وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة غرداية
كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية
قسم علم النفس
شعبة : علم النفس المدرسي

العنوان:

الاغتراب النفسي وعلاقته بفاعلية الذات لدى المراهقين المستعملين لوسائل التواصل الاجتماعي

دراسة ميدانية لدى تلاميذ ثانوية شاذلي بن جديد –سبسب

مذكرة مقدَّمة لاستكمال متطلبات نيل شهادة الماستر في علم النفس

تخصص: علم النفس المدرسي

من إعداد الطالب:
❖ جقاوة بلقاسم

تحت إشراف الدكتور:
د/ جديد عبد الحميد

أعضاء لجنة المناقشة

الاسم واللقب	الدرجة العلمية	المؤسسة	الصفة
تامتلت براهيم	دكتور	جامعة غرداية	رئيساً
حروز حروز	دكتور	جامعة غرداية	مناقشاً
جديد عبد الحميد	دكتور	جامعة غرداية	مشرفا مقرراً

السنة الجامعية: 2021م / 2022م – 1442هـ / 1443هـ

بسم الله الرحمن الرحيم

إهداء

أهدي هدا العمل إلى روح أمي وأبي الطاهرة .....

إلى إخوتي وأخواتي تقديرا واحتراما وخاصتا الأخ الأكبر محمد الذي كان دوما سندا ومحبا إلى العلم و طالب العلم.

إلى زوجتي وأبنائي الأعزاء محمد الصديق وعبد الكريم ودعاء وحسام.

و إلى زملائي في علم النفس إلي أساتذتي نذكر منهم د.بقادير عبد الرحمان – د.جديد عبد الحميد – د.اولاد سيدي عمر صالح –

إلى كل من ساهم في هذا البحث المتواضع من قريب أو من بعيد سائلا المولى عز وجل أن يتقبله منا وينفعنا به إنه نعم المولى ونعم النصير

إلى كل طلاب العلم.

إلى كل من ساعدنا في إعداد هذا العمل المتواضع الذين ذكرتهم أم لم أذكرهم

جقاوة بلقاسم

شكر وعرفان

قال الله تعالى: "لئن شكرتكم لأزيدنكم ولئن كفرتم إن عذابي لشديد"
سورة إبراهيم الاية 07)

نحمد الله عز و جل ونشكره على عونه في انجاز هذا البحث المتواضع. و نتقدم بشكرنا الخالص من أعماق قلبي إلى الأستاذ الدكتور الفاضل: جديد عبد الحميد على نصائحه وتوصياته وتوجيهاته السديدة التي قدمها لنا خلال مرحلة الإشراف. وكما نتقدم بشكري هذا إلى كافة الأسرة الجامعية بغرداية وخاصة كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية من أعلى هرمها إلى قاعدتها وكذالك الإدارة التي قدمت لنا التسهيلات ونشكر الأساتذة : د.جديد عبد الحميد و د.بقادير عبد الرحمان ود. اولاد حيمودة جمعة وجميع اساتدتنا في قسم علم النفس الذي كانوا دوما سندا لنا في نصائحهم وتوجيهاتهم لناكما نتقدم بشكرنا إلى مدير ثانوية الشاذلي بن جديد سبسب ومراقبيها و إداريها وأساتذتها الأفاضل على ما بذلوه من جهد ومساعدتنا في الدراسة وتطبيق مقياس الاغتراب النفسي

وفاعلية الذات .وأتقدم بالشكر إلى التلاميذ الذين وافقوا وتعاونوا على انجاز المقاييس و أظهروا كل الانضباط والاهتمام والتعاون خلال تنفيذ المقياس

كما نتقدم بخالص شكرنا وعظيم امتنانا لكل من مد لنا يد العون والمساعدة في هذه الدراسة

وأخيرا أسأل الله أن يوفقنا إلى ما فيه خير الدنيا والآخرة ويجعل هذا العمل

جقاوة بلقاسم **خالصا لوجهه الكريم**

– ملخص الدراسة:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف على مظاهر الاغتراب النفسي وعلاقته بفاعلية الذات لدى تلاميذ المرحلة الثانوي ، بثانوية شاذلي بن جديد سبسب، حيث تكونت العينة من (145) تلميذ وتلميذة ، واستخدم مقياس للاغتراب النفسي من إعداد الدكتورة زينب الشقير ، ومقيا س فاعلية الذات ،وقد تمت المعالجة الإحصائية بواسطة الحزمة(SPSS22.0)

وتوصلت الدراسة إلى النتائج التالية :

- توجد علاقة بين الاغتراب النفسي وفاعلية الذات لدى المراهقين المستعملين لوسائل التواصل الاجتماعي.
- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجات الاغتراب النفسي تعزى لمتغيري (الجنس والمستوى التعليمي)
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات فاعلية الذات تعزى لمتغيري(الجنس والمستوى التعليمي).
- الكلمات المفتاحية: الاغتراب النفسي. فاعلية الذات. مواقع التواصل الاجتماعي المراهقين.

Résumé

This study aimed to identify the manifestations of psychological alienation and its relationship to self-efficacy among secondary school students, at Shazli Bin Jadid Sebseb High School, where the sample consisted of (145) male and female students, and a measure of psychological alienation was used by Dr. Statistical processing was done by the package (SPSS22.0). The study reached the following results: There is a relationship between psychological alienation and self-efficacy among adolescents who use social media. There are no statistically significant differences in the degrees of psychological alienation due to the two variables (gender and educational level). There are no statistically significant differences in the degrees of self-efficacy due to the two variables (gender and educational level).

Keywords: alienation. Self-efficacy. Social networking sites. Teenagers.

فهرس المحتويات

قائمة المحتويات

العنوان	الصفحة
شكر	أ
الإهداء	ب
الملخص	ج
قائمة المحتويات	د
قائمة الجداول وقائمة الملاحق	و
المقدمة	1
الفصل الأول: إشكالية الدراسة واعتباراتها	
الإشكالية	5
التساؤلات	7
الفرضيات	7
دواعي اختيار البحث	8
أهمية الدراسة	9
أهداف الدراسة	9
التعريف الإجرائي للدراسة	10
الدراسات السابقة	11
الفصل الثاني: الاغتراب النفسي	
مفهوم الاغتراب النفسي	22
الاغتراب النفسي وبعض المفاهيم المشابهة	25
أبعاد الاغتراب النفسي	25
أنواع الاغتراب النفسي	28

المقاربات النظرية للاغتراب النفسي	31
الأسباب و العوامل المؤدية للاغتراب النفسي	34
أعراض الاغتراب النفسي	36
خلاصة الفصل	37
الفصل الثالث: فاعلية الذات	
مفهوم فاعلية الذات	38
أبعاد فاعلية الذات	40
مكونات فاعلية الذات	41
خصائص فاعلية الذات	42
مظاهر فاعلية الذات	43
العوامل المؤثرة في فاعلية الذات	46
التطبيقات التربوية لنظرية باندورا	47
النظريات المفسرة لفاعلية الذات	48
الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية	
تمهيد	54
منهج الدراسة	54
مجتمع الدراسة	54
حدود الدراسة	55
عينة الدراسة الأساسية	55
اداة الدراسة	56
الخصائص السيكومترية للمقياس	59
الأساليب الإحصائية المستعملة	61
الفصل الخامس : عرض وتحليل النتائج	

تمهيد	61
عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى	63
عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية	64
عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة .	66
عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة	67
عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة	68
الاستنتاج العام	71
قائمة المراجع	74
الملاحق	79

قائمة الجداول:

الرقم	العنوان	صفحة
01	توزع أفراد المجتمع الأصلي للعينة بحسب متغير الجنس.	53
02	توزع أفراد المجتمع الأصلي للعينة بحسب متغير المستوى التعليمي	53
03	الأساتذة المحكمين للمقياس	55
04	توزيع درجات مقياس الاغتراب النفسي على فئات الاجابة	56
05	توزيع درجات مقياس فاعلية الذات على فئات الاجابة	57
06	يبين نتائج صدق المقارنة الطرفية مقياس الاغتراب النفسي.	57
07	يبين نتائج ألفا كرونباخ ثبات مقياس الاغتراب النفسي.	58
08	يبين نتائج صدق المقارنة الطرفية مقياس فاعلية الذات.	58
09	يبين نتائج ألفا كرونباخ ثبات مقياس فاعلية الذات.	59
10	العلاقة بين الاغتراب النفسي وفاعلية الذات لدى عينة الدراسة.	61
11	الفرق في درجات الاغتراب النفسي حسب الجنس.	62
12	الفرق في درجات الاغتراب النفسي حسب مستوى التعليمي.	64
13	الفرق في درجات فاعلية الذات حسب الجنس.	65
14	الفرق في درجات فاعلية الذات حسب المستوى التعليمي.	67

قائمة الأشكال:

الرقم	الشكل	صفحة
01	مبدأ الحتمية المتبادلة	50
02		
03		
04		
05		
06		

المقدمة

مقدمة :

يعد الاغتراب من الظواهر التي تنشأ مع الإنسان وتلازمه في جميع العصور القديمة والحديثة والمعاصرة، حيث تختلف هذه الحالة من فرد إلى آخر، حسب طبيعة الظروف التي يعيشها داخل البيئة المجتمعية التي ينتمي إليها، وتكون مقبولة في بعض الأحيان وسلبية في أحيان أخرى، واعتبره أصحاب الفكر والباحثون من الظواهر الإنسانية المهمة والتي لها أبعاد مختلفة على جميع النواحي النفسية والاجتماعية والاقتصادية، حيث تختلف حدته حسب مدى توفر العوامل المسببة للاغتراب لدى الفرد. ويرى الوقفي (1998) أن الإنسان قد يشعر في كثير من الأحيان بالاغتراب، مع أنه متواجد ضمن المجتمع، ويقيم علاقات إنسانية طبيعية ومتوازنة، إلا أنه يشعر في مواقف عديدة بعدم الارتياح، والرضا عن النفس، وانخفاض في التحصيل الأكاديمي، وعدم الرضا عن الحياة، مما يشعر نفسه غريباً عن ذاته، بالإضافة إلى شعوره بالضعف في قدراته وعجزه عن تحقيق الأهداف المرجوة مما يؤدي إلى لوم نفسه واتهامها بالتقصير.

والإنسان المغترب كما يوضح مخلوف وبنات (2005) لا يشعر بفاعليته ولا أهميته ولا وزنه في المجتمع الذي يعيش فيه، حيث يرى أنه عديم التأثير في المواقف الاجتماعية التي يتفاعل معها، بالإضافة إلى شعوره بأنه يفتقر إلى من يرشده أو يوجهه نفسياً واجتماعياً، ويشعر كذلك أن القيم الاجتماعية التي يخضع لها أنها أصبحت نسبية ومتناقضة وغير واضحة المعالم، وتتغير بشكل دائم ومستمر، مما يؤدي إلى شعور المغترب بأنه لا يحقق ذاته ولا يشعر بسعادة فيها ويتجه تبعا لذلك إلى العزلة والنفور من الذات. واهتم عدد كبير من الباحثين بموضوعي الاغتراب وفاعلية الذات، لما لهما من آثار كبيرة على حياة الأفراد. وحدد الأشول (1987) عوامل اغتراب الطلبة في غياب القيم الدينية والإنسانية والاجتماعية لديهم، والفجوة الكبيرة بين أفكار وثقافة الشباب والكبار من حولهم، وعدم قدرة الشباب على تحقيق ذواتهم، وبالتالي عدم قدرتهم على تقبل ذواتهم، وعدم إحساس الشباب بالمساواة والحرية والمسئولية الاجتماعية سواء عن أنفسهم ومصائرهم المستقبلية، إضافة إلى التناقضات الكبيرة الموجودة داخل المجتمع من حولهم، وكذلك افتقاد الشباب والمراهقين لمعنى وجودهم في هذه الحياة، لافتقادهم مبادئ وأهداف الحياة التي يعيشونها.

ويرى Silverman (1997) أن المشكلات السلوكية والانفعالية التي يتعرض لها الأطفال الموهوبين غالبا ما تكون ناتجة عن عدم التكافؤ بين القدرات الانفعالية

والاجتماعية للطفل الموهوب وقدرته العقلية والمعرفية، ويرجع السبب في ذلك أن النمو الاجتماعي والانفعالي للموهوبين، يسير بمعدل أبطأ من النمو العقلي.

ويرى Santrock (2003) أن التربية الصحيحة في مرحلتي الطفولة المبكرة والمراهقة، يكون لها تأثير إيجابي فتنمو الشخصية الإنسانية، وتؤدي الأسرة دوراً أساسياً في عملية التنشئة الاجتماعية، فالطريقة التي يتبعها الآباء في تربية أبنائهم ويكون لها تأثير مباشر في تقدير شخصية الطفل لذاته، حيث وجد أن الآباء الذين يتمتعون بقدر عال من فاعلية الذات، ينعكس ذلك وبشكل إيجابي على شخصية أبنائهم، باختلاف الآباء الذين يكون الفاعلية لذواتهم منخفضاً بحيث ينعكس سلبياً على أبنائهم، إضافة إلى ذلك نجد أن الأطفال الذين يعيشون في أسر تتمتع بالدفء الأسري والمسئولية الاجتماعية في تربية أبنائهم، ينعكس ذلك إيجابياً على فاعلية الذات لأبنائهم مستقبلا. (مجلة كلية التربية، 2015) .

وإدراكا لأهمية الموضوع ارتأيت تسليط الضوء على العلاقة بين الاغتراب النفسي وعلاقته بفاعلية الذات لدى التلاميذ المراهقين المستعملين لوسائل التواصل الاجتماعي في مرحلة الثانوي

حيث شملت دراستي على جانبين

* الجانب النظري : يحتوي على :

– **الفصل الاول** : تم فيه عرض مشكلة الدراسة وتحديد تساؤلات الدراسة وصياغة الفرضيات بالإضافة الى أهمية واهداف الدراسة وتحديد التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة ،إضافة إلى عرض الدراسات السابقة.

– **الفصل الثاني** : تطرقت فيه إلى مختلف مفاهيم الاغتراب النفسي وبعض المفاهيم المشابهة ، وأبعاد وأنواع الاغتراب والمقاربات النظرية للاغتراب النفسي، والأسباب والعوامل المؤدية للاغتراب وأعراضه.

–**الفصل الثالث** : احتوى على مفهوم فاعلية الذات، النظريات المفسرة لفاعلية الذات، أبعاد وخصائص ومظاهر والعوامل المؤثرة في فاعلية الذات .

الجانب التطبيقي : يحتوي على :

– **الفصل الرابع** :يحتوي على إجراءات الدراسة الميدانية ،منهج الدراسة ،مجتمع الدراسة ،حدود الدراسة، الدراسة الاستطلاعية، أداة الدراسة، الصدق والثبات، عينة الدراسة الأساسية، الأساليب الإحصائية المستعملة.

-**الفصل الخامس**: وهو مخصص إلى عرض أهم النتائج المتوصل لها وذلك من خلال الاجابة على التساؤلات والفرضيات ومناقشتها في ضوء الدراسات السابقة والتوصل الى ملخص عام للدراسة والمقترحات التي تم استخلاصها .

الفصل الأول

إشكالية الدراسة واعتبارها

1. إشكالية الدراسة.
2. تساؤلات الدراسة.
3. فرضيات الدراسة.
4. دواعي اختيار البحث
5. أهمية الدراسة.
6. أهداف الدراسة.
7. التعريف الإجرائي للدراسة.
8. الدراسات السابقة

1- الإشكالية الدراسة:

إن الاغتراب من المصطلحات التي يكثر استخدامها في العلوم الإنسانية ،وخاصة في علم النفس وعلم الاجتماع وهذا المصطلح يعاني من التباين و الاختلاف في مفهومه بحسب اختلاف العلماء والباحثين، فالاغتراب النفسي من الظواهر التي أخذت في التزايد بين الأفراد بوجه عام والمراهقين بوجه خاص ،ذلك أن مرحلة المراهقة هي البحث عن الذات والهوية حيث يتعرض المراهق فيها إلى العديد من عوامل التأثر والقلق والتغيرات والانحرافات المزاجية وعدم الثبات والكثير من الاضطرابات ،حيث يكون الاغتراب النفسي أحد هذه الاضطرابات، ويؤدي عدم التوافق هذا إلى تقوقع بعض المراهقين حول ذاتهم كما يبدو على آخرين منهم إلى الجدل والعناد وسرعة الغضب والخجل وتلك السمات في مجملها تدفع بالمراهقين إلى استعمال شبكات التواصل الاجتماعي والتي انتشرت بشكل كبير وسريع بين المستخدمين على مستوى العالم، مما أدى إلى كسر الحدود الجغرافية والأعراف والتقاليد وجعله يبدو كقرية صغيرة تربط أبناءه ببعضهم البعض وتتمثل هذه الشبكات في العديد من المواقع والبرامج التي ظهرت مع الجيل الثاني.

منها على سبيل المثال لا الحصر البريد الالكتروني ، فيسبوك ، تويتر، انستغرا م ، يوتيوب وغيرها من مواقع وبرامج التواصل الاجتماعي الآخذة بالانتشار بين المستخدمين بل أصبحت مقصدا شبه أساسي من قبل الجميع خاصة فئة المراهقين في مستوى التعليم الثانوي و الذي شكل الفضاء الأنسب لاحتضان هذه الأنماط الاتصالية الجديدة كونها أتاحت العديد من التطبيقات والوظائف التي تتناسب مع حاجاته وميوله وتستجيب لرغباته وطموحاته.

إن دخول الانترنت كتكنولوجية اتصال جماهيري حديثة في الوطن العربي عموما وفي الجزائر خصوصا، في العشرية الأخيرة أصبح من الملاحظ(المشاهدة)، فقد تسلل الانترنت إلى البيوت الجزائرية وفرض وجودها على أفراد أسرها دون أية رقابة، و لم يعد أيا كان منها أن يعيش من دونها فتنوعت استعمالاته بين طبقات المجتمع وفئاته، ونظرا لطبيعة هذه الوسيلة ذات تأثير استحواذي كبير وذلك لاعتبارات عدة مرتبطة بطبيعة الانترنت كوسيلة تفاعلية مقروءة ومسموعة ومرئية في آن واحد؛ وهذا ما يميزها عن باقي الوسائل الإعلامية والاتصالية، ضف إلى توفير اختيارات غير محددة من المضامين المتنوعة والمتوفرة على هذه الشبكة العنكبوتية

و التي تخاطب العقل والغرائز والحاجات وقدرة زوار مواقعها على استخدامها في أي وقت وإمكانية الاحتفاظ بالمواد التي يرغبون فيها، كما أن العديد من المواقع الأكثر استخداما يتم إدارتها باحترافية ويتم إعداد رسائلها بحيث تجذب زائريها، مما جعل من هذه العوامل مجتمعة ومكونة عناصر قوة لتحقيق الانترنت تأثيراته في الشباب والمراهقين ،خاصة وأن فئة المراهقين هي الأكثر استعمالا للشبكة العنكبوتية.

و حسب دراسة لعبد الله غامدي (2009) حول تردد المراهقين على مقاهي الانترنت وعلاقتها بالمشكلات النفسية و التي خلصت نتائجها إلى تزايد أعداد ونسب المراهقين المستخدمين للأنترنت حيث بلغت نسبة المراهقين الذين يستخدمون الانترنت بشكل دائم 38) (%وتصبح هذه النسبة مضاعفة إذا أضيف لها نسب الذين يستخدمون الانترنت أحيانا، لتصل إلى(% 88) ، كما وجدت مريم أعلي (2014) في دراستها بعنوان الآثار الاجتماعية لاستخدام الانترنت بالإمارات أن معظم الشباب من الذكور والإناث الذين يستخدمون الانترنت كما خلصت حسنة قيدوم (2001-2002) في دراستها بعنوان الانترانت واستعمالاتها بالجزائر العاصمة إلى أن أغلب المستعملين من فئة الشباب من (21 إلى 30 سنة) ،كما اعتبرت شريحة الجزائريين الذين تتراوح أعمارهم ما بين 15 و 19 سنة الأكثر استعمالا للانترنت في الجزائر مما يمثل 72 بالمائة من المستعملين على المستوى الوطني حسب دراسة أ عدتها شركة ،أعمار ريزرش اند كونسولتينغ في سنة 2013. (صافة امينة،2015،ص17).

وحددت نتائج دراسة سابقة واحدة أبعاد تطوير الذات عبر مواقع التواصل الاجتماعي في: الكفاءة الذاتية والثقة بالنفس والاتصال الفعال والمساهمة المجتمعية النشطة (Lee & Horsley, 2017) وأشارت نتائج هذا البحث إلي ثلاثة أهداف رئيسية لتطوير الذات تتسق وتلك الأبعاد، وهي أهداف تطوير الذات المهنية والمهارية والاجتماعية، وأضافت هدف أخر يشير إلي بُعد جديد لتطوير الذات، وهو هدف تطوير الذات المعرفية.

واتفقت دراسات سابقة عديدة في وضوح دور مواقع التواصل الاجتماعي في تطوير الذات المهنية داخل بيئات وثقافات مختلفة مثل: نيجيريا (Anasi, 2018) وباكستان (Khan & Du, 2017) وأمريكا(Yang & Brown, 2016) (Anders, 2018) والصين (Song et al., 2017) (Bromberg, 2016) ورصدت نتائج هذا البحث عدة استخدامات لتطوير

الذات المهنية عبر مواقع التواصل الاجتماعي داخل بيئتين بحثيتين عربيتين، هما: البيئة المصرية والبيئة السعودية، ومن هذه الاستخدامات: نشر الإنجازات عبر الحسابي الشخصي، واكتشاف الإيجابيات والسلبيات، واقتباس الأفكار الجديدة، والبحث عن دورات تدريبية، ومتابعة ما ينشره الزملاء.

و بينت نتائج دراسة سابقة واحدة تنوع وسائل التواصل الاجتماعي من حيث درجة تأثير كل منها في حجم رأس المال النفسي لدي مستخدميها (Simsek & Sali, 2014)وبينت أيضاً نتائج هذا البحث تباين تأثيرات استخدام مواقع التواصل الاجتماعي لتحقيق أهداف تطوير الذات علي تشكيل رأس المال النفسي لدي ممارسي العلاقات العامة بالمؤسسات الحكومية المصرية والسعودية. (اسلام أحمد عثمان،2019،ص481)

لذا تتمحور مشكلة هذه الدراسة من خلال الإجابة على السؤال التالي :ما علاقة الاغتراب النفسي بفاعلية الذات لدى تلاميذ ثانوية الشاذلي بن جديد بسبسب المستعملين لوسائل التواصل الاجتماعي؟

وينبثق من هذا التساؤل الرئيسي الأسئلة الفرعية التالية:

2- تساؤلات الدراسة:

- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاغتراب النفسي وفاعلية الذات لدى المراهقين المستعملين لوسائل التواصل الاجتماعي بثانوية سبسب؟
- التساؤلات الفرعية:
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاغتراب النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاغتراب النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير المستوى الدراسي؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات فاعلية الذات لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات فاعلية الذات لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير المستوى الدراسي؟

3- فرضيات الدراسة:

- **هل** توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاغتراب النفسي وفاعلية الذات لدى المراهقين المستعملين لوسائل التواصل الاجتماعي بثانوية سبسب؟

الفرضيات الفرعية:

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاغتراب النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاغتراب النفسي لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير المستوى الدراسي
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات فاعلية الذات لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير الجنس
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات فاعلية الذات لدى عينة الدراسة تعزى إلى متغير المستوى الدراسي

4- دواعي اختيار البحث :

أسباب موضوعية:

- الشكاوي المتكررة من طرف الأولياء والمعلمين حول تأثيرات استعمال الانترنت.
- التحسيس بالمشاكل التي تنجم عن استعمال الانترنت من طرف المراهقين الجزائريين.
- محاولة مساعدة الأسر وخاصة الأولياء في متابعة أبناءهم وخاصة المراهقين في استعمال هذه التكنولوجيا.
- التعرف على العوامل التي تتدخل في هذه التأثيرات التي يحدثها استعمال الانترنت.

