

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة

د/ أشرف محمد عبد الحليم

مدرس الصحة النفسية- كلية التربية - جامعة عين شمس

Dr/Ashraf Mohamed Abd Elhalem

Lecturer of mental health

Ain Shams University-Faculty of Education

### مستخلص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية الى اكتشاف العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية وتقصى الفروق بين الجنسين في جميع متغيرات الدراسة ، وتكونت عينة الدراسة من (١٤٧) من طلاب الفرقة الثالثة بكلية التربية جامعة عين شمس بواقع (١٣١) من الاناث و(١٦) من الذكور واستخدم الباحث أدوات تشمل مقياس أحداث الحياة الضاغطة ومقياس اليأس ومقياس الوحدة النفسية من إعداد الباحث، وقد أوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والشعور باليأس والوحدة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة والوحدة النفسية وكذلك عدم وجود فروق بين الجنسين في جميع متغيرات الدراسة.

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة

د/ أشرف محمد عبد الحليم

مدرس الصحة النفسية- كلية التربية - جامعة عين شمس

Dr/Ashraf Mohamed Abd Elhalem

Lecturer of mental health

Ain Shams University-Faculty of Education

### مقدمة:

نستطيع ان نصف العصر الذي نعيش فيه بأنه عصر القلق والاكتئاب، فالإنسان في مسار حياته يتعرض للعديد من خبرات الفشل والاحباط ويتعرض للعديد من العوائق التي تقف في وجه طموحه ورغبته في مسايرة عصر يمتلئ بالتعقيدات ويموج بالتحديات التي تملى عليه كل يوم جديد عليه أن يكتسبه وصعاب عليه أن يتعامل معها وأزمات لا بد أن يعيشها، لذلك امتلأت الدراسات والبحوث بمفاهيم القلق والخوف والكآبة والعزلة واليأس. ويوضح مجدى الدسوقي (٢٠٠٦: ٦٨) أن تعرض الفرد للأحداث الضاغطة مع أدراكه بعدم القدرة على المواجهة يدفعه الى الشعور باليأس وفقدان الامل وتقدير الذات المنخفض والإكتئاب ويتجه الفرد إلى تعميم خبرات الفشل واليأس على الماضي والحاضر والمستقبل. ومن العوامل الهامة التي تسهم بصورة كبيرة في استمرار الشعور باليأس هو شعور الفرد بأن الأحداث الضاغطة التي يواجهها لا يمكن تغييرها ولا تجنب آثارها وأن الفشل موجود بداخل الفرد وكذلك الشعور بانعدام القيمة والعجز وتعميم الأحكام السالبة (عماد مخيمر ٢٠٠٣: ٦٢٢) ويوضح يوسف مقدادي (٢٠٠٨: ١٨١) أن الشعور بالوحدة النفسية في مرحلة الشباب يفوق مراحل العمر الأخرى ويعود الشعور بالوحدة هنا إلى فشل الشباب في بناء علاقات اجتماعية سليمة وإشباع حاجاته. ولذلك تسعى الدراسة الحالية الى الكشف عن العلاقة المحتملة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية لدى الشباب الجامعي.

## مشكلة الدراسة:

يتعرض الشباب في مجتمعنا للعديد من الأحداث الحياتية الضاغطة في العديد من جوانب الحياة فهناك أحدث أكاديمية ضاغطة وأسرية ومالية واجتماعية تمثل تحدياً أمام الشباب مما يدفع بالعديد من الشباب نحو الإحباط والاكتئاب واليأس وغياب الأمل والمعنى في الحياة.

ومن جانب يتعرض الشباب أكثر من غيرهم في المراحل العمرية الأخرى للشعور بالوحدة النفسية حيث تزداد رغبة الشباب في هذه المرحلة في بناء علاقات اجتماعية جديدة والشعور بتبادل المشاعر مع الآخرين وحينما يفتقد الشباب ذلك يشعر بالوحشة والوحدة .

( يوسف مقدادي ٢٠٠٨ : ٨١ )

ومن هنا كانت الدراسة الحالية محاولة للتوصل إلى طبيعة العلاقة المحتملة بين ثلوث يواجهه الشباب ويعطل طاقته ورغبته في الحياة وهوالأحداث الضاغطة واليأس والشعور بالوحدة النفسية.

وتسعي الدراسة الحالية الي الإجابة علي التساؤلات التالية :

هل توجد علاقة بين الشعور بالأحداث الضاغطة والشعور باليأس ؟

هل توجد علاقة بين الشعور بالأحداث الضاغطة والشعور بالوحدة النفسية ؟

هل توجد علاقة ارتباطية بين الشعور باليأس والشعور بالوحدة النفسية؟

هل توجد فروق بين الجنسين في الشعور باليأس والوحدة النفسية واحداث الحياة الضاغطة؟

## أهداف الدراسة :

تسعي الدراسة التالية الي التعرف علي العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية والفروق بين الجنسين في مشاعر اليأس والوحدة النفسية واحداث الحياة الضاغطة.

## أهمية الدراسة:

تتمثل أهمية الدراسة في الجوانب التالية :

- الكشف عن طبيعة الأحداث الضاغطة التي يتعرض لها الشباب.
- رصد وقياس ظاهرة اليأس لدى الشباب.

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

- توجيه الدراسات والبحوث للتدخل الإرشادي للتعامل مع ضغوط الشباب ومشاعر الوحدة لديهم.

### مصطلحات الدراسة:

**Stressful Life Events**: أحداث الحياة الضاغطة:

يعرفها الباحث إجرائياً بأنها:

هي مجموعة من الاحداث السلبية يمر بها الفرد في مختلف جوانب حياته الاسرية كالطلاق والتفكك الاسرى والاكاديمية مثل الفشل الدراسي والاجتماعية مثل فقدان الاصدقاء وهذه الاحداث تعيق التوافق السوى للفرد وقد تؤدي الى الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب.

**Hopelessness**: اليأس:

يعرفه الباحث إجرائياً بأنه:

حالة نفسية سلبية تتميز بالنظرة السالبة للذات والحياة وكذلك التوقعات السلبية للمستقبل والتشاؤم وفقدان الدافعية والمبادرة وغياب معنى الحياة .

**Lonelessness**: الوحدة النفسية:

يعرفها الباحث إجرائياً بأنها:

هو شعور الفرد بالعزلة الاجتماعية والوحدة والبعد عن الحياة الاجتماعية والناس وعدم القدرة على التواصل مع الاخرين في مجالات العمل والدراسة والاسرة.

### الإطار النظري :

أولاً: أحداث الحياة الضاغطة: **Stressful Life Events**

تعد الاحداث الحياتية الضاغطة جزء لا يتجزأ من حياة كل إنسان إذ لا ينجو أي إنسان من مواجهة الصعوبات والمشكلات والأزمات في حياته، ولم يشهد عصر من العصور مثل ما شهده هذا العصر من كثرة الأزمات والأحداث الضاغطة التي عانى ويعانى منها الناس في كافة المجتمعات وعلى الأخص الشباب.(محمد الصافي عبد الكريم، ٢٠١٠: ٦٣٦)

## د. أشرف محمد عبد الحليم

ويعرف عبد الستار ابراهيم (١٩٩٨: ١١٩) أحداث الحياة الضاغطة بأنها أي تغيير خارجي يؤدي الى استجابة انفعالية مستمرة ويشمل ذلك الاحداث الخارجية ومنها صراعات العمل والصراعات الاسرية والاصابة بالمرض.

وتؤثر الضغوط بصورة كبيرة على الانسان حيث تؤدي الى العديد من التغيرات السلوكية في مستوى نشاط الفرد وفهم الذات والآخرين وهبوط الاداء في العمل والقلق والاستهداف للحوادث كما تؤدي الضغوط الى تغيرات انفعالية عميقة مثل القلق والاكتئاب والخوف واليأس وتؤثر الضغوط على الحياة الاجتماعية فتؤدي الى العزلة الاجتماعية وصعوبة العطاء وكذلك تغيرات معرفية مثل نقص الانتباه والتركيز ومشكلات في الذاكرة .

(ممدوحة سلامة ٢٠٠٠: ٢٩٧)

ويوضح إبراهيم على إبراهيم (١٩٩٢: ١٨٨) أن المواقف الحياتية التي يتعرض لها الانسان نوعين الأول مواقف عامة وشائعة نتعرض لها في محيط العمل والأسرة وهومواقف تسبب بعض التوتر والضيق ولكن سرعان ما ننساها ويتكيف الفرد معها بسرعة والنوع الثاني من المواقف الحياتية هي المواقف الخطيرة مثل تعرض أحد أفراد الاسرة لمرض خطير أوجراحة خطيرة أوالفصل من العمل أوالطلاق والكوارث المالية والأخلاقية وهذه المواقف لا يستطيع الفرد أن ينساها أويتكيف معها بسهولة وبالتالي فهي مواقف ضاغطة يمكن أن تفجر الاضطراب النفسي كما أن ردود أفعال الناس حيال هذه الأحداث الحياتية الضاغطة تتباين باختلاف التركيب النفسي لكل شخص.

والاحداث الضاغطة هي أحداث تؤدي الى تغيير في حياة الفرد وتتطلب منه إعادة التوافق بما يناسب الموقف الجديد الضاغط كما أن هذه الأحداث الضاغطة ترتبط بإدراك الفرد أن استجابته العادية لا تكفي لمواجهة تلك الاحداث وبالتالي يشعر بعدم التوازن النفسي والاجتماعي. (عبد الفتاح القرشي ١٩٩٣: ٨١)

والأحداث الضاغطة لها العديد من المصادر مها ما هونفسي مثل الاكتئاب والغضب وما هواقصادي مثل المناطق العشوائية المزدهمة والمستوى الاقتصادي المتدني ومنها ما هواجتماعي مثل صعوبة تكوين العلاقات والصدقات ومنها ما هوصحي مثل ضغط الدم المرتفع وزيادة ضربات القلب ومنها ما هوأكاديمي مثل صعوبة التحصيل وعدم القدرة على التركيز والفشل في الدراسة . (عبد الرحمن سليمان ، ١٩٩٤: ٦٠)

### ثانيا: اليأس: Hopelessness

اليأس هو حالة وجدانية غير سارة تتسم بتوقعات الفرد السلبية نحو الحياة والمستقبل حيث حياته نغمة من التشاؤم والقنوط وفقدان القيمة ومشاعر عدم جدوى الحياة وأن المستقبل مظلم ولا يحمل سوى الكثير من المعاناة وعدم القدرة على أحداث تغيير.

(مجدى الدسوقي، ٢٠٠٦: ٦٠)

كما أن اليأس هو حالة نفسية ترتبط باتخاذ الفرد أتجاهها سلبيا نحو حاضره ومستقبله وتخليه عن الأمل وعجزه عن النجاح في أى عمل يقوم به وعجزه عن النجاح في أى عمل يقوم به وعجزه عن تحقيق أهدافه الحالية وطموحاته المستقبلية . (حسن عبد اللطيف، ١٩٩٧: ١٩)

واليأس كذلك هو حالة نفسية تتمثل في التوقعات السلبية تجاه الذات والمستقبل وفقدان الدافعية والتشاؤم. (سيد عبد العظيم ١٩٩٨: ٢٩٩)

واليأس أيضا هو حال من أحوال الانسان يرتبط على الدوام بفشله واستسلامه لهذا الفشل وتنتج عنه حالة مزاجية كئيبة ومن هذه الزاوية يرتبط اليأس بالاضطراب والمرض النفسي . (إبراهيم بدر ١٩٩١: ١١٨)

ويعد اليأس منظومة من المعتقدات السالبة والتوقعات التشاؤمية السلبية عن الإنسان نفسه وعن قدراته وعن مستقبله وعن العالم من حوله مع الشعور بالكآبة وتدنى الحالة المزاجية، ويعد الشعور باليأس نتاج مباشر لما يتعرض له الإنسان من أحداث حياتية ضاغطة سالبة وضغوط نفسية مزمنة. (Duke, N.; et.al.2011:88)

ويضرب سيليجمان مثلا يوضح الى أي مدى يؤثر الشعور باليأس على الانسان والمثال لحالة أسير حرب أمريكي في الحرب الامريكية الفيتنامية ، فقد تحسنت حالة هذا الاسير وبدأت عليه علامات الصحة والتوافق وهوفي الأسر عندما ابلغه الفيتناميين أنهم سيفكون أسره لتعاونه معهم وحددوا لذلك تاريخا معيناً . وكلما كان هذا التاريخ يقترب كانت روحه المعنوية تزداد ارتفاعا ولكن الصدمة الشديدة عندما تبين له أن الوعد بفك الأسر كان مجرد خدعة وأنه لا توجد نية لإطلاق سراحه عندها أخذت حالته النفسية تتدهور وأصابته حالة شديدة من اليأس والاكتئاب عزف خلالها عن الأكل والنوم إلى أن مات بعد فترة قصيرة

وقد كانت هذه الصدمة كافية ليشعر هذا الأسير باليأس الذي أودى به إلى اليأس والانتحار. ( عبد الستار إبراهيم ، ١٩٩٨ : ١٢٣ )

ويوضح ديوك وآخرون .Duke,N.;et.al. ( 88:2011 ) أن العديد من الشباب في الآونة الأخيرة يشعرون بالشك والقلق بشأن المستقبل وينتشر بينهم الشعور باليأس وانعدام الشعور بمعنى الحياة، ففي استبيان مفتوح تم تطبيقه على طلاب الجامعة أوضح حوالي ٣٦% من الإناث و ٢١% من الذكور الذين أجابوا على الاستبيان أنهم مروا بخبرة الشعور باليأس والحزن لمدة تتجاوز أسبوعين وذلك خلال العام الواحد.

ويرتبط اليأس بالاكتئاب بصورة كبيرة حيث نجد العديد من الملامح المشتركة بينهم وهذه الملامح منها ان الانسان حينما يشعر باليأس فانه يشعر بالسلبية والاستسلام ويفقد الرغبة في الطعام والشراب والعجز عن التعبير عن المشاعر والاحساس الدائم بالفشل ( عبد الستار إبراهيم ، ١٩٩٨ : ١٢٥ )

ويرى أمطانيوس مخائيل (٢٠٠٧ : ٢) أن الشخص الذي يعاني من اليأس وخيبة الأمل تكون لديه نظرة سلبية وسوداوية للعالم من حوله وقد يرافق الشعور باليأس بعض الامراض النفسية وعلى الاخص الاكتئاب.

