DOI: http://dx.doi.org/10.24200/jeps.vol14iss3pp381-397

تأثير الضغوط النفسية على مستوى الشعور بالاغتراب لدى طلبة جامعة السلطان قابوس

مروة بنت ناصر الراجحية* ورهام بنت أحمد الخليلية
جامعة السلطان قابوس، سلطنة عمان

استُلم بتاريخ: ٢٠١٩/١٢/٣ قُبل بتاريخ: ٢٠٢٠/٣/٢٤

ملخص: هدفت الدراسة إلى التحقق من تأثير الضغوط التعليمية والصحية على مستوى الاغتراب النفسي لدى طلبة جامعة السلطان قابوس، وتأثير بعض المتغيرات الديموغرافية، وهي: الجنس، والمعدل التراكمي في مستوى الشعور بالاغتراب لدى الطلبة. تكونت عينة الدراسة من ٤٨٢ طالبا وطالبة من مرحلة الدراسات الجامعية، والدراسات العليا بجامعة السلطان قابوس، وتمثل الإناث نسبة ٦٩.٣%. واستخدم في الدراسة استبانتان، إحداهما تقيس مستوى الاغتراب لدى الطلبة وفقا لأربعة أبعاد: فقدان الشعور بالانتماء، وعدم الالتزام بالمعايير، والعجز، وفقدان المعنى، والأخرى تقيس مستوى الضغوط التعليمية والصحية. وقد كشفت نتائج الدراسة أن معدلات انتشار الاغتراب والضغوط بين الطلبة كانت منخفضة بشكل عام. كما أظهرت النتائج أن هناك فروقا دالة إحصائيا في بُعد "عدم الالتزام بالمعايير" وفقا لمتغير الجنس، وفروقا دالة إحصائيا في جميع أبعاد الاغتراب وفقا للمعدل التراكمي. بالإضافة إلى ذلك، فقد أوضحت نتائج الدراسة أن الضغوط التعليمية كانت قادرة على التنبؤ بجميع أبعاد الاغتراب، بينما لم تتنبأ الضغوط الصحية سوى ببُعد فقدان المعنى. وقد قدمت الباحثتان مجموعةً من التوصيات لمعالجة مشكلة الاغتراب لدى الطلبة والتعامل معها.

كلمات مفتاحية: الاغتراب، الضغوط النفسية، الطلبة، الجنس.

The Effect of Psychological Stress on Alienation Levels among Sultan Qaboos University Students

Marwa N. Al Rajhi* & Riham A. Alkhalili
Sultan Qaboon University, Sultanate of Oman

Abstract: The study aimed to examine the predictive effects of educational and health stress on Sultan Qaboos University's (SQU) students' feeling of alienation. In addition, the study examined the effects of demographic variables (gender, GPA) on the levels of alienation. The study sample consisted of 482 students (69.3%) females from both undergraduate and postgraduate levels at SQU. Two questionnaires were used. The first one measured the levels of alienation based on four domains: loss of belonging, non-compliance with standards, feeling of disability, and loss of meaning. The second one measured the levels of educational and health stress. The study results revealed that the rates of alienation and stress were generally low. Moreover, statistically significant differences were found in the domain of non-compliance with standards based on gender. Also, statistically significant differences were found in all alienation domains based on GPA. The results indicated that educational stress was able to predict all domains of alienation; however, health stress was able to predict the "loss of meaning" domain only. The researchers provided a number of recommendations to deal with feelings of alienation among students.

Keywords: Alienation, stress, students, gender.

