



وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة محمد بوضياف المسيلة

كلية العلوم الانسانية والاجتماعية

قسم علم النفس



الرقم التسلسلي: /.... / 2021

رقم التسجيل:

الاغتراب النفسي وعلاقته بالمرونة الإيجابية لدى المعاقين حركيا

مدكرة مكملة لنيل شهادة الليسانس في:

تخصص: علم النفس العيادي

شعبة: علم النفس

إشراف الأستاذة:

إعداد الطلبة:

- نصيرة لمين

1 رندا كودري

2 سلسبيل تيطراوي

3 مروة دحماني

السنة الدراسية: 2021 / 2020م





فهرس المحتويات

المحتويات

أ.....	فهرس المحتويات
.....	فهرس المحتويات. خطأ! الإشارة المرجعية غير معرّفة.
ح.....	شكر وتقدير
خ.....	الإهداء
أ.....	ملخص الدراسة
2.....	مقدمة:
4.....	الإطار المنهجي:
4.....	1. الإشكالية:
5.....	2. أسباب اختيار الموضوع:
6.....	3. أهمية الدراسة:
6.....	4. أهداف الدراسة:
7.....	5. مفاهيم ومصطلحات الدراسة:
10.....	6. الدراسات السابقة:
14.....	7. التّعقيب على الدراسات السابقة:
51.....	الإطار النظري
17.....	الفصل الأول: المرونة الإيجابية.

18 تمهيد

19 1. تعريف المرونة الإيجابية:

20 2. تاريخ تطوّر المرونة الإيجابية:

22 3. خصائص وسمات ذوي المرونة الإيجابية:

24 4. أشكال وأنماط المرونة الإيجابية:

25 5. أبعاد المرونة الإيجابية:

27 خلاصة:

18 الفصل الثاني: الاغتراب النفسي.

18 تمهيد:

19 تعريف الإغتراب النفسي:

20 الاغتراب النفسي:

21 أسباب الاغتراب النفسي:

21 مظاهر الاغتراب النفسي:

22 مراحل تشكّل الاغتراب:

23 أبعاد الاغتراب النفسي:

26 خلاصة:

18 الإطار التّطبيقي

28	الفصل الأول
28	الطريقة والإجراءات
28	تمهيد:
28	أ. منهج الدراسة:
28	1. مجتمع وعينة الدراسة:
29	ب: عينة البحث:
29	مجالات الدراسة:
30	أدوات الدراسة:
30	أ: مقياس المرونة الايجابية:
30	أولاً/ ثبات وصدق مقياس المرونة الإيجابية:
33	ب: مقياس الاغتراب النفسي:
37	الفصل الثاني
38	ثانياً/ عرض وتفسير النتائج على ضوء الفرضيات:
	ويمكن تفسير هذه النتيجة انطلاقاً من التعريف الذي أعطاه كل من علوان والطلاع (2012) للمرونة الإيجابية حين قاما لتعريفهما على أنها القدرة على إعادة التوازن النفسي الفعال مع كافة الضغوط التي تواجه الشخص من خلال تحمل المسؤولية ومواجهة المشكلات
40	ومواجهة المشكلات
48	خاتمة:

50	الملحق
65	المراجع
111	قائمة المصادر والمراجع:

شكر وتقدير

عن أبي هريرة رضي الله عنه قال صلى الله عليه وسلم:

" من لم يشكر الناس، لم يشكر الله "

الشُّكر أوَّلُ وأخيراً لله وحده العليّ القدير على منه وكرمه
وتوفيقه، الذي رفع العلم والعلماء، الذي أنعم علينا بنعمة
العقل والدين، الذي وفقنا لإتمام هذه المذكرة.

ثمّ نتقدّم بالشُّكر والتّقدير للأستاذة الفاضلة " نصيرة لمين "
التي علّمتنا وأزالت غيمة جهل مررنا بها برياح العلم الطّيبة.

إلى من أعاد رسم ملامحنا وتصحيح عنثرتنا، إلى أصحاب الفضل في
توجيهنا ومساعدتنا، إلى كل من زرع بذرة الاجتهاد فينا وروح
المثابرة أساتذتنا الكرام.

وأخيراً أتقدّم بالشُّكر إلى من مدّ لنا يد العون والمساعدة في
إخراج هذه الدّراسة على أكمل وجه.

الإهداء

أحمد الله عزّ وجلّ على منه وعونه وتوفيقه لنا لإتمام هذا البحث.

إلى من حاكت سعادتي بخيوط منسوجة من قلبها....

إلى كلّ من في الوجود بعد الله ورسوله....

أطال الله في عمرها والدتي العزيزة

إلى سندي وقوّتي وملاذي بعد الله...

إلى من أحمل اسمه بكلّ افتخار...

أرجو من الله أن يرحمه ويسكنه فسيح جنانه والدي العزيز

إلى أقمار حياتي.... إلى من حبّهم يجري في عروقي ويلهم

إلى القلوب الطاهرة والنّفوس البريئة...

إخوتي وأخواتي

إلى رقيقات دربي وكلّ الزملاء والزميلات

إلى كلّ هؤلاء أهدي ثمرة جهدي

الطالبة: رندا كودري

إهداء

الحمد لله ربّ العالمين والصّلاة والسّلام على خاتم

الأنبياء والمرسلين.

أهدي هذا العمل إلى:

أمّي النبي ربّنتني وأنارت دربي وأعاننتني بالصّلوات والدّعوات.

إلى أعلى إنسان في هذا الوجود أبي الغالي حفظه الله.

إلى من عليهم اعتمدت واكتسبت بوجودهم قوّة ومحبة إخوتي

وأخواتي.

إلى أهلك ما منحتني الدّنيا صديقاني وزميلاتي.

الطّالبة: سلسبيل تيطراوي

إهداء

الحمد لله ربّ العالمين والصّلاة والسّلام على خانم

الأنبياء والمرسلين.

أهدي هذا العمل إلى:

أمّي التي ربّنتني وأنارت دربي وأعاننتني بالصّلوات

والدّعوات.

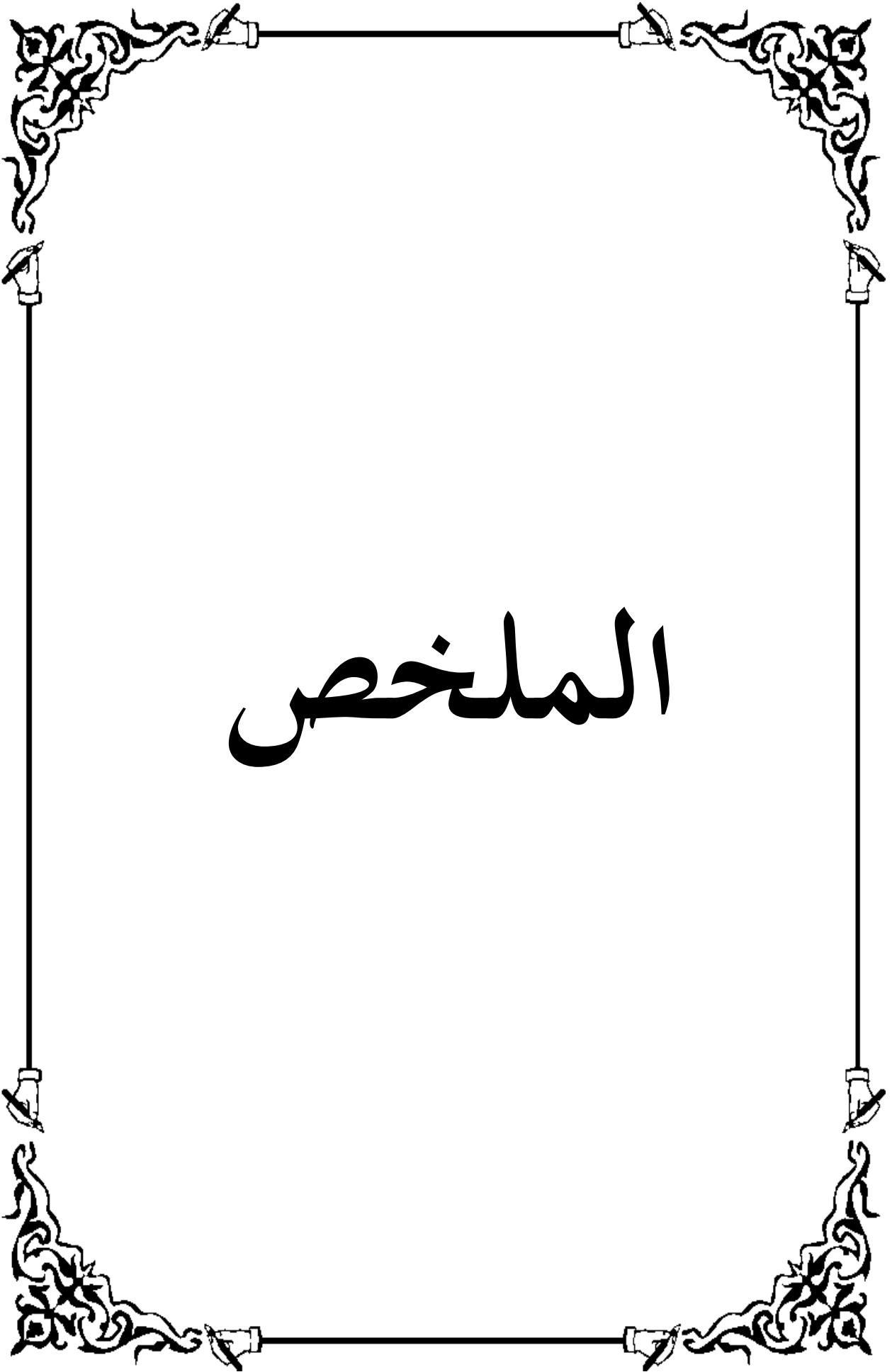
إلى أغلى إنسان في هذا الوجود أبي الغالي حفظه الله.

إلى من عليهم اعتمدت واكتسبت بوجودهم قوّة ومحبة

إخوتي وأخواتي.

إلى أحلى ما منحتني الدنيا صديقاتي وزميلاتي.

الطالبة: مروة دحمانبي



الملخص

ملخص الدراسة

هدفت الدراسة إلى معرفة علاقة المرونة الايجابية بالاغتراب النفسي لدى المعاقين حركيا لولاية المسيلة تبعا لمتغيرات: الجنس والحالة الاجتماعية، اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، وتكون مجتمع الدراسة من (61) معاق، حسب متغير الجنس والحالة الاجتماعية، وأظهرت النتائج أن مستوى المرونة الايجابية مرتفع، كما جاء مستوى الاغتراب منخفض ووجود علاقة ارتباطية بين المرونة الايجابية والاغتراب النفسي لدى المعاقين حركيا، اذ جاءت العلاقة طردية بمعنى كلما زادت المرونة الايجابية نقص الاغتراب النفسي تبعا بمتغير الجنس، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية في المرونة الايجابية وكذلك في الاغتراب النفسي.

وفي ضوء نتائج الدراسة يوصي الباحث بضرورة وجود مرشدين نفسانيين لتقديم الارشادات النفسية للمعاقين حركيا ومساعدتهم على تخطي المشكلات.

الكلمات المفتاحية: المرونة الايجابية، الاغتراب النفسي، المعاقين حركيا لولاية المسيلة.

Abstract

This study aimed to know the relationship of positive flexibility and psychological alienation among the physically disabled in the wilayat of m'sila, according to the variables: gender and marital status. The study relied on the descriptive approach, and the study population consisted of (61) disabled, according to the variable of gender and marital status. The results showed that the level of psychological alienation was low and there was a correlation between positive flexibility and psychological alienation among the physically disabled, as the relationship was positive, meaning the greater the positive flexibility, the decrease in psychological alienation according to the gender variable. The results also showed the absence of statistically significant differences in positive flexibility as well as in psychological alienation. In light of the results of the study, the researcher recommends the necessity of having mentors psychologists to provide psychological guidance to the physically disabled and help them overcome

Problem keywords: positive resilience, psychological alienation for the physically disabled in the state of m'sila.

مقدمة

مقدمة:

تتميز الحياة منذ القدم بالعديد من التغيرات والتحويلات التي تواجه الإنسان والتي تشكل عليه صعوبات وضغوطات نتيجة الظروف والأحداث والواقف المضطربة التي مر بها طيلة فترات حياته المختلفة والتي تفرض عليه أن يلجأ إلى التأقلم معها حيناً ومواجهتها حيناً آخر بما يمتلك من مهارات وخبرات وأفكار من أجل تغيير هذه المواقف والأحداث ليستعيد نفسه فالإنسان هو من يمتلك أكثر السمات النفسية أهمية في تشكيل نمط خاص من الشخصية القوية التي لا تخضع للظروف ولا تستسلم للفشل وهاته السمة هي ما تسمى بالمرونة الايجابية والتي تعد احدى المفاهيم المعاصرة التي تتناول القوة الانسانية الفعالة والاتجاهات الوقائية نحو تحسين الحالة الصحية والنفسية للفرد، كما تفيد في القدرة على المواجهة والتحدي والانحناء للمتغيرات مما يجعل الإنسان في حالة من تجاوز الإحباطات والتحديات من خلال صهر كل الإمكانيات المعرفية والجسمية والنفسية لتعكس بذلك تكويناً قوياً لمجابهة التغيرات وظروف الحياة المتقلبة ليعود بنفسه إلى حالة من الاستقرار والاتزان الانفعالي.

وإذا كنا قد تحدثنا عن المرونة الايجابية فنحن أيضاً بصدد الحديث عن الاغتراب النفسي فهو انتقال الصراع بين الذات والموضوع من المسرح الخارجي إلى الداخلي في النفس الانسانية ليشير إلى الحالات التي تتعرض فيها الوحدة الشخصية للانشطار أو الضعف والانهيال بتأثير عمليات ثقافية واجتماعية التي تتم داخل المجتمع مما يعني أن الاغتراب يشير إلى نمو مشوه للشخصية الانسانية حيث تفقد فيه الشخصية مقومات الاحساس المتكامل بالوجود والديمومة وتعد حالات الاضطراب النفسي أو التناقضات صورة من صور الأزمة الاغترابية التي تعترى الشخصية، ونقول بالنسبة للإنسان الذي لا يعاني من مشكلات جسمية لا يشعر بهذه النعمة التي ينعم بها إلا عندما يرى أولئك الذين يعانون

من إعاقة في جانب أو أكثر من جانب صحي ونعني بذلك الإعاقة الحركية والتي تعد حالة من عدم القدرة على استخدام الفرد لأجزاء جسمه في أداء الحركات الطبيعية والجري... والتتسيق بين حركات الجسم المختلفة حيث تؤثر على نموه العقلي والانفعالي وتحد من قدرته على التكيف الاجتماعي.

وعليه ارتأينا التطرق إلى دراسة موضوع المرونة الايجابية وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى المعاقين حركيا واستجابة لمتطلبات الموضوع تم تقسيم الدراسة على جزئين:

الجانب النظري: يتكون من ثلاث فصول

- الفصل الأول: قمنا فيه بالتعريف بموضوع الدراسة من حيث مشكلة الدراسة وطرح تساؤلاتها وأهدافها، وأسباب اختيارها، وتحديد المفاهيم وعرض الدراسات السابقة وجوانب الاستفادة منها، ثم قمنا بعرض المنهجية المتبعة في هذه الدراسة من حيث المنهج وأداة جمع البيانات ثم تعرضنا لمجتمع وعينة الدراسة.
- الفصل الثاني: تعرضنا فيه إلى موضوع المرونة الايجابية تعريفها، تاريخ تطورها، خصائصها وأشكالها...
- الفصل الثالث: ويتمحور حول الاغتراب النفسي مفهومه أنواعه، أبعاد...