كما يوضح فيشر وأوفرهوليسر Fisher;Overholser (213:2013) أن العديد من طلاب الجامعة بالولايات المتحدة الأمريكية يشعرون باليأس والاكتئاب، حيث أن حوالي ٣٩% من طلاب الجامعة الأمريكيان مروا بخبرة الشعور باليأس وفقاً لتقرير الرابطة الأمريكية للصحة الجامعية.

ويرتبط اليأس بالرغبة في الانتحار حيث أن محاولة الانتحار هي معيار تشخيصي لحالة الاكتئاب ومريض الاكتئاب يتصف بتعميم الفشل والنظرة السلبية للذات والحياة والمستقبل والشعور باليأس وفقدان الامل، كما أن اليأس قد ينتج عن الاكتئاب والعكس والشعور باليأس من المستقبل يعد من أهم الدلائل على الانتحار. (عبد الفتاح دويدار ١٩٩٢ : ٢٨)

وقد أوضحت دراسة Llicto,P.;et.al أن الشعور باليأس متمثلاً في جوانب ثلاث هي النظرة السالبة للمستقبل والتشاؤم وفقدان الدافعية كان ذودلالة تنبؤيه بالانتحار لدى الشباب. (Llicto,P.;et.al.:324)

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

ويرى بدر الانصاري (٢٠٠١: ١٢٢) ان اليأس يمكن أن نتعلمه اجتماعيا من خلال عملية التعلم والاكْتساب ويصبح اليأس بعد ذلك ملازم للإنسان ولذلك يرى البعض أن اليأس نتاج ما يتعرض له الانسان من صدمات في حياته وتجارب فاشلة .

### ثالثا: الوحدة النفسية: Lonelessness

الوحدة النفسية هي حالة انفعالية مركبة تنشأ نتيجة شعور الفرد بافتقاده قوة وفاعلية علاقاته الاجتماعية مما يحول بينه وبين الانخراط في علاقات بناءه ومشبعة مع الآخرين ويرسخ في نفسه مشاعر البؤس والكآبة والفراغ العاطفي. ( سميرة عبد الله كرى ، ٢٠٠٦: ١٩١)

والوحدة النفسية كذلك هي تجربة انفعالية مؤلمة يعيشها الفرد تنتج عن فقد أو الانفصال عن الأشخاص الذين يحبهم وتنتج عن نقص العلاقات الاجتماعية وعدم التفاعل والتواصل مع الآخرين وقد تؤدي مشاعر الوحدة النفسية الى الابداع وقد تقود الفرد الى الاضطرابات النفسية. (سامية محمد صابر ٢٠٠٨: ٤٨١)

ويعرف عبد الرقيب البحيري (١٩٨٥: ١٥) الوحدة النفسية بأنها حالة ذاتية توجد بالقدر الذي تكون فيه شبكة العلاقات الاجتماعية غير مرضية للفرد.

كما يعرف إبراهيم قشقوش (١٩٨٨: ١٩) الوحدة النفسية بانها أحساس الفرد بوجود فجوة تباعد بينه وبين موضوعات مجاله النفسي الى درجة يشعر معها بافتقاد التقبل والود والحب من جانب الآخرين بحيث يترتب على ذلك حرمان الفرد من أهلية الانخراط في علاقة مثمرة ومشبعة مع أي شخص وموضوعات الوسط الذي يعيش فيه ويمارس دوره من خلاله. والوحدة النفسية هي وعى الفرد وادراكه بأنه غير قادر على إقامة تواصل اجتماعي مع الآخرين نتيجة تقطع الروابط الاجتماعية التي تصله بهم.

(محمد نبيل عبد الحميد ١٩٩٤: ١٩٥)

ويرى روكيتش Rokach أن الشعور بالوحدة النفسية هو شعور مؤلم ناتج عن شعور الفرد بأنه غير مرغوب فيه ومنفصل عن الآخرين ونقص العلاقات الاجتماعية المشبعة. (ليلي المزروع ٢٠٠٣: ١٥٣)



كما يرى عمرو عمر (٢٠٠٤: ٨٦٠) أن الوحدة النفسية هي حالة يشعر فيها الفرد بالتباعد عن الآخرين وعدم فهم الآخرين له مع عدم قدرته على الدخول في علاقات مشبعة مع الآخرين والاحساس بالملل والضجر عندما يكون في محيط اجتماعي.

والوحدة النفسية هي شعور الفرد بعدم الانسجام مع الآخرين وأنه في حاجة الى تكوين صداقات ولا يجد من يشاركه اهتماماته. (عبد الباسط خضر ونجوى خليل ١٩٩٩: ١٠٠) وتحدث الوحدة النفسية نتيجة تغيرات مفاجئة في حياة الفرد مثل وجود حاجات غير مشبعة كالحاجة للحب والانتماء والتقبل والصداقة الحميمة وقد يشعر الانسان بالوحدة النفسية عند الانتقال من بلد الى بلد اخر والاصابة بالأمراض المزمنة والبطالة والطلاق.

(مفتاح عبد الرحمن ٢٠١١: ١٤٠)

كما يوضح مجدى الدسوقي (١٩٩٨: ١٦٢) أن الوحدة النفسية أحساس بوجود فجوة نفسية تباعد بين الفرد والمحيطين به نتيجة افتقاده القدرة على الدخول معهم في علاقات مشبعة ذات معنى مما يؤدي الى شعوره بالنزب وعدم التقبل وإهمال الآخرين له رغم انه محاط بهم.

ويصاحب الوحدة النفسية الشعور بالتوتر والضييق وتقدير الذات المنخفض وعجز في التواصل الانفعالي والاجتماعي السوى مع الآخرين مع الفرد الى العزلة والشعور بأنه غير محبوب من الآخرين. (زينب شقير ٢٠٠٢: ٢٧٩)

والشعور بالوحدة النفسية هو شعور واسع الانتشار حيث تصل نسبة الذين يعانون من الوحدة النفسية حوالى ١٠% من جملة السكان كما أن حوالى ٢٥% من جملة سكان الولايات المتحدة الامريكية يعانون من درجة مرتفعة من الشعور بالوحدة النفسية.

(أمال عبد القادر جودة ٢٠٠٦: ٩٧)

### دراسات سابقة:

دراسة لورين فيشر وجيمس اوفرهولسر Fisher,Lauren; Overholser,James (٢٠١٣) مراجعة طريقة قياس وتقدير الشعور باليأس : تحسين طريقة النظر الي المستقبل، هدفت الدراسة الي التأكد من الخصائص السيكومترية لمقياس بيك لليأس وذلك باستخدام مقياس ليكرت جديد يساعد علي تحسين الثبات والصدق والفائدة الكليينكية كذلك

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

وقد تم قياس اليأس والاكتئاب لدي عينة وصلت الي (١١٦) من طلاب الجامعة وقد تم حساب الثبات بطريقة اعادة الاختبار بعد ووصل معامل الثبات الي ٠.٧٨. ووصل الاتساق الداخلي للمقياس الي ٠.٩١. وكانت الصور المعدلة لمقياس اليأس ذات كفاءة في تشخيص اليأس والافكار الانتحارية لدي الافراد من عينة الدراسة.

دراسة دافيد كلونيسكي وآخرون **Klonsky,David;et.al (٢٠١٢)** اليأس كعامل تنبؤي بمحاولة الانتحار لدى مرضى الذهان المقيمين بالمستشفى لأول مرة دراسة علي عينة جماعية لعشر سنوات، هدفت الدراسة الي التعرف علي العلاقة بين الشعور باليأس ومحاولات الانتحار لمرات متعددة وذلك علي عينة من مرضى الذهان ذوى خبة دخول المصححة النفسية اول مرة ومتابعهم على مدار عشر سنوات وقد تكونت عينة الدراسة من (٤١٤) وقد وصلت نسبة من حاولوا الانتحار من افراد العينة الي حوالي ١ من كل خمسة حاول الانتحار خلال العشر سنوات وقد تم استخدام مقياس بيك لليأس وتوصلت الدراسة الي ان من حصلوا علي درجات مرتفعة علي مقياس بيك لليأس قاموا بمحاولة الانتحار في فترة من ٤ - ٦ سنوات بعد تطبيق مقياس بيك عليهم وقد توصلت الدراسة الي ان الشعور باليأس كان ذودلالة تنبؤيه بمحاولات الانتحار وذلك لدي مرضى الذهان .

دراسة دافيد ليستر **Lester,David (٢٠١٢)** الهزيمة والاستسلام كمنبئات بالاكتئاب والتفكير في الانتحار لمواجهة الشعور باليأس والعجز، هدفت الدراسة الي معرفة هل الشعور بالهزيمة والاستسلام منبئ بالانتحار أكثر ام الشعور باليأس والعجز منبئ أكثر والمقارنة بين وجهتي النظر وكذلك التعرف على العلاقة الارتباطية بين الشعور بالهزيمة واليأس والعجز وقد تكونت عينة الدراسة من (١٤٠) من طلاب الجامعة ممن يدرسون مقرر في علم النفس بواقع (٣٤) من الذكور و(١٠٦) من الإناث واستخدم الباحث مقياس ليستر لليأس والعجز ومقياس لنوبات الهوس ونوبات الاكتئاب وبه مقياس فرعي لقياس التفكير في الانتحار ومقياس لقياس الهزيمة النفسية الخارجية والداخلية والشعور بالاستسلام وقد توصلت الدراسة الي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشعور بالهزيمة النفسية والاستسلام والشعور باليأس والعجز وتوصلت الدراسة كذلك الي ان الهزيمة النفسية والاستسلام تساوت مع الشعور بالعجز في القدرة التنبؤية على التنبؤ بالهوس والاكتئاب والافكار الانتحارية مع

ملاحظة ان الشعور بالهزيمة النفسية كان اكثر هذه المتغيرات قوة في التنبؤ بالاكتئاب والتفكير في الانتحار عن اليأس والعجز.

دراسة جان فانهلست وآخرون Vanhalst,Janne;et.al (٢٠١٢) دراسة العلاقة بين الشعور بالوحدة والاكتئاب من منظور طولي وتناول دور التدخل والعلاج، هدفت الدراسة الي معرفة اتجاه التأثير بين الشعور بالوحدة والاكتئاب من خلال دراستين طوليتين وقد تكونت عينة الدراسة من (٤١٥) مجموعة اولي و(٤٣٧) مجموعة ثانية من طلاب الجامعة وقد تم استخدام مقياس الاكتئاب ومقياس الشعور بالوحدة وتوصلت الدراسة الي ان الوحدة كانت اكثر قدرة علي التنبؤ بالاكتئاب لدي عيني الدراسة واوضحت النتائج وجود متغيرات تتوسط العلاقة بين الاكتئاب والوحدة وهي استراتيجيات التعامل حيث توصلت الدراسة الي ان ارتباط الشعور بالوحدة باستخدام استراتيجيات تعامل سالبة والتي بدورها تعد عامل مهيب لظهور الاعراض الإكتئابية بعد ذلك ويتفق الدراسة مع ما توصل اليه العديد من الباحثين من أن الاكتئاب والوحدة وجهان لعملة واحدة.

دراسة جول بينار Pinar,Gul (٢٠١٢). الاجهاد واليأس لدي الاسر القائمة على رعاية المريضات بسرطان الجهاز التناسلي الأنثوي ويتلقون العلاج الكيميائي، هدفت الدراسة الي التعرف علي طبيعة العلاقة بين الشعور باليأس والاجهاد لدى الاسر القائمة علي رعاية مريضات السرطان والاعراض المرضية وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٣٨) من مريضات سرطان الجهاز التناسلي الأنثوي والاسر القائمة علي رعايتهم وقد توصلت الدراسة الي أن الاسر القائمة على رعاية مريضات سرطان الجهاز التناسلي الأنثوي معرضة بصورة كبيرة للشعور باليأس وقد اتضح وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشعور بالإجهاد والشعور باليأس وقد أظهرت المريضات العديد من المشكلات مع العلاج الكيماوي مثل الشعور بالضعف ومشكلات بالفم وسقوط الشعر كما كانت هناك بعض العوامل ذات الدلالة التنبؤية بالشعور باليأس لدى هذه الاسر مثل عمر المريض ومستوى التعليم ومستوى الدخل، وهل لديه أطفال ونوع السرطان ودرجة السرطان ومستوى المساندة الاجتماعية والشخصية التي يتلقاها المريض .

دراسة سينيا ماهلجيفك وآخرون Mihaljevic,Sanea;et.al (٢٠١٢) اليأس وامكانية الانتحار والتدين لدى قدماء المحاربين الكرواتيين ممن يعانون من عصاب ما بعد الصدمة

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

هدفت الدراسة الي اكتشاف العلاقة بين اليأس واسلوب التدين لدى محاربي الحرب الكرواتية القدماء وتكونت عينة الدراسة من (١١١) من المحاربين من مرضى عصاب ما بعد الصدمة و(٣٩) من الاسوياء وتم استخدام مقياس بيك لليأس وتوصلت الدراسة الي أن مجموعة المحاربين ذوى عصاب ما بعد الصدمة كانوا أكثر شعوراً باليأس من مجموعة العاديين وكانت أكثر استخداماً لأساليب التدين السالبة ووضحت الدراسة كلك أن انخفاض الشعور باليأس صاحبه توجه نحواستخدام اساليب التدين الموجبة .

دراسة نيومي دوک وآخرون Duke,Naomi;et.al (٢٠١١) اكتشاف دور اليأس لدى الشباب في زيادة تعرضهم للجناح والعنف، هدفت الدراسة الي اكتشاف العلاقة بين اليأس لدى الشباب، وارتكابهم للعنف لدى المراهقين وقد تكونت عينة من (١٣٦.٥٤٩) الف طالب في دراسة مسحية مستعرضة من طلاب الصف السادس والصف الثاني عشر وتم استخدام مسح مينسوتا للطلاب وقد أوضحت الدراسة ارتباط المستويات العليا من اليأس بمستوي العنف والسلوك الجانح وسلوك العنف الموجه نحوالذات، وتوصى الدراسة بضرورة إعداد برامج من اجل خفض السلوك الجانح لدى المراهقين وذلك من خلال خفض الشعور باليأس لدى المراهقين.

