

## الاغتراب النفسي وتوكيد الذات لدى المراهق المغترب

The effectiveness of the unifying behavior technique in developing in developing the level of self-assertion among a group of expatriate student

الشمراني فهد<sup>1</sup>

جامعة الجزائر 2 ابو القاسم سعد الله [fahad.alshamrani@univ-alger2.dz](mailto:fahad.alshamrani@univ-alger2.dz)

تاريخ الاستلام: 2022/11/22 تاريخ القبول: 2023/2/3 تاريخ النشر: 2023/6/10

## ملخص

يهدف البحث الذي بين أيدينا إلى الكشف عن واقع المراهق المغترب ومستويات الاغتراب النفسي وتوكيد الذات لديه، وضع الباحث الفرضيتان القائلتان بأن المراهق المغترب يعاني من الاغتراب النفسي، كما أنه يعاني من نقص في توكيد الذات.

استخدم الباحث المنهج العيادي بأسلوب دراسة الحالة وطبق كل من المقابلة العيادية ومقياسي الاغتراب النفسي وتوكيد الذات على مجموعة البحث المتكونة من خمسة مراهقين من الجنسين.

جاءت نتيجة البحث بأن أفراد مجموعة البحث كلهم يعانون من الاغتراب النفسي ومن درجات متدنية في توكيد الذات وهو ما يتوافق مع عدد هائل من الدراسات السابقة العربية والأجنبية تطرقت بالدراسة لهاتين المشكلتين لدى المغتربين وتوصلت لذات النتيجة.

الكلمات المفتاحية: الاغتراب - العلاج المعرفي السلوكي - توكيد الذات.

## Summary

The study purpose to research the reality of the teenager foreigner and the levels of psychological alienation and self-affirmation with him.

The researcher proposed that the foreigner teenager suffer from psychological alienation and has low degree of self-affirmation.

The researcher used a clinical method with case study among five foreigners teenagers boys and girls and application of a clinical interview added to psychological alienation and self-affirmation tools.

The results of this research reached that all the group study suffer from psychological alienation and self-affirmation, this result related a lot of past studies, Arabic and occidental which raised to same results.

**Key words:** Alienation- cognitive behavioral therapy- self assertion

موضوع الاغتراب النفسي من المواضيع التي شهدت عدة دراسات علمية لما له من أهمية وأثر في الميدان البحثي، هذا وقد أوضحت الدراسات السابقة في هذا المجال مدى أهميته بالنسبة، ليس فقط الجانب النفسي كظاهرة، ولكن أيضا ما تعلق بالمغتربين وتفاعلاتهم في محيط الغربية وما يترتب عنه من معاناة وضغوط نفسية واجتماعية واقتصادية وحتى علائقية وثقافية.

### إشكالية البحث

يشهد العالم اليوم تفشي العديد من الإضطرابات النفسية حيث أصبحت تحتل الصدارة في قائمة الأمراض، ولعل أهم ما نجده من أسباب لذلك هو الضغوط التي تشكل اليوم المظاهر الرئيسية التي تتصف بها مجتمعات اليوم وهذا نظراً للتغيرات السريعة والتعقيدات المتعددة التي طرأت على كافة نواحي الحياة، والتي تتطلب من الفرد التكيف المستمر مع هذه التقلبات.

ولما كانت المشكلات النفسية ظاهرة حتمية في حياة الإنسان عامة ولدى اليافعين خاصة، كونهم أحد شرائح المجتمع التي تواجه يوماً كثيراً من الضغوط الأكاديمية والأسرية والاجتماعية إضافة إلى ما تفرضه عليهم طبيعة المرحلة العمرية من مطالب وتحديات تجعلهم أكثر عرضة للإصابة بالمشكلات النفسية.

الاغتراب هو وعي الفرد بالصراع القائم بين ذاته وبين البيئة المحيطة به، والمحبطة له بصورة تتجسد في الشعور بعدم الانتماء والسخط والقلق، وما يصاحب ذلك من سلوك، أو الشعور بفقدان المعنى وأيضاً اللامبالاة ومركزية الذات والعزلة الاجتماعية وما يصاحب ذلك من أعراض اكلينيكية (حافظ، 1980).

يشكل مصطلح الذات مركز الاهتمام في مجمل نظريات الشخصية، وان الاهتمام بدراسته له تاريخ طويل إن التوكيد عبارة عن تصريح ذهني أو عملي لنفس الفرد وللعالم من حوله عن كيف يريد لحياته أن تكون، فالكلمات والأفكار أشياء فعالة، إن حياة الفرد كما هي في الوقت الحالي، عبارة عن شكل ومظهر مادي لكل أفكاره السلبي منها والايجابي ويعد التوكيد أداة فعالة في تخلص حياة الأفراد وعقولهم من السلبية، وفي شحذ الجهود لكي تشكل حياتهم بالطريقة التي يريدونها لأنفسهم (جيمس، 2001).

كما أنه أسلوب ينتهجه الأفراد ويتضمن قدرتهم عن التعبير عن انفعالاتهم وآرائهم ووجهة نظرهم حول ما يتعلق بذواتهم أو بالآخرين وذلك بصورة سوية وإيجابية تكون مقبولة من المجتمع، وهو قدرة الفرد على التعبير الملائم "لفظا وسلوكا" عن مشاعره وافكاره وآرائه تجاه الأشخاص والمواقف من حوله والمطالبة بحقوقه التي يستحقها دون ظلم أو عدوان" (خليل، 2006).

جاءت جملة من الدراسات تطرقت لموضوعات تتعلق أساسا بالمغتربين وما ارتبط بكل من مشكلتي الاغتراب النفسي وتوكيد الذات لدى المراهقين، منها دراسة "أوي" (1982) **Owie** بعنوان " الاغتراب الاجتماعي بين الطلبة الأجانب " والتي هدفت إلى التعرف عما يعانيه الطلبة الأجانب مقارنة بالطلبة الذين هم من نفس البلد الذين يدرسون فيه. عينة الدراسة تكونت من (26) طالبا من طلبة جامعة الولايات المتحدة من بينهم (02) طالبين ذكريين و(24) طالبة إناث وأسفرت نتائجها إلى أن الشعور بالاغتراب الاجتماعي كان واضحا بين صفوف الطلبة الأجانب مقارنة بزملانهم الذي ينتمون إلى نفس البلد. أما دراسة بشير امال (1989) بعنوان "الاغتراب وعلاقته بمفهوم الذات عند طلبة وطالبات الدراسات العليا بكلية التربية"، فقد هدفت إلى الكشف عن عامل الاغتراب وكذا العلاقة بينه وبين مفهوم الذات تألفت عينة الدراسة من (312) طالبا من اقسام الدراسات العليا بجامعة جمهورية مصر العربية النتائج كشفت عن وجود علاقة ارتباطية بين أبعاد الاغتراب ودرجة التباعد بين مفهوم الذات ومفهوم الذات المثالية.

ولأغراض الدراسة وضع الباحث تساؤلين يتمثل الأول في هل يعاني المراهق المغترب من الاغتراب النفسي؟

أما الثاني فهو هل يعاني المراهق المغترب من تدني درجة توكيد الذات؟ كما طرح فرضيتين اجرائيتين مفادهما أن المراهق المغترب يعاني من الاغتراب النفسي، وأنه يعاني من خفض درجات توكيد الذات.

### المفاهيم الإجرائية

الاغتراب النفسي ظاهرة متعددة الأبعاد لكنها تدور في نسق واحد وهو انفصال الفرد عن الأهل والأقارب والإحساس بالابتعاد عنهم وفقدان الانتماء، ويستدل عليه في بحثنا الحالي بالعلامة المتحصل عليها على مقياس الاغتراب لدى المراهقين الشباب لـآمال عبد السميع.

ويقصد بتوكيد الذات في بحثنا الحالي التقنية التي سيتم تطبيقها على مجموعة من الطلبة ويستدل على فاعليتها عن طريق مقياس السلوك التوكيدي للمراهقين والشباب. المراهق المغترب هو ذلك اليفاع الذي وصل إلى مرحلة المراهق وهو يعيش في الغربية الذي يشكل مجموعة البحث الميداني لهذه الدراسة.

### أهمية الدراسة

تكمّن أهمية الدراسة في محاولة فهم المشكلات النفسية التي يحتمل أن تكون لها علاقة بالاغتراب، وكذا الاهتمام بمشكلة الطلاب نظراً لما تشكله هذه الشريحة من أهمية في حياة أي مجتمع.

### أهداف الدراسة

الكشف عن المعاناة النفسية المرتبطة بالاغتراب عند الطلبة الأجانب، والكشف عن الأفكار الداعمة لها.

اختبار تقنية توكيد الذات وأثرها على تحسين مستوى تقدير الذات.

### الاغتراب النفسي

يمكن للمتطلع على مجال ما كتب في مجال الاغتراب النفسي في التراث الأدبي جملة هائلة من التعاريف، في مختلف المناظير والاتجاهات العلمية، وسنقدم فيما يلي جملة منها بدءاً مما يمكن قراءته في القواميس وكتب اللغة.

الاغتراب النفسي لغة هو لفظ في اللغة العربية ضمن عدة سياقات، فقد جاء في "مختار الصحاح للإمام أبو بكر عبد القادر الرازي" (1992) أنه: "لفظ له عدة اشتقاقات، فيقال تغرب واغترب، فهو غريب والجمع غرباء بمعنى البعيد والأبعد (الرازي، 1992).

ويقال أيضاً اغترب فلان إذا تزوج بعيداً عن أقاربه، والتغريب هو النفي عن البلد، ومنه الاغتراب، أي الهجرة إلى بلد آخر للعيش فيه.

وإذا تعمقنا أكثر في مشتقات هذا اللفظ نجد أيضاً لفظ "أغرب" بمعنى جاء بشيء غريب أو صار غريباً.