*malrajhi@squ.edu.om

تشهد المجتمعاتُ نتيجة لعوامل التحضر والتقدم التكنولوجي السريع تغيراتٍ سريعةً في الكثير من مجالات الحياة، وإحدى هذه التغيرات تلك المرتبطة بالقيم والمبادئ حيث إنها ليست بمنأى عن هذه التقلبات والتغيرات. وفي تغير القيم تأثيرٌ عميق على نفسية الفرد، ولعل أحد أبرز هذه الجوانب النفسية المتأثرة هو الشعور بالاغتراب. توصف ظاهرة الاغتراب بأنها إحدى سمات عصر العولمة (العقيلي، ٢٠٠٤) وهي نتيجة متوقعة للثورة الصناعية (كيران، ٢٠٠٩). فبعكس حالنا في الوقت الحاضر، لم يكن الإنسان في الماضي يبارح موطنه إلا لحاجة داعية كطلب الرزق أو العلاج، وقد ينشأ الاغتراب من عوامل نفسية خارجية مثل طبيعة المجتمع الذي يعيش فيه الفرد ومدى قدرته على التعامل مع مصاعب الحياة. كما أنه قد يكون نتيجة للضغوط الداخلية الناتجة عن وجود صورة مثالية يطمح الفرد للوصول إليها مما يعني سعيه إلى درجات من الكمال لتحقيق ذاته (زليخة، ٢٠١٣).

عرّف زليخة (٢٠١٢) الاغتراب على أنه الحالة التي يتعرض فيها الإنسان إلى الضعف والعجز والانهيار في الشخصية، وإحساسه بالانفصال عن المجتمع والانسلاخ عن الثقافة الاجتماعية السائدة فيه. ومن المتوقع أن يواجه الإنسان خلال مشوار حياته مواقف يشعر فيها بالاغتراب، فقد ترغم ظروف الحياة بعض الأشخاص أحيانا للنأي عن مواطنهم لاعتبارات عدة، وكثيرا ما يكون الطلبة الجامعيون مُطالبين بترك منازلهم وأُسَرهم لوقوع المؤسسات الجامعية التي ينتمون لها في مناطق بعيدة عن أماكن سكنهم مما يجعلهم عرضة لمشاعر الاغتراب، حيث يختبرون تجربة البُعد عن الأسرة مما قد يكون له بالغ الأثر خاصة مع تجربة السكن برفقة مجموعة من الطلبة القادمين من بيئات ومناخات قد تكون مختلفة تماما عما اعتاد عليه الطالب. وقد تكون المرحلة الجامعية من أهم المراحل التي تصيب الفردَ خلالها مشاعرُ الاغتراب، ولعل هذا عائد إلى طبيعة المرحلة من حيث النمو المعرفي والانفتاح على ثقافات وعوالم أخرى جديدة بالنسبة للطالب، ولأن الشباب في مرحلة نمو متسارع، وهم مُعَرّضون أكثر للتأثر بالتغيرات التي تحدث في حياتهم (الكريديس، ٢٠١٦).

وهناك عدة أسباب قد تؤدي إلى شعور الفرد بالاغتراب، ومن هذه الأسباب: الضغوط النفسية التي يعاني منها الفرد. وقد عرف الغرير وأبو أسعد (٢٠٠٩) الضغوط النفسية بأنها شدة أو صعوبة جسدية أو عقلية أو انفعالية تحدث بسبب مطالب بيئية أو حياتية أو شخصية. وتعد الضغوط النفسية إحدى سمات هذا العصر الذي ازدادت فيه تعقيدات الحياة ومتطلباتها، فجميع الأفراد عرضة للضغوط النفسية بدرجة أو بأخرى. وإذا كان الأفراد بشكل عام يعانون من الضغوط فإن فئة الطلبة يعانون من ذلك بشكل عميق ومؤثر، حيث تعتبر الدارسة - لا سيما الجامعية منها - مصدرا من مصادر الضغط على الطلبة. فبالإضافة إلى الضغوط الأكاديمية الناتجة عن طبيعة الدراسة الجامعية ومتطلباتها، فإن هناك الضغوط المالية، والضغوط الاجتماعية (الناتجة عن الاحتكاك مع باقي أفراد المجتمع الجامعي) والضغوط الصحية، فضلا عن الضغوط الفكرية والثقافية والمهنية التي قد يواجهها بعض الطلبة (الخليلية والكيومية، ٢٠١٨). وكنتيجة للضغوطات التي يعاني منها الطلبة فقد ترتفع لديهم وتيرة القلق والتوتر مما يؤثر سلبًا على الصحة النفسية ويسبب صعوبة التوافق مع متطلبات الدراسة الجامعية. ويشكل الضغط النفسي المستمر عائقا لأنشطة الإنسان، كما أن له تأثيرا مباشرا في بعض الاضطرابات الصحية كاضطرابات القلب ومشكلات الرئة وبعض أمراض السرطان (محمد، ٢٠١٧).