أسباب ذاتية :

- طبيعة اختصاصي والعمل في قطاع التربية مما يتوجب عليا توضيح الاغتراب بفاعلية الذات والكشف عن أثار تقنية حديثة أصبحت تستعمل بكثرة من طرف فئة جد حساسة وهي المراهقة .
- الانعكاسات السلبية على فئة المراهقة نتيجة الاستخدام المفرط لشبكة الانترنت .

- الحاجة إلى القيام بدراسة موضوعية حول الموضوع لتوضيح الحلول والإجراءات التي تحد من هذه الظاهرة التي أصبحت تشكل ناقوس الخطر باتت تهدد كل تلميذ في مدرسته وأسرته ومجتمعه.

5- أهمية الدراسة:

- حظيت ظاهرة الاغتراب النفسي اهتمام عدد كبير من الباحثين فاهميتها بالنسبة لكل الناس تختلف عن أهميتها لدى التلاميذ المراهقين الذي لديه حب الظهور والبروز وهذا ما ينتج عنه الفراغ النفسي.

- أهمية المرحلة الثانوية لها دور ملقى على عاتق التلميذ باعتباره فرد مسئول في المجتمع فهو يسعى محاولاً لإثبات ذاته للمحيطين به بأنه فرد فعال في المجتمع.

انتشار ظاهرة الاغتراب في المجتمعات الجزائرية مواكبة للتطور التكنولوجي السريع فجاءت الدراسة الحالية لتوضيح جوانبها النفسية والاجتماعية ود راستها في مجتمعنا في هذا الوقت الذي كثرت متطلبات الحياة فيها وزادت تعقيداتها، بحيث أدى ذلك إلى عجز الفرد عن مواجهة هذه التغيرات الكثيرة، لتجعله يتجه نحو ذاته أو ينعزل عن الآخرين يعيش من خلالها في عالم نسجه من خياله ليشبع فيه تلك المتطلبات التي فشل في إشباعها في العالم الحقيقي.

- تسليط الضوء حول ظاهرة الاغتراب النفسي لدى تلاميذ الثانوي للتقليل من انتشاره والوصول بالتلميذ إلى أعلى درجة من التوافق الاجتماعي والأكاديمي.

- تسليط الضوء في هذه الدراسة على كل فئات المراهقين وطبيعة الجنس والمستوى والتي قد تكون سبباً في انتشار الاغتراب في المدرسة الجزائرية.

-.يفتح البحث الحالي أبعاداً بحثية كثيرة لدراسات مستقبلية ذات علاقة ببناء برامج إرشادية وتعليمية للتخفيف من حدة ظاهرة الاغتراب النفسي ورفع سوية التحصيل الدراسي، ودراسة الآثار النفسية التي خلفتها ظاهرة الاغتراب النفسي.

6- أهـــداف الـــدراسة :

يهدف البحث الحالي إلى:

- العلاقة بين الاغتراب النفسي وفاعلية الذات لدى التلاميذ المراهقين المستعملين لوسائل التواصل الاجتماعي بثانوية الشاذلي بن جديد -بلدية سبسب-.

- تعرف مدى انتشار الاغتراب النفسي وفاعلية الذات وأبعاده الفرعية بين مستوي التلاميذ المراهقين المستعملين لوسائل التواصل الاجتماعي.بثانوية الشاذلي بن جديد —بلدية سبسب-

- تعرف إلى دلالة الفروق بين متوسطات الدرجات على مقياس الاغتراب النفسي وفاعلية الذات تبعاً (لمتغيرات البحث) الجنس— المستوى.

-التعرف إلى تأثير كل أبعاد مقياس الاغتراب النفسي وفاعلية الذات على درجة استعمال وسائل التواصل الاجتماعي

7- التعاريف الإجرائية

الاغتراب النفسي :هو حالة يشعر فيها الفرد بأن ذاته غير حقيقة وحالة يفقد فيها الفرد الوعي بالعمليات النفسية الداخلية، واغتراب الإنسان يرجع إلى فشله في إيجاد معنى وهدف لحياته بالشعور بالفراغ النفسي من خلال فقدان الثقة بالذات والإحساس بالملل والضياع.

- هو شعور الفرد بأنه غريب عن المجتمع الذي يعيش فيه، وعاجز عن تحقيق ما يريده ويرفض القيم والمعايير

هو ما يعانيه التلميذ ذو الهوية الافتراضية من مظاهر مثل العزلة الاجتماعية، وعدم الالتزام بالمعايير(اللامعيارية) والعجز وفقدان المعنى (اللامعنى) والتمرد من خلال ما تدل عليه الدرجة الكلية التي يحصل عليها التلميذ على مقياس الاغتراب النفسي للباحثة زينب شقير.

-فاعلية الذات :(**Self- Efficacy**):

مقدرة الفرد على أداء السلوك الذي يحقق نتائج مرغوبة في موقف معين، والتحكم في الأحداث التي تؤثر في حياته، وإصدار التوقعات الذاتية عن كيفية أداء المهام،

والأنشطة التي يقوم بها، والتنبؤ بمدى الجهد، والمثابرة المطلوبة لتحقيق ذلك النشاط أو العمل. (Bandura, 1986, 486).

ويرى هالين ودانهيز(Hallin & Danaher 1994) أن فاعلية الذات هي ثقة الأفراد فيما يتعلق بقدرتهم على الأداء في المجالات المتنوعة ويكون لدى الفرد أكبر معرفة بنفسه إذا كانت لديه القدرة على إنجاز الهدف ويرى كيرنش1985) ان فاعلية الذات تعني ثقة الشخص في

قدرته على إنجاز السلوك بعيد اً عن شروط التعزيز، ويؤكد باندورا تصورات الأفراد لفاعليتهم الذاتية هي أكثر التصورات تأثيراً في حياتهم اليومية وأكثر تأثيرا في اختيارهم فيكونوا إما سلبيين أو إيجابيين في تقييمهم لذاتهم ولذا يصبح الأفراد إما ناجحين إذا امتلكوا فاعلية ذات مرتفعة أو مكتئبين إذا امتلكوا فاعلية ذات منخفضة . (Bandura, 1982,122).

المراهقة :

هي مرحلة حرجة في حياة الفرد مليئة بالصراعات والضغوط الاجتماعية، والمراهقة كمرحلة نمو لا تعد مرحلة مشكلات بل هي مرحلة نمو عادي حيث تعد المرحلة التي يبدأ فيها المراهق في البحث عن ذاته وتحقيقها واكتشاف القيم (زينب محمود، 1993)

– التعريف الإجرائي :

هي مرحلة انتقالية بين الطفولة والرشد يمر الفرد خلالها بالعديد من مظاهر النمو المختلفة تمتد من سن الثانية عشر من العمر إلى الحادية والعشرين.

- التعليم الثانوي :

هو ذلك التعليم الذي يتوسط النظام التعليمي ويقابل مرحلة المراهقة أي أهم مراحل النمو عند الإنسان ويمتد من انتهاء التعليم المتوسط وينتهي عند مدخل التعليم العالي.

8- الدراسات السابقة للاغتراب والمشابهة

الدراسات العربية :

الدراسة رقم 01 :دراسة الكندري (1998) دراسة حول المدرسة والاغتراب الاجتماعي لدى طلاب التعليم الثانوي في دولة الكويت، وتكونت عينة الدراسة من (1057) تلميذ وتلميذة، وتوصلت نتائج هذه الدراسة إلى شعور التلاميذ بالاغتراب الاجتماعي بدرجة متوسطة، خاصة على بعد الشعور بفقدان القيم، وأن الإناث أكثر إحساسا بالاغتراب من الذكور، وأن الطلبة في الصفوف العليا أقل إحساسا بالاغتراب من أولئك الذين هم في الصفوف الدنيا، إلى جانب التباين في الاغتراب بين المناطق التعليمية.

(مجلة جامعة الازهر،2015،ص119)

الدراسة رقم 02:دراسة بلعابد عبد القادر(2014) الجزائر:

عنوان الدراسة :الاتجاه نحو العنف وعلاقته بالاغتراب لدى الشباب في ضوء متغيري الثقافة

والجنس.

أهداف الدراسة :كشف العلاقة بين الاتجاه نحو العنف والشعور بالاغتراب في ضوء متغيري الثقافة والجنس لدى طلبة العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة وهران.

منهج الدراسة :استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة :تكونت عينة الدراسة من (227) طالباً وطالبة من جامعة وهران لصالح الذكور.

أدوات الدراسة :استخدم الباحث أداة للكشف عن الاتجاه نحو العنف وأخرى للكشف عن الاغتراب العام من إعداد الباحث.

أهم نتائج الدراسة:

-توجد فروق بين أفراد العينة في الشعور بالاغتراب لدى طلبة جامعة وهران بحسب الجنس وكانت الفروق لصالح الذكور.

-توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الاغتراب والاتجاه نحو العنف لدى الشباب.

-توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الاغتراب والاتجاه نحو العنف لدى شباب الشمال الذكور.

-لا توجد علاقة ارتباطيه دالة إحصائيا بين الاغتراب والاتجاه نحو العنف لدى إناث الشمال.

(بلعابد عبد القادر،2014)

الدراسة رقم 03: دراسة مريم مراكشي بسكرة –الجزائر2014 –

بعنوان : استخدام شبكات التواصل الاجتماعي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين(الفيس بوك نموذجا) دراسة على عينة من طلبة جامعة بسكرة، مذكرة ماجستير في علم النفس ، تخصص علم النفس العيادي، جامعة محمد خيضر بسكرة. هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعي الفيسبوك والشعور بالوحدة النفسية ود راسة الأثر المحتمل لكل من المتغيرات التالية :الجنس، والسن. اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي ألارتباطي التحليلي، وثم تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة في مقياس استخدام موقع" الفيس بوك "من إعداد الباحثة، ومقياس الشعور بالوحدة

النفسية (UCLA) لمعده الأصلي راسيل 1996 وترجمة الباحثة، على عينة تكونت من (240) طالب وطالبة.

وكشفت الدراسة على النتائج التالية:

-يقضي الطلبة الجامعيون معظم وقتهم في استخدام موقع" فيس بوك "خاصة في أوقات فراغهم فأغلبهم يتصفح موقعه أكثر من ثلاث ساعات يوميا.

-أكثر المجالات التي يفضلها الطلبة الجامعيون على موقع" الفيس بوك "هو الدردشة والتواصل مع الأصدقاء.

-توجد علاقة ارتباطيه موجبة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعي" فيس بوك" والشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين.

-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات استخدام" الفيس بوك "لدى الطلبة الجامعيين تبعا لمتغير الجنس (ذكور -انات) .

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات استخدام" الفيس بوك "لدى الطلبة الجامعيين تبعا لمتغير السن.

-لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الشعور بالوحدة النفسية لدى الطلبة الجامعيين تبعا لمتغير السن. (نبيلة بوناب،2018،ص22)

الدراسة رقم04: دراسة زندي يمينة (2016) جامعة الجزائر – 2 الجزائر

بعنوان :مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بظهور العزلة الاجتماعية لدى الشباب الجامعي دراسة ميدانية على عينة من الشباب جامعة الجزائر

هدفت الدراسة إلى معرفة التأثير الذي تحدثه مواقع التواصل الاجتماعي عبر الانترنت في العلاقات في المجتمع الحالي الذي بدا يشهد استخدام مكثف للانترنت في السنوات الأخيرة وخاصة لدى فئة الشباب الجامعي وعليه تهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الإدمان على مواقع التواصل الاجتماعي وظهور العزلة الاجتماعية لدى الشباب الجامعي.

اعتمدت الباحثة على المنهج الوصفي واستخدمت مقياس مواقع التواصل الاجتماعية من إعداد الباحثة لينا العلمي (فلسطينية) ومقياس العزلة الاجتماعية أعده كل من المعموري ناجح والمعموري علي.

توصلت الباحثة إلى النتائج التالية:

-توجد علاقة بين التواصل عبر المواقع الاجتماعية وظهور العزلة الاجتماعية بحيث كلما زاد استعمال مواقع التواصل الاجتماعي كلما أدى ذلك إلى نقص في العلاقات الاجتماعية لدى الشباب الجامعي أدى ذلك إلى زيادة الشعور بالعزلة الاجتماعية.

(نبيلة بوناب،2018،ص16)

الدراسات الاجنبية :

الدراسة رقم 01: دراسة Namitha (1984) التعرف على المتغيرات النفسية والاجتماعية للاغتراب بين المراهقين، حيث تكونت عينة هذه الدراسة من (47)مراهقاً، بلغت أعمارهم (16)عاماً .وأشارت نتائج هذه الدراسة إلى أن هناك عوامل نفسية واجتماعية ترتبط باغتراب المراهقين من قبيل توافق المراهقين مع البيئة، وأشارت أيضا إلى أن الإناث أقل من الذكور في درجة مشاعر الاغتراب. (مجلة جامعة الازهر،2015،ص119)

الدراسة رقم 02 :دراسة ماهوني وكويك عام :(2001) أمريكا Mahoney and QUICK

عنوان الدراسة :علاقة الشخصية بالاغتراب في الجامعة كنموذج.

Personality correlate of a university sample

أهداف الدراسة :كشف مشاعر الاغتراب لدى طلبة الاغتراب لدى طلبة الجامعات في الولايات المتحدة الأمريكية ، وبيان أثر متغير الجنس والدور الذي تؤديه الجامعة في رفع مشاعر الاغتراب لدى طلبتها أو خفضها.

منهج الدراسة :**المنهج** الوصفي التحليلي.

عينة الدراسة :تكونت من(136) طالبة و(58) طالباً من الجامعات في الولايات المتحدة الأمريكية.

أدوات الدراسة :مقياس كولد Gould للاغتراب والذي يضم (44) سؤالاً .

أهم نتائج الدراسة :بينت نتائج الدراسة إن (77) طالباً لديهم درجة عالية من الشعور بالاغتراب بصرف النظر عن الجنس ، وانه لا توجد فروق ذات دلالة بين الجنسين فيما يتعلق بالشعور بالاغتراب ، وكانت النتيجة أن طلبة الجامعة الذين لديهم درجة عالية من الاغتراب

يمكنهم التعايش مع هذه الظاهرة بدعم من المناخ الجامعي ، أي تساعد الأجواء في الجامعة على تخفيف درجة الشعور بالاغتراب). (دانيال علي عباس،2016،ص21)

الدراسة رقم 03 :دراسة لوى وليو(2003) بعنوان" :العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والتوافق والاغتراب النفسي لدى طلاب جامعة الصين."

هدفت الدراسة في مجملها إلى معرفة العلاقة بين الاعتماد على الانترنت بالنمو الاجتماعي والتوافق والاغتراب النفسي لدى طلاب الجامعة في شنغهاي في الصين.تكونت عينة الد راسة من (110) طالب وقد اختيرت العينة بالطريقة العشوائية ولجمع البيانات استخدم الباحث الاستبيان.

ومن أهم النتائج التي توصلت إليها الد راسة ما يلي:

- وجود علاقة ارتباطيه قوية بين الاعتماد على الانترنت والاغتراب النفسي· .
- وجود فروق دالة إحصائية بين الذكور والإناث من طلاب الجامعة في إدمان على الانترنت لصالح· الذكور . (عيمر وسويعد ،2018،ص11)

-الدراسات الخاصة بفاعلية الذات :

الدراسات العربية:

الدراسة رقم 01 :دراسة سحلول :(**2005**) اجري سحلول دراسة هدفت إلى التعرف على العلاقة بين فاعلية الذات· ودافعية الانجاز الدراسي وأثرهما في التحصيل الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة صنعاء،

تكونت عينة الدراسة من(1025) طالبا وطالبة في الصف الثاني الثانوي الأدبي للعام الدراسي (2005/2004) وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية: ، وقد استخدم الباحث أداتين هما :مقياس فاعلية الذات العامة (لشفارتر) تعريب محمد جميل المنصور(1993) اختبار الدافع للإنجاز للأطفال والراشدين (لهرمانز) تعريب فاروق عبد الفتاح موس (1981) واستخدم الباحث معامل" ارتباط بيرسون " واختبا رات وتحليل التباين الثنائي ، واختبار(شيفه) للمقارنات البعدية.

- وتحصلت الدراسة إلى وجود علاقة ارتباطيه موجبة دالة إحصائيا عند(0.05) بين فاعلية الذات ودافعية الانجاز الدراسي ، كما توصلت الدراسة إلى وجود فروق دالة إحصائيا عند (0.05في التحصيل الأكاديمي لدى الطلبة إلى مستويات الدافعية لصالح ذوي دافعية الانجاز الدراسي المرتفعة

الدراسة رقم 02:دراسة مخيمر(2007) ، سلطنة عمان: عنوان الدراسة:(الفاعلية الذاتية لدى طلاب السنة النهائية بكلية التربية بصور وعلاقتها ببعض المتغيرات الدافعية والأكاديمية).

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مستويات الفاعلية الذاتية(الأكاديمية، الاجتماعية، المهنية) لدى الطلاب المعلمين وعلاقة ذلك ببعض المتغيرات، وتعرف طبيعة العلاقة الدينامية بين المتغيرات موضوع الدراسة، وتعرف طبيعة الفروق الجنسية في مجال الفاعلية الذاتية؛ وبين الطلاب (علمي، وأدبي) لمعرفة العوامل التي تؤدي لتنمية هذه الإمكانات، واعتمد الباحث على المنهج الوصفي، وبلغت عينة الدراسة (200) طالب وطالبة من كلية صور بسلطنة عمان، واستخدم الباحث مقياس الفاعلية الذاتية من إعداده ومقياس الدافعية المتعدّد الأبعاد الثلاثة من إعداد ممدوح سليمان، وأبو العزايم الجمال (1987)، واختبار مركز الضبط من إعداد الباحث، ومن أهم نتائج الدراسة :وجود علاقة ارتباطيه موجبة بين فاعلية الذات وكل من الدافعية، والإنجاز الأكاديمي لدى الطلبة، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في الفاعلية الذاتية لصالح الطلبة الذكور، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في الفاعلية الذاتية بين القسم العلمي والقسم الأدبي لصالح طلبة العلمي. (ولاء سهيل يوسف ،2016،ص11)

الدراسة رقم 03:دراسة رفقة خليف سالم :(**2009**) هدفت الدراسة إلى التعرف على علاقة فاعلية الذات والفرع الأكاديمي بدافع الانجاز الدراسي لدى طالبات كلية عجلون الجامعية بالأردن تكونت الدراسة من (200) طلبة ممن درسن في احد الفرعين العلمي والأدبي وتم اختيارها بالطريقة العشوائية بنسبة (10بالمئة)من مجتمع الدراسة ، وقد تم تطبيق مقياس فاعلية الذات ودافعية الانجاز على العينة وتم تحليل التباين الثنائي.

وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن معظم أفراد العينة لديهن مستوى مرتفع من فاعلية الذات ، كما أشارت النتائج إلى أن هناك تقارب في المتوسطات الحسابية لمستوى دافعية الانجاز

الدراسي لدى أفراد العينة ، وتوصلت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى دافعية الانجاز الدراسي لدى العينة تعزى لمتغيري فاعلية الذات والفرع الأكاديمي كما أشارت النتائج إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية عند مستوى(0.05) لأثر التفاعل بين فاعلية الذات والفرع الأكاديمي على دافعية الانجاز الدراسي لدى طالبات كلية عجلون بالأردن (دهينة ابتسام ،2018،ص4)

الدراسة رقم04:دراسة عبد الله والقدور(2016) ، سورية: عنوان الدراسة :(فاعلية الذات وعلاقته بالهدف من الحياة)" د راسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة حلب".

هدفت الدراسة إلى بحث العلاقة بين فاعلية الذات العامة والهدف من الحياة، وتحديد ما إذا كان هناك فروقاً ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في الفاعلية الذات من جهة، والهدف من الحياة من جهة أخرى، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، وبلغت عينة الدراسة (152طالباً وطالبة، منهم (82) ذكرا، و (70)أنثى، اختيروا بالطريقة العشوائية العرضية من طلبة كلية التربية، والاقتصاد، والهندسة المدنية في جامعة حلب، وطبقت الباحثة مقياس فاعلية الذات العامة من إعداد العدل(2001) ، ومقياس الهدف من الحياة من إعداد (Crumbaugh & Maholick) ومن أهم نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباطيه إيجابية ذات دلالة إحصائية بين فاعلية الذات والهدف من الحياة، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة الذكور والإناث في فاعلية الذات لصالح الذكور، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة في التخصص العلمي والأدبي في فاعلية الذات لصالح طلبة التخصص العلمي.

(ولاء سهيل يوسف ،2016،ص14)

الدراسة رقم 05:كما قامت **العايب كلثوم2018/2017 دراسة بعنوان "فاعلية الذات لدى طلبة سنة أولى علوم وتكنولوجيا في ضوء متغير الجنس وشعبة البكالوريا المتحصل عليها"**

دراسة ميدانية على طلبة سنة أولى علوم وتكنولوجيا كلية العلوم التطبيقية جامعة قاصدي مرباح ورقلة تهدف هذه الدراسة إلى الكشف عن مستوى فاعلية الذات لدى طلبة سنة أولى علوم وتكنولوجيا كلية العلوم التطبيقية جامعة ورقلة ,كما تهدف أيضا إلى معرفة الفروق في مستوى فاعلية الذات تبعا لمتغير الجنس و شعبة البكالوريا المتحصل عليها الطالب.

واستخدم المنهج الوصفي، تم إجراء الدراسة على عينة مكونة من(128) طالب وطالبة واستعمل مقياس فاعلية الذات من إعداد الباحث بشير معمرية (2012).

أسفرت النتائج على:

- هناك مستوى مرتفع لفاعلية الذات لدى طلبة السنة أولى علوم و تكنولوجيا جامعة ورقلة
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات بين الطلبة و الطالبات السنة أولى جدع مشترك علوم تكنولوجيا جامعة ورقلة.
- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات بين طلبة السنة أولى جدع مشترك علوم تكنولوجيا جامعة ورقلة حسب شعبة البكالوريا المتحصل عليها(تقني رياضي / علوم تجريبية).
- إلى أن درجة الدافعية للتعلم تختلف باختلاف مستويات فاعلية الذات .

(كلثوم العايب ،2018،ص667).

الدراسات الاجنبية:

الدراسة رقم 01:دراسة ويزلي (Wesley.2002) الولايات المتحدة الامريكية

(دراسة الإنجاز الأكاديمي وعلاقته بكل من الاتجاهات والدافعية وفاعلية الذات لدى طلاب وطالبات الجامعة)

هدفت الدراسة إلى تعرف العلاقة بين الإنجاز الأكاديمي والاتجاهات والدافعية وفاعلية الذات وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى طلاب وطالبات الجامعة، وذلك على عينة شملت (400طالب وطالبة طبق عليهم مقياس فاعلية الذات لشرير وآخرون(Sherer, et. Al, 1982ومقياس الاتجاهات، لواينشتاين وآخرون Weinstein et all.1984 ومن أهم نتائج الدراسة :وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الدافعية والإنجاز الأكاديمي وفاعلية الذات، كما وجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلاب من أصول عرقية مختلفة في فاعلية الذات لصالح الأمريكيين من أصل أفريقي، كما أشارت النتائج إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في فاعلية الذات. (ولاء سهيل يوسف ،2016،ص14)

الدراسة رقم 02:دراسة ديان(Diane 2003) ايطاليا: عنوان الدراسة:(دراسة فعالية الذات الأكاديمية وفقا لمتغير الجنس والعمر والإنجاز الأكاديمي لدى طلبة كلية العلوم)هدفت

الدراسة إلى تقصي العلاقة بين فعالية الذات وفق اً لمتغير الجنس، والعمر والإنجاز الأكاديمي في كلية العلوم ذات نظام عامين دراسيين، في تخصصي علمي التشريح والفسيولوجي .وتألفت العينة من(216) طالبا وطالبة تتراوح أعمارهم بين(18و24 سنة) وجرى تطبيق مقياس الفعالية الذاتية ودرجات الامتحان النصفي والنهائي كمقياس للإنجاز الأكاديمي .ومن أبرز نتائج الدراسة :عدم وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين الفعالية الذاتية وفقا لمتغيري الجنس والعمر، بينما وجدت علاقة ذات دلالة إحصائية بين فعالية الذات والإنجاز الأكاديمي وعدم وجود فروق بين الجنسين في فعالية الذات. (ولاء سهيل يوسف 2016،ص15).