الجانب التطبيقي: ينقسم إلى فصلين

- الفصل الأول: اليتمثل في الاجراءات المنهجية والذي يتضمن منهج الدراسة، مجتمع الدراسة، الخطوات والأساليب المستخدمة...
- الفصل الثاني: يتمثل في عرض النتائج وتحليلها كفيها وكميا ثم تفسيرها، وأنهينا بحثنا بملخص الدراسة (الخاتمة).

الإطار المنهجي:

1. الإشكالية

2. أسباب اختيار الموضوع

3. أهمية الدراسة

4. أهداف الدراسة

5. مفاهيم ومصطلحات الدراسة

6. الدراسات السابقة

1. الإشكالية:

المرونة الإيجابية أحد المفاهيم المعاصرة التي تتناول القوة الانسانية الفعالة، والاتجاهات الوقائية نحو تحسين الحالة الصحية والنفسية للفرد، إذ تركز البحوث المهمة بها بدراسة العوامل الوقائية والعمليات الحيوية النفسية والاجتماعية التي تعمل على تفعيل عمليات التوافق في مواجهة الظروف الحياتية الصادمة. وقد أدى ذلك إلى وضع مجال بديل لمجالات اضطرابات السلوك التي ترتبط بعلم النفس، إذ ان الاهتمام المفرط بالاضطرابات والامراض النفسية منها الاغتراب النفسي، فالشخص الصحيح نفسيا والذي يمتلك اتزاناً انفعالياً هو الذي يمكنه السيطرة على انفعالاته بمرونة عالية، والتعبير عنها بحسب طبيعة الموقف مما يساعد الفرد على المواجهة الواعية لظروف الحياة وازماتها، فلا يضطرب او ينهار للضغوط او الصعوبات التي تواجهه، أمّا الأشخاص الذين لا يستطيعون السيطرة على أنفسهم فيقعون ضحية الاغتراب النفسي.

ونظراً للأهمية الكبيرة التي يتميز بها هذا الموضوع وكذا الدور الذي يلعبه كلّ من المرونة الإيجابية والاضطراب النفسي لدى طبقة المعاقين حركياً وما له من آثار في المجتمع، أصبح جلياً بالدراسات الاكاديمية مواكبة هذه التغيرات والاضطرابات لدى هذه الفئة الخاصة، ومن هنا فرضت علينا طبيعة الدراسة طرح التساؤل التالي:

• هل توجد علاقة بين المرونة الإيجابية والاضطراب النفسي لدى المعاقين حركياً؟

تندرج تحت هذا التساؤل مجموعة من التساؤلات منها:

- هل توجد فروق في مستوى المرونة الإيجابية تُعزى لمتغير الجنس؟
- هل توجد فروق في مستوى الاضطراب النفسي تُعزى لمتغير الجنس؟
- ما مستوى المرونة الإيجابية لدى المعاقين حركياً؟
- ما مدى شعور المعاقين حركياً بالاضطراب النفسي في بيئتهم وبين أهلهم؟

وللإجابة على هاته التساؤلات تم افتراض ما يلي:

الفرضية العامة:

توجد علاقة بين المرونة الإيجابية والاعتراب النفسي لدى المعاقين حركيا.

الفرضيات الفرعية:

- مستوى المرونة الإيجابية لدى المعاقين حركيا مرتفع.
- يعاني المعاقين حركيا بدرجة منخفضة من الاعتراب النفسي في بيئتهم وبين أهلهم.
- توجد فروق في مستوى المرونة الإيجابية تُعزى لمتغير الجنس.
- توجد فروق في مستوى الاعتراب النفسي تُعزى لمتغير الجنس.

2. أسباب اختيار الموضوع:

تتمحور مجموعة الأسباب التي دفعتنا لاختيار موضوع الدراسة إلى أسباب ذاتية وأسباب موضوعية تتمثل في:

• الأسباب الذاتية:

- توافق الموضوع مع طبيعة التخصص.
- الاهتمام الشخصي بالموضوع نظرا لوجود أقارب يعانون من هذه الظاهرة.
- الرغبة في دراسة موضوع المرونة الإيجابية وتقصي العلاقة بينه وبين الاعتراب النفسي.

• الأسباب الموضوعية:

- قابلية الموضوع للدراسة.
- اثراء المكتبة وفتح المجال أمام الطلبة للبحث أكثر حول الموضوع.
- زيادة التّعرف والتّحكّم في الاجراءات المنهجية للتّخرّج ومتطلّباته لنيل شهادة ليسانس.
- محاولة التعمّق في الموضوع نظرا لأهميته وانتشاره في المجتمع.

3. أهمية الدّراسة:

باعتبار أنّ المرونة الإيجابية هي الاستجابة الانفعالية والعقلية التي تمكن الإنسان من التكيف الإيجابي مع مواقف الحياة المختلفة سواء كان هذا التكيف بالتوسط أو القابلية للتغيير أو الأخذ بأيسر الحلول.

والاغتراب النفسي هو ذلك الرفض الواضح للقيم السائدة في المجتمع والانسحاب منه والتمرد عليه بدون قضية.

ومن خلال الرّبط بينهما نجد أنّ المعاقين على الكراسي المتحرّكة يفقدون تلك المرونة التي تكيفهم مع المجتمع، وبهذا يتولّد لديهم نوع من الاغتراب، والشعور بالنقص، ويعملون على التمرد على القواعد العامة للمجتمع.

ومن هنا نلمس الحاجة الملحة والدّاعية لإلقائنا الضوء على مدى الترابط الموجود بين المرونة الإيجابية والاغتراب النفسي.

4. أهداف الدّراسة:

تسعى الدّراسة إلى تحقيق جملة من الأهداف تتمثل في:

- إيجاد فروق في مستوى المرونة الإيجابية تُعزى لمتغيّر الجنس.

- إيجاد فروق في مستوى الاغتراب النفسي تُعزى لمتغير الجنس.
- معرفة مستوى المرونة الإيجابية لدى المعاقين حركياً.
- شعور المعاقين حركياً بالاغتراب النفسي في بيئتهم وبين أهلهم.

5. مفاهيم ومصطلحات الدراسة:

لكل دراسة مفاهيم خاصة بها تميزها عن غيرها من الدراسات يلجأ الباحث لتوضيح هاته المصطلحات من خلال تعريفها ، وعليه نعرف مفاهيم دراستنا كالتالي:

• 1: المرونة:

- **لغة:** مَرْنٌ، ومرونة، ومروناً، ومَرَانَةٌ الشيء اعتاده وألفه وداومه ولان له لأنّ في صلابته يده على العمل ووجه على الأمر.
- **اصطلاحاً:** ويعرف نيو مان المرونة بأنها القدرة على التكيف مع الأحداث الصادمة المحن والمواقف الضاغطة المتواصلة " وهي " عملية مستمرة يظهر من خلالها الفرد سلوكاً تكيفياً إيجابياً في مواجهة المحن، الصدمات ومصادر الضغط النفسي.
- ويعرفها " رزوق تشير المرونة، باعتبارها خاصة تنم عن القدرة على التكيف والتلاؤم، وميزة تشير إلى الانفتاح على صعيد القدرات والقرى والاستعداد من جانب المرء لتطويعها وملاמתها بحيث تتطوي على قابلية التطويع.
- **إجرائياً:** " قدرة الإنسان علي أداء الحركات في المفاصل بمدي كبير دون حدوث أي ضرر بها كالتمزقات بالعضلات والأربطة المحيطة بالمفصل.

ب: المرونة الإيجابية:

- **اصطلاحاً:** يعرفها الأحمدي: بأنها الاستجابة الانفعالية والعقلية التي تمكّن الإنسان من التكيف الإيجابي مع مواقف الحياة المختلفة، سواء كان للتكيف مع الوسط، أم القابلية للتغير مع الأخذ بأيسر الحلول.
- **إجرائياً:** هي المرونة التي تؤدي للوصول إلي مدي حركي كبير في مفصل معين نتيجة نشاط مجموعات عضلية معينة ترتبط بالمفصل المتحرك دون الاستعانة بقوة خارجية.

مثال : الوقوف مع مرجحة الرجل أماما عاليا.

وهي مجموعة الدرجات التي يتحصل عليها المبحوث على مقياس المرونة الايجابية ل: مروان نعمات إبراهيم وافي (2016)

ج: الاغتراب:

- **لغة:** جاء في قاموس علم النفس: أنّ كلمة اغتراب تأتي بمعنى تباعد، أبعاد.
 - **اصطلاحاً:** يعرف كينستون Keniston الاغتراب بأنه الرفض الواضح للقيم السائدة في المجتمع والانسحاب منه والتمرد عليه بدون قضية.
- وتعرف إجلال سري الاغتراب بأنه حالة يفقد فيها الفرد نفسه، ويصبح غريباً عن نشاطه وأعماله، ويكاد يفقد إنسانيته كلها، وهو فقدان للذات، وذلك حين يتعرض الإنسان لقوى معادية قد تكون من صنعه مثل الأزمات والحروب ففي حالة الاغتراب يستتكر أعماله ويفقد شخصيته.

وفي هذا السياق يشير أحمد السكري في قاموس الخدمة الاجتماعية إلى أن الاغتراب هو شعور الفرد انه منفصل عن الآخرين أو المعاناة من الغربة في المجالات الثقافية والتي تبدو غير مقبولة.

- ويذكر حسن الموسوي (1997) أن الاغتراب هو شعور الإنسان بالانفصال عن الآخرين والعزلة عنهم، مما يجعله عاجزاً عن إرضاء حاجاته النفسية والبيولوجية، وهذا من شأنه أن يحرر حياته من المعنى ويشعر بأن ما يريده غير واضح مما يدفعه إلى الخروج عن المعيارية الاجتماعية وعدم تقبل واقعه.

د: الاغتراب النفسي:

- اصطلاحاً: يُراد به تلك الحالة التي يشعر بها الفرد بالانفصالية من ظرف إنساني مثالي فيتطّلع بذلك إلى الانعتاق من العالم المحيط به إلى عالم من وضع نفسه، حيث يتمثل ذلك في عدم التكيف أو التجاوب مع المجتمع أو البيئة التي يعيش فيها الإنسان نتيجة لأمر متفاوتة أو هجمة تقاليد وعادات غريبة تُحدث هزة في الشعور والوجدان.

- إجرائياً: الاغتراب النفسي لدى المعقين حركياً يظهر لنا من خلال:
 - شعور المعاق حركياً بالعجز وعدم القدرة على المواجهة.
 - شعور المعاق حركياً بالتمركز حول الذات وبعده عن الواقع المحيط به.
 - شعور المعاق حركياً باللامعنى وفقدان الحماس للحياة
 - شعور المعاق حركياً اللامعيارية وازدواجية المعايير في الحكم على الأمور.
 - شعور المعاق حركياً بالتشاؤم وتوقع الفشل في كل ما يقوم به.
 - شعور المعاق حركياً بالتمرد والسخط على كل ما يحيط به من أشخاص ونظم.
 - شعور المعاق حركياً بالرفض من قبل الآخرين.

– العزلة الاجتماعية وانفصال المعاق حركيا عن الآخرين وعدم الدخول في علاقات اجتماعية وانخفاض مستوى التفاعل والمشاركة.

وهي مجموعة الدرجات التي يتحصل عليها المبحوث على مقياس الاغتراب النفسي ل: أشرف محمد حاج إبراهيم (2019)

6. الدراسات السابقة:

انطلقنا في بحثنا هذا من مجموعة من الدراسات السابقة. ومن بين هذه الدراسات وجدنا:

– الدراسة الأولى:

وهي دراسة تحت عنوان: " الاغتراب النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة، فرع طولكوم " ل: أشرف محمد حج إبراهيم، سنة 2019م. وهدف هذه الدراسة التعرف على: مستوى الاغتراب النفسي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة في فرع طولكوم، إضافة إلى الكشف عن دور متغيرات (الجنس، الكلية، المعدل التراكمي) في الاغتراب النفسي لدى عينة من جامعة القدس المفتوحة في طولكوم. مستخدما في ذلك مجموعة من الأدوات منها: مقياس الاغتراب النفسي، مقياس قلق المستقبل. وتوصل إلى مجموعة من النتائج منها: وجود فروق ذات دلالة احصائية بين متوسطات الاغتراب النفسي لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة فرع طولكوم تُعزى لمتغير الجنس لصالح الإناث. كما توصل إلى عدم وجود فروق ذات دلالة احصائية بين تقديرات أفراد الدراسة لاستجابتهم على مقياس الاغتراب النفسي تبعا إلى متغير الكلية.

- الدراسة الثانية:

وكانت بعنوان الاغتراب النفسي لدى المعاقين بصريا في الأردن في ضوء المتغيرات. ل: ناجي ملور السعيدة وذلك سنة 2018م. ومن بين الأهداف المنشودة من خلال هذه الدراسة نجد: الكشف عن مستوى الشعور بالأمن النفسي لدى الطالبة المعاقين بصريا، ضف إلى ذلك الكشف عن وجود فروق ذات دلالة احصائية تُعزى لمتغيرات الجنس، وشدة الإعاقة ومكان الإقامة على الشعور بالاغتراب لدى الطالبة المعاقين بصريا. وقد استعان بمجموعة من الأدوات في دراسته تمثلت في مقياس الاغتراب النفسي. وكانت أهم نتائج هذه الدراسة: أنّ مستوى الشعور بالاغتراب النفسي لدى المعاقين بصريا كان بدرجة متوسطة. إضافة إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية في جميع أبعاد الاغتراب النفسي تبعا لمتغير الجنس. كما نجد أيضا توصله إلى أنّ وجود فروق ذات دلالة احصائية في كلّ أبعاد الاغتراب النفسي تبعا لمتغير شدة الإعاقة.

- الدراسة الثالثة:

نجد دراسة مروان نعمات ابراهيم وافي سنة 2016م، تحت عنوان " المرونة الإيجابية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط الحياتية لدى طلبة جامعة الأقصى"، مذكرة مكملة لنيل ، الجامعة. محاولا الوصول إلى مجموعة من الأهداف منها: التعرف إلى درجة المرونة الإيجابية لدى طلبة جامعة الأقصى بغزة، إضافة إلى التعرف إلى أكثر أساليب مواجهة الضغوط الحياتية استخداما لدى طلبة جامعة الأقصى بغزة، كما كان من بين الأهداف المنشودة التعرف على العلاقة بين المرونة الإيجابية وأساليب مواجهة الضغوط الحياتية لدى طلبة جامعة الأقصى. وقد استعمل مجموعة من المقاييس وهي مقياس المرونة الإيجابية ومقياس أساليب مواجهة الضغوط الحياتية.

وتوصل إلى ارتفاع مستوى المرونة لدى طلبة جامعة الأقصى، وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات مقياس المرونة الإيجابية ودرجات مقياس أساليب مواجهة الضغوط الحياتية لدى طلبة جامعة الأقصى.

