

# نمذجة التأثيرات السببية بين اجترار الأفكار وفقدان المتعة واليأس لدى العاملات وغير العاملات

د/ سارة عزت الجداوي

مدرس علم النفس كلية الآداب جامعة حلوان

[Sara.elgedawy@arts.helwan.edu.eg](mailto:Sara.elgedawy@arts.helwan.edu.eg)



ملخص

هدف البحث إلى التعرف على دور اجترار الأفكار ومكوناته (اجترار لوم الذات- اجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة- اجترار الغضب الموجّه نحو الآخرين-أفكار اقتحامية غاضبة) وفقدان المتعة ومكوناتها (فقدان المتعة المعرفي- الانفعالي- الاجتماعي- الجسدي) في التنبؤ باليأس لدى العاملات وغير العاملات، والتحقق من النموذج السببي المقترح للتأثيرات المباشرة وغير المباشرة لفقدان المتعة باعتباره متغير مستقل، واجترار الأفكار كمتغير وسيط على اليأس الذي يُعد متغيرًا تابعًا، وكذلك فحص الفروق في هذه المتغيرات وفقًا للعمر، والحالة الاجتماعية. وذلك على عينة قوامها (٢٨٤) من العاملات وغير العاملات، تراوحت أعمارهن بين (٢٢-٦٦) عامًا، بمتوسط عمري (١٣،٧٠±٩،٧٠) عامًا، بواقع (١٨٨) عاملة و(٩٦) غير عاملة، طبق عليهن مقياس اجترار الأفكار إعداد الباحثة، قائمة فقدان المتعة إعداد أبوزيد وعبد الحميد (٢٠٢٣)، ومقياس اليأس ترجمة الباحثة. أشارت النتائج إلى قدرة الدرجة الكلية لكل من اجترار الأفكار وفقدان المتعة على التنبؤ باليأس لدى العاملات وغير العاملات، في حين تنبأ مكون اجترار الشعور بالدونية فقط باليأس لدى العاملات وغير العاملات، كما تنبأت جميع مكونات فقدان المتعة باليأس لدى العاملات وغير العاملات فيما عدا فقدان المتعة الانفعالي لدى غير العاملات، كما وجد أن اجترار الشعور بالدونية كان وسيطاً جزئياً في العلاقة بين كل من الدرجة الكلية لفقدان المتعة واليأس، وفقدان المتعة الجسدي واليأس لدى كل منهن، وفقدان المتعة المعرفي واليأس لدى العاملات فقط. كذلك تباينت الفروق بين العاملات وغير العاملات في متغيرات البحث وفقاً للعمر، والحالة الاجتماعية.

الكلمات المفتاحية:

اجترار الأفكار-فقدان المتعة-اليأس-العاملات وغير العاملات.

**Abstract**

This study aimed to investigate the roles of rumination and its components (self-blame rumination, rumination on feelings of inferiority and low self-worth, anger rumination toward others, intrusive angry thoughts) and anhedonia and its components (cognitive, emotional, social, and physical anhedonia) in predicting hopelessness among working and non-working women, verifying the conformity of the proposed causal model of the direct and indirect effects of anhedonia as an independent variable, rumination as a mediated variable, and hopelessness as a dependent variable, and examined differences in these variables based on age and marital status. A sample of 284 women aged 22-66 ( $M = 32.13$ ,  $SD = 9.70$ ), including 188 working women and 96 non-working women. The study tools included rumination scale translated by the researcher, the Anhedonia Scale by Abu Zaid and Abdel Hamid (2023), and Hopelessness scale translated by the researcher. Results indicated that the total scores of both rumination and anhedonia predicted hopelessness in both working and non-working women. However, only the rumination on feelings of inferiority component predicted hopelessness in both groups. All components of anhedonia predicted hopelessness in both groups except for emotional anhedonia in non-working women. Rumination on feelings of inferiority partially mediated the relation between the total score of anhedonia and hopelessness, between physical anhedonia and despair in both groups, and between cognitive anhedonia and hopelessness in working women only. Differences in the study variables were varied between working and non-working women based on age and marital status.

**Keywords:**

Rumination - Anhedonia - Hopelessness - Working and non-Working Women.

مقدمة

تواجه المرأة العديد من التحديات، تتمثل في تعدد الأدوار المطلوبة منها؛ فالمتطلبات الزوجية، والأسرية، والاجتماعية، وكذلك متطلبات العمل ودورها كزوجة عاملة؛ حيث الالتزام بالعمل، ومواعيده، وتحمل الضغوط المهنية، والالتزام كذلك بمواعيد الأبناء، والحفاظ على نمط حياة الأسرة، والإجهاد والتعب، جميعها تمثل ضاغطةً عليها حيث تسعى للالتزام بجميع الأدوار المطلوبة منها على أكمل وجه، حتى لو كان على حساب نفسها ورغباتها واحتياجاتها، وما قد تشعر به، وهو ما قد تواجهه أيضًا المرأة غير العاملة، فبرغم رعايتها للأسرة، والمنزل، والأبناء، وهو دور عظيم، إلا أنها قد تفقد في بعض الأحيان للشعور بالإنجاز الشخصي والتنمية والتطور، وقد يفقد كذلك البعض منهن إلى عائد مادي مستقل عن الزوج؛ فتشعر المرأة بأن يومها متكرر لا جديد فيه، تتقدم الأخريات من حولها، في حين ترى أنها لا تقوم بأي جديد يُذكر، وهو ما يؤدي إلى وجود بعض المشاعر السلبية لدى كل منهن والتي قد تتطور إلى الشعور باليأس بمرور الوقت.

ويُعد الشعور باليأس من الأسباب المباشرة للمعاناة من الاضطرابات النفسية المختلفة نظرًا لما له من أثر على الصحة النفسية للفرد. وهو ما أكدته Beck et al. ١٩٨٨ في إشارة إلى أن الشعور باليأس هو حالة وجدانية تبعث على الكآبة، وتتسم بتوقعات الفرد السلبية نحو الحياة والمستقبل، وكذلك خيبة الأمل، والتعاسة، والتشاؤم، وتوقع الفشل، وعدم الرضا عن الحياة، والشعور بالوحدة النفسية، ومشاعر انعدام الجدوى، وكذلك عدم القدرة على إحداث أي تغيير له أثر (الدسوقي، ٢٠٠٦). واليأس هو أحد الاضطرابات المُدرجة ضمن قائمة اضطرابات العصر، حيث أشارت الإحصائيات التي صدرت من منظمة الصحة العالمية إلى أن ما يقرب من ٧-١٠% من السكان بالعالم يعانون من الشعور باليأس، وأن هذا الشعور يتسبب في وفاة أعداد كبيرة من البشر (أبو شنب، ٢٠١٧).

ويمثل اليأس منظومة من المعتقدات السلبية حول الذات والمستقبل، وقد حظي بدعم تجريبي واسع كبنية مهمة في التقييم النفسي والعلاج، وهو أكثر من مجرد عرض للاكتئاب الشديد؛ بل ثبت أنه عامل خطر قوي ومستقل للإصابة بالأمراض الجسدية، والسلوك الانتحاري، والوفيات حتى مع التحكم في أعراض الاكتئاب، وهو ما يشير إلى أن التقييم الدقيق لليأس يمثل قضية صحية عامة حاسمة (Gregg, 2014).

وفي ظل ظروف الحياة الضاغطة التي نعيشها، ومع التقدم التكنولوجي السريع والضغوط الاقتصادية الشديدة التي يتسم بها العصر الحالي؛ فإن اليأس أضحت ظاهرة واسعة الانتشار، تكاد تشمل العالم بأسره، وذلك نتيجة الإحباطات التي يقابلها الأفراد وعجزهم عن ملاحقة هذا العصر، فهو يحدث للأفراد الأسوياء كنتيجة للتعرض لظروف ضاغطة كالخلافات الأسرية مع وجود أفكار سلبية، ويصاحبه شعور بفقدان القيمة، والاتجاهات السلبية نحو المستقبل (أبو شنب، ٢٠١٧). وهو ما يشير إلى أن الشعور باليأس يُعدُّ أحد أهم الأسباب النفسية التي تعوق التوافق النفسي والاجتماعي للفرد، وتقوده إلى العديد من الاضطرابات النفسية (الدسوقي، ٢٠٠٦). وللشعور باليأس عواقب سلبية شديدة قد تتمثل في فقدان الثقة بالنفس، وسيطرة الأفكار، والمشاعر السلبية، والميل للوحدة، والانغلاق، والعزلة (الجمعان ويعقوب، ٢٠١٩). وكذلك فقدان الشعور بالمتعة والتلذذ في أي نشاط يقوم به الفرد بمفرده أو في سياقات اجتماعية مختلفة.

ويمكن لمعظم الأفراد أن يختبروا شعورًا بالمتعة عندما يجتمعون مع الأصدقاء والعائلات أو يمكنهم تجربة مشاعر ممتعة وهم يتأملون منظرًا طبيعيًا جميلًا. والسعي وراء السعادة والمتعة قد يشكل أهدافنا وسلوكياتنا. وبرغم من أن هذه المشاعر يجب أن تأتي بشكل طبيعي، إلا أن هناك نسبة من الأفراد الأصحاء، والأشخاص الذين تم تشخيصهم باضطرابات نفسية لا يختبرون المتعة سواء من التفاعلات الاجتماعية أو من المصادر المادية. وقد صُكِّ مصطلح "فقدان المتعة" في أواخر القرن التاسع عشر من

قبل تيودور ريبوا، ويُوصف بعدم القدرة على تجربة المتعة ووجود اهتمام مُنخفض بالأشياء، أو هو فقدان الفرح و الكآبة السلبية و الإحباط واليأس و فقدان الذوق و الحماس و النشاط (Mckenzie et al., 2010; Harvey, 2009).

وفقدان المتعة وعجز الدافع المُرتبط به يشير إلى نمط فريد من الخصائص البيولوجية التي قد تُوجد مع أو دون مكونات التقييم السلبي للاكتئاب، كما يُسهم غياب المتعة في مجموعة كبيرة من مشاكل الصحة النفسية بما في ذلك الاضطرابات الداخلية والخارجية، كما أبلغ حوالي ٧٦٪ من المراهقين المُصابين بالاكتئاب عن مستويات مُهمة من غياب المتعة (Ahles, 2018).

ويوصف فقدان المتعة في ضوء انخفاض قدرة الفرد على الشعور بالمتعة، حيث لم تعد الأنشطة ممتعة كما كانت من ذي قبل، ومنذ النسخة الثالثة من الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات العقلية، برز فقدان المتعة في تصنيف الاضطرابات مثل الاكتئاب الشديد و الفصام، وقد يحدث أيضًا في سياق اضطرابات القلق واضطرابات استخدام المواد ذات التأثير النفسي، والأحداث المتعلقة بالانتحار، واضطراب ما بعد الصدمة، والسكتة الدماغية، وبعض الحالات الطبية المزمنة مثل مرض باركنسون و داء السكري، وقد وُجد ارتفاع مستوى فقدان المتعة لدى ٣٧٪ من الأشخاص الذين يعانون من الاكتئاب و ٤٥٪ من الأشخاص الذين يعانون من الدهان (Ho & Sommers, 2013; Teer & Treadway, 2017:185). وقد تمّ دراسة فقدان المتعة كِسمة تتأثر بالفروق الفردية الوظيفية والتفاعلات الاجتماعية، والتفكير الموجّه نحو المستقبل، والاستعداد لبذل الجهد للحصول على المكافأة (Currin et al., 2022).

وفي ذات السياق، قد تمثل الأشكال غير البناءة للتفكير المتكرر عامل ضعيف معرفي له دور في تطور والحفاظ على اضطرابات انفعالية مختلفة، ويُعتقد أن التفكير المتكرر الذي يتسم بمحتوى فكري سلبي، والسياق الشخصي السلبي، ووجود مستوى مجرد من التفسير يساهم في حالات المزاج السلبية (Rood et al., 2010). فقد يشعر

الجميع بالإحباط في أحيانٍ كثيرة. ومع ذلك، لا يستجيب الجميع لهذه المشاعر بنفس الطريقة؛ فقد يميل البعض إلى التفكير في أفكار متكررة وسلبية ومتمركزة حول الذات مثل "لماذا أنا حزين جدًا؟" و"لماذا لا أستطيع التعامل مع الأمور بشكل أفضل؟". واجترار الأفكار هو شكل من أشكال التفكير السلبي وقد وُجد في عديد من الدراسات أن اجترار الأفكار يؤدي إلى إدامة المزاج الحزين (Lewis, 2020). كما تم الإشارة إلى أن الاجترار الذاتي مرتبط بانخفاض السعادة الذاتية، وضعف المهارات الشخصية، ويمكن أن يؤدي إلى تفاقم أعراض الاكتئاب (Yu, 2017; Bernstein et al., 2019)

ويميل بعض الأفراد إلى الانخراط في أنماط التفكير المتكررة بشكل معتاد، ويُعتقد أن هذا الاستخدام المعتاد يؤدي إلى وجود ضعف في الأداء الوظيفي وظهور أعراض الاكتئاب أو القلق، ويحدث اجترار الأفكار عادة في شكل صور ذهنية، مع تفكير الأفراد في التجارب السلبية (Lawrence et al., 2023). هذا، وقد أكدت نتائج دراسة (Raes et al., 2020) على وجود ارتباط بين التفكير السلبي المتكرر، والأعراض الاكتئابية، وحتى عند التحكم في أعراض الاكتئاب الأساسية، تنبأ التفكير السلبي المتكرر بشكل كبير بأعراض الاكتئاب عند المتابعة، في إشارة إلى أن عدم القدرة على التحكم في النفس قد يكون أكثر أهمية نسبيًا من العوامل في السياق الشخصي أو الاجتماعي مثل الشعور بالوحدة.

والجدير بالذكر أن الاجترار السلبي المتكرر وعواقبه ليست مقتصرة على الاكتئاب فحسب، بل إنها واضحة في اضطرابات القلق والأمراض النفسية المرتبطة بها، والاعتماد على المواد ذات التأثير النفسي، والسلوك الشره، والشخصية الحدية، والاضطراب ثنائي القطب، كما تتنبأ المعدلات المرتفعة من الاجترار باستجابة أبطأ للعلاج، ومعدلات أقل للتعافي، ومعدلات أعلى للانتكاس كما وُجد أنه يتداخل أيضًا مع العلاج النفسي ويتنبأ بنتائج أسوأ، بالإضافة إلى أن له عواقب جسدية وفسولوجية، حيث يرتبط بضعف مرونة الجهاز العصبي السمبثاوي، واستجابات الإجهاد القلبي

الوعائي المبالغ فيها، واضطرابات في استجابة محور تحت المهاد - الغدة النخامية - الغدة الكظرية للإجهاد والتي يتم تشخيصها بمستويات الكورتيزول، وتجارب الألم (Bernstein et al., 2019; Stelmach-Lask et al., 2024). كما يرتبط اجترار الأفكار أيضاً بسلوكيات ضارة، مثل إيذاء النفس غير الانتحاري، والتسرع (مثل القيادة بشكل خطير)، والتأخير في طلب التشخيص عند ظهور أعراض صحية سلبية، كما يرتبط باستراتيجيات تنظيم الانفعالات غير التكيفية مثل محاولات قمع الأفكار التي تكون غير ناجحة بشكل عام وتجنب الجهود الشخصية وبين الشخصية التكيفية (Lyubomirsky et al., 2015).

واجترار الأفكار هو إحدى العمليات المعرفية التي حظيت بالكثير من الاهتمام فيما يتعلق بمساهمتها في الحفاظ على الاكتئاب، أو فعل الاهتمام المثابر والمتكرر الذي يتم إرجاعه لأفكار محددة - وغالبًا ما تكون سلبية. وقد ركزت الأبحاث على الاجترار باعتباره مرتبطاً بشكل أساسي باستدامة الوجدان السلبي، ونظراً لأهمية اجترار الأفكار في الحفاظ على الاكتئاب، فهو لا يؤثر فقط على الوجدان السلبي، ولكنه يتداخل أيضاً مع العمليات المهمة لتوليد وتجربة الوجدان الإيجابي، مثل القدرة على التعلم والاستفادة من المكافآت في البيئة (Rutherford et al., 2023).

### مشكلة البحث وأسئلته

لوحظ وجود قلة - في حدود علم الباحثة- في الدراسات العربية التي سعت لفحص متغيرات البحث الحالي وخاصة فقدان المتعة واليأس لدى عينات غير إكلينيكية وخاصة من النساء العاملات اللاتي يواجهن ضغوطاً وتحديات متنوعة، كما لوحظ ربط الدراسات بين هذه المتغيرات وعدد من الاضطرابات كالاكتئاب وغيرها، بدلاً من فحصها بشكل مستقل عن ارتباطها بوجود اضطراب محدد، بالإضافة إلى انخفاض اهتمام الدراسات بتوضيح الفروق الدقيقة في اجترار الأفكار وفقدان المتعة واليأس بين المرأة العاملة وغير العاملة، والتي قد تختلف باختلاف العمر، وكذلك الحالة الاجتماعية من حيث كونها متزوجة أو غير متزوجة.

وقد اقتصر البحث الحالي على عيّنات من الإناث فقط، وتجدر الإشارة إلى افتقار البيئات العربية لمعلومات دقيقة حول نسب انتشار الظواهر المختلفة وحتى الإصابة بالأمراض، والاضطرابات، وما نجده هو محاولات من الباحثين لتقدير هذه النسب، فعلى سبيل المثال أشار رضوان (٢٠٠٣) في دراسته لعيّنات جامعية وغير جامعية إلى ارتفاع نسبة انتشار الأعراض الاكتئابية لدى الإناث مقارنةً بالذكور حيث بلغت لدى الذكور (٤,٩%) ولدى الإناث (٧,٩%) وبين المتزوجين (٥,٣%)، وبين العزّاب (٩,٦%)، في إشارة إلى أن الإناث قد عانين من الاكتئاب بدرجة أشد مقارنة بالذكور. وهو ما أشار إليه الأنصاري (٢٠٠١) أن الإناث أكثر شعورًا باليأس من الذكور وذلك اتفاقًا مع نتائج معظم الدراسات التي أجراها بيك وآخرون على مقياس اليأس، والتي أكدت أن الإناث أكثر شعورًا باليأس من الذكور بوجه عام، كما أكد أن معدلات انتشار اليأس ليست بقليلة حيث توجي بأن اليأس يُعد مشكلة نفسية مهمة تتطلب دراستها. ويُفسر انتشار اليأس لدى الإناث مقارنة بالذكور في ضوء شيوع اجترار الأفكار بأنواعه لدى الإناث، بدءًا من مرحلة المراهقة واستمراره حتى البلوغ، وهو ما يرتبط بزيادة نسب انتشار الاكتئاب لدى الإناث مقارنةً بالذكور، وقد فسرت نظرية أنماط الاستجابة هذه الظاهرة جزئيًا من خلال ميل الإناث إلى التفكير أكثر من الذكور (Rood et al., 2009). كما أكدت دراسات (Johnson & Whisman, 2013; Stelmach-Lask et al., 2009). أن النساء أكثر عرضة لاجترار الأفكار من مقارنةً بالرجال.

كذلك تتحدد مشكلة الدراسة في ضوء أهمية المتغيرات وما قد يترتب عليها من عواقب سلبية، وتأثيرات ضارة على صحة الفرد النفسية؛ فقد ارتبط فقدان المتعة بارتفاع مستويات الأفكار الانتحارية لدى عينات إكلينيكية، كما أورد (Ren et al., 2023). نتائج عديدة من الدراسات مفادها أنّ معظم أعراض الاضطرابات المعرفية قد ارتبطت بأعراض فقدان المتعة لدى المرضى المصابين بالاكتئاب، كما ارتبط فقدان المتعة بوجود اختلال في القدرة على معالجة المكافآت والتحكم المعرفي. كذلك أوضح (Buckner et al., 2008) إلى أن الحزن برغم من أنه قد يؤثر على جوانب متعددة من حياة الأفراد إلا أن

فقدان المتعة قد ارتبط بتأثر المتعة في الأكل، والتواصل الاجتماعي، والانسحاب الاجتماعي، والضعف بشكل أقوى من تأثير الحزن على هذه المتغيرات. كذلك أشارت دراسة (Hirsch 2003) إلى أن اليأس قد ارتبط بالسلوك الانتحاري والاكتئاب في دراسات عرضية، ودراسات بحثية طويلة للبالغين والمراهقين، وارتبط برغبة الموت، وزيادة الأفكار الانتحارية، وفرق بين الأشخاص الذين لديهم أفكار انتحارية وأولئك الذين ليس لديهم، كما تنبأ اليأس أيضاً بتكرار محاولات الانتحار. كما أوردت دراسة Gong et al. (2019) عدة نتائج في مجملها أن اليأس قد يعمل كعامل خطر مهم للإيذاء الذات غير الانتحارية، كما أن اليأس كان عامل خطر لكل من سلوكيات الإيذاء الذاتي غير المؤلم وأفكاره، وتنبأ بشكل كبير بمعدل تكرار الإيذاء الذاتي غير المؤلم. كما أثبتت دراسة Shanahan (2018) أن اليأس يتنبأ بمحاولات الانتحار بين مجموعات النساء اللواتي كن بالفعل في خطر مرتفع من الانتحار مع تاريخ من الإيذاء الذاتي غير الانتحاري.

كما لوحظ تركيز عديد من الدراسات على دراسة مفاهيم فقدان المتعة، واليأس، واجترار الأفكار على عينات إكلينيكية وتركيزهم المبالغ على فحص وتناول علاقتهم بالاكتئاب والانتحار لدى المكتئبين، وليس بشكل مستقل. ففيما يتعلق باليأس على سبيل المثال؛ فقد تم تناوله لدى المبحوثين ذوي الحالات الخاصة كدراسة اليأس لدى السيدات المصابات بالعقم. (Yağmur & Oltuluoğlu, 2012)، ولدى مريضات السرطان (Gumus et al., 2011)، ولدى النساء أثناء عملية التلقيح الصناعي ونقل الأجنة (Gozuyesil et al., 2020)، ولدى النساء المعنفات المقيمات في دور الإيواء، وليس لدى الجمهور العام من أفراد المجتمع، وهو ما يشير إلى أهمية دراسة اليأس، والتوقعات المستقبلية، واجترار الأفكار بمعزل عن علاقتهم الخاصة بالاكتئاب. وهو ما أكدته دراسة (Stelmach-Lask et al. 2024)، حيث أُشير إلى أن اجترار الأفكار لا ينحصر لدى العينات الإكلينيكية فقط، ولكنه يظهر في العينات غير الإكلينيكية، ويرتبط لديهم بضعف حل المشكلات، ويتداخل مع تيسير السلوك الآلي النشط، كما أن الأفراد ذوي الاجترار الشديد يواجهون صعوبات في الانفصال عن المعلومات التي لم تعد ذات صلة أو نسيانها، بالإضافة إلى أنه ارتبط بضعف القدرة على التبديل.

وبرغم ربط كثير من الدراسات والباحثين بين مفهوم فقدان المتعة والاكتئاب، إلا أن فقدان المتعة يمكن تناوله بشكل مستقل عن الاكتئاب ومرضاه، وهو ما أكدت عليه دراسات عدة؛ فبرغم من أن فقدان المتعة هو أحد السمات البارزة لاضطراب الاكتئاب إلا أنه يصعبُ علاجه حتى بعد علاج الاكتئاب، حيث لا تعالج مضادات الاكتئاب التقليدية بشكل كافٍ العجز في التحفيز ومعالجة المكافآت (السمة الأساسية لفقدان المتعة) (Ren et al., 2023) وهو ما قد سبق الإشارة إليه في دراسة Schrader (1997) حيث تم قياس فقدان المتعة لدى مجموعة من مرضى الاكتئاب المزمن الذين يتلقون العلاج في العيادات الخارجية، وكانت مستويات فقدان المتعة مماثلة لتلك التي تم الإبلاغ عنها في المرضى المصابين بالاكتئاب الحاد، كما وجد أن هناك علاقة قوية بين فقدان المتعة ومخاطر الإصابة بالاكتئاب في أفراد العائلة من الدرجة الأولى، والعصبية، والانطواء، والمواقف غير الوظيفية، ولكن ليس مع شدة الاكتئاب أو درجات اليأس، وفي دراسة تتبعية تمت على مدى عام واحد، بينما انخفضت شدة الاكتئاب بشكل ملحوظ، ظلت درجات فقدان المتعة ثابتة، في إشارة إلى أن فقدان المتعة في الاكتئاب المزمن قد يكون له خصائص تشبه سمات الشخصية.

وبرغم اتفاق عدد من الدراسات على أن فقدان المتعة هو أحد علامات الاكتئاب (Schrader, 1997; Gutkovich et al., 2011). إلا أن هناك أيضًا تعارض بين آراء بعض الباحثين؛ حيث أدرج Abramson في عام ١٩٨٩ اللامبالاة كأحد أعراض اكتئاب اليأس وليس فقدان المتعة، في حين قام Metalsky & Joiner في عام ١٩٩٧ بإضافة فقدان المتعة كجزء من اكتئاب اليأس في دراستهم. وهو ما يشير إلى وجود اختلاف وجدال في الرأي بين الباحثين حول ما إذا كان فقدان المتعة يُعد أحد أعراض اكتئاب اليأس، وما إذا كانت أعراضه متوافقة أو غير متوافقة مع اكتئاب اليأس Alloy (& Clements, 1998).

وقد اقتصر عدد من الدراسات في تناولها لليأس على اكتئاب اليأس، مع إغفال تناول مفهوم اليأس بشكل مستقل عن علاقته بالاكتئاب وغيره من الاضطرابات. وبرغم ذلك فقد اختلفت الدراسات في نتائجها فيما يتعلق بارتباط اليأس بالاكتئاب

بشكل عام أو اقتصار ارتباطه على اكتئاب اليأس بشكل محدد، وأظهرت الدراسات دعمًا جزئيًا لنظرية اليأس (Whisman, & Pinto, 1997)، فعلى سبيل المثال أشارت دراسة (Alloy & Clements, 1998) إلى أن اليأس تنبأ بشكل استباقي بأربعة من الأعراض الثمانية التي افترض أنها جزء من ملف أعراض اكتئاب اليأس، بينما لم يُنبأ اليأس بأي أعراض اكتئاب غير يأس أو أي أعراض لاضطرابات القلق (القلق الجسدي، الرهاب، الهواجس/القهر)، وعلى النقيض من النظرية، فشل اليأس في التنبؤ باثنين من الأعراض (الحزن، وانخفاض الطاقة) التي افترض أنها جزء من اكتئاب اليأس.

### وفي ضوء ما سبق يمكن صياغة مشكلة الدراسة في الأسئلة الآتية:

١. ما دور كل من اجترار الأفكار ومكوناته، وفقدان المتعة ومكوناتها، في التنبؤ باليأس لدى العاملات وغير العاملات؟
٢. ما المسارات السببية المباشرة وغير المباشرة بين فقدان المتعة، واجترار الأفكار، واليأس لدى العاملات وغير العاملات؟
٣. هل توجد فروق بين العاملات وغير العاملات في اجترار الأفكار ومكوناته، وفقدان المتعة ومكوناتها، واليأس ومكوناته وفقًا لمتغيرات (السن- الحالة الاجتماعية)؟

### أهداف البحث

يهدف البحث الحالي للتعرف على دور اجترار الأفكار ومكوناته وفقدان المتعة ومكوناتها في التنبؤ باليأس لدى العاملات وغير العاملات، والتحقق من النموذج البنائي والتوصل لأفضل نموذج يفسر العلاقات ويحدد التأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين متغيرات البحث والمتمثلة في اجترار الأفكار، وفقدان المتعة، واليأس، وكذلك فحص الفروق بين العاملات وغير العاملات في متغيرات البحث في ضوء العمر، والحالة الاجتماعية.

أهمية البحث:

تحدد أهمية البحث من خلال جانبين هما الأهمية النظرية والأهمية التطبيقية وذلك كما يلي:

أولاً: الأهمية النظرية

١. تنبُع أهمية البحث الحالي من أهمية العينة المستهدفة بالدراسة، والتي اقتصر على الفتيات والسيدات العاملات وغير العاملات، حيث أشارت النتائج إلى أنهن أكثر ميلاً لاجترار الأفكار وما قد يترتب على هذا الاجترار من عواقب سلبية، وتركيز الانتباه كذلك على المرأة وطبيعة ما قد تشعر به، وأدائها للمهام اليومية المتطلبة منها بقدر من الاستمتاع أو أداء روتيني تنفيذاً لأدوار مطلوبة، وما ينعكس على المحيطين بها، وبالتالي تأثر أسرتها بصحتها النفسية وسعادتها أو إحباطها ويأسها.

٢. كما تنبُع أهمية البحث من أهمية متغيراته التي يتم تناولها وفقدان المتعة من المفاهيم المهمة التي تحتاج للمزيد من الفحص والدراسة؛ لفهمه، والوقوف على أسبابه أو العوامل التي قد تسهم في ظهوره، وقد أهملت البحوث دراسته منفرداً، رغم آثاره السلبية على حياة الفرد، وهو ما تطلب دراسة مجالاته المتعددة، وبالأخص فقدان المتعة المعرفي والانفعالي التي تم إغفالها عند دراسة المفهوم مما أثر في تفسيره.

٣. يمكن أيضاً أن يُشكل هذا البحث نقطة انطلاق لدراسات مستقبلية تهدف إلى فحص هذه العلاقات لدى مجموعات سكانية متنوعة، وتظهر أهميته من أهمية هذه المتغيرات وفهم العوامل التي قد تسهم في التنبؤ بالشعور باليأس، فقد أشارت نتائج دراسة Smith et al. (2006) إلى أن اليأس هو مؤشر قوي بشكل خاص للانتحار؛ تأكيداً لأعمال بيك والتي أشارت إلى أن اليأس له فائدة لتقييم مخاطر الانتحار، والتنبؤ بالسلوك الانتحاري في المستقبل. كما أن شدة نية الانتحار مرتبطة بشكل أقوى باليأس مقارنة بالاكنتاب في المستقبل. (Balsamo et al., 2020). بالإضافة إلى أن تقييم اليأس مهم بشكل خاص في جميع

الممارسات؛ لأنه قد يؤدي إلى العزلة، أو قد يثبط سلوكيات طلب المساعدة (Aslan et al., 2020).

### ثانياً: الأهمية التطبيقية

قد يفيد ما يتوصل إليه البحث من نتائج في استخدامهما في برامج التدخل، والعلاج، والوقاية من خلال التركيز على التدخلات المعرفية لتغيير، وتعديل وجهة الفرد التشاؤمية إلى نهج أكثر تفاؤلاً للحياة. وتعليمه تحديد أهداف أكثر عقلانية، وزيادة الدافع إلى تحقيق الأهداف المستقبلية، وتطوير التفاؤل، وإعادة التقييم المعرفي للأحداث وعزوها لوجهة ضبط داخلية، وتدريبه على اجترار الأفكار الإيجابية، وزيادة الوجدان الإيجابي، والوقوف على حل المشكلات بشكل فعال وتكفي، وتعليمه استشعار المتعة في كل مواقف، ولحظاته اليومية وزيادة الدافع والتحفيز مما يترتب عليه زيادة الرفاه النفسي والشعور بالرضا، والنظر للحياة والمستقبل بنظرة أكثر إشراقاً وتفاؤلاً ورغبة في الحياة وتطلع لتحقيق الأهداف. وقد وُجد أن التدخلات التي تعالج الإدراكات غير التكيفية لها تأثيرات أكبر مقارنة بالتدخلات التي تعالج المهارات الاجتماعية أو تزيد من فرص التفاعل الاجتماعي (Raes et al., 2020).

### مصطلحات البحث

اجترار الأفكار<sup>1</sup>: عرفته الباحثة بأنه أفكار مزعجة ومتكررة تتدفق إلى ذهن الفرد ووعيه، تتركز حول إثارة الغضب والعدائية عند إعادة تذكر المواقف المسيئة، ولوم الذات، والتركيز على أوجه العيوب والقصور، وعدم القدرة على تركيز الانتباه وصد اقتحام الأفكار للذهن. ويقدر إجرائياً بالدرجة على مقياس اجترار الأفكار المستخدم في البحث الحالي.

<sup>1</sup> Rumination

فقدان المتعة<sup>٢</sup>: تتبنى الباحثة تعريف أبوزيد وعبد الحميد (٢٠٢٣) بأنه انخفاض المتعة كاستجابة للمنبهات الممتعة، والتي تظهر في ثلاثة مستويات هي الرغبة، والجهد، والتجربة، ويشمل عدة مكونات هي فقدان المتعة المعرفي والانفعالي، والاجتماعي، والجسدي، ويقدر إجرائيًا بالدرجة على مقياس فقدان المتعة المستخدم في البحث الحالي.

اليأس<sup>٣</sup>: تبنت الباحثة تعريف (Drinkwater et al., 2023) بأنه إلى ميل إلى المبالغة في تقدير الأحداث السلبية، وتقليل تقدير احتمالية حدوث الأحداث الإيجابية، من خلال التوقع السلبي أو الموقف المتشائم تجاه النفس حاضرًا ومستقبلاً، والتوقع المنخفض لتحقيق الأهداف، وخفض الاعتقاد باحتمالية النجاح، والشعور بالعبثية. ويقدر إجرائيًا من خلال الدرجة التي يحصل عليها المبحوث في المقياس المستخدم في البحث الحالي.

### مفاهيم البحث والأطر النظرية المفسرة لها

#### أولاً: اجترار الأفكار

يتميز الانسان بالقدرة على التأمل الذاتي، ويُعدّ الاجترار كعملية تركيز على التجارب، والأفكار، والمشاعر، أحد الموضوعات الجاذبة للباحثين في السنوات الأخيرة (Nolen-Hoeksema et al., 2008). والأفكار السلبية المتكررة هي عمليات معرفية تسبب ضعفًا وقابلية للإصابة باضطرابات المزاج والقلق. وبرغم أن التفكير المتكرر قد يكون له بعض العواقب البناءة، مثل الاستعداد التكيفي واعتماد السلوكيات الصحية، إلا أن التفكير السلبي المتكرر بشكل خاص والذي يركز على الذات يؤدي إلى عواقب سلبية (Short, 2010). والتفكير السلبي المستمر هو ظاهرة شائعة تحدث كل يوم، إلا أنه قد يرتفع لدى الأشخاص الأكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب مثل الإناث والأفراد الذين لديهم

<sup>2</sup> Anhedonia

<sup>3</sup> Hopelessness

تاريخ من الاكتئاب كما أنه يؤثر على صحتهم النفسية بشكل عام (Trick et al., 2019). وهو يُشير إلى الأفكار المتكررة، والمُستمرة حول النفس والتجارب الشخصية، مثل التفكير المفرط والقلق، والسلبية وفقد القدرة على التحكم والسيطرة (Samtani et al., 2022). ويمثل اجترار الأفكار أحد أشكال التفكير السلبي المتكرر حول موضوع شخصي في غياب أي إشارات خارجية لإثارة مثل هذه الأفكار (Trick et al., 2019). وهو مرتبط بمجموعة من النتائج السلبية مثل أنماط التفكير غير التكييفية، أنماط التفسير السلبية، اليأس، التشاؤم، انتقاد الذات، الحاجة المفرطة للآخرين أي الاستثمار المفرط في العلاقات، والعصابية، وتجدر الإشارة إلى أنه برغم ظهور الأفكار السلبية خلال اجترار الافكار، فإنّ الاجترار لا يُعرّف بمحتوى الأفكار فقط، بل بطبيعته المُكرّرة والسلبية (Lyubomirsky et al., 2015).

### تعريف اجترار الأفكار

تمّ استخدام وتطبيق اجترار الأفكار في نظرية أنماط الاستجابة لنولين-هوكسيما، ١٩٩١ في معظم الأبحاث حول اجترار الاكتئاب. ووفقاً لهذه النظرية فإنّ اجترار الأفكار هو أسلوب للاستجابة والشدة مما يشمل التركيز المُكرّر والسلبي على أعراض الشدة وعلى الأسباب والنتائج المحتملة لهذه الأعراض، وكيف يمكن أن تكون قد حدثت، وما هي العواقب المحتملة التي قد تنشأ، ولا يؤدي اجترار الأفكار إلى حل المشكلة أو لتغيير الظروف المحيطة بها، ولكنه يُبقي الأشخاص الذين يُمارسون الاجترار مُثبّتين على المشاكل وعلى مشاعرهم حولها دون اتخاذ أي خطوات (Nolen-Hoeksema et al., 2008 Miranda., 2013). كذلك أفاد (McDevitt, 2014) بأن اجترار الأفكار هو بناء متعدد الأوجه متعدد تعريفاته اعتماداً على السياق النظري الذي يتم من خلاله ملاحظته، فقد تم تعريفه في ضوء نظرية التقدم نحو الهدف باعتباره نشاطاً عقلياً يدور حول موضوع ما، ويحدث استجابةً للتهديدات المتعلقة بالتقدم نحو الهدف أو الحالة المرغوبة. كما تم تصوّره كعملية من إعادة التفكير التي تحفزها الأهداف والمخاوف

الشخصية غير المحلولة والتي يمكن أن تكون بناءة أو غير بناءة، اعتمادًا على ما إذا كانت إعادة التفكير تساعد في حل المشكلات أم لا (Burrows-Kerr, 2015).