9- التعليق على الدراسات السابقة :

إن أهم ما ركزت عليه الدراسات السابقة المحلية والعربية والأجنبية يدور حول الاغتراب النفسي وفاعلية الذات وعلاقتها ببعض المتغيرات وخصائص المراهق والبالغ على العموم ومها راته في الضبط الصفي كما ومن خلال عرضنا للدراسات السابقة ، نجد أن د راستنا هذه ما هي إلا امتداد لتلك الدراسات ، وقد جاءت دراستي للتعرف على الاغتراب النفسي وعلاقته بفاعلية الذات لدي المراهقين المتمدرسين في صف التعليم الثانوي ولقد جاءت الدراسات السابقة متفقة مع دراستنا الحالية والتي تثرى البحث التربوي. حيث تكمن أوجه التشابه بين دراستي والدراسات العربية والأجنبية فيما يلي:

1.من حيث الهدف:

تنوعت أهداف الدراسات السابقة بما فيها العربية والأجنبية بحيث ركزت بشكل أساسي على متغير الاغتراب النفسي وفاعلية الذات وعلاقتها بمتغيرات أخرى، وهذا ما يلتقي به البحث الحالي مع الدراسات السابقة منها الجانب النظري

-تعرف الظاهرة المدروسة بمجالات مختلفة.

الكشف عن المصادر المسببة لتلك الظاهرة ، ومحاولة قياسها، واتباعها، ونوعها في ضوء عدد من المتغيرات مثل الجنس، العمر، المستوى الاقتصادي، مستوى الدراسي فأثبتتها بنتائج تلك الدراسات الميدانية السابقة ، إلا أن البحث الحالي يختلف في تناوله بدراسة العلاقة بين متغيري الاغتراب النفسي وعلاقته بفاعلية الذات لدى المراهقين المستعملين لوسائل التواصل الاجتماعي إذ لم نعثر على أي بحث تناول هده الدراسة.

2. **من حيث المنهج:**

كما هو ملاحظ ، فقد استخدم في الدراسات السابقة التي اعتمدت عليها في دراستي على المنهج الوصفي التحليلي ، لأنه الملائم لمثل هذا النوع من الدراسات.

3. **من حيث عينة الدراسة:**

لقد تنوعت عينة الدراسات السابقة من خلال عرضنا السابق ، حيث امتازت بعض الدراسات بكثرة أفراد العينة مثل **دراسة الكندري (1998)** دراسة حول المدرسة والاغتراب الاجتماعي لدى طلاب التعليم الثانوي في دولة الكويت، وتكونت عينة الدراسة من (1057) تلميذ وتلميذة .

و **دراسة سحلول** :(**2005**) التي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين فاعلية الذات· ودافعية الانجاز الدراسي وأثرهما في التحصيل الأكاديمي لدى طلبة المرحلة الثانوية في مدينة صنعاء، تكونت عينة الدراسة من(1025) طالبا وطالبة و دراسة **ويزلي (2002)** Wesleyالولايات المتحدة الأمريكية، هدفت الدراسة إلى تعرف العلاقة بين الإنجاز الأكاديمي والاتجاهات والدافعية وفاعلية الذات وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى طلاب وطالبات الجامعة، وذلك على عينة شملت (400) طالب وطالبة، حيث لم تتجاوز باقي الدراسات الاخرى(200) فرد.

4. **من حيث الأدوات:**

تم استخدام العديد من الأدوات ، وتنوعت بتنوع متغيرات الدراسات وأهدافها ، فبعضها أعده الباحثون بما يتلاءم مع طبيعة دراساتهم ، وبعضها الأخر استخدم أدوات لباحثين آخرين إضافةً إلى استخدام مقاييس وأدوات أجنبية بعد أن عربت وأجريت عليها معايير الصدق والثبات بما يتلاءم مع بيئة الدراسة اشتركت هذه الدراسة مع دراسة ولي وليو (2003) في استخدامها الاستبيان كأداة رئيسية أما بنسبة لكل من دراسة الكندري (1998).ودراسة ويزلي (Wesley.2002) ودراسة بلعابدقدور(2014)و دراسة ديان(Diane 2003) وغيرها من الدراسات استعملت مقاييس في بحوثها.

5. **من حيث الأساليب الإحصائية**

اتفقت كل الدراسات على المنهج الوصفي التحليلي في إجراء الدراسة لاعتماده على دراسة الظاهرة في الواقع ووصفها بدقة والتعبير عنها كما وكيفا، أما الدراسة الحالية اتفقت مع الدراسات في استخدام المنهج الوصفي تحليلي واستخدام معامل بيرسون لدراسة الارتباط واختبار"ت "لدراسة الفروق وألفا كورنباخ لدراسة التباث والتكرار والنسبة المؤوية لتوزيع عينة الدراسة الاستطلاعية والأساسية بحسب المتغيرات الديمغرافية، والمتوسط الحسابي والانحراف المعياري لتحديد متوسط درجات الاغتراب النفسي وفاعلية الذات لدى عينة الدراسة واختبار ت لعينتين مستقلتين لتحديد الفرق في متوسط درجات الاغتراب النفسي وفاعلية الذات لدى عينة الدراسة وتحليل التباين الأحادي لإيجاد الفرق في الفرضيات الفرعية

6- مكانة الدراسة الحالية من بين الدراسات السابقة:

تناول هذا البحث دراسة طبيعة العلاقة بين الاغتراب النفسي وفاعلية الذات لدى المراهقين المستعملين لوسائل التواصل الاجتماعي

وقد تناولت أبحاث كثيرة متغير الاغتراب النفسي بأنواعه المختلفة (الاجتماعية والأكاديمية والمدركة..... الخ) ومتغير فاعلية الذات ، لكن هذه الأبحاث لم تقم بربط هذه المتغيرات مع بعضها ، وفي هذا البحث تم دراسة العلاقة بين متغير الاغتراب النفسي و فاعلية الذات ، وقد استفدت من الأبحاث السابقة في تكوين رؤية عن الأدوات التي استخدمت في البحث كما تمت الاستفادة من بنود وعبارات المقاييس التي أعدت من طرف الباحثين في هذا المجال حتى تم التوصل إلى أدوات البحث بصورتها النهائية مقياس الاغتراب النفسي ومقياس فاعلية الذات .

واستفدت من الدراسات السابقة في إعداد واختيار أدوات البحث المناسبة. واتباع المنهج العلمي المناسب للبحث، وهو المنهج الوصفي التحليلي.

كما ساعدت الدراسات السابقة الباحثة في كتابة الجانب النظري المتعلّق بمتغيري البحث(الاغتراب النفسي و فاعلية الذات)، أفادت البحث في تفسير النتائج التي تم التوصل إليها في الجانب الميداني، وربط نتائج البحث الحالي مع نتائج الدراسات السابقة.

كما ساعدت الدراسات السابقة الباحث في تقديم بعض المقترحات في ضوء النتائج التي جرى التوصل إليها في البحث الحالي.

الفصل الثاني

الاغتراب النفسي

تمهيد

1. مفهوم الاغتراب النفسي
2. الاغتراب النفسي وبعض المفاهيم المشابهة
3. أبعاد الاغتراب النفسي
4. أنواع الاغتراب النفسي
5. المقاربات النظرية للاغتراب النفسي
6. الأسباب المؤدية للاغتراب النفسي
7. أعراض الاغتراب
8. خلاصة الفصل

تمهيد:

الاغتراب النفسي ظاهرة نفسية تتضمن الشعور بانفصال الفرد عن ذاته أو عن المجتمع أو عن كليهما ،فيشعر الفرد من خلاله بأنه فاقد لذاته وللآخرين بشكل نسبي ،وأنه في صراع واضطراب دائم في أي علاقة تربطه بذاته أو بالمجتمع الذي يعيش فيه .

وقد حضي موضوع الاغتراب النفسي باهتمام من قبل الباحثين كونه أحد محكات تمتع الفرد بصحة نفسية جيدة. وسنتناول في هذا الفصل على الاغتراب ومفهومه و تحديد أبعاده وأنواعه وأسبابه والتعرف على أهم مظاهره والنظريات النفسية التي تناولته

1. **مفهوم الاغتراب:**

- **مفهوم الاغتراب لغة** : جاء في لسان العرب غرب ، غربة ، اغتراب ، غرابة كلها بمعنى واحد وتعني البعد والتنحي والتباعد عن الناس والمعنى اللغوي والاصطلاحي للاغتراب واحد وهو يعني ايضا الذهاب والتنحي عن الناس. (**سناء حامد زهران، 2004ص103**)

إن المقابل للكلمة العربية" اغتراب "هو الكلمة الانجليزية"Alienation" والكلمة الفرنسية "Aliénation" ، وقد اشتقت كل من الكلمة الانجليزية والفرنسية أصلها من الكلمة اللاتينية "Alienatio"،وهي اسم مستمد من الفعل اللاتيني"Alienare"والذي يعني نقل ملكية شيء ما إلى آخر، أو يعني الانتزاع أو الإ زالة ، وهذا الفعل مستمد بدوره من كلمة أخرى هي"Alienus" أي الانتماء إلى شخص آخر، أو التعلق به، وهذه الكلمة الأخيرة مستمدة في النهاية من اللفظ "Aluis" الذي يدل على الآخر سواء كاسم أو كصفة. (حماد حسن حمد،1995،ص38)

- **اصطلاحا** : شعور الفرد انه غريب عن ذاته، لا يجد نفسه كمركز لعالمه وانه خارج عن الاتصال بنفسه كما هو عاجز عن الاتصال بالآخرين.(ابو بكر مرسي، 2002 ص58)

هو عملية القطيعة والانفصال أو المعارضة التي تقع بين الذات والعالم الموضوعي ، أو بين الذات وأفعالها ومنتجاتها ومظاهرها الخاصة أو بين الذات ونفسها .

(منتهى محمد مخلف ، صباح حسن فرحان، 2013 ، ص6)

- **الاغتراب عند هيجل** :يعد هيجل عراب الاغتراب على الرغم من استخدامات هذا المصطلح قبله بفترة طويلة ، ففي الأصل اللاتيني نجد سمات مختصرة لمصطلح الاغتراب من خلال الأعمال اللاهوتية التي تصف غربة الإنسان عن الاله تبعاً للعقوبة في الابتعاد عن الجنة أو الطرد منها ، وهنا تكمن فكرة الوجود كغربة عن العالم وعن الآخرين التي تكون واضحة وجلية.
- لقد ربط هيجل معنى الاغتراب بالتاريخ الإنساني وصيرورة الروح المغتربة ، حيث تغترب الروح عن ذاتها، لتشكل وحدة ائتلافية بين ما هو ذاتي وماهو موضوعي ، ويعتبر كل خروج اغتراب ، ولا يقهر الاغتراب إلا بالعودة عودة الروح إلى ذاتها و بلوغ المعرفة الكلية والمطلقة. (زليخة ،2012،ص348)

.بمعنى أن الاغتراب حقيقة متأصلة في طبيعة الوجود الإنساني في العالم ، فالاغتراب يتمثل في انقسام الذات إلى فاعل وموضوع ، حيث تناضل الذات وتسعى للتحكم في مصيرها.
كذلك استخدم هيجل مفهوم الاغتراب استخداماً ذو طابع مزدوج كإشارة على سلب المعرفة وسلب الحرية ، وذلك عندما أشار بأنه" عندما يكبح الوعي الذاتي ملاذه ولا يبالي بها، يكشف عن الحرية البسيطة لذاته ، فالروح المغتربة هي التي يكون وعيها ذا طبيعة منقسمة ومزدوجة، ومجرد كائن متضاد . (ابراهيم ،2007، ص29)

- **الاغتراب عند فرويد** :يذكر فرويد أن كل فرد في الواقع هو عدو الحضارة ذلك أن الحضارة هي مصدر اغترابه وفي الحقيقة لم يعالج فرويد مفهوم الاغتراب كمفهوم مستقل بل تناوله في سياق أفكاره حول قلق الحضارة ونشوء العصاب ، وما انطوت عليه نظرية التحليل النفسي عموماً، محاولاً استخدام لفظ الشعور بدلاً من الاغتراب. (ابراهيم،2007،ص31)
- **الاغتراب عند اريكسون** :يرى اريكسون أن الاغتراب لا يظهر في مكان العمل فقط بل في الوجود الإنساني ككل، وقد صور اريكسون الاغتراب بأنه شكل من أشكال التطور الحاد وتضيف كارين هورني(K. Horney) بأن الاغتراب هو سمة الشخص المصاب بالعصاب.

حياة المراهق الذي يشتت به الذات باحثاً عن الاستقرار الذي لا يصل إليه الشباب إلا بالنضج والتكامل بعد أن يجتاز تفككاً في كيانه . (خليفة،2002،ص17)

– مفهوم الاغتراب النفسي :

في المنحى النفسي يشير الاغتراب النفسي إلى الحالات التي تتعرض فيها وحدة الشخصية للانشطار أو الضعف والانهيار، بتأثير العمليات الثقافية والاجتماعية التي تتم داخل المجتمع . مما يعني أن الاغتراب النفسي يشير إلى النمو المشوه للشخصية الإنسانية، حيث تفقد فيه الشخصية مقومات الإحساس المتكامل بالوجود والديمومة .وتعد حالات الاضطراب النفسي أو التناقضات صورة من صور الأزمة الاغترابية التي تعتري الشخصية. ويتحدد مفهوم الاغتراب في الشخصية بالجوانب التالية:

حالات عدم التكيف التي تعانيها الشخصية ، من عدم الثقة بالنفس، والمخاوف المرضية، والقلق والرهاب الاجتماعي. غياب الإحساس بالتماسك والتكامل الداخلي في الشخصية. ضعف أحاسيس الشعور بالهوية والانتماء والشعور بالقيمة والإحساس بالأمن.

(زينب محمود شقير، 2000 ، ص132)

عرف فروم الاغتراب النفسي أنه شكل من أشكال الخبرة يمارسها الإنسان ويشعر فيها بأنه غريب عن ذاته، لا يجد نفسه كمركز لعالمه ، كخالق لأفعاله وإنتاجه، وإنما أفعاله هي التي تصبح لها السيادة وعليه أن يطيعها وأن يعبدها أحياناً. (السيد ، 1992)

هو حالة يشعر فيها الفرد بأن ذاته غير حقيقية وحالة يفقد فيها الفرد الوعي بالعمليات النفسية الداخلية، وحالة يظهر فيها الأشخاص والمواقف المألوفة للفرد كموضوعات غريبة عليه

(المغربي،1999 ،ص252)

ومن زاوية علم النفس المرضي ينظر إلى الاغتراب بأنه كل ما يحدث للفرد من اضطرابات نفسية وعقلية وما يشعر به من غربة وجفاء مع من حوله.وينظر الباحثون إلى اغتراب الذات، باعتباره اضطرابا نفسيا يتمثل في اضطراب الشخصية الفصامية ، حيث يتسم الشخص

الفصامي بالعجز عن إقامة علاقات اجتماعية والافتقار إلى مشاعر الدفء واللين أو الرقة مع الآخرين.

2- الاغتراب النفسي وبعض المفاهيم المشابهة:

2-1 الاغتراب النفسي وفقدان الهوية:

الشعور بالهوية هو أساس الشعور بالانتماء، لذلك كان لفقدان الهوية أحيانا واضطرابها وأزمتها أحيانا أخرى، أثرها الواضح والمباشر على شعور الفرد بالعزلة والاغتراب واليأس والتشاؤم، وانعكس ذلك واضحا على صحة الفرد النفسية والاجتماعية حيث انحلال الشخصية وازدواجيتها وصراع القيم وسوء التوافق وأصبح ذلك مظهرا واضحا في الثقافة العربية.

كما ينطوي الشعور بالهوية الشخصية على الشعور بالاستقلال كوجه مقابل للشعور بالانتماء إلى جماعة مع أفرادها، ومن الشعور بالاستقلال وذلك بالقياس إلى الهيمنة الجمعية.

لقد طرأت تغييرات جديدة على هوية الأمة العربية نظرا لما مرت به من متغيرات في منظومة القيم، ومن حراك اجتماعي ومن عوامل وظروف سياسية وعسكرية واقتصادية خلفها الاستعمار و راء ظهره، فضلا عن ضعف الوازع الديني، كل هذه العوامل وغيرها خلقت تهديدا لمبادئ الهوية الأساسية لدى كثير من الأفراد، فالواقع بكل ما يحتويه من تناقضات يصعب استيعابها في إطار هويتنا، أفقدنا الإحساس بالاستمرارية والتفرد والخصوصية والتقدير الإيجابي للذات، وبالتالي الشعور بالعجز والاغتراب.

2-2 الاغتراب والانفصام:

الاغتراب باعتباره اضطرابا نفسيا يتمثل في الشخصية الفصامية، حيث يتسم الشخص الفصامي بالعجز عن إقامة علاقات اجتماعية والافتقار إلى مشاعر الدفء والحنين، والرقة مع الآخرين من أفراد المجتمع، إن كل صور الاغتراب لا تعدو أن تكون وجوها ثنائية مرضية، إنه انفصام الذات عن ذاتها لتغترب عنها كآخر، فالشيزوفرينيا إذن هي أم الاغتراب أو هي المرض، وأعراضها شتى مظاهر الاغتراب. (بن علية مسعودة،2015،ص216,218)

3- أبعاد الاغتراب:

توجد للاغتراب عدة أبعاد وهي .

3-1 اللامعيارية(الأنوميا):norm lessness :وهي فقدان وغياب نظم للمعايير الاجتماعية، وهي الحالة التي يتوقع فيها الفرد بدرجة كبيرة أن أشكال السلوك التي أصبحت مرفوضة اجتماعيا غدت مقبولة، وما كان خطأ أصبح صوابا ، وماكان صوابا أصبح خطأ.

(حسان،1999،ص45).

ويستخدم مصطلح اللامعيارية بمهام ثلاثة هي: التفكك الشخصي والموقف الذي يشهد صراعاً بين المعايير والجهود التي يبذلها الفرد لمسايرة المعايير، وموقف الاجتماعي الذي تغيب فيه المعايير نتيجة لتغيرات اجتماعية وثقافية تغلب التوقعات السلوكية العادية للفرد.

(أسماء ابراهيم غريب ،1919،ص126)

3-2 العجز (قصور القوة):powerlessness : ويقصد به شعور الفرد بان لا حول ولا قوة له، وعجز الفرد عن السيطرة عن تصرفاته ورغباته وافتقاره إلى الشعور بأنه قوة حاسمة ومقررة في حياته وفقدانه الشعور بالتلقائية ومرح

الحياة. وهو شعور الفرد بعدم القدرة على التأثير على المواقف التي تحيط به أو تعترضه وكذا عدم قدرته على التحكم بالأمور الخاصة به.

(لبنى عبد الرحمن السعيد، رهام جميل أبو رومي،2019،ص99)

3-3 **العزلة الاجتماعية :social isolation**: هي انسحاب الفرد وانفصاله عن تيار الثقافة السائدة في مجتمعه، وشعوره بالوحدة والفراغ النفسي حتى ولو كان مع الآخرين مع سعيه للبعد عن الناس.

3-4 التشيؤ : Reification: هو شعور الفرد بأنه فقد هويته، وأنه مجرد شيء، وأنه لا يملك تقرير مصيره. (عبد الحليم،2009،ص98)

3-5 **اللامعنى:Meaninglessness** : وهو شعور الفرد بفقدان المعنى في الحياة وبأن الأشياء والأحداث والوقائع المحيطة به قد فقدت دلالتها ومعناها ومعقوليتها، وأن الحياة لا

جدوى منها فيفقد واقعيته ويحيا بلا مبالاة (عبد الحليم،2009،ص98)

3-6 التمرد وعدم الرضا : Rebellioussness: هو نقص قبول الفرد لواقعه، وأن ما يدور حوله من أحدث لا يأبه بها مما يد عوه لممارسة العنف وتبرير جرائمه، ووجود نزعة تمرد تتجه إلى خارج الذات على شكل سلوك عدواني ضد المجتمع ومعطياته الحضارية.

3-7 الاغتراب عن الذات : self, Estramgememt: غربة الذات هي إدراك الفرد بأنه أصبح مغترباً عن ذاته ونافراً منها ، وهي حالة فقد الاتصال بين الذات الواعية للفرد ، والذات الحقيقية ، ويتجلى ذلك في صورة السلوك اللاواقعي والشعور بالفراغ والفتور والملل، وتشير (هورني) إلى اغتراب الذات باعتبارها وصفاً

يتضمن قمع الفردية والعفوية لدى الفرد ، فإذا ما أوقفت الشخصية نموها الطبيعي وصفت بأنها حالة من حالات الاغتراب عن الذات ،ويعرف (سيمان) الاغتراب عن الذات بأنها": عدم قدرة الفرد على التواصل مع نفسه وشعوره بالانفصال عما يرغب في أن يكون عليه ، حيث تسير حياة الفرد بلا هدف ويحيا لكونه مستجيباً لما تقدم له الحياة دون تحقيق ما يريد من أهداف ، وعدم القدرة على إيجاد الأنشطة المكافأة ذاتياً . (خضر،2011،ص48).

هي حالة يدركها الفرد ذاته كمغترب، أي أنه أضحى نافرا مغتربا عن ذاته، وأصبحت الذات أداة مغتربة لا تعرف ماذا تريد، وهي عدم القدرة على تواصل الفرد مع نفسه وشعوره بالانفصال عما يرغب أن يكون عليه وبين إحساسه بنفسه في الواقع.

3 -8 اللاهدف :Aimlessmess :

إن جوهر الوجود الذاتي للإنسان يكمن في وجود هدف لحياته، يسعى لتحقيقه ، ويعتبر وجود هدف واضح ومحدد للحياة من الجوانب الايجابية في حياة الفرد ، بحيث يحقق له التواصل مع الواقع والآخرين ، ويؤكد (نيتشه) ذلك بأن من لديه سبباً لأن يعيش غالباً ما يرتقي كيفما يشاء.والمقصود باللاهدف شعور الفرد بالافتقار إلى وجود هدف واضح ومحدد لحياته وليست لديه أية طموحات مستقبلية ، وإنما يعيش اللحظة الراهنة فقط ، ويترتب على ذلك اضطراب في سلوك الفرد وأسلوب حياته ، والتخبط (الحويج،2007،ص209)

3-9 عدم الانتماء : non committed:

يعرف (طه) الانتماء بأنه " : انتساب الفرد إلى جماعة معينة له ما لأفرادها من حقوق و من واجبات ويعبر الانتماء عن شعور بالحب المتبادل والقبول والتقبل والارتباط الوثيق بالجماعة ، وهو إشباع لحاجة الإنسان بالارتباط بالآخرين وتوحده معهم ، ليحظى بالقبول ويشعر بأنه فرد يستحوذ على مكانة متميزة في الوسط الاجتماعي ، ويتمثل أوجه الانتماء في ارتباط الفرد بوطنه الذي يحيا فيه ، وبمن يقيمون فيه : أسرته ، أصدقائه، جيرانه ، والذين يمثلون مجتمعه ، ومن مظاهر الانتماء تبني مجموعة الأفكار والقيم التي تميز هذا المجتمع عن غيره من المجتمعات.

