(٥)

بعض الخصائص النفسية المرتبطة بالعزلة الاجتماعية بين الشباب الجامعى

obeikandl.com

obeikandl.com

يعتبر الإنسان بطبعه مخلوقا إجتماعيا يميل إلى العيش وسط جماعة معينة يشعر بينها بالأمن والإستقرار والطمأنينة وتشبع حاجته إلى الإنتماء، وتبرز شخصيته من خلالها وتتشكل إلى حد كبير، ويتشرب منها المعايير الإجتماعية والخلقية والإتجاهات النفسية الهامة، ويتعلق بأعضائها ويقيم معهم علاقات متبادلة. وحينما لا يستطيع أن يقيم هذا التعلق فإن علاقته بأعضاء الجماعة تتأثر سلبا فينسحب بعيدا عنهم ويعيش فى وحدة وعزلة.

وتمثل العزلة الإجتماعية Social Isolation مظهرا من مظاهر السلوك الإنسانى له تأثيرات خطيرة على شخصية الفرد وعلاقته بالآخرين حيث تشير إلى عدم قدرته على الإنخراط فى العلاقات الاجتماعية أو على مواصلة الإنخراط فيها، وعلى تقوقعه أو تمركزه حول ذاته حيث تنفصل ذاته فى هذه الحالة عن ذوات الآخرين مما يدل على عدم كفاية جاذبية شبكة العلاقات الإجتماعية للفرد من حيث عدم الإرتباط بين أعضائها أو الاغتراب فيما بينهم مع غياب العلاقات المتكاملة إجتماعيا فيتحرك ـ كما ترى هورنى ـ بعيدا عن الآخرين. وقد يرجع ذلك إلى التغير السريع الذى شهدته الحياة فى الآونة الأخيرة وهو ما ساهم إلى حد كبير فى إنتشار القلق والاكتئاب إضافة إلى تبدد الكثير من القيم وتبدلها واضطراب العلاقات الإنسانية والشعور بعدم الأمن النفسى.

وقد نظر الباحثون الذين تناولوا العزلة الاجتماعية أو الوحدة أمثال روبرت ويس R.Weiss وآن بيبلو A.Peplau ودانيال بيرلمان D.Perlman والذين تأثروا بنظرية التعلق attachment لباولبى (١٩٦٩) Bowlby إلى العزلة على أنها تقييم من جانب الفرد لوضعه الراهن، بينما نظر إليها آخرون على أنها خبرة وجدانية، فى حين تناولها البعض الآخر فى ضوء الظروف التى تثيرها مثل عدم إقامة علاقات

إجتماعية مشبعة، أو تلك الخبرات غير السارة التى يمر بها الفرد عندما تكون شبكة العلاقات الاجتماعية ضعيفة. هذا إلى جانب أن البعض قد تناولها من ناحية الكم أى عدد العلاقات التى يقيمها الفرد مع الآخرين، بينما تناولها البعض الآخر من ناحية الكيف أى كيف العلاقات المقامة ومدى قوتها أو ضعفها وإنحلالها.

وقد كان لذلك أثر واضح فى إختلاف الباحثين فى تحديدهم لمفهوم العزلة الاجتماعية، ففى حين ترى دى يونج - جير فيلد وفان تيلبورج (١٩٩٠) deJong Gierveld & van Tilburg - أن العزلة الاجتماعية هى مدى ما يشعر به الفرد من وحدة، وانعزال عن الآخرين وابتعاد عنهم وتجنب لهم، وانخفاض معدل تواصله معهم، واضطراب علاقته بهم، وقلة عدد معارفه، وعدم وجود أصدقاء حميمين له، ومن ثم ضعف شبكة العلاقات الاجتماعية التى ينتمى إليها * ويتفق Eisemann (١٩٨٤) معهما فى هذا التعريف، كما يتفق إبراهيم قشقوش (١٩٨٣) مع هذا التعريف إلى حد كبير حيث يرى أن العزلة أو الوحدة النفسية هى شعور الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين أشخاص وموضوعات مجاله النفسى إلى درجة يشعر معها بافتقاد التقبل والتواد والحب من جانب الآخرين، ويترتب على ذلك حرمان الفرد من أهلية الإنخراط فى علاقات مثمرة مشبعة مع أى من أشخاص وموضوعات الوسط الذى يعيش فيه ويمارس دوره من خلاله، فإن Gos-den & Koller (١٩٨٤) يعتبر إنها أن يعيش الفرد بمفرده بعيدا عن الآخرين. وسار D'Aquila et. al (١٩٩٤) على ذلك النحو عند دراستهم للنماذج الحيوانية. واعتبرها Palinkas & Browner (١٩٩٥) الإنعزال عن الآخرين كالإقامة الجبرية فى مكان ما بعيدا عنهم. واعتبرها كل من Bemak & Greenberg (١٩٩٤) الإنفصال عن الأسرة والأصدقاء والهجرة إلى بلد آخر والحياة فيه. واعتبرها Perry et. al (١٩٨٦) الإنزواء والإبتعاد عن الآخرين. ويعرفها Meier (١٩٨٢)، Morgan & Jackson (١٩٨٦) بأنها الإنسحاب الإجتماعى. ويضيف Boivin et. al (١٩٩٥) الرفض من جانب الأقران إلى الإنسحاب الإجتماعى. وتعرفها Brody & Benbow (١٩٨٦) بأنها إنخفاض شعبية الفرد بين الأقران، وتعرفها Wolchik

* سوف يسير الباحث وفق هذا التعريف خلال البحث الحالى.

(١٩٨٥) بأنها ضعف شبكة العلاقات الإجتماعية للفرد وعدم كفاءتها. وتعرفها Blehman & Culhane(١٩٩٢)، Verkuyten (١٩٨٦) بأنها الإنتماء إلى الأقليات.

وتمثل العزلة الإجتماعية أو الوحدة خبرة ضاغطة ترتبط بعدم إشباع الحاجة إلى الإرتباط الوثيق بالآخرين والإفتقار إلى التكامل الإجتماعى والذى يكون استجابة للقصور والعجز فى الإتصال بالآخرين وإقامة العلاقات الحميمة معهم حيث تتسم العلاقات الاجتماعية فى ظل العزلة بالسطحية مع شعور باليأس والنبذ. ويحس الفرد الذى يشعر بالوحدة أو العزلة أنه بعيد عن الآخرين، وأنهم لا يقبلون عليه ولا يشبعون له حاجاته الإجتماعية المختلفة، حيث يفشل فى إجتذابهم نحوه بأى صورة كانت نظرا لوجود ضعف فى الإتصال بهم وقصور فى العلاقات الإجتماعية التى يمكن أن يقيمها معهم. وإضافة إلى ذلك هناك نقص فى التكيف الإجتماعى قد يؤدى إلى السلوك اللاسوى، إلى جانب وجود إحساس بالهامشية حيث يصف فؤاد البهى مثل هؤلاء الأفراد بأنهم يعيشون على هامش الجماعة. ولا يقتصر الإضطراب فى العلاقة بالآخرين على علاقات الأخذ والعطاء فحسب، بل يمتد إلى المشاعر والاهتمام بالآخرين وبمشكلاتهم أيضا، وهو ما يؤدى إلى إضطراب فى شخصية الفرد، وإلى صغر حجم شبكة العلاقات الإجتماعية للفرد وضعفها، وانخفاض قدر المساندة الاجتماعية التى يتلقاها من أعضائها، وإلى عدم شعوره بالإنتماء لتلك الجماعة. وبالتالى يتضح أن لهذه المشكلة أثرها السيء على التوافق النفسى للفرد، كما أنها تعد مؤشرا للمعاناة النفسية التى قد تؤثر فى تشكيل شخصيته وسلوكه.

وترى مدرسة التحليل النفسى أن الشعور بالعزلة يمثل حالة من الكبت للخبرات المحبطة فى اللاشعور والتى إكتسبت خلال مرحلة الطفولة المبكرة على أثر الفشل فى الحصول على الدفء والعلاقات الحميمة مع الآخرين وإحباط حاجته إلى الانتماء وهو ما يؤدى كما يرى هوجات Hojat (١٩٨٢) إلى أن يرسب فى نفسه خبرة الوحدة النفسية والتى تعود إلى الظهور فى مرحلتى المراهقة والرشد. ويؤكد أصحاب النظريات النفسية الإجتماعية على إضطراب علاقات الفرد الاجتماعية منذ

طفولته مع الآخرين، فيرى آدلر Adler أن شعور الفرد بالعزلة يرجع إلى إساءة الوالدين له فى طفولته أو حرمانه من الحب والعطف والتشجيع مما يؤدى إلى شعوره بالنقص نظرا لإفتقاره إلى عامل الشعور الإجتماعى السليم. ويرى سوليفان Sullivan أنه يرجع إلى زيادة حرمان الفرد فى طفولته من إشباع حاجته للحب والأمن والرعاية من الكبار مما يؤدى إلى إضطراب علاقاته الشخصية المتبادلة. وترى هورنى Horney أن الفرد حينما يخفق فى محاولاته للحصول على الدفء والعلاقات المشبعة مع الآخرين فإنه يعزل نفسه عنهم ويرفض أن يربط نفسه بهم، ويتحرك بعيدا عنهم. ويرى باولبى (١٩٧٣) Bowlby وغيره من أصحاب نظرية التعلق Attachment أن الإهمال الذى يلقاه الفرد فى طفولته المبكرة من والديه وقسوتهما عليه لا يساعده فى إقامة تعلق بينه وبينهم، ويؤدى إلى غياب التفاعل والدينامية، وعدم شعوره بالأمن والطمأنينه وهو ما يقوده فيما بعد إلى المشكلات المتصلة بالعلاقات الإجتماعية مما يؤدى إلى سلبيته وإنسحابه عن الآخرين وبالتالى شعوره بالعزلة أو الوحدة. ويعزو السلوكيون ذلك إلى حدوث صراع بين العمليات المؤدية إلى النشاط والعمليات المؤدية إلى الكف نتيجة عدم قدرة الفرد على ترك الإستجابات الاشتراطية القديمة التى تعلمها منذ طفولته على أثر الخبرات غير المناسبة التى مر بها فى بيئته مما يؤدى إلى تكوين عادات غير مناسبة لديه لا تساعده على أن يحيا حياة فعالة ناجحة مع الآخرين، كما تعوقه عن تعلم إستجابات أو أنماط سلوكية أكثر مواءمة فى علاقته بالآخرين.

ويتضح من التراث السيكولوجى ومن النسبة الأكبر من القدر المتاح من الدراسات السابقة أن الإكتئاب والقلق من أكثر المتغيرات النفسية إرتباطا بالعزلة الاجتماعية. كذلك فإن إنخفاض الثقة بالنفس يعد متغيرا آخر يرتبط بها حيث تتمثل المشكلة الأساسية للفرد الذى يشعر بالوحدة أو العزلة فى تمركزه حول ذاته وتركيز الطاقة لحماية تقدير الذات، كما يتخذ الطرق السطحية للتعامل مع الآخرين إذ يؤكد على العلاقات السطحية ويتجنب العلاقات المهمة معهم وذلك لخوفه المكبوت، فيشعر بالإنقطاع الحاد والإنعزال عنهم، ويكون ذلك مصحوبا بشعور

باليأس والنبذ مما يكون له أكبر الأثر على مفهومه لذاته وتقديره لها، وعلى تحقيقه للهويه الإيجابية، وعلى تحقيق التوافق النفسى، وبالتالى على ثقته بنفسه وهو ما يؤثر سلبا على حالته النفسية العامة كما يعكسها مدى إحساسه بالرضا والسعادة، والذى يمثل متغيرا آخر شديد الإرتباط بالعزلة. كما يتضح منها أيضا أن ذوى الدرجة المرتفعة من العزلة يزداد إحساسهم بالإكتئاب والقلق، وتقل ثقتهم بأنفسهم، ويقل إحساسهم بالسعادة والرضا،وأن ذوى الدرجة المنخفضة من العزلة أقل إحساسا بالإكتئاب والقلق، وتعتبر ثقتهم بأنفسهم وإحساسهم بالسعادة والرضا أعلى نوعا ما من أقرانهم ذوى الدرجة المرتفعة من العزلة. وإلى جانب ذلك فهناك تضارب فى النتائج فيما يتعلق بالفروق بين الجنسين. وأن النسبة الأكبر من الدراسات السابقة قد تناولت العلاقة بين العزلة الاجتماعية والإكتئاب فقط.

وتعتبر الدراسة الحالية محاولة لدراسة أهم الخصائص النفسية المميزة للعزلة الاجتماعية بين الشباب الجامعى. وقد تحددت تلك الخصائص فى الإكتئاب والقلق العصابى، والثقة بالنفس، والحالة النفسية العامة (الرضا والسعادة).

المصطلحات:

- العزلة الإجتماعية: Social isolation

ترى دى يونج - جيرفيلد وفان تيلبورج (١٩٩٠) deJong - Gierveld & van Tilburg أن العزلة الاجتماعية هى مدى ما يشعر به الفرد من وحدة، وإنعزال عن الآخرين وابتعاد عنهم وتجنب لهم وانخفاض معدل تواصله معهم، واضطراب علاقته بهم، وقلة عدد معارفه، وعدم وجود أصدقاء حميمين له، ومن ثم ضعف شبكة العلاقات الإجتماعية التى ينتمى إليها.

- مرتفعو العزلة Subjects displaying high isolation

هم الذين يحصلون على درجات مرتفعة على مقياس العزلة الإجتماعية المستخدم فى الدراسة الحالية ويتم تصنيفهم ضمن الإرباعى الأعلى.

- منخفضو العزلة Subjects displaying low isolation

هم الذين يحصلون على درجات منخفضة على مقياس العزلة الإجتماعية المستخدم فى الدراسة الحالية ويتم تصنيفهم ضمن الإرباعى الأدنى.

الإكتئاب Depression

يعرف ستور Storr الإكتئاب بأنه مفهوم لحالة إنفعالية يعانى فيها الفرد من الحزن الشديد وتأخر الإستجابة، والميول التشاؤمية، وقد يصل به الأمر إلى حد الإنتحار.

ويتضمن قاموس الطب النفسى لكامبل (١٩٨١) Campell أن الإكتئاب يشير إلى زملة الأعراض الإكلينيكية المشتملة على إنخفاض الإيقاع المزاجى، ومشاعر الإغتمام المؤلم، وصعوبة التفكير، والإكتئاب حالة باثولوجية تدل على معاناة الجهاز النفسى للفرد والشعور بالذنب مصحوبا بنقص ملحوظ فى الإحساس بالقيم الشخصية، وفى النشاط النفسى حركى، بل والنشاط العضوى أيضا.

وقد ورد فى دليل التصنيف التشخيصى والإحصائى للاضطرابات النفسية والعقلية فى طبعته الثالثة DSM - III والصادر عن الجمعية الأمريكية للطب النفسى APA (١٩٨٠) وفى طبعته الرابعة DSM - IV عام ١٩٩٤ أن الإكتئاب عبارة عن مركب من الأعراض المتزامنة التى يميزها وجود مزاج يتسم بالقلق وعدم الإرتياح Dysphoric mood يسيطر عليه الكآبة والحزن وفقدان الأمل، وعدم الرضا، وانقباض الصدر، وسرعة الغضب أو الإنفعال، إضافة إلى الوجدان السلبى مع وجود تقلب دائم وثابت نسبيا للمزاج. وقد تحددت هذه الأعراض بثمانية فى DSM - III وبتسعة فى DSM - IV حيث زيد عرض آخر فى حالة الإكتئاب الشديد هو الوجدان السلبى على أن يتوفر نصف هذه الأعراض على الأقل لدى الفرد الذى يعانى من الإكتئاب وسوف نذكر هذه الأعراض بالتفصيل عند تناول مقياس الإكتئاب.

ويعرفه أحمد عكاشة (١٩٩٢) بأنه إضطراب وجدانى يتميز بمزاج سوداوى،

وإحساس بعدم الرضا، وعدم القدرة على الإتيان بالنشاط السابق، واليأس من مواجهة المستقبل، وفقد القدرة على النشاط، ووجود صعوبة فى التركيز، والشعور بالإرهاق التام، مع إضطراب فى النوم والشهية للطعام.

وسوف يتبنى الباحث تعريف DSM - IV & DSM - III.

- القلق العصابى Neurotic Anxiety

يقدم DSM - IV (١٩٩٤) تعريفا للقلق العصابى على أنه حالة مرضية تتصف بالشعور بالرعب، وبوجود عدد من الأعراض يشترط توفر ثلاثة منها على الأقل هى الإستياء والضجر، والشعور بالتعب بسرعة ولأقل مجهود، ووجود صعوبة فى التركيز، وسرعة الإنفعال، وتوتر العضلات وإجهادها، واضطرابات النوم. كما تصاحبها أعراض عضوية تشير إلى النشاط الزائد للجهاز العصبى اللاإرادى.

ويعرفه أحمد عكاشة بأنه شعور عام غامض غير سار بالتوقع والخوف والتحفز والتوتر مصحوب عادة ببعض الإحساسات الجسمية خاصة زيادة نشاط الجهاز العصبى اللاإرادى تأتى فى نوبات تتكرر فى نفس الفرد وذلك مثل الشعور بالفراغ فى فم المعدة، أو السحبة فى الصدر، أو ضيق فى التنفس، أو الشعور بنبضات القلب، أو الصداع، أو كثرة الحركة.

- الثقة بالنفس Self - confidence

يرى شروجر (١٩٩٠) Shrauger أن الثقة بالنفس هى إدراك الفرد لكفاءته أو مهارته، وقدرته على أن يتعامل بفاعلية مع المواقف المختلفة.

- الحالة النفسية العامة

يرى كامان وفليت (١٩٨٣) Kammann & Flett أن الحالة النفسية العامة للفرد تعبر عن مدى السعادة والرضا الذين يشعر بهما وذلك إعتمادا على التوازن بين المشاعر الإيجابية والمشاعر السلبية فى خبراته السابقة، وبذلك فهى تعد مؤشراً لصحة الفرد النفسية.

ـ الدراسات السابقة:

قسم الباحث الدراسات السابقة إلى مجموعتين رئيسيتين على النحو التالى:

أولا: دراسات تناولت الشخصية المنعزلة إجتماعياً:

ترى Blechman & Culhane (١٩٩٣) فى تناولهما لنماذج المسايرة السائدة فى المراهقة المبكرة أن مهارات المسايرة الإجتماعية لدى المراهقين المنعزلين إجتماعيا تقل عن مثيلاتها لدى أقرانهم غير المنعزلين، كما يتم تقدير تلك المهارات سلبا من جانب المراهقين المنعزلين إجتماعيا مما يجعلهم أكثر ميلا لإتباع النمط العدوانى فى المسايرة وذلك عند مواجهتهم للتحديات الإنفعالية، فى حين يتبع المراهقون غير المنعزلين إجتماعيا النمط الاجتماعى في المسايرة.

ويرى Barber (١٩٩٢) أن العزلة الإجتماعية تقلل من شعور الأم بمدى كفاءتها كوالدة مما يكون له أثره السلبى على سلوك أطفالها وذلك فى دراسته لعينة ضمت ١٢٨ أماً من ثمانى مدن إقليمية بأستراليا تعانين من العزلة الاجتماعية. وفى الدراسة التى أجراها Shea et .al (١٩٩٠) بالمركز القومى للصحة النفسية NIMH بالولايات المتحدة الأمريكية على عينة ضمنت ٢٥٠ من الراشدين المترددين على المركز ويعانون من الإكتئاب إلى جانب عزلتهم إجتماعيا، توصلوا من خلال إستجابات أفراد العينة على مقياس الأداء العام فى الحياة اليومية أنهم كانوا ذوى قدرات محدودة جداً على مسايرة الآخرين أو على مسايرة أحداث الحياة اليومية.

وتوصلت Wolchik (١٩٨٥) فى دراستها لعينة من الأطفال والمراهقين ضمت ١٣٣ مفحوصا ممن تتراوح أعمارهم بين ٨ ـ ١٥ سنة إنفصل والدوهم خلال السنوات الثلاث السابقة للدراسة، وكان بعضهم تقوم الأم فقط برعايته، أما بالنسبة للبعض الآخر فقد كانت هناك ترتيبات مشتركة لرعايتهم بين والديهم، وبذلك فقد عرفت العزلة الإجتماعية على أنها ضعف شبكة العلاقات الإجتماعية للفرد وتفككها، توصلت من تحليل النتائج التى تم الحصول عليها من مقياس العدوانية وهو أحد المقاييس المستخدمة أن هناك إرتفاعا فى معدل العدوانية بين

الأطفال والمراهقين المنعزلين إجتماعيا قياسا بأقرانهم غير المنعزلين حيث كانت الفروق بين المجموعتين دالة إحصائياً.

ويرى Kazdin et al (١٩٨٥) أن الشخصية المنعزلة إجتماعيا أكثر ميلا للسلوك الإنفرادى كأن يقوم الطفل على سبيل المثال بأداء مهمة ما بمفرده، أو يلعب منفردا، كما يقل ميل هذه الشخصية للنشاط الاجتماعى بوجه عام كالتحدث مع الآخرين واللعب الاجتماعى على سبيل المثال، إضافة إلى أنها تظهر تعبيرات إنفعالية كالإبتسام والعبوس تقل إذا ما قورنت بما تظهره الشخصية غير المنعزلة وذلك عند دراستهم وتحليلهم للسلوك العلنى لعينة من الأطفال ضمت ٦٢ طفلا من المرضى المقيمين بالمستشفى ممن تتراوح أعمارهم بين ٨ ـ ١٣ سنة، واعتبروا أن إقامة هؤلاء الأطفال بالمستشفى تعد مؤشرا لعزلتهم عن الآخرين. كما توصل Koller & Gosden (١٩٨٤) من تحليلهما للشبكة الإجتماعية بغرض تحديد العزلة الإجتماعية النسبية للأفراد الذين يعيشون بمفردهم قياسا بمجموعة أخرى متجانسة ممن يعيشون مع آخرين. وتكونت عينة الدراسة من ٢١ شخصا ممن يعيشون بمفردهم عند دخولهم المستشفى يعانون من إضطرابات نفسية، إضافة إلى مجموعة مماثلة من غير المرضى يعيشون مع آخرين، وكان متوسط العمر لكل المفحوصين هو ٣٦ سنة، توصلا من خلال التشخيصات التى أجريت لهم، إضافة إلى تطبيق إستبيان عن الحالة الصحية العامة أن إضطرابات الشخصية (العصاب) أكثر ميلا للظهور فى الشخصية المنعزلة إجتماعيا. كما أوضحت التحليلات الكمية والكيفية للعمليات بين الشخصية (التقارب والتباعد) أن أعضاء المجموعة الذين كانوا يعيشون بمفردهم لديهم قدرا محدودا من التقارب للآخرين، وبالتالى فرص أقل للمشاركة فى التبادل الاجتماعى الفعال، كذلك فهم يفتقرون إلى العلاقات الحميمة، ويوجد بالتالى تباعد إجتماعى بينهم وبين الآخرين قياسا بأقرانهم الذين يعيشون مع غيرهم حيث يوجد لدى من يعيشون مع الآخرين قدر كبير ومنتظم من التبادلات الاجتماعية.

إلا أن D'Aquila et. al (١٩٩٤) فى دراستهم للنماذج الحيوانية قد توصلوا إلى أن العزلة الاجتماعية التى يتعرض لها الذكور تؤدى إلى نقص فى سلوكهم

العدوانى حيث يزداد هذا النقص بين الفئران التى تمت تربيتها فى عزلة قياسا بتلك الفئران التى تمت تربيتها وسط مجموعة.

ثانيا: دراسات تناولت أهم الخصائص النفسية للشخصية المنعزلة اجتماعيا

أ ـ دراسات تناولت العزلة الاجتماعية والإكتئاب

توصل Palinkas & Browner (١٩٩٥) من دراستهما لعينة من الراشدين ضمت ١٢١ مفحوصا باستخدام مقاييس للإكتئاب، والخصائص الاجتماعية والديموجرافية، والخصائص النفسية الإجتماعية إلى أنه توجد علاقة إرتباطية دالة بين العزلة الاجتماعية والاكتئاب حيث تزداد الأعراض الإكتئابية بزيادة مدة وشدة العزلة الاجتماعية، وأنه يمكن من خلال الأعراض الإكتئابية التنبؤ إلى حد كبير بمدى العزلة الإجتماعية التى يعانى منها الفرد. وعند تطبيق نفس الأدوات مرة أخرى بعد دراسة تتبعية إستغرقت عاما أظهر المفحوصون زيادة فى الأعراض الإكتئابية، وزيادة فى الإجتناب كإسلوب للمسايرة. وفى دراستهم عن دور الإنسحاب الإجتماعى، ورفض الأقران، والخداع من جانبهم فى التنبؤ بمشاعر العزلة والمزاج الإكتئابى مع مرور الوقت، وباستخدام مقاييس عدة من بينها مقياس التقرير الذاتى الذى تم تطبيقه على ٥٦٧ طفلا كنديا أقل شعبية بين القرناء، وأكثر إنخداعاً، وأكثر إكتئابا تتراوح أعمارهم بين ٩ ـ ١٢ سنة توصل Boivin et - al. (١٩٩٥) إلى أن الإنسحاب والرفض من جانب القرناء يرتبطان بالمزاج الإكتئابى، وأن العزلة التى يتم تحديدها من خلال التقرير الذاتى تؤثر على المزاج الإكتئابى وترتبط بالإنسحاب والخبرات السلبية عن القرناء. كما توصلت سيمون عبد الحميد (١٩٩٥) من دراستها للعلاقة بين بعض المتغيرات النفسية والاجتماعية (الإكتئاب ـ تقدير الذات ـ العلاقات الإجتماعية المتبادلة ـ الجنس ـ الترتيب الميلادى) وبين الشعور بالوحدة لدى عينة من المراهقين بمدينة الزقازيق تتراوح أعمارهم بين ١٥ ـ ١٨ سنة إلى وجود علاقة إرتباطية دالة بين الشعور بالوحدة النفسية والإكتئاب كما تعكسه درجات المفحوصين على مقياس الوحدة النفسية الذى أعدته ومقياس بيك للإكتئاب.

ويرى D`Aquila et. al. (١٩٩٤) أن العزلة تؤدى إلى نقص فى السلوك الجنسى والسلوك العدوانى لدى ذكور الفئران والتى تم تفسيرها على أنها تشبه الإكتئاب. وكانت هذه الآثار أكثر ظهوراً بين الفئران التى تمت تربيتها فى عزلة قياساً بالفئران التى تمت تربيتها وسط مجموعة. وفى دراستهما التى أجرياها على عينة ضمت ١٧٠ مراهقاً تمت مقابلتهم ثلاث مرات وذلك على فترات زمنية كل منها تساوى ستة شهور يرى Bruce & Hoff (١٩٩٤) أن المراهقين المنعزلين عن أسرهم وأصدقائهم كانوا أكثر عرضة لظهور الأعراض الإكتئابية قياساً بأقرانهم غير المنعزلين. ويتفق كل من Bemak & Greenberg (١٩٩٤) مع هذه النتيجة وذلك فى دراستهما التى أجرياها على عينة ضمت ٣٠١ مراهقاً من المهاجرين إلى الولايات المتحدة من جنوب شرق آسيا ممن ليس لديهم أصدقاء، وكانت أعمار ٩٠٪ منهم تتراوح بين ١٤ ـ ١٩ سنة، وإستخدما فيها إستبيانات عن الخلفية العامة للمراهقين، والأنماط العامة للتبادل الثقافى، والخلفية الأسرية، والخبرات المدرسية، والعلاقات الإجتماعية، والأهداف المستقبلية والتكيف، حيث يريان أن الانفصال عن الأسرة، والتمييز الذى يلقاه الفرد من جانب الأقران وزملاء العمل، وعوائق اللغة تؤدى جميعاً إلى الإحساس بمشاعر العزلة التى تساهم بدورها إلى جانب التفكير فى وطنهم الأم، والمهارات الضعيفة فى اللغة الإنجليزية فى زيادة الإحساس بالمشاعر الإكتئابية.

وترى Blechman & Culhane (١٩٩٣) فى دراستهما التى سبقت الإشارة إليها أن المراهقين المنعزلين إجتماعياً يتبعون النمط الإكتئابى إلى جانب النمط العدوانى فى مسايرتهم للتحديات الإنفعالية التى تصادفهم فى حين يتبع غير المنعزلين النمط الاجتماعى السوى فى المسايرة.

ويرى Sorensen & Mors (١٩٩٢) فى دراستهما لمجموعة ضمت ٥١ راشداً دائمركياً من المكتئبين الذين يترددون على العيادات النفسية لأول مرة مع مجموعة أخرى ضمت ٣٦٤ راشداً من العاديين، وبمقارنة الظروف الإجتماعية والأحوال المعيشية للمجموعتين يريان أن المكتئبين كانوا غالباً ممن يعانون من مزاج سىء

وأعصاب متوترة، وكانت علاقاتهم سيئة مما كان يجعل الأطفال يبتعدون عنهم. وفى دراسته لعينة ضمت ١١٤ ممن يعانون من الإكتئاب والذين تم تصنيفهم وفقاً لمستوى عزلتهم الاجتماعية واعتمادهم الإنفعالى على الآخرين، يرى Overholser (١٩٩٠) أن كلاً من العزلة الإجتماعية والإعتماد الإنفعالى على الآخرين يرتبطان بمجموعة من الأعراض الإكتئابية. كما أن هناك تفاعلاً دالاً بين العزلة الإجتماعية والإعتماد الإنفعالى على الآخرين يؤثر على حدة الإكتئاب كما يقاس على مقياس بيك.

