



جامعة زيان عاشور - الجلفة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم العلوم الاجتماعية



مستوى الطموح وعلاقته بالاكْتئاب لدى طلبة
علم النفس أولى ماستر
دراسة ميدانية لدى عينة من جامعة الجلفة

مذكرة مقدمة ضمن متطلبات لنيل شهادة الماستر

إشراف الدكتور:

- زعتر نور الدين

من إعداد الطالبة:

- عباس هاجر

- نوري سارة

الموسم الجامعي: 2022-2023م

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

شكر

قال سبحانه وتعالى:

" واشكروا نعمت الله إن كنتم إياه تعبدون "

سورة النحل الآية 114

الحمد لله الذي هدانا لهذا ونحن كنا لنهتدي لولا أن هدانا الله
العمل المتواضع، وما كنا لنهتدي لولا أن هدانا الله
ونشكره شكرا يليق بعظمته وجلاله أن يسر لنا ووفقنا
لإتمام هذا العمل فله الحمد والثناء والمنة.

نتقدم بالشكر الجزيل وأسئى عبارات التقدير إلى الأستاز
المشرف " زعتر نور الدين " على كل جهد بذله من
توجيه ونصائح طيلة فترة عملنا راجين من المولى
العلي القدير أن يطيل عمره في خدمة العلم والطلبة
وأن يزيده النجاح والفلاح ويحفظه من كل مكروه.

كما نتقدم بالشكر إلى جميع أساتذة قسم العلم
النفس وكل من ساهم وساعدنا في إنجاز هذا العمل من
قريب أو بعيد.

إهداء

الحمد لله الذي بنعمته تتم الصالحات

اهدي ثمرة جهدي الى اللذين أوصى بهما الرحمن في قوله: "وقضى ربك الا تعبدوا

الا إياه وبالوالدين احسانا"

الى اغلى من في الوجود، نبع الحنان، الى التي نسجت لي بساطا في طريقي

يغطيها عشب الأمان تعلوه أشجار الثمار اليكي:

أمي العزيزة الغالية

الى من تعب من اجل توفير أحسن الظروف لينير دربي بالعلم الى من علمني معنى

الحياة، العمل، الصبر، التواضع، اليك:

أبي العزيز الغالي

الى ورود البيت وصناع السعادة إخوتي: سفيان، قادة، سميرة.

وبالخصوص أخي الأكبر: عبد اللطيف الذي كان سندي ومصدر دعمي وقوتي.

الى من تقاسمت معها احلى الأوقات التي ساندتني عند انجاز هذا العمل زميلتي

وصديقتي وحببتي: هاجر

سارة

هدفت هذه الدراسة إلى تحديد العلاقة بين مستوى الطموح والاكنتاب، بالإضافة إلى الكشف عن الفروق بين الجنس والتخصص على مستوى الطموح والاكنتاب الكشف عن الفروق في مستوى الطموح والاكنتاب بالنسبة لمتغير التخصص، لهذا الغرض طبقنا مقياسين هما: مقياس الاكنتاب لـ "بيك" ومقياس الطموح لـ كاميليا عبد الفتاح، على عينة مكونة من (80) طالبا وطالبة، حيث بلغ عدد الذكور (25) وعدد الإناث بلغ (55)، من مختلف التخصصات علم النفس، حيث استخدمنا في دراستنا المنهج الوصفي.

وقد تمت معالجة هذه الدراسة من خلال جانبين:

جانب نظري وتم فيه تقديم البحث، ثلاثة فصول عرضنا من خلالها متغيرات الدراسة، وجانب تطبيقي تم فيه معالجة الفرضيات بالاعتماد على الأساليب الإحصائية التالية:

✓ المتوسط الحسابي.

✓ الانحراف المعياري.

✓ اختبار "ت" Test.T

✓ معامل ارتباط بيرسون

✓ تحليل التباين أحادي.

ولقد تمت المعالجة الإحصائية للبيانات باستعمال حزمة البرنامج الإحصائي في

العلوم الاجتماعية (spss26)

نتائج الدراسة:

وجود علاقة ارتباطية عكسية بين مستوى الطموح والاكنتاب لدى عينة الدراسة:

✓ مستوى الطموح مرتفع لدى عينة الدراسة

✓ مستوى الاكنتاب منخفض لدى عينة الدراسة

✓ وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الطموح والاكنتاب تعزى بمتغير الجنس لصالح الإناث

✓ وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الطموح والاكنتاب تعزى بمتغير الجنس لصالح الذكور.

✓ وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الطموح والاكنتاب تعزى بمتغير التخصص.

الكلمات المفتاحية: مستوى الطموح، الاكنتاب، طلبة علم النفس ماستر 1.

Résumé de l'étude:

Cette étude visait à déterminer la relation entre le niveau d'ambition et la dépression, en plus de détecter les différences entre les sexes et d'identifier le niveau d'ambition et le niveau de dépression. 80) étudiants masculins et féminins, où le nombre d'hommes était (25) et le nombre de femmes était (55), de diverses disciplines de la psychologie, où nous avons utilisé l'approche analytique descriptive dans notre étude.

Cette étude a été abordée sous deux aspects

Une face théorique dans laquelle la recherche a été présentée, trois chapitres à travers lesquels nous avons présenté les variables de l'étude, et une face appliquée dans laquelle les hypothèses ont été abordées à partir des méthodes statistiques suivantes:

- ✓ SMA.
- ✓ La déviation standard.
- ✓ Test.T
- ✓ Coefficient de corrélation de Pearson

Le traitement statistique des données a été réalisé à l'aide du progiciel statistique en sciences sociales (spss26).

Résultats:

Il existe une corrélation inverse entre le niveau d'ambition et la dépression parmi l'échantillon de l'étude

- ✓ Le niveau d'ambition est élevé parmi l'échantillon de l'étude
- ✓ Le niveau de dépression est faible parmi l'échantillon de l'étude
- ✓ Il existe des différences statistiquement significatives dans le niveau d'ambition attribué à la variable de genre en faveur des femmes
- ✓ Il existe des différences statistiquement significatives dans le niveau de dépression en raison de la variable de sexe en faveur des hommes

الفهرس

فهرس المحتويات:

الصفحة	المحتوى
أ	شكر.....
ب-ج	إهداء.....
د-هـ	ملخص البحث.....
ز	فهرس المحتويات.....
ط	قائمة الجداول.....
ي	قائمة الأشكال.....
02-01	قائمة الملاحق.....
	مقدمة.....
الجانب النظري	
الفصل الأول: الإطار العام للدراسة	
04	1. إشكالية الدراسة.....
04	2. تساؤلات الدراسة.....
05	3. فرضيات الدراسة.....
06	4. أهداف الدراسة.....
06	5. أهمية الدراسة.....
06	6. المفاهيم الأساسية للدراسة.....
07	7. الدراسات السابقة.....
الفصل الثاني: مستوى الطموح	
18	▪ تمهيد.....
19	1. تعريف الطموح.....
20	2. تعريف مستوى الطموح.....
22	3. مستويات الطموح.....
23	1. النظريات المفسرة لمستوى الطموح.....
26	2. أهمية مستوى الطموح في حياة الفرد.....
27	3. نمو مستوى الطموح.....
28	4. أنواع مستوى الطموح.....
29	5. طبيعة مستوى الطموح.....

- 30 6. سمات الشخص الطموح.
- 32 7. العوامل المؤثرة في مستوى الطموح.
- 34 8. استراتيجيات رفع مستوى الطموح الدراسي لدى الطالب الجامعي.
- 37 - خلاصة الفصل

الفصل الثالث: الاككتاب

- 39 ■ تمهيد
- 40 1. تعريف الاككتاب
- 41 2. تصنيف الاككتاب
- 42 3. أعراض الاككتاب
- 44 4. أسباب الاككتاب
- 46 5. النظريات المفسرة للاككتاب
- 49 6. تشخيص الاككتاب
- 51 7. قياس الاككتاب
- 53 - خلاصة الفصل

الجانب الميداني

الفصل الرابع: إجراءات الدراسة الميدانية

- 55 - تمهيد
- 56 1- إجراءات الدراسة الاستطلاعية.
- 57 2- إجراءات الدراسة الأساسية
- 57 3- منهج البحث.
- 58 4- العينة.
- 58 5- حدود الدراسة.
- 58 6- أدوات الدراسة.
- 70 7- المعالجة الإحصائية.

الفصل الخامس: عرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة

- 72 عرض ومناقشة نتائج الدراسة
- 72 عرض ومناقشة نتائج دراسة الفرضية الأولى
- 74 عرض ومناقشة نتائج دراسة الفرضية الثانية
- 76 عرض ومناقشة نتائج دراسة الفرضية الثالثة

77	عرض ومناقشة نتائج دراسة الفرضية الرابعة.....
80	عرض ومناقشة نتائج دراسة الفرضية الخامسة.....
82	الاستنتاج العام.....
84	خاتمة.....
86	قائمة المراجع.....
93	الملاحق.....

قائمة الجداول:

الصفحة	عنوان الجدول
56	جدول (01) يوضح توزع افراد العينة الاستطلاعية.....
61	الجدول رقم (02): يمثل توزيع عينة الدراسة حسب المتغير الجنس والتخصص.....
63	الجدول رقم (03): يمثل نتائج صدق الاستبيان بطريقة الصدق التمييزي.....
63	جدول رقم (04): يمثل نتائج صدق الاتساق الداخلي للمحاور والدرجة الكلية للاستبيان.....
64	جدول رقم (05): يمثل نتائج معامل الثبات ألفا -كرونباخ.....
65	جدول رقم (06): يمثل نتائج معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية.....
66	الجدول رقم (07): يمثل نتائج صدق الاستبيان بطريقة الصدق التمييزي.....
66	جدول رقم (08): يمثل نتائج صدق الاتساق الداخلي للمحاور والدرجة الكلية للاستبيان.....
67
69	جدول رقم(09): يمثل نتائج معامل الثبات ألفا -كرونباخ.....
69	جدول رقم (10): يمثل نتائج معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية.....
72	جدول رقم (11): يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون بين الطموح والاكنتاب.....
75	جدول رقم(12): يمثل نتائج اختبار(T) لمستوى الطموح.....
76	جدول رقم(13): يمثل نتائج اختبار(T) للاكنتاب.....
76	جدول رقم(14): يمثل نتائج اختبار T لمستوى الطموح ومستوى الاكنتاب حسب الجنس.....
78
78	جدول رقم(15): يمثل نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لمستوى الطموح ومستوى الاكنتاب حسب التخصص.....
80

قائمة الأشكال:

الصفحة	عنوان الشكل
62	شكل رقم (01): يمثل توزيع العينة حسب الجنس والتخصص.....

مقدمة

يعد مستوى الطموح جزءاً مهماً وأساسياً في البناء النفسي للإنسان فهو يبُلور ويعزز المعتقدات التفاؤلية عند الفرد بكونه قادراً على التعامل مع أشكال مختلفة من الضغوط النفسية، فالشخص الذي يؤمن بقدرته على تحقيق أهداف معينة يكون قادراً على إدارة مسار حياته الذي يحدده بصورة ذاتية وبنشاط أكبر، وهذا بدوره يؤدي إلى الاحساس بالسيطرة على البيئة وتحدياتها. (باهي وآخرون، 2017، ص 244)

وقد ينشأ صراعاً بين طموح الفرد وبما تضمنه من قدرات وإمكانات وتوقعات وخطط مستقبلية، وبين الواقع فإذا كانت مقومات الطموح لدى الفرد منعدمة أو ضئيلة قد يدخل في دائرة صراع نفسي التي من شأنها أن تزيد من فرصة تعرضه للاضطرابات والمشكلات النفسية كالقلق، الاكتئاب... إلخ

يشير "عبد الستار إبراهيم" في تعريفه للاكتئاب أنه: "عندما يذكر الاكتئاب تذكر معه الكثير من خصائص الاضطراب النفسي بما فيها المزاج المعكر والتشاؤم، والشعور بالإحباط والعجز". (عبد الستار إبراهيم، 1998، ص 61)

ولهذا يعد متغير الاكتئاب موضوع جد مهم في علاقته بمتغيرات مختلفة ولدى عينات مختلفة، وهذا ما يبرز في اختيارنا لهذه الدراسة، التي تتناول مستوى الاكتئاب لدى الطلبة الجامعيين، وهذا نتيجة ما تفرضه الحياة الجامعية سواء من الناحية الإيجابية أو السلبية، باعتبارها مرحلة مهمة في حياة الطلبة كونها تساهم في تنمية قدراتهم العلمية والمهنية والحياتية، لكن تكثر فيها العديد من الضغوطات والصعوبات، مما قد يتولد صعوبة في التوافق مع الأحداث الضاغطة التي تمر بهم الذي يمكن أن يؤثر على مسار حياته الجامعية والمستقبلية. (عزة، 2020، ص 379)

ونظراً لقلّة الدراسات والبحوث التي تربط بين الاكتئاب والطموح جاءت دراستنا الحالية التي تبحث عن "مستوى الطموح وعلاقته بالاكتئاب لدى طلبة علم النفس" أولى ماستر" لتحقيق ذلك تم تقسيم الدراسة إلى جانبين نظري وتطبيقي وفق الخطة المنهجية التالية:

الفصل الأول: يتضمن تحديد الإشكالية، فرضيات الدراسة، أهمية الدراسة، أهداف الدراسة، التعاريف الإجرائية.

أما الفصل الثاني الطموح فقد اشتمل على: تمهيد، مفهوم الطموح، مستويات الطموح، نظريات الطموح.....إلخ

بالنسبة الفصل الثالث: تضمن الاكتتاب تعريفه، اسبابه، تصنيفه، ونظريات تفسيره...إلخ

أما الجانب التطبيقي يضم الفصل الرابع الذي بدوره يضم جانبين فنتناول فيه أولاً **منهجية البحث** المتبعة من منهج البحث، الدراسة الاستطلاعية مجتمع وعينة البحث طرق جمع البيانات أداة البحث ووصفها الاساليب الاحصائية المستعملة والخصائص السيكومترية للمقياسين.

ثانيا الجزء التطبيقي للبحث الذي يحتوي عرض وتحليل وتفسير النتائج المتحصل عليها.

الفصل الأول:

الإطار العام للدراسة

1. إشكالية الدراسة
2. تساؤلات الدراسة
3. الفرضية العامة
4. الفرضيات الجزئية
5. أهداف الدراسة
6. أهمية الدراسة
7. المفاهيم الأساسية للدراسة
8. الدراسات السابقة

إشكالية الدراسة:

تعد المرحلة الجامعية مرحلة تشكيل الشخصية وبناء المستقبل وبلورة أهداف واقعية، حيث يتميز الطلبة الجامعيين باختلافهم في مستوى الطموح من حيث تحقيقهم لرغباتهم سواء داخل الجامعة أو خارجها، حيث يلعب الطموح دور فعال في حياة الفرد فهو من المتغيرات التي لها تأثير بالغ الأهمية في ما يصدر عن الفرد من نشاط، ويعد هوب Hoppe 1930 أول من تناول مستوى الطموح بالدراسة والتحديد على نحو مباشر، وكان ذلك في البحث الذي قام به عن علاقة النجاح والفشل بمستوى الطموح، حيث عرفه بأنه "أهداف الشخص أو غاياته أو ما ينتظر منه القيام به في مهمة معينة.

وفي ظل هذه المرحلة يواجه الطالب الجامعي العديد من الصعوبات والتحديات والمشكلات التي تؤثر على مستوى طموحه ومن ضمن هذه المشكلات الاكتئاب الذي يعد من أهم المصطلحات والمفاهيم التي اولها العلماء النفسانيون اهتمام كبير من دراسات وبحوث.

وقد عرفت هندية (2003) الاكتئاب: بأنه حالة انفعالية وقتية أو دائمة، يشعر فيها الفرد بالانقباض والحزن والضيق وتشيع فيها مشاعر الهم والغم والشؤم فضلاً عن مشاعر القنوط والجزع واليأس والعجز، وتصاحب هذه الحالة أعراض محددة متصلة بالجوانب المزاجية والمعرفية والسلوكية ومنها نقص الاهتمامات، وتناقص الاستمتاع بمباهج الحياة، وفقدان الوزن، واضطرابات في النوم والشهية، بالإضافة إلى سرعة التعب، وضعف التركيز، والشعور بنقص الكفاءة، والميل.

ونظراً لقلّة الدراسات والبحوث السابقة التي تربط بين مستوى الطموح والاكتئاب لدى الطلبة، فإن الدراسة الحالية تحاول التعرف على العلاقة بين هذه المتغيرات.

ومن هنا جاء التساؤل التالي:

هل توجد علاقة بين مستوى الطموح والاكتماب لدى طلبة الجامعيين تخصص علم النفس أولى ماستر؟

وانبثقت عنه مجموعة من تساؤلات الفرعية التالية:

✓ ما مستوى الطموح لدى عينة الدراسة؟

✓ ما مستوى الاكتماب لدى عينة الدراسة؟

✓ هل توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الطموح والاكتماب تعزى بمتغير الجنس لدى عينة الدراسة؟

✓ هل توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الطموح والاكتماب تعزى بمتغير التخصص لدى عينة الدراسة؟

الفرضية العامة:

✓ توجد علاقة ارتباطية دالة إحصائيا بين مستوى الطموح والاكتماب لدى طلبة علم النفس أولى ماستر.

الفرضيات الجزئية:

- مستوى الطموح مرتفع لدى عينة الدراسة
- مستوى الاكتماب منخفض لدى عينة الدراسة
- توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الطموح والاكتماب لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير الجنس.
- توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الطموح والاكتماب لدى عينة الدراسة تعزى لمتغير التخصص.

أهداف الدراسة:

- تستهدف الدراسة الحالية لتحقيق الأهداف التالية:
- التعرف على مستوى الطموح لدى طلبة علم النفس أولى ماستر.
 - الكشف عن مستوى الاكتئاب لدى طلبة علم النفس أولى ماستر.
 - تحديد العلاقة بين مستوى الطموح والاكتئاب لدى طلبة علم النفس أولى ماستر.
 - الكشف عن الفروق بين الجنسين في مستوى الطموح والاكتئاب.
 - الكشف عن الفروق في مستوى الطموح والاكتئاب لدى عينة الدراسة بالنسبة للتخصص.

أهمية الدراسة:

إثراء المعرفة العلمية حول علاقة مستوى الطموح بالاكتئاب لدى الطلبة الجامعيين تخصص علم النفس جامعة زيان عاشور بالجلفة باعتبارها الدراسة الأولى محليا التي تربط بين هذين المتغيرين.

تستمد الدراسة أهميتها من خلال تناولها لطلاب الجامعة خاصة أن طلاب الجامعة هم عصب الحياة والأمل المنشود، في تجديد بناء الأمة، حيث يعلق عليهم الآمال الكبيرة، وتكمن أهمية المرحلة الجامعية في أنها البداية للاعتماد على الذات وتحمل المسؤولية.

(وزاني، رحمون 2017، ص8).

- التعاريف الإجرائية:

مستوى الطموح: هو الدرجة المتحصل عليها من تطبيق مقياس مستوى الطموح على طلبة الجامعة.

- **الاكتئاب:** هو الدرجة المتحصل عليها من تطبيق مقياس الاكتئاب لطلبة الجامعة
طلبة علم النفس أولى ماستر: هم الفئة الذين يدرسون بالجامعة تخصص علم النفس
متوسط أعمارهم 21 سنة.

