جامعة غرداية

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم العلوم الاجتماعية

شعبة علم النفس

الرضا عن الحياة وعلاقته بالوحدة النفسية

دراسة ميدانية على عينة من المسنين المقيمين مع أسرهم بولاية غرداية

مذكرة مقدمة ضمن متطلبات نيل شهادة الماستر في علم النفس العيادي

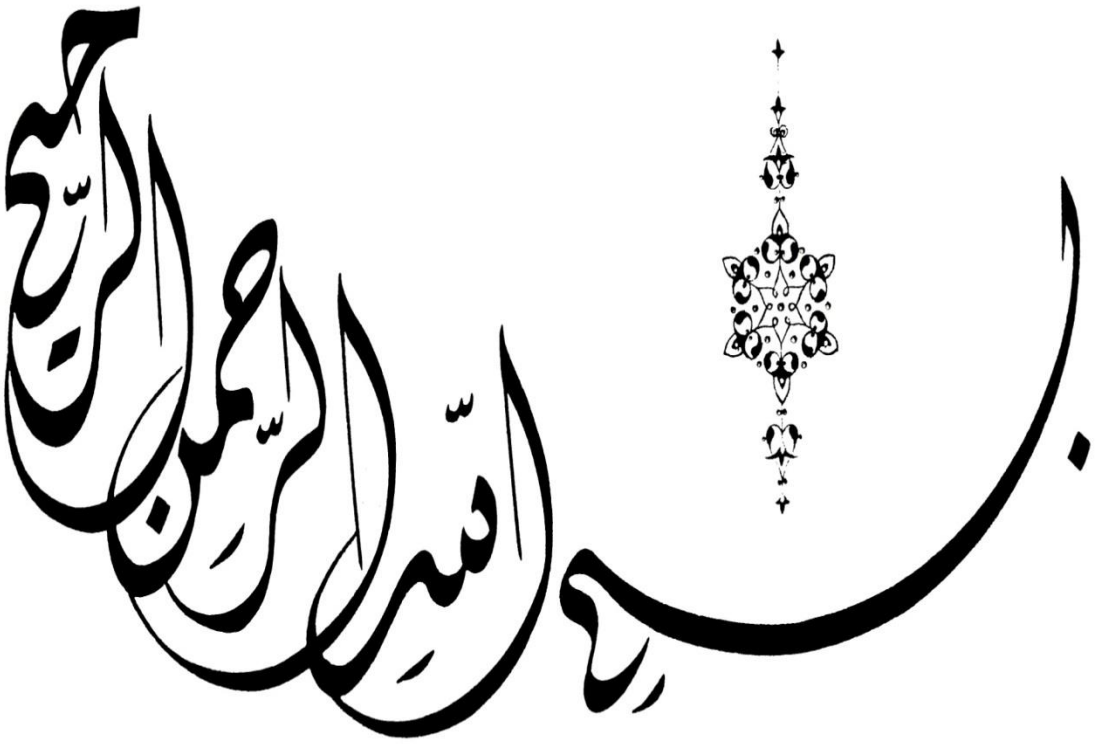
من اعداد الطالبة :

جبريط سارة

تحت إشراف:

د- بلعباس حنان

الموسم الجامعي:1437-1438هـ/2016م- 2017م



شكر وتقدير

قال تعالى :" رب أوزعني أن أشكر نعمتك التي أنعمت علي وعلى والدي وأن أعمل صالحا ترضاه وأدخلني برحمتك في عبادك الصالحين " (النمل :19)

بشعور غامر بالتقدير والوفاء، أتقدم بالشكر الخالص العميق مقروناً بجزيل العرفان والامتنان إلى كل من تفضل وأثرى جوانب هذا البحث ، سواء برأي أو توجيه أو نصيحة أو ساهم في هذا العمل ولو بجزء يسير ، وفي مقدمة هؤلاء الدكتورة حنان بلعباس على الإشراف والتوجيه ، فجزاها الله عني خير الجزاء ووفقها لفعل الخير دائماً وأبداً

والشكر و العرفان الى والدي العزيزين ،زوجي ، عائلتي الثانية على تشجيعهم الدائم لي وبذلهم الكثير من عطاء أنفسهم الفياضة ، وإلى جميع أفراد أسرتي على ما بذلوه من جهد وتعاون صادق رغبةً منهم في إتمام هذه الدراسة فجزاهم الله عني خير الجزاء وأدامهم لفعل الخير أنه على كل شيء قدير

فهرس المحتويات

شكر وتقدير:

ملخص الدراسة

مقدمة:.....1

الفصل الأول: الإطار العام للدراسة

1-تحديد إشكالية الدراسة 6

2-فرضيات الدراسة.....12

3-أهمية الدراسة 12

4-أهداف الدراسة.....12

5 - التعاريف الإجرائية.....13

6-الدراسات السابقة.....14

الفصل الثاني: الرضا عن الحياة

تمهيد 23

1-تعريف الرضا عن الحياة.....23

2-التناولات النظرية لمفهوم الرضا عن الحياة.....24

3-العوامل المرتبطة بالرضا عن الحياة.....27

4- الرضا عن الحياة و علاقته بالصحة النفسية.....31

5- الشعور بالرضا عن الحياة عند المسنين.....35

خلاصة الفصل.....36

الفصل الثالث:الوحدة النفسية

تمهيد 38

1_تعريف الوحدة النفسية.....38

2_ النظريات المفسرة للوحدة النفسية.....40

3_ أشكال الوحدة النفسية.....45

4_ أسباب الوحدة النفسية.....48

5_سمات الشخصية المرتبطة بالوحدة النفسية.....52

6-الشعور بالوحدة النفسية لدى المسنين.....54

خلاصة الفصل.....55

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

تمهيد.....58

1-الدراسة الاستطلاعية.....58

2- منهج الدراسة 59

3-المجال الزماني والمكاني للدراسة.....59

4-عينة الدراسة.....59

4-1-شروطها.....59

4-2-خصائصها.....60

5 -الأدوات المستخدمة في الدراسة.....61

6- الأساليب الإحصائية.....63

خلاصة الفصل.....66

الفصل الخامس :عرض ومناقشة النتائج

تمهيد.....68

عرض النتائج.....68

1- عرض نتائج الفرضية الأولى.....71

2- عرض نتائج الفرضية الثانية.....72

3-عرض نتائج الفرضية الثالثة.....73

ثانيا: مناقشة وتفسير النتائج

1-مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الاولى.....74

2- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثانية.....76

3- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة.....77

الاستنتاج العام.....80

الإقتراحات.....82

قائمة المراجع.....84

قائمة الملاحق

فهرس الجداول

الرقم	الجدول	الصفحة
01	توزيع أفراد العينة حسب الجنس	60
02	توزيع أفراد العينة حسب السن	61
03	مستوى أفراد العينة في الوحدة النفسية	68
04	مستوي أفراد العينة في الوحدة النفسية تبعا لمتغير الجنس	69
05	مستوى أفراد العينة في الرضا عن الحياة	70
06	مستوى أفراد العينة في الرضا عن الحياة في ظل متغير الجنس	70
07	نتائج العلاقة الارتباطية بين الرضا عن الحياة والوحدة النفسية باستخدام ر(معامل الارتباط بيرسون	71
08	الفروق بين الجنسين في درجة الرضا عن الحياة باستخدام إختبار"ت":	72
09	الفروق بين الجنسين في درجة الوحدة النفسية باستخدام إختبار"ت"	73

ملخص الدراسة:

باللغة العربية:

هدفت الدراسة الحالية الى الكشف عن علاقة الرضا عن الحياة بالوحدة النفسية لدى المسنين المقيمين في أسرهم بولاية غرداية ولأجل ذلك افترضنا أن هناك علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الرضا عن الحياة والوحدة النفسية لدى المسنين بولاية غرداية ، كما توجد فروق ذات دلالة احصائية في كل من درجة الرضاعن الحياة و الوحدة النفسية تبعا لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة وعليه تبنينا المنهج الوصفي الارتباطي المناسب لدراسة العلاقة و درجة الفروق في متغيرات الدراسة

بحيث تكونت العينة الأصلية من (40) مسن مقيمين في أسرهم بولاية غرداية ، بحيث طبق عليهم كل من مقياس الرضا عن الحياة ومقياس الوحدة النفسية توصلت الدراسة الى النتائج التالية:

1- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة احصائيا بين الرضا عن الحياة والوحدة النفسية لدى المسنين بولاية غرداية

2- توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الرضا عن الحياة تبعا لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة

3- لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الوحدة النفسية تبعا لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة

الكلمات المفتاحية :

الرضا عن الحياة ،الوحدة النفسية ،المسنين

Abstract:

The present study aimed at revealing the relationship of satisfaction with life with the psychological unit in the elderly living in their families in the state of Ghardaia. Therefore, we assumed that there is a statistically significant correlation between satisfaction with life and psychological unity among the elderly in Ghardaia state. Life and psychological unit according to the gender variable in the sample of the study and therefore we adopted the descriptive descriptive approach appropriate to study the relationship and the degree of differences in the variables of the study

The original sample consisted of (40) elderly residing in their families in Ghardaia governorate, where the measure of satisfaction with life and psychological unit

The study found the following results:

1 - There is a positive correlation between the statistically significant correlation between satisfaction with life and psychological unity among the elderly in the state of Ghardaia

2 - There are statistically significant differences in the degree of satisfaction with life according to the gender variable in the study sample

3 - There are no statistically significant differences in the degree of psychological unity according to the gender variable in the study sample

key words :

Satisfaction with life, psychological unity, the elderly

مقدمة:

تعتبر السعادة في حياتنا النفسية والاجتماعية وكل مجالات الحياة مطلبا أساسيا وبالغ الأهمية، لما توفره للإنسان من حياة الرفاهية النفسية والتي تبعث إلى الشعور بالطمأنينة والراحة النفسية التي ينشدها كل فرد يعيش على وجه الحياة، كل ذلك يحقق في نفسه الرضا عن حياته، هذا الشعور الذي هو أحد مقومات السعادة، فقد نال الرضا عن الحياة اهتماما واضحا من قبل الباحثين في النصف الثاني من القرن الحالي لما له من أهمية بالغة في علم الصحة النفسية وعلم الأمراض النفسية باعتباره مؤشرا مهما من مؤشرات الصحة النفسية السليمة، إلا انه قد تتخلل الحياة بعض الظروف والمواقف الضاغطة التي تؤثر فيه، وفي ظل هذه التغيرات التي تطرأ على هذا العالم يجد الإنسان نفسه يقف أمام عقبات كثيرة في حياته فواحدة يتجاوزها والأخرى يقف عاجزا أمامها، فإذا لم يتقن الإنسان فن التعامل معها، إما بحل مشاكله أو مواءمتها فإنه قد يشعر بالضيق والقلق، الإحباط، الأسى و الحزن ، كل هذه الأحاسيس تدفع بالفرد إلى الوقوع في بعض المشاكل النفسية المختلفة، و التي قد تكون الوحدة النفسية إحداها حيث يشعر الفرد فيها بعدم الارتياح حيال علاقاته الاجتماعية ويجد صعوبة في التواصل مع الآخرين، وهذا ما يؤثر عليه سلبا من الناحية النفسية(معمرية ،2009، ص85).

ولعل الأشخاص المسنين هم أكثر عرضة لها كونه يعيش مرحلة تتأثر بالظروف والمتغيرات المحيطة بها ،ومن ثم فإن لها سماتها وخصائصها النفسية و الجسمية والعقلية والاجتماعية والتي تتحدد على أساسها الاحتياجات الاساسية للمسنين ، واذا لم تشبع هذه الاحتياجات فإن ذلك يؤدي الى العديد من المشكلات (الخالدي ،2009،ص99).

و في هذا السياق تشير الإحصائيات أن العدد المطلق للأشخاص البالغين من العمر 65 سنة فأكثر على مستوى العالم عام 2000 يصل إلى 590 مليون شخصا ، و يحتمل أن يتزايد هذا العدد ليصل 976 مليون شخص عام2020 ، وقد أشارت الاحصائيات أن نسبة المسنين في الجزائر تصل الى3 ،5 ملايين مسن و هذا حسب الإحصاء السكاني لعام 2006 ، في الوقت الذي تشير فيه المعطيات الرقمية إلى أن المعدل في الحياة حاليا وصل إلى73.9 نسمة .

وسيصل عدد المسنين لسنة 2030 إلى 6,7 ملايين مسن من أصل 45,4 مليون نسمة (خديجة حمو علي،2012،ص52).

أما نسبة المسنين في ولاية غرداية تصل من 9 الى 10% (www.arabic/scienceandtech)

وبهذا إرتئيت في هذه الدراسة البحث في العلاقة بين متغيري الرضا عن الحياة والوحدة النفسية لدى المسنين بولاية غرداية.

وبهدف انجاز هذه الدراسة قسمت العمل الى جانبين :الجانب النظري والذي ضم ثلاث فصول : الفصل الأول والذي خصصناه لرسم الاطار العام للدراسة من حيث الوقوف على

الأهداف وكذا الدراسات السابقة، فرضيات الدراسة وتحديد مصطلحات الدراسة والفصل الثاني تناولنا متغير الرضا عن الحياة من خلال مجموعة من العناصر أهمها: تعريف الرضا عن الحياة، أهم النظريات، العوامل المرتبطة بالرضا عن الحياة وعلاقته بالصحة النفسية.

أما الفصل الثالث فقد تناولنا فيه متغير الوحدة النفسية من خلال مجموعة من العناصر أهمها تعريف الوحدة النفسية فقد تناولنا فيه، أشكالها، أسبابها، أنواعها و السمات الشخصية المرتبطة بالوحدة النفسية.

أما بالنسبة للجانب الميداني فقد شمل فصلين :الفصل الرابع الذي تضمن كل من إجراءات الدراسة من حيث المنهج المستخدم، حدود الدراسة، نوع العينة و خصائصها، الأدوات المستخدمة في الدراسة، بالإضافة إلى مجموعة من الأساليب الإحصائية و عرض و مناقشة النتائج حسب الفرضيات على ضوء الدراسات السابقة والإطار النظري، لنختم باستنتاج عام كان بمثابة خلاصة وحوصلة لكل ماجاء في هذه الدراسة .

الجانب النظري

تحديد اشكالية الدراسة :

يتسم السلوك الانساني بالمرونة والقابلية للتعديل وأن للفرد قدرة على التكيف المستمر وان اختلفت هذه القدرة من فرد لآخر لأنه ينمو نفسيا كما ينمو جسميا وهو يؤثر بالمجتمع ويتأثر به، كذلك تعددت الالتزامات المفروضة على الفرد وتنوعت اساليب اشباعها، فزادت اعباء الفرد النفسية والانفعالية والعقلية وظهرت الحاجة الى الاهتمام بالصحة النفسية فهي تتضمن التمتع بصحة العقل والجسم و تجعل الفرد قادرا على معاملة الناس معاملة واقعية لا تتأثر بما تصوره له افكاره وأوهامه عنهم، كما يحدث عند المريض النفسي . فالصحة النفسية هي نوع من التوفيق الكلي والتعامل بين الوظائف النفسية المختلفة، ويكون الشخص لديه القدرة على مواجهة الازمات والضغوط والاحباطات النفسية الطبيعية التي تواجهه مع احساسه وشعوره الايجابي بالسعادة والكفاية بحيث تجعل الفرد قادرا على التكيف الشخصي الاجتماعي، و تبدو في استمتاعه بالحياة، بعمله وأسرته، وأصدقائه، وشعوره بالطمأنينة والسعادة والرضا وراحة البال، أما من يفتقد للصحة النفسية فلايجد للحياة طعما ولا يعيش حياته بل يكابدها وذلك من فرط ما يعانيه من توترات وصراعات غير محسوسة وما يقترن بهذه الصراعات من الشعور بالقلق والسخط والذنب وعدم رضاه عن حياته (شقورة،2012،ص87).

أما الإحساس بالرضا عن الحياة يشير إلى تقييم الفرد لمدى صحته النفسيةً وسعادته في الحياة استنادا الى سماته لشخصية، كما أن الرضا عن الحياة يرتبط إيجابيا بتقدير الفرد لذاته، وأن تقديره لذاته يعد أحد أهم العوامل المسئولة عن إحساس الفرد بالرضا عن الحياة، وقد أوضحت دراسة Hinnrey (2003) وجود علاقة سالبة ودالة إحصائيا بين الرضا عن الحياة وكل من الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب عند المسنين، لذلك فإن الإحساس بعدم الرضا عن الحياة ذو تأثير على شخصية الفرد وتكيفه وعلاقاته داخل المجال الاجتماعي الذي يعيش فيه، وهو تأثير لا ينبغي إغفاله أو تجاهله إذا أراد الفرد أن يعيش حياة اجتماعية مشبعة ومنتجة بحيث يعتبر الرضا هو أحد علامات التوافق النفسي للفرد، ولظاهرة الرضا أهمية في معرفة توافق الإنسان في جوانب حياته المختلفة، وبه يكون الفرد أكثر إنتاجية وأكثر إيجابية في التفاعلً وأكثر استقرارا وسعادة و، يرتبط الرضا ببعض النواحي النفسية منها : الرضا ذو علاقة بالتوتر، فكلما انخفض التوتر كلما ارتفعت درجة الرضا ، علاقته بالتقبل، فكلما زاد تقبل الفرد بوضعه (الاجتماعي أو الدراسي أو المهني) كلما زادت درجة الرضا ،وأيضا علاقته بالتوقع، فالرضا مرتبط بمدى ما يتوقعه الفرد من عائد أو إثابة نتيجة ما يقوم به، وكلما كان توقع الفرد ايجابيا كان رضاه أعلى .