أما اصطلاحاً فقد عرفه بعض العلماء العرب من بينهم:

كما يعرفه "محمود رجب" بأنه الانفصال عن الآخرين، وأن هذا الانفصال لا يكون دون مشاعر نفسية كالخوف والقلق والتوتر التي قد تسببه أو تنتج عنه (محمود رجب، 1993).

من ناحية أخرى تقول "زينب شقير" (2005): أن الاغتراب شعور بالعزلة والضياع والوحدة، وعدم الانتماء، وفقدان الثقة، والإحساس بالقلق والعدوان، ورفض القيم والمعايير الاجتماعية، والاعتراب عن الحياة الأسرية، والمعاناة من الضغوط النفسية والاجتماعية وما يصاحب ذلك من أعراض إكلينيكية (شقير، 2005).

"نقرأ في التراث الأدبي أيضاً أن "هيجل" أول من استخدم هذا المفهوم ثم أصبح مألوفاً في الفلسفة الألمانية وقد ميز بين :

\* الاغتراب الإيجابي (المقبول) والذي أسماه بالتخارج وهو تمام المعرفة بذاتها إذ أن المعرفة المطلقة تتضمن الاغتراب.

\* الاغتراب السلبي (غير المقبول) هو تخارج لم يعرف بذاته إلا بوصفه حقيقة قائمة على امتلاك أبعاد العالم وادماج الوعي به.

"أما كارل ماركس" فقد استخدم مفهوم الاغتراب في كتاباته الدينية والسياسية وكان تركيزه في تحليلاته الاقتصادية على ما يتعلق بمجال تحليل العمل في انفصال العامل عن العمل والإنتاج.

"إريكسون" (1968) يقول: "الاغتراب هو تشتت الأنا الناتج عن عدم قدرة الفرد على صياغة وتطوير وجهة نظر متماسكة نحو العالم، أو تكوين موقف منه، ومقابل ذلك هو هوية الأنا التي تعني موقف الفرد الواضح تجاه العالم، وفهم واضح لدوره فيه" (البناء، 1999: 28).

يقول فرويد: "إن الاغتراب هو الاغتراب الأنا عن الهو أو اغتراب الشعور عن اللاشعور وهو سمة متأصلة في وجود الذات".

"أما "هورني" فهي تقول بأن : "الاغتراب يعبر عما يعانیه الفرد من انفصال عن ذاته ومشاعره الخاصة ومعتقداته وهو فقدان الإحساس بالوجود الفعال".

"أما بالنسبة لأستوكلز" فإن الاغتراب ينشأ من خبرات الرد التي مر بها مع نفسه ومع الآخرين ولا تتصف بالتواصل والرضا ويصاحبه كثير من الأعراض كالعزلة، والرفض، والانسحاب. "أما مارتين" فيصف الاغتراب بأنه الشعور بالنتفك والعزلة واللامبالاة وبأنه فقدان المعنى والعجز اللامعيارية.

كما يعرفه 'فروم' بأنه "خبرة يعيشها الإنسان ولا يجد نفسه كمرکز لعالمه وكمسيطر عليه" (يحياوي، 2011).

إذا استقرأنا هذه التعاريف فإننا نجدها تدور في نسق واحد:

- أن الاغتراب النفسي هو انفصال الفرد عن الآخرين .
- أن الاغتراب النفسي هو حالة نفسية يشعر فيها الفرد بالعزلة والوحدة .
- أن الاغتراب النفسي ينشأ عن خبرات الفرد التي مر بها بنفسه ومع الآخرين .

- أنواع الاغتراب:

## 1- الاغتراب النفسي:

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

ويعتبر الاغتراب النفسي مفهوماً عاماً وشاملاً يشير إلى الحالات التي تتعرض فيها وحدة الشخصية إلى التمزق أو الضعف، أو الانهيار، بتأثير العمليات الثقافية والاجتماعية التي تتم داخل المجتمع مؤثرةً بذلك على شخصية الفرد، وهذا يعني تشوه نمو الشخصية الإنسانية، حيث تفقد فيها الشخصية مقومات الإحساس المتكامل بالوجود والديمومة.

ويذكر (المغربي) أن الاغتراب النفسي هو الحصيلة النهائية للاغتراب في أي شكل من أشكاله، وأنه انتقال للصراع بين الذات والموضوع الأخر من الحياة الخارجية إلى الحياة الداخلية في النفس الإنسانية، فالاغتراب النفسي لا يفصل عن أي نوع آخر من الاغتراب لأن شخصية الإنسان وحدة متكاملة في جوانبها البيولوجية والنفسية والاجتماعية، كما هي وحدة من العالم الذي يعيش فيه الإنسان بكل أبعادها المختلفة، هذا فضلاً عن أن العالم بالنسبة للإنسان أمراً حيوياً وضرورياً لوجوده، ولأن قوى الإنسان وقدراته وإمكاناته لا تتفتح، ولا تنمو أو تتغير، إلا من خلال الشروط والظروف الموضوعية الموجودة في هذا العالم (زهرا، 2002).

## 2- الاغتراب الاجتماعي:

دخل مفهوم الاغتراب علم الاجتماع المعاصر عن طريق مجموعة من الرواد الذين لعبوا دوراً مميزاً في بلورة هذا المفهوم وأعطوه أهمية علمية، من بين هؤلاء الرواد (هيجل) حيث أشار إلى بعدين: سلب المعرفة وسلب الحرية، كما رأى أن الفرد الذي يعجز عن الاتحاد

بالجوهر الاجتماعي يقع في تجربة الاغتراب ، وكذلك الفرد الذي يتنازل عن نفسه ليحقق هذا الاتحاد، هو الآخر يتعرض لتجربة الاغتراب، فالاغتراب الاجتماعي يعني الانفصال عن المجتمع والشعور بالعزلة الاجتماعية ، والتخلي عن النظام المعياري والنسق القيمي للمجتمع والدخول في حالة من اللامعيارية، فالدور الاجتماعي يؤثر في مفهوم الذات، حيث تنمو صورة الذات من خلال التفاعل الاجتماعي، وذلك أثناء وضع الفرد في سلسلة من الأدوار الاجتماعية وتحركه في إطار البناء الاجتماعي الذي يعيش فيه.

وتذكر (شقير) أن الاغتراب الاجتماعي هو شعور بعدم التفاعل بين ذات الفرد وذات الآخرين ونقص المودة والألفة، وندرة التعاطف والمشاركة، وضعف أواصر المحبة والروابط الاجتماعية مع الآخرين. (شقير، 2005).

في هذا النوع من الاغتراب تتنوع صور التعبير عن الاغتراب الاجتماعي باختلاف الثقافات وتختلف من شخص لآخر في إطار الثقافات الواحدة، تبعاً لاختلاف المستوى الاقتصادي والاجتماعي والثقافي والسياسي، هذا ما يؤكد أن الاغتراب الاجتماعي هو الاغتراب عن المجتمع ومغايرة معاييرها والشعور بالعزلة والهامشية الاجتماعية والمعارضة والرفض والعجز عن ممارسة السلوك الاجتماعي العادي، وانقسام المجتمع إلى طبقات وفئات نتيجة لذلك.

### 3- الاغتراب السياسي

يقصد بالاغتراب السياسي شعور الفرد بالعجز إزاء المشاركة الايجابية في الانتخابات السياسية المعبرة بصدق عن رأي الجماهير، وكذلك الشعور بالعزلة عن المشاركة الحقيقية الفعالة في صنع القرارات المصيرية المتعلقة بمصالحه على اعتبار أن رأيه غير مسموح به، وغير مهتمين له، ولا يؤخذ فيه (كريمة، 2011).

كما انه يدل على عدم الفعالية السياسية التي تتجلى في التبدل أو اللامبالاة كاستجابة لعدم الوعي أو فقدان القدرة والقوة، والشعور بعدم الراحة أو المتعة كتعبير عن عدم الرضى وفقدان الثقة بالسلطة (seeman, 1967).

لذلك شكل مفهوم الاغتراب السياسي أداة أساسية لفهم وتفسير العديد من الأفعال التي ارتبطت بالممارسة السياسية، وأشار إلى الاتجاهات السلبية للحياة الاجتماعية بشكل عام والأنظمة السياسية بوجه خاص، ويعد الاغتراب السياسي أحد أشكال الاغتراب

الاجتماعي الذي تمثل في التباعد والتعاس عن أداء الدور، ليس لعدم القدرة على التأثير فعلاً، بل لتقييم الشخص لذاته، وللموقف السياسي.

ويشير "خليفة" عن الدوافع التي تقف وراء الاغتراب السياسي، موضحاً بأنها نفس الدوافع التي خلقت الإحساس بالاغتراب الاجتماعي، لأن المفاهيم السياسية المسيطرة على مجتمع ما هي إلا المفاهيم الاجتماعية، فإذا كان المؤثر الأول ذو دلالات سياسية تكمن في النظام السائد ومدى صلاحيته، فإنه يبعث إحساس بالانفصال الذي يتم بين الفرد والنظام، هنا تكمن أول دواعي التمرد والذي تكون الغلبة فيه للنظام، حيث لا يجد الفرد مهرباً من الاغتراب معلناً أن ذاته مغتربة (خليفة، 2002).

#### 4- الاغتراب الديني:

ورد مفهوم الاغتراب الديني في الأديان الثلاثة الكبرى المتمثلة في الإسلام والمسيحية واليهودية، وتلقني على معنى واحد للاغتراب المتمثل في: (انفصال الإنسان عن الله، وعن الطبيعة) مؤكداً بأن الاغتراب ظاهرة حتمية في الوجود الإنساني، فقد جاء الاغتراب في الإسلام على هذه الصورة التي يوضحها حديث الرسول الكريم (ص) حيث قال: "بدأ الإسلام غريباً وسيعود غريباً كما بدأ، فطوبى للغرباء"، قيل ومن الغرباء يا رسول الله؟ قال: الذين يصلحون إذا فسد الناس.