ويرى Carstensen & Fremouw (١٩٨٨) فى دراستهما للأنماط السلوكية الملاحظة والمظاهر الكيفية للتوتر الإنفعالى لدى عينة من المتفاعلين إجتماعياً فى مقابل المنعزلين إجتماعياً ممن يقيمون فى مراكز رعاية المسنين ضمت ٥١ شخصاً تتراوح أعمارهم بين ٥٥ ـ ٩٩ سنة، يريان أن المنعزلين إجتماعياً يرتبطون بمعدلات من أنماط خاصة من السلوك الإجتماعى تدل على الفردية كما تقاس على مقياس الفاعلية الإجتماعية وذلك قياساً بأقرانهم غير المنعزلين، إلى جانب ظهور مجموعة أكبر من الأعراض الإكتئابية عليهم كما تقاس على مقياس الإكتئاب المستخدم. كذلك فقد كان من بين ما توصلت إليه Negoescu - Fodor, V. et. al. (١٩٨٨) فى الدراسة التى أجروها على عينة ضمت ١٨٩ عاملاً من عمال المصانع تتراوح أعمارهم بين ٣٠ ـ ٦٢ سنة بعد تقسيمهم إلى مجموعتين تضم إحداهما المنعزلين إجتماعياً وتضم الأخرى غير المنعزلين، وكان من بين المقاييس المستخدمة مقياس للعزلة الإجتماعية، ومقياس بيك للإكتئاب أنه توجد علاقة إرتباطية دالة بين العزلة الإجتماعية والإكتئاب، وأن الإكتئاب يساهم مع غيره من المتغيرات موضوع تلك الدراسة فى التنبؤ بمدى العزلة الإجتماعية للأفراد. وفى دراستهما للعلاقة بين الإكتئاب والشعور بالوحدة النفسية والعلاقات الإجتماعية المتبادلة وذلك على عينة ضمت ١٥٠طالباً سعودياً بالمرحلتين الثانوية والجامعية مستخدمين مقياس بيك للإكتئاب، ومقياس الشعور بالوحدة النفسية، ومقياس العلاقات الإجتماعية المتبادلة توصل خضر والشناوى (١٩٨٨) إلى وجود علاقة إرتباطية دالة بين الشعور بالوحدة النفسية والإكتئاب، ووجود علاقة عكسية دالة

بين العلاقات الإجتماعية المتبادلة والإكتئاب، ووجود علاقة عكسية دالة بين الشعور بالوحدة وتبادل العلاقات الإجتماعية. وفى الدراسة التى أجراها Hetrick & Martin (١٩٨٧) بمعهد حماية الشباب من الجنسية المثلية بمدينة نيويورك إتضح أن العزلة الإجتماعية والضغوط الإجتماعية تعتبر من أهم المشكلات التى يعانى منها من يمارسون الجنسية المثلية، وأنها مع مرور الوقت تؤدى إلى ظهور أعراض إكتئابية عليهم. وتوصلت Bassuk فى دراستها التى أجرتها بالإشتراك مع Rubin (١٩٨٧) والتى اعتبر فيها التشرد معياراً للعزلة الإجتماعية، وتم إجراء المقابلات مع ٨٢ أسرة مشردة تضم ١٥٦ طفلاً تصل أعمارهم حتى ثمانية عشر عاماً يعيشون فى مساكن إيواء بالولايات المتحدة، توصلا إلى عدة نتائج من بينها ظهور أعراض الإكتئاب الشديد على الأطفال المشردين كما يتضح من إستجاباتهم على مقياس لوبين Lubin للإكتئاب. وفى دراستها على مدى عامين لأزمة العقم لدى ٢٦ سيدة سويدية عقيمة تتراوح أعمارهن بين ٢١ ـ ٣٤ سنة والطريقة التى يمكن بها لهذا الحدث أن يؤثر على أزواجهن الذين تتراوح أعمارهم بين ٢٤ ـ ٥٣ سنة، وبعد إجراء أربع مقابلات مع النساء، وإثنتين من الرجال توصلت Lalos, A. et. al. (١٩٨٦) إلى أن معظم الأعراض التى كشفت عنها المقابلات يمكن تصنيفها فى حدود العزلة الإجتماعية، ، ومشاعر الذنب، والإكتئاب. كما توصل Havens (١٩٨٦) من دراسته لحالة سيدة تبلغ ٢٤ سنة تعانى من العزلة الإجتماعية إلى أن مشاعر العزلة التى تعانى منها تلك السيدة قد أدت إلى ظهور أعراض إكتئابية لديها. وتوصل Morgan & Jackson (١٩٨٦) إلى أن الإنسحاب الإجتماعى من جانب المراهقين عادة ما يرتبط بالإكتئاب وذلك فى دراستهما على ٤٨ مراهقاً من السود متوسط أعمارهم أربع عشرة سنة وثمانية شهور نصفهم من المنعزلين إجتماعياً والنصف الآخر من غير المنعزلين حيث بدت على المنعزلين إجتماعياً أعراض أكثر للإكتئاب قياساً بأقرانهم غير المنعزلين. ومن ناحية أخرى فقد توصل Kazdin et. al. (١٩٨٥) إلى أن المفحوصين الذين كانوا يعانون من الإكتئاب قد قلت مشاركتهم فى الأنشطة الإجتماعية وإزداد معدل السلوك الإنفرادى من جانبهم. وتوصلت Wolchik (١٩٨٥) إلى أن الأطفال والمراهقين الذين يعانون من العزلة

الإجتماعية يرتفع معدل ظهور الأعراض الإكتئابية لديهم. ويرى Koller & Gosden (١٩٨٤) أن أفراد العينة ممن كانوا يعيشون بمفردهم كانوا أكثر إكتئاباً من أقرانهم الذين كانوا يعيشون مع آخرين، وتوصل Eisemann (١٩٨٤) فى دراسته لمجموعة ضمت ١١٠ من المكتئبين بالسويد متوسط أعمارهم ٤٦,١ سنة، ومجموعة من غير المكتئبين ضمت ٩٨ مفحوصاً متوسط أعمارهم ٤٣,٣ سنة أكمل جميعهم إستبياناً عن الشبكة الإجتماعية يتعلق بمدى وجود أشخاص حميمين لهم، وعلاقاتهم بأعضاء الأسرة، والأصدقاء، والمعارف، ومشاعر الوحدة، توصل إلى أن المفحوصين المكتئبين كانوا أكثر إحساساً بالوحدة وأكثر معاناة منها قياساً بأقرانهم غير المكتئبين، كما كانت تقابلهم مشاكل أكثر فى التواصل مع الغير. ومن ناحية أخرى إرتبطت خبرة الوحدة وعدد العلاقات المنتظمة مع أعضاء الأسرة سلباً، وارتبط عدد الأصدقاء سلباً بالوحدة ومشاكل التواصل، كما إرتبطت مشاكل التواصل إيجاباً بالعزلة. وفى دراسته للعلاقة بين خبرة الشعور بالوحدة النفسية أو العزلة وبعض المتغيرات الشخصية والديموجرافية لدى ١٥٦ طالباً من طلاب الجامعة الإيرانية مستخدماً عدة مقاييس من بينها مقياس UCLA للشعور بالوحدة أو العزلة ومقياس الإكتئاب توصل Hojat (١٩٨٢) إلى أن الطلاب مرتفعى الشعور بالوحدة النفسية أو العزلة قد حصلوا على درجات فى الإكتئاب أعلى من أقرانهم منخفضى الشعور بالوحدة أو العزلة. إلا أن George (١٩٨٥) قد توصل فى دراسته للفروق بين مرتفعى ومنخفضى الشعور بالوحدة ومن لا يشعرون بها مستخدماً إستبيان للتاريخ الشخصى ومقياس UCLA للوحدة وذلك على عينة قوامها ٢٨١ طالباً من طلاب الجامعة تتراوح أعمارهم بين ١٨ ـ ٢٥ سنة إلى أن مستوى الإكتئاب لدى مرتفعى الشعور بالوحدة كان متوسطاً قياساً بأقرانهم سواء منخفضى الشعور بالوحدة أو من لا يشعرون بها. وفيما يتعلق بالفروق بين الجنسين فقد توصلت سيمون عبد الحميد (١٩٩٥) إلى وجود علاقة إرتباطية دالة بين الشعور بالوحدة والإكتئاب لدى كل من الجنسين على حدة وإن كانت قيمة معامل الإرتباط بالنسبة للإناث أعلى منه بالنسبة للذكور على الرغم من أن كليهما دال عند ٠,٠١.

وفى حين توصل Sorensen & Mors (١٩٩٢) إلى أن الإناث من أفراد العينة التى أجريا دراستهما عليها كن يمثلن الغالبية العظمى ممن يعانين من الإكتئاب، وتوصلت Negosecu - Fodor et. al (١٩٨٨) إلى أن النساء العقيمات قد أظهرن درجة من الإكتئاب أعلى من أزواجهن الذين كانوا عادة يقومون إما بقمع ردود الفعل الإنفعالية أو إنكارها، فقد توصل Bemak & Greenberg (١٩٩٤) إلى أن البنين كانوا هم الأكثر إكتئاباً قياساً بالبنات.

ب ـ دراسات تناولت العزلة الإجتماعية والقلق العصابى

يرى Barber (١٩٩٢) فى دراسته لعينه ضمت ١٢٨ أماً من ثمانى مدن إقليمية بأستراليا تعانين من العزلة الإجتماعية أن العزلة تقلل من شعور الأم بمدى كفاءتها كوالدة، ويزيد من إحساسها بالقلق. وتوصل Carstensen & Fremouw (١٩٨٨) إلى أن المنعزلين إجتماعياً ممن يقيمون فى مراكز المسنين كانوا أكثر قلقاً من أقرانهم غير المنعزلين، وأن العزلة الإجتماعية كما يدركها الآخرون ترتبط بالقلق الإجتماعى. وتوصل Hetrick & Martin (١٩٨٧) فى دراستهما على الجنسيين المثليين إلى أن العزلة التى يعانى منها هؤلاء الأفراد تؤدى إلى إحساسهم بالقلق. وتوصلت Bsssuk & Rubin (١٩٨٧) إلى أن القلق من أهم المشكلات التى يعانى منها المنعزلون كما تعكسه درجاتهم المرتفعة على المقياس المستخدم.

كذلك فقد توصل Havens (١٩٨٦) من دراسته لحالة سيدة تبلغ ٢٤ عاماً تعانى من العزلة الإجتماعية إلى ظهور أعراض القلق العصابى على تلك السيدة وهو ما يمثل إحدى المشكلات التى كانت تعانى منها. ويرى George (١٩٨٥) أن مرتفعى الشعور بالوحدة أو العزلة كانوا أكثر قلقاً من أقرانهم منخفضى الشعور بالعزلة. وأوضحت نتائج الدراسة التى أجرتها Wolchik (١٩٨٥) على عينة ضمت ١٣٣ مفحوصاً تتراوح أعمارهم بين ٨ ـ ١٥ سنة إرتفاع معدل القلق بين المفحوصين الذين يعانون من العزلة الإجتماعية قياساً بأقرانهم غير المنعزلين. ويرى Hojat (١٩٨٢) أن طلاب الجامعة مرتفعى الشعور بالوحدة أو العزلة قد

حصلوا على درجات فى القلق أعلى من أقرانهم منخفضى الشعور بالوحدة أو العزلة.

ومع ذلك يرى D Aquila et. al. (١٩٩٤) أن الظروف الضاغطة ومنها العزلة لا تسبب أنماطاً سلوكية تشبه القلق فى أى من النموذجين الحيوانيين من الفئران سواء النموذج الذى يضم الفئران الذين تمت تربيتهم فى عزلة أو النموذج الآخر والذى يضم الفئران الذين تمت تربيتهم وسط مجموعة.

ج ـ دراسات تناولت العزلة الإجتماعية والثقة بالنفس

توصلت Blechman & Culhane (١٩٩٣) من دراستهما لنماذج المسايرة السائدة بين المراهقين المنعزلين إجتماعياً فى مقابل أقرانهم غير المنعزلين أن المراهقين غير المنعزلين إجتماعياً تكون لديهم ثقة أكبر بأنفسهم، أما المراهقون المنعزلون إجتماعياً فيكونون أقل ثقة بأنفسهم.

ويرى Shea et. al. (١٩٩٠) فى دراستهم التى أجروها على ٢٥٠ راشداً من المترددين على المركز القومى للصحة النفسية بالولايات المتحدة وكانوا يعانون من العزلة الإجتماعية أن أداءهم على مقياس الأداء العام فى الحياة اليومية كان يكشف عن نقص فى قدراتهم على مسايرة الآخرين وعلى إنخفاض معدل ثقتهم بأنفسهم. وأوضحت نتائج الدراسة التى أجرتها Negoescu - Fodor et. al. (١٩٨٨) على ١٨٩ عاملاً من عمال المصانع أثر تحليل درجاتهم على مقياس الفاعلية الدال على الثقة بالنفس أنه يمكن من خلال درجاتهم فى العزلة الإجتماعية والتوتر الناتج عن ظروف العمل التنبؤ بمستوى الفاعلية والحيوية الدال على ثقة الفرد بنفسه، وأن العمال الذين كانوا يعانون من العزلة الإجتماعية كانوا أقل ثقة بأنفسهم قياساً بأقرانهم غير المنعزلين.

وأسفرت نتائج الدراسة التى أجراها Hetrick & Martin (١٩٨٧) على الشباب الذين يمارسون الجنسية المثلية أن عزلتهم الإجتماعية والضغوط التى تواجههم تؤدى بهم إلى إزدراء ذواتهم واحتقارها، وانخفاض مفهومهم لذواتهم، وتقدير

ذواتهم سلباً، ومن ثم إنخفاض ثقتهم بأنفسهم. وترى Bassuk & Rubin (١٩٨٧) أن الأطفال والمراهقين المنعزلين إجتماعياً يعانون من مشاكل عديدة من بينها ضعف ثقتهم بأنفسهم. كما توصل Havens (١٩٨٦) من دراسته لحالة سيدة تبلغ ٢٤ عاماً وتعانى من العزلة الاجتماعية أن مفهومها لذاتها كان منخفضاً للغاية، كما أن معدل ثقتها بنفسها كان منخفضاً أيضاً. وتتفق Wolchik (١٩٨٥) مع هذه النتيجة حيث توصلت إلى أن الأطفال والمراهقين المنعزلين إجتماعياً كانوا أقل ثقة بأنفسهم قياساً بأقرانهم غير المنعزلين.

ومن بين الدراسات التى تناولت الشعور بالوحدة أو العزلة وتقدير الذات الذى يمكن إعتباره مؤشراً للثقة بالنفس فقد توصلت سيمون عبد الحميد (١٩٩٥) إلى وجود علاقة إرتباطية سالبة ودالة بين الشعور بالوحدة النفسية وتقدير الذات لدى كل من الجنسين بمعنى أنه كلما زاد الشعور بالوحدة قل تقدير الذات. ويرىHojat (١٩٨٢) أن طلاب الجامعة مرتفعى الشعور بالوحدة أو العزلة كانوا أقل تقديراً لذواتهم من أقرانهم منخفضى الشعور بالوحدة أو العزلة.

إلا أن George (١٩٨٥) يرى أنه لا توجد فروق دالة إحصائياً بين مرتفعى ومنخفضى الشعور بالوحدة أو العزلة فى تقدير الذات.

د ـ دراسات تناولت العزلة الإجتماعية والحالة النفسية العامة (مدى الإحساس بالسعادة والرضا)

أسفرت نتائج الدراسة التى أجراها Bemak & Greenberg (١٩٩٤) أن المراهقين المهاجرين من جنوب شرق آسيا إلى الولايات المتحدة كانوا أقل تكيفاً وأقل إحساساً بالسعادة. وتوصلت Blechman & Culhane (١٩٩٣) فى دراستهما لنماذج المسايرة التى تتناسب مع المسارات السائدة فى المراهقة المبكرة أن المراهقين غير المنعزلين إجتماعياً كانوا أكثر سعادة، وكانت حياتهم تسير بشكل أكثر يسراً فى حين كان المراهقون المنعزلون إجتماعياً أقل سعادة حيث يتعرضون لنتائج معاكسة بالنسبة لهم مما يجعل حياتهم أكثر صعوبة وذلك نتيجة إتباعهم للنمط الإكتئابى

والنمط العدوانى فى مسايرتهم للتحديات الإنفعالية التى يتعرضون لها. وفى دراسة shea et - al. (١٩٩٠) أظهر تحليل نتائج أداء المفحوصين على مقياس الأداء العام فى الحياة اليومية والذى كان يعكس فى جانب منه مدى السعادة والرفاهية التى يشعر بها الفرد أن المفحوصين الذين كانوا يعانون من العزلة الإجتماعية كانوا أقل إحساساً بالرفاهية والسعادة، كما كانوا أقل فى قدراتهم على مسايرة الآخرين وعلى مسايرة أحداث الحياة قياساً بأقرانهم غير المنعزلين إجتماعياً.

ومن ناحية أخرى توصلت Negoescu - Fodor et. al. (١٩٨٨) فى دراستهم التى أجروها عن مدى الرفاهية والسعادة التى يشعر بها عمال المصانع إلى أنه يمكن من خلال العزلة الإجتماعية والتوتر الناتج عن ظروف العمل التنبؤ بعدد من المتغيرات منها الإحساس بالسعادة أو الرفاهية والرضا عن الحياة حيث كشفت النتائج التى أسفرت عنها الدراسة أن العمال المنعزلين إجتماعياً كانوا أقل إحساساً بالسعادة أو الرفاهية وأقل رضا عن الحياة قياساً بأقرانهم من العمال غير المنعزلين إجتماعياً. كما أسفرت نتائج دراسة Bassuk & Rubin (١٩٨٧) عن أن الأطفال والمراهقين المنعزلين إجتماعياً كانوا يعانون من سوء التوافق، كما كانوا أقل رضا عن حياتهم، وبالتالى أقل إحساساً بالسعادة.

ويرى Morgan & Jackson (١٩٨٦) أن الإنسحاب الإجتماعى عادة ما يرتبط بسوء التوافق النفسى الإجتماعى والدراسى، وبمدى رضا الفرد عن نفسه وعن وضعه الجسمى حيث أسفرت النتائج التى توصلا إليها عن أن الأفراد المنعزلين إجتماعياً يقلون فى توافقهم النفسى الإجتماعى والدراسى، وفى مدى رضاهم عن أنفسهم وعن أجسامهم، وبالتالى فى مدى إحساسهم بالسعادة قياساً بأقرانهم غير المنعزلين إجتماعياً. ويرى Perry et - al (١٩٨٦) أن الإختلاط بالآخرين والتفاعل معهم وتقديم المساعدة لهم يجعل الفرد أكثر سعادة فى حين يؤدى الإبتعاد عن الآخرين والإنعزال عنهم إلى جعل الفرد أقل سعادة وذلك فى دراستهم لمفاهيم الأطفال حول النتائج الإنفعالية لسلوك المساعدة والتى قاموا فيها بعرض مجموعة

من القصص على ١٦٠ طفلاً من الأطفال البيض فى الروضة والصفوف الثانى والرابع والسادس والثامن تدور كل قصة حول طفلين توجد أمامهما فرصة للتفاعل مع طرف ثالث وتقديم المساعدة له أو الإبتعاد عنه، وكان يقوم أحد الطفلين بالتفاعل مع الطرف الثالث ومساعدته، فى حين يقوم الطفل الثانى بالإبتعاد عنه وعدم مساعدته. وكان يطلب من الأطفال عقب كل قصة أن يحددوا أى الطفلين يبدو هو الأكثر سعادة.

ومن ناحية أخرى فقد توصل Verkuyten (١٩٨٦) من دراسته التى أجراها على ١٠٤ من المراهقين الهولنديين، إضافة إلى مجموعة من المراهقين ضمت ١٥٧ مفحوصاً ممن ينتمون لأقليات عرقية ممن تتراوح أعمارهم بين ١٣ ـ ١٦ سنة، وتحددت العزلة الإجتماعية بأنها إنتماء الفرد للأقليات العرقية، توصل إلى أن الأقليات ترتبط بمستويات أدنى من السعادة لدى هذه العينة من المراهقين حيث حصل المراهقون الذين ينتمون إلى الأقليات على درجات أقل من أقرانهم بالمجموعة الضابطة، وكانت الفروق دالة إحصائياً. كذلك فقد رأى أن مشاعر السعادة لا تختلف عن الرضا العام عن الحياة. ويرى Meier (١٩٨٢) فى تناوله للإنسحاب الاجتماعى أو العزلة لدى عينة ضمت ١١٩ من المترددين على مركز الرعاية اليومية للمرضى وطلب منهم إختيار أنشطة تبعث على السعادة للمشاركة فيها إسبوعياً خارج المركز، وتم إستخدام المحاولات التخيلية ومشاركة المجموعة لإثارة الإستجابات الإنفعالية السارة أى التى تبعث على السعادة، ثم تضخيم هذه الإستجابات. وطبقاً للتقارير الذاتية إستجاب المفحوصون لنسبة ٦٤٪ من الأنشطة السارة الجديدة مع ظهور تحسن مزاجى خلال الجلسات. وهذا يعنى أن ذلك النوع من مشاركة الجماعة كان مؤثراً فى مدى إنغماس المفحوصين فى أنشطة جديدة كانوا قد خبروها على أنها سارة وتبعث على السعادة مما أدى إلى تحسن فى حالاتهم المزاجية بعد الجلسات.

وفيما يتعلق بالفروق بين الجنسين يرى Bemak & Greenberg (١٩٩٤) أنه بالنسبة للمراهقين المهاجرين من جنوب شرق آسيا إلى الولايات المتحدة الأمريكية

والذين كانوا يعانون من العزلة الإجتماعية كان البنون أقل تكيفاً وأقل سعادة من البنات.

تعقيب على الدراسات السابقة

يتضح من العرض السابق لهذه الدراسات ما يلى: ـ

ـ ترتبط العزلة الإجتماعية فى أغلب الأحيان باضطرابات الشخصية، ونقص فى معدل ظهور التعبيرات الإنفعالية، ونقص كبير فى القدرة على مسايرة الآخرين أو على مسايرة أحداث الحياة، وبالعداونية أحياناً.

ـ يعد الإكتئاب، والقلق (الصريح أو العصابى)، والثقة بالنفس، والرضا عن الحياة أو السعادة من أكثر المتغيرات النفسية إرتباطاً بالعزلة الإجتماعية، وتساهم إلى حد كبير فى التنبؤ بها، وفى تحديد بروفيل معين للأفراد المنعزلين إجتماعياً.

ـ يركز عدد كبير من الدراسات السابقة على العلاقة بين العزلة الاجتماعية والإكتئاب فقط.

ـ تكاد تتفق نتائج عدد لا بأس به من الدراسات على أن الأفراد المنعزلين إجتماعياً أكثر إكتئاباً، وأكثر قلقاً، وأقل ثقة بالنفس، وأقل إحساساً بالسعادة والرضا قياساً بأقرانهم غير المنعزلين إجتماعياً.

ـ على الرغم من أن هناك دراسات عديدة تناولت الفروق بين الجنسين فى كل متغير من المتغيرات موضوع الدراسة الحالية وذلك عند دراسته على حدة، فإن عدد الدراسات التى تناولت هذه الفروق فى تلك المتغيرات بعد ربطها بالعزلة قليل للغاية ومع ذلك يوجد بعض التناقض والإختلاف فيما توصلت إليه من نتائج فى هذا الصدد.

الهدف من الدراسة

تهدف هذه الدراسة إلى التعرف على بعض الخصائص النفسية المميزة للعزلة الإجتماعية بين طلاب الجامعة والتى تحددت فى الإكتئاب، والقلق العصابى، والثقة بالنفس، والحالة النفسية العامة كما تنعكس فى مدى الإحساس بالسعادة

والرضا، وتحديد إتجاه الفروق بين الجنسين فى هذه الخصائص حيث يقل عدد الدراسات التى تناولت تلك الفروق ومع ذلك يوجد بينها تناقض وإختلاف. وذلك بغرض الوصول إلى فهم أفضل للشخصية المنعزلة إجتماعياً وأهم ما يميزها من خصائص نفسية.

مشكلة الدراسة

تتحدد مشكلة الدراسة فى التساؤلات التالية:

١ ـ هل توجد فروق دالة إحصائياً فى الإكتئاب بين طلاب الجامعة ذوى الدرجة المرتفعة وذوى الدرجة المنخفضة على مقياس العزلة الاجتماعية؟

٢ ـ هل توجد فروق دالة إحصائياً فى القلق العصابى بين طلاب الجامعة ذوى الدرجة المرتفعة وذوى الدرجة المنخفضة على مقياس العزلة الإجتماعية؟

٣ ـ هل توجد فروق دالة إحصائياً فى الثقة بالنفس بين طلاب الجامعة ذوى الدرجة المرتفعة وذوى الدرجة المنخفضة على مقياس العزلة الإجتماعية؟

٤ ـ هل توجد فروق دالة إحصائياً فى الحالة النفسية العامة بين طلاب الجامعة ذوى الدرجة المرتفعة وذوى الدرجة المنخفضة على مقياس العزلة الإجتماعية؟

٥ ـ هل توجد فروق دالة إحصائياً بين الجنسين من طلاب الجامعة ذوى الدرجة المرتفعة وذوى الدرجة المنخفضة على مقياس العزلة الإجتماعية فى كل من الإكتئاب، والقلق العصابى، والثقة بالنفس، والحالة النفسية العامة؟

٦ ـ هل توجد علاقة إرتباطية دالة بين العزلة الإجتماعية وكل من المتغيرات التالية على حدة: الإكتئاب، القلق العصابى، الثقة بالنفس، الحالة النفسية العامة؟

٧ ـ هل يمكن التنبؤ بدرجة العزلة الإجتماعية لدى طلاب الجامعة من درجاتهم فى كل من الإكتئاب، والقلق العصابى، والثقة بالنفس، والحالة النفسية العامة؟

الفروض:

١ ـ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة ذوى الدرجة المرتفعة

وذوى الدرجة المنخفضة على مقياس العزلة الإجتماعية فى الإكتئاب، والفروق فى صالح ذوى الدرجة المنخفضة.

٢ ـ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة ذوى الدرجة المرتفعة وذوى الدرجة المنخفضة على مقياس العزلة الإجتماعية فى القلق العصابى، والفروق فى صالح ذوى الدرجة المنخفضة.

٣ ـ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة ذوى الدرجة المرتفعة وذوى الدرجة المنخفضة على مقياس العزلة الاجتماعية فى الثقة بالنفس، والفروق فى صالح ذوى الدرجة المنخفضة.

٤ ـ توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة ذوى الدرجة المرتفعة وذوى الدرجة المنخفضة على مقياس العزلة الإجتماعية فى الحالة النفسية العامة، والفروق فى صالح ذوى الدرجة المنخفضة.

٥ ـ لا توجد فروق دالة إحصائياً بين الجنسين من طلاب الجامعة ذوى الدرجة المرتفعة وذوى الدرجة المنخفضة على مقياس العزلة الإجتماعية فى كل من الإكتئاب، والقلق العصابى، والثقة بالنفس، والحالة النفسية العامة.

٦ ـ توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائياً بين العزلة الإجتماعية وكل من الإكتئاب، والقلق العصابى، والثقة بالنفس، والحالة النفسية العامة كل على حدة.

٧ ـ يمكن التنبؤ بدرجة العزلة الإجتماعية لدى طلاب الجامعة من درجاتهم فى كل من الإكتئاب، والقلق العصابى، والثقة بالنفس، والحالة النفسية العامة وذلك بدرجة دالة إحصائياً.

أهمية الدراسة

ـ تعد الشخصية المنعزلة إجتماعياً بما تتعرض لها من ضغوط من الشخصيات التى تستحق الدراسة إذ تلعب الضغوط النفسية والإجتماعية والمعرفية التى تتعرض لها هذه الشخصية دوراً كبيراً فى حياتها حيث قد تظهر تلك الضغوط فى ردود فعل

فسيولوجية كالصداع النصفى، والشعور بالضعف، أو ردود فعل سلوكية كالتقليل من قيمة الذات وما يرتبط بها من تحقير للذات والشك فيها، وتكوين الصورة المشوهة والمليئة بالنواقص للذات، وعقد المقارنات مع الآخرين مما يشعر صاحبها بالدونية، أو يشعر بانحلال الذات الإجتماعية مما يؤثر سلباً على توافقه النفسى.

- تعد هذه الدراسة محاولة لوضع بروفيل يساهم فى فهم الشخصية المنعزلة إجتماعياً وذلك من خلال دراسة بعض المتغيرات النفسية التى ترتبط بهذه الشخصية والتى أكدت الدراسات السابقة أنها من أكثر المتغيرات النفسية إرتباطاً بها، والتى تلعب دوراً كبيراً فى رسم وتحديد البرامج الإرشادية والعلاجية لمثل هذه الشخصيات بما يؤهلها من إعادة الإنخراط فى الحياة الإجتماعية بفاعلية.