كما تم تعريف اجترار الأفكار بأنه طريقة تفكير تتضمن أفكارًا متكررة، وثابتة تحلل المشكلات، والضيق المرتبط بها مع تركيز أقل على الحلول (Moore, 2015). كما تم تصويره كاستراتيجية تركز على الانفعال للتعامل مع الضغوط (Shull et al., 2016). وقد ارتبط الاجترار بالحفاظ على الوجدان السلبي، وعدم المرونة المعرفية، وضعف حل المشكلات، وزيادة تذكر وكثافة الذكريات الذاتية السلبية، والتشاؤم بشأن المستقبل، كما أنه ارتبط بأشكال مختلفة من الأمراض النفسية، بما في ذلك الاكتئاب والقلق، والاكتئاب بمستوياته وزيادة أعراض الاكتئاب بمرور الوقت وإطالة معايير الضغوط الفسيولوجية، بما في ذلك الاستجابات القلبية الوعائية والمناعية (Miranda et al., 2016; Shull et al., 2013). كذلك تم تعريفه بأنه عملية التفكير بشكل مثير حول مشاعر الفرد ومشاكله بدلاً من التفكير في المحتوى المحدد للأفكار (Harding & Mezulis, 2017; Ramos-Cejudo et al., 2017).

كما عرف اجترار الأفكار بأنه التمثيل المعرفي المتكرر لعامل ضغط نفسي يتسم بأفكار متكررة وغير مرغوب فيها موجهة نحو الماضي حول محتوى سلبي (Khandker, 2018). هذه الأفكار المتكررة لا تؤدي إلى حل المشكلات بشكل فعال، كما أنها قد تنقسم عادةً إلى نوعين فرعيين: إطالة التفكير أي مقارنة سلبية للوضع الحالي للشخص ببعض المعايير غير المحققة، والتفكير الانعكاسي وهو التوجه الهادف للمشاركة في حل المشكلات المعرفية لدى الشخص (Aslan et al., 2020).

وقد حظى اجترار الأفكار بقدر من الاهتمام باعتباره أحد العوامل المعرفية التي تتضمن وجود أفكار متكررة حول الأحداث السلبية الماضية وتداعياتها السلبية. كذلك تمت الإشارة إلى الاجترار التفاعلي مع الضغوط والذي يتضمن الميل إلى الاجترار في الاستنتاجات السلبية بعد الأحداث الضاغطة (Rood et al., 2010). بالإضافة إلى اجترار

الغضب وهو أسلوب اجترار محدد في أحداث الغضب، واستراتيجية غير تكيفية لتنظيم الانفعالات، يمكن أن يحافظ على الوجدان السلبي والسلوك العدواني اللاحق، وهو مرتبط بالظروف الوجدانية السلبية، مثل القلق والاكتئاب Ramos-Cejudo et al., 2017). ويُعد بناءً يشبه السمات وهو موجود كطيف في جميع الأفراد المضطربين وغير المضطربين، حيث يُظهر بعض الأفراد ميولاً اجترارية أكثر بروزاً من غيرهم (Stelmach-Lask et al., 2024).

### خصائص اجترار الأفكار

من خصائص اجترار الأفكار أنه متكرر بطبيعته، وعادةً ما يركز على المحتوى السلبي، كما أنه لا يمكن السيطرة عليه (McDevitt, 2014; Lewis, 2020). هذا وقد تمت الإشارة إلى الانتباه الانتقائي للمحفزات السلبية باعتباره نذيراً محتملاً للاجترار (Krings et al., 2020). كما تم التمييز بين نوعين من التفكير السلبي المتكرر هما التوتر<sup>4</sup> واجترار الأفكار حيث يختلفان من حيث التوجه الزمني فالتوتر يتركز حول التهديدات المستقبلية المحتملة، بينما يتركز اجترار الأفكار حول الخسائر والصراعات الحالية أو الماضية، ومن حيث المحتوى؛ فالتوتر ملموس، ولكن قد يصبح أكثر تجريدية بمرور الوقت مع استمراره، بعكس اجترار الأفكار حيث يتم تصوره على أنه عملية مجردة، على الرغم من أنه قد يتكون من أنواع فرعية مجردة وملموسة مميزة، وتركيز الموضوع؛ فالتوتر مُركّز على التهديدات المُتوقعة، بينما يركّز اجترار الأفكار على مواضيع الخسارة، والمعنى، ونقص الشعور بالذات، وكذلك درجة التأكيد و السيطرة؛ فالتوتر يشمل النظر للأحداث على أنها أحداث غير أكيدة وربما قابلة للتحكم، بينما ينظر الاجتراري للأحداث على أنها أحداث أكيدة وغير قابلة للتحكم، والدوافع الواعية؛ فالتوتر يسعى

<sup>4</sup> Worry

لتوقع التهديد والاستعداد، بينما يسعى الاجترار يسعى للحصول على البصيرة  
(Lewis,2020; Lyubomirsky et al., 2015).

### النظريات المفسرة لاجترار الأفكار

نظرية أنماط الاستجابة<sup>5</sup>: أشارت Hoeksema ١٩٩١ إلى أنه يمكن اعتبار اجترار الأفكار استراتيجية غير فعالة لتنظيم المشاعر؛ فعند تجربة المشاعر السلبية، يميل الأفراد الذين يعانون من الانتقاد الذاتي، والذين يعانون من الاجترار إلى التفكير بشكل متكرر في مشاعرهم السلبية أو الأسباب والعواقب المحتملة، وقد لا يكونون قادرين على توليد أو اختيار استراتيجية تكيفية لتنظيم هذه المشاعر، وفي نهاية المطاف، قد تتراكم هذه المشاعر السلبية وقد يضطر الأفراد إلى استخدام بعض أساليب التكيف السريعة والمكثفة (Gong et al., 2019). ووفقاً لهذه النظرية، يُفاقم اجترار الأفكار ويُطيل من الشدة، وخاصةً الاكتئاب من خلال عدة آليات. أولاً، يُعزز اجترار الأفكار آثار المزاج المكتئب على التفكير، مما يجعل من المرجح أن يستخدم الأشخاص الأفكار والذكريات السلبية التي يُنشّطها مزاجهم المكتئب لفهم ظروفهم الحالية. ثانياً، يُعرقل اجترار الأفكار حل المشكلات الفعّال، جزئياً من خلال جعل التفكير أكثر تشاؤماً. ثالثاً، يُعرقل اجترار الأفكار الأفكار السلوكي الآلي، مما يؤدي إلى زيادة في الظروف الضاغطة. بالإضافة إلى ذلك؛ فإن الأشخاص الذين يُمارسون اجترار الأفكار بشكل مُزمن هم أكثر عُرضة لفقدان الدعم الاجتماعي، مما سيؤدي في النتيجة إلى زيادة الاكتئاب. وهو ما يشير إلى أن اجترار الأفكار يزيد من احتمالية أن تُصبح أعراض الاكتئاب الأولية أكثر شدة و تتطور إلى نوبات من الاكتئاب الجسيم، كما يمكن أن تُطيل نوبات الاكتئاب الحالية (Nolen-Hoeksema et al.,2008).

<sup>5</sup> Response Styles Theory

وفي بحوث تنظيم الذات أُشير إلى أن نوبات التفكير المجتر تنشأ من التناقضات بين الوضع الحالي للفرد، والأهداف المرغوبة، والتأثير السلبي الذي يصاحب عادةً إدراك مثل هذا التناقض، ويستمر حتى يتم الوصول إلى الهدف أو رفضه، ويمكن أن يساعد الاجترار الموجه نحو الهدف إذا اهتم الشخص بالهدف من أجل تحقيقه بدلاً من التركيز فقط على تلك التناقضات. ولكن غالبًا ما يميل الأفراد المجترون لتجنب حل مشاكلهم أو العمل على تحقيق أهدافهم (Moore, 2015). كما أن الاجترار هو محاولة لتنظيم الوجدان، مدفوعة بمعتقدات ما وراء المعرفة الإيجابية حول فعاليتها في حل التناقضات الملموسة بين الحالة الفعلية والحالة المرغوبة، ولكن هذا التفكير المجتر هو شكل من أشكال التجنب الذي يقطع المعالجة التكيفية للمشاعر السلبية (Mcdevitt, 2014).

نظرية التوسع والبناء للانفعالات الإيجابية<sup>6</sup>: تربط هذه النظرية حالة وسمة الوجدان الإيجابي (الاجترار الإيجابي) بمجموعة واسعة من السلوكيات. وعلى وجه التحديد، تؤكد هذه النظرية أن الاجترار يبني الموارد العقلية والجسدية لتوسيع نطاق الأفكار والسلوكيات التي يكون الفرد على استعداد للانخراط فيها، مما قد يحسّن المرونة ضد تطور المزاجات والسلوكيات الاكتئابية. كما تفترض أن الأعراض الاكتئابية تستنزف الموارد العقلية والجسدية وتشجع الأنماط المعرفية الجامدة التي يحافظ عليها الوجدان السلبي. وبناءً على ذلك فيما يتعلق بالأعراض الاكتئابية، قد تزيد سمة الوجدان الإيجابي من المرونة ضد الأعراض الاكتئابية من خلال توسيع التحيزات الانتباهية وزيادة الوصول إلى الاستجابات المعرفية البديلة. بمرور الوقت، يُقترح أن هذه الأنماط المعرفية تعمل على تغيير تجربة كل من الوجدان الإيجابي والسلبي. وفي حين لا تقتصر نظرية التوسع والبناء على الأعراض الاكتئابية، فإنها تتنبأ بأن الزيادة في الوجدان الإيجابي يزيد من

<sup>6</sup> Broaden-and-Build Theory of Positive Emotion

الموارد المتاحة لتحمل التحديات اليومية بشكل تكيفي وتقدير الأحداث الإيجابية، وهو ما قد يحمي من أعراض الاكتئاب بمرور الوقت (Harding & Mezulis, 2017).

وفي إشارة لأهمية أساليب التنشئة؛ فإن القائمين بالرعاية قد يُعلّمون أطفالهم أنماط التفكير السلبي التي يمكن أن تُؤدي إلى اجترار الأفكار؛ فالأطفال الذين تتراوح أعمارهم بين ٥ و ٧ سنوات من أمهات مُتحكّمة (أي أمهات يُخبرن أطفالهن ما يجب أن يفعلوه ولا يشجعوه على تجربة منهجيات مُختلفة لحل المشكلات) كانوا أكثر عجزًا وسلبيةً عندما واجهوا وضعًا مُحبطًا. وبالمثل، أظهر طلاب الجامعة الذين أبلغوا عن أنّ أسرهم كانوا مُتحكّمين في مستويات مُرتفعة من الاجترار؛ وقد يكون التعلم السلبي أكثر شيوعًا بين النساء بسبب اختلافات في تثقيف هويات أدوار الجنس، مما يمكن أن يُفسر النتيجة المُتّسقة؛ لأنّ الفتيات والنساء يُشاركن في اجترار الأفكار بشكل أكثر تكرارًا من الرجال. كما أنّ الأحداث الحياتية الضاغطة في مجالات الحياة المهمة يمكن أن تُحفز اجترار الأفكار وتُفاقم آثارها (Lyubomirsky et al., 2015).

### ثانيًا: فقدان المتعة

يُصنف فقدان المتعة أو فقدان التلذذ كما تم ترجمته في بعض الدراسات كأحد أعراض الاضطرابات الوجدانية. وقد ظهر مصطلح فقدان المتعة في الأدبيات النفسية للإشارة إلى فقدان الاهتمام أو فقدان الاستمتاع بالأنشطة المعتادة، وظهر أكثر في اضطرابات طيف الفصام والاضطرابات المرتبطة به، وكَسِمَة من سمات الاكتئاب، وبعض أنواع القلق، وهو كمتغير منيئ بنتائج سلبية على المدى الطويل، كما يرتبط بنتائج العلاج غير الفعالة. وقد أدخل الفيلسوف والطبيب النفسي الفرنسي ريبوت Théodule Armand Ribot، مصطلح فقدان المتعة إلى الأدبيات التحليلية النفسية في عام ١٨٩٦. كما تم إدراجه عام ١٩٨٠ في الطبعة الثالثة من الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية الصادر من الجمعية الأمريكية للأطباء النفسيين، وكذلك النسخة الرابعة، واستمر في النسخة الخامسة كأحد الأعراض الرئيسة

لتشخيص الاكتئاب الرئيس، وتم تعريفه في النسخة الخامسة على أنه فقدان الاهتمام أو المتعة (أبو زيد وعبد الحميد، ٢٠٢٣ ؛ Ho & Sommers, 2013).

وفقدان المتعة أو غياب الدافع للانخراط في أنشطة ممتعة محتملة - يرتبط بوجود إعاقة كبيرة في سياق عديد من المشكلات والاضطرابات النفسية المختلفة. حيث يرتبط فقدان المتعة في الاكتئاب برد فعل أضعف للعلاج، وفي اضطرابات تعاطي المخدرات بمعدلات أقل من الامتناع عن تعاطي المخدرات أثناء العلاج، بالإضافة إلى زيادة احتمالية الانتكاس في دراسات الإقلاع عن التدخين، كذلك قد يكون فقدان المتعة آلية تفسيرية رئيسة لكيفية تطور الأفراد المصابين باضطرابات القلق إلى الإصابة بالاكتئاب، كما أنه يرتبط ارتباطاً وثيقاً بأفكار الانتحار، بغض النظر عن وجود تشخيص الاكتئاب. (Pisoni, 2022).

وفي تحليل هذا المفهوم أشارت دراسة (Ho & Sommers, 2013) إلى أن حوالي ٤٥٪ من الدراسات التي قاست فقدان المتعة لم تحدد هذا المفهوم، ومن بين الدراسات التي حددت هذا المفهوم، تم تعريفه على أنه عدم القدرة أو انخفاض القدرة على تجربة المتعة، على الرغم من أن "عدم القدرة" و"انخفاض القدرة" متشابهان، إلا أنهما ليسا نفس الشيء؛ فانهدام القدرة على تجربة المتعة يشير إلى أن الشخص المصاب بفقدان المتعة لا يختبر المتعة على الإطلاق، في حين أن انخفاض القدرة على تجربة المتعة أو فقدانها يشير إلى أن الأشخاص المصابين بفقدان المتعة يمكن أن يختبروا درجة ما من المتعة، ولكن ليس بقدر المعتاد أو ربما ليس بقدر الأشخاص الآخرين.

### تعريف فقدان المتعة

يشير مصطلح فقدان المتعة أو غياب اللذة إلى عدم الحساسية تجاه المتعة، وهو على عكس التسكين أو غياب الألم (Schrader, 1997). ومفهوم فقدان المتعة مشتقاً من الكلمتين اليونانيتين "an-" و "hédoné"، تُترجم كلمة Anhedonia إلى "بدون

متعة"، و فقدان المتعة يعني بشكل أكثر دقة انخفاضاً في قدرة الفرد على الشعور بالمتعة من الأنشطة التي كانت ممتعة سابقاً. كذلك؛ فإن فقدان المتعة أكثر تعقيداً من كونها موجودة أو غائبة أو عالية أو منخفضة. حيث إنها تحدث على نطاق متواصل من شدة الشعور بالمتعة المُدرَكة؛ فالأشخاص ذوي فقدان المتعة الشديدة قد يمكنهم الشعور بالمتعة من بعض المصادر، كما أن الأفراد الطبيعيين لديهم أيضاً درجات متفاوتة من الشعور بالمتعة المُدرَكة، وتصبح نقطة التحوّل التي يكون عندها فقدان المتعة عرضاً مرضياً معتمدة على المدة، والشدة، وما إذا كانت تتداخل مع أنشطة الحياة اليومية (Ho & Sommers, 2013).

وتستخدم الأدبيات مصطلح فقدان المتعة بطرق متنوعة وفي سياقات متعددة لوصف مجموعة متنوعة من التجارب، والخبرات الوجدانية، والانفعالية، كما يستخدم للإشارة إلى عجز في الاستجابة الوجدانية لمحفز مُكافئ أو مُمتع، وتجدر الإشارة إلى أن هناك مكونين للوجدان الإيجابي الذي يتم تجربته في المواقف المُكافئة هما التوقع الإيجابي<sup>7</sup> (متعة توقعية) والوجدان الإيجابي الاستهلاكي<sup>8</sup> (متعة استهلاكية)، ويكمن الفرق بينهما في الزمن؛ فالتوقع الإيجابي هو الإثارة التي يتم الشعور بها أثناء انتظار تلقي المكافأة، أما النوع الآخر فهو المتعة التي يتم الشعور بها بعد تلقي المكافأة، ويرتبط كل منهما بنتائج سلوكية ودوافع مختلفة؛ حيث يرتبط الأول بالدافع والسلوك المُوجه نحو الهدف، بينما يرتبط الثاني بالشبع عند تحقيق الهدف، ويوصف هذين المفهومين على أنهما "الرغبة" و"الإعجاب"، على التوالي. وقد يمثل فقدان المتعة عجزاً في التوقع الإيجابي، أو الوجدان الإيجابي الاستهلاكي، أو كليهما. أي أن الأفراد الذين يعانون من فقدان المتعة قد لا يتوقعون أن تكون المكافآت ممتعة، أو لا يتفاعلون بالفرح و/أو الرضا عند تلقيها، أو كلاهما (Shankman et al., 2014: 4-5). كذلك يُعرف فقدان المتعة بأنه فقدان وإضعاف القدرة على الشعور بالعواطف مثل الحب، والفرح، والفخر،

<sup>7</sup> (APA) Anticipatory Positive Affect

<sup>8</sup> (CPA) Consummatory Positive Affect

والرغبة، والعاطفة. كما تمت الإشارة إلى أن عدم القدرة على اكتساب المتعة يحرم الشخص من الدافع لممارسة الأنشطة الممتعة، وبالتالي يؤدي إلى المزيد من الانسحاب (Tse, 2014). ويُعرّف الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات النفسية فقدان المتعة بأنه انخفاض في قدرة المحفزات على أن تكون مُجزية، والتي وجد أنها مُجزية سابقًا، أي انخفاض في الاهتمام أو المتعة استجابةً للمحفزات التي تم تصورها سابقًا كمُجزية، وهو عرض أساسي للاكتئاب، ويُقدر أن ٣٧٪ من الأفراد المُصابين بتشخيص الاكتئاب يُعانون من فقدان المتعة (Burrows-Kerr, 2015).

وتنطوي المكافأة على مكونات نفسية متعددة، وأهم هذه المكونات هي أ) النتائج العاطفية للمكافآت (الإعجاب) المرتبطة بالشعب و المتعة في اللحظة، و ب) النتائج الدافعية للمكافآت (الرغبة)، حيث تزداد مؤثرات الحوافز مع زيادة النشاط الموجه نحو الهدف الذي يستهدف النتائج المرجوة، ويمكن فصل النتائج العاطفية و الدافعية للمكافآت؛ لأن الرغبة يمكن التلاعب بها بدون تغيير الإعجاب. وبالتالي، يُطبق التمييز بين " الإعجاب " و " الرغبة " التمييز بين عجز في استجابة المتعة للمكافآت " فقدان المتعة الاستهلاكية "، أي، عدم الاستمتاع ب استلام المحفزات المُجزية سابقًا، وانخفاض في الدافع أو القوة ل متابعتها " فقدان المتعة الدافعية " - مع مكون توقعي (Burrows-Kerr, 2015). وعلى الرغم من أن مصطلح فقدان المتعة قد تم تعريفه في الأصل كعدم القدرة على الشعور بالمتعة الذاتية، فقد وسعت التفسيرات استخدام المصطلح ليشمل عجز في التوقع، والدافع، واتخاذ القرار من خلال التكلفة و الفائدة، والتعلم بالتعزيز، بالإضافة إلى مشاعر المتعة والعاطفة الإيجابية. لذلك، قد تختلف الأعراض وآليات الظهور المرضية لفقدان المتعة بين التشخيصات وداخل التشخيصات (Teer & Treadway, 2017:186).

خصال الأفراد فاقد المتعة

لكي يكون الفرد مصابًا بفقدان المتعة، يجب أن يكون قد اختبر المتعة سابقًا وأن يعاني الآن من انخفاض في قدرته على تجربة المتعة. وفي التمييز بين فقدان المتعة والحزن؛ فإن دراسات الأشخاص الذين يعانون من الحزن تؤكد أنهم لا يزالون قادرين على الشعور بالمتعة على الرغم من شعورهم الشديد بالحزن؛ بينما يعاني الأشخاص الذين يعانون من فقدان المتعة بشكل خاص من ضعف قدرتهم على الشعور بالمتعة، بغض النظر عن حالة حزنهم (Ho & Sommers, 2013).

ونظرًا لأنّ فقدان المتعة هو فقدان المتعة في الأنشطة التي كانت ممتعة في السابق؛ فإنّ الأشخاص الذين يعانون من فقدان المتعة سيجدون صعوبة أكبر في الشعور بالاهتمام بالأنشطة التي مارسوها سابقًا، وقد يظهر فقدان المتعة في تزييف الاستجابة العاطفية للمحفزات، ونقص الاهتمام بالعلاقة الجسدية (Younts, 2019). ويرتبط فقدان المتعة بانخفاض في عنصرين من عناصر تجربة المتعة: المتعة التوقعية والمتعة الاستكمالية. المتعة التوقعية، أو "الرغبة"، هي تجربة المتعة المرتبطة بالأنشطة المستقبلية، في حين أن المتعة الاستكمالية، أو "الإعجاب"، هي تجربة المتعة أثناء الانخراط في نشاط ممتع (Currin et al., 2022).

وفيما يتعلق بما يترتب على شعور الفرد بفقدان المتعة فهو يشمل على العزلة الاجتماعية حيث الانسحاب من الأنشطة والتفاعلات الاجتماعية، مما يؤدي إلى تفاقم المزاج المنخفض والعزلة، وانخفاض الدافع والنشاط حيث يؤدي فقدان المتعة إلى تقليل الرغبة في المشاركة في الأنشطة، مما يؤدي إلى الخمول واللامبالاة، وكذلك زيادة خطر الإصابة بالاكئاب، حيث يؤثر فقدان المتعة سلبيًا على قدرة الفرد على الاستمتاع بالحياة، مما يؤدي إلى انخفاض نوعية الحياة، وصعوبة تكوين وبناء العلاقات والحفاظ عليها بسبب انخفاض المشاركة الوجدانية، بالإضافة إلى زيادة خطر الأفكار والسلوكيات الانتحارية (Ho & Sommers, 2013).

أبعاد فقدان المتعة

ظهر مفهوم فقدان المتعة في الأدبيات من خلال مفهومي فقدان المتعة الاجتماعية والجسدية، وقد تم انتقاد هذا التصنيف؛ لأنه يعبر عن مفهوم ضيق أو محدود لفقدان المتعة، بالإضافة إلى أنه لا يمكن اختزال السعادة في مذهب اللذة الجسدية؛ فالمتعة والسعادة يمكن اشتقاقها من تحقيق الأهداف أو النتائج القيمة في مجالات متنوعة في الحياة (أبو زيد وعبد الحميد، ٢٠٢٣). ويتضمن مفهوم فقدان المتعة أربعة مكونات هي كما يلي:

فقدان المتعة الاجتماعي: يحصل معظم الأفراد على المتعة من خلال تفاعلاتهم الاجتماعية مع الآخرين، مثل التحدث، ومشاركة التجارب، والقيام بأنشطة معاً، والتعبير عن مشاعرهم، والحب، وحتى المنافسة مع أشخاص آخرين. لذلك؛ فإن فقدان المتعة الاجتماعي ينطوي على الحصول على متعة أقل بكثير أو حتى عدم الشعور بالمتعة من هذه المواقف الاجتماعية (Shankman et al., 2014: 7). فقد يفضل الشخص الذي يعاني من فقدان الاهتمام بالمتعة الاجتماعية البقاء وحيداً بدلاً من التواجد مع أشخاص آخرين، حتى لو كان يستمتع سابقاً بصحبة الآخرين (Ho & Sommers, 2013). وتشير الأبحاث إلى أن فقدان المتعة الاجتماعي له تأثير كبير وسلبي على وظائف الأفراد في الحياة اليومية، فهو ليس مرتبطاً فقط بمستويات أقل بكثير من الرفاه والوجدان الإيجابي، بل إنه مرتبط أيضاً بمستويات أعلى من القلق، والتهيج، والوجدان السلبي (Assaad, 2016).

فقدان المتعة (الجسدي) الحسي: يحصل الأفراد أيضاً على المتعة من مختلف المحفزات الحسية أو الجسدية (أي المحفزات التي تؤثر على أي من الحواس الخمس)، ويُعاني أولئك الذين يختبرون هذا النوع من متعة أقل من الإحساسات الجسدية مثل انخفاض المتعة لجميع المحفزات الحسية، مثل الروائح، والأصوات، واللمس، والحركة، ودرجة الحرارة (Shankman et al., 2014: 8). كما يشير فقدان الاهتمام بالمتعة الجسدية إلى

انخفاض في قدرة الفرد على الشعور بالمتعة من الأنشطة الجسدية مثل الأكل واللمس والجنس. وبالتالي، قد لا يستمتع الشخص الذي يعاني من فقدان المتعة الجسدية، بالأكل بنفس القدر الذي اعتاد عليه (Ho & Sommers, 2013).

فقدان المتعة المعرفي: هو عدم قدرة الفرد على الاستمتاع بقدراته المعرفية، أثناء ممارسة المهام والأنشطة في الحياة اليومية، والتي تقاس من خلال عدم الرغبة في النشاط الممتع، أو بذل جهد للحصول عليه، أو معايشة التجربة الممتعة كما ينبغي.

فقدان المتعة الانفعالي: هو عدم قدرة الفرد على الاستمتاع الانفعالي أثناء ممارسة المهام والأنشطة في الحياة اليومية؛ والتي تقاس من خلال عدم الرغبة في النشاط الممتع، أو بذل جهد للحصول عليه أو معايشة التجربة الممتعة كما ينبغي (أبو زيد وعبد الحميد، ٢٠٢٣).

### مسببات فقدان المتعة:

فيما تعلق بمسببات فقدان المتعة فقد تعددت الأسباب التي تضمنت إما خلل التوازن الكيميائي العصبي حيث تؤدي الاضطرابات في أنظمة الناقلات العصبية مثل فقدان الدوبامين والسيروتونين والنورابينفرين إلى فقدان المتعة، أو وجود الاستعداد الجيني؛ فقد يكون لدى بعض الأفراد قابلية جينية لتطوير فقدان المتعة، مما يجعلهم أكثر عرضةً له، أو وجود بعض الحالات الطبية الكامنة والتي يمكن أن تؤدي فيها الأمراض الجسدية مثل الألم المزمن أو اضطرابات الغدة الدرقية أو الحالات العصبية إلى فقدان المتعة، أو الشعور بالصدمة أو سوء المعاملة حيث يمكن أن تساهم تجارب سوء المعاملة أو الإهمال أو الأحداث المؤلمة في تطوير فقدان المتعة، بالإضافة إلى الأحداث الحياتية المجهدّة والضاغطة (Ho & Sommers, 2013). كذلك تم اقتراح أن فقدان المتعة قد يكون من الأفضل تصوره ككيان ثنائي، حيث يكون الخلل موجوداً فقط بمجرد الوصول إلى عتبة معيّنة من الشدة، كما تم الإشارة إلى أنه رغم وجود

تصنيف محتمل لغياب المتعة، فإنّ هناك أيضاً نطاقاً طبيعياً من الاختلافات الفردية في قدرة المتعة لدى الأفراد، وهذا التباين في قدرة المتعة يمكن أن يكون مرتبطاً بتغيرات معنوية في وظيفة وهيكل الدماغ (Burrows-Kerr, 2015).

### ثالثاً: اليأس

أشار كل من أبو حلاوة والدواش (٢٠١٩) إلى أن بعض الباحثين قد يترجمون اليأس إلى Despair حيث يتم الإشارة إلى اليأس باستخدام هذا المصطلح على أنه مرادف وأساسي في الاكتئاب، إلا أن توسعة المنظور إلى اليأس بمعناه فقدان الأمل Hopelessness تؤدي لثراء منظور الفهم والتفسير والتدخل بعد ذلك، حيث سيتجه الفهم للشخص إلى أنه يحتاج إعادة الانخراط في بناء الأهداف الشخصية، وأن كل تعطل في بناء الهدف يعني يأساً بدرجة ما.

ورغم أن اليأس يشبه أسلوب التفسير المتشائم، إلا أن الاختلاف المميز بين المفهومين يتعلق بتوقع المستقبل مقابل تفسير الأحداث الماضية. ذلك لأن اليأس ينطوي على توقعات بنتائج سلبية في المستقبل، بينما ينطوي أسلوب التفسير المتشائم على تفسير للأحداث التي تمت بالفعل، ويمكن أن يكون الشخص ميئوساً منه أيضاً دون أن يكون لديه أسلوب تفسير متشائم، وهي حالة تُرى في الأشخاص ذوي مركز التحكم الداخلي المرتفع (Hirsch, 2003).

### تعريف اليأس

عرف Abramson et al. في عام ١٩٨٩ اليأس بأنه توقّع عدم حدوث النتائج المرغوبة أو حدوث النتائج السلبية، مُقترناً بتوقّع عدم القدرة على تغيير احتمالية حدوث هذه النتائج (Alloy & Clements, 1998). كذلك عرّف اليأس بأنه انخفاض توقع تحقيق أهداف معيّنة وتقليل الإيمان باحتمالية النجاح، وهو وجهة نظر سلبية بشكل عام للمستقبل (Hirsch, 2003).

كذلك تم تعريفه بأنه حالة وجدانية حادة وغير سارة تتسم بتوقعات الفرد السلبية نحو الحياة والمستقبل؛ حيث تسود حياته نغمة من التشاؤم، والقنوط، وفقدان القيمة، ومشاعر عدم جدوى الحياة، وأن المستقبل مظلم ولا يحمل سوى الكثير من المعاناة، وعدم القدرة على إحداث أي تغيير (الدسوقي، ٢٠٠٦؛ المشوح، ٢٠١١). كما تم تعريفه بأنه الشعور بفقدان القيمة وتدني الذات، وعدم الرضا عن النفس، والشعور أن المستقبل مظلم وغامض وعدم الحماس لفعل أي شيء، وفقدان الاهتمام بالحياة (الاتجاه السلبي نحو الذات/ المستقبل/ الشعور بالعجز وضعف الإرادة/ النظرة السلبية للحياة)، وهو شعور بالغ الإيلام، باعث على الكآبة والتثبيط إلى حد ينجم عنه افتقاد الأمل في تحقيق الأمنيات (أبو شنب، ٢٠١٧). كما أنه حالة نفسية سلبية تتسم بالنظرة السالبة للذات، والحياة، والتوقعات السلبية للمستقبل، والتشاؤم، وفقدان الدافعية، والمبادرة، وغياب معنى الحياة (عبدالوهاب، ٢٠١٨).

ويُعد اليأس مفهومًا نفسيًا مهمًا يتسم بتصورات سلبية عن النفس والمستقبل، تُعرف هذه الحالة العقلية بالتوقعات المتشائمة والحالة الوجدانية السلبية المصاحبة لها حيث تبدو حلول المشكلات الشخصية غامضة أو بعيدة المنال، وقد تم تناوله على أنه الجسر بين خلل العمليات المعرفية واضطراب الاكتئاب (Pretorius & Padmanabhanunni, 2024). كذلك يُعرّف اليأس بأنه نظام من المخططات المعرفية التي يكون القاسم المشترك بينها هو التوقعات السلبية بشأن المستقبل أو انخفاض التوقعات بتحقيق أهداف معيّنة وانخفاض الإيمان باحتمالية تحقيق النجاح، وقد يكون أيضًا مؤشرًا للانتحار (Aslan et al., 2020).

كما يُعدّ اليأس عامل خطر معرفي في تطور الاكتئاب، حيث يتسم هذا البناء باثنين من التوقعات الأساسية: (١) أن الأحداث السلبية ستحدث، أو أن الأحداث الإيجابية لن تحدث (أي توقع النتائج السلبية)، و (٢) أن أي كمية من الجهد لن تؤثر

على بداية هذه الأحداث، حيث يعتقد الشخص الذي يعاني من اليأس أنه عاجز عن تغيير الظروف المعاكسة الحالية والمستقبلية (Lau & Forchuk, 2020). ويمكن أن يشمل مشاعر العبثية بشأن المستقبل، وتوقع استمرار معاناة الفرد (Hirsch, 2003). واليأس هو تقييم ذاتي للتوقعات السلبية حول حدوث النتائج ذات القيمة العالية مقرونة بشعور الفرد بعدم السيطرة على الأحداث المرغوبة في المستقبل، وقد ارتبط ببداية وتطور نتائج الصحة النفسية والجسدية السلبية (Wang et al., 2023)، وأفكار الانتحار، وارتفاع ضغط الدم، وتصلب الشرايين، والتكيف بعد الأحداث القلبية الحادة، كما وُجد أنه يتنبأ بالتطور في أنواع مختلفة من السرطان بما في ذلك سرطان الثدي وسرطان الدم (Fraser et al., 2014). وبرغم وجود قدر كبير من الأبحاث الداعمة لوجود صلة بين اليأس والانتحار، فإن هناك عديد من التحذيرات لاستخدام اليأس كمتغير تنبؤي بالانتحار؛ حيث ترتبط مقاييس التقرير الذاتي لليأس بشكل سلبي بالرغبة الاجتماعية؛ فعندما تتحكم الرغبة الاجتماعية، غالبًا ما تصبح العلاقة بين اليأس وأفكار الانتحار غير معنوية. كما أن كون الشخص ميئوسًا منه قد يُقلل من دوافعه للاستجابة بطريقة مرغوبة اجتماعيًا أو على العكس من ذلك، قد تؤدي الحاجة إلى الظهور بشكل مرغوب اجتماعيًا إلى خفض درجات اليأس بشكل مصطنع (Hirsch, 2003).

### مظاهر الشعور باليأس

قد يظهر على الأفراد اليائسين بعض العلامات التي قد تختلف في شدتها والتي قد تتضمن السلبية والاستسلام في مواجهة الضغوط المهددة، وانخفاض تقدير الذات والاعتمادية المصحوبة بتضخيم الأحداث، والشعور بالحزن والانزعاج والشعور بعدم القيمة، وفقدان الاهتمام بالأمور الحياتية بشكل عام، وعدم الانخراط مع حالات الفرح والسعادة والمتعة، ونقص الطاقة وانخفاض في مستوى النشاط العام، كما تتسم شخصية اليائسين بعدم التكامل والانسجام بين الأنا والأنا العليا والذي يؤدي بدوره إلى

عدم القدرة على تحقيق الأهداف المرغوبة ذات الطابع التفاضلي؛ حيث ينظر اليأس إلى السلبيات والأخطاء ويضخمها، كما أنه أقل استخدامًا للاستراتيجيات الإيجابية (الجمعان و اليعقوب، ٢٠١٩).

ويُنظر إلى اليأس بأنه اعتقاد مستمر متشائم ومكتئب، حيث تتواجد المعتقدات التي تصاحب الحالات الوجدانية، والمشكلات النفسية، كما أنه شعور إنساني يجعل الفرد يفكر بأنه ليس لديه ما يقوم به، وأن الناس جميعًا يائسون، وهو لا يتغير من شخص لآخر، ولكن يتغير داخل الشخص نفسه مع الوقت فهو ليس ساكنًا، والفرد اليأس يعتقد بأن المشكلات والصعوبات التي يعاني منها في الحاضر سوف تستمر بنفس الطريقة وأنه سوف يواجه معوقات كثيرة، وكثير من خيبات الأمل والحرمان عندما ينظر إلى المستقبل، ويبدأ اليأس في النمو عندما يبدأ الأفراد في التفكير أو الاعتقاد بأنهم لن يستطيعوا تحقيق أهدافهم، وهذه النظرة التشاؤمية للحياة تصبح مكونًا مهمًا من مكونات الاكتئاب فيما بعد (مبارك، ٢٠٢٣).

وتتعدد أعراض اليأس وتتداخل فيه مجموعة من العوامل الجسدية والنفسية والاجتماعية، والشعور باليأس شأنه شأن الكثير من المشكلات النفسية والوجدانية، يفصح عن نفسه في مجموعة من الأعراض قد تشتمل على جوانب من السلوك، والأفكار، والمشاعر التي تحدث مترابطة، والتي تساعد في النهاية على وصف السلوك اليأس وتشخيصه، حيث يتسم مرتفعي الشعور باليأس بالتقييم السلبي للذات والنظرة السلبية للذات والحاضر والمستقبل، وتوقع الفشل في كل محاولة وتعميم الفشل، والتشويه المعرفي، وفقدان الأمل والقابلية للاستثارة (أبو شنب، ٢٠١٧).

وفيما يتعلق بالفروق بين حالة اليأس وسمة اليأس؛ فيمكن تصور اليأس كحالة، عندما تصاحب التوقعات السلبية الظروف الحالية كتجربة عابرة، وكسمة، عندما تصبح التوقعات السلبية أنماط استجابة مُزمنة. وتدعم النتائج التجريبية فكرة أنّ اليأس هو خاصية تشبه السمة، حيث إنّ أساليب الاستدلال السلبية مستقرة نسبيًا

بمرور الوقت، ويتمّ دعم ذلك من خلال اكتشاف أنّ الأفراد الذين يتعافون من حلقات الاكتئاب يُظهرون مستويات مرتفعة من أساليب الاستدلال السلبية مقارنةً بالمجموعات التي لا تُعاني من تاريخ سابق للاكتئاب، حيث تُشير هذه النتائج إلى أنّ أساليب الاستدلال السلبية لها آثار دائمة المدة، حتى بعد زوال أعراض الاكتئاب Lau (& Forchuk, 2020).

