بناء أداة لقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية

المدرس الدكتور
علي شنان علي
جامعة البصرة / كلية التربية

المدرس الدكتور
عبد القادر رحيم
جامعة البصرة /كلية التربية

الملخص

يهدف البحث الحالي الى اعداد مقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية من الجنسين والتعرف على درجة الفروق الجوهرية بين الجنسين وتبعاً لمتغيرات المرحلة العمرية (المراهقة المبكرة – المراهقة المتوسطة) وحسب المرحلة الدراسية (المتوسطة – الاعدادية) ، ولقد قام الباحثان بتطبيق الاداة على عينة من طلبة المرحلة الثانوية وعددها ٦٦٠ طالباً وطالبة شملت مدارس (مركز محافظة البصرة) وتم استخراج صدق الاداة بطريقتين (الصدق المحتوى) وذلك بعرضه على مجموعة من الخبراء والمختصين وتم ايجاد ثبات المقياس بطريقتي (اعادة الاختبار) وبأستخدام معامل (الفاكرونباخ) حيث بلغ معامل ارتباط بيرسون (٧١) ومعامل الفاكرونباخ (٠.٨٥) اظهرت نتائج البحث ان الذكور اكثر شعوراً بالوحدة النفسية من الاناث وبفروق دالة احصائياً . كما وجد ان هناك فروقاً دالة بين الطلبة (ذكور) ولصالح (المرحلة الاعدادية) ولا توجد فروق دالة احصائياً بين الذكور والاناث في المرحلة المتوسطة وتوصلت الدراسة الى بعض التوصيات والمقترحات التي سوف نتطرق اليها في نهاية البحث.

Abstract

The research aims to current scale setting loneliness psychological high school students of both sexes and to identify the degree of the fundamental differences between the sexes, and according to the variables of age (early adolescence -

adolescence medium) and by grade (middle - middle), and has the researchers apply the tool on a sample of secondary school students and number of 660 students, including schools (Governorate of Basra) were extracted ratified the instrument in two ways (truth content), and that by submitting it to a group of experts and specialists has been to find the stability of the scale my way (re-test) and using the coefficient (to check the) where the total Pearson correlation coefficient (71) and to check the coefficient (0.85) showed the results of research show that males are more a sense of psychological unity of female and statistically significant differences. Also found that there are differences in function between the students (male) and invalid (middle school) There are no statistically significant differences between males and females in the intermediate stage, the study found some of the recommendations and proposals which we will address it at the end of the search.

المقدمة :

بات من المؤكد ان خبرة الشعور بالوحدة النفسية ، حالة واسعة الانتشـــار لدى افراد الجنس البشري ، لدرجة انها اصبحت في واقع الامر موجودة في حياتنا اليومية لا تعرف لنفسها أي حدود . فهي قد توجد لدى الصغير والكبير والمتزوج وغير المتزوج ، والغني والفقير ، والمتعلم وغير المـــتعلم ، والشـــخص الســـليم والشخص المريض ، ولدى الانبساطيين والانطوائيين ، فهي في كل الاحوال توجد في كل مراحل الحياة ، وهي بصفة عامة تعتبر مدخلاً اساسياً لفهم جميع الظواهر النفسية (Seligman, 1993) . هذا وتدل الخبرة الميدانية في المجال الاكلينيكي من خلال التعامل مع فئات المراهقين بصفة عامة على تفشـــي مشـــكلة الشـــعور بالوحدة النفسية لدى كثيرمنهم مما يتطلب ضرورة التصدي الفوري لهذه الظاهرة ، والكشف عن جوانبها وابعادها ومكوناتها ، ودراسة ما يمكـــن ان تتضـــمنه مـــن علاقات ومصاحبات واثار سيئة على بعض جوانب الشخصية ومن ثم انعكاس تلك العواقب على حياة الفرد كلها ، في حاضره ومستقبله .

يشير كل من عبد الحميد وعمر ، (١٩٨٩) الى ان الشعور بالوحدة النفسية يعد من الظواهر النفس اجتماعية الخطيرة ، التي تنتشر بين الاطفال والمراهقين والشباب . ويؤكد كل من براج و ود وارد (Woodward, Brag, 1993) ان خبرة الشعور بالوحدة النفسية خبرة عامة وشائعة اثناء فترة المراهقة بصفة خاصة حيث تشير بعض التقارير والبحوث الاكلينيكية الى ان هنالك حوالي ٦٦% من طلاب وطالبات المدارس المتوسطة والثانوية يعانون من مشكلات ترتبط في معظمها باضطراب الشعور بالوحدة النفسية .

وعموما فان خبرة الشعور بالوحدة النفسية تعد في حد ذاتها خبرة أليمة وشاقة ومريرة على النفس البشرية ، حيث يقاسي الفرد ويعاني من جراء هذا الشعور البغيض والتعس من فقدان الحب والتقبل الاسري ، وكذلك الشعور بأنعدام الود والصداقة والاهتمام من الاصدقاء والزملاء والمدرسين ، الى جانب الشعور الدائم بالحزن والتشاؤم والانعزال وانعدام قيمة الذات ، والبعد عن المشاركة او التفاعل مع الاخرين ، وبالتالي انعدام الثقة بالاخرين والشعور بفقدان التواصل الاجتماعي ، بل وفقدان أي هدف او معنى للحياة مما يؤدي في نهاية الامر الى الاحساس بأنه شخص غير مرغوب فيه او انه لا فائدة منه ، فيفقد الاهتمام باي شيء ، نتيجة عدم الرضا الناتج عن اعاقة او عدم تحقيق مطلب هام من مطالب النمو الانساني ، وحاجة نفسية لابد من اشباعها في اطار اجتماعي الا وهي الحاجة الى الجماعة والانتماء ويؤكد كل من عودة ومرسي ، (١٩٩٤، ١٠١) ان الحاجة الى الجماعة والانتماء من اهم الحاجات الاساسية التي تلح في الاشباع وتدفع الشخص الى الارتباط بجماعة او اكثر يحبها وتحبه ، ويجد عندها الامن والتقدير والاطمئنان والمكانة الاجتماعية ، وتشبعُ له حاجاته الى الصحبة ، وتؤثر في بناء شخصيته وفي تكوين قيمه واتجاهاته وميوله .

