الدراسة مع دراسة "ميلر واخرون" (2006) بعنوان الاغتراب الاجتماعي والمزاج الكئيب لامرأة في منتصف العمر، هدفت هذه الدراسة الى تحديد عوامل الثقافة ، الاغتراب الاجتماعي ، الضغوط النفسية والعائلية للمزاج الكئيب لامرأة في منتصف العمر ، وأكدت النتائج ان الثقافة العالية دعمت وعززت الصحة النفسية بشكل مباشر وذلك من خلال خفض مشاعر الاغتراب وبالتالي خفض الضغوط النفسية والعائلية. نتأكد لا نخليها ولا نحيتها

(ArleneMiller ,et all 2006, p134)

فالاغتراب النفسي يولد الكثير من المشاعر لديها والمتمثلة في احساسها بعدم المساواة ونقص او انعدام الفرص الإبداعية والشعور بعدم الانتماء والملل في حياتها وبالتالي عدم الرضا في المحيط الاجتماعي والذاتي وهذا ما قد يجعلها اكثر تمردا ونفورا من الذات والمجتمع وكل هذه المشاعر تؤدي بالنتيجة الى الاغتراب النفسي ، فإحساسها بالتفرقة والتمييز سوف يجعلها اكثر تقبلا للشعور بالاغتراب .

وتتفق هذه الدراسة مع دراسة ( Martin and Kirkalaty ) 1998 بعنوان العلاقة بين سمات الشخصية والاتجاهات نحو العمل (الاتقان والتنافسية ودافعية الإنجاز والانجاز من خلال الالتزام) وظهرت النتائج ان النساء اكثر عصابية كما وجدت الدراسة ارتباط دال بين الاتقان والانبساط عند النساء. ( كمال يوسف بلان ، 2012 ، ص 30 )

كما ان المرأة العاملة المتزوجة لا تجد الوقت للتنفيس عن مكبوتاتها وإقامة علاقات اجتماعية وقد بينت دراسة "مكلاند وزملاؤه" أن العلاقات الاجتماعية والتواجد مع الأصدقاء والالتقاء مع الآخرين من المصادر الرئيسية التي تجعل للحياة معنى بحيث تشير نتائجها على ان لها ارتباط قوي بالصحة في جانبها النفسي وجانبها العضوي معا.

بالإضافة الى دراسة "هاري" (1999) وهي دراسة للتعرف على علاقة الاغتراب ببعض المتغيرات النفسية كالحاجة للمساندة الاجتماعية ومركز السيطرة وكانت النتائج تشير الى وجود ارتباط عالي بين الاغتراب وكل من هذه المتغيرات وان الحالات النفسية تؤدي بالإنسان الى الاغتراب لا يمكن ارجاعها الى عوامل الصدفة. (Harry ,G, 1999,p 432)

#### 4-3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الفرعية الثالثة:

والتي تنص على أنه: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الاغتراب النفسي تبعا لمتغير عدد الأولاد (من 0 الى 2 أولاد/ من 3 الى 5 أولاد)."

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل إليها:

- جدول رقم (23) يوضح نتائج اختبار "ت" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات الاغتراب النفسي تبعا لمتغير عدد الأولاد (من 0 الى 2 أولاد/ من 3 الى 5 أولاد)."

المتغير	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ت"	درجة الحرية	مستوى الدلالة	القرار
العجز	من 0 الى 2	18,6479	6,217	-649	128	0,518	غير دال
	من 3 الى 5	19,2881	4,756				
اللامعنى	من 0 الى 2	13,5211	3,912	-1,449	128	0,150	غير دال
	من 3 الى 5	14,6271	4,788				
اللامعيارية	من 0 الى 2	18,0986	3,566	-827	128	0,410	غير دال
	من 3 الى 5	18,6949	4,647				
العزلة الاجتماعية	من 0 الى 2	17,6761	3,58877	-1,347	128	0,180	غير دال
	من 3 الى 5	18,7797	5,675				
التمرد	من 0 الى 2	18,5634	4,271	-1,118	128	,2660	غير دال
	من 3 الى 5	19,4576	4,847				
التشويؤ	من 0 الى 2	19,6761	4,361	-261	128	0,795	غير دال
	من 3 الى 5	19,88	4,597				
الدرجة الكلية	من 0 الى 2	106,18	18,983	-1,232	128	0,220	غير دال
	من 3 الى 5	110,71	23,080				

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه وجود فروق طفيفة بين المتوسطات الحسابية لدرجات الاغتراب النفسي للأمهات العاملات اللاتي لديهن عدد أولاد من (0 الى 2 أولاد) والأمهات

العاملات اللائي لديهن عدد أولاد (من 3 الى 5 أولاد) غير أن هذا الفرق جاء غير دال احصائيا بالنسبة للأبعاد الستة (العجز/ اللامعنى/ اللامعيارية/ العزلة الاجتماعية/ التمرد/ التسيؤ) وما يؤكد ذلك هو قيمة T-TEST والتي بلغت على التوالي ( -1,449/-0,649) - /0,827 /-1,118 /-1,347/-0,261) حيث جاءت غير دالة احصائيا في جميع أبعاد الاغتراب النفسي.

اما بالنسبة للاستبيان ككل (الاغتراب النفسي) فنلاحظ أن المتوسط الحسابي لدرجات الاغتراب النفسي للأمهات العاملات اللائي لديهن عدد أولاد من (0 الى 2 أولاد) بلغ (106,18) وهو أقل من المتوسط الحسابي لدرجات الاغتراب النفسي للأمهات العاملات اللائي لديهن عدد أولاد من (3 الى 5 أولاد) الذي بلغ (110,72) غير أن هذا الفرق جاء غير دال احصائيا وما يؤكد ذلك هو قيمة اختبار الفروق (T-test) الذي بلغ (-1,232) حيث جاءت غير دالة إحصائيا. وبالتالي تم قبول الفرضية الصفرية القائلة بـ " لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الاغتراب النفسي تبعا لمتغير عدد الأولاد (من 0 الى 2 أولاد/ من 3 الى 5 أولاد)". ورفض فرضية البحث.

وتعزي الباحثة هذا الى ان المرأة العاملة المتزوجة تواجه جملة من الاضطرابات النفسية نتيجة خروجها الى ميادين العمل فهي مسؤولة عن اطفالها بغض النظر عن عددهم (سواء كان طفل واحد او خمسة أطفال)، وان عدم قدرتها على تامين متطلباتهم بسبب العمل يولد لديها اضطرابا عاطفيا يتجلى على صورة مخاوف متعددة ، حيث ان المرأة العاملة غالبا ما تكون تحت ضغط حالة من التوتر والانفعال في كافة المجالات سواء في البيت او العمل لتحملها المسؤولية كاملة وخاصة اذا ما كانت اما ولديها أطفال.

ان ضغط تعدد الأدوار يؤثر على المرأة الى حد انها تصاب بأمراض عديدة جسدية ونفسية ،ففي الولايات المتحدة الأمريكية ذكر "ولتر جوف وجنيث تودور" في تقريرهما ان معدلات الإصابات بالأمراض العقلية اعلى عند النساء منهم عند الرجال ، وترجع هذه التقارير

الأسباب في ذلك الى الضغوط المرتبطة بالدور الاجتماعي للمرأة المتزوجة وقد اقترحا بان النفسية الموجودة لدى المرأة العاملة في البيت ربما تكون نتيجة ان البيت والعائلة ليست مصادر ارضائية وانشغال كثيرا من النساء يشعرهن بالإحباط لقيامهن بالعمل وتربية الأطفال معا ولان العمل متكرر وغير مطلوب. ( احمد محمد مبارك ، 1992 ، ص 93)

وأیضا من خلال النتائج نجد ان أكبر نسبة من الزوجات العاملات لم ينجبن عددا كبيرا من الأطفال فقلة عدد الأطفال يساعد أولا في تقليل المسؤوليات عليها وأيضا في الاشراف على تربيتهم وهذا يتفق مع ما جاء في دراسة "هادي رضا مختار" من ان عدد الأطفال يلعب دورا كبيرا في تحديد مستوى الاستقرار الاسري لدي المرأة العاملة .حيث ان زيادة العدد يمثل عامل سلبي للمرأة العاملة حتى وان كان يساعدها زوجها في تربيتهم لان عدد كبير منهم معناه مسؤوليات كبيرة على عاتق المرأة ومواجهتها لعدد اكبر من الأدوار.

(هادي رضا مختار ، 1997 ، ص ص 203-231)

#### 4-4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الفرعية الرابعة:

والتي تنص على أنه: " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الاغتراب النفسي تبعا لمتغير الخبرة (من 1 الى 10 سنوات/أكثر من 10 سنوات)".

وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة اختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات والجدول التالي يوضح النتائج المتوصل إليها:

- جدول رقم (24) يوضح نتائج اختبار "ت" ودلالاتها الإحصائية للفروق بين متوسطات درجات الاغتراب النفسي تبعا لمتغير الخبرة (من 1 الى 10 سنوات/أكثر من 10 سنوات)".

القرار	مستوى الدلالة	درجة الحرية	قيمة "ت"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	متغير الخبرة	المتغير
غير دال	,053	128	-1,951	5,714	18,42	100	من 1 الى 10 سنوات	العجز
				4,851	20,66	30	أكثر من 10 سنوات	
غير دال	,101	128	-1,653	4,106	13,68	100	من 1 الى 10 سنوات	اللامعنى
				4,983	15,16	30	أكثر من 10 سنوات	
دال عند 0,01	,001	128	-3,386	3,504	17,73	100	من 1 الى 10 سنوات	اللامعيارية
				5,124	20,50	30	أكثر من 10 سنوات	
دال عند 0,05	,029	128	-2,204	4,460	17,69	100	من 1 الى 10 سنوات	العزلة الاجتماعية
				5,040	19,80	30	أكثر من 10 سنوات	
دال عند 0,05	,002	128	-3,119	4,352	18,31	100	من 1 الى 10 سنوات	التمرد
				4,556	21,16	30	أكثر من 10 سنوات	

غير دال	0,379	128	-884	4,245	19,58	100	من 1 الى 10 سنوات	التشويق
				5,116	20,40	30	أكثر من 10 سنوات	
دال عند 0,01	,004	128	-2,893	19,180	105,41	100	من 1 الى 10 سنوات	الدرجة الكلية
				24,127	117,70	30	أكثر من 10 سنوات	

وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية بالنسبة لأفراد عينة الدراسة في درجات الاغتراب النفسي تبعا لمتغير الخبرة (من 1 الى 10 سنوات/أكثر من 10 سنوات) ". والتي بلغت عند ذوي الخبرة من (من 1 الى 10 سنوات) في (العجز) (18,42) وعند ذوي الخبرة من (أكثر 10 سنوات) (20,66)، حيث نلاحظ وجود فرق طفيف بينهما غير أن هذا الفرق جاء غير دال احصائيا وما يؤكد ذلك هو قيمة (T) التي بلغت (-1,951) حيث جاءت غير دالة احصائيا. اما في المحور الثاني " اللامعنى " فقد بلغ متوسط ذوي الخبرة من (من 1 الى 10 سنوات) (13,68) وعند ذوي الخبرة من (أكثر 10 سنوات) (15,16)، حيث نلاحظ وجود فرق طفيف غير أن هذا الفرق جاء غير دال احصائيا وما يؤكد ذلك هو قيمة (T) التي بلغت (-1,653) حيث جاءت غير دالة احصائيا.

اما في المحور الثالث " اللامعيارية " فقد بلغ متوسط ذوي الخبرة من (من 1 الى 10 سنوات) (17,73) وعند ذوي الخبرة من (أكثر 10 سنوات) (20,50)، حيث نلاحظ وجود فرق بينهما لصالح ذوي الخبرة (أكثر 10 سنوات) وما يؤكد ذلك هو قيمة (T) التي بلغت (-3,386) حيث جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ ).

اما في المحور الرابع " العزلة الاجتماعية" فقد بلغ متوسط ذوي الخبرة من (من 1 الى 10 سنوات) (17,69) وعند ذوي الخبرة من (أكثر 10 سنوات) (19,80)، حيث نلاحظ وجود فرق بينهما لصالح ذوي الخبرة (أكثر 10 سنوات) وما يؤكد ذلك هو قيمة (T) التي بلغت (-2,204) حيث جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.05$ ).

اما في المحور الخامس " التمرد" فقد بلغ متوسط ذوي الخبرة من (من 1 الى 10 سنوات) (18,31) وعند ذوي الخبرة من (أكثر 10 سنوات) (21,16)، حيث نلاحظ وجود فرق بينهما لصالح ذوي الخبرة (أكثر 10 سنوات) وما يؤكد ذلك هو قيمة (T) التي بلغت (-3,119) حيث جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ ).