أن الانتماء مهم جداً ولاسيما في مرحلة الشباب ، لكن هناك عدة عوامل تؤثر سلباً عليه،وتحوله إلى عدم انتماء ، وعدم الانتماء هو شعور الفرد بأنه لا ينتسب لجماعته الأساسية ولا يرضى عنها ولا يشعر بالفخر بها ، وهو رافض للقيم السائدة وللثقافة الخاصة بمجتمعه مع شعور عام بالغربة والعجز وعدم الانتماء. يلاحظ مما سبق أن الاغتراب مصطلح يشابه إلى حد كبير معنى عدم الانتماء، ويتمثل الاغتراب في شعور الفرد بالاستياء والتدمير والشعور بالعزلة ، وقد تصل العزلة إلى انفصام الفرد عن ذاته وفقدان مغزى الحياة ، وفقدان الشعور بالروابط بين كل من الأشياء و الأفراد والشعور بالعداء نحوهما وعلى هذا فان الاغتراب يعد نقيض الانتماء ، لذلك تلعب المؤسسات التربوية والتعليمية ، دوراً رئيساً في تعزيز وتنمية مشاعر الانتماء لدى الطلاب. **(كريمة،2011،ص40) الاغتراب**

4- أنواع الاغتراب :

هناك عدة أنواع للاغتراب النفسي نذكر من بينها ما هو ملم بالبحث

4-1 الاغتراب النفسي: Psychological alienation

شاع استخدام مفهوم الاغتراب النفسي كثيراً في البحوث النفسية والاجتماعية وخاصة بعد نقله من السياق الفلسفي إلى مجالات معرفية أخرى ، وقد زاد هذا التداول المفهوم تعقيداً أكبر وذلك لارتباطه بمفاهيم أخرى شكلت نسقاً جديداً جمع بين الفلسفة وعلم الاجتماع وعلم

النفس وعلوم السياسة والاقتصاد والدين ويعتبر الاغتراب النفسي مفهوماً عاماً وشاملاً يشير إلى الحالات التي تتعرض فيها وحدة الشخصية إلى التمزق أو الضعف ، أو الانهيار، بتأثير العمليات الثقافية والاجتماعية التي تتم داخل المجتمع مؤثرةً بذلك على شخصية الفرد ، وهذا يعني تشوه نمو الشخصية الإنسانية ، حيث تفقد فيها الشخصية مقومات الإحساس المتكامل بالوجود والديمومة. وتذكر(المغربي) أن الاغتراب النفسي هو الحصيلة النهائية للاغتراب في أي شكل من إشكاله، وانه انتقال الصراع بين الذات والموضوع الأخر من الحياة الخارجية إلى الحياة الداخلية في النفس الإنسانية ، فالاغتراب النفسي لا ينفصل عن أي نوع أخر من الاغتراب لان شخصية الإنسان وحدة متكاملة في جوانبها البيولوجية والنفسية والاجتماعية ، كما هي وحدة من العالم الذي يعيش فيه الإنسان بكل أبعادها المختلفة ، هذا فضلاً عن أن العالم بالنسبة للإنسان أمراً حيوياً وضرورياً لوجوده ، ولأن قوى الإنسان و قدراته وإمكاناته لا تتفتح ، ولا تنمو أو تتغير، إلا من خلال الشروط والظروف الموضوعية الموجودة في هذا العالم. (زهران،2002،ص112)

4-2 الاغتراب الذاتي Self alienation:

يعرف الاغتراب الذاتي بأنه انفصال عن الذات وقبل الحديث عنه لابد من الإشارة إلى وجود جانبين و راء كل اغتراب عن الذات والواقع الخارجي، فبغير ذات لا يكون هناك اغتراب، فالذات هي التي تغير دافع خارجي بحيث لا يكون هناك اغتراب للذات على أساس أن الواقع الخارجي هو المسرح الذي تمارس فيه الذات و اغترابها وفي حالة الاغتراب النفسي ينقل الصراع بين الذات والموضوع من المسرح الخارجي إلى الداخلي في النفس الإنسانية وأن اضطراب الذات بالموضوع يكون على مستويات ودرجات مختلفة تكون حينا بين السواء وحينا آخر من الاضطراب وإلى اضطراب الشخصية.

4- 3 الاغتراب الاجتماعي Social alienation :

حسب رأي علماء النفس والاجتماع أن ظاهرة الاغتراب الاجتماعي تعد من سمات العصر الذي تكثر فيه المشكلات الجديدة، حيث تتعمق الهوة بين الإنسان وذاته وبين الإنسان ومجتمعه، أصبحت المظاهر تهدد حياته وتخلخل وجوده الإنساني وهو ما يعني الاغتراب عن المجتمع وقيمه وعاداته ومعاييره والشعور بالعزلة والهامشية والعجز عن ممارسة السلوك الاجتماعي.

(عبد الرحمان منى ابو القاسم جمعة،2008،ص38)

4- 4 **الاغتراب العصابي**:يشير إلى تلك النزعات المضطربة في الجهاز النفسي بين الأنا والرغبات المكبوتة، إذ يعيش الفرد حرب عصابية.

4-5 الاغتراب الذهاني :وهو العجز التام عن التعامل مع الواقع بسبب عدم النضج وبدائية الأنا الأعلى مما يستدعي استبداله بواقع آخر من وضع تخيلات الفرد الطفلية. وهو العجز التام عن التعامل مع الواقع بسبب عدم النضج وبدائية الأنا الأعلى، مما يستدعي استبداله بواقع آخر من وضع تخيلات الفرد الطفيلية. (خالد محمد عسل، فاطمة محمود مجاهد،2001،ص48)

4- 6 **الاغتراب التربوي**:

تلعب المؤسسات التربوية دورا بالغا في تعميق ظاهرة الاغتراب، أو التقليل منها لدى الطلبة لما لهذه المؤسسات من دور في حاضر الطلبة ومستقبلهم، فهي تساعد على النمو والنضج النفسي والاجتماعي بالإضافة إلى دورها في إعداد الطلبة الشباب ودفعهم إلى ميادين الإنتاج والعطاء، وتلعب المؤسسات التعليمية دوراً بالغاً في تعميق ظاهرة الاغتراب أو التقليل منها ، فالمؤسسات التعليمية سواء المدرسية أم الجامعية لها الدور الأكبر في تنشئة الأفراد ، حيث تعمل جنباً إلى جنب مع الأسرة.

- تذكر(عليجه) انه يوجد بعدان أساسيان في العملية التعليمية يمكن أن يعبروا بوضوح عن ظاهرة الاغتراب وهما:

1 -**البعد الأول** :يتجسد في عملية الفصل الملازمة بين الإجراءات والأساليب المستعملة في التربية والتعليم وذات الطابع الاجتماعي المؤسساتي والنظامي وغير العائلي.

2 -البعد الثاني :يرتبط بعوامل الفصول الأخرى التي تضاعف أثارها لأعداد كبيرة للتلاميذ والتعقيدات الكثيرة الموجودة في المؤسسات التعليمية نفسها والإجراءات المصممة للتعليم. لذلك يعتبر خضوع الطالب إلى النظام التعليمي ، وتغيير بعض الاتجاهات والمواقف والقواعد الرئيسة المتعلقة بسلوك الطالب الاجتماعي أمراً ينطوي على الاغتراب لأن الطالب يواجه انفصال عن أسرته وعن النشاطات الترفيهية غير الرسمية التي أعتاد عليها هناك ، في المؤسسة التعليمية يطلب منه التخلي عن نظرته الذاتية المتحيزة لنفسه والتي نشأت بسبب الرعاية الخاصة في أسرته ، إذا

أن الظروف التعليمية الجديدة تخضعه إلى ظواهر تنافسية ، وتقنية رسمية وغير شخصية تجري في قاعات التدريس . (عليجة ،2011، ص417)

وتشير(علي) إلى أن الاغتراب التربوي يعني عدم قدرة المؤسسة التعليمية " طالب، أستاذ، إدارة"، على التكيف مع معطيات التكامل المعرفي التي توفرها تكنولوجية الاتصال التعليمي المتطور (فيديو-كمبيوتر -انترنت) حيث يعد التعليم بوصفه الحالي حارماً أبناءه من الثقافة العليا، في حين تكمن المهمة الأساسية للتعليم في رفع مستوى القدرة على استخدام التكنولوجيا المتوافرة فيه وتوظيفها لصالح المجتمع. (علي،2008،ص524)

5- المقاربة النظرية للاغتراب النفسي:

5-1 نظرية التحليل النفسي:

يفسر" فرويد "الاغتراب النفسي من خلال ما يلي:

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

- **اغتراب اللاشعور** :يشير" فرويد "إلى أن الخبرات المكبوتة تبدأ بحياة جديدة شاذة في اللاشعور وتبقى هناك محتفظة بطاقتها تتحين فرصة للخروج وطالما أن أسباب الكبت قائمة تتحين فرصة للخروج وطالما أن أسباب الكبت قائمة، فإن اللاشعور يضل مغتربا على شكل انفصال عن الشعور، وما محاولة الأنا في التوفيق بين ضغط الواقع ومتطلبات الهو وأوامر الأنا الأعلى إلا هروبا من اغتراب الفرد عن الواقع الاجتماعي. (سناء حامد زهران،2004،ص112)

5-2 النظرية السلوكية:

يرى أصحاب هذه النظرية أن المشكلات السلوكية عبارة عن أنماط من الاستجابات الخاطئة أو غير السوية المتعلمة لارتباطها بمثيرات منفردة، يحتفظ بها الفرد لفاعليتها في تجنب مواقف أو خبرات غير مرغوبة ، و الفرد وفقا لهذه النظرية يشعر بالاغتراب عن ذاته عندما ينصاع ويندمج بين الآخرين بلا رأي أو فكر محدد للتواصل معهم، وبدلا من ذلك يفقد تواصله مع ذاته.

5- 3 الاغتراب النفسي في نظرية إريك فروم:

يعد (أبا الاغتراب) في التحليل النفسي المعاصر لأنه يتناول الاغتراب بطريقة مختلفة ويمكن إيجاز ذلك الانفصال عن الطبيعة الذي يصاحب سيطرة الإنسان عليها بطابع يختلف عن طابع الانفصال الذي يصاحب ظهور وعي الذات وافتقار القدرة على ربط ذات الفرد بطبيعته، وأخيراً محاولة الفرد لإيجاد التناسق مرة أخرى مع الطبيعة بالنكوص إلى شكل لا إنساني للوجود، يقضي على صفاته الإنسانية الخاصة ويعتقد أن أحد جوانب عملية التفرد تتمثل في أن الفرد يصبح كياناً واعياً منفصلاً عن الآخرين ، وأنه من الممكن لمن أصبح يعي بانفصاله عن الآخرين أن يجد روابط جديدة مع رفاقه من الناس لتحل محل الروابط القديمة التي كانت تنظم من قبل الغرائز ويستند تفسير (فروم) للاغتراب على الفهم الماركسي مع اهتمامه بالبناء الكلي لشخصية الإنسان بما تتضمنه من خصائص نفسية واجتماعية واقتصادية وروحية ، لذا يعتقد الكثير من الباحثين أن إسهامه الحقيقي في جعل مفهوم الاغتراب أكثر اتساعا عن مفهوم ماركس.

وبرؤية شاملة يرى الباحث (فروم) ينظر إلى الاغتراب على أنه عملية وسيطة بين الحاجات النفسية والتوجيهات الشخصية ، إذ أن الفشل في إشباع الحاجات النفسية بطريقة بناءة يقوده إلى صور متعددة ، من مظاهر الاغتراب مما ينتج عنه تكيف غير سوي للشخصية يظهر في توجهات الشخصية العصابية. (عبد السميع،2007،ص47)

-ويمكن الحديث عن عدة أنماط للاغتراب لدى فروم نذكرها باختصار وهي:

-الاغتراب عن الذات :من أهم صور الاغتراب ويعني انفصال الفرد عن ذاته حيث يعيش خبرات وتجارب تشعره أن ذاته غريبة عنه مع افتقاده الشعور بالعفوية والتفرد ، وذلك نتيجة إخفاق الفرد في تكوين ذات أصلية ، والذات الأصلية غير قابلة للتكرار ويتسم صاحبها بأنه شخص مفكر وقادر على الحب والإحساس والإنتاج.

-الاغتراب عن الآخرين :تعني غياب النمط الصحيح للارتباط بالآخرين ، ويتضمن النمط الصحيح الحب المنتج والذي يستوجب بدوره وجود الذات الأصلية ، وتعني توافق الفرد مع نفسه وتوافقه مع الجماعة.

-الاغتراب عن العمل :يرى فروم أن العمل من حيث جوهره ضرورة ايجابية للفرد إذ يساعد على تشكيله ككائن اجتماعي مستقل ، كما يحقق من خلاله طاقاته الداخلية وقدراته الخلاقة، وفي المجتمع المعاصر أصبح الاغتراب يسود علاقة الإنسان بعمله ، لأنه يتعين على الأفراد القيام بأعمال ليست نابعه من نشاطهم الحر الخلاق وينتقد فروم العمل الآلي الناتج عن سيطرة الروح البيروقراطية على النشاط الإنساني

-الاغتراب والاستهلاك :يتضح من خلال الانفصال بين احتياجات الفرد الفعلية واستهلاكه حيث أصبحت الرغبة في الاستهلاك لدى الفرد في المجتمع الحديث رغبة مطلقة وهدفاً في حد ذاته بعيداً عن احتياجاته الفعلية. (المحمداوي ،2007،ص42).

5- 4 الاغتراب في نظرية اريكسون:

أن الهدف الأساسي لنظرية(أريكسون) هو اهتمامهما بتطور هوية(الأنا)،حيث رأى (أريكسون) أن فترة المراهقة حاسمة في نمو هوية(الأنا) لدى الفرد عندما يكون للفرد المراهق هدفاً مركزياً محدداً ،فتحدد هويته ويدخل مرحلة الألفة والانتماء ويشعر المراهق بالاغتراب عندما لا يستطيع تحدد هويته . (1968,friksom,ص106)

فالاغتراب لدى(اريكسون) معوق أساسي في حرية الأنا أو في تكوين موقف أوضح تجاه. العالم ،هذه الرؤية وان اشتركت مع نظرية فروم وهوربي في عدم المجال الذي يتشكل فيه هذا المفهوم على نحو دقيق إلا أن تعريفه يتميز بأنه يفتح الباب لدور فعال في مجال التربية بمفهوم الاغتراب .

وتتضح رؤية (اريكسون) من خلال عرضه لتشكل هوية(الأنا) وفق نظريته في النمو النفسي – الاجتماعي التي تعنى بتحديد موقف بوضوح تجاه العالم ، وتجاه دورها من خلال معرفتها لقدراتها وإمكاناتها وواجباتها ، ومحاولة التوفيق بينهما وبين الأدوار الاجتماعية وتوقعات كل دور. ويذكر(براون) أن تصور أريكسون للاغتراب الناتج عن عدم تحقيق الهوية بأنه قد يحدث نتيجة للازمات النفسية التي اعترضت مراحل النمو مثل القلق والشعور بالخزي والإحساس بالذنب كما أن اللامعنى قد يكون سبباً ونتيجة للاغتراب ، كما أنه من الممكن أن يكون الوسواس والقهر والكبت نتيجة لعدم تحقيق الهوية بشكل صحيح. (شقير،2005،ص54)

5-5 الاغتراب في نظرية هورني:

بدأ مفهوم الاغتراب النفسي عند(هورني) لأول مرة في كتابها " طرق جديدة في التحليل النفسي "، وهي تشير إلى اغتراب الذات باعتباره وصفاً يتضمن قمع الفردية والعفوية لدى الفرد ، فإذا ما كانت الذات الفردية والعفوية لشخص ما قد أوقفت نموها الطبيعي ، وأضفى عليها الغموض، فإن هذا الشخص يوصف بأنه في حالة اغتراب عن ذاته . (يوسف،2005،ص25)

وتضيف(هورني) في كتابها(صراعاتنا الداخلية) أن الاغتراب ينشأ حين يتبنى الفرد صورة مثالية عن ذاته تختلف عما هو عليه ، ويفسر ذلك بأن الفرد قد يكره ذاته بسبب ضعفها أو فشلها في تحقيق رغباتها ومطالبها وذلك نتيجة اصطدامها بالظروف الاجتماعية المختلفة، الأمر الذي يقود إلى حالة من الصراع الداخلي بين الذات الحقيقية والذات المثالية. وترجع(هورني) أسباب الاغتراب لدى الإنسان إلى ضغوط داخلية ، حيث يصبح المغترب غافلاً عما يشعر به وعما يحبه أو يرفضه أو يعتقده ، ويصبح عاجزاً عن اتخاذ قراراته لأنه لا يعرف حقيقة ما يريد ، كما أنه يعيش في حالة من اللا واقعية واللامبالاة ،هذا الشعور يؤدي، بكثير من الحالات بالألم والحزن واليأس وإلى عدم فعاليته في الحياة . (المحمداوي ، 2007،ص32)

وتميز(هورني)في مفهوم الاغتراب نمطين للذات المغتربة وهما:

-**الاغتراب عن الذات الفعلية** :هي اغتراب الفرد عن مشاعره ورغباته ومعتقداته وطاقاته وماضيه ، وعدم إقراره بها لذلك تصبح مكبوتة ، ويعتبر ذلك الاغتراب سمة للشخص المصاب بالعصاب.

-**الاغتراب عن الذات الحقيقية** :تُعد الذات الحقيقية جوهر وجود الإنسان ، ومصدر الطاقات الداخلية والاهتمام العفوي ومنبع القوى العاطفية، واغتراب الفرد عنها من خلاله انفصاله عن، ذلك المركز يؤدي إلى خمول الذات الحقيقية. (مجاهد،2010،ص120)

6- الاسباب المؤدية للاغتراب النفسي :

يعد الاغتراب النفسي من المفاهيم النفسية الواسعة الانتشار في علم النفس الحديث ويمكن إرجاع الاغتراب النفسي إلى مجموعة من الأسباب الخارجية ، ومجموعة أخرى من الأسباب الداخلية لكل مجتمع.

6-1 الأسباب الخارجية :تتضمن التيارات الفكرية العالمية، والاستعمار وأثره في الأوضاع العالمية سياسياً واقتصادياً واجتماعياً وثقافياً ، ودينياً.

6-2 الأسباب الداخلية :هي الأسباب المتعلقة بمجتمع واحد، تنبع من ظروفه الخاصة به والمتعلقة بتاريخه ووضعه السياسي والاقتصادي والثقافي ، وتُعد هذه الأوضاع من أهم المؤثرات التي تحدد حالة المجتمع والفرد نفسياً واجتماعياً.

وهناك ايضاً مجموعة من الأسباب التي تخص الأفراد، والمختلفة فيما بينها وهي:

أسباب خارجية تتعلق بالوضع التربوي للفرد وأسباب داخلية مرتبطة بالوضع النفسي والعقلي للفرد، ودوره في توافقه أو تنافره مع المجتمع ، إضافةً إلى أسباب داخلية كوضع الفرد البيولوجي والفسيولوجي بشكل عام ويمكن عد هذه الأسباب كافية لتفاصيل الشعور بالاغتراب النفسي لدى الفرد. (همام والهوشي،2010،ص79)

ويحدث الاغتراب النفسي بشكل خاص نتيجة التفاعل بين العوامل النفسية والعوامل الاجتماعية ،حيث تصنف أسباب الاغتراب النفسي إلي :

أ- الأسباب النفسية :تتمثل في

-الصراع :من أهم الصراعات التي تتضح في حالة الاغتراب هو :الصراع بين الدوافع والضوابط (الرغبات) ، والصراع بين المعايير الاجتماعية والقيم الأخلاقية، والصراع بين الحاجات الشخصية والواقع ، وصراع القيم ، والأدوار الاجتماعية والمهنية، والصراع الثقافي بين الأجيال ، والصراع على السلطة، إضافة إلى صراع الأدوار وتعتبر هذه الصراعات من الأسباب التي تؤدي إلى التوتر الانفعالي والقلق واضطراب في الشخصية.

-الإحباط :يرتبط الإحباط بالشعور بخيبة الأمل والخسارة والفشل والتأخر والشعور بالعجز التام واستحالة تحقيق مستوى الطموح والشعور بالقهر وتحقيق الذات.

-**الحرمان** :تقل الفرصة لتحقيق دوافع وإشباع الحاجات كما في حالة الحرمان من الرعاية الوالدية والاجتماعية وعدم إشباع الحاجات الأساسية الحيوية والنفسية والاجتماعية.

-**الخبرات الصادمة** :هي الخبرات التي تحرك العوامل الأخرى المسببة للاغتراب ، والخبرات الصادمة الأليمة ، ومن أخطرها الأزمات الاقتصادية والحروب. (**زهران،2002،ص108**)

ب -الأسباب الاجتماعية :ومن أهمها:

-**ضغوط البيئة الاجتماعية** :من أهم الأسباب الاجتماعية للاغتراب النفسي هو الفشل في مواجهة هذه الضغوط وعدم التحكم بها.

-**التطور الحضاري** :هو التغير الاجتماعي وفق معطيات الحضارة الجديدة ، وعدم توافر القدرة النفسية على التوافق معه ومع متطلبات الحياة الصناعية المعقدة والمتغيرة ، يضاف إلى ذلك تعقيد القوانين وزيادة المسؤوليات الاجتماعية.

-**المشكلات الاجتماعية** : هي نقص التفاعل الاجتماعي الموجود عند الأقليات ، والاتجاهات الاجتماعية السالبة والمعاناة في خطر التعصب والشعور بالنقص وانعدام الأمن.

-**سوء الأحوال الاقتصادية** :تتمثل في صعوبة الحصول على مستلزمات الحياة.

-**الضعف الأخلاقي** :الضلال ، البعد عن تعاليم الدين الصحيحة و تدهور نظام القيم والأخلاق وتصارع هذه القيم بين الأجيال.

-**انعدام الأمن والأمان** :الشعور بالخوف والضعف. (كريمة،2011،ص39)

7- أعراض الاغتراب النفسي:

ويشعر المغترب بأنه منفصل عن ذاته وعن مشاعره ومنفصل عن الناس الآخرين وعن المجتمع ، فظاهرة الاغتراب تشير إلى علاقة الإنسان بالعالم الخارجي المحيط به وإلى علاقته بذاته، في هذه الحالة يبدو العالم والأشياء والناس والأحداث غريبة عن الفرد، ويراها متناقضة معه وهو يختلف معها أو يرفضها، وتسود مشاعر العزلة والوحدة والرفض وفقد الأنا والهوية، وقد يشعر الإنسان بالاغتراب عندما يقلل الشعور بالتضامن والتسامح والتساند والتكافل والتعاون والأخذ والعطاء .والشعور بوحدة المجتمع كونه غريب عنه، وبذلك يقلل شعوره بالإنتماء .

(**مشاييخ،2008،ص66**).

خلاصة الفصل:

تمثل ظاهرة الاغتراب النفسي من بين أكثر الأنواع إنتشارا في المجتمع خاصة خلال السنوات الأخيرة حيث أنها أصبحت تشكل مشكلة عويصة تواجه ذوات الأفراد و خاصة فئة المراهقين في حياة الفرد من ناحية عدم القدرة و تواصل الفرد مع نفسه ومع الآخرين،حيث يتوجب علينا كأخصائيين نفسانيين وتربويين وأولياء معرفة و مواجهة الاغتراب النفسي من خلال معرفة أسبابه وأعراضه وأبعاده وأنواعه واثاره السلبية على فاعلية الذات من جهة و من جهة أخرى هناك أسباب عديدة منها ،ظهور ظاهرة الاغتراب النفسي وإدمان الانترنت أي الجلوس لمدة طويلة أمام شبكة الانترنت في اليوم،مما يتطلب خطط علاجية ووقائية للحد من ظاهرة الاغتراب النفسي .

الفصل الثالث

فاعلية الذات

*تمهيد

1- مفهوم فاعلية الذات

2- بعض المفاهيم المرتبطة بفاعلية الذات

3- أبعاد فاعلية الذات

4- مكونات فاعلية الذات

5- خصائص فاعلية الذات

6- مظاهر فاعلية الذات

7- العوامل المؤثرة في فاعلية الذات

8- النظريات المفسرة لفاعلية الذات

خلاصة الفصل.