– الدّراسة الرّابعة:

عنوانها الخصائص السيكومترية لمقياس المرونة الإيجابية لدى الشباب الجامعي، مصر. ل: عثمان، محمد سعد حامد، سنة 2010م. ومن بين أهداف هذه الدّراسة: إعداد واختيار مقياس للمرونة الإيجابية لدى الشباب الجامعي، إضافة إلى التعرف على الخصائص السيكومترية له من صدق وثبات وذلك من خلال استخدام العديد من الأساليب الأخصائية الملائمة لذلك الفرض. مستخدما في ذلك مقياس المرونة الإيجابية لدى الشباب. وقد توصل في النهاية إلى مجموعة من النتائج أهمها بصفة عامّة توصلت الدّراسة لأدلة تدعم صدق البناء العاملي لمقياس المرونة الإيجابية والاتساق الداخلي للبيود، هذا يجعلنا نثق في مقياس المرونة الإيجابية لما يتمتع به من خصائص سيكومترية مقبولة على الطّلاب الجامعيين بمصر.

هذا فيما يخصّ الدّراسات العربية والآن سنتطرق إلى مجموعة من الدّراسات الأجنبية منها:

– الدّراسة الأولى:

وقد عنونت هذه الدّراسة ب: "الاغتراب النفسي لدى المعاقين بصريا في المدارس الشّاملة والمدارس الخاصّة في الهند" ل: بونام وسانديب (Poonam; Sandeep) سنة 2017م، وكان الهدف من دراستهما هو البحث عن مستوى الشّعور بالاغتراب النفسي لدى المعاقين بصريا في المدارس الشّاملة والمدارس الخاصّة في الهند. ومن بين الوسائل التي استخدمها في هذه الدّراسة مقياس الاغتراب النفسي، وتوصّلا في نهاية بحثهما إلى

العديد من النتائج منها: انخفاض في مستوى الشعور بالاغتراب النفسي لدى المعاقين بصريا الملتحقين بالمدارس الشاملة بالمقارنة مع أقرانهم الملتحقين بالمدارس الخاصة الذي وُجد عندهم مستوى مرتفع من الاغتراب.

– الدّراسة الثّانية:

وفي هذه الدّراسة نجد أنّه قد اختار لها عنوانا هو: " دور المرونة الإيجابية في التنبؤ بالصّحة النفسيّة والعقلية لدى طلبة الجامعة". للطالب بيدجون وكبي (Pidgeon; Keye) وذلك سنة 2014م، وقد استعمل في دراسته مقياس المرونة الإيجابية واليقظة العقلية لجمع البيانات، والهدف من هذه الدّراسة هو اكتشاف دور المرونة الإيجابية في التنبؤ بالصّحة النفسيّة والعقلية لدى طلبة الجامعة، ومن أهمّ النتائج التي توصل إليها وجود علاقة إيجابية ذات دلالة إحصائية بين المرونة لدى طلبة الجامعة.

– الدّراسة الثّالثة:

وجاءت هذه الدّراسة بعنوان: " علاقات الاغتراب الاجتماعي بأوساط الطّلبة الجامعيين/ ل: لاين ودورتي Lane; Daugherty وذلك سنة 1999م، وكان الهدف المرجو منها هو: دراسة علاقة الاغتراب الاجتماعي بأوساط الطّلبة الجامعيين في المرحلة الحالية لدى عينتين من الطّلبة الأمريكيين من أصل يوناني وذلك حسب متغيّر الجنس. واستعملا مجموعة من الوسائل أهمّها: مقياس الاغتراب الاجتماعي في صفوف الطّلبة، إضافة إلى المسح الاجتماعي لمعرفة المستوى الاجتماعي، الاقتصادي، الثقافي. وتوصّلا إلى العديد من النتائج أهمّها أنّ تأثير التفاعل الاجتماعي في مسألة الاغتراب الاجتماعي ليس له مغزى بالنسبة لمتغيّر الجنس، في حين أثّرت العوامل الاجتماعية والثقافية في مسألة الاغتراب الاجتماعي لمتغيّر الجنس لدى الطّلبة اليونانيين، كما أكّدت الدّراسة أنّ الاغتراب الاجتماعي لدى الذّكور كان أعلى منه لدى الإناث.

7. التّعقيب على الدراسات السابقة:

- بالنسبة للدراسات التي تناولت الاغتراب النفسي:

بعد استعراض الدراسات التي تناولت متغيّر الاغتراب النفسي نجد أنّ هناك بعض النقاط المشتركة وغير المشتركة بين الدراسات وتمثّلت في:

• **الهدف:** حيث نجد أنّ كلا الدراستين ركّزتا على معرفة مستوى الاغتراب النفسي، واختلفتا في بعض الأهداف حيث نجد أنّ دراسة أشرف محمد حاج ابراهيم انحصرت فيها الأهداف على عكس دراستنا هاته التي تبحث عن إيجاد العلاقة بين الاغتراب النفسي والمرونة الإيجابية. بينما دراسة ناجي ملور سعايدة المنونة بالاغتراب النفسي لدى المعاقين بصريا في الأردن.

• **العينة:** في دراسة أشرف محمد حاج ابراهيم نجدها قد اقتصرت على طلبة جامعة القدس المفتوحة فرع طولكوم ، في حين اعتمد ناجي ملور السعايدة على عينة مكوّنة من المعاقين بصريا، بينما دراستنا فقد اعتمدت على عينة مكوّنة من الطبقات المختلفة من المعاقين حركيا على مستوى عدّة بلديات في ولاية المسيلة.

• **النتائج:** كلّ الدراسات توصلت إلى وجود اختلافات في مستوى الاغتراب النفسي، كما توصلت دراسة أشرف محمد حاج ابراهيم نتائج أخرى أكثر تفصيلا عن دراستنا.

- بالنسبة لمتغيّر المرونة الإيجابية:

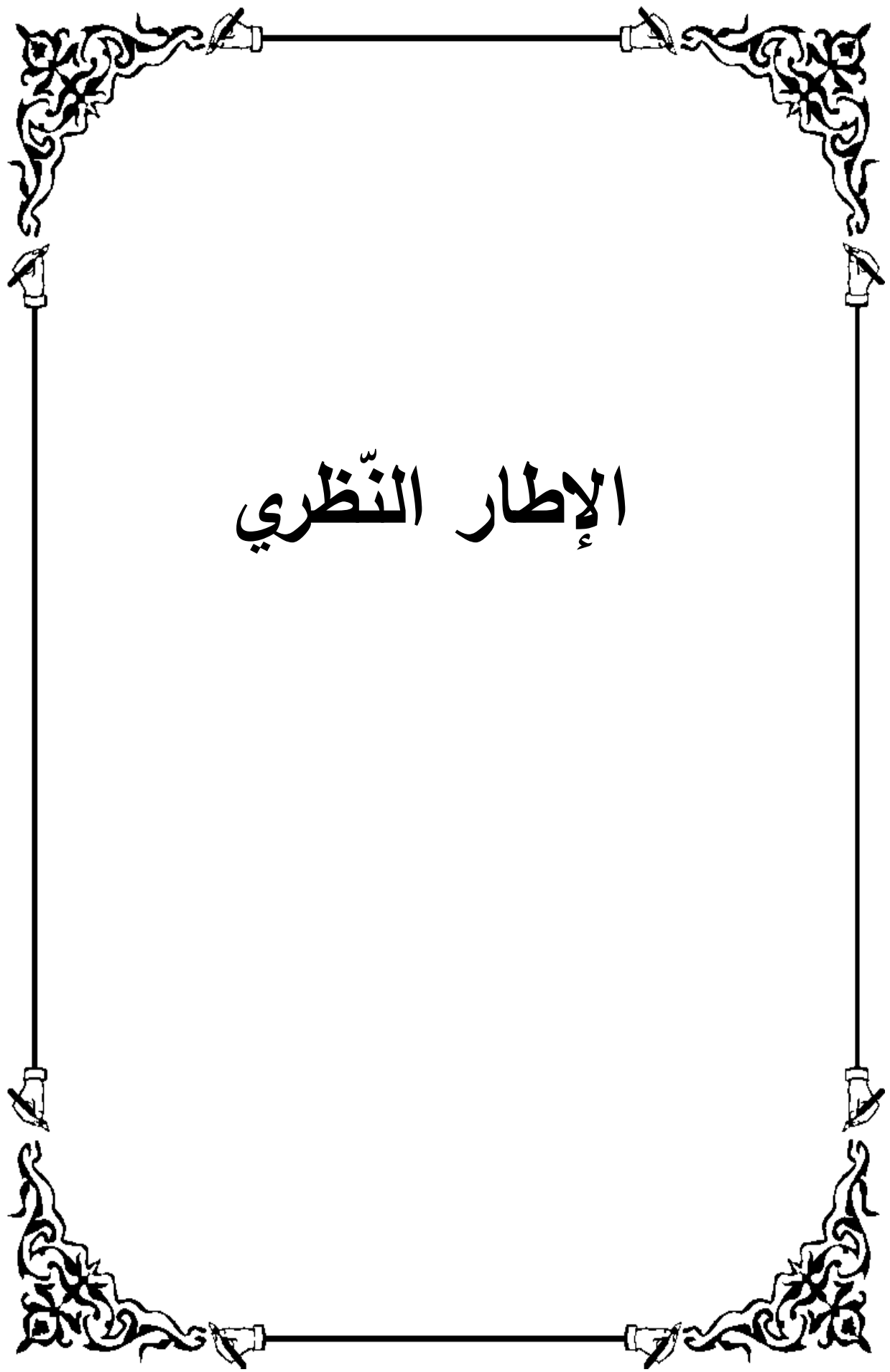
بعد عرض الدراسات التي تناولت متغيّر المرونة الإيجابية والتي كانت بدورها قليلة جدا حسب اطلاعنا كذلك نجد أنّ هناك بعض النقاط المشتركة وغير المشتركة كما يلي:

- **الهدف:** لا حظنا أنّ هناك اشتراك بين دراسة مروان نعمات ابراهيم وافي (2016) ودراسة محمد سعد حامد عثمان (2010) في كونهما ركّزتا على المرونة الإيجابية.
- **العينة:** كلّ الدّراسات التي تناولت متغيّر المرونة الإيجابية ركّزت على عيّنة واحدة هي طلبة الجامعة.
- **النتائج:** هناك اتّفاق بين الدّراسات من حيث الأهداف المشتركة حيث نجد أنّ دراسة مروان نعمات ابراهيم وافي (2016) ودراسة محمد سعد حامد عثمان (2010) توصلتا إلى وجود ارتفاع في مستوى المرونة الإيجابية، كما نلاحظ أيضا وجود جملة من النتائج التي تميّز كلّ دراسة عن الأخرى.

8. أوجه الاستفادة من هذه الدّراسات:

بعد اطلاعنا على هذه الدّراسات في كلّ من الاغتراب النفسي والمرونة الإيجابية توضّحت لدينا معالم الإشكالية والموضوع بأكمله حيث ساعدتنا هذه الدّراسات فيما يلي:

- بناء إشكالية الدّراسة الحالية.
- بناء تساؤلات وفروض يمكن تفسيرها انطلاقا من هذه الدّراسات.
- الإلمام بالخلفية النظرية وأهم العناصر التي ينبغي تناولها لكلّ من متغيّر الاغتراب النفسي والمرونة الإيجابية.
- ضبط المنهج المناسب ونوع العيّنة وطريقة اختيارها.
- الاستعانة بمقياس الاغتراب النفسي لـ: أشرف محمد حاج أبراهيم (2019)، وكذا مقياس المرونة الإيجابية لـ: مروان نعمان ابراهيم وافي (2016)



الإطار النظري

الفصل الأول: المرونة الإيجابية.

-تمهيد

- 1- مفهوم وتعريف المرونة الإيجابية.
- 2- تاريخ تطور المرونة الإيجابية.
- 3- خصائص وسمات ذوي المرونة الإيجابية.
- 4- أشكال وأنماط المرونة الإيجابية.
- 5- أبعاد المرونة الإيجابية.
- 7- ثمرات ونتائج المرونة الإيجابية.

خلاصة

تمهيد

تعتبر المرونة الإيجابية (Resilience) خلفية أساسية نظرية للباحث من حيث الدور الذي تجسده في تحديد مدى قدرة الفرد على التكيف مع الصعوبات ومحاولة التصدي للمواقف الضاغطة التي تواجه الفرد في حياته والتعبير عليها حسب طبيعة الموقف يساعده ذلك على المواجهة الواعية وهذا من أهم الخصائص والسمات الإيجابية للمرونة الإيجابية وأهميتها، فالبحث في المرونة الإيجابية يعني البحث في الأصول التكوينية لما يمكن عليه الإنسان الإيجابي.

1. تعريف المرونة الإيجابية:

لغويا:

مشتقة من أصل لاتيني، الأصل الذي اشتقت منه كلمة resilience هي كلمة Resile وتعني يثب أو ينتقل أو النجاة والتجاوز من (Agnes; 2005) المرونة: مَرَن، مرونة، مَرَانة، مرونا: أي اعتاده وداومه وألفه ولان له لأنّ صلابة يده على العمل ووجه على الأمر.

إصطلاحا:

يعرفها (الاحمدي، 2009): بأنها الاستجابة الانفعالية والعقلية التي تمكن الإنسان من التكيف الإيجابي مع مواقف الحياة المختلفة، سواء كانت للتكيف بالوسط أم القابلية للتغير مع الأخذ بأيسر الحلول.

يعرفها كل من علوان و الطلاع (2012): القدرة على إعادة التوازن النفسي الفعال مع كافة الضغوط التي تواجه الشخص من خلال تحمل المسؤولية ومواجهة المشكلات.

تعرفها الرابطة الأمريكية (apa)(2000) " المرونة الإيجابية " Resilence في نشرتها التي أطلقت عليها اسم "الطريق إليها"، بأنها عملية التوافق الجيد في مواجهة الشدة والصدمة والمأساة والتهديدات أو حتى مصادر الضغوط الأسرية أو المشكلات في العلاقات مع الآخرين فاصلة المشكلات الصحية الخطيرة وضغوط العمل والضغوط الاقتصادية كما يعني النهوض أو التعافي من الضغوط الصعبة.

تعريف لوثر (2003): أشار إلى دور المرونة الإيجابية في التعافي من آثار المحن والشدائد حين رأت أنّ المرونة النفسية هي عملية مستمرة لحفز موارد الفرد وبالتالي تمكنه من تناول القضايا الزاهنة على النحو التكيّفي، وتوفّر له أساسا للتعامل مع التّحدّيات اللاحقة.

تعرف كذلك على أنها قدرة الفرد على تحمّل المقاومة والتّعافي من أحداث الحياة القاسية (وافي، 2016)

2. تاريخ تطوّر المرونة الإيجابية:

إنّ فكرة المرونة الفردية في مواجهة الشدّة قد بدأت منذ زمن طويل جدا فقد أشارت إليها حكايات الجن والفن والأدب عبر القرون والتي جسّدها فيها الكثير من الأبطال والبطلات. وعندما بدأ يتطوّر علم النفس بوصفه علما منهجيا في القرن التّاسع عشر وبداية القرن العشرين كان هناك اهتماما واضحا بالتوافق أو التكيّف الفردي مع البيئة وقد رصدها " فرويد" 1928م في إطار حديثه عن الأنا بمعنى: التوكيد الانتصاري لأننا لقدرتنا على التحصين *assertion of its-own invulnerability the ego's victorions* وقد انبثق مصطلح المرونة الإيجابية من الدّراسات التي أجريت على الأطفال ذوي الأمّهات التي تعاني من الفصام في الخمسينات والستّينات ووبما بعدها من القرن الماضي على يد إيمي وورنر Emmy E werner رائدة هذا المجال وواحدة من الذين استخدموا مصطلح المرونة الإيجابية من خلال دراساتها الطّولية الرّائدة بجزر هاواي وكذلك دراسات ماستين وجيرمزي.