وقد أتى الإسلام بثلاث مستويات للاغتراب هي:

-المستوى أول : اغتراب المسلم بين الناس.

-المستوى ثاني : اغتراب المؤمن بين المؤمنين.

-المستوى ثالث: اغتراب العالم بين المؤمنين (الصنعاني، 2009).

إن انفصال الإنسان عن الله (جلّ جلاله) يحدث تغيراً شاملاً وانتقالاً محورياً من الحب إلى الكره، ومن الوحدة إلى التناحية، ومن الطمأنينة إلى الحيرة والقلق، ومن اليقين إلى الشك والمعاناة، ومن القرب إلى البعد والانفصال.

إن ما يميز الإنسان المعاصر هو الأزمة الروحية التي يعيشها، والتي يبحث فيها عن ذاته المفقودة في هذا العالم المعقد واللاإنساني الذي طغت عليه المظاهر المادية، كما أن إلغاء الآخر وانتشار التكفير وسفك الدماء والقتل على الهوية الدينية والمذهبية جعل

الإنسان المؤمن يعيش حالة من الاغتراب الروحي أفقدته المفهوم الأساسي للدين، ويؤكد ذلك ما تشير إليه مجريات الوقائع الحالية والتي تثبت ذلك.

## 5- الاغتراب الاقتصادي

يعد العمل والإنتاج الجوهر الأساسي للعملية الاقتصادية، والتي يتميز بها الإنسان عن الحيوان، يمكن فهم الاغتراب الاقتصادي في ضوء محاولات ماركس للربط بين الشعور بالاغتراب وظروف العمل، حيث يعد ماركس أول من اهتم بالعلاقة بين الاغتراب والنظام الاقتصادي، فقد اعتقد ماركس أن عملية التقدم الصناعي في المجتمعات الرأسمالية جعلت حياة البشر أكثر فساداً وليس لها معنى، ويعبر عن الشخص المغترب اقتصادياً بوضعه في مكان يعمل به من غير متعة أو إحساس وبأنه عنصر فعال مثله مثل الآلة التي لا تؤثر في قرارات بيئة العمل، ويمكن اعتبار الاغتراب الاقتصادي نتيجة حتمية للتطور التكنولوجي والحضاري، حيث أن الظروف والتحديات الاقتصادية في الوقت الحالي هي التي تبعث حالة الشعور بالاغتراب، وما يرتبط بتلك الظروف من قصور للإمكانيات، في الوقت الذي تتسع فيه دائرة التطلعات والحاجات تماشياً مع طبيعة التغيرات الحضارية، وذلك ما أدى إلى خلق حالة من التفاوت بين التطلعات والإمكانات المتاحة.

في حقيقة الأمر تُعد الظروف التي يعيشها العامل داخل المؤسسات ظروفاً مؤثرة على صحته النفسية والجسمية، كضعف العلاقات الاجتماعية بين العاملين والإدارة وبين العاملين أنفسهم وهي إحدى الصور التي تعكس حالة الاغتراب لدى العامل، فلانفصال عن زملاء العمل، وعدم الشعور بالانتماء، وعدم السيطرة على إيقاع العمل، وعدم وجود معنى وهدف حقيقي للعامل في العمل يؤثر على العملية الإنتاجية والتي تعتبر حالة من حالات الاغتراب الاقتصادي (اغتراب العامل عن عمله) (أبو عمرة، 2013).

## 6- الاغتراب التربوي:

تلعب المؤسسات التربوية دوراً بالغاً في تعميق ظاهرة الاغتراب، أو التقليل منها لدى الطلبة لما لهذه المؤسسات من دور في حاضر الطلبة ومستقبلهم، فهي تساعد على النمو والنضج النفسي والاجتماعي بالإضافة إلى دورها في إعداد الطلبة الشباب ودفعهم إلى ميادين الإنتاج والعطاء، وتلعب المؤسسات التعليمية دوراً بالغاً في تعميق ظاهرة

الاغتراب أو التقليل منها، فالمؤسسات التعليمية سواء المدرسية أم الجامعية لها الدور الأكبر في تنشئة الأفراد، حيث تعمل جنباً إلى جنب مع الأسرة. تذكر (عليجه) انه يوجد بعدان أساسيان في العملية التعليمية يمكن أن يعبروا بوضوح عن ظاهرة الاغتراب وهما:

- 1- البعد الأول: يتجسد في عملية الفصل الملازمة بين الإجراءات والأساليب المستعملة في التربية والتعليم وذات الطابع الاجتماعي المؤسستي والنظامي وغير العائلي.
- 2- البعد الثاني: يرتبط بعوامل الفصل الأخرى التي تضاعف أثارها لأعداد كبيرة للتلاميذ والتعقيدات الكثيرة الموجودة في المؤسسات التعليمية نفسها والإجراءات المصممة للتعليم. لذلك يعتبر خضوع الطالب إلى النظام التعليمي، وتغيير بعض الاتجاهات والمواقف والقواعد الرئيسية المتعلقة بسلوك الطالب الاجتماعي أمراً ينطوي على الاغتراب لأن الطالب يواجه انفصال عن أسرته وعن النشاطات الترفيهية غير الرسمية التي اعتاد عليها هناك، في المؤسسة التعليمية يطلب منه التخلي عن نظرتة الذاتية المتحيزة لنفسه والتي نشأت بسبب الرعاية الخاصة في أسرته، إذا أن الظروف التعليمية الجديدة تخضعه إلى ظواهر تنافسية وتقنية رسمية وغير شخصية تجري في قاعات التدريس (عليجه، 2011)، وتشير إلى أن الاغتراب التربوي يعني عدم قدرة المؤسسة التعليمية " طالب، أستاذ، إدارة، على التكيف مع معطيات التكامل المعرفي التي توفرها تكنولوجيا الاتصال التعليمي المتطور (فيديو - كمبيوتر - انترنت) حيث يعد التعليم بوصفه الحالي حارماً أبناءه من الثقافة العليا، في حين تكمن المهمة الأساسية للتعليم في رفع مستوى القدرة على استخدام التكنولوجيا المتوفرة فيه وتوظيفها لصالح المجتمع (علي، 2008).

### 3- الاغتراب المعلوماتي

هذا النوع من الاغتراب يعد أهم مميزات العصر الحالي الذي يسمى عصر الأتمتة والتكنولوجيا، ويتخذ الاغتراب المعلوماتي ثلاثة أوجه:

1/ حالة من عدم التكيف مع الثورة المعلوماتية نتيجة عدم إتقان وسائل تكنولوجيا المعلومات، مما يؤدي إلى شعور الفرد بالتخلف.

2/ الاستغراق الكامل للإنسان وذوبانه في عالم المعلومات بعيداً عن مظاهر الحياة الإنسانية الطبيعية، ويبدو ذلك بشكل واضح عند الشباب المنغمس في تقنيات الاتصالات.

3/ عدم قدرة الإنسان على متابعة أو ملاحقة التغيرات التي تحدث في أي ميدان من ميادين (الفارس، 2004).

ومن الملاحظ، أن التطور السريع والمتلاحق في العالم وعلى كافة الأصعدة وخاصة في المجال التكنولوجي، سبب بشكل كبير شعور عند الإنسان بأن الآلة تهدد الكثير من القيم الروحية للجنس البشري وعدم القدرة على متابعة هذا التطور السريع في جميع ميادين المعرفة قد يساعد على انتشار مظاهر الاغتراب كافة وخاصة الاغتراب المعلوماتي (علي، 2006).  
**أسباب الاغتراب النفسي:**

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

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

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

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

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

ويحدث الاغتراب النفسي بشكل خاص نتيجة التفاعل بين العوامل النفسية والعوامل الاجتماعية، لذلك يقدم الباحث أسباب الاغتراب بشيء من التفصيل والترتيب الاتي:

### **1\* الأسباب النفسية: تتمثل في:**

**- الصراع :** من أهم الصراعات التي تتضح في حالة الاغتراب هو: الصراع بين الدوافع والضوابط (الرغبات)، والصراع بين المعايير الاجتماعية والقيم الأخلاقية، والصراع بين الحاجات الشخصية والواقع، وصراع القيم، والأدوار الاجتماعية والمهنية، والصراع

التقافي بين الأجيال، والصراع على السلطة، إضافة الى صراع الأدوار وتعتبر هذه الصراعات من الأسباب التي تؤدي إلى التوتر الانفعالي والقلق واضطراب في الشخصية.

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

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

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

2-الأسباب الاجتماعية: ومن أهمها:

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

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

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

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

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

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

أبعاد ظاهرة الاغتراب:

### 1-العجز (قصور القوة)

العجز هو عدم قدرة الفرد على ضبط وتوجيه حياته، وتعبير صريح عن فقدان القدرة على تحقيق أهدافه، وهذا ما يجعل الفرد يتسم بحالة من الإحباط، بسبب نقص الفاعلية لدى الفرد وعدم القدرة على تفعيل الحياة والحضور الايجابي وألف عال في الحياة العامة.

وتشير (هورني) إلى أن الشعور بالعجز هو فقدان الفرد معنى وجوده، والقدرة على امتلاك إرادة الفعل والسيطرة والتوجيه، بذلك تنطفي سمة الطموح والتخطيط للمستقبل (horney,1975)، وتضيف (علي) بأن الأشخاص الذين يشعرون بالعجز تتسم تصرفاتهم بالتمرد، والثورة (علي، 2008).

## 2- اللامعنى (فقدان المعنى)

يقصد به نقص الإدراك والفهم لكل المعاني المرتبطة بأوجه الحياة، وإحساس الفرد بتوهان بوصلة حياته ووجوده، فعدم قدرة الفرد على فهم الأشياء وتفسيرها لدرجة تجعله غير قادر على إعطاء معنى حقيقي لسلوكياته، وعدم الاهتمام بالنتائج يفقده الرغبة في الإقدام على الحياة، ويسلبه إرادة الفعل وتضطرب لديه هوية وجوده (عبد السميع، 2007)، ويعبر (سيمان) عن فقدان المعنى بأن الفرد لن يستطيع أن يتنبأ بدرجة عالية من الكفاءة بالنتائج المستقبلية للسلوك، فالفرد يغترب عندما لا يكون واضحاً لديه ما يؤمن أو يثق فيه.