وبالتالي، فإن الدراسة الحالية تسعى للتعرف على مستوى الشعور بالاغتراب لدى طلبة

جامعة السلطان قابوس وتأثير الضغوط النفسية على هذه المستويات، بالإضافة إلى التحقق من اختلاف مستويات الاغتراب وفقا لبعض المتغيرات المتعلقة بالطلبة وهي الجنس، والمعدل التراكمي.

وقد سعت العديد من الدراسات للتحقق من مستويات الاغتراب لدى الطلبة وتأثير بعض العوامل الديموغرافية أو المتغيرات النفسية الأخرى عليها. فعلى سبيل المثال، هدفت دراسة مبارك (٢٠٠٨) إلى التحقق من مدى معاناة أفراد العينة من الاغتراب الاجتماعي وعلاقته بحاجتهم إلى الحب، حيث يشير الاغتراب الاجتماعي إلى عدم مقدرة الفرد على التواصل الاجتماعي مع عادات وتقاليد وثقافة البلد الذي يعيش فيه، مما يجعله مائلا إلى العزلة وعاجزا عن فهم الحياة اليومية. قامت الباحثة ببناء مقياسين أحدهما لقياس الاغتراب الاجتماعي والآخر لقياس الحاجة إلى الحب، وقد جمعت بيانات الدراسة من عينة مكونة من ٣٠٠ فرد من الجنسية العراقية والمقيمين خارج العراق. وأظهرت نتائج الدراسة وجود درجة عالية من الشعور بالاغتراب الاجتماعي لدى العينة ووجود حاجة ماسة للحب، كما وُجدت فروق بين الذكور والإناث في درجة الشعور بالاغتراب الاجتماعي لصالح الإناث. وظهرت فروقٌ في الاغتراب بالنسبة لمتغير مدة الإقامة خارج العراق، فكلما ازدات مدة الاقامة ازداد الشعور بالاغتراب الاجتماعي. وكشفت النتائج أيضا عن وجود علاقة طردية بين الاغتراب الاجتماعي والحاجة للحب.

وأجرى الصافي (٢٠١٠) دراسة للتحقق من العلاقة بين أحداث الحياة الضاغطة والشعور بالاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة. تكونت عينة الدراسة من ٢٨٠ طالبا وطالبة من المعهد العالي للخدمة الاجتماعية في الإسكندرية. وقد كشفت نتائج الدراسة أنه بالنسبة للذكور فقد كانت هناك علاقة دالة إحصائيا بين بُعدين من الاغتراب النفسي (العجز واللاهدف) وبعض أبعاد الضغوط النفسية (الضغوط الأسرية، والضغوط الاقتصادية، والضغوط الدراسية، والضغوط الصحية). أما بالنسبة للإناث، فقد ارتبطت أبعاد الاغتراب: العجز، واللاهدف، واللامعنى، واللامعيارية، والعزلة ببعض أبعاد الضغوط النفسية. كما أوضحت النتائج أيضا أن هناك فروقًا دالة إحصائيا بين الذكور والإناث في بُعدي العجز واللامعيارية لصالح الذكور.