- وترجع أهمية الدراسة الحالية أيضاً إلى تقديمها لمقياس عن العزلة الإجتماعية يمكن من خلاله الكشف المبكر عن مثل هذه الشخصيات بما يمكن من تقديم العون والمساعدة اللازمة. هذا إلى جانب تقديم مقاييس عن الإكتئاب، والثقة بالنفس، والحالة النفسية العامة يمكن أن تفيد فى القياسات النفسية المختلفة.

- على الرغم من إقتناع الكثيرين من المشتغلين بالطب النفسى وبالصحة النفسية بمضار الشعور بالوحدة أو العزلة الإجتماعية والعواقب المرضية التى قد تترتب عليها حيث يمكن إعتبارها نقطة البداية لكثير من المشكلات التى يمكن أن يعانيها ويعايشها ويشكو منها الفرد، وما يترتب عليها من أزمات نفسية فى حياته المستقبلية، فإن عدد البحوث التى تعرضت لهذه المشكلة لا يزال قليلاً ولا يتناسب بالتالى مع أهمية هذه المشكلة.

- يوجد بعض التناقض والإختلاف فيما يتعلق بالنتائج التى توصلت إليها بعض الدراسات السابقة والتى تتعلق بموضوع الدراسة الحالية والخاصة بالفروق بين الجنسين، وهو ما يدفع إلى محاولة التحقق من صدق تلك النتائج.

- يتضح من التراث السيكولوجى قلة عدد الدراسات العربية التى تناولت العزلة

الاجتماعية، وأن عدداً كبيراً من الدراسات الأجنبية المتضمنة قد تناول الشخصية المنعزلة إجتماعياً من وجهة النظر الطبية، إضافة إلى أن قدراً كبيراً من تلك الدراسات قد ركز على العلاقة بين العزلة الإجتماعية والإكتئاب فقط.

- العينة

تكونت عينة الدراسة من ١٣٧ طالباً من طلاب جامعة الزقازيق من الجنسين تتراوح أعمارهم بين ١٨ - ٢١ سنة بمتوسط ١٩,٦٢ سنة وإنحراف معيارى ١,٨١، منهم ٦٦ طالباً مرتفعو العزلة (٣٤ بنون - ٣٢ بنات) بمتوسط عمرى ١٩,٧٥ سنة وإنحراف معيارى ١,٦٤، ٧١ طالباً منخفضو العزلة (٣٦ بنون، ٣٥ بنات) بمتوسط عمرى ١٩,٤٣ سنة وإنحراف معيارى ١,٧٣. وبحساب قيمة ت بين متوسطات أعمار مرتفعى ومنخفضى العزلة كانت قيمة ت = ١,١٠ وهى غير دالة إحصائياً مما يدل على التجانس بين المجموعتين فى السن. كذلك فقد كان جميع أفراد العينة من ذوى الترتيب الميلادى المتوسط حيث كشفت نتائج بعض الدراسات السابقة عن أن بعض متغيرات الدراسة الحالية تتأثر بالترتيب الميلادى، كما كانوا جميعاً من ذوى المستوى الاقتصادى الاجتماعى المتوسط وذلك على إستمارة المستوى الاقتصادى الاجتماعى التى أعدها عام ١٩٨٤ كل من كمال دسوقى ومحمد بيومى خليل.

الأدوات:

تم استخدام الأدوات التالية:

١ - مقياس العزلة الاجتماعية (ترجمة وتعريب الباحث).

٢ - مقياس الإكتئاب (إعداد الباحث).

٣ - مقياس الثقة بالنفس (ترجمة وتعريب الباحث).

٤ - مقياس الحالة النفسية العامة (ترجمة وتعريب الباحث).

٥ - مقياس ع. ش للقلق العصابى (إعداد محمد إبراهيم عيد ١٩٩٥).

ـ وسوف يتم تناول هذه الأدوات على النحو التالى:

١ ـ مقياس العزلة الإجتماعية (ترجمة وتعريب الباحث)

أعدت هذا المقياس فى الأصل دى يونج ـ جير فيلد وفان تيلبورج (١٩٩٠)de Jong Gierveld & van Tilburg ـ وذلك لقياس العزلة الإجتماعية وفقاً لما يدركه الأفراد وما يخبرونه من وحدة. ومدى تقييمهم لعزلتهم عن الآخرين، وانخفاض معدل تواصلهم معهم. ويتألف هذا المقياس من ثلاثين عبارة يوجد أمام كل منها خمسة إختيارات هى: (موافق بشدة ـ موافق بدرجة معقولة ـ متردد ـ أرفض إلى حد ما ـ أرفض تماماً) تأخذ الدرجات (٤ ـ ٣ ـ ٢ ـ ١ ـ صفر) على التوالى باستثناء العبارات التى تحمل أرقام (١ ـ ٥ ـ ٧ ـ ١٦ ـ ١٩ ـ ٢٥ ـ ٢٦ ـ ٣٠) فتتبع عكس هذا التدريج، وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (صفر ـ ١٢٠)، وتدل الدرجة المرتفعة على إرتفاع معدل إحساس الفرد بالعزلة الإجتماعية، والعكس صحيح.

الثبات:

بلغ معامل الثبات عن طريق إعادة الاختبار بعد ثلاثة أسابيع من التطبيق الأول على عينة من طلاب الجامعة (ن = ٤٨) بلغ ٠,٨٦٤ وباستخدام معادلة KR - 20 بلغ ٠,٧٣٧ وبطريقة ألفا لكرونباخ بلغ ٠,٨١٢ وبطريقة التجزئة النصفية ٠,٧٥٦ وهى جميعاً نسب دالة عند ٠,١ وتوضح نتائج الإتساق الداخلى أن معاملات الإرتباط بين كل عبارة والدرجة الكلية تتراوح بين ٠,٣٥ ـ ٠,٩٣ (جدول ١) وهى أيضاً نسب دالة إحصائياً حيث قيمة (ر) الجدولية عند ٠,٠٥ = ٠,٢٨٨ وعند ٠,٠١ = ٠,٣٧٢ وبذلك يتضح أن هذا المقياس يتمتع بمعاملات ثبات مناسبة.

جدول (١) قيم معاملات الارتباط بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لمقياس العزلة الاجتماعية

العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر
١	٠,٦٢	٦	٠,٧١	١١	٠,٥٤	١٦	٠,٣٩	٢١	٠,٤٦	٢٦	٠,٧٥
٢	٠,٧٣	٧	٠,٧٤	١٢	٠,٩٣	١٧	٠,٨٤	٢٢	٠,٣٥	٢٧	٠,٦١
٣	٠,٩١	٨	٠,٨٦	١٣	٠,٣٧	١٨	٠,٦٣	٢٣	٠,٥١	٢٨	٠,٣٥
٤	٠,٤٧	٩	٠,٧٣	١٤	٠,٦٦	١٩	٠,٣٨	٢٤	٠,٣٥	٢٩	٠,٧٨
٥	٠,٤٥	١٠	٠,٤٧	١٥	٠,٥٢	٢٠	٠,٥٩	٢٥	٠,٥٣	٣٠	٠,٨١

الصدق:

دلت نتائج الصدق التلازمى على وجود إرتباط دال إحصائيا عند ٠,٠١ بين درجات أفراد العينة (ن = ٤٨) فى المقياس الحالى وبين درجاتهم فى مقياس الوحدة النفسية الذى أعده إبراهيم قشقوش (١٩٧٩) بلغت نسبته ٠,٧٠٢ ولحساب قدرة المقياس على التمييز تم إستخدام طريقة المقارنة الطرفية، وبعد ترتيب درجات المفحوصين تنازليا تم تقسيم تلك الدرجات إلى مستويين يمثل الأول منهما نسبة الـ٥٠٪ الأعلى (ن = ٢٤، م = ٧٥,٣، ع = ٩,٠٣) ويمثل الثانى نسبة الـ٥٠٪ الأدنى (ن = ٢٤، م = ٤٤,٦، ع = ٩,٧٢) بلغت قيمة ت (١١,١٢) وهى نسبة دالة عند ٠,٠١.

وأوضحت نتائج الصدق العاملى وجود خمسة عوامل تتشبع عليها عبارات المقياس وذلك على النحو الموضح بالجدول التالى علما بأن قيمة (ر) بين درجة كل عبارة والعبارات الأخرى قد تراوحت بين ٠,٢١ ـ ٠,٨٢ وقد تمت تسمية هذه العوامل:*

* الجداول الخاصة بمصفوفات التشبعات التى أظهرها التحليل العاملى، وكذلك الجداول الخاصة بالمعايير للأدوات المستخدمة فى هذه الدراسة موجودة مع الملاحق.

١ ـ الحرمان الشديد: وتتشبع عليه العبارات ٦ ـ ١٢ ـ ١٥ ـ ١٧ ـ ٢١ ـ ٢٣ ـ ٢٨.

٢ ـ مشاعر الحرمان المرتبطة ببعض المواقف المشكلة: وتتشبع عليه العبارات ٣ - ٤ - ٩ - ١٤ - ٢٠ - ٢٢ - ٢٤.

٣ ـ فقد الصحبة: وتتشبع عليه العبارات ٢ - ٨ - ١١ - ١٨ - ٢٩.

٤ ـ الإختلاط بالآخرين: وتتشبع عليه العبارات ٥ - ١٣ - ١٦ - ٢٥ - ٢٧.

٥ ـ إقامة علاقات ذات مغزى وهدف: وتتشبع عليه العبارات ١ - ٧ - ١٠ - ١٩ - ٢٦ - ٣٠.

جدول (٢) مصفوفة تشبعات عبارات مقياس العزلة الإجتماعية على العوامل المستخرجة بعد التدوير المتعامد

العبارة	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس
١					٠,٥٠
٢			٠,٤٧		
٣	٠,٣٨	٠,٥٣			
٤		٠,٦٨			
٥				٠,٥٧	
٦	٠,٧٢				
٧					٠,٤٦
٨			٠,٦٨		
٩		٠,٥٦			
١٠					٠,٤٣
١١			٠,٤٨		
١٢	٠,٦٨				
١٣				٠,٦٢	
١٤	٠,٣٥	٠,٥١			

تابع جدول (٢)

العبارة	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس
١٥	٠,٤٧				
١٦				٠,٤٨	
١٧	٠,٦٩				
١٨	٠,٣٨	٠,٣١	٠,٦٤		
١٩					٠,٤٣
٢٠		٠,٤٣			
٢١	٠,٥٤				
٢٢		٠,٥٥			
٢٣	٠,٦٤				
٢٤	٠,٣٧	٠,٥١			
٢٥				٠,٤٨	
٢٦					٠,٦٩
٢٧				٠,٥١	
٢٨	٠,٥٦				
٢٩			٠,٤٥		
٣٠					٠,٤٤

وبذلك يتضح أن هذا المقياس يتمتع بمعاملات صدق مناسبة يمكن الإعتداد بها

٢ ـ مقياس الإكتئاب (إعداد الباحث)

قام الباحث فى سبيل تصميم مقياس للمشاعر الإكتئابية باستعراض التراث السيكولوجى حول هذا الموضوع والاطلاع على بعض المقاييس التى تتناوله، ومن أمثلتها:

- MMPI -

Depression Adjective Checklist (DACL)

- Beck Depression Inventory.

- Self - Rating Depression Scale.

إضافة إلى المحكات الواردة فى دليل التصنيف التشخيصى والإحصائى للأمراض والاضطرابات النفسية DSM III وDSM - IV . وقام بعد ذلك بإعداد قائمة ضمت ٩٣ عبارة تتناول خبرات ومشاعر وأعراض إكتئابية مختلفة، وعمل على أن تكون بعض هذه العبارات إيجابية. وبعد عرض القائمة على مجموعة من أساتذة الصحة النفسية والأطباء النفسيين تم الإبقاء فقط على العبارات التى حازت على ٨٥٪ فأكثر من إجماع المحكمين ليصبح عدد العبارات بذلك ٦١ عبارة. وبعد إجراء التحليل العاملى لنتائج التطبيق المبدئى للمقياس تم إستبعاد سبع عبارات ليصبح عدد عبارات المقياس ٥٤ عبارة يوجد أمام كل منها إختياران «تنطبق» و«لا تنطبق» يختار المفحوص أحدهما فقط، وتحصل العلامة تحت «تنطبق» على درجة واحدة، بينما تحصل على صفر تحت «لا تنطبق». أما العبارات التى تحمل أرقام (٢ - ٩ - ١٢ - ١٥ - ١٨ - ٢٣ - ٢٥ - ٢٧ - ٢٩ - ٣٠ - ٣٤ - ٣٥ - ٣٧ - ٤٠ - ٤٣ - ٥٠ - ٥٢ - ٥٤) فتتبع عكس هذا التدريج. وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (صفر) (عدم وجود مشاعر إكتئابية) إلى (٥٤) (الحد الأقصى لوجود المشاعر الإكتئابية). وتدل الدرجة المرتفعة على إرتفاع درجة المشاعر الإكتئابية، والعكس صحيح.

وقد تم إعداد هذا المقياس وفقاً للمحكات الواردة فى الطبعة الثالثة من دليل التصنيف التشخيصى والإحصائى للأمراض والاضطرابات النفسية DSM - III الصادر عن الجمعية الأمريكية للطب النفسى APA عام ١٩٨٠ والطبعة الرابعة DSM - IV عام ١٩٩٤ والذى تم فيه النظر إلى الإكتئاب على أنه مركب من الأعراض إذ هو مجموعة أعراض متزامنة ومترابطة، وقد تم فيه تمييز الإكتئاب كالتالى:

أولاً: تميز الوجدان بالقلق وعدم الإرتياح Dysphoric Mood ويتسم الشخص الذى يسيطر عليه هذا الوجدان بعدد من السمات مثل الكآبة، والحزن، وفقدان الأمل، وعدم الرضا، وإنقباض الصدر، وسرعة الغضب أو الإنفعال.

ثانياً: تقلب دائم وثابت نسبيًا فى الوجدان.

ثالثا: إضافة إلى البندين السابقين يجب أن يتوفر نصف السمات التالية على الأقل فى الفرد:

١ ـ ضعف الشهية للطعام مع نقص واضح فى الوزن على الرغم من عدم إتباع أى رجيم، أو زيادة الشهية للطعام مع زيادة واضحة فى الوزن.

٢ ـ الشعور بالأرق واضطرابات النوم بشكل عام.

٣ ـ التهيج الحس حركى أو الإعاقة والتأخر والبطء (وليس المشاعر الذاتية للإستياء أو التأخر أو البطء).

٤ ـ فقد اللذة وفقد الإهتمام بالأنشطة العادية أو نقص فى الدافع الجنسى.

٥ ـ فقد الطاقة والحيوية والشعور بالتعب.

٦ ـ الإحساس بمشاعر عدم القيمة أو الجدوى، والشعور بالتفاهة، وتأنيب أو لوم الذات، والإحساس المفرط بالذنب.

٧ ـ وجود أعراض تدل على ضعف القدرة على التفكير أو التركيز كالبطء فى التفكير أو التردد وعدم الحسم.

٨ ـ تكرار أفكار عن الموت أو الإنتحار، أو تمنى الموت، أو الإقدام على الإنتحار (DSM - III). ويضيف DSM - IV (١٩٩٤) إلى ذلك فى حالة الاضطراب الإكتئابى الشديد سمة أخرى هى الوجدان السلبى بما يتضمنه من عواطف وإنفعالات وتعكير للمزاج. ويقرر أن هذه السمة إلى جانب السمة الرابعة المذكورة أعلاه يعتبران شرطان أساسيان للإكتئاب.

الثبات:

بلغ معامل الثبات عن طريق إعادة الاختبار بعد إسبوعين من التطبيق الأول

على عينة من طلاب الجامعة (ن= ٥٠) بلغ ٨١٩, ٠ وبطريقة ألفا لكرونباخ ٧٧٤, ٠ وبطريقة التجزئة النصفية ٧٠٣, ٠ وباستخدام معادلة KR - 21 بلغ ٦٩٢, ٠ وهى جميعا نسب دالة عند ٠١, ٠ وأوضحت نتائج الإتساق الداخلى أن قيم (ر) بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية تتراوح بين ٣١, ٠ ـ ٨٩, ٠ (جدول ٣) وهى جميعاً نسب دالة إحصائيًا حيث قيمة (ر) الجدولية عند ٠٥, ٠ = ٢٧٣, ٠ وعند ٠١, ٠ = ٣٥٤, ٠ وبذلك يتضح أن هذا المقياس يتمتع بمعاملات ثبات مناسبة يمكن الإعتداد بها.

جدول (٣) قيم «ر» بين عبارات مقياس الإكتئاب ودرجته الكلية

العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر
١	٠,٥٨	١٠	٠,٨٢	١٩	٠,٣٢	٢٨	٠,٣٣	٣٧	٠,٥١	٤٦	٠,٦٣
٢	٠,٤٦	١١	٠,٥٥	٢٠	٠,٨٧	٢٩	٠,٣٧	٣٨	٠,٨٦	٤٧	٠,٤١
٣	٠,٧١	١٢	٠,٤١	٢١	٠,٤٥	٣٠	٠,٤٢	٣٩	٠,٨٠	٤٨	٠,٥٤
٤	٠,٦٢	١٣	٠,٥٨	٢٢	٠,٣٩	٣١	٠,٧٥	٤٠	٠,٥٧	٤٩	٠,٨٥
٥	٠,٥٣	١٤	٠,٨٣	٢٣	٠,٦٤	٣٢	٠,٨١	٤١	٠,٤٨	٥٠	٠,٤٢
٦	٠,٤٩	١٥	٠,٥٢	٢٤	٠,٧٢	٣٣	٠,٨٩	٤٢	٠,٣٥	٥١	٠,٤٨
٧	٠,٥٤	١٦	٠,٨٩	٢٥	٠,٦٣	٣٤	٠,٦٧	٤٣	٠,٥١	٥٢	٠,٦٧
٨	٠,٦٦	١٧	٠,٣٨	٢٦	٠,٥١	٣٥	٠,٤٣	٤٤	٠,٤٦	٥٣	٠,٧٦
٩	٠,٥٠	١٨	٠,٤٧	٢٧	٠,٤٦	٣٦	٠,٧٥	٤٥	٠,٣١	٥٤	٠,٨٧

الصدق:

أوضحت النتائج الخاصة بصدق المقياس أنه يتمتع بمعاملات صدق مناسبة حيث قام الباحث بعد إعداد المقياس بعرضه على مجموعة من المحكمين كما أسلفنا والإبقاء فقط على العبارات التى حازت على ٨٥٪ على الأقل من إجماع آراء المحكمين. وباستخدام أسلوب الصدق التلازمى بلغ معامل الإرتباط بين درجات

أفراد العينة (ن = ٥٠) فى هذا المقياس وبين درجاتهم فى كل من MMPI بلغ ٠,٧٨ وفى مقياس بيك Beck للإكتئاب بلغ ٠,٨٣ وفى مقياس تقدير الذات الذى أعده عادل عبد الله (١٩٩١) بلغ (ـ ٠,٧١). وهى جميعاً نسب دالة عند ٠,٠١.

ولحساب قدرة المقياس على التمييز تم إستخدام طريقة المقارنة الطرفية، وبعد ترتيب درجات المفحوصين تنازلياً تم تقسيم تلك الدرجات إلى مستويين يمثل الأول منهما نسبة الـ ٥٠٪ الأعلى (ن = ٢٥، م = ٣٨، ع = ٥,٧٥) فى حين يمثل المستوى الثانى نسبة الـ ٥٠٪ الأدنى (ن = ٢٥، م = ٢٠,٢، ع = ٦,٠١)، بلغت قيمة ت (١٠,٤٨) وهى نسبة دالة عند ٠,٠١ ومن ناحية أخرى أوضحت نتائج التحليل العاملى أن عبارات هذا المقياس تتشبع على سبعة عوامل وذلك على النحو الموضح بالجدول التالى علماً بأن قيم (ر) بين درجة كل عبارة والعبارات الأخرى تتراوح بين ٠,١٦ ـ ٠,٨٧ وقد تمت تسمية تلك العوامل:

١ ـ مشاعر عدم الإرتياح: وتشبعت عليه العبارات ٣ - ٧ - ٩ - ١١ - ١٣ - ٢٦ - ٣٢ - ٣٣ - ٣٧ - ٤٧.

٢ ـ فقد الإهتمام واللذة والطاقة: وتشبعت عليه العبارات ١٢ ـ ١٧ ـ ٢٩ ـ ٣٠ ـ ٣٥ ـ ٣٨ ـ ٤٠ ـ ٤١ ـ ٥١.

٣ ـ الإحساس بعدم القيمة أو الجدوى وتأنيب الذات: وتشبعت عليه العبارات ١٥ - ١٩ - ٢٤ - ٢٥ - ٢٧ - ٣١ - ٣٦ - ٥٢.

٤ ـ إضطراب العلاقة بالآخرين: وتشبعت عليه العبارات ٦ - ٨ - ١٠ ـ ٤٤ - ٤٦ - ٥٠ - ٥٣.

٥ ـ التشاؤم: وتشبعت عليه العبارات ١٤ - ١٦ - ١٨ - ٢٠ - ٢٣ - ٣٩ - ٤٩.

٦ ـ الاضطرابات الجسمية واضطرابات النوم: وتشبعت عليه العبارات ١ - ٢ - ٤

- ٢٢ - ٢٨ - ٤٢ - ٤٥ .

٧ ـ ضعف القدرة على التركيز والتفكير: وتشبعت عليه العبارات ٥ - ٢١ - ٣٤ - ٤٣ - ٤٨ - ٥٤ .

جدول (٤) مصفوفة تشبعات عبارات مقياس الإكتئاب على العوامل المستخرجة بعد التدوير المتعامد

العبارة	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	السابع
١						٠,٤٨	
٢						٠,٤٥	
٣	٠,٥٣						
٤						٠,٤١	
٥							٠,٥٧
٦				٠,٥٠			
٧	٠,٥٩						
٨				٠,٤٥			
٩	٠,٦٣						
١٠				٠,٤٧			
١١	٠,٥٤						
١٢		٠,٥٦					
١٣	٠,٦٩						
١٤					٠,٤٩		
١٥			٠,٤٧				
١٦					٠,٥٨		
١٧		٠,٦٢					
١٨					٠,٤٨		
١٩			٠,٥٣				

تابع جدول (٤)

العبارة	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	السابع
٢٠					٠,٤٦		
٢١							٠,٦٢
٢٢						٠,٤١	
٢٣					٠,٤٣		
٢٤			٠,٣٨				
٢٥			٠,٤٩				
٢٦	٠,٥٨						
٢٧	٠,٣٧		٠,٥١				
٢٨						٠,٦١	
٢٩		٠,٥٥	٠,٣٥				
٣٠		٠,٦٢					
٣١			٠,٦٤				
٣٢	٠,٥٢						
٣٣	٠,٥٥						
٣٤			٠,٣١				
٣٥	٠,٣١	٠,٤٨					٠,٣٤
٣٦			٠,٥٣				
٣٧	٠,٤٩						
٣٨		٠,٦٧					
٣٩					٠,٤٥		
٤٠		٠,٤٥					
٤١		٠,٣٨					
٤٢						٠,٤٧	
٤٣							٠,٤٠
٤٤				٠,٤٨			

تابع جدول (٤)

العبارة	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	السابع
٤٥						٠,٤٢	
٤٦	٠,٣١			٠,٣٨			
٤٧	٠,٥٠		٠,٣٢				
٤٨							٠,٤٧
٤٩					٠,٣٩		
٥٠				٠,٣٨			
٥١		٠,٧١					
٥٢			٠,٤٨				
٥٣				٠,٦١			
٥٤							٠,٤٨

٣ ـ مقياس الثقة بالنفس (ترجمة وتعريب الباحث)

أعد هذا المقياس فى الأصل سيدنى شروجر (١٩٩٠) S.Shrauger وذلك لقياس ثقة الفرد بنفسه وتقييمه لها، وقد هدف عند تصميمه لهذا المقياس أن يستخدم على نطاق عالمى مثل مقياس روزنبرج Rosenberg لتقدير الذات.

ويتألف المقياس فى شكله الأصلى من ٥٤ عبارة، إستبعد الباحث الحالى منها ست عبارات عند إجراء التحليل العاملى ليصبح بذلك عدد العبارات التى يتألف منها المقياس فى شكله الحالى ٤٨ عبارة نصفها إيجابى والنصف الآخر سلبى، يوجد أمام كل منهما خمسة إختيارات هى (تنطبق تماماً ـ تنطبق بدرجة كبيرة ـ تنطبق إلى حد ما ـ لا تنطبق كثيراً ـ لا تنطبق إطلاقاً) تحصل العبارات الإيجابية منها على الدرجات (٤ ـ ٣ ـ ٢ ـ ١ ـ صفر) على التوالى، أما العبارات السلبية والتى تحمل الأرقام (٢ ـ ٣ ـ ٧ ـ ٨ ـ ١١ ـ ١٢ ـ ١٣ ـ ١٤ ـ ١٧ ـ ١٨ ـ ٢٠ ـ ٢٣ ـ ٢٤ ـ ٢٥ ـ ٢٧ ـ ٢٩ ـ ٣٠ ـ ٣٣ ـ ٣٤ ـ ٣٨ ـ ٣٩ ـ ٤٣ ـ ٤٦ ـ ٤٨) فتتبع عكس هذا التدريج. وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين صفر ـ ١٩٢

درجة، تدل الدرجة المرتفعة على معدل مرتفع من الثقة بالنفس، والعكس صحيح. ولا يوجد هناك وقت محدد للإجابة عن هذا المقياس.

الثبات:

أظهرت معاملات الثبات أن هذا المقياس يتمتع بمعدلات ثبات مناسبة يمكن الإعتداد بها حيث بلغ معامل الثبات عن طريق إعادة الإختبار بعد مرور ثلاثة أسابيع من التطبيق الأول وذلك على عينة من طلاب الجامعة (ن = ٥٢) بلغ ٠,٨٣١ وباستخدام معادلة KR - 20 بلغ ٠,٧٤٣ وبطريقة ألفا لكرونباخ ٠,٧٩٢ وبطريقة التجزئة النصفية ٠,٧٦٨ وهى جميعًا نسب دالة عند ٠,٠١. وأوضحت نتائج الاتساق الداخلى أن قيم (ر) بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس تتراوح بين ٠,٣٢ ـ ٠,٩٤ (جدول ٥) وهى جميعاً قيم دالة إحصائيًا حيث قيمة (ر) الجدولية عند ٠,٠٥ = ٠,٢٧٣ وعند ٠,٠١ = ٠,٣٥٤.

جدول (٥) قيم (ر) بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية لمقياس الثقة بالنفس

العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر
١	٠,٧٩	٩	٠,٥٣	١٧	٠,٦٩	٢٥	٠,٦٤	٣٣	٠,٥٩	٤١	٠,٥٨
٢	٠,٤٨	١٠	٠,٧٩	١٨	٠,٥٧	٢٦	٠,٧٩	٣٤	٠,٧١	٤٢	٠,٤٧
٣	٠,٧٨	١١	٠,٧٧	١٩	٠,٩٤	٢٧	٠,٩٠	٣٥	٠,٤٦	٤٣	٠,٣٧
٤	٠,٣٢	١٢	٠,٨٨	٢٠	٠,٨١	٢٨	٠,٨٨	٣٦	٠,٧٠	٤٤	٠,٦٢
٥	٠,٥٧	١٣	٠,٨٢	٢١	٠,٧٣	٢٩	٠,٦١	٣٧	٠,٤٣	٤٥	٠,٥٨
٦	٠,٨٣	١٤	٠,٧٠	٢٢	٠,٨٥	٣٠	٠,٨٤	٣٨	٠,٣٩	٤٦	٠,٨٧
٧	٠,٩١	١٥	٠,٨٩	٢٣	٠,٣٥	٣١	٠,٧٢	٣٩	٠,٨٧	٤٧	٠,٧١
٨	٠,٧٤	١٦	٠,٨٦	٢٤	٠,٧٨	٣٢	٠,٦٥	٤٠	٠,٦٢	٤٨	٠,٦٥

الصدق:

أظهرت نتائج الصدق التلازمى وجود إرتباط دال إحصائيا عند ٠,٠١ بين درجات أفراد العينة (ن=٥٢) فى هذا المقياس وبين درجاتهم فى مقياس تقدير

الذات الذى أعده عام ١٩٩١ عادل عبد الله محمد بلغت نسبته ٨٧٤,٠ وأوضحت نتائج المقارنة الطرفية المستخدمة لحساب قدرة المقياس على التمييز وذلك بعد تقسيم درجات أفراد العينة تنازليا إلى مستويين يمثل الأول منهما نسبة الـ٥٠٪ الأعلى (ن=٢٦، م=١٤٢,١٣، ع=١٠,٧٩) ويمثل المستوى الآخر نسبة الـ٥٠٪ الأدنى (ن=٢٦، م=٨٥,٦٧، ع=١١,٦٦) أوضحت النتائج وجود فروق دالة إحصائيا عند ٠,٠١ بين المستويين عند إجراء المقارنة بينهما حيث بلغت قيمة ت (١٧,٧٦). ومن ناحية أخرى أوضحت نتائج التحليل العاملى وجود ستة عوامل تتشبع عليها عبارات المقياس وذلك على النحو الموضح بالجدول التالى علما بأن قيمة (ر) بين درجة كل عبارة والعبارات الأخرى تتراوح بين ٠,٢١ ـ ٠,٨٩ هذا وقد تمت تسمية تلك العوامل كالتالى:

١ ـ التحدث مع الآخرين: وتتشبع عليه العبارات ٧ ـ ١١ ـ ١٥ ـ ٢٤ ـ ٣٢ ـ ٣٦ ـ ٤٠ ـ ٤٣.