## 3 اللامعيارية: (الأنوميا)

لقد مثلت اللامعيارية فكرة محورية في نظرية (دوركايم) السوسيولوجية التي استخدمها كأداة لتحليل الانحراف والجريمة، وفهم السلوك الإنساني بوجه عام، ويمكن تقديم تعريف (سيمان) اللامعيارية هي: " الحالة التي يتوقع بها الفرد بدرجة كبيرة أن أشكال السلوك التي أصبحت مرفوضة اجتماعياً غدت مقبولة تجاه أية أهداف محددة، أي أن الأشياء لم يعد لها أية ضوابط معيارية، ما كان خطأً أصبح صواباً، والعكس صحيح، ذلك من منطلق إضفاء صبغة الشرعية على المصلحة الذاتية للفرد وحجبها على المعايير والقواعد وقوانين المجتمع" (خليفة، 2002). ويستخدم مصطلح اللامعيارية بعدة معانٍ منها:

- 1- التفكك الشخصي الذي يهدد التماسك الاجتماعي.
- 2- المواقف التي تشهد صراعاً بين المعايير وبين الجهود المبذولة للامتثال لها.
- 3- الموقف الاجتماعي الذي تتعدم فيه المعايير تماماً نتيجة لتغيرات اجتماعية وثقافية والتي تغلب التوقعات السلوكية العادية للفرد (الصنعاني، 2009)، ويحدد "معتوق" مفهوم اللامعيارية بأنه "حالة انهيار المعايير التي تنظم وتوجه السلوك، ومن ثم رفض الفرد للقيم والمعايير والقواعد السائدة في المجتمع، نظراً لعدم ثقته في المجتمع ومؤسساته (معتوق، 2008).

#### 4- العزلة الاجتماعية

يقصد بها انسحاب الفرد وانفصاله عن تيار الثقافة السائدة في مجتمعه، والشعور بالوحدة، والفراغ النفسي حتى ولو كان مع الآخرين، مع سعيه للابتعاد عن الآخرين (زهران، 2002).

يستخدم هذا المصطلح عند الحديث عن الاغتراب في وصف وتحليل دور المفكر والمتفكر الذي يغلب عليه الشعور بالتجرد، وعدم الاندماج النفسي والفكري بالمعايير الشعبية في المجتمع، فالأفراد الذين يميلون إلى العزلة، لا يرون قيمة كبيرة للكثير من الأهداف والمفاهيم التي ينميها المجتمع.

أما "سيمان" فهو يشير على أن العزلة الاجتماعية هي الحالة التي يعطي فيها الفرد قيمة منخفضة لأهداف ومعتقدات يعطيها المجتمع قيمة مرتفعة، فيشعر الفرد بالانفصال عن معايير مجتمعه وثقافته ويتبنى مفاهيم مختلفة، مما يجعله غير قادر على مسايرة الأوضاع. وتؤكد "هدهود" أن العزلة الاجتماعية من أهم مظاهر الاغتراب التي تأخذ معناها في اتجاهين أساسيين الأول: يأخذ شكل توحيد ضعيف وهو ما يعبر عن الاغتراب على المستوى الاجتماعي.

أما الثاني: يرتبط بمستوى العلاقات البين- شخصية، أي نوعية العلاقات بين الأشخاص التي تحدد الشعور بالانتماء والحاجة إلى التواصل (هدهود، 2012).

#### 5- التمرد

هو شعور الفرد بالبعد عن الواقع، ومحاولته الخروج عن المألوف والشائع، وعدم الانصياع للعادات والتقاليد السائدة، والرفض والكرهية، والعداء لكل ما يحيط بالفرد من قيم ومعايير وقد يكون التمرد على النفس أو على المجتمع بما يحتويه من أنظمة ومؤسسات وقضايا أخرى، وتذكر (سرى) أن التمرد هو الانفصال والابتعاد وعدم التقبل لمعايير المجتمع القمية والحضارية والتاريخية والاجتماعية في شكل نزعة تدميرية تتجه إلى خارج الذات في شكل يتصف بالعنف والعدوانية ضد المجتمع ومعطياته الحضارية، أو تتجه على داخل الذات في شكل عزلة ونكوص وعدوان داخلي موجه إلى الذات (الصيادي، 2012).

#### 6- التشيؤ

أصل التشيؤ مقولة فلسفية تعني: إن الإنسان يعامل كشيء منزوع صفات الإنسانية عنه.

ويعد "روسو" من الباحثين الذين تناولوا مفهوم التشيؤ وذلك من خلال تعريفه للاغتراب حيث قال: (الاغتراب هو التسليم أو البيع، فالإنسان الذي يجعل نفسه عبداً لآخر، إنسان لا يسلم نفسه وإنما هو يبيع نفسه من أجل بقاءه، وهي إشارة سلبية للاغتراب أو نظرة إنسان إلى ذاته كأنه شيء أو سلعة للبيع).

## 7-اللاهدف

إن جوهر الوجود الذاتي للإنسان يكمن في وجود هدف لحياته، يسعى لتحقيقه، ويعتبر وجود هدف واضح ومحدد للحياة من الجوانب الايجابية في حياة الفرد، بحيث يحقق له التواصل مع الواقع والآخرين، ويؤكد "نيتشه" ذلك بأن من لديه سبباً لأن يعيش، غالباً ما يرتقي كيفما يشاء، والمقصود باللاهدف شعور الفرد بالافتقار إلى وجود هدف واضح ومحدد لحياته، وليست لديه أية طموحات مستقبلية، وإنما يعيش اللحظة الراهنة فقط، ويترتب على ذلك اضطراب في سلوك الفرد وأسلوب حياته، والتخبط (الحويج، 2007). وبالعودة إلى بعض المفكرين والباحثين نجد أن هناك ارتباط وثيق بين اللاهدف واللامعنى إلى درجة أصبح فيها عدم التمييز واضحاً لكون الأول يتضمن الثاني وكون الثاني هو نتاج الأول.

## 8-الاغتراب عن الذات

غربة الذات هي إدراك الفرد بأنه أصبح مغترباً عن ذاته وناشراً منها، وهي حالة فقد الاتصال بين الذات الواعية للفرد، والذات الحقيقية، ويتجلى ذلك في صورة السلوك اللاواعي والشعور بالفراغ والفقر والملل، وتشير (هورني) إلى اغتراب الذات باعتبارها وصفاً يتضمن قمع الفردية والعفوية لدى الفرد، فإذا ما أوقفت الشخصية نموها الطبيعي وصفت بأنها حالة من حالات الاغتراب عن الذات.

شعور الفرد بأنه لا ينتسب لجماعته الأساسية ولا يعرف (طه) الانتماء بأنه: " انتساب الفرد إلى جماعة معينة له ما لأفرادها من حقوق ومن واجبات " ( زهران ،2002)، ويعبر الانتماء عن شعور بالحب المتبادل والقبول، والتقبل والارتباط الوثيق بالجماعة، وهو إشباع لحاجة الإنسان بالارتباط بالآخرين وتوحيده معهم، ليحظى بالقبول ويشعر بأنه فرد يستحوذ على مكانة متميزة في الوسط الاجتماعي، ويتمثل أوجه الانتماء في ارتباط الفرد بوطنه الذي يحيا فيه ، وبمن يقيمون فيه: أسرته، أصدقائه، جيرانه، والذين

يمثلون مجتمعه، ومن مظاهر الانتماء تبني مجموعة الأفكار والقيم التي تميز هذا المجتمع عن غيره من المجتمعات ( كريمة ، 2011).

أن الانتماء مهم جداً ولاسيما في مرحلة الشباب، لكن هناك عدة عوامل تؤثر سلباً عليه، وتحوله إلى عدم انتماء، وعدم الانتماء هو شعور الفرد بأنه لا ينتسب لجماعته الأساسية ولا يرضى عنها ولا يشعر بالفخر بها، وهو رافض للقيم السائدة وللتقافة الخاصة بمجتمعه مع شعور عام بالغرابة والعجز وعدم الانتماء.

يرضى عنها ولا يشعر بالفخر بها، وهو رافض للقيم السائدة وللتقافة الخاصة بمجتمعه مع شعور عام بالغرابة والعجز وعدم الانتماء.

يلاحظ مما سبق أن الاغتراب مصطلح يشابه إلى حد كبير معنى عدم الانتماء، ويتمثل الاغتراب في شعور الفرد بالاستياء والتدمير والشعور بالعزلة، وقد تصل العزلة إلى انقسام الفرد عن ذاته وفقدان مغزى الحياة، وفقدان الشعور بالروابط بين كل من الأشياء والأفراد والشعور بالعداء نحوها وعلى هذا فان الاغتراب يعد نقيض الانتماء، لذلك تلعب المؤسسات التربوية والتعليمية، دوراً رئيساً في تعزيز وتنمية مشاعر الانتماء لدى الطلاب. في ضوء هذه النظريات والتوجيهات النفسية نخلص إلى أن الاغتراب كموضوع بدأ في الأصل فلسفي أ. وكانت الكتابة عنه تأملية بحثه.

ثم تناوله علماء النفس وعلماء الاجتماع. وان علماء النفس انفردوا بإخضاعه للقياس النفسي، وانهم استطاعوا تحديد أهم أبعاده وأبرز مظاهره من خلال دراسات ميدانية، وتجريبية أيضاً.

ويتفق علماء النفس على أن الاغتراب ظاهرة إنسانية، بمعنى انه حالة نفسية وسلوكية يعيشها من يقع فيها. وان هذه الحالة متعددة الأبعاد يمكن إجمالها بالآتي:

(العزلة الاجتماعية - التشيؤ - اللامعيارية - العجز - اللامعنى - التمرد - اللا هدف - اغتراب الذات - فقدان الثقة - أزمة الهوية).