وتحقق كل من سافيبور، وسكوبفلوتشر، وهايجنبوتوم، وإمامي (Safipour, Schopflocher, Higginbottom, & Emmami, 2011) من العلاقة بين الشعور بالاغتراب والتقييم الذاتي لمستوى الصحة العامة لدى طلبة المرحلة الثانوية في السويد، حيث تكونت عينة الدراسة من ٤٤٦ طالبا وطالبة. استخدم الباحثون مقياس (Nottingham Health Profile) لقياس مستوى الصحة لدى أفراد الدراسة بناء على تقييمهم الذاتي في ستة مجالات وهي: الحركة، والألم، والنوم، والعزلة الاجتماعية، ورد الفعل الانفعالي، ومستوى الطاقة. كما تم استخدام مقياس آخر لقياس مستوى الاغتراب الاجتماعي لدى أفراد العينة والذي يركز على الشعور بالعزلة وفقدان المعنى في أنشطة الحياة اليومية. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن هناك معاملات ارتباط متوسطة (تراوحت من ٠.٣٩- ٠.٦٠) ودالة إحصائيا بين الاغتراب الاجتماعي وكل من مستوى الطاقة، ورد الفعل الانفعالي، والنوم، والعزلة الاجتماعية. وقد أكد الباحثون أن الشعور بالاغتراب الاجتماعي لدى أفراد العينة يؤثر على مدى شعورهم بمستوى منخفض من الصحة، خصوصا فيما يتعلق بالصحة النفسية، حيث أوضحت نتائج النموذج البنائي (structural equation model)، أن مستوى الطاقة ورد الفعل الانفعالي ارتبطا بقوة مع مستوى الصحة النفسية والذي بدورة ارتبط بمستوى الشعور بالاغتراب الاجتماعي.

أما دراسة بن زاهي وبن خيرة (٢٠١٣) فقد كشفت عن تأثير متغيرات الجنس

والمستوى الاقتصادي والإقامة بالحي الجامعي أو خارجه على ظاهرة الاغتراب لدى طلبة الجامعة. طبقت الدراسة على ٢٤٠ طالبا وطالبة من جامعة ورقلة. وقد توصلت الدراسة إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الشعور بالاغتراب الأسري بين الطلبة المقيمين بالحي الجامعي وغير المقيمين لصالح غير المقيمين، بينما لم تكن هناك فروق ذات دلالة إحصائية باختلاف جنس الطلبة ولا باختلاف المستوى الاقتصادي لهم. بالإضافة إلى ذلك، فقد تحقق علوان (٢٠١٤) من نسبة انتشار ظاهرة الاغتراب لدى طلبة الجامعة. وقد طبقت الدراسة على ١٠٠ طالب وطالبة من كلية التربية بجامعة بابل. وأوضحت النتائج أن نسبة الاغتراب لدى طلبة الجامعة تبلغ ٩%، كما وُجدت فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والإناث في مستوى الشعور بالاغتراب لصالح الذكور.

وهدفت دراسة الشهاوي (٢٠١٥) للتعرف على العلاقة بين الاغتراب النفسي وقلق المستقبل. فقد أجريت الدراسة على عينة تتكون من ٣٠٠ طالب وطالبة بجامعة المنصورة، كما تم تطبيق مقياسين في هذه الدراسة وهما مقياس الاغتراب النفسي ومقياس قلق المستقبل. وقد خلصت الدراسة إلى وجود علاقة ذات دلالة إحصائية بين قلق المستقبل والاغتراب النفسي، كما أظهرت فروقًا دالة إحصائيا في قلق المستقبل بين أفراد العينة الواقعين في الأرباعي الأعلى من مقياس الاغتراب والواقعين في الأرباعى الأدنى، وذلك لصالح الطلبة الواقعين في الأرباعي الأعلى.