ويضيف فرج (١٩٩٣ ، ص٦-ص١٢) ان الانسان لابد له من وجود في حضرة الاخرين ، وهو الاطار الذي يمارس من خلال وجوده وحريته ، فالاخر اذا جاز التعبير هو شيء اشبه بجهاز المناعة النفسي ، اذا غاب صار التدهور الشامل

قدر كل وظائف النفس ، بل والجسم في نهاية المطاف . وذلك ان الانسان هو كل له بنيته وماهيته ، له وجوده الكيفي المتميز ، في العالم وفي صحبة الغير.

* ويوضح [قشقوش ، (١٩٨٥ ،ص٢٦٥)] ان المراهق يتعلم ان حاجاته الاساسية يمكن ان تشبع عن طريق التعلم الاجتماعي ، ويدرك ان قيامه بادوار الراشدين ، هو السبيل الوحيد كي يحقق لنفسه مكانة او نضجاً ومن ثم فانه يسعى جاهدا كي يحقق هذا النضج ، ومن هنا نجد ان المراهق في حاجة الى ان يرتبط باخرين يعايشون ما يعايشه من تطورات وتغيرات ، ويشعرون بما يشعر به من مشاعر وأحاسيس

وما تجدر الاشارة اليه في هذا المقام ان الفرد الذي يعاني من الوحدة النفسية هو الذي يشعر بانه وحيد رغم كثرة من حوله ، وانه غير منسجم معهم وهو في حاجة لاصدقاء ، ويغلب عليه الاحساس بانه ليس جزءا من جماعة الاصدقاء ، وانه لا يوجد من يشاركه افكاره واهتماماته ، ولا يوجد من يشعر معه بالود والصداقة ، وانه يشعر بإهمال الاخرين له وانه لا يوجد من يفهمه ، وانه خجول ، وان الناس منشغلون عنه .[خضير ، الشناوي ، ١٩٨٨] .

هذا ويتفق الباحثان على وجود خاصيتين للوحدة النفسية ، الاولى انها تعتبر خبرة غير سارة مثلها مثل الحالات الوجدانية غير السارة كالاكتئاب والقلق ، والثانية انها كمفهوم مختلف عن الانعزال الاجتماعي (Social isolation) وهي تمثل ادراكا ذاتيا للفرد بوجود نواقص في شبكة علاقاته الاجتماعية (Social-net work) . فقد تكون هذه النواقص كمية مثل عدم وجود عدد كاف من الاصدقاء . او قد تكون نوعية مثل المحبة والالفة مع الاخرين (peplau & perlmen , 1982:p24).

وبناء على كل ما سبق بيانه فان الدراسة الحالية قد بينت التصدي لبحث مشكلة الشعور بالوحدة النفسية لدى عينات من طلاب المرحلة الثانوية (المراهقة المبكرة) (المراهقة المتوسطة).

اهمية الدراسة:

تتجلى اهمية الدراسة الحالية من خلال ما يلي :

١ــ توفر الدراسة اداة لقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى (المراهقين) مما يسهم في اضافة علمية في القياس النفسي في البيئة العراقية .

٢ــ تركز الدراسة على تناول شريحة عمرية مهمة ، هي مرحلة المراهقة وهي مرحلة نمو حرجة وخطيرة في ان واحد اذ يسبقها مباشرة كثيرا من المتغيرات والتطورات النمائية السريعة المتعلقة بمظاهر البلوغ ، وما يصاحب ذلك من انعكاس قوي ومؤثر على كل جوانب السلوك والشخصية .

٣ــ تتصدى الدراسة الحالية بصفة عامة لتناول موضوع الشعور بالوحدة النفسية والذي يواجه كثيرا من المراهقين والمراهقات ، مما يمثل بالنسبة لهم مشكلة حقيقية ملحة ، ذات عواقب سيئة للغاية تضر صحتهم النفسية ، اضافة الى ان هذه المشكلة تهم كلا من الاسرة والمدرسة وكل القائمين على رعاية وتنشئة المراهقين بصفة عامة .

اهداف الدراسة :

تهدف الدراسة الحالية الى تحقيق ما يلي :

١ــ اعداد اداة مناسبة لقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية (المتوسطة – الاعدادية)

٢ــ الكشف عن مستويات الشعور بالوحدة النفسية وحسب متغير الجنس (ذكور – اناث)

٣ــ الكشف عن الفروق الجوهرية لدى طلبة المرحلتين (المتوسطة – الاعدادية) (الذكور فقط) على مقياس الشعور بالوحدة النفسية.

٤ــ الكشف عن الفروق الجوهرية لدى طلبة المرحلة (المتوسطة) (ذكور– اناث) على مقياس الشعور بالوحدة النفسية .

مصطلحات الدراسة :

١- الشعور بالوحدة النفسية : Lone Liness Feeling

يعرفُ الحفني (١٩٧٨ ص٤٤٠) بانه احساس الفرد بفقد الاهتمام باي شيء ، وعدم الرضا الناتج عن احباط حاجاته الطبيعية ، نتيجة لفقدان التواصل بالاخرين او نبذه من قبل المجتمع ، مما يجعله يائسا ، وكثير من

محاولات الانتحار او الانتحار نفسه من مختلف الاعمار ناتج عن الشعور بالوحدة ، او استجابة لفقدان الحب،او الشعور بانه غير مرغوب فيه او انه لا فائدة منه .

ويعرفه (قشقوش ، ١٩٧٩: ص١٩) بانه احساس الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين اشخاص وموضوعات مجاله النفسي الى درجة يشعر معها بافتقاد التقبل والتواد والحب من جانب الاخرين بحيث يترتب على ذلك حرمان الفرد من اهلية الانخراط في علاقات مثمرة ومشبعة مع أي من أشخاص وموضوعات الوسط الذي يعيش فيه ، ويمارس دوره من خلاله.

كما يعرفه [بيبلو وبيرلمان (Peplau & perlmen, 1982)] : بانه خبرة مشحونة بالمشاعر السيئة نتيجة تعرض علاقات الفرد الاجتماعية للفشل او الاحباط.

ويتفق الى حد كبير تعريف جونز واخرون (Jones et al.,1982) مع التعريف السابق حيث يعرفون الشعور بالوحدة النفسية ، بانه خبرة غير سارة لدرجة كبيرة ، مرتبطة بالحاجة الى الالفة الانسانية المتبادلة .