وكانت مثل تلك الدّراسات اللّبنات الأساسيّة للتأصيل، للمرونة الإيجابية تلك القدرة التي اتّصف بها بعض الأطفال المعرّضون للخطر حيث نمو نمو طبيعيا مع المحن والظّروف القاسية التي مرّوا بها.

بعد ذلك بدأ يظهر مصطلح المرونة الإيجابية والأطفال للخطى في وسائل الإعلام والصّحف ولكن بمصطلحات أخرى مثل المحصّنين Invulnerable ومقاومي الضّغط résistont stress أو المرينين Resilient إلا أنّ مصطلح المرن أصبح أكثر مصطلحاً تُفق عليه فيما بعد لوصف هؤلاء الأفراد، ويرصد لنا برنيد ترو ولارسون عند رؤيته في بداية ثورة المرونة الإيجابية أنّه بعد حقبة عديدة من التّقييد في الجانب المظلم للسلوك الإنساني تمخّض عن ذلك علم جديد هو (سيكولوجية القوى الإنسانية) A psychologist of human strengths الذي تولّى أهمية المتغيّرات من قبيل الشّجاعة والمسؤولية والأصل وأثرها العظيم على الفرد.

وعند ظهور علم النفس الإيجابي على يد مارتن سليجمان Sligman بحيث أنه بدأ يظهر من جديد وبقوة عندما كان يمارس دوره كرئيس لجمعية علم النفس الأمريكية عام 1998 بحيث بدأ يطالب علماء النفس بتوجيه قدراتهم ومواهبهم نحو محاولة فهم مصادر المرونة الإيجابية، أي قدرة الإنسان على التكيف جسدياً ونفسياً مع أي طارئ ألم به والتي تمكنه كذلك من استعادة الحيوية أثر بلاء لحق به. ومن ثم أطلق سليجمان مصطلح علم النفس الإيجابي positive psychology فقد رأى أن الرسالة الجديدة التي ينبغي أن يلزم علماء النفس أنفسهم بها هي الحركة بعيداً أو إلى ما وراء النموذج الذي سافر تاريخ العلم. ويستمر سليجمان في نظريته الإيجابية للإنسان مؤكداً على تدعيم الشعور بالسعادة وبناء الشخصية و الانفعالات الإيجابية التي تبطل فاعلية الانفعالات السلبية، وفي تلك النظرة الإيجابية الوقائية يتساءل كيف يمكن أن نمنع إصابة الشباب وصغار السن بمشكلات كالإكتئاب أو الإدمان أو الفصام... إذا كانوا من المهنيين بالوراثة للإصابة بها والذين يعيشون في بيئات مليئة بالمشكلات ويجب سليجمان أن هناك قوى في الإنسان تعمل في اتجاه مضاد للأمراض النفسية مثل: الشجاعة، الرؤية المستقبلية والتفاعل، والمهارات الاجتماعية، والأمل والمثابرة، والقدرة على التدفق، الاستبصار، وبناء تلك الفضائل في الأفراد صغار السن هو بمثابة العنصر المفتاحي للوقاية من الاضطرابات الإكلينيكية.

3. خصائص وسمات ذوي المرونة الإيجابية:

- يستخلص ويكس wicks أربعة أبعاد للمرونة الإيجابية يندرج تحت كل منها عوامل أخرى:
- الرؤية الشخصية personqlsion (العرض والمعنى مبادئ وسلم قيمي أهداف)
- حل المشكلة (الاستجابة السريعة للخطر، البحث عن المعلومات، القيام بمخاطرات حاسمة)

- الألفة الإجتماعية social support (تمييز الفرد عن الآخرين، تكوين العلاقات الإجتماعية)

- ميكانيزمات دفاع الأنا ego defense (فصل الانفعال، إعادة البنية المعرفية، التوقع الإسقاطي) (شقورة، المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية، 2012)

ويستعرض فان جلين vangalen السمات التي يتصف بها الأفراد من ذوي المرونة الإيجابية resilont person والتي قام بتجميعها من العديد من الآراء والنظريات المتعددة المفسرة للمرونة الإيجابية وذلك على النحو التالي:

- علاقات جيدة والقرّة على استقبال المساندة الاجتماعية.

- مهارات تواصلية ومعرفية جيدة good cognitive cominacatoins

- تقدير الفرد لمواهبه وإنجازاته وكذلك تقديرها بالنسبة للآخرين.

- الإحساس بالهدف من الحياة.

- التدين religion ولا يشعر بالانتماء.

- المساهمات في الحياة الاجتماعية.

- الانفعال الإيجابي positive enation وروح الدعابة.

ويتسم الشخص ذوي المرونة الإيجابية بعدد من السمات يندرج بعضها فيما يمكن أن نطلق عليه بعد الكفاءة الشخصية ولعل من أهمها القدرة على المواجهة التوقع الاستباقية للأحداث، التخطيط وحل المشكلات المرونة في التفكير إضافة إلى سمات تتعلق بعدد الكفاءة الاجتماعية والأسرية ولعل من أهمها المهارات الاجتماعية والتوافق الاجتماعي إضافة إلى توفر بعض المساندة الاجتماعية والتي تتمثل أهم سماتها في الثراء في استقبال المساندة الاجتماعية ومدى تأثيرها على الفرد في تقوية مهارة التصدي والواجهة.

وأخيرا تلك السمات التي تتعلق ببعد النسق أو البنية القيمية والبيئية ومن أهمها روح التسامح، الالتزام الأخلاقي، التدبير بالأصل والمعنى في الحياة.

4. أشكال وأنماط المرونة الإيجابية:

تشير (الزهيري، 2012) قد حدد أربعة أنماط للمرونة الإيجابية : النمط المزاجي، النمط العلائقي، النمط الموقعي والنمط الفلسفي.

- النمط المزاجية يتعلق بالصفات: يتعلق بالصفات البدنية والنفسية والاجتماعية المتصلة بالأنا والتي تعزز المرونة وهذا يتعلق بتلك الجوانب من الفرد التي تعزز التصرف المرن باتجاه ضغوط الحياة والتي تتضمن الإحساس بالإستقلال أو المرونة الذاتية، إحساس بقيمة الذات والصحة البدنية.

- نمط العلائقية Zrelational pattern: نمط العلاقات يتعلق بأدوار الفرد في المجتمع وعلاقته مع الآخرين.

هذه الأدوار والعلاقات يمكن أن تمتد من علاقات قريبة وحميمة إلى تلك مع النظام الإجتماعي الأوسع.

- النمط الموقعي Sitnqtionql pqtrn : النمط الموقعي ينصب على الجوانب التي تشمل الربط بين الفرد والموقف الضاغط وهذا يمكن أن يتضمن قدرة الفرد على حل المشكلة القدرة على تقييم المواقف والاستجابات والقدرة على اتخاذ إجراء انفعاله للاستجابة إلى الموقف.

- النمط الفلسفي philosophical patter : يشير هذا النمط إلى رؤية الفرد للعالم أو نموذج الحياة وهذا يشمل مختلف المعتقدات التي تعزز المرونة مثلا: الإيمان بالمعنى الإيجابي الذي يمكن إيجاده في كل الخبرات والإيمان أن تطوير الذات هو الإلهام والاعتقادات أن الحياة لها هدف.

ويتضح مما سبق أن المرونة الإيجابية لها عدة أنماط منها ما يتعلق بالصفات والخصائص الشخصية والمزاجية حيث أن الفرد الذي لديه الإحساس العالي بقيمة ذاته ويتصف بالاستقلالية والتقبل لما يحدث حوله فإن ذلك يؤدي إلى أن يكون الفرد من إحدى صفات المرونة كذلك أن هناك نمطا آخر يتعلق بالحياة الاجتماعية والعلائقية للفرد حيث أن الفرد الذي يتصف بالمرونة كان له دور فعال في المجتمع ولديه علاقات اجتماعية وأسرية إيجابية فإن ذلك يباعد ويؤدي إلى أن يصبح الفرد ذو مرونة نفسية بينما هناك نمط آخر من المرونة الإيجابية يتعلق بما يمر به الفرد من مواقف وأحداث، وكيفية ارتباط الفرد وإدراكه لهذه الأحداث على أنها صعبة وكيفية تقبله لها و التعامل معها فكلما ربط الفرد بين الأحداث التي تدور حوله بشكل إيجابي وتعامل معها بعقلانية وبالتالي يصبح لديه قدرة على تجاوز المحن والأحداث والتكيف معها بشكل مرن.

كما أن هناك شكلا للمرونة الإيجابية يتعلق بنظرة الفرد للبيئة والعالم المحيط به أي كلما كانت نظرة الفرد للبيئة المحيطة به نظرة سلبية تشاؤمية كلما أصابه الجمود في حياته في حين كلما كانت نظرة الفرد نظرة إيجابية تفاؤلية كما أنه أنتج أكبر قدرا من الأفكار الجديدة وأصبح مرنا لديه القدرة على التكيف مع الظروف الصعبة.

5. أبعاد المرونة الإيجابية:

- أ- الكفاءة الشخصية: هو قدرة الفرد على تنظيم الأحداث في حياته وهذا ما يساعده على نمو مهاراته ومواصلة الحياة باقتدار.
- ب- الكفاءة الاجتماعية: هي قدرة الفرد على التعامل مع المجتمع وكيفية الاتصال مع الآخرين، ترك انطباع طيب لديهم والتضحية من أجل من حوله وتحمل مسؤولياته.
- ت- المساندة الاجتماعية: الدعم المادي والمعنوي والروحي الذي يتلقاه الشخص من الآخرين ويعطيه القوة ويخفف عنه ما يشعر به من ضغوط.

ث- **الالتزام الديني والقيمي:** تمسك الفرد بالمبادئ والقواعد الدينية، نقطة الالتزام بحدودها بما يتفق مع واقع الحياة الاجتماعية التي يعيشها الأفراد في المجتمع.
ثمرات ونتائج المرونة الإيجابية:

1- **الصحة النفسية:** من ثمرات المرونة الإيجابية تحقيق الصحة النفسية الجيدة بأنها النضج الانفعالي والاجتماعي وتوافق الفرد مع نفسه ومع العالم من حوله. والقدرة على تحمل المسؤوليات، وتقبل الفرد حياته وشعوره بالرضا والسعادة ومن مظاهر الصحة النفسية الراحة والاطمئنان، القدرة على مواجهة المصاعب، ضبط النفس القدرة على التحمل والنظرة الإيجابية للحياة وكل تلك المظاهر هي نتاج وثمار المرونة.

2- **النظرة الإيجابية للحياة:** كلما كان الإنسان متحملاً بخاصية المرونة كان أكثر إيجابية فيتعامل مع ما يدور حوله من موجودات. فإن النظرة الإيجابية للحياة هي الشيء الذي يحدد أيضاً مكانته وقيمه الاجتماعية في الحياة؛ لأنها سبب في العمل، الحركة، الفاعلية والعزم ...

3- **الاستمرار في العطاء:** إن العمل المنقطع لا يؤتي ثمره، وأن العمل المتكرر يورث الكآبة، والإنسان المرن يكتسب استمرارية لا تعرف الانقطاع وعمله لا يعرف الكآبة والملل فهو يواصل العمل بهمة وحماس وإتقان في عطاء متجدد ومع ذلك ألا أنه مرن في استخدام وسائله، فهو دائم التنقل بين وسيلة وأخرى ووقت وآخر.

4- **الاتصال الفعال:** هو اختيار أفضل السبل والوسائل لنقل الأفكار والمشاعر والسلوك للآخرين بصدق ووضوح بغرض التأثير الإيجابي في أفكارهم ومشاعرهم وسلوكهم بعيداً عن المصلحة الذاتية الخاصة. والإنسان المرن يمتلك خاصية الاتصال الفعال إلا أنه لديه القدرة على تقبل الآخرين وعدم الاصطدام بهم، ومعرفة أحوال المخاطبين له ويتفاعل معهم بإيجابية. (اسحاق، 2008)

خلاصة:

يقصد بالمرونة الإيجابية بصورة عامة القدرة على التجاوز أو الشفاء لبعض الصدمات أو الاضطرابات أو الضغوطات ومحاولة التصدي لمنغصات الحياة، ويستخدم هذا المصطلح أيضا ليشير إلى كل مقومات المناعة ضد التأثيرات السلبية للأحداث السيئة في المستقبل.

الفصل الثاني: الاغتراب النفسي

تمهيد

1- تعريف الاغتراب

2- تعريف الاغتراب النفسي

3- أسباب الاغتراب النفسي

4- مظاهر الاغتراب النفسي

5- مراحل الاغتراب النفسي

6- أبعاد الاغتراب النفسي

خلاصة

تمهيد:

يمثل الاغتراب ظاهرة إنسانية شائعة في كثير من المجتمعات، بغض النظر عن النظم السياسية الحاكمة، أو المستوى الاقتصادي والاجتماعي، أو التقدم المادي والتكنولوجي، وهي ذات وجهين، أحدهما إيجابي مقبول؛ لأنه يؤدي إلى التسامي بالذات، وإظهار قدراتها الفريدة. أما الوجه الآخر فهو سلبي؛ لأنه يؤدي إلى مشاعر مرضية، كالإحساس بالعزلة، والدونية، وضعف الانتماء، والعداء لثقافة المجتمع السائدة. وفي دراستنا هذه سنتناول الوجه الثاني للاغتراب من حيث سلبيته وما أهم الأسباب التي تدفع إليه، وأبرز مظاهره، ثم نعرّج على مراحل هذا الاغتراب النفسي وأبعاده السلبية، لنختتم هذا الفصل بخلاصة تعتبر حوصلة لما تمّ التطرّق إليه.

تعريف الإغتراب النفسي:

لغة:

في قاموس علم النفس أشار (زهرا ن ح.، 1987، صفحة 36) إلى أن كلمة اغتراب تأتي بمعنى تباعد، ابعاد، أما (منصور، دون تاريخ، صفحة 19) فقد أشار على أن معنى الاغتراب في اللغة العربية يعني الابتعاد عن الوطن. ومعنى غرب: ذهب، ومنها الغربية أي الابتعاد عن الوطن. وتوحي كلمة الغروب والاغتراب بالضعف والتلاشي فنقول: غربت شمس العمر اذا كانت المرحلة هي الشيخوخة.

- وجاء في لسان العرب (منظور ج.، دون تاريخ، الصفحات 23-24) غرب أي بعد. أ غرب وغربة بمعنى التثني عن الناس، والغربة والغرب: النزوح عن الوطن." وورد معنى الاغتراب في كتاب أدباء غرباء (الاصبهاني، 1972، صفحة 12) فقد الأربة في الأوطان غربة فكيف إذا اجتمعت الغربة وفقد المحبة".

اصطلاحا:

وردت لفظة الاغتراب في المعنى الاصطلاحي بدلالات مغايرة ومختلفة باختلاف الفلاسفة في آرائهم وتوجهاتهم فنجد (خيرى حافظ) يعرف الاغتراب بأنه: "وعى الفرد بالصراع القائم بين ذاته وبين البيئة المحيطة به بصورة تتجسد في الشعور بعدم الانتماء والسخط والقلق وما يصاحب ذلك من سلوك، أو الشعور لفقدان المعنى أو اللامبالاة". (الجماعي، 2010، صفحة 49)

وبشير (ظاهر، 1984، صفحة 60) بأن لكلمة الغربية تاريخ طويل فقد استعملت في علم النفس لتشير إلى الانفصال عن النفس وعن الغير، وقد استعملت في القانون لتدل على انفصال الملكية من شخص إلى آخر".

