

الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية

أ.م. د سعدية كريم درويش انتصار محمد عاشور

الجامعة المستنصرية / كلية التربية الأساسية

مشكلة البحث

قاد التوسع والتقدم السريع للمعرفة والتطور الى ادخال المجتمعات في تحديات نفسية واجتماعية وثقافية واقتصادية كبيرة، مما جعلها تشهد تغيرات جذرية تكاد تعصف بثوبتها، موروثها الحضاري والاجتماعي والقيمي وتأثرت بدرجات متفاوتة بقوى التغيير اذ رافق هذا التطور مشكلات وصراعات كبيرة (الخالدي ٢٠١٢: ٩).

اذ تواجه اليتيم الكثير من المواقف في حياته اليومية وكثيرا ما يتوثب او يتحفز او يتأثر على وفق تلك المواقف والادوار الحياتية اذ نجده لا يهدأ ولا يستقر بل يتهيج ويهتز كيانه ولا يكف عن انفعالاته (المياحي ، ٢٠١٠ : ٥٤) ، إن الحرمان من الأب بالنسبة للطفل قد يؤدي الى الحرمان من العلاقة القوية التي تمده بالحب والأمل والرعاية مما يؤدي الى إعاقة نموه الطبيعي وخلق شخصية غير متزنة ومتذبذبة بعض الشيء ، وأن بفقدان الأب يفقد الطفل دعامة قوية تسهل طريقه الى النمو السليم والسوي كما يسيطر عليه جو من القلق والتوتر يعوق نموه ويؤذيه أكثر مما يؤذيه المرض العضوي وتزداد قابلية الطفل لظهور بعض الأمراض السيكوسوماتية وبعض المشاكل النفسية (ربيع ٢٠٠١ : ٦٩) .

نتيجة التطور التكنولوجي الهائل الذي نعيشه في عالمنا المعاصر ازدادت هذه المؤثرات قوة وحدة (الشرفة ٢٠١١ : ٢) ومنها ثورة الاتصالات التي شهدها عالمنا المعاصر ونتائجها المترتبة التأثير على توجهات قيمنا وايدولوجياتنا وعلى مختلف المجالات (حسن ٢٠٠٦ : ٣٥٩) واسهمت في ترسيخ انماط معرفية وسلوكية جديدة لم نألّفها من قبل من اختلافات اجتماعية وظواهر شاذة لم تكن بهذه الحدة من قبل ولم نستطع استيعابها وتكيفها وفق منظومتنا القيمية ، ان ما تعرض له مجتمعنا من حروب وضغوطات داخلية وخارجية واحداث سياسية متقلبة نتجت عنها ظواهر وسلوكيات غير سوية نلاحظها في الاسرة والشارع والمدرسة (زغنوش ٢٠١١ : ٥).

شهدت الفترة الاخيرة من النصف الثاني من القرن العشرين زيادة هائلة في انتشار مرض الاكتئاب في كل انحاء العالم، بينت اخر الاحصائيات التي صدرت عن منظمة

الشعور باليأس لدى بنائه الشهداء في المرحلة الإعدادية
أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد عاشور

الصحة العالمية ان ما يقرب من ٧% - ١٠% من سكان العالم يعانون من اليأس والاكتئاب، فضلا عن احصائيات منظمة الصحة العالمية حول عدد الاشخاص الذين يقدمون على الانتحار كل عام ويصل هذا الرقم (٨٠٠ الف) شخص في العالم سنويا وهذا يمثل العبئ الاساس لمرض الاكتئاب حين يصل الشخص الى مرحلة اليأس القاتل (الشربيني ٢٠٠١: ١٨).

وتشير دراسات منظمة الصحة العالمية الى ان بحلول عام (٢٠٢٠) سيكون الاكتئاب والشعور باليأس ثاني اكبر مشكلة تلحق الضرر بحياة الناس وتسببه امراض القلب وحوادث السير والامراض الدماغية وامراض الرئة ، ففي دول العالم المتقدمة يحتل المرتبة الثانية اما في بلادنا فسيحتل المرتبة الأولى يفوق بذلك حتى امراض القلب هذا ما تؤكدته معدلات الانتحاريين المكتئبين واليائسين المرتفعة وتصل الى حوالي ١٥ % (الخطيب ٢٠٠٨ : ٨).

هناك اكثر من سبب يجعل من دراسة الشعور باليأس مطلبا علميا ونفسيا واجتماعيا ومطلبا انسانيا ومن جهة اخرى نجد ان اليأس من اكثر الاضطرابات النفسية شيوعا ومن اكثر المشكلات التي تتطلب العون النفسي والاجتماعي (٤٥ : p ٢٠٠٢ Note).

واليأس هو اتخاذ الفرد اتجاهات سلبية نحو حاضره ومستقبله بشكل يفقده الامل والرجاء ويقعده عن بذل الجهد اللازم لتحقيق اهدافه الحالية وطموحاته المستقبلية (مخيمر ٢٠٠٣ : ٦٣٢) ، فالحاضر مليء بالضغوطات والمعوقات التي تحول دون الاشباع (اشباع الحاجات) ، والمستقبل غامض ومجهول ، والحياة كلها تعب ومعاناة لا يمكن خلالها تحقيق الاهداف والطموحات فهو غريب في مشاعره اختلت لديه قاعدة ارتباط السبب بالنتيجة فلا نتائج ترجى وكل شيء محتوم ومقدر (بوزيد ٢٠٠٩ ، ٢٣) ، فالمواقف والخبرات المؤلمة تؤثر في اليتيم وتجعله يبدي ردود افعال انفعالية تعبر عما تولد لديه من مشاعر سلبية نحو الحياة والذات والمستقبل ، فنراه مكتئبا شاعرا باليأس عشوائيا في تصرفاته وسلوكاته لا يراعي نتائج ما يقوم به من افعال بل اميل الى تحطيم ذاته والقضاء على كل ما هو ايجابي منها . وهو ما ترجم فعلا شعوره باليأس ، ويعد الشعور باليأس من اهم ما يلازم المكتئب ويؤثر على سلوكياته وتوقعاته في مدى قدرته على التحكم وادارة افعاله (ابو زيد ٢٠٠٩ : ٩٦) .

ان هذه الاضطرابات من شأنها ان تترك اثارها على الافراد لانها تشكل استعدادا للامراض النفسية فضلا عن انها تؤدي الى حالات من سوء التكيف على الذي يعبر عنه في صورة من التوتر العالي والقلق واليأس (علي ٢٠٠٣ : ١٦) .

وترى الباحثة أن ضغوطات الحياة المتزايدة وتطورات العصر المتلاحقة في كل المجالات أدت إلى ظهور الكثير من الصراعات والتحديات الاجتماعية والثقافية التي أسهمت إلى حد كبير في انتشار مجموعة من الاضطرابات النفسية ، إن الأزمات النفسية أو الصدمات الانفعالية العنيفة أو الصعوبات التي يجابهها الفرد في حياته من السهل إن تدفعه إلى حالة من الضيق والتوتر والقلق وهي بحد ذاتها ضغوط حياتية تضرب كيان الإنسان واتزانة النفسي ، فالأفراد الذين يواجهون بعض التحديات الحياتية المتعلقة بالشؤون الاقتصادية أو المعاشية أو المتعلقة بالعمل والتي لا يمكن التحكم بها تكون استجابتهم للمواقف بمثابة الانسحاب والاستسلام او الشعور باليأس والاكتئاب .

تعد مرحلة المراهقة من اهم المراحل العمرية فهي مرحلة البناء والانتاج والعتاء الاجتماعي لما يمتلك فيها الفرد من النشاط والحيوية والحماس مما يجعله عضواً ايجابياً وفاعلاً للقيام بكل ما يكلف به ، فالمرهقون هم العنصر الاساسي في بناء مستقبل البشرية وحولهم تتمحور السياسات المستقبلية للدول والحكومات كافة (رزق ٢٠٠٤ : ١٢٨) .

تعتبر هذه المرحلة من اصعب المراحل التي يمر بها الفرد في حياته ، حيث تشهد تغيرات كبيرة في مختلف جوانب نموه وتطوره ، الامر الذي يؤدي الى تخبط الفرد بين محنة واخرى اثناء محاولته تجديد هويته وتأكيده ذاته بين المحيطين به ولا سيما في البيت او المدرسة ، حيث يخطئ افراد الاسرة والمعلمون في تفسير خصائص تطوره فيلجؤون الى استخدام اساليب غير تربوية في رعاية المراهق والتعامل معه ، تتضمن كثيرا من النقد واللوم والتوبيخ والعقاب ، في محاولة منهم للتخلص من سلوكيات المراهقة التي لا ترضيهم ، دون ان يحاولوا مساعدته على تفهم جوانب الخطأ في تصرفاته من اجل تعديلها ، او استبدالها بأشكال اخرى من السلوك المناسب (ابو جادو ٢٠١١ : ٤٠٥) ، وهي من اهم الفترات النمائية والتطويرية اذ يتحدد فيها الطريق الذي يختاره الطالب فيما بعد ، فهي مرحلة انتقال من الطفولة الى الشباب تكتنفها العواطف والتوتر والشدة والازمات النفسية ، وتسودها المعاناة والاحباط والصراع والقلق والمشكلات وصعوبات التوافق ، فتظهر عند المراهق عدد من المشكلات النفسية والتربوية والاسرية والاجتماعية نتيجة للتغيرات المختلفة التي تطرأ

الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية

أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد عاشور

عليه في هذه المرحلة فيعتقد بنفسه اكثر، يبحث عن هويته، اذ يسلك تارة كأنه طفل ويتصرف احيانا كشخص راشد ، وهو يميل الى العناد والتحدي ويتأثر على نحو ملحوظ بأقرانه ، لذا يحتاج الى من يستمع الى المشكلات التي يعاني منها والى من يشاطره العناية بقضاياهم وهمومهم واحزانهم (الداهري ٢٠٠١ : ١).

ان اجيالنا المعاصرة ، تعيش القلق بأبعاده السياسية والحضارية والاقتصادية والاجتماعية والنفسية (الربيعي ٢٠٠٣ : ٨) .

بما ان طلبة الاعدادية في مقتبل العمر منهم بحاجة الى التوجيه والارشاد (الشيخ واخرون، ١٩٨٢ : ٢٨)، لذلك لم تعد مهمة المدرسة توفير التعلم والثقافة لطلابها فحسب، بل اصبحت تعنى بطلبتها، وتسعى الى تنمية تفكيرهم وتطوير قابلياتهم (الداهري ٢٠٠١ : ٣)، وينبغي ان يسهم كل مدرس في تنظيم البيئة المدرسية وترتيبها اسهاما فاعلا ، (حيدر ١٩٨٢ : ٣٣٦) .