اما نيوكمب وبنتلر (New & Bentler, 1986:521) فيعرفان الشعور بالوحدة النفسية ، بانه عجز في المهارات الاجتماعية وفي علاقات الفرد الاجتماعية ، مما يدفع به الى بعض الاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب او التفكير في الانتحار ، كذلك معاناة الفرد من الاعراض النفسجسمية ، كالصداع وضعف الشهية والتعب والاجهاد ، وايضا العدوانية والمشكلات الدراسية والهروب من المنزل ، مما له في نهاية الامر من اثار حادة على الاداء السيكولوجي والتوافق النفسي .

هذا ويتحدد الشعور بالوحدة النفسية في الدراسة الحالية اجرائيا من خلال الدرجات التي يحصل عليها افراد عينة الدراسة الاساسية على (مقياس الشعور بالوحدة النفسية) ، المصمم والمستخدم في الدراسة .

٢- مرحلة المراهقة : Ado lescence

تعد مرحلة المراهقة من مرحل النمو المهمة والمؤثرة في حياة كل من الذكور والاناث نظراً لما يتعريها من تغيرات وتطورات نمائية هائلة وسريعة تشمل كل جوانب الشخصية ومكوناتها . وبالتالي فانه تتحدد فيها كل المظاهر والسمات الشخصية الاساسية . وتقع مرحلة المراهقة بين مرحلتي الطفولة والرشد ، حيث يتحول فيها الطفل الذكر الى شاب ناضج وتتحول فيها الطفلة الى انثى ناضجة . وبالتالي فان مرحلة المراهقة تقع تقريباً في الفئة العمرية (١٢-١٩) سنة . وهي تبدأ عادى بمظاهر البلوغ الاولية والثانوية لدى كل من الجنسين ، وان كانت تبدأ مبكراً لدى الاناث عنها لدى الذكور بحوالي عام او عامين ، ولذلك فأنهن يكملنها قبل الذكور ايضاً بنفس المرة التي بدأت بها . يميل معظم علماء النفس الارتقائي الى تقسيم مرحلة المراهقة بصورة عامة الى ثلاث مراحل نمائية فرعية متتابعة هي :

- مرحلة المراهقة المبكرة من سن (١٢-١٥) سنة وهي تواكب في تزامنها مرحلة التعليم المتوسط .
- مرحلة المراهقة الوسطى من سن (١٥-١٨) سنة وهي تواكب في تزامنها مرحلة التعليم الاعدادي .
- مرحلة المراهقة المتأخرة من سن (١٨-٢١) سنة ، وهي تواكب في تزامنها مرحلة التعليم الجامعي . (زهران، ١٩٩٠)

الاطار النظري ودراسات سابقة

أ- الاطار النظري

يتحدد الاطار النظري للدراسة في النقاط الثلاث الاساسية التي سوف يتم تناولها فيما يلي :

١. اهم مطالب النمو الاجتماعي في مرحلة المراهقة :

ان اهم مطالب النمو الاجتماعي التي يتطلبها النمو النفسي السوي في مرحلة المراهقة تكوين علاقات طيبة وناضجة مع رفاق السن ، ونمو الثقة في الذات ، والشعور الواضح بكيان الفرد ، وامتداد الاهتمامات الى خارج حدود

الذات ، والمشاركة الواعية في المسؤولية في الاسرة والجماعات الاخـــرى ، والاتصال والتفاعل السليم في حدود البيئة ، والاستمتاع بالحياة وتوسيع دائرة الميول والهوايات ، وتنمية المهارات التي تحقق التوافق الشخصي والاجتماعي السوي . (زهران ، ١٩٧٧ ، ص٢٣٥) ومن هنا فان جماعة الاقران تعتبـــر احد العوامل الاساسية المهمة في عملية النمو الاجتماعي في مرحلة المراهقة ، وخاصة عندما ينتقل المراهق من التبعية السلبية للوالدين الـــى عـــالم واســـع وارحب ، هو الانتماء للأقران . ذلك ان المراهقين عادة ما يفضلون التوجـــه نحو الاشخاص الذين في مثل اعمارهم اكثر من توجههم نحو الوالدين (Numi et al. 1997) ; (Mantemayn, 1982) وتؤكد ممدوحة سلامة (١٩٩١) ان لجماعة الاقران دور كبير في حياة المراهق ، وذلك لما تتيحهُ له مـــن حريـــة التعبير عن انفعالات الخوف والغضب ومشاعر الشك ، وبما تهيئه من اطمئنان ينشأ عن وعي المراهق بان الاخرين لديهم نفس المخاوف و الشكوك والامال ، بل ان النقد الذي يوجهه الاصدقاء بعضهم لبعض ، يتيح الفرصة لتعلم انماط سلوك جديدة ، كما يساعدهم على تعديل سلوكهم وافكارهم دون الحاجة الـــى المرور بتجربة مؤلمة لكي يتعلموا منها ، فالصداقات في هذه المرحلة تســـاعد المراهق على تحديد هويته . ولذلك فانه من الصعوبة الى حد كبير ، ان يتخلى المراهق عن اصدقائه وزملائه ، اذ انه يضع فيهم ثقته الكاملة ، ويفضي اليهم بما يجول في خاطره وهو مطمئن لفهمهم وتقديرهم لما يقول ويفعـــل (عبـــد الرحيم ، ١٩٩٠، ص٢٨٩) ومن هنا فان قدرة المراهق على انشاء العلاقـــات الاجتماعية والاحتفاظ بالصداقات والروابط المتينة ، تعتبر سنداً وجدانياً مهماً ، ومقوماً اساسياً من مقومات الصحة النفسية بصفة عامـــة ، امـــا اذا كانـــت علاقـــة المراهق في بعض مجموعاته علاقة متدهورة سيئة ، فان ذلك من شـــأنه ان يـــؤثر على معنوياته وعلى توافقه النفسي ، ومعنى هذا ان النجاح او الفشل في اقامة علاقات مشبعة في مجال الاسرة والزمالة والصداقة ، هو واحد من المعايير المهمـــة التي تحكم بها على السواء وعدم السواء (مغاريوس ، ١٩٧٤ ، ص٥٥-٥٦) .