### الأطر النظرية المفسرة لليأس

اقترح Abramson et al. في عام ١٩٨٩ وجود نوع من الاكتئاب يعتمد على اليأس، حيث يكون اليأس من الأعراض البارزة ويزداد معه احتمال وجود أفكار انتحارية (Gregg, 2014). وتفترض نظرية اليأس في الاكتئاب وجود نوع فرعي من الاكتئاب - اكتئاب اليأس - يُعتقد أن له سببًا مميزًا، وملف تعريفٍ للأعراض، والمسار، والعلاج، والوقاية. حيث يفترض أن أعراض اكتئاب اليأس تتضمن: (أ) تأخير بدء الاستجابات الطوعية (عَرَضٌ دافعيٌّ)، (ب) التأثر بالحزن، (ج) الانتحار، (د) نقص الطاقة، (هـ) اللامبالاة، (و) بطء الحركة، (ز) اضطراب النوم، (ح) صعوبة التركيز، و(ط) الأفكار السلبية التي تُفاقمُ المزاج. وقد أُشير إلى أن انخفاض تقدير الذات والاعتماد بين الأشخاص يُفترض أنهما جزء من الصورة الإكلينيكية في ظل ظروف محددة، كذلك أُشير إلى أن انخفاض تقدير الذات أو تقلبته يُمكن اعتباره كجزء من التسلسل السببي بينما قد يكون الاعتماد بين الأشخاص بالفعل ميزة عرضية لاكتئاب اليأس (Metalsky & Joiner, 1997).

وقد تم صياغة نظرية اليأس للاكتئاب لمعالجة القيود المفروضة على نظرية Seligman للعجز المكتسب للاكتئاب، حيث تفترض نظرية اليأس للاكتئاب أن تفاعل الاستدلالات المُسببة للاكتئاب والأحداث السلبية في الحياة هو ما يؤدي إلى تطور الاكتئاب (Lau & Forchuk, 2020). وقد حدد أبرامسون مسارًا سببيًا واحدًا يساهم في تشكيل اليأس، وبالتالي، في ظهور أعراض اكتئاب اليأس. تبدأ سلسلة السببية بحدوث

أحداث سلبية في الحياة (أو عدم حدوث أحداث إيجابية في الحياة). أي يُصبح الشعور باليأس أكثر احتمالاً عندما يستنتج الأفراد أن الأحداث السلبية المهمة في الحياة ناتجة عن أسباب ثابتة (أي دائمة) وعالمية/كلية (أي واسعة الانتشار)، أو أنها ستؤدي إلى عواقب سلبية في المستقبل، أو تُلمح إلى صفات سلبية عن أنفسهم (مثل أنهم أقل من غيرهم، غير جديرين). بالإضافة إلى ذلك، يُفترض أن بعض الأشخاص مُعرضون للقيام بمثل هذه الاستنتاجات السلبية حول أسباب، وعواقب، وتأثيرات الأحداث السلبية في الحياة؛ لأنهم يملكون "أسلوباً استنتاجياً اكتئابياً". ووفقاً للنظرية، يُفترض أن الأفراد الذين يُظهرون أسلوباً استنتاجياً اكتئابياً يكونون أكثر عرضة من الذين لا يُظهرونه للاستنتاج بشكل سلب حول أي حدث سلب يختبرونه، مما يزيد من احتمالية الشعور باليأس، وبالتالي تطوير أعراض اكتئاب اليأس. ومع ذلك، في غياب الأحداث السلبية، لا يُفترض أن يكون الأشخاص الذين يُظهرون أسلوباً استنتاجياً اكتئابياً أكثر عرضة للشعور باليأس من الأشخاص الذين لا يملكون هذا الأسلوب. وبالتالي، يُعد أسلوب الاستنتاج الاكتئابي عاملاً من عوامل الضعف لتطور اكتئاب اليأس، يعمل في مزيج من الاستعداد والإجهاد مع حدوث الأحداث السلبية في الحياة (Alloy & Clements, 1998; Whisman, & Pinto, 1997).

كما افترضت نظرية اليأس أن الأفراد الذين يعانون من ضعف معرفي، عند مواجهة أحداث سلبية في حياتهم، يصبحون عرضة للشعور باليأس، وتحدد هذه النظرية عاملين أساسيين يسيران في سلسلة سببية محددة زمنياً لتسبب أعراض اكتئاب اليأس أولاً: مكون القابلية/ الاستعداد-للضغوط والذي يفترض أن ضعفاً معرفياً يتفاعل مع الأحداث السلبية في الحياة، مما يساهم في تشكيل اليأس، وبالتالي ظهور أعراض الاكتئاب؛ فالأفراد الذين يعانون من ضعف معرفي، يكونون أكثر عرضة لتفسير الأحداث السلبية على أنها ساحقة ومثبطة للأمل. ثانيًا: اليأس كوسيط؛ حيث يعمل اليأس الذي يُعرف بأنه توقع عدم حدوث النتائج المرغوبة أو حدوث الأحداث السلبية،

كوسيط بين مكون القابلية/الضعف-الضغوط وزيادة أعراض اكتئاب اليأس، وهو بمثابة الجسر الذي يربط بين الضعف المعرفي والأحداث السلبية في الحياة، وبين ظهور أعراض الاكتئاب (Hankin et al., 2001).

### دراسات وبحوث سابقة

وُجد أن هناك قلة- في حدود علم الباحثة- في دراسات البيئة العربية التي تناولت العلاقات بين المتغيرات الحالية بشكل مستقل بصرف النظر عن علاقتها بالاكتئاب أو اكتئاب اليأس، كما وُجد أن عديدًا من الدراسات قد تناولت فقدان المتعة كأحد أعراض الاكتئاب وليس كمفهوم مستقل بذاته، وسوف يتم عرض الدراسات السابقة ذات الصلة بالموضوع الحالي كما يلي:

### أولاً: دراسات تناولت اليأس وفقدان المتعة لدى المرأة

سعت دراسة Meadows & Kaslow (2002) إلى فحص الدور الوسيط لليأس في العلاقة بين إساءة المعاملة المدركة في مرحلة الطفولة وحالة محاولة الانتحار لدى النساء الأمريكيات من أصل أفريقي. تألفت العيّنة من مجموعتين من النساء الأمريكيات من أصل أفريقي اللائي حددن أنفسهن بأمنهن أمريكيات من أصل أفريقي، تم تقسيمهن إلى مجموعة النساء اللاتي حاولن الانتحار والبالغ عددهن (١٧٦)، ومجموعة النساء اللاتي لم يحاولن الانتحار والبالغ عددهن (١٨٥)، تراوحت أعمارهن جميعًا بين (١٨ - ٦٤) عامًا، بمتوسط عمري (٣٢,١٩ ± ١٠,٣٥) عامًا. طُبق عليهن استبيان الإساءة في الطفولة، مقياس بيك لليأس. أشارت النتائج إلى وجود علاقة بين اليأس ومحاولات الانتحار. كذلك أشارت النتائج إلى أن اليأس يتوسط جزئيًا الارتباط بين إدراك سوء المعاملة في مرحلة الطفولة (الإساءة الجسدية/العاطفية والإهمال العاطفي) ومحاولات الانتحار، كما أن اليأس توسط كليًا الارتباط بين الاعتداء الجنسي ومحاولات الانتحار لدى البالغين من النساء الأمريكيات من أصل أفريقي من ذوات الدخل المنخفض.

كما هدفت دراسة (Lamis et al. (2014) إلى تحديد الدور الوسيط للرفاهية الروحية (الرفاهية الدينية والوجودية)، وتقدير الذات الإيجابي في الارتباط بين الإساءة الانفعالية في مرحلة الطفولة واليأس في مرحلة البلوغ. وذلك على عينة من النساء الأمريكيات من أصل أفريقي من ذوات الدخل المنخفض اللاتي حاولن الانتحار وتعرضن للإساءة من قبل شريك في العام السابق (ن = ١٢١). تراوحت أعمارهن بين (١٨-٥٦) عامًا بمتوسط عمري قدره (٣٦,٧٦) عام، وانحراف معياري ( $\pm ١٠,٤٤$ ) عامًا. طبق عليهم مقاييس إدراك الإساءة الانفعالية في مرحلة الطفولة، والرفاهية الوجودية، والرفاهية الدينية، وتقدير الذات، واليأس. كشف تحليل المسار أن الارتباط بين الإساءة الانفعالية في مرحلة الطفولة واليأس يتوسطه الرفاهية الوجودية وتقدير الذات الإيجابي. كذلك أشارت النتائج إلى أن الرفاهية الوجودية قد تكون عامل حماية لليأس من الرفاهية الدينية.

كذلك سعت دراسة (Nunes-Baptista et al. (2014) إلى التحقق من العلاقة بين الاكتئاب -واليأس ودعم الأسرة. وذلك لدى عينة من ١٩٨ من الطلاب، تراوحت أعمارهم بين (١٨-٥٩) عامًا بمتوسط عمري قدره (٢٣,٤٤) عامًا وانحراف معياري ( $\pm ٦,٨$ ) عامًا. تم تطبيق مقياس الاكتئاب لدى البالغين، ومقياس بيك لليأس، ومقياس الدعم الأسري المدرك، واستبيان اجتماعي ديموغرافي. أشارت النتائج إلى وجود علاقات سالبة بين إدراك الدعم الأسري وانخفاض أعراض الاكتئاب واليأس. كذلك أشارت النتائج إلى وجود ارتباط موجب بين اليأس والاكتئاب.

كذلك سعت دراسة (Durat et al. (2018) إلى تحديد العلاقة بين التكيف الثنائي (لقياس جودة الزواج والتوافق وجودة هذا التوافق) واليأس بين النساء المصابات بالعمى. تكونت العينة من (٤٤٢) امرأة مصابة بالعمى تراوحت أعمارهن بين (٢٢-٤٠) عامًا بمتوسط عمري قدره (٢٩,٩٢) وانحراف معياري قدره ( $\pm ٤,٨٥$ ) عامًا. تم جمع البيانات باستخدام استمارة المقابلة لجمع بعض البيانات الديموجرافية ومقياس بيك

لليأس ومقياس التكيف الثنائي. كشفت النتائج عن أن مستوى اليأس لدى من هم دون سن ٢٩ عامًا أعلى من مستوى اليأس لدى من هم فوق سن ٣٠ عامًا، وكذلك أولئك الذين لديهم مدة زواج أقل من ٥ سنوات يكونون أكبر من أولئك الذين تزيد مدة زواجهم عن ٥ سنوات، كما أن مستوى اليأس لدى أولئك الذين يدركون مستوى دخلهم على أنه متوسط كان أعلى من أولئك الذين يدركون أنه جيد، كما أن أولئك الذين لديهم عائلة ممتدة لديهم مستوى أقل بكثير من اليأس مقارنة بأولئك الذين لديهم عائلة نوية. كما وجد أن اليأس يزداد مع انخفاض التكيف الثنائي.

كما هدفت دراسة Çankaya et al. (2020) إلى فحص العلاقة بين مستويات الدعم الاجتماعي المدرك واليأس التي تعاني منها من اللاجئات السوريات في تركيا والبالغ عددهن (٤١٦) تراوحت أعمارهن بين (١٥-٤٩) عامًا ، ومقارنة مستويات الدعم الاجتماعي المدرك، واليأس لدى اللاجئات في ضوء عدد من المتغيرات مثل العمر، وطول الوقت في تركيا، وعدد الأطفال، وبنية الأسرة، وحالة التعليم، والوضع المهني، ومستوى الدخل، والاضطرابات المزمنة، والضمان الاجتماعي. تم استخدام مقياس متعدد الأبعاد للدعم الاجتماعي المدرك ومقياس بيك لليأس. وجد أن النساء اللاجئات أو أزواجهن / شركائهن الحاصلين على شهادة الثانوية العامة أو التعليم العالي والذين لديهم مهنة ودخل عائلي أعلى، وأولئك الذين لديهم عديد من الأطفال، وأولئك الذين لديهم ضمان اجتماعي ويأتون من أسر ممتدة لديهم يأس أقل ومستويات دعم اجتماعي أعلى. ومع زيادة مستوى الدعم الاجتماعي المدرك، لوحظ انخفاض مستوى اليأس الذي تعاني منه النساء اللاجئات.

وعلى غرار دراسة سابقة هدفت دراسة Kamışlı et al. (2021) لتحديد مستوى اليأس والقلق والاكتئاب لدى النساء اللاتي تقدمن بطلبات للحصول على علاج العقم. وذلك على عينة (٧٠) سيدة تقدمن بطلبات إلى وحدة التلقيح الصناعي تراوحت أعمارهن بين (١٨-٤٧) عامًا، تم جمع بيانات الدراسة باستخدام أسلوب المقابلة وجهاً

لوجه باستخدام استبيان بيك لليأس، واستبيان بيك للقلق، واستبيان بيك للاكتئاب، واستمارات المعلومات الاجتماعية والديموغرافية. كشفت النتائج عن أن النساء اللواتي لديهن مستويات تعليمية أقل، ولا يعملن يعانين من مشاكل نفسية أكثر حيث وجد ارتباط سلبي بين مستويات تعليم النساء ودرجات بيك للاكتئاب والقلق في حين كانت هناك علاقة موجبة بين فقدان العمل وبيك للقلق والاكتئاب وبيك لليأس.

كذلك هدفت دراسة Moore et al. (2021) إلى تحديد ما إذا كانت العوامل النفسية الاجتماعية تنبأ بالبقاء على قيد الحياة لدى النساء المصابات بسرطان المبيض. شملت العينة (٧٩٨) امرأة مصابة بسرطان المبيض. تم استكمال مقاييس معتمدة للاكتئاب والتفاؤل والتقليل من المخاطر والعجز/اليأس والدعم الاجتماعي كل ٣-٦ أشهر لمدة تصل إلى عامين. توفيت أربع مائة وتسعة عشر امرأة (٥٢,٥٪) خلال فترة المتابعة. كان هناك تفاعل كبير بين المتغيرات النفسية الاجتماعية التي تم قياسها قبل التقدم الأول والبقاء على قيد الحياة بشكل عام، مع ارتفاع التفاؤل، وانخفاض العجز/اليأس المرتبط ببقاء أطول. بعد تقدم المرض، لم ترتبط هذه المتغيرات بالبقاء على قيد الحياة (التفاؤل والعجز اليأس).

### ثانياً: دراسات تناولت اجترار الأفكار وفقدان المتعة

هدفت دراسة Spasojević & Alloy (2001) إلى فحص العلاقة بين الأنماط المعرفية السلبية، والنقد الذاتي، والاعتماد، والحاجة، وتاريخ الاكتئاب الماضي وعلاقتها بأسلوب الاستجابة الاجترارية. وكذلك فحص الدور الوسيط لأسلوب الاستجابة الاجترارية في العلاقة بين عوامل الخطر هذه وعدد حالات الاكتئاب المتعددة التالية على مدى فترة ٢,٥ عامًا. وذلك على عينة بلغ قوامها (١٣٧) منهم (٨٨) من الإناث، و(٤٩) من الذكور بمتوسط عمري قدره ١٩ عامًا، حيث تراوحت أعمارهم بين (١٦-٢٩) عامًا تم متابعتهم لمدة ٢,٥ عامًا، وقد طبق عليهم مقياس الأنماط المعرفية السلبية وحالة الخطورة المعرفية، ومقياس DAS لقياس المواقف غير التكيفية بما في ذلك الاهتمام

بالتقييم ومعايير الأداء المثالية والتشاؤم وتوقعات السيطرة والإعزاءات السببية، ومقياس أسلوب الاستجابة الاجترارية، ومقياس الوعي الذاتي الخاص، ومقياس النقد الذاتي والاعتماد والاحتياج، بالإضافة إلى التعرف على تاريخ الإصابة في الماضي. كانت جميع عوامل الخطر الاكتئابية المدروسة - وهي الأنماط المعرفية السلبية، والنقد الذاتي، والاعتماد، والحاجة، وتاريخ نوبات الاكتئاب السابقة - مرتبطة بأسلوب الاستجابة الاجترارية. كما أن النقد الذاتي، والاعتماد، وتاريخ اضطرابات الاكتئاب المتعددة السابقة كانت مرتبطة بأسلوب الاستجابة الاجترارية، بعد التحكم في وقت واحد في حالة الخطر المعرفي وأعراض الاكتئاب المتزامنة، وأن الأنماط المعرفية السلبية كانت مرتبطة بالاجترار، بعد التحكم في أعراض الاكتئاب المتزامنة، كما أن أسلوب الاستجابة الاجترارية كان وسيطاً في العلاقة بين عوامل الخطر الأربعة المفترضة، والأنماط المعرفية السلبية، والنقد الذاتي، والحاجة، وتاريخ حالات الاكتئاب المزمن السابقة وعدد حالات الاكتئاب المزمن المحتملة.

كذلك سعت دراسة (Moulds et al. (2007 لفحص العلاقة بين اجترار الأفكار، والتجنب، والاكتئاب باستخدام مقياس تم تطويره للتجنب في الاكتئاب، وهو مقياس التجنب المعرفي السلوكي. وذلك على عينة بلغ قوامها (١٠٤) من طلاب الجامعة، قد أكملوا مقياس التقرير الذاتي للاكتئاب والقلق واجترار الأفكار والتجنب. وجدت علاقة موجبة بين اجترار الأفكار، والتجنب، والاكتئاب، وظل اجترار الأفكار والتجنب السلوكي مترابطين عندما تم التحكم في القلق. وعلى النقيض من ذلك، اختفت العلاقة بين التجنب المعرفي واجترار الأفكار عندما تم التخلص من القلق جزئياً. كما تنبأ التجنب بتباين درجات الاكتئاب، إلى جانب القلق واجترار الأفكار.

وفي دراسة (Krieger et al. (2013 والتي هدفت إلى مقارنة التراحم مع الذات لدى المرضى المصابين بالاكتئاب والأشخاص الذين لم يصابوا بالاكتئاب، وفحص التراحم مع الذات وعلاقتها بالتجنب المعرفي السلوكي واجترار الأفكار لدى المرضى،

وفحص الدور الوسيط لاجترار الأفكار والتجنب للعلاقة بين التراحم مع الذات وأعراض الاكتئاب. وذلك على عينة بلغ قوامها (١٤٢) مريضاً مصاباً بالاكتئاب، و(١٢٠) مشاركاً لم يصابوا بالاكتئاب، طُبّق عليهم مقياس التراحم مع الذات ومقياس اجترار الأفكار ومقياس للتجنب السلوكي، وأشارت النتائج إلى أن ارتباط التراحم مع الذات سلباً بأعراض الاكتئاب، والاجترار المرتكز على الأعراض، وكذلك التجنب المعرفي والسلوكي.

كما هدفت دراسة Whisman et al.(2020) إلى فحص الارتباطات الطولية ثنائية الاتجاه بين اجترار الأفكار والأعراض الاكتئابية لدى عينة من البالغين الأستراليين، وتقييم الدرجة التي تم بها تعديل قوة هذه الارتباطات الطولية حسب الجنس، واختبار ما إذا كانت هذه الارتباطات الطولية تظل ذات دلالة إحصائية عند تعديل تأثير الخصائص الديموغرافية والعصابية. وذلك على عينة بلغ قوامها (ن = ٥٨٩١). طُبّق عليهم مقياس التقرير الذاتي لاجترار الأفكار، والعصابية، وأعراض الاكتئاب في البداية والاجترار، والأعراض الاكتئابية في متابعة لمدة أربع سنوات. من أهم ما أشارت إليه النتائج أن اجترار الأفكار تُنبأ بالتغيير المتبقي في أعراض الاكتئاب، وأن أعراض الاكتئاب تنبأت بالتغيير المتبقي في اجترار الأفكار، ولم يكن النوع معدلاً للعلاقة الطولية بين اجترار الأفكار والأعراض الاكتئابية.

وفي دراسة تحليل بعدي قام بها Rickerby et al. (2024) بهدف فحص ما إذا كان اجترار الأفكار بنوعيه التألمي والانعكاسي يختلف بين المرضى المصابين بالاكتئاب والقلق واضطرابات الأكل وغير المصابين بأي أمراض كعينة ضابطة. كما تم فحص الارتباطات بين الأعراض السيكوباتولوجية واجترار الأفكار. تم تحديد عمليات البحث في أربع قواعد بيانات إلكترونية من يوليو ٢٠٠٨ إلى ديسمبر ٢٠٢١، وتضمنت (٥٨٥) ملخصاً مؤهلاً لمراجعة النص الكامل، وتم تضمين (٩٩) نص كامل في هذا التحليل البعدي. مقارنةً بالعينة الضابطة، كان اجترار الأفكار أعلى بشكل ملحوظ في اضطراب الاكتئاب الشديد، واضطراب القلق العام، واضطراب القلق الاجتماعي، وفقدان

الشهية العصبي. كما كان الاجترار التأملي أيضًا أعلى في اضطراب الاكتئاب الشديد واضطراب القلق العام واضطراب القلق الاجتماعي، وكان الاجترار الانعكاسي أعلى في اضطراب الاكتئاب الشديد واضطراب القلق الاجتماعي. تم العثور على ارتباطات متوسطة إلى كبيرة بين الأعراض السيكوباتولوجية واجترار الأفكار في اضطراب الاكتئاب الشديد، واضطراب القلق العام، واضطراب القلق الاجتماعي. كما ارتبطت الأعراض السيكوباتولوجية بالاجترار التأملي والانعكاسي في اضطراب الاكتئاب الشديد، وبالاجترار التأملي في اضطراب القلق الاجتماعي.

### ثالثًا: دراسات تناولت اجترار الأفكار واليأس لدى المرأة

هدفت دراسة (Lam et al. (2003 إلى الكشف عما إذا كان مقياس الاجترار في استبيان الاستجابة للاكتئاب هو بناء متكامل أو ما إذا كان يتكون من عدة بنى لا ترتبط بعضها بمستويات الاكتئاب. تكونت العينة من (١٠٩) مريضًا يعانون من الاكتئاب أحادي القطب وفقًا لدليل التشخيص والإحصاء للأمراض النفسية. بمتوسط عمري قدره (٤٤,٤ ± ١٢,٨) عامًا. شكلت الإناث الغالبية (١٠٩/٦٠). طبق عليهم استبيان نمط الاستجابة، واستبيان نمط الصفات، النسخة المختصرة من مقياس المعتقدات غير الوظيفية، ومقياس اكتئاب بيك، مقياس اليأس بيك، استبيان الشخصية آيزنك، وقائمة الصعوبات المزمنة. ومن أهم ما أشارت إليه النتائج أن اجترار الأفكار مرتبط بارتفاع درجات الاكتئاب واليأس. علاوة على ذلك، ساهم الاجترار بشكل كبير في زيادة اليأس، كما حققت النساء في هذه الدراسة درجات أعلى بكثير في الاجترار مقارنةً بالرجال.

كذلك سعت دراسة (Sarin et al. (2005 لفحص دور اجترار الأفكار في التنبؤ بأعراض الاكتئاب، والكشف عن دور التفاعل بين اجترار الأفكار، و نتيجة الامتحان السلبية للتنبؤ بزيادات أعراض القلق والاكتئاب، وفحص الدور الوسيط لليأس في العلاقة بين اجترار الأفكار وزيادة أعراض القلق والاكتئاب لدى الطلاب ذوي نتائج

الامتحان السلبية. وذلك على عينة مكونة من (٨٦) طالبًا جامعيًا (٧٤ طالبة و١٢ طالبًا). طُبِّق عليهم استبيان أعراض المزاج والقلق، و مقياس اليأس، نموذج تحديد منتصف الفصل الدراسي (يطلب من الطلاب تحديد أصعب اختبار منتصف الفصل الدراسي الذي خضعوا له في ذلك الفصل). أشارت النتائج إلى أن أسلوب الاستجابة الاجترارية كان مرتبطاً بزيادة أعراض القلق والاكتئاب، كما وجد أن هناك علاقة موجبة بين اجترار الأفكار واليأس، كما أن اليأس يتوسط العلاقة بين أسلوب الاستجابة الاجترارية، وزيادة أعراض القلق والاكتئاب.

كما هدفت دراسة (Smith et al. 2006) إلى توضيح العلاقات بين ثلاثة عوامل خطر للأفكار الانتحارية هي الضعف المعرفي (كما هو موضح من خلال المواقف غير السليمة وأسلوب الاستدلال السلبي)، والاجترار، واليأس، لتحديد العوامل التي قد تؤدي في النهاية إلى الانتحار. تكونت العينة من ١٢٧ مشاركًا، بمتوسط عمري قدره (٢٠,٥) عامًا، منهم ٦٤,١٪ (ن = ٨٢) من الإناث. طُبِّق عليهم مقياس المخاطر المعرفية. وأنماط الاستجابة الاجترارية، واليأس، والسلوك، والتفكير الانتحاري. وجدت هذه الدراسة أن الضعف المعرفي المرتفع للاكتئاب، وأسلوب الاستجابة الاجترارية، واليأس كانت جميعها مرتبطة بالأفكار الانتحارية، كما كان الاجترار واليأس مرتبطين بمدة التفكير الانتحاري، مما يشير إلى أن هذه العوامل قد تؤدي دورًا في استدامة الأفكار الانتحارية لدى الأفراد.

### تعليق عام على الدراسات السابقة

١. برغم وجود دراسات اهتمت بفحص عينات من النساء، لوحظ وجود قلة- في حدود علم الباحثة- والتي ركزت تحديدًا على المرأة العاملة وما قد تعانيه المرأة من مشكلات وتحديات وضغوط أسرية، واجتماعية، ومهنية، واقتصادية، وما إذا كانت تمارس الأدوار المنوطة بها بقدر من الشعور بالمتعة والنظرة التفاؤلية للمستقبل، في مقابل نظيرتها غير العاملة، في حين اهتمت الدراسات أكثر بفحص متغيرات مثل اليأس وفقدان

المتعة لدى حالات خاصة من النساء كاللاتي يعانين من العقم أو ذوي الإصابة بمرض معين.

٢. يتضح من العرض السابق، تركيز عديد من الدراسات على فحص عينات إكلينيكية مثل دراسات (Meadows & Kaslow, 2002) ; Moore et al., 2021 ; Spasojević & Alloy, 2001 ; Krieger et al., 2013 ; Alloy, 2001 ; Lam et al., 2003 ; Rickerby et al., 2024) . مع وجود قلة في الدراسات التي اهتمت بفحص عينات من غير المرضى.

٣. وجود قلة في الدراسات وخاصة في البيئة العربية- في حدود علم الباحثة- التي اهتمت بفحص فقدان المتعة كمتغير مستقل، وليس كعرض من أعراض الاكتئاب، كذلك وجدت ندرة في الدراسات التي اهتمت بفحص فقدان المتعة تحديداً في علاقته باجترار الأفكار، وتركيز عديد من الدراسات على دراسة اجترار الأفكار وعلاقته بالاكتئاب بشكل عام كما في دراسات (Moulds et al., 2007 ; Spasojević & Alloy, 2001 ; Whisman et al., 2020).

٤. قلة الدراسات المهمة بفحص المتغيرات الديموجرافية التي يسعى البحث الحالي لفحصها فيما عدا دراسات (Durat et al., 2018 ; Çankaya et al., 2020)، وهي دراسات طبقت في البيئة الأجنبية وليست العربية.

### فروض البحث

١. تسهم درجات كل من اجترار الأفكار ومكوناته، وفقدان المتعة ومكوناتها في التنبؤ بدرجات اليأس لدى العوامل وغير العوامل.
٢. توجد مسارات سببية مباشرة وغير مباشرة بين فقدان المتعة واليأس من خلال اجترار الأفكار لدى العوامل وغير العوامل.

٣. توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العوامل وغير العوامل في متوسط درجات كل من اجترار الأفكار ومكوناته وفقدان المتعة ومكوناتها واليأس ومكوناته وفقاً لمتغيرات العمر، والحالة الاجتماعية.

**المنهج والإجراءات:** اتبع البحث الحالي المنهج الوصفي السببي لمناسبته للتحقق من جودة مؤشرات النموذج من خلال المسارات بين فقدان المتعة ومكوناته، كمتغير مستقل واجترار الأفكار ومكوناته كمتغير وسيط في ارتباطهم باليأس كمتغير تابع لدى العوامل وغير العوامل.

**عيّنة البحث:** تكونت عيّنة البحث من:

#### أ. عيّنة التحقق من الكفاءة القياسية للأدوات

تكونت عيّنة التحقق من الكفاءة القياسية للأدوات من (٢٥٠) من الفتيات والسيدات العاملات وغير العاملات، تراوحت أعمارهن بين (٢٠-٦٦) عامًا بمتوسط عمري قدره (٣١,٤٦) عامًا وانحراف معياري قدره (٩,٢٥) عامًا، وفيما يتعلق بعيّنة العاملات فقد بلغ عددهن (١٦٤) تراوحت أعمارهن بين (٢٠-٦٦) عامًا بمتوسط عمري قدره (٣٢,٥٩) عامًا وانحراف معياري قدره (٩,٠٥) عامًا. أما فيما يتعلق بعيّنة غير العاملات فقد بلغ عددهن (٨٦) تراوحت أعمارهن بين (٢٠-٦٣) عامًا بمتوسط عمري قدره (٢٩,٣٠) عامًا وانحراف معياري قدره (٩,٣٠) عامًا.

#### ب. عيّنة البحث الأساسية

تكونت عيّنة البحث الأساسية من (٢٨٤) من العاملات وغير العاملات، تراوحت أعمارهن بين (٢٢-٦٦) عامًا، بمتوسط عمري قدره (٣٢,١٣) عامًا، وانحراف معياري قدره (٩,٧٠±)، بواقع (١٨٨) عاملة تراوحت أعمارهن بين (٢٢-٦٦) عامًا بمتوسط عمري قدره (٣٣,١١) عامًا، وانحراف معياري قدره (٩,٥٩±) عام، و(٩٦) غير عاملة تراوحت أعمارهن بين (٢٢-٦٣) عامًا بمتوسط عمري قدره (٣٠,٢٢) عامًا، وانحراف معياري (٩,٦٨±) عام، ويوضح جدول (١) توزيع عيّنة البحث الأساسية وفقاً للسن والحالة الاجتماعية.

جدول (١) توزيع عينة البحث الأساسية وفقاً للعمر والعمل والحالة الاجتماعية

النسبة المئوية	العدد	الفئات	
٪٦٨	١٩٣	٣٥ عامًا فأقل	السن
٪٣٢	٩١	أكبر من ٣٥ عامًا	
٪٦٦,٢	١٨٨	تعمل	العمل
٪٣٣,٨	٩٦	لا تعمل	
٪٥٨,٦	١٦٦	غير متزوجة	الحالة الاجتماعية
٪٤١,٥	١١٨	متزوجة	
٪١٠٠	٢٨٤	العدد الكلي	

### أدوات البحث

اشتملت على ثلاثة مقاييس أساسية لقياس متغيرات الدراسة وهي مقاييس اجترار الأفكار، وفقدان المتعة، واليأس، وفيما يلي وصف تفصيلي لهذه الأدوات وكيفية التحقق من كفاءتها القياسية.

#### أولاً: مقياس اجترار الأفكار، إعداد (الباحثة)

بعد الاطلاع على التراث النظري وعدد من الدراسات والمقاييس التي أُتيح للباحثة الاطلاع عليها مثل (Smart et al., Stoyanova, 2020; Ramos-Cejudo et al., 2017; Teer & Treadway, 2017; Sukhodolsky et al., 2001 Brose et al., 2020; 2016; باشا، ٢٠١٥)، تم إعداد مقياس اجترار الأفكار والذي تكون في صورته المبدئية من (٤٠) فقرة تقيس اجترار الأفكار وقد تم عرضه قبل أي إجراء على مجموعة من السادة الأساتذة المحكمين لإبداء الرأي، وأسفر هذا الإجراء عن تعديل صياغة بعض الفقرات وحذف عدد من الفقرات، بحيث أصبح عدد فقرات المقياس بعد التحكيم (٣٤) فقرة، ويتم تصحيحه من خلال اختيار المبحوث من بين خمسة اختيارات تتراوح بين (كثيراً

جدًا=٥ إلى أبدأ=١)، فيما عدا الفقرات رقم (١ و ١٨) حيث تصحيحهم في الاتجاه العكسي.

وفي إطار البحث الحالي تم حساب ماييلي: قبل أن تقوم الباحثة بإجراءات التحقق من صدق وثبات المقياس، قامت بحساب الاتساق الداخلي كمؤشر أولي لجودة المقياس من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية للمقياس، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين درجة البند والدرجة الكلية لمقياس اجترار الأفكار بين (٠,٣٠٠-٠,٨١٩) وهي معاملات جيدة تشير إلى تمتع المقياس باتساق داخلي جيد. وبعد التحقق من الاتساق الداخلي لبند المقياس قامت الباحثة بالتحقق من إجراءات صدق وثبات المقياس كما يلي:

١. صدق المضمون: تم عرض المقياس على مجموعة من المحكمين المتخصصين<sup>٩</sup> بمجال علم النفس لفحص صدق المضمون (الظاهري) الخاص بالمقياس، ومدى ملاءمته من حيث محتواه وصياغة فقراته، وقد أسفر هذا الإجراء عن تعديل بعض الصياغات وحذف بعض الفقرات التي لم تحصل على نسبة اتفاق أعلى ٨٠٪، وبالتالي تكون المقياس في صورته بعد التحكيم من (٣٤) فقرة.

٢. الصدق العاملي<sup>١٠</sup>: تم التحقق من الصدق العاملي للمقياس على عينة قوامها (٢٥٠) من الفتيات والسيدات العاملات وغير العاملات. وقد قامت الباحثة بحساب التحليل

<sup>٩</sup> تتوجه الباحثة بخالص الشكر والتقدير والامتنان للسادة الأساتذة (تم الترتيب أبجدياً): أ.م.د. أحمد أبو زيد (أستاذ مشارك الصحة النفسية والتربية الخاصة)، أ.د. خالد عبد الوهاب (ج بي سوفيف)، أ.د. داليا نبيل حافظ (ج حلوان)، أ.د. محمود الخيال (ج المنوفيه)، أ.د. هبه محمود (ج حلوان).

<sup>١٠</sup> يجدر الإشارة إلى أنه قد تم حساب معادلة اختبار بارتلليت كايزر-ماير-أولكن Kaiser-Meyer-Olkin Measure of Sampling Adequacy (KMO)، وذلك لحساب كفاية العينة، وقد بلغت القيمة الناتجة (٠,٩٥٤) وهي قيمة مقبولة تشير إلى كفاية العينة ومناسبتها لإجراء التحليل العاملي. وقد بلغت قيمة بارتلليت (٦٢٣٧,٣) وهي دالة عند مستوى ٠,٠٠١

العاملية لمفردات المقياس ككل، بطريقة المكونات الأساسية " لهوتلنج"، ثم أُديرت العوامل تدويرًا مائلًا، وقد أسفر هذا الإجراء عن ظهور أربعة عوامل تشبعت عليها جميع فقرات المقياس، ويوضح جدول (٢) هذه النتائج

جدول (٢) تشبعت العبارات وشيوعها والجذر الكامن لأبعاد مقياس اجترار الأفكار

العبارة	العامل الأول	العامل الثاني	العامل الثالث	العامل الرابع	معامل الشيوع
٥	٠,٨٣٣				٠,٧١٣
٨	٠,٨١٢				٠,٦٧٧
٢	٠,٦٨٧				٠,٥٩٩
١٤	٠,٦٥٦				٠,٦٢٧
٢٦	٠,٦٢٢				٠,٧١٥
٢٢	٠,٥٩٧				٠,٦٧٩
١١	٠,٥٨٤				٠,٥٩٩
٤	٠,٥١٠				٠,٥٧٧
١٣	٠,٥٠٧				٠,٤٨٥
١٠	٠,٤٥٥				٠,٥٢٦
٢٤	٠,٤٤٦				٠,٦٩٥
١٢	٠,٤١٣				٠,٦٣٣
٦	٠,٣٥٦				٠,٦٨٤
١٩		٠,٨٤٦			٠,٦٦٥
٢٥		٠,٧٧٧			٠,٧١٨
١		٠,٦٩٨			٠,٥٣٤
٢٨		٠,٦٩٠			٠,٦٧٨

٠,٦٣٨			٠,٥٤٧		٧
٠,٥٣١			٠,٤٦٨		٣١
٠,٧٧٢		٠,٨٨٨			٢٩
٠,٨١١		٠,٨٦٠			٢٣
٠,٦٧٣		٠,٧٨٢			٣٢
٠,٧٣٢		٠,٧٢٥			٢٧
٠,٦١٨		٠,٦٩٨			١٧
٠,٦٣٩		٠,٦٣٣			٣٠
٠,٧٤٨		٠,٥٩١			٣٣
٠,٦٤١		٠,٤٨٥			٩
٠,٢١٦		٠,٤٨٣			١٨
٠,٥٨٧		٠,٤٦٣			٣
٠,٤٩٨		٠,٤٠٢			٢٠
٠,٥٤٦	٠,٧٨٧				١٥
٠,٦٩٠	٠,٥٠٩				١٦
٠,٦١٣	٠,٤٨٢				٣٤
٠,٦٧٩	٠,٤٦٩				٢١
التباين الكلي	١,٢٢	١,٨٤	٢,٥٩	١٥,٧٩	الجذر الكامن
% ٦٣,٠٤	٣,٥٨	٥,٤١	% ٧,٦١	% ٤٦,٤٤	نسبة التباين

يتضح من بيانات جدول (٢) أن التحليل العاملي قد أسفر عن وجود أربعة عوامل، بلغ الجذر الكامن لكل منهما أكثر من واحد صحيح، استقطبت هذه العوامل (٤/٦٣,٠٤) من قيمة التباين الارتباطي الكلي للمصفوفة، وفيما يلي وصفاً لهذه العوامل المستخرجة:

العامل الأول: استحوذ على (٤٤,٤٦٪) من نسبة التباين الارتباطي الكلي وتشبعت عليه (١٣) عبارة وهي جميع البنود التي يدور مضمونها حول لوم الذات مثل " أوبخ نفسي بسبب ردود أفعالي في المواقف - ألوم نفسي على ما قلته في أي موقف انتهى بشكل غير جيد" ، ولذا سمي هذا العامل : اجترار لوم الذات.