اما في المحور السادس " التشيؤ" فقد بلغ متوسط ذوي الخبرة من (من 1 الى 10 سنوات) (19,58) وعند ذوي الخبرة من (أكثر 10 سنوات) (20,4)، حيث نلاحظ وجود فرق طفيف بينهما غير أن هذا الفرق جاء غير دال احصائياً وما يؤكد ذلك هو قيمة (T) التي بلغت (-0,884) حيث جاءت غير دالة احصائياً.

اما بالنسبة للدرجة الكلية للاستبيان (الاغتراب النفسي) فقد بلغ متوسط ذوي الخبرة من (من 1 الى 10 سنوات) (105,41) وعند ذوي الخبرة من (أكثر 10 سنوات) (117,70)، حيث نلاحظ وجود فرق بينهما لصالح ذوي الخبرة (أكثر 10 سنوات) وما يؤكد ذلك هو قيمة (T) التي بلغت (-2,893) حيث جاءت دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ( $\alpha=0.01$ ). ونسبة التأكد من هذه النتيجة المتوصل إليها هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%. وبالتالي تم رفض الفرضية الصفرية وقبول الفرضية البعثة القائلة بـ " توجد فروق ذات دلالة إحصائية في متوسطات درجات الاغتراب النفسي تبعا لمتغير الخبرة (من 1 الى 10 سنوات/أكثر من 10 سنوات)" ولصالح ذوي الخبرة (أكثر 10 سنوات)

من خلال هذه النتيجة المتحصل عليها في درجات الاغتراب النفسي لدي المرأة العاملة المتزوجة كانت اعلى عند المرأة ذات الخبرة أكثر من 10 سنوات اعلى من درجة الاغتراب

النفسى التى لىبها عدد سنوات خبرة اقل من 10سنوات، وهذا لان المرأة قد وصلت لقمة الأداء وترى انها لم تجنى ثمار سنوات العمل الشاق فى السنوات السابقة .وفىه تكون المرأة قد حصلت على قدر كافي من الخبرة من خلال العمل الا ان لىس لها قدرة على الحكم الصحىح أى ان انها غير قادرة على اتخاذ القرارات او عدم وجود علاقات اجتماعىة جىدة فى حىاتها كما ان لىس لها اهداف واضحة فى المستقبل تسعى الى تحقىقها وأىضا احساسها بعدم وجود قىمة لها او للأعمال التى تقوم بها.

كما نجد المرأة العاملة المتزوجة تكون مع مرور الزمن او السنوات ضىقة النفس ، متعبة منهكة القوى لا تستطيع ان تعبر عن مشاعرها او افكارها بصورة واضحة وتحس بالعجز وبان حىاتها روتىنية ومملة وتجد نفسها غير قادرة فى بعض الأحيان على التوفىق بىن مسؤولىاتها نحو أبنائها وزوجها ومسؤولىاتها الأخرى الناتجة عن عملها ومنه فانقسام اعمالها بىن البىت والعمل يكون سبب فى ظهور الكثر من الاعراض النفسىة والجسدىة التى تؤدى الى ظهور الاغتراب النفسى .

وتختلف هذه الدراسة مع دراسة "نانسى بوتس" (1979) حول العلاقة بىن عمل المرأة ومعاناتها النفسىة وكانت اهم نتائجها وجود علاقة بىن كل من العمل والزواج والأمومة من جهة ومعاناة المرأة النفسىة ومقارنة برىة البىت من جهة أخرى وتوصلت الى مجموعة من النتائج أهمها : وجود فروق دالة لصالح العاملات الحدىثات فى العمل من حىث المعاناة بالمقارنة بمن لهن خبرة كبرىة فى العمل . ( سمىرة محمد شند ، 2000 ، ص103 )

ولكن تتفق دراستنا هذه مع دراسة محمود عوض (2003) والتى تهدف الى التعرف على درجة شىوع مظاهر الاغتراب النفسى (على النسقىن الاجتماعى والاكادىمى ) لىدى معلمى ومعلمات المدارس الحكومىة كما تهدف الى بىان اثر متغىرات الدراسة ومن بىنها الخبرة على درجة شىوع مظاهر الاغتراب النفسى لىدى معلمى ومعلمات المدارس الحكومىة

وكانت نتائجها وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مظاهر الاغتراب النفسي تعزى لمتغير الخبرة .

كما تتفق مع دراسة سميث وبيورك (1992) : حيث تهدف الى الكشف عن العلاقة بين ضغط العمل وعبئ العمل والرضا الوظيفي عند المعلمين واطهرت النتائج ان متغير الاقدمية له تأثير في احداث الضغوط المهنية. (عطوي سعد الدين ، 2010 ، ص ص 14-

(15

## 8- النتائج المتحصل عليها :

في ضوء تحليلنا للنتائج المتحصل عليها بواسطة المقياسين لعينة بحثنا وهي المرأة العاملة المتزوجة الى النتائج الاتية:

1- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين درجات الاغتراب النفسي ودرجات الاكتئاب أي انه كلما زاد الاغتراب النفسي كلما زاد الاكتئاب.

2- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاغتراب النفسي تعزى لمتغير السن ، لصالح الفئة العمرية من (36 سنة فما فوق).

3- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاغتراب النفسي تعزى لمتغير عدد الأولاد.

4- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاغتراب النفسي تعزى نوع المنصب وكانت لصالح المرأة العاملة المتزوجة ذات المنصب العالي.

5- وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاغتراب النفسي تعزى عدد سنوات الخبرة وكانت لصالح الفئة ذات الخبرة ( اكثر من 10 سنوات).

ومنه فان نتائج هذه الدراسة تبقى نسبية ، فهي رهينة الشروط التجريبية والأدوات الإحصائية المستعان بها لجمع البيانات او المعالجة الإحصائية ، ولا يجب ان تتوقف عند هذه النتائج فلا بد من مواصلتها ولهذا يبقى المجال مفتوح لدراسات أخرى تكون على عينات اكبر واوسع.

## الاقتراحات

تعد المرأة نصف المجتمع وتربي نصفه الاخر باعتبارها ام ومربية أجيال لهذا فالاهتمام بها يعتبر الاهتمام بكل المجتمع لهذا وجب الاهتمام بها من قبل الباحثين في دراساتهم، ودراستنا هذه أوضحت من خلال نتائجها ان المرأة العاملة المتزوجة تعاني من الاغتراب النفسي والاكتئاب وهذا ما دفعنا لطرح بعض الاقتراحات التي قد تسهم في التخفيف مما تعانيه ، كما قد يسهم في حسن استثمار طاقتها في البيت والعمل.

- 1- إيجاد استراتيجيات فعالة تساعد المرأة العاملة المتزوجة في تقبل أدوارها المتعددة حتى لا تكون معرضة للاضطرابات النفسية.
- 2- وجود اخصائي نفسي بالعمل لتقديم المساعدة لهن.
- 3- الزيادة في عدد أيام عطلة الامومة الى سنة بدل 98 يوم.
- 4- تقليص عدد ساعات العمل او العمل بنظام الدوامين (صباحي ومساءلي).
- 5- انشاء دور للحضانة في مكان عملها .
- 6- يجب على المجتمع ككل احترام المرأة والتعامل معها كشريك للرجل في المجتمع وتغيير النظرة السلبية لعمل المرأة فهي تتحمل أعباء العمل والمنزل وتربية الأطفال.
- 7- يجب على الزوج مسانبتها ومساعدتها في اعمال البيت والأطفال لتستطيع ان تؤدي أدوارها في الحياة بكفاءة.
- 8- ان تهتم المرأة العاملة المتزوجة بتنقيف نفسها لتعرف حقوقها المشروعة في العمل لتتال حقوقها كاملة ولا تتعرض للظلم.
- 9- تهيئة فرص الترقية امام الجميع باستخدام أساليب موحدة تقوم على أسس علمية كمعيار الاقدمية او اختيار افضل لعناصر كفاءة وأكثرها صلاحية لان الترقية وسيلة وحافزا للموظف لإتقان عمله والتفوق بغية الوصول الى اعلى المراتب ولكن أيضا هي عامل تهديم وتعطيل وضغط اذا ما أسئى استعماله.

خاتمه

## خاتمة

ان نتائج هذه الدراسة تكشف لنا أمور هامة تخص عمل المرأة المتزوجة ومدى تأثيره على صحتها النفسية ، فالمرأة العاملة المتزوجة لا زالت تحمل مسؤولية اسرتها وبيتها الى جانب تحملها مسؤولية الوظيفة وهذا ما يجعلها تحاول التوفيق بين هاته المسؤوليات وهذا يؤدي الى ارهاقها جسديا ونفسيا مما تظهر لها مشاعر سلبية كالشعور بالعجز عن حل لمشكلاتها والضعف والتوتر والإحباط ، الشعور بخيبة الامل وان حياتها لا معنى لها... الخ كل هذا يؤدي الى الاغتراب النفسي وهو بدوره يؤدي الى الاكتئاب .والاغتراب النفسي يشير مفهومه في المجال النفسي الى درجات من الاضطراب في الشخصية وفي علاقاتها بالموضوع بحيث يمكن ان يحيا المغترب حياة عادية وان كانت مشوبة بالكدر والمشقة .

و الاغتراب النفسي بوصفه ظاهرة نفسية اخذت في الانتشار في الآونة الأخيرة فإننا نجد عند المرأة العاملة المتزوجة أيضا وهذا راجع للعبء الكبير الذي يقع عليها في حياتها سواء على المستوى الاسري او على مستوى العمل، حيث يتخلل حياتها ضغوطات وصراعات يومية، مما قد يمهد لمشاعر الاغتراب النفسي لديهن اكثر من غيرهن من النساء خاصة عندما يتعلق الامر بمناخات مجهضة لطموحات وامال واهداف المرأة العاملة المتزوجة. ولهذا فان عمل المرأة المتزوجة وما يترتب عنه من اضطرابات نفسية لا بد من يلزمه اهتمام من طرف الباحثين والمختصين النفسيين حتى يمنع حدوث اثار سلبية على صحتها.

ولا شك ان الاعمال العلمية هي بناء متكامل وكل باحث من الباحثين يضيف لبنة الى هذا البناء من خلال ما يتوصل اليه من معارف جديدة باستمرار تساهم في اثراء دائرة العلم والمعرفة، ولقد أضاف بحثنا لبنة متواضعة الى هذا البناء، غير ان ثمة حاجة ماسة لمزيد من البحث والاستقصاء حول موضوع الاغتراب النفسي والاكتئاب لمعرفة ابعاد الظاهرة معرفة معمقة.

المراجع

## قائمة المراجع

\*القران الكريم

أولاً: المراجع باللغة العربية :

- قائمة الكتب باللغة العربية :

1- إبراهيم بن مبارك الحرير (1995): عمل المرأة في المنزل وخارجه، ط1، الرياض، السعودية.

2- إبراهيم زيزي السيد (2006): العلاج المعرفي للاكتئاب بأسسه النظرية وتطبيقاته العملية وأساليب المساعدة الذاتية، دار غريب للطباعة والنشر ، القاهرة، مصر.

3- إبراهيم عبد الستار (1998): الاكتئاب-اضطراب العصر الحثيث فهمه وأساليب علاجه- علم المعرفة ، الكويت.

4- أبو النبيل محمود السيد (1986): علم النفس الفارق، ط1، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان.

5- أبو شعر ليلي (1992): المرأة العربية السورية بين الواقع والطموح، الينابيع للنشر والتوزيع، دمشق.

6- إحسان محمد الحسن (2005): علم الاجتماع الصناعي، ط1، دار وائل للنشر والتوزيع، الأردن.

7- أحمد أبو زيد (1979): الاغتراب، عالم الفكر، مجلد 1، عدد 1.

8- أحمد النكلاوي (1989): الاغتراب في المجتمع المصري المعاصر، دار الثقافة ، القاهرة، 1989.

9- احمد محمد مبارك الكندري (1992): علم النفس الأسري، ط2، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع، الكويت.