أمّا (السويدي، 1997، صفحة 03) فقد ذكرت: "أمّا الاغتراب في تعريفه العام فيعني الانفصال وعدم الانتماء، ويعرّف أيضا بأنه وعي الفرد بالصّراع القائم بين ذاته والبيئة المحيطة به والمحيطه له، وبصورة تتجسّد في الشّعور بعدم الانتماء والسّخط والقلق".

الاعتراب النفسي:

ويراد به " تلك الحالة التي يشعر بها الفرد بانفصاله من ظرف إنساني مثالي، فيتطلع تبعا لذلك إلى الانعتاق من العالم المحيط به إلى عالم من وضع نفسه، حيث يتمثل ذلك في عدم التكيف أو التجارب مع المجتمع أو البيئة التي يعيش فيها الإنسان نتيجة لأمر طارئ أو هجمة تقاليد وعادات غريبة تحدث هزة في الشعور والوجدان". (نزاد، 2012، صفحة 175)

ويمثّل الاغتراب خبرة عامّة ينتشر وجودها بدرجات متفاوتة لدى جميع النّاس، ومنذ البداية دأب المختصّون على وضع تفسيرات لمثل هذا الإحساس. وهذا الموضوع حاز على اهتمام علماء النّفس لما سبّبه من حالات تباعد بين الشّخص وذاته وبين الذات والعالم الموضوعي، وما سبّبه هذا التّباعد من خلل في البنية النّفسية للفرد، ومن ثمّ المجتمع ومنهم من استخدم من الاغتراب وصفا لذلك الاغتراب في الشّخصية الذي يؤثّر على عدد كبير من صور وأشكال السلوك الاجتماعي، وبالرّغم من تزايد مثل هذه الاهتمامات، فإنّ مفهوم الاغتراب ما يزال غامضا، ونادرا ما يتفق الباحثون في تحديده، لقد توصل عالم الاجتماع الأمريكي ملفين سيمان الوارد في إالى تحديد خمسة مفاهيم مختلفة للاغتراب أطلق عليها تسميات العجز، وفقدان المعايير، وغياب المعاني، والانتماء، وما يسمّى الاغتراب الدّاتي. (ابراهيم، 2019)

أسباب الاغتراب النفسي:

وتتمثل في:

1. الصراع: ويكون بين الدوافع والرغبات المتعارضة مما يؤدي إلى التوتر الانفعالي والقلق واضطراب الشخصية.
2. الاحباط: يرتبط الاحباط بالشعور بخيبة الأمل والفشل والعجز التام والشعور بالقهر وتحقير الذات.
3. الحرمان: حيث تقلّ الفرصة لتحقيق الدوافع أو إشباع الحاجات كما في حالة الحرمان من الرعاية الوالدية والاجتماعية. (الصديق، صفحة 72)

مظاهر الاغتراب النفسي:

تناول العديد من الباحثين ظاهرة الاغتراب النفسي والتي تتضمن العديد من المظاهر التي يعاني منها الإنسان نذكر منها:

1. الشعور الدائم بالملل واليأس والفاق والخوف وعدم القيمة.
2. الانفصال عن الآخرين.
3. عدم القدرة على تكوين العلاقات مع الغير.
4. الاغتراب عن المجتمع. (محمود، 1955، صفحة 211)

مراحل تشكّل الاغتراب:

يتفق أغلب الباحثين على تقسيم مراحل تشكّل الاغتراب النفسي إلى ثلاث مراحل أساسية، كلّ مرحلة تمهّد وترتبط بعلاقة وثيقة مع المرحلة التي تليها وهذه المراحل هي:

1. مرحلة التهيؤ للاغتراب: تعتبر المرحلة الأولى، مرحلة الاستعداد لتشكّل الاغتراب

النّفسي: وفيها يمرّ الفرد 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 بأنّ معايير السلوك مفروضة عليه ويتميّز سلوكه بالخضوع ومجاراة تغيير المعايير. (خليفة، 2002، صفحة 60)

يرى الباحث أنّ عدم قدرة الفرد على فهم المواقف يصل إلى عدم استطاعته التّحكّم بها وعدم قدرته على بالسيطرة على هذه المواقف وبالتالي يصل إلى مستوى اللامعيارية التي تحكم المواقف التي يعيشها.

2. مرحلة الرّفص والنّفور الثقافي: في هذه المرحلة تتعارض اختيارات الأفراد من

الأهداف العامّة والتطلّعات الثقافيّة حيث ترفض الثقافة اختيارات الأفراد للقيم السائدة والتناقض بين ما هو متوقّع وما هو واقعي، لذلك نجد أنّ الفرد يعيش مرحلة صراع الأهداف والتي تحيله بشكل جدّي إلى الدّخول في مرحلة الاغتراب، هذه المرحلة تعبّر عن مدى وعي الانسان بوضعه في المجتمع، وبعدم الرضا ورفض الأوضاع والأنظمة والقيم الثقافيّة والعقليّة السائدة، ترافق هذه المرحلة مجموعة من المشاعر مثل: العجز والقلق والظلم، القهر، التمرّد، وفقدان الكرامة.

3. مرحلة تكيف المغترب: تدعى مرحلة الانعزال الاجتماعي وفيها يدرك الفرد أنّه أصبح في حالة من الانعزال عن أسرته، وأصدقائه وأنّه غير قادر على مسايرة الأوضاع، فيحاول التكيف من خلال مايلي:
- الانسحاب من الواقع الذي يسبّب اغترابه، ويتمثّل في عدم المواجهة أو الهروب، أو اللامبالاة.
 - الرّضوخ للنّظام القائم والتعاون معه، وينشأ عن ذلك قبول ظاهري، ورفض داخلي ويرافقه التحلّي بالصّبر، الانتظار، التبرير.
 - التمرد الثوري ضمن حركة شعبية من أجل تغيير جذري وتجاوز حالة الاغتراب.
- (علي، 2008، صفحة 521)

أبعاد الاغتراب النفسي:

1. العجز: قصور القوة (power lessness)

يعرّفه خليفة بأنّه: " هو الحالة التي يصبح فيها الأفراد في ظلّ سياق مجتمعي محدّد، يتوقّعون مقدّمًا أنّهم لا يستطيعون أو لا يملكون شيئًا ممّا يتطلّعون إليه من خلال فعاليتهم الخاصّة.

2. العزلة: Isolation

وهي انفصال الفرد عن تيار الثقافة السائد، وتبني مبادئ أو مفاهيم مخالفة، ممّا يجعله غير قادر عن مسايرة الأوضاع القائمة، والعزلة درجة من الانفصال بين الأفراد والجماعات من منظور التفاعل والاتصال والاندماج العاطفي والاجتماعي مع الآخرين إلى عقلي. (زهرا ن ح.، دراسات في علم النفس النمو، 2003، الصفحات 120 - 121)

3. غربة الذات: Self estrangement

هي إدراك الفرد بأنه أصبح مغتربا عن ذاته ونافرا منها، وهي حالة فقدان الاتصال بين الذات الواعية للفرد والذات الفعلية أو الحقيقية ويتجلى ذلك في صورة السلوك اللاواعي والشعور بالفراغ، والفتور والملل، فالفرد الذي ينفصل عن ذاته الحقيقية وعن مشاعره وحاجاته ونزواته يشعر أنّ وجوده أصبح أمرا غير حقيقي، أي أنّه لم يعد له وجود. (زهرا ن ح. 2003، الصفحات 119-120)

4. اللامعنى: (فقدان المعنى) Meaning lessness

ويقصد به: "أحساس الفرد المغترب أنّ الحياة لا معنى لها، لأنّها تسير وفق منطق غير مفهوم وغير معقول ومن ثمّ يعيش الحياة التافهة واللامبالاة. (الجبوري، 2008، صفحة 18)

5. اللامعيارية:

ويقصد بها: "شعور الفرد بعدم وجود قيم ومعايير أخلاقية واحدة للموضوع الواحد". (بهجات، 2007، صفحة 27)

6. اللاهدف:

هو غياب الهدف من الحياة، وإنّما تمضي دون هدف أو غاية، ويترتب على ذلك اضطراب أسلوب حياة الفرد لتحقيق الأهداف، مما يؤدي إلى التخبّط في الحياة فتسير بلا هدف ويصل الطريق. (زهرا ن ح.، دراسات في علم النفس النمو، 2003، صفحة 123)

7. الانسحاب: Withdawal

وهو وسيلة دفاعية، يَجأ إليها الأنا للدفاع عن نفسه، حيث يكون الفرد عاجزاً عن بعده عن المواقف الممهدة، أو بالانشغال في توهم ما يتمناه. (وسري، 2003، صفحة 123)

8. التمرد: Rebellion

هو تعبير عن التمرد على المجتمع والانفصال عن معاييره القيمية والحضارية والتاريخية والاجتماعية في شكل نزعة تدميرية تتجه إلى خارج الذات في شكل سلوك يتّصف بالعنف والعدوانية ضد المجتمع ومعطياته الحضارية أو تتجه إلى داخل الذات في شكل عزلة ونكوص وعدوان داخلي موجّه إلى الذات.

9. الرفض: Rejection

هو اتجاه سلبي ومعاد نحو الآخرين في المجتمع، أو نبذ بعض السلوك السائد في المجتمع والثقافة التي ينتمي إليها الفرد، والرفض الاجتماعي هو عدم التقبل الاجتماعي والتمرد على المجتمع بصفة عامّة ويضمّن الرفض حتّى رفض الذات. (الصيداني، 2012، ص 12)

خلاصة:

من خلال دراستنا توصلنا إلى أنّ الاغتراب النفسي هو ذلك الصراع الذي ينتقل بين الذات والموضوع، كما يتمثل الاغتراب النفسي في مختلف الاضطرابات القائمة في مختلف العلاقات التي تهدف إلى التوفيق بين مطالب الفرد وحاجاته وإمكانياته من جانب، وبين الواقع وأبعاده المختلفة من جانب آخر. وأنّ للاغتراب النفسي مجموعة من المظاهر كالشعور بالعجز واللامعنى واللامعيارية، ومن الأبعاد نذكر العجز والعزلة وغربة الذات والتمرد، ضف إلى ذلك حديثنا لأهم الأسباب المؤدية بالفرد إلى تبني هذا النوع من الاغتراب.

الإطار التّطبيقي

الفصل الأول

الطريقة والإجراءات

تمهيد:

يعتبر الجانب التطبيقي من أهم جوانب البحث في شتى العلوم لأنه يعمل على ربط الجانب النظري بالواقع الحقيقي للدراسة، وفي هذا الجزء قمنا بتحليل بيانات الدراسة الميدانية.

أ. منهج الدراسة:

يهدف التحليل العاملي إلى الكشف عن العوامل المشتركة التي تؤثر في أي عدد من الظواهر المختلفة وينتهي إلى تلخيص الظواهر المتعددة التي يحلها إلى عدد قليل من العوامل فهو لهذا المعنى ينحو نحو الإيجاز العلمي الدقيق. ولذلك فالمنهج الوصفي أكثر ملائمة لأهداف البحث الحالي ، من خلاله يتم التعرف على العلاقة بين الاغتراب النفسي والمرونة الإيجابية، والدافع للإنجاز الأكاديمي لدى المعاقين على الكراسي المتحركة، والعلاقة بين الشعور بالاغتراب النفسي والمرونة الإيجابية لدى المعاقين على الكراسي المتحركة.

1. مجتمع وعينة الدراسة:

أ: مجتمع البحث:

" ويقصد به المجموعة الكلية التي يسعى الباحث إلى تعميم نتائج بحثه عليها".

وعليه فإنّ مجتمع البحث في دراستنا يتمثل في مجموعة من المعاقين.

ب: عينة البحث:

" العينة عبارة عن مجموعة جزئية من مجتمع الدراسة يتم اختيارها بطريقة معينة وإجراء دراسة عليها ومن ثم استخدام تلك النتائج وتعميمها على كامل مجتمع الدراسة الأصلي".

وعليه مثلت العينة القصدية في دراستنا من قبل مجموعة من المعاقين على الكراسي المتحركة.

مجالات الدراسة:

أ: المجال المكاني:

أجريت الدراسة بمجموعة من بلديات ولاية المسيلة منها بوسعادة وبلدية ونوغة.

ب: المجال الزمني:

يمثل المجال الزمني الفترة التي استغرقها البحث من مرحلة جمع وفرز البيانات المتعلقة بكل فصل والبحث عن المراجع والكتب، والبحث عن الدراسات السابقة وغيرها، إلى غاية الوصول بهذا البحث إلى شكله النهائي.

ج: المجال البشري:

تتمثل مجتمع بحثنا في مجموعة من المعاقين حركيا.

أدوات الدراسة:

لجمع البيانات اللازمة لتحقيق أغراض الدراسة تم استخدام مقياسين، كالآتي:

أ: مقياس المرونة الايجابية:

أولا/ ثبات وصدق مقياس المرونة الإيجابية:

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

النتائج التالية:

أ/ الثبات:

1-التناسق الداخلي (ألفا كرونباخ):

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

تقوم على أساس تقدير معدل إرتباطات العبارات فيما بينها لكل بعد على حدة كما هو

موضح بالجدول التالي :

الجدول رقم () يوضح ثبات مقياس المرونة الإيجابية عن طريق ألفا كرونباخ		
عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ	المحاور
31	0.830	المحور الأول
24	0.779	المحور الثاني
55	0.891	المقياس ككل

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل ألفا كرونباخ والذي قدر بالنسبة

للمحور الاول " " (0.83)، وبالنسبة للمحور الثاني " " (0.77)،

وبالنسبة للمقياس ككل بلغ (0.89)، يمكن القول بأنها قيم تدل على أن هذا المقياس

يتمتع بالثبات عالي، حيث نلاحظ أن كل القيم موجبة وأن هناك إنسجام وترابط بين عبارات هذا المقياس يتعدى (0.50) ويكاد يصل إلى الارتباط التام (1).

ب/ الصدق: بطريقة الاتساق الداخلي:

تم حساب صدق هذا المقياس عن طريق حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة كل محور بالدرجة الكلية للمقياس ككل، كما يلي:

الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس ككل:

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل محور بالدرجة الكلية لمقياس المرونة الإيجابية ككل بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم () يوضح مصفوفة ارتباطات درجات الكلية لمحاور مقياس المرونة الإيجابية مع درجته الكلية			
الدرجة الكلية للمقياس	المحور	الدرجة الكلية للمقياس	المحور
0.754**	المحور الثاني	0.894**	المحور الاول
** الارتباط دال عند (0.01)			

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) حيث نلاحظ أن قيمة الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الاول (.....) مع الدرجة الكلية للمقياس بلغت (0.89)، أما الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الثاني (.....) مع الدرجة الكلية

للمقياس بلغت (0.75)، وعموماً يمكن القول بأن المقياس ككل صادق لأن كل محاوره تتسق فيما بينها وبين المقياس التي هي فيه.

1-صدق المقارنة الطرفية:

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

موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم () يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس المرونة الإيجابية									
القرار	مستوى الدلالة	T	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	مستوى الدلالة	إختبار التجانس ليفين F	الطرفين
دال عند 0,01	0.000	9.046	14	8.975	216.37	8	0.930	0.008	الأعلى
				11.783	169.00	8			الأدنى

من خلال الجدول أعلاه يتضح لنا أن هناك فرق واضح بين الطرفين حيث قدر المتوسط الحسابي للطرف الأعلى (216.37) في حين بلغ المتوسط الحسابي للطرف الأدنى (169.00)، وهذا ما أكدته قيمة إختبار الدلالة الاحصائية (T_{test}) التي بلغت (9.04) وهي قيمة موجبة أي أن الفرق لصالح الطرف الأعلى ودالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)، وبالتالي يمكن القول بأن مقياس المرونة الإيجابية صادق لأنه استطاع أن يميز بين الطرفين.