تمهيد:

تعتبر فاعلية الذات بعدا من أبعاد الشخصية لدى الفرد ، و هي من أبرز المفاهيمالتي قدمها باندورا ، حيث عرفها (**باندورا** ،) 1997 بأنها ثقة الفرد بقدرته على تنظيم و تنفيذ مهاراته المعرفية و السلوكية و الاجتماعية الضرورية للأداء الناجح في مهمة ما ، أو معتقدات الفرد حول قدرته على تنظيم و تنفيذ المخططات العملية المطلوبة لإنجاز الهدف المراد. و يرى باندورا أن هذه المعتقدات الشخصية حول الفاعلية الذاتية تعد المفتاح الرئيسي للقوى المحركة لسلوك الفرد لأن السلوك الإنساني يعتمد بشكل أساسي على ما يعتقده الفرد عن فاعليته و توقعاته عن مهاراته السلوكية المطلوبة للتفاعل الناجح و الكفؤ مع أحداث الحياة (معاوية ،2010،ص289)

حيث تعتبر فاعلية الذات من المفاهيم الهامة في تفسير سلوك الفرد خاصة من وجهة نظر أصحاب نظرية التعلم الاجتماعي ، حيث تعمل فاعلية الذات كمعينات ذاتية ، أو معيقات ذاتية في مواجهة المشكلات وتنبع أهميتها من تأثيرها في مظاهر متعددة من سلوك الفرد ومن بينها التعلم والانجاز.

1- مفهوم فاعلية الذات:

- عرف (**باندورا** ،) **1994** الفاعلية الذاتية بأنها معتقدات الناس حول قدراتهم على القيام بمستويات معينة من الأداء ، الذي يتحكم في أحداث تؤثر على مجرى حياتهم . و يمكن أن تنشأ هذه المعتقدات من خبرات التمكن الناتجة عن الإنجاز و النجاح المسبق ، و الخبرات البديلة من خلال ملاحظة الشخص لنجاح الآخرين المماثلين له في أعمال مشابهة ، فالاقتداء بالنماذج الاجتماعية يوفر معايير يحكم الشخص على نفسه من خلالها ، كما أن الإقناع الاجتماعي يعزز الإحساس بالفاعلية الذاتية ، إذ يتم إقناع الأفراد بأنهم يمتلكون مقومات النجاح لتنفيذ الأنشطة المطلوبة ، مما يدفعهم لمضاعفة الجهد و المواظبة ، و يتطلب ذلك تهيئة المواقف الملائمة التي تهيء فرص النجاح و تتفادى احتمالات الفشل . كما يعتمد الناس جزئيا على حالتهم العاطفية و الجسمية في الحكم على قدراتهم ، فالمزاج الإيجابي يدعم الفاعلية الذاتية المدركة ، بينما المزاج اليائس يضعفها ، و الاستثارة العاطفية تضعف الأداء ، تقلل من توقعات النجاح.
(باندورا ،1994،ص71)

- يرى سيرفون وبيك (Cervone & Peake, 1986,أن معتقدات الأشخاص حول فاعلية الذات هي التي تحدد مستوى الدافعية، وينعكس ذلك على المجهود الذي يبذلونه في أعمالهم، وكذلك على المدة التي يستطيعون من خلالها الصمود في مواجهة العقبات والمشكلات، كما أنه كلما

زادت ثقة الفرد في فاعلية الذات تزيد مجهوداته، ويزيد إصراره على تخطي ما يقابله من عقبات، فعندما يواجه الفرد بموقف ما يكون لديه شكوك في مقدرته الذاتية فهذا يقلل من مجهوده، مما يؤثر في محاولة حل المشكلات بطريقة ناجحة. (سيرفون وبيك،1986،ص14)

عرف(العدل)فاعلية الذات بأنها : ثقة الفرد الكامنة في قدراته، خلال المواقف الجديدة، أو المواقف ذات المطالبة الكثيرة وغير المألوفة، أو هي اعتقادات الفرد في قواه الشخصية، مع التركيز على الكفاءةفي تفسير السلوك دون المصادر أو الأسباب الأخرى للتفاؤل (العدل،2001،ص131)

عرف باندورا (1997) بأنها أحكام الفرد وتوقعاته حول إمكانية أداءه للسلوك الفعال في موافق تتصف لأنها غامضة وغير واضحة وتنعكس هذه التوقعات على اختيار الفرد للأنشطة المتضمنة، في الأداء والجهود المبذولة ومواجهة العقبات وانجاز السلوك .

(حمانة وشرادقة،2013،ص185)

يذكر(كيرتش 1985) أن الفاعلية الذاتية تعني ثقة الفرد في قدرته على انجاز السلوك بعيدا عنشروط التعزيز

أما في المجال التربوي فيشير(chan 1996) لمفهوم الفاعلية الذاتية إلى النظرة الشخصية لقدرات الطالب و إمكانياته في مجالات المهارات المختلفة ، حيت تتأثر الكفاءة بالصورة التي يدرك فيها الطالب لكيفية إدراك الآخرين لتلك القد رات والإمكانيات وكيف تقيم من معلمه وتتأثر كذلك بادراك الطالب لإمكانات نجاحه في انجاز المهمات.

(محمد أبو عليا ،2007،ص352)

2- بعض المفاهيم المرتبطة بفاعلية الذات:

2-1 تقدير الذات : يعرفها عبد الرحمن " : 1985 أنها مجموعة من الاتجاهات والمعتقدات التي

يستند عليها الفرد عندما يواجه العالم المحيط به ومن هنا فان تقدير الذات يعطي تجهيزا عقليا يعدللشخص للاستجابة لتوقعات النجاح والقبول والقوة الشخصية ، وبالتالي فهو حكم الشخص اتجاه نفسه وقد يكون هذا الحكم بالموفقة آو بالرفض.

2-2 تحقيق الذات : تعرفها فاطمة العامري : 1993 بأنها عملية نشطة تسعى بالفرد ليكون ويصبح موجها ومتكاملا على مستويات التفكير والشعور والاستجابة الجسدية

2-3 مفهوم الذات : هي عبارة عن تكوين معرفي منظم ومتعلم للمدركات الشعورية والتصورات والتقييمات الخاصة بالذات يبلوره الأستاذ عن نفسه ويتجلى ذلك في استخدام أفكاره الذاتية التي تحدد أبعاد هويته وذلك من خلال توظيف العناصر المختلفة التي تكشف عن قد راته الداخلية والخارجية وتشتمل هذه العناصر التصورات والمدركات التي تحدد خصائص ذاتيته . (عبدلي ، 2015،ص37)

2-4العجز المتعلم : عرفه محمود جاد بأنه " حالة من انخفاض المثابرة والاستسلام السريع في مواجهة المشكلات والمواقف الضاغطة ولاستجابة تلك المواقف بمستوى ادني مما تسمح به قد رات الفرد ، وتتكون الحالة من اعتقاد الفرد بضعف قد راته في السيطرة على تلك المواقف وتوقعاته للفشل الذي يسبق توقعاته للنجاح (عاشور ،2013،ص27)

3-أبعاد فاعلية الذات:dimonsions of self efficacy

حدد باندورا (1977) bandura ثلاثة أبعاد تتغير فاعلية الذات وفقا لها وهي

3-1 قدر الفاعلية:magnitude

وهو يختلف وفقا لطبيعة أو صعوبة الموقف ويتضح قدر الفاعلية بصورة اكبر عندما تكون المهام مرتبة وفقا لمستوى الصعوبة والاختلافات بين الأفراد في توقعات الفاعلية ، ويمكن تحديده بالمهام البسيطة المتشابهة ومتوسطة الصعوبة ولكنها تتطلب مستوى أداء شاق في معظمها.

-ويذكر باندورا في هذا الصدد أن طبيعة التحديات التي تواجه الفاعلية الشخصية يمكن الحكم عليها بمختلف الوسائل مثل : مستوى الإتقان وبذل الجهد ، والدقة والإنتاجية والتهديد والتنظيم الذاتي المطلوب، فمن خلال التنظيم الذاتي فان القضية لم تعد أن فردا ما يمكن أن ينجز عملا معينا عن طريق الصدفة ولكن القضية هي أن فردا ما يمكن أن ينجز عملا معينا عن طريق الصدفة ولكن القضية هي أن فردا ما لديه الفاعلية لينجز بنفسه وبطريقة منضمة من خلال مواجهة مختلف حالات العدول عن الأداء .

2-3 العمومية :generality :

يشير باندورا هنا إلي انتقال توقعات فاعلية الذات من موقف موقف متشابهة فالشخص يستطيع النجاح في أداء مهام مقارنة بنجاحه في أداء مهام متشابهة ، وفي هذا الصدد يذكر باندورا أن العمومية تتحدد من خلال مجالات الأنشطة المتسعة في مقابل المجالات المحددة

وأنها تختلف باختلاف عدد من الأبعاد مثل : درجة تشابه الأنشطة والطرق التي تعبر بها عن الإمكانيات أو القدرات السلوكية والمعرفية والوجدانية ، ومن خلال التفسيرات الوصفية للمواقف وخصائص الشخص المتعلقة بالسلوك الموجه.

3- 3 الشدة(القوة):strength :

يؤكد باندورا أنها تتحدد ضمن خبرة الشخص ومدى مناسبتها للموقف وان الفرد الذي يمتلك توقعات مرتفعة يمكنه المواظبة في العمل وبذل جهد أكثر في مواجهة الخبرات الصعبة.

تعبر قوة الشعور بالفاعلية الشخصية عن المثابرة العالية والقدرة المرتفعة التي تمكن من اختيار الأنشطة التي سوف تؤدي بنجاح ، كما يذكر أيضا انه في حالة التنظيم الذاتي للفاعلية أن الناس سوف يحكمون على ثقتهم ويمكنهم أداء النشاط بشكل منظم في خلال فترات زمنية محددة. (قريسي،2011،ص103)

4- مكونات فاعلية الذات:

- **المبادرة** : قدرة الفرد على تحقيق مستوى معين من الانجاز والتحكم بالأحداث .
- **الجهد** : يعتبر الطاقة المبذولة والمتمثلة في السلوك الحركي واللفظي للفرد للقيام بالمبادرة.
- **المثابرة على الجهد لتحقيق المبادرة** : وهي التصدي للعوائق التي تعترض الجهد الذي يبذله الفرد في أدائه للمثابرة ومقدار تكيفه لمطالب البيئة التي تواجهه.

(أمين المفتى ، 2015ص101)

5- خصائص فاعلية الذات :

هناك خصائص عامة لفاعلية الذات وهي:

1- مجموعة الأحكام والمعتقدات والمعلومات عن مستويات الفرد وإمكاناته ومشاعره.

2- ثقة الفرد في النجاح في أداء عمل ما.

3- وجود قدر من الاستطاعة سواء كانت فسيولوجية، أم عقلية، أم نفسية، بالإضافة إلى توافر الدافعية في المواقف.

4- توقعات الفرد للأداء في المستقبل.

5-إنها لا تركز فقط على المهارات التي يمتلكها الفرد ولكن أيضا على حكم الفرد على ما يستطيع أداؤه مع ما يتوافر لديه من مهارات، ففاعلية الذات هي" :الاعتقاد بأن الفرد يستطيع تنفيذ أحداث مطلوبة."

6- هي ليست سمة ثابتة أو مستقرة في السلوك الشخصي فهي مجموعة من الأحكام لا تتصل بما ينجزه الشخص فقط ولكن أيضا بالحكم على ما يستطيع إنجازه وإنها نتاج للقدرة الشخصية.

7- إن فاعلية الذات تنمو من خلال تفاعل الفرد مع البيئة ومع الآخرين، كما تنمو بالتدريب واكتساب الخبرات المختلفة.

8- إن فاعلية الذات ترتبط بالتوقع والتنبؤ، ولكن ليس بالضرورة أن تعكس هذه التوقعات قدرة الفرد وإمكاناته الحقيقية، فمن الممكن أن يكون لدى الفرد توقع بفاعلية الذات مرتفعة وتكون إمكاناته قليلة.

9- تتحدد فاعلية الذات بالعديد من العوام مثل :صعوبة الموقف، كمية الجهد المبذول، مدى مثابرة الفرد.

10- إن فاعلية الذات ليست مجرد إدراك أو توقع فقط، ولكنها يجب أن تترجم إلى بذل جهد وتحقيق نتائج مرغوب فيها. وهذه الخصائص يمكن من خلالها إخضاع فاعلية الذات الإيجابية للتنمية والتطوير، وذلك بزيادة التعرض للخبرات المناسبة .

(Cynthia & Bobko،1994،p364)

6- مظاهر فاعلية الذات:

لقد أشار باندورا إلى أن فاعلية الذات يظهر تأثيرها جليا من خلال أربعة عمليات أساسية، وهي العملية المعرفية، والدافعية والوجدانية، وعملية اختيار السلوك وفيما يلي عرض لأثر فاعلية الذات في تلك العمليات الأربعة:

6-1 العملية المعرفية:Cognitive Process

وجد باندورا أن آثار فاعلية الذات على العملية المعرفية تأخذ أشكالا مختلفة فهي تؤثر في كل من مراتب الهدف للفرد وكذلك في السيناريوهات التوقعية التي يبنيها، فالأفراد مرتفعوا الفاعلية يتصورون سيناريوهات النجاح التي تزيد من آدائهم وتدعمه، بينما يتصور الأفراد منخفضوا الفاعلية دائما سيناريوهات الفشل ويفكرون فيها.

ويضيف باندورا أن معتقدات فاعلية الذات تؤثر في العملية المعرفية من خلال مفهوم القدرة، ومن خلال مدى اعتقاد الأفراد بقدرتهم على السيطرة على البيئة، ففيما يتعلق بمفهوم القدرة يتمثل دورمعتقدات فاعلية الذات في التأثير على كيفية تأويل الأفراد لقدراتهم، فالبعض يرى أن القدرة على أسس أنها موروثة، ومن الخطأ الارتقاء بالقدرات الذاتية، وبالتالي فإن الأداء الفاشل يحمل تهديدا لهم ولذكائهم على حساب خوضهم تجارب قد توسع من معارفهم ومؤهلاتهم.

وفي هذا الشأن يذكر بيري Berry 1987 أنه كلما ا زد مستوى تعقيد الأداء كلما أدى ذلك إلى ارتفاع أداء الذاكرة، وبالتالي تساهم معتقدات الفاعلية الذاتية في تحسين أداء الذاكرة عن طريق الأداء، والأفراد بشكل عام يقيمون قدراتهم عن طريق مقارنة أدائهم بالآخرين، وعن طريق التغذية الراجعة.

أما فيما يتعلق بمدى اعتقاد الأفراد بقدرتهم على ممارسة السيطرة على البيئة فهناك مظهران لهذه السيطرة، هم درجة وقوة الفاعلية الذاتية لإحداث التغير، عن طريق الجهد المستمر والاستخدام الإبداعي للقدرات والمصادر، وتعديل البيئة فالأفراد الذين تسيطر عليهم الشكوك الذاتية يتوقعون فشل جهودهم لتعديل المواقف التي يمرون بها ويقومون بتغيير طفيف في بيئتهم وإن كانت مليئة بالكثير من الفرص المحتملة، في حين أن من يمتلكون اعتقادا أرسخ في فاعليتهم الذاتية عن طريق الإبداع والمثابرة يتوصلون إلى طريقة لممارسة السيطرة على بيئتهم، وإن كانت البيئة مليئة بالفرص المحدودة

والعديد من العوائق، ويضعون لأنفسهم أهدافا مليئة بالتحدي، ويستخدمون التفكير التحليلي. ومبدئيا يعتمد الأفراد على أدائهم الماضي للحكم على فاعليتهم، ولتحديد مستوى طموحهم، ولكن عن طريق المزيد من التجارب يبادرون بوضع خطة ذاتية لفاعليتهم الذاتية، وهذا في حد ذاته يعزز الأداء بشكل جيد عن طريق معتقداتهم في فاعليتهم الذاتية.

ويرى مادوكس Maddux

أن معتقدات فاعلية الذات تؤثر على العملية المعرفية من خلال التأثير في :

-الأهداف التي يضعها الأفراد لأنفسهم، فالذين يمتلكون فاعلية مرتفعة يضعون أهدافا طموحة، ويهدفون لتحقيق العديد من الإنجازات، بعكس الذين لديهم ضعف في معتقداتهم فيما يتعلق بقدراتهم.

-الخطط والاستراتيجيات التي يضعها الأفراد، من أجل تحقيق الأهداف.

-التنبؤ بالسلوك المناسب، والتأثير على الأحداث.

-القدرة على حل المشكلات، فالأفراد ذوو الفاعلية المرتفعة أكثر كفاءة في حل المشكلات، واتخاذ القرارات.

2-6 العملية الدافعية:Motivational Process

لقد أشار باندورا ا إلى أن اعتقادات الأفراد لفاعلية الذات تساهم في تحديد مستوياتهم الدافعية، وهناك ثلاثة أنواع من النظريات المفسرة للدوافع العقلية وهي :نظرية العزو السببي، ونظرية توقع النتائج، ونظرية الأهداف المدركة، وتقوم فاعلية الذات بدور مهم في التأثير على الدوافع العقلية في كل منها، فنظرية العزو السببي تقوم على مبدأ إن الأفراد مرتفعي الفاعلية يعزون

فشلهم إلى الجهد غير الكافي أو إلى الظروف الموقفية غير الملائمة، بينما الأفراد منخفضوا الفاعلية يعزون سبب فشلهم إلى انخفاض في قد راتهم، فالعزو السببي يؤثر في كل من الدافعية، والأداء وردود الأفعال الفعالة، عن طريق الاعتقاد في الفاعلية الذاتية، وفي نظرية توقع النتائج تنظم الدوافع عن طريق توقع أن سلوكامحددا سوف يعطي نتيجة معينة بخصائص معينة، كماهو معروف فهنالك الكثير من الخيارات التي توصل إلى هذه النتيجة المرغوبة، ولكن الأشخاص منخفضي الفاعلية لا يستطيعون التوصل إليها، ولا يناضلون من أجل تحقيق هدف ما لأنهم يحكمون على أنفسهم بعدم الكفاءة وفيما يتعلق بنظرية الأهداف المدركة تشير الدلالة إلى أن الأهداف الواضحة والمتضمنة تحديات تعزز العملية الدافعية،وتتأثر الأهداف بالتأثير الشخصي أكثر من تأثيرها بتنظيم الدوافع والأفعال.

ويذكر باندورا وسيرفون أن الدوافع القائمة على الأهداف تتأثر بثلاثة أنواع من التأثير الشخصي وهي :الرضا وعدم الرضا الشخصي عن الأداء، وفاعلية الذات المدركة للهدف و إعادة تعديل الأهداف بناء على التقديم الشخصي، ففاعلية الذات تتحدد الأهداف التي يضعها الإفراد لأنفسهم، وكمية الجهد المبذول في مواجهتها أوحلها، ودرجة إصرار الإفراد ومثابرتهم عند مواجهة تلك المشكلات، فالأشخاص مرتفعو الفاعلية يبذلون جهدا عظيما عند فشلهم لمواجهة التحديات .

6-3 العملية الوجدانية:Affecive Process

تؤثر اعتقادات فاعلية الذات في كم الضغوط و الاحباطات التي يتعرض لها الأفراد في مواقف التهديد، كما يؤثر في مستوى الدافعية، حيث أن الأفراد دوي الإحساس المنخفضة بفاعلية الذات أكثر عرضة للقلق، حيث يعتقدون أن المهام تفوق قدراتهم وسوف يؤدي ذلك بدورة إلى زيادة مستوى القلق، لاعتقادهم بأنه ليس لديهم المقدرة على انجاز تلك المهمة كما إنهم أكثر عرضة للاكتئاب، بسبب طموحاتهم غير المنجزة، و إحساسهم المنخفض بفاعليتهم الاجتماعية، وعدم قدرتهم على انجاز الأمور التي تحقق الرضا الشخصي، في حين يتيح إدراك فاعلية الذات المرتفعة تنظيم الشعور بالقلق والسلوك الانسحابي من المهام الصعبة، عن طريق التنبؤ بالسلوك المناسب في موقف ما.

6- 4عملية اختيار السلوك:Selection Process

تؤثر فاعلية الذات في عملية انتقاء السلوك، ومن هنا فان اختيار الأفراد للأنشطة والأعمال التي يقبلون عليها مرهون بما يتوفر لديهم من اعتقادات ذاتية في قدرتهم على تحقيق النجاح في عمل محدد دون غيره .ويمكن إجمال نتائج الدراسات فيما يختص بالعلاقة بين فاعلية الذات واختيار السلوك على النحوالتالي :الأفراد الذين لديهم إحساس بانخفاض مستوى الفاعلية الذاتية، ينسحبون من المهام الصعبة التي يشعرون أنها تشكل تهديدا شخصيا لهم، حيث يتراخون في بذل الجهد ويستسلمون سريعا عند مواجهة المصاعب، وفي المقابل فإن الإحساس المرتفع بفاعليته يعزز الإنجاز الشخصي بطرق مختلفة، فالأفراد ذوو الثقة العالية في قد راتهم يرون صعوبات كتحدي يجب التغلب عليه، وليس كتهديد يجب تجنبه، كما أنهم يرفعون ويعززون من جهدهم في مواجهة المصاعب، بالإضافة إلى أنهم يتخلصون سريعا من آثار الفشل. الجاسر،2007،ص37)

7- العوامل المؤثرة في فاعلية الذات :

تم تصنيف العوامل المؤثرة في فاعلية الذات إلى ثلاثة مجموعات وهي:

7-1 **المجموعة الأولى** : التأثيرات الشخصية : لقد أشار زيمرمان(**Zimmerman**، 1989) إلى أن إدراكات فاعلية الذات لدى الطلاب في هذه المجموعة على أربع مؤثرات شخصية:

أ- المعرفة المكتسبة : و ذلك وفقا للمجال النفسي لكل منهم.

ب – عمليات ما وراء المعرفة : هي التي تحدد التنظيم الذاتي لدى المتعلمين.

ج – الأهداف : إذ أن الطلاب الذين يركنون على أهداف بعيدة المدى أو يستخدمون عمليات الضغط لمرحلة ما وراء المعرفة قيل عنهم أنهم يعتمدوا على إدراك فاعليةالذات لديهم و على المؤثرات و على المعرفة المنظمة ذاتيا.

د – المؤثرات الذاتية : و تشمل قلق الفرد و دافعية مستوى طموحه و أهدافه الشخصية

7-2 المجموعة الثانية : التأثيرات السلوكية و تشمل ثلاث مراحل:**(1977. Bandura)**

أ –ملاحظة الذات : إذ أن ملاحظة الفرد لذاته قد تمده بمعلومات عن مدى تقدمه نحو إنجاز أحد الأهداف.

ب – الحكم على الذات : و تعني استجابة الطلاب التي تحتوي على مقارنة منظمة لأدائهم مع الأهداف المطلوب تحقيقها وهذا يعتمد على فاعلية الذات وتركيب الهدف.

ج – رد فعل الذات: الذي يحتوي على ثلاثة ردود هي:

1- ردود الأفعال السلوكية و فيها يتم البحث عن الاستجابة التعليمية النوعية

2- ردود الأفعال الذاتية الشخصية و فيها يتم البحث عما يرفع من استراتيجيتهم أثناء عملية التعلم

3- ردود الأفعال الذاتية البيئية و فيها يبحث الطلاب عن أنسب الظروف الملائمة لعملية التعلم

3-7 **المجموعة الثالثة** : التأثيرات البيئية لقد أكد باندورا (Bandura, 1977, 91) على موضوع النمذجة والصور المختلفة في تغيير إد راك المتعلم لفاعلية ذاته مؤكدا على الوسائل المرئية، ومنها التلفاز، وأن تأثير النمذجة الرمزية يكون لها أثارًا كبيرا في اعتقادات الفاعلية بسبب الاسترجاع المعرفي، وأن هناك خصائص متعلقة بالنموذجة، ولها تأثير في فاعلية الذات:

–خاصية التشابه: وتقوم على خصائص محددة، مثل :الجنس، والعمر، والمستويات التربوية،والمتغيرات الطبيعية.

–التنوّع في النموذج : وتعني عرض نماذج متعددة من المهارة أفضل من عرض نموذج واحد فقط؛ وبالتالي تأثيرها أقوى في رفع الاعتقاد في فاعلية الذات. (رفقة خليف سالم،2008،ص137)ز

8–التطبيقات التربوية لنظرية باندورا:

أ – يتعلم الطلاب جزءا كبيرا من تعلمهم باستخدام النمذجة.

ب – يسهم التعلم الاجتماعي في زيادة خبرات الطلاب غير المباشرة عن طريق التعامل مع النماذج المختلفة.

ج – يمكن أن يتم التعلم الاجتماعي عن طريق الملاحظة.

د – يسهم التعلم بالملاحظة في نقل ثقافة المجتمع إلى الناشئة.