- 10- آرون بيك (2000): العلاج المعرفي والاضطرابات الانفعالية، ترجمة مصطفى عادل، دار النهضة العربية، بيروت.
- 11- إسكندر نبيل رمزي (1988): الاغتراب النفسي وأزمة الانسان المعاصر ، دار المعرفة الجامعية ، الإسكندرية.
- 12- أشرف محمد عبد الغني (2001): المدخل إلى الصحة النفسية ،المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، مصر.
- 13- إميل خليل بيدس (1991): دليل الأمراض النفسية والبدنية، ط4، دار الآفاق الجديدة، بيروت.
- 14- أنور محمد الشرقاوي (1992): علم النفس المعرفي ، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة .
- 15- إيريك فروم (1960): المجتمع السليم، ترجمة : محمود محمود، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.
- 16- ايغور كون (1992): البحث عن الذات، دراسة في الشخصية ووعي الذات، ترجمة غسان نصر، ط1، معد للنشر والتوزيع، دمشق، سوريا.
- 17- أيمن الحسين (1994): الاكتئاب والجنس، دار الهدى للنشر والتوزيع، عين مليلة، الجزائر.
- 18- بركات حليم (2000): المجتمع العربي في القرن العشرين، بحث في تغيير الأحوال والعلاقات، ط1، مركز دراسات الوحدة العربية، بيروت، لبنان.
- 19- جبل فوزي محمد (2000): الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية، ط1، المكتبة الجامعية، الإسكندرية، مصر

- 20- جلال سعد (1986): في الصحة العقلية الأمراض النفسية ولعقلية والانحرافات السلوكية، دار الفكر العربي، القاهرة.
- 21- جورارد، م وتيدلاندرمن (1988): الشخصية السليمة ، ترجمة حمد دلي الكريولي، موفق الحمداني، ط1، مطبعة التعليم العالي، بغداد، العراق.
- 22- حامد زهران (2003): الاتجاهات المستقبلية في رعاية المسنين، دراسات في علم النفس النمو، القاهرة، دار الكتب.
- 23- حامد عبد السلام زهران (1998): التوجيه والإرشاد النفسي، ط3، عالم الكتب ، القاهرة.
- 24- حسن محمد حسن حمادة (1995): الإغتراب عند إيريك فروم، المؤسسة العربية للدراسات والنشر والتوزيع، ط1، بيروت.
- 25- حسن مسني (1998): الصحة النفسية، دار الكندي للنشر والتوزيع ودار طارق للنشر والتوزيع، عمان ، الأردن.
- 26- حسين عبد الحميد رشوان (1998): علم اجتماع المرأة، المكتب الجامعي الحديث، القاهرة.
- 27- حسين عبد الحميد رشوان (2003): الأسرة والمجتمع، دراسة في علم اجتماع الأسرة، بدون طبعة، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية.
- 28- حسين محي الدين أحمد (1989): القيم الخاصة لدى المبدعين ، القاهرة، دار المعارف.
- 29- حطب زهير (1976): تطور الأسرة العربية والجذور التاريخية والاجتماعية لقضاياها المعاصرة، معهد الإنماء العربي، بيروت، لبنان .
- 30- حماد علي أحمد (1995): الإغتراب من منظور علم الاجتماع، الكتاب السنوي الثالث ، الجمعية المصري للدراسات النفسية ، القاهرة، مصر.

- 31- حماد، محمد حسن، (1995): الاغتراب عند إيريك فروم، ط1، المؤسسة الجامعية للدراسات والنشر والتوزيع، بيروت، لبنان .
- 32- حمودة محمود عبد الرحمن (1991): الطب النفسي النفس أسرارها وأمراضها، الفجالة، القاهرة، مصر.
- 33- خليل عماد الدين، نوري موفق سالم ( 2004 ): مدخل إلى الثقافة الإسلامية، دار ابن الأثير للطباعة والنشر، جامعة الموصل.
- 34- الخولي سناء (1984): الأسرة والحياة العائلية، دار النهضة العربية، بيروت، لبنان.
- 35- رجاء محمود أبوعلام(2006): مناهج البحث في العلوم النفسية والتربوية، ط5، دار النشر للجامعات، مصر.
- 36- رجب محمود (1978): الاغتراب، منشأة المعارف المصرية، القاهرة.
- 37- رجب محمود (1988): الاغتراب سيرة مصطلح ، دار المعارف، ط2، القاهرة.
- 38- رجب محمود (1993): الاغتراب سيرة مصطلح ، دار المعارف، ط4، القاهرة، مصر.
- 39- رشاد عبد العزيز موسى(1993): علم النفس الديني، ط1، دار عالم المعرفة، القاهرة، مصر.
- 40- رشاد عبد العزيز، ( د س ) : الاكتئاب النفسي في سيكولوجية الفروق بين الجنسين، د ط، مؤسسة مختار للنشر والتوزيع، القاهرة.
- 41- رشاد علي عبد العزيز موسى (دس): سيكولوجية الفروق بين الجنسين ، مؤسسة المختار، القاهرة، مصر.
- 42- رضوان سامر جميل (2007): الصحة النفسية، دار المسيرة، عمان، الأردن.
- 43- رمضان محمد القذافي (1998): الصحة النفسية والتوافق، ط3، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، مصر.

44- ريتشارد شاخت (1980): الإغتراب، ترجمة كامل يوسف، ط1، المؤسسة العربية للدراسات والنشر، بيروت.

45- زهران حامد عبد السلام (1997): علم النفس النمو، ط1، عالم الكتب، القاهرة، مصر .

46- زهران سايح خالد (2002)، دراسات في علم النفس الاجتماعي التربوي على الأطفال والراشدين ، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.

47- سارتر وجون بول (1996): الوجود والعدم، ترجمة عبد الرحمن بدوي، بيروت، دار الآداب.

48- سعد رياض (2003): الاكتئاب (تشخيص وعلاج)، ط1، دار الكلمة للنشر و التوزيع ، المنصورة.

49- سعيد حافظ يعقوب (1984): الاكتئاب دراسة في الانقباض النفسي، ط1، دار الحداثة.

50- سليم نعامة (1984): سيكولوجية المرأة العاملة، أضواء عربية للطباعة والنشر والتوزيع، بيروت.

51- سميرة محمد شند (2000): الاضطرابات العصابية لدى المرأة العاملة، ط1، مكتبة زهراء الشرق، القاهرة، مصر.

52- سناء حامد زهران (2004): إرشادات الصحة النفسية لتصحيح مشاعر ومعتقدات الإغتراب، ط1، عالم الكتب، القاهرة، مصر.

53- سناء حامد زهران (2004): إرشاد الصحة النفسية لتصحيح مشاعر ومعتقدات الإغتراب، عالم الكتب، القاهرة، 2004.

54- سولشيد لنجر (1958): التحليل النفسي والسلوكي الاجتماعي، دار المعارف، بيروت.

55- سيجموند فرويد (2000): الموجز في التحليل النفسي، مكتبة الأسرة، القاهرة.

56- السيد عبد الفتاح عفيفي (1996) بحوث في علم الاجتماع المعاصر، دار الفكر العربي، القاهرة.

57- السيد علي شتا (1984): نظرية الاغتراب من منظور علم الاجتماع، عالم الكتب، الرياض، السعودية.

58- سيفرين فرانك (1978): علم النفس الإنساني: ترجمة طلعت منصور وآخرين، القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية.

59- شتا السيد علي (1993): نظرية الاغتراب من منظور علم الاجتماع، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، مصر.

60- الشربيني لطفي (2001): الاكتئاب الأسباب والمرض والعلاج، دار النهضة، ط1، بيروت، لبنان.

61- الشناوي محمد محروس (1994): نظريات الإرشاد والعلاج النفسي، موسوعة الإرشاد والعلاج النفسي، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.

62- صادق مهدي السعيد (1983): مفهوم العمل وأحكامه في الإسلام، مطبعة مؤسسة الثقافة العمالية، بغداد، العراق.

63- طارق كمال (2005): الصحة النفسية للأسرة، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، مصر.

64- عاقل فاخر، (1979): أسس البحث في العلوم السلوكية، دار العلوم للملايين، بيروت.

65- العاني نزار محمد سعيد (1989): أضواء على الشخصية الإنسانية ، ط1، دار الشؤون الثقافية العامة، بغداد، العراق.

66- عايدة سيف الدولة(د س):النفس تشكو والجسم يعانى " دليل المرأة العربية في الصحة النفسية، ط1، نور جمعية المرأة العربية، مصر، بدون سنة.

67- عباس سهيلة محمد ( 2006): إدارة الموارد البشرية، مدخل استراتيجي ، ط2، دار وائل للطباعة والنشر، عمان، الأردن.

68- عباس فيصل (1982): الشخصية في ضوء التحليل النفسي ، ط1، بيروت، دار المسيرة.

69- عباس محمود عوض (1980): علم النفس الاجتماعي، بدون طبعة، دار النهضة العربية للطباعة والنشر.

70- عباس محمود عوض ورشاد صالح منهوري (2003): علم النفس الاجتماعي نظرياته وتطبيقاته، د ط، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية.

71- عباس محمود عوض(دس) :في علم النفس الاجتماعي، دار المعرفة الجامعية، الأزاريطة، الإسكندرية، مصر.

72- عبد الباسط محمد حسن(1977): أصول البحث الاجتماعي، ط6، مكتبة وهبة، مصر.

73- عبد الباقي زيدان (1977): المرأة بين الدين والمجتمع، سلسلة الثقافة الاجتماعية والدينية للشباب ( ط 2)، مكتبة النهضة المصرية للنشر (مطبعة السعادة)، القاهرة.

74- عبد الحميد سيد منصور وآخرون (2000) :الأسرة على مشارف القرن 21، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة

75- عبد الحميد محمد الشاذلي (1998): الصحة النفسية وسيكولوجية الشخصية،المكتب العلمي للنشر والتوزيع، أسوان، مصر.

- 76- عبد الرحمن العيسوي (1994): الأمراض النفسية والعقلية، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر.
- 77- عبد الرحمن محمد السيد (1998): نظريات الشخصية ، ط1، دار قباء للطباعة والنشر ، القاهرة، مصر.
- 78- عبد العزيز فهمي (بدون سنة): موسوعة المصطلحات الاقتصادية والإحصائية، دار النهضة، القاهرة، مصر.
- 79- عبد الغفار عبد السلام ( 1980): مقدمة في الصحة النفسية، ط1، دار النهضة العربية، القاهرة، مصر.
- 80- عبد الفتاح محمد دويدار(1991): في الطب النفسي وعلم النفس المرضي، دار النهضة العربية ، بيروت، لبنان.
- 81- عبد اللطيف محمد خليفة (200) :دراسات سيكولوجية الاغتراب، دار غريب ، القاهرة.
- 82- عبد الله عسكر (1998): الاكتئاب النفسي بين النظرية والشخصية، دار التضامن للطباعة والنشر ، القاهرة، مصر.
- 83- عبد الله محمد أحمد محمد(2001):الاجتراب عن الذات والمجتمع وعلاقته بسمات الشخصية ، دار المعرفة، بيروت، لبنان.
- 84- عبد الله محمد قاسم (2004): مدخل إلى الصحة النفسية، دار الفكر للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 85- عبده سمير (1980): المرأة العربية بين التخلف والتحرر، دار الأفاق الجديدة، بيروت، لبنان.
- 86- عبلة محمود أبو عبلة (2004): المرأة العربية العاملة، معوقات ومتطلبات النجاح في العمل القيادي، عمان، الأردن.

- 87- العساف صالح بن حمد (1989): المدخل إلى البحث في العلوم السلوكية، ط1، سلسلة البحث في العلوم السلوكية، الرياض.
- 88- عطوف محمد ياسين، (1998): علم النفس العيادي، دار الملايين، بيروت.
- 89- عكاشة أحمد (1998): الطب النفسي المعاصر، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.
- 90- علي السيد ، سماح الأثرائي ( 2008 ): دور المدرسة والأسرة في التنشئة الاجتماعية عند الطفل، ط1، دار الرفيق، بيروت، لبنان.
- 91- علي شتا السيد 1998: اغتراب الانسان في التنظيمات الصناعية ، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية، مصر.
- 92- عمار بوحوش، محمد محمود الذنبيات(2001): مناهج البحث العلمي وطرق إعداد البحوث، ط3، ديوان المطبوعات الجامعية، بن عكنون، الجزائر.
- 93- عمار بوحوش،(2002): دليل الباحث في المنهجية وكتابة الرسائل الجامعية، موفد للنشر والتوزيع، الجزائر.
- 94- عيد محمد إبراهيم (2002): الهوية والقلق والإبداع ، دار القاهرة ، مصر .
- 95- العيسوي عبد الرحمن (2011) :الدراسة العلمية للصحة النفسية، ط1، طببية للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
- 96- غانم محمد حسن (2006): الاضطرابات النفسية والعقلية و السلوكية، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.
- 97- غريب سيد وآخرون، (2001): علم اجتماع الأسرة، ج8، دار المعرفة الجامعية، القاهر.
- 98- غريب غريب عبد الفتاح (2000): بحوث في الصحة النفسية، الاكتتاب ومركز الضبط لدى عينة مصرية من الراشدين، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.

99- غيث محمد عاطف (1997): الإنسان والإعتراب، سعد الدين للطباعة والنشر، دمشق، سوريا.

100- فاروق السيد عثمان (2001): القلق وإدارة الضغوط النفسية، ط1، دار الفكر العربي، مصر، 2001.

101- فايد حسين علي (2001): العلاقة بين تقدير حل المشكلات و بعض الاضطرابات الانفعالية، دراسات في الصحة النفسية، ط1، المكتب الجامعي الحديث، الإسكندرية، مصر .

102- فريد كامل أبو زينة، (2006): مناهج البحث العلمي والإحصاء، الطبعة الأولى، دار المسيرة للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.

103- الفت حقي (1995): الاضطراب النفسي، ط2، مركز الإسكندرية للكتاب، مصر.

104- فرانكل فيكتور (1982): الإنسان يبحث عن معنى، ترجمة طلعت منصور، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة.