ويتفق علماء النفس على أن الفرد حين يلوذ بذاته ويتمركز عليها، على حساب تفاعله مع الواقع واستجابته الفعالة لحركة الحياة، وانتمائته الإيجابي للحياة، فإن حياته النفسية تختل وتظهر عليه الأعراض المصاحبة للاغتراب من عزلة موحشة واكتئاب وقلق وتسلط وتشيؤ وعدوان وهذا يعني أن للاغتراب أضراراً تشمل كل من الفرد والمجتمع،

فالفرد قد يعاني من الإحساس بالعجز وفقدان القدرة على توجيه ما يقوم به من نشاط على وفق تخطيطه، يصاب نتيجة لذلك بالإحباط وبفقدان الاهتمام بالأمور الحياتية وفقدان الهدف أو المعنى من سلوكه، فضلاً عن إحساسه بعدم جدوى الأخلاق، فيضطر إلى أن يسلك سلوكاً يخرج عن المبادئ الخلقية، الأكثر من ذلك أن الفرد الذي يحس بأن ذاته أصبحت غريبة عليه قد يحقد عليها، وقد يرتكب بعض السلوكيات التي تتنافى مع ما يؤمن به من قيم وأفكار (صالح، 1990).

### التغلب على الاغتراب:

إن الإنسان السوي في نظر فروم هو الذي يستطيع أن يكون ذاتاً أصيلة. والشخص المغترب في نظره هو شخص مريض من الناحية الإنسانية، لأنه يعامل ذاته كشيء أو كسلعة، ويفقد الشعور ويمكن القول مع جون شار بان موقف الإنسان المغترب عند فروم، الأصيل بذاته يتلخص في هذه المعادلة الآتية: " إلى الحد الذي يكون فيه المرء إنساناً فإنه يعاني من العصاب الحادة وإلى الدرجة التي يكون فيها الإنسان مغترباً، فإنه يستمتع بسعادة مخدر الامتثال والنظر إلى الاغتراب كظاهرة سلبية، يفترض ضرورة قهر هذا الاغتراب، لذلك نستخلص من آراء وأفكار فروم المتناثرة أهم الأسس والمبادئ التي يمكن من خلالها قهر وتحديدتها فيما يلي:-

- الوعي بالاغتراب والقدرة على تحمل العزلة.

- بزوغ الأمل.

- بعث الإيمان ومناهضة الصنمية.

- الارتباط التلقائي بالعالم.

- تشييد المجتمع السوي.

### 1- الوعي بالاغتراب، والقدرة على تحمل العزلة:

يتناول فروم جزءاً كبيراً من قضية الاغتراب من خلال مفهومة عن اللا شعور، وبصفة خاصة اغتراب الإنسان عن ذاته الذي يتضح من خلال فكرة الامتثال، ولاشك " فإنه يقصد انه يقول بان الوعي بالاغتراب يؤدي إلى التغلب عليه (Schaar, 1961).

والوعي الذي يقصده " لا يعني شيئاً غير عملية الإيقاظ، من أجل فتح العينين ورؤية ما يكون أمام الإنسان، فالوعي يعني طرح الأوهام لذلك فالدرجة التي يكتمل فيها هذا الوعي تكون عملية التحرر " (Fromm, 1970).

إن الوعي بالواقع الموجود، وباستمرارية تقدمه يساعد على التغيير والإنسان لا يمكن أن يعي اغترابه إلا إذا انفصل عن الحشد، وتخلص من كل الروابط التي من شأنها أن تفقده الوعي بذاته. والحق أن مفهوم العزلة من المفاهيم الغامضة لدى فروم إذ انه يُقر بان الإحساس بالعزلة هو شيء لا يطاق (فروم، ايريك، ترجمة: مجاهد، 1972). ويقصد العزلة السلبية، أي التي تفصل الإنسان عن جذوره، دون أن تصله بأي شيء. أما العزلة الإيجابية فهي العزلة التي تساعد على تقوية النفس، وتؤكد على فرادتها، واستقلالها.

وهي ليست عزلة مطلقة، بل هي نسبية إذ أن العزلة التامة أو المطلقة تبدو شبه مستحيلة، فالفرد قد يكون معزولاً عن القيم السائدة في مجتمعه، لكنه قد يرتبط بأفكار وقيم أخرى تعطيه شعوراً بالتواصل وبأنه ينتمي إلى شيء ما، إن العزلة التامة كما يقول فروم " قد تفضي إلى الموت، لذلك فالإنسان سواء أكان سجيناً، أو متمرداً أو متصوفاً، أو منبوذاً لابد أن يجد له رفيقاً لقدرة على حد تعبير (بلزاك) في روايته معاناة الجوع (فروم، ايريك، ترجمة: مجاهد، 1972).

### -بزوغ الأمل:

الأمل كما يقول فروم " يعني أن تكون مستعداً في كل لحظة لذلك، الذي لم يولد بعد، ولا يوجد أي معنى في أن تأمل فيما هو موجود من ذي قبل أو فيما لا يمكن أن يوجد. إن هؤلاء من ضعاف الأمل إما أن يستقروا في الراحة، أو في العنف، أما هؤلاء الذين يكون أملهم قوياً، فإنهم يرون ويهتمون بكل دلائل الحياة الجديدة، ويساهمون في كل لحظة في ميلاد ذلك الذي يكون مهياً للميلاد (Fromm, 1970).

ويرفض فروم الاعتقاد الخاطيء بأن الأمل هو امتلاك الرغبات والأمنيات إذ أن الرغبات قد تتضمن الرغبة في الأشياء اللامادية، ولهذا يصبح الإنسان مستهلكاً سلبيّاً وليس أملاً، كما يرى أن الأمل هو ليس هو الانتظار السلبي أو الرجاء الزمني، فهنا يكون الزمن والمستقبل هما الدعاة الأساسية لهذا النوع من الأمل الزائف وهنا نجد نوعاً اخر من

الصنمية، صنمية المستقبل، والتاريخ، والأجيال. إننا بحاجة إلى الأمل إلى ذلك الذي يكون مهياً للميلاد، من أجل أن نخرج من حالة النشوء، ومن أجل أن نقهر اغترابنا، ونعثر على هويتنا الضائعة بين الأشياء.

### -بعث الإيمان ومناهضة الصنمية:

يبين فروم أن النظام الإنساني الحديث حتى يومنا لم يشبع سوى حاجات الإنسان المادية، أي تلك التي تضمن له بقاءه الجسدي، أما تلك الملكات والحاجات الإنسانية كالحب، والود، والعقل، والسعادة، والإيمان، فإنها لم تشبع بدرجة، ومع النمو المتزايد للعلوم الحديثة، أخذ تأثير الدين بشكله التقليدي يقل، وليحل محله العالم الجديد، ولذلك يمكن أن يعود جزء كبير من الاغتراب كإحدى المشاكل الإنسانية التي تواجه الإنسان في المجتمع الحديث إلى نقص الجانب الروحي الذي يتحدث عنه فروم، لأن الإنسان الحديث الذي توهم أنه قد تحرر من القيود الدينية، قد سقط في العبادة الصنمية بصورها الحديثة ولذلك فهو بحاجة إلى بعث الإيمان، مثلما هو بحاجة إلى بزوغ الأمل.

ويفرق فروم بين نوعين من الإيمان: إيمان عقلي، يقول عنه فروم: أن هذا الإيمان تتأصل جذوره في تجربة الإنسان، وفي ثقته بقدرته على التفكير، وفي الملاحظة، والقدرة على إصدار الحكم، إنه الإيمان الذي يتأصل في العقيدة المستقلة التي تقوم على الملاحظة وعلى التفكير المنتج للإنسان ويقوم أيضاً على التحرر الكامل من الخضوع لأية معبودا، إنه يقوم على الثقة بأنفسنا وعلى القدرة على الإحساس بالهوية (Fromm, 1967).

والإيمان الآخر هو الإيمان اللا عقلي وهو لا يستند إلى العقل " أنا " بطريقة شرعية في قبول أمر من الأمور، وإنما هو يُسلم به لأي سلطة تقول به، أو أي أكثرية تؤمن به أنه كما يقول فروم: "هو خضوع لشيء ما يقبل كما هو وكأنه حقيقي بصرف النظر عما إذا كان ذلك أم لا، والعنصر الجوهرى لكل إيمان لا عقلي هو طابعه السلبي، وقد يكون موضوعه صنماً، أو زعيماً، أو إيديولوجية (Fromm, 1970).

أننا بحاجة إلى بعث الإيمان العقلي، الذي يقوم على حرية الإنسان ويؤكد كرامته ويساعده على مناهضة الصنمية في كافة صورها. وإذا كان الإنسان المغترب هو بالضرورة متعبد صنمي، لذا فإن قهر الاغتراب لن يتم إلا بالقضاء على الصنمية، بل

أن النوع البشري يمكن أن يتحرر روحياً عن طريق نفي الصنمية، وكذلك عن طريق الإيمان الشامل غير المغترب (Fromm, 1969).

### -الارتباط التلقائي بالعالم والآخرين:

أن قهر الاغتراب لن يتم إلا بتحقيق الحرية الإيجابية التي تفترض مسبقاً النشاط التلقائي، أو كما يقول فروم: " الحرية الإيجابية تقوم في النشاط التلقائي للشخصية المتكاملة." ويرى فروم أن النشاط التلقائي يتميز بأنه نشاط ليس اضطراري أ، او يقوم به شخص هروباً من عزلته وعجزه، وليس هو نشاط الإنسان الآلي الذي يمارس عمله بلا وعي أو تفكير، أن " النشاط التلقائي هو نشاط حُر للنفس ويتضمن - من الناحية السيكلوجية - ما يعنيه الجذر اللاتيني حرفياً عن الإرادة الحرة للإنسان " (فروم، ايريك، ترجمة: مجاهد، 1972).