وقد شعرت الباحثة في المشكلة من خلال عملها في مؤسسة الشهداء فضلا عن تطبيق الاستبانة الاستطلاعية على المرحلة الاعدادية وتبين ان مستوى الشعور باليأس لدى بنات الشهداء مرتفع نتيجة لكل ما يحيط بنا من اخطار تتمثل في عدم الاستقرار الامني والاجتماعي والاقتصادي والنفسي وامام ذلك تتساءل الباحثة عن : ما مستوى الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية؟

أهمية البحث:

تكمن أهمية البحث كونه من البحوث النادرة في حدود علم الباحثة التي تنطرق لمشكلة الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية كون هذه العينة تعاني الضغوط من جانبين فهي تعاني صراعات مرحلة المراهقة وحرمان الرعاية الأبوية ، كما تتمثل أهمية البحث من الناحية النظرية في تناولها لمرحلة عمرية نمائية ألا وهي مرحلة المراهقة لما لها من أهمية بالغة في تكوين الشخصية حيث يرى العديد من الباحثين أن المراهقين في حاجة ماسة الى المساعدة خاصة من الأسرة والمدرسة حتى يتمكنوا من التغلب على الصراعات النفسية والتكيف مع البيئة المحيطة بهم ؛ (زيدان ٢٠٠٨ : ١٥٢)، ويقدر ما هي مرحلة حرجة فهي في الوقت ذاته مرحلة نمو بيولوجي ونفسي واجتماعي وتكيف للحياة ، فالمرهقون شديدا الرغبة في ولوج عالم الراشدين قبل التزود بالخبرة لمواجهة مواقف الحياة المختلفة التي تتطلب منهم استعداداً كافياً قبل دخولهم المرحلة الجديدة فهم يسعون الى ما

الشعور باليأس لدى بنائه الشدهاء في المرحلة الإمدادية
أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد عاشور

يتطلعون اليه من التعبير عن انفسهم كما يرونها في عهد ولادتهم الجديدة (السراي ٢٠١٢ ،
٥) .

إذ تستند فلسفة الارشاد النفسي (Consoling) اساساً الى ان الفرد كائن انساني اجتماعي بحاجة الى المساعدة في مراحل النمو المختلفة، فهي عملية تتم في جو هادئ وظروف طبيعية ملائمة بين اطراف العملية الارشادية، فتوظف فيها كثير من المهارات والخبرات كاستراتيجيات تسهم في حل المشكلات ومواجهة العقوبات التي تعترض الفرد في حياته الشخصية والمهنية (الغريز ٢٠١٠ : ٥٩) .

ينصب اهتمام العملية الارشادية على تعديل افكار الافراد ومشاعرهم وسلوكهم نحو ذواتهم والآخرين والمجتمع الذي يعيشون فيه، ويمكن القول ان الفرد الذي يمتلك خبرة ارشاد نفسي ناجحة ربما يمتلك خبرة نمو وارتقاء نفسي ناجح في الوقت ذاته.

(الوائي ٢٠١٥ : ٩)

يهدف الارشاد النفسي الى مساعدة الاسوياء الذين يواجهون مشكلات توافقية معينة نتيجة لتعرضهم لمواقف عصبية ولكنهم لا يعدون مرضى او مضطربين بالمعنى الدقيق للمصطلح ، بل يخشى ان يقعوا فريسة الاضطراب اذا تركوا دون مساعدة او ارشاد (مرزوك، سيد ٢٠١٢ : ٢٣) .

إذ تعد هذه المرحلة من المراحل المهمة والدقيقة والحرجة من النمو التكويني للفرد في حياته النفسية والاجتماعية والمعرفية (زيدان ٢٠٠٨ : ١٥٢) وترى الباحثة أن هذه المرحلة العمرية (١٥-١٨) سنة وهي اهم واصعب المراحل في الحياة حيث تشهد تغييرات كبيرة في مختلف جوانب النمو والتطور الامر الذي يؤدي الى تخبط الطالب اثناء محاولته تحديد هويته وتأكيد ذاته بين المحيطين به فضلاً عن الضغط من حرمان الرعاية الأبوية بسبب اليتيم .

ان ارشاد المراهقين هو عملية مساعدتهم ورعايتهم نفسيا واجتماعيا وتربويا ومهنيا واسريا من خلال برامج ارشادية نمائية ووقائية وعلاجية بهدف فهم دوافعهم وحاجاتهم وتوفير متطلباتهم ومساعدتهم في حل مشكلاتهم وذلك من اجل تحقيق نمو سليم متكامل في جوانب الشخصية عامة والوصول بهم الى افضل مستوى ممكن من الصحة النفسية (المشاقبة ٢٠٠٨ : ١٩٨) .

يهتم الإرشاد النفسي بتنمية امكانيات الفرد وقدراته ويركز على تنمية نقاط القوة الإيجابية وحفظ نقاط الضعف لبناء شخصية متوازنة متزنة (المشاقبة ٢٠٠٨ : ٢) .

الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية
أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد ماشور

إن الأزمات النفسية أو الصدمات الإنفعالية العنيفة أو الصعوبات التي يجابهها الفرد في حياته من السهل أن تدفعه الى حالة من الضيق والتوتر والقلق وهي بحد ذاتها ضغوط حياتية تقرب كيان الإنسان واتفقانه النفسي (غني ٢٠١٠ : ٢٠)
ومن خلال اطلاع الباحثة نظرا لأهمية جوانب التطور المختلفة في بناء شخصية الانسان لا بد من الاهتمام بالتطور المعرفي والانفعالي والاجتماعي في هذه المرحلة (الريماوي ٢٠٠٣ : ٧٦)

نمت في السنوات الاخيرة اتجاهات الارشاد المعرفي التي تؤكد ان نجاح الارشاد النفسي يتوقف على الطريقة التي يدرك بها الفرد الاشياء ويفكر بها، اي ان سلوك الفرد تحكمه الى حد بعيد عوامل معرفية وفكرية لما تحمله من معتقدات وتطورات عن العالم والذات، ويتم الارشاد عاده عن طريق استبدال الأفكار الخاطئة وتعلم طرق جديدة لحل المشكلات او تعديل السلوك (ابراهيم ٢٠٠٦ : ١٦).

هدف البحث:

يستهدف البحث الحالي التعرف على: الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية

حدود البحث:

يتحدد البحث الحالي بطالبات المرحلة الاعدادية (بنات الشهداء) محافظة بغداد - الرصافة الاولى للعام الدراسي لمرحلتي الرابع والخامس بفرعيه العلمي والادبي للعام الدراسي (٢٠١٦-٢٠١٧) م.

تحديد المصطلحات:

اولاً :- اليأس Despair

وعرفه كل من :-

١- فروم (١٩٦٨ Fromm) : هو احساس الانسان بالوحدة والعزله لانه انفصل عن الطبيعة وبقية البشر واخفق في اشباع حاجاته الانسانية , فيشعر بأنه مغترب عن نفسه وعن الاخرين ازاء استسلامه لقيم المجتمع السائدة . (Fromm , ١٩٦٨ : ٩٥)

٢- سيليجمان ١٩٧٥ Seligman: هو حالة من عدم الرغبة في التفوق واتمام المهام الصعبة وعدم الرغبة في بلوغ معايير التفوق على الاخرين وانعدام روح المنافسة (Seligman, ١٩٧٥ : ١٤).

الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية
أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد ماحشور

٣- بيك ١٩٨٧ Beak : هو حالة وجدانية تبعث على الكآبة وتتسم بتوقعات الفرد السلبية نحو الحياة , والمستقل وخيبة الامل والتعاسة وتعميم الفشل في كل محاولة. (Beak ١٩٨٧ : ٢٣) .

٤- Abramson ١٩٨٩ : هو تفسير احداث الحياة السلبية على انها ناتجة عن عوامل ثابتة وشاملة وانها في الغالب ستؤدي الى نتائج سلبية اخرى (Abramson ١٩٨٩ : ٥٣٩).

٥- Ferrman ١٩٩٤ : هو شعور بالعجز عن مواجهة المشكلات بجرأه واتخاذ موقف اتجاهاها , لانه استخدم كل طاقاته لحل تلك المشكلات ولكنه لم ينجح. (Ferrman ١٩٩٤: ١٠٩٥)

٦- Kylama ٢٠٠٣ : هو الشعور بالعزلة والوحدة النفسية والاجتماعية والتخلي عن مصادرالبهجة في الحياة الاجتماعية . (Kylama , ٢٠٠٣ : ٤٣٦)

التعريف النظري : بما أن الباحثة قد تبنت وجهة نظر (Beak ١٩٨٧) فإن التعريف النظري هو نفس تعريف بيك المشار إليه أعلاه .

التعريف الاجرائي : هو الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال إجابته على فقرات المقياس المستخدم في البحث .

ثانياً : بنات الشهداء (اليتيم)

تقول العرب : اليتيم من فقد والديه أو أحدهما، أو من كان مجهول الأب أو مجهول الأبوين فهو كل صغير فاقد للأب أو للأم أو كليهما.(طبل و أبو حذيفة ١٤١٢ هـ: ٧)

ثالثاً: المرحلة الاعدادية (Preparty stag)

تعريف وزارة التربية ١٩٨٨

هي مرحلة دراسية تقع ضمن المرحلة الثانوية بعد المرحلة المتوسطة مدتها ثلاث سنوات، تهدف الى ترسيخ ما تم اكتشافه من قابليات الطلاب وميولهم وتمكينهم من بلوغ مستوى اعلى من المعرفة والمهارة مع تنويع وتعميق بعض الميادين الفكرية والتطبيقية تمهيداً لمواصلة الدراسة الحالية واعداداً للحياة العملية الانتاجية. (وزارة التربية، نظام المدارس الثانوية ١٩٨٨).

الشعور باليأس

ينظر الى الصحة النفسية على انها حالة عقلية انفعالية مركبة , دائمة نسبياً من الشعور بالسعادة مع الذات ومع الاخرين والشعور بالرضا والطمأنينة والامن النفسي والسلامة

الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية
أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد عاشور

العقلية والاقبال على الحياة مع شعور بالنشاط والقوة ويتحقق بذلك اعلى درجة من التكيف النفسي والاجتماعي (سيد مرزوك , ٢٠١٠ : ١٣٥) .

ويتسم الشخص ذو الدرجة المرتفعة من الصحة النفسية سمات عدة منها الكفاءة والخلق القويم , الاتزان الانفعالي , السلوك السوي , تكامل الشخصية والقدرة على مواجهة الازمات (عبد الهادي ٢٠٠٧ : ٤٦) .

بمعنى ان الصحة النفسية هي اعلى مستويات التكيف السلوكي والانفعالي وليس مجرد الخلو من المرض او الاضطراب (سيد مرزوك ٢٠١٠ : ١٣٥) .

اذ يجمع علماء النفس على ان من اركان الصحة النفسية التمتع ببعض الصفات منها المرونة في مواجهة الواقع والصبر عند الشدائد والتفاؤل وعدم اليأس (غني ٢٠١٠ : ٢) .

اذ سوء التوافق يمهد الى احساس الفرد احساساً خاصاً يؤرق باله ويشغل تفكيره ويشعره بعدم التوازن , واذا لم يتمكن من تجاوزه فإنه قد يتطور الى الاضطراب الممهد للمرض النفسي, وحينذاك سيفقد تماماً السيطرة على توازن شخصيته , لذلك فإن المستويات الخفيفة من المشاعر السلبية في التوافق مثل الشعور باليأس قد لا تشكل خطراً على الحياة طالما كانت طارئة او عارضة (ظرف ما او حدث مؤلم) ولاسيما انها متوقعة للجميع بمعنى اننا جميعاً نتعرض لها او تصيبنا في المواقف التي تحول دون تحقيقاً للاهداف التي نسعى اليها (العزاوي ٢٠٠٦ : ٢٧) .

اليأس هو فقدان الامل واحساس بالعجز وعدم المساندة وفقدان التعاطف من الاخر ومعه , اي الاحساس بالاغتراب النفسي والانغماس في مظاهر فقدان القيمة وفقدان الامل (كامل ١٩٩٣ : ٨٥١) .

يؤثر الشعور باليأس على التوافق النفسي والصحة النفسية للفرد، فهو من الأسباب المباشرة للكثير من الاضطرابات النفسية , حيث تسيطر عليه التوقعات والنظرة التشاؤمية نحو فقدان الامل في حدوث ما هو جديد او تغيير ما هو موجود وذلك ينعكس على الفرد في الشعور باللامبالاة وانعدام الرغبة في العمل والاستسلام لليأس (عوض و محمد ١٩٩٩ : ٤) .