العامل الثاني: استحوذ على (٦١,٧٪) من نسبة التباين الارتباطي الكلي وتشبعت عليه (٦) عبارات وهي جميع البنود التي يدور مضمونها حول التذكر المستمر لإساءات الآخرين وتجدد مشاعر الغضب والانفعال مع كل تذكر لهذه المواقف مثل " تذكرني لإساءات الآخرين يزيد كرهني نحوهم- يصعب على نسيان أي موقف اساءة مهما كان بسيطاً، ولذا سمي هذا العامل : اجترار الغضب الموجه نحو الآخرين.

العامل الثالث: استحوذ على (٥١,٥٪) من نسبة التباين الارتباطي الكلي وتشبعت عليه (١١) عبارات وهي جميع البنود التي يدور مضمونها حول أفكار لوم الذات المرتكز على انخفاض تقدير الذات والشعور بانعدام القيمة والجدوى مثل " أفكر في أنه لا فائدة مني - أعتقد أنني شخص فاشل، ولذا سمي هذا العامل : اجترار الشعور بالدونية، وانخفاض القيمة.

العامل الرابع: استحوذ على (٥٨,٣٪) من نسبة التباين الارتباطي الكلي وتشبعت عليه (٤) عبارات وهي جميع البنود التي يدور مضمونها أفكار الغضب، وفقدان القدرة على السيطرة على هذه الأفكار واقتحامها الذهن مثل " يرغمني ذهني على التفكير في مواقف لا أريد التفكير فيها، ولذا سمي هذا العامل: أفكار اقتحامية غاضبة.

ومن خلال ما سبق يتضح أن التحليل العاملي قد أبرز أنماطاً متسقة من العوامل المستخرجة، والتي تكشف عن العلاقات بين البنود، وتشبع جميع البنود تشبعتاً جوهرياً عليها؛ مما يؤكد قيمة العوامل واتساقها ويُعدّ مؤشرًا جيدًا على صدق المقياس.

٣. الصدق التقاربي: قامت الباحثة بالتحقق من صدق المقياس من خلال حساب درجة الارتباط بين المكونات الفرعية والدرجة الكلية لمقياس اجترار الأفكار المستخدم في الدراسة الحالية ومقياس الاكتئاب لبيك ترجمة عبد الفتاح (٢٠١٥)، وقد أسفر هذا الإجراء عن معاملات ارتباط مقبولة حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس اجترار الأفكار، والدرجة الكلية للاكتئاب (٠,٧١٥)، كما بلغت قيم ارتباط اجترار لوم الذات/ اجترار الغضب الموجه نحو الآخرين/ اجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة/ أفكار اقتحامية غاضبة مع الدرجة الكلية للاكتئاب (٠,٦٦)، (٠,٤٠)، (٠,٧١)، (٠,٥٧) على التوالي وهي موجبة دالة عند مستوى ٠,٠٥ وتُعد معاملات مقبولة، مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة جيدة من الصدق.

٤. الثبات: ثم حساب معاملات ثبات ألفا كرونباخ والقسمة النصفية للأبعاد الفرعية للمقياس بعد تصحيح الطول بمعادلة جتمان، ويوضح جدول (٣) هذه النتائج

جدول (٣) معاملات ثبات ألفا كرونباخ والقسمة النصفية لمقياس اجترار الأفكار

معامل ثبات القسمة النصفية بعد التصحيح	معامل ثبات القسمة النصفية قبل التصحيح	معامل ثبات ألفا كرونباخ	اجترار الأفكار
٠,٨٨٥	٠,٨٠٣	٠,٩٣٧	اجترار لوم الذات
٠,٧٧١	٠,٦٣٥	٠,٨٤٦	اجترار الغضب الموجه نحو الآخرين
٠,٨٧١	٠,٨٣٦	٠,٩٢٩	اجترار الشعور بالدونية
٠,٧٨٠	٠,٦٤١	٠,٧٨٨	أفكار اقتحامية غاضبة
٠,٩٤١	٠,٨٩٤	٠,٩٦٢	الدرجة الكلية لاجترار الأفكار

يتضح من جدول (٣) أن قيم معاملات ثبات ألفا كرونباخ لمكوّنات اجترار الأفكار قد بلغت (٠,٩٣، ٠,٨٤، ٠,٩٢، ٠,٧٨) على التوالي، كما بلغ معامل ثبات ألفا للدرجة الكلية (٠,٩٦)، كذلك بلغت قيم معاملات ثبات القسمة النصفية بعد التصحيح (٠,٨٨، ٠,٧٧، ٠,٨٧، ٠,٧٨) كما بلغت للدرجة الكلية (٠,٩٤) وهي معاملات ثبات جيدة وتشير إلى أن عبارات المقياس تقيس مضموناً واحداً.

وفي ضوء ما سبق، فإن المقياس تكون في صورته النهائية من (٣٤) عبارة يمثلها أربعة مكونات فرعية، هي اجترار لوم الذات (ويعني الاستغراق في اجترار المواقف المزعجة من خلال إلقاء اللوم والمسئولية على الذات تجاه كل ما يحدث ويقال في كل مواقف التفاعل الاجتماعي)، اجترار الغضب الموجه نحو الآخرين (الاستغراق في التفكير في المواقف المزعجة أو المحرجة أو المسيئة، والتي تؤدي إلى إثارة الشعور بالانزعاج أو الغضب والكره والعدائية بشكل عام تجاه الآخرين المسيئين)، اجترار الشعور بالدونية، وانخفاض القيمة (اجترار أفكار لوم الذات المرتكز على انخفاض تقدير الذات، والشعور بانعدام القيمة والجدوى، والأفكار الناقدة والمحطمة للذات) وأفكار اقتحامية (وتعني تدفق واقتحام الأفكار المزعجة والغازبية إلى ذهن الفرد وعدم قدرته على إيقاف موجات الأفكار السلبية من التبادر إلى الذهن أو توجيه الذهن لأفكار أخرى)، ويتم الاختيار بين خمسة بدائل تتراوح بين (كثيراً جداً=٥ إلى أبداً=١)، بحيث تشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى ارتفاع درجة اجترار الأفكار.

### ثانياً: قائمة انعدام التلذذ(فقدان المتعة)، إعداد أبوزيد وعبد الحميد (٢٠٢٣)

قام معدا المقياس ببناء قائمة فقدان المتعة، بحيث تشتمل على أربعة مقاييس فرعية هي: فقدان المتعة المعرفي ويتضمن الفقرات (١-١٨)، وفقدان المتعة الانفعالي ويتضمن الفقرات (١٩-٣٥)، وفقدان المتعة الاجتماعي ويتضمن الفقرات (٣٦-٥٢)، وفقدان المتعة الجسدي ويتضمن الفقرات (٥٣-٦٩)، كما تكون كل مقياس فرعي من ثلاثة مستويات، هي: الرغبة، والجهد، والتجربة. يتم تصحيح المقياس من خلال اختيار

المبحوث من بين خمسة بدائل تتراوح بين لا تنطبق = ٥ إلى كثيرًا جدًا = ١، بحيث تشير الدرجة المرتفعة إلى وجود مستوى مرتفع من فقدان المتعة فيما عدا الفقرات (١٠-١٥-٣٢-٣٣-٣٥-٣٦-٣٨-٣٩-٤٠-٤٧-٤٨-٤٩-٥٠-٥١-٥٢-٥٦-٥٨-٦٦-٦٧-٦٨) والتي يتم تصحيحها في الاتجاه العكسي.

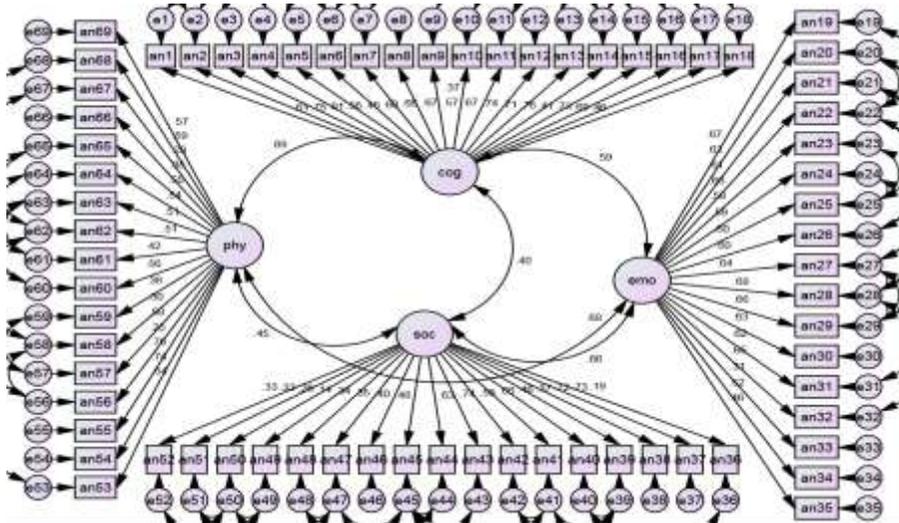
وفيما يتعلق بالخصائص السيكومترية للمقياس وفقًا لمعدا المقياس فقد قاما بحساب التحليل العاملي الاستكشافي لكل مقياس فرعي وأسفر هذا الإجراء عن وجود ثلاثة عوامل فرعية لكل مقياس فرعي على حده هي التجربة، والجهد، والرغبة، وقد استحوذ فقدان المتعة المعرفي ٦٤,٢٦٪ من نسبة التباين الارتباطي الكلي، واستحوذ فقدان المتعة الانفعالي على ٦٩,٠٨٪ من نسبة التباين الارتباطي الكلي، واستحوذ فقدان المتعة الاجتماعي على ٥٠,٠٥٪ من نسبة التباين الارتباطي الكلي، واستحوذ فقدان المتعة الجسدي على ٥٣,٣٣٪ من نسبة التباين الارتباطي الكلي. كما تم إجراء تحليل عاملي استكشافي من الدرجة الثانية، وأسفر هذا الإجراء عن أن قائمة فقدان المتعة تتكون من أربعة مقاييس فرعية يجمعها عاملاً عامًا، واستحوذت هذه المقاييس الفرعية على ٦٩,٩٩٪ من نسبة التباين الارتباطي الكلي. كما تم إجراء التحليل العاملي التوكيدي من الدرجة الأولى، والثانية، والثالثة، وقد حظي النموذج بمؤشرات مطابقة مقبولة حيث وقعت معظم المؤشرات في المدى المثالي، كذلك تم حساب ثبات المقياس باستخدام معامل ثبات الفا كرونباخ ومعامل ثبات أوميغا وقد بلغت قيم معاملات الثبات لمقياس فقدان المتعة المعرفي (٠,٩٣,٠,٩٣) ولمقياس فقدان المتعة الانفعالي (٠,٩٣,٠,٩٣)، ولمقياس فقدان المتعة الاجتماعية (٠,٨١,٠,٨١)، ولمقياس فقدان المتعة الجسدي (٠,٨٤,٠,٨١).

وفي إطار البحث الحالي تم حساب ما يلي : قبل أن تقوم الباحثة بإجراءات التحقق من صدق وثبات المقياس، قامت بحساب الاتساق الداخلي كمؤشر أولي لجودة المقياس من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية لمكوّنه الفرعي الذي

ينتهي إليه، وكذلك إيجاد معامل ارتباط كل مكون فرعي بالمجموع الكلي للمقياس، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين البند ومجموع مكونه الفرعي في فقدان المتعة المعرفي بين (٠,٧٧٦-٠,٤٦٢)، كما تراوحت في فقدان المتعة الانفعالي بين (٠,٧٠٠-٠,٣٠١)، كذلك تراوحت في فقدان المتعة الاجتماعي بين (٠,٦٢٨-٠,٣١٥) كما تراوحت قيم معاملات الارتباط في فقدان المتعة الجسدي بين (٠,٦٤٢-٠,٣٠٦) وهي معاملات مقبولة، كذلك بلغت قيم معاملات الارتباط بين المكونات الفرعية والدرجة الكلية للمقياس (٠,٧٩٤-٠,٧٩٤) لكل من فقدان المتعة المعرفي والانفعالي والاجتماعي والجسدي على التوالي، وجميعها معاملات مرتفعة مما يشير إلى تمتع المقياس باتساق داخلي جيد.

وبعد التحقق من الاتساق الداخلي لبنود المقياس قامت الباحثة بالتحقق من إجراءات صدق وثبات المقياس كما يلي:

١. الصدق: تم التحقق من صدق المقياس من خلال الصدق العاملي التوكيدي باستخدام برنامج أموس ٢٦ Amos بتطبيق المقياس على عينة الكفاءة القياسية، وتم الحصول على مؤشرات حسن المطابقة لقائمة فقدان المتعة وهو ما يوضحه جدول (٤)، كما يوضح الشكل (١) النموذج النهائي لقائمة فقدان المتعة



الشكل (١) الشكل النهائي للتحليل العاملي التوكيدي لقائمة فقدان المتعة

جدول (٤) مؤشرات المطابقة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لقائمة فقدان المتعة

م	مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر	القرار
١	مؤشر النسبة بين $\chi^2$ ودرجات الحرية (CMIN/df)	١,١٥٧٢	أقل من ٥	مقبول
٢	مؤشر جودة المطابقة (GFI)	٠,٧٢٠	٠ إلى ١	مقبول
٣	مؤشر جودة المطابقة المصحح (AGFI)	٠,٦٩٠	٠ إلى ١	مقبول
٤	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٦٦٣	٠ إلى ١	مقبول
٥	مؤشر المطابقة التزايدى (IFI)	٠,٨٤٤	٠ إلى ١	مقبول
٦	مؤشر تاكر-لويس (TLI)	٠,٨٢٩	٠ إلى ١	مقبول
٧	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٨٤١	٠ إلى ١	مقبول
٨	مؤشر الجذر التربيعي لمتوسط مربعات خطأ الاقتراب (RMSEA)	٠,٠٤٨	٠,٠٥ فأقل أو ٠,٠٨ فأقل	مقبول

يتضح من جدول (٤) أن النموذج المفترض لقائمة فقدان المتعة قد أكد على العديد من المؤشرات الدالة على جودة المطابقة، فالنسبة بين  $\chi^2$  ودرجات الحرية كانت (١,١٥٧) وهي أقل من (٥)، وبالتالي دلت على قبول النموذج، كما أن مؤشر جودة المطابقة، ومؤشر جودة المطابقة المصحح، ومؤشر المطابقة المعياري، ومؤشر المطابقة المقارن، ومؤشر المطابقة التزايدى، ومؤشر تاكر لويس كانت جميعها قيم مقبولة أشارت إلى تطابق أفضل للنموذج مع بيانات العينة، بالإضافة إلى أن مؤشر الجذر التربيعي لمتوسط مربعات خطأ الاقتراب جاء في الحدود المقبولة مما يدل على أن النموذج قد حظي بجودة مطابقة مقبولة.

٢. الصدق التقاربي: قامت الباحثة بالتحقق من صدق المقياس من خلال حساب درجة الارتباط بين الدرجة الكلية والمكونات الفرعية لقائمة فقدان المتعة المستخدمة في الدراسة الحالية ومقياس الاكتئاب لبيك ترجمة عبد الفتاح (٢٠١٥)، وقد أسفر هذا الإجراء عن معاملات ارتباط مقبولة حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لقائمة فقدان المتعة والدرجة الكلية للاكتئاب (٠,٤١٨)، كما بلغت قيم ارتباط فقدان المتعة المعرفي/ فقدان المتعة الانفعالي/ فقدان المتعة الاجتماعي/ فقدان المتعة الجسدي مع الدرجة الكلية للاكتئاب (٠,٣٣، ٠,٢٠٦، ٠,٣٢، ٠,٤٢) على التوالي وهي معاملات موجبة دالة عند مستوى ٠,٠١، مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة جيدة من الصدق.

٣. الثبات: تم حساب معاملات ثبات ألفا كرونباخ والقسمة النصفية للأبعاد الفرعية والدرجة الكلية لقائمة فقدان المتعة بعد تصحيح الطول بمعادلة جتمان، ويوضح جدول (٥) هذه النتائج

جدول (٥) معاملات ثبات ألفا كرونباخ والقسمة النصفية لقائمة فقدان المتعة

معاملات ثبات قائمة فقدان المتعة			
ثبات ألفا كرونباخ	ثبات القسمة النصفية قبل التصحيح	ثبات القسمة النصفية بعد التصحيح	
٠,٩١٤	٠,٧٧٦	٠,٨٧٤	فقدان المتعة المعرفي
٠,٨٥٨	٠,٦٥١	٠,٧٧٦	فقدان المتعة الانفعالي
٠,٨٠٧	٠,٥٩٣	٠,٧٤١	فقدان المتعة الاجتماعي

فقدان المتعة الجسدي	٠,٨٢٩	٠,٧١١	٠,٨١٧
الدرجة الكلية لفقدان المتعة	٠,٩٣٣	٠,٦٤٨	٠,٧٨٥

يتضح من جدول (٥) أن قيم معاملات ثبات ألفا كرونباخ لفقدان المتعة المعرفي/ فقدان المتعة الانفعالي/ فقدان المتعة الاجتماعي/ فقدان المتعة الجسدي قد بلغت على التوالي (٠,٩١ - ٠,٨٥ - ٠,٨٠ - ٠,٨٢)، كما بلغ معامل ثبات ألفا للدرجة الكلية (٠,٩٣)، كذلك بلغت قيم معاملات ثبات القسمة النصفية بعد التصحيح لهذه المكونات على التوالي (٠,٨٧ - ٠,٧٧ - ٠,٧٤ - ٠,٨١)، كما بلغ معامل ثبات القسمة النصفية للدرجة الكلية للمقياس (٠,٧٨) وهي معاملات ثبات مقبولة تشير إلى أن عبارات المقياس تقيس مضموناً واحداً.

### ثالثاً: مقياس اليأس، ترجمة الباحثة

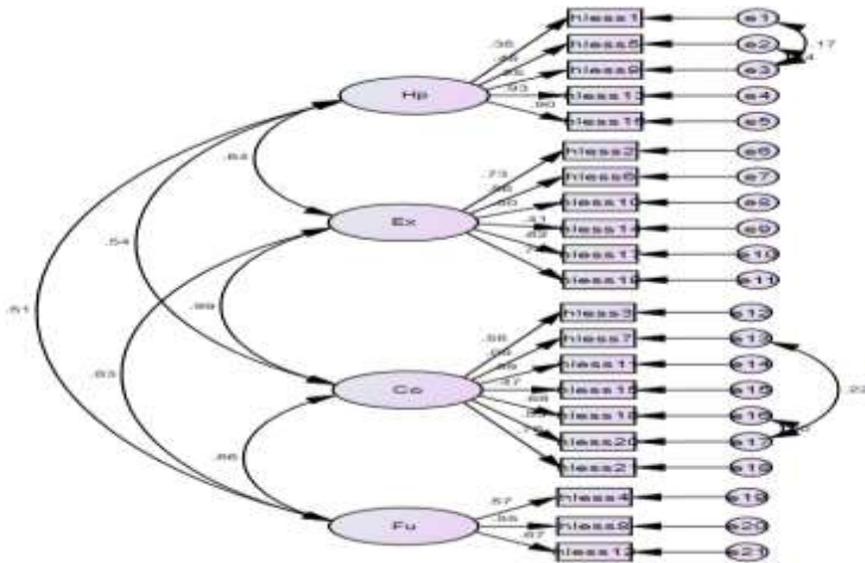
أعدّه في الأصل درينك واتر وآخرون (Drinkwater et al. (2023)، وقامت الباحثة بترجمته وعرضه على بعض الأساتذة المتخصصين لمراجعة سلامة الترجمة وصياغة العبارات<sup>١١</sup>، وأسفر هذا الإجراء عن عدم تعديل أي صياغات في المقياس. ويتكون من (٢١) فقرة موزعين على أربعة أبعاد فرعية هي: الأمل (جميع فقرات هذا البعد معكوسة، وقد صيغت لتشير إلى وجود توجه إيجابي يعكس نظرة الفرد المتفائلة تجاه المستقبل، ويتكون من ٥ فقرات)، التوقعات السلبية (يشير إلى المشاعر السلبية التي يشعر بها الأفراد بشأن مستقبلهم، ويتكون من ٦ فقرات)، المقارنة الاجتماعية (تتعلق بكيفية إدراك الأفراد في إطار العلاقات بين-الشخصية، مع احتمال أن ينظر الأفراد اليائسون إلى أنفسهم على أنهم أقل شأنًا من الآخرين، ويتكون من ٧ فقرات)، انعدام الجدوى (تتكون من الفقرات التي تتضمن نفور أو تجنب الفرد بدء سلوكيات جديدة أو

<sup>١١</sup> تتوجه الباحثة بفائق الشكر والتقدير للسادة الأساتذة (تم الترتيب أبجدياً): أ.د/ أحمد أبوزيد، أ.د/ محمود الخيال (ج المنوفيه)، أ.د/ هبه محمود (ج حلوان).

الحفاظ عليها، ويتكون من ٣ فقرات). ويتم تصحيح المقياس من خلال اختيار المبحوث بين خمسة اختيارات تتراوح بين موافق بشدة = ٥ إلى غير موافق على الإطلاق = ١، بحيث تشير الدرجة المرتفعة على المقياس إلى ارتفاع درجة اليأس.

وقد قام معدوا المقياس بإجراء عدة دراسات بعينات مستقلة للتحقق من كفاءته القياسية، حيث تم إجراء سلسلة من التحليلات الإحصائية اشتملت على القيام بتحليل عاملي استكشافي أسفر عن وجود أربعة عوامل، كما تم إجراء عدة تحليلات توكيدية بعينات مختلفة، وجاءت جميع المؤشرات مقبولة في إشارة إلى جودة النموذج. كما تم حساب ثبات المقياس باستخدام معامل ثبات الفا ومعامل ثبات أوميغا وكانت القيم على التوالي للمقارنة الاجتماعية ٠,٨٩ و ٠,٨٩، وللأمل ٠,٨٧ و ٠,٨٩، وللتوقعات السلبية ٠,٩١ و ٠,٩١، ولانعدام الجدوى ٠,٧٩ و ٠,٧٩، وللمقياس ككل ٠,٩٤ و ٠,٩٥. كذلك تم حساب الصدق التقاربي لمقياس اليأس مع مقياس الوجدان الإيجابي والسلبي، ومقياس وجهة الحياه المعدل (لقياس التفاؤل في شكل توقع عام)، ومقياس الأمل للراشدين، وقد بلغت قيم معامل الارتباط بين اليأس والوجدان الإيجابي (-٠,٣٨) والوجدان السلبي (٠,٥٣)، وجهة الحياه (-٠,٦٣)، والأمل (-٠,٣٣).

وفي إطار البحث الحالي تم حساب مايلي: قبل أن تقوم الباحثة بإجراءات التحقق من صدق وثبات المقياس، قامت بحساب الاتساق الداخلي كمؤشر أولي لجودة المقياس من خلال حساب معاملات الارتباط بين درجة كل بند والدرجة الكلية لمكونه الفرعي، وكذلك إيجاد ارتباط كل مكون فرعي بالمجموع الكلي للمقياس، وقد تراوحت قيم معاملات الارتباط بين البند ومجموع مكونه الفرعي في مكون الأمل بين (٠,٥٦٢-٠,٨١٥)، كما تراوحت في التوقعات السلبية بين (٠,٥٥٥-٠,٧٨٨)، كذلك تراوحت في المقارنة الاجتماعية بين (٠,٣٣٣-٠,٧٣٣)، كذلك تراوحت في انعدام الجدوى بين (٠,٧٠٥-٠,٧٨٩)، كذلك بلغت قيم معاملات الارتباط بين المكونات الفرعية والدرجة الكلية للمقياس (٠,٦٨٨-٠,٨٩٧ - ٠,٨٦٨-٠,٧٥٢) للأمل والتوقعات السلبية والمقارنة الاجتماعية وانعدام الجدوى على التوالي وجميعها معاملات مقبولة تشير إلى تمتع المقياس باتساق داخلي جيد.



الشكل (٢) الشكل النهائي للتحليل العاملي التوكيدي لمقياس اليأس

وبعد التحقق من الاتساق الداخلي لبنود المقياس قامت الباحثة بالتحقق من إجراءات صدق وثبات المقياس كما يلي:

١. الصدق: تم التحقق من صدق المقياس من خلال الصدق العاملي التوكيدي باستخدام برنامج أموس ٢٦ Amos بتطبيق المقياس على عينة الكفاءة القياسية، وتم الحصول على مؤشرات حسن المطابقة لقائمة فقدان المتعة، وهو ما يوضحه جدول (٦)، كما يوضح الشكل (٢) النموذج النهائي لمقياس اليأس

جدول (٦) مؤشرات المطابقة لنموذج التحليل العاملي التوكيدي لمقياس اليأس

م	مؤشرات حسن المطابقة	قيمة المؤشر	المدى المثالي للمؤشر	القرار
١	مؤشر النسبة بين $\chi^2$ ودرجات الحرية (CMIN/df)	١,٧٧٥	أقل من ٥	مقبول
٢	مؤشر جودة المطابقة (GFI)	٠,٨٨٥	٠ إلى ١	مقبول
٣	مؤشر جودة المطابقة المصحح (AGFI)	٠,٨٥١	٠ إلى ١	مقبول

٤	مؤشر المطابقة المعياري (NFI)	٠,٨٣٩	٠ إلى ١	مقبول
٥	مؤشر المطابقة التزايد (IFI)	٠,٩٢٣	٠ إلى ١	مقبول
٦	مؤشر تاكر-لوييس (TLI)	٠,٩٠٨	٠ إلى ١	مقبول
٧	مؤشر المطابقة المقارن (CFI)	٠,٩٢٢	٠ إلى ١	مقبول
٨	مؤشر الجذر التربيعي لمتوسط مربعات خطأ الاقتراب (RMSEA)	٠,٠٥٦	٠,٠٥ فأقل أو ٠,٠٨ فأقل	مقبول

يتضح من جدول (٦) أن النموذج المفترض لمقياس اليأس قد أكد على عديد من المؤشرات الدالة على جودة المطابقة، فالنسبة بين كلاً ودرجات الحرية كانت (١,٧٧٥)، وهي أقل من (٥)، وبالتالي دلت على قبول النموذج، كما أن مؤشر جودة المطابقة، ومؤشر جودة المطابقة المصحح، ومؤشر المطابقة المعياري، ومؤشر المطابقة المقارن، ومؤشر المطابقة التزايد، ومؤشر تاكر لوييس كانت جميعها قيم مقبولة أشارت إلى تطابق أفضل للنموذج مع بيانات العينة، بالإضافة إلى أن مؤشر الجذر التربيعي لمتوسط مربعات خطأ الاقتراب جاء في الحدود المقبولة مما يدل على أن النموذج قد حظي بجودة مطابقة مقبولة.

٢. الصدق التقاربي: قامت الباحثة بالتحقق من صدق المقياس من خلال حساب درجة الارتباط بين المكونات الفرعية والدرجة الكلية لمقياس اليأس المستخدم في الدراسة الحالية مع مقياس الاكتئاب لبيك ترجمة عبد الفتاح (٢٠١٥)، وقد أسفر هذا الإجراء عن معاملات ارتباط مقبولة حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لمقياس اليأس والدرجة الكلية للاكتئاب (٠,٧٠٤)، كما بلغت قيم ارتباط الأمل/ والتوقعات السلبية/ والمقارنة الاجتماعية/ وانعدام الجدوى مع الدرجة الكلية للاكتئاب (٠,٣٨)، (٠,٦٩، ٠,٦٧، ٠,٤١) على التوالي وهي معاملات موجبة دالة عند مستوى ٠,٠١، مما يشير إلى تمتع المقياس بدرجة جيدة من الصدق.

### ٣. الثبات

ثم حساب معاملات ثبات ألفا كرونباخ والقسمة النصفية للأبعاد الفرعية والدرجة الكلية للمقياس بعد تصحيح الطول بمعادلة جتمان، وجدول (٧) يوضح هذه النتائج جدول (٧) معاملات ثبات ألفا كرونباخ والقسمة النصفية لمقياس اليأس

معاملات ثبات مقياس الحساسية للرفض			
معامل ثبات ألفا كرونباخ	ثبات القسمة النصفية قبل التصحيح	ثبات القسمة النصفية بعد التصحيح	
٠,٧٤٥	٠,٤٤٧	٠,٦١٨	الأمل
٠,٧٦٨	٠,٦٣١	٠,٧٧٣	التوقعات السلبية
٠,٧٥٥	٠,٦٢٢	٠,٧٦٦	المقارنة الاجتماعية
٠,٦١٥	٠,٤٦٣	٠,٦٥٣	انعدام الجدوى
٠,٨٨٨	٠,٨٠٢	٠,٨٨٤	الدرجة الكلية لليأس

يتضح من جدول (٧) أن قيم معاملات ثبات ألفا كرونباخ لمكونات الأمل/ والتوقعات السلبية/ والمقارنة الاجتماعية/ وانعدام الجدوى قد بلغ (٠,٧٤) و (٠,٧٦) و (٠,٧٥) و (٠,٦١) على التوالي، في حين بلغ للدرجة الكلية لمقياس اليأس (٠,٨٨)، كما بلغ معامل ثبات القسمة النصفية المصحح لنفس المكونات على التوالي (٠,٦١) و (٠,٧٧) و (٠,٧٦) و (٠,٦٥) كما بلغ معامل ثبات القسمة النصفية للدرجة الكلية (٠,٨٨) وهي معاملات ثبات جيدة وتشير إلى أن عبارات المقياس تقيس مضموناً واحداً.

نتائج البحث ومناقشتها

أولاً: نتائج الإحصاء الوصفي: بعد تطبيق المقاييس سالفة الذكر، تم التحقق من اعتدالية توزيع درجات العيّنة على أدوات البحث لدى كل من العاملات وغير العاملات، وقد تم وصف المتغيرات من حيث قيم المتوسط، ومعامل الالتواء (تنحصر قيمته بين  $1 \pm$ ) ومعامل التفلطح (تنحصر قيمته بين  $3 \pm$ ) ويوضح جدول (٨) هذه النتائج

جدول (٨) الإحصاء الوصفي لعيّنة العاملات وغير العاملات في متغيرات البحث

العمل	الأبعاد الفرعية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الالتواء		معامل التفرطح	
				القيمة	الخطأ المعياري	القيمة	الخطأ المعياري
العاملات ن= (١٨٨)	الدرجة الكلية لاجترار الأفكار	٩٦,٢٩	٢٥,٥٨	٠,١٨٧	٠,١٧٧	٠,٢٦٦-	٠,٣٥٣
	الدرجة الكلية لفقدان المتعة	١٥٥,٥٤	٢٧,٦٥	٠,٠٤٠	٠,١٧٧	٠,٢٥٩	٠,٣٥٣
	الدرجة الكلية لليأس	٥٤,٣١	١٠,٧٥	٠,١٧١	٠,١٧٧	٠,٣٤٣	٠,٣٥٣
غير العاملات ن= (٩٦)	الدرجة الكلية لاجترار الأفكار	١٠١,٥٥	٢٦,٩٢	٠,٥٥٣-	٠,٢٤٦	٠,٣٩٢-	٠,٤٨٨
	الدرجة الكلية لفقدان المتعة	١٦١,٨٠	٣١,٢٣	٠,٠٠٤-	٠,٢٤٦	٠,١٨٠-	٠,٤٨٨
	الدرجة الكلية لليأس	٥٨,٨١	١٢,٣٥	٠,١٥٢	٠,٢٤٦	٠,٠٢٩-	٠,٤٨٨

يتضح من جدول (٨) أن معاملات الالتواء لعيّنة العاملات وغير العاملات تراوحت بين  $(-١, +١)$ ، كما تراوحت قيمة معاملات التفلطح بين  $(\pm ٣)$ ، مما يشير إلى

اعتدالية توزيع درجات أفراد العينة على متغيرات الدراسة وإمكانية الاعتماد على الإحصاء المعلمي .

ثانياً: نتائج فروض الدراسة ومناقشتها

١- عرض نتائج الفرض الأول ومناقشتها

نص الفرض الأول على تسهم درجات كل من اجترار الأفكار ومكوناته، وفقدان المتعة ومكوناتها في التنبؤ بدرجات اليأس لدى العاملات وغير العاملات. ولاختبار صحة هذا الفرض استخدمت الباحثة أسلوب تحليل الانحدار المتعدد بالطريقة المتدرجة للتحقق من صحة هذا الفرض ويوضح جداول (٩-١٢) هذه النتائج:

أ. التنبؤ باليأس من خلال الدرجة الكلية لاجترار الأفكار

جدول (٩) نتائج تحليل الانحدار لتنبؤ الدرجة الكلية لاجترار الأفكار باليأس لدى العاملات وغير

العاملات

المتغيرات المستقلة	المتغير التابع	الثابت	معامل الانحدار B	الخطأ المعياري	قيمة Beta	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	معامل التحديد R <sup>2</sup>	قيمة ف والدلالة
اجترار الأفكار	اليأس لدى العاملات	٢٧,١٤٨	٠,٢٨٢	٠,٠٢٣	٠,٦٧١	١٢,٣٤٥	٠,٠١	٠,٤٥٠	**١٥٢,٤٠٩
اجترار الأفكار	اليأس- غير العاملات	٢٤,٢٣٢	٠,٣٤١	٠,٠٣٢	٠,٧٤٢	١٠,٧٣٨	٠,٠١	٠,٥٥١	**١١٥,٣٠٠

(\*\*) دالة عند ٠,٠١

يتضح من جدول (٩) النتائج التالية: فيما يتعلق بالتنبؤ باليأس لدى العاملات من الدرجة الكلية لاجترار الأفكار أشارت النتائج أن الدرجة الكلية لاجترار الأفكار تفسر

حوالي ٤٥٪ من التغيرات الحادثة في اليأس لدى العاملات؛ حيث بلغت قيمة " ف " ١٥٢,٤٠٩، وهي دالة عند مستوى ٠,٠١. وفيما يتعلق بالتنبؤ باليأس لدى غير العاملات فقد أشارت النتائج إلى أن الدرجة الكلية لاجترار الأفكار تفسر حوالي ٥٥٪ من التغيرات الحادثة في اليأس لدى غير العاملات، حيث بلغت قيمة " ف " ١١٥,٣٠٠، وهي دالة عند مستوى ٠,٠١.

ب. التنبؤ باليأس من خلال المكونات الفرعية لاجترار الأفكار

جدول (١٠) نتائج تحليل الانحدار المتعدد لتنبؤ المكونات الفرعية لاجترار الأفكار باليأس لدى العاملات وغير العاملات

المتغيرات المستقلة	المتغير التابع	الثابت	معامل الانحدار B	الخطأ المعياري	قيمة Beta	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	معامل التحديد R <sup>2</sup>	قيمة ف والدلالة						
أفكار لوم الذات	اليأس لدى العاملات ن=(١٨٨)	٢٩,٩٥٩	٠,٠٦٩	٠,٠٩٥	٠,٠٧٠	٠,٧٢٣	غير دالة	٠,٥١٢	**٤٧,٩١٢						
										أفكار الشعور بالدونية	٠,٧١٤	٠,٠٩٤	٠,٦٣٩	٧,٥٩٤	٠,٠١
										اجترار الكراهية الموجه للأخريين	٠,١٨٠	٠,١٤٦	٠,٠٨٤	١,٢٣٥	غير دالة
										أفكار اقتحامية غاضبة	٠,١١٠-	٠,٢٥٤	-	٠,٤٣٤	غير دالة

**٣٣,١٤٦	٠,٥٣٩	غير دالة	٠,٢٥٧	٠,٠٣٢	٠,١٤٠	٠,٠٣٦	٢٧,٤٢٦	اليأس لدى غير العاملات ن=٩٦	أفكار لوم الذات
		٠,٠١	٥,٣٨٢	٠,٦٢٤	٠,١٤١	٠,٧٥٨			أفكار الشعور بالدونية
		غير دالة	١,١٣٦	٠,١١٢	٠,٢٣٨	٠,٢٧٠			أفكار كراهية موجه للآخرين
		غير دالة	٠,٥١٨	٠,٠٦٠	٠,٣٨٢	٠,١٩٨			أفكار اقتحامية غاضبة

(\*\*) دالة عند ٠,٠١

أشارت النتائج الموضحة بجدول (١٠) فيما يتعلق بقدرة المكونات الفرعية لاجترار الأفكار على التنبؤ باليأس لدى العاملات إلى أن اجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة (أحد أبعاد اجترار الأفكار)، هو أكثر العوامل إسهاماً في التنبؤ باليأس لدى العاملات؛ حيث يسهم بقيمة ٥١٪ من قيمة التنبؤ باليأس لدى عينة العاملات، في حين لم تسهم باقي أبعاد اجترار الأفكار (أفكار لوم الذات، أفكار الكراهية والغضب الموجه للآخرين، أفكار اقتحامية غاضبة) في التنبؤ باليأس لدى العاملات. ويمكن كتابة معادلة التنبؤ على النحو التالي:- اليأس لدى العاملات = ٢٩,٩٥٩ + ٠,٧١٤ اجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة.