ه – تتضمن عملية النمذجة تبني الدور و الاتجاه و المشاعر.

.و –يعتبر التعلم بالملاحظة مصدرا رئيسيا لتعليم القواعد و المبادئ . (يحيى الرافعي،ب ت،ص9)

و يشير زيدان(1972) إلى أن المربي في المدرسة يلعب دورا هاما في بناء السلوك السوي لدى المراهق من خلال:

1- أن يبحث المدرس في الحاجات الأساسية للمراهق و إشباع الميول الصالحة و تعديل الميول غير الصالحة و تكوين ميول جيدة.

2- أن يعمل المدرس على تنمية الميول التي تتوافق مع استعدادات كل طالب و قدراته.

3- أن توفر المدرسة للطلبة فرص النجاح و تدعيم الثقة بالنفس.

4-أن يراعي المدرس علاقاته مع طلابه لكسب ثقتهم و سهولة توجيههم.

(زيدان محمد مصطفى،**1971**،ص**146**)

9-النظريات المفسرة لفاعلية الذات :

9-1 نظرية فاعلية الذات لباندورا:

يشير باندورا (Bandura,1986) في كتابه (أسس التفكير والأداء :النظرية المعرفية الاجتماعية)، بأن نظرية فاعلية الذات اشتقت من النظرية المعرفية الاجتماعية(، بأن نظرية فاعلية الذات الاجتماعية التي وضع أسسها، التي أكد فيها بأن الأداء الإنساني يمكن أن يفسر من خلال المقابلة بين السلوك، ومختلف العوامل المعرفية، والشخصية، والبيئية، وفيما يلي الافتراضات النظرية والمحددات المنهجية التي تقوم عليها النظرية المعرفية الاجتماعية:

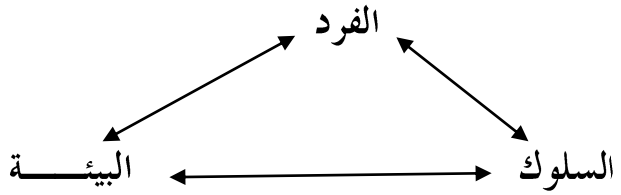
- يمتلك الأفراد القدرة على عمل الرموز والتي تسمح بإنشاء نماذج داخلية للتحقق من فاعلية التجارب قبل القيام بها، وتطوير مجموعة مبتكرة من الأفعال والاختبار الفرضي لهذه المجموعة من الأفعال من خلال التنبؤ بالنتائج والاتصال بين الأفكار المعقدة وتجارب الآخرين
- إن معظم أنواع السلوك ذات هدف معين، كما أنها موجهة عن طريق القدرة على التفكير المستقبلي، كالتنبؤ أو التوقع، وهي تعتمد بشكل كبير على القدرة على عمل الرموز.
- يمتلك الأفراد القدرة على التأمل الذاتي، والقدرة على تحليل وتقييم الأفكار والخبرات الذاتية، وهذه القد رات تتيح التحكم الذاتي في كل من الأفكار والسلوك.

- يمتلك الأفراد القدرة على التنظيم الذاتي، عن طريق التأثير على التحكم المباشر في سلوكهم، وعن طريق اختيار أو تغيير الظروف البيئية، والتي بدورها تؤثر في السلوك، كما يضع الأفراد معايير شخصية لسلوكهم، ويقومون بتقييم سلوكهم بناء على هذه المعايير، وبالتالي يمكنهم بناء حافز ذاتي يدفع ويرشد السلوك.
- يتعلم الأفراد عن طرق ملاحظة سلوك الآخرين ونتائجها، والتعلم عن طريق الملاحظة يقلل بشكل كبير من الاعتماد على التعلم عن طريق المحاولة والخطأ، ويسمح بالاكتساب السريع للمهارات المعقدة، والتي ليس من الممكن اكتسابها فقط عن طريق الممارسة.
- إن كل من القد رات السابقة (القدرة على عمل الرموز، التفكير المستقبلي، والتأمل الذاتي، والتنظيم الذاتي، والتعلم بالملاحظة) هي نتيجة تطور الميكانيزمات والأبنية النفسية – العصبية المعقدة، حيث تتفاعل كل من القوى النفسية والتجريبية لتحديد السلوك ولتزويده بالمرونة اللازمة.
- تتفاعل كل من الأحداث البيئية والعوامل الذاتية الداخلية(معرفية، وانفعالية، وبيولوجية) والسلوك بطريقة متبادلة .فالأفراد يستجيبون معرفيا وانفعاليا وسلوكيا إلى الأحداث البيئية، ومن خلال القدرات المعرفية يمارسون التحكم على سلوكهم الذاتي، والذي بدوره يؤثر ليس فقط على البيئة ولكن أيضا في الحالات المعرفية والانفعالية والبيولوجية، ويعد مبدأ الحتمية المتبادلة((Reciprocal Determinism) من أهم افتراضات النظرية المعرفية الاجتماعية.

(الجاسر،2007،ص29)

يوضح الشكل (1) مبدأ الحتمية المتبادلة وبالرغم من أن هذه المؤثرات ذات تفاعل تبادلي إلا أنها ليست بالضرورة تحدث في وقت متزامن، أو أنها ذات قوة متكافئة وتهتم نظرية الفاعلية الذاتية بشكل رئيس بدور العوامل المعرفية والذاتية في نموذج الحتمية المتبادلة، التابع للنظرية المعرفية الاجتماعية، ذلك فيما يتعلق بتأثير المعرفة على الانفعال والسلوك وتأثير كل من السلوك والانفعال والأحداث البيئية في المعرفة، وتؤكد نظرية الفاعلية الذاتية إلى معتقدات الفرد في قدرته على ممارسة التحكم في الأحداث التي تؤثر في حياته، ففاعلية الذات لا تهتم فقط بالمهارات التي يمتلكها الفرد وإنما كذلك بما يستطيع الفرد عمله بالمهارات التي يمتلكها، ويرى

باندورا أن الأفراد يقوموا بمعالجة وتقدير ودمج مصادر المعلومات المتنوعة المتعلقة بقد راتهم، وتنظيم سلوكهم الاختياري، وتحديد الجهد المبذول اللازم لهذه القد رات؛ وبالتالي تمتلك التوقعات المتعلقة بالفاعلية الذاتية القدرات الخلاقة، والاختيار المحدد للأهداف، والأحداث ذات الأهداف الموجهة، والجهد المبذول لتحقيق الأهداف، والإصرار على
مواجهة الصعوبات، والخبرات الانفعالية.



الشكل (1) مبدأ الحتمية المتبادلة

طبقا لهذا النموذج فإن المتعلم يحتاج إلى عدد من العوامل المتفاعلة (شخصية، وسلوكية، وبيئية)،وتطلق العوامل الشخصية على معتقدات الفرد حول قدراته واتجاهاته.

(Zimmerman & Riggo, 1985, p130)

ويشير باندورا إلى عدم وجود أفضلية لأي من العوامل الثلاثة المكونة لنموذج الحتمية التبادلية في إعطاء الناتج النهائي للسلوك، وأن كل عامل من هذه العوامل يحتوي على متغيرات معرفية، من بين هذه المتغيرات التي تحدث قبل قيام الفرد بالسلوك ما يسمى "بالتوقعات أو الأحكام " سواء كانت هذه التوقعات أو الأحكام خاصة بإجراء سلوك ما أو الناتج النهائي له، وهو ما سماه" باندو را بفاعلية

الذات وتعني أحكام الفرد أو توقعاته عن أدائه للسلوك في موقف يتسم بالغموض وتنعكس هذه التوقعات على اختيار الفرد الأنشطة المتضمنة في الأداء والمجهود المبذول ومواجهة المصاعب وا نجاز السلوك، وأن الأفراد يقومون بمعالجة وتقدير ودمج مصادر المعلومات المتنوعة المتعلقة بقد راتهم، وتنظيم سلوكهم الاختياري وتحديد المبذول اللازم لهذه القد رات، وبالتالي تمتلك التوقعات

المتعلقة بالفاعلية الذاتية القد رات الخلاقة، والاختيار المحدد للأهداف والأحداث ذات الأهداف الموجهة،والجهد المبذول لتحقيق الأهداف، والإصرار في مواجهة الصعوبات والخبرات الانفعالية. (باندورا ،1988،ص20)

2-9 نظرية شيل وميرفي (Shell & Murphy)

يشير باجارس (Pagares, 1996, 542) إلى أن فاعلية الذات عبارة عن" ميكانيزم "ينشأ من خلال تفاعل الفرد واستخدامه بإمكاناته المعرفية، ومها راته الاجتماعية والسلوكية الخاصة بالمهمة،وهي تعكس ثقة الفرد بنفسه وقدرته على النجاح في أداء هذه المهمة، أما توقعات المخرجات أو الناتج النهائي للسلوك فهي تتحدد في ضوء العلاقة بين أداء المهمة بنجاح وما يتصوره الفرد عن طبيعة هذه المخرجات، أو الوصول إلى أهداف السلوك، وبينت النظرية أن التوقعات الخاصة بالفاعلية الذاتية عند الفرد تعبر عن إدراكه لإمكاناته المعرفية، ومهاراته الاجتماعية والسلوكية الخاصة بالأداء أو المهمة المتضمنة في السلوك، وتنعكس على مدى ثقة الفرد بنفسه، وقدرته على التنبؤ بالإمكانات اللازمة للموقف وقدرته على استخدامها في تلك المواقف، وفاعلية الذات لدى الأفراد تنبع من سماتهم الشخصية العقلية والاجتماعية أو الانفعالية.

3-9 نظرية التوقع(Expectancy Value Theory)

وضع أسس هذه النظرية فكتور فروم (Victor Froom) وتفترض أن الإنسان يستطيع إجراء عمليات عقلية كالتفكير قبل الإقدام على سلوك محدد، وأنه سوف يختار سلوك اً واحد اً بين عدد من بدائل السلوك الذي يحقق أكبر قيمة لتوقعاته، من حيث النتائج ذات النفع التي سيعود عليه وعلى عمله .ويلعب عنصر التوقعات دورا مهما في جعل الإنسان يتخذ قرار في اختيار نشاط معين من البدائل العديدة المتاحة؛ كما ويشير ماهر إن دافعية الفرد لأداء عمل معين هي محصلة لثلاث عناصر .

- توقع الفرد أن مجهوده سيؤدي إلى أداء معين.
- توقع الفرد أن هذا الأداء هو الوسيلة للحصول على عوائد مادية.

- توقع الفرد إن العائد الذي يحصل عليه ذو منفعة وجاذبية له.

إن العناصر الثلاثة السابقة أو التوقع والوسيلة والمنفعة تمثل عملية تقدير شخصي للفرد، وإنه باختلاف الأفراد يختلف التقدير، فما يشعر به فرد آخر، وعليه فإن هذه العناصر الثلاثة تمثل عناصر إدراكية.

ترى النظرية أن الفرد لديه القدرة والوعي بإمكانية البحث في ذاته عن العناصر الثلاثة السابقة وإعطائها تقديرات وقيم . (ماهر،2003،ص149)

-من خلال استعراض النظريات السابقة يتبين أن فاعلية الذات تمثل جزء من إد راك الفرد واعتقاداته، كما أنها نتاج تفاعل بين الفرد وبيئته، تؤثر فيها الخبرات الماضية وتنعكس على خبرات الفرد المستقبلية إيجابا وسلبا بناء على أثر الخبرة السابقة، ويختلف الأفراد في فاعليتهم الذاتية مثل ما يختلفون في اعتقاداتهم، وإن هذه الاعتقادات والأحكام هي التي تحرك الأفراد وتمثل فاعليتهم الذاتية، وهي محددات لسلوكهم، ونجد أن باندورا قدم نظرية متكاملة لفاعلية الذات، موضحا كيفية تكوينها وتأثيرها على السلوك الإنساني، كما بينت تلك النظريات أن البنية الفسيولوجية أو الانفعالية أو الوجدانية تؤثر تأثيرا عاما على الفاعلية الذاتية للفرد، وعلى مختلف مجالات وأنماط الوظائف العقلية والمعرفية، والحسية والعصبية لدى الفرد، لأنها جزء من سمات شخصية الفرد .ومن خلال عرض النظريات السابقة لفاعلية الذات، نجد أنها تؤكد على أن جميع العمليات التي تحدث التغيرات النفسية والسلوكية تعمل على تعديل الشعور بفاعلية الذات، كما أنها تشير إلى معتقدات الفرد في قدرته على ممارسة التحكم في الأحداث التي تؤثر في حياته، فهي لا تهتم بالمها رات التي يمتلكها الفرد فحسب، وإ نما تهتم أيضا بما يستطيع الفرد عمله بالمهارات التي يمتلكها.

خلاصة الفصل :

يمكن تلخيص هذا الفصل في مفهوم شامل لفاعلية الذات على أنها مدى توقع الفرد لقدرته على أداء مهمة معينة ، و تعني كذلك إدراك الفرد لكفاءته الشخصية في حل المشكلات التعامل مع المواقف الجديدة . و يمكن اعتبارها (أي فاعلية الذات) أفضل متنبأ بسلوك و أداء الفرد . حيث طرح باندورا نظاما ثلاثيا من التأثيرات المتبادلة بين المحددات الشخصية و البيئة و السلوك و سماه بالحتمية المتبادلة ، بحيث لا تكون هناك ميزة لجانب على حساب جانب آخر. و لفاعلية الذات أربعة مصادر لاكتسابها (الإنجازات الأدائية ، الخبرات البديلة ،الإقناع اللفظي الحالة الفسيولوجية و الانفعالية) ، و يتحدد مستوى فاعلية الذات حسب هذه المصادر فكلما كانت موثوق بها كلما ارتفعت فاعلية الذات و ازداد معها الإحساس بالقدرة على حل المشكلات و العكس صحيح.

إن فاعلية الذات ذات أهمية كبيرة للتلاميذ؛ كونها تحسن ثقتهم بقدرتهم على متابعة الدراسة والتفوق فيها، وتزيد من امتلاكهم للمهارات الاجتماعية والشخصية والد راسية وغيرها من المهارات، مما ينعكس إيجابا على إحساسه بالمسؤولية تجاه مجتمعه ومدرسته وأسرته، ويزيد دافعيته للدراسة وللعمل، ومبادرته ومثابرته.

الفصل الرابع:

اجراءات الدراسة الميدانية

تمهيد

1. منهج الدراسة
2. مجتمع الدراسة
3. حدود الدراسة
4. عينة الدراسة الأساسية
5. الأساليب الإحصائية المستعملة

خلاصة

تمهيد:

بعد التطرق إلى الجانب النظري نأتي في هذا الفصل إلى الاهتمام بالإجراءات الميدانية للدراسة . الذي يتناول شرحا واضحا للمنهج المتبع في الدراسة وتحديد مجتمع وعينة البحث ،ووصف الأدوات المستخدمة في هذه الدراسة إضافة إلى الأساليب الإحصائية المعتمدة في البحث.

1- منهج الدراسة :

اعتمد البحث الحالي على المنهج الوصفي الذي" يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد في الواقع، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً، من خلال التعبير النوعي الذي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها، أو التعبير الكمي الذي يُعطي وصفاً رقمياً يوضح مقدار وحجم الظاهرة.

(عباس وآخرون،2007،ص74)

إن طبيعة الدراسة تحدد طبيعة المنهج المستخدم وكدا الأدوات التي يعتمد عليها الباحث في انجازه لدراسته وبما أن الدراسة تسعى للكشف عن الاغتراب النفسي وعلاقته بفاعلية الذات فإن المنهج المستخدم هو المنهج الوصفي والذي يهدف للكشف والتفسير واستخلاص الملاحظات والنتائج وقد عرفه عبد الرحيم نواييسة " بأنه دلك النوع من البحوث الذي يتم بواسطته استجواب جميع أفراد المجتمع البحوث أو عينة كبيرة منه ودلك بهدف وصف الظاهرة المدروسة من حيث طبيعتها ودرجة وجوده فقط". (نواييسة 2011.ص82)

.

2- مجتمع الدراسة :

ويقصد بالمجتمع بأنه كامل أفراد وأحداث ومشاهدات موضوع البحث أو الدراسة .

(عبيدات محمد ،واخرون ،1999،ص83)

ويتألف المجموع الأصلي لعينة البحث من 159 تلميذ وتلميذة من ثانوية الشاذلي بن جديد بلدية سبسب دائرة متليلي ولاية غرداية ينقسم حسب الجنس من 67 ذكور و92 إناث ، حيث توصلت إلى جمع 145 استبيان جميعها مقبولة.

3- حدود الدراسة :

3-1 الحدود المكانية :تمت هده الدراسة البحثية بثانوية الشاذلي بن جديد بلدية سبسب دائرة متليلي ولاية غرداية.

3-2 الحدود الزمانية :تم تطبيق المقياسين للاغتراب النفسي وفاعلية الذات من 10الى 18 مارس للسنة الدراسية 2022/2021 .

3-3 الحدود البشرية : تم تطبيق المقاييس على عينة تكونت من 145 تلميذ وتلميذة من التعليم الثانوي .

4- تقسيم عينة الدراسة الاساسية:

4-1 تقسيم عينة الدراسة بحسب الجنس:

الجدول رقم(01): توزع أفراد المجتمع الأصلي للعينة بحسب متغير الجنس.

الجنس	التكرار	%النسبة
ذكر	66	45,5
أنثى	79	54,5
المجموع	145	100,0

تم الحصول على تعداد المجتمع الأصلي بالرجوع إلى إحصائيات مديرية التربية لولاية غرداية في الموسم الدراسي 2022/2021

4-2 تقسيم عينة الدراسة بحسب المستوى:

الجدول رقم(02) :توزيع عينة الدراسة بحسب المستوى.

المستوى	التكرار	%النسبة
أولى ثانوي	53	36,6
ثانية ثانوي	36	24,8
ثالثة ثانوي	56	38,6
المجموع	145	100,0

تم الحصول على أعداد المجتمع الأصلي للمستوى بالرجوع إلى إحصائيات مديرية التربية لولاية غرداية في الموسم الدراسي 2022/2021 وإحصائيات ثانوية الشاذلى بن جديد سبسب حيث بلغ تعداد التلاميذ(159) تلميذ وتلميذة منهم ،(49) تلميذ وتلميذة سنة أولي ثانوي جدع مشترك علوم وتكنولوجيا وأولى آداب، و (44)تلميذ وتلميذة سنة ثانية آداب وفلسفة وعلوم تجريبية وتسيير واقتصاد، و(66)تلميذ وتلميذة سنة ثالثة ثانوي بنفس التخصص.

كما طبق الاستبيان على توزيع عينة الدراسة بحسب المستوي،(53) تلميذ مستوى الأولى ثانوي و(36)تلميذ مستوي ثانية ثانوي و(56)تلميذ مستوى ثالثة ثانوي.

5- أداة الدراسة :

5- 1 استبيان الاغتراب النفسي :

من إعداد الطالب: دانيال علي عباس ،دمشق ،سوريا

اختيار بنود المقياس:

حاول الباحث عند اختياره لبنود المقياس أن تكون العبارات واضحة المعنى، سهلة اللغة، قصيرة، ومتناسبة مع المخزون اللغوي للطلبة في المرحلة الثانوية. وقد استفاد الباحث من بعض أدوات البحوث السابقة، فاستخدم بعض عباراتها مع تعديلها بمرادفات سهلة الفهم على التلميذ، وتمت صياغة بعض العبارات الأخرى بحيث تغطي الجوانب المدروسة بأبعادها المختلفة.

وتألف المقياس من قسمين:

1- **القسم الأول** :اشتمل على :مقدمة المقياس، توضيح هدف المقياس، ومتغيرات البحث(المستوي والجنس والتخصص)

2- **القسم الثاني** :ويضم بنود المقياس البالغ عددها (50) بنداً للمقياس، والموجهة إلى طلبة المرحلة الثانوية موزعة على خمسة أبعاد رئيسة.

5-1-1 طريقة تصحيح مقياس الاغتراب النفسي:

تتم الإجابة على كل بند من بنود مقياس الاغتراب النفسي وفق مفتاح تصحيح خماسي بواحدة من الإجابات التالية حسب مقياس ليكرت:(موافق بشدة، موافق، أحيانا، غيرموافق، غير موافق بشدة) فالبنود تُعطى درجاتها بالترتيب السابق على النحو التالي:(5-4-3-2-1) أنظر الجدول رقم:

وبذلك تكون أعلى درجة يحصل عليها الطالب في مقياس فاعلية الذات هي (250درجة) وأدنى درجة هي (05 درجة)

تم تحكيم الصورة الأولية للمقياس: على عدد من السادة الدكاترة المختصين في كلية التربية في جامعة دمشق. جدول رقم(03).

الرقم	الأساتذة المحكمين	الصفة العلمية	جامعة دمشق
01	أ.د .كمال بلان	الأستاذ في قسم الإرشاد النفسي	كلية التربية
02	د .محمد عماد سعدا	الأستاذ المساعد في قسم علم النفس	كلية التربية
03	د .احمد الزعبي	الأستاذ المساعد في قسم الإرشاد النفسي	كلية التربية
04	د .رنا قوشحة	الأستاذ المساعد في قسم القياس والتقويم النفسي والتربوي	كلية التربية
05	د .ياسر جاموس	المدرس في قسم القياس والتقويم النفسي والتربوي	كلية التربية
06	د .عزيزة رحمة	المدرسة في قسم القياس والتقويم النفسي والتربوي	كلية التربية
07	د .مازن ملحم	المدرس في قسم علم النفس	كلية التربية
08	د .دانيا الشبؤون	المدرسة في قسم علم النفس	كلية التربية

يتكون المقياس من خمسة بنود(احتمالات) يقابل هده البنود الدرجات كما هو موضح في الجدول.

جدول رقم (04) يوضح توزيع الدرجات على فئات الإجابة.

موافق بشدة	موافق	أحيانا	غير موافق	غير موافق بشدة
05	04	03	02	01

الجدول رقم (04) يبين درجات كل استجابة التي نتحصل عليها من المستجوب، والتي هي من5 إلى 1 درجة حسب ما يراه المستجوب من خلال الفقرة الموجهة.

2-5 استيان فاعلية الذات :

- **1-2-5 من إعداد الطالب**: ولاء سهيل يوسف،دمشق،سوريا

اختيار بنود المقياس:

حاول الباحث عند اختياره لبنود المقياس أن تكون العبارات واضحة المعنى، سهلة اللغة، قصيرة، ومتناسبة مع المخزون اللغوي للطلبة في المرحلة الثانوية. وقد استفاد الباحث من بعض أدوات البحوث السابقة، فاستخدم بعض عباراتها مع تعديلها بمرادفات سهلة الفهم على التلميذ، وتمت صياغة بعض العبارات الأخرى بحيث تغطي الجوانب المدروسة بأبعادها المختلفة.

وتألف المقياس من قسمين:

1- **القسم الأول** :اشتمل على :مقدمة المقياس، توضيح هدف المقياس، ومتغيرات البحث(المستوي والجنس والتخصص)

2- **القسم الثاني** :ويضم بنود المقياس البالغ عددها (35) بنداً للمقياس، والموجهة إلى طلبة المرحلة الثانوية موزعة على خمسة أبعاد رئيسية هي(المبادرة، المجهود،المثابرة قدرة الفاعلية)

2-2-5 طريقة تصحيح مقياس فاعلية الذات:

تتم الإجابة على كل بند من بنود مقياس فاعلية الذات وفق مفتاح تصحيح خماسي بواحدة من الإجابات التالية حسب مقياس ليكرت :دائماً، غالباً، أحياناً، نادراً، أبد ، فالبنود تُعطى درجاتها بالترتيب السابق على النحو التالي:(5-4-3-2-1) أنظر الجدول رقم(05).

وبذلك تكون أعلى درجة يحصل عليها الطالب في مقياس فاعلية الذات هي (175درجة) وأدنى درجة هي (05 درجة)

الجدول رقم(05): يوضح توزيع الدرجات على فئات الإجابة.