الدراسات السابقة:

الدراسات المتعلقة بمتغير الطموح:

الدراسات العربية:

دراسة محمود الزيايدي (1961): بعنوان دراسة تجريبية على الفروق الجنسية
لمستوى الطموح.

هدف الدراسة: مقارنة الفروق بين الجنسين في مستوى الطموح في ضوء بعض
المتغيرات.

عينة الدراسة: تكونت من (100) طالب وطالبة بواقع (50) طالب و (50) طالبة،
بطريقة عشوائية واعتمد على المنهج التجريبي.

أداة الدراسة: تمثلت في استخدام ستة اختبارات موقفية معملية هي: الرسم بالمرآة،
الخرز، مهارة الأصابع، الشطب، الضرب والشفرة على أساس أداء كل إختبار عشر مرات
وحصل في كل مرة على درجة الأداء المتوقع.

نتيجة الدراسة: أسفرت عن وجود فروق بين الجنسين في مستوى الجنس حيث تبين
أن الذكور أكثر ثباتاً في تقديرهم لمستوى الطموح من الإناث (راجعى، 2017، ص 09).

دراسة الباحثة والرائدة في هذا الموضوع كاميليا عبد الفتاح (1971): بعنوان الفروق
بين الجنسين في مستوى الطموح.

هدف الدراسة: معرفة الفروق بين الجنسين في مستوى الطموح.

عينة الدراسة: قوام العينة (226) طالبا وطالبة في الجامعة.

أداة الدراسة: طبقت فيها استبيان مستوى الطموح للراشدين.

نتيجة الدراسة: توصلت الدراسة إلى أن مستوى الطموح الطلبة أعلى من مستوى الطموح الطالبات. (باحمد، 2015، ص16).

دراسة الرواشدة (2016): اتجاهات طلبة كلية التمريض في جامعة مؤتة نحو المهنة وعلاقتها بمستوى الطموح وجودة الحياة.

هدف الدراسة: معرفة اتجاهات طلبة كلية التمريض بجامعة مؤتة، معرفة الفروق في الاتجاهات نحو مهنة التمريض ومستوى الطموح وجودة الحياة تبعا لمتغير جنس الطالب.

عينة الدراسة: تكونت من 105 طالب وطالبة من كلية التمريض بجامعة مؤتة.

نتيجة الدراسة: لا توجد اتجاهات سلبية نحو مهنة التمريض تعزى لجنس الطالب أو مستواه الدراسي.

- وجود علاقة إيجابية بين مستوى الطموح لدى الطلبة واتجاهاتهم نحو المهنة.
- عدم وجود فروق دلالة إحصائية في مستوى الطموح تعزى لمتغير الجنس.
- مستوى الطموح لدى الطلبة مرتفع.
- مستوى جودة الحياة لدى الطلبة متوسط.

الدراسات الأجنبية:

دراسة هيلمان (1980): قام الباحث بدراسة حول العلاقة بين مستوى الطموح التعليمي والمهني والقدرة الاستدلالية للطلبة.

هدف الدراسة: التعرف عن العلاقة بين مستوى الطموح التعليمي والمهني والقدرة الإستدلالية لدى تلاميذ الصفوف السادس والثامن والعاشر والثاني عشر.

عينة الدراسة: تكون عدد التلاميذ (194) تلميذ وتلميذة.

أداة الدراسة: اختبار لينز التناظري لقياس القدرة الاستدلالية.

استفتاء لقياس مستوى الطموح التعليمي والمهني.

نتيجة الدراسة: أسفرت عن عدم وجود علاقة ارتباطية دالة بين مستوى الطموح التعليمي والمهني وبين القدرة الاستدلالية للجميع.

الذكور في الصفين الثامن والعاشر لديهم مستوى طموح مرتفع عن الإناث

(نايف، 2003، ص 50).

دراسة ماركو بانكس (2004): قام الباحث بدراسة حول العلاقة بين القدرة العقلية وسمات الشخصية ومستوى الطموح.

هدف الدراسة: التعرف على العلاقة بين القدرة العقلية وسمات الشخصية والكشف عن مستوى الطموح.

عينة الدراسة: تكونت من (1500) طالب وطالبة من مراحل التعليم الثانوي والجامعي.

أداة الدراسة: مقياس كاسر وريان (2001) للطموح.

نتيجة الدراسة: وجود ارتباط دال موجب بين القدرة العقلية والتحصيلية وبعض سمات الشخصية ومستوى الطموح.

وجود فروق في مستوى الطموح وكل من متغيري الجنس.

(بشير وأخران، 2016، ص 226).

دراسات متعلقة بمتغير الاكتئاب

• دراسات عربية:

دراسة د زينب هاشم (2020) بعنوان "معنى الحياة وعلاقته بالاكتئاب النفسي لدى عينة من طلبة الجامعة" هدف البحث إلى تعرف العلاقة بين معنى الحياة والاكتئاب النفسي لدى عينة من طلبة الجامعة، والتعرف على دلالة الفروق في إجابات أفراد عينة البحث على مقاييس معنى الحياة والاكتئاب وفقاً لمتغير الجنس (ذكور، إناث) ووفقاً لمتغير مكان السكن (مقيم مع أهله، مهجر)، ولتحقيق أغراض الدراسة تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي وتم تطبيق مقياس معنى الحياة ترجمة الأعرجي (2007)، وقائمة بيك لأعراض الاكتئاب ترجمة سامر رضوان، على عينة مؤلفة من (131) ذكوراً و(190) إناثاً من طلبة السنة الرابعة من كليات جامعة دمشق، وتوصلت الدراسة إلى النتائج الآتية:

- توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية وسلبية بين معنى الحياة والاكتئاب النفسي.

- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياس معنى الحياة وفقاً لمتغير الجنس لصالح الإناث.

- لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد العينة على قائمة بيك لأعراض الاكتئاب وفقاً لمتغير الجنس.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس معنى الحياة وفقاً لمتغير مكان السكن لصالح الطلاب المقيمين مع الأهل.
- توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة الدراسة على قائمة بيك لأعراض الاكتئاب وفقاً لمتغير مكان السكن لصالح الطلاب المهجّرين.
- يمكن التنبؤ بالاكتئاب من خلال معنى الحياة لدى أفراد عينة الدراسة.

دراسة قوفي سارة وقرزير لبنى (2017) بعنوان "الاكتئاب لدى المسنين المقيمين في دار العجزة" حيث هدفت الدراسة الى معرفة درجة الاكتئاب لدى المسن المقيم في دار الرعاية للمسنين ومعرفة ان كانت هناك اختلافات في درجات الاكتئاب حسب الجنس وحسب الحالة الاجتماعية.

وقد اعتمدت هذه الدراسة على المنهج العيادي، تكونت عينة الدراسة من أربع حالات ولجمع البيانات تم استخدام الملاحظة العيادية كالمقابلة العيادية نصف موجهة بالإضافة إلى استخدام مقياس بيك للاكتئاب.

وفي الاخير توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- إن المسن القيم في دار الرعاية يعاني من الاكتئاب
- لا يوجد اختلاف في درجة الاكتئاب لدى الحالات المدروسة المقيمة في دار رعاية المسنين حسب متغير الجنس.
- يوجد اختلاف في درجة الاكتئاب لدى الحالات المدروسة المقيمة في دار رعاية المسنين حسب الحالة الاجتماعية (مطلق، أرمل، عازب).

دراسة العيداني عبد الكريم غالي محسن (2014) "الاكتئاب لدى طلبة الجامعة وعلاقته بالتخصص والجنس"، حيث هدفت هذه الدراسة إلى قياس مستوى الاكتئاب لدى طلبة الجامعة والتعرف على الفروق في مستوى الاكتئاب تبعاً لمتغير الجنس والتخصص. اعتمد الباحث في دراسته على المنهج الوصفي، واستعان بمقياس الاكتئاب ل بيك (Beck 1967) وتوصل البحث إلى أن طلبة الجامعة غير مصابين بالاكتئاب كذلك أظهرت النتائج عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الاكتئاب تبعاً لمتغيري الجنس والتخصص.

دراسة زهير لونيس وربيح بوخار (2021) "الصحة النفسية وعلاقتها بالاكتئاب لدى المراهق المتمدرس" هدفت الدراسة احلالية إبل التعرف على العالقة بني الصحة النفسية والاكتئاب لدى المراهق المتمدرس، والبالغ عددهم 100مراهق متمدرس، تم اختيارهم بالطريقة القصدية، واعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، وقد أستخدم أدوات جمع البيانات المتمثلة في مقياس الصحة النفسية ل أبو هني (1992) والاكتئاب ل بيك (1962)، وتم تحليل البيانات باستخدام الحزم الاحصائية للعلوم الاجتماعية SPSS وبعد التأكد من النتائج تم التوصل إلى أن مستوى الصحة النفسية لدى المراهق المتمدرس مرتفع؛ وأن مستوى الاكتئاب لدى المراهق المتمدرس منخفض.

• دراسات أجنبية:

دراسة هيلين ميلز وآخرون (2004) عنوان الدراسة "الإدراكات المعرفية لاستعادة الأحداث الماضية والتأمل فيها والتطلع إلى المستقبل عند المراهقين، القلق والاكتئاب والشعور السلبي والإيجابي" أجريت الدراسة في أمريكا هدفت الدراسة إلى فحص العلاقة بين الذكريات السلبية والذكريات الإيجابية وبين الشعور بكل من القلق والاكتئاب عند المراهقين.

تكونت عينة الدراسة من (123) مراهق ومراهقة وقد تراوحت أعمارهم بين (11-16) سنة حيث إستعمل في الدراسة إختبار الشعور بالاكنتاب (S_CD لكوفاكس) 1980 وإختبار الشعور بالقلق لرايند لدزو رينثشوند 1978 و إختبار الشعور السلبي والإيجابي لواطسن وكلاك و تلجن 1988 وقائمة التفكير بالمستقبل لماكلود وأخرين 1997.

أشارت نتائج الدراسة إلى:

- وجود علاقة ارتباطية موجبة بين القلق والاكنتاب وبين الذكريات السلبية لدى المراهقين.

- كما أشارت النتائج أيضا إلى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين القلق والاكنتاب فالمرهقون الذين تحصلوا على درجات عالية في القلق تحصلوا أيضا على درجات.

دراسة هوكنسون وآخرون (1989): قام الباحثون بدراسة طلبة جامعيين مكتئبين مقارنة بطلبة آخرين لديهم إضطرابات نفسية و أسوياء في علاقاتهم مع رفاق الحجرة خلال 09 أشهر دراسية.

- عينة الدراسة: تكونت من (29) طالبا حديثي الالتحاق بالجامعة في ولاية فلوريدا.

- أداة الدراسة: استخدم الباحثون مقياس "بيك" للاكنتاب.

مقياس بريق للأعراض ومقياس تقدير الذات

- نتيجة الدراسة:

1. الشعور بالوحدة لدى الذكور وهم أكثر ميلا للارتباط بالتقييم الذاتي السالب للنواحي الشخصية والعاطفية منه لدى الإناث.

2. يتفاعل الذكور مع الشعور بالوحدة بطريقة سلبية من الإناث اللاتي يملن أن يرجعن الشعور بالوحدة إلى الفشل الشخصي أكثر من كونه عوامل خارجية أو أسباب لا يمكن ضبطها. (نجية، 2014، ص 173)

التعقيب على الدراسات السابقة:

من خلال استعراض الدراسات السابقة توصلت الباحثتان إلى بعض أوجه الاختلاف، وأوجه التشابه وعلى ضوءها تم تحديد علاقة الدراسة الحالية بالدراسات السابقة كما يلي:

الدراسات التي تناولت متغير الطموح:

أوجه الاختلاف:

- اختلاف واضح بين المتغيرات مع الدراسة الحالية مثلا: "دراسة هيلمان" (1980).
- اختلاف في حجم العينة، حيث أن الدراسات السابقة كانت حجم العينة فيها أكبر من الدراسة الحالية
- اختلاف الدراسة السابقة مع دراستنا الحالية في المقياس، مثلا: "دراسة محمود زيادي" (1961).
- اختلاف الدراسة السابقة مع دراستنا الحالية في مجتمع العينة مثل: "دراسة هيلمان" (1980).

أوجه التشابه:

اتفقت الدراسة السابقة مع دراستنا الحالية في هدف الدراسة، مثل: "دراسة كاميليا عبد الفتاح" (1971).

- تناولت الدراسات السابقة المنهج الوصفي وهذا ما يتفق مع دراستنا الحالية.
- اتفقت الدراسة السابقة مع الدراسة الحالية في النتائج، مثلا: "دراسة فايز الانسون" (2003).

- بالنسبة لمتغير الاكتئاب:

أوجه الاختلاف:

- اختلاف الدراسة السابقة مع دراستنا الحالية في المنهج المستخدم، مثلا: "دراسة قوفي سارة وقرزير لبنى" (2017).

- اختلاف اغلب دراسات سابقة مع دراستنا الحالية في حجم العينة حيث كانت أكبر حجما من عينة دراستنا.

- اختلاف واضح بين المتغيرات مع الدراسة الحالية.

- اختلاف دراستنا الحالية مع دراسات سابقة في بعض الاهداف مثلا: دراسة العيداني، عبد الكريم غالي محسن (2014)

أوجه التشابه:

بالنسبة لنتائج اتفقت دراستنا الحالية مع "دراسة العيداني عبد الكريم غالي محسن (2014)"

هدفت الدراسة السابقة إلى الكشف عن العلاقة بين الاكتئاب والمتغير الثاني والكشف عن الفروق بالنسبة للجنس والتخصص وهذا ما يتفق مع دراستنا مثلا: دراسة د زينب هاشم (2020)، قوفي سارة وقرزير لبنى (2017)، دراسة العيداني، عبد الكريم غالي محسن (2014).

أغلب دراسات سابقة استعملت المنهج الوصفي وهذا ما يتفق مع دراستنا الحالية
مثلا: دراسة د زينب هاشم(2020)، دراسة العيداني، عبد الكريم غالي محسن (2014)"

اتفقت دراستنا مع دراسات سابقة في أداة القياس "مقياس بيك للاكتئاب".

الفصل الثاني:

مستوى الطموح

■ تمهيد.

1. تعريف الطموح.
2. تعريف مستوى الطموح.
3. مستويات الطموح.
4. النظريات المفسرة لمستوى الطموح.
5. أهمية مستوى الطموح في حياة الفرد.
6. نمو مستوى الطموح.
7. أنواع مستوى الطموح.
8. طبيعة مستوى الطموح.
9. سمات الشخص الطموح.
10. العوامل المؤثرة في مستوى الطموح.
11. استراتيجيات رفع مستوى الطموح الدراسي لدى الطالب الجامعي.

تمهيد:

يعتبر مستوى الطموح من المفاهيم الحديثة نسبياً، فقد حظي باهتمام كبير لدى الباحثين في علم النفس، إذ يلعب دوراً هاماً في حياة الفرد والجماعة بشكل عام وطلبة الجامعة بشكل خاص وذلك باعتبار الطموح أحد متغيرات ذات التأثير البالغ في إنتاجية الفرد وإنجازاته، فالطموح يدفع الفرد إلى بذل أقصى ما لديه للارتقاء بمكانته الاجتماعية والاقتصادية، فلولا الطموح لما كان هناك تطور بهذا الشكل.

كما أن خبرات النجاح والفشل لها تأثير إيجابي أو سلبي في رفع مستوى الطموح للفرد أو انخفاضه، فبقدر ما يكون مستوى الطموح مرتفعاً كانت الشخصية متميزة حيث يعتمد حجم تحقيق الأهداف على مدى طموحهم وإصرارهم وللسعي لتحقيقها على أرض الواقع، وفي هذا الفصل سنتناول ماهية مستوى الطموح.

1. تعريف الطموح:

الطموح: طمح بصره إلى الشيء معناه ارتفع. وطمح أيضا بالكسر. وكل مرتفع طامح.

حيث جاء في لسان العرب عن الطموح في فعل "طمح" أو طماح مثل الجماح، وطمحت المرأة مثل جمحت المرأة، فهي طامح أي تطمح لكل الرجال، و أطمح فلا نبصره أي رفعه، ورجل طامح أي بعيد الطرف، وطمح ببصره إلى الشيء أي ارتفع والطماح الكبير والفخر لارتفاع صاحبه، وبحر طموح الموج أي مرتفعة.

(ثابت، 2015، ص21).

كما جاء شرحها في منجد اللغة العربية المعاصرة على أن:

الطموح: الرغبة الشديدة في الحصول على أشياء ترضي الإعتزاز بالنفس.

(جناد، 2014، ص 75).

وعرفه الزهراني، 2004 أنه الأمر العالي السامي الذي يسعى الإنسان للوصول إليه فهو غير محقق له في الوقت الراهن، ولكنه يأمل بأن يحقق في المستقبل. (ص21).

الطموح: هو الذي لديه الرغبة الشديدة في المجد، ونيل العلى سواء كان فكريا أو اجتماعيا.

ذو الطموح: أي الراغب بحرارة في النجاح، وما يتطلع إليه من رغبات وأمان وأهداف. (شتوان، 2014، ص37).

أما المعجم الفرنسي "لاروس": فعرفه بالإندفاع نحو ميل أو رغبة.

نستنتج أن الطموح هو الأمر أو الهدف الذي يسعى الإنسان للوصول إليه فهو غير محقق له في الوقت الراهن ولكنه يأمل أن يحققه في المستقبل.

(بن كريمة، 2015، ص 65).

يشير مفهوم الطموح إلى رغبة الفرد الشديدة لتحقيق الأهداف التي يصبو إليها، ويرتبط بوضع الأهداف والسعي لتحقيقها. (الركييات، الزبون، 2019، ص 231).

وقد عرفه صوالحه 2017: بأنه القدرة على التخطيط، ووضع الأهداف سواء كانت قريبة أو بعيدة، ويعتمد ذلك على قدرة الفرد وإطاره المرجعي الذي يعمل على تعزيز أدائه وإمكانياته وفقا لما يتطلع إليه في المستقبل (أحمد، 2019، ص 34).

2. تعريف مستوى الطموح:

تعتبر هوبي (2010) أول من عرفت مصطلح مستوى الطموح حيث قالت: "إنه أهداف الشخص أو غاياته أو ما ينتظر منه القيام به في مهمة معينة

(توفيق، 2019، ص 94).

أما فرانك فقد عرف مستوى الطموح بأنه "مستوى الإجابة المقبل في واجب مألوف يأخذ الفرد على عاتقه الوصول إليه بعد معرفة مستوى إجابته من قبل في ذلك الواجب.

(ضيف، عبيد، 2015، ص 39).

تعرف كاميليا عبد الفتاح مستوى الطموح بأنه "سمة ثابتة نسبيا تفرق بين الأفراد في الوصول إلى مستوى معين يتفق والتكوين النفسي للفرد وإطاره المرجعي، ويتحدد حسب خبرات النجاح و الفشل التي مر بها". (دلالة، صوالحة، 2015، ص 20).

يعرفه الزيايدي (1961) مستوى الطموح بأنه المستوى الذي يتوقع الفرد أن يصل إليه على أساس إمكانياته وتقديره لمستوى قدراته (مرحاب، 1984، ص 94).