ب: مقياس الاغتراب النفسي:

ثانيا/ ثبات وصدق مقياس الاغتراب النفسي:

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

النتائج التالية:

أ/ الثبات:

2-التناسق الداخلي (ألفا كرونباخ):

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

تقوم على أساس تقدير معدل ارتباطات العبارات فيما بينها لكل بعد على حدة كما هو

موضح بالجدول التالي :

الجدول رقم () يوضح ثبات مقياس الاغتراب النفسي عن طريق ألفا كرونباخ		
عدد العبارات	معامل ألفا كرونباخ	المقياس ككل
48	0.616	

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل ألفا كرونباخ والذي قدر بالنسبة

للمقياس ككل بلغ (0.61)، يمكن القول بأنها قيمة تدل على أن هذا المقياس يتمتع

بالثبات مقبول، حيث نلاحظ بأنها قيمة موجبة وأن هناك إنسجام وترابط بين عبارات هذا

المقياس يتعدى (0.50).

ب/ الصدق: بطريقة الاتساق الداخلي:

تم حساب صدق هذا المقياس عن طريق حساب أو تقدير الارتباطات بين درجة محور بالدرجة الكلية للمقياس ككل، كما يلي:

الارتباط بين المحاور والدرجة الكلية للمقياس ككل:

تم تقدير الارتباطات بين درجة كل محور بالدرجة الكلية لمقياس الاغتراب النفسي ككل بمعامل الارتباط بيرسون كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم () يوضح مصفوفة ارتباطات درجات الكلية لمحاور مقياس الاغتراب النفسي مع درجته الكلية			
الدرجة الكلية للمقياس	المحور	الدرجة الكلية للمقياس	المحور
0.563**	المحور الخامس	0.735**	المحور الاول
0.470**	المحور السادس	0.606**	المحور الثاني
0.542**	المحور السابع	0.481**	المحور الثالث
** الارتباط دال عند (0.01)		0.626**	المحور الرابع

من خلال الجدول أعلاه وبالنظر إلى قيم معامل الارتباط بيرسون نلاحظ أنها جاءت كلها دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.01$) حيث نلاحظ أن قيمة الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الاول (.....) مع الدرجة الكلية للمقياس بلغت (0.73)، أما الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الثاني (.....) مع الدرجة الكلية للمقياس بلغت (0.60)، أما الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الثالث (.....) مع

الدرجة الكلية للمقياس بلغت (0.48)، أما الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الرابع (.....) مع الدرجة الكلية للمقياس بلغت (0.62)، أما الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور الخامس (.....) مع الدرجة الكلية للمقياس بلغت (0.56)، أما الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور السادس (.....) مع الدرجة الكلية للمقياس بلغت (0.47)، في حين أن الارتباط بين الدرجة الكلية للمحور السابع (.....) مع الدرجة الكلية للمقياس بلغت (0.54)، وعموماً يمكن القول بأن المقياس ككل صادق لأن كل محاوره تتسق فيما بينها وبين المقياس التي هي فيه.

2- صدق المقارنة الطرفية:

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

موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم () يوضح صدق المقارنة الطرفية لمقياس الاغتراب النفسي										
القرار	مستوى الدلالة	T	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	حجم العينة	مستوى الدلالة	إختبار التجانس ليفين F	الطرفين	
دال عند 0,01	0.000	9.226	14	8.467	170.62	8	0.306	1.129	الأعلى	الاغتراب النفسي
				5.879	137.00	8			الأدنى	

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

المتوسط الحسابي للطرف الأعلى (170.62) في حين بلغ المتوسط الحسابي للطرف

الأدنى (137.00)، وهذا ما أكدته قيمة إختبار الدلالة الاحصائية (T_{test}) التي بلغت

(9.22) وهي قيمة موجبة أي أن الفرق لصالح الطرف الأعلى ودالة إحصائية عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)، وبالتالي يمكن القول بأن مقياس الاغتراب النفسي صادق لأنه إستطاع أن يميز بين الطرفين.

الفصل الثاني

نتائج الدراسة

أولاً/ التحقق من شرط إعتدالية التوزيع:

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

جدول رقم () يوضح التحقق من شرط إعتدالية التوزيع بالنسبة للمتغير محل الدراسة

القرار	Shapiro-Wilk			Kolmogorov-Smirnov ^a			المتغير
	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاحصاءات	مستوى الدلالة	درجة الحرية	الاحصاءات	
غير دال	0.782	60	0.987	0.200	60	0.065	المرونة الإيجابية
غير دال	0.133	60	0.969	0.200	60	0.081	الاغتراب النفسي

من خلال المعطيات المبينة بالجدول أعلاه نلاحظ وبناء على قيم إختبار
كولموغروف سميرنوف وكذا إختبار شبيرو ويلك في درجات أفراد عينة الدراسة على كل
من متغير المرونة الإيجابية والاعتراب النفسي كانت غير دالة إحصائياً عند مستوى
الدلالة ألفا (0.05) مما يدل على أن البيانات في كلا المتغيرين يتوزعان توزيعاً طبيعياً
وهذا يعني أن كل الاساليب الاحصائية التي ستستخدم في المعالجة هي أساليب بارامترية
أنظر إلى الملحق رقم (...).

ثانيا/ عرض وتفسير النتائج على ضوء الفرضيات:
عرض وتفسير النتائج على ضوء الفرضية العامة:

نصت الفرضية العامة لهذه الدراسة على: " توجد علاقة ارتباطية بين المرونة الايجابية والاعتراب النفسي لدى المعاقين حركيا "، وللتحقق من صحة هذه الفرضية تم اللجوء إلى استخدام معامل بيرسون وذلك بعد التحقق من خطية العلاقة أنظر إلى الملحق رقم (..)، وبعد المعالجة الإحصائية تم التوصل إلى النتيجة التالية :

الجدول رقم () يوضح العلاقة بين المرونة الايجابية والاعتراب النفسي			
القرار	الاغتراب النفسي	Rho de Pearson	
** الارتباط دال إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا (0.01)	-0.375**	معامل الارتباط	المرونة الايجابية
	0.003	مستوى الدلالة	
	60	حجم العينة	

من خلال الجدول رقم () أعلاه نلاحظ أن معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة في مقياس (المرونة الايجابية) ودرجاتهم في مقياس (الاغتراب النفسي) بلغ (-0.37) وهي قيمة سالبة وضعيفة نوعا ما، ويعني هذا أن الارتباط بين درجات (المرونة الايجابية) ودرجات (الاغتراب النفسي) لدى أفراد عينة الدراسة هو ارتباط عكسي، أي أن درجات أفراد العينة في مقياس (المرونة الايجابية) تتوزع بعكس توزيع درجاتهم في مقياس (الاغتراب النفسي) والعكس صحيح، كما أن نتيجة هذا الارتباط جاءت دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0,01$)، ومنه نستطيع القول بأنه تم رفض الفرض الصفري الذي ينفي وجود العلاقة، وبالتالي يمكن القول بأن هذه النتيجة جاءت مؤيدة لفرضية الدراسة العامة القائلة بـ **توجد علاقة ارتباطية بين المرونة**

الإيجابية والاعتراب النفسي لدى المعاقين حركيا، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هو 99% مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

ويمكن تفسير هذه النتيجة انطلاقا من التعريف الذي أعطاه كل من علوان والطلاع (2012) للمرونة الإيجابية حين قاما بتعريفها على أنها القدرة على إعادة التوازن النفسي الفعال مع كافة الضغوط التي تواجه الشخص من خلال تحمل المسؤولية ومواجهة المشكلات.

وبالتالي فإن اختيار عينة الدراسة من المعاقين حركيا قد حقق لهم هذا الشيء ودفع بهم إلى التحمل وإعادة بعث التوازن النفسي عندهم لمواجهة الضغوط التي تعترض حياتهم. وهو ما وجدناه في دراسة مروان نعمات ابراهيم وافي (2016) المعنونة بالمرونة الإيجابية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط الحياتية حيث توصل إلى أن هناك علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين المرونة الإيجابية وأساليب مواجهة الضغوط الحياتية.

عرض وتفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضية الأولى:

نصت الفرضية الأولى لهاته الدراسة على: " مستوى المرونة الإيجابية مرتفعة لدى المعاقين حركيا "، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى إختبار الدلالة الاحصائية (T) بالنسبة للعينة الواحدة القائم على أساس المقارنة بين متوسط العينة في المقياس والمتوسط النظري له، وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (...). يوضح مستوى المرونة الإيجابية لدى المعاقين حركيا.

المقياس ككل	حجم العينة	المتوسط النظري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	t	مستوى الدلالة	القرار
الدرجة الكلية	60	165	194.00	20.070	59	11.192	0.000	دال عند 0.01

من خلال النتائج المبينة بالجدول أعلاه رقم (...) نلاحظ وبناء على المتوسط الحسابي لأفراد عينة الدراسة على مقياس المرونة الايجابية ككل والذي بلغ (194.00) أنه أعلى بقليل من المتوسط النظري له والمقدر بـ 165، كما أن المتوسط الحسابي يقع في المجال المتوسط (187-231) بناء عليه فإن درجة المرونة الإيجابية لدى المعاقين حركيا المرتفعة، وهذا ما أكدته قيمة "ت" والتي بلغت (11,19) وهي قيمة موجبة ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0,01$)، وهذا يعني أنه توجد فروق بين المتوسط الحسابي لأفراد العينة والمتوسط النظري للمقياس ككل لصالح المتوسط الحسابي للأفراد، وبالتالي فإن هذه النتيجة تؤيد فرضية الدراسة الأولى والقائلة " مستوى المرونة الايجابية مرتفعة لدى المعاقين حركيا"، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 99%، مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

ويمكن تفسير هذه النتيجة انطلاقا من التعريف الذي أعطاه كل من علوان والطلاع (2012) للمرونة الإيجابية حين قاما لتعريفهما على أنها القدرة على إعادة التوازن النفسي الفعال مع كافة الضغوط التي تواجه الشخص من خلال تحمل المسؤولية ومواجهة المشكلات.

وبالتالي فإن اختيار أفراد عينة الدراسة من المعاقين حركيا قد حقق لهم هذا الشيء ودفع بهم إلى التحمل وإعادة بعث التوازن النفسي عندهم لمواجهة كل الضغوط التي تعترض حياتهم.

وهو ما جاء أيضا في دراسة كل من دراسة مروان نعمات إبراهيم وافي (2016) ودراسة محمد سعد حامد عثمان (2010) حيث توصل مروان وافي إلى أن مستوى المرونة الإيجابية مرتفع، كما نجد أن محمد حامد عثمان قد توصل إلى صدق البناء العملي لمقياس المرونة الإيجابية وهذا ما يؤكد ارتفاع مستوى المرونة الإيجابية.

عرض وتفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضية الثانية:

نصت الفرضية الثانية لهاته الدراسة على: " مستوى الاغتراب النفسي منخفض لدى المعاقين حركيا"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى إختبار الدلالة الاحصائية (T) بالنسبة للعينة الواحدة القائم على أساس المقارنة بين متوسط العينة في المقياس والمتوسط النظري له، وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (...). يوضح مستوى الاغتراب النفسي لدالمعاقين حركيا.

المقياس ككل	حجم العينة	المتوسط النظري	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	t	مستوى الدلالة	القرار
الاغتراب النفسي	60	144	137.08	17.533	59	-3.056	0.003	دال عند 0.01

من خلال النتائج المبينة بالجدول أعلاه رقم (...). نلاحظ وبناء على المتوسط الحسابي لأفراد عينة الدراسة على مقياس الاغتراب النفسي ككل والذي بلغ (137.66) أنه أقل من المتوسط النظري له والمقدر بـ 144، غير أن المتوسط الحسابي يقع في المجال المتوسط (125-163) بناء عليه فإن درجة الاغتراب النفسي لدى المعاقين حركيا متوسطة، وهذا ما أكدته قيمة "ت" والتي بلغت (-3,05) وهي قيمة سالبة ودالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0,01$)، وهذا يعني أنه توجد فروق بين المتوسط الحسابي لأفراد العينة والمتوسط النظري للمقياس ككل لصالح المتوسط النظري غير أن الفرق غير كبير، وبالتالي فإن هذه النتيجة تعارض فرضية الدراسة الثانية والقائلة " مستوى الاغتراب النفسي منخفض لدى المعاقين حركيا " أي أن مستوى الاغتراب

متوسط، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي 99%، مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة 1%.

ويمكن تفسير هذه النتيجة انطلاقاً من التعريف الذي اعطاه نزاد حمد عمر (2012) عن الاغتراب النفسي حيث قال أنها تلك الحالة التي يشعر بها الفرد بانفصاله من ظرف إنساني مثالي، فيتطلع تبعاً لذلك إلى الانعتاق من العالم المحيط به إلى عالم من وضع نفسه.

وبما أن طبيعة مهام الذكر والأنثى أصبحت لا تختلف في شتى المجالات الاجتماعية حيث أصبحوا متقاربين في تحمل المسؤوليات فهذا مادفعهم إلى محاولة التكيف والتجاوب أكثر مع المجتمع والبيئة التي يعيشون فيها.

وهو ما جاء أيضاً في دراسة كل من أشرف محمد حج إبراهيم (2019) وناجي ملور السعيدة (2018) حيث توصل أشرف حج إبراهيم إلى أن مستوى الاغتراب النفسي متوسط في جامعة القدس المفتوحة وكذلك ناجي السعيدة توصل إلى نفس النتيجة التي أقامها على المعاقين بصريا.

عرض وتفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضية الثالثة:

نصت الفرضية الثالثة لهاته الدراسة على: "توجد فروق دالة إحصائية لدى المعاقين حركيا في متوسطات مقياس الايجابية النفسية تبعا لمتغير الجنس"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى إختبار الدلالة الاحصائية (T) بالنسبة للعينتين المستقلتين، وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (...) يوضح الفرق بين أفراد العينة في مقياس المرونة الايجابية تبعا لمتغير

الجنس

الجنس	التجانس س (F) ليفين	مستوى الدلالة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "T"	مستوى الدلالة	القرار
المرونة	0.02	0.8	26	195.	20.3	58	0.62	0.5	غير
الايجابية				192.	20.0				
ذكور	0	88	34	192.	20.0	58	0.62	0.5	غير
إناث				192.	20.0				

من خلال الجدول أعلاه رقم (...) نلاحظ أن قيم اختبار التجانس ليفين (ف) والتي بلغت (0.02) في مقياس المرونة النفسية وهي قيمة غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05)، نستنتج أن هناك تجانس بين المجموعتين مما استدعى تطبيق اختبار (T_{test}) لعينتين مستقلتين متجانستين.

وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية في مقياس المرونة الايجابية والتي بلغت بالنسبة الذكور (195,84) وبالنسبة للناث (192,58) نلاحظ أن هناك فروقا طفيفة بينهما، غير أن قيمة اختبار الدلالة الإحصائية (T_{test}) والتي بلغت (0.62) جاءت موجبة وغير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ومنه نستطيع الحكم على أن هذه النتيجة المتوصل إليها جاءت معارضة لفرضية الدراسة الثالثة القائلة بوجود فروق دالة إحصائية لدى المعاقين حركيا في متوسطات المرونة الايجابية تبعا لمتغير الجنس أي أنه لا توجد فروق تبعا لمتغير الجنس، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (95%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (5%).