٢ ـ التفاعل الإجتماعى: وتتشبع عليه العبارات ١ ـ ٨ ـ ١٤ ـ ١٩ ـ ٢١ ـ ٢٧ ـ ٣٣ ـ ٣٤ ـ ٤٦.

٣ ـ المظهر الجسمى: وتتشبع عليه العبارات ٣ ـ ٦ ـ ١٠ ـ ١٦ ـ ٣٠ ـ ٣٩ ـ ٤٨.

٤ ـ الإيجابية والتفاؤل: وتتشبع عليه العبارات ٢ ـ ٥ ـ ١٢ ـ ٢٠ ـ ٢٦ ـ ٢٨ ـ ٣٧ ـ ٤١.

٥ ـ الأداء الأكاديمى: وتتشبع عليه العبارات ٩ ـ ١٣ ـ ١٧ ـ ١٨ ـ ٢٢ ـ ٢٥ ـ ٣١ ـ ٣٥ ـ ٤٤.

٦ ـ العلاقات الرومانسية: وتتشبع عليه العبارات ٤ ـ ٢٣ ـ ٢٩ ـ ٣٨ ـ ٤٢ ـ ٤٥ ـ ٤٧.

جدول (٦) مصفوفة تشبعات عبارات مقياس الثقة بالنفس على العوامل المستخرجة بعد التدوير المتعامد

العبارة	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	السادس
١		٠,٥٧				
٢				٠,٤١		
٣			٠,٦٢			
٤						٠,٤٣
٥				٠,٥٣		
٦			٠,٧١			
٧	٠,٦١					
٨		٠,٥٢				
٩					٠,٦٠	
١٠			٠,٥٤			
١١	٠,٥٩					
١٢				٠,٤٦		
١٣					٠,٤١	
١٤		٠,٤٥				
١٥	٠,٧٢	٠,٣٣				
١٦			٠,٦٣			
١٧					٠,٤٣	
١٨					٠,٤٠	
١٩		٠,٦١				
٢٠				٠,٤٨		
٢١		٠,٦٩				
٢٢					٠,٤٧	
٢٣						٠,٥٢
٢٤	٠,٥٩	٠,٣٢				

obeikandl.com

تابع جدول (٦)

العبارة	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	السادس
٢٥					٠,٤١	
٢٦				٠,٦٠		
٢٧		٠,٧٣		٠,٣٢		
٢٨				٠,٥٧		
٢٩						٠,٤٥
٣٠			٠,٥٣			
٣١					٠,٤٥	
٣٢	٠,٦٣	٠,٣٤				
٣٣		٠,٥٤				
٣٤		٠,٤٩				
٣٥					٠,٤٨	
٣٦	٠,٥٧	٠,٣٣				
٣٧				٠,٥٨		
٣٨						٠,٤٧
٣٩			٠,٦٥			
٤٠	٠,٦٥	٠,٣١				
٤١				٠,٥٢		
٤٢						٠,٤٥
٤٣	٠,٦٩					
٤٤					٠,٤٠	
٤٥						٠,٥٠
٤٦		٠,٤٨				
٤٧						٠,٤٤
٤٨			٠,٦٥			٠,٣١

٤ ـ مقياس الحالة النفسية العامة (ترجمة وتعريب الباحث):

أعد هذا المقياس فى الأصل كل من Kammann & Flett (١٩٨٣) ويهدف إلى التعرف على الحالة النفسية العامة للفرد إستنادا على مدى السعادة والرضا الذين يشعر بهما وذلك إعتمادا على التوازن بين المشاعر الإيجابية والسلبية فى الخبرات السابقة. ويتألف هذا المقياس من أربعين عبارة تمثل تقريرا ذاتيا على غرار مقياس الإتزان الانفعالى الذى أعده برادبورن Bradburn 's Affect Balance Scale إلا أنه لم يكتف بالإختيار بين «نعم» و «لا» مثل مقياس برادبورن. وقد تم إمبيريقيا إختيار العبارات التى يتضمنها هذا المقياس من قائمة مبدئية للصفات والعبارات ضمت ٤٣٥ صفة وعبارة. ويعتبر المقياس الحالى Affectometer II صورة مختصرة للمقياس الأصلى المسمى Affectometer I والذى يتألف من ٩٦ عبارة تدور حول عشرة مكونات. وقد قام معدا هذا المقياس باختيار عبارتين (إحداهما موجبة والأخرى سالبة) وصفتين (واحدة موجبة والأخرى سالبة) من كل مكون وقام الباحث الحالى بتحويل الصفات المتضمنة إلى عبارات ليصبح بذلك عدد عبارات المقياس أربعين عبارة أثبتت نتائج التحليل العاملى التى أجراها أنها تتشبع على خمسة عوامل. ومن الجدير بالذكر أن نصف عبارات هذا المقياس إيجابية تمثل الخبرات الإيجابية فى المشاعر السابقة للفرد، فى حين يمثل النصف الآخر من هذه العبارات المشاعر السلبية حيث أنها عبارات سلبية. وتتمثل عبارات المقياس السلبية فى تلك التى تحمل الأرقام (٤ ـ ٧ ـ ٨ ـ ٩ ـ ١١ ـ ١٣ ـ ١٥ ـ ١٦ ـ ١٩ ـ ٢٣ ـ ٢٤ ـ ٢٥ ـ ٢٨ ـ ٣٠ ـ ٣٢ ـ ٣٣ ـ ٣٦ ـ ٣٧ ـ ٣٨ ـ ٣٩). وقد إكتفى الباحث الحالى بثلاثة إختيارات فقط أمام كل عبارة هى (نعم ـ أحيانًا ـ لا) تحصل العبارات الإيجابية على الدرجات (٢-١ صفر) على التوالى، فى حين تتبع العبارات السلبية عكس هذا التدريج. وبذلك تتراوح الدرجة الكلية للمقياس بين (صفر) معدل منخفض من السعادة والرضا ـ (٨٠) معدل مرتفع من السعادة والرضا. وليس هناك وقت محدد للإجابة على هذا المقياس.

الثبـات :

تدل معاملات الثبات التى تم التوصل إليها على أن هذا المقياس يتمتع بمعدلات ثبات مناسبة يمكن الإعتداد بها حيث بلغ معامل الثبات عن طريق إعادة الإختبار على عينة (ن = ٥٤) وذلك بعد مضى إسبوعين من التطبيق الأول ٨٧٢,٠ وباستخدام معادلة KR-20 بلغ ٧٧٦,٠ وبطريقة ألفالكرونباخ بلغ ٨٤٤,٠ وبطريقة التجزئة النصفية بلغ ٨٠٣,٠ وهى جميعًا نسب دالة عند ٠١,٠ كما أوضحت نتائج الإتساق الداخلى أن قيم (ر) بين درجة كل عبارة والدرجة الكلية للمقياس تتراوح بين ٣٤,٠ - ٨٧,٠ (جدول ٧) وهى جميعًا قيم دالة إحصائيًا حيث قيمة (ر) الجدولية عند ٠٥,٠ = ٢٧٣,٠ وعند ٠١,٠ = ٣٥٤,٠.

جدول (٧) قيم «ر» بين درجة كل عبارة
والدرجة الكلية لمقياس الحالة النفسية العامة

العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر	العبارة	ر
١	٨٧,٠	٩	٤٣,٠	١٧	٤٢,٠	٢٥	٤٠,٠	٣٣	٣٥,٠
٢	٧٨,٠	١٠	٥٧,٠	١٨	٥١,٠	٢٦	٦٤,٠	٣٤	٨٠,٠
٣	٨٤,٠	١١	٣٤,٠	١٩	٣٧,٠	٢٧	٧٣,٠	٣٥	٨٥,٠
٤	٤٦,٠	١٢	٣٩,٠	٢٠	٥٩,٠	٢٨	٣٥,٠	٣٦	٦٥,٠
٥	٨١,٠	١٣	٣٥,٠	٢١	٦٣,٠	٢٩	٧٧,٠	٣٧	٤٢,٠
٦	٥٩,٠	١٤	٦٢,٠	٢٢	٧٠,٠	٣٠	٣٤,٠	٣٨	٥٣,٠
٧	٣٧,٠	١٥	٣٦,٠	٢٣	٤٨,٠	٣١	٨٢,٠	٣٩	٣٦,٠
٨	٤١,٠	١٦	٣٤,٠	٢٤	٣٧,٠	٣٢	٤٤,٠	٤٠	٧١,٠

الصدق :

أظهرت نتائج الصدق التلازمى وجود إرتباط دال إحصائيًا عند ٠١,٠ بين درجات أفراد العينة (ن = ٥٤) فى المقياس الحالى ودرجاتهم فى مقياس الصحة

النفسية الذى أعده عام (١٩٩٢) حسن مصطفى عبد المعطى، وبينها وبين درجاتهم فى مقياس بيك للإكتئاب بلغت نسبته (٠,٨١)، (-٠,٨٣) على التوالى. وأوضحت نتائج المقارنة الطرفية المستخدمة لحساب قدرة المقياس على التمييز بعد ترتيب درجات أفراد العينة تنازليًا ثم تقسيمها إلى مستويين يمثل الأول منهما نسبة الـ ٥٠٪ الأعلى (ن = ٢٧، م = ٥٩,١٣، ع = ٧,٠٨) ويمثل المستوى الآخر نسبة الـ ٥٠٪ الأدنى (ن = ٢٧، م = ٣٣,٤١، ع = ٥,٨٢) أوضحت النتائج وجود فروق دالة إحصائيًا بين المستويين عند ٠,٠١ حيث بلغت قيمة ت (١٤,٢٩). كما أوضحت نتائج التحليل العاملى وجود خمسة عوامل تتشبع عليها عبارات هذا المقياس على النحو الموضح بالجدول التالى علمًا بأن قيمة «ر» بين درجة كل عبارة والعبارات الأخرى قد تراوحت بين ٠,٢١ - ٠,٩٢. وتمت تسمية تلك العوامل كالتالى :

١- الثقة بالنفس : وتتشبع عليه العبارات ٢-٥-٨-١٥-١٩-٢٢-٢٦-٢٧-٣٦.

٢- التفاؤل : وتتشبع عليه العبارات ١-٤-٩-١٧-١٨-٢٠-٢٨-٣٠.

٣- العلاقة بالآخرين والتفاعل معهم: وتتشبع عليه العبارات ٣-١٠-١٤-٢١-٢٤-٢٩-٣٣-٣٧-٣٩.

٤- الفاعلية ووضوح التفكير : وتتشبع عليه العبارات ٧-١٢-١٦-٢٥-٣٢-٣٤-٣٥-٤٠.

٥- البشاشة : وتتشبع عليه العبارات ٦-١١-١٣-٢٣-٣١-٣٨.

جدول (٨) مصفوفة تشبعات عبارات مقياس الحالة النفسية العامة على العوامل المستخرجة بعد التدوير المتعامد

العبارة	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس
١		٠,٥٧			
٢	٠,٦٣				
٣			٠,٥٩		
٤		٠,٦١			
٥	٠,٦٢				
٦					٠,٥٤
٧				٠,٤٩	
٨	٠,٥٣				
٩		٠,٦٧			
١٠			٠,٤٧		
١١					٠,٤٥
١٢	٠,٣٧			٠,٤٨	
١٣					٠,٥٠
١٤			٠,٤٢		
١٥	٠,٥٨		٠		
١٦				٠,٤٨	
١٧		٠,٤٩			
١٨		٠,٦٣			
١٩	٠,٥٧				
٢٠		٠,٧٢			
٢١			٠,٤٤		
٢٢	٠,٥٣				
٢٣					٠,٥١

تابع جدول (٨)

العبارة	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس
٢٤			٠,٣٩		
٢٥	٠,٤٢			٠,٥٠	
٢٦	٠,٦٢				
٢٧	٠,٧٣	٠,٣٤			
٢٨		٠,٤٨			
٢٩		٠,٣٢	٠,٤٢		
٣٠		٠,٥٠			
٣١	٠,٣٤				٠,٦١
٣٢				٠,٤١	
٣٣			٠,٤٨		
٣٤	٠,٤٨			٠,٦٠	
٣٥				٠,٤٨	
٣٦	٠,٥٤				
٣٧		٠,٣٤	٠,٤٥		
٣٨					٠,٤٨
٣٩			٠,٤١		
٤٠	٠,٤٤			٠,٥٠	

٥- مقياس ع. ش للقلق العصابى (إعداد : محمد إبراهيم عيد ١٩٩٥)

يهدف هذا المقياس إلى قياس درجة القلق العصابى لدى الأفراد، ويتألف من ٦٠ عبارة يوجد أمام كل منها خمسة إختيارات هى (مطلقًا ـ نادرًا ـ أحيانًا ـ كثيرًا ـ دائمًا) تحصل على الدرجات (١-٢-٣-٤-٥) على التوالى فتتراوح بذلك الدرجة الكلية للمقياس بين ٦٠ - ٣٠٠، وقد تم تقسيم القلق وفقًا لأوزان العبارات إلى ثلاثة مستويات هى القلق المنخفض وتتراوح درجاته بين ٦٠ - ١١٤، والقلق

المتوسط وتتراوح درجاته بين ١١٥ - ١٧١، ثم القلق العالى وتبدأ درجاته من ١٧٢ فما فوق ويضم هذا المقياس أحد عشر مقياسًا فرعيًا.

ولحساب ثبات المقياس تم إستخدام طريقة إعادة الإختبار وذلك بعد إسبوعين من التطبيق الأول على عينة من طلاب الجامعة السعوديين (ن = ٢٠٠) وكان معامل الثبات دالاً عند ٠,٠١ وباستخدام معامل ألفا لكرونباخ على عينة (ن = ٧٥) كانت معاملات ثبات المقاييس الفرعية تتراوح بين ٠,٢٣ - ٠,٦٨ بمتوسط ٠,٤٥ وجميعها قيم دالة إحصائيًا. وتراوحت قيم معاملات الإرتباط الخاصة بالتجانس الداخلى بين ٠,٤٣ - ٠,٦٨ وذلك بين درجة كل مفردة والمقياس الفرعى الذى تنتمى إليه، وبين ٠,٥٨ - ٠,٨١ بين درجة كل مقياس فرعى والدرجة الكلية للمقياس. وجميعها قيم دالة إحصائيًا.

وأوضحت نتائج الصدق التلازمى وجود إرتباطات دالة عند ٠,٠١ بين المقياس الحالى وكل من مقياس آيزنك للشخصية، ومقياس الشخصية المتعدد الأوجه، ومقياس حالة القلق، وسمة القلق بلغت نسبتها ٠,٧٥، ٠,٨٢، ٠,٦٦، ٠,٦٤ على التوالى. كما أوضحت نتائج الصدق العاملى وجود سبعة عوامل تتشبع عليها عبارات المقياس تمت تسميتها: القلق العام، والحرص الزائد، والإستجابات الفسيولوجية، والمخاوف المرضية، والحساسية الزائدة، والقابلية للإستثارة، وعدم الإرتياح.

وقد قام الباحث الحالى بإعادة تقنين المقياس على عينة من طلاب جامعة الزقازيق (ن = ٤٣) فبلغ معامل الثبات عن طريق إعادة الإختبار بعد إسبوعين من التطبيق الأول ٠,٧٠٢ وباستخدام مقياس MMPI كان معامل الصدق التلازمى ٠,٦٧٩.

الإجراءات :

- إعداد مقياس العزلة الإجتماعية، وحساب صدقه وثباته.
- إختيار أفراد العينة وتقسيمهم إلى مرتفعى ومنخفضى العزلة وذلك بحسب إستجاباتهم على مقياس العزلة الإجتماعية.

وتوضح الجداول التالية الفروق بين أفراد هذين المستويين فى العزلة الإجتماعية

حيث كانت الفروق بينهما دالة إحصائيًا عند ٠,٠١ ولم تكن الفروق بين الجنسين ذات دلالة إحصائية.

جدول رقم (٩) نتائج تحليل التباين لدرجات أفراد العينة فى العزلة الاجتماعية

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
بين الجنس	٦,٢٣	١	٦,٢٣	٠,٦٤	غير دالة
بين المستوى (مرتفع/ منخفض)	٦٢١,٤٨	١	٦٢١,٤٨	٦٣,٧٤	٠,٠١
بين الجنس × المستوى	٠,٧٤	١	٠,٧٤	٠,٠٨	غير دالة
داخل المجموعات	١٢٩٦,٠٢	١٣٣	٩,٧٥		
المجموع	١٩٢٤,٤٧	١٣٦			

ف الجدولية عند (١، ١٣٣)، ٠,٠٥ = ٣,٩١

٠,٠١ = ٦,٨١

جدول (١٠) قيمة (ت) للفرق بين متوسطات درجات أفراد المستويين فى العزلة الإجتماعية

المجموعـه	١	٢	٣	٤
١- بنون مرتفعو العزلة ن = ٣٤/ م = ٧٤,٨٥ / ع= ١٠,٥٩	-	٠,٣٨ غير دالة	١٤,٠٥ ٠,٠١	١٤,٠٣ ٠,٠١
٢- بنات مرتفعات العزلة ن = ٣٢/ م = ٧٣,٨٤ / ع = ١١,٠٣		-	١٣,٢٩ ٠,٠١	١٣,٢٨ ٠,٠١
٣- بنون منخفضو العزلة ن = ٣٦/ م = ٤٣,٥٣ / ع = ٧,٠٧			-	٠,٠٦ غير دالة
٤- بنات منخفضات العزلة ن = ٣٥/ م = ٤٣,٤٣ / ع = ٧,١٧				-

- تلا ذلك إعداد مقاييس الإكتئاب، والثقة بالنفس، والحالة النفسية العامة وحساب الصدق والثبات الخاص بكل منها.

- تطبيق الأدوات المستخدمة فى الدراسة على أفراد العينة.
- تصحيح الإستجابات وجدولة الدرجات واستخلاص النتائج ومناقشتها.

الأساليب الإحصائية :

- حساب المتوسطات الحسابية والإنحرافات المعيارية.
- إختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات.
- تحليل التباين ذو التصميم (٢×٢).
- معامل الإرتباط لبيرسون.
- التحليل العاملى (فى الجزء الخاص بالأدوات).
- تحليل الإنحدار المتعدد الخطى.
- تحليل الإنحدار المتدرج.

النتائج :

أولاً : نتائج الفرض الأول :

ينص هذا الفرض على أنه «توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة ذوى الدرجة المرتفعة وذوى الدرجة المنخفضة على مقياس العزلة الإجتماعية فى الإكتئاب، والفروق فى صالح ذوى الدرجة المنخفضة».

ولاختبار صحة هذا الفرض تم إستخدام تحليل التباين (٢×٢)، وإختبار (ت) لدلالة الفروق بين المتوسطات. وتم تلخيص النتائج فى الجداول التالية :

جدول (١٢) نتائج تحليل التباين لدرجات أفراد العينة فى الإكتئاب

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
بين الجنس	٨٥,٧٨	١	٨٥,٧٨	١,٦٢	غير دالة
بين المستوى (مرتفع/ منخفض)	٤٤٤,٨٤	١	٤٤٤,٨٤	٨,٣٨	٠,٠١
بين الجنس × المستوى	٥٥,٩٧	١	٥٥,٩٧	١,٠٥	غير دالة
داخل المجموعات	٧٠٦٣,٤٤	١٣٣	٥٣,١١		
المجموع	٧٦٥٠,٠٣	١٣٦			

جدول (١٣) قيمة (ت) للفرق بين متوسطات
درجات أفراد المستويين فى الإكتئاب

المستوى	ن	م	ع	ت	الدلالة
مرتفعو العزلة	٦٦	٣٦,٤١	٦,٢٠	٢,٩١	٠,٠١
منخفضو العزلة	٧١	٣٢,٨٠	٨,١١		

جدول (١٤) قيمة (ت) للفرق بين متوسطات درجات
المجموعات الفرعية فى الإكتئاب وفقًا لمستوى العزلة والجنس

المجموعـه	١	٢	٣	٤
١- بنون مرتفعو العزلة ن = ٣٤/ م = ٣٧,٨٢ / ع= ٥,٧٦	-	١,٩٤ ٠,٠٥	٢,٧٧ ٠,٠١	٢,٩٥ ٠,٠١
٢- بنات مرتفعات العزلة ن = ٣٢/ م = ٣٤,٩١ / ع = ٦,٣٠		-	١,٠٨ غير دالة	١,٢٤ غير دالة
٣- بنون منخفضو العزلة ن = ٣٦/ م = ٣٢,٩٤ / ع = ٨,١٥			-	٠,١٤ غير دالة
٤- بنات منخفضات العزلة ن = ٣٥/ م = ٣٢,٦٦ / ع = ٨,٠٦				-

ويتضح من جدول (١٢) وجود فروق دالة بين مرتفعى ومنخفضى العزلة فى الإكتئاب، ويتضح من جدول (١٣) أن هذه الفروق فى صالح المجموعة ذات المتوسط الأصغر أى الأقل إكتئابًا وهى مجموعة منخفضى العزلة. ويتضح من جدول (١٤) أن أكثر المجموعات إحساسًا بالإكتئاب هى مجموعة البنين مرتفعى العزلة.

وتحقق هذه النتائج صحة الفرض الأول.

ثانيا : نتائج الفرض الثانى :

وينص هذا الفرض على أنه «توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة ذوى الدرجة المرتفعة وذوى الدرجة المنخفضة على مقياس

العـزلة الإجتماعية فى القلـق العصـابى، والفـروق فـى صالـح ذوى الدرجـة المنخفضة».

ولاختبار صحة هذا الفرض تم إستخدام نفس الإجراءات المتبعة فى إختبار صحة الفرض الأول. وقد تم تلخيص النتائج فى الجداول التالية :

جدول (١٥) نتائج تحليل التباين لدرجات أفراد العينة فى القلق العصابى

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
بين الجنس	٧٢,٨	١	٧٢,٨	٠,١٥	غير دالة
بين المستوى (مرتفع/ منخفض)	٣٠٧٩,١٩	١	٣٠٧٩,١٩	٦,٣٥	٠,٠٥
بين الجنس × المستوى	١٥,٨٩	١	١٥,٨٩	٠,٠٣	غير دالة
داخل المجموعات	٦٤٤٨٧,٦٢	١٣٣	٤٨٤,٨٧		
المجموع	٦٧٦٥٥,٥٠	١٣٦			

جدول (١٦) قيمة (ت) للفرق بين متوسطات درجات أفراد المستويين فى القلق العصابى

المستوى	ن	م	ع	ت	الدلالة
مرتفعو العزلة	٦٦	١٦٩,٦٤	١٤,٥٢	٣,٩١	٠,٠١
منخفضو العزلة	٧١	١٦٠,١١	١٣,٩٤		

جدول (١٧) قيمة (ت) للفرق بين متوسطات درجات المجموعات الفرعية فى القلق العصابى وفقًا لمستوى العزلة والجنس

المجموعـــه	١	٢	٣	٤
١- بنون مرتفعو العزلة ن = ٣٤/ م = ١٦٩,٠٣ / ع= ١٥,٢٩	-	٠,٣١ غير دالة	٢,٨٢ ٠,٠١	٢,٢٠ ٠,٠٥
٢- بنات مرتفعات العزلة ن = ٣٢/ م = ١٧٠,٠٩/ع = ١٢,٣٧		-	٣,٤٧ ٠,٠١	٢,٧٦ ٠,٠١
٣- بنون منخفضو العزلة ن = ٣٦/ م = ١٥٩,٠٦ /ع= ١٣,١٤			-	٠,٦٠ غير دالة
٤- بنات منخفضات العزلة ن = ٣٥/ م = ١٦١,٠٦/ع = ١٣,٨٥				-

ويتضح من جدول (١٥) وجود فروق دالة إحصائيًا بين مرتفعى ومنخفضى العزلة فى القلق العصابى، ويتضح من جدول (١٦) أن هذه الفروق فى صالح المجموعة ذات المتوسط الأصغر وهى مجموعة منخفضى العزلة. ويتضح من جدول (١٧) أن هذه الفروق فى صالح مجموعتى البنات والبنين منخفضى العزلة وتحقق هذه النتائج صحة الفرض الثانى.

ثالثًا : نتائج الفرض الثالث :

وينص هذا الفرض على أنه «توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة ذوى الدرجة المرتفعة وذوى الدرجة المنخفضة على مقياس العزلة الإجتماعية فى الثقة بالنفس، والفروق فى صالح ذوى الدرجة المنخفضة».

ولاختبار صحة هذا الفرض تم إستخدام نفس الإجراءات السابقة، وتم تلخيص النتائج فى الجداول التالية.

جدول (١٨) نتائج تحليل التباين لدرجات أفراد العينة فى الثقة بالنفس

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
بين الجنس	٢٢٨,٧٢	١	٢٢٨,٧٢	١,٦٧	غير دالة
بين المستوى (مرتفع/ منخفض)	١١٠٣,٨٩	١	١١٠٣,٨٩	٨,٠٨	٠,٠١
بين الجنس × المستوى	٠,٨٣	١	٠,٨٣	٠,٠٠٦	غير دالة
داخل المجموعات	١٨١٨٠,٧٢	١٣٣	١٣٦,٧		
المجموع	١٩٥١٤,١٦	١٣٦			

جدول (١٩) قيمة (ت) للفرق بين متوسطات درجات أفراد المستويين فى الثقة بالنفس

المستوى	ن	م	ع	ت	الدلالة
مرتفعو العزلة	٦٦	٦٦,٥٣	١١,٤٩	٢,٨٥	٠,٠١
منخفضو العزلة	٧١	٧٢,٢١	١١,٦٩		

جدول (٢٠) قيمة (ت) للفرق بين متوسطات درجات المجموعات الفرعية للعينة فى الثقة بالنفس وفقًا لمستوى العزلة والجنس

المجموعة	١	٢	٣	٤
١- بنون مرتفعو العزلة ن = ٣٤/ م = ٦٥,٢٩ / ع= ٩,٧١	-	٠,٩٠ غير دالة	٢,١٨ ٠,٠٥	٢,٩٩ ٠,٠١
٢- بنات مرتفعات العزلة ن = ٣٢/ م = ٦٧,٨٤ / ع = ١٢,٩٩		-	١,٠٤ غير دالة	١,٨٢ ٠,٠٥
٣- بنون منخفضو العزلة ن = ٣٦/ م = ٧٠,٩٢ / ع = ١٠,٩٤			-	٠,٩١ غير دالة
٤- بنات منخفضات العزلة ن = ٣٥/ م = ٧٣,٥٤ / ع = ١٢,٢٧				-

ويتضح من جدول (١٨) وجود فروق دالة بين مرتفعى ومنخفضى العزلة فى الثقة بالنفس. ويتضح من جدول (١٩) أن هذه الفروق فى صالح المجموعة ذات المتوسط الأكبر وهى مجموعة منخفضى العزلة.

ويتضح من جدول (٢٠) أن أكثر المجموعات ثقة بالنفس هى مجموعة البنات منخفضات العزلة، تليها مجموعة البنين منخفضى العزلة. وتحقق هذه النتائج صحة الفرض الثالث.

رابعاً : نتائج الفرض الرابع :

وينص هذا الفرض على أنه: «توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين طلاب الجامعة ذوى الدرجة المرتفعة وذوى الدرجة المنخفضة على مقياس العزلة الإجتماعية فى الحالة النفسية العامة، والفروق فى صالح ذوى الدرجة المنخفضة».

ولاختبار صحة هذا الفرض تم إستخدام نفس الإجراءات السابقة، وتم تلخيص النتائج فى الجداول التالية :

جدول (٢١) نتائج تحليل التباين لدرجات أفراد العينة فى الحالة النفسة العامة

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة
بين الجنس	٨٣,٧٦	١	٨٣,٧٦	١,٦٠	غير دالة
بين المستوى (مرتفع/ منخفض)	٨٦٥,٨٠	١	٨٦٥,٨٠	١٦,٥٠	٠,٠١
بين الجنس × المستوى	٠,٤١	١	٠,٤١	٠,٠٠٨	غير دالة
داخل المجموعات	٦٩٧٧,٧٨	١٣٣	٥٢,٤٧		
المجموع	٧٩٢٧,٧٥	١٣٦			

جدول (٢٢) قيمة (ت) للفرق بين متوسطات درجات أفراد المستويين فى الحالة النفسية العامة

المستوى	ن	م	ع	ت	الدلالة
مرتفعو العزلة	٦٦	٣١,٧٦	٧,٩٨	٤,٠٩	٠,٠١
منخفضو العزلة	٧١	٣٦,٧٩	٦,٣٤		

جدول (٢٣) قيمة (ت) للفرق بين متوسطات درجات المجموعات الفرعية للعينة فى الحالة النفسية العامة وفقًا لمستوى العزلة والجنس

المجموعـــه	١	٢	٣	٤
١- بنون مرتفعو العزلة ن = ٣٤/ م = ٣١,٢١ / ع= ٧,٦٥	-	٠,٥٧ غير دالة	٢,٥٧ ٠,٠١	٣,٩٦ ٠,٠١
٢- بنات مرتفعات العزلة ن = ٣٢/ م = ٣٢,٣٤ / ع = ٨,٢٨		-	١,٨٦ ٠,٠٥	٣,١٠ ٠,٠١
٣- بنون منخفضو العزلة ن = ٣٦/ م = ٣٥,٨٦ / ع = ٦,٩٣			-	١,٢١ غير دالة
٤- بنات منخفضات العزلة ن = ٣٥/ م = ٣٧,٧٤ / ع = ٥,٥٢				-

ويتضح من جدول (٢١) وجود فروق دالة بين مرتفعى ومنخفضى العزلة فى الحالة النفسية العامة، ويتضح من جدول (٢٢) أن هذه الفروق فى صالح المجموعة ذات المتوسط الأكبر وهى مجموعة منخفضى العزلة. ويتضح من جدول (٢٣) أن مجموعة البنات منخفضات العزلة هى الأكثر سعادة ورضا، تليها مجموعة البنين منخفضى العزلة.