دراسة لورى سيكي Theeke,Laurie (٢٠١١) العوامل الديموجرافية والاجتماعية المرتبطة بخطر التعرض للشعور بالوحدة النفسية وبعض النتائج الفارقة في الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من المسنين، هدفت الدراسة الي تحديد العوامل الديموجرافية والاجتماعية المرتبطة بالشعور بالوحدة النفسية وكذلك التعرف على بعض الفروق في الشعور بالوحدة النفسية، وقد تكونت عينة الدراسة من (١٣.٨١٢) الف من المسنين وقد تم رصد عوامل مثل المؤهل الدراسي والحالة الزوجية ومستوى المعيشة وبعض العوامل المرتبطة بالصحة مثل الأمراض المزمنة كضغط الدم والتهاب المفاصل وامراض الرئة والامراض النفسية والسرطان والسكر كعوامل مؤثرة في الشعور بالوحدة النفسية وقد دلت نتائج الدراسة على ارتباط الشعور بالوحدة النفسية بمتغيرات هي الظروف الصحية المتدنية والعيش وحيداً بدون زواج ومستوى التعليم المنخفض وظهور الأمراض المزمنة منذ سن مبكر والدخل المنخفض.

دراسة إيلن توتجن وآخرون Tutgun,Aylin;et.al (٢٠١١) الاستخدام السالب للأنترنت والشعور بالوحدة لدى عينة من الطلاب المعلمين الاتراك والكوريين: دراسة مقارنة، هدفت الدراسة المقارنة بين عينتين من الطلاب المعلمين من كوريا وتركيا في متغيرات الاستخدام السالب للأنترنت والشعور بالوحدة وقد تكونت عينة الدراسة من (٥٩٥) طالب معلم تم انتقائهم من ثلاث جامعات من تركيا وكوريا وتم استخدام مقياس الاستخدام السالب للأنترنت ومقياس الشعور بالوحدة وتوصلت الدراسة الي عدم وجود فروق دالة بين عينة تركيا وعينة كوريا الجنوبية في الاستخدام السالب للأنترنت كما اتضح ان الذكور في العينة التركية، كان الاستخدام السالب للأنترنت مرتفع لديهم عن الإناث كما أتضح وجود علاقة ارتباطية ضعيفة بين الاستخدام السالب للأنترنت والشعور بالوحدة لدى كل من طلاب كوريا وطلاب تركيا كما اوضحت الدراسة ان الطلاب المعلمين من كوريا كانوا أكثر شعوراً بالوحدة من الطلاب من العينة التركية .

دراسة إيمان عبد الوهاب محمود (٢٠١١) فاعلية برنامج إرشادي للتخفيف من حدة الشعور بالوحدة النفسية للمرأة المساء إليها، هدفت الدراسة الي التعرف علي مدي تأثير برنامج للإرشاد النفسي ( إرشاد معرفي- إرشاد بالواقع ) في تخفيف الشعور بالوحدة النفسية للمرأة المساء إليها وتكونت عينة الدراسة من (٢٠) زوجة معنفة من قبل الزوج ولديهن شعور بالوحدة النفسية، وتم تقسيم عينة الدراسة إلي مجموعة تجريبية واخري ضابطة واستخدمت الباحثة مقياس الشعور بالوحدة النفسية والبرنامج الإرشادي واستمارة المستوي الاجتماعي الاقتصادي وتوصلت الدراسة الي وجود فروق دالة بين المجموعة التجريبية والضابطة علي مقياس الشعور بالوحدة النفسية لصالح التجريبية وذلك يدل علي فاعلية البرنامج المستخدم في تخفيف الشعور بالوحدة النفسية.

دراسة سوزان بسيوني وفاروق السعيد (٢٠١١) أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها والقلق والاكتئاب لدى طالبات الجامعة - دراسة مقارنة بين المجتمعين المصري والسعودي، هدفت الدراسة الي التعرف علي الفروق بين طلاب الجامعة المصريين وطلاب الجامعة السعوديين في أحداث الحياة الضاغطة والقلق والاكتئاب وكذلك التعرف علي العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والقلق والاكتئاب لدى العينتين المصرية والسعودية وقد تكونت عينة الدراسة من (٤٧١) من الطالبات المصريات و(١٩٠) من الطالبات السعوديات

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

ومتوسط العمر ٢١ عام وتم استخدام مقياس أحداث الحياة الضاغطة واستبيان أساليب مواجهة أحداث الحياة، ومقياس حالة وسمة القلق لكبار ومقياس الاكتئاب ( مقياس فرعي من مقياس الشخصية المتعدد الواجه) وتوصلت الدراسة وجود فروق بين العينة المصرية والسعودية في متغيرات الدراسة.

دراسة نبيل جمعة النجار وآخرون (٢٠١١) المساندة الاجتماعية وتقدير الذات والوحدة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي والجنس لدى طلبة كلية العلوم التربوية جامعة مؤتة هدفت الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين المساندة الاجتماعية وتقدير الذات والوحدة النفسية والتحصيل الدراسي والجنس وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) طالب وطالبة منهم (٨٧) من الذكور و(٢١٣) من الإناث وتم استخدام مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس تقدير الذات ومقياس الوحدة النفسية وتوصلت الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين المساندة الاجتماعية والتحصيل الدراسي وتقدير الذات وكذلك وجود علاقة ارتباطية سالبة بين الوحدة النفسية والتحصيل الدراسي واتضح وجود فروق دالة احصائياً في مستوى المساندة الاجتماعية تعزى الي الجنس والمستوى الدراسي كما اتضح عدم وجود فروق في مستوى الشعور بالوحدة النفسية تعزى الي الجنس.

دراسة محمد الصافي عبد الكريم (٢٠١٠) أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالاغتراب النفسي لطلاب الجامعة، هدفت الدراسة الي التعرف علي العلاقة بين الضغوط الاقتصادية والاسرية والدراسية والاجتماعية والصحية والاغتراب النفسي والتعرف على طبيعة الفروق بين الجنسين في الشعور بالاغتراب وأحداث الحياة الضاغطة وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٤٠) من طلاب وطالبات المعهد العالي للخدمة الاجتماعية بالإسكندرية واستخدم الباحث مقياس الاحداث الضاغطة ومقياس الاغتراب النفسي واستمارة المستوى الثقافي وتوصلت الدراسة الي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين كل من الضغوط الاسرية والاقتصادية والدراسية والاحساس بالعجز من أبعاد الاغتراب وكذلك توجد علاقة ارتباطية موجبة بين الضغوط الاقتصادية والدراسية واللاهدف.

دراسة محمد عنبر ووليد أحمد (٢٠٠٩) فعالية الممارسة الترويجية علي تخفيف القلق الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية لدي كبار السن، هدفت الدراسة التحقق من فاعلية الممارسة الترويجية لدي كبار السن ودورها في تخفيف القلق الاجتماعي والشعور بالوحدة

النفسية لديهم وقد تكونت عينة الدراسة من (١٢٦) من المسنين من الجنسين بواقع (٧٢) من الذكور و(٥٤) من الإناث ممن تتراوح أعمارهم بين ٥٥-٦٠ واستخدم الباحث مقياس القلق الاجتماعي ومقياس الوحدة النفسية وتوصلت الدراسة الي ان اندماج أفراد العينة في الأنشطة الترويحية أدى الي انخفاض الشعور بالوحدة النفسية وتخفيف القلق الاجتماعي وزيادة شعور المسنين بالسعادة.

دراسة سامية محمد صابر (٢٠٠٨) فاعلية استخدام العلاج بالفن "الرسم" في التخفيف من الوحدة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة "دراسة كينيكية - علاجية" هدفت الدراسة الي التعرف عي فاعلية استخدام العلاج بالفن الرسم في التخفيف من الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة الذكور والإناث وتكونت عينة الدراسة من (٩) من الطلاب بواقع (٥) من الذكور و(٤) من الإناث بكلية التربية ببها ممن يعانون من شعور مرتفع بالوحدة النفسية واستخدمت الباحثة مقياس الوحدة النفسية وتوصلت الدراسة الي ان العلاج بالفن باستخدام الرسم ساهم بصورة كبيرة في تخفيف الشعور بالوحدة النفسية لدي الطلاب من عينة الدراسة واستمر التحسن بع انتهاء فترة المتابعة.

دراسة عصام محمد زيدان (٢٠٠٨) إدمان الانترنت وعلاقته بالقلق والاكتئاب والوحدة النفسية والثقة بالنفس هدفت الدراسة الي الكشف عن العلاقة بين القلق والاكتئاب والوحدة النفسية والثقة بالنفس وتكونت عينة الدراسة من (١٥٦) من الطلاب الذكور بجامعة المنصورة بلغ عدد مدمني الإنترنت منهم (٣٢) طالب وتم استخدام مقياس ادمان الإنترنت ومقياس القلق ومقياس الاكتئاب ومقياس الوحدة النفسية وتوصلت الدراسة الي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين ادمان الإنترنت وكل من القلق والاكتئاب والوحدة النفسية كما اتضح وجود علاقة ارتباطية سالبة بين إدمان الإنترنت والثقة بالنفس كما أظهرت الدراسة وجود فروق بين مدمني الإنترنت وغير المدمنين في كل من القلق والاكتئاب والوحدة النفسية لصالح المدمنين وكان غير المدمنين أكثر شعوراً بالثقة بالنفس.

دراسة سعاد بنت محمد بن علي سليمان (٢٠٠٨) العلاقة بين التعرض لأحداث الحياة الضاغطة والاصابة ببعض الامراض الجسمية المزمنة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية، هدفت الدراسة الي الكشف عن اثر الأحداث الضاغطة التي يتعرض لها الفرد على مدى اصابته بالمرض الجسيمي وذلك في ضوء متغيرات الجنس والحالة الصحية

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

والعمر والمستوى التعليمي وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٢٥) شخص من الذكور والإناث واستخدمت الباحثة قائمة الأحداث الضاغطة وتوصلت الدراسة الى ان التعرض للأحداث الضاغطة يجعل الفرد أكثر عرضة للإصابة بالأمراض كما اتضح عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في أحداث الحياة الضاغطة واتضح وجود فروق بين من يعانون من امراض مزمنة ومن لا يعانون من أمراض مزمنة في الاحداث الضاغطة لصالح الذين يعانون من امراض مزمنة

دراسة عماد على مصطفى (٢٠٠٨) أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة بمصر والسعودية، هدفت الدراسة الى التعرف على الفروق بين الطلاب المصريين والسعوديين في الشعور بأحداث الحياة الضاغطة والوحدة النفسية والتعرف على العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة وإدراك هذه الاحداث والشعور بالوحدة النفسية وقد تكونت عينة الدراسة من (٦٠٠) طالب وطالبة بالسنوات النهائية بالجامعة من مصر والسعودية تراوحت اعمارهم بين ٢٠-٢٥ عام بواقع (٣٣٢) من المصريين و(٢٦٨) من السعوديين واستخدم الباحث مقياس أحداث الحياة الضاغطة واستبيان مواجهة أحداث الحياة ومقياس الشعور بالوحدة النفسية وتوصلت الدراسة الى وجود فروق بين الطلاب المصريين والسعوديين في ادراك الاحداث الضاغطة الاسرية والاقتصادية وضغوط العلاقة بالجنس الاخر لصالح الطلاب المصريين اما الضغوط المتعلقة بالمستقبل المهني فكانت الفروق لصالح الطلاب السعوديين من الذكور فقط وكان الطلاب السعوديين يواجهون الضغوط من خلال التجنب والإنكار وزيادة العلاقات الاجتماعية وفيما يتعلق بالوحدة النفسية كان الذكور السعوديين أكثر شعوراً بالوحدة النفسية من الذكور المصريين بينما لم يتضح وجود فروق بين الاناث من العينة المصرية والسعودية في الشعور بالوحدة النفسية .

دراسة يوسف موسى مقدادي (٢٠٠٨) الوحدة النفسية وعلاقتها بالاكنتاب لدي عينة من طلبة كلية العلوم التربوية بجامعة آل البيت، هدفت الدراسة الي التعرف علي طبيعة العلاقة بين الاكنتاب والوحدة النفسية لدي طلاب الجامعة وقد تكونت عينة الدراسة من (٥١٠) طالب وطالبة بواقع (٣١٢) من الذكور و(١٩٨) من الإناث واستخدم الباحث مقياس الوحدة النفسية ومقياس الاكنتاب لبيك وتصلت الدراسة الي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين



الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب وكان الشعور بالوحدة النفسية أعلى لدي مجموعة المكتئبين عن غير المكتئبين وكذلك ارتفاع الشعور بالاكتئاب لدي الإناث عن الذكور لا توجد فروق بين الذكور والإناث في الشعور بالوحدة النفسية.

دراسة جيسنفيسون لويس وآخرون Lilius, Gustavsson; et.al (٢٠٠٧) جودة الحياة لدى مرضى السرطان : دور التفاؤل واليأس ومساندة الآخرين، هدفت هذه الدراسة الي اكتشاف الدلالة التنبؤية للتفاؤل واليأس والمساندة الاجتماعية في التنبؤ بمستوى جودة الحياة الصحية وكذلك اكتشاف العلاقة الارتباطية بين اليأس والتفاؤل والمساندة الاجتماعية وجودة الحياة الصحية وقد تكونت عينة الدراسة من (١٥٥) من مرضى السرطان والمقربين لهم وقد اوضحت نتائج الدراسة وجود فروق دالة لصالح الإناث في المساندة الاجتماعية والتفاؤل وقد أظهرت عينة الدراسة تحسناً واضحاً في جودة الحياة الصحية عقب مرور ثماني أشهر من المتابعة بعد تلقي قدر من المساندة الاجتماعية والتفاؤل ، بالنسبة للذكور كان انخفاض الشعور باليأس هو العامل الحاسم في تحسن جودة الحياة الصحية وعلى الرغم من ذلك لم تثبت الدراسة وجود دلالة تنبؤية لليأس والتفاؤل والمساندة الاجتماعية في التنبؤ بمستوى جودة الحياة الصحية لدى مرضى السرطان.

دراسة جينفراي وآخرون Abbey, Jennifer; (٢٠٠٦) اليأس في نهاية الحياة : الاستفادة من مقياس اليأس مع مرضى السرطان في المرحلة الأخيرة

هدفت الدراسة الي التأكد من الخصائص السيكومترية لمقياس بيك لليأس علي مرضى السرطان ومعالجة اي قصور في صياغة المفردات الواردة في المقياس وقد تكونت عينة الدراسة من (٢٠٠) من مرضى السرطان المقيمين ممن متوقع ان تنتهي اعمارهم في مدة تقل عن ستة أشهر ( الله هو الذي يعلم نهاية الحياة لكل إنسان ) وقد تم تطبيق مقياس اليأس لبيك علي أفراد العينة للتأكد من خصائصه السيكومترية وتوصلت الدراسة الي ان مقياس اليأس المعدل لمقياس بيك يتمتع بدرجة عالية من الصدق والثبات كما ان الشعور باليأس كان نودلالة تنبؤية بالرغبة في الانتحار والموت العاجل لدى أفراد العينة.