ويصفه عطية (1995) بأنه "مدى قدرة الفرد على وضع و تخطيط أهدافه، في جوانب حياته المختلفة ومحاولة الوصول إلى تحقيق هذه الأهداف متخطيا كل الصعوبات بما يتفق و التكوين النفسي للفرد وإطاره المرجعي وتبعاً للإمكانيات الفرد وخبراته السابقة التي مر بها". (محمد، 2010، ص 20)

وقد عرف أيضا أنه "الهدف الذي يضعه الفرد لنفسه ويسعى إلى تحقيقه في مرحلة معينة في المجالات المختلفة، ووعيه بإمكاناته وقدراته و تكوينه النفسي و خبرات النجاح و الفشل و الأطر المرجعية، و ظروفه المحيطة به جاعلا خبرات النجاح و الفشل على الهامش و يتحقق ذلك المستوى ببلوغ الفرد أهدافه". (فتحي، 2019، ص 200).

أما عاقل فيعرف مستوى الطموح بأنه "الدليل على ثقة الفرد بنفسه ويتراوح ارتفاعا وهبوطا حسب النجاح والفشل، ومستوى الطموح هو ما يفرضه الفرد على نفسه و يطمح بالوصول إليه ويقيس ما أنجزه من خلاله" (عبد إبراهيم، 2018، ص 80).

وجاء تعريف موسوعة علم النفس و التحليل النفسي لمستوى الطموح بأنه "المستوى الذي يطمح الفرد أن يصل إليه أو يتوقعه لنفسه سواء في تحصيله الدراسي أو في إنجازه العلمي، أو في إنتاجه أو في مهنته ويجتهد في تحقيقها معتمدا في ذلك على كفاءته وقدراته على ملائمة الظروف الخاصة به وبالبيئة من حوله".

(العنزي، 2019، ص 120).

3. مستويات الطموح:

للطموح ثلاث مستويات وهي:

1.3 الطموح الذي يقل عن الإمكانيات:

ويقصد به الأفراد الذي يمتلكون طموحات أقل من إمكانياتهم، الذي لا يعرفون قيمة قدراتهم أي أنهم يستطيعون حل مشكلة ما في وقت قصير لكنهم يعطون لأنفسهم وقتا أكبر مما يحتاجون. ويعتبر الفرد في هذه الحالة غير واثق من نفسه، وعلى سبيل المثال: طالبة يمتلكون إمكانيات تمكنهم من التميز عن زملائهم المتفوق في مجال معين وبلوغ أعلى الطموحات، ولكنهم لا يقومون بالجهد الكافي ويكتفون بالطموحات البسيطة.

2.3 الطموح الذي يعادل الإمكانيات:

هو الفرد ذو إمكانيات على قدر طموحه فهو يعرف إمكانياته وقدراته ويطمح في تحقيقها.

وهو الشخص الطموح السوي الواقعي طموحه يوازي إمكانياته، فالطالب المتفوق لديه القدرة في إصدار حكمه وتقدير دقيق لحالته تماما طبقا لإمكانياته أكثر من الطالب العادي الذي قد يبالغ أو يقلل من مستوى طموحه، فإما أن يكون طموحه أقل من إمكانياته أكثر منها.

اتضح أن الطالب ذو مستوى الطموح الذي يعادل إمكانياته يستبصر بقدراته ومهاراته أي أنه يدرك جيدا نقاط قوته وضعفه، ثم يحدد رغباته ويوازن بينها وبين إمكانياته قبل تسطير طموحاته والتي ستكون في حدود قدراته الفعلية.

3.3 الطموح الذي يزيد عن الإمكانيات:

يكون مستوى طموح الفرد أعلى من إمكانياته أي أن هناك تناقض بين الطموح والإمكانيات التي يملكها الفرد فهي لا تمكنه من تحقيق أهدافه التي سطرها وهذا ما يعرف بالطموح الغير واقعي والغير سوي، مثلا: في الطالب الذي يزيد طموحه عن إمكانياته أي يريد أن يكون الأول في دفعته، ولكن إمكانياته أقل بكثير فهو لا يستطيع استيعاب الدروس في المقررات المختلفة للضغط الذي يعتبره الطالب من شروط النظام الجديد (L.M.D) فعدم بلوغ أهدافه يرجع إلى عدم قدرته على مجارات كثافة الدروس في هذا النظام. (سهير، 2000، ص191).

4. النظريات المفسرة لمستوى الطموح:

1. نظرية القيمة الذاتية للهدف:

قدمت "إسكالونا" هذه النظرية (1940) وترى أنه على أساس قيمة الشيء الذاتية يتقرر الإختيار بالإضافة إلى احتمالات النجاح و الفشل المتوقعة، والفرد سيضع توقعاته في حدود قدراته و تقوم النظرية على ثلاثة حقائق هي:

- ✓ ميل لدى الأفراد للبحث عن مستوى طموح مرتفع نسبيا.
- ✓ لديهم ميول لجعل مستوى الطموح يصل ارتفاعه إلى حدود معينة.
- ✓ إن هناك فروقا كبيرة بين الناس فيما يتعلق بالميل الذي يسيطر عليهم للبحث عن النجاح وتجنب الفشل. فيسيطر عليهم احتمال الفشل، وهذا ينزل من مستوى القيمة الذاتية للهدف.

ترى إسكالونا أن هناك عوامل تقرر الاحتمالات الذاتية للنجاح أو الفشل في المستقبل أهمها: الخبر الشخصية، وبناء هدف النشاط، والرغبة، والخوف، والتوقع،

والمقاييس الرجعية التي تقوم عليها القيمة الذاتية للمستقبل، والواقعية، والاستعداد للمخاطرة ودخول الفرد داخل أو خارج منطقة الفشل ورد الفعل لتحصيل أو عدم تحصيل مستوى الطموح وتؤكد إسكالونا على الآتي:

✓ الفشل الحديث يميل إلى إنقاص مستوى الطموح، والحالات التي ترفع مستوى الطموح.

✓ بعد الفشل تأتي إما نتيجة إنقاص الشعور بالواقع، أو نتيجة لتقبل الفشل.

✓ مستوى الطموح يتناقص بشدة بعد الفشل القوي أكثر منه بعد الفشل الضعيف، ويزداد بعد النجاح.

✓ الشخص المعتاد على الفشل يكون لديه درجة اختلاف أقل من الشخص الذي ينجح دائماً.

✓ البحث عن النجاح، والابتعاد عن الفشل هو الأساس في مستوى الطموح.

(يوسف، 2014، ص41).

2. نظرية المجال لكارت ليفن:

يعتبر "ليفن" من أهم رواد نظرية المجال، و يرى أن هناك عدة قوى تعتبر دافعة وتؤثر في مستوى الطموح ومنها:

1 - عامل النضج:

فكلما كان الفرد أكثر نضجاً أصبح من السهل عليه تحقيق طموحاته، وكان أقدر على التفكير في الغايات والوسائل على السواء.

2- عامل القدرة العقلية:

فكلما كان الفرد يتمتع بقدرة عقلية أعلى كان في استطاعته القيام بتحقيق أهداف أكثر صعوبة.

3- عامل النجاح وال فشل:

فالنجاح يرفع من مستوى الطموح ويشعر صاحبه بالرضا، أما الفشل فيؤدي إلى الإحباط.

4- نظرة الفرد إلى المستقبل:

تؤثر نظرة الفرد إلى المستقبل وما يتوقع أن يحققه الفرد من أهداف في مستقبل حياته وعلى أهدافه الحاضرة. (إبراهيم، 2019، ص 20).

3. نظرية ألفريد آدلر:

يقول آدلر أن الفرد يكافح من أجل الوصول إلى السمو والدفاع، حتى يعوض عن مشاعر النقص، فقد أصبحت هذه الفكرة من نظريات الشخصية الجديدة. وهي فكرة الكفاح والسعي وراء الشعور بالأمان.

كما أكد آدلر على أهمية الذات كفكرة مضادة لفكرة فرويد المتمثلة في الأنا الدنيا والأنا الوسطى، والأنا العليا، كذلك أكد آدلر على أهمية العلاقات الاجتماعية، وعلى أهمية الحاضر بدلا من توكيد أهمية الماضي كما فعل فرويد.

ويعتبر آدلر أن الإنسان كائن اجتماعيا، تحركه أساسا الحوافز الاجتماعية، وأهدافه الحياتية، يشعر بأسباب سلوكه وبالأهداف التي يحاول بلوغها، ولديه القدرة على التخطيط لأعماله وتوجيهها، ومن المفاهيم الأساسية عنده:

الذات الخالقة، الكفاح في سبيل التفوق، أسلوب الحياة، الأهداف النهائية والوهمية، مشاعر النقص وتقويضها.

حيث تمثل الذات الخالقة: نظاما شخصيا وذاتيا للغاية، تبحث عن الخبرات التي تساعد على تحقيق أسلوبه الشخصي الفريد، والمميز في حياته، وهي في جوهرها: أن يصنع الفرد شخصيته، ويعتبر أدلر مبدأ الكفاح من أجل التفوق فطريا. فالفرد يسعى إلى الكفاح من أجل التفوق، وذلك منذ ميلاده حتى وفاته، وهي الغاية التي ينزع جميع البشر لبلوغها، وتعتبر الغاية التي ينشط الشخص لتحقيقها عامل حاسم في توجيه سلوكه.

(توفيق، 2005، ص 32).

5. أهمية مستوى الطموح في حياة الفرد:

تكمن أهمية مستوى الطموح في حياة الفرد في ما يلي:

- شخصية الفرد بشكل خاص والمجتمع بشكل عام.
- مستوى الطموح يلقي الضوء على ملامح المستقبل من حيث مشاكل التطور والتخلف.
- مستوى الطموح إحدى المؤثرات للكشف عما ستكون عليه الشخصية.
- يساعد على تحقيق التوافق الشخصي للأفراد مما يعود على المجتمع بالفائدة والزيادة في الإنتاج.
- معرفة الفرد لمستوى طموحه يجعله يحاول موازنة قدراته وإمكاناته مع هذا الطموح مما يترتب عليه عدم شعوره بالإحباط والفشل.
- يساعد مستوى الطموح على فهم سمات الشخصية بشكل أعمق الاتصال هذه السمات بسلوكياتنا وتصرفاتنا وقدراتنا على اتخاذ القرارات.

(الحاج، 2019، ص 77.78).

6. نمو مستوى الطموح:

1.6 نمو مستوى الطموح لدى الأطفال:

بينت دراسات "ليفين" أن مستوى الطموح يظهر لدى الأفراد في مرحلة مبكرة من العمر، فهي تظهر من خلال رغبة الطفل يتخطى الصعوبات مثل: محاولته أن يقيم على قدميه وأف يمشي وحده ومحاولته الجلوس على كرسي أو جذب قطعة من الملابس ويعتبر "ليفين" ذلك علامات تدل على بروز مستوى الطموح وهو بذلك فرق بين مستوى الطموح والطموح المبدئي، فيقول: إن رغبة الطفل في عمل أي شيء بنفسه دون الاستعانة بأحد تعد مرحلة تسبق مستوى الطموح الناجح وهذا النمط من سلوك نسميه "فيلز". الطموح المبدئي، فالطفل يكرر أعمال حتى يصل إلى غايته، وقد اعتبرت "فيلز" رغبة الطفل في عمل شيء دون مساعدة أحد خطواته لمرحلة من خطوات المراحل النمائية لمستوى الطموح ويتدرب الطفل على الاستقلال حين يواجه مشكلة متوسطة وفي حدود قدرته. (عبد الفتاح، 1991. ص 13).

كما أن شخصية الفرد تتشكل في مرحلة الطفولة، وتتحدد شخصيته الأساسية من خلال ما يتلقاه الفرد من خبرات أولية عبر أسرته التي تمثل الجماعة الأولية بالنسبة له، والتي تساعده في تكوين مفهوم عن ذاته وتقديره لها وقدرته على التفوق والنجاح في المجالات المختلفة (إبراهيم عمي، 1994. ص 571).

2.6 نمو مستوى الطموح عند البالغين والراشدين:

في مرحلة الشباب يطمح الأفراد في بناء بيت، أو إنهاء الدراسة، أو تكوين أسرة، أو الحصول على وظيفة مرموقة، وهذا ما لم يكن يفكر فيه الطفل من قبل، حتى أن مستوى الطموح في مرحلة الرشد نفسها يختلف من عام إلى عام آخر، لاسيما لو كان العام الجديد زائرا بالأحداث السارة وملئاً بخبرات النجاح، وفي هذه المرحلة يتخلص

الفرد من الطموحات الخيالية ويتجه إلى الطموحات الواقعية، فالإنسان يمر بخبرات جديدة وأحداث ووقائع جديدة، وهذا ما يرفع من مستوى طموحه، لاسيما إذا كانت تلك الأحداث والخبرات إيجابية، وطموح الفرد قبل العشرينات يقل عنده عنه في الثلاثينات من عمره، وهذا يؤكد أنه كلما زاد عمر الفرد زاد طموحه (الزهراني، 2004، ص 20).

7. أنواع مستوى الطموح:

أ. **الطموح الأكاديمي:** وهو الطموح المتعلق بالحياة الدراسية، وما يوجد فيها من تخصصات ومستويات دراسية ويبدأ هذا النوع من الطموح في السنوات الأولى من دراسة الطفل حيث يطمح في الانتقال من مستوى آخر حتى يلتحق بالتعليم الثانوي، فيطمح في تخصص دراسي يراه هاما وجذابا و يعمل على النجاح فيه، وفي السنة الأخيرة من التعليم الثانوي يطمح في مواصلة دراسته والالتحاق بالجامعة، ويصبح هذا الطموح المحرك الأساسي لمواظبته، واجتهاده للنجاح في امتحان الثانوية النهائي، لتحقيق أسمى طموح في حياة الفرد الدراسية، وهذا الطموح الذي يسمو ويرتقي مع ارتقاء سن الطالب، يساعده على التكيف في مختلف مراحل حياته.

ب. **الطموح المهني:** قد يتشكل هذا النوع عند الطالب في سنوات الدراسة، أو بعد الانتهاء منها، وقد يوجد لدى الشخص الذي لم يدرس بتاتا، فكثيرا ما يطمح الطلبة إلى مهن ويتعلقون بها وبمن يعملون فيها، كطموح الطالب في مهنة التعليم، وفي بعض الحالات لا يبرز الطموح المهني إلا في السنة الأخيرة من التعليم الثانوي أو الجامعي عندما يصل الفرد إلى مرحلة معينة من الموازنة بين الواقع والاستعدادات الشخصية.

ج. **الطموح الاقتصادي:** ويشير ذلك إلى الطموح الذي يتبناه شخص أو مجموعة من الأشخاص أو مجتمع، لتحسين وضعيتهم الاقتصادية حسب ما يرونه مناسباً لهم، أو حسب مقارنة وضعيتهم مع وضعيات اقتصادية أخرى، مثال ذلك الطموح في مصادر

مالية متعددة، الطموح في كسب مالي جديد، الطموح في أرباح تجارية، الطموح في زيادة الإنتاج، الطموح في تحسين وضعية البلاد الاقتصادية، الطموح في الإصلاح الاقتصادي، الطموح في تحسين المكانة الاقتصادية العالمية للبلاد، أو الطموح في البحث عن أسواق اقتصادية جديدة، إلى غيرها من الطموحات والتطلعات.

ويشكل الطموح الدراسي والمهني والاقتصادي أهم الطموحات في حياة الفرد، وربما يرجع تفوق وتقدم كثير من الأمم والشعوب في العديد من الميادين الاجتماعية والاقتصادية والتكنولوجية، إلى وفرة وجودة ودقة منتوجاتها، الذي ساهم فيه بال شك مستوى الطموح المرتفع أفرادها على اختلاف مستوياتهم. (خياطة، 2015 ص 34).

8. طبيعة مستوى الطموح:

أ - مستوى الطموح باعتباره استعدادا نفسيا:

ويقصد به أن بعض الأفراد يميلون إلى تحديد أهدافهم تحديدا يتصف بالطموح الزائد أو المنخفض، فمستوى الطموح لدى كل فرد يتأثر بالوراثة وعوامل التدريب والتربية والتنشئة المختلفة (عبد ربه، 2010، ص 20).

ب - مستوى الطموح باعتباره وصفا لإطار تقدير وتقويم المواقف:

ويتكون هذا الإطار من عاملين أساسيين:

العامل الأول: تعد التجارب الشخصية من النجاح والفشل التي يمر بها الفرد والتي تعمل على تكوين أساس يحكم به على مختلف المواقف والأهداف.

العامل الثاني: ويكمن في أثر الظروف والقيم والتقاليد والعادات واتجاهات الجماعة في تكوين مستوى الطموح. ومن خلال هذا الإطار الحضاري العام يقوم الفرد بتقييم المواقف وتقديرها (عبد الفتاح، 1984، ص 11-12).

ج- مستوى الطموح باعتباره سمة:

يعد مستوى الطموح سمة على أساس أنه استعداد عام أو صفة سلوكية ثابتة نسبياً، تتأثر بما لدى الفرد من استعدادات موروثية أو مكتسبة.

قد تتأثر بالمواقف المختلفة في المجال السلوكي أي إننا لا نتوقع أن يكون مستوى الطموح سمة عامة ثابتة ثابتاً مطلقاً في كل المواقف بل نسبياً واعتباراً للموقف وعناصره المختلفة.

كما تؤكد باظة (2004) أن مستوى الطموح نسبي لدى الأفراد من حيث الأهداف التي يطمح الفرد إلى تحقيقها ووصولها إلى الحد المناسب له شخصياً، ومحاولة تحدي العقبات والضغوط والوصول إلى مستوى طموح واقعي يتناسب مع إمكانيات الفرد والجوانب الإيجابية في شخصيته، ومن أجل محاولة تعويض للجوانب السلبية في الشخصية أو الحد من هذه الجوانب، ويزداد مستوى الطموح لدى الفرد شريطة توافر درجة من الثقة بالنفس والالتزان الانفعالي (عبد ربه، 2010، ص 62).

9. سمات الشخص الطموح:

ذكرت الحلبي (2000) بأن هناك خصائص مرتبطة بالشخص الطموح هي:

- ✓ يميل إلى النجاح.
- ✓ نظرتة إلى الحياة فيها تفاؤل.
- ✓ لديه القدرة على تحمل المسؤولية
- ✓ يعتمد على نفسه في إنجاز مهامه.
- ✓ يضع الخطط للوصول إلى أهداف.
- ✓ لا يرضى بمستواه الراهن.

- ✓ يعمل دائما على النهوض بمستواه وتحقيق الأفضل.
- ✓ لا يؤمن بالحظ.
- ✓ يعتقد أن مستقبل الفرد غير محدود وأنه يمكن تغييره.
- ✓ يؤمن أن جهد الإنسان هو الذي يحدد نجاحه في أي مجال.
- ✓ يحب المنافسة.
- ✓ يواصل الجهد حتى يصل بعمله إلى الكمال.
- ✓ واثق من نفسه.
- ✓ يتحمل الصعاب في سبيل الوصول إلى هدفه.
- ✓ لا يثنيه الفشل فيمنعه من مواصلة جهده.
- ✓ يحدد أهدافه وخطته المستقبلية بشكل مناسب.
- ✓ موضوعي في فكيره.
- ✓ يحب الناس ويجد نفسه في وجوده معهم.
- ✓ يحاول أن يصل إلى مركز مرموق في المجتمع.
- ✓ يضع إمكاناته وقدراته في خدمة أهدافه.
- ✓ متكيف مع ذاته ومع بيئته.
- ✓ مستقر انفعاليا ومنتج.

(المشيخي، 2009، ص 103-104-105).