### توكيد الذات

إن توكيد الذات عبارة عن تصريح ذهني أو عملي لذات الشخص ولعالمه من حوله، فهو عبارة عن شكل ومظهر مادي لكل أفكار الفرد السلبية منها والايجابية، فهو أداة فعالة في تخليص العقل من السلبية وشحن الجهود بغية تشكيل حياة الفرد بالطريقة التي يريدها لنفسه.

فهو قدرة الفرد على السلوك الإيجابي بصوره المختلفة سواء في المشاعر والأفكار أو في التصرفات، كما أنه يمكن للفرد الحصول على حقوقه وتحقيق أهدافه.

ويمكن القول بأن الأسس العلمية للسلوك التوكيدي ظهرت على يد (سالتر) بالسلوك الاستثنائي والسلوك الانكفافي، من خلال تطبيقه مبادئ الإشرط الكلاسيكي (بافلوف)، ثم جاء (لازاروس) وفسر مكونات السلوك التوكيدي واستجاباته، ثم جاء (ولبي) وغيره، ليصبح مفهوم توكيد الذات أكثر شمولاً، فبعد أن كان مقصوراً على قدرة الفرد على التعبير عن المعارضة من خلال الغضب، والاستياء، والامتعاض تجاه فرد آخر أو موقف ما من المواقف الاجتماعية، أصبح يشمل كل السلوكيات (التعبيرات) المقبولة اجتماعياً والتي يفصح الفرد خلالها بحيث أصبح يشير إلى قدرة يمكن تطويرها وتدريبها، وتتمثل في: التعبير عن النفس، والدفاع عن الحقوق الشخصية عندما تنتهك دون وجه حق، وأشارا إلى أن هدف العلاج النفسي يجب أن يوجه نحو تدريب الفرد الذي يعاني المرض

النفسي أو العقلي ليتطور بإمكاناته ويعبر عن التوكيدية والثقة بالنفس في المواقف التي كان يعجز فيها عن ذلك. وأشار إبراهيم (1994) إلى أن توكيد الذات يتضمن استجابات متنوعة هي: (التعبير عن الذات، واحترام حقوق الآخرين، والاستجابات المؤكدة التي ترتبط بمواقف محددة)، والتي تعد من جوانب الشخصية التي ترتبط بالنجاح أو الفشل في العلاقات الاجتماعية.

وقام جامبرلي ورتيش بتقسيم السلوك التوكيدي إلى الفئات الآتية: استهلال العلاقات البين شخصية، والاستجابة للنقد، وللتكليف دون حرج، والتمسك بوجهات النظر، والانخراط في حديث سار، ومدح الآخرين، ومواجهة المواقف الاجتماعية المزعجة، والتسليم بالعيوب الشخصية.

ولذلك يعتبر أحد جوانب شخصية الفرد التي تبين ارتباطها بالنجاح أو الفشل في العلاقات الاجتماعية، وهذا يتضمن التعبير عن الذات، والدفاع عن الحقوق الشخصية عندما تنتهك.

بينما عرف الباحث توكيد الذات على أنه تعبير الفرد عن أفكاره ومشاعره واعتقاداته بطريقة مباشرة وصادقة، حيث يدافع عن حقوقه الإنسانية دون التعدي على حقوق الآخرين. وتميز التوكيدية بشكل واضح بين مفهوم العدوان من خلال استراتيجية الاتصال، فالأفراد العدوانيون لا يحترمون الحدود والحقوق الشخصية للآخرين ومفهوم السلبية فهم عرضة للإيذاء من قبل الآخرين بينما يحاول الآخرون التأثير فيهم، أما الأفراد السليبيون فلا يدافعون عن حقوقهم الشخصية، فهم يسمحون للأفراد العدوانيين بالإساءة لهم، أو التحايل عليهم من خلال الخوف، كما ان الأفراد المؤكدين لذواتهم يكونون راغبين في الدفاع عن أنفسهم. يرتبط توكيد الذات بتقدير الذات، ويعد من مهارات الاتصال المهمة، وأن هناك فرقاً رئيساً بين توكيد الذات والعدوانية في كيفية التواصل، وكيفية التعامل مع الحدود الشخصية الخاصة (Passivity) والسلبية بالفرد وبالآخرين، وهذه الفروق هي:

- الأفراد الذين يتواصلون بطريقة سلبية لا يحترمون الحدود الشخصية الخاصة بهم، ويسمحون للآخرين بالإساءة لهم والتلاعب بهم، فهؤلاء الأفراد يقعون تحت خطر التعرض للإساءة، ولا يمكن أن يؤثر في الآخرين.

• الأفراد العدوانيون لا يحترمون الحدود الشخصية للآخرين، ويعتمدون إيذاء الآخرين، ويحاولون التأثير فيهم، وغالباً ما ينتج عن ذلك علاقات متوترة، وتزداد خبرات الأذى، والغضب، والإذلال.

• الأفراد المؤكدون لذواتهم لديهم علاقات قوية وجيدة مع الآخرين، ويعبرون عن شعورهم الداخلي، ويؤثرون في الآخرين بطريقة تحترم حدودهم الشخصية.

وأشار فرحان (2011) إلى أن توكيد الذات له علاقة مباشرة بالثقة بالنفس وتقدير الذات لأنها كلها قوى يملكها الفرد، حيث إن تقدير الذات هو العلاقة مع الذات، في حين أن الثقة بالنفس هي العلاقة مع المحيط، وهي القدرة على تسخير المحيط والتحكم به، وتظهر من خلال القدرة على الإنجاز، وهو الدرع والجهاز الذي يحمي الفرد ويمنحه القوة الشخصية. ان السلوك التوكيدي سلوك يتكون من أربع وفسرها لازروس هي: (قدرة الفرد على قول لا، وقدرته على فعل المتطلبات، وقدرته على التعبير عن المشاعر الموجبة والسالبة، وقدرته على بدء المحادثات واستمرارها وإنهائها) (أبو حماد، 2014: 124). ويتمتع الأفراد الأكثر توكيدية بمراكز ضبط داخلية أكثر من الأفراد الأقل توكيدية، كما أنهم يعانون بدرجة أقل من المشكلات الصحية والمرض، وكذلك فإن الأفراد الذين يمتلكون مستوى عالياً من الكفاءة الذاتية يستجيبون بشكل توكيدي أكثر عند تفاعلهم مع الآخرين علماً أن الافتقار إلى التوكيدية أو ضعفها يؤدي إلى إضعاف العلاقات الاجتماعية والعزلة، والتي بدورها قد تؤدي إلى مشكلات مثل: (الانسحاب، وصعوبة، العلاقات الشخصية، والاكتئاب).

وهناك علاقة إيجابية بين الثقة بالنفس والتوكيدية، فعندما يكتسب الفرد الثقة بالنفس يتشكل لديه مصدر داخلي إيجابي للمشاعر والأفكار نحو الذات والآخرين، أما إذا كانت ثقة الفرد بنفسه منخفضة فإنه سيحاصر بالمشاعر والأفكار السلبية نحو الذات والآخرين، وهذا يؤدي بدوره إلى تبني سلوكيات غير مؤكدة للذات كما أن هناك علاقة إيجابية بين التوكيدية من جهة والدعم الاجتماعي المدرك، وعدد أصدقاء الفرد من جهة أخرى.

وقد أشار الحلاق (2007) إلى أنه بالإمكان معرفة ملامح شخصيات الأفراد الثلاث:

الفرد المؤكد لذاته، والفرد العدوانى، والفرد السلبي، من خلال ما يأتي:

السلوك اللفظي، والسلوك غير اللفظي، والأفكار والحوارات الداخلية، وتقييم الذات، وتقييم الآخرين، وتقييم الموقف. كما يمكننا المقارنة بين ملامح الأفراد المؤكدين لذواتهم، والسلبيين، والعدوانيين.

ومن ناحية أخرى ميز سالتر بين شخصيتين هما الشخصية المستتارة التي تتسم بالتلقائية والايجابية، والشخصية المكفوفة التي تتسم بالانسحاب والقلق والتقييد بالعادات والتقاليد الإجتماعية (إبراهيم، 1994:25)

ورغم ان سالتر يرى ان الكف والاستتارة عمليتان متوازيتان لهما علاقة بالنشاط العصبي، وان مفهوم توكيد الذات مرادف لمفهوم الاستتارة، إلا أن وولب أول من اقترح مفهوم الاستجابة التوكيدية، كأحد الاستجابات المستخدمة ضد استجابة القلق ويشمل مفهوم توكيد الذات قدرة الفرد على التعبير عن استيائه وامتعاضه والدفاع عن حقوقه والتعبير عن مشاعره، من ذلك التعبير عن الضيق والسخط، أو الاحترام والتقدير، أو الرفض بأدب (غريب، 1995) ويرى وولب أن هناك أساليب لعلاج الكف بالنقيض منها الاستجابات التوكيدية أو الصريحة الواثقة، وهي تشبه استجابة الاستتارة عند سالتر ولكن الاستجابات التوكيدية هي أكثر تحديداً وشمولاً، ويستخدمها في حالة المشكلات الناتجة عن القلق الذي يسببه التفاعل المباشر مع الآخرين (باترسون، 1992).

ويرى علماء المدرسة السلوكية أن توكيد الذات سلوك متعلم يمكن اكتسابه عن طريق البيئة، كما يرى علماء النظرية العقلانية الانفعالية ان الأفكار غير العقلانية هي سبب انخفاض توكيد الذات ويرى علماء المدرسة السلوكية ان توكيد الذات سلوم متعلم يمكن اكتسابه عن طريق البيئة ، كما يرى علماء النظرية العقلانية الانفعالية ان الأفكار غير العقلانية هي سبب انخفاض توكيد الذات، ويمكن رفعه عن طريق استبدال هذه الأفكار بأفكار عقلانية، بينما يرى علماء التعليم الإجتماعي ان وجود نماذج غير مؤكدة لذاتها في بيئة الطفل تساعد على اكتساب السلوك غير المؤكد ، وبالمقابل يمكن تعليم الطفل السلوك التوكيدي بتوفير نماذج لشخصيات تتسم بتوكيد الذات (المنيزل، 2017).