فالشعور باليأس عاطفة تتكون من اتجاهات تغلب عليها عدم الرغبة في الحصول على شيء او الوصول الى هدف مع الاعتقاد بأن الهدف لن يتحقق مما يجعل الفرد يشعر

الشعور باليأس لدى بنائه الشدهاء في المرحلة الإهدادية
أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد ماشور

بالعجز والتوتر ويظل اعتقاده في عدم قدرته على تحقيق الهدف مستمرا مما يدركه من العوائق التي يمكن ان تحول دون تحقيق الهدف (معمرية ٢٠٠٦ : ٧٣) .

يعد اليأس من المتغيرات النفسية المميزة للشخصيات العاجزة والسلبية والمضطربة وهو من العوامل التي تؤدي الى تحطيم الاتزان النفسي لدى الشخص ويرتبط الشعور باليأس بالقلق والاكتئاب والتشاؤم والعجز عن التوافق ومما ينتج عنه من مشاعر العجز عن التحكم في البيئة وانخفاض درجة تحمل الضغوط (كفاي , ٢٠٠٥ : ٤٨) .

ومن المشاكل النفسية الشائعة هو الشعور باليأس فهو يسبب لصاحبه الانطواء والانعزال والابتعاد عن الاخرين ويكتفه الخوف والقلق والضجر ويدعو الشعور باليأس الانسان ليعيش في تعاسة وشقاء وقلق وتشاؤم مما يسبب له تدهوراً نفسياً خطيراً، وهذا الشعور بالعجز عن تحقيق الاهداف يشبع بالنفس الشعور باليأس والمزاج الاكتابي .

كثير منا يصاب باليأس بدرجات متفاوتة تجعل البعض يستطيع تجاوزه والسعي لتحسين الاوضاع الا ان البعض الاخر يصاب به بشكل مرضي يجعله مزمناً اذا لم يتم التدخل الطبي في الوقت المناسب (Beak , et .all ١٩٧٦:٢٢)

يعد الشعور باليأس من اهم ما يلزم المكتتب ويؤثر على سلوكياته وتوقعاته في مدى قدرته على التحكم وادارة افعاله .

فالشعور باليأس قيد ثقيل يمنح صاحبه من حرية الحركة فيقع في مكانه غير قادر على العمل والاجتهاد لتغيير واقعه بسبب سيطرة اليأس على نفسه وتشاؤمه من كل ما هو قادم , قد ساء ظنه بربه وضعف توكله عليه وانقطع رجاءه عن تحقيق مراده , انه عنصر نفسي سيء لأنه يقعد بالهمم عن العمل ويتشتت القلب بالقلق والالم ويقتل فيه روح الامل. (العضيدان ٢٠١١ : ١٥)

تعد المواقف التي لا يمكن للفرد التحكم بها على الرغم من محاولته تجاوزها سبب في تعميم العجز لديه باتجاه اي موقف اخر يتعرض له , ويتطلب منه المحاولة وعدم بذل ادنى جهد من اجل النجاح , كما تولد لديه مشاعر سلبية متمثلة باليأس والاكتئاب والتشاؤم (Alloy , et .al ١٩٨٤ : ١٢١) .

ان الازمات النفسية الشديدة او الصدمات الانفعالية العنيفة او الصعوبات التي يجابهها الفرد في حياته من السهل ان تدفعه الى حالة من الضيق والتوتر والقلق وهي بحد ذاتها ضغوط حياتية تضرب كيان الانسان واتزانه النفسي , لذا فأن علماء النفس قالوا بأن الافراد

الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية
أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد عاشور

الذين يواجهون بعض التهديدات الحياتية المتعلقة بالشؤون الاقتصادية او المعاشية او المتعلقة بالعمل والتي لا يمكن التحكم بها تكون استجابتهم بمثابة الانسحاب او الاستسلام والشعور باليأس او الاكتئاب (الامارة ٢٠٠١ : ٢-١) .

وترى الباحثة ان تعرض الفرد للضغوط في حياته تؤدي به ليكون اسيراً للقلق والتوتر واليأس فهي عادة ما تترك اثار سلبية ومدمره ومهددة لحياة الافراد وسعادتهم وصحتهم وتوازنهم وتكيفهم .

يعد الشعور باليأس من اكثر المشكلات النفسية انتشارا في العالم اليوم (Carson & Adams : ١٩٨١) ، فالقلق والشعور باليأس والاكتئاب من الاضطرابات التي تتسبب في وفاة اعداد كبيرة من البشر (الشربيني ١٩٩١ : ٩٨) .

اهم مظاهر اليأس

(١) مظاهر معرفية شخصية

- السلبية والاستسلام في مواجهة الضغوط المهددة . (ابراهيم ، ١٩٩٨ : ٣٩)
- انخفاض تقدير الذات وفي التدعيم الاجتماعي .
- العجز في مهارات قدرة الذات على المواجهة .
- اضطرابات النوم (فقدان القدرة على النوم) .
- صعوبات في التركيز (Abramson et al ١٩٨٩ : ٧٦٣)
- ذوو نمط تشاؤمي في تفسير الاحداث ونقص المهارات الاجتماعية وتوجه منخفض في المواقف التحصيلية . (Nolen et al , ١٩٩٢ : ٤٠٥)

(٢) مظاهر عضوية كيميائية

- انخفاض مستوى Nprepinephrine وهي المادة المسؤولة عن تحقيق الاكتئاب.
- فقدان الوزن وفقدان الرغبة الجنسية والهزال . (ابراهيم ١٩٩٨ : ١٤٠ - ١٤١)

(٣) الوصف الاكلينيكي لليائسين يوضح ان :-

يأسهم يؤثر بطريقة سلبية في كل نواحي التوظيف النفسي والاجتماعي بما في ذلك النمط المعرفي والتوظيف المهني والاكاديمي، والادوار الشخصية والعلاقات الحميمة، والاعتلال والاضراب النفسي. (غني ، ٢٠١٠ : ٢٢)

بعض خصائص الافراد اليائسين

تبدو على الافراد اليائسين جملة من الخصائص وكما يأتي :-

الشعور باليأس لدى بنائه الشمداء في المرحلة الإعدادية

أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد ماشور

- عدم التكامل والانسجام بين الانا والانا العليا مما تتسم به شخصية اليائسين والذي يؤدي بدوره الى عدم القدرة على تحقيق اهدافه المرغوبة ذات الطابع التفاوضي.
- الافتقاد الى التغذية الراجعة والتي بدورها تساعد الفرد على تعديل او تغيير او الاستمرار في التمسك بالخطط الملائمة لتحقيق اهداف مرغوبة.
- ضعف الامكانيات وما ينتج عنها من عدم القدرة على تحقيق الأهداف المرغوب فيها
- عدم القدرة على مواجهة الصعاب والانتباه في تأدية المهام، كما انه لا يبصر العقبات وغير قادر على تحقيق الاهداف المرغوبة.
- لا يشعر بالزهو إذا حقق هدف معيناً وذلك لأنه لم يبذل اي جهد من اجل تحقيقه، يظن اليأس ان النتائج رهن الحظ والصدفة فهو يعتقد بأهمية الحظ دون المهارة.
- الانسحاب عند مواجهة مهام صعبة .
- تنمو لدى اليائسين استراتيجيات هدم الذات .
- تضخيم الاخطاء والسلبيات .
- ضعف القدرة على مواجهة المعوقات التي تواجه الفرد والتغلب عليها وغياب او انخفاض الرغبة في مواجهة المشكلات .
- انخفاض الدافعية للإنجاز وقل استخداما للاستراتيجيات الايجابية .
- عدم الرغبة في بلوغ معايير التفوق عند الآخرين .
- عدم الرغبة في التفوق واتمام المهام الصعبة وانعدام روح المنافسة .
- انخفاض الدافعية للعمل وغياب الرغبة في المبادرة بالقيام بسلوك غير عادي او طرح فكرة تحمل الجديد غير المؤلف (الفرحتي , ٢٠٠٥ : ٣٩-٤١) .

انواع اليأس:

- أ- اليأس المؤقت : يمكن تجاوزه بسهولة وذلك لان اللحظة الانية لا تشكل كلية الوجود , كما يجب على الانسان ان يستفيد من خبرته وحكمته شموليا .
- ب- اليأس الاجتماعي : ناجم عن الانتماء الطبقي او الوضع الاقتصادي او الظلم السياسي والعقائدي , فتجاوزه يتطلب مجهودا اكبر لأنه يتطلب اصلاحا اجتماعيا شاملا وتعديلا في النظرة الى الانسان.
- ت- اليأس الفكري : والذي يعبر عنه من خلال مفاهيم العبث والعدم والاغتراب فيرجعه الى غياب قاعدة الوعي الانساني الكوني وهذا قد يحدث نتيجة لتمرد الانسان على

الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية
أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد ماشور

الواقع والتوصل منه ، وهذا سيؤدي الى شعوره بمزيد من القلق والانفصال . (اليازجي د.ت) .

وترى الباحثة ان تحقيق الانسجام بين ما في الكون والانسان سيؤدي الى تقاؤل مفاهيم العبث واللاجدوى من الشعور الانساني وينتهي عندها اليأس .
اسباب اليأس :

للشعور باليأس اسباب عديدة تتأثر شخصية الفرد بهذه الاسباب بأي شكل من الاشكال ويتوقف هذا على قدرة الفرد على تجاوز الازمات الاقتصادية والمشكلات الاجتماعية والفشل الدراسي او التعرض لصدمات عاطفية او فقدان عزيز او عمل ، فأحداث الحياة كثيرة ومختلفة قد تؤدي الى الشعور باليأس ولكن درجة تأثر الفرد لهذه الازمات والضغوط النفسية تكون متفرقة فالبعض يتجاوزها والبعض الاخر يستسلم للضغوط ويصاب بالقلق والاكتئاب واليأس يتوقف هذا على قوة شخصية الفرد وتكامل نموه السليم ويكون تعرض الافراد لليأس بدرجات متفاوتة منها تكون اعراضاً خفيفة واخرى متوسطة او شديدة حيث ان للمراحل الاولى من النمو يكون لها الاثر البالغ في القدرة على التحمل . وهذه الاسباب يمكن إجمالها بالآتي :

١- البيئة الاسرية والاجتماعية :-

اسلوب التنشئة الاجتماعية الخاصة المتمثلة (بالافراط في اللين والتساهل او الافراط في العقاب والتفرقة في المعاملة ، واضطراب العلاقات بين الوالدين والابناء تعد من العوامل المهمة والرئيسية التي تؤثر على نشوء الاضطرابات النفسية (زهران ١٩٧٧ : ٤٦٠) . وان للسنوات الاولى من حياة الطفل اهمية في بنائه النفسي ولهذا البناء تأثير في امكانية حدوث اليأس في المستقبل فضلا عن الضغوط النفسية والاقتصادية التي يعيشها الاطفال والمراهقين في اسرهم ، ناهيك عن سوء العلاقات الاجتماعية وما يؤديه من صراع داخلي للفرد وبالتالي الى حالة الشعور باليأس . (العبيدي ٢٠٠٩ : ٣١٧)

٢- أسباب نفسية :

الصراع والاحباط الذي يتعرض له الفرد نتيجة للفشل المتكرر وعدم القدرة على اشباع حاجاته والقلق من الاخرين، جميعها مؤشرات تجعل الفرد يشعر بالنقص وعدم الثقة وتكوين (مفهوم الذات السلبي)، وكذلك الاندفاعات المزاجية وعدم الاتزان الانفعالي تؤثر في بناء

الشعور باليأس لدى بنائه الشمداء في المرحلة الإعدادية
أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد حاشور

شخصية الفرد مما تؤدي الى ظهور الاضطرابات في شخصية الفرد وتؤثر على انفعالاته (Lazarus ١٩٧١ : ٢٨٢- ٢٨٧) .