10. العوامل المؤثرة في مستوى الطموح:

هناك عدة عوامل تؤثر في مستوى الطموح منها عوامل ذاتية وبيئية واجتماعية، ويختلف مقدار تأثيرها من شخص لآخر حسب العمر والمرحلة التعليمية التي وصل إليها، ونذكر ما يلي:

أولاً: العوامل الذاتية الشخصية:

تختلف العوامل الذاتية الشخصية حسب الفرد وتقدمه في العمر وهي:

○ **الذكاء:** إن الأفراد ذوي الذكاء المرتفع أكثر واقعية لتحديد مستويات طموح تتفق مع قدراته العقلية والبدنية، كما تتفق مع الفرص التي تتاح له عكس الأفراد ذوي الذكاء المنخفض كثيراً ما يضعون أهداف أكبر من قدراتهم.

○ **التحصيل:** أكدت العديد من الدراسات العربية والأجنبية على وجود علاقة بين مستوى التحصيل ومستوى الطموح، حيث إن الطالب ذو المستوى التحصيل المرتفع يتمتع بمستوى عالي من الطموح، يعكس ذوي المستوى التحصيل المنخفض.

(راجع، 2017، ص 18-19).

○ **النضج:** من ناحية عمر الفرد ونموه حيث قد يكون عرضة للعثرات إذا أعاقته الظروف كما أنه من الممكن أن يكون هذا النمو عرضة للنكوص والارتداد، إذ ما دعت المواقف لذلك، أي أن كل مرحلة تتميز بمستوى طموح معين في مرحلة الطفولة قد يكون الطموح غير واضح المعالم لكنه موجود بالفعل إذ يكون في مرحلة التشكيل، ولذا تتحدد معالمه في مرحلة المراهقة، ويصل إلى الواقعية في مرحلة الرشد.

(نصر الله، 2004، ص 90-98).

○ مفهوم الذات: يضع الفرد تصورات وأفكاره عن نفسه هي المسؤولة عن رفع أو خفض مستوى طموحه، فالإنسان الواثق من نفسه ومن إمكانياته ولديه وعي حقيقي بها يختار لنفسه من الأعمال ويضع لنفسه من الأهداف ما يتفق وتلك الإمكانيات، ولذلك يرتبط مستوى الطموح بفكرة المرء عن نفسه. (سليمانى، 2017، ص 29-30).

ثانيا: العوامل البيئية الاجتماعية:

إن للبيئة الاجتماعية دور كبير في نمو مستوى الطموح، لأن البيئة هي التي تمد الفرد بمفاهيمه وثقافته، ومن بين هذه العوامل:

1 . الأسرة: هي الدور الأكبر في تحديد نمو مستوى الطموح، لأن الأفراد الذين ينتمون لأسر مستقرة اجتماعيا أقدر على وضع مستويات طموح عالية ومتناسبة مع إمكانياتهم، ويستطيعون بلوغها أفضل مما لو كانوا ينتمون إلى أسر غير مستقرة و هذا ما أكدته دراسات "هيرلوك".

2. معايير الجماعة والأقران: لأن للأقران والأصدقاء التي تحيط بالفرد دور كبير في مستوى الطموح لأن الأفراد يتفاعل مع أقرانه، ومن خلال هذا التفاعل يتبادل الطموحات مع الآخرين فتصبح كأنها طموحاته الخاصة، ولكل جماعة من الجماعات تأثير حسب طبيعتها ومستواها الاجتماعي والثقافي والاقتصادي.

(يوسفى، 2017، ص 31-32).

3 . المستوى الاجتماعي والاقتصادي للأسرة: يؤثر المستوى الاقتصادي والاجتماعي على مستويات وأنماط الطموح بأن يكون ذو المستويات العليا على قدر عال من الطموح، ولتوفر كل ما يريده بين يديه. كما أن المستوى الاقتصادي والاجتماعي المنخفض قد يكون دافعا إلى درجة أعلى من الطموح لأنه يشحن من عزيمة الشخص للتحدي وتجاوز الظروف بالتغلب عليها وإثبات قدراته (باحمد، 2015، ص 35).

11. إستراتيجيات رفع مستوى الطموح الدراسي لدى الطالب الجامعي:

1.11. النموذج المعرفي:

- استيعاب عناصر المشكلة بإعادة تنظيم المجال الإدراكي المتضمن أفكار الطالب المرتبطة بالحدث والمؤثرات.
- الانتباه إلى العناصر "مسببات تدني مستوى الطموح الدراسي" المتعلقة بالمشكلة.
- التحدث إلى الذات بألفاظ وأبنية معرفية دقيقة، مثال: إنني أستطيع، سوف أفعل لأنني أعرف.
- مساعدة الطالب على أن يتخيل نتائج معالجة هذه المشكلة، أو التخلص من أعراضها.
- مساعدة الطالب على استحضار صورة ذهنية لطلبة يستطيعون تحقيق أهداف ويتخيل ما يحرزونه من إنجازات متميزة.
- مساعدة الطالب على التحدث عما يتحقق "مشاعر" لديه إذا ما تخلص من الأعراض السببية.
- مساعدة الطالب أن يبذل يدا في الاهتمام بذاته لمعالجة مشكلته.
- تزويد الطالب بالتلميحات التي تساعد على توقع النتائج الإيجابية التي تساهم في تهذيب الذات.
- ترديد تأدية الطالب ما يريد القيام به للقضاء على أسباب المشكلة بصوت مسموع، وبصوت منخفض، وبدون صوت، وبعد وعي الطالب بالمشكلة وعناصرها وسيطرته. (عدس قطامي، 2003، ص 143-144).

2.11. النموذج السلوكي:

- تحديد الأعراض السلوكية لتدني مستوى طموح الطالب: وهي الملل من أغلب المقاييس الدراسية وغياب المثابرة في أداء الواجبات الدراسية.
- تحميل الظروف المسببة لتدني مستوى الطموح الطالب: والمتمثلة في بعض ممارسات الطالب.
- تحديد الأعراض المهمة للمشكلة: وهي اهتمام الطالب لدروسه وعدم الأخذ بتوصيات الأستاذ.
- تحديد الأهداف العامة والخاصة لحل هذه المشكلة: وهي اهتمام الطالب بما يقدم له من خبرات التعليمية ومثابرة الطالب على إنهاء المهام التعليمية.
- تحديد مدى قبول الأهداف العامة والخاصة: يعد السعي نحو رفع مستوى الطموح الأكاديمي للطالب، بعد إزالة الظروف التي تسهم في تدنيه للأهداف المحددة، والتي تتضمن هدفا دقيقا خاصا يمكن معالجته وتغييره في المواقف "داخل القاعة".
- تعرف الترتيبات الموجودة: حتى يتسنى لنا معالجة المشكلة لابد التقليل من المواقف والظروف التي تسير في تطويرها، مثل: تدني قيمة المعلومات التي تقدم للطالب، وفقدان الإثارة.
- تحديد الإجراءات المناسبة: والمتمثلة في زيادة التفاعل الإيجابي بين الأستاذ والطالب.
- عقد اتفاق مع الطالب بخصوص خطة العمل: ويتضمن هذا تعهد الطالب بالسير بالبرنامج، كما يستمر بتقديم توضيح مفصل في حالة تدني تحصيله، حيث يدفع هذا الالتقاء الطالب تحمل مسؤولية أدائه والمشاركة الفعالة في تحسينه حيث يحقق

نجاحا يشعر به ويساعده على حل المشاكل التي يطلب منه حلها ويحسن تكيف
”توافق” الدراسي.

- **تهيئة مواقف مساعدة على نجاح المهمة:** زيادة فرص نقل الخبرات التعليمية للحياة اليومية للطالب وزيادة دوره في المواقف التعليمية وتعزيز مبادراته.
- **تقرير الإجراءات التقويمية:** يجب عليها الأساتذة من خلال ملاحظتهم للطلبة، وتحسب درجات التحسين (كثيوة، 2018، ص82).

خلاصة الفصل:

وفي الأخير نقول أن لكل منا غايات وأهداف وطموحات نسعى إلى تحقيقها، فكل فرد يطمح بأن يكون ناجحاً في حياته وأن يكون على درجة من الثقة بالنفس والشعور بالافتخار بالرغم من وجود بعض المعوقات سواء كانت ذاتية أو اجتماعية، ومع ذلك يبقى للفرد القرار النهائي من خلال تحدياته وبالتالي نجاحه.

الفصل الثالث:

الاكتئاب

■ تمهيد

1. تعريف الاكتئاب
2. تصنيف الاكتئاب
3. أعراض الاكتئاب
4. أسباب الاكتئاب
5. النظريات المفسرة للاكتئاب
6. تشخيص الاكتئاب
7. قياس الاكتئاب

تمهيد:

يعد الاكتئاب من أشهر وأبرز الاضطرابات المنتشرة حالياً مما جعل العديد من المختصين في علم النفس والصحة النفسية يطلقون على الاكتئاب مرض العصر ويتميز هذا الاضطراب الوجداني بالحزن الشديد واليأس الذي يمنع الفرد المصاب به من ممارسة حياته وأنشطته بشكل طبيعي.

1. تعريف الاكتئاب:

لغة: "يقال اكتأب فلان أي حزن وانكسر، والكآبة تغير النفوس بالانكسار من شدة الهم والحزن، أما الكآباء فهو الحزن الشديد. ويقال رماد مكتئب اللون: إذا ضرب إلى السواد، كما يكون وجه الكئيب، ويلاحظ هنا أن التعريف اللغوي للكآبة يتجاوز الوصف البسيط للحزن، إلى تناول التغير النفسي وحتى السلوكي الناجم عن ذلك".

(سرحان، 2001، ص 11).

اصطلاحاً: أثارت ظاهرة الاكتئاب وتعريفه العديد من الباحثين والعلماء، فيرى ايزنك (Eysenck 1972) أن الاكتئاب مصطلح يتم استخدامه للإشارة إلى مركب من الأعراض: مكتئب، حالة من القنوط، وعدم الاستجابية، وفقدان الدافع، والكف النفسي والحركي، وأفكار اكتئابية نمطية واضطرابات محددة.

وولمان (Wolamn 1973) فيعرف الاكتئاب بأنه شعور العجز، واليأس، والدونية، والحزن، ومع ذلك فإن هذه المشاعر تحدث أيضاً للأفراد العاديين.

ويعرفه بيك: هو اضطراب في التفكير نتيجة لنشاط النماذج المعرفية السالبة التي تؤدي إلى تكوين نظرة سلبية عن الذات والعالم والمستقبل.

ويذهب دريفر (drever 1982) إلى أن الاكتئاب حالة انفعالية تنطوي على شعور بالنقص، واليأس ويصاحب تلك الحالة انخفاض في النشاط النفسي الجسدي السيكوفيزيقي

(سليمان، 2014، ص 119-118).

أما المعهد الأمريكي للصحة العقلية: فيعرف الاكتئاب بأنه عبارة عن خلل في سائر الجسم والأفكار والمزاج، ويؤثر على نظرة الإنسان لنفسه ولما حوله من أشخاص، وما يحدث من أحداث بحيث يفقد المريض توازنه الجسدي والنفسي والعاطفي.

وفي نفس السياق قدمت منظمة الصحة العالمية في تصنيفها الدولي العاشر (ICD، 10) تعريفا للاكتئاب بأنه: انخفاض مزاج المريض وفقر اهتماماته، وعدم تمتعه بما يبهج الآخريين، وتتفاوت كل واحدة من تلك الأعراض في كل نوبة بين البسيط، المتوسط والشديد لذلك تتفاوت درجة الأعراض من وقت لآخر في الشخص الواحد أثناء نوبة الاكتئاب وتتلخص هذه الاعراض في هبوط القدرة على التركيز وانحطاط تقدير المريض لذاته وثقته بنفسه، ومعاناته من الإحساس بالذنب، والتفكير في إيذاء نفسه بما فيه اقدمه على الانتحار، الأرق الشديد والنوم المتقطع ثم انعدام الشهية.

(بلحسيني والامام، 2019، ص 149).

وعموما يمكن النظر إلى الاكتئاب على أنه خبرة كلية تتضمن تدني المزاج، وتناقص الاهتمامات المصحوب بعدد من التظاهرات التي تمس الجوانب المعرفية، والاجتماعية والجسدية.

2. تصنيف الاكتئاب:

حيث صنف زهران (2005) الاكتئاب كالتالي:

- ✓ الاكتئاب الخفيف: وهو أخف صور الاكتئاب
- ✓ الاكتئاب البسيط: وهو أبسط صور الاكتئاب
- ✓ الاكتئاب الحاد(السود): هو أشد صور الاكتئاب
- ✓ الاكتئاب المزمن: وهو دائم وليس في مناسبة فقط.
- ✓ الاكتئاب التفاعلي(الموقفي): وهو رد فعل لحلول الكوارث وهو قصير المدى
- ✓ الاكتئاب الشرطي: وهو اكتئاب يرجع مصدره الأصلي الى خبرة جارحة ويعود بظهور وضع مشابه او خبرة مماثلة للوضع او الخبرة السابقة.

✓ اكتئاب سن القعود: ويحدث عند النساء في الأربعينات وعند الرجال في الخمسينات أي عند سن القعود أو نقص الكفاية الجنسية أو الإحالة إلى التقاعد ويشاهد فيه القلق والهم والتهيج والهذاء وربما صاحبه أفكار انتحارية، ويسمى أحيانا سوداء القعود.

✓ الاكتئاب العصابي.

✓ الاكتئاب الذهاني (ص514)

3. أعراض الاكتئاب:

• الأعراض الجسمية:

- انقباض الصدر والشعور بالضيق
- فقدان ورفض الطعام (لاعتقاده بعدم استحقاقه أو الرغبة في الموت وهذا نوع من أنواع الانتحار) ونقص الوزن والامساك.
- الصداع والتعب (لأقل مجهود) وخمود الهمة والألم خاصة آلام الظهر (اللومباجو)
- ضعف النشاط العام والتأخر النفسي الحركي والضعف الحركي والبطء وتأخر زمن الرجوع.
- نقص الشهوة الجنسية والضعف الجنسي
- توهم المرض والانشغال على الصحة الجسمية

• الأعراض النفسية:

- البؤس واليأس والأسى وهبوط الروح المعنوية والحزن الشديد.
- انحراف المزاج وتقلبه والانكفاء النرجسي على الذات.
- عدم ضبط النفس وضعف الثقة في النفس والشعور بالنقص ونقص الكفاية والشعور بعدم القيمة والتفاهة.

- القلق والتوتر والأرق.
 - فتور الانفعال والانطواء والانسحاب الوحدة والانعزال والصمت والشروود
 - التشاؤم المفرط وخيبة الأمل والنظرة السوداء للحياة واجترار الافكار السوداء
 - اللامبالاة بالبيئة ونقص الميول والدافعية والاهتمامات وإهمال النظافة والمظهر الشخصي.
 - بطء التفكير والاستجابة وصعوبة التركيز والتردد وقلة الكلام.
 - أفكار انتحارية أحيانا، ومحاولات انتحار في الحالات الحادة.
- (نفس مرجع السابق، ص 516-517).

تصنيف الأعراض حسب بيك:

- **المظاهر الانفعالية:** وتتضمن فقدان القدرة على الاستمتاع بمباهج الحياة، وضعف الثقة بالنفس.
- **المظاهر المعرفية:** وتتضمن سلبية مفهوم المريض لذاته وتوجيه اللوم لنفسه، وتضخيم المشكلات، وانعدام القدرة على اتخاذ القرار، وضعف الاحساس بالقيمة الذاتية.
- **المظاهر الواقعية:** وتتضمن ضعف القدرة على الانجاز، وانعدام الميل للمثابرة والطموح لتحقيق أهداف الحياة ومتطلباتها، والشلل في الإرادة، والرغبة في الهروب من الواقع، وتحبيذ فكرة الموت وتزايد ميول الاتكالية.
- **المظاهر الجسمية:** وتتضمن الشعور السريع بالتعب والإرهاق، وفقدان الطاقة الجنسية، وكثرة نوبات التعرق.

ملاحظة؛ أعراض الاكتئاب قد تختلف من فرد إلى آخر، فالبعض قد يتخذ لديهم الاكتئاب شكل أحاسيس قاسية من اللوم، وتأنيب الذات، ويكون عند البعض الآخر مختلطا شكاوي

جسمانية وأعراض بدنية، ويعبر البعض الآخر عنه في شكل مشاعر اليأس والتشاؤم، والملل السريع من الحياة والناس، وربما قد تجتمع كل هذه الأعراض في شخص واحد.

(يحيوي، 2014، ص 216-217)

4. أسباب الاكتئاب:

أولاً: العوامل البيولوجية: وتتضمن الآتي:

أ) الجينات الوراثية:

كشفت الدراسات الأسرية، ودراسات التوائم عن أدلة تشير إلى وجود عامل جيني، له دور مهم في ظهور حالات الاكتئاب فقد لوحظ أن الاكتئاب ينتشر في عائلات معينة، واستنتج من ذلك أهمية الأصول الجينية في حدوث الاكتئاب ومدى الاستعداد الفرد لذلك أي توفر المكونات الوراثية المحفزة للإصابة به، وذلك إذا كان لدى الوالدين أو أحدهما تاريخ مرضي بالاضطرابات النفسية، وخاصة إذا هيات الظروف البيئية بما فيها من ضغوط لإظهار تلك الاستجابات الاكتئابية.

ب) الأمينات الحيوية:

نقص الأمينات الحيوية، ينتج عنه مرض الاكتئاب إي نقص الناقل العصبي (السيروتونين) كما في حالة تعاطي العقاقير المهدئة أو الأدوية المثبطة للسيروتونين الذي يؤدي تناولها الى الارتخاء الجسمي، والرغبة في النوم، وهي مضادات لزيادة السيروتونين مما يؤدي إلى الإصابة بالاكتئاب، ويحدث الاكتئاب عند حالات مدمني الكحول، وأحياناً بعد ترك التعاطي ويعرف بالحالات الانسحابية وهناك حالات اكتئابية أخرى تنتج عن تعاطي المخدرات. (عبد السلام، 2015، ص 76)

ثانيا العوامل النفسية:

- التوتر الانفعالي والظروف المحزنة والخبرات الأليمة والكوارث القاسية (مثل موت عزيز أو طلاق أو هزيمة...إلخ)
- الحرمان (ويكون الاكتئاب استجابة لذلك) كفقدان الحب والمساندة والعطف أو فقدان ثروة أو مكانة اجتماعية وفقدان الصحة أو وظيفة، الفقر الشديد.
- الصراعات اللاشعورية
- الإحباط والفشل وخيبة الأمل والكبت والقلق
- ضعف الأنا الأعلى واتهام الذات والشعور بالذنب الذي لا يغتفر بالنسبة لسلوك سابق والعنوسة وسن القعود (سن اليأس) وتدهور الكفاية الجنسية والشيخوخة.
- الخبرات الصادمة والتفسير الخاطئ غير الواقعي للخبرات.
- التربية الخاطئة (التفرقة في المعاملة والتسلط والإهمال...إلخ).

(السيد، 2010، ص 210-209)

ثالثا العوامل الاجتماعية:

- الصراعات الأسرية المتكررة والشديدة.
- التنشئة الاجتماعية السيئة كإهمال الأبناء ونبذهم والقسوة الشديدة من طرف الوالدين
- التفكك الأسري والانفصال المبكر للوالدين والخلافات الأسرية(الوالدية)
- فقدان التدعيم الايجابي الاجتماعي البيئي أي مساعدة الفرد على الاجتهاد أو التخلي عن الافكار السلبية المتشائمة. (زواوي، 2012، ص 40).