وهذا ما اشارت اليه دراسة Baker (2003/2014) في بحث عن تأثير الاكتئاب والرضا عن الحياة والدعم الاجتماعي ومدى شعور كبار السن بالألم النفسي والجسدي ، وتكونت عينة الدراسة من (247) من المسنين والمسنات، ودلت نتائج الدراسة على أن كبار السن الذين يتمتعون بدرجات منخفضة من الاكتئاب، ولديهم رضا عن حياتهم الشخصية، ويتلقون دعماً اجتماعيا يشعرون بالألم النفسي والجسدي بطريقة تتناسب مع الحدث، بعكس المسنين الذين سجلوا درجات

مرتفعة في الاكتئاب، ولا يشعرون بالرضا الحياتي، وينقصهم الدعم الاجتماعي، فإنهم شعروا بالألم الجسدي والنفسي بطريقة لا تتناسب والأحداث التي مروا بها.(مقدادي،2014،ص122).

لذلك فالرضا عن الحياة يعكس خبرة وحياة كاملة ومتراكمة لدى الفرد وعلى المدى الطويل من الحياة ولكن قد يختل هذا الشعور نتيجة وجود عقبات وحواجز داخلية وخارجية تعترض شعور الفرد بالرضا عن الحياة ،فيختل توازنه وطمأنينته مما يزيد بدوره من معدلات القلق ، الاحباط والاكتئاب، العزلة والشعور بالوحدة النفسية التي تعد شعور ينشأ أساسا عن قصور في العلاقات الاجتماعية للفرد مع الاخرين مما يجعله محتاجا للمساندة من طرف الأهل والأصدقاء والمعارف لكي يخفف من عزلته بحيث ترى Rokatch(2002/2008)أن الشعور بالوحدة النفسية يمثل احدى المشكلات المهمة في حياة الانسان فهو شعور مؤلم ناتج عن شدة الاحساس بالعجز ،الانعزال الاجتماعي والانفعالي والشعور بأنه غير مرغوب فيه من الآخرين مما يؤدي للإحساس بالتعاسة والتشاؤم والقهر و الاكتئاب (السهلي ،2008،ص 598).

وهذا ما يؤكد أن الشعور بالوحدة النفسية مؤلم ويمكن أن يكون مسؤولا عن أشكال عديدة من معاناة الفرد فهو يحتوي على الشعور الذاتي بعدم السعادة والتشاؤم من الحياة ومثل هذا الاحساس يمكن أن نلمسه لدى فئة من فئات المجتمع وهي فئة المسنين ،بحيث تعد الوحدة النفسية مشكلة رئيسية يعاني منها المسن ،فقد تؤدي الى الاصابة بعدة اضطرابات انفعالية واختلال توازنه النفسي نتيجة اختلال توافقه الاجتماعي .

وقد أشارت دراسة Hansson(2003) حول الوحدة النفسية والتوافق لدى المسنين وكان الهدف هو التعرف على أسباب الوحدة النفسية من خلال دراسة شخصية كل مسن لمعرفة أي سمات الشخصية أكثر ارتباطا بالوحدة النفسية (مها بربري ،ب ت ،ص66).

وعلى اعتبار أن العلاقات الاجتماعية باعتبارها من أهم مصادر الدعم الاجتماعي، والحماية من تأثير الضغوطات لكونها تشكل درعا واقيا من الانحرافات والعزلة؛ مما يجعل الفرد يعيش مطمئنا، هادئ النفس، كما تساعده على أن يكون شخصا فعالا في المجتمع؛ لأننا اليوم نعيش في عصر يتميز بتغيرات: ثقافية، اجتماعية، اقتصادية، وسياسة متباينة، أدت إلى تعقيد أساليب التوافق والرضا عن الحياة، وذلك لما يتميز به هذا العصر من سمات: كالضغط والتوتر، والتعصب؛ نتيجة لذلك أصبح الفرد فريسة لدروب شتى كالاضطراب والانفعالات الشخصية ،مما تدفعه إلى الانطواء والعزلة ، ومن ثم الانتقال إلي الوحدة النفسية، لتصبح نقطة البداية لإصابة الفرد بالعديد من المشكلات التي يمكن أن يعاني ويشكو منها الفرد ويتصدرها الشعور الذاتي بعدم السعادة والتشاؤم، فضلا عن الإحساس القهري بالعجز؛ نتيجة الانعزال الاجتماعي والانفعالي و من الطبيعي أن الإنسان يتغير تغيرا عضويا و نفسيا نتيجة لزيادة عمر المسن بعد أن كان قادرا على مواجهة مشكلات حياته بقوة أصبح كائنا ضعيفا يعيش على ماضيه أكثر مما يعيش في حاضره ، غير أن بعض المسنين ينجحون في مواجهة مشاكلهم و يحققون ذواتهم لذلك فان التكيف مع الآثار الجسدية، والنفسية والاجتماعية يشكل تحديا كبيراً لكثير من المسنين، وهذا يرتبط مع الرضا عن الحياة(معمرية ،2009،ص80).

وبما أن الفروق الفردية تزداد مع التقدم في العمر، فإن المسنين لا يكونون متجانسين على الاطلاق فالتغيرات الجسمية والعقلية تختلف اختلافا كبيرا من فرد لاخر، لذلك فالتدهور العام في القدرات البدنية،

والحسية والمعرفية أبرز ما يميز النمو في مرحلة كبار السن ،فهذه الفئة تكون عرضة لعدة مشكلات قد تنجم عن الحياة الاسرية كفقدان الدور المهني أو حتى الاسري بعد كبر الاولاد أو كرد فعل على احساس الكبير بالسن ،فغالبية المسنين يعيشون مع ازواجهم أو زوجاتهم والبعض الاخر يعيشون بمفردهم ومنهم من يعيش في دور الرعاية يقضون ما تبقى من حياتهم لأن شعور المسن بما حققه في حياته من انجازات لا يمكن أن يحد من شعوره بالوحدة النفسية، ومن هذا السياق حاولت دراسة متغيري الرضا عن الحياة و الوحدة النفسية لدى فئة المسنين بولاية غرداية وذلك من خلال طرح التساؤلات التالية:

-هل هناك علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين درجة الرضا عن الحياة ودرجة الوحدة النفسية لدى المسنين بولاية غرداية؟

-هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا عن الحياة تبعا لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة؟

-هل هناك فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الوحدة النفسية تبعا لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة؟

الفصل الأول

الإطار العام للدراسة

2- فرضيات الدراسة :

- توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائيا بين درجة الرضا عن الحياة و درجة الوحدة النفسية لدى المسنين بولاية غرداية.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الرضا عن الحياة تبعا لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة.
- توجد فروق ذات دلالة احصائية في درجة الوحدة النفسية تبعا لمتغير الجنس لدى عينة الدراسة.

3- أهمية الدراسة :

تكمن أهمية هذه الدراسة فيما يلي :

- لقد نالت كل مرحلة من مراحل النمو نصيباً كبيراً من البحث والدراسات، ولكن تبقى مرحلة كبار السن من المراحل التي لم تحظ إلا بكم محدود من الدراسات خاصة في الجنوب الجزائري لهذا ارتأينا إبراز أهمية هذه المرحلة العمرية ، من أجل توجيه القائمين على رعايتهم، لمساعدتهم على تحقيق ذواتهم في ضوء إمكاناتهم
- تسليط الضوء على بعض المشاكل التي يعانيها المسنين خاصة مشكلة الوحدة النفسية التي تجعلهم عرضة للإصابة بمختلف أنواع الاضطرابات و الأمراض النفسية و الاجتماعية

4- أهداف الدراسة: نهدف من خلال هذه الدراسة إلى:

- معرفة العلاقة الإرتباطية بين درجة الرضا عن الحياة ودرجة الشعور بالوحدة النفسية لدى المسنين بولاية غرداية.
- معرفة الفروق في درجة الرضا عن الحياة لدى المسنين بولاية غرداية المقيمين مع اسرهم .
- معرفة الفروق في درجة الوحدة النفسية لدى المسنين بولاية غرداية المقيمين مع اسرهم.

5- التحديد الإجرائي لمصطلحات الدراسة:

5-1- الرضا عن الحياة:

يعرف الرضا عن الحياة بأنه تقبل الفرد لذاته ولأسلوب حياته التي يحياها في المجال الحيوي للمحيط به (جاب الله،2001،ص87). وهو الدرجة المتحصل عليها في مقياس الرضا عن الحياة من تصميم الدسوقي سنة 1998 وهو مقياس مقنن تم حساب صدقه وثباته والمطبق على المسنين بولاية غرداية.

5-2- الوحدة النفسية:

تعرف الوحدة النفسية على أنها شعور الفرد بالحرمان الذي ينشأ عندما تختفي بعض العلاقات المعينة التي يتوقعها الفرد من قبل الآخرين (الربيعة، فهد بن عبد الله،1997، ص31)، وهي الدرجة المتحصل عليها في مقياس الشعور بالوحدة النفسية من تصميم خضر علي السيد، والشناوي محمد محروس سنة 1997وتم حساب صدقه وتباثه والمطبق على المسنين بولاية غرداية.

6-الدراسات السابقة :

هناك مجموعة من الدراسات التي تناولت متغيري الرضا عن الحياة و الوحدة النفسية والتي نذكر منها مايلي:

6-1-الدراسات الأجنبية:

الدراسة الأولى: دراسة Vitkus et Horowitz ،(1994/1987)، والهدف من هذه الدراسة كان التعرف على الأداء الاجتماعي غير الملائم لدى الأفراد الذين يشعرون بالوحدة النفسية وهل يرجع العجز في

السلوك الاجتماعي إلى نقص في المهارات أم إلى السلبية في أداء الأدوار الاجتماعية ؟ وأجريت هذه الدراسة على عينة تتكون من 621 فرد من طلبة المقرارات الاساسية في علم النفس بجامعة ستانفورد، وقد طبق عليهم مقياس الشعور بالوحدة النفسية و تم اختيار 24 فردا من العينة ممن يعانون من الوحدة النفسية و 24 فردا ممن لا يعانون من الوحدة النفسية و كل عينة تحتوي على 12 رجلا و 12 امرأة، وقد اسند للجميع أحد الأدوار التالية :إما أن يستمعوا إلى حوار من شريك يصف مشكلته الصحية أو أن يقوموا بوصف مشكلة شخصية إلى شريكهم. وبينت نتائج هذه الدراسة:

- أنه لا توجد فروق دالة احصائيا بين الجنسين على مقياس الوحدة النفسية
- أنه لا توجد فروق دالة احصائيا بين المجموعتين في الأداء الاجتماعي

بينما توجد فروق دالة احصائيا بين المجموعتين في تقييمهم الذاتي لأنفسهم و لأدائهم (الزياني،1994،ص 11).

الدراسة الثانية : دراسة Bell (1997/1991)، وتهدف الدراسة إلى التعرف على العلاقة بين الوحدة النفسية و العلاقات الاجتماعية، وطبقت هذه الدراسة على عينة مكونة من 105إناث و68 من الذكور، وقد توصلت الدراسة إلى إيجاد ، حيث وجد أن الأفراد الدين يرتبطون بعلاقات كثيرة كانوا أقل شعورا بالوحدة النفسية .

الدراسة الثالثة :.Donnellan,et al (2012/2008)بدراسة حول العلاقة بين التكيف مع الآثار النفسية والجسدية والاجتماعية ،بعد التعرض للسكتة الدماغية، والرضا عن الحياة والاكتئاب . وتكونت عينة الدراسة من (107) من كبار السن، ودلت نتائج الدراسة إلى أن نوعية الحياة، والرضا عن الحياة عامل هام في التكيف مع الآثار

النفسية، والجسدية والاجتماعية، وأن الرضا عن الحياة يرتبط عكسياً مع الاكتئاب، والذي يزيد بدوره الآثار النفسية، والجسدية، والاجتماعية بالاتجاه السلبي.

الدراسة الرابعة : دراسة Beutel (2012/2010) دراسة هدفت إلى معرفة العلاقة بين الرضا عن الحياة والاكتئاب ،والقلق ، وعوامل الضعف لدى كبار السن، وتكونت عينة الدراسة من (2144) من المسنين والمسنات. ودلت نتائج الدراسة إلى أن غياب القلق والاكتئاب هو أساس الحفاظ على الرضا عن الحياة، وهذا ينعكس على شعور كبار السن بالقوة والتغلب على مشكلات المرحلة.

الدراسات العربية:

الدراسة الخامسة: دراسة لخديجة حمو علي (2011،) بحيث تهدف الى دراسة وتحليل واقع المسنين المقيمين بدور الرعاية و المقيمين مع ذويهم , من حيث شعورهم بالوحدة النفسية و الاكتئاب ، و قد اعتمدت في هذه الدراسة المنهج العيادي لدراسة الحالة ، وتكونت عينة الدراسة الفعلية من 12مسن ، 06 حالات من بينها تقيم بدار العجزة و 06 حالات من المسنين يقيمون مع ذويهم ، و لجمع البيانات تم استخدام مقياس الشعور بالوحدة النفسية لعبد الرقيب البحيري و إعادة تقنين على فئة المسنين في الجزائر، و مقياس بيك للاكتئاب المعرب على يد غريب عبد الفتاح غريب ، بالإضافة إلى استخدام المقابلة و الملاحظة لجمع المعلومات .ولتحقيق أهداف هذه الدراسة فقد توصلت نتائجها إلى ما يلي :

- توجد علاقة بين الشعور بالوحدة النفسية و الاكتئاب لدى المسنين تحددها نوعية الإقامة (دور العجزة أو مع ذويهم)

- يختلف شعور المسنين بالوحدة النفسية حسب تواجدهم مع ذويهم أو داخل دور الرعاية
- تختلف درجة الاكتئاب بين المسنين المقيمون مع ذويهم أو المقيمون بدور الرعاية . (حموعلي،2011،ص3).

الدراسة السادسة: قام غانم (2002/2007) بدراسة هدفت إلى الوقوف على علاقة المساندة الاجتماعية المدركة بكل من الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب، لدى المسنين والمسنات المقيمين في مؤسسات إيواء وأسر طبيعية، وتكونت عينة الدراسة من (100)مسن ومسنة ، تراوحت الأعمار بين 60 و 74 عاماً، وتم تطبيق مقياس المساندة الاجتماعية المدركة، مقياس الشعور بالوحدة النفسية، وقائمة بك للاكتئاب ، وقد بينت النتائج أن إدراك المسنين والمسنات الذين يعيشون في بيئة طبيعية للمساندة الاجتماعية، بأبعادها المختلفة، أكبر وأفضل من المسنين والمسنات الذين يقيمون في دور الإيواء. وان إدراك الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب يتزايد لدى المسنين والمسنات المقيمين في دور الإيواء.

الدراسة السابعة: دراسة يوسف موسى مقدادي (2014)، وتهدف الدراسة الى التعرف على الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة والاكتئاب لدى المسنين والمسنات المقيمين في دور الرعاية في الأردن لدى عينة من (140) من المسنين والمسنات ، منهم 67 من المسنين، و73 من المسنات. وأظهرت النتائج أن مستوى الصلابة النفسية ومستوى الرضا عن الحياة لدى المسنين والمسنات منخفض، وأن مستوى الاكتئاب لدى المسنين والمسنات مرتفع ، كما أظهرت النتائج وجود علاقة إيجابية بين مستوى الصلابة النفسية والرضا عن الحياة ، ووجود فروق دالّة إحصائيّاً بين المسنين والمسنات ، وذلك لصالح المسنين على مقياس الصلابة النفسية.(يوسف موسى مقدادي ،2014، ص317)

الدراسة الثامنة: : دراسة عزة مبروك(2007)حول الرضا عن الحياة ومحدداته لدى عينة من المصريين المسنين الذكور البالغ عددهم133 حيث هدفت دراستها إلى التعرف على طبيعة متغير الرضا العام عن الحياة لدى العينة مع تحديد المتغيرات، واظهر التحليل العاملي عن وجود أربعة عوامل للرضا عن الحياة هي: الشعور بالرضا، الشعور بالأمن، القناعة والانسجام، كما كشف تحليل الانحدار المتعدد عن أول منبئ بالرضا عن الحياة قدره(24%) في الرضا عن الحياة والانبساط والإسهام الثاني في الرضا عن الحياة يقدر ب: (23%) وإسهام متغير درجة التدين (7%) في حين كان تأثير متغيرات العمر، المستوى التعليمي وسمة العصبية في الرضا عن الحياة ضئيلا، وتوصلت النتيجة إلى وجود ضعف في متغيرات العمر، المستوى التعليمي والسمة العصبية من تأثيرها على التباين في الرضا في الحياة (عزة مبروك، 2007، ص149)

الدراسة التاسعة: دراسة رزان كفا سنة (2011) حول الصلابة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى المسنين وهدفت الدراسة الى معرفة العلاقة بين الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية للمسنين وأبعادها الفرعية: (نوع المساندة، ومصادر المساندة، والرضا عن المساندة) .-وتوصلت النتائج الى: وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الصلابة النفسية ومتوسط درجاتهم على مقياس المساندة الاجتماعية للمسنين .(رزان كفا ،2011،ص156)

التعقيب على الدراسات السابقة :

من خلال ما تم عرضه من الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات الدراسة يمكن إجمال الملاحظات التي توضح ارتباط كل دراسة بالدراسات الحالية :

من حيث الأهداف :تباينت أهداف الدراسات السابقة باختلاف المتغيرات التي تناولتها هذه الد راسات، حيث هدفت بعض الدراسات الى التعرف على علاقة الوحدة النفسية بمتغيرات اخرى مثل :

من هذه الدراسات :دراسة خديجة حمو علي (2011) حيث هدفت الى دراسة واقع المسنين بدور الرعاية والمقيمين مع ذويهم من حيث شعورهم بالوحدة النفسية و الاكتئاب وهدفت دراسة غانم (2002) الى التعرف على علاقة المساندة الاجتماعية بكل من الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لدى المسنين والمسنات المقيمين في مؤسسات الإيواء وأسر طبيعية ،وهدفت دراسة Vitkus et Horowitz (1987) الى التعرف على الاداء الإجتماعي غير الملائم لدى الافراد الذين يشعرون بالوحدة النفسية وكانت الدراسة على طلبة المقررات الأساسية في علم النفس بجامعة ستانفورد ،وهدفت دراسة بيل(1991) الى التعرف على العلاقة بين الوحدة النفسية والعلاقات الإجتماعية لدى عينة مكونة من اناث وذكور.