دراسة أمال عبد القادر جودة ( ٢٠٠٦ ) الوحدة النفسية وعلاقتها بالاكتئاب لدي عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى، هدفت الدراسة الي التعرف علي طبيعة العلاقة الارتباطية بين الوحدة النفسية والاكتئاب لدي طلاب جامعة الأقصى وكذلك التعرف علي الفروق بين

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

الجنسين في الوحدة النفسية والاكتئاب وكذلك الفروق بين سكان المدن والمخيمات في الوحدة النفسية والاكتئاب وتكونت العينة من (٤٥٠) طالب وطالبة بواقع (٢١٧) من الذكور و(٢٣٣) من الإناث من طلاب جامعة الأقصى واستخدمت الباحثة مقياس الوحدة النفسية إعداد إبراهيم قشقوش ومقياس بيك للاكتئاب إعداد الباحثة وتوصلت الباحثة الي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب فالأفراد الذين سجلوا درجات مرتفعة علي مقياس الوحدة النفسية سجلوا درجات مرتفعة علي مقياس الاكتئاب كما أتضح عدووجود فروق بين الجنسين في الشعور بالوحدة النفسية كما اتضح ان المتزوجين أقل شعوراً بالوحدة النفسية من غير المتزوجين واتضح ان سكان المدن أكثر شعوراً بالوحدة النفسية من سكان المخيمات واتضح ايضاً ان الإناث أكثر شعوراً بالاكتئاب من الذكور .

دراسة فاطمة محمود إبراهيم (٢٠٠٥) مدى فاعلية كل من الإرشاد النفسي المعرفي والتحكم الذاتي في التخفيف من حدة الشعور بالاكتئاب واليأس لدى تلاميذ الصف الثانوي (دراسة مقارنة)، هدفت الدراسة التعرف على فاعلية العلاج المعرفي السلوكي في تخفيف أعراض الاكتئاب واليأس لدى المراهقين والتعرف على طبيعة العلاقة بين الاكتئاب واليأس وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٠) تلميذ بالصف الثاني الثانوي العام من مرتفعي الشعور بالاكتئاب واليأس وتم تقسيمهم الي مجموعة تجريبية اولى (١٠) تلاميذ تلقوا برنامج العلاج المعرفي ومجموعة تجريبية ثانية (١٠) تلاميذ تلقوا برنامج التحكم الذاتي و(١٠) تلاميذ كمجموعة ضابطة وتم استخدام مقياس الاكتئاب ومقياس اليأس ونموذج الواجبات المنزلية ووضحت نتائج الدراسة تحسن الشعور باليأس لدى المجموعة التجريبية التي تلقت العلاج المعرفي كما انخفض الشعور باليأس كذلك لدى المجموعة التجريبية التي تلقت برنامج التحكم الذاتي كما اتضح عدم وجود فروق بين من تحسنوا في الشعور باليأس من جراء برنامج العلاج المعرفي والعلاج بالتحكم الذاتي كما استمر هذا التحسن بعد انتهاء فترة المتابعة.

دراسة وحيد مصطفى كامل (٢٠٠٥) فعالية برنامج إرشادي عقلاني انفعالي في خفض أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من طلبة الجامعة، هدفت الدراسة الي التأكد من فاعلية برنامج الإرشاد العقلاني الانفعالي المستخدم في خفض حد أحداث الحياة الضاغطة واكتشاف العلاقة بين الأحداث الضاغطة والافكار غير العقلانية وقد تكونت عينة الدراسة

من (٤٠) طالب وطالبة من طلاب كلية التربية النوعية بينها تم تقسيمهم الي (١٠) من الذكور مجموعة تجريبية و(١٠) من الذكور مجموعة ضابطة و(١٠) من الإناث مجموعة تجريبية و(١٠) من الإناث مجموعة ضابطة واستخدم الباحث أدوات هي استمارة جمع بيانات ومقياس الافكار اللاعقلانية ومقياس احداث الحياة الضاغطة واوضحت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين احداث الحياة الضاغطة والافكار اللاعقلانية واسفرت النتائج عن فاعلية البرنامج المستخدم في تخفيف احداث الحياة الضاغطة وتعديل الافكار اللاعقلانية مع عدم وجود فروق بين الذكور والإناث.

#### دراسة بدر الانصاري (٢٠٠١) إعداد صورة عربية لمقياس بيك لليأس

هدفت الدراسة الي التأكد من الخصائص السيكومترية للصورة العربية لمقياس اليأس إعداد بيك وكذلك التعرف علي طبيعة العلاقة بين الاكتئاب والتفاؤل والتشاؤم والقلق والذنب ومعرفة معدلات انتشار اليأس بين الشباب الجامعي الكويتي وكذلك الفروق بين الذكور والإناث في الشعور باليأس وقد تكونت عينة الدراسة من (١١١٨) من طلاب جامعة الكويت بواقع (٤٤٧) من الذكور و(٦٧١) من الإناث واستخدم الباحث مقياس اليأس الصور العربية لمقياس اليأس لبيك وكذلك مقياس الاكتئاب وقائمة ايزنك للشخصية ومقياس الشعور بالذنب ومقياس القلق والتشاؤم والتفاؤل والتوجه نحوالحياة وتوصلت الدراسة الي وجود علاقة ارتباطية موجبة بين اليأس والتشاؤم والتفاؤل والقلق والشعور بالذنب والحزي والعصابية وعلاقة ارتباطية سالبة بين اليأس والتفاؤل اوضحت النتائج كذلك أن الإناث أكثر شعوراً باليأس من الذكور وكانت معدلات اليأس لدي الإناث أعلى من الذكور وهي مرتفعة علي وجه العموم.

دراسة سيد عبد العظيم (١٩٩٨) أثر الإرشاد العرفي في خفض الشعور باليأس لدي عينة من المكفوفين، هدفت الدراسة الي معرفة تأثير الإرشاد المعرفي في تخفيف الشعور باليأس لدي عينة من المكفوفين وتكونت عينة الدراسة من (٩) من المراهقين المكفوفين الذكور واستخدم الباحث مقياس الشعور باليأس من إعداده والبرنامج الإرشادي الذي يستند الي العلاج المعرفي عند بيك وتوصلت الدراسة الي ان البرنامج المستخدم في الدراسة كان ذو فاعلية في تخفيف الشعور باليأس لدي عينة الدراسة من المكفوفين.

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

دراسة حسين علي فايد (١٩٩٨) الفروق في الاكتئاب واليأس وتصور الانتحار بين طلبة الجامعة وطالباتها، هدفت الدراسة الي التعرف الفروق بين الذكور والإناث في كل من الاكتئاب واليأس وتصور الانتحار وكذلك التعرف علي طبيعة العلاقة بين الاكتئاب واليأس وتصور الانتحار لدي الذكور والإناث وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٢٤) من طلاب الجامعة بواقع (١٦٢) من الذكور و(١٦٢) من الإناث تراوحت أعمارهم بين ١٧-٢٤ واستخدم الباحث مقياس بيك للاكتئاب ومقياس اليأس ومقياس تصور الانتحار وتوصلت الدراسة الي عدم وجود فروق بين الذكور والإناث في الاكتئاب واليأس وتصور الانتحار وكذلك تزداد درجة تصور الانتحار بزيادة معدل الاكتئاب والانتحار (تأثير مشترك) ويعد اليأس العامل الاكثر قوة في التأثير علي تصور الانتحار.

دراسة هشام إبراهيم عبد الله (١٩٩٨) بعنوان المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالاكتئاب واليأس لدي عينة من الطلاب والعاملين، هدفت الدراسة الي بحث العلاقة بين المساندة الاجتماعية والاكتئاب واليأس وذلك لدي عينة من الطلاب والعاملين في المجتمع المصري والتعرف علي الفروق بين الجنسين والاقامة ريف وحضر ونوع العمل في الشعور باليأس والاكتئاب والمساندة الاجتماعية وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٢٨) فرداً بواقع (١٦٩) من الذكور و(١٥٩) من الإناث تراوحت اعمارهم بين ١٩ - ٥٠ وقد تقسيم العينة الي مجموعتين الاولى عينة الطلاب وبلغت (٢٤٢) والثانية عينة العاملين وبلغت (٨٦) عامل واستخدم الباحث مقياس المساندة الاجتماعية ومقياس التقدير الذاتي للاكتئاب ومقياس الشعور باليأس وتوصلت الدراسة الي وجود علاقة ارتباطية سالبة بين المساندة الاجتماعية ومستوي الاكتئاب وكذلك ارتباط سالب بين المساندة الاجتماعية ومستوي الشعور باليأس واتضح وجود علاقة ارتباطية موجبة بين الشعور باليأس ومستوي الاكتئاب وكانت الاناث اكثر شعوراً بالاكتئاب من الذكور والطلاب كانوا اكثر اكتئاباً من العاملين كما اتضح عدم وجود فروق بين سكان الريف وسكان الحضر في الشعور بالاكتئاب كما اتضح وجود فروق بين الذكور والإناث في الشعور باليأس حيث كانت الإناث اكثر شعوراً باليأس من الذكور وكان الطلاب أكثر شعوراً باليأس من العاملين.

### تعليق عام على الدراسات السابقة:

ويمكن أن نستخلص من عرض الدراسات السابقة الجوانب التالية:

- ١- تنوعت الدراسات السابقة في تناول متغيرات الدراسة فهناك دراسات تناولت اليأس وأخرى الوحدة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة ولم يجد الباحث دراسة تتناول المتغيرات الثلاثة معاً.
- ٢- أوضحت الدراسات وجود علاقة ارتباطية قوية بين اليأس والاكتئاب
- ٣- أوضحت الدراسات وجود علاقة قوية بين اليأس والتفكير في الانتحار وغياب المساندة الاجتماعية
- ٤- تنوعت العينة في العديد من الدراسات ما بين أطفال ومراهقين وشباب ومسنين
- ٥- ندرة البرامج الإرشادية والعلاجية التي تناولت اليأس بالتدخل والتعديل
- ٦- وجود ارتباط قوى بين مشاعر اليأس والاصابة بمرض السرطان
- ٧- أنصب اهتمام العديد من الدراسات على إعادة تقنين مقياس بيك لليأس.
- ٨- وجود بعض الدراسات التي تتضمن برامج إرشادية وعلاجية للوحدة النفسية
- ٩- أشارت بعض الدراسات إلى ارتباط مشاعر الوحدة النفسية بالمسنين
- ١٠- أشارت بعض الدراسات إلى ارتباط واضح بين مشاعر اليأس والتفكير في الانتحار.

### فروض الدراسة:

- ١- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين درجات أفراد العينة على مقياس احداث الحياة الضاغطة ودرجاتهم على مقياس اليأس
- ٢- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين درجات الافراد علي مقياس احداث الحياة الضاغطة ودرجاتهم على مقياس الوحدة النفسية
- ٣- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائياً بين درجات الافراد على مقياس اليأس ودرجاتهم على مقياس الوحدة النفسية
- ٤- توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات أفراد العينة من الذكور ومتوسطات درجات أفراد العينة من الاناث على مقياس احداث الحياة الضاغطة

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

- ٥- توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات أفراد العينة من الذكور ومتوسطات درجات أفراد العينة من الإناث على مقياس اليأس
- ٦- توجد فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات أفراد العينة من الذكور ومتوسطات درجات أفراد العينة من الإناث على مقياس الوحدة النفسية

### إجراءات الدراسة:

#### المنهج المستخدم:

اعتمدت الدراسة الحالية على المنهج الوصفي نمط الدراسات الارتباطية والتي تسعى الى الكشف عن شبكة العلاقات بين المتغيرات والظواهر النفسية.

#### عينة الدراسة:

تكونت عينة الدراسة الحالية من (١٤٧) من طلاب الفرقة الثالثة بكلية التربية جامعة عين شمس بواقع (١٣١) من الإناث و(١٦) من الذكور.

#### أدوات الدراسة:

أستخدم الباحث في الدراسة الحالية المقاييس الآتية:  
مقياس أحداث الحياة الضاغطة: (اعداد الباحث).

#### وصف المقياس:

يتكون المقياس الحالي من (٢٤) عبارة موزعة على اربع جوانب تمثل انواع من الاحداث الحياتية الضاغطة الشائعة وجميع العبارات موجبة ولا توجد عبارات سالبة وتترتب الاستجابة على العبارات في ثلاث مستويات هي دائما وتأخذ ٣ درجات واحيانا تأخذ ٢ درجة ونادرا تأخذ درجة واحدة وتعبر الدرجات المرتفعة عن ارتفاع الشعور بأحداث الحياة الضاغطة والعكس، وتتوزع العبارات على الجوانب الاربعة كما في الجدول التالي:

جدول (١)

يوضح العبارات الخاصة بكل بعد من أبعاد المقياس

ارقام العبارات						
٢١	١٧	١٣	٩	٥	١	الاحداث الاكاديمية
٢٢	١٨	١٤	١٠	٦	٢	الاحداث الاسرية
٢٣	١٩	١٥	١١	٧	٣	الاحداث الاجتماعية
٢٤	٢٠	١٦	١٢	٨	٤	الاحداث الاقتصادية

الخصائص السيكومترية للمقياس:

قام الباحث بتطبيق مقياس أحداث الحياة الضاغطة على (١٣٠) فرد من أفراد العينة من طلاب الفرقة الاولى بكلية التربية جامعة عين شمس وتم حساب معاملات الصدق والثبات لمقياس أحداث الحياة الضاغطة بالطرق الآتية:  
أ - صدق المقياس:

للتحقق من صدق المقياس تم استخدام صدق المقارنة الطرفية وصدق الاتساق

الداخلي.