105- فرح عبد القادر طه وآخرون (2003): موسوعة علم النفس والتحليل النفسي، ط2، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.

106- فرويد سيغموند (1980): ثلاث مقالات في النظرية الجنسية، ترجمة سامي، دار المعارف، القاهرة، مصر.

107- فضل شعبان محمد (2008): العلاج المعرفي السلوكي (الاستجابات والتقنيات)، الدار الجامعية للنشر والتوزيع والطباعة، ليبيا.

108- فؤاد مهنا أميمة (1984): المرأة والوظيفة العامة، دار النهضة العربية، القاهرة.

109- فيصل عباس (1996): التحليل والاتجاهات الفرويدية، المقابلة العيادية، ط1، دار الفكر العربي، بيروت، لبنان.

- 110- القريطي عبد المطلب (1998): الصحة النفسية، دار الفكر العربي، القاهرة، مصر.
- 111- كاميليا إبراهيم عبد الفتاح (1984): سيكولوجية المرأة العاملة، بدون طبعة، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت.
- 112- كمال بكداش، رالف رزق الله (1998): مدخل إلى ميادين علم النفس ومناهجه، ط3، دار الطباعة والنشر، بيروت.
- 113- كمال دسوقي (1988): نخبة تعريفات ومصطلحات وأعلام علم النفس، مجلد 1، الدار الدولية للنشر والتوزيع، القاهرة.
- 114- لطفي طعت وآخرون (1999): النظرية المعاصرة في علم الاجتماع، دار غريب، القاهرة، مصر.
- 115- مجاهد عبد المنعم مجاهد (1985): الإنسان والاعتراب، سعد الدين للطباعة والنشر والتوزيع.
- 116- محمد إبراهيم عبد (2005): مدخل إلى علم النفس الاجتماعي، ط2، مكتبة الأنجلو المصرية، الإسكندرية، مصر.
- 117- محمد بوعلاق (2009): الموجه في الإحصاء الوصفي والاستدلالي في العلوم النفسية والتربوية والاجتماعية، دار الأمل للطباعة والنشر والتوزيع، الجزائر.
- 118- محمد جمال يحيياوي (2003): دراسات في علوم النفس، دار الغرب للنشر والتوزيع، الجزائر.
- 119- محمد حمدي الحجار (1989): الطب السلوكي المعاصر، دار العلم للملايين، بيروت، 1989
- 120- محمد خضر عبد المختار (1998): الاعتراب والتطرف نحو العنف، دراسة نفسية اجتماعية، دار غريب للنشر والتوزيع، القاهرة.

- 121- محمد عبيدات وآخرون،(1999): منهجية البحث العلمي: القواعد والمراحل والتطبيقات، دار وائل للنشر، عمان، الأردن.
- 122- محمد علي البار (1998): عمل المرأة في الميزان، الدار السعودية للنشر والتوزيع.
- 123- محمد محروس الشناوي، محمد السيد عبد الرحمن(1998): العلاج السلوكي الحديث أسسه وتطبيقاته ، دار قباء للنشر والتوزيع، القاهرة.
- 124- محمد، عادل عبد الله (2004): الإعاقات الحسية، دار الرشاد المصرية للطباعة والنشر، القاهرة، مصر.
- 125- محمود أيوب شحيمي (1997): الإرشاد النفسي والتربوي والاجتماعي لدى الأطفال، دار العيفا اللبناني، لبنان .
- 126- محمود حسن (1967): الأسرة ومشكلاتها، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت، لبنان .
- 127- محمود رجب (1988): الاغتراب سيرة المصطلح، دار المعارف، القاهرة.
- 128- مدحت عبد الحميد (2001): الاكتئاب دراسة في السيكوباتية ، ط1، دار المعرفة الجامعية، القاهرة مصر.
- 129- مريم سليم وآخرون (2004): المرأة العربية بين ثقل الواقع وتطلعات التحرر، الطبعة الثانية، مركز دراسات الوحدة العربية، بيروت، لبنان.
- 130- مسلم محمد(2002): منهجية البحث العلمي: دليل طلاب العلوم الاجتماعية والإنسانية، دار الغرب للنشر والتوزيع، الجزائر.
- 131- مصطفى الخشاب (1985): دراسات في الاجتماع العائلي، دار النهضة العربية للطباعة والنشر، بيروت.
- 132- مصطفى غالب (1980): الشدوذ النفسي في السبيل، موسوعة نفسية، مكتبة الهلال، بيروت، لبنان.

- 133- معروف صبحي عبد اللطيف (1980): سيكولوجية الطفولة والمراهقة، ط2، مطبعة جامعة بغداد، العراق.
- 134- المغربي سعد (1976): الاغتراب في حياة الإنسان، الجمعية المصرية للدراسات النفسية.
- 135- مقدم عبد الحفيظ (2003): الإحصاء والقياس النفسي والتربوي مع نماذج من القياس والاختبارات، ط2، ديوان المطبوعات الجامعية، بن عكنون، الجزائر.
- 136- منى أحمد الأزهرى، مصطفى حسين باهي (1999): أصول البحث العلمي في البحوث التربوية والنفسية والاجتماعية، ط1، مركز الكتاب للنشر، القاهرة، مصر.
- 137- مها عبد العزيز (2005): مشاكل الطفل الطبية والصحة التربوية، بدون طبعة، مؤسسة شباب الجامعة، الإسكندرية.
- 138- الموسوعة الفلسفية المختصرة، ترجمة زكي نجيب محمود وفؤاد جلال العشري وعبد الرشيد الصادق، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر، ب ت.
- 139- موسى النبهان (2004): أساسيات القياس في العلوم السلوكية، ط1، دار الشروق للنشر والتوزيع، عمان الأردن.
- 140- موسى رشاد عبد العزيز (2002): علم نفس الإعاقة، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.
- 141- الميلادي عبد المنعم عبد القادر (2004): ذوي الاحتياجات الخاصة من المعاقين ذهنياً، المؤسسة الجامعية، ب ط، الإسكندرية، مصر.
- 142- ناصر قاسيمي (2011): دليل مصطلحات علم الاجتماع التنظيم والعمل، ط1، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر، 2011.
- 143- نايف محمد عايد المرواني (2009): التوافق النفسي والمسؤولية الاجتماعية لدى المجرمين، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.

- 144- نيل رمزي إسكندر (1988): الاغتراب وأزمة الإنسان المعاصر، دار المعرفة الجامعية، الإسكندرية، مصر.
- 145- نبيه إبراهيم إسماعيل (2001): عوامل الصحة النفسية السليمة، الطبعة الأولى، ايتراك للنشر والتوزيع، القاهرة، مصر.
- 146- نجيب إسكندر وآخرون (1960): الدراسات العلمية للسلوك الاجتماعي، مؤسسة المطبوعات الحديثة، القاهرة.
- 147- هنري شابرول (1998): المراهقة والاكنتاب ، تر سلمان لجعفرائي، ط1، عويدان للنشر والطباعة، بيروت، لبنان.
- 148- وليد سرحان وآخرون (2001): الاكنتاب، ط1، دار مجدلاوي للنشر والتوزيع، عمان، الأردن.
- 149- يوسف محمد عباس (2004): الاغتراب والابداع الفني، القاهرة، دار غريب للطباعة، مصر.
- 150- يونجيفري، بيكارون، واينجر آرثر (2002): الاكنتاب في ديفيد بارلو (محرر) ترجمة صفوت فرج وآخرون، مرجع إكلينيكي في الاضطرابات النفسية ، دليل علاجي تفصيلي، مكتبة الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.

### المعاجم والقواميس

- 151- ابن منظور، جمال الدين محمد بن مكرم (1993): لسان العرب، ط1، دار الفكر والتوزيع، القاهرة، مصر.
- 152- ابن منظور (1955): لسان العرب (غرب)، المجلد الأول، بيروت، دار بيروت للطباعة والنشر .
- 153- بطرس البستاني (1983): محيط المحيط (غرب): بيروت ، مكتبة لبنان.
- 154- جابر عبد الحميد وعلاء الدين لخفافي (1988): معجم علم النفس والطب النفسي، دار النهضة العربية، القاهرة.

155- خليل أحمد خليل(1995): معجم المصطلحات الاجتماعية: دار الفكر اللبناني، ط1، بيروت.

156- فاخر عاقل (1977): معجم علم النفس إنجليزي فرنسي عربي، دار العلم للملايين، بيروت.

157- فريدريك معتوق (2009) معجم العلوم الاجتماعية، إنجليزي-فرنسي-عربي، المعاجم الأكاديمية المتخصصة.

158- مراد وهبة(1998): معجم المصطلحات الفلسفية، دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع، القاهرة.

159- المنجد في اللغة والإعلام، دار الشروق، بيروت، 1968.

### الرسائل الجامعية

160- إبراهيمي أسماء(2015): الضغوط المهنية وعلاقتها بالتوافق الزوجي لدى المرأة العاملة ، دكتوراه علوم، جامعة بسكرة.

161- أبو جدي ، أمجد أحمد جكيل (1998): الاغتراب النفسي لدى عينة من طلبة جامعات فلسطينية وعلاقته ببعض المتغيرات، كلية التربية ، جامعة اليرموك، رسالة ماجستير غير منشورة.

162- أبو عمرة هاني عطية عليان (2013): مستوى الالتزام الديني والقيم الاجتماعية وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعات الفلسطينية، غزة.

163- أحمد خيرى حافظ (1980): سيكولوجية الاغتراب لدى طلاب الجامعة، 1980، رسالة دكتوراه، جامعة عين شمس، مصر، كلية الآداب.

164- براش تموشت فوزية (1983): الصراع النفسي للمرأة المطلقة بالجزائر، ماجستير علم النفس الاجتماعي، جامعة الجزائر.

165- بشير أمال محمد (1989): الاغتراب وعلاقته بمفهوم الذات عند طلبة وطالبات الدراسات العليا، بكلية التربية، جامعة عين شمس ، رسالة دكتوراه، غير منشورة.

166- بن زيان مليكة (2004): عمل الزوجة وانعكاساته على العلاقات الأسرية، شهادة ماجستير، جامعة منتوري، قسنطينة.

167- الجازية كيران (1988): الاغتراب العمالي في منشأة صناعية جزائرية عوامله ونتائجه ، رسالة مقدمة لنيل درجة الدكتوراه في علم الاجتماع، جامعة الجزائر ، غير منشورة.

168- حسن إبراهيم حسن المحمداوي (2007): العلاقة بين الاغتراب والتوافق النفسي للحالية العراقية في السويد، رسالة دكتوراه، الأكاديمية العربية المفتوحة بالدنمارك، كلية الآداب والتربية.

169- حسن بركات (1993): الاغتراب وعلاقته بالتدين والاتجاهات السياسية لدى طلاب الجامعة، رسالة دكتوراه غير منشورة ، كلية الآداب، جامعة عين شمس.

170- حمادنة لورنس بادي محمد (1994): مظاهر الاغتراب لدى معلمي المرحلة الأساسية، الأردن ، كلية الدراسات العليا ، الجامعة الأردنية ، ماجستير غير منشور .

171- دوداج علجية (2011): الانتحار والميول الانتحارية وعلاقتها بالاغتراب لدى عينة من الطلبة الجامعيين، أطروحة لنيل شهادة الدكتوراه في علم الاجتماع الثقافي، جامعة الجزائر 2.

172- السيد الدسوقي عبد الخالق علي(2004): الإساءة الوالدية والمعاناة الاقتصادية وعلاقتها بالقلق والمشاعر الاكتئابية لدى الأبناء من ذوي الإعاقة البصرية رسالة مقدمة للحصول على درجة دكتوراه في الآداب ، تخصص علم نفس، غير منشورة، كلية الآداب جامعة طنطا، مصر.

173- سميرة حسن أبكر(1989): ظاهرة الاغتراب لدى طالبات كلية البنات بالمملكة العربية ، دراسة نفسية، رسالة دكتوراه، جامعة جدة كلية التربية للبنات.

174- عباس سهيلة محمد (1987): دوافع المرأة العربية العاملة في الصناعة وعلاقتها بالانتاجية، رسالة ماجستير، جامعة بغداد، العراق.

175- عبود إيمان (2002): عمل المرأة وتعليمها وعلاقتها باتخاذ القرار داخل الأسرة ، رسالة دكتوراه ، جامعة دمشق ، سوريا .

176- عبد العالي ، تحية محمد علي (1989): العلاقة بين الاغتراب والتوأمية لدى الشباب ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة الزقازيق .

177- علاء محمد جاد الشعراوي (1988): الشعور بالاغتراب وعلاقته ببعض المتغيرات العقلية وغير العقلية لدى طلبة الجامعة ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، جامعة المنصورة ، مصر .

178- علي الشتا السيد ، 1974: الاغتراب الاجتماعي في ضوء نظرية التكامل المنهجي ، رسالة دكتوراه ، كلية الآداب ، جامعة القاهرة ، مصر .