وتحقق هذه النتائج صحة الفرض الرابع.

خامسًا : نتائج الفرض الخامس :

وينص هذا الفرض على أنه: «لاتوجد فروق دالة إحصائيًا بين الجنسين من طلاب الجامعة ذوى الدرجة المرتفعة وذوى الدرجة المنخفضة على مقياس العزلة الإجتماعية فى كل من الإكتئاب، والقلق العصابى، والثقة بالنفس، والحالة النفسية العامة».

ولاختبار صحة هذا الفرض تم إستخدام الإجراءات المتبعة فى الفروض الأربعة السابقة والتى توضح جداولها نتائج هذا الفرض، إذ يتضح من جدول (١٢) أن

الفروق بين الجنسين فى الإكتئاب غير دالة، ويتضح من جدول (١٥) أن الفروق بينهما فى القلق العصابى غير دالة، ويتضح من جدول (١٨) عدم دلالة الفروق بينهما فى الثقة بالنفس، كما يتضح من جدول (٢١) عدم دلالة الفروق بينهما أيضًا فى الحالة النفسية العامة.

وتحقق هذه النتائج صحة الفرض الخامس.

سادسًا : نتائج الفرض السادس :

وينص هذا الفرض على أنه: «توجد علاقة إرتباطية دالة إحصائيًا بين العزلة الإجتماعية وكل من الإكتئاب، والقلق العصابى، والثقة بالنفس، والحالة النفسية العامة كل على حدة».

ولاختبار صحة هذا الفرض تم إستخدام معامل الإرتباط بين العزلة الإجتماعية وكل متغير من هذه المتغيرات، وتم تلخيص النتائج فى الجدول التالى :

جدول (٢٤) معاملات الإرتباط بين العزلة الإجتماعية والمتغيرات المتضمنة فى الدراسة

المجموعة / المتغير	الإكتئاب	القلق العصابى	الثقة بالنفس	الحالة النفسية العامة
مرتفعو العزلة	٠,٤٦**	٠,٣٧**	-٠,٤٧**	-٠,٤١**
منخفضو العزلة	٠,٣٥**	٠,٢٦*	-٠,٤٣**	-٠,٣٩**
العينة الكلية	٠,٤٧**	٠,٣٩**	-٠,٤٨**	-٠,٣٥**

* دالة عند ٠,٠٥ ** دالة عند ٠,٠١

ويتضح من الجدول أن قيم معاملات الإرتباط بين العزلة والإكتئاب، وكذلك بين العزلة والقلق العصابى إيجابية ودالة إحصائيًا، وكذلك فقيم معاملات الإرتباط بينها وبين الثقة بالنفس، وبينها وبين الحالة النفسية العامة سالبة ودالة إحصائيًا، وذلك لمرتفعى العزلة، ومنخفضى العزلة، والعينة الكلية.

وتحقق هذه النتائج صحة الفرض السادس.

سابعاً : نتائج الفرض السابع :

وينص هذا الفرض على أنه: «يمكن التنبؤ بدرجة العزلة الإجتماعية لدى طلاب الجامعة من درجاتهم فى كل من الإكتئاب، والقلق العصابى، والثقة بالنفس، والحالة النفسية العامة وذلك بدرجة دالة إحصائيًا».

ولاختبار صحة هذا الفرض تم إستخدام تحليل الإنحدار المتعدد الخطى على إعتبار العزلة الإجتماعية كمتغير تابع وكل من الإكتئاب، والقلق العصابى، والثقة بالنفس، والحالة النفسية العامة كمتغيرات مستقلة وذلك على العينة الكلية للدراسة (ن = ١٣٧) وذلك لتحديد نسبة إسهام المتغيرات المستقلة مجتمعة فى درجة العزلة الإجتماعية لطلاب الجامعة. كما تم إستخدام تحليل الإنحدار المتدرج لتحديد المتغيرات التى لها قدرة تنبؤية بدرجة العزلة الإجتماعية لدى طلاب الجامعة، وتحديد نسبة إسهام كل منها فى هذه الدرجة. وقد تم تلخيص النتائج فى الجدولين التاليين:

جدول (٢٥) نتائج تحليل التباين (إختبار ف) الخاص بمربع معامل الإرتباط المتعدد (ر٢) الدال على العلاقة بين درجة العزلة الإجتماعية والمتغيرات المستقلة مجتمعة (ن = ١٣٧)

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجات الحرية	متوسط المربعات	ف	ر	ر٢
النموذج	٢١٣٦٨,٥٢	٤	٥٣٤٢,١٣	**٣٩,٣٧	٠,٧٣٧٦	٠,٥٤٤١
الخطأ	١٧٩١١,٣٥	١٣٢	١٣٥,٦٩			
الكلى	٣٩٢٧٩,٨٧	١٣٦				

** دالة عند ٠,٠١

جدول (٢٦) نتائج تحليل الإنحدار المتدرج للتنبؤ بدرجة العزلة الإجتماعية لطلاب الجامعة (ن = ١٣٧)

رقم الخطوط	المتغير الداخل	ر الجزئى	ر٢ الجزئى	ر٢ النموذج	معامل الإنحدار	الخطأ المعيارى	النسبة الفائية	الدلالة
١	الإكتئاب	٠,٢٠٥	٠,٠٤٢	٠,٧٥٢	٠,٥٠٤	٠,٢٠٩	٥,٨٣	٠,٠١
٢	القلق العصابى	٠,٤٠٥	٠,١٦٤	٠,٨٠٢	٠,٢٥٩	٠,٠٥١	٢٦,١٧	٠,٠٠١
٣	الثقة بالنفس	٠,٣٤٢	٠,١١٧	٠,٨٢٥	-٠,٣٤٦	٠,٠٨٣	١٧,٥٦	٠,٠٠١

الثابت = ١٨,٠٦٣

ويتضح من جدول (٢٥) أن المتغيرات المستقلة مجتمعة لهانسبة مساهمة مقدارها ٥٤,٤١٪ فى درجة العزلة الاجتماعية لطلاب الجامعة، أى أنها تنبأ بدرجة العزلة بمقدار هذه النسبة. ويتضح من جدول (٢٦) أن الإكتئاب ينبأ بدرجة العزلة الإجتماعية بنسبة مساهمة تساوى ٤,٢٪ وهى دالة عند مستوى ٠,٠١ (ف = ٥,٨٣). وأن القلق العصابى ينبأ بدرجة العزلة بنسبة مساهمة تساوى ١٦,٤٪ وهى دالة عند ٠,٠٠١ (ف = ٢٦,١٧). وأن الثقة بالنفس تنبأ بدرجة العزلة بنسبة مساهمة تساوى ١١,٧٪ وهى دالة عند ٠,٠٠١ (ف = ١٧,٥٦). بينما لاتنبأ الحالة النفسية العامة بدرجة العزلة الإجتماعية لطلاب الجامعة بنسبة دالة إحصائيًا. وتحقق هذه النتائج صحة الفرض السابع إلى حد كبير.

مناقشة النتائج وتفسيرها :

أوضحت نتائج الفرض الأول أن مرتفعى العزلة أكثر إكتئابًا من منخفضى العزلة حيث كانت الفروق بينهما دالة عند ٠,٠١ وقد يرجع ذلك إلى أن العزلة الإجتماعية الناتجة عن إنسحاب الفرد بعيدًا عن الآخرين وتحاشى الإختلاط بهم إنما تنم عن ضعف فى المهارات الإجتماعية يساهم فى فرض ضغوط عصبية عليه تعمل على رفع مستوى شعوره بالإكتئاب. وتؤكد نتائج الدراسات السابقة أنه كلما زادت عزلة الفرد فإنه لايشعر بالإندماج مع من حوله، ويغلب عليه الإنشغال والقلق وفقدان الشهية والحزن والتشاؤم، والشعور بالفشل، وعدم الرضا عن الحياة

والذات، والتردد، والشعور بالضجر والحزن والتشاؤم، والشعور بالفشل، وعدم الرضا عن الحياة والذات، والتردد، والشعور بالضجر والملل والغضب والإرتباك. وهذا يدفعه إلى التمركز حول الذات، وتقليص علاقاته الإجتماعية، والإنسحاب بعيداً عن الآخرين وتجنبهم والنفور منهم. وجميع هذه الأعراض يدل على الإكتئاب، كما أنه دائمًا مايلوم نفسه على السلبية التى يعيشها من جراء إنسحابه بعيداً عن الآخرين وعدم قدرته على إتخاذ أى قرارات فى حياته، وهذا من شأنه أن يزيد من شعوره بالإكتئاب.

وتوضح نتائج الفرض الثانى أن أعراض القلق العصابى تظهر لدى مرتفعى العزلة بدرجة أكبر من أقرانهم منخفضى العزلة حيث كانت الفروق بينهما دالة عند ٠,٠٥ ويرجع ذلك إلى أن المستوى المرتفع من التجنب الإجتماعى، والخوف من الإلتحام بالواقع، والعيش فى كنف عزلة نفسية وإجتماعية بماينطوى عليه من معنى فقدان الأمن، والتمركز حول الذات والإلتصاق بها على حساب الواقع، وشدة الحساسية وتقلب المزاج يؤدى إلى درجة مرتفعة من القلق العصابى.

وإلى جانب ذلك فإن العزلة التى يعيش فيها الفرد ويفرضها على نفسه نتيجة ضعف مهاراته الإجتماعية إنما تجعله غير قادر على أن يصل إلى إجابة مقنعة للسؤال «من أنا» مما ينتج عنه عدم قدرته على تعيين هوية معينة لنفسه وإعطاء معنى لحياته، وهو ما يجعله يعيش نهبًا لمشاعر الإثم والقلق فيشعر بالخوف من المجهول، وتوقع الشر، والإسترسال فى أحلام اليقظة، وسرعة القابلية للإستثارة، والإحساس بعدم الاستقرار، والترقب المشدود. وجميعها يعبر عن القلق العصابى. وتتفق هذه النتيجة مع نتيجة الفرض الأول حيث يؤكد العديد من الباحثين على وجود قدر كبير من التداخل بين الإكتئاب والقلق العصابى على الرغم من أن كلاً منهما يمثل كيانًا مستقلاً، ومع ذلك فهما غالبًا مايتواجدان معًا فى نفس الشخصية، ويشكل تداخلهما معًا من الوجهة الطبية جزءاً من تصنيف أكثر عمومية يسمى الإنعصاب السيكلوجى العام أو الزملة المستدخله. internalizing Syndrome ويرى Watson & Clark (١٩٨٤) أن هذا التداخل

يندرج تحت مايعرف بالوجدان السلبى، ويصور البعض الآخر هذا التداخل على أنه متصل له طرفان يقع الإكتئاب على أحدهما ويقع القلق على الطرف الآخر، ويتحدد موقع معين للفرد على هذا المتصل، إلا أن هذا الموقع يمكن أن يتغير مع مرور الوقت.

وأوضحت نتائج الفرض الثالث أن مرتفعى العزلة أقل ثقة بأنفسهم من منخفضى العزلة حيث كانت الفروق بينهما دالة عند ٠,٠١ ويمكن تفسير ذلك بأن الفرد حينما يفشل فى تكوين علاقات وطيدة مع الآخرين يميل إلى الوحدة والعزلة، وينسحب من الجماعة، وتنمو لديه مشاعر الخجل والتهيب، ومشاعر النقص والدونية. وقد أكدت الدراسات السابقة على أن العزلة الإجتماعية ترتبط بالرؤية السلبية للذات ومايتبعها من إنخفاض تقدير الذات الذى ربما يمنع الأفراد من تكوين علاقات مع الآخرين تتسم بالنجاح والإستمرار والإستقرار حيث تتكون لديهم صورة سلبية لذواتهم تجعلهم يعتقدون أن الآخرين ينظرون إليهم نظرة سلبية فيخشون من المبادأة والإتصال بالآخرين، وهذا يقلل من إحساسهم بقيمتهم مما يحولهم إلى فاقدين للثقة بأنفسهم، ويزداد هذا الإحساس كلما زادت عزلة الفرد الإجتماعية. ومن ناحية أخرى فإن عدم قدرة هؤلاء الأفراد على تعيين هوية معينة لأنفسهم وتحديد معنى لحياتهم يفقدهم ثقتهم بأنفسهم ويجعلهم غير قادرين على المبادأة وتقرير المصير.

وتوضح نتائج الفرض الرابع أن مشاعر السعادة والرضا والتى تعكس الحالة النفسية العامة للفرد تقل لدى مرتفعى العزلة قياسًا بمنخفضى العزلة حيث كانت الفروق بينهما دالة عند ٠,٠١ وقد يرجع ذلك إلى زيادة إحساسهم بالمشاعر الإكتئابية، وظهور أعراض القلق العصابى لديهم بدرجة أكبر، وإنسحابهم بعيداً عن الآخرين وإحساسهم بالنقص والدونية، وإنخفاض معدل ثقتهم بأنفسهم، وزيادة معاناتهم النفسية، وشدة الحساسية، وتقلب المزاج، ومشاعر الملل والسأم، وإنتقادات الذات، والقصور فى المهارات الإجتماعية، والتقليل من شأن ذواتهم مما يعرضهم للعديد من النتائج المعاكسة بالنسبة لهم، وهو ما يؤدى إلى نقص

الرضا عن أنفهسم وعن حياتهم، وبالتالى يقل إحساسهم بالسعادة، ويصعب تأقلمهم مع ماحولهم ومن حولهم، ومن ثم يصعب توافقهم مع الآخرين، وهو ما أكدته الدراسات التى تناولت التوافق بأبعاده المختلفة لدى المنعزلين إجتماعيًا حيث يرى Shea et. al. (١٩٩٠) أنهم يكونون أقل من غيرهم فى التوافق الإجتماعى، وفى أدائهم الإجتماعى، كما يقلون أيضًا فى إحساسهم بالرفاهية والسعادة، وفى قدراتهم على المسايرة سواء مسايرة الآخرين أو مسايرة أحداث الحياة اليومية. ويرى Palinkas & Browner (١٩٩٥) أن الإسلوب الذى يتبعونه فى المسايرة هو إسلوب الإجتناب.

وتدل نتائج الفرض الخامس على أنه لاتوجد فروق دالة إحصائيًا بين الجنسين من مرتفعى ومنخفضى الشعور بالعزلة فى الإكتئاب، والقلق العصابى، والثقة بالنفس، والحالة النفسية العامة، وقد يرجع ذلك إلى عينة البحث والتى يتضح منذ البداية أنه قد تم إختيارها بحيث لاتوجد فروق دالة إحصائيًا بين الجنسين فى العزلة الإجتماعية، إضافة إلى أنهما يعيشان فى نفس المجتمع بثقافته وعاداته وتقاليده، ويتعرضان لنفس الظروف تقريبًا بما تفرضه عليهما من قيود وضغوط وماتتيحه لهما من أنشطة. كما أن حاجاتهما الإجتماعية تكاد لاتختلف تقريبًا فى هذه المرحلة العمرية. وهذا يجعل من الطبيعى ألا توجد فروق دالة بينهما فى المتغيرات والخصائص النفسية أو الإجتماعية التى ترتبط بالعزلة الإجتماعية.

وتدل نتائج الفرض السادس على وجود علاقة إرتباطية موجبة بين العزلة الإجتماعية وكل من الإكتئاب والقلق العصابى كل على حدة، وعلى وجود علاقة إرتباطية سالبة ودالة بين العزلة الإجتماعية وكل من الثقة بالنفس والحالة النفسية العامة كل على حدة. ويمكن تفسير ذلك بأنه كما يتضح من نتائج الفرض الأول وتفسيرها أن زيادة درجة العزلة ترتبط بزيادة الضعف فى المهارات الإجتماعية مما يدفع الفرد كما ترى هورنى إلى التحرك بعيدًا عن الآخرين، ويزداد بالتالى إحساسه بالحزن والتشاؤم والملل والفشل والتردد والضجر والإرتباك والتى تعبر جميعًا عن مشاعر إكتئابية. أى أنه كلما زاد إحساس الفرد بالعزلة زادت المشاعر

الإكتئابية لديه، وهو ما يتفق مع نتائج الفرض الأول، ويدل على وجود علاقة إرتباطية موجبة ودالة بين العزلة والإكتئاب. كما يؤدى به ذلك إلى التمركز حول الذات وشدة الحساسية وتقلب المزاج، وزيادة مشاعر القلق العام، والترقب وعدم الإستقرار، والخوف من المجهول، وهو ما يتفق مع نتائج الفرض الثانى، ويدل على أنه كلما زادت عزلة الفرد زادت لديه أعراض القلق العصابى، وهو ما يدل على وجود علاقة إرتباطية موجبة ودالة بين العزلة الإجتماعية والقلق العصابى. ومن ناحية أخرى فإن نقص المهارات الإجتماعية للفرد وإنسحابه بعيدًا عن الآخرين وتجنبه لهم يؤدى به إلى الخوف منهم وشعوره بالنقص والدونية والنظرة السلبية للذات، وإنخفاض تقديره لذاته، والتقليل من إحساسه بقيمته، وهو ما يؤثر سلبًا على ثقته بنفسه والتى تقل مع زيادة العزلة. وهذا يتفق بطبيعة الحال مع نتائج الفرض الثالث، ويدل على وجود علاقة سلبية دالة بين العزلة والثقة بالنفس، أى أنه كلما زادت عزلة الفرد قلت ثقته بنفسه، والعكس صحيح. ويدفعه كل ما سبق إلى نقص الإحساس بالرضا عن الذات وعن الحياة بوجه عام مما يصعب معه التوافق سواء الشخصى أو الإجتماعى، ويقل بالتالى إحساسه بالسعادة، وهو ما يتفق مع نتائج الفرض الرابع ويدل على وجود علاقة سلبية دالة بين العزلة والحالة النفسية العامة تعنى أنه كلما زادت عزلة الفرد قل إحساسه بالرضا والسعادة، والعكس صحيح.

وأوضحت نتائج الفرض السابع أنه يمكن من خلال المتغيرات المستقلة موضوع الدراسة التنبؤ بدرجة العزلة الإجتماعية لطلاب الجامعة وذلك إلى حد كبير، وبالرجوع إلى جدول (٢٥) يتضح أن قيمة مربع معامل الإرتباط المتعدد (ر٢) تساوى ٠,٥٤٤١ وهى نسبة دالة إحصائيًا عند ٠,٠١ وتدل هذه النتيجة على وجود علاقة خطية متعددة ذات دلالة إحصائية ومقدراها ٠,٧٣٧٦ بين درجة العزلة الإجتماعية وبين المتغيرات المستقلة مجتمعة، وتساهم تلك المتغيرات بنسبة ٥٤,٤١٪ من تباين قيمة المتغير التابع (العزلة الإجتماعية). ويشير ذلك إلى أن هناك نسبة لها إعتبارها من هذا التباين للمتغير التابع ومقدارها ٤٥,٥٩٪ لا تعزى

إلى المتغيرات المستقلة المستخدمة فى الدراسة الحالية، الأمر الذى يشير إلى أن هناك متغيرات أخرى مستقلة غير متضمنة فى هذه الدراسة يحتمل أن تساهم فى رفع نسبة هذا التباين، وبالتالى فى زيادة إمكانية التنبؤ بدرجة العزلة الإجتماعية بين الشباب الجامعى.

ويتضح من نتائج تحليل الإنحدار المتدرج (جدول ٢٦) أن متغيرات الإكتئاب، والقلق العصابى، والثقة بالنفس تشكل معًا أفضل فئة نوعية منتقاة من المتغيرات الأربعة المستقلة المستخدمة فى الدراسة الحالية. وبلغ معامل التحديد النهائى للنموذج (ر٢ للنموذج) المصاحب لدخول تلك المتغيرات إلى نموذج الإنحدار المتعدد ٨٢٥, ٠ تقريبًا، وهو دال إحصائيًا عند ٠١, ٠. ويتضح من الجدول أيضًا أن قيم مربع معامل الإرتباط الجزئى المتعدد (ر٢ الجزئى) المصاحب لدخول تلك المتغيرات إلى نموذج الإنحدار تراوحت بين ٤٢, ٠ - ١٦٤, ٠ وتلك القيم دالة إحصائيًا. وتدل هذه النتائج على الإسهام النسبى لكل من تلك المتغيرات فى تفسير تباين العزلة الإجتماعية للشباب الجامعى، ويتراوح هذا الإسهام بين ٤,٢٪ - ١٦,٤٪.

وتتفق هذه النتيجة مع نتائج الفروض الأول والثانى والثالث والرابع والسادس، ولايخرج تفسيرها عما ورد فى تفسير هذه الفروض. أما كون الحالة النفسية العامة بما تعكسه من رضا وسعادة تجمع بين المشاعر الإيجابية والسلبية فى الخبرات السابقة للفرد لاتنبأ بدرجة العزلة الإجتماعية بنسبة دالة إحصائيًا فقد يرجع إلى أن عينة الدراسة ليست عينة مرضية، كما أنهم وإن نقص إحساسهم بالرضا والسعادة فمن الطبيعى أن يجدوا بعض الرضا والسعادة فى عدد من الأنشطة وإن كانت فردية، ولكنها مع ذلك لا تلعب دوراً إيجابيًا فى حياتهم وفى عزلتهم الإجتماعية.

* * *

المراجـع

١- إبراهيم قشقوش : خبرة الإحساس بالوحدة النفسية. قطر، حوليه كلية التربية جامعة قطر ١٩٨٣، ع٢.

٢- ـ ـ ـ ـ ـ ـ : مقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلاب الجامعات. القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية ١٩٧٩.

٣- أحمد عكاشة : الطب النفسى المعاصر. ط ٨ ـ القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية ١٩٩٢.

٤- أنطونى ستور: فن العلاج النفسى. ترجمة لطفى فطيم. القاهرة، مكتبة النهضة المصرية ١٩٩١.

٥- باربرا إنجلر : مدخل إلى نظريات الشخصية. ترجمة فهد دليم. الطائف، مطبوعات نادى الطائف الأدبى ١٩٩١.

٦- حسن مصطفى عبد المعطى : ضغوط أحداث الحياة وعلاقتها بالصحة النفسية وبعض متغيرات الشخصية. الزقازيق، مجلة كلية التربية بالزقازيق ١٩٩٢، ع١٩، ج١.

٧- زكريا الشربينى : الإحصاء وتصميم التجارب فى البحوث النفسية والتربوية والإجتماعية. القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية ١٩٩٥.

٨- سيمون عبد الحميد متولى : علاقة بعض المتغيرات النفسية والإجتماعية بالشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين؛ دراسة سيكومترية

ودينامية. رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية جامعة الزقازيق ١٩٩٥.

٩- عادل عبد الله محمد : مقياس تقدير الذات للمراهقين والراشدين. القاهرة، مكتبة الأنجلو المصرية ١٩٩١.

١٠- عبد السلام عبد الغفار: مقدمة فى الصحة النفسية. القاهرة، دار النهضة العربية ١٩٧٦.

١١- على خضر ومحمد محروس الشناوى: الإكتئاب وعلاقته بالوحدة النفسية وتبادل العلاقات الإجتماعية. فى: بحوث المؤتمر السنوى الرابع لعلم النفس فى مصر. الجمعية المصرية للدراسات النفسية ١٩٨٨.

١٢- غريب عبد الفتاح غريب : مقياس الإكتئاب. القاهرة، مكتبة النهضة المصرية ١٩٨٥.

١٣- فؤاد البهى السيد : علم النفس الإجتماعى. ط٢ - القاهرة، دار الفكر العربى ١٩٨١.

١٤- ـــــــــــ : علم النفس الإحصائى وقياس العقل البشرى. ط ٣ ـ القاهرة ، دار الفكر العربى ١٩٧٩.

١٥- ـــــــــــ : الجداول الإحصائية لعلم النفس والعلوم الإنسانية الأخرى. ط١ ـ القاهرة، دار الفكر العربى ١٩٥٨.

١٦- كمال دسوقى ومحمد بيومى خليل : إستمارة المستوى الإقتصادى الإجتماعى. فى: «محمد بيومى خليل : مستوى الطموح ومستوى القلق وعلاقتهما ببعض سمات الشخصية لدى الشباب الجامعى. رسالة دكتوراة غير منشورة، كلية التربية جامعة الزقازيق ١٩٨٤».

١٧- لويس كامل مليكة : مقياس الشخصية المتعدد الأوجه. القاهرة، مكتبة النهضة المصرية ١٩٦٦.

١٨- محمد إبراهيم عيد : مستوى القلق وعلاقته بالتحصيل الدراسى لدى طلاب المرحلتين الثانوية والجامعية. المؤتمر الدولى الثانى لمركز الإرشاد النفسى بجامعة عين شمس. القاهرة ٢٥- ٢٧/ ١٢/ ١٩٩٥.

١٩- مصطفى فهمى : التكيف النفسى. القاهرة، مكتبة مصر ١٩٩١.

٢٠- هول ولندزى : نظريات الشخصية. ترجمة فرج أحمد فرج. القاهرة، دار الفكر العربى ١٩٦٩.

21- American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual Of Mental Disorder. 3rd ed. (DSM- III). Washington; D.C; 1980 (DSM- IIIR, 1987). author.

22- American Psychiatric Association: Diagnostic and Statistical Manual Of Mental Disorders. 4th ed. (DSM- IV)- Washington, D.C; 1994. autor.

23- Barber, James G.: Evaluating Parent education groups: Effects On sense Of Comptence and Social Isolation. Research On Social Work Practice, 1992, 2, 1, 28- 38.

24- Bassuk, Ellen L. & Rubin, Lenore; Homeless Children: A neglected Population. American Journal Of Orthopsychiatry, 1987, 57, 2, 279- 286.

25- Bemak, Fred & Greenberg, Byron; South east Asian refugee adolescents: Implications for Counseling. Journal Of Multicultural Counseling and Development, 1994, 22, 2, 115- 124.

26- Berg, J.H. & Peplau, L.; Loneliness: The relation Of Self - disclosure

and androgyny. Personality and social Psychology Bulletin, 1982, 8.

27- Blechman, Eliane A. & Culhane, Sara E.: Aggressive, depressive, Prosocial Coping with affective Challenges in early adolescence. Journal of Early Adolescence, 1993, 13, 4, 361 - 382.

28- Boivin, Michel et. al.; The roles of Social withdrawal, Peer rejection and victimization by peers in predicting loneliness and depressed mood in childhood. Development and psychopathology, 1995, 7, 4, 765 - 785.

29- Brady, Erika U. & Kendall, Philip C.; Comorbidity of anxiety and depression in Children and adolescents. Pschological Bulletin, 1992, 111, 2, 244 - 255.

30- Bruce, M.L. & Hoff, R. A.; Social and Physical health risk Factors for First onset major depressive disorder in a community Sample. Social Psychiatry and Psychiatric epidemiology, 1994, 29, 4, 165 - 171.

31- Campell, R.I.; Psychiatric Dictionary. New York, Free Press, 1981.

32- Carstensen, Laura L. & Fremouw, William J.; The influerce of anxierty and mental Status. Behavioral Residential Treatment, 1988, 3, 1, 63 - 80.

33- D' Aquila, Paol S. et. al.; Effects Of chronic mild Stress on Performance in behaviourl Tests relevant to anxiety and depression. Physiology and Behavior, 1994, 56, 5, 861 - 867.

34- de Jong - Gierveld, J. & van Tilburg, T.; Manual of The Loneliness

Scale. Vrije unversiteit Amsterdam Koningslaan 22 - 24, 1075 AD Amsterdam, The Netherlands, 1990.

35- de Jong - Gierveld, A.: Rasch - Type Loneliness scale. In J. Robinson et. al. (eds.) ; Measures Of Personality and Social Psychological Attitudes. vol. I. San Diego, California, Academic Press, Inc., 1991, PP. 262- 265.

36- Eisemann, Martin; Contact difficulties and experience of loneliness In depressed Patients and nonpsychiatric Controls. Acta Psychiatrica Scandinavica, 1984, 70, 2, 160 - 165.

37- George, I.; A comparison of chronic and Transient lonliness on the Variables of anxiety, depression, and Self - esteem. Disser. Abs. Int., 1985, 46 - B (5), 1684.

38- Havens, Ronald A.; Posthypnotic predetermination of therapeutic progress. American Journal of Clinical Hypnosis, 1986, 28, 4, 258 - 262.