١- صدق المقارنة الطرفية:

قام الباحث بحساب صدق المقارنة الطرفية للمقياس كما يوضحها الجدول التالي:

جدول (٢)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على أبعاد مقياس أحداث الحياة الضاغطة وفقا للدرجة (ذوي

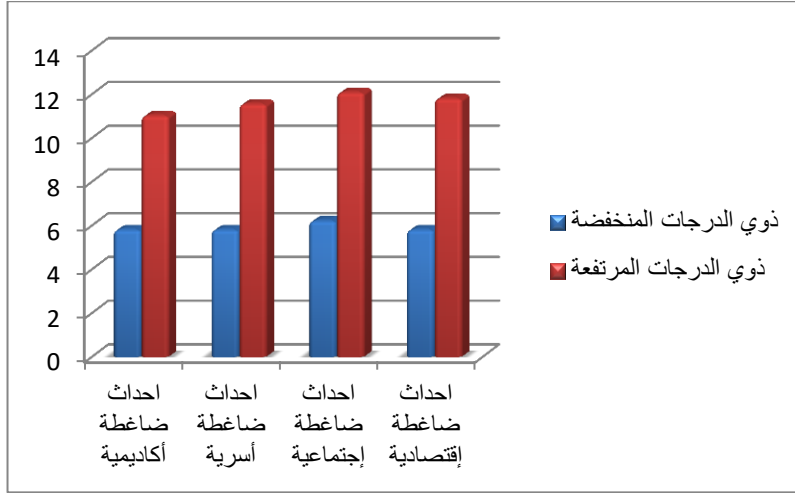
الدرجات المنخفضة- ذوي الدرجات المرتفعة) (ن = ٣٣)

قيمة " ت "	ذوي الدرجات المرتفعة الإرباعي الأعلى		ذوي الدرجات المنخفضة الإرباعي الأدنى		المقاييس الفرعية
	ع	م	ع	م	
**١٤.٧٧٠	١.٦٩٤١	١١.٠٣١	١.٠٦٠٧	٥.٨١٣	احداث ضاغطة أكاديمية
**١١.٩٢٢	٢.٥١٣٧	١١.٥٦٣	١.٠٦٠٧	٥.٨١٣	احداث ضاغطة أسرية
**١٤.٥٣٠	١.٩٢٣٧	١٢.٠٩٤	١.٢٣٧٤	٦.٢١٩	احداث ضاغطة اجتماعية
**١٧.٢٦٩	١.٦٥٤٧	١١.٨١٣	١.٠٦٠٧	٥.٨١٣	احداث ضاغطة اقتصادية
**١٣.٨٧٩	٦.١٢٦٤	٤٤.١٢٥	٤.٧٧٨٦	٢٥.٠٦٣	الدرجة الكلية

(\*\*) دال عند مستوي  $(\alpha \geq 0.01)$

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

وتوصل الباحث إلي وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المنخفضة ومتوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة على المقاييس الفرعية والدرجة الكلية لمقياس أحداث الحياة الضاغطة .



شكل

يوضح الفروق بين متوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المنخفضة على مقياس أحداث الحياة الضاغطة ودرجات الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة على نفس المقياس

ومن خلال الفروق التي وتصل اليها الباحث في كل بعد على حده وفي مجموع درجات الأفراد للمقياس ككل يتضح من ذلك صدق المقياس.

٢- الاتساق الداخلي للمقياس

تم حساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد على كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه.



جدول ( ٣ )

معاملات الارتباط بين العبارات والأبعاد لمقياس أحداث الحياة الضاغطة (ن = ١٣٠)

أحداث ضاغطة اقتصادية		أحداث ضاغطة إجتماعية		أحداث ضاغطة أسرية		أحداث ضاغطة أكاديمية	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
**٠.٥٦٦	١	**٠.٦٧٣	١	**٠.٧٦٧	١	**٠.٦٣٩	١
**٠.٧٨٦	٢	**٠.٦٨٧	٢	**٠.٧٤٨	٢	**٠.٦٩٥	٢
**٠.٧٩٠	٣	**٠.٥٩٨	٣	**٠.٨٣٠	٣	**٠.٧١٥	٣
**٠.٧٢٧	٤	**٠.٦٢٢	٤	**٠.٧٠٩	٤	**٠.٧٠٥	٤
**٠.٦٢٣	٥	**٠.٦٦٤	٥	**٠.٧٥١	٥	**٠.٧٠١	٥
**٠.٦٩٢	٦	**٠.٦٥٣	٦	**٠.٧١٨	٦	**٠.٥٦١	٦

(\*) دال عند  $(\alpha \geq 0.05)$  (\*\*) دال عند مستوي  $(\alpha \geq 0.01)$

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة

(٠,٠١) ومستوى دلالة (٠,٠٥)، وسيتم حذف العبارات التي ارتباطها غير دال.

ثم حساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد على الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس.

جدول ( ٤ )

معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس أحداث الحياة الضاغطة (ن = ١٣٠)

معامل الارتباط	الأبعاد
**٠.٧٢٢	أحداث ضاغطة أكاديمية
**٠.٨٦٥	أحداث ضاغطة أسرية
**٠.٨٥٥	أحداث ضاغطة إجتماعية
**٠.٨٣٠	أحداث ضاغطة اقتصادية

(\*) دال عند  $(\alpha \geq 0.05)$  (\*\*) دال عند مستوي  $(\alpha \geq 0.01)$

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة

(٠,٠١). وهذا يؤكد التماسك الداخلي للمقياس.

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

ب - ثبات المقياس:

لحساب ثبات المقياس تم استخدام طريقة ألفا - كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية

جدول (٥)

قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية (ن = ١٣٠)

الابعاد	عدد العبارات	معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ	معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية
احداث ضاغطة أكاديمية	٦	٠.٧٤٩	٠.٧٥٢
احداث ضاغطة أسرية	٦	٠.٨٤١	٠.٨٣٦
احداث ضاغطة اجتماعية	٦	٠.٧١٦	٠.٧٣٧
احداث ضاغطة اقتصادية	٦	٠.٧٨٩	٠.٧٧٤
الدرجة الكلية	٢٤	٠.٩٠٧	٠.٨٠٧

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات ألفا مرتفعة، وكذلك قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية مما يجعلنا نثق في ثبات المقياس.

مقياس اليأس: (اعداد الباحث)

وصف المقياس:

يتكون المقياس الحالي من (٢٤) عبارة موزعة على اربع جوانب تمثل جوانب للشعور باليأس وجميع العبارات موجبة ولا توجد عبارات سالبة وتترتب الاستجابة على العبارات في ثلاث مستويات هي دائما وتأخذ ٣ درجات واحيانا تأخذ ٢ درجة ونادرا تأخذ درجة واحدة وتعتبر الدرجات المرتفعة عن ارتفاع الشعور باليأس والعكس، وتتوزع العبارات على الجوانب الاربعة كما في الجدول التالي:

جدول (٦)

يوضح العبارات الخاصة بكل بعد من أبعاد المقياس

ارقام العبارات						
٢١	١٧	١٣	٩	٥	١	النظرة السالبة للمستقبل
٢٢	١٨	١٤	١٠	٦	٢	النظرة السالبة للذات
٢٣	١٩	١٥	١١	٧	٣	الشعور بالانهزامية
٢٤	٢٠	١٦	١٢	٨	٤	فقدان الدافعية

الخصائص السيكومترية للمقياس:

قام الباحث بتطبيق مقياس اليأس على (١٣٠) طالب من طلاب الفرقة الأولى بكلية التربية جامعة عين شمس وتم حساب معاملات الصدق والثبات لمقياس اليأس بالطرق الآتية:

أ - صدق المقياس:

للتحقق من صدق المقياس تم استخدام الصدق العاملي وصدق المقارنة الطرفية وصدق الاتساق الداخلي.

١ - صدق المقارنة الطرفية:

ويوضح الجدول التالي طريقة المقارنة الطرفية للمقياس

جدول (٧)

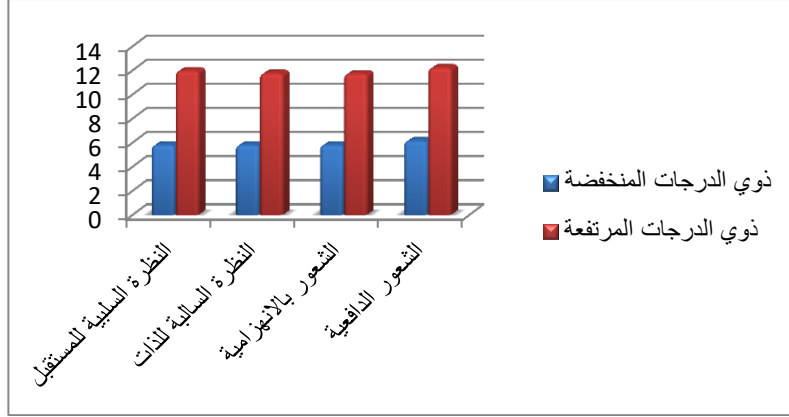
دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على أبعاد مقياس اليأس وفقا للنوع (ذوي الدرجات المنخفضة- ذوي الدرجات المرتفعة) (ن=٣٣)

قيمة " ت "	ذوي الدرجات المرتفعة الإرباعي الأعلى		ذوي الدرجات المنخفضة الإرباعي الأدنى		المقاييس الفرعية
	ع	م	ع	م	
**١٦.٣٩٦	١.٨٤٠١	١١.٩٦٩	١.٠٦٠٧	٥.٨١٣	النظرة السلبية للمستقبل
**١٣.٣٢٨	٢.٢٨٦٠	١١.٧٥٠	١.٠٦٠٧	٥.٨١٣	النظرة السالبة للذات
**١٤.٧٣٧	٢.٠٠٣٨	١١.٧١٩	١.٠٦٠٧	٥.٨١٣	الشعور بالانهزامية
**١٤.٧٤٥	١.٩٧٩٥	١٢.٢١٩	١.٢٢١٠	٦.١٥٦	الشعور الدافعية
**١٥.١٣٣	٦.٦٦١٢	٤٦.١٢٥	٤.٦٠٠٠	٢٤.٤٦٩	الدرجة الكلية

(\*) دال عند  $(\alpha \geq 0.05)$  (\*\*) دال عند مستوي  $(\alpha \geq 0.01)$

وتوصل الباحث إلي وجود فروق دالة احصائيا بين متوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المنخفضة ومتوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة على المقاييس الفرعية والدرجة الكلية لمقياس اليأس .

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية



شكل

يوضح الفروق بين متوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المنخفضة على مقياس اليأس ودرجات الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة على نفس المقياس

ومن خلال الفروق التي وتصل إليها الباحث في كل بعد على حده وفي مجموع درجات الأفراد للمقياس ككل يتضح من ذلك صدق المقياس.

### الاتساق الداخلي للمقياس:

تم حساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد على كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه.

جدول ( ٨ )

معاملات الارتباط بين العبارات والأبعاد لمقياس اليأس (ن = ١٣٠)

الشعور الداخلي		الشعور بالانزعاجية		النظرة السلبية للذات		النظرة السلبية للمستقبل	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
**٠.٦٣٥	١	**٠.٧٥١	١	**٠.٧٨٨	١	**٠.٧٧٢	١
**٠.٧٢٣	٢	**٠.٧٦٥	٢	**٠.٧٣٨	٢	**٠.٧١١	٢
**٠.٧٢٧	٣	**٠.٦٦١	٣	**٠.٧٦٣	٣	**٠.٧٩٧	٣
**٠.٧٣٤	٤	**٠.٧٢٠	٤	**٠.٧٨٤	٤	**٠.٦٨٨	٤
**٠.٦٥٨	٥	**٠.٧٩٩	٥	**٠.٦٥٩	٥	**٠.٥٦٢	٥
**٠.٥٥٨	٦	**٠.٧٠٨	٦	**٠.٧٨٢	٦	**٠.٧٠٣	٦

(\* دال عند  $(\alpha \geq 0.05)$  (\*\* دال عند مستوي  $(\alpha \geq 0.01)$ )

## د. أشرف محمد عبدالحليم

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١) ومستوى دلالة (٠,٠٥)، وسيتم حذف العبارات التي ارتباطها غير دال. ثم حساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد على الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس.

جدول (٩)

معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس اليأس (ن = ١٣٠)

معامل الارتباط	الأبعاد
**٠.٨٤٥	النظرة السلبية للمستقبل
**٠.٩١٤	النظرة السالبة للذات
**٠.٩٣٩	الشعور بالانهاضية
**٠.٨٤٠	الشعور الدافعية

(\* دال عند  $(\alpha \geq 0.05)$  (\*\* دال عند مستوى  $(\alpha \geq 0.01)$ )

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١). وهذا يؤكد التماسك الداخلي للمقياس.

ب - ثبات المقياس:

لحساب ثبات المقياس تم استخدام طريقة ألفا - كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية

جدول (١٠)

قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية (ن = ١٣٠)

معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية	معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ	عدد العبارات	الأبعاد
٠.٧٣٧	٠.٧٨٩	٦	النظرة السلبية للمستقبل
٠.٨١١	٠.٨٤٠	٦	النظرة السالبة للذات
٠.٨٢٤	٠.٨٢٧	٦	الشعور بالانهاضية
٠.٧٣٩	٠.٧٥٧	٦	الشعور الدافعية
٠.٨٩٧	٠.٩٣٤	٢٤	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات ألفا مرتفعة، وكذلك قيم معاملات الثبات بطريقة التجزئة النصفية مما يجعلنا نثق في ثبات المقياس.

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

مقياس الوحدة النفسية : (اعداد الباحث)

وصف المقياس:

يتكون المقياس الحالي من (١٨) عبارة موزعة على ثلاث جوانب تمثل جوانب للشعور بالوحدة النفسية وجميع العبارات موجبة ولا توجد عبارات سالبة وتترتب الاستجابة على العبارات في ثلاث مستويات هي دائما وتأخذ ٣ درجات واثنا تأخذ ٢ درجة ونادرا تأخذ درجة واحدة وتعتبر الدرجات المرتفعة عن ارتفاع الشعور بالوحدة النفسية والعكس، وتتوزع العبارات على الجوانب الثلاث كما في الجدول التالي:

جدول (١١)

يوضح العبارات الخاصة بكل بعد من أبعاد المقياس

ارقام العبارات						
١٦	١٣	١٠	٧	٤	١	فقدان الحب
١٧	١٤	١١	٨	٥	٢	الشعور بالعزلة
١٨	١٥	١٢	٩	٦	٣	ضعف التواصل الاجتماعي

خطوات تقنين مقياس الوحدة النفسية : -

قام الباحث بتطبيق مقياس الوحدة النفسية على (١٣٠) فرد من أفراد العينة من طلاب الفرقة الاولى بكلية التربية جامعة عين شمس وتم حساب معاملات الصدق والثبات لمقياس الوحدة النفسية بالطرق الآتية:

أ - صدق المقياس:

للتحقق من صدق المقياس تم استخدام الصدق العاملي وصدق المقارنة الطرفية وصدق الاتساق الداخلي.