دائما	غالبا	أحيانا	نادر	أبدا
05	04	03	02	01

6- الخصائص السيكومترية للمقياسين:

6-1 صدق المقارنة الطرفية لمقياس الاغتراب النفسي :

جدول رقم(06):يبين نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس الاغتراب النفسي:

العينة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
العليا	10	168,20	17,530	2.622	18	0.01
الدنيا	10	147,00	18,619			

يعتمد صدق المقارنة الطرفية على اختبار ت لعينتين مستقلتين لمعرفة مدى قدرت هذا الاختبار على التمييز بين درجات العينة الدنيا والعينة العليا في مقياس الدراسة ومن الجدول السابق نلاحظ أن المتوسط الحسابي لدرجات العينة العليا بلغ 168.20 بانحراف معياري 17.530 أما بالنسبة 147 بانحراف المعياري 18.619 ، وقد بلغت قيمة ت المحسوبة 2.622عند درجة 18 ومستوى الدلالة 0.01 وهو قيمة أقل من 0.05 بمعنى توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات العينة العليا والعينة الدنيا على المقياس عند مستوى 0.01 وهو دليل على صدق المقياس

6- 2 ثبات ألفا كرونباخ لمقياس الاغتراب النفسي:

جدول رقم(07):يبين ثبات ألفا كرونباخ لمقياس الاغتراب النفسي:

عدد البنود	قيمة ألفا كرونباخ
50	**0.851**

يستعمل ثبات ألفا كرونباخ لمعرفة مدى ثبات المقياس في حالة عادة التطبيق ومن خلال الجدول السابق يتبين لنا أن قيمة ألفا كرونباح 0.851 وهي قيمة مقبولة جدا تدل على ثبات المقياس.

6-3 صدق المقارنة الطرفية لمقياس فاعلية الذات :

جدول رقم(08) يبين نتائج صدق المقارنة الطرفية لمقياس فاعلية الذات :

العينة	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
العليا	**10**	**104,20**	**2,860**	**29.967**	**18**	**0.01**
الدنيا	**10**	**144,80**	**3,190**			

يعتمد صدق المقارنة الطرفية على اختبار ت لعينتين مستقلتين لمعرفة مدى قدرت هذا الاختبار على التمييز بين درجات العينة الدنيا والعينة العليا في مقياس الدراسة ومن الجدول السابق نلاحظ أن المتوسط الحسابي لدرجات العينة العليا بلغ 104.20 بانحراف معياري 2.680 أما بالنسبة 147للعينة الدنيا فمتوسط حسابها 144.80 بانحراف المعياري 3.190 ، وقد بلغت قيمة ت المحسوبة 29.967عند درجة 18 ومستوى الدلالة 0.01 وهو قيمة أقل من 0.05 بمعنى توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات العينة العليا والعينة الدنيا على المقياس عند مستوى 0.01 وهو دليل على صدق المقياس.

6- 4 ثبات ألفا كرونباخ لمقياس فاعلية الذات:

جدول رقم(09):يبين نتائج ثبات ألفا كرونباخ لمقياس فاعلية الذات:

عدد البنود	قيمة ألفا كرونباخ
35	**0.707**

يستعمل ثبات ألفا كرونباخ لمعرفة مدى ثبات المقياس في حالة عادة التطبيق ومن خلال الجدول السابق يتبين لنا أن قيمة ألفا كرونباخ 0.7071 وهي قيمة مقبولة جدا تدل على ثبات المقياس

7- الأساليب الإحصائية المستعملة :

- **التكرار والنسبة المؤوية:** لتوزيع عينة الدراسة الاستطلاعية و الأساسية بحسب المتغيرات الديمغرافية،
- **المتوسط الحسابي والانحراف المعياري:** لتحديد متوسط درجات الاغتراب النفسي وفاعلية الذات لدى عينة الدراسة
- **اختبار ت لعينتين مستقلتين** : لتحديد الفرق في متوسط درجات الاغتراب النفسي وفاعلية الذات لدى عينة الدراسة
- **تحليل التباين الاحادي:** لأيجاد الفرق في الفرضيات الفرعية
- وتجدر بنا الإشارة إلى أن معالجة الأساليب الإحصائية قد تمت باستخدام برنامج SPSS22.0وبرنامج EXCEL2007 .

الفصل الخامس:

عرض وتحليل النتائج

تمهيد

1. عرض وتحليل الفرضية الأولى
2. عرض وتحليل الفرضية الثانية
3. عرض وتحليل الفرضية الثالثة
4. عرض وتحليل الفرضية الرابعة
5. عرض وتحليل الفرضية الخامسة

تمهيد:

يتضمن هذا الفصل عرض النتائج المتحصل عليها من الدراسة الميدانية إضافة إلى مناقشة وتفسير هذه النتائج واستنتاج عام كما يحتوي الفصل على مجموعة من التوصيات والاقتراحات في ضوء ما توصلت إليه النتائج.

1- عرض وتحليل نتائج الدراسة:

1-2 عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى :

" نصت الفرضية على : " توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين الاغتراب النفسي و فعالية الذات لدى المراهقين المستعملين لوسائل التواصل الاجتماعي "

ولحساب هذه الفرضية نقوم باستخراج نتائج معامل الارتباط بيرسون بعد التحقق من شروطه كما هو مبين في الجدول الآتي :

جدول رقم (10): يبين علاقة بين الاغتراب النفسي وفاعلية الذات لدى عينة الدراسة.

المتغيرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الإغتراب النفسي	152.71	20.27	*0.194	0.020
فاعلية الذات	124.61	11.35		

من خلال الجدول السابق يتبين لنا أن متوسط درجات الاغتراب النفسي لدى عينة الدراسة هو 152.71 بانحراف معياري 20.27 و متوسط درجات فاعلية الذات هو 124.61 بانحراف معياري 11.35 وبالنسبة لمعامل الارتباط بيرسون 0.194* وهو دال عند 0.020 وهي قيمة أقل من 0.05 بمعنى توجد علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى 0.05.

وعليه نقبل الفرضية التي تحققت بمعنى أنه توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين الاغتراب النفسي وفاعلية الذات لدى عينة الدراسة عند مستوى 0.05.

وبالرجوع إلى دراسات السابقة لم نجد دراسات اتفقت مع دراستنا بما أنه موضوع البحث

ويمكن تفسير ذلك بأن الاغتراب النفسي للمراهق يحتوي من الناحية النظرية خصائص وصفات حالات عدم التكيف التي تعانيها الشخصية ، من عدم الثقة بالنفس، والمخاوف المرضية، والقلق ، والرهاب الاجتماعي. غياب الإحساس بالتماسك والتكامل الداخلي في الشخصية. ضعف أحاسيس الشعور بالهوية والانتماء والشعور بالقيمة والإحساس بالأمن.

كلها ترتبط بفاعلية الذات كالدفء في العلاقات الاجتماعية، والألفة، والانفعالات الإيجابية، والكفاءة.

الاجتماعية والأكاديمية، كما يشير ذلك إلى أن شعور المراهق بارتفاع فاعلية الذات لديه يسهم في رفع مستوى الشعور بالمسؤولية تجاه المدرسة و المجتمع، ويزيد من فاعليته ومشاركته في النشاطات المختلفة، وهؤلاء الأفراد الذين يتمتعون بكفاءة وفاعلية مرتفعة يزداد عندهم التوقع بقدرتهم على تحمل المسؤولية، مما يزيد من دافعيتهم ويرجع ذالك إلى طبيعة البيئة والتنشئة الاجتماعية .

2-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية : " نصت الفرضية على : " توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجات الاغتراب النفسي لدى عينة الدراسة تعزى الى متغير الجنس "

ولحساب هذه الفرضية نقوم باستخراج نتائج اختبار ت لعينين مستقلتين طبق عليها اختبار واحد كما هو مبين في الجدول الآتي :

الجدول رقم (11): يوضح الفرق في درجات الاغتراب النفسي بحسب الجنس.

الجنس	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
ذكر	66	153,80	20,005	0,592	143	0,555
أنثى	79	151,80	20,588			

يوضح الجدول السابق البيانات الخاصة باختبار ت لعينتين مستقلتين طبق عليهما اختبار واحد والذي هدفنا من خلالها معرفة الفرق في متوسط درجات الاغتراب النفسي بحسب الجنس، بمعني هل يختلف متوسط درجات الاغتراب النفسي لدى عينة الدراسة باختلاف جنس التلاميذ ، ونلاحظ أن عدد التلاميذ ذكور في عينة الدراسة الحالية 66 تلميذ وقد بلغ متوسط درجاتهم على مقياس الاغتراب النفسي 153,80بانحراف معياري 20,005 ، بينما بلغ عدد التلميذات 79 ومتوسط حسابهم على مقياس الاغتراب النفسي 151,80 بانحراف معياري 20.588، وبعد حساب اختبار " ت" وجدناه 0.592عند درجة حرية 143 ومستوى دلالة 0.555 وهي قيمة أكبر من 0.05 أي انها غير دالة احصائيا .

بمعنى أن الفرضية التي نصت وجود فروق ذات دلالة احصائية في متوسط درجات الاغتراب النفسي لدى عينة الدراسة بحسب الجنس لم تتحقق .

وبالرجوع الى الدراسات السابقة يتبين لنا أن نتائج الدراسة الحالية اتفقت مع دراسة ماهوني وكويك(2001) التي توصلت نتائج دراستهما أنه لاتوجد فروق ذات دلالة احصائية بين الجنسين فيما يتعلق بالشعور بالاغتراب

وقد اختلفت نتائج هذه الدراسة مع دراسة مريم مراكشي (2014) التي هدفت إلى الكشف عن طبيعة العلاقة بين استخدام شبكات التواصل الاجتماعي الفيسبوك والشعور بالوحدة النفسية وتوصلت نتائج دراستها إلى أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات استخدام الفيسبوك لدى الطلبة الجامعيين تعزى لمتغير الجنس .وكذالك دراسة بلعابد عبد القادر(2014)التي كانت نتائج دراسته أنه توجد فروق بين أفراد العينة في الشعور بالاغتراب لدى طلبة جامعة وهران بحسب الجنس واختلفت مع دراسة لوى وليو(2003) بعنوان" العلاقة بين إدمان مواقع التواصل الاجتماعي والتوافق والاغتراب النفسي لدى طلاب جامعة الصين.". و **دراسة الكندري (1998)** دراسة حول المدرسة والاغتراب الاجتماعي لدى طلاب التعليم الثانوي في دولة الكويت، وتكونت عينة الدراسة من (1057) تلميذ وتلميذة ، وتوصلت نتائج هذه الدراسة إلى شعور التلاميذ بالاغتراب الاجتماعي بدرجة متوسطة، ، وأن الإناث أكثر إحساسا بالاغتراب من الذكور،و **دراسة بلعابد عبد القادر(2014) الجزائر:عنوان الدراسة** :الاتجاه نحو العنف وعلاقته بالاغتراب لدى الشباب في ضوء متغيري الثقافة والجنس.وأهم نتائج الدراسة" –توجد فروق بين

أفراد العينة في الشعور بالاغتراب لدى طلبة جامعة وهران بحسب الجنس وكانت الفروق لصالح الذكور."

يمكن تفسير ذلك بأن التلاميذ الذكور والإناث يمرون في مرحلة هامة في حياتهم هي المراهقة والتي يضعون أهمية كبيرة على علاقتهم ومكانتهم وتحصيلهم الدراسي في المجتمع.

ويعيد الباحث ذلك إلى كون الجنسين ينتميان إلى نفس البيئة الاجتماعية ونفس الفضاء الثقافي والأخلاقي والذي يتميز بالتربية التقليدية، وهذا دليل على توحيد نظرة التلاميذ واهتماماتهم الحياتية ضمن منطقة جغرافية واحدة ولديهم نفس الثقافة.

تُعد هذه النتيجة طبيعية لأن العوامل التي يتعرض لها التلاميذ بدرجاتهم المختلفة تأتي بنفس الدرجة تقريباً، ذلك لأن الثقافة السائدة والمعايير الاجتماعية التي تسود في المجتمع الجزائري وبالتحديد الفئة المبحوثة يتم تطبيقها على الجنسين بنفس الدرجة والمعايير تقريباً.

1-3 عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة : " نصت الفرضية على : " توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجات الاغتراب النفسي لدى عينة الدراسة تعزى الى متغير المستوى التعليمي لعينة الدراسة (الاولى ثانوي ، ثانية ثانوي، الثالثة ثانوي "

ولحساب هذه الفرضية نقوم باستخراج نتائج اختبار تحليل التبيان الاحادي كما هو مبين في الجدول الآتي :

الجدول رقم (12) : يوضح الفرق في درجات الاغتراب النفسي بحسب المستوى التعليمي.

المصدر	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	الفرق	مستوى الدلالة
بين المجموعات	663,640	2	331,820	0,805	0,449
داخل المجموعات	58556,194	142	412,368		
المجموع	59219,834	144			

يبين الجدول السابق بيانات اختبار تحليل التبيان الأحادي والذي هدفنا من خلاله إلى معرفة الفرق في متوسط درجات الاغتراب النفسي بحسب المستوى التعليمي لدى عينة الدراسة والذي

يوضح لنا أن الفرق هو 0.805 عند مستوى دلالة 0.449 وهي قيمة أكبر من 0.05 بمعنى لا توجد فروق في متوسط درجات الاغتراب النفسي تعزى لمتغير المستوى التعليمي

إن نتائج هذه الدراسة قد اختلفت مع دراسة الكندري (1998) دراسة حول المدرسة والاغتراب الاجتماعي لدى طلاب التعليم الثانوي في دولة الكويت وتوصلت نتائج هذه الدراسة إلى شعور التلاميذ بالاغتراب الاجتماعي بدرجة متوسطة، خاصة على بعد الشعور بفقدان القيم، وأن الإناث أكثر إحساسا بالاغتراب من الذكور، وأن الطلبة في الصفوف العليا أقل إحساسا بالاغتراب من أولئك الذين هم في الصفوف الدنيا، إلى جانب التباين في الاغتراب بين المناطق التعليمية.

و لم تتفق مع أي دراسة ويمكن تفسير ذلك بأن الطلبة الذكور والاناث يمرون في مرحلة هامة والتي في حياتهم والتي يضعون أهمية كبيرة على علاقتهم ومكانتهم وتحصيلهم الدراسي في المجتمع. ويعيد الباحث ذلك إلى كون الجنسين ينتميان إلى نفس البيئة الاجتماعية ونفس الفضاء الثقافي والأخلاقي والذي يتميز بالتربية التقليدية،

تُعد هذه النتيجة طبيعية لأن العوامل التي يتعرض لها الطلبة بدرجاتهم المختلفة تأتي بنفس الدرجة تقريباً، ذلك لأن الثقافة السائدة والمعايير الاجتماعية واحدة.

4-1 عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة : " نصت الفرضية على : " توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجات فاعلية الذات تعزى الى متغير الجنس "

ولحساب هذه الفرضية نقوم باستخراج نتائج اختبار ت لعينين مستقلتين طبق عليها اختبار واحد كما هو مبين في الجدول الآتي :

الجدول رقم (13) : يوضح الفرق في درجات فاعلية الذات بحسب الجنس.

الجنس	ن	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة ت	درجة الحرية	مستوى الدلالة
ذكر	66	125,03	11,274	0,409	143	0,683
أنثى	79	124,25	11,487			

يوضح الجدول السابق البيانات الخاصة باختبار ت لعينتين مستقلتين طبق عليهما اختبار واحد والذي هدفنا من خلالها معرفة الفرق في متوسط درجات فاعلية الذات بحسب الجنس، بمعني هل يختلف متوسط درجات فاعلية الذات لدى عينة الدراسة باختلاف جنس التلاميذ ، ونلاحظ أن عدد التلاميذ ذكور في عينة الدراسة الحالية 66 تلميذ وقد بلغ متوسط درجاتهم على مقياس فاعلية الذات 125.03بانحراف معياري 11.274 ، بينما بلغ عدد التلميذات 79 ومتوسط حسابهم على مقياس فاعلية الذات 124.25بانحراف معياري 11.487، وبعد حساب اختبار " ت" وجدناه 0.409 عند درجة حرية 143 ومستوى دلالة 0.683وهي قيمة أكبر من 0.05 أي انها غير دالة احصائيا .

بمعنى أن الفرضية التي نصت إلى وجود فروق ذات دلالة احصائية في متوسط درجات فاعلية الذات لدى عينة الدراسة بحسب الجنس لم تتحقق .

وبالرجوع الى الدراسات السابقة يتبين لنا أن نتائج دراستنا اتفقت مع دراسة كل من العايب كلثوم(2018/2017) التي توصلت إلى عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية تعزى لمتغير الجنس ودراسة ويزلي(2002)التي أجريت بالولايات الأمريكية المتحدة هدفت إلى تعرف العلاقة بين الإنجاز الأكاديمي و الاتجاهات والدافعية وفاعلية الذات. واتفقت كذالك مع دراسة ديان (2003) التي أظهرت نتائجها أنه لايوجد علاقة ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات تعزى لمتغير الجنس.

واختلفت دراستنا الحالية مع دراسة مخيمر(2007) التي كانت نتائجها أنه يوجد فروق ذات دلالة إحصائية في فاعلية الذات لصالح الطلبة الذكور. واختلفت أيضا مع دراسة عبد الله والقدور (2016) التي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الطلبة الذكور والإناث في فاعلية الذات لصالح الذكور.

ويمكن تفسير ذلك بأن الطلبة الذكور والإناث يحرصن على المشاركة والتفاعل في العلاقات الأكاديمية والاجتماعية داخل الثانوية وخارجها، كما قد تعزى انعدام الفروق إلى تشابه أساليب التربية والتنشئة الأسرية التي تعد بدورها مسؤولة عن هذا التشابه في السمات الأساسية بين الذكور

والإناث ضمن المجتمع الواحد، أو الثقافة الواحدة وقد يعود عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين الجنسين في فاعلية الذات إلى تشابه الظروف

والبيئة التعليمية التي يخضع لها التلاميذ، والتشابه في المناهج الدراسية، وطريقة التدريس حيث يدرسهم نفس أعضاء الهيئة التدريسية.

1-5 عرض وتحليل نتائج الفرضية الخامسة : " نصت الفرضية على : " توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجات فاعلية الذات لدى عينة الدراسة تعزى الى متغير المستوى التعليمي لعينة الدراسة (الاولى ثانوي ، ثانية ثانوي، الثالثة ثانوي)."

ولحساب هذه الفرضية نقوم باستخراج نتائج اختبار تحليل التبيان الأحادي كما هو مبين في الجدول الآتي :

الجدول رقم(14) : يوضح الفرق في درجات فاعلية الذات بحسب المستوى التعليمي.

المصدر	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	الفرق	مستوى الدلالة
بين المجموعات	619,816	2	309,908	2,451	0,090
داخل المجموعات	17956,777	142	126,456		
المجموع	18576,593	144			

يبين الجدول السابق بيانات اختبار تحليل التبيان الأحادي والذي هدفنا من خلاله إلى معرفة الفرق في متوسط درجات فاعلية الذات بحسب المستوى التعليمي لدى عينة الدراسة والذي يوضح لنا أن الفرق هو 2.451عند مستوى دلالة 0.090 وهي قيمة أكبر من 0.05 بمعنى لا توجد فروق في متوسط درجات فاعلية الذات تعزى لمتغير المستوى التعليمي.

وبالرجوع إلى الدراسات السابقة نجد أن هذه الدراسة قد اختلفت مع دراسة ولاء سهيل يوسف (2016/2015)التي توصلت نتائج دراستها إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات فاعلية الذات تبعا لمتغير السنة الدراسية لصالح سنة الرابعة.

ويمكن تفسير ذالك إلى أن فاعلية الذات تتأثر بقدرة الفرد وثقته بنفسه في بلوغ مستوى محدد من الإنجاز، إذ تقوم نظرية الفاعلية الذاتية على أساس الأحكام الصادرة من الفرد على قدرته بالقيام بسلوكيات معينة، والفاعلية الذاتية ليست مجرد مشاعر عامة، لكنها تقويم من جانب الفرد لذاته عما يستطيع القيام به، ومدى مثابرته، وللجهد الذي سيبذله، ومرونته في التعامل مع المواقف الصعبة والمعقدة التي يواجهها أثناء دراسته في الثانوية، وتحديه للصعاب ومقاومته للفشل.

الاستنتاج العام :

من خلال الدراسة التي أجريت بعنوان " الاغتراب النفسي وعلاقته بفاعلية الذت لدى المراهقين المستعملين لوسائل التواصل الاجتماعي " بثانوية الشاذلي بن جديد سبسب ، وبعد صياغة فرضيات البحث واختيارها وبالاعتماد على الأساليب الإحصائية المناسبة ، وانطلاقا من النتائج المتحصل عليها وعرضها وتفسيرها واستنادا إلى الكم النظري والدراسات السالفة الذكر ، وهذا بعد تطبيق كل من استبيان الاغتراب النفسي وفاعلية الذات وقدر عدد المستجوبين من التلاميذ بي(145)تلميذ و تلميذة حيث توصلنا إلى:

توجد علاقة بين الاغتراب النفسي وفاعلية الذات لدى المراهقين المستعملين لوسائل التواصل الاجتماعي.

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات الاغتراب النفسي تعزى لمتغيري (الجنس والمستوى التعليمي).

لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجات فاعلية الذات تعزى لمتغيري(الجنس والمستوى التعليمي).

وفي الأخير نلاحظ أن الدراسة الحالية قد اتفقت مع نتائج بعض الدراسات واختلفت مع دراسات أخرى ، وهذا يعود بالطبع إلى تباين خصائص العينات و أدواة القياس المستخدمة ، وكذلك الزمان والأطر الثقافيةوالاجتماعية التي تميزها دون الأخرى.

توصيات واقتراحات:

- ❖تزويد المؤسسات التربوية بمختصين في علم انفس، و هذا نظراً لطب العدد من الطلاب لحاجتهم الماسة لمن يساعدهم و يستمع إليهم .
- ❖تدريب الطلبة على تنمية فاعليتهم الذاتية التي تجعل الفرد قادرا على تقوية ثقته بنفسه، وتقوية إرادته في مواجهة التحديات، والتخطيط الجيد لمستقبله من خلال أخصائيين نفسيين جيدين.
- ❖تضمين المناهج الدراسية موضوعات اجتماعية يكتسب من خلالها الطلبة مهارات التفاعل الاجتماعي وحسن التعامل مع الآخرين، وكيفية التصرف في المواقف الاجتماعية المختلفة.
- ❖العمل على تقديم برامج وأنشطة داخل المؤسسات التربوية التي تساعد من رفع مستوى فعالية الذات لدى الطلبة .
- ❖من المحبذ إشراك الطلبة في عملية التخطيط والإشراف والتقييم والأنشطة المدرسية التي تنمي المسؤولية الاجتماعية لديهم ، ومحاولة التعرف على الاحتياجات والرغبات لدى الطلبة، ومن ثم محاولة تلبيتها .تقديم دورات إرشادية و توجيهية لتدعيم الثقة بالذات للمراهق و مساعدته على التعبير عن مشاكله و نظرته لذاته و الآخرين.

- ❖محاولة إدماج التلاميذ وتشجيعهم على العمل التطوعي في المنظمات والجمعيات الخيرية،
- ❖وذلك بتخصيص أعمال صباحية أو مسائية تتناسب مع إشباع بعض حاجات المراهق النفسية والاجتماعية، تحت إشراف النوادي المدرسية.