5. النظريات المفسرة للاكتئاب:

لقد تنوعت النظريات التي حاولت تفسير الاكتئاب تبعا لتباين مبادئ هذه النظريات واختلاف توجهاتهم وآراء علماءها ومن هذه النظريات:

النظرية التحليلية:

يرجع فرويد أكثر الاضطرابات النفسية ومنها الاكتئاب الى احداث أليمة وصدمات انفعالية يتعرض لها الفرد خلال مراحل حياته الأولى، اذ تتسم شخصيات الأفراد في هذه المرحلة بالعدائية، ويكون (الأنا الأعلى) عندهم قاسي وغير متسامح ويعتمد تقدير الذات لديهم على الاستحسان والدعم من المصادر الخارجية (الوالدان أو الآخرون)، اذ يشعر الطفل بالاكتئاب عند فشله في الحصول على هذا الدعم.

حيث يرى فرويد أن الفرد المكتئب قد تم تثبيته في مرحلة يتوقف فيها تقديره لذاته على الاشباع الخارجي من الآخرين أو ان شعوره بالذنب ينكص به الى هذه المرحلة حيث يصبح في حاجة للإشباع الخارجي. (يحياوي، 2014، ص 248)

ويسلط الضوء علماء التحليل النفسي على المرحلة الباكرة من النمو والتي ترتبط بالعلاقات المتبادلة بين الطفل وأمه، فيما يرتبط بمواقف التغذية والرعاية، أو بمعنى شامل (المرحلة الفمية)، فكل نشاط في هذه الفترة إنما يبدأ بالفم، حتى معرفة العالم الخارجي إنما تأتي عن طريق الفم بحسب أن النشاط الفمي هو المقياس، حيث ينبغي استدخال ما هو لاذ، واستبعاد ما هو مؤلم، وهكذا تنعكس معظم الأنشطة على وجدان الطفل بين السرور والحزن، أو اللذة والألم، وتكون صورة الأم أو صورة اشباع الأم ظاهرة على خبرات الطفل فالأم ذات الإشباع الجيد=ذات جيدة، وتتحقق الثقة الأساسية، وينطلق الطفل إلى القطب الموجب من الحياة النفسية بصورة أكثر إيجابية

أما إذا كانت الأم على النقيض من ذلك، أم غير مشبعة (رديئة)=ذات رديئة، حيث تنهار ثقة الطفل وتستشعر الإهمال، وعدم الدفء، فيتجه إلى القطب السالب وما يتضمنه من مشكلات نفسية إلى جانب الاكتئاب. (عسكر، 2001، ص 75-76)

النظرية السلوكية:

إن اهتمام السلوكيين بنشأة الاكتئاب وتطوره بدأ متأخراً مقارنة بالاتجاهات الأخرى إلا أنهم يقدمون إسهاماً كبيراً في هذا المجال، وكما هو معلوم فإن النظرية السلوكية تعتمد على المفهوم القائل: بأن كل الأفعال لا بد أن يكون لها مثير، لذا فقد سميت هذه النظرية بنظرية؛ المثير-الاستجابة.

وينظر السلوكيون إلى العصاب أو المرض النفسي على أنه سلوك متعلم شأنه شأن غيره من الأنماط السلوكية السوية، مستخدمين مفاهيم الإشراف والتعزيز ويرون أن السلوك والشعور للمكتئب دال على انخفاض في معدل الاستجابة المتوقعة على التعزيز الإيجابي، ويذهب السلوكيون إلى القول بأن هذه الأساليب من التفكير تكتسب من الخبرات التي واجهها الفرد في طفولته، فالأطفال الذين تتميز علاقتهم المبكرة بالديهيم بالسوء والحرمان ينزعون إلى تطوير الاكتئاب مستقبلاً.

والافتراض الرئيسي للنظريات السلوكية عن الاكتئاب هو أن انخفاض معدل السلوك الناتج وما يتعلق به من مشاعر القلق وعدم الارتياح، ينتج عن انخفاض معدل التدعيم الإيجابي، أو زيادة في معدل الخبرات السيئة (بن قرينة، 2018، ص 28)

ففي دراسة تجريبية قام (ليونسون وآخرون 1979) لبحث العلاقة بين التدعيم والاكتئاب، باستخدام اختبار الشخصية المتعدد الأوجه (مقياس الاكتئاب) والمقابلة، والعوامل الاكتئابية في اختبار (جرنكر 1961)، وجدوا ما يلي:

1. يخفض التدعيم الإيجابي من السلوك الاكتئابي لدى المرضى الاكتئابيين.

2. يزيد معدل التدعيم الإيجابي وفقا لتحسن في المستوى الاكلينيكي للاكتئاب.
3. يتزايد حدوث الاستجابة المدعمة تدعيما ايجابيا لدى معظم المرضى الذين يتحسنون بصورة أقل.
4. يرتفع معدل الخبرات المكروهة لدى الحالات الاكتئابية مقارنة بالأسوياء.
5. يساهم خفض معدل الخبرات المكروهة لدى الحالات الاكتئابية في خفض المعدب الاكلينيكي للاكتئاب.
6. يظهر تناقص في الخبرات المكروهة لدى معظم الاكتئابيين، الذين تحسنوا بصورة أفضل عنه لدى الاكتئابيين الذين تحسنوا بصورة أقل.
7. يرتبط المعدل المرتفع للأحداث المكروهة ارتباطا مع الخبرة، التي تنشأ من الأحداث السارة. (عسكر، 2001، ص 43-44)

النظرية المعرفية:

تؤكد النظرية المعرفية في تفسيرها للاكتئاب:

أولاً: على الصيغات المعرفية وأثرها على السلوك الضمني مثل الاتجاهات، والعبارات الذاتية (الحوار الداخلي) والصور والذكريات والمعتقدات.

ثانياً: هو أن التيارات المعرفية في تفسيرها للظاهرة الاكتئابية تعتبر المعارف اللاتكيفية واللاعقلانية والتشويهات المعرفية على أنها السبب في الاضطراب، أي أن المشاعر السلبية ونقص الدافعية والأعراض البدنية والسلوكية الاكتئابية الأخرى ينظر لها على أنها مظاهر ثانوية تنتج عن المخططات أو المعارف اللاتكيفية.

يرى بيك أن الأفراد المكتئبون لهم نظرة سلبية وتشاؤمية حيال ذواتهم والعالم المحيط بهم وكذلك المستقبل وسماه بالثالوث المعرفي السلبي للاكتئاب وهذا بفضل المخطط المعرفي للاكتئاب الخاص بهم الذي يجعل الفرد يبدأ الدوران في التفكير الاكتئابي، وهناك

قواعد غير منطقية على خبرات الحياة والأحداث تعمل على زيادة الشعور بالاكتئاب وعدم السعادة للأفراد المكتئبين أما عن محتوى أفكارهم فهم يشعرون بالحزن لأنهم يعتقدون أنهم حرموا من شيء هام جدا بالنسبة لهم وأن هذا الفقدان المدرك يتضمن تهديدا لهم ولتقديرهم لذواتهم، إضافة إلى أنهم مقتنعون بأنهم مسؤولون عن هذا الفقدان وهذه الاتجاهات المضطربة تجعلهم يفترضون أنهم عديمو القيمة وقليلو الحيلة، وأن مجهوداتهم سيكتب لها الفشل فهم يشوهون أي خبرة بما في ذلك الخبرات الإيجابية، أي لا يستطيعون التعلم من خبراتهم وأن يقاوموا هذه المعتقدات لأن إدراكهم الأولي لهذه الخبرات مشوه وغير واقعي. (بودحوش، 2016، ص70)

ويؤكد إيليس (Ellis) في نظريته "العلاج العقلاني الانفعالي" على أن الاضطرابات النفسية تولدها أفكار الفرد، وأنها لا تنشأ عن الخبرات والحوادث التي يمر بها الفرد، إنما بسبب الاعتقادات التي يحملونها بسبب هذه الحوادث قد تكون هذه الاعتقادات لا عقلانية وبالتالي ندفع من يؤمنون بها الى ان يصبحوا مضطربين مكتئبين وغير فعالين وغير سعداء وبالمقابل فإنهم إذا حرروا أنفسهم من تلك المعتقدات اللاعقلانية، فإنه من الصعب عليهم الوقوع فريسة للاضطرابات العاطفية أو على الأقل فإن اضطراباتهم العاطفية لا تدوم (عباسة، 2019، ص17).

تشخيص الاكتئاب:

حسب DSM5:

(A) توجد خمسة أو أكثر من الأعراض التالية لنفس الأسبوعين والتي تمثل تغيرا عن الأداء الوظيفي السابق على الأقل أحد الأعراض يجب أن يكون إما (1) مزاج منخفض أو (2) فقد الاهتمام أو المتعة.

ملاحظة: لا تضمن الأعراض التي تعزى بصورة جلية لحالة طبية أخرى

1) مزاج منخفض معظم اليوم، كل يوم تقريبا، ويعبر عنه إما ذاتيا (مثل الشعور بالحزن أو بالفراغ أو اليأس) أو يلاحظ من قبل الآخرين (مثل أن يبدو دامعا).

ملاحظة؛ يمكن أن يكون عند الأطفال والمراهقين مزاج مستثار.

2) انخفاض واضح في الاهتمام أو الاستمتاع في كل الأنشطة أو معظمها وذلك معظم اليوم في كل يوم تقريبا (ويستدل على ذلك بالتعبير الشخصي او بملاحظة الآخرين)

3) فقدان وزن بارز بغياب الحمية عن الطعام أو كسب وزن (مثل: التغير في الوزن أكثر من 5% في الشهر) أو انخفاض الشهية أو زيادتها، كل يوم تقريبا.

ملاحظة: ضع في الحسبان، الانخفاض في كسب الوزن المتوقع عند الأطفال.

4) أرق أو فرط نوم كل يوم تقريبا.

5) هياج نفسي حركي أو خمول، كل يوم تقريبا (ملاحظ من قبل الآخرين، وليس مجرد أحاسيس شخصية بالتململ أو البطء)

6) تعب أو فقد الطاقة كل يوم تقريبا.

7) أحاسيس بانعدام أو شعور مفرط أو غير مناسب بالذنب (والذي قد يكون توهميا) كل يوم تقريبا، وليس مجرد لوم الذات أو شعور بالذنب لكونه مريضا.

8) انخفاض القدرة على التفكير أو التركيز، أو عدم الحسم كل يوم تقريبا (إما بالتعبير الشخصي، أو بملاحظة الآخرين)

9) أفكار متكررة عن الموت (وليس الخوف من الموت فقط) أو التفكير انتحاري متكرر دون خطة محددة، أو محاولة انتحار أو خطة محددة للانتحار)

A-تسبب الأعراض انخفاضا واضحا في الأداء الاجتماعي أو المهني أو مجالات الأداء العامة الاخرى.

C-لا تعزى الأعراض لتأثيرات فيزيولوجية لمادة (مثل سوء استخدام عقار، تناول دواء) أو عن حالة طبية أخرى. المعايير C-A تشكل نوبة إكتئابية جسيمة.

ملاحظة: الاستجابة لخسارة كبيرة (فقد عزيز، الانهيار المالي، الخسائر الناجمة عن الكوارث الطبيعية، مرض طبي خطير أو إعاقة) قد تتضمن مشاعر الحزن الشديد واجترار الخسارة، وأرق، فقدان الشهية، فقدان الوزن حيث تتواجد هذه الأعراض في المعيار A والتي قد تشبه نوبة إكتئاب. على الرغم أن مثل هذه الأعراض تكون مفهومة أو تعتبر مناسبة للخسارة، فإن وجود نوبة اكتئاب بالإضافة إلى الاستجابة الطبيعية للخسارة الكبيرة يجب أن يؤخذ بعين الاعتبار، هذا القرار حتما يتطلب الخبرة السريرية للمحاكمة المبنية على تاريخ هذا الفرد والمعايير الثقافية للتعبير عن الكرب في سياق الخسارة (بلحسيني والامام، 2019، ص155-156)

قياس الاكتئاب:

صمم العديد من المختصين في الطب وفي علم النفس استبيانات وقوائم لقياس الاكتئاب، وهي عبارة عن سلايم للتقدير الذاتي من جانب المفحوص في نمط اجابات مفيدة "بنعم أو لا" أو متعددة بتقديرات ذاتية خاصة، ومن أهم هذه المقاييس سواء ذات الشهرة العالمية أو في الوطن العربي نجد:

- قائمة بيك (A.Beck) سواء الأولى (BDI) أو الثانية (BD2) وهي من أهمهم وأكثرهم إنتشارا.
- مقياس زونج (W.zung) 1965 و هو أصغرهم بالنسبة للمقاييس المشهورة.
- مقياس هاملتون (Hamilton) للاكتئاب (1969) (HDS).
- مقياس مارك ونيمان للاكتئاب (Marks et Nyman G.E) (MNDI)
- استخبار بيلوفسكي وآخرون يقيس الاكتئاب باعتباره "سمة"

- قوائم مراجعة الاكتئاب الوصفية (DACL) برنارد (B.lubin)
 - قائمة واكفيلد للتقويم الاكتئاب (Snaith.RP)
 - مقياس الزقازيق للاكتئاب (ZDS)
 - استبيان تقدير المزاج الاكتئابي إعداد محمود عوض ومدحت عبد الحميد.
 - قائمة الإنقباض في قائمة مينسوتا متعددة الأوجه لقياس الشخصية (MMDI)
- ملاحظة:** يمكن أيضا التعرف على ملامح وأعراض الاكتئاب بواسطة الاختبارات الاسقاطية كجانب من جوانب الكشف سكانيري للشخصية ككل.
- اختبار روشارخ لبقع الحبر.
 - اختبار تفهم الموضوع (TAT)
- (بودحوش، 2016، ص 81-82).

خلاصة الفصل:

من خلال استعراض ومراجعة ما سبق في الفصل نستخلص بأن الاكتئاب من الاضطرابات النفسية الأكثر انتشارا وتعقيدا وهو حالة مرضية تتميز بمظاهر مختلفة: انفعالية، نفسية، بدنية، ومعرفية. أسبابه متعددة منها اجتماعية، بيولوجية وأخرى نفسية، أما بالنسبة لأعراضه يمكن لنا أن نصفها على النحو التالي:

نفسية- اجتماعية - جسمية... إلخ، كما أنه قد خصصت قوائم ومقاييس خاصة لتشخيص وقياس شدة الاكتئاب ومن ثم فتح المجال للعلاج.

الفصل الرابع

إجراءات الدراسة الميدانية

- تمهيد.

1-الدراسة الاستطلاعية.

2-الدراسة الأساسية.

2-منهج البحث.

3-العينة.

4-حدود الدراسة.

5-أدوات الدراسة.

6-المعالجة الإحصائية.

تمهيد:

بعد الاطلاع على الأدبيات والدراسات الخاصة بمتغيري الطموح والاككتئاب، قمنا بدراسة استطلاعية، وذلك للتقرب من عينة الدراسة، بغرض التعرف على واقع الطموح والاككتئاب لدى عينة من الطلبة وجمع المعلومات والبيانات الكافية وفق أسس علمية والتي تسمح بصياغة مشكلة الدراسة صياغة دقيقة بالإضافة إلى جمع المعلومات وتفريغها وتحويلها إلى نتائج صادقة.

وقد تم الاعتماد للقيام بهذه الدراسة على مجموعة من الإجراءات الميدانية.

1-الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الإستطلاعية الخطوة التي تسبق الاستقرار نهائيا على خطة الدراسة بفضل القيام بدراسة استطلاعية على عدد محدد من الأفراد ومن خلالها يستطيع الباحث التعرف على المشكلات التي يمكن أن تظهر قبل القيام بالدراسة الأصلية، مما يمكنه من حل هذه المشكلات الغير متوقعة في هذه المرحلة من الدراسة مما توفر عليه كثيرا من الوقت والجهد عند القيام بالدراسة الأساسية فيما بعد، والغرض من الدراسة الإستطلاعية القيام ببحث مصغر لاختبار مختلف عناصر خطة البحث.

(أبو علام (82. 2004).

1-إجراءات الدراسة الاستطلاعية:

قمنا بتعديل ادوات الدراسة واخراجها في صورتها النهائية، ثم وزعناها على طلبة قسم علم النفس أولى ماستر على عينة من متكونة من:

15 طالب وطالبة متزوجين من كلية العلوم الانسانية والاجتماعية. تم اختيارهم بطريقة مقصودة ، فتوزع الأفراد كما يلي :

جدول (01) يوضح توزع افراد العينة الاستطلاعية:

التخصص/ الجنس	الإناث	الذكور	المجموع
علم النفس العيادي	3	2	5
علم النفس المدرسي	3	2	5
علم النفس عمل وتنظيم	1	4	5
المجموع	7	8	15

نتائج الدراسة الإستطلاعية:

قمنا بتطبيق الدراسة الإستطلاعية، فأسفرت على مجموعة من النتائج نوجزها في ما يلي:

- التعرف على أفراد عينة الدراسة
- معرفة مدى وضوح عبارات المقياس لعينة التقنين
- إكتشاف العراقيل والنقائص التي قد تواجه الباحث لتفاديها أثناء الدراسة الأساسية
- التعرف على الخصائص السيكومترية (الصدق، الثبات المستخدمة في الدراسة الإستطلاعية).
- معرفة مدى ملائمة ادوات الدراسة لطبيعة العينة.

2- إجراءات الدراسة الأساسية:

3- منهج البحث:

عند القيام بأي بحث، على الباحث أن يقوم بتحديد المنهج الذي يتبعه والذي يتوافق مع طبيعة دراسته، والمنهج الذي استعنت به في هذا البحث هو المنهج الوصفي.

ويعتبر المنهج الوصفي الطريقة التي ترتبط بظاهرة معاصرة بقصد وصفها وصفا دقيقا وتفسيرها تفسيراً علمياً، كما أنه يشير إلى الإطار العام الذي تقع تحته كل البحوث التي تصف الظواهر وتوضح العلاقات بين المتغيرات التي تشمل عليها، أو التي تدف إلى الكشف عن الأسباب الكامنة وراء سلوك معين من معطيات سابقة.

(محمود منسي، 2000، ص30).

وانطلاقاً من كون المنهج الوصفي الأكثر استخداماً في الدراسات النفسية والاجتماعية، وكون الدراسة ذات طابع نفسي اجتماعي يتبين أنه من المناسب استخدام هذا المنهج الذي يصف الظاهرة ويدرسها كما توجد في الواقع، وللوصول إلى نتائج دقيقة

والتمكن من تفسيرها وتأويلها، ويعتمد هذا المنهج على خطوات مثل غيره من المناهج، بحيث أن الباحث لا يقدم الدراسات الوصفية كمجرد بيانات واعتقادات خاصة تدل على ملاحظات سطحية بل يقوم بوصفها وتحليلها إحصائياً. (دريبين، 2012، ص94).

4-العينة:

تكونت عينة الدراسة الأساسية من (80) طالب وطالبة من أصل 219 من قسم علم النفس أولى ماستر، وتم اختيار العينة بطريقة عشوائية طبقية.

5-حدود الدراسة:

4-1-مكان الدراسة:

أجريت هذه الدراسة على عينة من طلبة قسم علم النفس أولى ماستر بجامعة زيان عاشور _الجلفة.

4-2- زمان الدراسة:

تم إجراؤها بداية من جانفي إلى غاية ماي من عام 2023.

6-أدوات الدراسة:

لجمع المعلومات الخاصة بهذه الدراسة تم الاعتماد على مقياسين:

أ-مقياس الطموح من إعداد كاميليا عبد الفتاح؛

-وصف المقياس:

يتكون المقياس من 3 أبعاد كالتالي الطموح الأكاديمي، الطموح المهني، للطموح الاقتصادي. وفق التدرج 1،2،3، للفقرات تجمع درجات كل مستجيب في الفقرات لتحديد مستوى الطموح.