١ - صدق المقارنة الطرفية:

ويوضح الجدول التالي حساب صدق المقارنة الطرفية

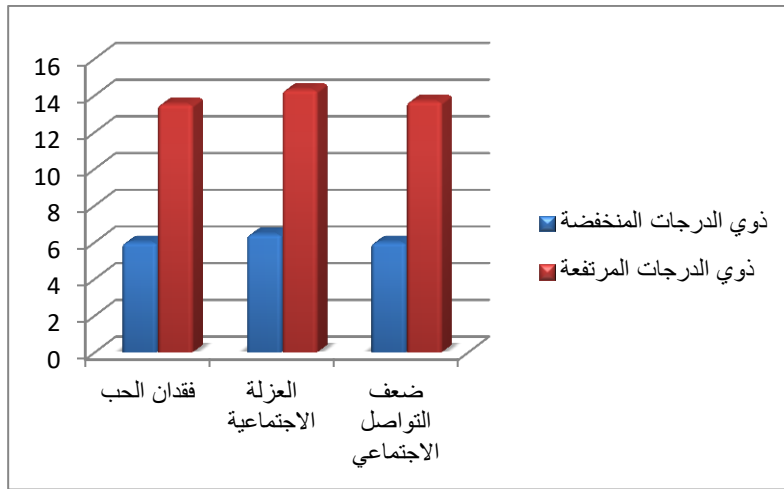
جدول (١٢)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على أبعاد مقياس الوحدة النفسية وفقاً للدرجة (ذوي الدرجات المنخفضة- ذوي الدرجات المرتفعة) (ن=٣٣)

قيمة " ت "	ذوي الدرجات المرتفعة الإرباعي الأعلى		ذوي الدرجات المنخفضة الإرباعي الأدنى		المقاييس الفرعية
	ع	م	ع	م	
**٢١.٨٣٩	١.٩٥٠٨	١٣.٥٣١	٠.٠٠٠	٦.٠٠٠	فقدان الحب
**١٦.٦٩٤	٢.٦٢٠٥	١٤.٣١٣	٥.٤٠٠	٦.٤٣٨	الشعور بالعزلة
**١٩.٤٥٦	٢.٢٣٥٢	١٣.٦٨٨	٠.٠٠٠	٦.٠٠٠	ضعف التواصل الاجتماعي
**٢١.٤٤٩	٥.٥٢٩٦	٤٠.٥٦٣	١.١٣٩٠	١٩.١٥٦	الدرجة الكلية

(\*\*) دال عند مستوي  $(\alpha \geq 0.01)$

وتوصل الباحث إلي وجود فروق دالة احصائياً بين متوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المنخفضة ومتوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة على المقاييس الفرعية والدرجة الكلية لمقياس الوحدة النفسية .



شكل

يوضح الفروق بين متوسطات درجات الأفراد ذوي الدرجات المنخفضة على مقياس الوحدة النفسية ودرجات الأفراد ذوي الدرجات المرتفعة على نفس المقياس

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

ومن خلال الفروق التي وتصل إليها الباحث في كل بعد على حده وفي مجموع درجات الأفراد للمقياس ككل يتضح من ذلك صدق المقياس.

### الاتساق الداخلي للمقياس

تم حساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد على كل عبارة والدرجة الكلية للبعد الذي تنتمي إليه.

جدول ( ١٢ )

معاملات الارتباط بين العبارات والأبعاد لمقياس الوحدة النفسية

(ن = ١٣٠)

ضعف التواصل الاجتماعي		الشعور بالعزلة		فقدان الحب	
معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة	معامل الارتباط	رقم العبارة
**٠.٨٠٦	١	**٠.٧٠١	١	**٠.٥٨٨	١
**٠.٧٩٤	٢	**٠.٧٣١	٢	**٠.٧٨٨	٢
**٠.٧٨٤	٣	**٠.٦٤٥	٣	**٠.٧٣٨	٣
**٠.٨٣٤	٤	**٠.٥٨٤	٤	**٠.٧٧٤	٤
**٠.٧٧١	٥	**٠.٧٥٩	٥	**٠.٦٦٦	٥
**٠.٧٠٤	٦	**٠.٦٩٥	٦	**٠.٧٣٧	٦

(\* ) دال عند  $(\alpha \geq 0.05)$  (\*\* ) دال عند مستوى  $(\alpha \geq 0.01)$

يتضح من الجدول السابق أن قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة

(٠,٠١) ومستوى دلالة (٠,٠٥)، وسيتم حذف العبارات التي ارتباطها غير دال.

ثم حساب معامل الارتباط بين درجات الأفراد على الدرجة الكلية للبعد والدرجة الكلية للمقياس.



د. أشرف محمد عبدالحليم

جدول ( ١٣ )

معاملات الارتباط بين الأبعاد والدرجة الكلية لمقياس الوحدة النفسية

( ن = ١٣٠ )

معامل الارتباط	الأبعاد
**٠.٩٢٦	فقدان الحب
**٠.٨٩٦	الشعور بالعزلة
**٠.٩٠٦	ضعف التواصل الاجتماعي

(\* دال عند  $(\alpha \geq ٠.٠٥)$  (\*\* دال عند مستوي  $(\alpha \geq ٠.٠١)$ )

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات الارتباط دالة إحصائياً عند مستوى دلالة (٠,٠١). وهذا يؤكد التماسك الداخلي للمقياس.

ب - ثبات المقياس:

لحساب ثبات المقياس تم استخدام طريقة ألفا - كرونباخ، وطريقة التجزئة النصفية

جدول ( ١٤ )

قيم معاملات الثبات بطريقة ألفا - كرونباخ وطريقة التجزئة النصفية ( ن = ١٣٠ )

الابعاد	عدد العبارات	معامل الثبات بطريقة ألفا كرونباخ	معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية
فقدان الحب	٦	٠.٧٨٤	٠.٧٠٨
الشعور بالعزلة	٦	٠.٧٥٤	٠.٧١١
ضعف التواصل الاجتماعي	٦	٠.٨٧٢	٠.٨٤١
الدرجة الكلية	١٨	٠.٩١٧	٠.٨٨٦

يتضح من الجدول السابق أن جميع قيم معاملات ألفا مرتفعة، وكذلك قيم معاملات

الثبات بطريقة التجزئة النصفية مما يجعلنا نثق في ثبات المقياس.

الاساليب الاحصائية:

اعتمدت الدراسة الحالية على عدد من الاساليب الاحصائية هي:

- معامل ارتباط بيرسون
- اختبار (ت)

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

### نتائج الدراسة:

#### نتائج الفرض الأول:

توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات أفراد العينة على مقياس اليأس ودرجات أفراد العينة على مقياس أحداث الحياة الضاغطة. وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس اليأس ودرجاتهم على مقياس أحداث الحياة الضاغطة، ويوضح جدول (١٥) قيم معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة على المقياسين.

جدول (١٥)

معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة على مقياس اليأس ودرجاتهم على مقياس أحداث الحياة الضاغطة (ن = ١٤٧)

الدرجة الكلية	الشعور الدافعية	الشعور بالانهازية	النظرة السالبة للذات	النظرة السلبية للمستقبل	الأبعاد
.690**	.572**	.656**	.634**	.600**	أحداث ضاغطة أكاديمية
.561**	.414**	.527**	.549**	.507**	أحداث ضاغطة أسرية
.609**	.559**	.557**	.559**	.502**	أحداث ضاغطة إجتماعية
.535**	.358**	.488**	.529**	.528**	أحداث ضاغطة اقتصادية
.727**	.575**	.675**	.690**	.649**	الدرجة الكلية

(\*) دال عند ٠.٠٥ ، (\*\*) دال عند مستوى ٠,٠١

#### نتائج الفرض الثاني:

توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجات أفراد العينة على مقياس الوحدة النفسية ودرجات أفراد العينة على مقياس أحداث الحياة الضاغطة.

## د. أشرف محمد عبدالحليم

وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الوحدة النفسية ودرجاتهم على مقياس أحداث الحياة الضاغطة، ويوضح جدول (١٦) قيم معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة على المقياسين.

جدول ( ١٦ )

معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة على مقياس الوحدة النفسية ودرجاتهم على مقياس أحداث الحياة الضاغطة (ن = ١٤٧)

الأبعاد	فقدان الحب	الشعور بالعزلة	ضعف التواصل الاجتماعي	الدرجة الكلية
أحداث ضاغطة أكاديمية	.369**	.395**	.321**	.398**
أحداث ضاغطة أسرية	.618**	.475**	.578**	.610**
أحداث ضاغطة اجتماعية	.671**	.567**	.526**	.645**
أحداث ضاغطة اقتصادية	.465**	.349**	.416**	.449**
الدرجة الكلية	.652**	.546**	.567**	.645**

(\*) دال عند ٠.٠٥ ، (\*\*) دال عند مستوى ٠,٠١

نتائج الفرض الثالث:

توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائية بين درجات أفراد العينة على مقياس الوحدة النفسية ودرجات أفراد العينة على مقياس اليأس.

وللتحقق من صحة هذا الفرض، تم استخدام معامل ارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الوحدة النفسية ودرجاتهم على مقياس اليأس، ويوضح جدول ( ١٧ ) قيم معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة على المقياسين.

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

جدول ( ١٧ )

معاملات الارتباط بين درجات أفراد العينة على مقياس الوحدة النفسية ودرجاتهم على مقياس اليأس  
( ن = ١٤٧ )

الأبعاد	فقدان الحب	الشعور بالعزلة	ضعف التواصل الاجتماعي	الدرجة الكلية
النظرة السالبة للمستقبل	.475**	.399**	.429**	.476**
النظرة السالبة للذات	.587**	.587**	.582**	.643**
الشعور بالانهزامية	.575**	.570**	.556**	.623**
الشعور الدافعية	.517**	.507**	.470**	.547**
الدرجة الكلية	.604**	.578**	.571**	.641**

(\*) دال عند ٠.٠٥ ، (\*\*) دال عند مستوي ٠,٠١

نتائج الفرض الرابع:

توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة على أبعاد مقياس أحداث الحياة الضاغطة وفقاً للنوع (ذكور - إناث). وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم الباحث اختبار " ت " للمجموعات المستقلة، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول ( ١٨ )

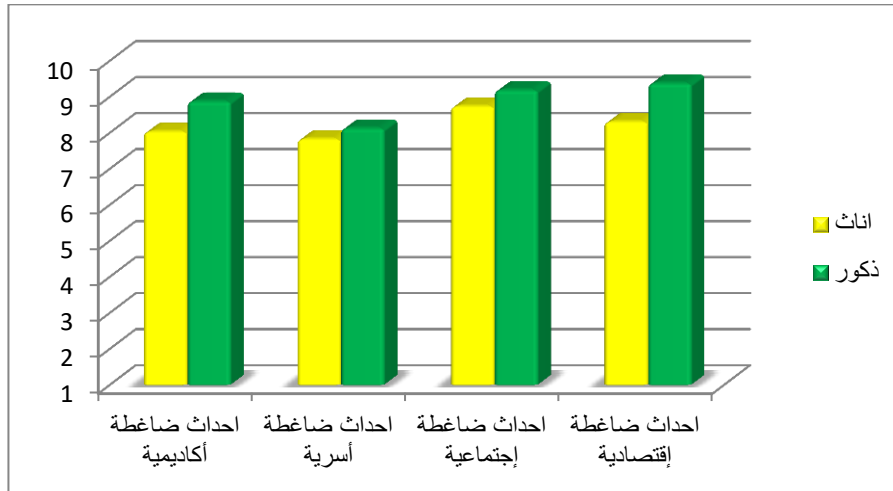
دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على أبعاد مقياس أحداث الحياة الضاغطة وفقاً للنوع  
(ذكور - إناث)

الأبعاد	إناث (ن = ١٣١)		ذكور (ن = ١٦)		قيمة " ت "	مستوى الدلالة
	ع	م	ع	م		
أحداث ضاغطة أكاديمية	٢.٢١١٦	٨.٠٣١	٢.٣٩١٠	٨.٨٧٥	١.٤٢٩	غير دالة
أحداث ضاغطة أسرية	٢.٦٤٤٢	٧.٨٢٤	٢.٢٤٧٢	٨.١٢٥	٠.٤٣٦	غير دالة
أحداث ضاغطة إجتماعية	٢.٤٨٠٢	٨.٧٣٣	٢.٣٧٢٦	٩.١٨٨	٠.٦٩٥	غير دالة
أحداث ضاغطة إقتصادية	٢.٥٠٢٠	٨.٣٠٥	٢.٧٥٣٨	٩.٣٧٥	١.٥٩٧	غير دالة
الدرجة الكلية	٨.٠٨٩٢	٣٢.٨٩٣	٧.٧٨٠١	٣٥.٥٦٣	١.٢٥١	غير دالة

#### د. أشرف محمد عبدالحليم

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة وفقا للنوع (ذكور - إناث) في كل الأبعاد والدرجة الكلية على مقياس أحداث الحياة الضاغطة.

ويوضح الشكل البياني التالي الفروق بين درجات أفراد العينة وفقا للنوع (ذكور - إناث) على أبعاد مقياس أحداث الحياة الضاغطة.



#### نتائج الفرض الخامس:

ينص الفرض على أنه " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة على أبعاد مقياس اليأس وفقا للنوع (ذكور - إناث). وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم الباحث اختبار " ت " للمجموعات المستقلة، والجدول التالي يوضح ذلك.

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

جدول (١٩)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على أبعاد مقياس اليأس وفقا للنوع (ذكور - إناث)

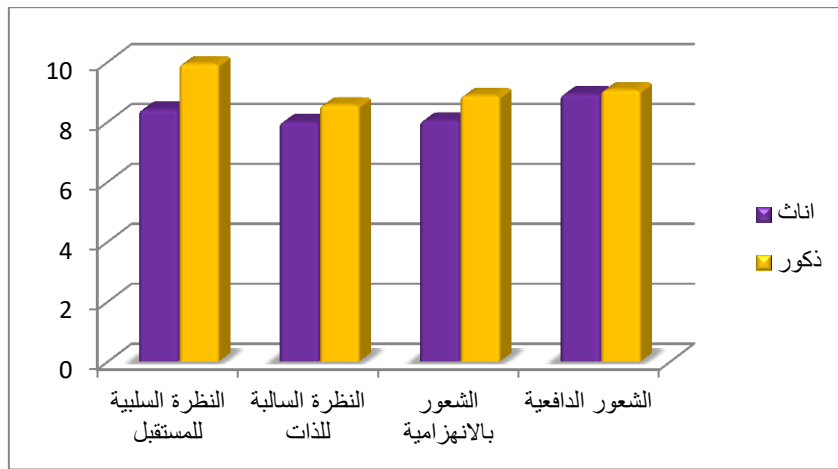
مستوى الدلالة	قيمة " ت "	ذكور (ن = ١٦)		إناث (ن = ١٣١)		الأبعاد
		ع	م	ع	م	
دالة عند مستوي ٠.٠٥	٢.١٧٣	٣.٣٩٥٥	٩.٩٣٨	٢.٥٥٠٦	٨.٤١٢	النظرة السلبية للمستقبل
غير دالة	٠.٧٩٥	٢.٩٨٨٢	٨.٥٦٣	٢.٦٣٤١	٨.٠٠٠	النظرة السالبة للذات
غير دالة	١.١٨٧	٣.٠٩٥٧	٨.٨٧٥	٢.٥٥٢٠	٨.٠٥٣	الشعور بالانهازامية
غير دالة	٠.١٩٦	٢.٥٩٤١	٩.٠٦٣	٢.٥١٨٢	٨.٩٣١	غياب الدافعية
غير دالة	١.٢٢٩	١١.٣٦٠٦	٣٦.٤٣٨	٩.٠٨٠٦	٣٣.٣٩٧	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات

أفراد العينة وفقا للنوع (ذكور - إناث) في كل الأبعاد والدرجة الكلية على مقياس اليأس.