المصادر والمراجع

المراجع باللغة العربية:

الكتب:

- العيسوي، عبد الرحمن: " الجديد في الصحة النفسية"، [ب ط]، منشأة المعارف . للنشر والتوزيع، الإسكندرية، 2001
- بكر أبو مرسي (2002)، أزمة الهوية في المراهقة والحاجة للإرشاد النفسي، ط 1، مكتبة النهضة المصرية ، مصر.
- حسان ، نور: "مظاهر الاغتراب النفسي"، (ب ط) دار غريب للنشر. والتوزيع، القاهرة، 1999
- حسنين شفيق،(2011)، التدريب الإعلامي عبر الانترنت، الكتاب الثاني .القاهرة :دار فكر وفن للطباعة والنشر والتوزيع.
- حماد حسن محمد(1995)، الاغتراب عند اريك فروم، ط 1، المؤسسة الجامعية للد راسات والنشر والتوزيع ،لبنان.
- خالد محمد عسل، فاطمة محمود مجاهد (2011)، الاغتراب النفسي،ط 1، دار الوفاء، القاهرة، مصر.
- خضر، فخري، رشيد،2011، طرائق تدريس الدراسات الاجتماعية، عمان، دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- زيدان محمد مصطفى ،1971، النمو النفسي للطفل و المراهق و أسس الصحة النفسية ، ط 1 ، مكتبة الدكتور قطب ، مصر.
- زينب محمود شقير(2000)، الشخصية السوية والمضطربة، مكتبة النهضة المصرية، القاهرة، مصر.
- زينب محمود شقير،1999 ،"سيكولوجية الفئات الخاصة والمعاقين."القاهرة :النهضة المصرية.
- سناء حامد زهران (2004)، ارشاد الصحة النفسية لتصحيح مشاعر ومعتقدات الاغتراب، ط 1، عالم الكتب للنشر والتوزيع ، القاهرة، مصر.
- سناء حامد زهران (2004)، ارشاد الصحة النفسية لتصحيح مشاعرومعتقدات الاغتراب، ط1، عالم الكتب للنشر والتوزيع ، القاهرة، مصر.
- سناء حامد زهران،2002 "إرشاد الصحة النفسية"، (ط1)، عالم الكتب والنشر للتوزيع، القاهرة.

- عباس، محمد وآخرون .(2007) مدخل إلى مناهج البحث في التربية وعلم النفس .عمان :دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- عبد الرحمان منى ابو القاسم جمعة(2008)، الاغتراب الفكري والاجتماعي في الشخصية القومية، ط 1، دار الكتب الوطنية، ليبيا.
- عبيدات محمد، واخرون،1999،منهجية البحث العلمي ،دط.دار وائل ، عمان
- عمر، محمد ماهر،2003، نظرية الاختيار، رؤية تحليلية لنظرية وليم غلاسر السيكولوجية. الإسكندرية: مركز الدلتا للطباعة.
- كامل محمد المغربي: "اساليب البحث في العلوم الانسانية والاجتماعية"، ط1، دار الثقافة للنشر والتوزيع، الإصدار الثاني، القاهرة ، 2007
- مشاييخ ، إيمان: "قضايا الاجتماعية المعاصرة"، (ب ط)، دار النهضة العربية للنشر والتوزيع ،القاهرة 2008
- يحيى الرافعي، نظرية باندورا للتعلم الاجتماعي المعرفي بالملاحظة ، برنامج الدكتوراه في علم النفس ، جامعة أم القرى–المملكة العربية السعودية.

رسائل الدكتوراه:

- ابراهيم، خليل،2007، الاغتراب وعلاقته بالدافعية للإنجاز لدى المعاقين بصرياً في محافظة غزة.
- أطروحة دكتوراه ، منشورة في كتاب الاغتراب لدى المكفوفين ،ظاهرة وعلاج ،ط1، الإسكندرية ،مصر.
- بن علية مسعودة (2015)،أساليب المعاملة الوالدية وعلاقتها بالاغتراب النفسي لدى المراهق الجزائري دراسة ميدانية على عينة من تلاميذ ثانويات اولاد جلال بسكرة، اطروحة دكتوراه في علم النفس، تخصص علم النفس العيادي، جامعة محمد خيضر ، بسكرة.
- خليفة ،عبد اللطيف،2002، الاغتراب وعلاقته بالمقارنة والتوجه الديني، الكويت.
- د.صافة امينة ،أطروحة لنيل شهادة دكتوراه في علم النفس الأسري موسومة، آثار استعمال التكنولوجيات الحديثة على أفراد الأسرة الجزائرية."دراسة للتأثيرات النفسية والاجتماعية و الأخلاقية والصحية لاستعمال الانترنت على أبناء الأسرة الجزائرية نموذجا" دراسة على عينة مراهقين مستخدمين للانترنت بمدينة أم البواقي – الجزائر–
- عبد الحليم ، كامل ، الاغتراب وعلاقتها بالتدين الإتجاهات السياسية لدى جامعة عين الشمس ، رسالة الدكتوراه منشورة ، كلية الآداب ، جامعة عين الشمس 2009
- عليجة، دوداح ،2011، الانتحار والميول الانتحارية وعلاقتها بالاغتراب لدى عينة من الطلبة الجامعيين ، دراسة نفسية اجتماعية ، اطروحة دكتوراه ، الجزائر

- كريمة، يونس،2012، الاغتراب النفسي وعلاقته بالتكيف الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، الجزائر.
- مجاهد، فاطمة محمود ابراهيم،2010، مدى فاعلية كل من الإرشاد السلوكي والمعرفي والضبط الذاتي في التخفيف من حدة الشعور بالاغتراب لدى طلاب المرحلة الثانوية، أطروحة دكتوراه غير منشورة، جامعة القاهرة.

رسائل الماستر والماجيستير:

- أسماء إبراهيم غريب،"الاغتراب عند المراهقات الكفيفات والمبصرات ...دراسة مقارنة"، كلية التربية، جامعة عين الشمس،1989
- بلعابد عبد القادر،2014،رسالة دكتوراه"الاتجاه نحو العنف وعلاقته بالاغتراب لدى الشباب في ضوء متغيري الثقافة والجنس ،جامعة وهران
- الجاسر، البندري عبد الرحمن. (2007). الذكاء الانفعالي وعلاقته بكل من فاعلية الذات وادراك القبول – الرفض الوالدي لدى عينة من طلاب وطالبات جامعة أم القرى.
- حاج، موسى(2004)، *النمو المعرفي وعلاقته بالتحصيل الدراسي*، منشورات جامعة دمشق
- الحويج، صالح المهدي،2007، *مظاهر الاغتراب واضطراب الهوية وعلاقتها بالسلوك الإجرامي* لدى عينة من الشباب العاطلين عن العمل .جامعة طنطا، مصر.
- دنيال علي عباس،2016، الاغتراب النفسي وعلاقته بالتحصيل الدراسي دراسة مقارنة بين طلبة المرحلة الثانوية النزلاء في مراكز الإيواء والطلبة المقيمين في محافظة دمشق، رسالة مقدمة لنيل درجة الماجستير في علم النفس التربوي،سوريا.
- دهينة ابتسام،2018، فاعلية الذات لدى أساتذة التعليم الثانوي وعلاقتها بالضبط الصفي للتلاميذ، مذكرة مقدمة لنيل شهادة الماستر في علم النفس المدرس، جامعة بسكرة ،الجزائر.
- رحاب طلعت محمد على(2013) .استخدام المراهقين المصريين المغتربين لمواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالانتماء للوطن، رسالة ماجستير غير منشورة جامعه عين شمس، معهد الدراسات العليا للطفولة قسم الإعلام وثقافة الطفل.
- زينب ، شقير،2005،مقياس قلق المستقبل، القاهرة، مكتبة النهضة المصرية.
- عبد السميع، بهجات محمد، ٢٠٠٧ ، *مدى فاعلية برنامج ارشادي لتخفيف الشعور بالاغتراب*
- عيمر اميمة،وسيعد شيماء،2018، إدمان مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقته بالاغتراب النفسي لدى طلبة علوم التربية،دراسة ميدانية بجامعة جيجل.
- قريشي فيصل،2011 ، التدين وعلاقته بالكفاءة الذاتية لدى مرضى الاضطرابات الوعائية القلبية ،رسالة ماجستير في علم النفس الصحة ، بجامعة باتنة
- المحمداوي حسن،2007، *العلاقة بين الاغتراب والتوافق النفسي للجالية العراقية في السويد*،العراق.
- نادي عاشور،2014، العجز المتعلم وعلاقته بالرسوب الدراسي، مذكرة لنيل شهادة الماجستير في علم النفس تخصص الصحة النفسية والتكيف المدرسي، بجامعة ورقلة.

- نبيلة بوناب،2018،مذكرة ماستر،تخصص ،الاغتراب النفسي لدي الطالب الجامعي دو الهوية الافتراضية،دراسة عيادية لخمس حالات بكلية العلوم الإنسانية والاجتماعية،جامعة بسكرة.
- همام والهوشي، مصطفى، يامن،2010، *العنف الأسري وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهقين* من طلاب المرحلة الثانوية ، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم النفسيةوالاجتماعية، جامعة محمد خيضر بسكرة
- ولاء سهيل يوسف ،فاعلية الذات وعلاقتها بالمسؤولية الاجتماعية ،رسالة ماجستير في علم النفس العام ،جامعة دمشق سوريا.

المجلات:

- منتهى محمد مخلف، صباح حسن فرحان (2013) ،الاغتراب النفسي وعلاقته بالشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الإعدادية في، قضاء الفلوجة ، مجلة جامعة الانبار للعلوم البدنية والرياضية ، المجلد 2 العدد 8 ، الانبار، العراق.
- زليخة، جديدي،2012 ،مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة وادي سوف

- معاوية أبو غزال و شفيق علاونة،2010 ، العدالة المدرسية و علاقتها بالفاعلية الذاتية المدركة لدى عينة من تلاميذ المدارس الأساسية في محافظة إربد ، الأردن ، دراسة تطورية ، مجلة جامعة دمشق ، المجلد 26العدد الرابع .
- العدل، عادل محمد محمود .(2001) .تحليل المسار للعلاقة بين مكونات القدرة على حل المشكلات الاجتماعية وكل من فعالية الذات والاتجاه نحو المخاطرة .**مجلة كلية التربية**، جامعة عين شمس، القاهرة، الجزء الأول، العدد 25 ،ص121،ص178
- رفقة خليف سالم ،2008، علاقة فاعلية الذات و الفرع الأكاديمي بدافع الإنجاز الدراسي لدى طالبات كلية عجلون الجامعية ، مجلة البحوث التربوية و النفسية ، العدد 23،الاردن .
- **مجلة كلية التربية،2015، جامعة الأزهر، العدد(165) الجزء الثاني** ستخدامات تطوير الذات عبر مواقع التواصل الاجتماعي وعلاقتها بتشكيل رأس المال النفسي المقالة 9، المجلد 18، العدد 4، ديسمبر 2019، الصفحة -405 481 PDF (3.99 MB)
-

- إسلام أحمد عثمان أستاذ مساعد بقسم العلاقات العامة بكلية الإعلام نوع المستند: المقالةالأصلية معرف الوثيقة الرقمي: 10.21608/JOA.2019.92468– جامعة بني سويف. المجلة المصرية للبحوث الراي العام
- علي بشرى،2008، مظاهر الاغتراب لدى الطلبة السوريين في بعض الجامعات المصرية،مجلة جامعة دمشق، المجلد24،العدد الأول.

- لبنى عبد الرحمن السعيد، رهام جميل أبو رومي (2019)، الاغتراب الاجتماعي وعلاقته بإدمان المخدرات في ضوء بعض المتغيرات (دراسة مقارنة بين عينة من مدني المخد رات وغير المدمنين دراسات، العلوم الإنسانية

والاجتماعية، المجلد 46 ، العدد 1، جامعة الزيتونة الأردنية، الأردن.

- مجلة كلية التربية،أكتوبر سنة2015،(العدد165 الجزء الثاني) ، جامعة الأزهر.
- كلثوم العايب،2020،مجلة الباحث في العلوم الاجتماعية والإنسانية،جامعة قاصدي مرباح ،ورقلة،الجزائر.

مراجع باللغة الأجنبية:

- Friksom. E.(1968).Identity and life Cycle.newyork, WWW nortion and
- Company
- 1Cervone, D; peake, P. (1986). anchoring, Efficacy, andaction: the
- influence of Judg mental Heuristics on self. Efficacy Judgment and
- Behavior. ***Journal of personality and social Psychologx,*** 50(3), p. p: 492-501
- **Albert Bandura : Self-efficacy in ramachaudran (ed) , Encyclopedia of human behavior , Vol 4 , pp**
- **71-81 , New york , 1994 , p 71 .**
- -Cynthia, L; Bobko, P. (1994). Self-efficacy Beliefs-comparison of five
- measures. ***journal of Applied psychology,*** Vol.69(3).p. p: 342-365
- Zimmerman, B; Riggo, J. (1985). Effects of model Persistence and
- statements of confidence on children's self – efficacy and problem solving.
- ***Journal of Educational Psyshology,*** vol (72), No (4), P: 485 – 493.

الملاحق

استبيان فاعلية الذات.

جامعة غرداية

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس المدرسي

عزيزي (تي) التلميذ (ة) في إطار التحضير لمذكرة تخرج الماستر علم النفس المدرسي بعنوان " الاغتراب النفسي وعلاقته بفاعلية الذات لدى المراهقين المستعملين لوسائل التواصل الاجتماعي ".

أرجو منكم وضع علامة(X) أمام العبارة التي تراها مناسبة وأحيطكم علما أن إجابتكم لن تستغل إلا لغرض البحث العلمي وفي الأخير أشكركم على تعاونكم معنا .

البيانات الشخصية:

المستوي : أولى ثانوي ☐ ثانية ثانوي ☐ ثالثة ثانوي ☐

الجنس: ذكر ☐ أنثى ☐

رقم	العبـــــــــــــارات	دائما	غالبا	أحيانا	نادرا	أبدا
01	أتجنب محاولة تعلم أشياء جديدة تبدو صعبة بالنسبة لي					
02	أنزعج من القيام بأي محاولة قد تبدو معقدة بالنسبة لي					
03	عندما تحدث مشاكل غير متوقعة لا أتعامل معها جيدا					
04	أحتاج دائما إلى من يساعدني فيما أقوم به من أعمال					
05	ينبغي أن أضع لنفسي أهدافا بعيدة وأسعى إلى تحقيقها					

06	أتق بقدراتي في مساعدة الآخرين عندما تواجههم مشكلة					
07	أتق في قدراتي لتحمل الكثير من المسؤوليات					
08	حينما أقرر القيام بشيء ما فإنني أتوجه مباشرة للبدء فيه					
09	عند محاولة تعلم شيء جديد فسريعا ما أتوقف ادا لم انجح في البداية					
10	أتجنب مواجهة الصعاب					
11	تستهويني الأعمال الصعبة التي تتطلب الجهد					
12	أنا على يقين أنني استطيع تنفيد الخطط التي أضعها					
13	أضع لنفسي هدفا كبيرا لم أحاول جاهدا بلوغه أو تحقيقه					
14	قدرتي على التعامل مع المشاكل التي أتعرض لها في حياتي محدودة					
15	أجد متعة في حل مشكلة يصعب على الآخرين حلها					
16	أحرص على العمل بحيوية ونشاط فيما أقوم به من أعمال					
17	أعتمد على قدراتي الدانية في حال واجهتني أي مصاعب					
18	أستطيع أن أجد الحلول المناسبة لأي مشكلات تواجهني					
19	أستطيع إقناع الآخرين حتى لو خالفوني في الرأي					
20	أمتلك أفكار لحل أي مشكلة أتعرض لها مما يساعدني على حلها					

21	عندما أحدد الأهداف الهامة لنفسي . أجد صعوبة في تحقيقها					
22	من السهل على التخلي من الأشياء قبل الانتهاء منها					
23	الفشل يجعلني أزيد من محاولاتي للوصول للهدف					
24	ينبغي أن لا يعود الإنسان لممارسة عمل سبق له الفشل فيه					
25	احرص على معاودة القيام بعمل معين اكتر من مرة حتى أحقق ما أرتضيه أو أسعى أليه					
26	يستحسن أن يحرص الفرد على تخطيط وتنظيم تفاصيل ما يقوم به من أعمال					
27	يسهل علي تحقيق أهدافي وطموحاتي					
28	أستطيع أن أتعامل مع معظم المشاكل التي أتعرض لها في حياتي					
29	أشعر بعدم الأمان حول قدراتي للقيام بأشياء					
30	إدا كنت لا أستطيع القيام بعمل من أول مرة أستمر بالمحاولة حتى أستطيع					
31	ثقتي في قدراتي تجعلني أتحمل الكثير من المسؤوليات					
32	أتعامل مع المشكلات الطارئة بشكل جيد					
33	أستطيع إكمال المهمة بدقة مهما كانت معقدة					
34	عندي كثير من الطموحات أسعى إلى إنجازها					
35	يلجأ لي زملائي في حل معظم مشكلاتهم					

استبيان الإغتراب النفسي.

جامعة غرداية

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس المدرسي

عزيزي (تي) التلميذ (ة) في إطار التحضير لمذكرة تخرج الماستر علم النفس المدرسي بعنوان " الاغتراب النفسي وعلاقته بفاعلية الذات لدى المراهقين المستعملين لوسائل التواصل الاجتماعي "

أرجو منكم وضع علامة(X) أمام العبارة التي تراها مناسبة وأحيطكم علما أن إجابتكم لن تستغل إلا لغرض البحث العلمي وفي الأخير أشكركم على تعاونكم معنا .

البيانات الشخصية:

المستوي : أولى ثانوي ☐ ثانية ثانوي ☐ ثالثة ثانوي ☐

الجنس أنثى ☐ ذكر ☐

الرقم	العبـــارات	موافق بشدة	موافق	أحيانا	غير موافق	غير موافق بشدة
01	أشعر بمزيد من التعب والضجر نتيجة تزايد أعبائي اليومية					
02	أشعر بالانتماء إلى أسرتي بشكل كبير					
03	من الصعب أن اشعر بالأمان والطمأنينة هذه الأيام					
04	اشعر أحياناً باني شخص أخر غير الذي اعرفه					
05	اشعر دائما بالحيوية والحماس في الحياة					

06	اشعر بان مستقبلاً غامضاً ومخيفاً ينتظرني					
07	اشعر بالانتماء إلى الحي الذي اسكن فيه					
08	أصبحت حياتي مملة وثقيلة في ظل الظروف الحالية					
09	اشعر بان الحياة في بصورتها الحالية تثير القلق والإحباط					
10	اشعر بان مستقبلا مظلما ينتظر الأطفال الذين يأتون إلى هذا العالم					
11	أشعر بالوحدة على الرغم من وجودي مع الآخرين					
12	اشعر بالضيق عندما أكون مع الآخرين					
13	اشعر بأنني بحاجة للآخرين					
14	أحب مشاركة الآخرين في أفراحهم وأتراحهم					
15	اعتقد بان البعد عن الآخرين غنيمة في هذا الزمان					
16	احرص على متابعة أخبار الآخرين					
17	أرى بان مظاهر الحب والتعاون تتراجع باستمرار					
18	أفضل شيء في الحياة أن يعيش الإنسان بعيدا عن الناس منعا للمشاكل					
19	تزعجني زيارة الأصدقاء والأقارب لما تجلبه من متاعب					
20	لا استمتع بوجود الآخرين من حولي وأفضل العزلة					
21	من السهل عليا تحقيق أهدافي					

22	ليس لدي هدف أسعى إلى تحقيقه					
23	يصعب عليا اتخاذ قرار وفق إرادتي الخاصة					
24	اشعر بأن الحياة متجددة دائماً					
25	فقدت قدرتي على التحكم في أمور حياتي					
26	تنتابني نوبات من الضجر والملل					
27	اشعر بالإحباط دائما					
28	أتمنى لو لم أكن موجوداً في هذه الحياة					
29	أعيش في عالم عديم الأهمية بالنسبة لي					
30	أرى بأن الحياة جميلة وتستحق بان نحياها					
31	أعتقد أن الحصول على عمل جيد لا يحتاج إلى كفاءة بقدر ما يحتاج إلى واسطة					
32	يضطر الإنسان في هذه الأيام إلى النفاق					
33	اعتقد بان الطرق الملتوية أسهل الطرق لتحقيق النجاح					
34	أصبح كل شيء مباح لدى الناس لتحقيق أهدافهم					
35	أؤمن بالمثل القائل الغاية تبرر الوسيلة					
36	كل إنسان يمكنه أن يحقق أهدافه بالطرق التي تحلو له حتى ولو كانت طرقا ملتوية					
37	لم اعد أؤمن بوجود قيم في هذا الزمان					

38	يبدو انه لا يوجد ما هو صواب وما هو خطا في هذا الزمن					
39	اعتقد بأنه من الضروري أن يستغل الفرد الآخرين لكي يكون ناجحا					
40	من الصعب الآن تربية الأبناء على قيم ومبادئ أصبح المجتمع لا يلتزم بها					
41	اشعر بالرضا عن الناس المحيطين بي					
42	اعتقد بان نجاح الإنسان لا يرتبط بقدراته بل بحظه					
43	لو أتيحت لي الفرصة المناسبة لحطمت كل شيء في طريقي					
44	أفضل العنف على المسالمة وأهاجم من يعارضني					
45	أحس بكراهية شديدة تجاه القيم السائدة في المجتمع					
46	اشعر أحيانا برغبة قوية لترك دراستي الثانوية					
47	عدم تحقيق آمالي يجعلني حاقداً على من حولي					
48	اعتقد بان القوة أصبحت معياراً لحصول الإنسان على ما يريد					
49	لابد من التمرد على الظروف التي نعيشها حتى تتغير إلى الأفضل					
50	اعتقد بان العالم أصبح قاسياً بشكل لا يطاق					

المستوى

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1,0	53	36,6	36,6	36,6
	2,0	36	24,8	24,8	61,4
	3,0	56	38,6	38,6	100,0
	Total	145	100,0	100,0	

الجنس

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1,0	66	45,5	45,5	45,5
	2,0	79	54,5	54,5	100,0
	Total	145	100,0	100,0	

التخصص

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	1,0	80	55,2	55,2	55,2
	2,0	45	31,0	31,0	86,2
	3,0	20	13,8	13,8	100,0
	Total	145	100,0	100,0	

Correlations

		النفسي الإغتراب	الذات_فاعلية
النفسي الإغتراب	Pearson Correlation	1	,194*
	Sig. (2-tailed)		,020
	N	145	145
الذات_فاعلية	Pearson Correlation	,194*	1
	Sig. (2-tailed)	,020	
	N	145	145

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Group Statistics

	المستوى	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
النفسي الإغتراب	1,0	53	149,92	20,041	2,753
	2,0	36	153,81	22,606	3,768
الذات_فاعلية	1,0	53	127,30	11,121	1,528
	2,0	36	122,58	11,119	1,853

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
الإغتراب النفسي	Equal variances assumed	,848	,360	-,851	87	,397	-3,881	4,559	-12,943	5,181
	Equal variances not assumed			-,832	69,092	,408	-3,881	4,666	-13,190	5,428
فاعلية_الذات	Equal variances assumed	,545	,462	1,965	87	,053	4,719	2,402	-,055	9,492
	Equal variances not assumed			1,965	75,320	,053	4,719	2,402	-,065	9,502

Group Statistics

	الجنس	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
النفسي الإغتراب	1,0	66	153,80	20,005	2,462
	2,0	79	151,80	20,588	2,316
الذات_فاعلية	1,0	66	125,03	11,274	1,388
	2,0	79	124,25	11,487	1,292

Independent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
الإغتراب النفسي	Equal variances assumed	,454	,502	,592	143	,555	2,006	3,389	-4,694	8,706
	Equal variances not assumed			,593	139,746	,554	2,006	3,381	-4,678	8,689
فاعلية_الذات	Equal variances assumed	,975	,325	,409	143	,683	,777	1,900	-2,978	4,532
	Equal variances not assumed			,410	139,316	,683	,777	1,896	-2,972	4,527

Group Statistics

	التخصص	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
النفسي الإغتراب	1,0	80	148,09	20,170	2,255
	2,0	45	161,51	16,558	2,468
الذات_فاعلية	1,0	80	124,05	11,168	1,249
	2,0	45	126,82	11,372	1,695

ndependent Samples Test

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
									95% Confidence Interval of the Difference	
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	Lower	Upper
الإغتراب النفسي	Equal variances assumed	2,003	,159	-3,800	123	,000	-13,424	3,532	-20,416	-6,431
	Equal variances not assumed			-4,015	106,701	,000	-13,424	3,343	-20,052	-6,796
الذات_فاعلية	Equal variances assumed	,055	,815	-1,323	123	,188	-2,772	2,095	-6,919	1,374
	Equal variances not assumed			-1,317	89,945	,191	-2,772	2,106	-6,955	1,411