٢. **اهم العوامل المؤدية للشعور بالوحدة النفسية :**

ان اهم تلك العوامل فيما يلي :

يشير بير لين (Ber linetal ; 1995) الى ان جذور الشعور بالوحدة النفسية لدى الاطفال ترجع في اصولها الى مرحلة الرضاعة حيث ان العلاقات غير الامنة وغير الحميمة التي قد تسود بين الام وطفلها ، يكون تأثير مهم جداً وخطير على شخصية الطفل وكل سلوكياته وتصرفاته فيما بعد من مراحل النمو التالية .

ويرى ميجسكوفيك (Mijuskovic, 1988) ان من اهم اسباب معاناة المراهقين من حدة الشعور بالوحدة النفسية ، تعرضهم في طفولتهم الباكرة للعديد من الصراعات والاحباطات النفسية الشديدة وخاصة تلك التي تتعلق بقلق الانفصال عن الام ، وفي الكبر وعندما يواجه المراهقين بعض المشكلات او الضغوط النفسية فانه سرعان ما تتجدد لديهم مرة اخرى تلك المشاعر القديمة ، ويظهر الشعور بالوحدة النفسية .

اما ستوكس (Stockes, 1985) وبوللوك (Bullock, 1993) فيتفقان على ان جذور الشعور بالوحدة النفسية تنشأ من خلال اضطراب شكل العلاقات الاجتماعية للأطفال داخل اسرهم او مع اقرانهم .

بينما يشير كل من هوجات (Hojat, 1982) واشرو واخرين (Asher et al, 1984) وماركوين وبروماجن (Marcon & Brumaqn , 1985) الى ان اهم اسباب شعور الاطفال بالوحدة النفسية يعود الى افتقارهم لوجود اصدقاء ، وعجزهم عن اكتساب اصدقاء جدد ويقرر كل من براج وميريديث (Brage & Merdith , 1994) وكلوب واخرون (Culp et al ., 1995) ان قطاعات كبيرة من المراهقين و المراهقات يعانون من ارتفاع درجة الشعور بالوحدة النفسية بسبب البيئة المدرسية ، والبيئة الاسرية ، ومشكلات ومصاعب التعامل مع الاقران واخيراً يؤكد كل من روكاتش

واخرين (Rokach et al ., 2002) ان للعوامل الثقافيـــة والحضـــارية دوراً مهماً وتأثيراً جوهرياً على مستوى الشعور بالوحدة النفسية ، حيث تبين لهم ان طلاب وطالبات الجامعة الذين يعيشون بدولة كندا ترتفع لديهم درجة الشـــعور بالوحدة النفسية وذلك عند مقارنتهم بأقرانهم الذين يعيشون بدولة اسبانيا .

٣. اهم الاضرار النفسية التي تنتج عن الشعور بالوحدة النفسية :

يشير كل من جونز واخرون (Jones et al., 1982) ونيتو (Neto, 2002) الى ان الشخص الذي يشعر بالوحدة النفسية ، يكون وعيه العام بذاته مرتفعاً ، كما يكون قلقاً اجتماعياً ، ولديه مستويات عالية من الخجـــل وعـــدم السواء ، وتقديره لذاته منخفضاً ، ولايحب الاخرين وتقبله لهم ضعيف ، ويؤكد (ماهون وآخرون) (Mahon et al ., 1999) ان ارتفـــاع مســـتوى الشـــعور بالوحدة النفسية يؤثر على قدرات التفكير الابتكاري لدى المراهقين . ويـــذكر بورنوف (Pornoff, 1976) ان هناك عدة متغيرات سلبية تصاحب خبرة بالشـــعور بالوحدة النفسية وترتبط بها وتتضمن هذه المتغيرات كلاً من الاكتئـــاب، الاغتـــراب والحزن والاسى والحاجة الى الالفة الاجتماعية واللامبالاة والتبلد العاطفي.

كما ان هناك عوامل اخرى معينة مرتبطة بالشعور بالوحدة النفسية ، كالضغوط النفسية والقلق والملل النفسي وكراهية الـــذات وفقـــدان المهـــارات الاجتماعية والجناح (Polensky; 1993) ; (Neto , 1992) .

دراسات سابقة :

١. دراسة (هشت وباوم) Hecht & Bawm, 1984

هدفت الدراسة الى التعرف عل العلاقة بين الشعور بالوحدة النفسية لـــدى المراهقين ، وقد توصلت نتائج الدراسة الى وجود علاقة ارتباطية بـــين الشـــعور بالوحدة في مرحلة المراهقة ونماذج انماط التعلق الامومي في مرحلة الرضاعة ، حيث اظهر معامل ارتباط بيرسون وجود علاقة وداله قوية بين الشعور بالوحـــدة النفسية والعلاقات التي اضطربت في تلك المرحلة الباكرة من العمر .

٢. دراسة (عبد الحميد وعمر)١٩٨٩

دراسة اجريت بدولة قطر على مجموعة من تلاميذ وتلميذات الصفين السادس الابتدائي والثاني متوسط بلغ عددها (٢٢٦) فرداً . واستخدم الباحثان مقياساً للشعور بالوحدة النفسية ومقياساً اخر لقياس الحساسية الاجتماعية المدركه وكان اهم ما انتهت اليه نتائج الدراسة ، ان افراد العينة الذين حصلوا على درجات مرتفعة في الحساسية الاجتماعية ، حصلوا على درجات مرتفعة على مقياس الشعور بالوحدة النفسية اضافة الى وجود فروق دالة بين الجنسين في الشعور بالوحدة النفسية .

٣. دراسة منى عبد الله (١٩٩٣)

من اجل التعرف على حجم ظاهرة الشعور بالوحدة النفسية لدى بعض طلاب الجامعة المقيمين اقامة داخلية بالمدينة الجامعية بجامعة الاسكندرية ، حيث طبقت الدراسة على (٢٠٧) طالباً من الطلاب حديثي الالتحاق بالجامعة والمقيمين بالمدن الجامعية وقد كان ضمن ما توصلت اليه الدراسة من نتائج ، هو انتشار الشعور بالوحدة النفسية بين كل افراد العينة اضافة الى ان حوالي ثلث افراد عينة الدراسة يعانون من حدة ارتفاع درجة الشعور بالوحدة النفسية .