ويوضح الشكل البياني التالي الفروق بين درجات أفراد العينة وفقا للنوع (ذكور - إناث) على

أبعاد مقياس اليأس.



نتائج الفرض السادس:

ينص الفرض على أنه " توجد فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة على

أبعاد مقياس الوحدة النفسية وفقا للنوع (ذكور - إناث)

## د. أشرف محمد عبد الحليم

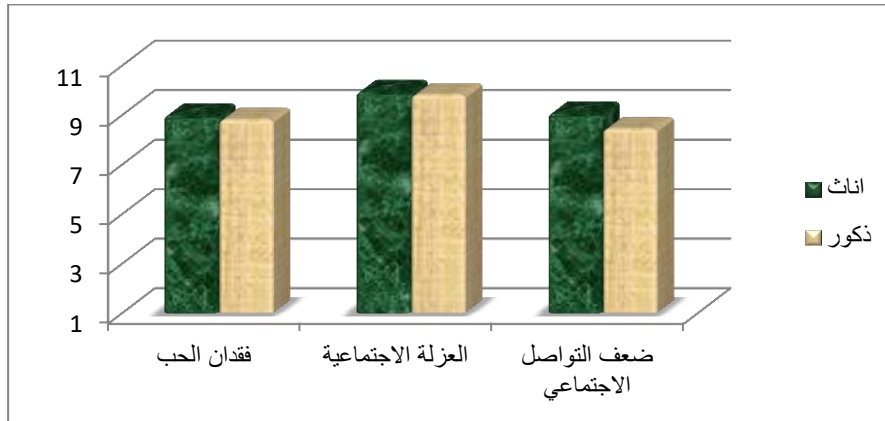
وللتحقق من صحة هذا الفرض استخدم الباحث اختبار "ت" للمجموعات المستقلة، والجدول التالي يوضح ذلك.

جدول (٢٠)

دلالة الفروق بين متوسطات درجات أفراد العينة على أبعاد مقياس الوحدة النفسية وفقا للنوع (ذكور - إناث)

مستوى الدلالة	قيمة "ت"	ذكور (ن = ١٦)		إناث (ن = ١٣١)		الأبعاد
		ع	م	ع	م	
غير دالة	٠.٢١٩	٣.٣١١٠	٨.٨١٣	٣.٠٧٢٢	٨.٩٩٢	فقدان الحب
غير دالة	٠.١٤٥	٣.٦٥٥٥	٩.٨١٣	٣.٢٣٨٦	٩.٩٣٩	الشعور بالعزلة
غير دالة	٠.٧٥٨	٢.٧٥٦١	٨.٤٣٨	٣.١٨٤٦	٩.٠٦٩	ضعف التواصل الاجتماعي
غير دالة	٠.٤٠٨	٩.٠١٤٦	٢٧.٠٦٣	٨.٦٣٣٦	٢٨.٠٠٠	الدرجة الكلية

يتضح من الجدول السابق عدم وجود فروق دالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة وفقا للنوع (ذكور - إناث) في كل الأبعاد والدرجة الكلية على مقياس الوحدة النفسية. ويوضح الشكل البياني التالي الفروق بين درجات أفراد العينة وفقا للنوع (ذكور - إناث) على أبعاد مقياس الوحدة النفسية.



### مناقشة نتائج الدراسة:

توصلت الدراسة الى النتائج التالية:

توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة بين درجات الافراد على مقياس احداث الحياة الضاغطة وبين درجاتهم على مقياس اليأس.

حيث توضح نتائج الفرض التالي الارتباط الطردي الموجب بين احداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس حيث نجد ان الضغوط ترتبط بصورة كبيرة بالعديد من الاضطرابات النفسية منها القلق والاكتئاب وكذلك أوضحت العديد من الدراسات أن من اعراض الاكتئاب الشعور باليأس والاحباط وتدعم النتيجة الحالية دراسة دافيد ليستر ٢٠١٢ اوضحت وجود علاقة بين اليأس والاكتئاب ودراسة دافيد كلونيسكي ٢٠١٢ أوضحت وجود علاقة بين اليأس والانتحار كما أوضحت دراسة سوزان بسيوني ٢٠١١ وجود علاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والاكتئاب ومن هنا يمكن القول أن العلاقة بين احداث الحياة الضاغطة واليأس لها أساس قوى تدعمه الدراسات.

توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة بين درجات الافراد على مقياس احداث الحياة الضاغطة وبين درجاتهم على مقياس الوحدة النفسية.

حيث توضح النتيجة الحالية كيف ترتبط مشاعر الوحدة بالضغوط بشكل طردي بل يمكن أن نعتبر أن الوحدة هي مصدر للضغوط حيث يمكن تصور زيادة الضغوط كدافع نحوالمزيد من الوحدة والتي بدورها تزيد من شعور الانسان بالضغط النفسي، ويدعم النتيجة الحالية دراسة موسى مقدادي ٢٠٠٨ ودراسة جان فاهلسنت ٢٠١٢ ودراسة أمال عبد القادر ٢٠٠٦ حيث أوضحت هذه الدراسات وجود علاقة قوية بين الاكتئاب والوحدة النفسية كما يوضح محمد الصافي ٢٠١٠ وجود علاقة بين الضغوط الاسرية والاقتصادية والاعترا ب.

توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة بين درجات الافراد على مقياس الوحدة النفسية وبين درجاتهم على مقياس اليأس.

حيث توضح هذه النتيجة الارتباط الطردي بين الوحدة النفسية ومشاعر اليأس فمن المعروف أن الشعور بالوحدة النفسية هو الطريق الذهبي لدى الانسان للوصول الى القلق والاكتئاب وغيرها من الاضطرابات النفسية، وهناك من الدراسات ما يدعم النتيجة الحالية مثل دراسة



فانها سنت ٢٠١٢ توصلت الى وجود علاقة بين الوحدة النفسية والاكنتاب ودراسة نبيل جمعة ٢٠١١ توصل الى وجود علاقة سلبية بين المساندة الاجتماعية والوحدة النفسية ودراسة هشام ابراهيم عبد الله ١٩٩٨ توصلت الى وجود علاقة سالبة بين المساندة والياس وعلاقة موجبة بين الاكنتاب والياس، وهوما يدعم الارتباط الموجب بين الوحدة النفسية ومشاعر اليأس.

لا توجد فروق بين الذكور والاناث من عينة الدراسة على مقياس أحداث الحياة الضاغطة. فمن الملاحظ داخل المجتمع أن الذكور والاناث يتعرضوا لنفس الظروف الضاغطة الاسرية والاكاديمية والاجتماعية والاقتصادية بنفس القدر، وفرصة مواجهة هذه الظروف القاسية متكافئة لدى الجنسين، ويدعم النتيجة الحالية دراسة سعاد سليمان ٢٠٠٨ ودراسة وحيد كامل ٢٠٠٥ حيث توصلتا الى عدم وجود فروق بين الذكور والاناث في الشعور بأحداث الحياة الضاغطة.

لا توجد فروق بين الذكور والاناث من عينة الدراسة على مقياس اليأس ماعدا بعد النظرة السالبة للمستقبل فكانت هناك فروق لصالح الذكور.

فالشعور بالياس يواجه الذكور والاناث في العديد من المواقف وقد كانت الفروق لصالح الذكور فقط في بعد النظرة السالبة للمستقبل وذلك ربما يعود الى أن الذكور في المجتمع يقع عليهم البحث عن عمل في المستقبل والقيام بعبء مالي ربما يفوق الإناث ولذلك كانت نظرتهم للمستقبل سلبية أكثر، وهناك من الدراسات ما يدعم النتيجة الحالية ومنها دراسة حسين فايد ١٩٩٨ حيث أوضحت عدم وجود فروق بين الذكور والاناث في اليأس وعلى النقيض هناك من الدراسات ما أيدت وجود فروق بين الذكور والاناث في الشعور بالياس لصالح الإناث ومنها دراسة بدر الأنصاري ٢٠٠١ ودراسة هشام إبراهيم ١٩٩٨.

لا توجد فروق بين الذكور والاناث من عينة الدراسة على مقياس الوحدة النفسية.

فمشاعر الوحدة النفسية وشعور الانسان بضعف العلاقات الاجتماعية وانقطاع صلته بالعالم الخارجي تعود الى العديد من العوامل منها العمر فكما تقدم الانسان في العمر كان للشعور بالوحدة أقرب ولكن يواجه الذكور والاناث أسباب عديدة تدفعهم للشعور بالوحدة بالصورة التي يصبح من الصعب أن نقول أن هناك عوامل نوعية محددة تخصص الذكور وحدهم أو الإناث، وتدعم النتيجة الحالية العديد من الدراسات والتي أوضحت عدم وجود فروق بين الذكور والاناث في الشعور بالوحدة النفسية منها دراسة نبيل جمعه ٢٠١١ ودراسة يوسف مقادي ٢٠٠٨

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

ودراسة أمال جودة ٢٠٠٦ وبذلك يكون الراجح عدم وجود فروق في الوحدة النفسية تعزى الى الجنس.

### تعقيب على نتائج الدراسة:

توصلت الدراسة الحالية الى وجود علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائيا بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور بالوحدة النفسية والشعور باليأس حيث تمثل المتغيرات الثلاث السابقة ظواهر سلبية يتعرض لها الشباب في حياتهم ويرتبط كل منهم بالآخر الامر الذي يشكل تهديد واضح لمستوي الصحة النفسية للشباب، كما لم تثبت الدراسة وجود فروق بين الذكور والاناث من عينة الدراسة في متغيرات الدراسة الثلاث ماعدا أحد جوانب الشعور باليأس وهو النظرة السلبية للمستقبل كانت الفروق لصالح الذكور.

### توصيات الدراسة:

- الاهتمام بالبرامج الارشادية التي تسعى لتخفيف مشاعر اليأس لخطورتها وعلى الأخص لدى الشباب.
- توظيف العلاج بالمعنى لتخفيف مشاعر اليأس وإحلال الشعور بمعنى الحياة محلها
- معرفة مصادر الشعور بالوحدة النفسية لدى الشباب وعلاج هذه المصادر
- التركيز على الدراسات التنبؤية للوقوف على العوامل النفسية التي يمكن أن تسهم في التنبؤ بالشعور باليأس
- الاهتمام بالدراسات التنبؤية التي تربط بين اليأس والانتحار لخطورة هذه الظاهرة.

## المراجع:

١. إبراهيم بدر (١٩٩١) مدى فاعلية العلاج الوجودي في شفاء الفراغ الوجودي واللامبالاة اليائسة لدى الطلاب الفاشلين دراسياً، رسالة نكتوراه، كلية التربية ببناها، جامعة الزقازيق.
٢. إبراهيم على إبراهيم (١٩٩٢) الضغوط الحياتية فى علاقتها ببعض الأمراض السيكوسوماتية (دراسة إمبيريقية لدى عينة من مرضى مستشفى حمد العام بدولة قطر، مجلة مركز البحوث التربوية بجامعة قطر، العدد الأول، ص ص ١٨٧ - ٢٠٤
٣. إبراهيم قشقوش (١٩٨٨) مقياس الوحدة النفسية، القاهرة: الانجلو المصرية.
٤. أمال عبد القادر جودة (٢٠٠٦) الوحدة النفسية وعلاقتها بالاكنتاب لدي عينة من طلاب وطالبات جامعة الأقصى. القاهرة، مجلة كلية التربية جامعة عين شمس، عدد ٣٠، جزء ١، ص ص ٩٧-١٣٧
٥. أمطانيوس مخائيل (٢٠٠٧) مقياس بيك للياس تقنيا على عينة سورية، مجلة الدراسات الاجتماعية، العدد الثالث والعشرون.
٦. إيمان عبد الوهاب محمود (٢٠١١) فاعلية برنامج إرشادي للتخفيف من حدة الشعور بالوحدة النفسية للمرأة المساء إليها. القاهرة، مجلة دراسات نفسية، مجلد ٢١، عدد ٢، ص ص ٢٤٥-٢٧٦
٧. بدر الانصاري (٢٠٠١) إعداد صور عربية لمقياس بيك للياس. مجلة الإرشاد النفسي جامعة عين شمس، العدد الرابع عشر، ص ص ١١٩ - ١٧٢
٨. حسن إبراهيم عبد اللطيف (١٩٩٧) الاكنتاب النفسي دراسة للفروق بين حضارتين بين الجنسين، مجلة دراسات نفسية، مجلد ٧، عدد ١.
٩. حسين علي فايد (١٩٩٨) الفروق في الاكنتاب والياس وتصور الانتحار بين طلبة الجامعة وطالباتها، القاهرة، مجلة دراسات نفسية، مجلد ٨، عدد ١، ص ص ٤١ - ٧٨
١٠. زينب شقير (٢٠٠٢) الشخصية السوية والمضطربة، ط٣، القاهرة: مكتبة النهضة العربية.