٣- اسباب اقتصادية:

يعد العامل الاقتصادي عاملاً أساسياً في تماسك الاسرة وتحقيق احتياجاتها المختلفة , فوجود مصدر مناسب لتمويل الاسرة يعني تحقيق الاستقرار المادي وبالتالي تمكينها من تحقيق اهدافها , والعكس صحيح فإن تدني مستوى الدخل الاقتصادي للاسرة وظروف السكن السيئة , وعدم القدرة على توفير المصروف اليومي لأبنائها تشكل عائقاً على نفسية الفرد , ان نقص المال وعدم توفير الامكانيات المادية , عائقاً يمنع كثير من الناس من تحقيق اهدافهم في الحياة وقد يسبب لهم الشعور بالإحباط مما يؤدي الى اليأس , فالفقر يعد عائقاً يمنع اشباع الحاجات الأساسية ويسبب الالم وسوء التوافق . (مرسي، محمد ١٩٨٦ : ١٢٣-١٢٥).

اعراض الشعور باليأس

يمكن عرضها كالاتي :

- ١- انخفاض تقدير الذات : يصف الفرد اليأس نفسه انه اسوء مما يراه الآخرون , فهو يرى نفسه شخصاً سيئاً وفاشلاً وعبئاً على أفراد أسرته وان الأفراد الذين يتعرضون لحالة من الإكتئاب واليأس يمرون بمشاعر حادة وقاسية مثل الشعور بالذنب ولوم الذات
- ٢- ضعف في التركيز : يترافق الشعور باليأس مع ضعف الإنتباه وصعوبة في التركيز وعدم الإكتراث مما يؤدي الى صعوبة تخزين المعلومات , وضعف القدرة على إسترجاعها فيصاب بالنسيان وإنحباس الطاقة العقلية .
- ٣- تقلب المزاج : يشعر اليأس بعدم القدرة على العمل والاستمتاع بالحياة ويفقد الرغبة في الدراسة ويجد ان كل ما يقوم به هو عبئ ثقيل عليه فيشعر بالاحباط وتكرر مزاجه .
- ٤- اللامبالاة : تنتاب الشخص اليأس حالة من اللامبالاة وهي حالة سلوكية وجدانية , معناها ان يتصرف المرء بلا اهتمام في شؤون حياته , او حتى الاحداث العامة كالسياسة وان كان هذا في عز صالحه مع عدم توفير إرادة على العقل في القدرة على الاهتمام بشأن النتائج .

الشعور باليأس لدى بنائه الشدهاء في المرحلة الإمدادية
أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد ماشهور

٥- اضطراب النوم : يضطرب النوم لدى الشخص اليأس ، فيصحوا مبكرا وهو في اشد حالات الضيق والانزعاج ولا يستطيع العودة الى النوم وقد يصحو نتيجة الكوابيس التي تدور حول الموت ، او يكون متقطعا وغير كامل .

٦- نقص الطاقة : يصاب الفرد بإنخفاض في مستوى النشاط العام كما كان عليه قبل الإصابة ، فيقضي معظم اوقاته امام التلفاز او في السرير ، اما بالنسبة للنشاطات الاخرى كالواجبات المدرسية والعمل والعلاقات الاجتماعية فهي نشاطات تصبح صعبة وعسيرة ، وهو غير قادر على الالتزام بها .

٧- التخلف النفسي : التخلف النفسي هو نمط من الوجود ، اسلوب في الحياة ينبت في كل حركة او تصرف ، في كل ميل او توجه ، في كل معيار او قيمة ، انه نمط من الوجود له خرافاته واساطيره ومعاييره التي تحدد للانسان موقعه ، نظرته الى نفسه ، الهدف في حياته .

٨- الحزن : ينتاب الشخص اليأس نوبه من الشعور بالحزن وهو الشعور المفعم بالحزن حينما يعم المصاب عدة مرات يؤثر على النفس سلباً فيصبح المصاب دائم الحزن ، لا يستطيع التعاطي مع حالات الفرح والسعادة التي تعمه احيانا وان الشعور الغامر بالحزن يحكم قبضته عليه فيصبح لا يرى في العالم الا هذا السواد القاتم وان حياته كلها حزن وشعور بالمرارة .

٩- ميول انتحارية :- دلت الكثير من الدراسات على الدور الاكبر لليأس في الانتحار منها دراسة (Beck, et,al ١٩٩٠) وان هناك ارتباطاً ملموساً بين اليأس والانتحار ، فالأشخاص الذين تكون لديهم ميول انتحارية يملكون مخططات معرفية سلبية تجاه انفسهم وتجاه الاخرين وتجاه المستقبل (Abramson , ٢٠٠٢ : ٣٦٢) .

النظريات التي فسرت الشعور باليأس:

١- نظرية التحليل النفسي : ١٨٨١ The Theory of psychoanalysis

يعتبر فرويد اول المؤسسين لنظرية التحليل النفسي العام ، فقد رأى ان التحليل النفسي عبارة عن عملية يتم من خلالها استكشاف ماض (خبرات) اللاشعور ، من احداث وذكريات مؤلمة ، فضلا عن الصراعات والدوافع والانفعالات الشديدة التي تؤدي في النهاية الى الاضطراب النفسي ، وان التحليل النفسي هو عملية استدراج هذه الخبرات المؤلمة من منطقة اللاشعور وذلك عن طريق التعبير الحر التلقائي والنفسي الانفعالي ومساعدته المريض في حل مشاكله (الزيود ٢٠٠٣ : ١٩) وللشخصية عند فرويد ثلاث مكونات وان لكل مكون

الشعور باليأس لدى بنائه الشدهاء في المرحلة الإمدادية

أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد عاشور

خصائصه ومميزاته الا انها في النهاية تكون وحدة واحدة تمثل شخصية الفرد وهذه المكونات الثلاثة هي :-

١- المكون الاول: هو ID يعتبر منبع الطاقة الحيوية النفسية ومستودع الغرائز والدوافع الفطرية كاللذة والحياة والموت وهو الاساس الغريزي الذي ينتج عنه الطاقة النفسية، وهو قطري سيكولوجي موجود منذ الولادة وهو لا شعوري (Gilliland and others ١٩٨٤ : ١٣) , تعمل الهو على تحقيق الرغبات دون الاهتمام بالقيم والعادات والتقاليد والاعراف (٢١٥ : ١٩٨٦ Patterson) .

٢- المكون الثاني الانا : (The Ego) : يعتبر بمفهوم التحليل النفسي مركز الشعور والادراك الحسي الداخلي والخارجي والعمليات العقلية وهو الذي يقوم بدور الدفاع وتوافقها تعمل لتحقيق التوازن والتوافق الاجتماعي للفرد في بيئته والالتزام بالعادات والتقاليد والقيم (١٤ : ١٩٨٤ , Gilliland) فهي تمثل الموجه الاساسي للشخصية وتحول احتياجات الهو القوية (الغريزية , والقطرية) بمساعدة الانا العلى الى حاجات ضعيفة مقبولة عن طريق اعادة تنظيمها لكي تتمشى مع متطلبات الانا الاعلى ويظهر من ذلك ان الانا تستمد طاقتها من الهو وتعمل لخدمته . (الزبود ٢٠٠٣ : ٢٤)

٣- المكون الثالث الانا الاعلى (Super Ego) يعتبر مستودع المثاليات والاخلاقيات والقيم الاجتماعية والدينية , وكذلك المعايير الاجتماعية والضمير ويعتبر الجهاز الداخلي او الرقيب النفسي للإنسان ويرتكز وظيفته على محاسبة الانا , وتسعى الانا الاعلى على كبح جماح الهو ودورها هو مراقبة طبيعة العلاقة بين الهو والانا ويعمل على عدم وقوع الانا بالخطأ الذي قد يتعرض لها , فهو يمثل الجانب الاخلاقي للشخصية ويمثل كل ما هو مثالي وواقعي ومحاولة الوصول بالفرد الى الكمال بدل اللذة (٢١٤ : ١٩٨٤ Shilling) , ويفسر فرويد Frued السلوك وفقا للصراع الحادث بين مكونات الشخصية الثلاثية فاذا غلب ادهم على الاخر فان الفرد سيعاني الكثير من الاضطرابات . ان الفرد الذي يكون لديه الانا الاعلى غير متسامحة وقاسية وشديدة وهذه الصفات يستمدها الطفل من الاب ويستودعها ويمثلها في صغره وتصبح له كالضمير ، فالخبرات المكبوتة تؤدي دورا اساسيا في تكوين الاضطرابات النفسية للشخصية التي تكونت في المرحلة الاولى من حياة الفرد، اي ان السمات النفسية المضطربة تتكون من ارتباطها بذكريات مؤلمة وصددمات مبكرة مكبوتة مما ينتج عنه الشعور بالذنب والاحباط واليأس (Kaplan ١٩٩٦ : ١٠٣) .

الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية
أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد حاشور

نظرية الفريد ادلر (Alfred Adler)

يرى ادلر ان كل فرد هو مخلوق اجتماعي وليس بيولوجي، وشخصيتنا صاغتتها بيئتنا الاجتماعية الفردية والتفاعلات ولم تصغها حاجتنا البيولوجية، ولا محاولتنا المستمرة لإرضائها (الزويد ٢٠٠٣ : ٥٢) .

تتميز النظرية الادلرية بنزوع اجتماعي عميق في رؤية الاضطراب النفسي عند المتعالج الى التشجيع ليتغلب على مشاعر الدونية واشكال التثبيط التي واجهها في حياته وحاجة المتعالج الى ما يشبه ان يكون عملية تربوية لاحداث تغيير في اسلوب الحياة لديه والوصول به الى تبصير بشؤون نفسه , كما كان يعتقد بأن التعليم هو اكثر الاساليب كفاءة لمنع الاضطرابات الانفعالية واعتبر الاتجاه التعليمي هو افضل علاج للاضطرابات العاطفية الموجودة (٤٢ : ١٩٨٤ Gilliland) , ينشأ العصاب حسب مفهوم ادلر من خطأ في ادراك الفرد لبيئته , فعندما يلجأ للتعويض عن النقص ويجد صعوبة في ايجاد موقف للتعويض فإنه سيخاف من الفشل فيلجأ الى الحيل الدفاعية التي تسبب المرض العصابي , وقد تعود اسباب الاضطراب الى خبرات الطفولة وخصوصا الاضطراب مع الاسرة , ويركز Adler ايضا على ان هناك قوة دافعية لجميع الكائنات الحية , اذ ان الدافع الانساني متمثل في الكفاح من اجل التفوق وتعويض مشاعر الدونية

(Dink merer , pew ١٩٧٩ : ٨٤) .