- أما فيما يتعلق بقدرة المكونات الفرعية لاجترار الأفكار على التنبؤ باليأس لدى غير العاملات، فقد أشارت النتائج إلى أنه يمكن التنبؤ باليأس لدى غير العاملات من خلال اجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة (أحد أبعاد اجترار الأفكار)، وهو أكثر العوامل إسهامًا في التنبؤ باليأس لدى غير العاملات؛ حيث يسهم بحوالي ٥٤٪ من قيمة التنبؤ باليأس لدى عينة غير العاملات، في حين لم تُسهم باقي أبعاد اجترار الأفكار (أفكار لوم الذات، أفكار الكراهية والغضب الموجه للآخرين، أفكار احتمالية غاضبة) في التنبؤ باليأس لدى غير العاملات. ويمكن كتابة معادلة التنبؤ على النحو التالي:- اليأس لدى غير العاملات = ٢٧,٤٢٦ + ٠,٧٥٨ . أفكار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة.

### ج- التنبؤ باليأس من خلال الدرجة الكلية لفقدان المتعة

جدول (١١) نتائج تحليل الانحدار لتنبؤ الدرجة الكلية لفقدان المتعة باليأس لدى

#### العاملات وغير العاملات

المتغيرات المستقلة	المتغير التابع	الثابت	معامل الانحدار B	الخطأ المعياري	قيمة Beta	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	معامل التحديد R <sup>2</sup>	قيمة ف والدلالة
فقدان المتعة	اليأس لدى العاملات	٢٠,٠٩٠	٠,٢٢٠	٠,٠٢٤	٠,٥٦٦	٩,٣٥٩	٠,٠١	٠,٣٢٠	*٨٧,٥٨٥
فقدان المتعة	اليأس-غير العاملات	١٤,٩٩٨	٠,٢٧١	٠,٠٣٠	٠,٦٨٥	٩,١١٢	٠,٠١	٠,٤٦٩	*٨٣,٠٢٣

(\*\*) دالة عند ٠,٠١

أشارت النتائج الموضحة بجدول (١١) :- فيما يتعلق بالتنبؤ باليأس لدى العاملات من خلال الدرجة الكلية لفقدان المتعة أن الدرجة الكلية لفقدان المتعة تفسر حوالي ٣٢٪ من التغيرات الحادثة في اليأس لدى العاملات، حيث بلغت قيمة " ف " حوالي ٨٧,٥٨٥، وهي دالة عند مستوى ٠,٠١. أما فيما يتعلق بالتنبؤ باليأس لدى غير العاملات

من خلال الدرجة الكلية لفقدان المتعة فقد أشارت النتائج إلى أن الدرجة الكلية لفقدان المتعة تفسر حوالي ٤٧٪ من التغيرات الحادثة في اليأس لدى غير العاملات، حيث بلغت قيمة " ف " للنموذج ٨٣,٠٢٣، وهي دالة عند مستوى ٠,٠١.

د. التنبؤ باليأس من خلال المكونات الفرعية لفقدان المتعة

جدول (١٢) نتائج تحليل الانحدار المتعدد لتنبؤ المكونات الفرعية لفقدان المتعة باليأس لدى العاملات وغير العاملات

المتغيرات المستقلة	المتغير التابع	الثابت	معامل الانحدار B	الخطأ المعياري	قيمة Beta	قيمة "ت"	مستوى الدلالة	معامل التحديد R <sup>2</sup>	قيمة ف والدلالة	معامل التحديد لكل متغير
فقدان المتعة المعرفي	اليأس لدى العاملات	١٩,٦١٧	٠,٢٨٦	٠,٠٧٠	٠,٣٧٢	٥,٥٣٦	٠,٠١	٠,٤١٠	**٣١,٨٥٢	٠,٢٦٠
فقدان المتعة الانفعالي		٠,٢٣٨-	٠,٠٩٨	٠,١٧٩-	٠,٠٥٥	٢,٤١٦	٠,٠٥			٠,٠٠٢
فقدان المتعة الاجتماعي		٠,٢٠٩	٠,٠٨٢	٠,١٧٢	٠,٠٥٥	٢,٥٤١	٠,٠٥			٠,٠٥٤
فقدان المتعة الجسدي		٠,٤٦٥	٠,٠٨٦	٠,٣٨٦	٠,٠١	٥,٤١١	٠,٠١			٠,٠٩٤
فقدان المتعة المعرفي	اليأس لدى غير العاملات	١٤,٨٦٩	٠,٣١١	٠,١١١	٠,٢٩٠	٢,٧٨٨	٠,٠١	٠,٤٩٧	**٢٢,٥٢١	٠,٠٦٩
فقدان المتعة الانفعالي		٠,٠٥٢-	٠,١٨٧	٠,٠٣٣-	غير دالة	٠,٢٧٦				-
فقدان المتعة الاجتماعي		٠,٢٩٧	٠,١١٨	٠,٢٤٦	٠,٠٥	٢,٥٠٩	٠,٠٥			٠,٠٤٥
فقدان المتعة الجسدي		٠,٤٩٠	٠,١٣٢	٠,٣٧٢	٠,٠١	٣,٧٠١	٠,٠١			٠,٣٨٣

(\*\*) دالة عند ٠,٠١

(\*) دالة عند ٠,٠٥

- أشارت النتائج الموضحة بجدول (١٢) فيما يتعلق بالتنبؤ باليأس من خلال المكونات الفرعية لفقدان المتعة لدى العاملات أن أبعاد فقدان المتعة مجتمعة تفسر حوالي ٤١٪ من التغيرات الحادثة في اليأس لدى العاملات؛ حيث بلغت قيمة " ف " ٣١,٨٥٢، وهي دالة عند مستوى ٠,٠١، ويمكن كتابة معادلة التنبؤ على النحو التالي:- اليأس لدى العاملات = ١٩,٦١٧ + ٣,٨٦٠، فقدان المتعة المعرفي-٢٣٨، فقدان المتعة الانفعالي + ٢,٠٩، فقدان المتعة الاجتماعي + ٤٦٥، فقدان المتعة الجسدي

- أما فيما يتعلق بالتنبؤ باليأس من خلال المكونات الفرعية لفقدان المتعة لدى غير العاملات فقد أشارت النتائج إلى أن أبعاد فقدان المتعة مجتمعة تفسر حوالي ٤٩,٧٪ من التغيرات الحادثة في اليأس لدى غير العاملات فيما عدا فقدان المتعة الانفعالي؛ حيث بلغت قيمة " ف " ٢٢,٥٢١، وهي دالة عند مستوى ٠,٠١، ويمكن كتابة معادلة التنبؤ على النحو التالي:- اليأس لدى غير العاملات = ١٤,٨٦٩ + ٣,١١٠، فقدان المتعة المعرفي + ٢,٩٧، فقدان المتعة الاجتماعي + ٤٩٠، فقدان المتعة الجسدي.

وفيما يتعلق بقدرة اجترار الأفكار على التنبؤ باليأس لدى العاملات وغير العاملات فتفسر الباحثة النتيجة الحالية في ضوء أن اجترار الأفكار هو تفكير سلبي متكرر ينطوي على التفكير في مواقف الإساءة وإعادة تذكرها بشكل مستمر وإثارها للغضب ومشاعر الكراهية الموجهة للآخرين في كل مره يتم تذكر هذه المواقف فيها، والغرق في لوم الذات وإلقاء المسؤولية على الذات، وتدفق الأفكار الناقدة والمحطمة للذات، واستمرار هذه الأفكار بلا توقف حتمًا ستؤثر في مشاعر وانفعالات الفرد وسلوكياته، وإذا ما كانت سمة مستقرة وثابتة في شخصيته يتناول ويفسر الفرد من خلالها كل ما يمر به من مواقف، مركّزًا على كل ماهو سلبي وجاذبًا لكل ماهو سلبي، وناكرًا لأي شعور إيجابي، ونظرًا لأن هذا الاجترار سيزيد من إدراكه واستشعاره للضغوط في حياته مهما كان الموقف بسيطًا،

وكان هذه السلبية وهذا التشاؤم والاستسلام والعجز أصبح أسلوبًا لحياته خاصة إذا لم يكن مصحوبًا بأي محاولة لتغيير الأوضاع، فإن هذا الاجترار اللا منتهي سيعزز الشعور بفقدان الأمل في أي شئ ايجابي أو أي حدث ينطوي على أي نوع من أنواع التغيير؛ فيفقد الفرد شعوره وإحساسه بالهدف والمعنى في حياته، وينتهي به الحال إلى الشعور باليأس، وفقدانه الأمل في ذاته قبل الآخرين .

كما يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء طبيعة اجترار الأفكار وسيطرته على انتباه الفرد، واستشعاره لفقدان القدرة على التحكم. ويُعدّ الإحساس بالتحكم من العوامل التي تؤدي دورًا مهمًا في ظهور أعراض اليأس، لأنه مرتبطٌ بشكل وثيق بالأنظمة العصبية الأساسية المشاركة في دافع الاقتراب والتجنب؛ فالإحساس المنخفض بالتحكم يقلل السلوكيات الموجبة نحو الاقتراب ويزيد من التجنب السلوكي، ويشير الإحساس بالتحكم إلى العملية الواعية التي تُحدد خلالها أنّ حدثًا ما قابلٌ للإدارة، أو يمكن اعتباره إلى أي مدى يُؤمن الفرد بأنّه يمتلك الموارد والقدرة على إدارة حدثٍ ما، أو هو اعتقاد الفرد إلى أي مدى يُمكنه سلوكه من ممارسة التحكم على مؤثرٍ مُسبّب للضغط له تأثيرات عميقة على استجاباته العصبية النفسية والسيولوجية. ومن منظورٍ عصبيّ؛ فإن السلوكيات المُحفزة تتأثر بشكلٍ كبيرٍ بقابلية الحدث للإدارة من خلال تقلبات مستويات الدوبامين، وقد أُشير إلى عملية التعلم بأن النتائج غير قابلة للإدارة من خلال التعرض المتكرر لمؤثرات سلبية غير مرتبطة بالتوقعات أدت إلى عجز في أداء الدافع (مثل الفشل في الهروب)، والمعرفة (مثل الفشل في تعلم علاقة مرتبطة جديدة)، والانفعالات (مثل الاستثارة الفسيولوجية) وهو ما أدى إلى فرضية العجز المتعلم التي تفترض أن الكائن الحي عندما يصبح واعيا وتوقع أنّ سلوكه مستقلّ عن نتيجة المؤثر المُسبّب للضغط (أي توقع مستقبلي لاستقلال الاستجابة عن التعزيز)، فإنه ينتج استجاباتٍ غير تكيفية من النواحي الدافعية، والمعرفية، والوجدانية (MacAulay et al., 2014:25)

ووفقًا لما أورده Abramson et al. ١٩٨٩، فإن الأفراد الذين يُدركون ويفسرون الأحداث السلبية في الحياة على أنها منسوبة لأسباب ثابتة ("ستكون دائمًا بهذه الطريقة") وكلية ("الأمور تسير بهذه الطريقة في معظم مجالات حياتي") أو كانوا متشائمين (أي، يفتقرون إلى الثقة في إمكانية تحقيق الأهداف المستقبلية)، هم أكثر عُرضة لاعتبار الموقف ميئوسًا منه، أي هؤلاء الذين يجتروا ويفكرون سلبياً وبشكل متكرر ويكون محتوى أفكارهم معتمداً على هذا التفسير، سيكونون عرضة لتطوير اليأس والذي سيؤدي لاكتئاب اليأس بعد كل حدث ضغط سلبي، حيث يتنقلون من اجترار القلق بشأن السيطرة والنتيجة، إلى العجز ونقص اليقين بشأن النتيجة، إلى اليأس الذي ينتج عن نقص السيطرة ويقين حدوث نتيجة سلبية Hirsch, (2003;Winning, 1994).

وقد تم الإشارة إلى أن عملية اجترار المعارف والادراكات غير التكيفية هي التي تحافظ على الضيق وتزيده سوءاً، وليس ما إذا كانت هذه الإدراكات تتخذ شكل صور ذهنية أو فكر لفظي. كما تقترح نظرية اليأس بوساطة الانتباه<sup>١٢</sup> (أي تركيز الانتباه على السلب فقط)، والتي تستند إلى نظرية التنظيم الذاتي، أن الأفراد الذين يعانون من نقاط ضعف معرفية مثل الاجترار قد لا يتمكنون من إكمال خطوات التنظيم الذاتي الناجح أي تحديد التناقض بين الرغبة والواقع، وتوليد الحلول لتخفيف الضيق بسبب التناقض، وتنفيذ الحل، ومن خلال الاهتمام بشكل انتقائي بأسباب وعواقب ضائقتهم، قد يصبح الأفراد الذين يجتروا محاصرين في المرحلة الأولية على الرغم من قدرتهم على تحديد والتفكير في وضعهم، فإن الاجترار المزمع قد يعيق قدرتهم على حل المشكلات أو اتخاذ إجراء لتخفيف ضائقتهم، فقد يرى هؤلاء الأفراد ضائقتهم على أنها لا مفر منها ولا يمكن السيطرة عليها، مما يؤدي إلى الشعور باليأس. وهكذا، قد يكون اليأس نتيجة معرفية للاجترار (Miranda et al., 2013 ; Lawrence et al., 2023)

<sup>12</sup> The Attention-Mediated Hopelessness Theory

وفي إطار فهم كيفية تأثير الاجترار الإيجابي والتفكير الإيجابي على كل من الوجدان الايجابي والسلبي، تؤكد نظريات التقييم أن الأحداث يتم تصنيفها على أنها إيجابية أو سلبية بناءً على التفسيرات المعرفية لأحداث معينة والتأثير الناتج عن تلك الأحداث، ويمثل الاجترار إحدى الطرق التي يمكن بها تصنيف الأحداث على أنها إيجابية (من خلال الاجترار الإيجابي) أو سلبية (من خلال الاجترار السلبي) على سبيل المثال، قد يفسر الفرد حدث حضور أي فعالية على أنه إيجابي من خلال الانخراط في اجترار إيجابي مثل، "أشعر بالنشاط الشديد لهذا اليوم" أو "أنا أستمتع حقًا بتعلم شئ جديد". وبدلاً من ذلك، قد يفكرون أيضاً استجابة لهذا الحدث من خلال تأييد أفكار مثل "لست كفؤاً بما يكفي في هذا المجال" أو "أشعر بالإحباط الشديد لدرجة أنني مضطر للحضور طوال اليوم". قد توجد استجابات اجترار كهذه داخل نفس الشخص، الذي يقوم بعد ذلك بتصنيف الحدث على أنه إيجابي أو سلمي اعتماداً على المحتوى الوجداني للاجترار. وبالتالي؛ فإن جميع الأحداث لديها القدرة على إثارة وجدان ايجابي أو سلمي مع تأثير قيمة تجربة معينة بكيفية تفسير الحدث إدراكياً. وهو ما يؤكد على خطورة الاجترار السلبي الذي يتبناه الفرد في تفسيره لكل أحداث حياته والذي يؤدي باستمراره إلى تطوير مشاعر اليأس حيث يعمل على تضخيم الوجدان السلبي ويوجه الانتباه إليه مما يؤدي لزيادة شدة تجربته (Harding & Mezulis, 2017).

ويُعدّ الاجترار أكثر تجنباً ويمكن أن يدفع الناس إلى الاعتقاد بأن النتائج لا يمكن السيطرة، كما أن الفشل المستمر يؤدي إلى زيادة التقييم الذاتي السلبي ويصبح الأفراد أقل تحفيزاً لتحقيق أهدافهم؛ لأنهم يطورون شعوراً باليأس؛ فالتقييمات السلبية للذات تؤدي إلى الشعور بالاكئاب واليأس. وقد تم اقتراح أن مشاعر اليأس تزيد من احتمالية أن تؤدي الأفكار المجتررة إلى التفكير في الانتحار. وبالتالي، فإن اليأس نفسه قد يعمل كوسيط بين الاجترار وأعراض الاكتئاب التي تؤدي إلى أفكار التدمير الذاتي (Moore, 2015)

وفي ضوء الأطر النظرية فإن نظرية أنماط الاستجابة تؤكد على أن الاجترار هو سلسلة من الأفكار التي تركز الانتباه على الحالة المزاجية السلبية وأعراض الضيق وعلى الأسباب والعواقب المحتملة لهذه الأعراض، وأسبابها، وتداعياتها، وعواقبها، ويُعتقد أن هذا التركيز السلبي على الحالة المزاجية يعمل على إدامة وتعزيز الوجدان السلبي؛ لأن التفكير يعزز تأثيرات المزاج السلبي على التفكير، ويضعف حل المشكلات الفعال، ويتداخل مع السلوك الآلي، ويؤدي إلى تآكل الدعم الاجتماعي. كما أكدت النظرية على أن النساء لديهن ميل أكبر للتفكير في أعراض الضيق مقارنة بالرجال، وقد تتطور هذه الأعراض بين الأشخاص الذين يعانون من التفكير المزمن و تصبح أكثر حدة وصولاً للاكتئاب واليأس (Lewis, 2020 ; Johnson & Whisman, 2013). كذلك تم التأكيد على أن الأفراد عندما يواجهون تناقضاً بين النتيجة المرجوة والنتيجة الفعلية مثل حدث سلبي تمامًا في الحياة، يتحول انتباههم إلى هذا التناقض من أجل حله أو تقليله، كما تم افتراض أن الأفراد المعرضين إدراكياً للاكتئاب أقل احتمالية لتوليد حلول ناجحة لهذا التناقض، وبالتالي، غير قادرين على إعادة توجيه انتباههم ويصبحون محاصرين في حلقة مفرغة من التنظيم الذاتي المتكرر. هذا الاهتمام المطول، والمتكرر بالتناقض يعادل اجترار الأفكار، وبناءً عليه من المتوقع أن تزيد هذه الحلقة المفرغة من اليأس (Smith et al., 2006).

كما أشارت Nolen-Hoeksema في تفسيرها للعلاقة بين اجترار الأفكار واليأس إلى أن الاجترار قد يدفع الأفراد إلى تجنب اتخاذ إجراء لتغيير ظروفهم من خلال تطوير الاعتقاد بأن وضعهم ميئوس منه وأن أي محاولات لتغييره ستكون غير فعالة؛ فالأفراد الذين لديهم مستويات مرتفعة من الاجترار يظهرون مستويات أعلى من اليأس مقارنةً بذوي المستويات المنخفضة من الاجترار، ويُعتقد أن حالة الاجترار تحافظ على مشاعر الاكتئاب واليأس أو تؤدي إلى تفاقمها؛ لأنها تحافظ على الإدراك والذكريات والتفسيرات السلبية وتتداخل مع حل المشكلات النشط (Domke et al., 2023). وقد أشار كل من

Harding & Mezulis (2017) إلى أنه وبرغم ارتباط الاجترار السلبي بمشاعر الاكتئاب واليأس؛ فإن الاجترار الإيجابي الأكبر لم يتنبأ بانخفاض أعراض الاكتئاب بشكل عام، في إشارة إلى أن الاجترار الإيجابي الأكبر يتنبأ تحديداً بانخفاض أعراض فقدان المتعة.

كذلك أشارت دراسة Smith et al. (2006) إلى أن اليأس كان وسيطاً جزئياً في العلاقة بين اجترار الأفكار والتفكير الانتحاري، كما أن اجترار الأفكار قد تنبأ أيضاً بوجود أفكار انتحارية بشكل مباشر، بما يتجاوز تأثيره غير المباشر من خلال اليأس. كذلك كان اليأس وسيطاً كلياً في العلاقة بين اجترار الأفكار ومدة الأفكار الانتحارية. وبالتالي، قد يكون اجترار الأفكار مساهماً بشكل مباشر في الخطورة المعرفية والتي ترتبط بالانتحار من خلال الاجترار، والاجترار يتنبأ بالانتحار من خلال زيادة اليأس.

وفيما يتعلق بقدرة فقدان المتعة على التنبؤ باليأس فقد وُجد أن أولئك الذين يُعانون من فقدان المتعة يُظهرون مستويات أعلى من الانسحاب الاجتماعي والضعف الاجتماعي والتجنب وتفاعل المزاج والاجترار في الأحداث الماضية و تغير المزاج اليومي، وبالتالي فهم أكثر قابلية للإصابة باليأس (Buckner et al., 2008). وقد أشارت دراسة Wallace (2010) إلى وجود ارتباط موجب بين أسلوب التجنب واليأس، وهو ما يُشير إلى أن زيادة الاتجاهات نحو التجنب مقابل مواجهة المشكلات بشكل مباشر أدت إلى زيادة مشاعر اليأس، وأدت بشكل كبير إلى زيادة أفكار/ سلوك الانتحار، كما وجد أن هناك علاقة موجبة بين السيطرة الشخصية على العواطف واليأس، مما يُشير إلى أن السيطرة الشخصية على العواطف مهمة في تقليل اليأس. كما أكدت دراسة (Yang et al. 2020) في دراستين منفصلتين اهتمت بفحص فقدان المتعة الاجتماعي بشكل خاص، على وجود ارتباط بين المستويات الأعلى من فقدان المتعة الاجتماعي الناتج عن الحالة بزيادة مشاعر اليأس ووجود النية الانتحارية، بينما ارتبطت المستويات الأعلى من فقدان المتعة الاجتماعي الناتج عن السمة بشكل غير مباشر من خلال تأثيراتها على عوامل خطر الانتحار الأخرى، وذلك بسبب ارتباط فقدان المتعة الاجتماعي بالشعور بأن الشخص لا

ينتهي إلى مجموعة، حيث يُعد الانتماء أساسياً لتشكيل الدافع للحفاظ على العلاقات الاجتماعية، وقد يعتمد هذا الدافع على كل من الارتباط الخارجي كالشعور بالمتعة من الآخرين، والحب/الرحمة كعوامل داخلية، لذلك، قد يؤدي ضعف قدرة الشعور بالمتعة من العلاقات الاجتماعية الخارجية إلى انخفاض دافع الانضمام إلى الأنشطة الاجتماعية وبالتالي شعورهم بالوحدة ووجود احتياجات غير مُلباة، كالحاجة إلى الكفاءة الاجتماعية، والشعور بالإقصاء والعبء والألم النفسي، مما قد يؤدي بعد ذلك إلى تطور مشاعر اليأس والتي بدورها قد تؤدي أيضاً إلى زيادة احتمال النية الانتحارية.

كذلك أشارت نتائج دراسة (Assaad, 2016) إلى أن فقدان المتعة الاجتماعي قد تنبأ بشكل سلبي بالرضا، مما يشير إلى أن الأفراد كلما زاد فقدانهم للمتعة الاجتماعية، قل رضاهم عن علاقاتهم. أي، كلما زاد فقدانهم للمتعة الاجتماعية، قل اعتبارهم للعلاقات كمكافأة وازداد اعتبارهم لها كمكلفة، كما أن الأشخاص ذوي فقدان المتعة الاجتماعية لديهم مستوى منخفض من الوجدان الإيجابي، و مستوى عال من الوجدان السلبي. كما تنبأ فقدان المتعة الاجتماعي بانخفاض مستويات التقدير للشريك، مما يعني أن الأشخاص المصابين بفقدان المتعة الاجتماعية ينظرون إلى شركائهم بشكل أكثر سلبية من الأشخاص الذين لا يعانون من فقدان المتعة الاجتماعية.

وقد أشار Beck إلى اليأس على أنه نمط معرفي إسنادي، وقد تم صياغته ضمن نموذج الضغط والضعف المعرفي الذي يفترض أن بعض الأفراد يُظهرون ضعفاً تجاه الحالات الوجدانية والمشاعر السلبية؛ بسبب ميلهم إلى عزو الأحداث السلبية في الحياة إلى عوامل داخلية، ويرونها على أنها ظروف مستقرة وثابتة، ويفسرونها على أنها أحداث كلية (بدلاً من محددة) (Pretorius & Padmanabhanunni, 2024). ويتطور اليأس من التوقعات السلبية للأحداث المستقبلية بالإضافة إلى أنماط التفكير السلبية، والتي يشار إليها على أنها مواقف غير فعالة، واستدلالات سلبية، ويُعدّ التفاعل بين أنماط التفكير والأحداث السلبية ذو أهمية من خلال قدرته على التنبؤ بأعراض الاكتئاب، كما أن

التعرض لليأس والاكتئاب وفقاً لبيك ينشأ من معتقدات الفرد وقواعده الكلية للسعادة (أي تلك المتعلقة بالكمال والأداء والقيمة الذاتية)، بينما يعزو Abramson التعرض إلى الاستدلالات حول سبب وعواقب وأثر الأحداث السلبية في الحياة على الذات (Drinkwater et al., 2023). وقد أشارت دراسة عبد الوهاب (٢٠١٨) إلى وجود علاقة بين الشعور باليأس والوحده النفسية وأحداث الحياة الضاغطة.

وفيما يتعلق بقدرة اجترار مشاعر الدونية وانخفاض القيمة تحديداً على التنبؤ باليأس لدى كل من العوامل وغير العوامل فتفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء طبيعة اجترار مشاعر الدونية وانخفاض القيمة والذي قد يتضمن تقييم الأفراد لأنفسهم تقييماً منخفضاً لا يشمل سوى التركيز على أوجه القصور والعيوب وتحميل النفس أكثر مما تحتمل وتستحق، والنظر الى الذات بشكل سلبي وانخفاض المشاعر الايجابية، وعدم قبول الفرد لنفسه وشعوره بخيبة الأمل والنقص عند مقارنة نفسه بالآخرين، والتقليل من قيمة الفرد الذاتية والتقليل من قيمة أي مجهود مبذول، ويصبح هذا الاتجاه بمثابة حكم ثابت وإطار مرجعي يرى الفرد نفسه من خلاله ويفسر في ضوءه جميع مواقف وتفاعلات حياته، وبالتالي التأثير على جميع الجوانب الشخصية للفرد بشكل سلبي، وزيادة الشعور بالمعاناة والعجز واليأس.

كما أن اجترار مشاعر الدونية قد يكون له بالغ الأثر على المزاج باستخدام تفسيرات اكتئابية للأحداث السلبية في الحياة؛ حيث إن استجابات الاجترار، بدورها، تُعزز التفكير السلبي من خلال تعزيز تأثيرات المزاج السلبي على معالجة المعلومات، حيث يؤدي الاجترار على استمرار والحفاظ على المعتقدات غير الوظيفية من اللوم الذاتي المفرط أو التعميم المفرط أو التفكير الثنائي، مما يؤدي بدوره إلى المزيد من الأفكار السلبية، وزيادة التوقعات السلبية بشأن المستقبل (Lam et al., 2003).

وقد أشارت دراسة Ramos-Cejudo et al. (2017) أن وجود ارتباط موجب بين اجترار الأفكار واستراتيجيات التنظيم المعرفي الوجداني غير التكميلية مثل التهويل،

وإلقاء اللوم على الآخرين، وإلقاء اللوم على الذات، ويمكن لهذه الاستراتيجيات غير التكيفية أن تفسر المشكلات المرتبطة بنقص التكيف الاجتماعي. كما أكدت دراسة Trick et al. (2019) على أن المجترن يفقدون إلى الثقة في جودة حلولهم للمشاكل ويكونون أقل عرضة لتنفيذ هذه الحلول، ويرتبط حل المشكلات السيئ بشكل استباقي بأعراض الاكتئاب والقلق ويتوسط ارتباط أحداث الحياة الضاغطة بالاكتئاب والقلق، والمجترات بشكل خاص تنخرطن في سلوكيات تؤدي إلى تآكل الدعم الاجتماعي مثل فرض مطالب عاطفية وعملية مرتفعة على أعضاء شبكتهم الاجتماعية، والسعي المفرط إلى الطمأنينة، وخلق الصراعات والاضطرابات في علاقاتهم الشخصية بسبب عدم الرضا عن الدعم المدرك، وفي المقابل، ارتبط عدم القدرة على تكوين علاقات وثيقة والحفاظ عليها، وانخفاض توافر الدعم الاجتماعي، وعدد أعضاء الشبكة المقربين، بالاكتئاب والقلق وتدهور نوعية الحياة والاصابة باليأس

وقد اتسقت النتيجة الحالية مع دراسة (1997) Whisman, & Pinto والتي أشارت إلى وجود ارتباط بين انخفاض تقدير الذات واليأس، كما أشارت دراسة Yoo et al. (2015) إلى أهمية انخفاض تقدير الذات كُبعد نفسي وثيق له علاقه بالانتحار. وهو ما أكدته أيضًا دراسة (2007) Chioqueta & Stiles حيث أشارت إلى أن رضا الحياة وتقدير الذات هما منبئان مستقلان بانخفاض مستويات اليأس لدى عينات غير إكلينيكية .

وفيما يتعلق بعدم قدرة فقدان المتعة الانفعالي على التنبؤ باليأس لدى غير العاملات فربما يعزى ذلك إلى الأهمية المدركة للحدث؛ حيث يُفترض أنه إذا وُجِدَ أن الحدث مهم، فإن احتمال الإصابة بالاكتئاب واليأس يزداد، وهو ما يتسق مع فرضية الضعف المحددة، والتي تشير إلى أنه إذا تطابقت مجالات أهمية الشخص (على سبيل المثال، المجال بين الأشخاص) مع أحداث حياة سلبية (أزمة بين الأشخاص)، فإن

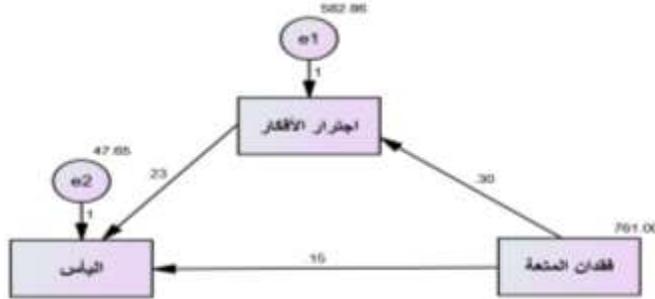
الشخص يكون أكثر عرضة ليصبح ميئوساً منه، وبالتالي، مُصاباً بالاكتئاب, Winning (1994).

وفي ضوء النتيجة الحالية ترى الباحثة أن الفتيات والسيدات غير العاملات قد لا يعطين أهمية كبيرة لشعورهن بالمتعة الانفعالية أثناء ممارسة الأنشطة والمهام وخاصةً المتزوجات منهن، أو قد يغفلن أو لا ينتهين أو يقللن من أهمية مثل هذا الشعور، حيث يمارسن المهام اليومية بشكل تلقائي أو روتيني بصرف النظر عن استمتاعهن من عدمه، وبالتالي عدم وجود هذا الشعور وفقدانهن لهذه المتعة لا تؤثر بالقدر الكبير الذي يجعل له دوراً منبئاً باليأس لديهن، بقدر تقديرهن لأهمية شعورهن بالمتعة المعرفية أو الجسدية أو الاجتماعية.

## ٢- عرض نتائج الفرض الثاني ومناقشتها

نص الفرض الثاني على أنه توجد مسارات سببية مباشرة وغير مباشرة بين فقدان المتعة واليأس من خلال اجترار الأفكار لدى العاملات وغير العاملات. وللتحقق من مطابقة النموذج تم استخدام أسلوب تحليل المسار Path Analysis من خلال برنامج Amos 22 لنمذجة المدخلات وهي فقدان المتعة كمتغير مستقل واجترار الأفكار كمتغير وسيط واليأس لدى العاملات وغير العاملات كمتغير تابع. وسوف تقوم الباحثة بإجراء النموذج مرة من خلال الدرجة الكلية لكل من اجترار الأفكار وفقدان المتعة لدى العاملات وغير العاملات، ومرة أخرى من خلال المكونات الفرعية لكل من اجترار الأفكار وفقدان المتعة لدى العاملات وغير العاملات، والأشكال التالية توضح النماذج المقترحة:

أ. الدرجة الكلية لاجترار الأفكار كمتغير وسيط، والدرجة الكلية لفقدان المتعة كمتغير مستقل، واليأس كمتغير تابع لدى العاملات



شكل (٣) النموذج المقترح للمسارات السببية بين الدرجة الكلية لفقدان المتعة كمتغير مستقل والدرجة الكلية لاجترار الأفكار كمتغير وسيط واليأس لدى العاملات أشارت نتائج مؤشرات حسن المطابقة إلى أن نموذج تحليل المسار قد حاز على قيم جيدة؛ حيث كانت قيمة كاي ٢٤ غير دالة، ووقعت قيم بقية المؤشرات في المدى المثالي لها، مما يدل على تطابق جيد للبيانات مع النموذج.

جدول (١٣) القيم المعيارية لقيم النموذج بين فقدان المتعة واجترار الأفكار واليأس لدى العاملات

المتغيرات والمسارات السببية	معامل الانحدار	معامل الانحدار المعياري	الخطأ المعياري S.E	القيم الحرجة C.R.	الدلالة
فقدان المتعة ← اجترار الأفكار	٠,٢٩٩	٠,٣٢٤	٠,٠٦٤	٤,٦٧٩	٠,٠١
اليأس ← فقدان المتعة	٠,١٥١	٠,٣٨٩	٠,٠١٩	٧,٨٣٠	٠,٠١
اليأس ← اجترار الأفكار	٠,٢٢٩	٠,٥٤٥	٠,٠٢١	١٠,٩٦١	٠,٠١

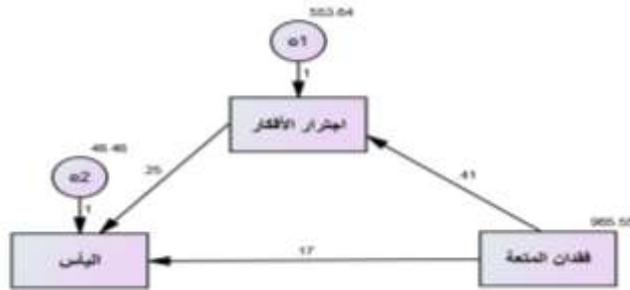
جدول (١٤) التأثير المباشر وغير المباشر بين فقدان المتعة واجترار الأفكار واليأس لدى العاملات

المتغيرات		المتنبأ بها	
المتغير المستقل	المؤشر	المتغير الوسيط	المتغير التابع
		(اجترار الأفكار)	(اليأس)
فقدان المتعة	التأثير المباشر	**،٢٩٩	**،١٥١
	التأثير المباشر المعياري	**،٣٢٤	**،٣٨٩
	التأثير غير المباشر	-	**،٠٦٩
	التأثير غير المباشر المعياري	-	**،١٧٦
	التأثير الكلي	**،٢٩٩	**،٢٢٠
	التأثير الكلي المعياري	**،٣٢٤	**،٥٦٦
اجترار الأفكار	التأثير المباشر	-	**،٢٢٩
	التأثير المباشر المعياري	-	**،٥٤٥
	التأثير غير المباشر	-	-
	التأثير غير المباشر المعياري	-	-
	التأثير الكلي	-	**،٢٢٩
	التأثير الكلي المعياري	-	**،٥٤٥

(\*) دالة عند ٠،٠٥ (\*\*\*) دالة عند ٠،٠١

أشارت نتائج جداول (١٣- ١٤) إلى وجود مسار موجب مباشر دال إحصائياً لفقدان المتعة على اليأس، كما وجد مسار موجب مباشر دال إحصائياً لفقدان المتعة على اجترار الأفكار، كما وجد مسار موجب مباشر دال إحصائياً لاجترار الأفكار على اليأس.

ب. الدرجة الكلية لاجترار الأفكار كمتغير وسيط، والدرجة الكلية لفقدان المتعة كمتغير مستقل، واليأس كمتغير تابع لدى غير العائلات



شكل (٤) النموذج المقترح للمسارات السببية بين الدرجة الكلية لفقدان المتعة كمتغير مستقل والدرجة الكلية لاجترار الأفكار كمتغير وسيط واليأس لدى غير العائلات.

أشارت نتائج مؤشرات حسن المطابقة إلى أن نموذج تحليل المسار قد حاز على قيم جيدة؛ حيث كانت قيمة كاي ٢٤ غير دالة، ووقعت قيم بقية المؤشرات في المدى المثالي لها، مما يدل على تطابق جيد للبيانات مع النموذج.

جدول (١٥) القيم المعيارية لقيم النموذج بين فقدان المتعة واجترار الأفكار واليأس لدى غير العاملات

المتغيرات والمسارات السببية	معامل الانحدار	معامل الانحدار المعياري	الخطأ المعياري S.E	القيم الحرجة C.R.	الدلالة		
						اجترار الأفكار	فقدان المتعة
الليأس ← اجترار الأفكار	٠,٤١٢	٠,٤٧٨	٠,٠٧٨	٥,٢٩٨	٠,٠١		
الليأس ← فقدان المتعة	٠,١٦٩	٠,٤٢٨	٠,٠٢٦	٦,٦٠٧	٠,٠١		
الليأس ← اجترار الأفكار	٠,٢٤٧	٠,٥٣٨	٠,٠٣٠	٨,٣٠٢	٠,٠١		

جدول (١٦) التأثير المباشر وغير المباشر بين فقدان المتعة واجترار الأفكار واليأس لدى غير العاملات

المتغيرات		المتنبأ بها	
المتغير المستقل	المؤشر	المتغير الوسيط (اجترار الأفكار)	المتغير التابع (اليأس)
فقدان المتعة	التأثير المباشر	**٠,٤١٢	**٠,١٦٩
	التأثير المباشر المعياري	**٠,٤٧٨	**٠,٤٢٨
	التأثير غير المباشر	-	**٠,١٠٢
	التأثير غير المباشر المعياري	-	**٠,٢٥٧
	التأثير الكلي	**٠,٤١٢	**٠,٢٧١
	التأثير الكلي المعياري	**٠,٤٧٨	**٠,٦٨٥

**،٢٤٧	-	التأثير المباشر	اجترار الأفكار
**،٥٣٨	-	التأثير المباشر المعياري	
-	-	التأثير غير المباشر	
-	-	التأثير غير المباشر المعياري	
**،٢٤٧	-	التأثير الكلي	
**،٥٣٨	-	التأثير الكلي المعياري	

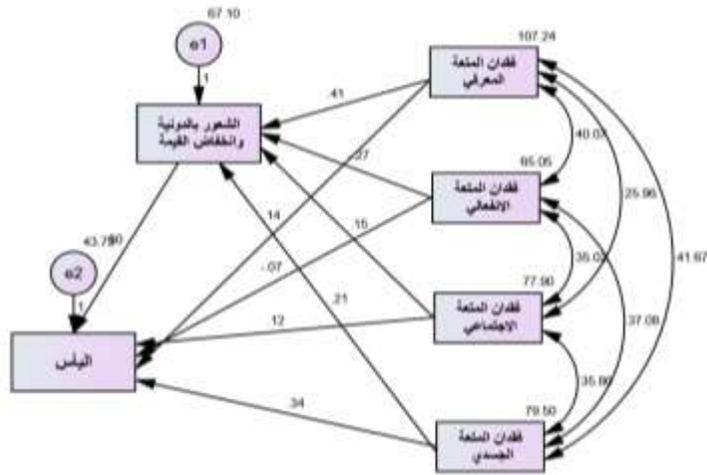
(\*\*) دالة عند ٠.٠١

(\*) دالة عند ٠.٠٥

أشارت نتائج جداول (١٥-١٦) إلى وجود مسار موجب مباشر دال إحصائياً لفقدان المتعة على اليأس، كما وجد مسار موجب مباشر دال إحصائياً لفقدان المتعة على اجترار الأفكار، كما وجد مسار موجب مباشر دال إحصائياً لاجترار الأفكار على اليأس.