أما عن الدراسات التي اهتمت بمتغير الرضا عن الحياة فهدفت الى معرفة العلاقة بين الرضا عن الحياة والصلابة النفسية كدراسة موسى مقدادي (2014)، ومنها ما هدفت لدراسة العلاقة بين الرضا عن الحياة والإكتئاب والقلق وعوامل الضعف وهو ما أشار اليه Beutel في دراسته.

بينما تهدف الدراسة الحالية الى دراسة طبيعة العلاقة بين الرضا عن الحياة و الوحدة النفسية

من حيث العينة: كانت معظم الدراسات السابقة على نفس العينة التي اجريت عليها الدراسة وهي عينة المسنين مثل دراسة خديجة حمو علي (2011) ودراسة غانم (2002) ،دراسة يوسف موسى مقدادي (2014) ودراسة عزة مبروك (2007) ،وأيضا دراسة رزان كفا (2011)ودراسة Donnellan وزملاؤه (2012) ودراسة Beutel(2010)،وتكونت العينة في دراسة بيل (1991) من مجموعتين اناث وذكور ،أما في دراسة Vitkus et Horowitz (1987) فكانت العينة على طلبة علم النفس بجامعة ستانفورد.

أما العينة المستخدمة في الدراسة الحالية هي المسنين المقيمين مع اسرهم

من حيث المنهج المستخدم: فإن معظم الدراسات السابقة استخدمت المنهج الوصفي التحليلي وهو المنهج المستخدم في الدراسة الحالية.

من حيث النتائج : كشفت الدراسات التي تناولت الرضا عن الحياة عن وجود علاقة بين الرضا عن الحياة وبعض المتغيرات الاخرى فقد بينت نتائج دراسة يوسف موسى مقدادي (2014) وجود علاقة ايجابية بين مستوى الصلابة النفسية والرضا عن الحياة .

وكانت نتائج دراسة عزة مبروك (2007) الى وجود ضعف في متغيرات العمر، المستوى التعليمي والسمة العصبية من تأثيرها على التباين في الرضا عن الحياة وكشفت دراسة Donnellan (2012) أن الرضا عن الحياة يرتبط عكسيا مع الاكتئاب ،وبينت دراسة Beutel (2015) أن غياب القلق والاكتئاب هو أساس الحفاظ على الرضا عن الحياة أما بالنسبة للدراسات التي تناولت العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية وبعض المتغيرات كدراسة خديجة حمو علي (2011) وكانت النتائج انها توجد علاقة بين الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لدى المسنين تحددها نوعية الإقامة(دور العجزة أو مع ذويهم) يختلف شعور المسنين بالوحدة النفسية حسب تواجدهم مع ذويهم أو داخل دور الرعاية ، تختلف درجة الاكتئاب بين المسنين المقيمون مع ذويهم أوالمقيمون بدور الرعاية ،وكما بينت نتائج دراسة غانم (2002) ان ادراك الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب يتزايد لدى المسنين والمسنات المقيمين في دور الايواء ،وكما بينت أيضا نتائج دراسة رزان كفا (2011) الى وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة احصائية بين متوسط درجات افراد عينة الدراسة (المسنين) على مقياس الصلابة النفسية ومتوسط درجاتهم على مقياس المساندة الاجتماعية ،أما نتائج دراسةVitkus et Horowitz (1987) فكانت كالتالي :

- أنه لا توجد فروق دالة احصائيا بين الجنسين على مقياس الوحدة النفسية وأنه لا توجد فروق دالة احصائيا بين المجموعتين في الأداء الاجتماعي.

- بينما توجد فروق دالة احصائيا بين المجموعتين في تقييمهم الذاتي لأنفسهم و لأدائهم، أما دراسة Bell(1991) أوضحت نتائجها أن الافراد الدين يرتبطون بعلاقات كثيرة كانوا أقل شعورا بالوحدة النفسية.

يتضح مما تم عرضه من د راسات سابقة التي تناولت متغيرات الدراسة أنها تختلف من حيث الهدف والمكان و حجم العينة و معظمها كانت قد أجريت أو طبقت في المجتمع العربي و الأجنبي و قد توصلت إلى نفس النتائج بالرغم من اختلاف البيئة و العادات و التقاليد.

الفصل الثاني

الرضا عن الحياة

تمهيد:

يعتبر مصطلح الرضا عن الحياة من المفاهيم الحديثة في علم النفس فهو يعبر عن نظرة الفرد نحو الحياة، فرغم حداثة مفهومه إلا أن أبعاده لم تتبلور بصفة ثابتة، سنحاول من خلال هذا الفصل التطرق إلى تعريف الرضا عن الحياة ،التوجهات النظرية المفسرة للرضا عن الحياة العوامل الاجتماعية و النفسية التي لها علاقة بالرضا عن الحياة، الشعور بالرضا عن الحياة والسعادة عند المسنين، الرضا عن الحياة وعلاقته بالصحة النفسية.

1- تعريف الرضا عن الحياة: تعددت تعاريف الرضا عن الحياة واختلفت حسب اختلاف وجهات نظر العلماء والتي سنذكر منها مايلي:

- **تعريف منظمة الصحة العالمية** : تصف منظمة الصحة العالمية سنة 1995 الرضا عن الحياة بأنه: معتقدات الفرد عن موقعه في الحياة وأهدافه وتوقعاته ومعاييره واهتماماته في ضوء السياق الثقافي ومنظومة القيم في المجتمع الذي يعيش فيه، وهو مفهوم واسع التأثير بطريقة مركبة بالصحة الجسمية للفرد وبحالته النفسية وباستقلاليته وعلاقاته الاجتماعية، بكل مكونات البيئة التي يعيش فيها (عبد الله عيسى،ب ت،ص9).

- **تعريف الدسوقي(2007)**"الرضا عن الحياة هو تقييم الفرد لنوعية الحياة التي يعيشها طبقا لنسقه القيمي ويعتمد هذا التقييم على مقارنة الفرد لظروفه الحياتية بالمستوى الأمثل الذي يعتقد أنه مناسب لحياته.

- **تعريف الديب** : الرضا عن الحياة تقبل الفرد لذاته ولأسلوب الحياة التي يحياها في المجال الحيوي المحيط به ويبدو هذا الرضا في توافق الشخص مع ربه وذاته وأسرته وسعادته في العمل وتقبله لأصدقائه و زملائه، كما يتضمن

الرضا عن الإنجازات الماضية و التفاؤل بالمستقبل والقدرة على تحقيق الأهداف (رضوان ،2001، ص87)

نستنتج من التعريفات السابقة أن الرضا عن الحياة هو تقدير عام لنوعية الحياة وهو حالة داخلية في الفرد تظهر في سلوكه واستجاباته و تشير إلى تقبله لحياته في الماضي والحاضر والمستقبل.

2 – التناولات النظرية لمفهوم الرضا عن الحياة: هناك مجموعة من النظريات التي تناولت متغير الرضا عن الحياة والتي سنذكر منها مايلي:

2-1- نظرية خبرة الأحداث السارة: يرى أصحاب هذا الاتجاه أن الشعور بالرضا لا يتأثر دوما بالظروف الموضوعية، فربما كان يتأثر بخبرة الأحداث السارة و التي تولد مشاعر إيجابية، وقد تبين أن مجرد وضع الناس في حالة مزاجية يزيد من تعبيرهم عن الشعور بالرضا عن الحياة ككل وإن هذه الأحداث تولد السرور، بينما الأحداث السلبية تولد العناء وقد نجح أحد أساليب العلاج القائم على اكتشاف أي الأنشطة تكون أكثر ارتباطا بالمزاج الطيب للفرد ثم تشجيعه على ممارسة هذه الأنشطة بكثرة ومن الطرق التي يمكن أن تؤثر بها هذه الأنشطة على الشعور بالرضا عن الحياة أن الناس تستخدم الحالات المزاجية الإيجابية سواء كانت في الماضي أو في الحاضر كدليل على مستوى شعورهم بالرضا فالشعور بالرضا يقوم جزئيا على الأقل على خبرة السرور، ويزيد تعقيدا أن السرور أيضا يقوم جزئيا على عمليات معرفية، فنفس الحدث يمكن أن يكون مصدرا للمشاعر الإيجابية أوالسلبية إعتمادا على كيفية تفسيره (ارجايل ،1997 ، ص 185)

2-2- نظرية الطموح و الإنجاز: يكون الشعور بالرضا وفقا لهذه النظرية عندما تقترب الانجازات من الطموحات وأقل عندما تبتعد عنها، ومن جهة أخرى تقوم الطموحات على المقارنات مع الآخرين ومع خبرة الفرد

الماضية، فقد وجد أن الشعور بالرضا عن العمل يعتمد على إشباع الحاجات وفي علاقته بما هو مطلوب أوما يعتبره ذا قيمة، فالشعور بالرضا عن الأجر يعتمد على الفجوة بين ما هو مطلوب وما هو متلقي، إذن هو محصلة الفجوة بين الهدف والانجاز وقيمة كل هدف ويمكن للعمل أن يشبع حاجات أو قيم ذات مرتبة عالية كالنمو وتحقيق الذات و الاحترام الأخلاقي والأمن ، كذلك يمكن لنشاط وقت الفراغ أن يشبع هذه القيم (ارجايل، ص 187) .

– وقد لوحظ أن تحسن الظروف الاقتصادية تعقبه عادة مشاعر السخط وعدم الاستقرار السياسي وظهور العديد من النظريات التي تقول إن تحسن الظروف ينشأ عنه توقعات متصاعدة بسرعة أعلى من المعدل الحقيقي للتحسن مما ينتج عنه السخط (ارجايل،ص188).

وحسب نظرية ماسلو في إشباع الحاجات، فإن الأفراد في الدول الغنية يفترض أن يكونوا أكثر سعادة ورضا في حياتهم مقارنة بالدول الفقيرة التي تعاني من نقص مادي والتي تؤثر على إشباع الحاجات الأساسية للأفراد مما يجعل حاجات الأمن أكثر أهمية في تلك الثقافات في حين تكون حاجات الحب و تحقيق الذات أكثر أهمية في الدول الغنية (سليمان، 2003،ص 16).

2–3– نظرية المقارنة مع الآخرين: يرى أصحاب هذه النظرية أن الإنسان يرضى عن حياته عندما يقارن نفسه مع الآخرين ويجد أن ما حققه من إنجازات و أعمال أفضل مما حققه الآخرون، فيشعر بالكفاءة و الجدارة والقيمة و تقدير الذات و يكون سعيدا في حياته، فالتفوق على الآخرين من أهم مصادر الرضا عن الحياة (إبراهيم كمال،2000،ص47) .

كما يرى Easterlin أن الأفراد يقارنون أنفسهم مع الآخرين ضمن الثقافة الواحدة ويكونون أكثر سعادة إذا كانت ظروفهم أفضل ممن يحيطون بهم، فالمقارنة تخلق درجات مختلفة من الرضا ضمن المجتمع و الثقافة الواحدة، فالرضا عن الحياة يعتمد على المقارنة بين المعايير الموضوعية، أوالفردية، الثقافية أو الاجتماعية، أو المادية من ناحية، وما تم تحقيقه على أرض الواقع من ناحية أخرى، وقد تكون المقارنة بين الأفراد أو الجماعات المحيطة أو

بين الدول والمجتمعات، وبالتالي تختلف درجة الرضا عن الحياة باختلاف المعايير الذاتية والاجتماعية والاقتصادية(سليمان،2003 ، ص 15) .

وينتقد Diner وآخرون هذا النموذج للمقارنة الاجتماعية، وبالتالي وجود من هم أقل حظا قد لا يؤدى بالضرورة إلى الشعور بالرضا أو عدم الرضا أو الشعور بالسلبية أوالايجابية تجاه الذات أو أحدات الحياة (سليمان،ص16).

2-4- نظرية التكيف: وهذه عملية مِألوفة في علم النفس، إذ نجد أن نفس الأحداث و الظروف الموضوعية يمكن لها أن تكون مصدر اللذة أو للألم إعتمادا على مستوى التكيف السابق ويتضمن هذا أيضا أن التكيف حدث يجري دائما وأن الناس قادرون على التعود على أي شي، و من أهم الأدلة التي تساق لهذه النظرية أن مرضى شلل الأطراف الأربعة الذين فقدوا القدرة على استخدام تلك الأطراف، يتمتعون بنفس مستوى السعادة التي يتمتع به الآخرون على أي حال يستغرق التكيف بعض الوقت، وإذا كان الشعور بالرضا يعتمد على زيادة المكافآت فهذا يمكنه أن يفسر سبب سعي الناس عادة على الحصول أكثر مما لديهم(سليمان، ص14).

وتوحي الخبرة العادية بأن الشعور الأساسي بالرضا المستمد من الطعام و الجنس وصحبة الآخرين والعمل الشيق لا يتوقف عن الإشباع لان هذه المصادر تبقى ثابتة ويمكن لنظرية التكيف أن تفسر التأثير المنخفض للطقس على الشعور بالرضا، وقد رأينا أن الأيام المشمسة و الأيام الممطرة لها بعض التأثير على الحالة المزاجية وعلى تقديرات الشعور الذاتي بالرضا، ولكن المناخ الممطر و المناخ المشمس لا يؤثران، وربما كان السبب لذلك أن الناس يتعودون عليه (سليمان،ص15).

2-5- النظرية التكاملية: مع اختلاف النظريات السابقة في تفسير الرضا عن الحياة فإن المتأمل في أفكارها يجدها متكاملة و ليست متعارضة أو متناقضة، لأن عوامل الرضا كثيرة ومتنوعة وتختلف من شخص إلى آخر، وتختلف في الشخص الواحد من موقف إلى أخر، فبعض الناس يرضون عن الحياة عندما تكون ظروف الحياة طيبة و تسير وفق ما يريدون وغيرهم يرضون عنها عندما يدركون الخبرات السارة، و آخرون يرضون عنها عندما يحققون طموحاتهم وينجزون أهدافهم، و فريق رابع يرضون عن الحياة عندما يقارنون إنجازاتهم بإنجازات الآخرين، ويدركون تفوقهم على غيرهم(إبراهيم كمال،2000،ص 48) .

3-العوامل المرتبطة بالرضا عن الحياة:

إن الرضا عن الحياة يعكس لدينا العديد من التقديرات في مختلف جوانب حياتنا كما أشار العلماء إلى تعدد العوامل التي تساعد على زيادة الرضا عن الحياة و قد اقترحوا مجموعة من المتغيرات كالصحة الجيدة والمشاركة في النشاطات الاجتماعية والزواج والحالة الاجتماعية والاقتصادية (Jenicak,M,Johnson,2008,p2).

و من أهم هذه المتغيرات التي درست علاقتها بالرضا مايلي :

3-1-الرضا عن الحياة والعلاقات الاجتماعية: بعض الناس يغلقون على أنفسهم أبواب العلاقات الاجتماعية إذ أنها من أهم مصادر الشعور بالرضا حيث يتم تدعيم الرضا والتوافق النفسي من خلال وجود أفكار كمصدر ثقة في حياة الفرد مثل شريك الحياة و الأصدقاء (ميخائيل اسعد،د ت،ص 29) .

كما أظهرت نتائج إحدى الدراسات أهمية العلاقات الأخوية القوية الداعمة فيما بين أفراد الأسرة الواحدة حيث تعمل هذه العلاقة على تشكيل نسبة مرتفعة من الرضا عن الحياة لدى الفرد (Mathieu .j.other,2007,p222)

فالعلاقات الاجتماعية تقدم للفرد الفرصة للإفصاح عن الذات والرفقة و المساندة الاجتماعية وقت الأزمات هذا بالإضافة إلى الشعور بالانتماء وهذا ما أكده (Titche) وزملاءه عام 1981 حيث وجدوا أن الاتصال و الاندماج مع الأصدقاء ارتبط بشكل مرتفع بالرضا عن الحياة لدى المسنين كما وجد تيل وكاهان عام 1999 أن العلاقات الاجتماعية كانت محددا قويا للشعور بالرضا لدى السيدات المسنات في الصين سواء كن متزوجات أم لا (عزة مبروك،2007،ص 387).