٤. دراسة مخيمر (٢٠٠٣)

هدفت الدراسة الى فحص العلاقة بين ادراك الرفض الوالدي ورفض الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من المراهقين ، حيث تكونت عينة الدراسة من (٢٩٥) فرداً منهم (١٤٧) مراهقاً و(١٤٨) مراهقة تراوحت اعمارهم ، بين (١٢-١٥) عاماً . وقد كان ضمن ما توصلت اليه الدراسة من نتائج :

أ- وجود ارتباط موجب دال احصائياً بين الرفض الوالدي والشعور بالوحدة النفسية لدى المراهقين والمراهقات .

ب ــ وجود ارتباط موجب دال احصائياً بين رفض الاقتران والشعور بالوحدة النفسية لدى كل من المراهقين والمراهقات .

٥. دراسة ناجية مصطفى (٢٠٠٤)

هدف الدراسة الى تصميم وتطبيق برنامج للإرشاد النفسي لتخفيف حدة مستوى الشعور بالوحدة النفسية المرتفع لدى بعض طالبات المرحلة الثانوية ،

وايضاً الكشف عن العوامل المرتبط بفاعلية البرنامج الارشادي وقد تكون عينة الدراسة من (٢٠) طالبة ممن يعانين من ارتفاع مستوى الشعور بالوحدة النفسية .

بمحافظة القاهرة ، وقسمت هذا العينة عشوائياً الى مجموعتين متساويتن في العدد احداهما تجريبية والاخرى ضابطة.

واعتمد البرنامج الارشادي المستخدم على اسلوب المحاضر واسلوب المناقشة الجماعية وتوصلت الدراسة الى بعض النتائج .

- ان البرنامج الارشادي المستخدم قد فحص مستوى الشعور بالوحدة النفسية المرتفع لدى افراد مجموعة الدراسة التجريبية مما يدل على فاعليته الإرشادية.

فروض الدراسة :

١- تختلف درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى الذكور تبعاً للمرحلة الدراسية (المتوسطة والإعدادية) .

٢- تختلف درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى الإناث باختلاف المرحلة الدراسية (المتوسطة – الإعدادية)

٣- لا توجد فروق جوهرية بين متوسطات الذكور والاناث في الشعور في الوحدة النفسية .

٤- لا توجد فروق جوهرية بين متوسطي درجات الذكور والاناث في (المرحلة المتوسطة) في الشعور بالوحدة النفسية.

إجراءات البحث

أ- وصف خطوات بناء مقياس الشعور بالوحدة النفسية :

قام الباحثان باعداد مقياس الشعور بالوحدة النفسية للمراهقين لتحقيق احد اهداف الدراسة الحالية ، وهو توفير أداة سيكومترية مستمدة من البيئة العراقية.

١ــ اجرى الباحثان مراجعه مسحية لبعض المصادر العربية والأجنبية لاستقراء ما ورد في التراث النظري السيكولوجي والاكلينكي و الطب النفسي بالاضافة الى الرجوع الى النتائج بعض الدراسات السابقة .

٢ــ قام الباحثان بالاطلاع على العديد من مقاييس الشعور بالوحدة النفسية للاستفاد من محاولات الباحثين السابقين في هذا المجال ، فضلاً عن خبرتهما الارشادية مع الطلاب في الارشاد النفسي

٣ــ تم تحديد وصياغة فقرات المقياس وقد حرص الباحثان على ان تشمل قــدر الامكان على معظم المواقف النفسية الاجتماعية والتي يمكن من خلالها الكشف عن درجة الشعور بالوحدة النفسية بصورة واضحة وطبيعية وقد راعى الباحثــان فــي صياغة عبارات المقياس عدة اعتبارات منها :

أ- ان تكون في شكل عبارات قصيرة قدر الامكان حتى يسهل فهما ببساطة

ب- الا تحتمل اكثر من معنى في وقت واحد .

ج- ان يكون نصف العبارات موجبا والنصف الاخر سالبا.

٤ــ تم عرض المقياس في صورته الاولية على عشرة من الاساتذة اعضاء هيئــة التدريس من المتخصصين في مجالات علم النفس والتربية والطب النفسي هذا وقد اسفرت تلك الخطوة عن تعديل صياغة خمس عبارات واضافة عبارتين جديــدتين حيث اتفقت اراء المحكمين على صلاحية ومناسبة كل عبــارات المقيــاس وتــم الاستقرار بصورة نهائية على (٤٦) عبارة.

٥ــ العينة الاستطلاعية : تم في هذه الخطوة اجراء تجربة استطلاعية بهدف التأكد من قدرة المستجيبين على فهم تعليمات المقياس وألفاظه وعباراته. وذلك على عينة عشوائية من طلاب الصف الثالث بمدرستي (متوسطة النضال ومتوسطة الامجــاد (٤٦) طالبا وطالبة وكذلك طلاب الصف السادس (الاعدادية المركزية واعداديــة العشار) للبنات وقد بلغ افراد العينة (١٠٨) فردا.

٦ــ تم في هذه الخطوة تطبيق المقياس على عينة عشوائية من طلبــة وطالبــات المرحلة الثانوية بنفس المدارس الاربع التي تم الاشارة اليها في الخطــوة الســابقة ولكن في صفوف اخرى وقد بلغ العدد الاجمالي لافراد هذه العينة (١٩٥) فرادا ، منهم (٩٨) ذكرا ، (٩٧) انثى .

وتم حساب معامل ارتباط (بيرسون) للدرجات الخام بين كل عبارة من عبارات المقياس والدرجة الكلية على المقياس واستخرجت مستويات الدلالة الاحصائية المقابلة لدرجات الحرية لدى افراد تلك العينة ، وذلك للتعرف على مدى الاتساق الداخلي للمقياس كما هو موضح في الجدول (١) .