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

١١. سامية محمد صابر (٢٠٠٨) فاعلية استخدام العلاج بالفن "الرسم" في التخفيف من الوحدة النفسية لدى عينة من طلاب الجامعة "دراسة كLINيكية - علاجية". مجلة كلية التربية جامعة طنطا، مجلد ٢، عدد ٣٩، ص ص ٤٧٦-٥٤٥
١٢. سعاد بنت محمد بن علي سليمان (٢٠٠٨) العلاقة بين التعرض لأحداث الحياة الضاغطة والاصابة ببعض الامراض الجسمية المزمنة في ضوء بعض المتغيرات الديموجرافية. مجلة البحوث التربوية، عدد ٤، ص ص ١٦١-١٨٩
١٣. سميرة عبد الله كردى (٢٠٠٦) اضطرابات النوم والشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لدى عينة من المسنات في مدينة الطائف، مجلة كلية التربية، جامعة عين شمس العدد ٣٠، ص ص ١٨٧-٢١٣
١٤. سوزان بسيوني وفاروق جبريل (٢٠١١) أحداث الحياة الضاغطة واساليب مواجهتها والقلق والاكتئاب لدى طالبات الجامعة- دراسة مقارنة بين المجتمع المصري والسعودي. المؤتمر الثانوي السادس كلية التربية النوعية بالمنصورة، ص ص ٤٣-٦٨
١٥. سيد عبد العظيم (١٩٩٨) أثر الإرشاد العرفي في خفض الشعور باليأس لدى عينة من المكفوفين. القاهرة، مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، العدد الثامن، ص ص ٢٩٥-٣٢٣
١٦. عبد الباسط خضر ونجوى خليل (١٩٩٩) النموذج السببي للعلاقة بين الخجل والاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية واضطراب القلق المعمم لدى الاطفال في مرحلة الطفولة المتأخرة، مجلة كلية التربية، جامعة المنصورة، عدد ٤٠.
١٧. عبد الرحمن سليمان (١٩٩٤) الضغط النفسي (مفهومه وتشخيصه وطرق علاجه)، ط ١، بيروت.
١٨. عبد الرقيب البحيري (١٩٨٥) مقياس الوحدة النفسية، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية
١٩. عبد الستار ابراهيم (١٩٩٨) الاكتئاب، اضطراب العصر الحديث، الكويت، عالم المعرفة، عدد ٢٣٩
٢٠. عبد الفتاح القرشي (١٩٩٣) الضغوط التي تعرض لها الاطفال الكويتيين خلال العدوان العراقي وعلاقتها بمدى توافقهم النفسي والاجتماعي، الكويت، عالم الفكر، مجلد ٢٢.

٢١. عبد الفتاح محمد دويدار (١٩٩٢) المكونات العاملية والمعالم السيكمترية لمقياس اليأس للأطفال في البيئة المصرية، مجلة دراسات نفسية، ج١، ص ص ٢٥ - ٥٥
٢٢. عصام محمد زيدان (٢٠٠٨) إدمان الانترنت وعلاقته بالقلق والاكتئاب والوحدة النفسية والثقة بالنفس، مجلة دراسات عربية في علم النفس، مصر، عدد ٢، ص ص ٣٧١ - ٤٥٢
٢٣. عماد على مصطفى (٢٠٠٨) أحداث الحياة الضاغطة وأساليب مواجهتها والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة بمصر والسعودية. المؤتمر السنوي الثالث عشر، مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ص ص ٤٢٣ - ٥١٨
٢٤. عمرو عمر (٢٠٠٤) العلاقة السببية بين متغيرات إدارة الحياة وحالة القلق والشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من المراهقين المكفوفين، المؤتمر السنوي الحادي عشر بمركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، ص ص ٨٥٢ - ٨٩٧
٢٥. فاطمة محمود إبراهيم (٢٠٠٥) مدى فاعلية كل من الإرشاد المعرفي والتحكم الذاتي في التخفيف من حدة الشعور بالاكتئاب واليأس لدى تلاميذ الصف الثاني الثانوي (دراسة مقارنة). الجمعية العربية لتكنولوجيا التربية، مؤتمر تكنولوجيا التربية في مجتمع المعرفة، ص ص ٤٢٩ - ٥٠٧
٢٦. ليلى بنت عبد الله المزروع (٢٠٠٣) فاعلية برنامج إرشادي لتنمية المهارات الاجتماعية في تخفيف حدة الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طالبات جامعة أم القرى، مجلة الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، عدد ١٦، ص ص ١٥٣ - ٢٠٦
٢٧. مجدى الدسوقي (١٩٩٨) دراسة لأبعاد الرضا عن الحياة وعلاقتها بعدد من المتغيرات النفسية لدى عينة الراشدين وصغار السن، المجلة المصرية للدراسات النفسية، عدد ٨، ص ص ١٥٧ - ٢٠٠
٢٨. مجدى محمد الدسوقي (٢٠٠٦) الشعور باليأس والعجز وتصور الانتحار لدى عينة من النساء الراشديات المعرضات للإساءة الزوجية، مجلة مركز الإرشاد النفسي، جامعة عين شمس، عدد ٢٠، ص ص ٥٣ - ١٦٠.

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

٢٩. محمد عنبر ووليد أحمد (٢٠٠٩) فعالية الممارسة الترويحية علي تخفيف القلق الاجتماعي والشعور بالوحدة النفسية لدي كبار السن. المؤتمر العليم الدولي الرابع لكلية التربية جامعة اسيوط ، مجلد ٢، ص ص ٢٩٠-٣١٤
٣٠. محمد الصافي عبد الكريم (٢٠١٠). أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة. المؤتمر السنوي الخامس عشر، كلية التربية جامعة عين شمس، ص ص ١١٨-١٤٠
٣١. محمد نبيل عبد الحميد (١٩٩٤) الوحدة النفسية وعلاقتها ببعض سمات الشخصية، دراسة ميدانية على الجنسين من طلبة الجامعة، مجلة دراسات نفسية، مجلد ٣، عدد ٣
٣٢. مفتاح محمد عبد الرحمن (٢٠١١) الفروق بين المدمنين على تعاطي المخدرات والاسوياء في مدى الثقة بالنفس وتقدير الذات والشعور بالوحدة النفسية - دراسة على عينة من المراهقين بليبيا، مجلة دراسات الطفولة، ص ص ١٣٥-١٤٨
٣٣. ممدوحة سلامة (٢٠٠٠) مقدمة في علم النفس، القاهرة، دار النصر للتوزيع والنشر
٣٤. نبيل جمعة النجار وأسماء نايف الصرايرة ومنى أبودرويش (٢٠١١) المساندة الاجتماعية وتقدير الذات والوحدة النفسية وعلاقتها بالتحصيل الدراسي والجنس لدى طلبة كلية العلوم التربوية جامعة مؤتة. مؤسسة مؤتة للبحوث والدراسات، سلسلة العلوم الانسانية والاجتماعية، مجلد ٢٦، عدد ١، ص ص ٢٥٧-٢٩٢
٣٥. هشام إبراهيم عبد الله (١٩٩٨) المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالاكتئاب واليأس لدي عينة من الطلاب والعاملين. المؤتمر الدولي الثاني (الارشاد النفسي للأطفال ذوي الاحتياجات الخاصة الموهوبين - المعاقون) مصر، مجلد ٢، ص ص ٤٧٣-٥١٦
٣٦. وحيد مصطفى كامل (٢٠٠٥) فعالية برنامج إرشادي عقلائي انفعالي في خفض أحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من طلبة الجامعة. مجلة دراسات نفسية، مجلد ١٥، عدد ٤، ص ص ٥٦٩-٥٩٨
٣٧. يوسف موسي مقدادي (٢٠٠٨) الوحدة النفسية وعلاقتها بالاكتئاب لدي عينة من طلبة كلية العلوم التربوية بجامعة آل البيت. البحرين، كلية التربية جامعة البحرين، مجلة العلوم التربوية والنفسية، مجلد ٩، عدد ٣، ص ص ١٧٦-١٩٥ .

38. Abbey, Jennifer; Rosenfeld, Barry; Pessin, Hayley; Breitbart, William (2006) Hopelessness Scale with Terminally ill Cancer Patients. *British Journal of Health Psychology*, 11, 173-183
39. Duke, Naomi; Borowsky, Iris; Pettingell, Sandra; McMorris, Barbara (2011). Examining Youth Hopelessness as an Independent risk correlate for Adolescent Delinquency and Violence. *Journal of Matern Child Health*, 15, 87-97
40. Fisher, Lauren; Overholser, James (2013). Refining The Assessment of Hopelessness: An improved way to look to the future. *Journal of Death Studies*, 37, 212-227
41. Klonsky, David; Kotov, Roman; Bakst, Shelly; Rabinowitz, Jonathan; Bromet, Evelyn (2012). Hopelessness as First Admission Patients Psychosis : A 10 – Year Cohort Study. *Journal of Suicide and Life – Threatening Behavior*, 42, 1, 1-12
42. Lester, David (2012). Defeat and Entrapment as predictors of Depression and Suicidal Ideation versus Hopelessness and Helplessness. *Journal of Psychological Reports*, 111, 2, 498- 501
43. Lilius, Gustavsson; Julkunen, Juhani; Hietanen, Paivi (2007). Quality of Life in Cancer Patients: The role of Optimism, Hopelessness, and Partner Support. *Journal of Quality of Life Research*, 16, 75-87
44. Pinar, Gul (2012). The Strain and Hopelessness in Family Caregivers of Patients with Gynecologic Cancer Receiving Chemotherapy. *International Journal of Hematology*, 22, 3, 170-181
45. Theeke, Laurie (2011). Socio demographic and Health-Related Risks for Loneliness and Outcome Differences by Loneliness Status in a Sample of U.S. Older Adults. *Journal of Research in Gerontological Nursing*, 3, 2, 113-126
46. Tutgun, Aylin; Deniz, Levent; Kimoon, Man (2011). A comparative study of Problematic Internet Use and Loneliness among Turkish and Korean Prospective Teachers. *Journal of Educational Technology*, 10, 4, 14-31
47. Vanhalst, Janne; Luycky, Koen; Teppers, Eveline; Goossens, Luc (2012). Disentangling the Longitudinal relation between Loneliness and Depressive Symptoms: Prospective Effects and the

## العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

intervening role of coping. Journal of Clinical Psychology  
31,8,810-834

### ملحق (١) مقياس اليأس

رقم العبارة	العبارات	دائما	احيانا	نادرا
١	المستقبل يحمل لي كوارث ومصائب			
٢	انا انسان فاشل في حياتي			
٣	لم أحقق أي أمل لي في الحياة			
٤	لا توجد لدى أي رغبة في الكفاح			
٥	سوف تزداد مشاكلي في المستقبل			
٦	أشعر أنني أقل من غيري في كل شيء			
٧	لا توجد فائدة من الكفاح لأن النتيجة الفشل			
٨	أشعر بانخفاض دافعتي لأداء أي عمل			
٩	لا توجد حلول لمشكلات الناس في المستقبل			
١٠	حياتي سلسلة من التجارب الفاشلة			
١١	الاحباط ملازم لي في حياتي			
١٢	حياتي سلسلة من الاحداث المملة			
١٣	لن أحقق أي هدف في المستقبل			
١٤	لا أتذكر أي نجاح حققته في حياتي			
١٥	مهما فعلت فلن أغير أي شيء من حولي			
١٦	أترك نفسي نهبا للظروف			
١٧	أفضل ان أموت في سن صغير خوفا من الغد			
١٨	وجودي يتساوى مع عدم وجودي			
١٩	كل الامور تتساوى النجاح والفشل			
٢٠	أنا انسان سلبي			
٢١	المستقبل مظلم مليء بالألم والحزن			
٢٢	النجاح حلم لن أصل إليه			
٢٣	ليس لدى أي قدرة على تغيير حياتي			
٢٤	أعتمد على الاخرين في تنظيم حياتي			



ملحق (٢) مقياس أحداث الحياة الضاغطة

رقم العبارة	العبارات	دائما	احيانا	نادرا
١	مررت بخبرات فشل في الدراسة			
٢	أعتقد أنني انسان فاشل اسريا			
٣	علاقاتي الاجتماعية محدودة			
٤	مررت بخسائر مالية			
٥	أنا غير راضى عن تخصصى الدراسى الحالى			
٦	أسرتى فى حالة من الشجار المستمر			
٧	أمر بالعديد من المشكلات مع أصدقائى			
٨	لم أحقق أهدافى لضعفى المالى			
٩	أعجز عن تحقيق النجاح الدراسى			
١٠	علاقاتى بافرد أسرتى سيئة			
١١	أنا غير راضى عن علاقتى بالآخرين			
١٢	ما معى من مال لا يسد احتياجاتى			
١٣	أنا أقل من زملائى فى التحصيل الدراسى			
١٤	اجتماعى مع أفراد أسرتى امر صعب			
١٥	علاقاتى بجيرانى تكاد تكون معدومة			
١٦	أعانى من ضوابط مالية شديدة			
١٧	لا أجد أى مبرر للدراسة وتحصيل العلم			
١٨	لا أشارك أفراد اسرتى فى الاعياد والمناسبات			
١٩	لا أستطيع الاحتفاظ بالاصدقاء			
٢٠	لا أستطيع أن أوفر لنفسى حياة كريمة			
٢١	أرغب فى عدم أكمل دراستى الجامعية			
٢٢	أتمنى لوكانت لى أسرة غير أسرتى هذه			
٢٣	أعانى حرمان من العلاقات الناجحة			
٢٤	ليس لى فرصة لزيادة دخلى			

العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور باليأس والوحدة النفسية

ملحق (٣) مقياس الوحدة النفسية

رقم العبارة	العبارات	دائماً	احياناً	نادراً
١	أفقد مشاعر الحب الصادقة في الحياة			
٢	أعيش وحيداً			
٣	لا أتحدث كثيراً مع الآخرين			
٤	لا أجد من يحنو علي ويحبنى			
٥	أشعر بالعزلة والوحدة والوحشة			
٦	أعيش في عالم خاص بي ليس فيه غيري			
٧	حياتي جافة تخلو من العواطف المتبادلة			
٨	أواجه أصعب الظروف وحدي			
٩	أشعر ان العالم من حولي غير حقيقي			
١٠	أشك من غياب المشاعر الايجابية بين الناس			
١١	أفقد دفة العلاقات الاجتماعية			
١٢	أشعر انني منبوذ من الآخرين			
١٣	لا أجد من اعبر له عن شعوري بأمان			
١٤	أعاني من نقص الاصدقاء			
١٥	لا يفهمني الآخرون بسهولة			
١٦	أشعر بعدم الرضا والسعادة			
١٧	علاقاتي باهلي واقاربي ضعيفة			
١٨	لا توجد لغة حوار بين وبين الناس			

## The relationship between Stressful Life Events, Hopelessness, and Lonelessness for Sample of University students.

### Summary:

The study tries to investigate the relationship between stressful life events, hopelessness and Lonelessness, and explore the differences between male and female in the study variables. The study sample consisted of (147) university students. The results indicated that there were positive relationship between the study variables, and there were no differences between male and female in the study variables.

### Key words:

Stressful life events  
Hopelessness  
Lonelessness