ويعد الزواج من أكثر أنواع العلاقات الاجتماعية تأثيرا في الشعور بالرضا و هناك تراث بحثي كثير حول العلاقة بين الحالة الزوجية و الشعور بحسن الحال كما يقاس من خلال مؤشرات متعددة من ضمنها الرضا عن الحياة حيث، وجدت دراسات عديدة بأن فقدان شريك الحياة يعوق عملية التوافق و يؤدى إلى تدهور الصحة الحميمة للمسنين وبوجه عام فان المتزوجين أكثر رضا من المطلقين أو الأرامل أو العزاب(ارجايل ،1997،ص 30)

والسؤال الذي يطرح نفسه هنا هو: لماذا يوفر الزواج كل هذا الشعور بالرضا؟ ربما ترجع أهمية الزواج إلى كونه يخلق عددا من الأنشطة المشتركة بين الزوجين، والتي تمثل بدورها نوعا من التفاعل الاجتماعي الذي يسهل من الشعور بحسن الحال، فقد يكون الزواج وظيفة تزود الأفراد بالمساندة الوجدانية وكذلك التكامل الاجتماعي وبفقدان شريك الحياة يواجه الشخص العزلة الاجتماعية (عزة مبروك،2007، ص 388) .

3-2- الرضا عن الحياة وعلاقته بالتقاعد و نشاطات وقت الفراغ: كشفت بعض البحوث الحديثة أن كبار السن لا تبدو عليهم التعاسة أكثر ممن هم في منتصف العمر أو مقتبله وذلك على الرغم من تدهور في الصحة الجسمية والتقاعد وموت شريك الحياة و القران وقد وجدت دراسات أخرى أن الرجال المسنون يظهرون تدهورا كبيرا في المزاج والشعور بالرضا عن الحياة عندما يصبحون أرامل لفترة طويلة من الزمن، وقد فسرت تلك النتيجة في ضوء أهمية العلاقات الاجتماعية لكلى الجنسين حيث كانت علاقة القرابة منبأ قويا بالشعور بالرضا لدى النسوة عموما عن كونهن متزوجات أم لا (عزة مبروك، ص385).

يقصد بأنشطة وقت الفراغ (كل ما يقوم به الفرد من النشاطات بناء على رغبته بغض النظر عن نتائجها) و أهم صورها مشاهدة التلفاز والحياة الاجتماعية و ممارسة الهوايات المختلفة، وقد وجدت الدراسات مجملها أن هناك علاقة ايجابية بين ممارسة النشاطات و الشعور بالرضا والرفاهية النفسية(عزة مبروك،ص 389) .

3-3-الشعور بالرضا والحالة الصحية الجسمية: تعد الصحة من المكونات المهمة للشعور بالرفاهية النفسية فهي تعتبر مؤشر من المؤشرات التي تدخل في إطار الرضا عن الحياة (Duby,2003,p65).

وهى احد العناصر الموضوعية التي ترتبط ارتباطا وثيقا بالسعادة ويشيع النظر إليها على أنها واحد من أسبابها الرئيسية ولا تتأثر مشاعر السعادة والرضا فقط بالصحة بل إن الصلة بينهما تقوى أيضا خاصة لدى المتقدمين في العمر(ارجايل،1997، ص 227).

وتعرف الصحة على أنها "حالة من الرفاهية الجسمية والعقلية والاجتماعية الكاملة وليس مجرد غياب الرضا أو العجز" و التي يقصد بها إلى أى مدى يشعر الفرد بأنه في صحة جيدة؟ وكيف تؤثر صحته على حياته بشكل عام؟ ومما يؤكد تلك النتيجة ما وجده لارسون (Larson) في دراسته المسحية التي قام بها عام1987 حيث وجد أن الصحة كانت أقوى المحددات لشعور الفرد بالرضا عن الحياة(www.pse.ens.fr.net).

3-4- الشعور بالرضا و سمات الشخصية: تلعب سمات الشخصية دورا مهما في تحقيق الرضا عن الحياة هذا بالإضافة إلى الظروف الموضوعية فالسمات مثل الانبساطية والعصابية تؤثر بشكل جوهري في الشعور بالرضا حيث وجد ارتباط ايجابي بين الرضا والانبساط في حين كان الارتباط سلبيا بين الرضا والعصبية مما يجعلنا نستنتج انه إذا كان اتزان الشخصية واستقرارها عازلا ضد عدم الرضا وواقيا منه فإن الانبساط عامل ايجابي في الشعور بالرضا (عزة مبروك،2007،ص392).

كما يفسر علماء الشخصية العلاقة بين الشخصية و الرضا عن الحياة في ضوء المعالجة المعرفية للمعلومات الوجدانية حيث وجد Rusting كإشارات على أن الأفراد يفضلون الانتباه والإدراك وتذكر المعلومات السارة عن المعلومات السيئة كما وجد كل من Reed وSerrylenty أن الأشخاص الانبساطيين يتسمون بالبطء في تغيير انتباههم بعيدا عن المنبهات المدعمة أو التي تحمل المكافأة من الأشخاص الانطوائيين(عزة مبروك، ص 392).

ونمط الشخصية حتما سيؤثر إما إيجابا أو سلبا على نفسية الفرد بشكل عام والمرأة بشكل (العويد،د ت،ص6).

3-5- الشعور بالرضا والتدين: يعد التدين من أهم الحاجات المشبعة لدى الإنسان التي تبعث على الشعور بالرضا والإحساس بالسعادة، و في ضوء ما أسفرت عنه بحوث عديدة على الرفاهية النفسية يمكن اعتبار التدين عاملا أساسي للشعور بالرضا و التوافق مع عملية الشيخوخة حيث يؤدى الشخص الذي يعتقد بإمكانية إحداث قدر من التغيرات العميقة التي ينظر من خلاله إلى نفسه و إلى الآخرين والإحساس بالدعم الاجتماعي من خلال انتمائه إلى المؤسسة الدينية التي يعتقدها، وهذا ما أشارت إليه كتابات عديدة (عزة مبروك،2007، ص 391)

ويوفر التدين إحساسا بمعنى الحياة اليومية وحتى أثناء الأزمات كما أشارت دراسات حديثة إلى ارتباط التدين بالصحة الجسمية والنفسية وبالأمن النفسي لدى المسنين إذ أن الاعتقاد من جانب الشخص بأن لديه علاقة شخصية حميمة آمنة مع الله سبحانه و تعالى يقلل من مشاعر الوحدة النفسية والأعراض الاكتئابية ويؤدى إلى تحسن الصحة الجسمية لديه ومن ثم يسهم التدين إلى تحقيق الرضا لأنه ثمرة الجهد في الدنيا وغاية في الحياة وهو بوابة مجانية لدخول حالة اكتمال وانسجام (فليمان، 2008 ،ص14).

4- الرضا عن الحياة وعلاقته بالصحة النفسية: إن للصحة النفسية مفاهيم ومعاني كثيرة وسنعرض مفهومين من هذه المفاهيم:

- إن المفهوم الأول يذهب إلى القول بأن الصحة النفسية هي البرء من أعراض المرض العقلي أو النفسي ويلقى هذا المفهوم قبولا في ميادين الطب العقلي(فهمي،1998 ،ص15).

ولا شك أن هذا المفهوم إذا قمنا بتحليله نجد أنه مفهوم ضيق محدود لأنه يعتمد على حالة السلب أوالنفي، كما أنه يقتصر معنى الصحة النفسية على خلو الفرد من أعراض المرض العقلي أوالنفسي وهذا جانب واحد من جوانب الصحة النفسية(فهمي ، 1998، ص 15).

– أما المفهوم الثاني للصحة النفسية يأخذ طريقا إيجابيا واسعا شاملا غير محدود إنه يرتبط بقدرة الفرد على التوافق مع نفسه ومع المجتمع الذي يعيش فيه وهذا يؤدي به إلى التمتع بحياة خالية من التأزم والاضطراب مليئة بالتحمس ويعني هذا أن يرضى الفرد عن نفسه وأن يتقبل ذاته كما يتقبل الآخرين فلابد منه ما يدل على عدم التوافق الاجتماعي، كما لا يسلك سلوك اجتماعي شاذ، بل يسلك سلوكا معقولا يدل على اتزانه الانفعالي والعاطفي والعقلي في ظل مختلف المجالات وتحت تأثير جميع الظروف(فهمي، 1998، ص16).

– إن هذا الشخص نمطه يعتبر في نظر الصحة النفسية شخصا سويا أنه يتميز بالقدرة على السيطرة على العوامل التي تؤدي إلى الإحباط أو اليأس ويستطيع أن يصمد للصراع العنيف ومشكلاته اليومية ولا يصيبه إلا القليل من العزيمة و الفشل مستعينا ببصيرته وقدرته على التحكم الذاتي.

– إن هذا التصور الإيجابي للسلوك المتكيف، يختلف عن ذلك التصور السلبي القائم على مجرد اختفاء الأعراض المرضية العقلية و النفسية وفي هذا التصور الإيجابي يمكننا أن نعرف بالضبط ما الذي يجب عمله لكي نساعد الأفراد، كي يكونوا متوافقين، وعلى هذا فإننا نستطيع أن نقول :إن علم الصحة النفسية في النهاية هو علم التكيف أو التوافق النفسي الذي يهدف إلى تماسك الشخصية ووحدتها وتقبل الفرد لذاته وتقبل الآخرين له بحيث يترتب على هذا كله شعوره بالسعادة و الراحة النفسي (فهمي ، 1998 ، ص 18).

ويمكن القول أن الصحة النفسية هي مفتاح السعادة،حيث يقول البعض أن الصحة النفسية معناها التفكير الناضج، بينما يقول آخرون أن الصحة النفسية معناها اعتدال المزاج و التمتع بالهدوء والسكينة(ميخائيل أسعد، د ت، ص 27).

ومنه فإن الصحة النفسية: تعني السعادة و الرضا من جانب الفرد و القدرة على التركيز والانتباه الجيد والاتجاهات الموجبة التي تسود الأفراد (منسي، 2001، ص 21).

لذلك فمفهوم السعادة من أهم المفاهيم التي يبحث فيها علم الصحة النفسية، إن هذا العلم عادة ما يعرف على أساس أنه يهدف إلى تحقيق السعادة للإنسان، فتعرف الصحة النفسية مثلا بأنها تستهدف معونة كل فرد وتدريبه على العيش السعيد المشجع في بيئة اجتماعية، وكذلك تعتبر السعادة مقياس للصحة النفسية إذ أن الصحة النفسية للفرد تقاس بمدى قدرته على التأثير في بيئته والقدرة على التكيف مع الحياة بما يؤدي بصاحبها إلى قدر معقول من الإشباع للشخص والكفاءة و السعادة (عبد الغفار،د ت، ص 20).

فالسعادة هو الشعور بالرضا و الإشباع وطمأنينة النفس وتحقيق الذات، فالبشر جميعا يبحثون عن السعادة فهم بطبيعتهم يكرهون الألم ويتجنبون مسبباته كما أنهم يقبلون على ما يجلب لهم السعادة(إيمان محمود 2007 ، ص 10) .

والملاحظة المهمة هنا هي أن السعادة ليست نقيضة التعاسة بل هما بعدين مستقلين وإن كان المرء لا يمكن أن يشعر بالسعادة والتعاسة في آن واحد ونؤكد أيضا أن الأفراد الذين يشعرون بشدة السعادة هم أنفسهم الذين يعيشون التعاسة بشدة أيضا، يمكن أن نصف السعادة على أنها انعكاسا لدرجة الرضا عن الحياة أو بوصفها انعكاسا لمعدلات تكرار الانفعالات السارة وشدة هذه الانفعالات(صبحي،2003، ص22).

لذلك ينبغي أن نأخذ ثلاث عناصر للسعادة في الاعتبار:

- الرضا عن الحياة ومجالاته المختلفة.
- الشعور بالبهجة و الاستمتاع.
- العناء بما تتضمنه من قلق واكتئاب.

أما إذا تساءلنا عن الحالة الشعورية للراضي عن الحياة فهو مرتبط بالشعور بالسعادة وأطلق عليه تسمية الشعور بحسن الحال وهو حالة عامة يشعر بها الفرد، وهي تختلف إلى حد ما عن الشعور بالسعادة كحالة انفعالية ايجابية والشعور بالحزن كحالة انفعالية سليمة(الخالدي،2009 ص78).

والشعور بالرضا يعرف بأنه: تقدير عقلي لنوعية الحياة التي يعيشها الفرد ككل أو حكم بالرضا عن الحياة، ويمثل الشعور بالرضا عددا من المقاييس النوعية للرضا كالرضا عن العمل، أو الزواج أو الصحة، ويتباين الشعور بالرضا لدى الناس باختلاف البيئات الاجتماعية (الخالدي، ص 79).

والشعور بالرضا هو نوع من التقدير الهادئ و التأمل لمدى حسن سير الأمور، سواء الآن أوفي الماضي(أرجايل 1997، ص 181).

فهناك شعور بالرضا عن الحياة بوجه عام وعن العمل وعن وقت الفراغ وعن الزواج وعن المجالات الأخرى (زروق، 2005، ص27).

ومن هنا تتجلى أهمية الصحة النفسية في جعل الفرد أكثر قدرة على التكيف الاجتماعي، مما يجعله يسلك السلوك الذي ينال رضاه ويرضي الذين يتعاملون معه (الخليدى،1998،ص25).

أما اذا تحدثنا عن وجود علاقة بين الرضا عن الحياة والتقدم في العمر فنجد بعض الدراسات نفت العلاقة بين الرضا وبين العمر والتعليم كمتغيرات للرضا عن الحياة ،فالشعور بالرضا أو بعدمه لا يرتبط بالعمر الزمني للفرد ،فالتقدم بالعمر لا يعني بالضرورة زيادة الاحداث السلبية في الحياة مقارنة بالمراحل العمرية السابقة ،ومنه فتقييم

الرضا عن الحياة يركز خصوصا على الماضي و الحاضر والتفكير الايجابي نحو المستقبل لدى الفرد(ارجائيل ،1997،ص47)

5- الشعور بالرضا عن الحياة عند المسنين :

تشيرyanez (2006) إلى أن نقاط القوة في الشخصية، والصلابة النفسية هي منبئ بالرضا عن الحياة ،حيث يمثل الشعور بالرضا عن الحياة Life Satisfaction مظهرا هاماً من مظاهر حياة الفرد، ويرتبط ارتباطا وثيقاً بصحته النفسية، وتكيفه الشخصي والاجتماعي (ميخائيل، 2011،ص54).

ويعد مظهراً لتحقيق ما يسمى في علم النفس الإيجابي بالشيخوخة الناجحة . ويعود بتأثيرات إيجابية على المسن كالقدرة على التكيف، وتقليل مستوى الاكتئاب الذي يصاحب الحالة الصحية المتدهورة .وقد تم حصر العديد من المجالات التي تسهم في تعزيز الشعور بالرضا عن الحياة في اثني عشر مجالا ، وهي: الحالة الاقتصادية، والصحة، والعلاقات الأسرية، والصداقات، والعمل المجزي، والمسكن، الأنشطة الترفيهية، وشريك الحياة، والتدين، ووسائل الموصلات، وتقدير الذات، والمستوى التعليمي.وأن للعوامل الاجتماعية أهمية كبيرة في مقابل العوامل الطبية كمتطلبات أساسية للرضا عن الحياة لدى كبار السن، وأن للسعادة ونوعية الحياة دوراً كبيراً في وجود الرضا عن الحياة (Thomas nicholas,2000,p22).

وكشفت نتائج الدراسة أن هناك فروقا في درجة الشعور بالسعادة والرضا عن الحياة والتفاؤل تعزى للعمر، بحيث كلما تقدم العمر زادت الدرجة على مقياس الشعور بالسعادة، والرضا عن الحياة والتفاؤل (حميدان ،2007، ص5).

وأوضحت الدراسة أن السعادة تعد هدفا ومطلبا للبشرية، وذات قيمة سامية مهما اختلفت الثقافات حيث يتفق غالبية الناس على أنها أفضل وسيلة للاستمتاع بالحياة

خلاصة الفصل:

من خلال هذا الفصل تبين لنا أن الرضا عن الحياة له مجلات واسعة و مرتبطة بالشعور بالسعادة

ويبقى ذو أهمية كبيرة لأنه يحثنا عل تحقيق الأهداف والسعي لتحقيق الذات لذلك فالشخص الذي لديه مستوى عال من الرضا زد لديه قدرات تعينه عل مواجهة الحياة دون تردد وبذلك يحقق ذاته في الحصول عل ما يريده من هذه الحياة خاصة إذا جعل لحظات الرضا جزءا من روتينه فسوف يشعر بسعادة مضاعفة كل يوم

الفصل الثالث

الوحدة النفسية

تمهيد:

تعتبر الوحدة النفسية أحد المظاهر التي تراود النفس البشرية من حين لآخر، وإذا ما لزمت الفرد لوقت طويل فستؤثر عليه بشكل سلبي وتدفعه لانسحاب والانعزال من المجتمع. وهها ما سنحاول توضيحه في هذا الفصل إد تطرقنا إلى تعريف الوحدة النفسية، النظريات المفسرة لها، أشكالها ، لنختم بعرض أهم سمات الشخصية المميزة للأفراد الذين يعانون من الوحدة النفسية.