جدول (١)

معامل الارتباط بين كل فقرة من فقرات المقياس والدرجة الكلية

رقم الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة	رقم الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
١.	٠.٥٨٢	٠.٠١	٢٤.	٠.٤٦٧	٠.٠١
٢.	٠.٤٣٤	٠.٠١	٢٥.	٠.٤٩٥	٠.٠١
٣.	٠.٥٨٩	٠.٠١	٢٦.	٠.٥١٠	٠.٠١
٤.	٠.٥٦١	٠.٠١	٢٧.	٠.٤٨٣	٠.٠١
٥.	٠.٤٤٠	٠.٠١	٢٨.	٠.٥٤٣	٠.٠١
٦.	٠.٤٧٦	٠.٠١	٢٩.	٠.٥٣١	٠.٠١
٧.	٠.٥٤٤	٠.٠١	٣٠.	٠.٦٨٢	٠.٠١
٨.	٠.٥٧٩	٠.٠١	٣١.	٠.٦٢٧	٠.٠١
٩.	٠.٥٧٤	٠.٠١	٣٢.	٠.٥٤٠	٠.٠١
١٠.	٠.٥٠١	٠.٠١	٣٣.	٠.٥٢٣	٠.٠١
١١.	٠.٤٥٠	٠.٠١	٣٤.	٠.٦١١	٠.٠١
١٢.	٠.٥٦٧	٠.٠١	٣٥.	٠.٥٧٦	٠.٠١
١٣.	٠.٨٥٢	٠.٠١	٣٦.	٠.٤٩١	٠.٠١
١٤.	٠.٦١٠	٠.٠١	٣٧.	٠.٥١١	٠.٠١
١٥.	٠.٥٥٥	٠.٠١	٣٨.	٠.٦٦١	٠.٠١

.١٦	٠.٤٨١	٠.٠١	.٣٩	٠.٦٩٦	٠.٠١
.١٧	٠.٤٢٠	٠.٠١	.٤٠	٠.٦٩٨	٠.٠١
.١٨	٠.٦٢٥	٠.٠١	.٤١	٠.٦٩٢	٠.٠١
.١٩	٠.٦٥٥	٠.٠١	.٤٢	٠.٥٦٨	٠.٠١
.٢٠	٠.٥٩٠	٠.٠١	.٤٣	٠.٧٠٠	٠.٠١
.٢١	٠.٤٧٥	٠.٠١	.٤٤	٠.٥٨٤	٠.٠١
.٢٢	٠.٤٨٥	٠.٠١	.٤٥	٠.٥٣٧	٠.٠١
.٢٣	٠.٦٧٩	٠.٠١	.٤٦	٠.٥٤٦	٠.٠١

٧- ثبات المقياس تم حساب ثبات المقياس بطريقتين :

أ- حساب الثبات بطريقة اعادة الاختبار :

حيث تم تطبيق المقياس مرتين على عينة عشوائية مكونة من (١٩٠) طالباً وطالبة منهم (٩٥) طالباً ، (٩٥) طالبة . وكانت الفترة الزمنية الفاصلة بين التطبيقين اسبوعين .

وبعد حساب معامل الارتباط بين درجات التطبيقين في المرتين بلغ معامل ثبات المقياس باستخدام معامل ارتباط بيرسون (٠.٧١) .

ب- حساب الثبات بأستخدام معامل الفاكرونباخ

تم حساب ثبات المقياس من نفس درجات افراد المجموعة السابقة في التطبيق الاول فقط حيث تم اخضاعها لحساب معامل ثبات الفاكرونباخ فبلغ معامل الثبات المستخرج بهذه الطريقة (٠.٨٥) وهو معامل ثبات مرتفع بدرجة كبيرة .

٨- الصدق: قام الباحثان بعرض المقياس على مجموعة من الخبراء والاختصاصيين بالعلوم التربوية النفسية في جامعة البصرة للتأكد من سلامة المقياس ومدى ملائمة فقراته وقد وجد ان نسبة (٩٠,٤٨ %) منهم وافقوا على جميع فقرات المقياس مع اجراء بعض التعديلات البسيطة عليها من حيث الصياغة.

٩- وصف عينات الدراسة الاساسية : تكونت عينة الدراسة الاساسية من ٦٦٠ طالباً وطالبة تم اختيارهم بالطريقة العشوائية المنتظمة من طلبة وطالبات مدارس مركز محافظة البصرة اربعة منها متوسطة واربعة اخرى اعدادية للعام الدراسي ٢٠٠٧-٢٠٠٨ .

جدول (٢)

توزيع اعداد افراد عينة الدراسة من الذكور والاناث ونسبهم المئوية حسب المرحلة الدراسية (ن = ٦٦٠)

المرحلة الدراسية	الجنس				المجموع	
	الذكور		الاناث		العدد	النسبة
	العدد	النسبة المئوية	العدد	النسبة المئوية		
المتوسطة	١٤٣	٢٧.٩	١٣١	٢٣.٧	٣٧٤	٥١.٦
الاعدادية	١٩٧	٢٢.٥	١٨٩	٢٥.٩	٢٨٦	٤٨.٤
المجموع	٣٤٠	٥٠.٤	٣٢٠	٤٩.٦	٦٦٠	١٠٠

المعالجات الاحصائية المستخدمة في الدراسة

١. المتوسطات الحسابية
٢. الانحرافات المعيارية
٣. قيمة (ت) (T Test)
٤. معامل ارتباط بيرسون
٥. النسبة المئوية

ب- عرض نتائج الدراسة ومناقشتها

١- لقد تم تحقيق الهدف الاول وذلك من خلال بناء اداة لقياس الشعور بالوحدة النفسية للمرحلة الثانوية يتمتع بصدق وثبات مرتفعين ومقبولين

٢- بالنسبة للهدف الثاني : للتحقق من صحة الفرض انه لا توجد فروق جوهرية بين متوسطي درجات افراد عينتي الدراسة من الذكور والاناث في الشعور بالوحدة النفسية تم حساب قيمة (ت) بين متوسطي درجات افراد عينتي الدراسة من الذكور والاناث على مقياس الشعور بالوحدة النفسية وكما هو موضح في الجدول (٣) :

جدول (٣)

يوضح قيمة (ت) لدلالة الفروق بين متوسطي درجات افراد عينتي الدراسة من الذكور والاناث على مقياس الشعور بالوحدة النفسية

الجنس	العدد	الوسط	الانحراف المعياري	القيمة التائية	مستوى الدلالة
ذكور	٣٤٠	٧١.٧٣٩	١٤.١٠٣	١.٩٦	٠.٠٥
اناث	٣٢٠	٧٠.٥٩٦	١٥.١١٢		

يتبين من الجدول رقم (٣) ان هناك فروق جوهرية بين الجنسين عند مستوى دلالة (٠.٠٥) في درجة الشعور بالوحدة النفسية وكان متوسط الذكور اعلى جوهرياً من متوسط الاناث في الشعور بالوحدة النفسية ويمكن تفسير ذلك من خلال ما يلقاه الابن المراهق في مجتمعنا من معاملة تختلف تماماً عن الفتاة ، اذ انه في الوقت الذي يسعى بيه الابن لتأكيد ذاته واكتساب مشاعر الهوية والاستقلالية وهي خصائص وسمات اساسية في هذا السن ، يواجه مقابل ذلك ازمة الفجوة الجيلية مع الاباء وصرامة المعايير الاجتماعية ، والتي تضع بدورها كثيراً من التوقعات العالية والالتزامات والمسؤليات ، مما قد تؤدي في نهاية الامر الى بروز مشاعر من الصراعات والضغوط النفسية والتي توجد في نفسية الابن المراهق احساساً مرتفعاً من الشعور بالوحدة النفسية والميل الى التجنب والانعزال.