179- عيد ، محمد إبراهيم (1987): دراسة تحليلية للاغتراب وعلاقته ببعض المتغيرات لدى الشباب ، كلية التربية ، جامعة عين شمس ، رسالة دكتوراه .

180- فرحان آسيا كاظم (1980): دور المرأة العراقية في النشاط الاقتصادي مع التركيز على دور المرأة الريفية ، رسالة ماجستير ، غير منشورة ، جامعة المستنصرية ، بغداد ، العراق .

181- محمد ناصر نوفل (2016): صورة الجسد و الاغتراب النفسي وعلاقتها بالقلق و الاكتئاب لدى المعاقين بصريا ، كلية التربية ، قسم علم النفس ، الجامعة الإسلامية ، غزة ، رسالة ماجستير .

182- محمد عاطف زعتر (1989) : بعض سمات الشخصية وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى الشباب الجامعي ، رسالة دكتوراه ، كلية الآداب ، جامعة الزقازيق ، مصر .

183- محمود عوض محمود (2003) : شيوخ مظاهر الاغتراب النفسي لدى معلمي ومعلمات المدارس الحكومية في محافظات شمال فلسطين ، رسالة ماجستير ، جامعة النجاح الوطنية ، كلية الدراسات العليا ، فلسطين .

184- نجاح محرز رمضان ( 1999): العوامل المؤثرة في إدخال الآباء أطفالهم في رياض الأطفال ، رسالة ماجستير ، كلية التربية ، الرياض .

185- ناجية دايلي (2013): الضغط النفسي لدى المرأة المتزوجة العاملة في الميدان التعليمي وعلاقته بالقلق ، رسالة ماجستير ، جامعة سطيف ، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية ، قسم علم النفس ، الجزائر .

186- موسى وسام عبد المعبود علي (2005): بعض المتغيرات المرتبطة بالاكنتاب لدى الأطفال (دراسة إكلينيكية)، رسالة ماجستير، كلية البنات للآداب والعلوم التربوية، جامعة عين شمس، مصر.

187- نعمات عبد الخالق السيد (1992): الاغتراب وعلاقته بالعصاب والدافعية للإنجاز لدى طلاب الجامعة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أسيوط، مصر.

188- النعيمي لطيفة ماجد محمود (2005): بعض أنماط الاغتراب وعلاقتها بالحاجات المرتبطة بها لدى الهيئات التدريسية، رسالة دكتوراه، كلية الآداب الجامعية المستنصرية.

189- هندية محمد سعيد سلامة (2003): مدى فاعلية برنامج علاجي معرفي-سلوكي- في تخفيف حدة الاكنتاب لدى الأطفال، رسالة دكتوراه، جامعة عين شمس، مصر.

## المجلات والدوريات

190- إبراهيم محمود الكافكاوي (1984) :، الاغتراب، عالم الفكر، المجلد الخامس، العدد 2، القاهرة.

191- أبو زيد البلخي (1993): الصحة النفسية ، المجلة العربية للطب النفسي، المجلد 4، العدد 4.

192- إجلال محمد سوى (1993) : الاغتراب والتغريب الثقافي والتغريب اللغوي لدى عينة جامعية مصرية، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس، القاهرة، عدد 17، ج 1.

193- أحمد عزت راجح (1971): الأعباء النفسية للحضارة الصناعية الحديثة، مجلة عالم الفكر ، ع3، م2، أكتوبر، نوفمبر، ديسمبر ، وزارة الإعلام، الكويت.

194- أحمد زايد وآخرون (2002): المرأة وقضايا المجتمع، ط1، مطبوعات مركز البحوث والدراسات الاجتماعية، كلية الآداب، جامعة القاهرة.

195- أحمد محمد سعد، ياسر عبد الكريم الحوراني (2000): المرأة وقوة العمل من منظور إسلامي، مجلة مؤتة للبحوث والدراسات، جامعة مؤتة، الدوحة، قطر، العدد الأول.

196- إسماعيل أحمد سيد محمد (2001): التفاؤل والتشاؤم وبعض المتغيرات النفسية لدى عينة من طلبة جامعة أم القرى، المجلة التربوية، مجلد 15، العدد 60، القاهرة، مصر.

197- بشير معمريّة (1998): مدى انتشار الاكتئاب النفسي بين طلبة الجامعة من الجنسين، مجلة علم النفس، ج 1، منشورات جامعة الجزائر.

198- الحسانين محمد محمد (2003): المهارات الاجتماعية كدالة لكل من الجنس والاكتئاب وبعض المتغيرات النفسية الأخرى، دراسات نفسية، مجلد 13، العدد 2، الأنجلو المصرية، القاهرة، مصر.

199- الحسين إحسان محمد (1983): المشكلات الأسرية والمهنية التي تعاني منها المرأة العاملة، مطبعة مؤسسة الثقافة العمالية، بغداد، العراق.

200- حماد حسن أو شاوش وإبراهيم عبد الرزاق عواد (2006): الاغتراب في رواية البحث عن وليد مسعود، مجلة الجامعة الإسلامية، سلسلة الدراسات الإنسانية، المجلد الرابع عشر، العدد الثاني.

201- حمزة بركات (1992): الاغتراب، المجلة الاجتماعية القومية، مج 29، ع 3، القاهرة، مصر.

202- راوية عبد الرحيم (1986): دور المرأة وإمكانية مساهمتها في قوة العمل الوطنية، مجلة المرأة، العدد 7، بغداد، العراق.

203- زكريا (1986): عمل المرأة في الوطن العربي، الواقع والآفاق، مجلة العلوم الاجتماعية، المجلد 14، العدد 3، جامعة الكويت.

- 204-ستيف دوتي(2001): ضعف التحصيل في القراءة والرياضيات لدى أبناء المرأة العاملة، صحيفة ديلي ميل البريطانية، العدد17 ماي 2000، ترجمة مجلة الموقفة، وزارة المعارف ، المملكة العربية السعودية، العدد (6-7).
- 205-السقا صباح (2006):الاكتئاب مفهومه وتعريفاته، أعراضه، أنواعه، مجلة الثقافة النفسية المتخصصة، المجلد 18، العدد 71، الدراسات النفسية- الجسدية، لبنان.
- 206-سلسلة كتب المستقبل العربي (1999): المرأة العربية بين ثقل الواقع وتطلعات التحرر، ط1، مركز دراسات الوحدة العربية، بيروت.
- 207-السيد محمود علي أحمد، منصور السيد كامل الشربيني (2008): علاقة الاكتئاب ببعض مكونات الذاكرة العاملة لدى طلاب الجامعة، المجلة المصرية للدراسات النفسية، المجلد الثامن عشر، العدد 58.
- 208-شاتيلا سامية (1984): المرأة العاملة في الوطن العربي من خلال التشريعات العمالية، مجلة العمل العربية، العدد4، عمان، الأردن.
- 209-عبد الخالق أحمد ومحمد الصبورة (1996): الأنشطة والأحداث السارة لدى عينة من طلاب الجامعات في مصر، مجلة العلوم الاجتماعية، ع3. دولة الكويت.
- 210-عبد الرحمن العيسوي (1975): إين سينا والأمراض العقلية العصرية، مجلة كلية الآداب والتربية، جامعة الكويت، عدد ديسمبر.
- 211-عبد اللطيف محمد خليفة(2002): الاغتراب وعلاقته بالمفارقة القيمية لدى طلاب الجامعة، دراسات عربية، مجلد 1، عدد1، الكويت.
- 212-علي بشرى (2008): مظاهر الاغتراب لدى الطلبة السوريين في بعض الجامعات المصرية، مجلة جامعة دمشق، مجلد 24، العدد الأول.

213- علي عبد العزيز عبد القادر ( 1995): اتجاهات طالبات جامعة الملك فيصل نحو عمل المرأة السعودية، مجلة العلوم الاجتماعية، مجلد2، العدد الأول، مجلة النشر العلمي ، الكويت.

214- علي وطفة (1998) :المظاهر الاغترابية في الشخصية العربية: بحث في إشكالية المعنى القمع التربوي، عالم الفكر ، الكويت، مجلد 27.

215- عوفي مصطفى (2003) :خروج المرأة إلى ميدان العمل وأثره على التماسك الأسري، مجلة العلوم الإنسانية ، جامعة منتوري ، قسنطينة، العدد19.

216- عويدات عبد الله (1995): مظاهر الاغتراب عند معلمي المرحلة الثانوي في الأردن، مجلة دراسات العلوم الإنسانية، مج 23، عمان ، الأردن.

217- غريب عبد الفتاح غريب (2008):الاضطراب الاكتئابية:التشخيص، عوامل الخطر، النظريات والقياس، المجلة المصرية للدراسات النفسية،العدد 56،المجلد السابع عشر.

218- غريب عبد الفتاح غريب(1988):دراسة مستعرضة للفروق بين الجنسين في الاكتئاب لدى عينة مصرية، مجلة الصحة النفسية مجلد29، القاهرة.

219- غريب مختار عبد الله مصطفى (2016): الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى المرأة المطلقة، دراسة ميدانية، مجلة حقائق للدراسات النفسية والاجتماعية، جامعة الجلفة، عدد1).

220- فادية كامل حمام وفاطمة خلف الهويش(2010): الاغتراب النفسي وتقدير الذات لدى خريجات الجامعة العاملات والعاطلات عن العمل، مجلة جامعة أم القرى للعلوم التربوية والنفسية ، المجلد الثاني، العدد2.

221- قيس النووي (1979) :الاغتراب اصطلاحا ومفهوما وواقعا، عالم الفكر ، المجلد 10، العدد الأول.

222- كمال يوسف بلان (2012): السمات الشخصية لدى المرأة العاملة في ضوء بعض المتغيرات، مجلد 28، العدد الأول، مجلة جامعة دمشق.

223- كامل عبد الله (1995): الغربة والحضارة المعاصرة، البلد الأمين، عن نادي مكة الثقافي، ع2.

224- مجلة الإنماء العربي للعلوم الإنسانية ( 1980): قضايا المرأة العربية، الفكر العربي، معهد الإنماء العربي .

225- مصطفى ريبو (1968) : جدل الإنسان بين الوجود والاختراب، مجلة الفكر المعاصر، العدد 46، القاهرة.

226- مصطفى عوفي (2003): خروج المرأة إلى ميدان العمل وأثره على التماسك الأسري، مجلة العلوم الإنسانية، جامعة منتوري، قسنطينة، العدد 19 جوان 2003.

227- معمريّة بشير (2000) : مدى انتشار الاكتئاب النفسي بين طلبة الجامعة من الجنسين، مجلة علم النفس، العدد 53، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة.

228- هادي رضا مختار (1997) : عمل المرأة وأثره على الاستقرار الأسري، دراسة ميدانية -مجلة العلوم الاجتماعية-، مجلد 25، العدد 2، الكويت.

## المؤتمرات والمنشورات

229- حمداوي محمد ( 1998 ): المرأة بين الأسرة والمجتمع، وزارة التضامن الوطني والعائلي، الجزائر.

230- الخطيب محمد كامل (1999): قضية المرأة، ج1، منشورات وزارة الثقافة، دمشق، سوريا.

231- رسالة الأسرة: صادرة عن الوزارة المنتدبة لدى رئيس الحكومة المكلف بالأسرة وقضايا المرأة، العدد 1، مارس 2004.

232- الأنصاري بدر محمد (2003): الفروق بين طلبة و طالبات جامعة الكويت في القلق والاكتئاب، المؤتمر السنوي العاشر للإرشاد النفسي من 13-15 ديسمبر 2003، جامعة عين شمس، القاهرة.

233- خليفة عبد اللطيف (2000): العلاقة بين الاغتراب والابداع والتفاؤل والتشاؤم، المؤتمر الدولي السابع لمركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.

234- وفاء محمد فتحي (1996): الاعتراب وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية والاجتماعية لدى عينة من النساء المسافرات أزواجهن، المؤتمر الدولي الثالث لمركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس.

ثانيا -المراجع باللغة الأجنبية:

235- ABROUS Dahbia(1989) :Le honneur face au travail féminin en Algerie,ed ,L'harmattan, Paris.

236- Arlene Miller ,Olga Sorokin, Edward Wang ,Suzanne Ffeetham , Michelle Choi , Joellen Wilbur (2006) :Acculturation , Social Alienation and Depressed Mood in Midlife Woman from the Former Soviet Union .Research in Nursing & Health,29

244-Barber ;RE(1939) :Marriage andFamily,NewYork,MacGraw,Hill.com  
ING.

237- choucha, h(1985) :l'enquête en psychologie social,paris,p.u.f.

238- Gray ,Jerry ,Land ;Starkefred rick (1988):Organizational Behaviour concept and applications (4ed), Merrill publishing co,ohio

239- Harry, G L (1999) Alienation andit's Relationship with Psychological impairment,Dissertation Abstracts international, 60, 11(A) , 3406.