ج. التأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين المكونات الفرعية لفقدان المتعة كمتغير مستقل، واجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة كمتغير وسيط، واليأس كمتغير تابع لدى العاملات.

- نظرًا لما أسفرت عنه نتائج الفرض الأول والتي أشارت إلى أن اجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة هو الأكثر إسهامًا في التنبؤ باليأس لدى العاملات وغير العاملات في حين أن باقي مكونات اجترار الأفكار لم يكن لها إسهامًا دالاً في التنبؤ باليأس، كما أن جميع المكونات الفرعية لفقدان المتعة قد أسهمت في التنبؤ باليأس لدى العاملات وغير العاملات، فيما عدا فقدان المتعة الانفعالي لدى غير العاملات حيث لم يكن له دورًا في التنبؤ باليأس لديهن، فسيتم إجراء النماذج التالية في ضوء الأبعاد ذات الإسهامات الدالة فقط



شكل (٥) النموذج المقترح للمسارات السببية بين المكونات الفرعية لفقدان المتعة كمتغير مستقل واجترار الشعور بالدونية كمتغير وسيط واليأس كمتغير تابع لدى العاملات -أشارت نتائج مؤشرات حسن المطابقة إلى أن نموذج تحليل المسار قد حاز على قيم جيدة؛ حيث كانت قيمة كاي ٢ غير دالة، ووقعت قيم بقية المؤشرات في المدى المثالي لها، مما يدل على تطابق جيد للبيانات مع النموذج.

جدول (١٧) القيم المعيارية لقيم النموذج بين أبعاد فقدان المتعة وأفكار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة لدى العاملات

الدلالة	القيم الحرجة C.R.	الخطأ المعياري S.E	معامل الانحدار المعياري	معامل الانحدار	المتغيرات والمسارات السببية	
					فقدان المتعة المعرفي	فقدان المتعة الانفعالي
٠,٠١	٦,٠١٦	٠,٠٦٨	٠,٤٤٤	٠,٤١٢	← أفكار الشعور بالدونية	فقدان المتعة المعرفي
٠,٠١	٢,٨٣٤	٠,٠٩٧	٠,٢٣٠-	٠,٢٧٤-	← أفكار الشعور بالدونية	فقدان المتعة الانفعالي

فقدان المتعة الاجتماعي	←	وانخفاض القيمة	٠,١٥٣	٠,١٤٠	٠,٠٨١	١,٨٨٨	غير دالة
فقدان المتعة الجسدي	←		٠,٢١٣	٠,١٩٨	٠,٠٨٤	٢,٥٢٧	٠,٠٥

جدول (١٨) التأثير المباشر بين أبعاد فقدان المتعة واجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة لدى العوامل

أبعاد المتغير المستقل (المنبأت)	المؤشر	الشعور بالدونية وانخفاض القيمة (المتنبأ به)
فقدان المتعة المعرفي	التأثير المباشر	**٠,٤١٢
	التأثير المباشر المعياري	**٠,٤٤٤
فقدان المتعة الانفعالي	التأثير المباشر	**٠,٢٧٤-
	التأثير المباشر المعياري	**٠,٢٣٠-
فقدان المتعة الاجتماعي	التأثير المباشر	٠,١٥٣
	التأثير المباشر المعياري	٠,١٤٠
فقدان المتعة الجسدي	التأثير المباشر	*٠,٢١٣
	التأثير المباشر المعياري	*٠,١٩٨

(\*\*) دالة عند ٠,٠١

(\*) دالة عند ٠,٠٥

أشارت نتائج جداول (١٧-١٨) إلى وجود مسار موجب مباشر دال إحصائياً لبعض أبعاد المتغير المستقل فقدان المتعة على المتغير الوسيط اجترار الشعور بالدونية، حيث وجد مسار موجب مباشر دال إحصائياً لفقدان المتعة المعرفي على أفكار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة، كما وجد مسار سالب مباشر دال إحصائياً لفقدان المتعة الانفعالي على أفكار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة، كذلك وجد

مسار موجب مباشر دال إحصائيًا لفقدان المتعة الجسدي على أفكار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة. في حين لم يوجد أي مسار مباشر من فقدان المتعة الاجتماعي على أفكار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة لدى العائلات.

جدول (١٩) القيم المعيارية لقيم النموذج بين أبعاد فقدان المتعة واليأس لدى العائلات

المتغيرات والمسارات السببية	معامل الانحدار	معامل الانحدار المعياري	الخطأ المعياري S.E	القيم الحرجة C.R.	الدلالة
اليأس ← فقدان المتعة المعرفي	٠,١٣٨	٠,١٣٤	٠,٠٦٠	٢,٢٩٠	٠,٠٥
اليأس ← فقدان المتعة الانفعالي	-٠,٠٧٣	-٠,٠٥٥	٠,٠٨٠	٠,٩١٧	غير دالة
اليأس ← فقدان المتعة الاجتماعي	٠,١١٨	٠,٠٩٧	٠,٠٦٦	١,٧٨٠	غير دالة
اليأس ← فقدان المتعة الجسدي	٠,٣٣٧	٠,٢٨٠	٠,٠٦٩	٤,٨٥٤	٠,٠١

جدول (٢٠) نتائج التأثير المباشر وغير المباشر بين أبعاد فقدان المتعة واليأس لدى العائلات

أبعاد المتغير المستقل (المنبأت)	المؤشر	اليأس لدى العائلات
فقدان المتعة المعرفي	التأثير المباشر	*٠,١٣٨
	التأثير المباشر المعياري	*٠,١٣٤

**،٢٤٧	التأثير غير المباشر	
**،٢٣٩	التأثير غير المباشر المعياري	
**،٣٨٦	التأثير الكلي	
**،٣٧٢	التأثير الكلي المعياري	
،٠٧٣-	التأثير المباشر	فقدان المتعة الانفعالي
،٠٥٥-	التأثير المباشر المعياري	
،٠١٦٥-	التأثير غير المباشر	
،٠١٢٤-	التأثير غير المباشر المعياري	
،٠٢٣٨-	التأثير الكلي	
،٠١٧٩-	التأثير الكلي المعياري	
،٠١١٨	التأثير المباشر	فقدان المتعة الاجتماعي
،٠٠٩٧	التأثير المباشر المعياري	
،٠٠٩٢	التأثير غير المباشر	
،٠٠٧٥	التأثير غير المباشر المعياري	
،٠٢٠٩	التأثير الكلي	
،٠١٧٢	التأثير الكلي المعياري	
**،٣٣٧	التأثير المباشر	فقدان المتعة الجسدي
**،٢٨٠	التأثير المباشر المعياري	
*،١٢٨	التأثير غير المباشر	
*،١٠٦	التأثير غير المباشر المعياري	

**،٤٦٥	التأثير الكلي	
**،٣٨٦	التأثير الكلي المعياري	

(\*\*) دالة عند ٠،٠١

(\*) دالة عند ٠،٠٥

أشارت النتائج الموضحة بجداول (١٩- ٢٠) إلى وجود مسارات موجبة مباشرة دالة إحصائيًا لبعض أبعاد المتغير المستقل فقدان المتعة على المتغير التابع اليأس لدى العاملات، حيث وجد مسار موجب مباشر دال إحصائيًا لفقدان المتعة المعرفي على اليأس، كما وجد مسار موجب مباشر دال إحصائيًا لفقدان المتعة الجسدي على اليأس، في حين لم يوجد تأثير من بعد فقدان المتعة الانفعالي وفقدان المتعة الاجتماعي على اليأس. وفيما يتعلق بالتأثيرات غير المباشرة فقد وجد مسار موجب غير مباشر دال إحصائيًا من فقدان المتعة المعرفي على اليأس، كما وجد مسار موجب غير مباشر دال إحصائيًا من فقدان المتعة الجسدي على اليأس.

### جدول (٢١) القيم المعيارية لقيم النموذج بين بعد أفكار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة على اليأس لدى العاملات

الدلالة	القيم الحرجة C.R.	الخطأ المعياري S.E	معامل الانحدار المعياري	معامل الانحدار	المتغيرات والمسارات السببية
٠،٠١	١٠،١٦٠	٠،٠٥٩	٠،٥٣٧	٠،٦٠٠	الشعور باليأس ← بالدونية

(\*\*) دالة عند ٠،٠١

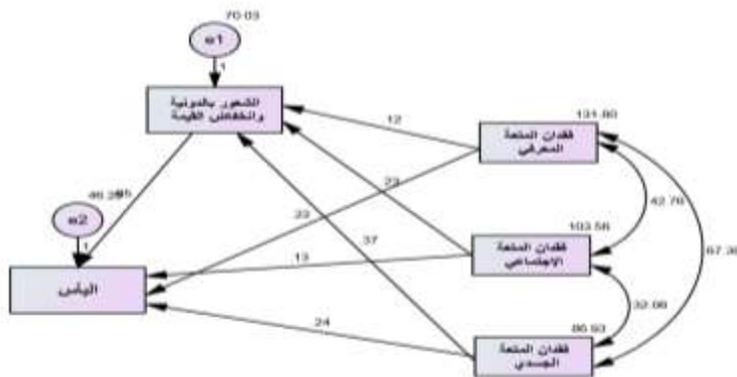
(\*) دالة عند ٠،٠٥

جدول (٢٢) نتائج التأثير المباشر بين بعد أفكار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة على اليأس لدى العاملات

المتغير المستقل (المنبأ)	المؤشر	المتغير التابع
أفكار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة	التأثير المباشر	اليأس لدى العاملات
	التأثير المباشر المعياري	اليأس لدى العاملات

أشارت نتائج جداول (٢١-٢٢) إلى وجود مسار سببي موجب مباشر دال إحصائيًا للمتغير الوسيط اجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة على اليأس لدى العاملات.

د. التأثيرات المباشرة وغير المباشرة بين الأبعاد الفرعية لفقدان المتعة كمتغير مستقل واجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة كمتغير وسيط واليأس كمتغير تابع لدى غير العاملات.



شكل (٦) النموذج المقترح للمسارات السببية بين الأبعاد الفرعية لفقدان المتعة كمتغير مستقل واجترار الشعور بالدونية كمتغير وسيط واليأس كمتغير تابع لدى غير العاملات

جدول (٢٣) القيم المعيارية لقيم النموذج بين أبعاد فقدان المتعة و أفكار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة لدى غير العاملات

الدلالة	القيم الدرجة C.R.	الخطأ المعياري S.E	معامل الانحدار المعياري	معامل الانحدار	المتغيرات والمسارات السببية
غير دالة	١,٢٢٧	٠,٠٩٨	٠,١٣٧	٠,١٢١	فقدان المتعة المعرفي ← أفكار الشعور بالدونية
٠,٠٥	٢,٤٥٥	٠,٠٩٢	٠,٢٢٦	٠,٢٢٥	فقدان المتعة الاجتماعي ← وانخفاض القيمة
٠,٠١	٣,٠٥٢	٠,١٢٠	٠,٣٣٧	٠,٣٦٦	فقدان المتعة الجسدي ←

جدول (٢٤) التأثير المباشر بين أبعاد فقدان المتعة و أفكار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة لدى غير العاملات

الشعور بالدونية وانخفاض القيمة	المؤشر	أبعاد المتغير المستقل
٠,١٢١	التأثير المباشر	فقدان المتعة المعرفي
٠,١٣٧	التأثير المباشر المعياري	
*٠,٢٢٥	التأثير المباشر	فقدان المتعة الاجتماعي
*٠,٢٢٦	التأثير المباشر المعياري	
**٠,٣٦٦	التأثير المباشر	فقدان المتعة الجسدي
**٠,٣٣٧	التأثير المباشر المعياري	

(\*\*) دالة عند ٠,٠١

(\*) دالة عند ٠,٠٥

أشارت نتائج جداول (٢٣-٢٤) إلى وجود مسار سببي موجب مباشر دال إحصائياً لبعض أبعاد فقدان المتعة على اجترار الأفكار المتمثل في بُعد اجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة، حيث وجد مسار موجب مباشر دال إحصائياً لفقدان المتعة الاجتماعي على اجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة لدى غير العاملات، كما وجد مسار موجب مباشر دال إحصائياً لفقدان المتعة الجسدي على اجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة، في حين لم يوجد أي تأثير مباشر من فقدان المتعة المعرفي على اجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة لدى غير العاملات.

جدول (٢٥) القيم المعيارية لقيم النموذج بين أبعاد فقدان المتعة واليأس لدى غير العاملات

المتغيرات والمسارات السببية	معامل الانحدار	معامل الانحدار المعياري	الخطأ المعياري S.E	القيم الحرجة C.R.	الدلالة		
						اليأس	←
فقدان المتعة المعرفي	٠,٢٢١	٠,٢٠٧	٠,٠٨١	٢,٧٤٦	٠,٠١	←	
فقدان المتعة الاجتماعي	٠,١٣٢	٠,١٠٩	٠,٠٧٧	١,٧٢٠	غير دالة	←	
فقدان المتعة الجسدي	٠,٢٤٢	٠,١٨٤	٠,١٠٢	٢,٣٦٩	٠,٠٥	←	

جدول (٢٦) نتائج التأثير المباشر وغير المباشر بين أبعاد فقدان المتعة واليأس لدى غير العاملات

أبعاد المتغير المستقل	المؤشر	اليأس لدى غير العاملات
فقدان المتعة المعرفي	التأثير المباشر	٠,٢٢١**
	التأثير المباشر المعياري	٠,٢٠٧*

٠,٠٧٩	التأثير غير المباشر	
٠,٠٧٣	التأثير غير المباشر المعياري	
*٠,٣٠٠	التأثير الكلي	
*٠,٢٨٠	التأثير الكلي المعياري	
٠,١٣٢	التأثير المباشر	فقدان المتعة الاجتماعي
٠,١٠٩	التأثير المباشر المعياري	
٠,١٤٦	التأثير غير المباشر	
٠,١٢١	التأثير غير المباشر المعياري	
٠,٢٧٩	التأثير الكلي	
٠,٢٣١	التأثير الكلي المعياري	
*٠,٢٤٢	التأثير المباشر	فقدان المتعة الجسدي
*٠,١٨٤	التأثير المباشر المعياري	
**٠,٢٣٨	التأثير غير المباشر	
**٠,١٨١	التأثير غير المباشر المعياري	
**٠,٤٨٠	التأثير الكلي	
**٠,٣٦٤	التأثير الكلي المعياري	

(\*\*) دالة عند ٠,٠١

(\*) دالة عند ٠,٠٥

أشارت نتائج جداول (٢٥-٢٦) إلى وجود مسار سببي موجب مباشر دال إحصائياً لبعض أبعاد المتغير المستقل فقدان المتعة على المتغير التابع اليأس لدى غير العاملات، حيث وجد مسار موجب مباشر دال إحصائياً لفقدان المتعة المعرفي على اليأس، كما وجد مسار موجب مباشر دال إحصائياً لفقدان المتعة الجسدي على اليأس، في حين لم يوجد تأثير من بعد فقدان المتعة الاجتماعي على اليأس. وفيما يتعلق

بالتأثيرات غير المباشرة فقد وجد مسار موجب غير مباشر دال إحصائياً من فقدان المتعة المعرفي على اليأس، كما وجد مسار موجب غير مباشر دال إحصائياً من فقدان المتعة الجسدي على اليأس.

جدول (٢٧) القيم المعيارية لقيم النموذج بين بعد أفكار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة على اليأس لدى العاملات

المتغيرات والمسارات السببية	معامل الانحدار	معامل الانحدار المعياري	الخطأ المعياري S.E	القيم الحرجة C.R.	الدلالة
الشعور بالدونية وانخفاض القيمة ← اليأس	٠,٦٥١	٠,٥٣٦	٠,٠٨٣	٧,٧٩٩	٠,٠١

جدول (٢٨) نتائج التأثير المباشر بين بعد أفكار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة على اليأس لدى غير العاملات

المتغير التابع (المتنبأ به)	المؤشر	المتغير المستقل (المتنبأ)
اليأس لدى غير العاملات	التأثير المباشر	أفكار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة
**٠,٦٥١	التأثير المباشر المعياري	
**٠,٥٣٦		

(\*\*) دالة عند ٠,٠١

(\*) دالة عند ٠,٠٥

أشارت نتائج جداول (٢٧-٢٨) إلى وجود مسار موجب مباشر دال إحصائياً لاجترار أفكار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة على اليأس لدى غير العاملات.

أشارت النتائج الخاصة بهذا الفرض إلى أن اجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة كان له دوراً وسيطاً جزئياً في العلاقة بين الدرجة الكلية لفقدان المتعة واليأس لدى كل من العاملات وغير العاملات، أما فيما يتعلق بالمكونات الفرعية فقد تباينت

النتائج فيما بينهن، ففيما يتعلق بالعاملات كان اجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة وسيطاً جزئياً في العلاقة بين فقدان المتعة المعرفي واليأس، وفقدان المتعة الجسدي واليأس فقط، في حين لم يكن هناك أي دلالة للتأثيرات المباشرة أو غير المباشرة بين فقدان المتعة الاجتماعي وكل من اجترار الشعور بالدونية ولا اليأس، كما أن فقدان المتعة الانفعالي كان له مساراً مباشراً وسالماً فقط لاجترار الشعور بانخفاض القيمة، في حين لم يكن هناك أي دلالة لمسارات مباشرة أو غير مباشرة بينه وبين اليأس. أما فيما يتعلق بغير العاملات فقد كان لاجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة وساطة جزئية في العلاقة بين فقدان المتعة الجسدي واليأس فقط، أما فقدان المتعة المعرفي فلم يكن له مسارات دالة بينه وبين اجترار الشعور بالدونية في حين كان له مسار دال مباشر وغير مباشر بينه وبين اليأس، كما كان لفقدان المتعة الاجتماعي مساراً دالاً مباشراً بينه وبين اجترار الشعور بالدونية في حين لم يكن هناك أي دلالة للمسارات المباشرة أو غير مباشرة بينه وبين اليأس. أي أن الدور الوسيط لاجترار الشعور بالدونية قد ظهر تحديداً في العلاقة بين فقدان المتعة الجسدي واليأس لدى كل من العاملات وغير العاملات، كما ظهر بين فقدان المتعة المعرفي واليأس لدى العاملات فقط.

وفيما يتعلق بالدور الوسيط لاجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة في العلاقة بين الدرجة الكلية لفقدان المتعة واليأس لدى العاملات وغير العاملات؛ فإن نقاط الضعف المعرفية مثل الاجترار قد تعيق قدرة الفرد على حل المشكلات أو اتخاذ إجراء لمواجهة الضيق، ويؤدي عدم القدرة الناتجة عن ذلك على تنظيم الذات وإدارة الضيق في النهاية إلى الشعور بعدم القدرة على الهروب واليأس. كما أن عدم القدرة المدرك على الوصول إلى استراتيجيات تنظيم المشاعر المناسبة قد يؤدي إلى تحريك عملية اجترار الأفكار، وقد اقترح Williams ٢٠٠٦ أن اجترار الأفكار يتداخل مع قدرة الأفراد على الوصول إلى ذكريات المواقف السابقة التي ربما كانوا قادرين فيها على حل المشكلات بشكل فعال (أي أن الاجترار يؤدي إلى حل المشكلات بشكل سيئ)، وبالتالي فاجترار

الأفكار ذاته قد يكون نتيجة لعدم القدرة المدركة على تغيير الحالة الانفعالية والوجدانية للفرد (Miranda., 2013). وقد اتسقت النتيجة الحالية مع نتيجة دراسة (Liao et al. (2019) والتي أشارت إلى أن التفكير المفرط هو الوسيط في العلاقة بين النزعة نحو العصاب وأعراض الاكتئاب والقلق وأعراض الاكتئاب اللاحقة؛ فالتفكير المفرط يزيد من التركيز على الذات ويقلل من التركيز على البيئة، وقد يؤدي هذا التناقص في الاهتمام بالظروف البيئية الطبيعية بمرور الوقت إلى فقدان المتعة. ولأن فقدان المتعة هو بناء متعدد الأوجه يشمل جوانب مختلفة من وظيفة المتعة بما في ذلك الرغبة، والجهد / الدافع للحصول على مكافأة، والمتعة التوقعية والاستهلاكية. فقد يساعد التقييم متعدد الأساليب للمتعة أو فحص جوانب محددة من المتعة في توضيح المزيد من العلاقات وإعطاء نتائج أكثر ثراءً. وفي إشارة لأهمية اجترار الأفكار فقد أشارت دراسة (Connolly & Alloy (2017 إلى أن اجترار الأفكار بدلاً من توضيحه للتأثيرات الضارة لحدوث الضغوط على الحالة المزاجية، فإن التباين في اجترار الأفكار يمكن أن يغير من حجم تأثيرات الضغوط، من خلال زيادة قوة ضغوط الحياة كعامل ضعف للاكتئاب.

وشعور الفرد بقيمته أو جدارته، أو مدى تقدير الشخص لنفسه أو موافقته عليها أو تقديره لها أو إعجابه بها هو عامل خطر آخر للانتحار، حيث ارتبطت في دراسات عدة بأفكار انتحارية سابقة. وكشف نتائج دراسة (Aslan et al. (2020 أن الأسلوب المعرفي السلبي، واليأس، والاجترار، قد يكون له علاقة بمحاولات الانتحار، في حين ارتبط تقدير الذات المرتفع سلبياً بمحاولات الانتحار في إشارة لأهمية شعور الفرد بتقديره لذاته وأهميته.

وقد تم تناول اجترار الأفكار باعتباره استراتيجية غير تكيفية لتنظيم المشاعر المعرفية، حيث يشير نموذج اختلال تنظيم المشاعر، ونموذج صعوبة تنظيم الانفعالات إلى أن الأفراد قد يستخدمون الاستجابات المعرفية مثل اجترار الأفكار لتجنب تجربة المشاعر التي يجدونها لا تطاق، حيث ارتبط بقمع المشاعر السلبية وارتبط عكسياً بقبول المشاعر السلبية، في إشارة إلى أن اجترار الأفكار قد يعمل على قمع المشاعر غير

المرغوب فيها، وقد يدفع الأفراد إلى تجنب اتخاذ إجراءات لتغيير ظروفهم من خلال تمكينهم من تطوير اعتقاد بأن ظروفهم ميئوس منها، وأن جميع محاولات تغييرها ستكون غير فعالة (Miranda., 2013). واجترار الأفكار ينشط مخططات الفرد السلبية والذكريات، ووفقًا للنموذج المعرفي لبيك، ١٩٧٦؛ فإن معتقدات الفرد حول الأحداث في عالمه فيما يتعلق بالسببية تُملى من خلال الافتراضات الأكثر مركزية؛ فالأفراد الذين لديهم معتقدات قوية حول أنفسهم بأنهم أقل من الآخرين أو يتحملون مسؤولية مفرطة عندما تسوء الأمور هم أكثر عرضة للاجترار، وقد ترتبط الذكريات السلبية والحلقات الاكتئابية التي تركز على الذات والتأقلم غير الفعال بصفات مكتئبة أكثر، كما يؤدي عزو السبب الداخلي إلى الأفكار المتعلقة بلوم الذات وتنشيط مخططات عدم الكفاءة أو عدم الجدارة بالحب، إلى التعميم المفرط، وبالتالي في اليأس (Smith et al., 2006).

كذلك يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء أدوار الوضع الاجتماعي، والقدرة المدركة على التحكم في العواطف، والضغط في اجترار الأفكار، قد يُعلم وضع المرأة الاجتماعي الأدنى ووجود عوامل ضاغطة غير القابلة للتحكم أنها ستفشل في أي إجراءات تتخذها لتحسين وضعها، ونتيجة لذلك؛ فإن النساء أكثر ميلاً للتركيز على عواطفهن في سياق المواقف الضاغطة. بالإضافة إلى ذلك؛ فإن تجربة عوامل الضغوط غير القابلة للتحكم والاعتقاد بأن المشاعر والانفعالات السلبية لا يمكن إدارتها قد يؤدي إلى استمرار اجترار الأفكار والاكتئاب (Lyubomirsky et al., 2015).

ويُعد اليأس تشوّهًا إدراكيًا يتسم بغياب السيطرة الشخصية على الأحداث المستقبلية والتوقعات بأن الشخص سيفشل أو سيواجه عواقب سلبية في المستقبل، وقد ينشأ اليأس من خلال النقد الذاتي، حيث افترض أن النقد الذاتي ينطوي على مشاعر الذنب، والفراغ، والفشل، وعدم القدرة على الارتقاء إلى مستوى التوقعات الذاتية. وهذا يعني أنه عند التعرض للإحباطات، قد يكون الأفراد الذين ينتقدون أنفسهم أكثر عرضة للوقوع في الشك الذاتي، وقد يساهم هذا الإدراك السلبي الذي يحملونه عن أنفسهم في الشعور باليأس، وبمرور الوقت، ومع استمرار الشعور

باليأس، قد يطور هؤلاء الأفراد تصورًا يائسًا لأنفسهم وحتى للعالم بأسره (Gong et al., 2019).

وقد يجتر الأفراد الذين يعانون من الانزعاج من خلال التفكير المتكرر في مدى شعورهم بعدم التحفيز والتعاسة. وغرس التفكير المتشائم، وإثارة ذكريات السيرة الذاتية السلبية، وتعطيل حل المشكلات التكيفي، مما يؤدي إلى ارتفاع أعراض الاكتئاب واليأس (Starr & Davila, 2012). ويُفترض أن اكتئاب اليأس موجود على سلسلة متصلة: (١) توقع نتيجة سلبية، (٢) توقع العجز، و (٣) اليقين فيما يتعلق بـ (١) و (٢)، حيث يُفترض أن الشخص الذي يتوقع أن يكون عاجزًا، لكنه غير متأكد من العجز والنتيجة، سيُعاني من القلق بحثًا. يُؤمن الشخص بأن السيطرة لا تزال ممكنة، وبالتالي سيُصبح مُثابرًا ومُنهيًا، يبحث عن وسيلة للحصول على السيطرة. إذا أصبح الشخص متأكدًا من أنه عاجز، لكنه غير متأكد من احتمال حدوث نتيجة سلبية، فمن المرجح أن يُظهر مزيجًا من القلق والاكتئاب. سيقبل الانفعال ويحل محله السلبية لأن الشخص يعتقد أنه لا يوجد شيء يمكن فعله. ومع ذلك، سيستمر في القلق والاجترار حول الحدث السلبي المحتمل. إذا أصبح الشخص متأكدًا من العجز (عدم السيطرة) وأصبح متأكدًا من أن النتيجة السلبية ستحدث، فمن المرجح أن ينتج عن ذلك اكتئاب اليأس (Winning, 1994). كما وصف نموذج الشعور بالتماسك لانتونوفسكي ١٩٨٧ لليأس كيف أن الشعور بالثقة في القدرة على حل مشكلات المرء هو عامل مهم في حل المشكلات بفعالية، مما يزيد من الأمل، كما سلط نموذج حل المشكلات الاجتماعية لدزوريلا ونيزو ١٩٩٠ أيضًا الضوء على أهمية مواجهة المشكلات بدلاً من تجنبها لتحقيق نتائج أكثر إيجابية. وقد أظهرت النتائج وجود علاقة بين زيادة مستويات ثقة حل المشكلات، والتعامل المباشر مع المشكلات، والشعور بالسيطرة وتقليل اليأس، وانخفاض مخاطر الانتحار لدى المشاركات من النساء الأفريقيات الأمريكيات، (Wallace, 2010).

وقد اتسقت النتيجة الحالية مع نتائج دراسات عدة حيث أُشير إلى أن الاجترار في الجوانب السلبية للموقف وسيط في العلاقة بين الوجدان السلبي وأعراض الاكتئاب (Mezulis et al., 2011). كما كان الأسلوب المعرفي، والتفكير الاجتراري، وسيطين في العلاقة بين الانفعالية السلبية والاكتئاب (Arger et al., 2012). كما تم الإشارة إلى أن اجترار الأفكار وسيط في العلاقة بين سمة الوجدان الايجابي والأعراض الاكتئابية (Harding & Mezulis, 2017). في حين وجدت دراسة (Sarin et al., 2005) أن اليأس يتوسط العلاقة بين الاجترار والاكتئاب والقلق لاحقاً. كما كان الاجترار وسيط بين صعوبة تنظيم الانفعالات واليأس، وكان الاجترار واليأس وسيط بين صعوبة تنظيم الانفعالات المدرك والانتحار (Miranda., 2013). وقد أشارت دراسة (Wray, 2024) إلى وجود علاقة بين اجترار الأفكار والاكتئاب، وبين الرضا عن العلاقات والاجترار، وجد أن التعاطف مع اجترار الأفكار يتوسط جزئياً العلاقة بين الاكتئاب والرضا عن العلاقة. كما أشارت دراسة (Gong et al., 2019) إلى أن اليأس يتوسط العلاقة بين النقد الذاتي وإيذاء الذات غير الانتحاري، وأن اجترار الأفكار يعدل في هذه العلاقة، بحيث تكون هذه الارتباطات أقوى الذين لديهم اجترار أعلى. كذلك أشارت دراسة Lyubomirsky et al. (2015) إلى أن اليأس كان وسيطاً جزئياً في ارتباط الاجترار والتفكير في الانتحار، ومدة التفكير في الانتحار. كما أن الاجترار كان منبئاً بوجود أفكار انتحارية بشكل مباشر.

وفيما يتعلق بالدور الوسيط لاجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة في العلاقة بين فقدان المتعة الجسدي واليأس لدى العاملات وغير العاملات؛ فإن فقدان المتعة الجسدي يتمثل في غياب المتعة من التجارب والخبرات الجسدية أو الحسية، مثل الأكل، واللمس، والشعور، ودرجة الحرارة، والحركة، والرائحة، والصوت، وحتى العلاقات الجنسية. وقد أشارت دراسة (Shankman et al., 2010) إلى أن فقدان المتعة الجسدي قد تنبأ بانخفاض الأداء الاجتماعي، حتى بعد تعديل الأعراض الاكتئابية. وتفسر الباحثة هذه النتيجة في ضوء تصور طبيعة وماهية فقدان الشعور والاستمتاع ومعايشة كل ما يصدر من الحواس من إحساسات؛ فالفرد حين يصاب

بنزلات البرد التي يفقد معها حاستي الشم والتذوق، يشعر بضيق شديد وغضب من فقدانه لهذه الحواس وفقدانه للاستمتاع بمذاق الأطعمة وتذوقها، وربما يفقد معها شهيته، فما شأن من تعاني من فقدانها الاستمتاع بكل ما يتعلق بحواسها من لمس، وشم، وتذوق، واستثارة، وحتى ملامسة الأشخاص الآخرين والاحتضان وغيرها من الأحاسيس الجسدية التي تترك شعورًا إيجابيًا لدى أي إنسان، كما أن استمرار هذا الفقدان وزيادة مشاعر الضيق تثير انماطًا من التفكير السلبي المتكرر وخاصة المتعلقة بلوم الذات وانخفاض التقييم الذاتي والتفكير السلبي المتكرر بعدم الجدارة، فتعتقد هؤلاء السيدات في أنهن السبب الأول فيما يشعرن به، وأن هناك خطأ ما بشخصيتهن، ويقارن أنفسهن بالآخرين، ويشعرن بالرتاء؛ لأنهن أقل من الآخرين، كما أنهن يشعرن كأنهن يسيرون كالألة أو الانسان الآلي يمارسن أنشطته اليومية بلا إحساس أو شعور، مما يؤدي بهن في النهاية إلى الشعور بالعجز وانخفاض التطلع إلى حدوث أي تغيير في المستقبل، وبالتالي الشعور باليأس مما وصل إليه حالهن.

وفيما يتعلق بالدور الوسيط لاجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة في العلاقة بين فقدان المتعة المعرفي واليأس لدى العاملات فقط، في حين انتفت هذه الوساطة لدى غير العاملات حيث وجد مسار مباشر وغير مباشر بين فقدان المتعة المعرفي واليأس فقط لدى غير العاملات؛ فترى الباحثة أنه يمكن تفسير هذا النتيجة في ضوء أهمية المتعة المعرفية لدى العاملات تحديداً واهتمامهن بتطوير ذواتهن، وفقدانهن للمتعة المعرفية يعني فقدانهن للاستمتاع بأنشطتهن ومهامهن خاصة المهنية منها وفقدانهن للدافع والتحفيز على أداء العمل والانتهاه منه، وحتى لو انتهى العمل فهي تؤدي العمل؛ لأنه يجب أن يؤدي فقط، وربما فقدانها للرغبة في التطور والنجاح والتقدم، وبالتالي فقدانها للرضا، واستشعار قدرتها على الإنجاز وهو ما يزيد من تسلسل الأفكار السلبية التي تدور حول لومها لذاتها وتحقير نفسها وتأثرها سلباً وخاصة صحتها النفسية، مما يؤدي إلى زيادة شعورها باليأس.

وتجدرُ الإشارة إلى وجود اختلافات بين الأفراد في التعرض لتطویر أنماط الاستدلال السلبية في المجالات المهنية، وهذا ما يُشار إليه بفرضية الضعف المحدد، حيث يتم تفسير أنّ الفرد سيصبح أكثر عُرضة لليأس والاكتئاب عندما يحدث حدث سلبي يتطابق مع مجال الضعف الذي يُعاني منه (Lau & Forchuk, 2020:186).

وفيما يتعلق بانتفاء وساطة اجترار الشعور بالدونية، وانخفاض القيمة بين فقدان المتعة الاجتماعي واليأس لدى العاملات وغير العاملات، ووجود مسار مباشر بين فقدان المتعة الاجتماعي واجترار الأفكار لدى غير العاملات فقط، في حين لم تكن هناك دلالة لهذه المسارات لدى العاملات، فيمكن تفسير ذلك في ضوء الحالة الوظيفية حيث إن الفتيات والسيدات غير العاملات، تنصب اهتمامتهن وأمورهن اليومية على إدارة شؤون المنزل والأسرة وأداء المهام اليومية وعلاقاتهن الاجتماعية، وهو ما قد يفسر وجود مسار مباشر بين اجترار الشعور بالدونية، وانخفاض القيمة، ولوم الذات، والتقليل من قيمتها، وتحميل النفس مسؤولية ما يحدث وفقدان الشعور بالمتعة في المواقف والتفاعلات الاجتماعية لديهن، حيث تتسلط هذه الأفكار المحطمة للذات على الفرد في كل مره يحدث فيها تفاعل اجتماعي، وبالتالي ينخفض اهتمام الفرد في المكافأة الاجتماعية التي تعود عليه في كل مرة حيث اجترار أفكار الشعور بانخفاض القيمة، بعكس الفتيات والسيدات العاملات حيث يحتل العمل ومشكلاته قدر أكبر من انشغالهن اليومي، وبالتالي قد يفقدن اهتمامهن بالمتعة الاجتماعية أو تتحدد في دائرة علاقات ضيقة نظرًا لانشغالهن، وبالتالي لا يلقين بالأ كبيرًا لهذا الفقد، كما أن العمل في حد ذاته قد يكسبهن قدرًا من الثقة أو الشعور بالانجاز يستطعن من خلاله التفاعل في السياقات الاجتماعية بقدر أكبر من الثقة.

وقد ارتبط فقدان المتعة الاجتماعي سلبيًا بالوظيفة الاجتماعية؛ فعادةً ما يكون لدى الأشخاص الذين يعانون من فقدان المتعة الاجتماعي حاجة أقل للانتماء، ويفضلون العزلة، ويقضون وقتًا أطول بمفردهم، مما يؤدي إلى قلة التفاعلات الاجتماعية لديهم، وعلاقات أقل بين الأقران، ودعم اجتماعي فعلي ومُدرك أقل، وفقدان الصداقات الحميمة (Burrows-Kerr, 2015). كما أشارت نتائج دراسة Yang et al. (2020) إلى أن المستويات المرتفعة من سمة فقدان المتعة الاجتماعي ستُضخم

التفاعل بين الشعور بالإقصاء والشعور بالعبء، بالإضافة إلى التفاعل بين الألم النفسي وفقدان الأمل في التنبؤ بالنية الانتحارية. أي أن الأفراد ذوو المستويات العالية من الشعور بالإقصاء والشعور بالعبء أو ذوو المستويات العالية من الألم النفسي وفقدان الأمل في المستقبل سيشهدون زيادة أسرع وأشد في الرغبة الانتحارية في مواجهة مستويات عالية من فقدان المتعة الاجتماعي الناتج عن السمة.