اما الهدف الثالث : لا توجد فروق جوهرية بين متوسطي درجات افراد عينتي الدراسة من الذكور في كل من المرحلة (المتوسطة – الاعدادية) في الشعور بالوحدة النفسية .

وللتحقق من صحة الفرض ، تم حساب قيمة (ت) بين متوسطي درجات افراد عينتي الدراسة من الذكور في كل من المرحلتين المتوسطة والاعدادية على مقياس الشعور بالوحدة النفسية .

جدول (٤)

يوضح قيمة (ت) الدلالة الفروق بين متوسطي الذكور في كل من مرحلتي (المتوسطة والإعدادية) على مقياس الشعور بالوحدة النفسية.

المرحلة الدراسية	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
				الجدولية	المحسوبة	
المتوسطة	١٤٣	٦٨.٦٣٩	١٥.٥٢٣	١.٩٦	٥.٦٧	٠.٠٠١
الاعدادية	١٧٩	٧٤.٣٣٧	١٤.٣٧٧			

يتبين من الجدول اعلاه عدم تحقق صحة هذا الفرض من حيث انه كانت هناك فروق جوهرية بين متوسطي درجات افراد عينتي الدراسة من الذكور في كل من المرحلتين المتوسطة / الاعدادية على مقياس الشعور بالوحدة النفسية وبمستوى دلالة مرتفع جداً ٠.٠٠١ لصالح الذكور في المرحلة الاعدادية .

وتفسير ذلك ان المراهقين الذكور في المرحلة الاعدادية يعانون بدرجة مرتفعة بالوحدة النفسية عن المراهقين في المرحلة المتوسطة ويعود ذلك الى مدى الدور الذي يؤديه كل من عامل النضج او النمو وكذلك العامل الحضاري والثقافي والاجتماعي في التأثير على ارتفاع درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى المراهين الذكور فيما بعد ، وعند ارتفاعهم الى المرحلة الاعدادية حيث ترتبط تلك المرحلة وما يكتنفها من العوامل الاجتماعية المتعلقة بها من زيادة مستوى الشعور بالوحدة النفسية .

الهدف الرابع : لا توجد فروق جوهرية بين متوسطي عينتي الدراسة من الذكور والاناث في المرحلة المتوسطة (المراهقة المبكرة) في الشعور بالوحدة النفسية .

وللتحقق من صحة ذلك الفرض ، تم حساب قيمة (ت) بين درجات افراد عينتي الدراسة من الذكور والاناث في المرحلة المتوسطة على مقياس الشعور بالوحدة النفسية والجدول (٥) يوضح ذلك .

جدول (٥)

يوضح القيمة التائية لدلالة الفروق بين الذكور والاناث في المرحلة المتوسطة على مقياس الشعور بالوحدة النفسية .

الجنس	العدد	الوسط الحسابي	الانحراف المعياري	القيمة التائية		مستوى الدلالة
				الجدولية	المحسوبة	
الذكور	١٤٣	٦٩.٦١٨	١٥.٣٢١	١.٩٦	٠.٨٥	غير دالة
الاناث	١٣١	٧٠.٦٣٣	١٥.١٦٠			

يتضح من الجدول اعلاه تحقق صحة الفرض الرابع حيث كانت قيمة (ت) غير دالة احصائية مما يدل على عدم وجود فروق جوهرية في درجة الشعور بالوحدة النفسية بين افراد عينتي الدراسة من الذكور والاناث في مرحلة الدراسة المتوسطة (مرحلة المراهقة المبكرة) .

ويمكن تفسير ذلك الى ان المراهقين من الذكور في اثناء تلك المرحلة (المراهقة المبكرة) ما زالوا بعيدين عن مجال تحمل المسؤولية او اسناد المهام او المتطلبات او الاعباء .

توصيات الدراسة :

في ضوء ما انتهت اليه الدراسة الحالية من نتائج فانه يمكن الخروج ببعض التوصيات والمقترحات التي يمكن ان تفيد في مجال رعاية المراهقين و المراهقات ، وذلك من خلال التأكيد على النقاط التالية :

١. يجب على الاسرة وكاجراء وقائي لتجنيب ابنائها الوقوع في دائرة اضطراب الشعور بالوحدة النفسية ان توفر لهم قدر المستطاع الجو النفسي الاسري المشبع بالحب والحنان والود والامن والطمأنينة والتفهم والتقبل والتقدير والحوار والمناقشة .
٢. يمكن استخدام مقياس الشعور بالوحدة النفسية في كافة المجالات والاغراض ومنها الدراسات الاكلينكية بالمدارس والمستشفيات والعيادات النفسية .
٣. يجب الاهتمام بتوفير مختلف برامج الارشاد النفسي العلاجي للطلاب في المرحلة الثانوية واكتشاف الحالات التي تعاني من زيادة الشعور بالوحدة النفسية في هذه المرحلة قبل ان يلتحقوا بالتعليم الجامعي .

المصادر العربية والاجنبية

١. ابو حطب ، فؤاد وعثمان ، سيد (١٩٨٦) : التقويم النفسي ، الطبعة الرابعة ، القاهرة ، مكتبة الانجلوا المصرية .
٢. اسماعيل ، محمد عماد الدين (١٩٩٦) : دليل الوالدين في تنشئة الطفل ، الطبعة الاولى ، الكويت ، دار القلم .
٣. بيومي ، محمد (١٩٩٠) : الشعور بالوحدة لدى اطفال يفتقرون الى اصدقاء ، مجلة علم النفس ، القاهرة ، الهيئة المصرية العامة للكتاب ، العدد (١٥) . ص ١٥٦-١٦٤ .