39. Hetrick, Emery S. & Martin, Damien; Developmental Issues and Their resolution for gay and Lesbian adolescents. Journal Of Homosexuality, 1987, 14 (1-2), 25 - 43.

40- Hojat, M.; Loneliness as a function of parent - children, and peer - relations. Journal of psychology, 1982, 112, 129 - 133.

41- Kammann, R. & Flett, R.; Afffectometer II: A scale To measure Current Level Of general happiness. Australian Journal of Psychology, 1983, 35, 259 - 265.

42- Kazdin, Alan E. et. al.; Assessment of Overt behavior and Childhood depression among Psychiatrically disturbed children.

Journal of Consulting and Clinical Psychology, 1985, 53, 2, 201 - 210.

43- Kerlinger, F. & Pedhazur, E.; Multiple Regression in behavioural research. New York; Holt, Rinehart & Winston, Inc. 1973.

44- Koller, Karl & Gosden, Sylvia; On Living alone, Social isolation and Psychological disorder. Australian and New Zealand Journal of Sociology, 1984, 20, 1, 81 - 82.

45- Lalos, Ann et. al.; Depression, Guilt amd Isolation among infertile Women and Their Partners. Journal of Psychosomatic Obstetrics and Gynaecology, 1986, 5, 3, 197 - 206.

46- Meier, Robert M.; Group treatment of depression and withdrawal at a day - treatment center. International Journal of Partial Hospitalization, 1982, 1, 4, 349 - 357.

47- Morgan, Stacy A. & Jackson, Joan; Psychological and Social concomitants of Sickle cell anemia in adolescents. Journal of Pediatric Psychology, 1986, 11, 3, 429 - 440.

48- Mueller, Edward; Toddler's Peer relations: Shared meaning and Semantics. In W.Damon (ed.); Child Development Today and Tomorrow. San Francisco; Jossey Bass, Inc., Publishers, 1989.

49- Negoescu - fodor, Victoria et. al.; Predictors of Subjective well - being and levels of activity as indicators of adjustment in late life. Revue Roumaine des Sciences Sociales Serie de Psychologie, 1988, 32, 1, 61 - 71.

50- Overholser, James C.; Emotinal reliance and Social loss: Effects on de-

pressive symptomatology. Journal of Personality Assessment, 1990, 55 (3-4), 618 - 629.

51- Palinkas, Lawrence A. & Browner, Deirdre; Effects of prolonged Isolation in extreme environments on stress, coping, and depression. Journal of Applied Social Psychology, 1995, 25, 7, 557 - 576.

52- Perry, Louise C. et. al.; Age Differences in children's beliefs about whether altruism makes The actor Feel good. Social Cognition, 1986, 4, 3, 263 - 269.

53- Shaver, Phillip R. & Brennan. Kelly A.; Measures of depression and Loneliness. In J. P. Robinson et. al. (eds.); Measures of Personality and social Psychological Attitudes. vol. I., California, San Diego, Academic Press, Inc., 1991.

54- Shea, M.tracie et. al.; Personality disorders and Treatment Outcome in The NIMH treatment of depression. American Journal of Psychiatry, 1990, 147, 6, 711 - 718.

55- Shrauger, Sidney; Personal Evaluation Inventory. In J.P. Robinson et. al. (eds.): Measures of Personality and Social Psychological Attitudes. vol. I. California, San Diego, Academic Press, Inc., 1991.

56- Silverstone, Peter H.; Low Self - esteem in different Psychiatric conditions. British Journal of Clinical Psychology, 1991, 30, 185 - 188.

57- Sorensen, Leif V. & Mors, Ole; Social condition of first admittance depressed Patients compared with those of the general population. Nordic Journal of Psychiatry, 1992, 46, 6, 373 - 379.

58- Verkuytin, Maykel; The impact of ethnic and sex differences on happiness among adolescents in the Netherlands. Journal of Social Psychology, 1986, 126, 2, 259 - 260.

59- Weiss, R. S.; Loneliness; the exprience of emotional and Social isolation. Journal of Personality and social psycholog, 1973, 48, 4,882 - 890.

60- Wolchik, Sharlene A.; Maternal vs. joint custody: children's Post separation experiences and adjustment. Journal of Clinical Child Psychology, 1985, 14, 1, 5 - 10.

obeikandl.com

obeikandl.com

الأدوات

- **مقياس العزلة الإجتماعية** (ترجمة وتعريب عادل عبد الله محمد)
- **مقياس الإكتئاب** (إعداد عادل عبد الله محمد)
- **مقياس الثقة بالنفس** (ترجمة وتعريب عادل عبد الله محمد)
- **مقياس الحالة النفسية العامة** (ترجمة وتعريب عادل عبد الله محمد)

obeikandi.com

obeikandl.com

مقياس العزلة الإجتماعية

إعداد : دى يونج ـ جير فيلد وفان تيلبورج
de Jong - Gierveld & van Tilburg
ترجمة وتعريب : د. عادل عبد الله محمد
كليه التربية جامعة الزقازيق

فيما يلى مجموعة من العبارات، نرجو منك أن تقرأها جيداً وتضع علامة (✔) واحدة فقط أمام كل عبارة منها وذلك فى الخانة التى ترى أنها تتفق مع وجهة نظرك. كما أنه ليست هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة لكن المهم أن تعبر العلامات التى تضعها أمام العبارات بصدق عن وجهة نظرك.

ونشكر لك حسن التعاون معنا

الإسم: ---------- الجنس: ----------

السن: ---------- الترتيب الميلادى:----------

كلية / معهد/ مدرسة: ---------- السنة الدراسية والتخصص:---------

obeikandl.com

م	العبـــــــــارة	موافق بشدة	موافق بدرجة معقولة	متردد	أرفض إلى حد ما	أرفض تمامًا
١	يقف عدد لابأس به من الأصدقاء معى فى وقت الشدة.					
٢	لايوجد هناك إتصال مباشر بينى وبين كثير من جيرانى.					
٣	إنقطعت علاقتى بكل أصحابى منذ وقت طويل.					
٤	لايوجد سوى القليل من الأفراد فقط هم الذين يمكننى أن أتحدث معهم فى مختلف الأمور.					
٥	أتحدث مع عدد كبير من الأفراد ممن يسكنون فى نفس الشارع الذى أسكنه وكأننا أعضاء فى أسرة واحدة.					
٦	لايوجد لى صديق حميم					
٧	يقبلنى عدد كبير من الأفراد بما أنا عليه.					
٨	أشـــعر بالحزن لعـــدم وجـــود صحبـــة مـــن الأصدقاء لى .					
٩	أرى أن الآخرين بما فيهم أفراد أسرتى يسيئون فهمى					
١٠	أتشكك فى موقف كثير من أصدقائى منى وفى علاقاتهم بى.					
١١	يبدى الآخرون درجة عالية من الفتور واللامبالاة تجاهى.					
١٢	غالبا ما أشعر أننى مرفوض من الآخرين.					

م	العبـــــــــارة	موافق بشدة	موافق بدرجة معقولة	متردد	أرفض إلى حد ما	أرفض تمامًا
١٣	عدد الأفراد الذين أشعر بالسعادة لوجوده علاقة مباشرة بينى وبينهم قليل للغاية.					
١٤	حينما أكون فى حالة جيدة أشعر أننى أصبح مرغوبًا من الآخرين ولكن الأمر يختلف تمامًا إذا ماكنت أشعر بالحزن أو الكآبة.					
١٥	لايوجد هناك من يشغل نفسه بى وبأمورى.					
١٦	يوجد عدد كبير من الأصدقاء أتبادل معهم الزيارات والآراء.					
١٧	أشعر كأنى أعيش فى فراغ إجتماعى دون وجود أى إنسان من حولى.					
١٨	أشعر بالتجاهل من جيرانى.					
١٩	يمكننى الإعتماد على عدد كبير من الأفراد إعتمادًا كليًا فى تصريف أمورى.					
٢٠	أشعر بأنى سجين فى منزلى					
٢١	ليس لدّى فى الواقع أى أصدقاء حقيقيين بمعنى الكلمة.					
٢٢	لايوجد سوى القليلون فقط هم الذين يتحملون المشقة من أجلى.					
٢٣	لم أعد أتوقع أن أنال أى إهتمام حتى من أفراد أسرتى.					
٢٤	لاأجد أشخاصًا مخلصين من حولى.					
٢٥	عادة ما يوجد شخص ما قريب منى يمكننى أن أتحدث معه عن مشاكلى اليومية.					
٢٦	هناك العديد من الأفراد يمكننى اللجوء إليهم					

م	العبـــــــــارة	موافق بشدة	موافق بدرجة معقولة	متردد	أرفض إلى حد ما	أرفض تمامًا
	وطلب مساعدتهم إذا ما صادفتنى أى مشكلة.					
٢٧	يرى الكثيرون أن إسلوبى فى التعامل غير مريح بالنسبة لهم مما يجعلهم يبتعدون عنى.					
٢٨	لا أجد فى الواقع الشخص المناسب الذى أرغب أن يشاركنى أفراحى وأحزانى.					
٢٩	أعرف أن دائرة معارفى وأصحابى محدودة للغاية.					
٣٠	أشعر أننى قريب من عدد كبير من الأفراد					

obeikandl.com

جدول (١) مصفوفة العوامل المستخرجة من المصفوفة الإرتباطية لبنود مقياس العزلة الإجتماعية قبل وبعد التدوير المتعامد (بطريقة فاريمكس)

العبارة	قبل التدوير					بعد التدوير					قيم الشيوع
	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	
١	٠,٤١	٠,٠٦	٠,٣٨	٠,١٤	٠,٤٦	٠,٢٤	٠,١٣	-٠,٢٩	٠,١٦	٠,٥٠	٠,٥٥
٢	٠,٣٨	٠,١١	٠,٣٩	٠,١٣	٠,١٥	٠,٢٦	٠,١٩	٠,٤٧	٠,٠٨	٠,١٣	٠,٣٥
٣	٠,٣٧	٠,٤٨	٠,٣١	٠,٠٥	٠,٠١	٠,٣٨	٠,٥٣	٠,١٠	٠,١٤	٠,٠٦	٠,٤٧
٤	٠,٢٦	٠,٥٢	٠,٤٣	٠,١٤	٠,١٨	٠,١٥	٠,٦٨	٠,٢١	٠,١٣	٠,١٧	٠,٥٨
٥	٠,٢٨	٠,٠٥	-٠,٢٧	٠,٤٤	٠,٢٢	٠,١٨	٠,٠٦	-٠,١٤	٠,٥٧	٠,١٠	٠,٤٠
٦	٠,٦٥	٠,١٧	٠,٣٨	٠,١٢	٠,٠٧	٠,٧٢	٠,٢٨	٠,١٤	٠,٠٦	٠,٠٦	٠,٦٢
٧	٠,٢٨	-٠,٠٩	٠,١٥	٠,١٧	٠,٤٩	٠,٢٩	٠,٠٣	٠,٢٤	٠,١١	٠,٤٦	٠,٣٧
٨	٠,٤٣	٠,٣١	٠,٤٧	٠,١٦	٠,٠٥	٠,١٠	٠,٢١	٠,٦٨	٠,٠٥	٠,٠٩	٠,٥٣
٩	٠,٤٠	٠,٤٩	٠,٠٨	٠,١٠	٠,٠٨	٠,٢٩	٠,٥٦	٠,١٥	٠,٠٧	٠,٠٥	٠,٤٣
١٠	٠,٢٥	٠,٢٤	٠,٣٠	٠,٠٢	٠,٤٢	٠,٢٣	٠,٢٠	٠,٢٥	٠,١٩	٠,٤٣	٠,٣٩
١١	٠,٣٦	٠,٢٤	٠,٣٩	٠,٠٥	٠,٠٦	٠,٢٥	٠,١٧	٠,٤٨	٠,١٤	٠,٠٧	٠,٣٥
١٢	٠,٥٣	٠,٤٢	٠,٣٥	٠,١٧	٠,٠٨	٠,٦٨	٠,١٤	٠,٢٧	٠,١٣	٠,١٩	٠,٦٢
١٣	٠,٣٩	٠,١٧	٠,٠٩	٠,٤٥	٠,١٤	-٠,١٢	٠,٠٨	٠,٠٥	٠,٦٢	٠,٠٣	٠,٤١
١٤	٠,٥٥	٠,٣٦	٠,١٨	٠,٠٣	٠,٠٢	٠,٣٥	٠,٥١	٠,٢٠	٠,١٤	٠,١٥	٠,٤٧
١٥	٠,٣٩	٠,٣٠	٠,٢٨	-٠,١٥	٠,١٧	٠,٤٧	٠,١٥	٠,٢٢	٠,٠٩	٠,٠٦	٠,٣٧
١٦	٠,٣٩	-٠,١٣	٠,٠٨	٠,٤٢	٠,٠٥	٠,٢٦	٠,١٩	٠,١٠	٠,٤٨	٠,٠٤	٠,٣٥
١٧	٠,٥٤	٠,٤١	٠,٣٠	٠,٢٢	٠,١٨	٠,٦٩	٠,٢٨	٠,٢١	٠,١٨	٠,٠٥	٠,٦٣
١٨	٠,٣٨	٠,٤٢	٠,٥٥	٠,٢٩	٠,١٤	٠,٣٨	٠,٣١	٠,٦٤	٠,١٩	-٠,٢١	٠,٧٤
١٩	٠,٣٥	٠,١٥	٠,٢٢	٠,١١	٠,٣٨	٠,٢٧	٠,١٨	٠,٢٢	٠,٠٨	٠,٤٣	٠,٣٥
٢٠	٠,٢٨	٠,٤٦	٠,٢٤	٠,١٦	٠,٠٥	٠,٢٥	٠,٤٣	٠,٢٣	٠,٢٥	-٠,٠٨	٠,٣٨
٢١	٠,٤٤	٠,٣٢	٠,٢٩	٠,٢٠	٠,١٤	٠,٥٤	٠,٢٧	٠,١٨	٠,١٩	٠,١٠	٠,٤٤
٢٢	٠,٤٠	٠,٥١	-٠,٠٤	٠,٠٨	٠,١٧	٠,٢٩	٠,٥٥	٠,٢١	٠,١٢	٠,٠٧	٠,٤٥
٢٣	٠,٥٢	٠,٣٥	٠,٠٨	٠,١٠	٠,٠٤	٠,٦٤	٠,١١	٠,٠٩	٠,١١	٠,٠٨	٠,٤٧
٢٤	٠,٤١	٠,٥٢	٠,٢٨	٠,٠٢	٠,١٣	٠,٣٧	٠,٥١	٠,٢٥	٠,٢٥	٠,٠٧	٠,٥٣
٢٥	٠,٢٨	٠,٠٧	٠,١٦	٠,٤٩	٠,٠٥	-٠,١٢	-٠,١١	٠,٢٩	٠,٤٨	٠,٠٥	٠,٣٦
٢٦	٠,٢٣	٠,١٩	٠,٢٠	٠,٤٢	٠,٤٩	٠,٢١	-٠,١٠	٠,١٣	٠,٠٨	٠,٦٩	٠,٥٦
٢٧	٠,٣٩	٠,٠٥	٠,٢٣	٠,٣٩	٠,٠٨	٠,٢٤	٠,٢١	٠,١٠	٠,٥١	٠,٠٧	٠,٣٧
٢٨	٠,٤٨	٠,٣٧	٠,٠٤	٠,١١	٠,٠٩	٠,٥٦	٠,١١	٠,١٨	٠,١٢	٠,٠٧	٠,٣٩
٢٩	٠,٢٩	٠,١٧	٠,٤١	٠,٢٥	٠,١٢	٠,٢٣	٠,٢٢	٠,٤٥	٠,٢١	٠,٠٦	٠,٣٦
٣٠	٠,٢٥	٠,٠٧	٠,٠٥	٠,٣١	٠,٤٤	٠,٢٧	٠,١٨	٠,٢٣	٠,٠٨	٠,٤٤	٠,٣٦
الجذر الكامن	٤,٧٦	٢,٩٩	٢,٤٩	١,٧٣	١,٥٤	٤,٢٦	٢,٨٥	٢,٤٣	١,٩٦	١,٧٤	١٣,٢٤
نسبة التباين	١٥,٨٧	٩,٩٧	٨,٣٠	٥,٧٧	٥,١٣	١٤,٢٠	٩,٥٠	٨,١٠	٦,٥٣	٥,٨٠	٤٤,١٣

جدول (٢) المعايير التائية لمقياس العزلة الإجتماعية

د.خ*	د.ت	د.خ	د.ت	د.خ	د.ت	د.خ	د.ت	د.خ	د.ت
صفر	٢	٢١	١٩	٤٢	٣٥	٦٣	٥٢	٨٤	٦٩
١	٢	٢٢	١٩	٤٣	٣٦	٦٤	٥٣	٨٥	٧٠
٢	٣	٢٣	٢٠	٤٤	٣٧	٦٥	٥٤	٨٦	٧١
٣	٤	٢٤	٢١	٤٥	٣٨	٦٦	٥٥	٨٧	٧٢
٤	٥	٢٥	٢٢	٤٦	٣٩	٦٧	٥٦	٨٨	٧٣
٥	٦	٢٦	٢٣	٤٧	٤٠	٦٨	٥٧	٨٩	٧٣
٦	٦	٢٧	٢٣	٤٨	٤٠	٦٩	٥٧	٩٠	٧٤
٧	٧	٢٨	٢٤	٤٩	٤١	٧٠	٥٨	٩١	٧٥
٨	٨	٢٩	٢٥	٥٠	٤٢	٧١	٥٩	٩٢	٧٦
٩	٩	٣٠	٢٦	٥١	٤٣	٧٢	٦٠	٩٣	٧٧
١٠	١٠	٣١	٢٧	٥٢	٤٤	٧٣	٦١	٩٤	٧٨
١١	١٠	٣٢	٢٧	٥٣	٤٤	٧٤	٦١	٩٥	٧٨
١٢	١١	٣٣	٢٨	٥٤	٤٥	٧٥	٦٢	٩٦	٧٩
١٣	١٢	٣٤	٢٩	٥٥	٤٦	٧٦	٦٣	٩٧	٨٠
١٤	١٣	٣٥	٣٠	٥٦	٤٧	٧٧	٦٤	٩٨	٨١
١٥	١٤	٣٦	٣١	٥٧	٤٨	٧٨	٦٥	٩٩	٨٢
١٦	١٤	٣٧	٣١	٥٨	٤٨	٧٩	٦٥	١٠٠	٨٢
١٧	١٥	٣٨	٣٢	٥٩	٤٩	٨٠	٦٦	١٠١	٨٣
١٨	١٦	٣٩	٣٣	٦٠	٥٠	٨١	٦٧	١٠٢	٨٤
١٩	١٧	٤٠	٣٤	٦١	٥١	٨٢	٦٨	١٠٣	٨٥
٢٠	١٨	٤١	٣٥	٦٢	٥٢	٨٣	٦٩	١٠٤	٨٦

د.خ	د.ت
١٠٥	٨٦
١٠٦	٨٧
١٠٧	٨٨
١٠٨	٨٩
١٠٩	٩٠
١١٠	٩٠
١١١	٩١
١١٢	٩٢
١١٣	٩٣
١١٤	٩٤
١١٥	٩٥
١١٦	٩٥
١١٧	٩٦
١١٨	٩٧
١١٩	٩٨
١٢٠	٩٩

* د. خ = الدرجة الخام

د. ت = الدرجة التائية

مقياس الإكتئاب

إعـــداد
د. عـادل عبد الله محمد
كليه التربية ـ جامعة الزقازيق

فيما يلى مجموعة من العبارات التى تتناول الحالة المزاجية والإنفعالية للناس عمومًا، وتنطبق هذه العبارات على الناس بنسب متفاوتة. والمرجو منك أن تقرأ كل عبارة وإذا وجدت أنها تنطبق عليك بدرجة معقولة ضع علامة (✔) أمام العبارة تحت كلمة «تنطبق»، أما إذا كانت لا تنطبق عليك فضع العلامة تحت كلمة «لاتنطبق».

ومن المهم أن تعلم أنه ليست هناك إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، بل المهم أن تعبر الإجابة بصدق عما تشعر به وتحسه. كما أنه لا يوجد هناك زمن محدد للإستجابة ولكن يفضل أن تجيب بسرعة كلما كان ذلك ممكنًا.

ونشكر لك حسن التعاون معنا

الإسم : ---------- الجنس : ----------

السن : ---------- المهنة : ----------

الكلية والجامعة : ---------- الشعبة والسنة الدراسية : --------

م	العبـــــارة	تنطبق	لا تنطبق
١	يدق قلبى بسرعة اكثر من المعتاد.		
٢	أتمتع بصحة جيدة.		
٣	أشعر بالحزن يملأ حياتى ولا أستطيع التخلص منه.		
٤	أستيقظ من نومى مفزوعًا فى كثير من الأحيان.		
٥	لم أعد أستطيع أن أركز بشكل جيد فيما أقرأه أو أكتبه.		
٦	كثيراً ما أتضجر من تصرفات أصحابى تجاهى.		
٧	أشعر بالأسى والألم كلما فكرت فى الظروف المحيطة بى.		
٨	هجرنى أصدقائى وتركونى وحيداً.		
٩	أرى أن حالتى النفسية جيدة.		
١٠	أفضّل أن أكون بمفردى بعيداً عن الآخرين.		
١١	أكون عادة عابس الوجه مقطب الجبين.		
١٢	لازلت أشعر بالنشاط والحيوية.		
١٣	ينقبض صدرى بسرعة لأقل الأسباب.		
١٤	تمثل حياتى سلسلة متصلة الحلقات من الفشل والإخفاق.		
١٥	أحاول إدخال السعادة والسرور على نفسى وعلى الآخرين.		
١٦	أرى أنه لا أمل فى المستقبل.		
١٧	أشعر بالإرهاق والإنهاك عند قيامى بأى عمل مهما كان بسيطًا.		
١٨	أنظر إلى الأمور نظرة تفاؤلية وأميل إلى رؤية الجانب المشرق منها.		
١٩	عندما يحدث شىء غير متوقع فإننى ألوم نفسى على عدم وضع ذلك فى الحسبان.		
٢٠	أتمنى أن أموت حتى أستريح مما أنا فيه.		
٢١	أتردد كثيراً عندما أقدم على عمل أى شىء.		
٢٢	أشعر كثيراً بالأرق أثناء النوم.		
٢٣	أرى أن الحياة متعة وبهجة فى حد ذاتها.		

م	العبـــــارة	تنطبق	لا تنطبق
٢٤	أعتقد أنه لا حيلة لى فيما يجرى من حولى.		
٢٥	أقيّم نفسى باستمرار وفقًا لمعايير ثابتة وأهداف محددة أعمل على تحقيقها.		
٢٦	تأتى لحظات أشعر فيها وكأنى أريد أن أصرخ بأعلى صوتى.		
٢٧	أنظر إلى نفسى بفخر وإعتزاز.		
٢٨	كثيرًا ما أشعر بآلام شديدة فى أماكن مختلفة من جسمى دون وجود سبب ظاهر لذلك		
٢٩	أشعر بالسعادة والفرح عندما يسند الآخرون لى بعض المهام.		
٣٠	أصير متحمسًا حينما أشارك غيرى فى القيام بأى عمل.		
٣١	حينما أقارن نفسى بغيرى أشعر بالإشمئزاز من نفسى.		
٣٢	أعانى كثيرًا من الكآبة.		
٣٣	أنا دائم الشكوى من أحوالى وممن حولى.		
٣٤	لا أجد صعوبة فى إتخاذ القرارات المتعلقة بمستقبلى.		
٣٥	أتلهف بدرجة كبيرة لأداء واجباتى.		
٣٦	أقلل من قيمة نفسى ومن قدراتى.		
٣٧	كثيرًا ما أشعر بالبهجة والمرح.		
٣٨	أشعر بالكسل وتبلد المشاعر.		
٣٩	أرى أن حالتى مثيرة للشفقة والرثاء.		
٤٠	لازلت أجد متعة فى القيام بالأعمال التى إعتدت أن أقوم بها من قبل.		
٤١	لم يعد الجنس الآخر يمثل إثارة بالنسبة لى.		
٤٢	حينما أذهب إلى الفراش أستغرق وقتًا طويلاً حتى أنام.		
٤٣	أستطيع أن أركز بدرجة معقولة فيما أقوم به من أعمال.		
٤٤	تتأثر علاقتى بالآخرين بدوافع وأغراض شخصية وأنانية.		
٤٥	نقص وزنى بشكل ملحوظ فى الفترة الماضية مع أنى لا أتبع أى رجيم.		

م	العبـــــارة	تنطبق	لا تنطبق
٤٦	أعرف أن الآخرين يكرهوننى.		
٤٧	أشعر بالخوف من أن يحدث لى أى شىء غير متوقع.		
٤٨	أصبحت أجد صعوبة فى حسم أى موضوع يعرض أمامى.		
٤٩	كثيراً ما يتردد فى ذهنى أن أضع نهاية لحياتى.		
٥٠	لايزال المحيطون بى يعجبون بإسلوبى فى تناول الأمور.		
٥١	فقدت الكثير من إهتماماتى السابقة.		
٥٢	أدرك جيداً أننى لا أقل عن غيرى فى شىء		
٥٣	تفتقر علاقاتى بالآخرين إلى العمق والثبات.		
٥٤	أعتقد أننى سليم الفكر وهو ما يساعدنى على التركيز فى الأمور المختلفة كأى إنسان عادى.		

obeikandl.com

جدول (٣) مصفوفة العوامل المستخرجة من المصفوفة الإرتباطية لبنود مقياس الإكتئاب قبل وبعد التدوير المتعامد (بطريقة فاريمكس)

العبارة	قبل التدوير								بعد التدوير						قيم الشيوع
	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	السابع	الثامن	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	السابع	
١	٠,٣١	٠,١٢	٠,١٥	٠,٠١	٠,١٣	٠,٤٣	٠,٠١	٠,٠٥	٠,٢١	٠,١٧	٠,٠٨	٠,٠٨	٠,١٠	٠,٤٨	٠,٠٤	٠,٣٤
٢	-٠,٣٨	٠,٠٨	٠,٠٦	٠,٠٧	-٠,١٤	٠,٣٧	٠,٠٤	٠,٠٢	-٠,١٨	-٠,٠٦	-٠,٢٥	٠,٠٧	٠,٠٦	٠,٤٥	٠,٠٩	٠,٣٢
٣	٠,٤٠	٠,٢٦	٠,٠٨	٠,٠١	٠,٢٤	٠,٠٥	٠,٠١	٠,٢٣	٠,٥٣	٠,١٧	٠,١٥	٠,٠١	٠,٠٨	٠,٠٢	٠,٠٦	٠,٣٥
٤	٠,٣٧	٠,١٥	٠,١٢	٠,١١	٠,٠٢	٠,٣٤	٠,٠٤	٠,٠٤	٠,٢١	٠,٠٧	٠,٢٨	٠,٠٢	٠,٠٦	٠,٤١	٠,٠٥	٠,٣١
٥	٠,٢٨	٠,٢٦	٠,٠٤	٠,٠٥	٠,١٤	٠,٠٢	٠,٤٣	٠,٠١	٠,٠٥	٠,١٢	٠,٠٢	٠,٠٣	٠,١١	٠,٠١	٠,٥٧	٠,٣٦
٦	٠,٤١	٠,٢١	٠,١١	٠,١٦	٠,٣١	٠,٠٧	٠,٠٨	٠,١١	٠,١١	٠,٢٢	٠,٢٠	٠,٥٠	٠,٠٢	٠,٠٨	٠,١٠	٠,٣٧
٧	٠,٥١	٠,٢٢	٠,٠٨	٠,٠٧	٠,٣٠	٠,٠٤	٠,٠٤	٠,٠٥	٠,٥٩	٠,١٢	٠,٢١	٠,٠٣	٠,٠٥	٠,٠٦	٠,٠٤	٠,٤٢
٨	٠,٤٥	٠,٠٨	٠,١٤	٠,٣٠	٠,١٦	٠,٠٢	٠,٠٤	٠,٠٧	٠,٢٥	٠,٢٣	٠,١١	٠,٤٥	٠,١٤	٠,٠١	٠,٠٢	٠,٣٦
٩	٠,٥٨	٠,١٣	-٠,٢٤	٠,١٤	٠,١٣	٠,٠٣	٠,٠٥	٠,٠٨	٠,٦٣	-٠,١٦	-٠,١٥	٠,٠٢	٠,٠٣	٠,٠١	٠,٠٤	٠,٤٦
١٠	٠,٢٤	٠,١٠	٠,٠٣	٠,٤٦	٠,١٥	٠,٠٦	٠,٠٣	٠,٠٢	٠,١٨	٠,٠٤	٠,٢١	٠,٤٧	٠,٠٣	٠,٠٣	٠,٠١	٠,٣١
١١	٠,٥٥	٠,١٥	٠,٠٧	٠,٠٩	٠,١٦	٠,٠٥	٠,٠٦	٠,٠٢	٠,٥٤	٠,١٢	٠,٢٤	٠,١١	٠,٠٢	٠,٠٤	٠,٠١	٠,٣٨
١٢	-٠,٢٩	٠,٥٣	٠,٠٨	٠,٠٢	-٠,١٧	٠,٠٥	٠,٠٤	٠,٠٥	-٠,١٠	٠,٥٦	-٠,٢٥	٠,٠٤	٠,٠١	٠,٠٢	٠,٩	٠,٤١
١٣	٠,٦٤	٠,٢٥	٠,١٣	٠,٠٨	٠,٠٨	٠,٠٥	٠,٠٢	٠,٠٦	٠,٦٩	٠,١٠	٠,٠٩	٠,٠١	٠,٠٤	٠,٠٢	٠,٠١	٠,٥١
١٤	٠,١٢	٠,٠٥	٠,٠٧	٠,٣٩	٠,٣٤	٠,٠١	٠,٠٣	٠,١٣	٠,٠٦	٠,١٣	٠,١١	٠,١٧	٠,٤٩	٠,٠٢	٠,٠٧	٠,٣١
١٥	-٠,٤٤	٠,١٠	٠,٣٤	٠,٠١	٠,٠٧	٠,٠٣	٠,٠١	٠,٠٥	-٠,٢١	-٠,١٨	٠,٤٧	-٠,١٣	٠,٠٨	٠,٠١	٠,٠٧	٠,٣٣
١٦	٠,٠٦	٠,١١	٠,٠٥	٠,٠١	٠,٣٤	٠,٠٨	٠,٠٥	٠,٤٥	٠,٠٥	٠,٠١	٠,٠٦	٠,٠٣	٠,٥٨	٠,٠٥	٠,٠٢	٠,٣٥
١٧	٠,٢٠	٠,٦٠	٠,٠٣	٠,١٦	٠,١٨	٠,٠٦	٠,٠١	٠,٠٨	٠,٢١	٠,٦٢	٠,١٠	٠,٠٩	٠,٠٦	٠,٠٤	٠,١٢	٠,٤٧
١٨	٠,٠١	٠,٠٢	-٠,١١	٠,٠٢	٠,٤٥	٠,٠٢	٠,٠٣	٠,٣٢	-٠,٢٣	٠,٠٢	-٠,١٣	٠,٠١	٠,٤٨	٠,٠٢	٠,٠٦	٠,٣٢