أما فيما يتعلق بانتفاء وساطة اجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة بين فقدان المتعة الانفعالي واليأس لدى العاملات ووجود مسار مباشر سالب بين فقدان المتعة الانفعالي واجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة فقط، فيمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء طبيعة فقدان المتعة والذي يشير إلى فقدان القدرة على معايشة المشاعر والانفعالات الإيجابية، والحالات الوجدانية، والمتعة، والاستمتاع أثناء ممارسة المهام وأنشطة الحياة اليومية، وقد يمكن تفسير وجود هذا المسار السالب في ضوء طبيعة السياق الذي يحدث فيه فقدان المتعة الانفعالي، كما أن وجود هذا المسار السالب قد يعني أن انخفاض فقدان المتعة يرتبط بزيادة اجترار الشعور بالدونية وانخفاض القيمة ويمكن أن يُعزى ذلك إلى بذل الفرد المزيد من التركيز على الأحداث السلبية وانتقاه لها من بين أحداث أخرى كثيرة، وكذلك تجنبه لمعايشة أي مشاعر وانفعالات إيجابية والتقليل من أهميتها وبالتالي زيادة اجتراره لأفكار سلبية، وترى الباحثة أن هذه النتيجة تحتاج للمزيد من الدراسة والفحص والوقوف على العوامل التي قد تؤدي دورًا في هذه العلاقة.

وقد أظهرت دراسة Domke et al.(2023) أن سوء المعاملة الانفعالية في الطفولة يرتبط بشدة الاجترار، حيث يؤدي التكرار المستمر للأفكار السلبية مثل أفكر في مدى شعوري بالوحدة، أفكر في كل أوجه القصور والضعف والأخطاء، إلى ظهور أقوى لأعراض مثل الحزن والشعور بالذنب، والنقد الذاتي، وعدم القيمة، كما كشفت النتائج أن الاساءة الانفعالية كانت مرتبطة بالأعراض المعرفية والاجترار واليأس، أيضًا أظهرت تحليلات الانحدار أن اجترار الأفكار فقط كان منبئًا بالأعراض المعرفية واليأس، كما أن اجترار الأفكار كان وسيطًا في العلاقة بين الاساءة الانفعالية، والأعراض المعرفية في اكتئاب البالغين.

## ٣- عرض نتائج الفرض الثالث ومناقشتها

نص الفرض الثالث على أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين العوامل وغير العوامل في متوسط درجات كل من اجترار الأفكار ومكوناته وفقدان المتعة ومكوناتها واليأس ومكوناته وفقاً لمتغيرات العمر، والحالة الاجتماعية، ولمعالجة هذا الفرض استخدمت الباحثة أسلوب تحليل التباين، وتوضح جداول ( ٢٩-٣٤) هذه النتائج

أ. الفروق بين العوامل وغير العوامل في متغيرات البحث وفقاً للعمر

## جدول (٢٩)

نتائج تحليل التباين الثنائي لدرجات العوامل وغير العوامل في اجترار الأفكار

وفقدان المتعة واليأس وفقاً للعمر

المتغير	البُعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
اجترار الأفكار	اجترار لوم الذات	العمل (عاملة/ غير عاملة)	٣٢٥,٩٧٨	١	٣٢٥,٩٧٨	٢,٦٥٨	غير دالة
		العمر (٣٥ فأقل/ أكبر من ٣٥)	٤,٧٣٨	١	٤,٧٣٨	٠,٠٣٩	غير دالة
		العمل × السن	٠,٠٧١	١	٠,٠٧١	٠,٠٠١	غير دالة
	اجترار الشعور بالدونية	الخطأ	٣٤٠١٥,٥٨٧	٢٨٠	١٢١,٤٨٤		
		الكلية المصحح	٣٤٤٤٤,٨٥٩	٢٨٣			
		العمل (عاملة/ غير عاملة)	٢١٨,١٩١	١	٢١٨,١٩١	٢,٢٦١	غير دالة
		العمر (٣٥ فأقل/ أكبر من ٣٥)	١٤٠,٢٢٨	١	١٤٠,٢٢٨	١,٤٥٣	غير دالة

غير دالة	٠,٠٥٠	٤,٨٤٦	١	٤,٨٤٦	العمل × السن	
		٩٦,٥٠١	٢٨٠	٢٧٠٢٠,٤١١	الخطأ	
			٢٨٣	٢٧٥٤٢,٩١٥	المجموع	
غير دالة	٠,٠٢٩	٠,٧٤٤	١	٠,٧٤٤	العمل (عاملة/ غير عاملة)	اجترار كراهية وغضب نحو الآخرين
غير دالة	٠,٩٦٦	٢٤,٤٨٣	١	٢٤,٤٨٣	العمر (٣٥ فأقل/ أكبر من ٣٥)	
غير دالة	٠,٣٤٩	٨,٨٥٣	١	٨,٨٥٣	العمل × السن	
		٢٥,٣٤٨	٢٨٠	٧٠٩٧,٣٢٩	الخطأ	
			٢٨٣	٧١٥٦,٠٠	المجموع	
غير دالة	١,٢٠٥	١٦,٢٤٠	١	١٦,٢٤٠	العمل (عاملة/ غير عاملة)	أفكار اقتحامية غاضبة
غير دالة	٠,٠٩٩	١,٣٣٨	١	١,٣٣٨	العمر (٣٥ فأقل/ أكبر من ٣٥)	
غير دالة	٠,٣٧٤	٥,٠٤٥	١	٥,٠٤٥	العمل × السن	
		١٣,٤٧٩	٢٨٠	٣٧٧٤,١٩٧	الخطأ	
			٢٨٣	٣٧٩٨,٣٦٦	المجموع	
غير دالة	١,٩٠٢	١٢٩٥,٥٤٢	١	١٢٩٥,٥٤٢	العمل (عاملة/ غير عاملة)	الدرجة الكلية

غير دالة	٠,٥٩٥	٤٠٤,٩٣٩	١	٤٠٤,٩٣٩	العمر (٣٥ فأقل / أكبر من ٣٥)	لاجترار الأفكار	
غير دالة	٠,٠١٦	١٠,٨٠٦	١	١٠,٨٠٦	العمل × السن		
		٦٨١,٠٢٢	٢٨٠	١٩٠.٦٨٦,١٩ ٩	الخطأ		
			٢٨٣	١٩٣.٢٠,٥٩ ٢	المجموع		
غير دالة	٠,١٤٥	١٦,٤٥١	١	١٦,٤٥١	العمل (عاملة/ غير عاملة)	فقدان المتعة المعرفي	فقدان المتعة
٠,٠٥	٥,٢٤٣	٥٩٣,٣١٠	١	٥٩٣,٣١٠	العمر (٣٥ فأقل / أكبر من ٣٥)		
٠,٠١	٨,٦٣٤	٩٧٧,٤٢١	١	٩٧٧,٤٢١	العمل × السن		
		١١٣,١٧٠	٢٨٠	٣١٦٨٧,٥٤٥	الخطأ		
			٢٨٣	٣٣٢٩٨,٥٤٩	المجموع		
غير دالة	٢,٠٢٢	١٣٠,١٩٣	١	١٣٠,١٩٣	العمل (عاملة/ غير عاملة)	فقدان المتعة الانفعالي	
غير دالة	١,٤٩٤	٩٦,٢٠٨	١	٩٦,٢٠٨	العمر (٣٥ فأقل / أكبر من ٣٥)		
غير دالة	٠,٠٠٨	٠,٥١٦	١	٠,٥١٦	العمل × السن		
		٦٤,٣٨٦	٢٨٠	١٨٠.٢٨,٠٢٩	الخطأ		
			٢٨٣	١٨٣٥٠,٧١٥	المجموع		

غير دالة	٠,٠٦٢	٥,٤٠٤	١	٥,٤٠٤	العمل (عاملة/ غير عاملة)	فقدان المتعة الاجتماعي
غير دالة	٠,٢٣٨	٢٠,٨٢٤	١	٢٠,٨٢٤	العمر (٣٥ فأقل/ أكبر من ٣٥)	
غير دالة	٠,١٤٤	١٢,٦٣١	١	١٢,٦٣١	العمل × السن	
		٨٧,٦٠٤	٢٨٠	٢٤٥٢٩,١٩٩	الخطأ	
			٢٨٣	٢٤٥٨٩,٦٤٤	المجموع	
غير دالة	١,٣٥٦	١١٢,١٦٢	١	١١٢,١٦٢	العمل (عاملة/ غير عاملة)	فقدان المتعة الجسدي
غير دالة	١,٠٦٧	٨٨,١٩٩	١	٨٨,١٩٩	العمر (٣٥ فأقل/ أكبر من ٣٥)	
غير دالة	٠,٠٥٧	٤,٧٠٩	١	٤,٧٠٩	العمل × السن	
		٨٢,٦٩٩	٢٨٠	٢٣١٥٥,٨٠٧	الخطأ	
			٢٨٣	٢٣٤٢٥,٨٨٧	المجموع	
غير دالة	٠,٩٦٢	٨٠٥,٥١١	١	٨٠٥,٥١١	العمل (عاملة/ غير عاملة)	الدرجة الكلية لفقدان المتعة
غير دالة	١,٠٢٨	٨٦٠,٧٤٣	١	٨٦٠,٧٤٣	العمر (٣٥ فأقل/ أكبر من ٣٥)	
غير دالة	١,١١٨	٩٣٦,٢٦٣	١	٩٣٦,٢٦٣	العمل × السن	

		٨٣٧,٥٠٢	٢٨٠	٢٣٤٥٠٠,٤٣	الخطأ		
			٢٨٣	٢٣٨٢٤٧,٥٤	المجموع		
غير دالة	٠,٩١٣	٨,١٩٤	١	٨,١٩٤	العمل (عاملة/ غير عاملة)	الأمل	اليأس
غير دالة	٠,٢١٧	١,٩٥٠	١	١,٩٥٠	العمر (٣٥ فأقل/ أكبر من ٣٥)		
غير دالة	٠,٩٦٦	٨,٦٦٦	١	٨,٦٦٦	العمل × السن		
		٨,٩٧١	٢٨٠	٢٥١١,٨٣٥	الخطأ		
			٢٨٣	٢٥٤٣,٠٨١	المجموع		
٠,٠٠١	٧,٦٣٤	١٢٧,٠٦٣	١	١٢٧,٠٦٣	العمل (عاملة/ غير عاملة)	التوقعات السلبية	
غير دالة	٠,٩٧١	١٦,١٦١	١	١٦,١٦١	العمر (٣٥ فأقل/ أكبر من ٣٥)		
غير دالة	٠,٤١٤	٦,٨٩١	١	٦,٨٩١	العمل × السن		
		١٦,٦٤٤	٢٨٠	٤٦٦٠,٤٥٥	الخطأ		
			٢٨٣	٤٧٩٨,٤٠٥	المجموع		
٠,٠١	١٠,٣٨٧	٢١٤,٤٥٧	١	٢١٤,٤٥٧	العمل (عاملة/ غير عاملة)	المقارنات الاجتماعية	

غير دالة	٠,٠٢٨	٠,٥٨٢	١	٠,٥٨٢	العمر (٣٥ فأقل / أكبر من ٣٥)	
غير دالة	٢,٣٧٤	٤٩,٠١١	١	٤٩,٠١١	العمل × السن	
		٢٠,٦٤٧	٢٨٠	٥٧٨١,١٨٣	الخطأ	
			٢٨٣	٦٠١٢,٤٣٧	المجموع	
٠,٠١	٩,١١٩	٤٨,٩٣٠	١	٤٨,٩٣٠	العمل (عاملة/ غير عاملة)	انعدام الجدوى
غير دالة	٣,٣٤١	١٨,٤١٠	١	١٨,٤١٠	العمر (٣٥ فأقل / أكبر من ٣٥)	
غير دالة	٠,٢٢٩	١,٢٣١	١	١,٢٣١	العمل × السن	
		٥,٣٦٦	٢٨٠	١٥٠٢,٣٧٨	الخطأ	
			٢٨٣	١٥٦٧,٧٣٢	المجموع	
٠,٠١	٩,٩٤٠	١٢٧٩,٧٨٨	١	١٢٧٩,٧٨٨	العمل (عاملة/ غير عاملة)	الدرجة الكلية لليأس
غير دالة	٠,٤٥٨	٥٨,٩٤٢	١	٥٨,٩٤٢	العمر (٣٥ فأقل / أكبر من ٣٥)	
غير دالة	٠,٤٧٢	٦٠,٧٠٩	١	٦٠,٧٠٩	العمل × السن	
		١٢٨,٧٤٨	٢٨٠	٣٦٠٤٩,٥٣٨	الخطأ	
			٢٨٣	٣٧٤١٦,٥٤٩	المجموع	

يتضح من جدول (٢٩) ما يلي:-

فيما يتعلق باجترار الأفكار

- ١) عدم وجود فرق دال إحصائيًا تبعًا للعمل (عاملات/ غير عاملات) على الدرجة الكلية والمكونات الفرعية لاجترار الأفكار ، حيث كانت قيمة "ف" غير دالة إحصائيًا.
- ٢) عدم وجود فرق دال إحصائيًا تبعًا للعمر (٣٥ فأقل/ أكبر من ٣٥) على الدرجة الكلية والمكونات الفرعية لاجترار الأفكار، حيث كانت قيمة "ف" غير دالة إحصائيًا.
- ٣) عدم وجود تأثير دال إحصائيًا للتفاعل بين العمل والعمر على الدرجة الكلية والمكونات الفرعية لاجترار الأفكار، حيث كانت قيمة "ف" غير دالة إحصائيًا.

-فيما يتعلق بفقدان المتعة

- ١) عدم وجود فرق دال إحصائيًا تبعًا للعمل (عاملات/ غير عاملات) على الدرجة الكلية والمكونات الفرعية لفقدان المتعة حيث كانت قيمة "ف" غير دالة إحصائيًا.
- ٢) عدم وجود فرق دال إحصائيًا تبعًا للعمر (٣٥ فأقل/ أكبر من ٣٥) على الدرجة الكلية وبعض مكونات فقدان المتعة (فقدان المتعة الانفعالي، فقدان المتعة الاجتماعي، فقدان المتعة الجسدي)، حيث كانت قيمة "ف" غير دالة إحصائيًا، بينما وجدت فروق وفقًا للعمر في بعد فقدان المتعة المعرفي، ويوضح جدول (٣٠) دلالة واتجاه هذه الفروق

جدول (٣٠) دلالة واتجاه الفروق في فقدان المتعة المعرفي وفقًا للعمر

الأبعاد الفرعية	العمر	ن	المتوسط	الانجراف المعياري	قيمة ت	الدلالة
فقدان المتعة المعرفي	٣٥ فأقل	١٩٣	٤٣,٧٦	١٠,٧٩	٢,٠٥٠	دالة عند مستوى ٠,٠٥
	أكبر من ٣٥	٩١	٤١,٨٧	١٠,٩١		

أشارت نتائج جدول (٣٠) إلى وجود فرق دال إحصائيًا عند مستوى (٠,٠٥) بين من هن أقل من ٣٥ عامًا وأكبر من ٣٥ عامًا في فقدان المتعة المعرفي وكانت الفروق في اتجاه العاقل من ٣٥ عام .

٣) عدم وجود تأثير دال إحصائيًا تبعًا للتفاعل بين العمل و العمر على الدرجة الكلية وبعض أبعاد فقدان المتعة (فقدان المتعة الانفعالي، فقدان المتعة الاجتماعي، فقدان المتعة الجسدي، والدرجة الكلية)، حيث كانت قيمة "ف" غير دالة إحصائيًا، بينما وجد تأثير دال إحصائيًا للتفاعل بين العمل و العمر في بعد فقدان المتعة المعرفي.

- فيما يتعلق باليأس

١) عدم وجود فرق دال إحصائيًا تبعًا للعمل (عاملات/ غير عاملات) على بُعد الأمل حيث كانت قيمة "ف" غير دالة إحصائيًا، بينما وجد فرق دالة إحصائيًا وفقًا للعمل (عاملات/ غير عاملات) على الدرجة الكلية لليأس وباقي المكونات (التوقعات السلبية، المقارنات الاجتماعية، انعدام الجدوى)، ويوضح جدول (٣١) دلالة واتجاه هذه الفروق

جدول (٣١) دلالة واتجاه الفروق في الدرجة الكلية لليأس ومكوناته الفرعية وفقًا للعمل

المتغيرات	العمل	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
التوقعات السلبية	العاملات	١٨٨	١٦,٠٧	٣,٨٦	٢,٦٩٨	دالة عند ٠,٠١
	غير العاملات	٩٦	١٧,٤٥	٤,٤٤		
المقارنات الاجتماعية	العاملات	١٨٨	٢١,٠٦	٤,٤٩	٢,٩١٨	دالة عند ٠,٠١
	غير العاملات	٩٦	٢٢,٧٢	٤,٦٥		
انعدام الجدوى	العاملات	١٨٨	٧,٥٢	٢,٣٧	٢,٩٣٠	دالة عند ٠,٠١
	غير العاملات	٩٦	٨,٣٧	٢,٢١		

دالة عند ٠,٠١	٣,١٦٤	١٠,٧٥	٥٤,٣١	١٨٨	العاملات	الدرجة الكلية
		١٢,٣٥	٥٨,٨١	٩٦	غير العاملات	

أشارت نتائج جدول (٣١) إلى وجود فروق دالة إحصائية عند مستوى (٠,٠١) بين العاملات وغير العاملات في الدرجة الكلية لليأس ومكوناته الفرعية (التوقعات السلبية، والمقارنات الاجتماعية، وانعدام الجدوى)، وكانت جميع الفروق في اتجاه غير العاملات. (٢) عدم وجود فرق دال إحصائية تبعاً للعمر (٣٥ فأقل / أكبر من ٣٥) على الدرجة الكلية والمكونات الفرعية لليأس، حيث كانت قيمة "ف" غير دالة إحصائية. (٣) عدم وجود تأثير دال إحصائية للتفاعل بين العمل (عاملات/ غير عاملات) والعمر (٣٥ فأقل / أكبر من ٣٥) الدرجة الكلية والمكونات الفرعية لليأس، حيث كانت قيمة "ف" غير دالة إحصائية.

ب. الفروق بين العاملات وغير العاملات في متغيرات البحث وفقاً للحالة الاجتماعية جدول (٣٢) نتائج تحليل التباين الثنائي لدرجات العاملات وغير العاملات في اجترار الأفكار وفقدان المتعة واليأس وفقاً للحالة الاجتماعية

المتغير	البعد	مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة "ف"	مستوى الدلالة
اجترار الأفكار	أفكار لوم الذات	العمل	٣٤١,٦١٦	١	٣٤١,٦١٦	٢,٨٢٦	غير دالة
		الحالة الاجتماعية	١٢,٨٩٩	١	١٢,٨٩٩	٠,١٠٧	غير دالة
		العمل × الحالة الاجتماعية	١٢٢,٧٩٠	١	١٢٢,٧٩٠	١,٠١٦	غير دالة
		الخطأ	٣٣٨٤٦,١٨١	٢٨٠	١٢٠,٨٧٩		

			٢٨٣	٣٤٤٤٤,٨٥٩	المجموع	
غير دالة	٢,٩٠٩	٢٧٨,٩٣٣	١	٢٧٨,٩٣٣	العمل	أفكار الشعور بالدونية
غير دالة	٠,٠٠٥	٠,٤٤٣	١	٠,٤٤٣	الحالة الاجتماعية	
غير دالة	٣,٠٨٢	٢٩٥,٥٤٤	١	٢٩٥,٥٤٤	العمل × الحالة الاجتماعية	
		٩٥,٩٠١	٢٨٠	٢٦٨٥٢,٢٧٦	الخطأ	
			٢٨٣	٢٧٥٤٢,٩١٥	المجموع	
غير دالة	٠,١٠٦	٢,٦٩٠	١	٢,٦٩٠	العمل	أفكار كراهية وغضب موجه للآخرين
غير دالة	٠,٥٢٧	١٣,٤٤٥	١	١٣,٤٤٥	الحالة الاجتماعية	
غير دالة	٠,١٩٨	٥,٠٣٧	١	٥,٠٣٧	العمل × الحالة الاجتماعية	
		٢٥,٤٩٥	٢٨٠	٧١٣٨,٤٧٨	الخطأ	
			٢٨٣	٧١٥٦,٠٠٠	المجموع	
غير دالة	١,٠٠٤	١٣,٥٤٧	١	١٣,٥٤٧	العمل	أفكار اقتحامية غاضبة
غير دالة	٠,٤٤٣	٥,٩٨٠	١	٥,٩٨٠	الحالة الاجتماعية	
غير دالة	٠,١١٣	١,٥٣١	١	١,٥٣١	العمل × الحالة الاجتماعية	

		١٣,٤٩٤	٢٨.	٣٧٧٨,٤٣٩	الخطأ			
			٢٨٣	٣٧٩٨,٣٦٦	المجموع			
غير دالة	٢,٠٤٠	١٣٨٥,٦٦ ٩	١	١٣٨٥,٦٦٩	العمل	الدرجة الكلية لاجترار الأفكار		
غير دالة	٠,٠١٥	١٠,١٥٤	١	١٠,١٥٤	الحالة الاجتماعية			
غير دالة	١,٤٨٤	١٠٠٨,٣٣ ٦	١	١٠٠٨,٣٣٦	العمل × الحالة الاجتماعية			
		٦٧٩,٣١٧	٢٨.	١٩٠٢٠٨,٨٩ ٩	الخطأ			
			٢٨٣	١٩٣٠٢٠,٥٩ ٢	المجموع			
غير دالة	٢,٧٩٠	٣١٩,٢٧٤	١	٣١٩,٢٧٤	العمل	فقدان المتعة المعرفي	فقدان المتعة	
غير دالة	٠,٥٧٩	٦٦,٢٧٠	١	٦٦,٢٧٠	الحالة الاجتماعية			
٠,٠٥	٤,٥٥٩	٥٢١,٧٢٠	١	٥٢١,٧٢٠	العمل × الحالة الاجتماعية			
		١١٤,٤٣٩	٢٨.	٣٢٠٤٣,٠٠١	الخطأ			
			٢٨٣	٣٣٢٩٨,٥٤٩	المجموع			
غير دالة	٢,٥٣٥	١٦٣,٠٠٨	١	١٦٣,٠٠٨	العمل			

غير دالة	٠,٢٢١	١٤,٢٢٢	١	١٤,٢٢٢	الحالة الاجتماعية	فقدان المتعة الانفعالي
غير دالة	١,٣٦٦	٨٧,٨٥٠	١	٨٧,٨٥٠	العمل × الحالة الاجتماعية	
		٦٤,٢٩٦	٢٨٠	١٨٠٠٢,٩٠٧	الخطأ	
			٢٨٣	١٨٣٥٠,٧١٥	المجموع	
غير دالة	٠,٠٠١	٠,٠٨٧	١	٠,٠٨٧	العمل	فقدان المتعة الاجتماعي
غير دالة	٠,٠٠١	٠,١٠٩	١	٠,١٠٩	الحالة الاجتماعية	
غير دالة	٢,١٥٥	١٨٧,٦٧٢	١	١٨٧,٦٧٢	العمل × الحالة الاجتماعية	
		٨٧,٠٨٣	٢٨٠	٢٤٣٨٣,٢١٥	الخطأ	
			٢٨٣	٢٤٥٨٩,٦٤٤	المجموع	
غير دالة	٠,٦٩٥	٥٥,١٧٩	١	٥٥,١٧٩	العمل	فقدان المتعة الجسدي
٠,٠٥	٦,١٥٥	٤٨٨,٥٥٩	١	٤٨٨,٥٥٩	الحالة الاجتماعية	
غير دالة	٣,٣٠٣	٢٦٢,١٨٧	١	٢٦٢,١٨٧	العمل × الحالة الاجتماعية	
		٧٩,٣٧٧	٢٨٠	٢٢٢٢٥,٥٥٨	الخطأ	
			٢٨٣	٢٣٤٢٥,٨٨٧	المجموع	

غير دالة	١,٧٤٥	١٤٢٦,٥٢ ٢	١	١٤٢٦,٥٢٢	العمل	الدرجة الكلية لفقدان المتعة	
غير دالة	١,٣٨٨	١١٣٤,٦٤ ٨	١	١١٣٤,٦٤٨	الحالة الاجتماعية		
٠,٠٥	٤,٧١٩	٣٨٥٧,١٠ ٦	١	٣٨٥٧,١٠٦	العمل × الحالة الاجتماعية		
		٨١٧,٤٠٤	٢٨٠	٢٢٨٨٧٢,٩٩ ٦	الخطأ		
			٢٨٣	٢٣٨٢٤٧,٥٤ ٩	المجموع		
غير دالة	١,٥٤٧	١٣,٥٨١	١	١٣,٥٨١	العمل	الأمّل	اليأس
غير دالة	٠,١٦٦	١,٤٥٧	١	١,٤٥٧	الحالة الاجتماعية		
٠,٠١	٦,٩٠٩	٦٠,٦٦٢	١	٦٠,٦٦٢	العمل × الحالة الاجتماعية		
		٨,٧٨٠	٢٨٠	٢٤٥٨,٤٠٩	الخطأ		
			٢٨٣	٢٥٤٣,٠٨١	المجموع		
٠,٠١	٦,٢٩٢	١٠٣,٩٠٥	١	١٠٣,٩٠٥	العمل	التوقعات السلبية	
غير دالة	٠,٩٨٥	١٦,٢٦٠	١	١٦,٢٦٠	الحالة الاجتماعية		
غير دالة	٣,٠٢٥	٤٩,٩٥٤	١	٤٩,٩٥٤	العمل × الحالة الاجتماعية		

		١٦,٥١٣	٢٨.	٤٦٢٣,٧٣٥	الخطأ	المقارنات الاجتماعية
			٢٨٣	٤٧٩٨,٤٠٥	المجموع	
٠,٠١	٧,٥٠٤	١٥٥,٨٢١	١	١٥٥,٨٢١	العمل	
غير دالة	٠,٠٨٢	١,٦٩٨	١	١,٦٩٨	الحالة الاجتماعية	
غير دالة	٠,٧٢٦	١٥,٠٧٢	١	١٥,٠٧٢	العمل × الحالة الاجتماعية	
		٢٠,٧٦٦	٢٨.	٥٨١٤,٣٦١	الخطأ	
			٢٨٣	٦.١٢,٤٣٧	المجموع	انعدام الجدوى
٠,٠١	٦,٩٦٦	٣٦,٦٦٤	١	٣٦,٦٦٤	العمل	
٠,٠١	٦,٩٢٧	٣٦,٤٥٩	١	٣٦,٤٥٩	الحالة الاجتماعية	
غير دالة	٠,٣٥٩	١,٨٩١	١	١,٨٩١	العمل × الحالة الاجتماعية	
		٥,٢٦٣	٢٨.	١٤٧٣,٦٦٦	الخطأ	
			٢٨٣	١٥٦٧,٧٣٢	المجموع	
٠,٠١	٨,٢٥٢	١٠٥٠,٨٣ ٢	١	١٠٥٠,٨٣٢	العمل	الدرجة الكلية لليأس
غير دالة	٠,٠٣٥	٤,٤١٨	١	٤,٤١٨	الحالة الاجتماعية	
غير دالة	٣,١٧٧	٤٠٤,٥٦٨	١	٤٠٤,٥٦٨	العمل × الحالة الاجتماعية	

		١٢٧,٣٤٠	٢٨٠	٣٥٦٥٥,٠٩٣	الخطأ		
			٢٨٣	٣٧٤١٦,٥٤٩	المجموع		

يتضح من جدول (٣٢) ما يلي:-

#### -فيما يتعلق باجترار الأفكار

- (١) عدم وجود فرق دال إحصائيًا تبعًا للعمل (عاملات/ غير عاملات) في الدرجة الكلية والمكونات الفرعية لاجترار الأفكار، حيث كانت قيمة "ف" غير دالة إحصائيًا.
- (٢) عدم وجود فرق دال إحصائيًا تبعًا للحالة الاجتماعية (غير متزوجة/ متزوجة) في الدرجة الكلية والمكونات الفرعية لاجترار الأفكار.
- (٣) عدم وجود تأثير دال إحصائيًا للتفاعل بين العمل (عاملات/ غير عاملات) والحالة الاجتماعية (غير متزوجة/ متزوجة) في الدرجة الكلية والمكونات الفرعية لاجترار الأفكار، حيث كانت قيمة "ف" غير دالة إحصائيًا.

#### -فيما يتعلق بفقدان المتعة

- (١) عدم وجود فرق دال إحصائيًا تبعًا للعمل (عاملات/ غير عاملات) في الدرجة الكلية والمكونات الفرعية لفقدان المتعة، حيث كانت قيمة "ف" غير دالة إحصائيًا.
- (٢) عدم وجود فرق دال إحصائيًا تبعًا للحالة الاجتماعية (غير متزوجة/ متزوجة) على بعض أبعاد مقياس فقدان المتعة (فقدان المتعة المعرفي، فقدان المتعة الانفعالي، فقدان المتعة الاجتماعي) والدرجة الكلية؛ حيث كانت قيمة "ف" غير دالة إحصائيًا، بينما وجدت فروق تبعًا للحالة الاجتماعية (غير متزوجة/ متزوجة)؛ حيث كانت قيمة ف دالة ٠,٠٥، ويوضح جدول (٣٣) دلالة واتجاه هذه الفروق

جدول (٣٣) دلالة واتجاه الفروق في فقدان المتعة الجسدي وفقاً للحالة الاجتماعية

الأبعاد الفرعية	الحالة الاجتماعية	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
فقدان المتعة الجسدي	غير متزوجة	١٦٦	٣٦,٧١	٩,٣٦	٣,٢٥٧	دالة عند ٠,٠١
	متزوجة	١١٨	٤٠,٢٢	٨,٣٢		

أشارت نتائج جدول (٣٣) إلى وجود فرق دالة إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين المتزوجات وغير المتزوجات في فقدان المتعة الجسدي والفرق في اتجاه المتزوجات. (٣) عدم وجود تأثير دال إحصائياً تبعاً للتفاعل بين العمل (عاملات/ غير عاملات) والحالة الاجتماعية (غير متزوجة/ متزوجة) على بعض أبعاد فقدان المتعة (فقدان المتعة الانفعالي، فقدان المتعة الاجتماعي، فقدان المتعة الجسدي)؛ حيث كانت قيمة "ف" غير دالة إحصائياً، بينما وجد تأثير دال إحصائياً للتفاعل بين العمل والحالة الاجتماعية في بعد فقدان المتعة المعرفي والدرجة الكلية، حيث كانت قيمة ف دالة عند ٠,٠٥.

-فيما يتعلق باليأس

(١) عدم وجود فرق دال إحصائياً تبعاً للعمل (عاملات/ غير عاملات) على بُعد الأمل، حيث كانت قيمة "ف" غير دالة إحصائياً، بينما وجد فرق دال إحصائياً تبعاً للعمل (عاملات/ غير عاملات) على الدرجة الكلية لليأس وبعض الأبعاد (التوقعات السلبية، المقارنات الاجتماعية، انعدام الجدوى)، وفيما يتعلق بالفروق بين العاملات وغير العاملات في الدرجة الكلية لليأس ومكوناته الفرعية، فقد سبق حساب دلالة واتجاه الفروق، وكانت الفروق في اتجاه غير العاملات، وذلك كما جاء في جدول (٣١).

(٢) عدم وجود فرق دال إحصائياً تبعاً للحالة الاجتماعية (غير متزوجة/ متزوجة) على الدرجة الكلية لليأس وبعض الأبعاد (الأمل، التوقعات السلبية، المقارنات الاجتماعية)، حيث كانت قيمة "ف" غير دالة إحصائياً، بينما وجدت فروق تبعاً للحالة الاجتماعية (غير متزوجة/ متزوجة) على بعد انعدام الجدوى، حيث كانت قيمة ف دالة عند ٠,٠١، ويوضح جدول (٣٤) دلالة واتجاه هذه الفروق

جدول (٣٤) دلالة واتجاه الفروق في انعدام الجدوى وفقاً للحالة الاجتماعية

الأبعاد الفرعية	الحالة الاجتماعية	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	مستوى الدلالة
انعدام الجدوى	غير متزوجة	١٦٦	٧,٤٤	٢,٢٨	٣,١٤٠	دالة عند ٠,٠١
	متزوجة	١١٨	٨,٣٢	٢,٣٦		

أشارت نتائج جدول (٣٤) إلى وجود فرق دال إحصائياً عند مستوى (٠,٠١) بين المتزوجات وغير المتزوجات في انعدام الجدوى، وكانت الفروق في اتجاه المتزوجات. (٣) عدم وجود تأثير دال إحصائياً تبعاً للتفاعل بين العمل (عاملات/ غير عاملات) والحالة الاجتماعية (غير متزوجة/ متزوجة) على بعض أبعاد مقياس اليأس (التوقعات السلبية، المقارنات الاجتماعية، انعدام الجدوى، والدرجة الكلية)، حيث كانت قيمة "ف" غير دالة إحصائياً، بينما وجد تأثير دال إحصائياً للتفاعل بين العمل والحالة الاجتماعية في بعد الأمل، حيث كانت قيمة ف دالة عند ٠,٠١.

أشارت نتائج هذا الفرض إلى انتفاء وجود فروق بين العاملات وغير العاملات في الدرجة الكلية لاجترار الأفكار ومكوناته الفرعية وفقاً للعمر، وفي الدرجة الكلية لفقدان المتعة ومكوناتها فيما عدا فقدان المتعة المعرفي وكانت الفروق في اتجاه من هن أقل من ٣٥ عاماً، بينما وجدت فروق في الدرجة الكلية لليأس وجميع مكوناته وفقاً للعمل، وكانت الفروق في اتجاه غير العاملات فيما عدا بُعد الأمل حيث انتفت فيه الفروق بين العاملات وغير العاملات. كذلك أشارت النتائج إلى انتفاء وجود فروق بين العاملات وغير العاملات

في الدرجة الكلية لاجترار الأفكار ومكوناته في ضوء الحالة الاجتماعية، وكذلك انتفت الفروق في الدرجة الكلية لفقدان المتعة وجميع مكوناته فيما عدا فقدان المتعة الجسدي، وكانت الفروق في اتجاه المتزوجات. في حين وجدت فروق في الدرجة الكلية لليأس وجميع مكوناته فيما عدا الأمل وكانت الفروق في اتجاه غير العاملات وظهر الفرق وفق الحالة الاجتماعية في بُعد انعدام الجدوى فقط في اتجاه المتزوجات.

وفيما يتعلق بانتفاء وجود فروق بين العاملات وغير العاملات في اجترار الأفكار ومكوناته، واليأس ومكوناته، وفقاً للعمر، وفقدان المتعة ومكوناته فيما عدا فقدان المتعة المعرفي في اتجاه العمر الأقل من ٣٥ عام، بينما كانت الفروق دالة في الدرجة الكلية لليأس وجميع مكوناته فيما عدا الأمل وفقاً للعمل وكانت الفروق في اتجاه غير العاملات؛ فتعزو الباحثة انتفاء وجود الفروق في اجترار الأفكار إلى أن طبيعة الإناث بصرف النظر عن أعمارهن هن أكثر ميلاً للتفكير المتكرر وتحليل الأمور، وإعادة تمثيل المواقف والتفاعلات الاجتماعية ذهنياً مراراً وتكراراً، أما فيما يتعلق بفقدان المتعة المعرفي فيمكن عزو هذه النتيجة إلى طبيعة العمر نفسه، فذوات العمر الأقل من ٣٥ ربما كن أقل اضطلاع، فبرغم أن أصحاب ال ٣٥ عاماً فأقل لسن صغيرات في السن، ولكن قد نلاحظ أن بعض فتيات الجيل الحالي قد تغيرت اهتمامتهن وأصبحن أكثر حرصاً على متابعة وسائل التواصل الاجتماعي وأكثر تأثراً بها، وانصرافاً عن تعلم أشياء جديدة وتطوير مهارتهن واكتساب معارف جديدة، خاصة إذا كن من غير العاملات، وبالتالي فقدانهن للمتعة المعرفية التي قد تتمثل في قلة الدافع واللامبالاة.

أما فيما يتعلق بالفروق في اليأس والتي كانت في اتجاه غير العاملات فربما يُعزى ذلك إلى طبيعة تفسيرهن لمواقف حياتهن وتقييمهن للأحداث الصعبة والضاغطة على أنها ثابتة ومستقرة، وشعورهم بفقدان القدرة على التحكم والسيطرة والإتيان بأي تغيير يُذكر، خاصة في ضوء افتقادهن لأي تغيير أو حدث مغاير لروتين اليوم المتكرر يوماً بعد يوماً، فبعض السيدات قد يمكنن لأيام، وربما أكثر لا يخرجن من منزلهن ولا يتواصلن مع الآخرين، يبدأ يومهن وينتهي في إدارة شئون المنزل، وبرغم أنها مهمة عظيمة، إلا أن

التواصل الاجتماعي مع الأخريات وتحقيق الانجاز الشخصي أو تطوير مهارات الفرد الذاتية أو ممارسة أي نشاط أو مهبة، قد يكون لها فائدة إيجابية ونفع كبير، وبالتالي شعورهن بتحقيق الذات وقدرتهن على التحكم في أمور حياتهن وانخفاض شعورهن باليأس. وقد أشارت دراسة (Ahles (2018 إلى أن التّعرض المُستمر للضغوط وإدراكها يرتبط بانخفاض في وظائف مسارات الدوبامين، وهي مُؤثرات ضاغطة غير قابلة للتّجنب.