1_**تعريف الوحدة النفسية:** يمثل الشعور بالوحدة النفسية خبرة عامة معاشة في حياتنا اليومية وذلك بالتعرض لمواقف حياتية معينة وفي أوقات مختلفة (خوج، 2002، ص 19). ولقد اختلفت تعاريف الوحدة النفسية حسب اتجاه كل عالم فنجد من بين هذه التعاريف ما يلي:

تعريف Newcomb,Bentler: "الوحدة النفسية هي عجز في المهارات الاجتماعية وفي علاقات الفرد الاجتماعية مما يؤدي إلى الاكتئاب أو التفكير في الانتحار أوالقلق أو أعراض سيكوسوماتية مثل الصداع والتعب وضعف الشهية والاعتلال العام والعدوانية مما له أثار سلبية حادة على الأداء السيكولوجي، الأمرالذي يتطلب تدخل التقديم المساندة الاجتماعية" (مها البربري، د ت، ص 12).

تعريف Djorden،mostckas،bibeloie،birlman :الوحدة النفسية هي الشعور بالفراغ العاطفي (شيبي، 2005 ص 14).

تعريف liderman: "الوحدة النفسية هي حالة وجدانية يكون الفرد فيها واعيا بأنه منفصل عن الآخرين مع معايشته لهم" (صفاء إسماعيل مرسي، 2008، ص 163).

تعريف Killeen: "الوحدة النفسية هي تلك الحالة التي يشعربهاالفرد بمشاعر مؤلمة ومحزنة وغيرإنسانية تنتابه عندما يشعربوجود فجوة من الفراغ عندما تخلو حياته من علاقات اجتماعية وعاطفية مشبعة" (جودة، 2005، ص781).

تعريف wiss: "الوحدة النفسية هيخبرة انفعالية تحدث نتيجة شعورالفرد بعدم وجود ارتباط عاطفي مع الآخرين" (الدليم، 2005، ص 334).

تعريف صفاء مرسي:لا تحدث الوحدة النفسية نتيجة انعدام في العلاقات الاجتماعية فقط، بل قد نشعر بها حتى في ظل وجود علاقاتنا الاجتماعية، ويضم مفهوم الوحدة النفسية أربع مكونات هي (إسماعيل مرسي، 2008، ص16):

1- إحساس الفرد بالضجر نتيجة افتقاد التقبل من الآخرين.

2- إحساس الفرد بفجوة نفسية بينه وبين غيره.

3- معاناته من الأعراض العصابية.

4- الشعور بافتقاد المهارات الاجتماعية.

تعريف الدسوقي: "الوحدة النفسية هي حالة من انعدام علاقة المحبة أو الصداقة مع الآخرين من الناس" (يوسف حمه صالح مصطفى،2009 ، ص 98).

تعريف نعمات شعبان علوان: " الوحدة النفسية هي حالة نفسية تنشأ من إحساس الفرد ببعده عن الآخرين نتيجة موقف أو أزمة ألمت به مما يترتب عليها عزلة وانسحاب، قلة للأصدقاء ثم الشعور بالإهمال" (نعمات شعبان علوان، 2007، ص 48).

تعريف راضي الوقفي: "الوحدة النفسية هي عدم رضا الفرد عن نوعية العلاقات مع الآخرين وشعوره شعورا مستمرا بعدم الارتياح حيال هذه العلاقات" (الوقفي، 2003، ص 688).

نستنتج مما سبق أن الوحدة النفسية هي عبارة عن شعور سلبي يحس به الفرد ويؤثرعليه في كامل جوانبه النفسية والفكرية، ويحدث نتيجة وجود خلل في علاقاته الاجتماعية، سواء كان هذا الخلل نوع(سطحية العلاقة) أو كمي(قلة عدد الأصدقاء) مما يولد فجوة بين الفرد وتواصله مع الآخرين وهذا ما يسبب له عدم الارتياح.

2- النظريات المفسرة للوحدة النفسية:

تعددت وجهات النظر التي فسرت الوحدة النفسية والتي سنذكر منها مايلي:

من وجهة نظر:

2-1 نظرية التحليل النفسي: فسر فرويد(1856- 1939) الشعور بالوحدة النفسية بأنها عملية تنافر المكونات داخل الفرد (الهو، الأنا، الأنا الأعلى) وهذا ما يؤدي بالفرد إلى سوء التوافق مع نفسه ومع بيئته الاجتماعية من حوله ويمكن النظر إلى الشعور بالوحدة النفسية بأنها نتيجة للقلق العصابي الطفولي وله وسيلة

دفاعية نفسية تعمل على سلامة الشخصية من التهديد الناشئ من البيئة الاجتماعية ويعبر عنه في صورة عزلة وانسحاب (الدليم، 2004، ص8).

كما يشير (Berline) إلى أن للوحدة النفسية جذور تعود لمرحلة الرضاعة، حيث أن العلاقات غير الآمنة وغير الحميمة التي تتكون فيما بين الأم وطفلها يكون لها تأثير مهم جدا وخطير على شخصية الطفل وكل سلوكياته فيما بعد من مراحل نموه التالية. (الدليم ،2004 ، ص8).

ويرى (Mijuskovic) أن من أهم أسباب معاناة المراهقين من حدة شعورهم بالوحدة النفسية هو

تعرضهم قي مرحلة الطفولة إلى الإحباطات والصراعات النفسية الشديدة خاصة تلك التي تتعلق بقلق الانفصال عن الأم، وعندما يكبر الفرد ويصبح مراهقا ويتعرض لبعض المشكلات والضغوطات فإنه سرعان ما تتجدد له تلك المشاعر القديمة مرة أخرى ويظهر بذلك الشعور بالوحدة النفسية (الدليم، 2004، ص8).

أما (Stockes) و (Bullock) فيتفقان على أن جذور الشعور بالوحدة تنشأ من خلال اضطراب العلاقات الاجتماعية للأطفال داخل أسرهم (الدليم ،2004 ، ص8).

أما (Zilbeurdj) فقد فرق بين الشخص الذي يشعر بالوحدة النفسية بشكل مؤقت والشخص الوحيد، فالشعور بالوحدة النفسية أمر طبيعي وهي حالة عقلية عابرة وتعود أسبابها إلى فقدان شخص عزيز بوفاة أو طلاق، أما الوحدة المزمنة فتعتبر استجابة لأحد المثيرات التالية: فقدان الحب- شعور الفرد بأنه شخص غير مرغوب فيه ولا فائدة منه وهذا ما يؤدي به إلى الاكتئاب ومن ثم إلى الانهيار العصبي (شيبي، 2005، ص 15).

2-2 -النظرية الظاهراتية: أجمع أصحاب هذه النظرية أن الشعور بالوحدة النفسية ينشأ من التناقض بين حقيقة الذات الداخلية للفرد والذات الواضحة للآخرين ومنه يرى روجرز بأن سبب الإحساس بالوحدة النفسية هو ضغط المجتمع الواقع على الفرد والتي تدفع به إلى أن يتصرف بطرق معينة مقبولة اجتماعيا وهذا ما يؤدي به إلى

التناقض بين ذاته الداخلية والأخرى الظاهرة للمجتمع، مما ينشأ عنده الإحساس بالفراغ وهذا ما استنتجه من العلاج المتمركز حول العميل ويقول روجرز بأن الوحدة النفسية تمثل التوافق السيئ وسببها يكمن داخل الفرد متمثلا في التناقض الظاهري لمفهوم الفرد وقد وافقه "موري" كثيرا في ذلك، كما نشير هنا إلى أن "روجرز"اختلف

عن أصحاب النظرية الدينامية في تأثير الطفولة على الفرد، حيث يرى أن العوامل الحاضرة تسهم إلى حد كبير إلى تكوين الشعور بالوحدة النفسية (شيبي، 2005، ص 15)

وما ترمي إليه هذه النظرية هو الإشارة إلى ما يسمى بالذات الموضوعية أي المرآة التي يعكسها الفرد للآخرين بما في ذلك الأصدقاء والمحيطين وربما تكون مخالفة تماما عن الأصلية التي يحملها بين جنبيه وما نود الإشارة إليه هو أن هؤلاء الأشخاص غالبا ما يكونون في صراع مستمر وفي تداخل وتنازع دائمين بين شخصيتهم الموضوعية التي يحاولون إظهارها أمام غيرهم والأخرى الحقيقية التي تكنها أنفسهم وسبب صراعهم النفسي هو محاولة التوفيق بين الشخصيتين حتى لا تنكشف حقيقتهم أمام عناصر مجتمعهم ولكن الشخص القويم والثابت هو الذي يحاول دائما أن يحل هذا الصراع على أساس ايجابي ويثبت سلوكه على نمط واحد وسليم ويكون بمقدوره التوفيق بين الشخصيتين حتى يكون لنفسه شخصية واحدة (المال، 2008، ص 42).

2-3 – نظرية التدرج الهرمي للحاجات الإنسانية: يرى ماسلو أن الشعور بالوحدة النفسية ينشا بسبب عدم إشباع حاجات الانتماء والحب...،والوحيد نفسيا يكون مدفوعا بجوع للاحتكاك والصداقة الحميمة والانتماء

والحاجة إلى التغلب على مشاعر الاغتراب والعزلة التي سادته بسبب بعده الاجتماعي وتحطم الجماعات التقليدية وبعثرة الأسرة والفجوة التكنولوجية بين الأجيال بسبب التحضر المستمر واختفاء العلاقة (وجها لوجه) كما ذكر ماسلو مجموعة من الأعراض صنفها إلى ثلاث فئات والتي تعد بدورها أساسا للشعور بالوحدة النفسية وهي :

- شعور الفرد بأنه مرفوض وغير محبوب اجتماعيا وأن الآخرين يعاملونه بقسوة واحتقار.
- شعور الفرد بأن العالم يمثل له مصدر تهديد و خوف وقلق.
- شعور الفرد بالوحدة والعزلة والنبذ. (فهد الدليم، 2005، ص 332):

ولقد أشار Mathiew (2007)إحدى الدراسات أن من بين المؤشرات الدالة على الوحدة النفسية هو انخفاض الدعم الاجتماعي من طرف الفرد, أي أن الفرد هو من يقوم بسلوكات انسحابية من المجتمع الذي يعيش فيه .

إن تصنيف ماسلو هذا يقوم على اعتبار الشخص غير الآمن هو من يعاني من مشاعر العزلة والوحدة النفسية والنبذ الاجتماعي وبالتالي إدراك العالم بأنه مصدر تهديد وخطر وهذه الأعراض عندما تستقل نسبيا عن مصادرها الأصلية تصبح سمة في شخصية الفرد وبذلك يصبح الفرد غير مطمئن وغير مرتاح طيلة حياته وهذا حتى لو توافرت له كامل شروط الحياة المناسبة والتي تبعث على الراحة والأمان طالما أن هذا الفرد لم يخبر في طفولته الطمأنينة النفسية الملائمة والتي تنشأ عن طريق العلاقة المضطربة أوغير الحميمة بين الأم وطفلها

أو اللامبالاة التي نشأ بها الفرد قي أسرته وهذا ما أثر سلبا على شخصيته فيما بعد (الدليم، 2005، ص 332).

2-4- لنظرية التفاعلية للوحدة النفسية: دمجت هذه النظرية بين العوامل الشخصية والاجتماعية معا،وترى أن تفاعل هذه العوامل مع بعضها ينتج عنه شعور الفرد بالوحدة النفسية ويرجع " ويس "الاتجاه التفاعلي إلى أن الوحدة النفسية ليست سبب العوامل الشخصية أوالموقفية كل على حدى بل هي نتاج تفاعل العاملين معا، كما أنها تنشأ عندما تكون تفاعلات الفرد الاجتماعية غير كاملة، ولكنه يعطي اهتماما أكبر للعوامل الموقفية. (جوهرة ، 2005، ص 17).

لم يقف ويس عند هذا الحد، بل تعداه إلى أن وضع ستة استعدادات اجتماعية تندرج تحت مقدار العلاقات الاجتماعية المشبعة لدى الفرد وهي (شيبي، 2005، ص 17):

الإتصال: ويستمد من خلال العلاقات التي يشعر الفرد فيها بالأمن والمودة والألفة مع الآخر.

التكامل الاجتماعي: ويتحقق بفضل العلاقات الاجتماعية المشتركة.

إقتران الثقة: ويستمد من قدرة الفرد على مساعدة غيره مهما كان الظرف.

فرصة العطاء: من خلال العلاقات الاجتماعية التي يشعر الفرد فيها بالمسؤولية اتجاه غيره.

إعادة تأكيد القيمة: ويتكون من خلال العلاقات التي تكون فيها مهارات الفرد محل تقدير وإعجاب.

التوجيه: ويكون من خلال العلاقة مع أفراد محل ثقة ينصحون ويقدمون المساعدة لغيرهم.

3- أشكال الوحدة النفسية:

لقد تعددت صور وأشكال الوحدة النفسية واختلف العلماء فيما بينهم بخصوص أشكالها وصورها ومن بين هؤلاء العلماء نجد:"ويس" حيث ميز بين نوعين من الوحدة النفسية وذلك على أساس مصدرها (جودة، 2005، ص 780).

1-الوحدة النفسية الناشئة عن الانعزال الانفعالي:وتنتج عن غياب الاتصال والتعلق الانفعالي.

2-الوحدة النفسية الناتجة عن العزل الاجتماعي:ويعود سببها حسب"ويس"إلى انعدام الروابط الاجتماعية. أما يونغ فقد قسم الوحدة النفسية إلى ثلاث أشكال وهي (خوج، 2002، ص 22):

أ- الوحدة النفسية العابرة:وتتضمن فترات من الوحدة رغم أن حياة الفرد الاجتماعية تتسم بالتوافق والمواءمة.

ب- الوحدة النفسية التحولية:وفيها يتمتع الفرد بعلاقات اجتماعية طيبة في الماضي القريب لكنه يشعر بالوحدة النفسية حديثا نتيجة لبعض الظروف المستجدة كالطلاق اووفاة شخص عزيز أو إنهاء علاقة وثيقة بصديق أو فقدان وظيفة.

هذا النوع من الوحدة يركز في مفهومه على الحالة التي يصل إليها الفرد بعد فقدانه لشخص عزيز فتنتج عن ذلك صور- متعددة الأوجه- للوحدة النفسية: كالعزلة والانسحاب، قلة الأصدقاء، الشعور بالإهمال خاصة بعد دخول شخص في مواقف حياتية مؤلمة جديدة تمثل له الكثير من خيبات الأمل و الصراعات، الاحباطات

والأزمات التي تؤدي به إلى الانعزال عن الناس، فيبدأ بفقدان أصدقائه شيئا فشيئا ليتكون لديه بعد ذلك شعور بالإهمال و اللامبالاة (شعبان علوان، 2007، ص 480).

ج- الوحدة النفسية المزمنة: وهي التي تستمر لفترات زمنية طويلة تصل لسنين، ولا يشعر الفرد فيها بالرضا عن علاقاته الاجتماعية (نعمات علوان ،2007، ص479)

وهذا النوع الأخير لا يكون انطباعا مؤقتة متأثرا بأحداث أو أزمات عابرة في حياة الفرد بل هي نظرة تشاؤمية دائمة نجدها لدى الشخص الذي يعاني من الوحدة النفسية المزمنة (العمرية،2005 ، ص11).

أما "قشقوش" فقد قسم الوحدة النفسية إلى ثلاثة أنواع رئيسية وذلك حسب دوام الشعور بالوحدة وهي كما يلي:

1- **الوحدة النفسية الأولية:** وهي اضطرابات في إحدى سمات الشخصية المرتبطة بالانسحاب الانفعالي.

ويؤثر في عدد كبير من صور و أشكال السلوك الاجتماعي، وهذا النوع ينقسم بدوره إلى قسمين هما:

ا- الوحدة النفسية الناتجة عن تخلف نمائي في الشخصية: ويقصد به تباطؤ أو تخلف في التتابع الطبيعي لنمو الشخصية.

ب- الوحدة النفسية الناتجة عن قصور في السلوك: وهذا النوع يرتبط بعجز أو قصور في الوظائف النفسية التي تحكم عملية التفاعلات الشخصية المتبادلة.

2- **الوحدة النفسية الثانوية:** وتمثل استجابة انفعالية من جانب الفرد لتغييرما يحدث في بيئة ويترتب عليه حرمان الفرد من الانخراط في علاقات هامة كانت متاحة له قبل حدوث هذا التغيير، ومع افتقاد الفرد لهذه

العلاقة يصبح غير قادر على أن يفي متطلبات بعض الأدوار و الممارسات هامة في حياته، وهذا بشكل يرتبط بمحكات ثلاث هي (شيبي، 2005، ص 22):

- تمزق مفاجئ في البيئة الاجتماعية للفرد.

- استجابة لحرمان مفاجئ.

– تغير الموقف المؤلم الذي طرأ على حياة الفرد.

3– الوحدة النفسية الوجودية: ويعتبرها بعض الفلاسفة أنها حالة إنسانية طبيعية يتعذر الهروب منها، إلا أن الوحدة النفسية الوجودية يمكن أن تميل في بعض الحالات إلى أن تحررما قد يكون لدى الفرد من طاقات وإمكانيات ابتكارية مثل التقدم التكنولوجي والذي يعتبره الباحثون مصدر للإحساس بالوحدة النفسية الوجودية (شيبي، 2005، ص 23).

كذلك ميز العلماء بين نوعين من الوحدة:

- فهناك التي تتمثل في افتقاد التعلق الحميم بشخص آخر.

- وهناك التي تنتج من خلال افتقاد علاقات الشبكة الاجتماعية. (إسماعيل مرسي، 2008، ص 164)

يتضح مما سبق أن هناك أشكال متعددة ومختلفة للوحدة النفسية لكن كلها تصب في قالب الشعور بالألم نتيجة لفقدان العلاقات الاجتماعية التي تتسم بالود مع الآخرين وتتراوح من كونها عابرة إلى كونها مزمنة (جودة، 2005، ص 781).