تابع جدول (٣)

العبارة	قبل التدوير								بعد التدوير						قيم الشيوع
	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	السابع	الثامن	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	
١٩	٠,٢٥	٠,٠٢	٠,٥٨	٠,٠٨	٠,١٢	٠,٠٣	٠,١١	٠,٠١	٠,٢٨	٠,٢٤	٠,٥٣	٠,٠١	٠,١٠	٠,٠٢	٠,٠٦	٠,٤٣
٢٠	٠,٢٩	٠,٢٠	٠,٠٢	٠,٠٨	٠,٢٥	٠,٠٤	٠,٠٥	٠,٤٠	٠,٢٧	٠,٢٤	٠,٠٦	٠,٠٢	٠,٤٦	٠,٠١	٠,٠٧	٠,٣٦
٢١	٠,٢١	٠,٣٢	٠,٠٣	٠,٠١	٠,١٢	٠,٠٥	٠,٥٢	٠,٠٧	٠,١٥	٠,١٣	٠,٠٥	٠,٠٣	٠,٠٢	٠,٠٢	٠,٦٢	٠,٤٤
٢٢	٠,٢٨	٠,٢٥	٠,٠٤	٠,٠٦	٠,٠٤	٠,٤٣	٠,٠٢	٠,٠١	٠,٢٥	٠,٢٧	٠,١٥	٠,٠٦	٠,٠٣	٠,٤١	٠,٠١	٠,٣٤
٢٣	-٠,٢٦	-٠,١٣	-٠,١٩	-٠,٤٢	٠,١١	٠,٠٤	٠,٠٣	٠,٠٦	-٠,٢٧	-٠,٢٠	٠,٠٨	٠,٠٢	٠,٤٣	-٠,١١	٠,٠١	٠,٣٢
٢٤	-٠,٣٤	-٠,٢٨	٠,٣٢	٠,٠٥	٠,٠٨	٠,١٤	٠,١١	٠,٠٤	-٠,٢٧	-٠,١٤	٠,٣٨	-٠,٢٨	٠,٠٢	٠,١٠	٠,١٤	٠,٣٥
٢٥	-٠,٢٩	-٠,٢٣	٠,٤٣	٠,٠٩	٠,٠٧	٠,٠٦	٠,٠٦	٠,٠٢	-٠,١١	-٠,٢٨	٠,٤٩	٠,٠٨	٠,٠٥	٠,٠٢	٠,٠٧	٠,٣٥
٢٦	٠,٤٤	٠,٢٧	٠,١٩	٠,٢٦	٠,١٥	٠,٠٥	٠,٠٢	٠,١٨	٠,٥٨	٠,١٧	٠,١٦	٠,١١	٠,٠٣	٠,٠٣	٠,٠٢	٠,٤١
٢٧	٠,٢٨	٠,٠٣	-٠,٥٧	٠,٠٦	٠,٠٩	٠,٠٢	٠,٠١	٠,٠٤	٠,٣٧	-٠,١٦	٠,٥١	٠,٠١	٠,٠٢	٠,٠١	٠,٠٧	٠,٤٢
٢٨	٠,٢٤	٠,١٦	٠,٠٢	٠,٠٤	٠,١٧	٠,٥٣	٠,٠٥	٠,٠٦	٠,١١	٠,٠٣	٠,٠٦	٠,٠٢	٠,٠٧	٠,٦١	٠,٠٢	٠,٤١
٢٩	-٠,٣٦	٠,٣٢	٠,٤٥	٠,٠٥	٠,٠٤	٠,٠٨	٠,١٠	٠,٠٣	٠,٠٤	٠,٥٥	٠,٣٥	٠,٠٣	٠,٠٩	٠,٠٦	٠,١٠	٠,٤٦
٣٠	-٠,٣٩	٠,٤٧	٠,١٤	٠,٠٨	٠,١٢	٠,٠١	٠,٠٣	٠,٠١	٠,٠٦	٠,٦٢	٠,١٨	٠,٠١	٠,٠٤	٠,٠٣	٠,٠٦	٠,٤٣
٣١	٠,٢٤	٠,٤٩	٠,٣٤	٠,٠٢	٠,١٢	٠,٠٥	٠,١٠	٠,٠١	٠,٠٥	٠,١٦	٠,٦٤	٠,٠٣	٠,٠١	٠,٠٧	٠,٠٥	٠,٤٥
٣٢	٠,٤٦	٠,١١	٠,٢٢	٠,٢٥	٠,٠٩	٠,٠١	٠,٠٢	٠,١٠	٠,٥٢	٠,٠٨	٠,٢٥	٠,٠٥	٠,٠٩	٠,٠١	٠,٠٢	٠,٣٦
٣٣	٠,٤١	٠,١٨	٠,٣٨	٠,١٥	٠,١٣	٠,٠٥	٠,٠٨	٠,٠٣	٠,٥٥	٠,٠٨	٠,٢٦	٠,١١	٠,٠٤	٠,٠٤	٠,٠٧	٠,٤٠
٣٤	٠,٠٩	٠,١٥	٠,٣٧	-٠,١٦	٠,٠٢	٠,٠٦	٠,٣٤	٠,٠٣	-٠,٢١	-٠,٢٣	٠,٣١	٠,٠٢	٠,٠٣	٠,٠٤	٠,٣٤	٠,٣٢
٣٥	٠,١٩	٠,٤٨	٠,٠١	-٠,١٩	-٠,٢٣	٠,٠٢	٠,٠٣	٠,٠٥	٠,٣١	٠,٤٨	٠,١٣	٠,٠٢	٠,٠٢	٠,٠٣	٠,٠٦	٠,٣٦
٣٦	٠,٠٦	٠,٢١	٠,٥٧	٠,١١	٠,٠٩	٠,٠٢	٠,٠٢	٠,٠٦	٠,٢٥	٠,٢١	٠,٥٣	٠,٠٢	٠,٠٦	٠,٠١	٠,٠٥	٠,٤٠
٣٧	٠,٣٦	-٠,٣٤	-٠,١٥	٠,٠٢	٠,٠٥	٠,١٦	٠,٠٧	٠,٠٦	٠,٤٩	٠,٠٥	-٠,٢٣	٠,٠٥	٠,٠٤	٠,٠٢	-٠,٠٩	٠,٣١

obeikandl.com

تابع جدول (٣)

العبارة	قبل التدوير								بعد التدوير							قيم الشيوع
	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	السابع	الثامن	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	السابع	
٣٨	٠,٣٤	٠,٥٨	٠,٢٦	٠,٠٥	٠,١٦	٠,٠٨	٠,٠٦	٠,١٠	٠,١٨	٠,٦٧	٠,٢٥	٠,٠١	٠,٠٩	٠,٠٧	٠,٠٥	٠,٥٧
٣٩	٠,١١	٠,٠٧	٠,٢٣	٠,٠١	٠,٤٠	٠,٠٢	٠,٠٥	٠,٣٢	٠,٠٤	٠,٢٠	٠,٢٣	٠,١٨	٠,٤٥	٠,٠٣	٠,٠٩	٠,٣٤
٤٠	-٠,٢٦	٠,١٧	-٠,٣٧	-٠,٢٨	٠,٠٥	٠,٠٦	٠,٠٢	٠,٢٠	-٠,١٨	٠,٤٥	-٠,٢٧	٠,٢١	٠,٠٥	٠,٠١	٠,٠٣	٠,٣٦
٤١	٠,١٧	٠,١٦	٠,٣٥	٠,٣٢	٠,٠٦	٠,١٢	٠,٠٥	٠,٠٤	٠,٢٩	٠,٣٨	٠,١١	٠,٠٣	٠,٠٥	٠,٢٥	٠,٠١	٠,٣١
٤٢	٠,٢٧	٠,٢٨	٠,٠٥	٠,٠٢	٠,٠٦	٠,٤٠	٠,٠٦	٠,٠٤	٠,٢٩	٠,٠٣	٠,٠٢	٠,٠١	٠,١١	٠,٤٧	٠,٠٦	٠,٣٣
٤٣	-٠,٢٤	-٠,٢١	٠,٠٢	-٠,١٣	٠,٠٣	٠,٠٣	٠,٤٢	٠,٠٧	-٠,٢٧	-٠,٢٣	٠,٠٩	٠,٠٢	-٠,٠٥	٠,٠١	٠,٤٠	٠,٣١
٤٤	٠,٢٧	٠,٠٩	٠,٢١	٠,٤٧	٠,١٢	٠,٠٦	٠,٠٢	٠,٠٢	٠,١٥	٠,١١	٠,٢٥	٠,٤٨	٠,١٥	٠,٠٤	٠,٠٨	٠,٣٧
٤٥	٠,٣٥	٠,٢٢	٠,١٥	٠,٠٢	٠,٠٤	٠,٣٤	٠,٠١	٠,٠٤	٠,١٧	٠,١٦	٠,٢٤	٠,٠٣	٠,٠٢	٠,٤٢	٠,١٣	٠,٣٢
٤٦	٠,٣٢	٠,١٥	٠,١٢	٠,٣٨	٠,١٥	٠,٠١	٠,٠٣	٠,٠٥	٠,٣١	٠,١٨	٠,١٥	٠,٣٨	٠,٠٧	٠,٠٢	٠,٠٦	٠,٣١
٤٧	٠,٤٤	٠,١٨	٠,٠٨	٠,٣٦	٠,١١	٠,٠٣	٠,٠١	٠,٠١	٠,٥٠	٠,١٣	٠,٣٢	٠,٠٥	٠,٠٤	٠,٠٤	٠,٠١	٠,٣٨
٤٨	٠,٢٨	٠,١٢	٠,٣٦	٠,٠٥	٠,٠٩	٠,٠٣	٠,٤١	٠,٠٢	٠,٢٧	٠,١٨	٠,٢٦	٠,٠٨	٠,٠١	٠,٠١	٠,٤٧	٠,٤١
٤٩	٠,١٥	٠,١٧	٠,٠٦	٠,٠٧	٠,١٦	٠,٠٦	٠,٠٤	٠,٤٧	٠,١٧	٠,١٩	٠,١٧	٠,٢٢	٠,٣٩	٠,٠٥	٠,١٢	٠,٣٢
٥٠	-٠,٣٧	-٠,١٦	٠,٠٨	٠,٣٧	٠,١٢	٠,٠٨	٠,٠٤	٠,٠١	٠,٢٣	-٠,٢٨	-٠,٢٢	٠,٣٨	٠,٠٧	٠,٠٥	٠,٠٥	٠,٣٤
٥١	٠,٢٤	٠,٦٤	٠,٢٢	٠,٠٣	٠,٠٩	٠,٠٦	٠,٠٥	٠,١٢	٠,٠١	٠,٧١	٠,١٧	٠,٠٤	٠,٠٢	٠,٠٣	٠,١٠	٠,٥٥
٥٢	-٠,١٥	٠,١٧	٠,٥٠	٠,٠٢	٠,٠٤	٠,١٠	٠,٠٨	٠,٠٧	-٠,٢٩	٠,٠٨	٠,٤٨	٠,٠١	٠,٠٣	-٠,٠٣	٠,٠٥	٠,٣٣
٥٣	٠,٢٢	٠,٠٣	٠,١٦	٠,٥٦	٠,١٤	٠,٠٢	٠,٠٥	٠,٠١	٠,١٣	٠,٠١	٠,١٢	٠,٦١	٠,٠٤	٠,٠٤	٠,٠٢	٠,٤٢
٥٤	٠,١٥	٠,٤٣	٠,٠٧	٠,٠٩	٠,١٣	٠,٠٤	٠,٤٠	٠,٠٨	٠,٢١	٠,١٨	٠,٢٣	٠,٠٢	٠,٠٧	٠,٠٥	٠,٤٨	٠,٤٢
الجذر الكامن	٥,٦٨	٣,٨٥	٣,٢٩	٢,١٧	١,٥٣	١,٣٤	١,٢٠	١,٠٤	٥,٠٩	٤,١٢	٣,٧٨	١,٩٢	١,٧٦	١,٦٩	١,٦٥	٢٠,٠١
نسبة التباين	١٠,٥٢	٧,١٣	٦,٠٩	٤,٠٢	٢,٨٣	٢,٤٨	٢,٢٢	١,٩٣	٩,٤٣	٧,٦٣	٧,٠٠	٣,٥٦	٣,٢٦	٣,١٣	٣,٠٦	٣٧,٠٧

جدول (٤) المعايير التائية لمقياس العزلة الإجتماعية

د.خ*	د.ت
صفر	٨
١	٩
٢	١١
٣	١٢
٤	١٤
٥	١٥
٦	١٦
٧	١٨
٨	١٩
٩	٢١
١٠	٢٢

د.خ	د.ت
١١	٢٤
١٢	٢٥
١٣	٢٧
١٤	٢٨
١٥	٣٠
١٦	٣١
١٧	٣٢
١٨	٣٤
١٩	٣٥
٢٠	٣٧
٢١	٣٨

د.خ	د.ت
٢٢	٤٠
٢٣	٤١
٢٤	٤٣
٢٥	٤٤
٢٦	٤٥
٢٧	٤٧
٢٨	٤٨
٢٩	٥٠
٣٠	٥١
٣١	٥٣
٣٢	٥٤

د.خ	د.ت
٣٣	٥٦
٣٤	٥٧
٣٥	٥٩
٣٦	٦٠
٣٧	٦١
٣٨	٦٣
٣٩	٦٤
٤٠	٦٦
٤١	٦٧
٤٢	٦٩
٤٣	٧٠

د.خ	د.ت
٤٤	٧٢
٤٥	٧٣
٤٦	٧٥
٤٧	٧٦
٤٨	٧٧
٤٩	٧٩
٥٠	٨٠
٥١	٨٢
٥٢	٨٣
٥٣	٨٥
٥٤	٨٦

* د. خ = الدرجة الخام
د. ت = الدرجة التائية

obeikandl.com

مقياس الثقة بالنفس

إعـــداد

سيدنى شروجر (١٩٩٠) Sidney Shrauger

ترجمة وتعريب

د./ عادل عبد الله محمد

كلية التربية ـ جامعة الزقازيق

فيما يلى مجموعة من العبارات تعكس مشاعر وإتجاهات وأنماط سلوكية عامة، نرجو منك أن تقرأ كلا منها بحرص وأن تفكر فيما إذا كانت تنطبق عليك أم لا.

حاول من فضلك أن تكون دقيقًا فى إجابتك، وأن تحدد مدى إنطباق كل عبارة عليك وذلك بوضع علامة (✔) أمام العبارة فى الخانة التى ترى أنها هى الأكثر إنطباقًا عليك. كما نرجو ألا تضع أكثر من علامة واحدة أمام كل عبارة.

ونشكر لك حسن تعاونكم معنا

الإســم : ---------- الجنس : ----------

الســـن: ---------- الشعبة : ----------

الكلية والجامعة: ---------- السنة الدراسية: --------

obeikandl.com

مقياس الثقة بالنفس

م	العبـــــارة	تنطبق تماما	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق إلى حد ما	لاتنطبق كثيراً	لا تنطبق اطلاقا
١	أحب الإختلاط بالناس.					
٢	شعرت بالضيق من نفسى كثيراً فى الفترة الماضية.					
٣	يؤرقنى أننى لست جميل المنظر.					
٤	تعتبر إقامة علاقة رومانسية مشبعة مع شخص من الجنس الآخر أمراً ممتعًا بالنسبة لى.					
٥	أنا أكثر سعادة الآن قياسًا بما كنت عليه منذ عدة أسابيع.					
٦	أنا راض عن مظهرى الجسمى ومسرور منه.					
٧	أشعر بالخجل كثيراً عند التحدث أمام مجموعة من الناس.					
٨	على الرغم من أننى أرغب فى معرفة المزيد من الناس فإنى أكره أن أخرج لهم وأقابلهم حيث يؤدى ذلك إلى ضياع وقتى.					
٩	يمثل الأداء الأكاديمى (الدراسة) مجالاً أستطيع من خلاله أن أظهر كفاءتى وقدراتى وأنال التقدير على ما حققته من إنجاز.					
١٠	أبدو أفضل فى مظهرى من أى شخص عادى.					
١١	يفزعنى أن أفكر فى الوقوف أمام جمع من الناس وأتحدث إليهم					
١٢	كثيراً ما أشعر بالتردد حتى فى مثل تلك المواقف التى أكون قد تناولتها بنجاح من قبل.					

م	العبـــــارة	تنطبق تماما	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق إلى حد ما	لاتنطبق كثيراً	لا تنطبق اطلاقا
١٣	تقل ثقتى فى قدراتى العقلية على تحقيق أهدافى الأكاديمية والمهنية وإنجازها بنجاح.					
١٤	أشعر معظم الوقت أننى لست فى كفاءة ومقدرة غالبية الناس المحيطين بى على التعامل مع الغير.					
١٥	حينما يكون لزامًا علىّ أن أتحدث أمام مجموعة من الناس فإنى عادة ما أشعر أن بإمكانى أن أعبر عن نفسى بفاعلية ووضوح.					
١٦	أنا محظوظ على أن أكون وسيمًا بالشكل الذى أنا عليه.					
١٧	أفتقر إلى بعض القدرات الهامة اللازمة لتحقيق النجاح والتفوق فى الدراسة.					
١٨	أعترف أننى كطالب لست ممتازًا مثل العديد من الزملاء الذين أتنافس معهم.					
١٩	مقابلة ناس جدد تعتبر بالنسبة لى خبرة ممتعة أتطلع دومًا إليها.					
٢٠	كنت أكثر نقدًا لنفسى فى الأيام القليلة الماضية قياسًا بما أكون عليه عادة.					
٢١	أشعر دائمًا بالراحة والسعادة فى الحفلات أو أى تجمعات إجتماعية.					
٢٢	شكوكى حول قدراتى الأكاديمية تقل عن شكوك معظم زملائى حول قدراتهم.					
٢٣	تصادفنى مشاكل أكثر من غيرى فى إقامة أى علاقة رومانسية مع شخص من الجنس الآخر.					

م	العبـــــارة	تنطبق تماما	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق إلى حد ما	لاتنطبق كثيراً	لا تنطبق اطلاقا
٢٤	تزداد عدم ثقتى فى قدراتى على التحدث بوضوح أمام جمع من الناس فى الوقت الحالى أكثر من أى وقت مضى.					
٢٥	يؤرقنى أننى لست فى نفس المستوى العقلى أو الفكرى للآخرين.					
٢٦	حينما تسوء الأمور أكون عادة واثقًا من أننى سأتناولها بنجاح.					
٢٧	أنا أكثر من الآخرين قلقًا وإنشغالاً بقدرتى على إقامة علاقات إجتماعية ناجحة من الغير.					
٢٨	تزداد ثقتى فى نفسى عن كثيرين أعرفهم.					
٢٩	أشعر بالخوف والترقب وعدم الثقة عندما أكون فى المواعيد الغرامية.					
٣٠	يرى الكثيرون أن مظهرى الجسمى غير جذاب.					
٣١	عندما أدرس مقررًا جديدًا أكون متأكدًا من أننى سوف أجتازه بتفوق حيث سأكون ضمن أفضل الطلاب فيه.					
٣٢	لا أقل عن غالبية الناس فى قدرتى على التحدث أمام مجموعة.					
٣٣	حينما أذهب إلى أى تجمعات إجتماعية كالحفلات مثلاً فإننى كثيراً من أشعر بالإرتباك والتعب.					
٣٤	أتجنب أحيانًا القيام ببعض الأشياء لأنها تتطلب تواجدى فى وسط مجموعة.					
٣٥	حينما تعقد الإختبارات الدراسية أو أكلف بعمل أى					

م	العبـــــارة	تنطبق تماما	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق إلى حد ما	لاتنطبق كثيراً	لا تنطبق اطلاقا
	واجبات مدرسية أكون على يقين من أننى سوف أؤديها بنجاح.					
٣٦	عند مقابلة ناس جدد أتحدث إليهم بشكل أفضل من كثيرين غيرى وذلك بدرجة كبيرة.					
٣٧	أشعر الآن بأنى أكثر حزمًا وحسمًا للأمور قياسًا بأى وقت آخر.					
٣٨	أقوم أحيانًا بتجنب شخص ما من الجنس الآخر يكون من الممكن أن أقيم معه علاقة رومانسية لأننى أظل مشدودًا وأشعر بالترقب والتوتر.					
٣٩	أتمنى لو إستطعت أن أغيّر فى مظهرى الجسمى.					
٤٠	يقل قلقى وإنشغالى حول التحدث أمام حشد من الناس بدرجة كبيرة وذلك قياسًا بكثيرين غيرى.					
٤١	أشعر الآن بأننى أكثر تفاؤلاً وإيجابية مقارنة بأى وقت آخر.					
٤٢	لاتعد مسألة إجتذاب شخص مناسب من الجنس الآخر لإقامة علاقة عاطفية معه مشكلة بالنسبة لى.					
٤٣	لو أننى كنت أكثر ثقة بنفسى حينما أتحدث إلى غيرى أو أناقشهم الأمور المختلفة لكانت حياتى أفضل مما هى عليه.					
٤٤	أبحث دومًا عن أنشطة أكاديمية متنوعة تتطلب إمعان التفكير والتحدى العقلى لأنى أكون على ثقة من أننى أستطيع إنجازها بشكل أفضل من كثيرين غيرى.					

م	العبـــــــارة	تنطبق تماما	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق إلى حد ما	لاتنطبق كثيرًا	لا تنطبق اطلاقا
٤٥	بإمكانى الحصول على العديد من المواعيد الغرامية دون أى صعوبة أو مشكلة.					
٤٦	حينما أكون وسط جماعة يقل شعورى بالراحة كثيرًا قياسًا بما يشعر به باقى الأعضاء.					
٤٧	تزداد ثقتى فى نفسى على التعامل من الجنس الآخر فى الوقت الراهن أكثر مما أنا عليه فى العادة.					
٤٨	لو أن مظهرى الجسمى كان أفضل مما هو عليه لكنت أصبحت أكثر جذبًا لأفراد الجنس الآخر.					

obeikandl.com

جدول (٥) مصفوفة العوامل المستخرجة من المصفوفة الإرتباطية لبنود مقياس الثقة بالنفس قبل وبعد التدوير المتعامد (بطريقة فاريمكس)

العبارة	قبل التدوير						بعد التدوير						تمام الشيوع
	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	
١	٠,٢٧	٠,٥٨	٠,١٣	٠,١٣	٠,٠١	٠,٠٢	٠,٢٧	٠,٥٧	٠,١١	٠,١٦	٠,٠٢	٠,٠٥	٠,٤٥
٢	-٠,٣٠	-٠,٢٥	٠,٠٤	٠,٤٢	٠,٠٤	٠,٠١	-٠,٢٨	-٠,٢٧	٠,٠٩	٠,٤١	٠,٠٣	٠,٠٢	٠,٣٤
٣	٠,٢٨	٠,٢١	٠,٥٩	٠,١٣	٠,٠٥	٠,٠٣	٠,٢٤	٠,١٩	٠,٦٢	٠,٠٩	٠,٠٦	٠,٠٣	٠,٥١
٤	٠,٢٩	٠,١٥	٠,١٦	٠,٠٧	٠,١٢	٠,٤١	٠,٢٧	٠,١٧	٠,١٥	٠,٠٧	٠,٠٤	٠,٤٣	٠,٣٣
٥	٠,٢٤	٠,١٧	٠,١٠	٠,٥٠	٠,٠٢	٠,٠١	٠,٢١	٠,١١	٠,٠٨	٠,٥٣	٠,٠٤	٠,٠١	٠,٣٥
٦	٠,٣٠	٠,٢١	٠,٧١	٠,١٥	٠,٠٣	٠,٠٥	٠,٢٨	٠,٢٠	٠,٧١	٠,١٧	٠,٠٣	٠,١٠	٠,٦٧
٧	٠,٦٤	٠,٢٠	٠,١١	٠,٠٩	٠,٠٢	٠,٠٤	٠,٦١	٠,٢٣	٠,١٥	٠,١٢	٠,٠٥	٠,٠٦	٠,٤٨
٨	٠,٢٥	٠,٥٢	٠,١٥	٠,٠٦	٠,٠٣	٠,٠٢	٠,٢٦	٠,٥٢	٠,١١	٠,٠٨	٠,٠١	٠,٠١	٠,٣٧
٩	٠,١٦	٠,١٤	٠,١٧	٠,٠٨	٠,٥٨	٠,٠٣	٠,١٣	٠,١٥	٠,٠٩	٠,٠٤	٠,٦٠	٠,٠١	٠,٤٢
١٠	٠,٢١	٠,١٥	٠,٥٥	٠,١١	٠,٠٤	٠,٠٢	٠,٢٠	٠,١٦	٠,٥٤	٠,١٣	٠,٠٢	٠,٠٥	٠,٣٩
١١	٠,٥٩	٠,١٨	٠,١٠	٠,٠٧	٠,٠٥	٠,٠١	٠,٥٩	٠,٢٠	٠,٠٧	٠,٠٤	٠,٠٢	٠,٠٢	٠,٤١
١٢	٠,٢٥	٠,١٦	٠,١٣	٠,٤٥	٠,٠٥	٠,٠٤	٠,٢٣	٠,١٩	٠,١٢	٠,٤٦	٠,٠١	٠,٠٣	٠,٣٣
١٣	٠,٢٩	٠,٢٣	٠,٠٢	٠,١٦	٠,٤٠	٠,٠٥	٠,٢٨	٠,٢١	٠,٠٤	٠,١٥	٠,٤١	٠,٠١	٠,٣٤
١٤	-٠,٢٧	٠,٤٤	٠,١١	٠,٢٠	٠,٠٣	٠,٠٤	-٠,٢٦	٠,٤٥	٠,١٠	٠,١٩	٠,٠٥	٠,٠٢	٠,٣٣
١٥	٠,٧٠	٠,٣٤	٠,١٤	٠,١٨	٠,٠٦	٠,٠٣	٠,٧٢	٠,٣٣	٠,٠٨	٠,١٧	٠,٠١	٠,٠٤	٠,٦٨
١٦	٠,٢٢	٠,٢٠	٠,٦٥	٠,٢١	٠,٠٧	٠,٠٢	٠,٢٤	٠,٢١	٠,٦٣	٠,٢٠	٠,٠٦	٠,٠١	٠,٥٧
١٧	٠,٢٥	٠,٢٢	٠,١١	٠,١٠	٠,٤٤	٠,٠٣	٠,٢٦	٠,٢١	٠,٠٧	٠,١٤	٠,٤٣	٠,٠٣	٠,٣٤
١٨	٠,٢٨	٠,١٩	٠,٠٦	٠,١٨	٠,٤١	٠,٠٢	٠,٢٧	٠,١٦	٠,١٣	٠,١٧	٠,٤٠	٠,٠٢	٠,٣٢
١٩	-٠,٣٠	٠,٥٩	٠,٠٨	٠,١٢	٠,٠٣	٠,٠٣	٠,٢٧	٠,٦١	٠,٠٤	٠,١١	٠,٠٢	٠,٠١	٠,٤٧
٢٠	٠,٢١	٠,١٨	٠,٠٢	٠,٤٨	٠,٠٢	٠,٠٤	٠,٢٣	٠,١٥	٠,٠٢	٠,٤٨	٠,٠٣	٠,٠١	٠,٣٢
٢١	٠,٣٢	٠,٦٧	٠,١١	٠,٠٩	٠,٠٤	٠,٠٦	٠,٢٧	٠,٦٩	٠,٠٧	٠,١٠	٠,٠١	٠,٠٦	٠,٥٨
٢٢	٠,٩	٠,١٢	٠,٢٣	٠,١١	٠,٤٨	٠,٠١	٠,٠٨	٠,١٣	٠,٢١	٠,١٢	٠,٤٧	٠,٠٢	٠,٣٢
٢٣	٠,٣٣	٠,٢٠	٠,٢٠	٠,٠٥	-٠,٠١	٠,٥٠	٠,٢٨	٠,١٧	٠,٢٢	٠,٠٧	-٠,٠٢	٠,٥٢	٠,٤٥
٢٤	٠,٦٠	٠,٣١	٠,٠٨	٠,١٧	٠,٠٤	٠,٠٤	٠,٥٩	٠,٣٢	٠,١٤	٠,١٥	٠,٠٢	٠,٠٤	٠,٥١
٢٥	٠,٢٦	٠,١٥	٠,٠٩	-٠,١٦	٠,٤٣	٠,٠٢	٠,٢٧	٠,١٥	٠,٠٦	-٠,١٩	٠,٤١	٠,٠١	٠,٣٢
٢٦	٠,٢٧	٠,٢٣	٠,٠٦	٠,٥٨	٠,٠١	٠,٠٦	٠,٢٥	٠,٢٠	٠,٠٣	٠,٦٠	٠,٠٢	٠,٠٧	٠,٤٨