وفيما يتعلق بالفروق في ضوء الحالة الاجتماعية، فقد انتفت الفروق في اجترار الأفكار، وظهرت في فقدان المتعة الجسدي وانعدام الجدوى في اتجاه المتزوجات، وتعزو الباحثة هذه النتيجة إلى طبيعة فقدان المتعة وتعريفه حيث الانخفاض في الشعور بالمتعة في أشياء كانت ممتعة من قبل وهو ما يمكن أن اختبرته السيدات المتزوجات بقدر أكبر من غير المتزوجات وبالتالي استطعن الإقرار بفقدانهن لأشياء قد عايشوها من قبل، مقارنةً بغيرهن، بالإضافة إلى أن انشغال المرأة بعدد من المهام وتعدد الأدوار، قد يجعلها تتغافل عن أهمية احتياجاتها الذاتية ومشاعرها وإيثارها وتفضيلها لتلبية احتياجات الآخرين وشؤونهم بشكل مبالغ فيه، مع ميل البعض إلى إسكات أنفسهن وكبت أصواتهن الداخليه وذواتهن الحقيقية مما يؤثر بالتالي على شعورهن بالاستمتاع بكافة الأنشطة التي تختبرها.

كما أن الفروق في انعدام الجدوى قد ظهرت في اتجاه الزوجات؛ فالمتزوجة قد تواجه ضغطاً أكبر يرتبط بالزواج ودورها الأمومي والزوجي والالتزامات الزوجية، والدوبان التام في روتين الحياة اليومي، وربما عدم الالتفات لتحديد أوقات محددة للاهتمام الشخصي، وإشباع الرغبات بقدر من الراحة دون الشعور بالذنب أو التقصير، وهو ما قد يشير إلى أن المرأة غير العاملة برغم أهمية دورها في رعاية شؤون أسرتها، إلا أنها قد تفتقد للشعور بالإنجاز الشخصي وتحقيق الذات وهو احتياج لا يقل أهمية عن الاحتياجات الأخرى المهمة والأساسية وفقاً لترتيب احتياجات هرم Maslow، فكلما كانت المرأة أكثر اهتماماً بنفسها وصحتها النفسية وراحتها وأدركت أن احتياجاتها

لا تقل أهمية عن احتياجات من ترعاهم، وأن اهتمامها بذاتها لا يعني تقصيرها في حقوق من حولها، كلما كانت أكثر استمتاعاً بكل الخبرات والتجارب التي تختبرها، بالإضافة إلى شعورها بتحقيق النجاحات والتقدم والإنجاز في حد ذاته والذي يدفعها للشعور بالهدف والمعنى في الحياة وارتفاع تقديرها لنفسها، وبالتالي انخفاض شعورها باليأس.

كما يمكن تفسير النتيجة الحالية في ضوء ما تم الإشارة إليه؛ حيث أن السيدات المعرضات للإساءة يعانين من مظاهر الشعور باليأس التي تتمثل في الشعور بأنه لا أمل في المستقبل، وأن المصائب تلازمهن، وأن الموت أفضل من الحياة، وأن الحياة كلها مشقة وعناء، وفقدان ثقة الآخرين واحترامهم، وعدم القدرة على تحقيق أهدافهن (الدسوقي، ٢٠٠٦). كما يؤدي الفشل المستمر في التعامل الإيجابي مع البيئة الاجتماعية إلى شعور دائم باليأس وما يصحبه من اختفاء التوقعات الإيجابية والآمال في التعبير، وإدراك أن الإنسان نتاج سلبي للبيئة أو الموقف الضاغط. كذلك أورد الأنصاري (٢٠٠١) أن الإناث أكثر شعوراً باليأس وفقدان الأمل والتوقعات المستقبلية السلبية مقارنة بالذكور، موضحاً أنها نتيجة متوقعة لوجود علاقة بين الاكتئاب واليأس، معللاً ذلك بكثرة الضغوط والإحباطات التي تتعرض لها الفتاة في الأسرة والدراسة والعمل مقارنة بالشباب، مما يؤدي إلى ارتفاع الاكتئاب عند الإناث ومن ثم إلى ارتفاع اليأس لديهن خاصة أن هناك تشابه وتداخل بين أعراض كل منهم.

وقد أشارت دراسة Çankaya et al. (2020) إلى أن الدعم الاجتماعي يساعد الأفراد على التعامل مع صعوبات الحياة من خلال دمج المواقف الإيجابية في حياتهم، مما يساهم في تخفيف ردود أفعالهم تجاه الضغوط وتعديل استجاباتهم العاطفية للعوامل المسببة للتوتر. كما كشفت نتائجها عن التأثيرات الإيجابية لارتفاع مستوى التعليم على الدعم الاجتماعي، حيث وجد أن مثل هذا الارتباط قد ينشأ من تطوير مهارات التعبير عن الذات لدى النساء وزيادة الشبكات الاجتماعية، فضلاً عن التحسن الملحوظ في رفاهية المرأة ووضعها الاجتماعي.

### بحوث مقترحة

١. تحليل مسار العلاقات السببية بين فقدان المتعة واليأس لدى الزوجات والأرامل والمطلقات.
٢. دراسة النماذج البنائية للعلاقات بين الذاكرة العاملة واجترار الأفكار وفقدان المتعة لدى العاملات وغير العاملات.
٣. دراسة النماذج البنائية للعلاقات بين نقد الذات واليأس وإيذاء الذات لدى المرأة.
٤. الفروق في العلاقة بين فقدان المتعة والرضا الزوجي لدى الأزواج والزوجات.

## المراجع

### أولاً: المراجع باللغة العربية

- الأنصاري، بدر محمد. (٢٠٠١). إعداد صورة عربية لمقياس "بيك" لليأس. مجلة الإرشاد النفسي، ٩ (١٤)، ١١٩-١٧٢.
- أبو حلاوة، محمد السعيد، والدواش، فؤاد محمد. (٢٠١٩). اليأس وعلاقته بالعزو المتحيز للعدائية لدى الأطفال مجهولي النسب: دراسة سيكومترية - كLINيكية. مجلة كلية التربية جامعة كفر الشيخ، ١٩ (٤)، ٩٩-١٦٨.
- أبو زيد، أحمد و عبدالحميد، هبه. (٢٠٢٣). قائمة انعدام التلذذ. الأنجلو المصرية أبو شنب، منى عبدالرازق. (٢٠١٧). فاعلية برنامج إرشادي معرفي سلوكي في خفض اليأس وأثره على جودة الحياة النفسية لدى طالبات كلية الاقتصاد المنزلي جامعة المنوفية ذوات والدين مطلقين. دراسات عربية في التربية وعلم النفس، ٨٩، ٢٣ - ٦٦.
- باشا، شيماء عزت. (٢٠١٥). إجترار الأفكار والتشويه المعرفي وعلاقتهما بأعراض القلق والاكتئاب. المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي، ٣ (٤)، ٥٣٥ - ٥٨٢.
- بخيت، محمد السيد، و العمري، أحمد عبدالرحيم. (٢٠١٧). القلق واليأس والسمنة كمنبئات بتنظيم الذات لدى البدينات وغير البدينات من طالبات كلية التربية للطفولة المبكرة جامعة الفيوم. مجلة الطفولة والتربية، ٩ (٣٢)، ١٤٤-٢٠٢.
- الجمعان، سناء عبدالزهرة، و اليعقوب، نور جمعة. (٢٠١٩). الشعور باليأس وعلاقته بالاتجاه نحو الهجرة لدى طلبة الجامعة. دراسات تربوية ونفسية، كلية التربية بالقازيق، ٢ (٢)، ٣٧٩-٤٢٧.
- الدسوقي، مجدي محمد. (٢٠٠٦). الشعور باليأس والعجز وتصور الانتحار لدى عينة من النساء الراشدات المعرضات للإساءة الزوجية. مجلة الإرشاد النفسي جامعة عين شمس، ٢٠، ٥٣-١٦٠.

رضوان، سامر جميل. (٢٠٠٣). الصورة السورية المقياس بيك للاكتئاب: دراسة ميدانية على عيّنة من طلاب جامعة دمشق. *مجلة العلوم التربوية والدراسات الإسلامية*، جامعة الملك سعود، ١٦ (١)، ٤٥٣-٤٨٦.

الصبوة، محمد نجيب و السيد، كريمة عبدالحليم. (٢٠٢٠). الأمل والتسامح كمتغيرين معدلين بين الشعور باليأس والاكتئاب لدى الذكور من الأطفال مرضى سرطان الدم والأصحاء. *المجلة المصرية لعلم النفس الإكلينيكي والإرشادي*، ٨ (٣)، ٤٩٧ - ٥٣٩.

عبدالفتاح، غريب. (٢٠١٥). مقياس الاكتئاب (د٢). الأنجلو المصرية عبدالوهاب، أشرف محمد. (٢٠١٨). العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية لدى عيّنة من طلاب الجامعة. *مجلة الإرشاد النفسي*، جامعة عين شمس، ٥٥، ٥٣-١٠٣.

علي، حنان أحمد محمد. (٢٠٢١). اليأس والخوف من الفشل كمنبئين بالتسويق الأكاديمي. *مجلة الخدمة النفسية*، ١٤، ٢٩٢ - ٣٣٩.

مبارك، دعاء محمد. (٢٠٢٣). تقدير الذات واليأس كمنبئين بالمرونة النفسية لدى عيّنة من طلاب الجامعة. *مجلة العلوم التربوية والدراسات الإنسانية*، جامعة تعز فرع التربة، ٣٠، ٦١ - ٨٩.

المشوح، سعد بن عبدالله. (٢٠١١). التدين وعلاقته بقلق الموت والاكتئاب واليأس ووجهة الضبط واحترام الذات: دراسة نفسية للمسنين في مدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، ٢١ (٧٠)، ٢٠٣ - ٢٥٩.

### ثانياً: المراجع باللغة الإنجليزية

Ahles, J. J. (2018). *Examining the interaction between stress exposure and stress reactivity as predictors of reward sensitivity and anhedonia symptoms*. Doctoral dissertation, Seattle Pacific University.

- Ahrens, B., Linden, M., Zäske, H., & Berzewski, H. (2000). Suicidal behavior—symptom or disorder?. *Comprehensive psychiatry*, 41(2), 116-121.
- Alloy, L. B., & Clements, C. M. (1998). Hopelessness theory of depression: tests of the symptom component. *Cognitive Therapy and Research*, 22(4), 303-335. [0147-5916/98/0800-0303\\$15.00/0](https://doi.org/10.1023/A:1023030315000)
- Arger, C., Sánchez, O., Simonson, J., & Mezulis, A. (2012). Pathways to depressive symptoms in young adults: examining affective, self-regulatory, and cognitive vulnerability factors. *Psychological Reports*, 111(2), 335-348. [DOI 10.2466/09.02.15.PR0.111.5.335-348](https://doi.org/10.2466/09.02.15.PR0.111.5.335-348)
- Assaad, L. (2016). *The association of social anhedonia with romantic relationship processes*. Master's thesis, University of Maryland, College Park.
- Aslan, A., Batmaz, S., Yildiz, M., & Songur, E. (2020). Suicide attempts in turkish university students: the role of cognitive style, hopelessness, cognitive reactivity, rumination, self-esteem, and personality traits. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, 38(4), 579-601. [Doi.org/10.1007/s10942-020-00354-3](https://doi.org/10.1007/s10942-020-00354-3)
- Barthel, A. L., Pinaire, M. A., Curtiss, J. E., Baker, A. W., Brown, M. L., Hoepfner, S. S., Bui, E., Simon, N., & Hofmann, S. (2020). Anhedonia is central for the association between quality of life, metacognition, sleep, and affective symptoms in generalized anxiety disorder: a complex network analysis. *Journal of Affective Disorders*, 277, 1013-1021. [Doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.077](https://doi.org/10.1016/j.jad.2020.08.077).
- Balsamo, M., Carlucci, L., Innamorati, M., Lester, D., & Pompili, M. (2020). Further insights into the beck hopelessness scale (BHS): unidimensionality among psychiatric inpatients. *Frontiers in Psychiatry*, 11, 727-737. [Doi: 10.3389/fpsy.2020.00727](https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.00727)
- Bernstein, E. E., Heeren, A., & McNally, R. J. (2019). Reexamining trait rumination as a system of repetitive negative thoughts: A network analysis. *Journal of Behavior*

- Therapy and Experimental Psychiatry*, 63, 21-27.  
[Doi.org/10.1016/j.jbtep.2018.12.005](https://doi.org/10.1016/j.jbtep.2018.12.005).
- Brose, A., Raedt, R. D., & Vanderhasselt, M. A. (2020). Eight items of the ruminative response scale are sufficient to measure weekly within-person variation in rumination. *Current Psychology*, 41:4210–4218. [doi.org/10.1007/s12144-020-00913-y](https://doi.org/10.1007/s12144-020-00913-y)
- Buckner, J. D., Joiner Jr, T. E., Pettit, J. W., Lewinsohn, P. M., & Schmidt, N. B. (2008). Implications of the DSM's emphasis on sadness and anhedonia in major depressive disorder. *Psychiatry Research*, 159, (1-2), 25-30. [Doi:10.1016/j.psychres.2007.05.010](https://doi.org/10.1016/j.psychres.2007.05.010).
- Burrows-Kerr, R. (2015). Literature review: repetitive negative thought and anhedonia: a systematic review, empirical paper, repetitive negative thought and reward rensitivity. University of Exeter ,United Kingdom.
- Busch, K. A., Fawcett, J., & Jacobs, D. G. (2003). Clinical correlates of inpatient suicide. *Journal of Clinical Psychiatry*, 64(1), 14-19.
- Çankaya, S., Dikmen, H., & Yılmaz, S. (2020). Investigation of social support perceptions and hopelessness levels of refugee women in Turkey. *International Social Work*, 63(4), 459-472. [Doi.org/10.1177/0020872818798002](https://doi.org/10.1177/0020872818798002)
- Chioqueta, A. P., & Stiles, T. C. (2007). The relationship between psychological buffers, hopelessness, and suicidal ideation: Identification of protective factors. *Crisis*, 28(2), 67-73. [doi.org/10.1027/0227-5910.28.2.67](https://doi.org/10.1027/0227-5910.28.2.67)
- Connolly, S. L., & Alloy, L. B. (2017). Rumination interacts with life stress to predict depressive symptoms: An ecological momentary assessment study. *Behaviour Research and Therapy*, 97, 86-95. [Doi.org/10.1016/j.brat.2017.07.006](https://doi.org/10.1016/j.brat.2017.07.006)
- Domke, A. K., Hartling, C., Stipl, A., Carstens, L., Gruzman, R., Bajbouj, M., Gärtner, M & Grimm, S. (2023). The influence of childhood emotional maltreatment on cognitive symptoms, rumination, and hopelessness in adulthood depression.

- Clinical Psychology & Psychotherapy*, 30(5), 1170-1178.  
DOI: 10.1002/cpp.2872
- Drinkwater, K., Denovan, A., Dagnall, N., & Williams, C. (2023). The General Hopelessness Scale: Development of a measure of hopelessness for non-clinical samples. *PloS one*, 18(6), e0287016. Doi.org/10.1371/journal.
- Durat, G., Özdemir, K., & Çulhacık, G. D. (2018). Dyadic adjustment and hopelessness levels among infertile women. *Cukurova Medical Journal*, 43(1), 1-6. DOI: 10.17826/cumj.381228
- Fraser, L., Burnell, M., Salter, L. C., Fourkala, E. O., Kalsi, J., Ryan, A., Gessler, S., Gidron, Y., Steptoe, A., & Menon, U. (2014). Identifying hopelessness in population research: A validation study of two brief measures of hopelessness. *BMJ open*, 4(5), e005093. Doi:10.1136/bmjopen-2014-005093
- Gong, T., Ren, Y., Wu, J., Jiang, Y., Hu, W., & You, J. (2019). The associations among self-criticism, hopelessness, rumination, and NSSI in adolescents: A moderated mediation model. *Journal of Adolescence*, 72, 1-9. Doi.org/10.1016/j.adolescence.2019.01.007
- Gozuyesil, E., Karacay Yikar, S., & Nazik, E. (2020). An analysis of the anxiety and hopelessness levels of women during IVF-ET treatment. *Perspectives in Psychiatric Care*, 56(2), 338-346. DOI: 10.1111/ppc.12436
- Gregg, J. J. (2014). *Assessment of hopelessness in older adults: the development and initial validation of the hopelessness Inventory for Later Life (HILL)*. Doctoral dissertation, The Eberly College of Arts & Sciences, West Virginia University.
- Gumus, A. B., Cam, O., & Malak, A. T. (2011). Relationships between psychosocial adjustment and hopelessness in women with breast cancer. *Asian Pacific Journal of Cancer Prevention*, 12(2), 433-438.
- Gutkovich, Z., Morrissey, R. F., Espailat, R. K., & Dicker, R. (2011). Anhedonia and pessimism in hospitalized depressed

- adolescents. *Depression Research and Treatment*, 2011(1),1-10 [Doi:10.1155/2011/795173](https://doi.org/10.1155/2011/795173)
- Hall, A. F., Browning, M., & Huys, Q. J. (2024). The computational structure of consummatory anhedonia. *Trends in Cognitive Sciences*.28(6),541-553. [Doi.org/10.1016/j.tics.2024.01.006](https://doi.org/10.1016/j.tics.2024.01.006)
- Hankin, B. L., Abramson, L. Y., & Siler, M. (2001). A prospective test of the hopelessness theory of depression in adolescence. *Cognitive Therapy and Research*, 25(5), 607-632. [0147-5916/01/1000-0607\\$19.50/0](https://doi.org/10.1000-0607$19.50/0)
- Harding, K. A., & Mezulis, A. (2017). Is rumination a risk and a protective factor?. *Europe's Journal of Psychology*, 13(1), 28-46. [Doi:10.5964/ejop.v13i1.1279](https://doi.org/10.5964/ejop.v13i1.1279)
- Harvey, P- O. (2009). *Neural and cognitive correlates of anhedonia in non-clinical individuals and in people suffering from schizophrenia*. Doctoral dissertation, Faculty of Medicine, McGill University.
- Hirsch, J. K. (2003). *An examination of optimism, pessimism and hopelessness as predictors of suicidal ideation in college students: A test of a moderator model.*. Doctoral dissertation, The Graduate School of The University of Wyoming.
- Ho, N., & Sommers, M. (2013). *Anhedonia: a concept analysis*. *Archives of Psychiatric Nursing*, 27(3), 121-129. [Doi.org/10.1016/j.apnu.2013.02.001](https://doi.org/10.1016/j.apnu.2013.02.001).
- Johnson, D. P., & Whisman, M. A. (2013). Gender differences in rumination: a metaanalysis. *Personality and Individual Differences*, 55(4), 367-374. [Doi.org/10.1016/j.paid.2013.03.019](https://doi.org/10.1016/j.paid.2013.03.019)
- Kamışlı, S., Terzioğlu, C., & Bozdag, G. (2021). The psychological health of women with infertility: hopelessness, anxiety and depression levels. *Journal of Psychiatric Nursing*, 12(1), 43-49. [DOI: 10.14744/phd.2020.48030](https://doi.org/10.14744/phd.2020.48030)
- Khandker, M. (2018). *Early-life chronic stressors, rumination, and the onset of chronic disorders in women*. Doctoral dissertation, Faculty of the graduate school of the University of Minnesota

- Khazanov, G. K., Xu, C., Dunn, B. D., Cohen, Z. D., DeRubeis, R. J., & Hollon, S. D. (2020). Distress and anhedonia as predictors of depression treatment outcome: A secondary analysis of a randomized clinical trial. *Behaviour Research and Therapy*, 125, 1-8, 103507. [Doi.org/10.1016/j.brat.2019.103507](https://doi.org/10.1016/j.brat.2019.103507).
- Kısa, S., Zeyneloğlu, S., & Verim, E. S. (2019). The level of hopelessness and psychological distress among abused women in a women's shelter in Turkey. *Archives of Psychiatric Nursing*, 33(1), 30-36. [doi.org/10.1016/j.apnu.2018.08.009](https://doi.org/10.1016/j.apnu.2018.08.009)
- Krieger, T., Altenstein, D., Baettig, I., Doerig, N., & Holtforth, M. G. (2013). Self-compassion in depression: associations with depressive symptoms, rumination, and avoidance in depressed outpatients. *Behavior Therapy*, 44(3), 501-513. <https://doi.org/10.1016/j.beth.2013.04.004>
- Krings, A., Heeren, A., Fontaine, P., & Blairy, S. (2020). Attentional biases in depression: Relation to disorder severity, rumination, and anhedonia. *Comprehensive Psychiatry*, 100, 1-10, 152173. [Doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152173](https://doi.org/10.1016/j.comppsy.2020.152173).
- Lackner, R. J., & Fresco, D. M. (2016). Interaction effect of brooding rumination and interoceptive awareness on depression and anxiety symptoms. *Behaviour research and therapy*, 85, 43-52. [Doi.org/10.1016/j.brat.2016.08.007](https://doi.org/10.1016/j.brat.2016.08.007)
- Lam, D., Smith, N., Checkley, S., Rijdsdijk, F., & Sham, P. (2003). Effect of neuroticism, response style and information processing on depression severity in a clinically depressed sample. *Psychological Medicine*, 33(3), 469-479. [DOI: 10.1017/S0033291702007304](https://doi.org/10.1017/S0033291702007304)
- Lamis, D. A., Wilson, C. K., Shahane, A. A., & Kaslow, N. J. (2014). Mediators of the childhood emotional abuse–hopelessness association in African American women. *Child Abuse & Neglect*, 38(8), 1341-1350. [Doi.org/10.1016/j.chiabu.2013.11.006](https://doi.org/10.1016/j.chiabu.2013.11.006)
- Lau, C & Forchuk, C (2020). Hopelessness. In *The wiley encyclopedia of personality and individual differences*, V(III).

- Carducci, B. J., Nave, C. S., Di Fabio, A., Saklofske, D. H., & Stough, C(Eds). John Wiley & Sons Ltd
- Lawrence, H. R., Siegle, G. J., & Schwartz-Mette, R. A. (2023). Reimagining rumination? the unique role of mental imagery in adolescents' affective and physiological response to rumination and distraction. *Journal of Affective Disorders*, 329, 460-469 . [Doi.org/10.1016/j.jad.2023.02.066](https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.02.066)
- Lewis, E. J. (2020). *Examining the consequences of repetitive negative thought*. Doctoral dissertation, Yale University.
- Liao, A., Walker, R., Carmody, T. J., Cooper, C., Shaw, M. A., Grannemann, B. D., Adams, B., Bruder, G., McInnis, M., Webb, C., Dillon, D., Pizzagalli, D., Phillips, M., Kurian, B., Fava, M., Parsey, R., McGrath, B., Weissman, M., & Trivedi, M. H. (2019). Anxiety and anhedonia in depression: associations with neuroticism and cognitive control. *Journal of Affective Disorders*, 245, 1070-1078. [Doi.org/10.1016/j.jad.2018.11.072](https://doi.org/10.1016/j.jad.2018.11.072)
- Lyubomirsky, S., Layous, K., Chancellor, J., & Nelson, S. K. (2015). Thinking about rumination: the scholarly contributions and intellectual legacy of Susan Nolen-Hoeksema. *Annual Review of Clinical Psychology*, 11(1), 1-22. [10.1146/annurev-clinpsy-032814-112733](https://doi.org/10.1146/annurev-clinpsy-032814-112733)
- Macaulay, R., McGovern, J., Cohen, A. (2014). Understanding anhedonia: the role of perceived control. In, *Anhedonia: A Comprehensive Handbook (I), conceptual issues and neurobiological advances* (Michael S. Ritsner, Editor). Springer Dordrecht Heidelberg.
- Mcdevitt, A. (2014). *Rumination and worry as repetitive negative thinking: Do cognitive processes mediate the relationship between goal-linking and mental health and well-being?*. Doctoral dissertation, University of Liverpool.
- Mckenzie, D. P., Clarke, D. M., Forbes, A. B., & Sim, M. R. (2010). Pessimism, worthlessness, anhedonia, and thoughts of death identify DSM–IV major depression in hospitalized, medically ill patients. *Psychosomatics*, 51(4), 302-311.

- Meadows, L. A., & Kaslow, N. J. (2002). Hopelessness as mediator of the link between reports of a history of child maltreatment and suicidality in African American women. *Cognitive Therapy and Research*, 26(5), 657-674. [0147-5916/02/1000-0657/0](https://doi.org/10.1017/S0147-591602100006570)
- Metalsky, G. I., & Joiner, T. E. (1997). The hopelessness depression symptom questionnaire. *Cognitive Therapy and Research*, 21(3), 359-384. [0147-5916/97/0600-0359\\$12.50/0](https://doi.org/10.1017/S0147-5916970600035912.50/0)
- Mezulis, A., Simonson, J., McCauley, E., & Vander Stoep, A. (2011). The association between temperament and depressive symptoms in adolescence: Brooding and reflection as potential mediators. *Cognition & Emotion*, 25(8), 1460-1470. [doi:10.1080/02699931.2010.543642](https://doi.org/10.1080/02699931.2010.543642)
- Miranda, R., Tsykes, A., Gallagher, M., & Rajappa, K. (2013). Rumination and hopelessness as mediators of the relation between perceived emotion dysregulation and suicidal ideation. *Cognitive Therapy and Research*, 37, 786-795. [DOI 10.1007/s10608-013-9524-5](https://doi.org/10.1007/s10608-013-9524-5)
- Moore, K. (2015). Rumination and self-destructive thoughts in people with depression. *Behavioural Sciences Undergraduate Journal*, 2(1), 5-12.
- Moore, K. E., Siebert, S., Brown, G., Felton, J., & Johnson, J. E. (2021). Stressful life events among incarcerated women and men: association with depression, loneliness, hopelessness, and suicidality. *Health & Justice*, 9(1), 22. [Doi.org/10.1186/s40352-021-00140-y.](https://doi.org/10.1186/s40352-021-00140-y)
- Moulds, M. L., Kandris, E., Starr, S., & Wong, A. C. (2007). The relationship between rumination, avoidance and depression in a non-clinical sample. *Behaviour Research and Therapy*, 45(2), 251-261. <https://doi.org/10.1016/j.brat.2006.03.003>
- Nolen-Hoeksema, S., Wisco, B. E., & Lyubomirsky, S. (2008). Rethinking rumination. *Perspectives on Psychological Science*, 3(5), 400-424.
- Nunes-Baptista, M., Munhoz-Carneiro, A., & Ferrari-Cardoso, H. (2014). Depression, family support and hopelessness: a

- correlated study. *Universitas Psychologica*, 13(2), 693-702. 13(2). [Doi:10.11144/Javeriana.UPSY13-2.dfsh](https://doi.org/10.11144/Javeriana.UPSY13-2.dfsh)
- Pisoni, A. M. (2022). *Evaluating State-Based Network Dynamics in Anhedonia*. Doctoral dissertation, Duke University.
- Pretorius, T. B., & Padmanabhanunni, A. (2024). A unidimensional short form of the Beck Hopelessness scale (BHS-7) derived using item response theory. *Scientific Reports*, 14(1), 6021. [Doi.org/10.1038/s41598-024-56792-x](https://doi.org/10.1038/s41598-024-56792-x).
- Raes, F., Bastin, M., Pede, T., Belmans, E., Goossens, L., & Vanhalst, J. (2020). Repetitive negative thinking outperforms loneliness and lack of social connectedness as a predictor of prospective depressive symptoms in adolescents. *Scandinavian Journal of Child and Adolescent Psychiatry and Psychology*, 8(1), 149-156. [DOI 10.21307/sjcapp-2020-015](https://doi.org/10.21307/sjcapp-2020-015).
- Ramos-Cejudo, J., Salguero, J. M., Kannis-Dymand, L., García-Sancho, E., & Love, S. (2017). Anger rumination in australia and spain: validation of the anger rumination scale. *Australian Journal of Psychology*, 69(4), 293-302. [Doi: 10.1111/ajpy.12154](https://doi.org/10.1111/ajpy.12154).
- Ren, J., Wu, Z., Peng, D., Huang, J., Xia, W., Xu, J., Wang, C., Cui, L., Fang, Y., & Zhang, C. (2023). Changes of anhedonia and cognitive symptoms in first episode of depression and recurrent depression, an analysis of data from NSSD. *Journal of Affective Disorders*, 321, 47-55. [Doi.org/10.1016/j.jad.2022.10.015](https://doi.org/10.1016/j.jad.2022.10.015).
- Rezaei, M., Bagheri, M. M. S., Khazaei, S., & Garavand, H. (2023). TDCS efficacy and utility of anhedonia and rumination as clinical predictors of response to tDCS in major depressive disorder (MDD). *Journal of Affective Disorders*, 339, 756-762. [Doi.org/10.1016/j.jad.2023.07.065](https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.07.065).
- Ribeiro, J., Huang, X., Fox, K., & Franklin, J. (2018). Depression and hopelessness as risk factors for suicide ideation, attempts and death: meta-analysis of longitudinal studies. *The British Journal of Psychiatry*, 212(5), 279-286. [Doi: 10.1192/bjp.2018.27](https://doi.org/10.1192/bjp.2018.27)

- Rickerby, N., Krug, I., Fuller-Tyszkiewicz, M., Forte, E., Davenport, R., Chayadi, E., & Kiropoulos, L. (2024). Rumination across depression, anxiety, and eating disorders in adults: a meta-analytic review. *Clinical Psychology: Science and Practice*, 31(2), 251–268. <https://doi.org/10.1037/cps0000110>
- Rood, L., Roelofs, J., Bögels, S. M., & Alloy, L. B. (2010). Dimensions of negative thinking and the relations with symptoms of depression and anxiety in children and adolescents. *Cognitive therapy and research*, 34, 333-342. DOI 10.1007/s10608-009-9261-y.
- Rutherford, A. V., McDougle, S. D., & Joormann, J. (2023). “Don't [ruminate], be happy”: a cognitive perspective linking depression and anhedonia. *Clinical Psychology Review*, 101,1-12. 102255. [Doi.org/10.1016/j.cpr.2023.102255](https://doi.org/10.1016/j.cpr.2023.102255)
- Samtani, S., Moulds, M. L., Johnson, S. L., Ehring, T., Hyett, M. P., Anderson, R., & McEvoy, P. M. (2022). Higher order repetitive negative thinking is more robustly related to depression, anxiety, and mania than measures of rumination or worry. *Cognitive Therapy and Research*,46, 161-170. [Doi.org/10.1007/s10608-021-10235-3](https://doi.org/10.1007/s10608-021-10235-3)
- Sarin, S., Abela, J., & Auerbach, R. (2005). The response styles theory of depression: a test of specificity and causal mediation. *Cognition & Emotion*, 19(5), 751-761.
- Schrader, G. D. (1997). Does anhedonia correlate with depression severity in chronic depression?. *Comprehensive Psychiatry*, 38(5), 260-263.
- Shanahan, M. L. (2018). *Hope, optimism, and hopelessness: conceptual distinctions and empirical associations with suicidal ideation*. Master dissertation, Department of Psychological Sciences, Indianapolis, Indiana
- Shankman, S., Katz, A., Delizza, A., Sarapas, C., Gorka, S., & Campbell, M. (2014). The different facets of anhedonia and their associations with different psychopathologies. In, *Anhedonia: a comprehensive handbook (I), conceptual issues*

- and neurobiological advances* (Michael S. Ritsner, Editor), Springer Dordrecht Heidelberg.
- Shankman, S., Nelson, B. D., Harrow, M., & Faull, R. (2010). Does physical anhedonia play a role in depression? A 20-year longitudinal study. *Journal of Affective Disorders*, 120(1-3), 170-176. doi:10.1016/j.jad.2009.05.002
- Short, M. M. (2010). *Coping with negative repetitive thought: an investigation of mindfulness and self-management skills in relation to worry and rumination*. Doctoral dissertation, Memorial University of Newfoundland.
- Shull, A., Mayer, S. E., McGinnis, E., Geiss, E., Vargas, I., & Lopez-Duran, N. L. (2016). Trait and state rumination interact to prolong cortisol activation to psychosocial stress in females. *Psychoneuroendocrinology*, 74, 324-332. Doi.org/10.1016/j.psyneuen.2016.09.004
- Smart, L. M., Peters, J. R., & Baer, R. A. (2016). Development and validation of a measure of self-critical rumination. *Assessment*, 23(3), 321-332.
- Smith, J. M., Alloy, L. B., & Abramson, L. Y. (2006). Cognitive vulnerability to depression, rumination, hopelessness, and suicidal ideation: multiple pathways to self-injurious thinking. *Suicide and Life-Threatening Behavior*, 36(4), 443-454.
- Spasojević, J., & Alloy, L. B. (2001). Rumination as a common mechanism relating depressive risk factors to depression. *Emotion*, 1(1), 25-37. DOI: 10.1037//1528-3542.1.1.25
- Starr, L. R., & Davila, J. (2012). Responding to anxiety with rumination and hopelessness: mechanism of anxiety-depression symptom co-occurrence?. *Cognitive Therapy and Research*, 36, 321-337. DOI 10.1007/s10608-011-9363-1
- Stelmach-Lask, L., Glebov-Russinov, I., & Henik, A. (2024). What is high rumination?. *Acta Psychologica*, 248, 104331. Doi.org/10.1016/j.actpsy.2024.104331
- Stoyanova, S. (2020). Development of a new rumination scale. *Problems of Psychology in the 21st Century*, 14(2), 135-147. doi.org/10.33225/ppc/20.14.135

- Sukhodolsky, D., Golub, A., Cromwell, E. (2001). Development and validation of the anger rumination scale. *Personality and Individual Differences*, 31, 689-700
- Teer, A., & Treadway, M. (2017). Anhedonia. In *The SAGE Encyclopedia of Abnormal and Clinical Psychology*. 7. SAGE Publications, Inc., Doi.org/10.4135/9781483365817
- Trapnell, P. D., & Campbell, J. D. (1999). Private self-consciousness and the five-factor model of personality: Distinguishing rumination from reflection. *Journal of Personality and Social Psychology*, 76, 284-304.
- Trick, L., Watkins, E. R., Henley, W., Gandhi, M. M., & Dickens, C. (2019). Perseverative negative thinking predicts depression in people with acute coronary syndrome. *General Hospital Psychiatry*, 61, 16-25. Doi.org/10.1016/j.genhosppsy.2019.06.012
- Tse, Y. (2014). *An examination of the relationship between acculturation and anxiety and anhedonia among international students in Vancouver*. Master's thesis, Adler School of Professional Psychology.
- Wallace, T. (2010). *An examination of the relation among suicide, problem-solving appraisal, and hopelessness in african american women*. Doctoral dissertation, Fielding Graduate University.
- Whisman, M. A., du Pont, A., & Butterworth, P. (2020). Longitudinal associations between rumination and depressive symptoms in a probability sample of adults. *Journal of Affective Disorders*, 260, 680-686. <https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.09.035>
- Whisman, M. A., & Pinto, A. (1997). Hopelessness depression in depressed inpatient adolescents. *Cognitive Therapy and Research*, 21(3), 345-358.
- Wang, Y., Batterham, P. J., Cruwys, T., & Callear, A. L. (2023). The development and validation of the hopelessness Inventory-5 in a community-based sample. *Journal of Affective Disorders Reports*, 14, 100623. Doi.org/10.1016/j.jadr.2023.100623

- Wisco, B. E., Plate, A. J., May, C. L., & Aldao, A. (2018). A latent profile analysis of repetitive negative thinking: distinguishing ruminators from worriers. *Journal of Experimental Psychopathology*, 9(4),1-17. [DOI: 10.1177/2043808718811428](https://doi.org/10.1177/2043808718811428)
- Wray, K. (2024). Do empathy and rumination mediate impacts of depression on relationship satisfaction? .Doctoral dissertation, Regent University.
- Winning, C. D. (1994). *A test of the hopelessness theory of depression in social phobia*. Doctoral dissertation, State University of New York at Albany.
- Yang, X., Liu, S., Wang, D., Liu, G., & Harrison, P. (2020). Differential effects of state and trait social anhedonia on suicidal ideation at 3-months follow up. *Journal of Affective Disorders*, 262, 23-30. [Doi.org/10.1016/j.jad.2019.10.056](https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.10.056).
- Yağmur, Y., & Oltuluoğlu, H. (2012). Social support and hopelessness in women undergoing infertility treatment in eastern turkey. *Public Health Nursing*, 29(2), 99-104. [Doi: 10.1111/j.1525-1446.2011.00976.x](https://doi.org/10.1111/j.1525-1446.2011.00976.x)
- Yoo, T., Kim, S.W., Kim, S.Y., Lee, J.Y., Kang, H.J., Bae, K.Y., Kim, J.M., Shin, I.S., Yoon, J.S.( 2015). Relationship between suicidality and low self-esteem in patients with schizophrenia. *Clinical Psychopharmacology and Neuroscience*, 13(3), 296–301. [doi.org/10.9758/cpn.2015.13.3.296](https://doi.org/10.9758/cpn.2015.13.3.296)
- Younts, S. A. (2019). *Autonomic regulation and anhedonia in african american young adults: an examination of HRV as a predictor of depression*. Master's thesis, North Carolina Central University.
- Yu, M. (2017). The effects of mindfulness on self-rumination, self-reflection, and depressive symptoms: A research proposal. *Behavioural Sciences Undergraduate Journal*, 3(1), 1-7.