4-أسباب الوحدة النفسية ومصادرها: يمثل الشعور بالوحدة حالة نفسية تنتج عن وجود ثغرة بين العلاقات الواقعية للفرد وبين ما يتطلع إليه من علاقات،كما أن للوحدة النفسية أسباب متعددة بعضها يعود لطبيعة الشخص نفسه والبعض الآخر يعود للاضطرابات في شكل العلاقات الاجتماعية سواء كانت كمية

أوكيفية، وقد برز اختلاف كبير بين العلماء حول المسبب الرئيسي للشعور بالوحدة النفسية: هل هو الفرد نفسه أم البيئة أم كليهما ؟ (شيبي، 2005، ص 24).

حيث ترى بعض الدراسات أن الشعور بالوحدة النفسية يعود إلى عدم رضا الفرد عن بيئته أو إلى الإطار الأسري الذي يعيش فيه الفرد والمتمثل في مستوى التعليم للوالدين، مستوى دخل الأسرة، عدد أفرادها، بالإضافة

إلى نوعية العلاقات في المنزل، والتي تشمل علاقة الوالدين ببعضهما، علاقة الإخوة فيما بينهم، وعلاقة الوالدين بالأبناء (حسن، 1990، ص83)

يرى"قايسي" أن هناك سببان مؤديان إلى الشعوربالوحدة النفسية هما :

- المواقف الاجتماعية المؤلمة.

- الفروق الفردية بين الجنسين في مراحل العمر المختلفة.

وفي نظر "ويس" فإن الوحدة النفسية تنتج بسبب افتقاد الفرد لارتباط عاطفي يربطه بغيره سواء بالفرد أو بمجموعة أفراد (محمد حسن، 1994، ص 195).

في حين يرى "Roy" أن الوحدة النفسية تنتج من الحاجة للشعور بالانتماء فلكل فرد ثلاث حاجات نفسية يطمح في أن يحققها لنفسه وهي:

- حاجات الحب والمشاركة الوجدانية.

- الحاجة إلى وجود طرف آخر يتفهم المشاعر والأحاسيس المختلفة.

- الحاجة لوجود من يشعر المرء بالاحتياج إليه.

وفي حالة عدم إشباع هذه الحاجات الثلاث يشعر الفرد بالفراغ، وقد يكون الشعور بالوحدة نتيجة لنقص المهارات الاجتماعية للتواصل مع الآخرين، ومن ثم يلزم الاهتمام بهذا التواصل الوجداني منذ الطفولة لتنمية قدرات الأفراد على التعامل مع العزلة دون الشعور بالوحدة (شيبي، 1426، ص 25).

كما أوضحت إحدى الدراسات أن الإحساس بالوحدة النفسية يعود إلى بعض سمات شخصية الفرد، حيث يمكن أن يصف نفسه بأنه خجول وسلبي، أو انه اقل تعاطف ومشاركة واستجابة لحاجات ومشاعر الآخرين أوانه أكثرقلقا مما يجعله غير جذاب كصديق للآخرين أوأكثرعصبية وبذلك يتجنبه غيره، ويكون غير محبوب من طرف الآخرين (حسن، 1990، ص 83).

من جهة أخرى فقد افترض "روبنشتين" "شيفر" على أن الوحدة النفسية التي يتعرض لها المراهقون لها علاقة بمرحلة الطفولة التي مروا بها فإذا تعرض الطفل في السنوات الأولى من عمره إلى خبرة الانفصال عن الوالدين بسبب الطلاق أو فقد احديهما فانه يكون لديه أعلى مستوى من الشعور بالوحدة النفسية، أوتعرض الطفل إلى النبذ والإهمال والقسوة من الوالدين أو تعرض إلى العلاقات المشحونة بالصراع والخلاف معهما فانه يكون لديه

مستوى متوسط من الشعور بالوحدة النفسية أما في حال عاش الأبناء مع آبائهم وعرفوا بأنهما مصدر للأمن والثقة فانه لا يكون لديهم أي شعور بالوحدة النفسية (خوج، 2002، ص21).

وترى (أمال عبد القادر جودة،2005) ان سبب الشعور بالوحدة النفسية هو شعور الفرد بافتقاد التقبل والحب والاهتمام من جانب الآخرين حيث يترتب على ذلك العجز عن إقامة علاقات اجتماعية مشبعة بالألفة والمودة

والصداقة الحميمة، وبالتالي يشعر الفرد انه وحيد رغم أنه محاط بالآخرين من حوله

ولقد تنبه "روكاتش" و زملاؤه إلى أن من الأسباب المؤدية إلى الشعور بالوحدة النفسية مايلي (فهد الدليم، ب ت، ص4):

- العجز الشخصي النمائي.
- الفشل في إقامة العلاقات.
- الهامشية الاجتماعية التي يعيشها الشخص.

كما نجد أن للإحباط دور كبير في الشعور بالوحدة النفسية حيث يصيب الفرد ما يسمى بالخيبة ويكون هذا عندما يبني الفرد آمالا على علاقاته مع الناس والأصدقاء ثم يصدم بواقع غير الذي كان يتصوره فيصاب عندها بالإحباط (ماثيوز، 2005، ص 156).

كما أنه ينشأ نتيجة الفشل في التعامل مع احتياجات الفرد النفسية الأساسية غير المشبعة وهذا ما قد تعجز عن تقديمه أعظم العلاقات الإنسانية كعلاقة الزواج الحميمة والصادقة مثلا فالاكتمال النفسي إن لم يبنى متكاملا داخل الفرد فلن تستطيع الإنسانية أن تمنحه للفرد (Crabl Larry,p92,1982).

وفي ذات السياق نجد أن "نبيهة السامراني "ترجع أسباب الوحدة النفسية إلى (نبيهة صالح السامراني، 2007، ص85):

- الإحباط والفشل المتكرر والقلق.

- الحرمان بفقد عزيز، ثروة، صحة أو مكانة اجتماعية.

- تدهور الكفاية الجنسية والمعانات من الإهمال في سن متقدمة.

نجد أيضا من بين الأسباب المولدة للوحدة - حسب رأي فئة من الباحثين- هو افتقاد شخص من الجنس الآخر يشاركه في هذه الحياة وهذا السبب نجده أساس الإحساس بالوحدة لدى الإناث اللواتي تأخرن عن سن الزواج إذ يفتقدن المشاعر و العواطف والاهتمامات التي يبديها الجنس الآخر اتجاههن والمتمثل في الزوج وقد يمتد الأمر إلى فقدان الأمل في العثور على الطرف الآخر هذا الإحساس الذي يبعث على الشعور بالأسى والحزن والاكتئاب ثم الانطواء ومن ثم تشعر هذه الفتاة بفراغ يتسبب في الإحساس بالوحدة النفسية (فيكي مود، 1996، ص 142).

ولا يقتصر التأخر عن سن الزواج في التأثير على هذا الجانب فحسب بل تتعدى إلى جوانب أخرى وتمس أبعاد أخرى وتتمثل في مظاهر وآثار خطيرة على جميع المستويات (الميلادي، 2006، ص162).

في حين نجد فئة أخرى من الباحثين تصف الوحدة النفسية بأنها معاناة من عدم التمتع بعدد من الأصدقاء وذلك يكون إما عند تغيير مكان النشأة كالسكن، المدرسة، مقر العمل، أوعند التقدم في السن فيفترق معظم الأصدقاء

بموت الواحد تلوى الآخر أو المرض الذي يقعد في الفراش أو الاضطرابات التي تصيب الذاكرة كالنسيان، التخريف...وفي كل هذه الحالات يصعب تغيير الصداقات وتجديدها (فيكي مود، 2006، ص147).

ولكن هذا ليس بالشيء المستحيل عندما يعزم على بناء نفسه من جديد ويستعد لمواجهة الحياة.

في حين يرى "فلاح العنزي" أن مشاعر الوحدة تقل بتقدم العمر، وأنها تصل ذروتها في مرحلة المراهقة المتأخرة (www. Faculty .ksu.edu.sa).

5 - سمات الشخصية المرتبطة بالوحدة النفسية:

اهتمت بعض الدراسات بتحديد بعض سمات الشخصية التي ترتبط بالوحدة النفسية والتي تتلخص فيما يلي:

لقد وجد كل من"بلوكونيس، و زيمباردو، و سيرمات، وكاترونا" في دراسة لهم، أن الأفراد الذين يخبرون مشاعر الوحدة النفسية يميلون إلى الخجل، الانطواء، كما يقل ميلهم إلى المخاطر الاجتماعية (شيبي، 2005، ص32).

أما راسل، وبيبلوى، وكاترونا" فقدوجدوا،أن الوحدة النفسية عادة ما ترتبط بانخفاض تقدير الذات (جوهرة شيبي، 2005، ص32).

وأوضحت دراسة أخرى أن الشعور بالوحدة النفسية يعود إلى بعض سمات شخصية الفرد حيث يمكن أن يصف نفسه بأنه خجول، وسلبي، أو أنه أقل تعاطفا ومشاركة واستجابة لحاجات ومشاعر الآخرين أو انه أكثر قلقا مما يجعله غير جذاب كصديق للآخرين أو أنه أكثرعصابية فيكون غير محبوب من طرف الآخرين (حسن، 1990، ص73).

كما نجد الشعور بالوحدة النفسية لدى الشخص الذي يعاني من الشعور بعدم السعادة والتشاؤم فضلا عن الإحساس القهري بالعجز نتيجة الانعزال الاجتماعي والانفعالي (www .Alnoor.se.).

و حسب"جوهرة شيبي"(2005) فإن الأفراد الذين يعانون من الشعور بالوحدة النفسية يتسمون بـ :

- تكوين مشاعر سلبية اتجاه الآخرين.

- حياديون وغير قادرين على الاستجابة أثناء التفاعلات الاجتماعية.

- أحيانا يستثيرون ردود أفعال سلبية مع الغير، فنجد الشخصية غير مستقرة انفعاليا فلا يسيطر صاحبها على انفعالاته وتصبح أحكامه سريعة وغير صحيحة و سلوكه عنيف أو تكون شخصية عدوانية سلبية في تعاملها فيتوجه إلى الغيرفي سلبية وتظهرعدوانيته اتجاه الآخرين (الحنفي، 2003، ص495).

- الشعور بالخجل والقلق وعدم الارتياح في المواقف الاجتماعية وغالبا ما يصاحب هذا الشعور والإحساس بالكبت وتجنب الآخرين .

- الشعور بالاكتئاب وعدم القدرة على التفاعل الاجتماعي.

وكل ذلك يجعل الأمرأكثر صعوبة للشخص الذي يعاني من الشعوربالوحدة من أن يقيم علاقات

اجتماعية مرضية للحد من هذا الشعور (شيبي، 2005، ص،32).

ويقول"الشيخاني" بأن الشخص الذي يعاني من مشاعر الوحدة النفسية غالبا ما يكون منقطعا عن الواقع ولا يميل مطلقا إلى الاشتراك في أعمال جماعية أو التصرفات المشتركة، كما أنه يفضل الانعزال بالبقاء في منزله أوغرفته، ومن ثم يترتب عن ذلك الشعور بالارتياب والشك بوجود مشاعر الكره والبغض اتجاهه من قبل الأشخاص المحيطين به (بركات،2007 ، ص48).

6-الشعور بالوحدة النفسية لدى المسنين:

من أهم المشكلات التي تواجه المسنين في حياتهم هو إحساسهم بأنهم أناس غير مرغوب فيهم ولا فائدة منهم وبذلك ينجر عن هذا عدة أمراض و مشكلات نفسية و اجتماعية نتيجة الظروف و الخبرات الصعبة الصادمة التي عاشها المجتمع ، مما تؤدي إلى تدهور الوظائف الجسمية و العقلية و التغيرات الاجتماعية المصاحبة و التي تتمثل في فقدان العلاقات الاجتماعية و الأنشطة و الإهتمامات ، و الإعتماد على الآخرين و الشعور بالملل واليأس و المعاناة من وقت الفراغ و من افتقاد الشعور بالأهمية الناتج عن فقدان الدرو الاجتماعي . فالشعور بالوحدة النفسية تعتبر من المشاكل التي تواجه المسنين خاصة الذين يجدون صعوبة في تكوين علاقات حميمة مع الآخرين و هذا ما يؤدي إلى سوء التكيف الملائم للظروف البيئة و المتغيرات الطارئة عليها ، و ذلك لكونها تجربة مؤلمة غير سارة يعيشها المسن، كما أنها أزمة نفسية أشد خطورة على حياة الأفراد ، فقد يؤدي شعور المسن بالوحدة النفسية إلى الشعور بالاكتئاب و الاضطرابات الإنفعالية كما يختل توازنه النفسي و الاجتماعي. (حمو علي ,2012,ص14).

خلاصة الفصل:

من خلال دراستنا لهذا الفصل يتبين لنا أن للوحدة النفسية صلة وثيقة بنوعية العلاقات الاجتماعية التي يقيمها الفرد مع الآخرين في حياته فإذا ما شعر هذا الفرد بالارتياح والهدوء النفسي حيال علاقاته الاجتماعية بعث هذا بأن يشعر بالرضا عن اتصالاته مع أفراد مجتمعه وقاده إلى أن يوفق في حياته الاجتماعية، كما يمكن أن تنعكس الصورة فنجد أن الفرد يبحث عن علاقات اجتماعية وحميمة إذا ما شعر بالعزلة والوحدة النفسية

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع

منهج واجراءات الدراسة

تمهيد:

سنتطرق في هها الفصل لأهم الاجراءات المنهجية من حيث إختيار المنهج المناسب للدراسة، إجراء

الدراسة الاستطلاعية، وكذا عرض مفصل لأدوات الدراسة وإجراءات تطبيقها، إلى جانب عرض الأساليب الإحصائية المستخدمة

1-الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية خطوة أساسية ينبغي القيام بها قبل إجراء الدراسة النهائية، حيث تسمح للباحث بمعرفة مدى صلاحية أدوات جمع المعلومات، ومختلف الظروف المحيطة بعملية التطبيق.(مروان عبد المجيد إبراهيم ،2000، ص 39). وعليه فقبل المباشرة في إجراءات الدراسة الأساسية قمنا بإجراء الدراسة الإستطلاعية من أجل:

- التأكد من مدى صلاحية أداتي البحث، مقياس الرضا عن الحياة من اعداد مجدي الدسوقي 1998،ومقياس الوحدة النفسية خضر علي السيد و الشناوي محمد محروس1997 على البيئة الجزائرية لا سيما ولاية غرداية ومعرفة خصائصهما السيكومترية من حيث الصدق والثبات ،بالإضافة الى موائمة ووضوح عبارات المقياس من طرف عينة الدراسة

- التعرف على خصائص ومميزات مجتمع الدراسة.

- المعرفة المسبقة لظروف الدراسة الأساسية وبالتالي محاولة تفادي العراقيل والمشكلات

ومن هذا المنطلق كان لزاما علينا القيام بالدراسة الإستطلاعية لتجسيد الاهداف السابقة.

وقد شملت الدراسة الاستطلاعية على عينة قدرت بـ 20 مسن.

2-منهج الدراسة:

لقد إخترنا المنهج الوصفي الإرتباطي لأنه يمكننا من دراسة العلاقة بين الرضا عن الحياة وعلاقته بالوحدة النفسية لدي المسنين وهذا لكون البحث الإرتباطي يعتمد على دراسة العلاقة بين متغيرين أو أكثر، وكذلك معرفة ما إذا كانت العلاقة موجبة أو سالبة.(الأزهري، حسين بهي ،1999، ص 27).

كما يسعى إلى معرفة درجة تلك العلاقة من حيث قوتها وضعفها، وما نوعها عكسية أو طردية، سالبة أو موجبة، ويتم التعبير عنها بصورة كمية، وفي حالة معرفة أحد المتغيرات يساعد الباحث على التنبؤ بالمتغير الآخر، كما يبحث في دراسة العلاقة بين المتغيرات المستقلة والتابعة. (علي معمر عبد المؤمن، 2008، ص 310).

فهذا المنهج يسمح لنا بوصف وتحليل متغيري الدراسة، ألا وهوالرضا عن الحياة والوحدة النفسية لدى أفراد العينة، وكذا دراسة بعض المتغيرات التي يمكن أن يكون لها أثر على هذه العلاقة، والمتمثلة في: متغير الجنس.

3-المجال الزماني و المكاني:

- المجال المكاني: تم اجراء هذه الدراسة على عينة من المسنين المتقاعدين بولاية غرداية منهم من التقيناه في عيادة أمراض القلب والضغط الدموي ومنهم في عيادة متخصصة لمرض السكري وأيضا بمركز الترويض الحركي والفزيائي ،وكان توزيع الاستبيان على العينة والتجاوب بصفة عادية

- المجال الزماني: تم إجراء هذه الدراسة من 20 فيفري إلى 13 أفريل خلال الموسم الجامعي 2016-2017.

4- عينة الدراسة:

4-1-شروطها:

يتكون مجتمع الدراسة من 40مسن مقيمين في أسرهم في ولاية غرداية وقد اختيروا بطريقة قصدية

أو ما نسميها عينة عارضة(مصادفة) ، بحيث تتوفر فيه الشروط التالية :

-أن يكون مسنا

-أن يتراوح سنه بين 60-85سنة

-أن يكون مقيما مع أسرته

-أن يكون متقاعد

4-2-خصائصها:

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
رجال	02	%50
نساء	02	%50
المجموع	40	%100

الجدول(1): خصائص العينة حسب الجنس

نلاحظ من خلال الجدول رقم (1) أن نسبة الرجال تقدر بـ 50% ونسبة النساء 50%، أي أن عدد الرجال يساوي عدد النساء.