-طريقة تصحيح المقياس:

يحتوي المقياس من 22 مفردة "بند"، أمام كل مفردة ثلاثة خيارات هي: نعم، لا، أحياناً، وفق التدرج 1،2،3 للفقرات تجمع درجات كل مستجيب في الفقرات لتحديد مستوى الطموح.

ب-مقياس الاكتئاب "بيك":

-تعريفه:

هو عبارة عن إستبيان للتقييم الذاتي موجه لقياس درجة الاكتئاب لدى الأفراد ابتداءً من سن 16 سنة وقد وضع هذا المقياس من طرف آرون بيك.

-مكوناته:

يتكون هذا المقياس من 21 بندا وكل بند يتكون من 4 عبارات منقطة من (0) إلى (3) وهي متدرجة تعكس شدة الأعراض الاكتئابية، باستثناء البند السادس عشر (16) المتعلق "بعادات النوم"، والبند الثامن عشر (18) المتعلق بعادات الشهية اللذان يحتويان على 7 احتمالات للإجابة (0.1a.2b.2a.3b.3a) وهذا بهدف حصر وتقييم التغير الذي يطرأ على هذين البندين سواء بالارتفاع أو الانخفاض.

-تطبيقه:

يتطبق مقياس "بيك" للاكتئاب انطلاقاً من سن 16 سنة وهو اختبار سهل التطبيق خصوصاً بوجود الظروف الحسنة لإجرائه كالمكان الهادئ الجيد الإضاءة وضرورة وجود المفحوص في حالة نفسية هادئة ليتمكن من فهم بنود المقياس كلها.

وإذا كان المفحوص يعاني من صعوبات في القراءة أو صعوبات في التركيز يمكن للمختص الإكلينيكي أن يقرأها بصوت عال، أما وقت إجراء المقياس فيمكن أن يستغرق من 5 إلى 10 دقائق ويمكن لهذه المدة أن تزيد لدى الحالات التي من اكتئاب شديد.

-تصحيحه:

يتم الحصول على نقطة نهائية لمقياس الاكتئاب بجمع نقاط البنود الواحدة والعشرين، 21 وإذا قدم الفرد عدة إجابات لبند واحد يجب اختيار الرقم الأعلى، وأعلى نقطة معيارية تتمثل في 63 درجة.

درجات الاكتئاب:

- من 0 إلى 10: إكتئاب أدنى.
- من 12 إلى 19: إكتئاب خفيف.
- من 20 إلى 27: إكتئاب متوسط.
- من 28 إلى 63: إكتئاب شديد.

- توزيع العينة المدروسة حسب المتغيرات الجنس والتخصص:

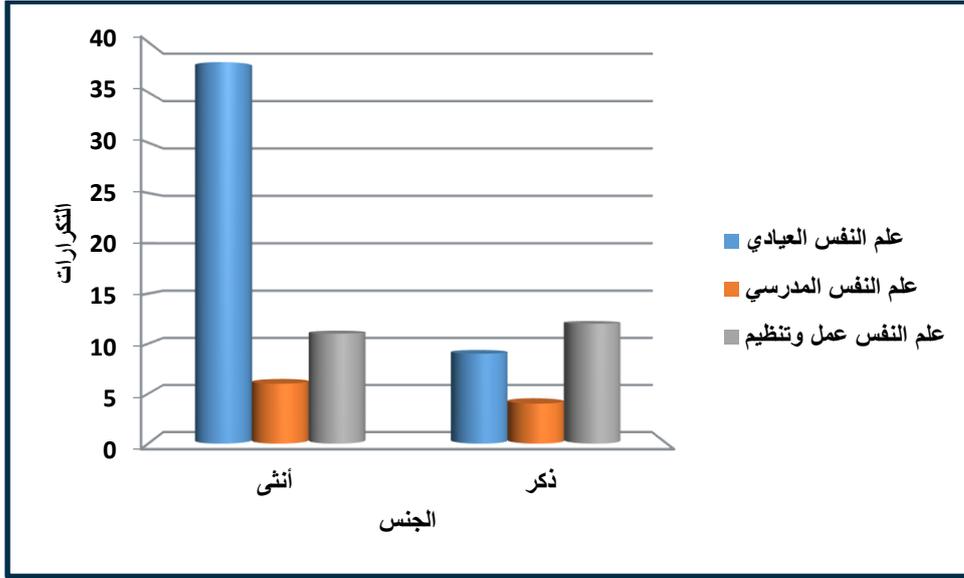
وبعد فرز الاستمارات تم توزيع أفراد الدراسة حسب الجدول التالي:

الجدول رقم (02): يمثل توزيع عينة الدراسة حسب المتغير الجنس والتخصص

المجموع	التخصص			التكرارات	النسبة %	الجنس
	علم النفس عمل وتنظيم	علم النفس المدرسي	علم النفس العيادي			
55	11	6	38	التكرارات		أنثى
% 68.8	%13.8	% 7.5	% 47.5	النسبة %		
25	12	4	9	التكرارات		ذكر
% 31.3	% 15	% 5	% 11.3	النسبة %		
80	23	10	47	التكرارات		المجموع
% 100	% 28.7	% 12.5	% 58.8	النسبة %		

يتضح من خلال الجدول رقم(01) أن:

عدد الإناث بلغ 38 من ذوي التخصص علم النفس العيادي بنسبة 47.5% و 06 من ذوي تخصص علم النفس المدرسي بنسبة 7.5% و 11 من ذوي تخصص علم النفس عمل وتنظيم بنسبة 13.8%، مقارنة بعدد الذكور بلغ 9 من ذوي تخصص علم النفس العيادي بنسبة 11.3% و 04 من ذوي تخصص علم النفس المدرسي بنسبة 05% و 12 من ذوي تخصص علم النفس عمل وتنظيم بنسبة 15%، مما يدل على وجود تفاوت حسب الجنس والتخصص، والشكل الموالي يوضح نسبة التوزيع.



شكل رقم (01): يمثل توزيع العينة حسب الجنس والتخصص

- الخصائص السيكومترية للمقياس:

تم اعتماد قيم 80 فرد لحساب معامل الصدق والثبات بعدة طرق هي:

أولاً- مستوى الطموح:

*الصدق:

1-الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

تمّ الاعتماد لحساب صدق المقياس على الصدق التمييزي، حيث تمّ ترتيب الدرجات من الأدنى إلى الأعلى بحيث أخذنا 33% من أعلى التوزيع و33% من درجات أدنى التوزيع فكان عدد الأفراد (26) فرد، وبعد ذلك تمّ حساب (T) لمعرفة الفروق بين المجموعتين، والجدول التالي يوضح ذلك:

الجدول رقم (03): يمثل نتائج صدق الاستبيان بطريقة الصدق التمييزي.

المتغير	مجموعات المقارنة	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T	Df	Sig
مستوى الطموح	المجموعة العليا	26	63.23	3.98	17.55	50	0.000
	المجموعة الدنيا	26	40.35	5.32			

نلاحظ من خلال الجدول المحصل عليه أنّ:

- قيمة (t) بلغت القيمة 17.55 عند درجة الحرية 50 بمستوى الدلالة الإحصائية 0.000 أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين، وذلك لصالح المجموعة العليا أي الاستبيان لديه قدرة تمييزية، حيث بلغ متوسط المجموعة العليا 63.23 بينما متوسط المجموعة الدنيا بلغ 40.35 وهذا ما يؤكد أنّ المقياس صادق.

2-الصدق الاتساق الداخلي *Internal consistency*: وللتحقق من صدق

الاتساق الداخلي قامت الباحثة بحساب ارتباط درجات المحاور بالدرجات الكلية

للاستبيان والجدول الموالي يوضح ذلك:

جدول رقم (04): يمثل نتائج صدق الاتساق الداخلي للمحاور والدرجة الكلية للاستبيان

الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	قيمة "ر"	مستوى الدلالة
الطموح الأكاديمي	19.30	4.32	0.778	0.01
الطموح المهني	18.06	4.86	0.838	0.01
الطموح الاقتصادي	14.29	3.38	0.790	0.01
الدرجة الكلية	51.65	10.11	1.00	///

من خلال الجدول السابق يتضح أن:

- معاملات الارتباط المحسوبة للمحاور أكبر من الحدود المتوسطة حيث بلغت قيمة معامل ارتباط بعد الطموح الأكاديمي 0.778 عند متوسط حسابي 19.30 وانحراف معياري 4.32 وقيمة معامل ارتباط بعد الطموح المهني بلغت القيمة 0.838 عند متوسط حسابي 18.06 وانحراف معياري 4.86 وقيمة معامل ارتباط بعد الطموح الاقتصادي بلغت القيمة 0.790 عند متوسط حسابي 14.29 وانحراف معياري 3.38 بالتالي الارتباط كان مرتفع ودال عند مستوى 0.01 وبذلك تعطي هذه النتائج مؤشرا لصدق المقياس.

* الثبات للمقياس:

1.2- ثبات المقياس بطريقة ألفا-كرونباخ *Cronbach Alpha M*: تمت معالجة البيانات بطريقة ألفا-كرونباخ للاستبيان والجدول الموالي يوضح نتائج اختبار ألفا-كرونباخ.

جدول رقم (05): يمثل نتائج معامل الثبات ألفا-كرونباخ.

المقياس	عدد البنود	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الثبات ألفا-كرونباخ
مستوى الطموح	22	80	51.65	10.11	0.910

نلاحظ من خلال نتائج الجدول المحصل عليها أن:

- معامل الثبات بلغ القيمة 0.910 وهذا يدل على الثبات وبما أن هذه القيمة تقترب من الواحد فهي قيمة تدل على الثبات المرتفع للمقياس وبالتالي الاستبيان ثابت.

2- حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية Split-Half: يتم حساب معامل الارتباط بيرسون بين نصفي الاختبار باستخدام معادلة سبيرمان براون (الافتراض عن استخدام هذه المعادلة تساوي تباين الدرجات على نصفي الاختبار- أي تجانس التباين وهذا شرط من شروط التكافؤ)، والجدول يلخص لنا نتائج معالجة البيانات بطريقة التجزئة النصفية كما يلي:

جدول رقم (06): يمثل نتائج معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية

معامل الثبات			N	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البنود	المقياس
طريقة التصحيح	بعد التصحيح	قبل التصحيح	11	5.39	25.75	الفردية	مستوى الطموح
جوتمان	0.912	0.839	11	5.15	25.90	الزوجية	
			22	10.11	51.65	الكلية	

من خلال نتائج الجدول المحصل عليها نلاحظ أن:

- قيمة معامل ثبات الاستبيان بطريقة التجزئة النصفية وصلت إلى 0.839 قبل التصحيح وبعد التصحيح بطريقة جوتمان وصلت القيمة إلى 0.912 وهي قيمة تفوق النصف، بالتالي المقياس ثابت.

ثانياً - الاكتتاب:

*الصدق:

3-الصدق التمييزي (المقارنة الطرفية):

تمّ الاعتماد لحساب صدق المقياس على الصدق التمييزي، حيث تمّ ترتيب الدرجات من الأدنى إلى الأعلى بحيث أخذنا 33% من أعلى التوزيع و33% من درجات أدنى التوزيع فكان عدد الأفراد (26) فرد، وبعد ذلك تمّ حساب (T) لمعرفة الفروق بين المجموعتين، والجدول التالي يوضح ذلك:

الجدول رقم (07): يمثل نتائج صدق الاستبيان بطريقة الصدق التمييزي.

المتغير	مجموعات المقارنة	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	T	Df	Sig
الاكتتاب	المجموعة العليا	26	33.54	12.84	12.30	50	0.000
	المجموعة الدنيا	26	3.31	2.36			

نلاحظ من خلال الجدول المحصل عليه أنّ:

- قيمة (t) بلغت القيمة 12.30 عند درجة الحرية 50 بمستوى الدلالة الإحصائية 0.000 أي توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين، وذلك لصالح المجموعة العليا أي الاستبيان لديه قدرة تمييزية، حيث بلغ متوسط المجموعة العليا 33.54 بينما متوسط المجموعة الدنيا بلغ 3.31 وهذا ما يؤكد أنّ المقياس صادق.

4-الصدق الاتساق الداخلي *Internal consistency*: وللتحقق من صدق

الاتساق الداخلي قامت الباحثة بحساب ارتباط درجات المحاور بالدرجات الكلية

للاستبيان والجدول الموالي يوضح ذلك:

جدول رقم (08): يمثل نتائج صدق الاتساق الداخلي للمحاور والدرجة الكلية للاستبيان

مستوى الدلالة	قيمة "ر"	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البنود
0.01	0.747**	0.96	0.64	الحزن
0.01	0.568**	0.99	0.61	الفشل السابق
0.01	0.681**	0.90	0.74	مشاعر الألم (تأنيب الضمير)
0.01	0.521**	0.95	0.60	عدم حب الذات
0.01	0.255**	0.87	0.49	الأفكار و الرغبات الإنتحارية
0.01	0.530**	0.95	0.79	الهيجان و الإثارة (عدم الإستقرار)
0.01	0.547**	0.94	0.74	التردد في إتخاذ القرارات
0.01	0.614**	0.96	0.81	إنعدام القيمة
0.01	0.558**	0.99	0.89	القابلية للغضب أو الإنزعاج
0.01	0.622**	1.03	0.85	صعوبة التركيز
0.01	0.491**	1.04	0.74	الإهتمام بالجنس
0.01	0.596**	0.87	0.66	التشاؤم
0.01	0.680**	0.76	1.59	فقدان الإستمتاع بالحياة
0.01	0.655**	0.96	0.81	أشعر بالتعرض للعقاب أو للأذى
0.01	0.640**	1.05	0.94	نقد الذات أو لومها

0.01	0.532**	1.32	1.23	البكاء
0.01	0.815**	1.13	0.91	فقدان الإهتمام أو الإنسحاب الإجتماعي
0.01	0.456**	0.96	0.70	فقدان الطاقة على العمل
0.01	0.621**	1.05	0.95	تغيرات في نظام النوم
0.01	0.808**	0.97	0.81	تغيرات في الشهية
0.01	0.636**	1.01	0.94	الإرهاق والإجتهاد
///	1.00	10.12	51.65	الدرجة الكلية

من خلال الجدول السابق يتضح أنّ:

- معاملات الارتباط المحسوبة للبنود ككل أكبر من الحدود المتوسطة حيث بلغت قيمة معامل ارتباط ما بين (0.815-0.255) عند متوسط حسابي تراوح ما بين (0.49-1.59) وانحراف معياري تراوح ما بين (0.76-1.32) بالتالي الارتباط كان مرتفع ودال عند مستوى 0.01 لكل البنود وبذلك تعطي هذه النتائج مؤشرا لصدق المقياس.

* الثبات للمقياس:

1.3- ثبات المقياس بطريقة ألفا-كرونباخ *Cronbach Alpha M*: تمت معالجة

البيانات بطريقة ألفا -كرونباخ للاستبيان والجدول الموالي يوضح نتائج اختبار ألفا -كرونباخ.

جدول رقم (09): يمثل نتائج معامل الثبات ألفا -كرونباخ.

المقياس	عدد البنود	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	معامل الثبات ألفا-كرونباخ
الاكتئاب	21	80	17.42	14.30	0.945

نلاحظ من خلال نتائج الجدول المحصل عليها أنّ:

- معامل الثبات بلغ القيمة 0.945 وهذا يدل على الثبات وبما أنّ هذه القيمة تقترب من الواحد فهي قيمة تدل على الثبات المتوسط والمقبول للمقياس وبالتالي الاستبيان ثابت.

2- حساب ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية Split-Half: يتم حساب معامل الارتباط بيرسون بين نصفي الاختبار باستخدام معادلة سبيرمان براون (الافتراض عن استخدام هذه المعادلة تساوي تباين الدرجات على نصفي الاختبار - أي تجانس التباين وهذا شرط من شروط التكافؤ)، والجدول يلخص لنا نتائج معالجة البيانات بطريقة التجزئة النصفية كما يلي:

جدول رقم (10): يمثل نتائج معامل ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية

معامل الثبات			N	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	البنود	المقياس
طريقة التصحيح	بعد التصحيح	قبل التصحيح	11	7.98	7.89	الفردية	الاكتئاب
جوتمان	0.946	0.912	10	6.63	9.54	الزوجية	
			21	14.30	17.42	الكلية	

من خلال نتائج الجدول المحصل عليها نلاحظ أنّ:

- قيمة معامل ثبات الاستبيان بطريقة التجزئة النصفية وصلت إلى 0.912 قبل التصحيح وبعد التصحيح بطريقة جوتمان وصلت القيمة إلى 0.946 وهي قيمة تفوق النصف، بالتالي المقياس ثابت.

7- المعالجة الإحصائية:

➤ اعتمدت الباحثتان على بعض الأساليب الإحصائية بهدف تسهيل عملية العرض والتحليل والتفسير وصولاً إلى نتائج الدراسة التي سنخرج بها ويمكن توضيحها كالتالي:

➤ تطبيق مقاييس النزعة المركزية المتمثلة في (المتوسط الحسابي، الانحراف المعياري).

➤ دراسة دلالة الفروق وذلك بتطبيق اختبار "ت" لدلالة الفروق بين المتوسطات.

➤ ولقد تمت المعالجة الإحصائية للبيانات باستعمال حزمة البرنامج الإحصائي في العلوم الاجتماعية (spss₂₆) والتي حصلنا من خلالها على النتائج التي ستعرض فيما يلي.

➤ معامل الارتباط بيرسون.

➤ تحليل تباين أحادي.

الفصل الخامس

عرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة

- عرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة
- عرض ومناقشة وتفسير الفرضية الأولى
- عرض ومناقشة وتفسير الفرضية الثانية
- عرض ومناقشة وتفسير الفرضية الثالثة
- عرض ومناقشة وتفسير الفرضية الرابعة
- عرض ومناقشة وتفسير الفرضية الخامسة
- الاستنتاج العام

عرض ومناقشة وتفسير نتائج الدراسة:

- عرض وتحليل نتائج الفرضية الأولى:

نص الفرضية: "توجد علاقة ارتباطية دالة بين مستوى الطموح ومستوى الاكتئاب لدى طلبة علم النفس أولى ماستر" وللتحقق من صحة فرضيتنا استخدمنا اختبار معامل الارتباط بيرسون (R) وذلك للتحقق من وجود علاقة بين المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لمتغير مستوى الطموح والاكتئاب، والجدول الموالي يوضح ذلك:

جدول رقم (11): يمثل نتائج معامل الارتباط بيرسون بين الطموح والاكتئاب

المتغيرات	N	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	R	Df	الدالة الإحصائية
الاكتئاب	∞	17.38	14.30	-0.722	78	0.000 دال إحصائياً
مستوى الطموح	∞	51.65	10.11			
الطموح الأكاديمي	∞	19.30	4.32	-0.566	78	0.000 دال إحصائياً
الطموح المهني	∞	18.08	4.86	-0.591	78	0.000 دال إحصائياً
الطموح الاقتصادي	∞	14.29	3.38	-0.585	78	0.000 دال إحصائياً

يتضح من خلال الجدول أعلاه: -

- أن قيمة المتوسط الحسابي للاكتئاب بلغت 17.38 وقيمة الانحراف المعياري بلغت 14.30 بينما بلغت قيمة المتوسط الحسابي لمستوى الطموح 51.65 وقيمة الانحراف

المعياري بلغت 10.11 بينما بلغت قيمة معامل الارتباط 0.722 عند درجة الحرية 78 وهذه القيمة دالة إحصائياً عند مستوى 0.000 مما يعني وجود علاقة ارتباطية دالة إحصائياً وعكسية بين درجات الاكتتاب ودرجات مستوى الطموح، وبالتالي نقبل الفرضية ككل.