ويمكن تفسير هذه النتيجة انطلاقا من التعريف الذي اعطاه الأحمدي (2009) بأنها الاستجابة الانفعالية والعقلية التي تمكن الانسان من التكيف الايجابي مع مواقف الحياة المختلفة، سواء كان هذا التكيف بالوسط أو القابلية للتغير مع الأخذ بأيسر الحلول. وبالتالي فإن اختيار عينة الدراسة من المعاقين حركيا من كلا الجنسين قد حقق لهم هذا الشيء ودفع بهم إلى التحمل والتكيف الايجابي وإعادة بعث التوازن النفسي والايجابي عندهم لمواجهة الضغوط والمشاكل الحياتية.

وهذا ما وجدناه سابقا في دراسة كل من مروان نعمات حخ أبراهيم (2016) الذي توصل الى عدم وجود فروق في المرونة الايجابية تبعا لمتغير الجنس، وكذلك دراسة محمد سعد حامد عثمان (2010) الذي توصل إلى نفس النتيجة وهي عدم وجود فروق تبعا لمتغير الجنس.

عرض وتفسير ومناقشة النتائج على ضوء الفرضية الرابعة:

نصت الفرضية الرابعة لهاته الدراسة على: "توجد فروق دالة إحصائية لدى المعاقين حركيا في متوسطات مقياس الاغتراب النفسي تبعا لمتغير الجنس"، وللتحقق من صحة هاته الفرضية تم اللجوء إلى إختبار الدلالة الاحصائية (T) بالنسبة للعينتين المستقلتين، وبعد المعالجة الاحصائية تم التوصل إلى النتيجة كما هو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (...). يوضح الفرق بين أفراد العينة في مقياس الاغتراب النفسي تبعا لمتغير

الجنس

الجنس	التجانس س (F) ليفين	مستوى الدلالة	حجم العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة "T"	مستوى الدلالة	القرار
الاغتراب ب النفسي	نكو ر	0.1	26	139.07	14.9	58	0.76	0.4	غير
	إناث	3	34	135.55	19.383		7	46	دال

من خلال الجدول أعلاه رقم (...). نلاحظ أن قيم اختبار التجانس ليفين (ف) والتي بلغت (1.90) في مقياس المرونة النفسية وهي قيمة غير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (0.05)، نستنتج أن هناك تجانس بين المجموعتين مما استدعى تطبيق اختبار (T_{test}) لعينتين مستقلتين متجانستين.

وبالنظر إلى المتوسطات الحسابية في مقياس الاغتراب النفسي والتي بلغت بالنسبة الذكور (139,07) وبالنسبة للاناث (135,55) نلاحظ أن هناك فروقا طفيفة بينهما، غير أن قيمة اختبار الدلالة الإحصائية (T_{test}) والتي بلغت (0.76) جاءت موجبة وغير دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة ألفا ($\alpha=0.05$)، ومنه نستطيع الحكم على أن هذه النتيجة المتوصل إليها جاءت معارضة لفرضية الدراسة الرابعة القائلة بوجود فروق دالة إحصائية لدى المعاقين حركيا في متوسطات الاغتراب النفسي تبعا لمتغير الجنس أي أنه لا توجد فروق تبعا لمتغير الجنس، ونسبة التأكد من هذه النتيجة هي (95%) مع احتمال الوقوع في الخطأ بنسبة (5%).

ويمكن تفسير هذه النتيجة انطلاقا من التعريف الذي أعطاه أبي الفتح الأصبهاني عن الاغتراب النفسي حين قال " فقد الأحبة في الأوطان غربة، فكيف اذا اجتمعت الغربة وفقد الأحبة".

وبالتالي فإن اختيار أفراد عينة الدراسة من المعاقين حركيا من كلا الجنسين قد دفع بهم إلى محاولة التكيف والتجاوب مع المجتمع والبيئة المحيطة بهم بهدف التقليل من شعورهم بالانفصال عن العالم والتعامل بمرونة أكثر.

وهو ما جاء أيضا في دراسة أشرف محمد حج ابراهيم (2019) في دراسة الاغتراب النفسي وعلاقته بقلق المستقبل حيث توصل إلى أنه لا توجد فروق بين الجنسين، وكذلك دراسة ناجي السعايدة (2018) الذي توصل أيضا إلى أنه لا توجد فروق تبعا لمتغير الجنس.



الخاتمة

خاتمة:

في نهاية بحثنا هذا المعنون بعلاقة الاغتراب النفسي بالمرونة الإيجابية لدى المعاقين حركيا نكون قد توصلنا إلى مجموعة من النتائج أهمها:

- 1- أن المرونة الايجابية هي القدرة على تجاوز الصدمات والاضطرابات.
- للمرونة الايجابية أبعاد متنوعة منها الكفاءة الشخصية، الكفاءة الاجتماعية، المساندة الاجتماعية والالتزام الديني والقيمي.
- للمرونة الايجابية العديد من الثمرات منها: الصحة والراحة النفسية، النظرة الايجابية للحياة والاستمرار في العطاء.
- 2- من خصائص نوي المرونة الايجابية: الرؤية الشخصية، الالفة الاجتماعية، إضافة إلى ميكانيزمات دفاع الأنا.
- 3- للمرونة أشكال متعددة منها: نمط المزاجية، نمط العلائقية والنمط الواقعي، النمط الفلسفي.
- 4- الاغتراب النفسي هو الاضطراب القائم في مختلف العلاقات التي تهدف إلى التوفيق بين مطالب الفرد وبين الواقع.
- 5- من أسباب الاغتراب النفسي الصراع والاحباط والحرمان.
- 6- مظاهر الشعور بالاغتراب النفسي الشعور بالملل واليأس، الانفصال عن الآخرين وغيرها.
- 7- حتى ينشأ الاغتراب يمر بعدة مراحل: مرحلة التهيؤ، مرحلة الرفض والنفور الثقافي، مرحلة تهيو المغترب.
- 8- أبعاد الاغتراب : العجز، العزلة، غربة الذات، الانسحاب، التمرد...
- هناك علاقة ارتباطية بين المرونة الايجابية والاغتراب النفسي لدى المعاقين حركيا.

- ترتفع نسبة المرونة الايجابية لدى المعاقين حركيا وهذا حسب الاحصائيات التي قمنا بها.
- ينخفض مستوى الاغتراب النفسي لدى المعاقين حركيا.
- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية تبعا لمتغير الجنس في المرونة الايجابية والاعتراب النفسي.

المحقق

ملحق الثبات والصدق

أولاً/ ثبات وصدق مقياس المرونة الإيجابية:

الثبات:

Reliability

Reliability Statistics		
المحاور	Cronbach's Alpha	N of Items
المحور 1	0.830	31
المحور 2	0.779	24
الكلية	0.891	55

الصدق:

Correlations

Correlations					
		الكلية 1		الكلية 2	
دك 1	Pearson Correlation	0.894**0		Pearson Correlation	0.754**0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.000
	N	30		N	30
*. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).					

T-Test

Group Statistics								
المجموعتين	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean				
الكلية 1	الأعلى	216.3750	8.97516	3.17320				
	الأدنى	169.0000	11.78377	4.16619				
Independent Samples Test								
		Levene's Test		t-test for Equality of Means				
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
الكلية 1	variances assumed	0.008	0.930	9.046	14	0.000	47.37500	5.23702
	variances not assumed			9.046	13.077	0.000	47.37500	5.23702

ثانياً/ ثبات وصدق مقياس الاختراب النفسي:

الثبات:

Reliability

Reliability Statistics	
Cronbach's Alpha	N of Items
0.616	48

الصدق:

Correlations

Correlations					
		الكلّي 2			الكلّي 2
دك 1	Pearson Correlation	.735**0	دك 5	Pearson Correlation	.563**0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.001
	N	30		N	30
دك 2	Pearson Correlation	.606**0	دك 6	Pearson Correlation	.470**0
	Sig. (2-tailed)	0.000		Sig. (2-tailed)	0.009
	N	30		N	30
دك 3	Pearson Correlation	.481**0	دك 7	Pearson Correlation	.542**0
	Sig. (2-tailed)	0.007		Sig. (2-tailed)	0.002
	N	30		N	30
دك 4	Pearson Correlation	.626**0	** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).		
	Sig. (2-tailed)	0.000			
	N	30			

T-Test

Group Statistics								
المجموعتين		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean			
الدرجات	الأعلى	8	170.6250	5.46737	2.99367			
	الأدنى	8	137.0000	5.87975	2.07880			
Independent Samples Test								
		Levene's Test		t-test for Equality of Means				
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
الدرجات	variances assumed	1.129	0.306	9.226	14	0.000	33.62500	3.64465
	variances not assumed			9.226	12.477	0.000	33.62500	3.64465

جامعة محمد بوضياف المسيلة
كلية العلوم الانسانية والاجتماعية



قسم علم النفس

المقاييس

المرونة الإيجابية وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى المعاقين حركيا

مذكرة مكتملة لنيل شهادة الليسانس في علم النفس

تخصّص: علم النفس العيادي

إشراف الأستاذة:

إعداد الطلبة:

- نصيرة لمين

4 سلسبيل تيطراوي

5 رندا كودري

6 مروة دحماني

السنة الدراسية: 2020 / 2021م

ملاحظة : إن معلومات هذه الاستمارة سرية ولن تستخدم إلا في أي غرض البحث تعليمي لذا نرجو منكم التعاون معنا بوضع علامة (X) في المكان المناسب , شكرا على تعاونكم.

مقياس الإغتراب النفسي بصورته النهائية

	المجال الاول	موافق بشدة	موافق	محايد	غير موافق	غير موافق بشدة
1.	أشعر بالوحدة حتى عندما أكون بين أقربي					
2.	أشعر أنني منعزل عن الناس من حولي					
3.	أشعر بالغربة عندما أكون بين زملائي					
4.	أجد أنه ليس من السهل التخلي عن المجتمع الذي نشأت فيه					
5.	أشعر بالانتماء لشكبة التي أوس بها					
6.	أفضل أن أعيش في أي بلد آخر غير الذي أعيش فيه					
7.	تستحي بالقيم يعتمد على طبيعة المواقف					
8.	أفضل الالتزام بقيم المجتمع ومعاييره					
9.	أعد قراراتي دون الاهتمام بالمعايير الاجتماعية					
10.	لا يهم مخالفة المعايير إذا كنت سأفوز برضا الآخرين					
11.	أعد الأشخاص الذين يخالفون القيم					
12.	أعتقد أن المجتمعات التي لا تلتزم بقيم تتعم بالحرية					
13.	أفضل مراعاة القيم في أي سلوك يصدر عني					
14.	تكونني القصد، لأتقي لا أستطيع حسم الأمور					
15.	أفضل في إقناع الآخرين بوجهة نظري					
16.	أشعر أنني مسلوب الإرادة					
17.	غالباً أجد في نفسي القدر في النفاق عن حقوقي					
18.	يمكنني مواجهة أي موقف مهما كان صعباً					
19.	أشعر أنني مقيد في الحياة					
20.	أشعر بقيمة ما أصنعه مهما كان بسيطاً					
21.	أشعر أن ما أنتهجه في الجامعة ليس به ثأءة مستقبلي					
22.	أحس بقيمة الأثياء التي تحيط بي					
23.	أشعر بقيمتي كإنسان					
24.	أشعر أنني لا أحامل معاملة إنسانية					

					25. لا أهتم بمشكلاتي الخاصة مهما كانت شديدة
					26. أشعر أن زواجي لها قيمة في الوسط الذي أعيش فيه
					27. أعتقد أنه لا أهمية لوجودي على قيد الحياة
					28. أشعر بأن حياتي لا يوجد فيها شيء جيد يمكن تحقيقه
					29. أشعر أن الحياة مهيئة بما يشتر إهمامي
					30. أعيش دون معرفة الهدف من هذه الحياة
					31. أضغ نفسي أهدافاً كثيرة لسعي لتحقيقها
					32. ليس لي هدف بعد التخرج في الجامعة
					33. أعيش دون التخطيط لمستقبلي
					34. معرفتي للهدف شاعني على مراجعة الصعاب
					35. من السهل أن أنهم معنى الحياة
					36. أعتقد أنه لا معنى لسعي الناس وتكدهم في الحياة
					37. أجد معنى لكل عمل أقوم به
					38. سواء نجحت أم فشلت فالأمر عندي سواء
					39. بالرغم من أن حياتي مهيئة بالفشل إلا أنني أحاول إيجاد معنى لها
					40. أشعر أن الحياة لا داعي لها
					41. أعاطف عادة مع الآخرين في قضاء حوائجهم
					42. إهمامي بنفسي لم يجعلني أتعدي على حقوق الآخرين
					43. أستغرق في التفكير بنفسي ومشكلاتي
					44. أستشير الآخرين في حل مشكلاتي
					45. أهتم بالتفكير في مشاكل الآخرين
					46. أعتقد أن الآخرين يشعرون أنني لا أحب لهم ما أحب نفسي
					47. أعتقد أن لا شيء يستحق التفكير فيه أكثر من ذاتي
					48. مصلحتي فوق كل اعتبار

الرقم	العبارة	موافق بدرجة كبيرة جداً	موافق بدرجة كبيرة	موافق بدرجة متوسطة	موافق بدرجة كبيرة	موافق بدرجة كبيرة جداً
1	لدي فكرة على التكيف مع التغيرات المختلفة					
2	أقوم بالكفاءة والفاعلية في عملي					
3	لدي فكرة على التغلب على مشكلاتي					
4	أسعى لحل مشكلاتي وليس الهروب منها					
5	أعاني من صعوبة في تنظيم أمور حياتي					
6	أبذل كل جهدي لتحقيق أهدافي في الحياة					
7	أحب الاستطلاع لمعرفة كل ما هو جديد					
8	أفكر بالمستقبل بصورة إيجابية					
9	أشعر بالسيطرة على مجريات حياتي					
10	أشعر أن الضغوط تزيدني تماسكاً وقوة					
11	أؤمن بالممثل القائل: لا حياة مع اليأس ولا يأس مع الحياة					
12	أستعيد توازني بسهولة عند تعرضي للشدائد					
13	أضع أهدافاً واضحة في الحياة					
14	أتمكن القهراً على تحليل أسباب المشكلة وأصل نتائج دقيقة					
15	لدي الشجاعة والثبات للقيام بأي عمل أظف به					
16	أشعر بأنني شخص لا يمكن الاعتماد عليه					
17	أحرص على أن أكون عارفاً بالأمور عند اتخاذي القرارات					
18	لدي القدرة على اتخاذ القرارات في الوقت المناسب					
19	أصدر أحكاماً صحيحة ودقيقة وتتميز بالثبات					
20	أستطيع تحليل المشكلة ووضع الحلول					

					المناسبة لها	
					أخطط لأهدافي بدقة في ضوء رؤيتي لها	21
					أفهم بحاجة لمساعدة الآخرين في حل مشكلتي	22
					أعتمد بأنني شخص مفكر وناجح	23
					أواجه مشكلتي بفاعلية ومرونة عالية	24
					لدي أكثر من بديل تجاه أي مشكلة تواجهني	25
					أعتمد على الأمر تبعاً لحالتي المزاجية	26
					أجمع المعلومات عن المشكلة قبل اتخاذ أي قرار	27
					أستطيع العمل تحت وطأة الضغوط المختلفة	28
					أستطيع تحويل المحنة إلى منحة	29
					أحب حل المشكلات المعقدة مقارنة بالآخرين	30
					أفهم بالإخفاق والتفكير في مواجهة مشكلتي	31
					أفهم بالمرونة في المواقف الاجتماعية المختلفة	32
					أرابط بعلاقات وثيقة مع الآخرين	33
					أفهم أن علاقاتي آمنة وناجحة مع أصدقائي	34
					يصفني الآخرون بأنني مرح ومتفائل	35
					أفهم بحم اهتمام الآخرين بي	36
					أفهم وجهة نظر الآخرين وظروفهم	37
					أعتمد أي فرصة متاحة للتواصل مع الآخرين	38
					أعبر عن مشاعري للآخرين بارتياح وثقة	39
					أفهم بأنني كريم مع الآخرين	40