تابع جدول (٥)

العبارة	قبل التدوير						بعد التدوير						قيم الشيوع
	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	
٢٧	٠,٣٥	٠,٦٩	٠,١١	٠,٣٥	٠,٠٧	٠,١٠	٠,٢٦	٠,٧٣	٠,١٣	٠,٣٢	٠,٠٥	٠,١٢	٠,٧٥
٢٨	٠,١٩	٠,١٣	٠,٠٨	٠,٥٦	٠,٠٩	٠,٠٥	٠,١٨	٠,١١	٠,٠٥	٠,٥٧	٠,٠٣	٠,٠٣	٠,٣٩
٢٩	٠,٢٣	-٠,٢٢	٠,٠٤	٠,٠٥	٠,٠٥	٠,٤٤	٠,٢٤	-٠,١٩	٠,٠٢	٠,٠٧	٠,٠١	٠,٤٥	٠,٣٢
٣٠	٠,٢٢	٠,١٨	٠,٥١	٠,١٤	٠,٠٤	٠,٠٣	٠,٢٠	٠,١٥	٠,٥٣	٠,١٢	٠,٠٣	٠,٠٦	٠,٣٨
٣١	٠,٢٧	٠,١٩	٠,٠٥	٠,١١	٠,٤٤	٠,٠١	٠,٢٧	٠,١٦	٠,٠٤	٠,١٠	٠,٤٥	٠,٠١	٠,٣٣
٣٢	٠,٦١	٠,٣٦	٠,٠٩	٠,١٨	٠,٠٤	٠,٠١	٠,٦٣	٠,٣٤	٠,٠٧	٠,١٤	٠,٠٢	٠,٠٢	٠,٥٥
٣٣	٠,١٥	٠,٥٥	٠,٠٨	٠,٠٧	٠,٠٢	٠,٠٢	٠,١٢	٠,٥٤	٠,١١	٠,٠٦	٠,٠٣	٠,٠٢	٠,٣٤
٣٤	٠,٢١	٠,٤٩	٠,١٥	٠,١٠	٠,٠٢	٠,٠٣	٠,١٩	٠,٤٩	٠,١٣	٠,٠٩	٠,٠١	٠,٠٤	٠,٣٢
٣٥	٠,٢٠	٠,١٣	٠,٠٧	٠,١١	٠,٤٩	٠,٠١	٠,٢١	٠,١٢	٠,٠٨	٠,١٠	٠,٤٨	٠,٠١	٠,٣٢
٣٦	٠,٥٥	٠,٣٤	٠,١٣	٠,١٦	٠,٠٥	٠,٠٢	٠,٥٧	٠,٣٣	٠,١٢	٠,١٢	٠,٠٤	٠,٠١	٠,٤٨
٣٧	٠,٢٥	٠,٢٢	٠,٠٥	٠,٥٨	٠,٠٦	٠,٠٢	٠,٢٦	٠,٢١	٠,٠٧	٠,٥٨	٠,٠١	٠,٠٣	٠,٤٦
٣٨	٠,٢٨	٠,٢٤	٠,١٠	٠,١٠	٠,٠٣	٠,٤٨	٠,٢٧	٠,٢٢	٠,١٣	٠,١١	٠,٠٢	٠,٤٧	٠,٣٩
٣٩	٠,٢١	-٠,٢٠	٠,٦٣	-٠,١٢	٠,٠٧	٠,٠٧	٠,٢٠	-٠,١٨	٠,٦٥	-٠,١٠	٠,٠٣	٠,٠٦	٠,٥٢
٤٠	٠,٦٣	٠,٣٤	٠,٠٥	٠,١٥	٠,٠٦	٠,٠٢	٠,٦٥	٠,٣١	٠,٠٤	٠,١٣	٠,٠١	٠,٠٤	٠,٥٥
٤١	٠,٢٢	٠,٢٢	٠,١٧	٠,٥١	٠,٠٨	٠,٠٣	٠,٢٣	٠,٢١	٠,١٤	٠,٥٢	٠,٠٢	٠,٠٢	٠,٤٠
٤٢	٠,٢٥	٠,١٨	٠,١١	٠,١٨	٠,٠٣	٠,٤٤	٠,٢٢	٠,١٩	٠,١٣	٠,١٧	٠,٠٢	٠,٤٥	٠,٣٥
٤٣	٠,٧٠	٠,٣١	٠,١٢	٠,١٢	٠,٠٤	٠,٠١	٠,٦٩	٠,٢٩	٠,١٥	٠,١٢	٠,٠١	٠,٠٢	٠,٦٢
٤٤	٠,٢٥	٠,٢٥	٠,٠٨	٠,٢١	٠,٤٢	٠,٠٢	٠,٢٧	٠,٢٤	٠,٠٧	٠,٢٢	٠,٤٠	٠,٠١	٠,٣٦
٤٥	٠,٢٣	٠,٢١	٠,١٤	٠,١٢	٠,٠٢	٠,٥٢	٠,٢٥	٠,١٩	٠,١٦	٠,١٣	٠,٠٣	٠,٥٠	٠,٤١
٤٦	٠,٢٠	٠,٤٨	٠,١٢	-٠,١١	٠,١١	٠,٠٦	٠,١٩	٠,٤٨	٠,١٤	-٠,١٠	٠,٠٢	٠,٠٧	٠,٣٢
٤٧	٠,٣١	٠,٢٦	٠,١٥	٠,١٣	٠,٠٢	٠,٤٣	٠,٢٨	٠,٢٥	٠,١٩	٠,١٢	٠,٠١	٠,٤٤	٠,٤٠
٤٨	٠,٢٨	٠,٢٨	٠,٦٤	٠,١٢	٠,٠٣	٠,٣٠	٠,٢٧	٠,٢٤	٠,٦٥	٠,١٤	٠,٠٣	٠,٣١	٠,٦٨
الجذر الكامن	٥,٧٤	٤,٨٣	٣,١٨	٢,٩٢	١,٩٨	١,٦٣	٥,٥٢	٤,٧٤	٣,٢٢	٢,٩٥	١,٨٩	١,٦٩	٢٠,٠١
نسبة التباين	١١,٩٦	١٠,٠٦	٦,٦٣	٦,٠٨	٤,١٣	٣,٤٠	١١,٥٠	٩,٨٨	٦,٧١	٦,١٥	٣,٩٤	٣,٥٢	٤١,٧٠

جدول (٦) المعايير التائية لمقياس الثقة بالنفس

د.خ	د.ت
صفر	١
١	١
٢	٢
٣	٢
٤	٣
٥	٣
٦	٤
٧	٤
٨	٤
٩	٥
١٠	٥
١١	٦
١٢	٦
١٣	٧
١٤	٧
١٥	٧
١٦	٨
١٧	٨
١٨	٩
١٩	٩
٢٠	١٠

د.خ	د.ت
٢١	١٠
٢٢	١٠
٢٣	١١
٢٤	١١
٢٥	١٢
٢٦	١٢
٢٧	١٣
٢٨	١٣
٢٩	١٣
٣٠	١٤
٣١	١٤
٣٢	١٥
٣٣	١٥
٣٤	١٦
٣٥	١٦
٣٦	١٦
٣٧	١٧
٣٨	١٧
٣٩	١٨
٤٠	١٨
٤١	١٩

د.خ	د.ت
٤٢	١٩
٤٣	٢٠
٤٤	٢٠
٤٥	٢٠
٤٦	٢١
٤٧	٢١
٤٨	٢٢
٤٩	٢٢
٥٠	٢٣
٥١	٢٣
٥٢	٢٣
٥٣	٢٤
٥٤	٢٤
٥٥	٢٥
٥٦	٢٥
٥٧	٢٦
٥٨	٢٦
٥٩	٢٦
٦٠	٢٧
٦١	٢٧
٦٢	٢٨

د.خ	د.ت
٦٣	٢٨
٦٤	٢٩
٦٥	٢٩
٦٦	٢٩
٦٧	٣٠
٦٨	٣٠
٦٩	٣١
٧٠	٣١
٧١	٣٢
٧٢	٣٢
٧٣	٣٢
٧٤	٣٣
٧٥	٣٣
٧٦	٣٤
٧٧	٣٤
٧٨	٣٥
٧٩	٣٥
٨٠	٣٥
٨١	٣٦
٨٢	٣٦
٨٣	٣٧

د.خ	د.ت
٨٤	٣٧
٨٥	٣٨
٨٦	٣٨
٨٧	٣٨
٨٨	٣٩
٨٩	٣٩
٩٠	٤٠
٩١	٤٠
٩٢	٤١
٩٣	٤١
٩٤	٤١
٩٥	٤٢
٩٦	٤٢
٩٧	٤٣
٩٨	٤٣
٩٩	٤٤
١٠٠	٤٤
١٠١	٤٤
١٠٢	٤٥
١٠٣	٤٥
١٠٤	٤٦

د.خ	د.ت
١٠٥	٤٦
١٠٦	٤٧
١٠٧	٤٧
١٠٨	٤٨
١٠٩	٤٨
١١٠	٤٨
١١١	٤٩
١١٢	٤٩
١١٣	٥٠
١١٤	٥٠
١١٥	٥١
١١٦	٥١
١١٧	٥١
١١٨	٥٢
١١٩	٥٢
١٢٠	٥٣
١٢١	٥٣
١٢٢	٥٤
١٢٣	٥٤
١٢٤	٥٤
١٢٥	٥٥

تابع جدول (٦) المعايير التائية لمقياس الثقة بالنفس

د.خ	د.ت
١٢٦	٥٥
١٢٧	٥٦
١٢٨	٥٦
١٢٩	٥٧
١٣٠	٥٧
١٣١	٥٧
١٣٢	٥٨
١٣٣	٥٨
١٣٤	٥٩
١٣٥	٥٩
١٣٦	٦٠
١٣٧	٦٠

د.خ	د.ت
١٣٨	٦٠
١٣٩	٦١
١٤٠	٦١
١٤١	٦٢
١٤٢	٦٢
١٤٣	٦٣
١٤٤	٦٣
١٤٥	٦٣
١٤٦	٦٤
١٤٧	٦٤
١٤٨	٦٥
١٤٩	٦٥

د.خ	د.ت
١٥٠	٦٦
١٥١	٦٦
١٥٢	٦٦
١٥٣	٦٧
١٥٤	٦٧
١٥٥	٦٨
١٥٦	٦٨
١٥٧	٦٩
١٥٨	٦٩
١٥٩	٦٩
١٦٠	٧٠
١٦١	٧٠

د.خ	د.ت
١٦٢	٧١
١٦٣	٧١
١٦٤	٧٢
١٦٥	٧٢
١٦٦	٧٢
١٦٧	٧٣
١٦٨	٧٣
١٦٩	٧٤
١٧٠	٧٤
١٧١	٧٥
١٧٢	٧٥
١٧٣	٧٥

د.خ	د.ت
١٧٤	٧٦
١٧٥	٧٦
١٧٦	٧٧
١٧٧	٧٧
١٧٨	٧٨
١٧٩	٧٨
١٨٠	٧٩
١٨١	٧٩
١٨٢	٧٩
١٨٣	٨٠
١٨٤	٨٠
١٨٥	٨١

د.خ	د.ت
١٨٦	٨١
١٨٧	٨٢
١٨٨	٨٢
١٨٩	٨٢
١٩٠	٨٣
١٩١	٨٣
١٩٢	٨٤

مقياس الحالة النفسية العامة

إعداد : كامان وفليت Kammann & Flett
ترجمة وتعريب : د. عادل عبد الله محمد
كليه التربية جامعة الزقازيق

فيما يلى مجموعة من العبارات تعكس مشاعر وأنماط سلوكية عامة فى الخبرات السابقة للفرد. نرجو منك أن تقرأ كلاً منها جيداً وأن تفكر فى مدى إنطباقها عليك. حاول من فضلك أن تكون دقيقًا فى إجابتك، وأن تحدد مدى إنطباق كل عبارة عليك وذلك بوضع علامة (✔) أمام العبارة فى الخانة التى ترى أنها هى الأكثر إنطباقًا عليك. كما نرجو ألا تضع أكثر من علامة واحدة أمام كل عبارة.

ونشكر لك حسن التعاون معنا

الإسم : ..... الجنس : .....
السن : ..... المهنة : .....
الكلية/ المدرسة : ..... التخصص والسنة الدراسية : . .

م	العبـــــارة	نعم	أحيانًا	لا
١	تسير حياتى على النحو الذى كنت أتمناه.			
٢	أستطيع أن أتعامل بمهارة مع أى مشكلة تصادفنى أو تعرض أمامى			
٣	أرى أن الآخرين يحبوننى ويثقون بى.			
٤	أشعر وكأن أفضل سنوات حياتى قد إنقضت.			
٥	أقيّم نفسى وأقدّرها حق قدرها.			
٦	أبتسم وأضحك كثيرًا.			
٧	لا أكترث أو أبالى بعمل أى شيئ مهما كانت قيمته ومهما فكرت فيه			
٨	يتملكنى إحساس قوى بالفشل والإخفاق.			
٩	أتمنى لو إستطعت أن أغيّر جانبًا ما من حياتى.			
١٠	أشعر أنى قريب جدًا ممن حولى.			
١١	أظل مشدودًا ومتوترًا فى المواقف المختلفة.			
١٢	أوزع طاقتى ومجهودى على المواقف التى أفكر فيها.			
١٣	يضيق صدرى بسرعة حتى وإن لم يكن هناك ما يستدعى ذلك.			
١٤	أرى أن الآخرين يفهمونني جيدًا.			
١٥	أشعر بأننى عاجز ولاحيلة لى.			
١٦	تسير أفكارى فى حلقة مفرغة لاجدوى منها.			
١٧	يبدو مستقبلى باهرًا.			
١٨	أشعر بالرضا والراحة لما حققته فى حياتى.			
١٩	لدّى إحساس بأننى ضئيل القدر وليست هناك فائدة أو جدوى منى.			
٢٠	يغمرنى إحساس بالتفاؤل.			
٢١	أحب الآخرين وأحنو عليهم.			

م	العبـــــارة	نعم	احيانًا	لا
٢٢	أعتقد أن باستطاعتى أن أفعل ما أريده.			
٢٣	أشعر بالملل والإكتئاب			
٢٤	أفضل العمل الفردى على العمل الجماعى.			
٢٥	أرى أن فكرى مشوش ومضطرب.			
٢٦	يشعر الآخرون بأهميتى بالنسبة لهم.			
٢٧	أنا واثق من نفسى ومن قدراتى.			
٢٨	أشعر بالسخط والإستياء من كل ماحولى.			
٢٩	أتميز برفع الكُلفة مع الآخرين وأتعامل معهم بكل بساطة ووضوح.			
٣٠	يتملكنى شعور باليأس.			
٣١	أميل بطبعى إلى البشاشة والمرح والسرور.			
٣٢	تسير حياتى وفق روتين معين لايختلف لأى سبب.			
٣٣	أنا منطو على نفسى.			
٣٤	يتسم تفكيرى بالوضوح والإبداع.			
٣٥	إذا ما قررت القيام بعمل ما فإننى أبدى قدرًا كبيرًا من الحماس له.			
٣٦	يبدو أن هناك شيئًا ما خاطئ فى شخصيتى.			
٣٧	فقدت إهتمامى بالآخرين ولم تعد تشغلنى أمورهم.			
٣٨	لم يعد هناك مايمثل الكثير من البهجة بالنسبة لى.			
٣٩	يبدو أن الآخرين يفضلون الإبتعاد عنى.			
٤٠	أتسم بصفاء الذهن وحدة الإدراك.			

obeikandi.com

جدول (٧) مصفوفة العوامل المستخرجة من المصفوفة الإرتباطية لبنود مقياس الحالة النفسية العامة قبل وبعد التدوير المتعامد (بطريقة فاريمكس)

العبارة	قبل التدوير						بعد التدوير					قيم الشيوع
	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	
١	٠,٢٨	٠,٥٢	٠,١٥	٠,١٣	٠,٠٧	٠,٠٣	٠,٢٧	٠,٥٧	٠,٠٦	٠,٠٢	٠,٠٥	٠,٤١
٢	٠,٥٧	٠,٢٣	٠,١٨	٠,١٤	٠,٠٤	٠,٠٢	٠,٦٣	٠,١٩	٠,٠٢	٠,٠١	٠,٠٦	٠,٤٤
٣	٠,٣١	٠,٥٢	٠,٢٥	٠,١٥	٠,٠٥	٠,١١	٠,٢٦	٠,٢٢	٠,٥٩	٠,٠١	٠,٠٤	٠,٤٧
٤	٠,٣٩	٠,٥١	٠,٢٠	٠,١١	٠,٠٩	٠,١٦	٠,٢٨	٠,٦١	٠,٠٩	٠,٠٦	٠,١٥	٠,٥٠
٥	٠,٥٨	٠,٢٤	٠,١٩	٠,٠٨	٠,١٢	٠,٠١	٠,٦٢	٠,٢٥	٠,٠٥	٠,٠٢	٠,٠٢	٠,٤٦
٦	٠,٢٧	٠,١٦	٠,١٨	٠,٠٦	٠,٥١	٠,٠٥	٠25	٠,١٩	٠,٠٦	٠,٠٣	٠,٥٤	٠,٤١
٧	٠,٢٢	٠,١٤	٠,٢٥	٠,٤٨	٠,٠٤	٠,٠٢	٠,٢٦	٠,١٨	٠,١٤	٠,٤٩	٠,٠٨	٠,٣٨
٨	٠,٥٠	٠,١٧	٠,١٤	٠,٠٧	٠,١٧	٠,٠٦	٠,٥٣	٠,٢٣	٠,٠١	٠,٠١	٠,٠٣	٠,٣٤
٩	٠,٤٢	٠,٥١	٠,١٨	٠,١٨	٠,١١	٠,١٤	٠,٢٨	٠,٦٧	٠,٠٣	٠,٠٢	٠,١٢	٠,٥٥
١٠	٠,١٩	٠,٢٥	٠,٤٦	٠,٢٠	٠,٠٥	٠,٠١	٠,٢٣	٠,٢٧	٠,٤٧	٠,٠٣	٠,٠٤	٠,٣٦
١١	٠,٢٠	٠,١٨	٠,١٠	٠,١٠	٠,٤٨	٠,٠٧	٠,٢٦	٠,٢٢	٠,٠٣	٠,٠٥	٠,٤٥	٠,٣٣
١٢	٠,٢٧	٠,٢٢	٠,٥٥	٠,١٢	٠,٠٦	٠,٠٢	٠,٣٧	٠,٢٨	٠,٠٢	٠,٤٨	٠,٠٧	٠,٤٦
١٣	٠,٢٨	٠,١٧	٠,١٣	٠,١٠	٠,٤٦	٠,٠١	٠,٢٥	٠,١٨	٠,٠١	٠,٠٤	٠,٥٠	٠,٣٥
١٤	٠,٢١	٠,٣٢	٠,٤١	٠,٠٩	٠,٠٢	٠,٠٣	٠,٢٨	٠,٢٤	٠,٤٢	٠,٠١	٠,٠٧	٠,٣٣
١٥	٠,٥٣	٠,٣٠	٠,٢٠	٠,٠٤	٠,٠١	٠,٠١	٠,٥٨	٠,٢٧	٠,٠٤	٠,٠٥	٠,٠١	٠,٤٢
١٦	٠,٣٢	٠,٢١	٠,١٢	٠,٥٠	٠,٠٧	٠,٠٨	٠,٢٩	٠,٢٩	٠,١٣	٠,٤٨	٠,٠٦	٠,٤٣
١٧	٠,٢٤	٠,٤٥	٠,١٧	٠,١٨	٠,٠٢	٠,٠٤	٠,٢٨	٠,٤٩	٠,١١	٠,٠٥	٠,٠٥	٠,٣٤
١٨	٠,٣١	٠,٥٤	٠,١٠	٠,١٥	٠,٠٦	٠,١١	٠,١٩	٠,٦٣	٠,٠٣	٠,٠٤	٠,٠٢	٠,٤٥
١٩	٠,٥١	٠,٢٥	٠,١٢	٠,١٠	٠,١٠	٠,٠١	٠,٥٧	٠,١٨	٠,٠٢	٠,٠١	٠,٠٣	٠,٣٧
٢٠	٠,٣٥	٠,٦٣	٠,١٨	٠,١٦	٠,١٢	٠,٠٥	٠,٢٦	٠,٧٢	٠,٠٨	٠,٠١	٠,٠٧	٠,٦١
٢١	٠,٢٤	٠,٤٥	٠,٢٢	٠,١٤	٠,٠١	٠,٠٢	٠,٢٩	٠,٢١	٠,٤٤	٠,٠٢	٠,٠٥	٠,٣٣
٢٢	٠,٤٩	٠,١٨	٠,١٢	٠,١٦	٠,١١	٠,٠١	٠,٥٣	٠,١٩	٠,٠١	٠,٠٣	٠,٠٩	٠,٣٤
٢٣	٠,٢٧	٠,١٥	٠,١٠	٠,٠٤	٠,٥٥	٠,٠٧	٠,٢٧	٠,٢٨	٠,٠٧	٠,٠٢	٠,٥١	٠,٤٢
٢٤	٠,٣٣	٠,٢٢	٠,٣٤	٠,١٧	٠,١٢	٠,٠٣	٠,٢٨	٠,٢٩	٠,٣٩	٠,٠١	٠,٠٤	٠,٣٢
٢٥	٠,٤١	٠,٠٧	٠,٥٨	٠,١١	٠,٠٣	٠,٠٢	٠,٤٢	٠,٢٩	٠,٠١	٠,٥٠	٠,٠٦	٠,٥٣
٢٦	٠,٥٤	٠,٣١	٠,٢٠	٠,٢٠	٠,٠٢	٠,٠٤	٠,٦٢	٠,٢٦	٠,٠٥	٠,٠٥	٠,١١	٠,٤٨

تابع جدول (٧)

العبارة	قبل التدوير						بعد التدوير					قيم الشيوع
	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	السادس	العامل الأول	الثانى	الثالث	الرابع	الخامس	
٢٧	٠,٦٩	٠,٣٠	٠,١٨	٠,١٩	٠,٠٨	٠,٠٩	٠,٧٣	٠,٣٤	٠,٠٢	٠,٠١	٠,٠٩	٠,٦٦
٢٨	٠,٢٣	٠,٤٧	٠,١٦	٠,١١	٠,٠١	٠,٠١	٠,٢٧	٠,٤٨	٠,٠٦	٠,٠٢	٠,٠٣	٠,٣٢
٢٩	٠,٢٥	٠,١٨	٠,٤٨	٠,٠٧	٠,٠٩	٠,٠٦	٠,٢٥	٠,٣٢	٠,٤٢	٠,٠١	٠,٠٣	٠,٣٥
٣٠	٠,٢٧	٠,٥٠	٠,٠٧	٠,٠٩	٠,٠٤	٠,٠٢	٠,٢٨	٠,٥٠	٠,٠٤	٠,٠٣	٠,٠١	٠,٣٤
٣١	٠,٢٩	٠,٢١	٠,١٨	٠,١٣	٠,٥٨	٠,٠٨	٠,٣٤	٠,١٥	٠,٠٣	٠,٠٣	٠,٦١	٠,٥٣
٣٢	٠,٢٠	٠,٢٤	٠,٢٧	٠,٣٩	٠,٠١	٠,٠٢	٠,٢٨	٠,٢٦	٠,٠٧	٠,٤١	٠,٠٤	٠,٣٣
٣٣	٠,٣٢	٠,٥١	٠,١٧	٠,٠٨	٠,٠٣	٠,٠٥	٠,٢٩	٠,٢٨	٠,٤٨	٠,٠٢	٠,٠٩	٠,٤٢
٣٤	٠,٣٣	٠,٢١	٠,٦٦	٠,٢٠	٠,١١	٠,٠٢	٠,٤٨	٠,٢١	٠,٠١	٠,٦٠	٠,٠٣	٠,٦٥
٣٥	٠,٢٤	٠,١٧	٠,١٢	٠,٤٦	٠,٠٣	٠,٠١	٠,٢٤	٠,١٨	٠,٠٧	٠,٤٧	٠,٠٢	٠,٣٣
٣٦	٠,٥٠	٠,١٦	٠,١٢	٠,١٣	٠,٠١	٠,٠٣	٠,٥٤	٠,١٥	٠,٠٤	٠,٠٢	٠,٠١	٠,٣٢
٣٧	٠,٢٥	٠,٥٣	٠,١٩	٠,١١	٠,٠٣	٠,٠٦	٠,٢٨	٠,٣٤	٠,٤٥	٠,٠٣	٠,٠٤	٠,٤١
٣٨	٠,٢٦	٠,٢١	٠,١٣	٠,١٣	٠,٤٧	٠,٠٢	٠,٢٦	٠,٢٨	٠,٠١	٠,٠١	٠,٤٨	٠,٣٨
٣٩	٠,١٧	٠,١١	٠,٥٢	٠,٠٨	٠,٠١	٠,٠٣	٠,٢٨	٠,٢٥	٠,٤١	٠,٠٢	٠,٠٢	٠,٣٢
٤٠	٠,٣٥	٠,٢٥	٠,١٢	٠,٥٧	٠,٠٨	٠,٠٤	٠,٤٤	٠,٢٩	٠,٠٢	٠,٥٠	٠,٠٧	٠,٥٥
الجذر الكامن	٥,٢٦	٤,٤٧	٢,٩٨	١,٧٨	١,٧٤	١,٣٢	٥,٩٢	٤,٧٤	١,٩٣	١,٩٦	١,٧٥	١٦,٣٠
نسبة التباين	١٣,١٥	١١,١٨	٧,٤٥	٤,٤٥	٤,٣٥	٣,٣٠	١٤,٨٠	١١,٨٥	٤,٨٣	٤,٩٠	٤,٣٨	٤٠,٧٦

جدول (٨) المعايير التائية لمقياس الحالة النفسية العامة

د.خ	د.ت
صفر	١
١	٢
٢	٣
٣	٤
٤	٥
٥	٦
٦	٧
٧	٨
٨	١٠
٩	١١
١٠	١٢
١١	١٣
١٢	١٤
١٣	١٥

د.خ	د.ت
١٤	١٦
١٥	١٧
١٦	١٨
١٧	١٩
١٨	٢٠
١٩	٢١
٢٠	٢٢
٢١	٢٣
٢٢	٢٤
٢٣	٢٥
٢٤	٢٦
٢٥	٢٨
٢٦	٢٩
٢٧	٣٠

د.خ	د.ت
٢٨	٣١
٢٩	٣٢
٣٠	٣٣
٣١	٣٤
٣٢	٣٥
٣٣	٣٦
٣٤	٣٧
٣٥	٣٨
٣٦	٣٩
٣٧	٤٠
٣٨	٤١
٣٩	٤٢
٤٠	٤٣
٤١	٤٤

د.خ	د.ت
٤٢	٤٥
٤٣	٤٧
٤٤	٤٨
٤٥	٤٩
٤٦	٥٠
٤٧	٥١
٤٨	٥٢
٤٩	٥٣
٥٠	٥٤
٥١	٥٥
٥٢	٥٦
٥٣	٥٧
٥٤	٥٨
٥٥	٥٩

د.خ	د.ت
٥٦	٦٠
٥٧	٦١
٥٨	٦٢
٥٩	٦٣
٦٠	٦٥
٦١	٦٦
٦٢	٦٧
٦٣	٦٨
٦٤	٦٩
٦٥	٧٠
٦٦	٧١
٦٧	٧٢
٦٨	٧٣
٦٩	٧٤

د.خ	د.ت
٧٠	٧٥
٧١	٧٦
٧٢	٧٧
٧٣	٧٨
٧٤	٧٩
٧٥	٨٠
٧٦	٨١
٧٧	٨٢
٧٨	٨٤
٧٩	٨٥
٨٠	٨٦

* * *