240- John w (1986) : Alienation Self Alienation and the stress-illness conction,Dissalst inter vol (42)no (8)feb )

241- Michel Andrée (an date) :Activitéprofessionnelle et vie conjugale ,centrenationale de recherchescientifique, pris .

242- Sherman,JR and Others(1992):managing human resources,4th ed  
College, Division south western publishing com, ohio.

## -المواقع الالكترونية

- 243- [www.ahalhdeeth.com/vb/](http://www.ahalhdeeth.com/vb/).
- 244- [www.mowdoo3.com](http://www.mowdoo3.com)4/9/2012h06:09 مفهوم عمل المرأة
- 245- <http://www.myportail.com>03/06/2013/n10 :45.
- 246- <http://www.dw.worled.de/lw.article> 16/12/2010 h 06: 40
- 247- <http://digital.ahram.org.eg/articles.aspx?serial>
- 248- <http://alwafa.news.21/08/2011.07:26> pm
- 249- <http://issuu.com/menaagamal/docs-959deb39204901>
- 250- <http://www.balgh.com/women/jamal/ug0yei7b>.
- 251- [http://www.elazayem.com/new\\_page\\_267.htm](http://www.elazayem.com/new_page_267.htm))
- 252- <http://www.rewity.com/vb/f381> 18/5/2010 h15:09
- 253- <http://www.roayahnews.com/>.html., November 23, 2014 3:09 pm
- 254- <https://alwafa.news.com.21/08/2011.07> :26
- 255- [Majdah.maktoob.com](http://Majdah.maktoob.com) 29/09/2010 h17 :15
- 256- [www.roayahnews.com/html.23/11/2014.03](http://www.roayahnews.com/html.23/11/2014.03) :09 pm
- 257- [www.maganin.com.20/07/2015.10:47](http://www.maganin.com.20/07/2015.10:47) pm
- 258- <https://www.liilas.com/vb3/t200507.html> pm11:15.07/09/2015.
- 259- ([https://www.researchgate.net/profile/Haleem\\_Ali](https://www.researchgate.net/profile/Haleem_Ali). pm18:26)
- 260- <http://www.m.ahewar.org/s.asp?aid=22641&r=0.28/08/2004>
- 261- <http://de.geocities.com/psychoarab/beck>
- 262- <http://www.arabq.com/vb/showthread.php?Dec2009>.pm11:03
- 263- <http://www.sulayyil.com> نجد أمائل (2001): الاكتئاب أنواعه طرق علاجه. 2001/11/7.

الملاحق

## الملحق رقم (01) قائمة الأساتذة المحكمين

أسماء الأساتذة الذين عرض عليهم فقرات مقياس الاغتراب النفسي لتحكيمه

الجامعة	الدرجة العلمية	الاستاذ	الرقم
جامعة المسيلة	أستاذ التعليم العالي	بودريالة محمد	01
جامعة المسيلة	أستاذ التعليم العالي	اسماعيلي يامنة	02
جامعة المسيلة	أستاذ التعليم العالي	طه حمود	04
جامعة المسيلة	أستاذ محاضر	بعلي مصطفى	04
جامعة بسكرة	أستاذ محاضر	براهيمي سمية	05
جامعة بسكرة	أستاذ محاضر	دبلة خولة	06
جامعة المسيلة	أستاذ محاضر	بن زطة بلدية	07

## الملحق رقم (02) مقياس الاغتراب النفسي

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

كلية العلوم الاجتماعية

قسم علم النفس

### مقياس الاغتراب النفسي من إعداد الباحثة

#### بيانات عامة

السن :

المنصب المشغول:

عدد الأولاد:

عدد سنوات الخبرة :

الباحثة في صدد اعداد دراسة مكملة لشهادة دكتوراه بعنوان الاغتراب النفسي وعلاقته بالاكنتاب لدى المرأة العاملة المتزوجة، وفيما يلي مجموعة من العبارات التي تعبر عن مشاعرك الشخصية في بعض المواقف الحياتية سواء أكانت نفسية أو اجتماعية.لذا نرجوا منك سيدتي أن تقرئي كل عبارة على حدى بشكل جيد، وأن تحاولي تحديد مشاعرك واتجاهاتك حول مدى انطباق كل عبارة من العبارات عليك.والإجابة بوضع علامة (X) في الخانة التي ترينها مناسبة مع عدم ترك أي عبارة بدون إجابة

-لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة.فكل فرد يعبر عن مشاعره الخاصة كما يحس بها في هذه اللحظة.

-ليس هناك وقت محدد للإجابة، ولكن حاول ألا تستغرق وقتا طويلا.

نشكر لكن حسن تعاونكم وثقتكم

غير موافق	أحيانا	أوافق	العبارات	الرقم
			<p>1- مشكلات الحياة اكبر من طاقتي.</p> <p>2- اعجز عن التعبير بصراحة عن مشاعري وأرائيلآخرين.</p> <p>3- أنا غير قادر على تحديد أهدافي في الحياة.</p> <p>4- اشعر بالانكسار وفقدان الأمل.</p> <p>5- اشعر بضعف قدرتي على تغيير الواقع الذي أعيش فيه.</p> <p>6- اشعر أنني كائن ضعيف لا حول ولا قوة لي.</p> <p>7- يصعب علي تكوين رؤية واضحة عن مستقبلي.</p> <p>8- اشعر بالتوتر و الإحباط عند الذهاب إلى العمل.</p> <p>9- أشعر بخيبة الأمل عندما لا أستطيع تحقيق ما أتمناه.</p> <p>10- أشعر أنني لا أستطيع اتخاذ أي قرار مهم في حياتي.</p>	01
			<p>1- أعباء الحياة تشعرني بالضيق والألم.</p> <p>2- لا اعرف كيف أسير أموري في هذه الحياة المعقدة.</p> <p>3- الحياة المهنية عديمة المعنى.</p>	

		<p>4- اشعر أن الحياة بلا معنى.</p> <p>5- اشعر أن حياتي روتينية ومملة.</p> <p>6- ليست لي رسالة محددة أؤديها في هذه الحياة.</p> <p>7- إذا كان لكل فرد أهداف يجب تحقيقها فإنني لم أحقق شيئاً ذا قيمة.</p> <p>8- لا يوجد شيء يستحق الاهتمام في هذه الحياة.</p> <p>9- أشعر أن حياتي خاوية لا معنى لها.</p> <p>10- أعتقد أنه لا يوجد شيء في هذا العالم يوحي بالأمل والتفاؤل.</p>	02
		<p>1- يجب التخلص من القيود الاجتماعية مهما كانت.</p> <p>2- اخرج من العمل بدون إذن.</p> <p>3- لا أؤمن كثيراً بالروابط الأسرية.</p> <p>4- اضطر أن اسلك سلوكاً مغايراً للقيم والعادات والتقاليد.</p> <p>5- أحس أن أفكاري تختلف عن أفكار كثير من الناس.</p> <p>6- لم يوفر لي المجتمع الذي أعيش فيه الفرصة لتحقيق ذاتي.</p> <p>7- أعتقد أن القيم والعادات التي تربيته عليها لم تعد تصلح لهذا</p>	03

		<p>الزمان.</p> <p>8- أعتقد أنه لا فرق بين إنسان يجد ويجتهد في عمله وآخر متهاون غير مبال في هذا الزمان.</p> <p>9- القيم والأخلاق لا مكان لها في هذا العالم.</p> <p>10- التزامي بقيم مجتمعي يفقدني حريتي .</p>	
		<p>1- لا اشعر بالرغبة في إقامة العلاقات الاجتماعية.</p> <p>2- اشعر بأن الذين من حولي لا يفهمونني.</p> <p>3- اشعر أنا والآخريين يسخرون مني في العمل.</p> <p>4- اشعر بالرغبة أن أكون خارج العمل.</p> <p>5- أواجه صعوبة في فهم مشاعر الآخرين.</p> <p>6- احرص على عدم حضور المناسبات الاجتماعية.</p> <p>7- أعتقد أن البعد عن الآخرين غنيمة في هذا الزمان.</p> <p>8- عائلتي لاتهتم بأموري الحياتية.</p> <p>9- لا أثق بمن اعمل معهم.</p> <p>10- أشعر بالوحدة حتى و أنا مع الآخرين.</p>	04
		<p>1- اشعر بالرفض لكثير مما حولي.</p>	

2- لا ارغب في مجارات ما يعتقدّه الآخرين.

3- الأنظمة والتعليمات تشكل عبأ كبيراً عليّ.

4- ارفض توجيهات الآخرين ليّ.

5- لا افتتح بمروؤسي في العمل.

6- اشعر بان الآخرين يستغلونني.

7- العائلة تقيدني كثيراً.

8- انا متميز عن الآخرين.

9- لو تركت العنان لنفسي لحطمت كل شيء.

10- لابد من التمرد على الظروف التي نعيشها لكي نتغير إلى الأفضل.

- 1- لا اشعر بقيمة الأعمال التي أقوم بها.
- 2- تتناوبني مشاعر الاحتقار لكثير ممن حولي.
- 3- العالم المادي يحط من قيمة الإنسان.
- 4- اشعر أن الأشياء التي حولي تماثلني في القيمة.
- 5- لا اشعر بخصوصيتي .
- 6- قلما يهتم احد بحقيقة شعوري الداخلي.
- 7- إنسان اليوم سلعة تباع وتشتري.
- 8- أشعر بأن الحياة كالغابة القوي يأكل الضعيف.
- 9- يبدو أن القيم المادية هي المسيطر على حياة الناس اليوم.
- 10- أعتقد أن المجتمع الذي أعيش فيه يتصف بالقسوة.

## الملحق رقم (03) مقياس بيك الاكتئاب

جامعة محمد بوضياف بالمسيلة

كلية العلوم الاجتماعية

قسم علم النفس

مقياس BDI.IA

للدكتور : غريب عبد الفتاح

السن :

المنصب المشغول:

عدد الأولاد:

عدد سنوات الخبرة:

### تعليمات

تتضمن هذه القائمة 13 مجموعة من العبارات المطلوب منك ان تقرا كل مجموعة على حدى وبغناية ثم تختار من كل منها عبارة واحدة فقط، تصف بطريقة افضل مشاعرك في الأسبوعين الاخرين بما في ذلك اليوم، ثم تضع دائرة حول الرقم الذي يشير الى العبارة التي اخترتها 0 او 1 او 2 او 3. وإذا تبين لك ان أكثر من عبارة في مجموعة واحدة تنطبق عليك بصورة متساوية ضع دارة حول اعلى رقم في هذه المجموعة.

<p>0-لا اشعر بالحزن .</p> <p>1-اشعر بالحزن والكآبة.</p> <p>2-اشعر بالحزن طوال الوقت ولااستطيع التخلص منه.</p> <p>3-أنا حزين لدرجة أنني لااستطيع تحمل ذلك.</p>	<p>01</p>
<p>0-لست متشائما بالنسبة للمستقبل.</p> <p>1-اشعر بالتشاؤم بالنسبة للمستقبل.</p> <p>2-اشعر بأنه ليس هناك شيء يسُر في المستقبل.</p> <p>3-اشعر بان المستقبل لا امل فيه وان الأمور لن تتحسن.</p>	<p>02</p>
<p>0-لا اشعر بأنني شخص فاشل .</p> <p>1-اشعر انني فشلت أكثر من المعتاد.</p> <p>2-ما مضى من سنوات عمري يجسد الفشل الذريع.</p> <p>3-اشعر بانني شخص فاشل تماما.</p>	<p>03</p>
<p>0-استمتع بدرجة كافية بجوانب الحياة كما اعتدت من قبل.</p> <p>1-لا استمتع بجوانب الحياة على النحو الذي تعودت عليه.</p> <p>2-لم اعد احصل على استمتاع حقيقي بأي شيء في الحياة.</p> <p>3-لا استمتع إطلاقا بأي شيء في الحياة.</p>	<p>04</p>

<p>0- لا اشعر بانني آثم او مذنب. 1- اشعر بالذنب معظم الوقت . 2- اشعر شعورا عميقا بالذنب معظم الوقت. 3- اشعر بالذنب بصفة دائمة.</p>	<b>05</b>
<p>0- لا اشعر بايني محبط. 1- انا محبط. 2- انا مشمئز من نفسي. 3- اكره نفسي.</p>	<b>06</b>
<p>0- ليست لدي أفكار للتخلص من حياتي. 1- لدي أفكار للتخلص من حياتي. 2- سأقتل نفسي إن وجدت الفرصة. 3- سأقتل نفسي حتما.</p>	<b>07</b>
<p>0- لم افقد اهتمامي بالناس 1- انني اقل اهتماما بالناس مما تعودت ان أكون عليه من قبل. 2- لقد فقدت اغلب اهتمامي بالناس ولدي مشاعر ثقيلة اتجاههم. 3- فقدت كل اهتمامي بالناس ولا اهتم بهم على الإطلاق.</p>	<b>08</b>