فئات السن	التكرار	النسبة المئوية
75-60	12	%52.5
85-75	19	%47.5
المجموع	40	%100

الجدول رقم (2) يوضح توزيع أفراد العينة حسب السن

يتضح من خلال الجدول رقم (2) أن الأفراد الذين يتراوح سنهم من 60-75 سنة يمثلون 52.5% من أفراد العينة، والذين سنهم أكبر من 75 سنة 47.5% من أفراد العينة

5- أدوات الدراسة :

- **مقياس الرضا عن الحياة:**

أعد المقياس سنة 1998 من طرف الدكتور مجدي الدسوقي ويتكون من 29 عبارة تقيس مختلف أنواع مصادر الرضا عن الحياة (سعادة النفس، ظروف الحياة السلوك والعلاقات الاجتماعية) وتكون الإجابة على البنود والعبارات المقدمة حسب خمسة بدائل وهي: تنطبق تماما، تنطبق، بين بين، لا تنطبق، لا تنطبق أبدا.

وتقدر أقصا درجة في المقياس116-92 ويقدر متوسط درجات67-91 وتقدر أدنى درجة 66-42.

- **صدق المقياس:**

تم حساب الصدق بالمقارنة الطرفية بلغت قيمة ت 8.01 وهي قيمة دالة عند المستوى 0,05 والمستوى 0,01 مما يدل على صدق المقياس.

– ثبات المقياس:

تم حسابه بمعامل ألفا كرونباخ فبلغت قيمة 0.87 α وهي قيمة تدل على ثبات المقياس.

- ثبات وصدق المقياس في الدراسة الحالية:

- **الصدق:** تم حساب صدق المقياس عن طريق حساب الصدق التمييزي أي المقارنة الطرفية وهي قدرة المقياس على التمييز بين طرفي الخاصية التي يقيسها، حيث ترتب الدرجات تصاعديا ثم يسحب 27% من المفحوصين من طرفي التوزيع وبإستعمال إختبار **ت** نحسب الفروق بين المتوسطين الحسابيين.(بشير معمرية ، 2007، ص 158).

أما بالنسبة للنتائج فبلغت قيمة ت: 9.62 وهي قيمة دالة عند المستوى 0.05 والمستوى 0,01 مما يدل على صدق المقياس.

- **الثبات:** تم حسابه بمعامل ألفا كرونباخ و يرمز له بالرمز:α والذي يعتبر من أهم مقاييس الاتساق الداخلي للاختبار بحيث يربط ثبات الاختبار بثبات بنوده. (بشير معمرية،2007، ص 184).

أما بالنسبة للنتائج فبلغت قيمة 0.83: α وهي قيمة تدل على ثبات المقياس.

- **مقياس الوحدة النفسية:**

قام بنشر هذا المقياس خضر علي السيد و الشناوي محمد محروس كأداة سيكومترية سهلة التطبيق في الأبحاث العلمية وهو يتكون من 19 عبارة، و ينطوي على مختلف أنواع الوحدة النفسية : الوحدة النفسية الأولية والوحدة النفسية الثانوية والوحدة النفسية الوجودية و تكون الإجابة فيه على البدائل التالية:أبدا، أحيانا، نادرا، دائما، و تتراوح الدرجات على هذه البدائل من 01 إلى 04. حيث تدل الدرجة المرتفعة على وجود النفسية و الدرجة المنخفضة تدل على العكس

- **صدق المقياس:** تم حساب الصدق بالمقارنة الطرفية بلغت قيمة ت 7.86 وهي قيمة دالة عند المستوى 0,05 والمستوى 0,01 مما يدل على صدق المقياس.

- **ثبات المقياس:** تم حسابه عن طريق إعادة التطبيق بلغ مقدار معامل الثبات 0.72 مما يدل على ثبات المقياس.

- **صدق وثبات المقياس في الدراسة الحالية:**

الصدق: تم حساب صدق المقياس عن طريق حساب الصدق التمييزي فكانت قيمة ت 7.97 وهي قيمة دالة عند المستوى 0,05 والمستوى 0,01 مما يدل على صدق المقياس.

الثبات: تم حسابه بمعامل ألفا كرونباخ بلغت قيمته 0.70 وهي قيمة تدل على ثبات المقياس.

6- الأساليب الإحصائية المستخدمة:

- اختبار(ت): بهدف معرفة صدق مقياس صورة الذات ومقياس الرضا عن الحياة بطريقة المقارنة الطرفية باستعمال القانون التالي:

$$\frac{م1 - م2}{\sqrt{\frac{ع_1^2 + ع_2^2}{ن - 1}}}$$

(فؤاد البهي السيد، 2005، ص 341).

حيث:

ن1 = ن2

م1: متوسط قيم العينة الأولى

م2: متوسط قيم العينة الثانية

ع1: الانحراف المعياري لقيم العينة الأولى

ع2: الانحراف المعياري لقيم العينة الثانية

ن: عدد أفراد العينة

– **معامل ألفا كرونباخ**: استخدم لمعرفة ثبات كل من مقياس صورة الذات ومقياس الرضا عن الحياة باستعمال القانون التالي:

$$\text{معامل ألفا} = \frac{\text{ن}}{\text{ن-1}} \times \left(1 - \frac{\text{مج ع}^2 \text{ ب}}{\text{ع}^2 \text{ ك}} \right)$$

(بشير معمرية، 2007، ص 184).

حيث:

مج ع^2 ب: مجموع تباينات البنود

ع^2 ك: تباين الاختبار الكلي

ن: عدد بنود الاختبار

– معامل الإرتباط بيرسون: التوافق معرفة طبيعة العلاقة الإرتباطية بين صورة الذات والرضا عن الحياة لدى أفراد عينة الدراسة، وذلك بواسطة القانون التالي:

$$ر = \frac{\text{ن مج س ص – ن مج س * مج ص}}{\sqrt{[\text{ن مج س}2 - (\text{مج س})2][\text{ن مج ص}2 - (\text{مج ص})2]}}$$

(فؤاد البهي السيد ، 2006 ، ص 244).

حيث:

ن: عدد أفراد العينة .

مج س ص: مجموع حاصل ضرب الدرجات المتقابلة في الإختبارين .

مج س*مج ص: حاصل ضرب مجموع درجات الإختبار س*مجموع درجات الإختبار ص.

مج س2: مجموع مربعات الإختبار الأول س.

(مج س)2: مربع مجموع درجات الإختبار الأول س .

مج ص2: مجموع مربعات الإختبار الثاني ص.

(مج ص)2: مربع مجموع درجات الإختبار الثاني ص .

– **المتوسط**: لتحديد درجة صورة الذات والرضا عن الحياة لأفراد العينة .

ويعبر عنه بالقانون التالي:

$$م = \frac{مج\ س}{ن}$$

– **النسب المئوية**: لتحديد كل من:

خصائص العينة الإستطلاعية.

خصائص العينة الأساسية من حيث الجنس، السن.

خلاصة الفصل:

لقد تم في هذا الفصل عرض المنهج المتبع في الدراسة وأهم خصائص المجتمع الدراسة بالإضافة إلى

حدود الدراسة والأدوات المستخدمة في الدراسة وأهم خصائصها السيكومترية وخلصنا إلى جدول حددنا فيه فرضيات الدراسة ونوع المقياس والأسلوب الإحصائي المتبع في قياسها ومعالجتها، هذا وسوف يتم في الفصل اللاحق عرض أهم النتائج المتوصل إليها بعد التحليل الإحصائي للفرضيات ومناقشة هذه النتائج بمقارنتها بنتائج الدراسات السابقة والإطار النظري

الفصل الخامس

عرض ومناقشة النتائج

تمهيد:

بعدما تم التطرق في الفصل الرابع إلى الإجراءات المنهجية للدراسة خصص هذا الفصل لعرض

و مناقشة النتائج حسب الفرضيات الواردة في الدراسة

1- عرض النتائج:

أ- عرض مستوى أفراد العينة في الوحدة النفسية:

المستوى	مرتفع	متوسط	منخفض	المجموع
العدد	15	12	13	40
النسبة المئوية	%37.5	%30	%32.5	%100

الجدول (3): يمثل مستوى أفراد العينة في الوحدة النفسية

يتضح من خلال الجدول رقم (2) أن عدد الأفراد الذين لديهم وحدة نفسية مرتفعة هو 15 فردا أي تقدر نسبتهم 5 .37%، أما الذين لديهم مستوي متوسط في الوحدة النفسية هو12 فردا وتقدر نسيتهم 30% اما المتحصلين علي الدرجة المنخفضة فعددهم 13 فرد وتقدر نسبتهم بـ .32.5%

	ذكور		اناث	
	العدد	النسبة%	العدد	النسبة%
مرتفع	9	%45	9	%45
متوسط	7	%35	6	%30
منخفض	4	20%	5	25%
المجموع	20	%50	20	%50

جدول(4): يوضح مستوي أفراد العينة في الوحدة النفسية تبعا لمتغير الجنس

يتضح من خلال الجدول رقم (3) أن عدد الأفراد الذين لديهم وحدة نفسية مرتفعة في ضل متغير الجنس هم 9 إناث أي تقدر نسبتهم 45% ، أما الذين لديهم مستوى متوسط في وحدة نفسية هم 8إناث وتقدر نسبتهم 40% أما الإناث المتحصلين على الدرجة المنخفضة فعددهم 5 وتقدر نسبتهم بـ 15%.أما بالنسبة للذكور فيقدر عددهم 9 ذكور لديهم وحدة نفسية مرتفعة أي تقدر نسبتهم 45% الذين لديهم مستوى متوسط في وحدة نفسية هم 7 ذكور وتقدر نسبتهم 35% أما الذكور المتحصلين على الدرجة المنخفضة فعددهم 4 وتقدر نسبتهم بـ 20%.

المستوى	مرتفع	متوسط	منخفض	المجموع
العدد	18	14	08	40
النسبة المئوية	%45	%35	%20	%100

الجدول (5): يمثل مستوى أفراد العينة في الرضا عن الحياة

يتضح من خلال الجدول رقم (4) أن عدد الأفراد الذين لديهم رضا عن الحياة مرتفع هم 18 فردا أي تقدر نسبتهم 45%، أما الذين لديهم مستوى متوسط في الرضا عن الحياة هم 14 فردا وتقدر نسبتهم 35% أما المتحصلين على الدرجة المنخفضة فعددهم 08 افراد وتقدر نسبتهم بـ 20%.

	ذكور		إناث	
	العدد	النسبة%	العدد	النسبة%
مرتفع	08	20%	09	% 22.5
متوسط	09	22.5%	4	%10
منخفض	03	%7.5	7	17.5%
المجموع	20	%50	20	%50

جدول (6): يوضح مستوى أفراد العينة في الرضا عن الحياة في ظل متغير الجنس

يتضح من خلال الجدول رقم (5) أن عدد الأفراد الذين لديهم رضا عن حياة مرتفع في ظل متغير الجنس هم 8 إناث أي تقدر نسبتهم 20%، أما الذين لديهم مستوى متوسط في الرضا عن الحياة هم 9 إناث وتقدر نسبتهم 22.5% أما الإناث المتحصلات على الدرجة المنخفضة فعددهم 03 وتقدر نسبتهم بـ 7.5%. أما بالنسبة للذكور فيقدر عددهم 9ذكور لديهم رضا عن الحياة مرتفع أي تقدر نسبتهم 22.5% والذين لديهم مستوى متوسط في الرضا عن الحياة هم 4 ذكور وتقدر نسبتهم 10% أما الذكور المتحصلون على الدرجة المنخفضة فعددهم 7 وتقدر نسبتهم بـ 17.5%.

2- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

تشير الفرضية الأولى إلى أنه توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائياً بين درجة الرضا عن الحياة لدى ودرجة الوحدة الفسية لدى المسنين بولاية غرداية

الجدول (07): يوضح نتائج العلاقة الارتباطية بين الرضا عن الحياة والوحدة النفسية باستخدام ر(معامل الارتباط بيرسون):

	العينة	"ر" المحسوبة	"ر" المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
الوحدة النفسية الرضا عن الحياة	40	0.80	0.72	38	دالة احصائيا 0.1

من خلال الجدول رقم (06) يتضح أن قيمة ر المحسوبة، والمحددة بـ 0.80أكبر من قيمة ر المجدولة والمحددة 0.72 وذللك عند درجة الحرية 38 وعند مستوى 0.01 أي نسبة الثقة 95 % ونسبة الشك 5%.

3- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

تشير الفرضية الثانية إلى أنه توجد فروق دات دلالة احصائية في درجة الرضا عن الحياة باختلاف الجنس لدى عنينة الدراسة .

العينة / التكرارات		المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة ت المحسوبة	قيمة ت المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
لذكور	20	89.95	11.53	2.71	1.72	38	دالة إحصائيا عند 0.05
لإناث	20	73.65	24.26				

الجدول(08): يوضح الفروق بين الجنسين في درجة الرضا عن الحياة باستخدام إختبار"ت"

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (07) أن قيمة ت المحسوبة و المحددة بـ 2.71 أكبر من قيمة ت المجدولة والمحددة بـ1.72وذلك عند درجة الحرية 38 ومستوى الدلالة 0.05 أي نسبة الثقة 95 % .

4- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

	العينة / التكرارات	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري	قيمة "ت" المحسوبة	قيمة"ت" المجدولة	درجة الحرية	مستوى الدلالة
لذكور	20	60.80	7.53	1.72	1.72	38	دالة إحصائيا 0.05
لإناث	20	55.55	11.29				

الجدول(09): يوضح الفروق بين الجنسين في درجة الوحدة النفسية باستخدام إختبار"ت"

يتضح لنا من خلال الجدول رقم (08) أن قيمة ت المحسوبة والمحددة بـ1.72متساوية مع قيمة ت المجدولة والمحددة بـ1.72 وذلك عند درجة الحرية 38 ومستوى الدلالة 0.05 أي نسبة الثقة 95 % .

ثانيا:مناقشة وتفسير النتائج:

1- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الأولى:

تشير نتيجة الفرضية الاولى أنه توجد علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين درجة الرضا عن الحياة ودرجة الوحدة النفسية لدى المسنين

يمكننا القول بان هذه الفرضية تحققت ،أي ان هناك علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين الرضا عن الحياة ودرجة الوحدة النفسية لدى افراد عينة الدراسة أي كلما ارتفعت درجات الرضا عن الحياة ارتفعت درجات الوحدة النفسية لدى أفراد العينة و كلما انخفضت درجة الوحدة النفسية انخفضت درجة الرضا عن الحياة لدى أفراد العينة.

أي أن درجة الوحدة النفسية المرتفعة تترافق مع درجات الرضا عن الحياة مرتفعة لدى غالبية أفراد العينة والمتوسطة مع المتوسطة والمنخفضة مع المنخفضة لدى الغالبية .وبمعنى اخر يمكننا القول أن مهما كان رضا الفرد عن حياته مرتفع لا يحد عن شعوره بالوحدة النفسية ومما يؤكد على أن الشعور بالوحدة النفسية شعور نفسي مؤلم ربما يكون مسئولا عن شتى أشكال المعاناة للفرد على الرغم من أن حياة الفرد الاجتماعية تتسم بالتوافق، وقد يتمتع الفرد بعلاقات اجتماعية طيبة في الماضي القريب، ولكنه يشعر بالوحدة النفسية حديثا نتيجة لبعض الظروف المستجدة

وقد أظهرت دراسة ليلى عبد الله (1995/2002) أن أغلب المسنين المتقاعدين يعانون من أحد أمراض الشيخوخة وتقلص العلاقات الاجتماعية مما يؤدي الى شعورهم بالوحدة النفسية

وقد أظهرت دراسة ايناس خليفة (1993/2002) أن كلما تقدم الأفراد في السن فانه توجد عوامل كثيرة تسهم في شعورهم بالرضا عن الحياة ،وتمتد هذه العوامل بحيث تشمل نوع وعدد الأنشطة التي يشارك فيها الفرد وأنواع العلاقات في حياته

ومن اهم العوامل المرتبطة بالرضا عن الحياة هو علاقته بالتقاعد و نشاطات وقت الفراغ **إن** كشفت بعض البحوث الحديثة أن كبار السن لا تبدو عليهم التعاسة أكثر ممن هم في منتصف العمر أو مقتبله وذلك على الرغم من تدهور الصحة الجسمية وقد وجدت دراسات أخرى أن الرجال المسنون يظهرون تدهورا كبيرا في المزاج والشعور بالرضا عن الحياة عندما يصبحون أرامل لفترة طويلة من الزمن، وقد فسرت تلك النتيجة في ضوء أهمية العلاقات الاجتماعية لكلى الجنسين حيث كانت علاقة القرابة منبأ قويا بالشعور بالرضا لدى النسوة عموما عن كونهن متزوجات أم لا

هذا ما اتفق مع دراسة خديجة حمو علي (2011)، حول واقع المسنين المقيمين بدور الرعاية و المقيمين مع ذويهم , من حيث شعورهم بالوحدة النفسية و الاكتئاب والتي توصلت الى وجود واثبات العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية و الاكتئاب لدى المسنين تحددها نوعية الإقامة (دور العجزة أو مع ذويهم)

كما تتفق نتائج دراستنا مع دراسة رزان كفا (2011) حول الصلابة النفسية وعلاقتها بالمساندة الاجتماعية لدى المسنين والتي توصلت الى: وجود علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين متوسط درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الصلابة النفسية ومتوسط درجاتهم على مقياس المساندة الاجتماعية للمسنين كما اتفقت نتائج دراستنا أيضا مع دراسة دونيلان وزملاؤه Donnellan,etal (2014/2012)حول العلاقة

بين التكيف مع الآثار النفسية والجسدية والاجتماعية ،بعد التعرض للسكتة الدماغية، والرضا عن الحياة والاكتئاب ، ودلت نتائج الدراسة إلى أن نوعية الحياة، والرضا عن الحياة عامل هام في التكيف مع الآثار النفسية، والجسدية والاجتماعية، .