## المراهق المغترب

المراهقة مرحلة انتقالية بمثابة جسر معلق بين الطفولة وسن الرشد، وهي مرحلة يتم خلالها عدة تطورات سواء على المستوى الجسدي والهرموني أو على الجانب النفسي الوجداني والعقلي.

فالمراهق وهو يعبر هذه المرحلة التي تنطلق بعد البلوغ الذي تنشط فيه الهرمونات الجنسية ويتسم بالوجدان الهش، تعرف تذبذبات عديدة سواء في التعامل مع المحيط أو في اتخاذ القرارات، وهو الأمر الذي نجد فيه الفرد في صراعات توافقية بينه وبين ذاته من جهة وأيضاً بينه وبين البيئة التي يعيش فيها وما تتضمن من أفراد ووضعيات وأيضاً آليات تعامل، في البيت والمحيط التربوي والترفيهي والمحيط العام.

نجد هذه العناصر في المحيط العادي الذي ينشأ ويتعرع فيه اليافع، فماذا عن محيط الغربة التي يضطر أن ينتقل إليه مع أسرته سواء لأسباب مهنية أو هجرة لجوء أو حتى لأسباب تتعلق بالتنقل المضطر للعيش في الغربة لمدة مستديمة.

يحتاج المراهق في هذا المحيط الغريب عنه لأن يتعرف على هذا المحيط الجديد ويحدد معالمه حتى يتسنى له التكيف معه وإلا وجد نفسه غريباً غربة الديار وغربة التعامل وكذا غربة التأقلم.

هذه العوامل إذا اجتمعت تبث في نفس المراهق الإحساس بالغربة النفسية وهو ما يدعو إلى فقدان الثقة بالنفس ومنه مشاكل في تحقيق أهدافه وتوكيد ذاته.

فلا بد إذن من تحضيره قبل السفر إلى هذا البلد وتهيئة جوا من لأمن النفسي من طرف أفراد عائلته وأهله حتى يتمكن من التوغل في هذا الفضاء الجديد بثقة وأمان.

هذا وإنه من الضروري بمكان أن ندرك طبيعة فترة المراهقة وما يتخللها من تطورات وتمحور وما يتبع ذلك من تصورات ووجدان وتصرفات (تلقائية) لعلها تذهب به إلى عدم التكيف أو الذوبان في المحيط الجديد، اذي قد يختلف تماما عن محيطه الأصل ثقافة وعادات وتصرفات وعقيدة.

## الجانب الميداني

قصد التحقق من الفرضيات الموضوعية للدراسة يتطلب من الباحث الإقدام على دراسة ميدانية تطبيقية وفق منهج وخطوات وأدوات إجرائية تفي بالغرض المبتغى ألا وهو النظر في الواقع وحقائقه.

لهذه الأسباب قام الباحث بهذه الدراسة الميدانية توجه من خلالها إلى استخدام أسلوب الاستطلاع حتى يتسنى له إيجاد المادة الخام التي بها يصل إلى مبتغاه الذي يحاول من خلاله التأكد من الطرح الذي قدمه في الإشكالية ومنه التحقق من الفرضيات الموضوعية للدراسة.

## المنهج المتبع

استخدم الباحث في هذه الدراسة المنهج العيادي بأسلوب دراسة الحالة، وهو الأسلوب الذي يتطلب الدقة الحقيقية في جمع المعلومات وتحليل محتواها كي يصل إلى استنتاجات بعد مناقشة نتائجها.

ولما كان الأمر متعلق بالمراهق المغترب، حيث أن الموضوع الأساسي فيه هو البحث في واقع الاغتراب النفسي وتوكيد الذات لدى هذه الشريحة من أفراد المجتمع المغترب، فإن المنهج العيادي بأسلوب دراسة الحالة هو الأقرب للوصول إلى النتائج المرجوة.

## مجموعة البحث

بما أن الباحث اختار المنهج العيادي بأسلوب دراسة الحالة فإن الأفراد الذي يتقرب منهم يشكلون مجموعة البحث وهم مراهقين في دار الغربية، ومن أجل هذه الدراسة تقرب من خمسة أفراد مراهقين يدرسون بالمدرسة السعودية بالجزائر العاصمة، حيث تتراوح أعمارهم بين (15.) سنة و(17) سنة من الجنسين، اختارهم بطريقة قصدية حيث أنهم كلهم مراهقين مغتربين.

الجدول التالي يبين خصائص مجموعة البحث:

## جدول رقم (1) يبين خصائص مجموعة البحث

العدد	الحالات	السن	الجنس	الجنسية	المستوى الدراسي
1	ص	15	ذكر	فلسطيني	ثانوي
2	ر	17	//	سوري	//
3	س	15	//	اردني	//
4	ف	17	//	سوري	//
5	ق	16	//	فلسطيني	//

## تعقيب

يمكن للقارئ أن يستقرأ من خلال هذا الجدول أن مجموعة البحث تتكون من خمسة أفراد ذكور مراهقين (تتراوح أعمارهم بين (15) سنة و(17) سنة يدرسون في المدرسة السعودية بالجزائر العاصمة كلهم في المستوى الثانوي من التعليم.

## أدوات البحث

اعتمد الباحث في الدراسة الميدانية على ثلاثة أدوات تمكنه من جمع المعلومات الأساسية الضرورية لموضوع البحث والتي تمكنه من القيام بدراسة دقيقة ومعقدة، تتمثل هذه الأدوات في المقابلة العيادية ومقياسي الاغتراب النفسي وتوكيد الذات.

أ/ استخدم الباحث المقابلة العيادية التي تعتبر عمود التقنيات في الفحص النفسي والتي يركز فيها الباحث على تاريخ الحالة وواقع معيش المراهق المغترب ومنه البحث عن الضغوط التي يعاني منها هذا المراهق وكذا البحث في المشكلات الأساسية التي يتخبط فيها خصوصا ما إذا كان يعاني من الاغتراب النفسي وتدني مستوى توكيد الذات.

قسم الباحث المقابلة العيادية التي قام بها مع أفراد مجموعة البحث إلى جملة من المحاور نظمها في شكل شبكة مقابلة تتمثل فيما يلي:

- البيانات الشخصية؛
- ظروف ومدة الاغتراب
- المعيش اليومي وظروف العيش في بلد الغربية
- الضغوطات الأساسية التي يعاني منها المراهق المغترب
- واقع الاغتراب النفسي وتوكيد الذات لدى المراهق المغترب.

## ب/ مقياس الاغتراب النفسي:

تقديم المقياس تم اعداد المقياس من طرف الدكتور رعداء نعيسة وذلك خلال دراستها الميدانية على عينة من طلبة جامعة دمشق.

بنود المقياس وطريقة تنقيطه يتشكل المقياس من سبعة (07) أبعاد وعشرة عبارات (10) لكل بعد من الأبعاد السبعة.

تتمثل هذه الأبعاد فيما يلي

الأول فقدان الشعور بالانتماء

الثاني عدم الالتزام بالمعايير

الثالث العجز

الرابع عدم الإحساس بالقيمة

الخامس فقدان الهدف

السادس فقدان المعنى السابع مركزية الذات

يتكون سلم تنقيط المقياس من خمس إجابات على سلم ليكرت هي من موافق بشدة، موافق، أحيانا، غير موافق، غير موافق بشدة من (1 إلى 5)، كما أن هناك عبارات إيجابية تنقط من اليمين إلى اليسار وأخرى سلبية تنقط من اليسار إلى اليمين.

وعلى هذا الأساس تكون أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب هي (350) درجة وتعني الشعور بالاغتراب لدرجة عليا وأقلها (70) درجة التي تعني عدم الشعور بالاغتراب النفسي، والمتوسطة (210) درجة.

الخصائص السيكومترية للمقياس:

قامت الباحثة بدراسة صدق وثبات المقياس وتوصلت إلى درجات عالية في هذين الجانبين، حيث استخدم الصدق الظاهري لقياس صدقه وبالنسبة للثبات قامت باستخدام الطرق منها إعادة تطبيق المقياس ونظام التجزئة النصفية.

## ج/ مقياس توكيد الذات:

تقديم المقياس: قام ببناء هذا المقياس راتوس وهو يتكون من (29) عبارة يجيب من خلالها المفحوص بالإجابات التالية، تعبر عني تماما، تعبر عني، تعبر عني إلى حد ما، لا تعبر عني إلى حد ما، لا تعبر عني، لا تعبر عني على الإطلاق، وهي ست إجابات محتملة.

بنود المقياس وطريقة تنقيطه: من خلال إجابة المفحوص على هذه العبارات (29) يمكن أن يتحصل على أقصى علامة (87+) إلى (-87).

الخصائص السيكومترية للمقياس

نتائج الدراسة يظهر من خلال نتائج الدراسة أن كل المراهقين أفراد مجموعة البحث يعانون من الاغتراب النفسي بدرجات عالية ومتوسطة والجدل التالي يبين ذلك. جدول رقم (2) يبين نتائج مقياس الاغتراب النفسي لدى أفراد مجموعة البحث

العدد	الحالات	المقياس	المستوى
1	ص	220	عالي
2	ر	199	متوسط
3	س	185	متوسط
4	ف	175	متوسط
5	ق	180	متوسط

أما فيما يتعلق بمقياس توكيد الذات جاءت نتائج الإجابات على النحو التالي

جدول رقم (3) يبين نتائج مقياس توكيد الذات لدى أفراد مجموعة البحث

العدد	الحالات	المقياس	المستوى
1	ص	30	متدني
2	ر	32	متدني
3	س	37	متدني
4	ف	35	متدني
5	ق	28	متدني

من خلال الجدول يتبين أن أفراد مجموعة البحث كلهم يعانون من درجات متدنية في مقياس توكيد الذات.