ويرى ان هناك قوتين دافعتين لدى الانسان هي التغلب على الدونية والرغبة في التفوق , وقد يكون وجودهما معا في الفرد امرا طبيعيا وعاديا جدا , ويرى ان السلوك الشاذ يمكن ان يحدث اذا بالغ الفرد في اظهار مشاعر الدونية والنقص او المبالغة في بذل الجهد من اجل التفوق (المانع ١٩٩٩ : ١٩٠) ومعنى هذا ان سبب الاضطرابات هي التنشئة الاجتماعية مثل محاولات الطفل الناجحة الامر الذي يقود الى العصاب و الشعور بالفشل ويقلل من ميله الاجتماعي وشعوره باليأس ويمنعه من التفاعل مع الاخرين ولا يحقق ذاته فيصبح انانيا ومركزا حول نفسه ومن جهة اخرى يرى Adler ان الشعور بالفشل والتعاسة واليأس والاستسلام وعدم القدرة على تحقيق الاهداف الاجتماعية يقود الى السلوك غير السوي , نتيجة التفسير الخاطئ للبيئة التي يعيش فيها الفرد , فتصبح رؤيتهم للعالم المحيط بهم بأكمله نظرة مشوهة تابعة من مركزهم الخاص دون خبرات ملائمة والى اسلوب خاطئ في الحياة (١٤٤ : ١٩٧٠ Rutter) بناءً على نظرية ادلر فإن الاختلاف بين الشخصية

الشعور باليأس لدى بنائه الشمداء في المرحلة الإجمادية

أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد حاشور

السوية والشخصية العصابية يتمثل فيما اشار اليه ادلر اذ قال : ان الفرد وحده واحدة لا يمكن ان تجزأ نفسها بواسطة فتوى الصراع الداخلية المتضمنة من مكونات الشخصية وبنائها (ابو اسعد ٢٠١٢ : ٤١) , فالشخصية ليست في حالة صراع بين الشعور واللاشعور , ولا في حالة صراع في مكوناتها الهو والانا والانا الاعلى كما جاء في نظرية مزبود , ويؤكد ادلر ان يصيب الفرد من فشل يعود اساسا الى القصور في عامل الميل الاجتماعي , وفقدان الشعور بالمحبة نحو الاخرين ونقص في العامل الوجداني في علاقتهم مع الاخرين فاسلوب حياتهم يقوم اساسا على الانانية وهدفهم النهائي هو الوصول الى تفوق وهمي , اي ان الانحراف كما يظهر في كل الامراض النفسية لا ينتج عن الميل الفطرية , بل عن غاية وعن مخطط مفهوم بصور خاطئة (الزيود ٢٠٠٣ : ٦٥) .

المنظور الانساني :-

كارل روجرز Carl Rogers (١٩٠٢ - ١٩٨٧)

يشير روجرز الى ان تقييم ينتج من الكيفية التي ينظر لها الى انفسهم والعالم من حولهم (صالح ١٩٨٧ : ٤٥) ويرى ان سوء التوافق ينتج عن التأخر بين الخبرة والذات (القاضي ١٩٨١ : ٢٣٦) وفي حالة عدم التطابق بين مفهوم الفرد عن ذاته وخبراته , او ادراك الفرد ان مشاعره او سلوكه لا تلبي متطلبات الاستحقاق الايجابي المتبع فيتولد لديه القلق , ومن هنا تنشأ المشاكل النفسية بوصفها محاولة لتقليل عدم الانصاف والتشويه وتعاضم الاضطراب النفسي (الزبيدي ٢٠٠٩ : ٧٩) اي ان التأخر بين الذات وخبرات الفرد وتجاربه تشكل مصدر تعددية ويظهر نوع من انواع القلق الذي يجابهه الفرد من خلال انكار او تحريف جوانب ادراكه (شلتر ١٩٨٣ : ٢٧٣) , ومن هنا تنشأ المشاكل النفسية بوصفها محاولة لتقليل عدم الاتفاق باستبدال المشاعر والخبرات الحقيقية بأخرى مشوشة تتلاءم مع مفهوم الفرد عن ذاته , وكلما زاد الاختلاف والتشويه ازدادت قسوة الاضطراب النفسي وازدياد تنامي سوء التكيف اكثر ف اكثر فينظر الفرد الى المستقبل نظرة تشاؤمية بأئسة .

ويرى روجرز Carl Rogers ان الانسان يعاني من العصاب عندما يمارس حرية الاختيار مما يسبب له ملل وبلاده ويأس ومما يجعله يشعر بالفراغ الروحي الداخلي ويسبب له الفراغ الوجودي كونه يساير ادوارا فرضها عليه المجتمع على حساب نموه الشخصي , وان اي توتر يحدث له لحدوث وفاة مثلا يكون سبب في بداية الامراض العصابية (العبيدي ٢٠٠٩ : ٨٤) .

المنظور المعرفي :

نظرية اليرت اليس ALBERT ELLIS

تستند الى نظرية معرفية ادراكية , انفعالية , سلوكية وتركز الى ان هناك تشابكاً بين العاطفة والعقل او التفكير والمشاعر (الشناوي ١٩٩٤)
اشار Ellis الى ان المشاكل تنتج من طريقة التفكير ففرضاً ان العواطف الانفعالات ناتجة عن عقائدهم وما يؤمنون به وعن تقييمهم للامور وتعريفهم لها وفلسفتهم في تفسيرها وليس من الاحداث نفسها , ويرى Ellis ان نظام الافكار التي يؤمن بها الفرد في قسمين الافكار العقلانية والافكار اللاعقلانية (الزيود ٢٠٠٨ : ٢٤٨) , كما اشار اليس الى وجود اساس بايولوجي لسلوك الانسان ويجزم اليس ان الانسان يملك ميولا غريزية تجاه العادات والمنفعة والحركة والمزاج والسلبية المقترنة بالتفكير الايجابي ولاسيما فيما يتعلق بالآخرين (Ellis and Harper ١٩٧٩ : ٦٦) , اكتشف ان سلوكيات مرضاه هي نتيجة للاستعدادات الاجتماعية والبايولوجية للبقاء على افكار واتجاهات غير منطقية (أبو اسعد , عربيات ٢٠١٢ : ٢٠٣) .

تفترض هذه النظرية ان ما يقوله الانسان لنفسه عن نفسه هو المحدد لنتائجها الانفعالية وليست الاحداث نفسها هي المؤثرة فيه (العزة واخرون ١٩٩٩ : ٢١٤) وان سلوك الانسان يتحدد بما يقوله لنفسه , كما يرى اليس ان التفكير العقلاني ينتج سلوكاً مناسباً له , والتفكير الغير عقلاني ينتج سلوكاً مضطرباً وكل الاضطرابات السلوكية هي نتاج التفكير الغير عقلاني , كما ان السلوك هو وظيفة لتفكيرهم وتعاطفهم وعملهم (Ellis ١٩٥ : ١٩٧٩) , افترض اليس ان الانسان عقلاني وغير عقلاني في آن واحد , فهو عندما يفكر ويتصرف بشكل عقلاني فإنه يكون فعالاً وسعيداً ونشطاً , وعندما يفكر ويتصرف بشكل غير عقلاني فإنه يعاني من المشكلات والاضطرابات , والتفكير والانفعال توأمان مترابطان ومتداخلان , ويؤثر كل منهما في الاخر , والتفكير والانفعال والسلوك اضلاع مثلث واحد تصاحب بعضها بعضاً تأثيراً وتأثراً فكل من الفكر والانفعال يتضمنان الكلام مع الذات في شكل جمل متداخلة (Internalized sentences) , واذا كان الفكر مضطرباً صاحبه انفعال مضطرب , وكأن الفرد يحدث نفسه دائماً بالفكر غير المنطقي , ويترجم في شكل سلوك مضطرب (أبو اسعد , عربيات ٢٠١٢ : ٢٠٨) وان استجاباته المضطربة يمكن ان تتغير عن طريق تغيير تصوراتها وتعبيراته الداخلية عن هذه الاحداث (زهران ١٩٩٨ : ٥٩)

الشعور باليأس لدى بنائه الشدهاء في المرحلة الإمدادية
أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد عاشور

. يقرر اليبس ان احداث الحياة تتضمن عوامل خارجية تمثل اسباباً للاضطرابات ولكن البشر بإمكانهم ان يتجاوزوا جوانب القصور البيولوجية والاجتماعية والتفكير الصعب ، ويتصرفوا بأساليب يمكنها ان تغير وتضبط المستقبل وهذا الاعتراف يقدره الفرد على التحديد في الجانب الحسن لسلوكه الذاتي وخبرته الانفعالية (Ellis and Harper ١٩٧٩ : ٧٤) لذلك فالشخص الذي يتمتع بقدره عالية على مواجهة الضغوط والشدائد والمحن هو الشخص الذي يستطيع التخلص من انماط التفكير الخاطئة وغير المنطقية وتطوير انماط التفكير المنطقية والعقلانية التكيفية ، وتم ذلك من خلال اهتمام الفرد بذاته وتوجيهها من خلال تحمل اخطاء الآخرين وان يتصف بالمرونة والالتزام والتفكير العلمي وروح المغامرة وتقبل الذات (Patterson ١٩٨٦ : ٢٢٣) فالشخص اليأس هو ذلك الشخص الذي يتصف بالانهزامية والتهرب من المسؤولية وارتكابه الاخطاء واصدار الاحكام المطلقة اي انه يمتلك افكار ومعتقدات غير عقلانية وقد يميل لإعطاء احكام غير صحيحة لينال رضى الآخرين ويبين Ellis الى ان الفرد الذي يشعر باليأس يفكر بطريقة تدعو الى الغضب وتوقع الكارثة والخطر عندما يفكر بالمشكلات التي تعترض حياته فهو يفكر بالأشياء التي تخلق فيه الانزعاج والاضطراب وبالتالي يشعر بالغضب واليأس والاكتئاب (حجار ٢٠٠٤ : ١٣) .

نظرية آرون بيك ١٩٢١ Aaron Beak

يعتبر آرون تيمكن بيك (Aaron Temkin Beak ١٩٢١) أحد مؤسسي العلاج المعرفي ، وهو نوع من انواع العلاج بالألم (Talk Theory) الذي يدمج علم النفس الانساني في نموذج انتاج ومعالجة المعلومات ، بدلاً من ان يستند الى الغريزة أو الدافعية أو الكيمياء الحيوية (الشناوي ١٩٩٤ : ٢٧٨) . تعتبر نظرية آرون بيك من أكثر نظريات العلاج (Cognitive Therapy) المعرفي شيوعاً فهي نسقاً علاجياً يقوم على اساس نظرية في السايكوباتولوجيا ومجموعة من الاساليب العلاجية والمعرفة المستمدة من البحوث الامريكية والاكلينيكية (عبدالله ٢٠١٢ : ١٢٨) . كان بيك مؤمناً بالعلوم المبنية على الأدلة (Evidance - based science) ، وقد كان مهتماً بوجه خاص بعلاج الاكتئاب (Depresslon) وقد أدرك بيك من خلال أجراءه وملاحظاته لعدة تجارب أكلينيكية ان الشخص العصابي ليس فقط مريضاً عاطفياً لكنه ايضاً ليس سويماً من الناحية

الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية
 أ.م. د سعدية كريم درويش ، انتصار محمد محاشور

الإدراكية والمعرفية ويعتبر هذا هو أساس العلاج المعرفي الذي وضعه بيك (علاء الدين ٢٠١٣ : ١٧) .

مجتمع البحث: يتحدد مجتمع البحث الحالي بطالبات ذوي الشهداء المرحلة الإعدادية في المديرية الست في محافظة بغداد (الكرخ الأولى، الثانية، الثالثة، الرصافة الأولى، الثانية، الثالثة) للعام الدراسي ٢٠١٥-٢٠١٦م، والبالغ عددهن (٥٠٧) طالبة.