- مما يؤكد صحة الفرضية وبالتالي قبلها، أي "توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة بين الاكتتاب ومستوى الطموح لدى طلبة علم النفس أولى ماستر".

بينما حسب أبعاد مستوى الطموح:

- بلغت قيمة المتوسط الحسابي لبعده الطموح الأكاديمي 19.30 وقيمة الانحراف المعياري بلغت 4.32 بينما بلغت قيمة معامل الارتباط -0.566 عند درجة الحرية 78 وهذه القيمة دالة إحصائياً عند مستوى 0.000 مما يعني وجود علاقة ارتباطية سالبة دالة بين درجات الاكتتاب ودرجات بعد الطموح الأكاديمي، وبالتالي نقبل الفرضية جزئياً. أي "توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة بين الاكتتاب وبعده الطموح الأكاديمي لدى طلبة علم النفس أولى ماستر".

- بلغت قيمة المتوسط الحسابي لبعده الطموح المهني 18.06 وقيمة الانحراف المعياري بلغت 4.86 بينما بلغت قيمة معامل الارتباط -0.591 عند درجة الحرية 78 وهذه القيمة دالة إحصائياً عند مستوى 0.000 مما يعني وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة بين درجات الاكتتاب ودرجات بعد الطموح المهني، وبالتالي نقبل الفرضية جزئياً. أي "توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة بين الاكتتاب وبعده الطموح المهني لدى طلبة علم النفس أولى ماستر".

- بلغت قيمة المتوسط الحسابي لبعده الطموح الاقتصادي 14.29 وقيمة الانحراف المعياري بلغت 3.38 بينما بلغت قيمة معامل الارتباط -0.585 عند درجة الحرية

78 وهذه القيمة دالة إحصائياً عند مستوى 0.000 مما يعني وجود علاقة ارتباطية سالبة ودالة بين درجات الاكتئاب ودرجات بعد الطموح الاقتصادي، وبالتالي نقبل الفرضية جزئياً. أي "توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة بين الاكتئاب وبعده الطموح الاقتصادي لدى طلبة علم النفس أولى ماستر".

التفسير:

يمكن تفسير العلاقة العكسية بين متغيرات الدراسة على أنه كلما ارتفع مستوى الطموح إنخفض مستوى الاكتئاب وكلما ارتفع مستوى الاكتئاب إنخفض مستوى الطموح.

حيث اتفقت هذه النتيجة مع دراسة حفاف (2007) التي كذلك أشارت إلى وجود علاقة عكسية بين هذين المتغيرين لدى طلبة المقبلين على شهادة البكالوريا.

- نظرياً وبالاستناد إلى العالم آرون بيك في تصنيفه لأعراض الاكتئاب فقد صنف الاكتئاب في أربع مظاهر: (المظاهر الانفعالية، الجسمية، المعرفية، الواقعية)، حيث ذكر في عنصر المظاهر الواقعية أنه يتضمن: ضعف القدرة على الانجاز، وإنعدام الميل للمثابرة والطموح لتحقيق أهداف الحياة و متطلباتها.

ونجد أن الشخص الطموح يتميز بمجموعة من الخصائص والسمات التي ذكرها الحلبي (2000) في دراسته مثلاً: يحب الناس و يجد نفسه في وجوده معهم /يضع إمكاناته و قدراته في خدمة أهدافه/متكيف مع ذاته و مع بيئته / مستقر انفعالياً و منتج، هذه كلها خصائص إيجابية من شأنها أن تشكل عامل وقاية من الاكتئاب أو على الأقل تخفض من مستوى الاكتئاب.

- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثانية:

نص الفرضية " مستوى الطموح لدى طلبة علم النفس أولى ماستر مرتفعاً"، وللتحقق من صحة فرضيتنا استخدمنا اختبار (T-test) كما تم حساب المتوسط

والانحراف المعياري لمستوى الطموح والمتوسط الفرضي حيث: $2 \times 22 = 44$ ؛ كما تم حساب المتوسط والانحراف المعياري لمستوى الطموح حسب طبيعة العينة حيث أنه قيم المتوسط من [44-22] مستوى منخفض، وقيم المتوسط من [66-44] مستوى مرتفع، والجدول الموالي يوضح ذلك:

جدول رقم(12): يمثل نتائج اختبار (T) لمستوى الطموح

المتغيرات	N	المتوسط الحسابي	\bar{x}_0	الانحراف المعياري	T	Df	الدالة الإحصائية
مستوى الطموح	80	51.65	44	10.11	6.76	79	0.000 دال إحصائياً

نلاحظ من خلال الجدول المحصل عليه أن:

- قيمة (T) بلغت القيمة 6.76 عند درجة الحرية 79 بمستوى الدلالة الإحصائية 0.000، حيث بلغ متوسطهم الحسابي القيمة 51.65 بانحراف معياري قدر بـ 10.11 وبلغ المتوسط الحسابي الفرضي القيمة 44 وكانت الفروق لصالح متوسط الدراسة وهي ضمن قيم المتوسط من [66-44] مستوى مرتفع، وهذا ما يؤكد صحة الفرضية وبالتالي نقبلها، أي مستوى الطموح لدى طلبة علم النفس أولى ماستر مرتفع.

التفسير:

-يمكن إرجاع هذه النتيجة إلى رغبة الطلبة الشديدة في السعي لتحقيق أحلامهم و أهدافهم المستقبلية و حرصهم على نيل العلا سواء أكاديميا،مهنيا و حتى إقتصاديا و هذا ما يؤثر على إنتاجية الطلبة و إنجازاتهم بشكل إيجابي يدفعهم لبذل جهد أكبر للإرتقاء بمكانتهم في المجتمع و تميز شخصيتهم في الوسط الجامعي مما يشعروهم بالسعادة لتحقيق أهدافهم، وتتنطبق نتائج هذه الفرضية مع ماتشير إليه دراسة الرواشدة سنة (2016).

- عرض وتحليل نتائج الفرضية الثالثة:

نص الفرضية " مستوى الاكتئاب لدى طلبة علم النفس أولى ماستر منخفضاً"، وللتحقق من صحة فرضيتنا استخدمنا اختبار (T-test) كما تم حساب المتوسط والانحراف المعياري لمستوى الطموح والمتوسط الفرضي حيث: $4 / ((3+2+1+0) \times 21) = 31.5$ ؛ كما تم حساب المتوسط والانحراف المعياري لمستوى الاكتئاب حسب طبيعة العينة حيث أنه قيم المتوسط من [20-0] لا توجد أعراض اكتئاب، وقيم المتوسط من [31-21] تمثل أعراض اكتئاب خفيفة، وقيم المتوسط من [42-32] تمثل أعراض اكتئاب متوسطة، وقيم المتوسط من [63-43] تمثل أعراض اكتئاب شديدة، والجدول الموالي يوضح ذلك:

جدول رقم(13): يمثل نتائج اختبار (T) للاكتئاب

المتغيرات	N	المتوسط الحسابي	\bar{x}_0	الانحراف المعياري	T	Df	الدالة الإحصائية
الاكتئاب	80	17.38	31.5	14.30	8.83	79	0.000 دال إحصائياً

نلاحظ من خلال الجدول المحصل عليه أن:

- قيمة (T) بلغت القيمة 8.83 عند درجة الحرية 79 بمستوى الدلالة الإحصائية 0.000، حيث بلغ متوسطهم الحسابي القيمة 17.38 بانحراف معياري قدر بـ 14.30 وبلغ المتوسط الحسابي الفرضي القيمة 31.5 وكانت الفروق لصالح المتوسط الفرضي، وهذا ما يؤكد صحة الفرضية وبالتالي نقبلها، أي مستوى الاكتئاب لدى طلبة علم النفس أولى ماستر منخفض".

التفسير:

يمكن تفسير هذه النتيجة على أن الطلبة يتسمون بالقدرة على مجابهة الصعاب والتكيف مع الظروف الضاغطة والتعايش معها، وتعاملهم المرن مع المواقف والأحداث الجارية وإنسجامهم مع ذواتهم ومحيطهم سواء الأسري أو الجامعي مما يجعلهم متوازنين نفسياً إلى درجة مقبولة.

والجدير بالذكر أن مستوى الطموح المرتفع له دور في خفض مستوى الاكتئاب بحيث يجعل الطالب يستمتع بالتحدي ولا يضطرب عند الشدائد ويميل إلى الإلتزام بالثقة بإعتباره مفتاح الشخصية السوية والتوافق الشخصي والاجتماعي والمهني والتفوق الدراسي.

واتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة زهير لونيس (2021).

- عرض وتحليل نتائج الفرضية الرابعة:

نص الفرضية " توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الطموح ومستوى الاكتئاب لدى طلبة علم النفس أولى ماستر تعزى لمتغير الجنس"، وللتحقق من صحة فرضيتنا استخدمنا اختبار (T-test) كما تم حساب المتوسط والانحراف المعياري لمستوى الطموح ومستوى الاكتئاب، والجدول الموالي يوضح ذلك:

جدول رقم(14): يمثل نتائج اختبار T لمستوى الطموح ومستوى الاكتئاب حسب

الجنس

مستوى الدلالة	DF	T	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	N	المتغيرات	
دال إحصائيا 0.039	78	2.10	9.45	53.22	55	إناث	مستوى
			10.85	48.20	25	ذكور	الطموح
دال إحصائيا 0.022	78	2.33	12.06	14.93	55	إناث	مستوى
			17.38	22.76	25	ذكور	الاكتئاب

من خلال النتائج المحصل عليها نلاحظ أن:

- قيمة T لمستوى الطموح ككل جاءت دالة بين الجنسين حيث بلغت قيمتها 2.10 عند مستوى الدلالة 0.039 وبالتالي نقبل الفرضية الموجهة أي وجود فروق بين الجنسين في مستوى الطموح لدى طلبة علم النفس أولى ماستر تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الطالبات الإناث حيث بلغ متوسط الحسابي لدى الإناث 53.22 وبانحراف معياري 9.45 مقارنة بالذكور حيث بلغ متوسطهم الحسابي 48.20 وبانحراف معياري 10.85. أي "توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الطموح لدى طلبة علم النفس أولى ماستر تعزى لمتغير الجنس لصالح الطالبات الإناث".

- قيمة T لمستوى الاكتئاب ككل جاءت دالة بين الجنسين حيث بلغت قيمتها 2.33 عند مستوى الدلالة 0.022 وبالتالي نقبل الفرضية الموجهة أي وجود فروق بين الجنسين في مستوى الاكتئاب لدى طلبة علم النفس أولى ماستر تبعاً لمتغير الجنس ولصالح الطلبة الذكور حيث بلغ متوسط الحسابي لدى الذكور 22.76 وبانحراف معياري 17.38 مقارنة بالإناث حيث بلغ متوسطهم الحسابي 14.93 وبانحراف

معياري 12.06. أي "توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الاكتئاب لدى طلبة علم النفس أولى ماستر تعزى لمتغير الجنس لصالح الطلبة الذكور".

إذن تحققت فرضية الدراسة ككل وبالتالي نقبل بالفرضية القائلة "توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الطموح ومستوى الاكتئاب لدى طلبة علم النفس أولى ماستر تعزى لمتغير الجنس".

التفسير:

ترجع الباحثتان مستوى الطموح لدى الطالبات الإناث مرتفع مقارنة بمستوى الطموح لدى الطلبة الذكور لعدة أسباب حيث نجد الطالبات أكثر حرصا على تحقيق رغباتهن عكس الطلبة الذكور إذ تتميز الطالبات بعدم فقدان الأمل و التثبيت في تحقيق أهدافهن على الرغم من قلة الإمكانيات حيث يعتبرن العراقي التي تواجههن كتحدٍ لهن لإثبات أنفسهن في المجتمع كنساء مستقلات ناجحات وحبهن الشديد للمنافسة أما الطلبة الذكور فهم يعتمدون على المنطق والتخطيط في الطموح وبالتالي يقومون بوضع حدود للطموح حسب إمكانياتهم وذلك يكون بموازنة الواقع والاستعدادات الشخصية.

حيث اختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة الدراسات السابقة مثل دراسة محمود الزيادي (1961)، ودراسة كاميليا عبد الفتاح (1971).

في حين أن مستوى الاكتئاب مرتفع لدى فئة الطلبة الذكور عكس الطلبة الإناث، ويمكن القول أن ذلك يرجع للتنشئة الاجتماعية التي يتعرض فيها الطلبة الذكور لمجموعة من الضغوطات النفسية تجعلهم أكثر عرضة للاكتئاب نتيجة قلقهم حول مستقبلهم ما بعد التخرج في إيجاد وظيفة ما تمكنهم من القيام بمسؤولياتهم المتعددة.

جدول رقم(15): يمثل نتائج اختبار تحليل التباين الأحادي لمستوى الطموح ومستوى

الاكتئاب حسب التخصص

المتغيرات	التخصص	N	\bar{X}	S	المتغيرات	التخصص	N	\bar{X}	S
الطموح	علم النفس العيادي	47	14.02	15.53	الاكتئاب	علم النفس العيادي	47	55.00	14.30
	علم النفس المدرسي	10	30.30	14.02		علم النفس المدرسي	10	42.50	10.26
	علم النفس عمل وتنظيم	23	18.61	6.93		علم النفس عمل وتنظيم	23	48.78	8.46
	ككل	80	17.38	14.30		ككل	80	51.65	6.88

تفسير الفرضية الخامسة:

حيث اتفقت هذه النتيجة مع دراسة "هوارى وزيتوني (2022) التي أسفرت على وجود فروق دالة إحصائية في مستوى الطموح تعزى لمتغير التخصص، في حين أنها اختلفت مع نتيجة دراسة "العيداني" (2014) التي أكدت عن عدم وجود فروق في مستوى طموح تعزى لمتغير التخصص لدى عينة الدراسة.

ويمكن تفسير ذلك أنه راجع لحدثة التخصص حيث أن تخصص علم النفس العيادي لا يزال جديد في جامعة زيان عاشور ودفعة أولى ماستر لموسم 2023 هي الدفعة الرابعة فقط، مما يزيد من فرص الالتحاق بمناصب العمل لطلبة هذا التخصص، وهذا يشكل عامل محفز لهم للمثابرة وتحقيق اهدافهم ورفع مستوى طموحهم.

كذلك طبيعة تخصص تلعب دور حيث أن تخصص علم النفس العيادي من التخصصات المشوقة و التي تمثل جزءا كبير من حياتنا الواقعية ومن خلاله يستطيع الطلبة فهم ذواتهم ويكونون أكثر سلامة نفسيا ويعود ذلك إلى تطلعهم بكل ما يتعلق بمشكلات و احتياجات النفس البشرية ومتطلبات المراحل النمائية بمختلف أبعادها ،مما تفيدهم في تجاوز العقبات والعراقيل وخوض التحديات والمرونة في التعامل مع المواقف

كما تجدر الإشارة إلى العوامل الشخصية مثل؛ الذكاء، تقدير الذات، نظرة التفاؤلية نحو المستقبل والبيئة المناسبة، هذه كلها عوامل تؤدي إلى رفع مستوى الطموح لدى الطلبة.

وبالنسبة لنتيجة التي تنص على أنه "توجد فروق دالة إحصائيا في مستوى الاكتئاب تعزى بمتغير التخصص لصالح تخصص علم النفس المدرسي" وهذا يعود ربما لشعور طلبة تخصص علم النفس مدرسي بعدم الرضا عن التخصص، طريقة التدريس /كثافة البرنامج/ توقيت الدراسة غير مناسب للطلبة انعدام جو التفاعل الاجتماعي بين الطلبة وهذا ما يؤدي الى الانطواء وارتفاع في مستوى الاكتئاب.

8- الاستنتاج العام:

بناء على ما توصلنا إليه بعد تطبيق أدوات الدراسة المتمثلة في مقياس "مستوى الطموح" و"مقياس بيك" لدى طلبة علم النفس أولى ماستر، ومن خلال عرض ومناقشة الفرضيات وفق التحليل الإحصائي نستخلص ما يلي:

- ✓ تحقق الفرضية الأولى "توجد علاقة ارتباطية سالبة دالة بين مستوى الطموح والاكنتاب لدى طلبة علم النفس أولى ماستر.
- ✓ تحقق الفرضية الثانية "مستوى الطموح مرتفع لدى طلبة علم النفس أولى ماستر".
- ✓ تحقق الفرضية الثالثة "مستوى الاكنتاب منخفض لدى طلبة علم النفس أولى ماستر".
- ✓ تحقق الفرضية الرابعة "توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الطموح والاكنتاب لدى طلبة علم النفس أولى ماستر تعزى لمتغير الجنس".
- ✓ تحقق الفرضية الخامسة توجد فروق دالة إحصائية في مستوى الطموح والاكنتاب لدى طلبة علم النفس أولى ماستر تعزى لمتغير التخصص.

خاتمة

لقد شكل موضوع دراستنا الحالية "العلاقة بين مستوى الطموح والاكنتاب " محور اهتمامنا باعتبارهما من أبرز المواضيع الهامة في حياة الفرد والجماعة حيث قمنا بهذه الدراسة من أجل تحديد طبيعة العلاقة بينهما والأهم من ذلك هو ذلك الطالب الجامعي الذي يعد مصدر قوة ومنبع فضل للأمة والمجتمع.

وبعد الانتهاء من الفصول النظرية والتطبيقية توصلت النتائج إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة بين مستوى الطموح والاكنتاب وعلى ضوء هذه النتيجة يمكن أن نقترح بعض توصيات الدراسة:

- تأسيس قسم للإرشاد والتوجيه النفسي بالجامعات لمساعدة الطالب الجامعي.
 - ضرورة ربط الجامعة بسوق العمل والاستثمار أكثر فأكثر.
 - مكافأة أصحاب الطموحات العالية على تميزهم ونجاحاتهم من أجل تحفيز رفاقهم.
 - إجراء دراسات معمقة أكثر وربطها ببعض المتغيرات الأخرى.
 - العمل على إعداد برامج تدريبية وتكوينية لفائدة الطلبة خصوصاً.
 - تدريب الطلبة والأفراد على تصميم خطط مستقبلية وفقاً لطموحاتهم وتحدياتهم.
 - تكثيف الجهود البحثية التي تتبنى مشاريع تقنيين الاختبارات والمقاييس النفسية للبيئة المحلية، من أجل أفضل النتائج التطبيقية.
- وفي الأخير نتمنى استمرار مثل هاته الدراسات من أجل الغوص في واقع الحياة الجامعية.



قائمة المصادر والمراجع



قائمة المصادر والمراجع:

الكتب:

1. البارودي، منال، (2015)، العصف الذهني وفن صناعة الأفكار، ط 1 القاهرة، المجموعة العربية للتدريب والنشر.
2. جناد، عبد الوهاب، (2014)، الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بالدافعية للتعلم ومستوى الطموح، رسالة دكتوراه.
3. زهران حامد عبد السلام، (2015)، الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط 4 عالم الكتب.
4. سامر جميل رضوان، (2002)، الصحة النفسية، ط 1 دار المسير للنشر والتوزيع والطباعة.
5. سرحان وآخرون، (2001)، سلوكيات الاكتئاب، دار مجدلاوي للنشر والتوزيع.
6. سليمان عبد الواحد إبراهيم، (2014)، الشخصية الإنسانية واضطراباتها، مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع.
7. سهير كامل أحمد، (2000)، أسس تربية الطفل بين النظرية والتطبيق، مركز الإسكندرية للكتاب.
8. السيد فهمي علي، (2010)، علم النفس المرضي، دار الجامعة الجديدة.
9. عبد الفتاح، كاميليا، (1984)، مستوى الطموح والشخصية، ط 2، بيروت دار النهضة العربية.
10. عبد الفتاح، يوسف، (2015)، الاتجاهات الوالدية وطموح الأبناء، ط 1 القاهرة، دار الجوهرة للنشر والتوزيع.
11. عبد الفتاح، كاميليا، (1990)، دراسات سيكولوجية في مستوى الطموح والشخصية، ط 3.