					أستمتع بمساعدة الآخرين ومساندتهم	41
					أفقد لروح الدعابة والسلبية مع الآخرين	42
					أملك علاقات طيبة مع القادات المجمعة	43
					يصفني الآخرون بالشخص المرن اللين	44
					ألقى مساندة من الآخرين عندما أحتاج إلى ذلك	45
					تربطني بأصدقائي روابط عاطفية قوية	46
					يلجأ إلي الآخرون للتخطيط لأي عمل يعومون به	47
					مساندة الآخرين لي تزيدني قوة وصلابة	48
					أملك علاقات وروابط قوية مع الأشخاص المحبطين لي	49
					أحترم وجه نظر الآخرين وآرائهم	50
					أعتقد ان الالتزام بالقيم شيء ضروري للحياة	51
					أشعر بالإمتنان والعرفان لصديق حميم	52
					أشعر أن التزامي بخدم المجتمع يعطيني دفعة قوية نحو الأمام	53
					أعاطف مع الآخرين وأقدم لهم يد العون عندما يحتاجون إلى ذلك	54
					أملك القدرة على إقناع الآخرين وحسب تأييدهم	55

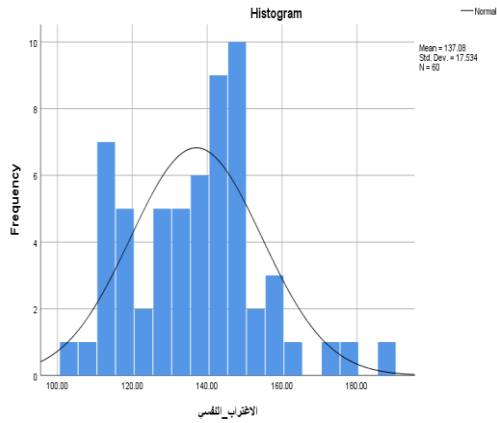
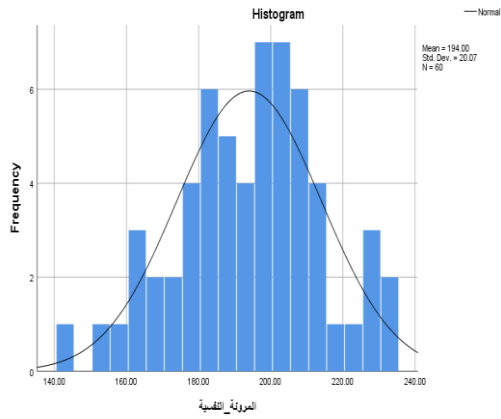
ملحق نتائج الدراسة

أولاً/ التحقق من التوزيع الطبيعي:

Explore

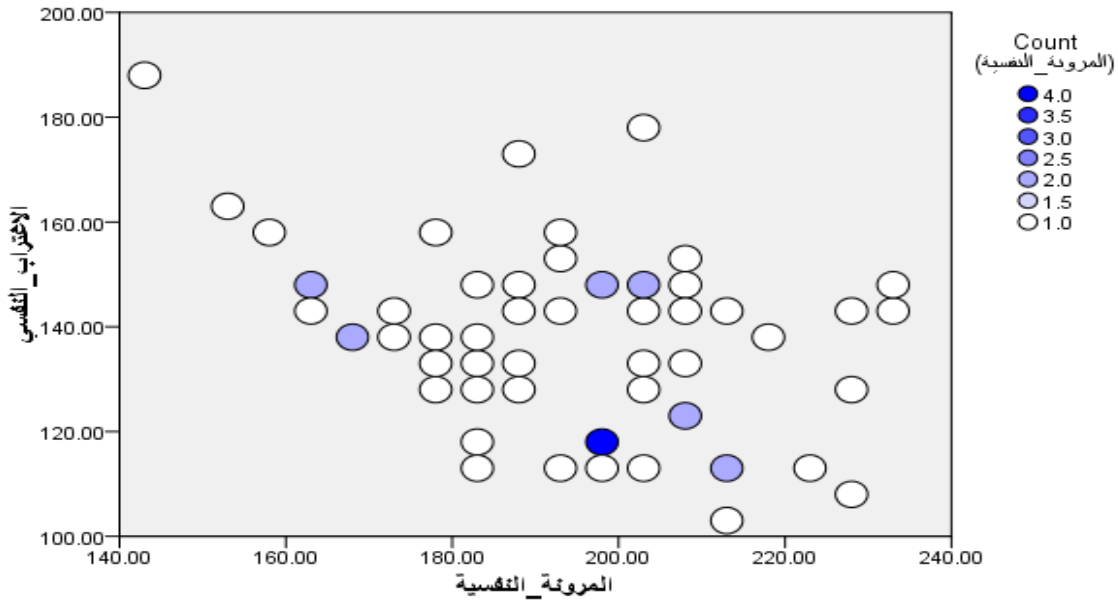
Tests of Normality						
	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
المرونة النفسية	0.065	60	.200	0.987	60	0.782
الاغتراب النفسي	0.081	60	.200	0.969	60	0.133

*. This is a lower bound of the true significance.
a. Lilliefors Significance Correction



ثانيا/التحقق من شرط خطية العلاقة:

GGraph



ثالثا/ التحقق من فرضيات الدراسة:

الفرضية العامة:

Correlations

Correlations		
		الاعتراب_النفسى
المرونة_الإيجابية	Pearson Correlation	**-.0375
	Sig. (2-tailed)	.030.0
	N	60
Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).		

الفرضية الأولى:

T-Test

One-Sample Statistics				
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
المرونة_الإيجابية	60	194.0000	20.07022	2.59105
One-Sample Test				
	Test Value = 165			
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
المرونة_الإيجابية	11.192	59	0.000	29.00000

الفرضية الثانية:

T-Test

One-Sample Statistics				
	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
الاغتراب_النفسي	30	137.0833	17.53378	2.26360
One-Sample Test				
		Test Value = 144		
	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference
الاغتراب_النفسي	-3.056	29	0.003	-6.91667

الفرضية الثالثة:

T-Test

Group Statistics								
الجنس		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean			
المرونة_الإيجابية	ذكور	26	195.8462	20.30309	3.98176			
	إناث	34	192.5882	20.07881	3.44349			
Independent Samples Test								
		Levene's Test		t-test for Equality of Means				
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
المرونة_الإيجابية	variances assumed	0.020	0.888	0.620	58	0.538	3.25792	5.25630
	variances not assumed			0.619	53.646	0.539	3.25792	5.26422

الفرضية الرابعة:

T-Test

Group Statistics								
الجنس		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean			
الاغتراب_النفسي	ذكور	26	139.0769	14.91019	2.92413			
	إناث	34	135.5588	19.38320	3.32419			
Independent Samples Test								
		Levene's Test		t-test for Equality of Means				
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference
الاغتراب_النفسي	variances assumed	1.903	0.173	0.767	58	0.446	3.51810	4.58398
	variances not assumed			0.795	57.994	0.430	3.51810	4.42728

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research

University of Mohammed Boudiaf - M'sila
Faculty of Humanities and Social Sciences
Department of Psychology



جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس

تصريح شرقي

خاص بالالتزام بنواعد النزاهة العلمية لانجاز بحث

انا المعصني اسفنه

المعصني (د) دحمايي هيروه الصفة طالب. استاذ. باحث طالبة

الجامع (د) لندافة العريف الوطنية رقم 081029003860004 الصادر بتاريخ 24 - 04 - 2016

والمسجل بكنية العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم علم النفس

والمكلف (د) بابحار اعمال بحث (مذكرة تخرج. مذكرة/ماستر. مذكرة/احمستير. اطروحة دكتوراه)

موضوع المهرونة الابدائية وعلاقتها بالانخواب النفسي لدى

المعاقين حركيا

اصحح شرقي اني التزم بمراعاة المعايير العلمية والمسبحة ومعايير الاخلاقيات المهنية والنزاهة الاكاديمية المطلوبة

في انجاز البحث المذكور اعلاه

التاريخ

توقيع المعصني (د)

التوقيع: 27 ديسمبر 2020

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

Ministry of Higher Education and Scientific Research

University of Mohammed Elbahat - M'zila
Faculty of Humanities and Social Sciences
Department of Psychology



جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس

تصريح شرقي

خاص بالالتزام بفوائد النزاهة العلمية لأبحاث

أنا المضمّن اسمه

السيد (ة) تيطراوين سلسيل الصفحة طالب، استاذ باحث طالبة

تجامل (ة) المتكفلة التعريف الوطنية رقم 44000395018310005 والصادرة بتاريخ 2017.11.21

والمسجل بكنية العلوم الإنسانية والاجتماعية علم النفس

والمكفلة (ة) بأخبار أعمال بحث (ة) مذكرة تخرج، مذكرة/ماستر، مذكرة/ماستر، أطروحة دكتوراه

موضوع أطروحة الابحاث و علاقتها بالاعترااب النفسى لادى

المعاقبين حركيا

أصرح بتصريح أسمى التزم بمبادئ المعايير العلمية والأخلاقية ومعايير الاخلاقيات المهنية والرافعة الأكاديمية المقتضية

في أبحاث البحث المذكور أعلاه

التاريخ

توقيع المضمّن (ة)

التوقيع: 27 / 11 / 2017

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
People's Democratic Republic of Algeria
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
Ministry of Higher Education and Scientific Research

University of Mohammed Boudiaf - M'sila
Faculty of Humanities and Social Sciences
Department of Psychology



جامعة محمد بوضياف بالمسيلة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس

تصريح شرفي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإنجاز بحث

أنا الممضي أسفله:

السيد (ة) كودري رندا الصفة: طالبة باحث - أسناد، باحث - طالبة

الجامع (ة) لبطاقة التعريف الوطنية رقم 017012560009 والصادرة بتاريخ 2018-01-08

والمسجل بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم علم النفس

والمكلف (ة) بإنجاز أعمال بحث (مذكرة تخرج، مذكرة ماجستير، أطروحة دكتوراه)

عنوانها المرونة الإيجابية وعلاقتها بالاعترا ب النفسى لدى المعاقين

تحريرا

أصرح بشرفي أنني التزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية والنزاهة الأكاديمية المطلوبة

في إنجاز البحث المذكور أعلاه

التاريخ:

توقيع المعني (ة)

الموقع: القرار 1082 بتاريخ 27 ديسمبر 2020

المراجع

قائمة المصادر والمراجع:

الكتب:

1. ابي الفتح الاصبهاني. (1972). ادب الغرباء. بيروت: دار الكتاب الجديدة.
2. احمد جلال ظاهر. (1984). مبادئ الصحة النفسية. الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
3. أحمد زكي بدوي. (بلا تاريخ). معجم مصطلحات التربية والتعليم.
4. أحمد مختار عمر. (بلا تاريخ). معجم اللغة العربية المعاصرة.
5. انس الاحمدي. (2009). المرونة. الرياض: مؤسسة الامة للنشر والتوزيع.
6. بشرى علي. (2008). مظاهر الاغتراب لدى الطلبة السوريين. دمشق: منشورات جامعة دمشق.
7. جلال محمد زهران حامد عبد السلام وسري. (2003). دراسات في علم النفس النمو. القاهرة، مصر: عالم الكتب.
8. جمال الدين ابن منظور. (دون تاريخ). لسان العرب. 23-24. بيروت: المكتبة الفيصلية.
9. حامد عبد السلام زهران. (1987). قاموس علم النفس. تأليف حامد عبد السلام زهران، قاموس علم النفس (صفحة 36). القاهرة: عالم الكتب.
10. حامد عبد السلام وسري، جلال محمد زهران. (2003). دراسات في علم النفس النمو. القاهرة، مصر: عالم الكتب.
11. حسن عبد الرزاق منصور. (دون تاريخ). الانتماء والاغتراب. دار جرش.

12. حمد عمر نزاد. (2012). الغربة في شعر كاظم السماوي. عمان: دار غيداء للنشر والتوزيع.
13. زكريا اسماعيل. (2005م). طرق تدريس اللغة العربية. دار المعرفة الجامعية.
14. صلاح الدين احمد الجماعي. (2010). الاغتراب النفسي الاجتماعي. عمان، الاردن: دار زهران للنشر والتوزيع.
15. عبد اللطيف خليفة. (2002). الاغتراب وعلاقته بالمقارنة والتوجه الديني.
16. عبد الله طاهر علوي. (2010م). تدريس اللغة العربية وفقا لأحدث الطرائق التربوية (المجلد ط1). عمان: دار الميسرة للنشر والتوزيع.
17. فاطمة حميد السويدي. (1997). الاغتراب في الشعر الاموي. القاهرة: مكتبة مدبولي.
18. فيصل حسن طحمير العلي. (بلا تاريخ). المرشد الفني لتدريس اللغة العربية.
19. مارتن سليجمان. (2006). علم النفس الاكلينيكي الايجابي، سيكولوجية القوى الانسانية. القاهرة: المجلس الاعلى للثقافة.
20. محمد عبد السلام بهجات. (2007). الاغتراب لدى المكفوفين - ظاهرة وعلاج - الاسكندرية: دار الوفاء لندنيا الطباعة والنشر.
21. ميلود ولد الصديق. (بلا تاريخ). الاغتراب السياسي في الوسط الطلابي.

22. يحيى الجبوري. (2008). الحنين والغربة في الشعر العربي. عمان، الاردن: دار مجدلاوي للنشر والتوزيع، الحنين الى الاوطان.

الرسائل والأطروحات الجامعية:

23. أشرف محمد حاج ابراهيم. (2019). الاغتراب النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة فرع طولكوم. فلسطين.

24. حسان ولاء اسحاق. (2008). فاعلية برنامج ارشادي مقترح لزيادة مرونة الأنا لدى طالبات الجامعة الاسلامية بغزة. رسالة ماجستير غير منشورة. غزة: الجامعة الاسلامية.

25. لمياء الزهيري. (2012). المرونة النفسية وعلاقتها بأحداث الحياة الضاغطة لدى طلبة الجامعة. رسالة ماجستير غير منشورة، 51. كلية التربية والعلوم الانسانية جامعة ديالى.

26. محمود محمد محمود. (1955). دور الخدمة الاجتماعية من منظور اسلامي لمواجهة الشعور بالاغتراب لدى الاطفال المودعين بمؤسسات الرعاية الاجتماعية. كلية الخدمة الاجتماعية، جامعة القاهرة.

27. مروان نعمات ابراهيم وافي. (2016). المرونة الإيجابية وعلاقتها بأساليب مواجهة الضغوط الحياتية لدى طلبة جامعة الأقصى. غزة.

28. يحيى شقورة. (2012). المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافظة غزة. كلية التربية جامعة الأزهر غزة. غزة، فلسطين: رسالة ماجستير غير منشورة.

المواقع والصفحات الالكترونية:

.29 <https://mahyduai.tripod.com/019.htm> .(بلا تاريخ).