جدول (١)

مجتمع البحث موزع بحسب المديرية

ت	اسم المدرسة	عدد الطالبات	المديرية
١	إعدادية عدن للبنات	١١	الرصافة الأولى
٢	إعدادية الإعظمية للبنات	٧٠	
٣	إعدادية بغداد للبنات	٥٠	
٤	إعدادية الثورة العربية للبنات	٢٠	
٥	إعدادية الفردوس للبنات	٤٠	
٦	إعدادية حنين للبنات	٤	
٧	إعدادية النسرين للبنات	١	
٨	إعدادية القناة للبنات	٦	
٩	ثانوية بدر الكبرى للبنات	٨	
١٠	إعدادية بلقيس للبنات	٩	
١١	ثانوية الرشيد للبنات	١١	
١٢	إعدادية الانتصار للبنات	١٨	
١٣	ث الإعتزاز للبنات	١٦	
١٤	ث الإعتدال للبنات	١٤	
١٥	ث القاهرة للبنات	١٩	
١٦	الإعدادية المركزية	١٣	
١٧	إعدادية الحريري	٥٠	
١٨	ث الأسوار للبنات	٦	
١٩	إعدادية يافا للبنات	١٦	
٢٠	ث حي تونس للبنات	٢٥	

	٩	ث الزهراء للبنات	٢١
	٢١	ث الكرامة للبنات	٢٢
	٢٤	ث نازك الملائكة للبنات	٢٣
	٢٥	ث المتميزات الرصافة الأولى	٢٤
الرصافة الثانية	٤	ث إيلاف للبنات	٢٥
	٧	ث بدر الكبرى للبنات	٢٦
	١٨	ث التآخي للبنات	٢٧
	١	ث ميسلون للبنات	٢٨
	٤	ث المعالي للبنات	٢٩
الرصافة الثانية	١	ث العقيدة للبنات	٣٠

عينة البحث:

هناك مجموعة من الاعتبارات العلمية التي يتم على وفقها تحديد حجم عينة التحليل الإحصائي، إذ تم اختيار العينة وفقاً لمعيار أيبيل (Eeble, 1972)، الذي يشير إلى أن سعة العينة وكبرها هو الإطار المفضل في عملية الاختيار، ذلك انه كلما زاد حجم العينة قل احتمال وجود الخطأ المعياري (Eeble, 1972: 289-290)، وبناءً على ذلك تم اختيار عينة التحليل الإحصائي بالطريقة العشوائية البسيطة، إذ بلغت عينة البحث الحالي (٤٠٠) طالبة.

أداة البحث:

لتحقيق هدف البحث لابد ان تتوفر أداة لقياس (الشعور باليأس لدى طالبات ذوي الشهداء في المرحلة الإعدادية) وفيما يأتي توضيح الإجراءات التي قامت بها الباحثة: -
مقياس الشعور باليأس:

بعد اطلاع الباحثة على الأدبيات النظرية والدراسات سابقة الخاصة بمتغير الشعور باليأس فقد كوّنت الباحثة مقياس (الأنصاري، ٢٠٠١) بعد تحديد المفهوم النظري للشعور باليأس والذي تبنته الباحثة بأنه (حالة وجدانية تبعث على الكآبة وتتسم بتوقعات الفرد السلبية نحو الحياة والمستقبل وخيبة الأمل أو التعاسة، وتعميم ذلك الفشل في كل محاولة (Beck, et al , 1987)

وفيما يأتي تعريفاً لكل مجال من مجالات المقياس:

الشعور باليأس لدى بنائه الشهداء في المرحلة الإعدادية
أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد حاشور

١. فقدان الدافعية: هي سلوك يظهر فيه الشخص شعوره بالملل والانسحاب وعدم الكفاية، وبلغ عدد فقرات هذا المجال (٥) فقرات.

٢. التشاؤم: هو توقع سلبي للأحداث القادمة يجعل الفرد ينتظر حدوث الأسوأ ويتوقع ويتوقع الشر والفشل وخيبة الأمل، وبلغ عدد فقرات هذا المجال (٤) فقرات.

٣. التفاؤل والأمل: هي نظرة استبشار نحو المستقبل تجعل الفرد يتوقع الأفضل وينتظر حدوث الكثير ويسعى الى النجاح ويستبعد ما عدا ذلك، والامل هو الرغبة في الحصول على شيء والوصول الى هدف مع فكرة ان هذا الهدف سوف يتحقق، وبلغ عدد فقرات هذا المجال (٧) فقرات .

٤. التوقعات المستقبلية: هي توقعات الفرد الذاتية للمستقبل مستنداً إلى إمكانياته وخبراته وبلغ عدد فقرات هذا المجال (٤) فقرات.

التحليل المنطقي لفقرات مقياس الشعور باليأس:

ذكر أبيل أن أفضل وسيلة للتأكد من صلاحية الفقرات هي قيام عدد من الخبراء المختصين بتقرير صلاحيتها لقياس الصفة التي وضعت من أجلها (Ebel, 1972, p. 555). واستنادا الى ذلك فقد عرضت الباحثة فقرات المقياس بصيغتها الاولية، والتي بلغ عددها (٢٠) فقرة (الملحق/٢) على مجموعة من الحكام المتخصصين في علم النفس والإرشاد النفسي والصحة النفسية والقياس والتقويم، متضمناً إيجازاً عاماً لمفهوم الشعور باليأس التي يتألف منها لإبداء آرائهم في مدى مناسبة الفقرة والحكم على مدى ملائمة الفقرات للمجالات التي اشتقت منها ومدى مناسبتها للبدائل الإيجابية وإجراء ما يروونه مناسباً من تعديلات على الفقرات فضلاً عن تحديد مدى وضوح كل فقرة من الفقرات، وبعد جمع آراء المحكمين وتحليلها باستخدام مربع كأي لمعرفة دلالة الفروق بين آراء المحكمين من حيث صلاحية الفقرات لمجالها أو عدمه عند مستوى دلالة (٠,٠٥) أظهرت النتائج إن جميع فقرات المقياس صالحة وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (٣,٨٤)، والجدول (١) يبين ذلك.

الجدول (٢)

النسب المئوية وقيم مربع كأي لآراء الخبراء في صلاحية مقياس الشعور باليأس

المجالات	أرقام الفقرات	الموافقون	غير الموافقون	قيمة مربع كأي	قيمة مربع كأي	مستوى الدلالة	الدلالة
----------	---------------	-----------	---------------	---------------	---------------	---------------	---------

الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية

أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد عاشور

		الجدولية	المحسوبة	النسبة	التكرار	النسبة	التكرار		
دال	٠,٠٥	٣,٨٤	٢٠	%٠	٠	%١٠٠	٢٠	٤,٢,١	فقدان الدافعية
احصائياً									
دال	٠,٠٥	٣,٨٤	٩,٨	%١٥	٣	%٨٥	١٧	٥,٣	التشاؤم
احصائياً									
دال	٠,٠٥	٣,٨٤	٢٠	%٠	٠	%١٠٠	٢٠	٣,٢,٤	التفاؤل والأمل
احصائياً									
دال	٠,٠٥	٣,٨٤	١٢,٨	%١٠	٢	%٩٠	١٨	١	التوقعات المستقبلية
احصائياً									
دال	٠,٠٥	٣,٨٤	٢٠	٠	٠	١٠٠	٢٠	٦,٥,٣,١	التوقعات المستقبلية
احصائياً									
دال	٠,٠٥	٣,٨٤	٩,٨	%١٥	٣	%٨٥	١٧	٤,٢	التوقعات المستقبلية
احصائياً									
دال	٠,٠٥	٣,٨٤	٢٠	٠	٠	١٠٠	٢٠	٤,٣,١	التوقعات المستقبلية
احصائياً									
دال	٠,٠٥	٣,٨٤	٩,٨	%١٥	٣	%٨٥	١٧	٢	التوقعات المستقبلية
احصائياً									

*قيمة مربع كأي الجدولية (٣,٨٤) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (١)

التحليل الإحصائي لفقرات مقياس الشعور باليأس:

يشير أيبل (Ebel) إلى أن التحليل الإحصائي للفقرات يعد أداة فعّالة لتحسين المقياس ويسهم كذلك في تجميع مجموعة من الفقرات عالية الجودة بحيث تكون دقيقة في قياس ما وضعت من أجل قياسه (Ebel, 1972, 225) ولقد استخدمت الباحثة الإجراءات الآتية لتحليل فقرات مقياس الشعور باليأس:

أ- حساب القوة التمييزية للفقرات: -

تشير القوة التمييزية للفقرة إلى قدرة الفقرة على التمييز بصورة صحيحة بين الأفراد من حيث امتلاكهم للسمة أو الخاصية التي يقيسها المقياس (Anastasia, & Urban, 1997, 180-181).

ولأجل التحقق من ذلك قامت الباحثة بالخطوات الآتية:

الشعور باليأس لدى بنائه الشمداء في المرحلة الإعدادية
 أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد عاشور

- ١- اختيار عينة عشوائية بلغت (٤٠٠) طالبة ضمن تربية بغداد الرصافة الأولى.
- ٢- طبق المقياس بصورته الأولى ملحق (٣) على العينة ثم تم تصحيح الإجابات وترتيب الدرجات تنازلياً من أعلى درجة إلى أدنى درجة إذ تراوحت بين (١٠-٢٠) درجة.
- ٣- تم اختيار نسبة (٢٧%) العليا و(٢٧%) الدنيا من الدرجات لتمثل المجموعتين المتطرفتين وقد اعتمدت الباحثة على هذه النسبة لأنها توفر مجموعتين على أفضل ما يمكن من حجم وتمايز ((١٨١-١٨٠:١٩٩٧, Anastasia, & Urbin وقد اشتملت المجموعتين على (٢١٦) من الطالبات وتضمنت (١٠٨) طالبة وكان مدى الدرجات في المجموعة العليا يتراوح بين (١٠-١٢) درجة وفي المجموعة الدنيا يتراوح بين (١٦-٢٠) درجة.
- ٤- حساب الفرق بين عدد الذين اجابوا اجابة صحيحة في المجموعتين (العليا، الدنيا) مقسوماً على عدد إحدى المجموعتين، وحسب المعادلة الآتية:
 مجموع الإجابات الصحيحة في المجموعة العليا على مجموع الإجابات الصحيحة في المجموعة الدنيا وتنحصر قيمتها ما بين (+١) و(-١) فاذا كان الفرق موجبا كانت القوة التمييزية موجبة واذا كان العكس كان التمييز سالبا، واذا تساوت المجموعتين كان التمييز صفرا، وتفضل الفقرة ذات التمييز الموجب العالي، اعتمدت الباحثة معيار اييل دليلا لتحديد معامل التمييز، إذ اعتمدت الفقرات التي تزيد قوتها التمييزية عن (٠,٢٩) فما فوق، إذ يشير معيار اييل الى ان الفقرة التي تحصل على تمييز (٠,٣٠-٠,٣٩) هي فقرات جيدة و(٠,٤٠ فأعلى) هي فقرات جيدة جدا، وقد وجدت الباحثة ان جميع فقرات المقياس لها القدرة على التمييز وكما موضح في الجدول (٢).