<p>-0</p> <p>1-استطيع العمل بنفس الجودة كما تعودت من قبل.</p> <p>2-يتطلب البدء في العمل جهدا إضافيا مني الان.</p> <p>3-يجب ان ادفع نفسي بقوة لأقوم بأي شيء.</p> <p>4-لا استطيع ان أقوم باي عمل على الاطلاق.</p>	<b>11</b>
<p>0-لا اشعر بالتعب أكثر من المعتاد.</p> <p>1-اشعر بالتعب بسهولة اكثر من المعتاد.</p> <p>2-اشعر بالتعب من أداء أي عمل تقريبا.</p> <p>3-لا استطيع ان أقوم باي عمل على الاطلاق.</p>	<b>12</b>
<p>0-شهيتي للأكل أفضل من المعتاد.</p> <p>1-شهيتي للأكل ليست جيدة كما كانت.</p> <p>2-شهيتي للأكل أسوأ الآن.</p> <p>3-ليست لي شهية للأكل نهائيا.</p>	<b>13</b>

## الملحق 04 نتائج الدراسة الاستطلاعية حسب (SPSS)

أ - الخصائص السيكومترية لمقياس الاغتراب النفسي في الدراسة الحالية:

### 1-الصدق:

أولاً: تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات محور (العجز) مع الدرجة الكلية للمحور

ثانياً: تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات محور (اللامعنى) مع الدرجة الكلية للمحور

ثالثاً: تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات محور (الامعيارية) مع الدرجة الكلية للمحور

رابعاً: تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات محور (العزلة الاجتماعية) مع الدرجة الكلية للمحور

خامساً: تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات محور (التمرد) مع الدرجة الكلية للمحور

سادساً: تم حساب معامل الارتباط بيرسون بين عبارات محور (التشويؤ) مع الدرجة الكلية للمحور

2- ثبات المقياس:

1-معامل ألفا كرونباخ للتناسق الداخلي

Statistiques de fiabilité	
Nombred'éléments	Alpha de Cronbach
7	,767

ب-الخصائص السيكومترية لمقياس الاكتئاب في الدراسة الحالية

1-الصدق:

Corrélations															
TOTAL2	Z13	Z12	Z11	Z10	Z9	Z8	Z7	Z6	Z5	Z4	Z3	Z2	Z1		
,455*	,155	,129	-,028	,413*	,151	,120	,441*	,369*	,037	,161	,149	,418*	1	Corrélation de Pearson	Z1
,012	,414	,498	,884	,023	,425	,527	,015	,045	,844	,394	,431	,022		Sig. (bilatérale)	
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	N	
,418*	,343	,080	,409*	,258	,193	,161	,006	,163	,195	-,030	-,052	1	,418*	Corrélation de Pearson	Z2
,022	,063	,672	,025	,169	,306	,395	,976	,389	,302	,875	,786		,022	Sig. (bilatérale)	
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	N	
,638**	,426*	,103	,412*	,236	,303	,281	,385*	,364*	-,057	,979**	1	-,052	,149	Corrélation de Pearson	Z3
,000	,019	,590	,024	,210	,104	,133	,036	,048	,765	,000		,786	,431	Sig. (bilatérale)	



,639**	,382*	,207	,301	1	,236	,195	,490**	,332	,517**	,322	,236	,258	,413*	Corrélation de Pearson	Z10
,000	,037	,273	,106		,210	,301	,006	,073	,003	,082	,210	,169	,023	Sig. (bilatérale)	
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	N	
,698**	,912**	,254	1	,301	,506**	,463**	,143	,207	,198	,465**	,412*	,409*	-,028	Corrélation de Pearson	Z11
,000	,000	,176		,106	,004	,010	,451	,273	,293	,010	,024	,025	,884	Sig. (bilatérale)	
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	N	
,441*	,217	1	,254	,207	,464**	,456*	,227	-,016	,214	,142	,103	,080	,129	Corrélation de Pearson	Z12
,015	,250		,176	,273	,010	,011	,227	,932	,256	,453	,590	,672	,498	Sig. (bilatérale)	
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	N	
,722**	1	,217	,912**	,382*	,506**	,458*	,321	,128	,123	,477**	,426*	,343	,155	Corrélation de Pearson	Z13
,000		,250	,000	,037	,004	,011	,083	,499	,517	,008	,019	,063	,414	Sig. (bilatérale)	
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	N	
1	,722**	,441*	,698**	,639**	,709**	,666**	,556**	,489**	,429*	,690**	,638**	,418*	,455*	Corrélation de Pearson	TOTAL2
	,000	,015	,000	,000	,000	,000	,001	,006	,018	,000	,000	,022	,012	Sig. (bilatérale)	
30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	30	N	

\*. La corrélation est significative au niveau 0.05 (bilatéral).

\*\* . La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

2-المقارنة الطرفية:

Statistiques de groupe					
Erreur standard moyenne	Ecart-type	Moyenne	N	G	
1,25000	3,53553	22,7500	8	عليا	VAR00082
,54894	1,55265	4,8750	8	دنيا	

Test d'échantillons indépendants										
Test-t pour égalité des moyennes							Test de Levene sur l'égalité des variances			
Intervalle de confiance 95% de la différence		Différence écart-type	Différence moyenne	Sig. (bilatérale)	ddl	t	Sig.	F	Hypothèse de variances égales	VAR00082
Supérieure	Inférieure									
20,80312	14,94688	1,36522	17,87500	,000	14	13,093	,060	4,195		
20,93404	14,81596	1,36522	17,87500	,000	9,603	13,093			Hypothèse de variances inégales	

## الملحق رقم (05) نتائج الدراسة الأساسية حسب (SPSS)

السن					
Pourcentagecumulé	Pourcentagevalide	Pourcentage	Effectifs		
60,0	60,0	60,0	78	من 25 سنة الى 35 سنة	Valide
100,0	40,0	40,0	52	من 36 سنة فما فوق	
	100,0	100,0	130	Total	
عدد الأولاد					
Pourcentagecumulé	Pourcentagevalide	Pourcentage	Effectifs		
54,6	54,6	54,6	71	من 0 الى 2	Valide
100,0	45,4	45,4	59	من 3 الى 5	
	100,0	100,0	130	Total	
نوع المنصب					
Pourcentagecumulé	Pourcentagevalide	Pourcentage	Effectifs		
62,3	62,3	62,3	81	عادي	Valide
100,0	37,7	37,7	49	عالي	
	100,0	100,0	130	Total	
الخبرة					
Pourcentagecumulé	Pourcentagevalide	Pourcentage	Effectifs		
76,9	76,9	76,9	100	من 1 الى 10 سنوات	Valide
100,0	23,1	23,1	30	أكثر من 10 سنوات	
	100,0	100,0	130	Total	

1 - مستوى الاغتراب النفسي:

Statistiques sur échantillon unique						
Erreur standard moyenne		Ecart-type	Moyenne	N	الاغتراب النفسي	
1,84022		20,98174	108,2462	130		
Test sur échantillon unique						
Valeur du test = 120						
Intervalle de confiance 95% de la différence		Différencemoyenne	Sig. (bilatérale)	ddl	T	الاغتراب النفسي
Supérieure	Inférieure					
-8,1129	-15,3948	-11,75385	,000	129	-6,387	

2 - مستوى الاكتئاب:

Statistiques sur échantillon unique						
Erreur standard moyenne		Ecart-type	Moyenne	N	الاكتئاب	
,55102		6,28256	9,1000	130		
Test sur échantillon unique						
Valeur du test = 19.5						
Intervalle de confiance 95% de la différence		Différencemoyenne	Sig. (bilatérale)	ddl	t	الاكتئاب
Supérieure	Inférieure					
-9,3098	-11,4902	-10,40000	,000	129	-18,874	

### 3- الفرضية العامة:

Corrélations							
الاككتاب	P6	P5	P4	P3	P2	P1	
,593**	,469**	,454**	,443**	,384**	,474**	1	Corrélacion de Pearson
,000	,000	,000	,000	,000	,000		Sig. (bilatérale)
130	130	130	130	130	130	130	N
,676**	,376**	,380**	,446**	,506**	1	,474**	Corrélacion de Pearson
,000	,000	,000	,000	,000		,000	Sig. (bilatérale)
130	130	130	130	130	130	130	N
,541**	,513**	,679**	,606**	1	,506**	,384**	Corrélacion de Pearson
,000	,000	,000	,000		,000	,000	Sig. (bilatérale)
130	130	130	130	130	130	130	N
,485**	,489**	,637**	1	,606**	,446**	,443**	Corrélacion de Pearson
,000	,000	,000		,000	,000	,000	Sig. (bilatérale)
130	130	130	130	130	130	130	N
,551**	,516**	1	,637**	,679**	,380**	,454**	Corrélacion de Pearson
,000	,000		,000	,000	,000	,000	Sig. (bilatérale)
130	130	130	130	130	130	130	N
,554**	1	,516**	,489**	,513**	,376**	,469**	Corrélacion de Pearson
,000		,000	,000	,000	,000	,000	Sig. (bilatérale)
130	130	130	130	130	130	130	N
1	,554**	,551**	,485**	,541**	,676**	,593**	Corrélacion de Pearson
	,000	,000	,000	,000	,000	,000	Sig. (bilatérale)
130	130	130	130	130	130	130	N

\*\* . La corrélacion est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

الفروق في الاغتراب تبعا لعدد الأولاد					
Statistiques de groupe					
Erreur standard moyenne	Ecart-type	Moyenne	N	عدد الأولاد	
,73791	6,21771	18,6479	71	من 0 الى 2	P1
,61922	4,75631	19,2881	59	من 3 الى 5	
,46437	3,91283	13,5211	71	من 0 الى 2	P2
,62338	4,78827	14,6271	59	من 3 الى 5	
,42325	3,56633	18,0986	71	من 0 الى 2	P3
,60499	4,64704	18,6949	59	من 3 الى 5	
,42591	3,58877	17,6761	71	من 0 الى 2	P4
,73886	5,67532	18,7797	59	من 3 الى 5	
,50699	4,27194	18,5634	71	من 0 الى 2	P5
,63103	4,84705	19,4576	59	من 3 الى 5	
,51761	4,36144	19,6761	71	من 0 الى 2	P6
,59860	4,59792	19,8814	59	من 3 الى 5	
2,25295	18,98368	106,1831	71	من 0 الى 2	الاغتراب النفسي
3,00485	23,08069	110,7288	59	من 3 الى 5	
Corrélations					
الاكتئاب	الاغتراب النفسي				
,748**	1	Corrélation de Pearson		الاغتراب النفسي	
,000		Sig. (bilatérale)			
130	130	N			
1	,748**	Corrélation de Pearson		الاكتئاب	
	,000	Sig. (bilatérale)			
130	130	N			
**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).					

الفروق في الاغتراب تبعا للسنة					
Statistiques de groupe					
Erreur standard moyenne	Ecart-type	Moyenne	N	السن	
,68036	6,00882	18,1538	78	من سنة 25 الى سنة 35	P1
,65314	4,70983	20,1154	52	من سنة 36 فما فوق	
,42956	3,79374	13,2949	78	من سنة 25 الى سنة 35	P2
,68084	4,90959	15,1154	52	من سنة 36 فما فوق	
,41228	3,64116	17,7436	78	من سنة 25 الى سنة 35	P3
,63134	4,55269	19,3077	52	من سنة 36 فما فوق	
,50807	4,48717	17,7564	78	من سنة 25 الى سنة 35	P4
,67939	4,89913	18,8077	52	من سنة 36 فما فوق	
,49239	4,34869	18,1538	78	من سنة 25 الى سنة 35	P5
,63818	4,60195	20,1923	52	من سنة 36 فما فوق	
,49483	4,37023	19,3077	78	من سنة 25 الى سنة 35	P6
,62831	4,53077	20,4615	52	من سنة 36 فما فوق	
2,18838	19,32728	104,4103	78	من سنة 25 الى سنة 35	الاغتراب النفسي
3,08000	22,21023	114,0000	52	من سنة 36 فما فوق	

Test d'échantillons indépendants											
Test-t pour égalité des moyennes							Test de Levene sur l'égalité des variances				
Intervalle de confiance 95% de la différence		Différence écart- type	Différence moyenne	Sig. (bilatérale)	ddl	t	Sig.	F	Hypothèse de variances égales	P1	
Supérieure	Inférieure										
-,00332	-3,91976	,98966	-1,96154	,050	128	-1,982	,885	,021			
-,09492	-3,82816	,94312	-1,96154	,040	124,577	-2,080					
-,30671	-3,33432	,76506	-1,82051	,019	128	-2,380	,012	6,504		P2	
-,22125	-3,41977	,80502	-1,82051	,026	90,216	-2,261					
-,13682	-2,99138	,72133	-1,56410	,032	128	-2,168	,032	4,709		P3	
-,06665	-3,06155	,75404	-1,56410	,041	92,616	-2,074					
,59794	-2,70051	,83350	-1,05128	,210	128	-1,261	,171	1,894		P4	