٤. خضر ، علي والشناوي ، محمد (١٩٨٨) : الشعور بالوحدة النفسية والعلاقات الاجتماعية المتبادلة،مجلة رسالة الخليج العربي،لسنة(٨)،العدد (٢٥) ، مكتبة التربية العربي لدول الخليج ، الرياض ص١١٩-١٥٠ .

٥. عبد الحميد ، جابر وعمر ، محمود (١٩٨٩) : الحساسية الاجتماعية لدى عينة من تلاميذ المدارس الابتدائية والاعدادية بدولة قطر وعلاقتها بكل من الوحدة النفسية والتحصيل الدراسي ، دراسات نفسية ، مركز البحوث التربوية ، جامعة قطر ، المجلد (٢٦) ص٤٢ .

٦. سلامة ، ممدوحة (١٩٩١) : المعاناة الاقتصادية وتقدير الذات والشعور بالوحد النفسية لدى طلاب الجامعة ، مجلة دراسات نفسية ، رابطة الاخصائيين النفسيين المصرية (رانم) ، المجلد (١) العدد (٣) ص٤٧٥-٤٩٦.

٧. مخمير ، عماد محمد (٢٠٠٣) : الرفض الوالدي ورفض الاقران والشعور بالوحدة النفسية في المراهقة ، مجلة دراسات نفسية المجلد (١٣) العدد (١) ص٥٩-١٠٥ .

8. Mijuskovic B. (1998): Lone liness and adoles centacohlism. Adolescence, Vol. 23 (91), PP. 503.

9. Hecht, D. & Baum, S. (1984) : Lone liness and attachment patterns in young aduhs. Journal of clinica;l psychology , Vol, 40 (1) PP. 193-197 .

10. New wecomb, M. &Betler, P. (1986): Lone liness selected inter personal, historical, situationl and experient aspects. Dissertation Abstacts international , Vol. 39 (B.6) P 299.

ملحق (١)

جامعة البصرة

كلية التربية

قسم العلوم التربوية والنفسية

فقرات مقياس الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية

(المراهقة المبكرة والمراهقة المبكرة)

عزيزي الطالب عزيزتي الطالبة :

بين يديك فقرات مقياس الشعور بالوحدة النفسية تتعلق ببعض الموضوعات التي تهمك وتدور حول امور حياتك في البيت والمدرسة ، المطلوب منك هو ان تقرأ كل فقرة بدقة ثم تختار احد الاجابات وذلك بوضع علامة (×) في الحقل الذي يناسبك .

وقبل الاجابة يرجى ذكر المعلومات الاتية :

- **الاسم :**
- **العمر :**
- **المرحلة الدراسية :**
- **الصف :**
- **اسم المدرسة :**

ت	الفقـــــــــــــرات	دائماً	احياناً	نادراً
١.	اشعر ان حياتي سعيدة			
٢.	احب ان اجلس لوحدي			
٣.	اشعر ان المدرسين يحبونني			
٤.	اشعر انه لا يوجد من يحل مشاكلي			
٥.	اتمتع بالوقت الذي اقضيه بين اسرتي بالمنزل			
٦.	اشعر انه لا يوجد لي اصدقاء في صفي			

٧.	لا يوجد تفاهم بيني وبين اخوتي			
٨.	اشعر ان زملائي في الصف يحبون اللعب معي			
٩.	اشعر بعدم اهميتي داخل اسرتي			
١٠	اشعر كأنني غريب في اسرتي			
١١	لا اجد الصديق الذي استطيع ان اقول له اسراري			
١٢	اشعر بالراحة حينما اتكلم مع زملائي في الصف			
١٣	اشعر انني وحيد في هذه الدنيا			
١٤	احب مناقشة مشاكلي مع افراد اسرتي			
١٥	اشعر ان زملائي في الصف بعيدون عني			
١٦	اشعر ان اخوتي يحاولون عندما احتاج لهم			
١٧	احب ان اقضي وقت فراغي بالمنزل مع اخوتي			
١٨	اشعر ان المدرسين لا يهتمون بي الصف			
١٩	اشعر ان والدي يهتم بكل والدي اموري وحاجاتي			
٢٠	اشعر بعدم اهميتي بين زملائي في الصف			
٢١	احب الجلوس مع افراد اسرتي			
٢٢	اقاربي يحبونني ويجلسون معي			
٢٣	اشعر انني عديم الاصدقاء			
٢٤	اشعر انني غريب في وسط زملائي في الصف			
٢٥	اشعر بالمحبة والسعادة مع افراد اسرتي			
٢٦	يساعدني زملائي في الصف عندما اتعرض لموقف صعب			
٢٧	اشعر ان والدتي بعيدة عني			

٢٨	اشعران زملائي لايهتمون بأي عمل حسن اقوم به			
٢٩	اشعر ان اخوتي لا يحبونني			
٣٠	اتحدث عن مشاكلي بصراحة مع اصدقائي			
٣١	عندما اقع في مشكلة بالمنزل لا اجد من يقف بجانبي			
٣٢	اشعر ان زملائي في الصف كأخوة لي			
٣٣	اشعر ان اخوتي لا يهتمون الا بمصلحتهم فقط			
٣٤	اشعر بالود والمحبة من كل المحيطين بي			
٣٥	اشعر انني عديم القيمة داخل اسرتي			
٣٦	اشعر ان زملائي يهتمون بوجودي معهم			
٣٧	حينما اتعرض لمشكلة في المدرسة لا اجد من يساعدني			
٣٨	اقوم بزيارة اقاربي			
٣٩	اشعر انه لا يوجد من يحبني			
٤٠	علاقاتي الاجتماعية مع الاخرين ضعيفة			
٤١	اشعر انني معزول عن الاخرين			
٤٢	لا يوجد من الناس من الجأ اليه			
٤٣	اشعرانه لا يوجد احد يشاركني اهتماماتي وافكاري			
٤٤	اشعر انه لا يوجد أي شخص يفهمني جيداً			
٤٥	اشعر بان الناس مشغولون عني رغم انهم حولي			
٤٦	اشعر انه لا يوجد أي شخص يستطيع مساعدتي			