جدول (٣)

مؤشرات تمييز فقرات مقياس الشعور باليأس بأسلوب المجموعتين المتطرفتين

المجالات	الفقرات	حجم العينة	المجموعة	معامل التمييز	الدلالة
فقدان الدافعية	١	١٠٨	العليا	٠,٤٥	مميّزة
		١٠٨	الدنيا		
	٢	١٠٨	العليا	٠,٤٢	مميّزة
		١٠٨	الدنيا		

أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد عاشور

مميّزة	٠,٥٠	العليا	١٠.٨	٣	
		الدنيا	١٠.٨		
مميّزة	٠,٥٢	العليا	١٠.٨	٤	
		الدنيا	١٠.٨		
مميّزة	٠,٤٤	العليا	١٠.٨	٥	
		الدنيا	١٠.٨		
مميّزة	٠,٥٧	العليا	١٠.٨	٦	
		الدنيا	١٠.٨		
مميّزة	٠,٤٨	العليا	١٠.٨	٧	
		الدنيا	١٠.٨		
مميّزة	٠,٥٤	العليا	١٠.٨	٨	
		الدنيا	١٠.٨		
مميّزة	٠,٤٣	العليا	١٠.٨	٩	
		الدنيا	١٠.٨		
مميّزة	٠,٤٧	العليا	١٠.٨	١٠	
		الدنيا	١٠.٨		
مميّزة	٠,٥١	العليا	١٠.٨	١١	
		الدنيا	١٠.٨		
مميّزة	٠,٤٩	العليا	١٠.٨	١٢	
		الدنيا	١٠.٨		
مميّزة	٠,٥٥	العليا	١٠.٨	١٣	
		الدنيا	١٠.٨		
مميّزة	٠,٥٣	العليا	١٠.٨	١٤	
		الدنيا	١٠.٨		
مميّزة	٠,٤٧	العليا	١٠.٨	١٥	
		الدنيا	١٠.٨		
مميّزة	٠,٤٤	العليا	١٠.٨	١٦	
		الدنيا	١٠.٨		
مميّزة	٠,٥٢	العليا	١٠.٨	١٧	
		الدنيا	١٠.٨		
مميّزة	٠,٤١	العليا	١٠.٨	١٨	
		الدنيا	١٠.٨		
مميّزة	٠,٤٦	العليا	١٠.٨	١٩	
		الدنيا	١٠.٨		
مميّزة	٠,٥٨	العليا	١٠.٨	٢٠	
		الدنيا	١٠.٨		

ب-الاتساق الداخلي (صدق الفقرات):

ويمكن حسابه عن طريق إيجاد معامل الارتباط بين كل فقرة وبين الدرجة الكلية للأداة ككل ولذا فإن الفقرة تكون صادقة إذا كان معامل الارتباط بينها وبين الأداة الكلية عاليا (عباس ، ٢٠٠٩ : ٢٦٥) ، وتم سحب (٤٠٠) استمارة هي نفسها عينة التحليل الإحصائي

الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية
 أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد عاشور

وبما ان بدائل الإجابة للمقياس ثنائية التصحيح (نعم , لا) وبدرجة تصحيح (١ , ٠) تم استخدام معامل ارتباط بوينت بايسيريال، وبعد استحصال النتائج ومقارنة معاملات الارتباط المحسوبة بالقيمة الجدولية التي تساوي (٠,٠٩٨) وعند مستوى (٠,٠٥) وبدرجة حرية (٣٩٨) أظهرت النتائج أن جميع الفقرات دالة صادقة , والجدول (٣) يوضح ذلك .

جدول (٤)

ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية لمقياس الشعور باليأس

رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	الدالة	رقم الفقرة	معامل ارتباط الفقرة بالدرجة الكلية	الدالة
١	٠,٥١٣	مقبولة	١١	٠,٤٣٧	مقبولة
٢	٠,٤١٨	مقبولة	١٢	٠,٤٥٢	مقبولة
٣	٠,٥٦٥	مقبولة	١٣	٠,٤٣٠	مقبولة
٤	٠,٤٨٠	مقبولة	١٤	٠,٥٧٧	مقبولة
٥	٠,٤٤٤	مقبولة	١٥	٠,٥٦٩	مقبولة
٦	٠,٤٦٢	مقبولة	١٦	٠,٤٧٢	مقبولة
٧	٠,٥٧٤	مقبولة	١٧	٠,٤٩٠	مقبولة
٨	٠,٤٣٣	مقبولة	١٨	٠,٤٢٢	مقبولة
٩	٠,٤٤٧	مقبولة	١٩	٠,٤٤٢	مقبولة
١٠	٠,٤١٠	مقبولة	٢٠	٠,٤٢٥	مقبولة

ج-ثبات المقياس

يقصد بالثبات هو الاتساق في درجات الاختبار التي يحصل عليها الأشخاص، ويشير إلى المدى الذي تعزى به الفروق الفردية في درجات الاختبار إلى فروق حقيقية في الخاصة موضع الاعتبار، والمدى الذي تعزى به إلى أخطاء الصدفة، وتم قياس الثبات بواسطة (كود-ريتشاردسون ٢٠ والتجزئة النصفية) والجدول (٤) يوضح درجات الثبات لمقياس الشعور باليأس (علام، ٢٠١٥: ١٣٣) .

جدول (٥)

قيم معامل الثبات بطريقتي كود-ريتشاردسون ٢٠ والتجزئة النصفية لمقياس الشعور باليأس

الثبات

الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية

أ.م. د سعدة كريمة درويش ، انتصار محمد عاشور

التصحيح بمعادلة سبيرمان - براون	التجزئة النصفية	كود - ريتشاردسون ٢٠	المقياس
٠,٨٨	٠,٧٩	٠,٨٣	الشعور باليأس
١٠٠			العينة

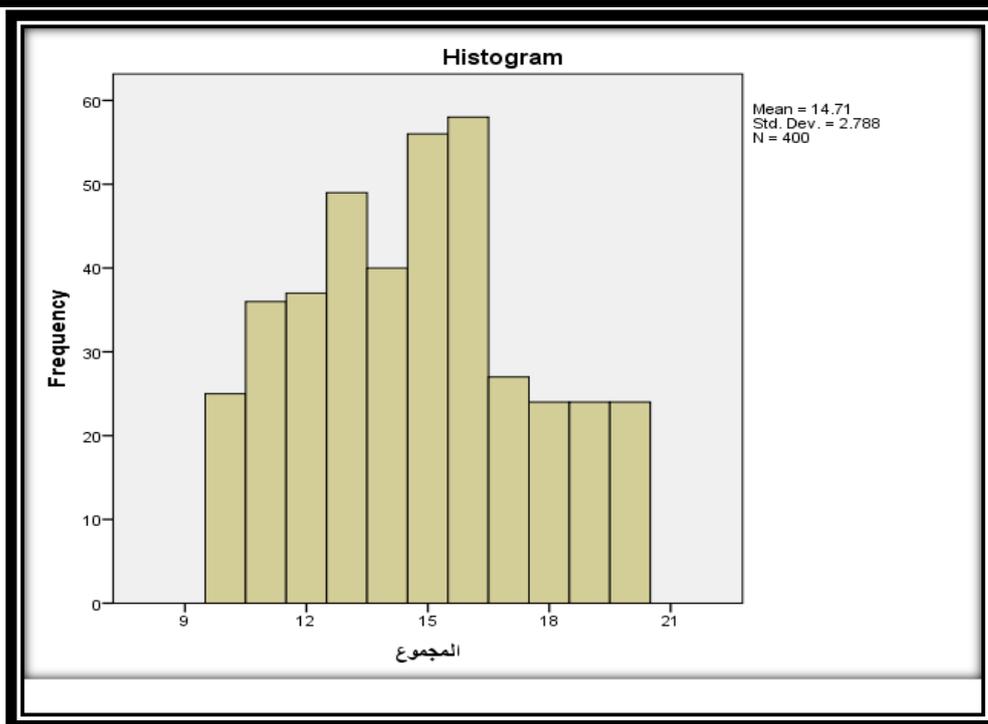
المؤشرات الإحصائية لمقياس الشعور باليأس:

حصلت الباحثة على المؤشرات الإحصائية الخاصة بالمقياس التي تقدم وصفاً له بصيغته النهائية والجدول (٥) يوضح بعض الخصائص الإحصائية للمقياس والشكل رقم (١) يوضح استجابات الطالبات على مقياس الشعور باليأس.

جدول (٦)

المؤشرات الإحصائية لمقياس الشعور باليأس

القيمة	المؤشرات الإحصائية
٤٠٠	Sample size حجم العينة
١٤	Mean الوسط الحسابي
٢,٧٨	Std.Deviation الانحراف المعياري
٧,٧٧	Variance التباين
١٥	Median الوسيط
١٦	Mod المنوال
١٠	Minimum اقل درجة
٢٠	Maximum أعلى درجة
٠,١٥٧	Skewness الالتواء
-٠,٨٢٤	Kurtosis التفرطح



الشكل (١)

استجابات العينة على مقياس الشعور باليأس

الوسائل الإحصائية:

استخدمت الباحثة في تحليل البيانات وتفسيرها الوسائل الإحصائية الآتية وبالاستعانة بالبرنامج الإحصائي (SPSS) وكالاتي:

١- نسبة الاتفاق حول صلاحية فقرات مقياس الشعور باليأس ضمن إجراء الصدق الظاهري.

٢- معامل الارتباط بيرسون لاستخراج القوة التمييزية وعلاقة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس والثبات بطريقة التجزئة النصفية.

٣- معادلة سبيرمان براون التصحيحية: لتصحيح الثبات المستخرج بطريقة التجزئة النصفية.

٤- معادلة كود-ريتشاردسون ٢٠ لاستخراج الثبات.

٥- الاختبار التائي لعينة واحدة: للتعرف على مستوى التصورات الخاطئة حول الارشاد النفسي لدى عينة البحث.

سيتم عرض نتائج البحث الحالي وتفسيرها على وفق أهداف البحث وكما يأتي:

الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية
أ.م. د سعدة كريم درويش ، انتصار محمد ماشور

هدف البحث: التعرف على مستوى الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية

من أجل تحقيق هذا الهدف طبقت الباحثة المقياس على أفراد عينة البحث البالغة (٤٠٠) طالبة، إذ بلغ المتوسط الحسابي للمقياس (١٥٥,٢٤٧٥)، بانحراف معياري قدره (١٦,٩٣٧٠٤)، وباستخدام الاختبار التائي (T-test) لعينة واحدة لاختبار الفروق بين المتوسطين، ظهر إن القيمة التائية المحسوبة بلغت (٣٨,٠٧٩)، وهي أكبر من القيمة الجدولية البالغة (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية (٣٩٩) وجدول (٥) يبين ذلك.

جدول (٧)

نتائج الاختبار التائي T-test لعينة واحدة للتعرف على مستوى الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية

القيمة التائية الجدولية (٠,٠٥)	القيمة التائية المحسوبة	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الوسط الفرضي	حجم العينة	المتغير
١,٩٦	٣,٠٧٩	٦,٩٣	٥٥,٢٤	٢٠	٤٠٠	الشعور باليأس

قيمة (ت) الجدولية = (١,٩٦) عند مستوى دلالة (٠,٠٥) ودرجة حرية ن ٣٩٩

يلاحظ من الجدول أعلاه ان الطالبات بنات الشهداء يعانين نسبة مرتفعة من الشعور باليأس إذ يرى بيك إن تفكير الفرد هو المسؤول عن إنفعالاته وأن ردود الفعل الإنفعالية ناتجة عن النظام المعرفي وإن عدم الإتفاق بيد الداخل والخارج يؤدي الى الإضطرابات النفسية ويفسر بيك اليأس على أنه حالة وجدانية تبعث على الكآبة , تتضمن شعور الفرد بالتعاسة وخيبة الأمل من الحياة وتتسم بتوقع سلبي للمستقبل (الغريير ٢٠١٠: ٦٩).

ويؤكد إن تعرض الفرد لحالة العجز يجعل سلوكه غير تكيفي إذ أن عزوف الفرد عن القيام بأية محاولة أو الاستجابة تخلصه من الوضع المزعج القائم تمثل ردة فعل غير تكيفية، وأن الضغط النفسي هو نتاج الشعور بالعجز المتعلم.

الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية
أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد عاشور

الاستنتاجات

- في ضوء نتائج البحث الحالي يمكن للباحثة أن تستنتج ما يأتي :
- 1- وجود مستوى مرتفع من حالات الشعور باليأس لدى بنات الشهداء في المرحلة الإعدادية.
 - 2- حاجة بنات الشهداء ممن لديهن إضطراب الشعور باليأس الى من يمد لهن يد العون والمساعدة وذلك من خلال اجراء الدراسات والبحوث على هذه الشريحة المهمة في المجتمع.