### مناقشة النتائج

توصلت نتائج الدراسة التي بين أيدنا الى أنه كل افراد مجموعة البحث يعانون من الاغتراب النفسي وتدني في توكيد الذات هذا وقد تأكدنا من خلال المقابلات العيادية أن الحالات الخمسة يجدون صعوبة في التعامل مع المحيط المدرسي وكذا صعوبات أخرى في التعامل مع المحيط العام ذلك كونهم يعيشون (كما يعبرون عنه من خلال المقابلة) في

فضاء غريب عنهم وتنتابهم فترات من فقدان الشعور بالانتماء والعجز وفقدان الهدف وفقدان المعنى، وهي بنود اتضحت من خلال اجاباتهم لمقياس الاغتراب النفسي.

### الاستنتاج العام:

بعد استعراض النتائج ومناقشتها تأكدنا أن كل المراهقين المغتربين أفراد مجموعة البحث يعانون من الاغتراب النفسي وتدني في توكيد الذات.، ومنه فقد تحققت الفرضيتان الموضوعتان للبحث، وهذا ما يتوافق مع دراسة أحمد أبو طواحينة (1987) بعنوان " الاغتراب النفسي لدى الطلبة الفلسطينيين"

هدفت الدراسة إلى معرفة مدى إحساس الطلاب الفلسطينيين الجامعيين بالاغتراب وأهم مظاهره ومعرفة العلاقة بين الاغتراب النفسي ومتغيرات وسيطة أخرى، ودراسة السالم (2000) التي بحثت في مشكلة توكيد الذات لدى طلاب الجامعة المغتربين.

### خاتمة

الاغتراب ظاهرة لها مخلفاتها النفسية على الأفراد المهاجرين لبلدان بعيدة عن وطنهم الأصل، ويظهر ذلك جليا على المراهقين المغتربين الذين يعانون من عدم الانتماء والعجز وفقدان المعنى وهي عناصر توصلت إليها الدراسة التي بين أيدينا حيث أن كل أفراد الدراسة أبدوا اغترابا نفسيا وتدني في مستوى توكيد الذات.

هذا الأمر يحتاج إلى معالجة واهتمام كبيرين من طرف المختصين النفسيين والاجتماعيين حتى يساعدوا هذه الشريحة من المجتمع المغترب للتغلب على مشاكلهم النفسية والتخفيف من الضغوط التي يعانون منها خلال فترة تواجدهم بالغربة.

## مراجع

- إبراهيم، عبد الستار (1994). العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث: أساليبه وميادين تطبيقه. القاهرة: دار الفجر للنشر والتوزيع.
- إبراهيم، محمود، الكفاوي (1984 م)، الاغتراب. عالم الفكر، المجلد الخامس عشر، أبو طواحينه، أحمد خضر (1987 م)، الاغتراب لدى الطلاب الفلسطينيين الجامعيين، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية البنات، جامعة عين شمس، القاهرة.
- أبو عمرة، هاني (2013) مستوى الالتزام الديني والقيم الاجتماعية وعلاقتها بالاغتراب النفسي لطلاب الجامعات الفلسطينية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.
- أحمد، خيرى حافظ ( 1981)، سيكولوجية الاغتراب لدى طلاب الجامعة. رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية الآداب، جامعة عين شمس، القاهرة.
- آمال محمد بشير ( 1989)، الاغتراب وعلاقته بمفهوم الذات عند طلبة وطالبات الدراسات العليا بكليات التربية، بجمهورية مصر العربية. رسالة دكتوراه غير منشورة، باترسون، س. ه (1992). نظريات الإرشاد والعلاج النفسي (ط2) (ترجمة حامد الفقي). الكويت: دار القلم.
- البناء، إيمان عبد الحميد (1999) دينامية العلاقة بين الاغتراب والشعور بالعدائية، دراسة في الصحة النفسية لبعض قطاعات تاشباب، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عين شمس، القاهرة، مصر.
- خليفة عبد اللطيف(2003)علاقة الاغتراب بكل من التوافق وتوكيد الذات ومركز التحكم والقلق والاكنتاب لدى طلاب الجامعة، دراسات في سيكولوجية الاغتراب، دار غريب للطباعة، الجزء الثاني، القاهرة، مصر.
- خليل، نجلاء عاطف ( 2006) في علم الاجتماع الطبي، ثقافة الصحة والمرض، امكتبة الأنجلو سكسونية المصرية، القاهرة، مصر.
- دوداح، عليجه (2011) الانتحار والميول الانتحارية وعلاقتها بالاغتراب لدى عينة من الطلبة الجامعيين، دراسة نفسية اجتماعية، أطروحة دكتوراه، الجزائر.
- رازي، محمد بن أبي بكر عبد القادر (1992) مختار الصحاح، دائرة المعاجم، لبنان.
- شقيير، زينب محمد (2005) الشخصية السوية والمضطربة، ط3 دار النهضة المصرية، القاهرة.
- صالح، قاسم حسين ( 1990 م)، الشخصية بين التنظير والقياس، جامعة بغداد، بغداد، العراق.
- الصنعاتي، عبده؛ سعيد، محمد أحمد (2009) العلاقة بين الاغتراب النفسي وأساليب المعاملة الوالدية لدى الطلبة المعاقين سمعيا في المرحلة الثانوية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة تعز.
- علي بشرى (2008) مظاهر الاغتراب لدى الطلبة السوريين في بعض الجامعات المصرية، مجلة جامعة دمشق، المجلد الرابع والعشرون، العدد الأول، دمشق، سوريا.

الفارس، مجدي (2004) الخصائص النفسية الفارقة والمتعلقة بكثافة التعرض للبرامج التلفزيونية الفضائية لدى الشباب الجامعي، رسالة ماجستير غير منشورة، معهد الدراسات والبحوث التربوية، جامعة القاهرة، مصر .

مسعودي، كريمة (2016) الاغتراب في المجتمع الصناعي، هربت ماركيز نموذجاً، رسالة الماجستير، كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية، جامعة الدكتور مولاي الطاهر، السعيدة، الجزائر .  
عبد السميع، بهجت محمد (2007) مدى فاعلية برنامج ارشادي لتخفيف الشعور بالاغتراب لدى المراهقين المكفوفين، أطروحة دكتوراه، كتاب الاغتراب لدى المكفوفين، ظاهرة وعلاج، الإسكندرية، مصر .  
الحويج، صالح مهدي (2007) مظاهر الاغتراب واضطراب الهوية وعلاقتها بالسلوك الاجرامي لدى عينة من الشباب العاطلين عن العمل، جامعة طنطا، مصر .

الصيادي، منى علي عطية (2012) الاغتراب النفسي لدى العاطلات عن العمل في ضوء حاجتهن إلى الارشاد المهني، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة طيبة، المملكة العربية السعودية .  
عبد السميع، سيد أحمد (1981)، مظاهر الاغتراب بين طلاب الجامعة في مصر، رسالة دكتوراه غير منشورة، كلية التربية، جامعة عين شمس، مصر، القاهرة .

عيد، محمد إبراهيم (1983)، دراسة مدى الإحساس بالاغتراب لدى طلاب وطالبات الفنون التشكيلية من ذوي المستويات العليا من حيث القدرة على الإنتاج الإبتكاري.  
رسالة ماجستير - كلية التربية، عين شمس، القاهرة .

عيد، محمد إبراهيم (1987)، دراسة تحليلية للاغتراب وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية لدى الشباب. رسالة دكتوراه - كلية التربية، عين شمس، القاهرة .

غريب، عبد الفتاح غريب (1995). مقياس توكيد الذات: التعليمات ودراسات الثبات والصدق وقوائم المعايير (ط2). القاهرة: مكتبة الانجلو المصرية .

معتوق، فريدريك (2008) معجم علم الاجتماع، مراجعة واشراف محمد أدبس، لبنان فروم، ايريك (1972 م)، الخوف من الحرية، (ترجمة: مجاهد، عبد المنعم مجاهد).

الطبعة الأولى، المؤسسة العربية للدراسات والنشر، بيروت .

محمود، رجب (1965)، الاغتراب أنواع. مجلة الفكر المعاصر، العدد الخامس، القاهرة .

محمود، رجب (1978)، الاغتراب. الجزء الأول، منشأة دار المعارف، الاسكندرية .

معتوق، فريدريك (2008) معجم علم الاجتماع، مراجعة واشراف محمد أدبس، لبنان المنزل، وعد غالب (2017). القدرة التنبؤية لتوكيد الذات وإدمان مواقع التواصل الإجتماعي بالاستقواء الالكتروني لدى طلبة الجامعات الأردنية. رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن .

دهود، حورية (2012) الاغتراب النفسي وعلاقته بالتوافق النفسي الاجتماعي لدى المراهق الجانح، رسالة ماجستير علم النفس الجنائي، جامعة ميله، الجزائر .

همام والهوشي، (2010) العنف الأسري وعلاقته بالتوافق النفسي لدى المراهقين من طلاب المرحلة الثانوي، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية العلوم النفسية والاجتماعية، جامعة محمد خيضر، الجزائر.  
يحياوي، صفاء (2011) الشعور بالاغتراب عن الذات وعن المحيط الاجتماعي الكفيف، دراسة عيادية لست حالات، جامعة وهران، وهران، الجزائر.

### المراجع الاجنبية

Fromm, E (1970). The Revolution of Hope. Harpre & Row, Publishers, New York.  
Horney, karen (1975) neurosis and human growth, routledge and kegan paul, london.  
Owie, I. (1982). Social Alienation Among foreign Student. College Student. Journal. Sum. Vol. 16 (2), pp. 163 – 165.  
Schaar John (1961): Escape from authority, Basic books, New York, second printing.  
Seeman, (1967) powerlessness and knowledge , a comparative study of alienation and learning, vol 30.