,63128	-2,73385	,84835	-1,05128	,218	102,717	-1,239			Hypothèse de variances inégales	
-,46163	-3,61529	,79692	-2,03846	,012	128	-2,558	,550	,359	Hypothèse de variances égales	P5
-,44023	-3,63669	,80605	-2,03846	,013	105,121	-2,529			Hypothèse de variances inégales	
,41717	-2,72486	,79397	-1,15385	,149	128	-1,453	,682	,168	Hypothèse de variances égales	P6
,43165	-2,73934	,79977	-1,15385	,152	106,699	-1,443			Hypothèse de variances inégales	
-2,31915	-16,86033	3,67448	-9,58974	,010	128	-2,610	,052	3,863	Hypothèse de variances égales	الاغتراب النفسي
-2,09263	-17,08686	3,77829	-9,58974	,013	98,811	-2,538			Hypothèse de variances inégales	

					الفروق في العتراب تبعاً لعدد الأولاد	
Statistiques de groupe						
Erreur standard moyenne	Ecart-type	Moyenne	N	عدد الأولاد		
,73791	6,21771	18,6479	71	من 0 الى 2	P1	
,61922	4,75631	19,2881	59	من 3 الى 5		
,46437	3,91283	13,5211	71	من 0 الى 2	P2	
,62338	4,78827	14,6271	59	من 3 الى 5		
,42325	3,56633	18,0986	71	من 0 الى 2	P3	
,60499	4,64704	18,6949	59	من 3 الى 5		
,42591	3,58877	17,6761	71	من 0 الى 2	P4	
,73886	5,67532	18,7797	59	من 3 الى 5		
,50699	4,27194	18,5634	71	من 0 الى 2	P5	
,63103	4,84705	19,4576	59	من 3 الى 5		
,51761	4,36144	19,6761	71	من 0 الى 2	P6	
,59860	4,59792	19,8814	59	من 3 الى 5		
2,25295	18,98368	106,1831	71	من 0 الى 2	الاغتراب النفسي	
3,00485	23,08069	110,7288	59	من 3 الى 5		

Test d'échantillons indépendants										
Test-t pour égalité des moyennes							Test de Levene sur l'égalité des variances			
Intervalle de confiance 95% de la différence		Différence écart-type	Différence moyenne	Sig. (bilatérale)	ddl	t	Sig.	F	Hypothèse de variances égales	P1
Supérieure	Inférieure									
1,31277	-2,59327	,98704	-,64025	,518	128	-,649	,990	,000		

1,26591	-2,54641	,96330	-,64025	,507	127,182	-,665			Hypothèse de variances inégales	
,40384	-2,61582	,76305	-1,10599	,150	128	-1,449	,033	4,642	Hypothèse de variances égales	P2
,43423	-2,64621	,77733	-1,10599	,158	111,724	-1,423			Hypothèse de variances inégales	
,82987	-2,02251	,72078	-,59632	,410	128	-,827	,013	6,317	Hypothèse de variances égales	P3
,86730	-2,05995	,73834	-,59632	,421	107,358	-,808			Hypothèse de variances inégales	
,51783	-2,72504	,81946	-1,10360	,180	128	-1,347	,000	17,268	Hypothèse de variances égales	P4
,58963	-2,79684	,85283	-1,10360	,199	94,320	-1,294			Hypothèse de variances inégales	
,68881	-2,47730	,80006	-,89425	,266	128	-1,118	,094	2,850	Hypothèse de variances égales	P5
,70890	-2,49739	,80947	-,89425	,272	116,741	-1,105			Hypothèse de variances inégales	

1,35286	-1,76346	,78748	-,20530	,795	128	-,261	,886	,020	Hypothèse de variances égales	P6
1,36138	-1,77198	,79135	-,20530	,796	121,075	-,259			Hypothèse de variances inégales	
2,75324	-11,84467	3,68882	-4,54571	,220	128	-1,232	,093	2,872	Hypothèse de variances égales	الاغتراب النفسي
2,89550	-11,98693	3,75565	-4,54571	,229	112,169	-1,210			Hypothèse de variances inégales	

\*4

الفروق في الاغتراب تبعا لنوع المنصب				
Statistiques de groupe				
Erreur standard moyenne	Ecart-type	Moyenne	N	نوع المنصب
,44397	3,99575	17,3086	81	عادي
,96349	6,74442	21,6327	49	عالي
,41713	3,75417	12,8642	81	عادي
,66009	4,62064	15,9388	49	عالي
,39698	3,57283	17,0988	81	عادي
,57816	4,04713	20,4694	49	عالي
,46323	4,16904	16,7160	81	عادي
,63882	4,47176	20,5918	49	عالي

,47591	4,28319	17,6790	81	عادي	P5
,59779	4,18452	21,1020	49	عالي	
,47318	4,25865	18,7037	81	عادي	P6
,60616	4,24314	21,5306	49	عالي	
1,98026	17,82235	100,3704	81	عادي	الاغتراب النفسي
2,77022	19,39155	121,2653	49	عالي	

Test d'échantillons indépendants										
Test-t pour égalité des moyennes							Test de Levene sur l'égalité des variances			
Intervalle de confiance 95% de la différence		Différence écart-type	Différence moyenne	Sig. (bilatérale)	ddl	t	Sig.	F	Hypothèse de variances égales	P
Supérieure	Inférieure									
-2,46201	-6,18601	,94104	-4,32401	,000	128	-4,595	,058	3,647	Hypothèse de variances égales	P1
-2,20748	-6,44054	1,06086	-4,32401	,000	68,690	-4,076			Hypothèse de variances inégales	
-1,60615	-4,54301	,74213	-3,07458	,000	128	-4,143	,049	3,958	Hypothèse de variances égales	P2
-1,52225	-4,62690	,78085	-3,07458	,000	85,783	-3,938			Hypothèse de variances inégales	
-2,02498	-4,71626	,68007	-3,37062	,000	128	-4,956	,422	,648	Hypothèse de variances égales	P3



الفروق في الاغتراب النفسي تبعا للخبرة					
Statistiques de groupe					
Erreur standard moyenne	Ecart-type	Moyenne	N	الخبرة	
,57140	5,71403	18,4200	100	من 1 الى 10 سنوات	P1
,88582	4,85183	20,6667	30	أكثر من 10 سنوات	
,41069	4,10686	13,6800	100	من 1 الى 10 سنوات	P2
,90982	4,98331	15,1667	30	أكثر من 10 سنوات	
,35043	3,50427	17,7300	100	من 1 الى 10 سنوات	P3
,93557	5,12432	20,5000	30	أكثر من 10 سنوات	
,44601	4,46014	17,6900	100	من 1 الى 10 سنوات	P4
,92027	5,04053	19,8000	30	أكثر من 10 سنوات	
,43524	4,35239	18,3100	100	من 1 الى 10 سنوات	P5
,83195	4,55679	21,1667	30	أكثر من 10 سنوات	
,42454	4,24545	19,5800	100	من 1 الى 10 سنوات	P6
,93415	5,11657	20,4000	30	أكثر من 10 سنوات	
1,91807	19,18074	105,4100	100	من 1 الى 10 سنوات	الاغتراب النفسي
4,40510	24,12775	117,7000	30	أكثر من 10 سنوات	

Test d'échantillons indépendants										
Test-t pour égalité des moyennes							Test de Levene sur l'égalité des variances			
Intervalle de confiance 95% de la différence		Différence écart-type	Différence moyenne	Sig. (bilatérale)	ddl	t	Sig.	F		
Supérieure	Inférieure									
,03130	-4,52463	1,15126	-2,24667	,053	128	-1,951	,881	,022	Hypothèse de variances égales	P1
-,13446	-4,35888	1,05412	-2,24667	,038	55,348	-2,131			Hypothèse de variances inégales	
,29314	-3,26647	,89949	-1,48667	,101	128	-1,653	,090	2,919	Hypothèse de variances égales	P2
,52851	-3,50185	,99822	-1,48667	,144	41,517	-1,489			Hypothèse de variances inégales	
-1,15115	-4,38885	,81815	-2,77000	,001	128	-3,386	,006	7,702	Hypothèse de variances égales	P3
-,74664	-4,79336	,99904	-2,77000	,009	37,492	-2,773			Hypothèse de variances inégales	
-,21609	-4,00391	,95716	-2,11000	,029	128	-2,204	,086	2,991	Hypothèse de variances égales	P4

-,04833	-4,17167	1,02266	-2,11000	,045	43,520	-2,063			Hypothèse de variances inégales	
-1,04453	-4,66881	,91584	-2,85667	,002	128	-3,119	,912	,012	Hypothèse de variances égales	P5
-,96675	-4,74658	,93892	-2,85667	,004	46,036	-3,042			Hypothèse de variances inégales	
1,01612	-2,65612	,92796	-,82000	,379	128	-,884	,076	3,196	Hypothèse de variances égales	P6
1,25120	-2,89120	1,02610	-,82000	,429	41,696	-,799			Hypothèse de variances inégales	
-3,88454	-20,69546	4,24803	-12,29000	,004	128	-2,893	,039	4,356	Hypothèse de variances égales	الاعتراب النفسي
-2,58414	-21,99586	4,80458	-12,29000	,014	40,611	-2,558			Hypothèse de variances inégales	

## ملخص

هدفت هذه الدراسة الى معرفة العلاقة بين الاغتراب النفسي والاكنتاب لدى المرأة العاملة المتزوجة تبعا للمتغيرات التالية: السن ، عدد الأولاد ، المنصب المشغول ، عدد سنوات الخبرة. استخدمت الباحثة المنهج الوصفي التحليلي المناسب لأغراض الدراسة. وقد تكونت عينة الدراسة من 130 امرأة عاملة متزوجة بجامعة محمد بوضياف بالمسيلة.

واعتمدنا في هذه الدراسة على أداتين هما مقياس الاغتراب النفسي من اعداد الباحثة ومقياس "بيك" للاكنتاب. وتوصلت الدراسة الى النتائج التالية: وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الاغتراب النفسي والاكنتاب لدى المرأة العاملة المتزوجة مما يدل على انه كلما زاد الاغتراب النفسي عند المرأة العاملة المتزوجة أدى ذلك الى زيادة الاكنتاب عندها. اما في ما يخص الفروق فقد أظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي تعزى لمتغير السن وذلك لصالح الفئة العمرية (من 36 سنة فما فوق) كما أظهرت انه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي تعزى لمتغير عدد الأولاد. وأظهرت الدراسة أيضا وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي تعزى لمتغير المنصب المشغول وذلك لصالح المنصب العالي، وكذلك أظهرت الدراسة وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الاغتراب النفسي تعزى لمتغير عدد سنوات الخبرة وذلك لصالح الخبرة من 10 سنوات فما فوق.

### Résumé:

L'objectif de cette étude est de reconnaître la relation entre Aliénation psychologique et dépression chez la femme mariée travailleuse selon les paramètres suivants: Âge, Nombre des enfants , la nature du poste occupé et le nombre d'années d'expérience.

La rechercheur a utilisé la méthode descriptive analytique au l'objectives de la recherche, dans laquelle l'échantillon comprenait 130 femme mariée travailleuse à l'Université Mohammed Boudiaf de M'sila. on a utilise mesure de l'aliénation psychologique Préparépar la rechercheur et mesure "Beck" pour la dépression.

L'étude a révélé les résultats suivants: d'une corrélation positive entre l'aliénation psychologique et la dépression chez la femme mariée travailleuse, ce qui indique que plus l'aliénation psychologique de la femme mariée travailleuse est grande, plus la dépression augmente. En ce qui concerne les paramètres, l'étude a montré qu'il existait de différences statistiquement significatives end'aliénation psychologique en raison de la variable d'âge en faveur du groupe d'âge (36 ans et plus), sans différence statistiquement significative en matière d'aliénation psychologique en raison de Nombre des enfants.

L'étude a également montré qu'il existait des différences statistiquement significatives dans l'aliénation psychologique en raison de la variable de la position occupée pour le poste le plus élevé, ainsi que des différences statistiquement significatives dans l'aliénation psychologique en raison du nombre variable d'années d'expérience. (10 ans et plus).

### Summary

This study aimed to reveal the relationship between psychological alienation and depression of working married women according to the following variables: Age, Number of children, Occupational position, Number of years of experience

There searcher used the analytical descriptive method where the sample consisted of 130 working woman married at Mohammed boudiaf University in M'sila .and we used the psychological alienation scale of the researcher and the "BECK" of depression. The study found the following results: the existence of positive correlation between psychological alienation of working married woman, which indicates whenever the psychological alienation of woman working married increased depression increased.

In terms of differences, the study showed that there were statistically significant differences in psychological alienation due to the age variable and age group (age 36 and above). There were also no statistically significant differences in psychological alienation due to the variable number of children.

The study also showed the existence of statistically significant differences in psychological alienation due to the variable number of years of experience and the benefit of experience ( from 10 years and above).