التوصيات

- في ضوء نتائج البحث الحالي والإستنتاجات توصي الباحثة بالآتي:
- 1- ضرورة تطبيق المقياس المعد لهذا البحث على أبناء الشهداء من الذكور في المرحلة الإعدادية والمراحل الدراسية الأخرى من كلا الجنسين .
 - 2- ضرورة إهتمام المؤسسات التربوية بالبرامج الإرشادية والأخذ بها وتطبيقها لتخفيف وتعديل الكثير من الإضطرابات النفسية التي يعاني منها الطلبة .
 - 3- ضرورة تعزيز المرشد النفسي والإجتماعي في المدارس.
 - 4- ضرورة تعزيز دور المرشد النفسي والإجتماعي في مؤسسة الشهداء كونها المؤسسة المسؤولة عن رعاية ذوي الشهداء .

المقترحات

- إستكمالاً لمتطلبات البحث الحالي , تقترح الباحثة إجراء الدراسات الآتية :-
- 1- دراسة وصفية إرتباطية لمعرفة العلاقة بين الشعور باليأس ومتغيرات أخرى .
 - 2- دراسة مشابهة للبحث الحالي على شرائح عمرية أخرى من ذوي الشهداء ومقارنة نتائجها مع نتائج البحث الحالي .
 - 3- بناء برنامج إرشادي لتنمية الشعور بالأمل أو السعادة لدى أبناء الشهداء .

المصادر

-المصادر العربية

- إبراهيم ، زكريا (٢٠٠٦) مدخل تشخيص علاج نفسي متعدد المحاور للاضطرابات الشخصية ، القاهرة ، مجلة شبكة العلوم النفسية العربية العدد (٩) .
- أبو أسعد ، أحمد عبد اللطيف (٢٠١١) ط١ ، تعديل السلوك الإنساني ، دار المسيرة ، عمان.
- أبو أسعد و عربيات (أحمد عبد اللطيف ، أحمد عبد الحليم) ٢٠١٢ ، ط٢ نظريات الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي

- أبو جادو ، صالح محمد (٢٠١١ ط٣) ، دار المسيرة ، عمان .
- أبو زيد ، إبراهيم (٢٠٠٩) علاقة وجهة الضبط باليأس لدى عينة من العائدين الى الجريمة ، رسالة ماجستير علم النفس المرضي الاجتماعي (الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية) جامعة محمد خضرم سكرة .
- الأمانة ، أسعد شريف (الشعور باليأس وعلاقته بمركز السيطرة) مجلة جامعة واسط للعلوم الإنسانية العدد (٢٧) ٢٠٠٧ .
- حسن ، محمود شمال (٢٠٠٦) : خطاب الأزمة ومحنة الآخرة ، ط١ ، القاهرة ، دار الآفاق العربية .
- الخالدي ، أمل إبراهيم (٢٠١٢) : أساسيات الإرشاد والصحة النفسية ط١ ، بغداد ، دار الكتب والوثائق .
- الخطيب ، جمال - وابو جملة ، نظام (٢٠٠٨ ط١) ، الطب النفسي الحديث ، مكتبة الفلاح للنشر والتوزيع بيروت .
- ربيع ، محمد (٢٠٠١) ، فاعلية العلاج النفسي الجماعي في علاج قلق الانفصال والشعور بالوحدة النفسية لدى جماعة من أبناء المؤسسات الإيوائية ، رسالة دكتوراه غير منشورة ، معهد الدراسات العليا للطفولة ، جامعة عين شمس .
- رزق ، كوثر إبراهيم (٢٠٠٤) العنف والعدوات بين طلاب المدارس الثانوية ، دار الغريب للطباعة والنشر والتوزيع ، القاهرة .
- زهران ، حامد عبد السلام (١٩٨١) ط٥ ، التوجيه والإرشاد النفسي ، القاهرة ، عالم الكتاب .
- الشرفة ، عيبر منخي (٢٠١١) الذات المهنية للمرشدين النفسيين في العمل الإرشادي ، رسالة ماجستير منشورة ، غزة ، الجامعة الإسلامية كلية التربية .
- طبل ، محمد مجاهد و أبو حذيفة ، إبراهيم بن محمد (١٤٢١ هـ) آداب معاملة اليتيم . طنطا : دار الصحابة للتراث .
- العبيدي ، محمد جاسم (٢٠٠٩) علم النفس الإكلينيكي ، دار الثقافة ، العبدلي ، عمان ط٢ .
- العزاوي ، أنور قاسم يحيى ٢٠٠٦ : الشعور باليأس لدى طلبة جامعة الموصل / أطروحة دكتوراه/ الجامعة المستنصرية .
- علاء الدين ، جهاد محمود : نظريات الإرشاد النفسي المعرفي الإنساني : الطبعة الأولى ٢٠١٣ : الأصلية للنشر والتوزيع .
- علي ، منتهى مطشر عبد الصاحب ، (٢٠٠٣) الشعور بالذنب وعلاقته بالإكتئاب لدى طلبة جامعة بغداد ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، كلية التربية ابن الهيثم - جامعة بغداد .
- غني ، نادية تعبان محمد : قدرة الذات على المواجهة وعلاقتها بالشعور باليأس والحاجة للتجاوز لدى المرشدين التربويين ، أطروحة دكتوراه غير منشورة ، الجامعة المستنصرية كلية التربية .
- الفرحاتي ، السيد محمود ، سيكولوجية العجز النفسي ، (مفاهيم ، نظريات ، تطبيقات) المركز القومي للأمتحانات والتقييم التربوي ، الكتاب الأول ٢٠٠٥ .
- كفاقي علاء الدين (٢٠٠٥) ، الصحة النفسية والإرشاد النفسي ط٢ دار الدولي للنشر والتوزيع .
- مخيمر ، عماد محمد مخيمر (إدراك الأطفال للأمن النفسي من الوالدين وعلاقته بالقلق واليأس) ، دراسات نفسية ، رابطة الأخصائي النفسي المصرية (رانم) المجلد الثالث عشر ، العدد الرابع ٢٠٠٣ .
- مرسي ، كمال وعودة ، محمد (١٩٨٦) ، الصحة النفسية في ضوء علم النفس و الإسلام ط٢ ، دار العلم ، الكويت .
- المشاقبة ، محمد ٢٠٠٨ مبادئ الإرشاد النفسي للمرشدين والأخصائيين النفسيين دار المناهج للنشر والتوزيع ، عمان - الأردن ط١ .
- معمريه ، بشير (٢٠٠٦) الفروق في الأكتئاب واليأس وتصور الإنتحار وقلق الموت وفقاً لإرتفاع وانخفاض الذكاء الوجداني لدى عينة من الشباب ، مجلة شبكة العلوم النفسية العربية ، المجلد ٣ العدد (٩) ، جانقي ، قيصري ، مارس
- المياحي ، جعفر عبد الكاظم (٢٠١٠) ، دوافع السلوك ، عمان دار الكنوز .

-المصادر الأجنبية-

- Anastasi, A., Urbina, S., (١٩٩٧): Psychological testing ٢^{ed}. NewDelhi, Asoke. Ghosh, PHI, Learning private Limited.
- Beak ,A . et al (٢٠٠٢) . Hopelessness , Depression suicidal Ideation , and Clinical Diagnosis of Depresson Suicide < Life - Threatening Behavior , ٢٣١ (٢) , ١٣٩-١٤٥ .
- Beak A.T ., (١٩٨٩) Cognitive models of depression . Journal of Cognitive psychotherapy : An International Quarterlyly ١:٥ .

أ.م. د سعدية كريمة درويش ، انتصار محمد عاشور

- Beak A.T; (١٩٧٦) Cognitive Therapy And The Emotional Disorders , International Universities press, New York .
- Dyck ,M (٢٠٠٥) . Positive and Negative Attitudes Mediating Suicide Ideation , Suicide < Life - Threatening Behavior , ٢١ (٤) ٣٦٠-٣٧٣ .
- Dyer , J , Kreitman , N (٢٠٠١) Hopelessness Depression and suicidal intent in parasuicide , ١٤٤ , ١٢٧-١٣٣ .
- Fauman , MMA , (١٩٩٤) Study guide to DSM - ١٧ , American psychiatric press washington , Dc , London , communications , New York.
- Ferrman , M,A , (١٩٩٤) Study guide to D.S.M-١٧ , American psychiatric press washington , De , London .
- Kylma , J Anlikaiuen , R , (٢٠٠٣) Social psychiatry epidemiology vol . ٣٨ p ٤٦٣ .
- Neto , F . (٢٠٠٢) loneliness and acculturation among adolescents fromimmigrant famires in potugal . Journal of Applied social psychology . vol ٣٢ (٣) p ٦٤٧ .
- Nunnally, J. C. (١٩٨١): Psychometric Theory. New York, McGraw-Hill.
- Rehm , L,P , . (١٩٧٧) , Aself-control Mdel of Depression Behavior Therapt , vol, ٨ .
- Rutter M. (١٩٧٦) Some implication of asocial learning theory for the practice of psycholother - apy . In D.C. Z uroff , ١٩٨٠ , learned hoplessness In human , An analysis of learning process and the roles of indiridual and situations differnces . Jounal of perosality and social psychology , ٣٩ (١) , ٤٤ .
- Seligman , M, E, P, (١٩٧٥) Hopelessness on depression deelopment , and - death . New York , W,H, Fremean .
- Shilling , Louis (١٩٨٤) perspectives counseling Theories on prentice - Hall , inc . N. J .

ملحق

مقياس الشعور باليأس بصيغته النهائية

لا	نعم	الفقرات
		١ اتطلع الى المستقبل بأمل وحماس .
		٢ يمكنني أن أقر بعجزتي لأنني لم أستطع تحقيق الأفضل بالنسبة لنفسي .
		٣ ندما تسوء الأمور ، فإنه تساعدني معرفتي بأن الامور لن تدوم كذلك إلى الأبد .
		٤ لا أستطيع أن أتخيل ماذا ستكون عليه حياتي بعد ١٠ سنوات.
		٥ عندي الوقت الكافي لإنجاز الأشياء التي تشتت رغبتني في القيام بها .
		٦ في المستقبل ، أتوقع أن أنجح فيما هو أكثر أهمية بالنسبة لي .
		٧ يبدو أن المستقبل مظلم بالنسبة لي .
		٨ أتوقع أن احمل من الأشياء الجيدة في الحياة قدرا أكبر مما ينال الشخص العادي.
		٩ لم يكن لي حظ سعيد ، وليس هناك سبب يدعو للإعتقاد بأنني سأحصل عليه في المستقبل .
		١٠ ان خبراتي الماضية قد أعدتني إعدادا جيدا للمستقبل .
		١١ كل ما أستطيع رؤيته أمامي ، هو أمور سيئة أكثر مما هي سارة .
		١٢ لا أتوقع أن احصل على ما أريده حقيقة .
		١٣ عندما أتطلع الى المستقبل ، أتوقع أنني سوف أكون أسعد مما أنا عليه الان .
		١٤ لن تحدث الأمور في المستقبل بالطريقة التي أودها .
		١٥ لدي (عندي) ثقة كبيرة في المستقبل .
		١٦ انا لا احصل ابدا على ما اريد ، ولذلك فمن الحماقة أن أرغب في أي شيء .
		١٧ من غير المتوقع أنني سأحقق أي إشباع حقيقي لرغباتي في المستقبل .
		١٨ يبدو لي المستقبل غامضا ومشكوكا فيه .
		١٩ بإستطاعتي أن أتوقع أن الأيام الهائلة ستكونأكثر من الأيام السيئة .
		٢٠ لا فائدة من المحاولة الجادة للحصول على شيء ما أريده ، لأنني لن أتمكن من الحصول عليه في الغالب .