2- مناقشة وتفسير نتائج الفرضية التانية:

تشير الفرضية التانية إلى وجود فروق في درجات الرضا عن الحياة لدى أفراد العينة باختلاف الجنس.

وعليه نقبل فرضية البحث التي مفادها "تختلف درجة الرضا عن الحياة باختلاف الجنسين" ونرفض الفرضية الصفرية.

وهذا يدل على وجود فروق بين المسنين والمسنات لصالح الذكور وعليه فإن الفرضية محققة ويرجع ذلك إلى عدة عوامل من بينها: اختلاف الطبيعة الجسدية والعقلية والفكرية بين الجنسين بالإضافة إلى قدرة الذكور على تحمل أعباء الحياة أكثر من الإناث وهذا لا يرجع فقط لاختلاف الطبيعة الجسدية التي ميز بها الله عز وجل الذكور ولكن يرجع أيضا إلى التنشئة الاجتماعية في المجتمع العربي عامة والمجتمع الجزائري خاصة بحيث تلقى المسؤولية على الرجال في أغلب الأحيان مما يكسب الرجال القدرة على التحمل والتأقلم مع ظروف الحياة، وهنالك حقائق علمية تؤكد وجود فروق بين الرجل والمرأة فيما يخص الوراثة والمزاج والهرمونات والفيزيولوجيا ولها تأثير على التفكير والسمات النفسية ،فنسبة إفراز الهرمونات تختلف عند كل من الذكر والأنثى وكذلك النشاط الجنسي ،والتباين في النظر للأمومة والأبوة، واختلاف طبيعة الإناث والرجال، و اختلاف تصور المرأة والرجل ورضاهم عن حياتهم و ذواتهم.

و يمكن تفسير ذلك من خلال الدرسات السابقة من بينهم يوسف موسى مقدادي(2014) الذي قام بدراسة الصلابة النفسية وعلاقتها برضا عن الحياة لدى المسنين والمسنات المقمين في دور الرعاية وأثبت وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث لصالح الذكور .

دراسة Marta(2014/2011) التي كشفت نتائجها عن وجود فروق ذات دلالة احصائية في درجة الرضا عن الحياة حسب الجنس لصالح الذكور، و تتفق مع دراسة **اكرام عبد القادر درويش العش** (**2002**) التي كشفت نتائجها عن وجود فروق دالة إحصائيا بين الجنسين في الرضا عن الحياة لصالح الذكور ودراسة **رباب رشاد حسين عبد الغني** (**2009**) والتي كشفت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائيا بين الجنسين في الرضا عن الحياة و تتفق مع دراسة **هبة عبد الحميد** (**2008**) التي كشفت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائيا بين الجنسين في الرضا عن الحياة لصالح الذكور،

3-مناقشة وتفسير نتائج الفرضية الثالثة:

تشير نتيجة الفرضية الثالثة إلى عدم وجود فروق دات دالالة احصائية في درجة الوحدة النفسية بختلاف الجنس لدى أفراد عينة الدراسة بمعنى لا توجود فروق جوهرية ذات دلالة إحصائية في درجة الوحدة النفسية باختلاف الجنس لدى أفراد عينة الدراسة.أي أن متغير الجنس لا يؤثر على درجة الوحدة النفسية لدى أفراد عينة الدراسة.

وعليه نرفض فرضية البحث التي مفادها "توجد فروق في درجة الوحدة النفسية باختلاف الجنس" ونقبل الفرضية الصفرية.

يمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء ما اشارت اليه دراسة الربيعة(1997/2007) التي توصلت الى وجود علاقة ارتباط سالبة مرتفعة بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية عند الفئتين من الذكور والإناث وأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلاب عند الفئتين الذكور و الاناث في درجة الوحدة النفسية

كما اتفقت نتائج دراستنا مع نتائج دراسة غانم(2002/2008) التي هدفت الى الدراسة اعلاقة المساندة الاجتماعية المدركة بكل من الشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لدى المسنين والمسنات أي من حيث الجنس حيث توصلت إلى عدم وجود الفروق الجوهرية في متغـير الجنس وهذا نفس ما أكدته دراسة vitkus et chorowitz(1987/2008) التي توصلت إلى علي انه لا توجد فروق دالة احصائية بين الجنسين في مقياس الوحدة النفسية .

وهذا ما أكده عطا (1993/2005) أن الشعور بالوحدة النفسية يمثل حالة نفسية تنشأ من إحساس الفرد بأنه ليس على قرب نفسي من الآخرين ولا يتحدد بنوع الجنس، وهذه الوحدة ناتجة عن افتقار الفرد لأن يكون طرفاً في علاقة محددة أو مجموعة من العلاقات، ويترتب عليها كثير من صنوف الضيق و الضجر

وهذا ما أكدته جودة(2005/2011) في أن الشعور بالوحدة النفسية هو حالة يخبرها الفرد تنشأ أساساً عن قصور في العلاقات الاجتماعية للفرد مع الآخرين، مما يجعل الفرد يشعر بالألم والمعاناة بسبب إحساسه بعدم تقبل وإهمال الآخرين له .

– الاستنتاج العام:

هدفت هذه الدراسة إلى معرفة ما إذا كان هناك علاقة بين الرضا عن الحياة والوحدة النفسية لدى المسنين بولاية غرداية ، و كذا التعرف على ما إذا كان هناك فروق بين الجنسين في الرضا عن الحياة و الوحدة النفسية ،وبهدف انجاز هذه الدراسة قسمت العمل الى جانبين : الجانب النظري والذي ضم تلاث فصول :الفصل الأول خصص لرسم الاطار العام للدراسة والفصل الثاني تناولنا فيه متغير الرضا عن الحياة أما الفصل الثالث فقد تناولنا فيه متغير الوحدة النفسية

أما بالنسبة للجانب الميداني فقد شمل فصلين :الفصل الرابع الذي تضمن إجراءات الدراسة

إذ اخترنا المنهج الوصفي الذي يسمح بدراسة العلاقة بين الرضا عن الحياة والوحدة النفسية وقد شملت الدراسة على عينة تكونت من 40 مسن مقيمين في أسرهم بولاية غرداية بحيث طبق عليهم كل من مقياسي الرضا عن الحياة الذي أعده مجدي الدسوقي سنة (1998) ومقياس الوحدة النفسية من اعداد خضر علي السيد و الشناوي محمد محروس سنة (1997) واللذان أعدنا حساب خصائصهما السيكومترية على عينة ممثلة لمجتمع الدراسة وبعد تحليل المعطيات توصلنا الى مجموعة من النتائج أهمها :

- توجد علاقة ارتباطية موجبة دالة إحصائياً بين درجة الرضا عن الحياة والوحدة النفسية لدى المسنين .

- تختلف درجات الرضا عن الحياة لدى أفراد العينة باختلاف الجنس.
- لاتختلف درجات الوحدة النفسية لدى أفراد العينة باختلاف الجنس.

وأنهينا الدراسة بتقديم بعض المقترحات التي تضمنت توجيه اهتمام الطلبة والباحثين لبعض المواضيع المقترحة للدراسة.

– الاقتراحات:

انطلاقا مما سبق، يمكننا رصد مجموعة من الاقتراحات أهمها:

- التوعية الإعلامية والتربوية بمشكلات كبار السن، وأساليب رعايتهم والتعامل معهم في مناطق الجنوب مما يكرس النظرة الإيجابية نحوهم
- ضرورة بناء اختبارات و مقاييس جزائرية للكشف عن الوحدة النفسية والرضا عن الحياة للمسنين الجزائريين
- ضرورة وضع برامج إرشادية للمسنين بهدف التكفل النوعي بهم ولمساعدتهم على إكساب الأساليب الصحيحة التي تؤدي إلى الوصول لدرجات مرتفعة من التوافق النفسي والاتزان والوصول بهم إلى فهم ذاتهم و الرضا عن حياتهم.

المراجع

قائمة المراجع:

- أديب محمد الخالدي(2009).**المرجع في الصحة النفسية** .عمان :دار وائل.

– الربيعة فهد بن عبد الله .(1997). الوحدة النفسية والمساندة الإجتماعية .**مجلة علم النفس** منشورة

– أندرو ماثيوز(2005).**كون الأصدقاء السعودية** : مكتبة جرير،العدد 43.

– أمال عبد القادر جودة .(2005). الوحدة النفسية وعلاقتها بمفهوم الذات لدى الأطفال في محافظة غزة .**مجلة القدس** ،العدد2.

–ايمان محمود.(2007). **المجلة العالمية للسعادة** ،العدد 2

–ايناس فؤاد نواوي فلمبان (2008). **الرضا الوظيفي وعلاقته بالإلتزام التنظيمي لدى المشرفين التربويين و المشرفات التربويات بإدارة التربية والتعليم بمدينة مكة المكرمة** .رسالة ماجستير منشورة ،جامعة أم القرى ،رياض ،السعودية

– بشير معمرية.(2009). الإضطرابات الجسمية والنفسية لدى المسنين المقيمين بدار العجزة بمدينة باتنة ، **مجلة شبكة العلوم النفسية العربية** ،العدد 23 .

– جابر محمد عبد الله .(2006). الذكاء الوجداني وتأثيره على التوافق والرضا عن الحياة والنجاز الاكاديمي لدى الاطفال.**مجلة دراسات تربوية واجتماعية** ،العدد 4

-جوهرة بنت عبد القادر بن طه شيبي (2005). **الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بسمات الشخصية** .رسالة ماجستير منشورة ،جامعة الملك سعود ،الرياض

- حسن منسي (2001).**الصحة النفسية** .الأردن : دار الكندي

- حسين محمد عبد المؤمن الزياني .(1994). الشعور بالوحدة النفسية لدى الشباب في مرحلة التعليم الجامعي . **مجلة علم النفس** ،العدد 30

- حصة محمد سيف السهلي .(2008). العوامل الخمسة الكبرى للشخصية وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية لدى النساء المطلقات في المجتمع السعودي.**المجلة الدولية التربوية المتخصصة** ،العدد 3.

-حنان بنت أسعد محمد خوج (2002).**الخجل وعلاقته بالوحدة النفسية وأساليب المعاملة الوالدية** رسالة ماجستير منشورة ،جامعة أم القرى ،جدة

- خديجة حمو علي ،2011،**علاقة الشعور بالوحدة النفسية بالإكتئاب لدى عينة من المسنين المقيمين بدور العجزة و المقيمين مع ذويهم** .رسالة ماجستير منشورة ،الجزائر

-راضي الوقفي (2003).**مقدمة في علم النفس**. الأردن : دار الشروق.

- رزان كفا (2011).،**الصلابة النفسية وعلاقتها بالمساندة الإجتماعية لدى المسنين** . رسالة ماجستير منشورة ، جامعة دمشق ،سوريا

-سليمان بن محمد موسى المال (2008).**النجاح** .الجزائر:دار السبيل.

- سوسن حميدان .(2007). المتزوجات والعازبات يتساوين في الشعور بالرضا. **جريدة العرب الدولية** العدد 1043

- سيد صبحي (2003).**الإنسان و الصحة النفسية** .القاهرة:الدار المصرية اللبنانية.

- شعبان جاب الله رضوان ،عادل محمد هريدي .(1996). **مجلة علم النفس** ،العدد 39

- صفاء اسماعيل مرسي (2008).**الأختلالات الزوجية**. القاهرة :ايتراك للنشر.

- صلاح الدين العمرية (2005).**الصحة النفسية والارشاد النفسي** .عمان :مكتبة المجتمع العربي.

- عادل محمود محمد سليمان(2003). **الرضا عن الحياة وعلاقتها بتقدير الذات لدى مديري المدارس الحكومية ومديرية محافضات فلسطين الشمالية** .رسالة ماجستير منشورة، جامعة النجاح الوطنية،جامعة فلسطين.

-عبد الحق بركات (2008). **الشعور بالوحدة النفسية وعلاقتها بمستوى تقدير الذات لدى**

- **عينة من طلبة جامعة الجزائر**. رسالة ماجستير غير منشورة ،جامعة الجزائر ،الجزائر

- عبد السلام عبد الغفار.ب ت.**مقدمة في الصحة النفسية** .القاهرة :دار النهضة.

- عبد الله حسن الزروق (2005). **مفهوم السعادة من منظور اسلامي**.

- عبد المجيد الخليدي (1998). **الأمراض النفسية والعقلية والسلوكية عند الأطفال** .بيروت دار الفكر العربي .

-عبد المنعم الحفني (2003).**الموسوعة النفسية** .القاهرة :مكتبة مدبولي.

-عبد المنعم الميلادي (2006).**سيكولوجية المراهقة** .الإسكندرية :مؤسسة شباب الجامعة.

- عزة عبد الكريم مبروك.(2007). أبعاد الرضا العام عن الحياة ومحدداته لدى عينة من المسنين المصريين . **مجلة الخدمات النفسية** ،المجلد 17 العدد 2

- فهد بن عبد الله الدليم (2008). **الطمأنينة النفسية وعلاقتها بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة الجامعة** . رسالة ماجستير منشورة ، جامعة الملك سعود

- فيكي مود (2006). **متعة الحياة بعد سن التقاعد** .مصر: دار الفاروق.

-ماجدة إمام إمام سالم (2012). **رعاية المسنين في الأسرة والمجتمع وعلاقتها بالرضا عن الحياة** رسالة ماجستير منشورة ،جامعة حلوان

- مايكل ارجايل (1995). **سيكولوجية السعادة** ،(ترجمة فيصل عبد القادر).القاهرة: دار غريب.

- مجدي الدسوقي (2007). **دراسات في الصحة النفسية**. مصر : مكتبة انجلو المصرية.

- محمد رشيد العويد .ب ت .**غير متزوجات ولكن سعيدات** .بيروت : دار بن حزم.

- محمد علي بيومي .(1990). الوحدة النفسية لدى أطفال يفتقرون الى أصدقاء. **مجلة كلية التربية**، العدد14

- مرسي ابراهيم كمال (2000). **السعادة وتنمية الصحة النفسية**. مصر : دار النشر للجامعات

- مصطفى فهمي (1995). **الصحة النفسية** .القاهرة: مكتبة الخارجي .

- منار بني مصطفى(2013). **أحداث الحياة الضاغطة والشعور بالرضا عن الحياة والعلاقة بينهما لدى طلبة جامعة اليرموك في الأردن** .رسالة ماجستير منشورة ،جامعة اليرموك ، الأردن

- مها البربري. ب ت .**الوحدة النفسية وعلاقتها بمتغيرات الشخصية لدى المسنين** . رسالة ماجستير منشورة ،جامعة طنطا ،مصر

- نبيهة صالح السامرائي (2007). **أعراض الأمراض النفسية و العصابية**. الأردن : دار المناهج.

- نعمات شعبان علوان .(2008).الرضا عن الحياة وعلاقته بالوحدة النفسية ،دراسة ميدانية على عينة من زوجات الشهداء الفلسطينيين . **مجلة الجامعة الفلسطينية** ،العدد 2.

- وفاء جميل(2008). **الوحدة النفسية لدى زوجات الشهداء في ضوء بعض المتغيرات النفسية**.رسالة ماجستير منشورة ،الجامعة الاسلامية ،غزة

-- يحي عمر شعبان شقورة (2012). **المرونة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة لدى طلبة الجامعات الفلسطينية بمحافضات غزة** . رسالة ماجستير منشورة ،جامعة الأزهر ،غزة

- يوسف مصطفى (2009). **بحوث معاصرة في علم النفس** .الأردن . دجلة .

- يوسف موسى مقدادي .(2014).الصلابة النفسية وعلاقتها بالرضا عن الحياة والإكتئاب لدى المسنين والمسنات المقيمين في دور الرعاية في الأردن . **مجلة المنارة** ،العدد2/ب

- يوسف ميخائيل أسعد .ب ت .**الشخصية الناجحة** .القاهرة : دار النهضة المصرية

المراجع الأجنبية:

-Anubhuti dubey ,Adesh agarwal,2007,coping strategies and life satisfaction, journalof indian, N02.

-Crabllarry ,the marriage ,ebilder,Zondervan,publishing house,1982.

-diener, E,subjectivell-being, psycological ; bulletin, 95,1984

-Jenika K, M jhonson, quality of employment and life satisfaction, Elsevier, boston, 2008.

-Mathiew J, other, the effect of the sibling relationships, London, 2007.

-Thomas Nicholas,2000,social isolation ,the association between low life satisfaction and social connectivity,U S A.

المواقع الالكترونية:

1) www.faculty-edu-sa

2) www.alnoor.se

3) www.pse.ens.fe.net

4) www.arabic/scienceandtech.net

الملاحق