12. عدس، قطامي، (2003)، النظرية والتطبيق الأساسي، ط1 دار الفكر للطباعة والنشر والتوزيع.
13. عسكر عبد الله (1988)، الاكتئاب النفسي بين النظرية والتشخيص، مكتبة الأنجلو المصرية.
14. محمد، السيد، (2005)، مقياس مستوى الطموح مكتبة أنجلو.
15. نصر الله عمر عبد الرحيم، (2004)، تدني مستوى التحصيل والإنجاز الدراسي أسبابه وعلاجه ط1، دار وائل للنشر والتوزيع.

المذكرات:

1. إبراهيم علي إبراهيم، (1994)، العلاقة بين الطموح الأكاديمي وأساليب المعاملة الوالدية والتحصيل الدراسي، دراسة إمبريقية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية.
2. أحمد، أحمد، (2019)، نمذجة العلاقات بين فاعلية الذات الأكاديمية والطموح والتوافق لدى طلبة الجامعات في محافظة غزة، رسالة ماجستير في علم النفس.
3. باحمد، جويده، (2015)، علاقة مستوى الطموح بالتحصيل الدراسي لدى تلاميذ سنة ثالثة ثانوي، دراسة ميدانية بجامعة قاصدي مرياح.
4. بشير، توفيق، (2005)، دراسة لمستوى الطموح وعلاقته ببعض المتغيرات في ضوء الثقافة السائدة لدى طلبة الجامعة الإسلامية.
5. بن سهلة حبيبة، (2020)، مستوى الطموح وعلاقته بمهارة حل المشكلات لدى الطالب الجامعي، مذكرة ماجستير.
6. بن قرينة عاتكة، (2018)، مستوى الاكتئاب لدى مرضى السرطان، مذكرة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرياح.

7. بن كريمة مريم، (2015)، علاقة تقدير الذات بمستوى الطموح والتحصيل الدراسي لدى الطلبة النعيدين في شهادة بكالوريا، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة قاصدي مرباح.
8. بودحوش نصرالدين، (2016)، أثر برنامج علاجي في التخفيف من حدة الأعراض الاكتئابية لدى المصابين بالعقم، مذكرة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة قاصدي مرباح.
9. توفيق، بشير، (2005)، دراسة مستوى الطموح وعلاقته ببعض المتغيرات في ضوء الثقافة السائدة لدى الطلبة الجامعة الإسلامية، رسالة ماجستير.
10. ثابت، محمد، (2015)، أثر التفاعل كل من الطموح الأكاديمي وقلق الامتحان على التحصيل، دراسة ميدانية على تلاميذ السنة الثالثة ثانوي بثانوية الشهيد حميمي السعدي ببوشقرون، رسالة ماجستير، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية.
11. خياطة، هبة الله، (2015)، الميول المهنية ومستوى الطموح في ضوء بعض المتغيرات، دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة حمه لخضر، رسالة ماجستير في الإرشاد النفسي.
12. راجعي، ثلجة، (2017)، تقنين مقياس مستوى الطموح، دراسة ميدانية بجامعة محمد بوضياف.
13. الزهراني، بن إبراهيم، (2012)، الرضا عن العمل الإرشادي وعلاقته بمستوى الطموح لدى المرشدين الطلابيين بمحافظة جدة، رسالة ماجستير.
14. الزهراني، سالم، (2004)، مستوى الطموح وعلاقته بالميول المهنية لدى طلاب المرحلة الثانوية بمدارس الهيئة الملكية بالجبل الصناعية، رسالة ماجستير.

15. زواوي سليمان، (2012)، القلق والاستجابة الاكتئابية لدى المصابين بالقصور الكلوي المزمن والخاضعين للهيمودياليز، مذكرة ماستر، كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة العقيد أكلي محمد أولحاج.
16. سليمان، منى، (2017)، مستوى الطموح وعلاقته بالإبداع الإداري لدى العمال الإداريين، دراسة ميدانية بالمؤسسة الإستشفائية رزيق البشير ببوسعادة.
17. شتوان، حاج، (2019)، العوامل الخمسة الكبرى للشخصية، الكفاءة الذاتية لمستوى الطموح الأكاديمي والتحصيل الدراسي لدى تلاميذ الطور الثانوي، رسالة ماستر.
18. شعبان وآخران، (2010)، الخجل وعلاقته بتقدير الذات ومستوى الطموح لدى المعاقين بصريا، الجامعة الإسلامية، رسالة ماستر.
19. ضيف الله، عبيد، (2015)، صنع القرار وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة سنة أولى ماستر، دراسة ميدانية بجامعة حمه لخضر.
20. عباسية فوزية، (2019)، التظاهرات الاكتئابية لدى المصاب باضطراب الشخصية التجنبية، كلية العلوم الإنسانية و الإجتماعية جامعة محمد خيضر، مذكرة ماستر.
21. كنيوة، مولود، (2018)، فاعلية الذات وعلاقتها بدافعية الإنجاز الرياضي ومستوى الطموح لدى لاعبي كرة القدم الأقل من 17 سنة التابعين للرابطة الجهوية، رسالة دكتوراه.
22. مرحاب صلاح أحمد، (1984)، التوافق النفسي وعلاقته بمستوى الطموح، دراسة ميدانية بين الجنسين في مرحلة المراهقة بالمغرب، معهد الدراسات العليا للطفولة، رسالة دكتوراه غير منشورة.
23. نايف إبراهيم، (2003)، الأمن الوظيفي وعلاقته بمستوى الطموح لدى المدراء العاملين في مقرات وزارة السلطة الوطنية الفلسطينية وأثر بعض المتغيرات الديموغرافية عليها، رسالة ماستر.

24. يحيوي وردة، (2014)، اختبار فعالية برنامج علاجي متعدد الأبعاد لعلاج الاكتئاب لدى المراهقة المتمدرسة، كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، مذكرة ماستر.
25. يوسف دلال، (2014)، القلق الاجتماعي وعلاقته بمستوى الطموح لدى تلاميذ السنة الثانية الثانوي، دراسة ميدانية ببعض الثانويات المتواجدة ببلدية المسيلة، رسالة ماستر.
26. يوسف دلال، (2017)، قياس فاعلية برنامج إرشادي مقترح لتنمية مستوى الطموح الأكاديمي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية، دراسة ميدانية بثانوية حي القطب بالمسيلة، رسالة دكتوراه.

المجلات:

1. الركييات وآخرون، (2019)، مستوى الطموح ودافعية التعلم لدى طلبة المرحلة الثانوية في مديرية التربية مجلة جامعة الحسين بن طلال للبحوث، المجلد (5)، العدد (1).
2. بلحسيني، الإمام، (2019)، تشخيص الاكتئاب، مجلة آفاق للبحوث والدراسات، العدد(4)، 149.
3. حمايدية وآخرون، (2018)، جودة الحياة وعلاقتها بالتفاؤل لدى عينة من طلبة دكتوراه (ل.م.د)، مجلة وحدة البحث في تنمية الموارد البشرية، المجلد(9)، الجزء الأول، العدد(2).
4. دلالة، صوالحه، (2015)، الذكاء الإنفعالي وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء بعض المتغيرات، مجلة جامعة القدس المفتوحة للأبحاث والدراسات النفسية والتربوية، المجلد(3)، العدد(12).
5. عبد السلام إسماعيل، (2015)، الاكتئاب النفسي الأسباب الأعراض أساليب العلاج، مجلة التربوي العدد (7).

6. العنزي، عبد الله، (2016)، أساليب التفكير ومستوى الطموح الأكاديمي ودورها في التنبؤ بالتسويق الأكاديمي لدى طلاب الجامعة، المجلة الدولية التربوية المتخصصة، العدد(8)، المجلد (5).

ملاحق

الملحق (01): استبيان مستوى الطموح

المعلومات الشخصية :

الاسم : السن :

التخصص : الجنس :

أعزائي الطلبة:

في إطار إعداد مذكرة ماستر "بعنوان مستوى الطموح وعلاقته بالاكتماب لدى طلبة علم النفس" نضع بين أيديكم هذين المقياسين، راجين منكم التعاون بغرض إفادتنا في جمع البيانات ذات الصلة ببحثنا، فالرجاء التكرم بالإجابة على عبارات هذا المقياس الذي يهدف إلى جمع المعلومات عن مقياس مستوى الطموح ومقياس مهارة حل ذلك بوضع علامة (x) في الخانة التي تمثل وجهة نظرهم نحو كل عبارة المشكلات و

ونرجو منكم الإجابة بصدق وموضوعية.

نشكركم على تعاونكم

استبيان مستوى الطموح

الرقم	العبارة	نعم	لا	أحيانا	طموح أكاديمي
1	يهمني التفوق في الدراسة التي أزاولها حاليا				
2	أرغب في تعلم معلومات جديدة لتجديد وتطوير أدائي				
3	طموحي لبلوغ التفوق يدفعني إلى التفاؤل وبذل الجهد في الدراسة				
4	أطمح دائما في الوصول إلى مستوى ممتاز في دراستي الجامعية				
5	حصولي على معدل يضمن لي الانتقال يكفيني				
6	أفكر في مواصلة دراستي الجامعية				
7	يسرني مجرد النجاح في الدراسة				
8	أرى أن دراستي الحالية أقل من مستوى أمانتي				
9	كثيرا ما أفكر بالعمل (نشاط) قبل المبادرة فيه				طموح مهني
10	يحدث أحيانا أن أقوم بعمل لم يسبق لي إعداد خطة له				
11	أميل إلى المشاركة في المنافسات والمسابقات التي تبرز مهاراتي العملية				
12	أميل إلى الاستمرار في العمل الواحد لمدة طويلة				
13	أحسن القيام بأعمال لا يساعدنني بها أحد				
14	أشعر كثيرا بالملل من القيام بعمل واحد وقتنا طويلا				
15	يدفعني الفشل في الكثير من الأحيان إلى ترك العمل الذي أقدم عليه				
16	أفضل الحصول على عمل عوض الالتحاق بالجامعة				
17	أحب القيام بأعمال خارج الدراسة لتحسين (وضعي المالي)دخلي الاقتصادي				طموح اقتصادي
18	أتمنى أن أكون شخصا مهما في المجتمع أساهم في تحسين وضعيتهم الاقتصادية				
19	يهمني أن أسمو بحياتي إلى أعلى المراتب من أجل مكانة اجتماعية ثرية و مرموقة في المجتمع				
20	أنا راض عن المستوى المعيشي الاقتصادي بشكل عام				
21	أستطيع التخلي عن الدراسة في سبيل تحقيق دخل اقتصادي فردي				
22	أنا ممن يطمحون لتنويع مصادر دخلهم المالية				

الملحق رقم (02): قائمة آرون بيك وآخرون الثانية للاكتتاب

BDI – II

ظهرت عام 1996

تطبق على 16 سنة من العمر فأكثر

التخصص:

المستوى الدراسي:

التعليمة:

تتضمن هذه القائمة 21 مجموعة من العبارات المطلوب منك أن تقرأ كل مجموعة على حدة وبعناية، ثم تختار من كل منها عبارة واحدة فقط، تصف بطريقة أفضل مشاعرك في الأسبوعين الأخيرين بما في ذلك هذا اليوم، ثم تضع دائرة حول الرقم الذي يشير إلى العبارة التي اخترتها (0 أو 1 أو 2 أو 3) وإذا تبين لك أن أكثر من عبارة في مجموعة واحدة تنطبق عليها بصورة متساوية، ضع دائرة حول أعلى رقم في المجموعة، وتأكد دائما أن تختار عبارة واحدة فقط من كل مجموعة، حتى المجموعة رقم 16 والمجموعة رقم 18.

العبارات	مجموعة
<p>0- لا أشعر بالحزن.</p> <p>1- أشعر بالحزن معظم الوقت.</p> <p>2- أشعر دائما حزين.</p> <p>3- أشعر بالحزن إلى درجة لا أستطيع تحمل ذلك.</p>	الأولى
<p>0- لم تضعف همتي فيما يتعلق بمستقبلي.</p> <p>1- أشعر بضعف همتي فيما يتعلق بمستقبلي بطريقة أكثر مما تعودت.</p> <p>2- أتوقع ألا تسير الأمور بشكل جيد بالنسبة لي.</p> <p>3- أشعر بأنه لا أمل لي في المستقبل وأنه سوف تزداد الأمور سوءا.</p>	الثانية
<p>0- لا أشعر بأني شخص فاشل.</p> <p>1- لقد فشلت أكثر مما ينبغي.</p> <p>2- كلما نظرت إلى حياتي السابقة أرى الكثير من الفشل.</p> <p>3- أشعر بأني شخص فاشل تماما.</p>	الثالثة
<p>0- استمتع بالحياة بنفس قدر إستمتاعي بها من قبل.</p> <p>1- لا أستمتع بالحياة بنفس القدر الذي أعتدت عليه.</p> <p>2- أحصل على قدر قليل جدا من الإستمتاع بالحياة مما تعودت عليه من قبل.</p> <p>3- لا أستطيع الحصول على أي إستمتاع بالحياة كما تعودت أن أستمتع من قبل.</p>	الرابعة
<p>0- لا أشعر بالذنب.</p> <p>1- أشعر بالذنب عن العديد من الأشياء قمت بها أو كان يجب أن أقوم بها ولم أقم بها.</p> <p>2- أشعر بالذنب في معظم الأوقات.</p> <p>3- أشعر بالذنب في كل الأوقات.</p>	الخامسة
<p>0- لا أشعر بأني يمكن أن أتعرض للعقاب أو للآذى.</p> <p>1- أشعر بأني يمكن أن أتعرض قليلا للعقاب أو للآذى.</p> <p>2- أشعر بأني سوف أتعرض كثيرا للعقاب أو للآذى.</p> <p>3- أشعر بأني سوف أتعرض دائما للعقاب أو للآذى.</p>	السادسة
<p>0- شعوري نحو نفسي عادي.</p> <p>1- فقدت الثقة في نفسي.</p> <p>2- أنا محبط من نفسي.</p> <p>3- لا أحب نفسي.</p>	السابعة
<p>0- لا أنتقد ولا ألوم نفسي.</p> <p>1- أنتقد وألوم نفسي أكثر من المعتاد.</p> <p>2- أنتقد وألوم نفسي على كل الأخطاء.</p>	الثامنة

	3- أنتقد وألوم نفسي على كل ما يحدث من سوء بسببي.
التاسعة	0- ليس لدي أي أفكار إنتحارية. 1- أفكر أحيانا في الإنتحار، ولكن لا يمكنني تنفيذه. 2- أريد أن أنتحر. 3- قد أنتحر لو كانت لي فرصة.
العاشرة	0- لا أبكي أكثر مما تعودت. 1- أشعر بالرغبة في البكاء. 2- أبكي أكثر مما تعودت. 3- أبكي لأتفه الأسباب.
الحادية عشر	0- أشعر بالهيجان أو الإثارة بدرجة عادية. 1- أشعر بالهيجان أو الإثارة أكثر مما تعودت. 2- أتهدج وأثور إلى درجة أنه من الصعب علي البقاء مستقرا. 3- أتهدج وأثور إلى درجة تدفعني إلى الحركة أو إلى فعل شيء ما.
الثانية عشر	0- لم أفقد الإهتمام بالآخرين أو بالأنشطة العادية. 1- أنا قليل الإهتمام بالآخرين أو بالأنشطة العادية. 2- فقدت معظم إهتمامي بالآخرين وبكثير من الأمور الأخرى. 3- من الصعب علي أن أهتم بأي شيء.
الثالثة عشر	0- أتخذ قراراتي بنفس الكفاءة التي تعودت عليها. 1- أجد صعوبة في إتخاذ القرارات. 2- لدي صعوبة في إتخاذ القرارات أكثر بكثير مما تعودت عليه. 3- لا أستطيع إتخاذ القرارات.
الرابعة عشر	0- لا اشعر أنني عديم القيمة. 1- أنا لست ذا قيمة كما تعودت أن أكون. 2- أشعر أنني عديم القيمة بالمقارنة بالآخرين. 3- أشعر أنني عديم القيمة تماما.
الخامسة عشر	0- لدي نفس القدر من الطاقة كما تعودت. 1- لدي قدر من الطاقة أقل مما تعودت. 2- ليس لدي طاقة كافية لعمل الكثير من الأشياء. 3- ليس لدي طاقة لعمل أي شيء.
	0- لم يحدث لي أي تغير في نظام نمومي.

<p>1- أ- أنام أكثر مما تعودت إلى حد ما. 1- ب- أنام أقل مما تعودت إلى حد ما. 2- أ- أنام أكثر مما تعودت بشكل كبير. 2- ب- أنام أقل مما تعودت بشكل كبير. 3- أ- أنام معظم اليوم. 3- ب- أستيقظ من نمومي مبكرا ساعة أو ساعتين أو أكثر، ولا أستطيع أن أعود إلى النوم مرة أخرى.</p>	<p>السادسة عشر</p>
<p>0- أعضب بدرجة عادية. 1- أعضب أكبر مما تعودت. 2- أعضب أكبر بكثير مما تعودت. 3- أكون في حالة غضب طول الوقت.</p>	<p>السابعة عشر</p>
<p>0- لم يحدث أي تغير في شهيتي. 1- أ- شهيتي أقل مما تعودت إلى حد ما. 1- ب- شهيتي أكبر مما تعودت إلى حد ما. 2- أ- شهيتي أقل كثيرا مما تعودت. 2- ب- شهيتي أكبر كثيرا مما تعودت. 3- أ- ليس لدي شهية على الإطلاق. 3- ب- لدي الرغبة قوية إلى الطعام طول الوقت.</p>	<p>الثامن عشر</p>
<p>0- أستطيع التركيز بكفاءة كما تعودت. 1- لا أستطيع التركيز بنفس الكفاءة كما تعودت. 2- من الصعب علي أن أركز عقلي على أي شيء لمدة طويلة. 3- أجد نفسي غير قادر على التركيز على أي شيء.</p>	<p>التاسع عشر</p>
<p>0- لست أكثر إرهاقا أو إجهادا مما تعودت. 1- أصاب بالإرهاق أو الإجهاد عن عمل الكثير من الأشياء التي تعودت عليها. 2- يعوقني الإرهاق أو الإجهاد عن عمل الكثير من الأشياء التي تعودت عليها. 3- أنا مرهق ومجهد جدا بحيث أجد صعوبة لعمل معظم الأشياء التي اعتدت عليها.</p>	<p>العشرون</p>
<p>0- إن إهتمامي بالجنس عادي في هذه الأيام. 1- أنا أقل إهتماما بالجنس في هذه الأيام مما تعودت. 2- أنا أقل إهتماما بالجنس بدرجة كبيرة في هذه الأيام. 3- فقدت الإهتمام بالجنس تماما.</p>	<p>الواحد والعشرون</p>