وهدفت دراسة كل من توم، وماتوس، وكاموتش، وسيموس، وجومس (Tome, Matos, Camacho, Simoes, & Gomes, 2016) للتحقق من تأثير الاغتراب على جوانب مختلفة من الصحة النفسية للطلبة المراهقين في البرتغال. تكونت عينة الدراسة من ٣٤٩٤ طالبا وطالبة من الصفين الثامن والعاشر. حيث تم استخدام استبيان يركز على بعض جوانب الصحة النفسية لدى الطلبة. أما بالنسبة للاغتراب، فقد تم استخدام مقياس مكون من أربعة أبعاد رئيسة وهي: فقدان الشعور بالانتماء، أو العزلة الاجتماعية، وفقدان الشعور بالمعنى، وعدم الالتزام بالمعايير، والعجز. وقد تم استخدام الانحدار المتعدد الخطي للتنبؤ بالاغتراب النفسي باستخدام عدة عوامل. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن الذكور لديهم مستوى أقل من الاغتراب النفسي مقارنة بالإناث، كما أن انخفاض المستوى الاقتصادي للأسرة يؤدي إلى مستوى أعلى من الاغتراب، وأن الطلبة الذين لديهم مستوى منخفض من الرضا عن الحياة لديهم مستوى أعلى من الاغتراب.

كما هدفت دراسة كحيلة وديب (٢٠١٧) إلى الكشف عن مظاهر الاغتراب لدى عينة من طلبة الجامعة وأثر كل من متغير الجنس والحالة الاجتماعية والحالة السكنية على الاغتراب، حيث ركز الباحثان على قياس أربعة أبعاد هي (اللامعيارية، اللاهدف، اللاقوة، اللامعنى). تكونت عينة الدراسة من ١١٠ طلابٍ وطالبات في جامعة تشرين. وقد أظهرت النتائج أن مظاهر الاغتراب الأكثر انتشارا هي المتعلقة ببعد "اللامعيارية" تليها "اللا قوة" ثم "اللاهدف" وأخيرا "اللامعنى"، وبلغت نسبة انتشار الاغتراب ككل ٥٧.٢٧%. ولم تظهر الدراسة أي فروق ذات دلالة إحصائية حسب متغيرات الجنس والحالة الاجتماعية والحالة السكنية.

وبحث موريناج، وهادجار، ووهاستشر (Morinaj, Hadjar, & Hascher, 2019) العلاقة بين الاغتراب المدرسي (الاغتراب عن التعلم، والاغتراب عن المعلمين، والاغتراب عن الأقران) وعلاقته بالتحصيل الدراسي لدى عينة من طلبة الصفوف من السابع حتى التاسع في سويسرا ولكسمبرغ، حيث كانت دراسة طولية استمرت لمدة ثلاث سنوات. وقد تم تطبيق مقياس الاغتراب المدرسي،

بالإضافة إلى الاعتماد على درجات الطلبة في مواد الرياضيات، واللغة الفرنسية، واللغة الألمانية والتي قد تم حسابها كمعدل عام (GPA) في نهاية السنة الدراسية. وقد خلصت نتائج الدراسة إلى أن أبعاد الاغتراب المدرسي ارتبطت بعلاقة سالبة مع التحصيل الدراسي في كلا العينتين. كما ظهرت ارتباطات مختلفة تعتمد على أبعاد الاغتراب وعلى المرحلة الدراسية. فعلى سبيل المثال، اتضح أن هناك علاقة تبادلية بين التحصيل الدراسي والاغتراب لدى طلبة الصفوف السابع والثامن في بُعدي الاغتراب عن التعلم والاغتراب عن المعلمين، وأن انخفاض التحصيل الدراسي في الصفوف السابقة كان سببا للشعور بالاغتراب لدى طلبة الصفين الثامن والتاسع في بُعدي الاغتراب عن التعلم والاغتراب عن المعلمين، وأن الشعور السابق بالاغتراب يؤثر على التحصيل الدراسي لدى طلبة الصفوف السابع إلى التاسع. كما تبين أيضا أن الطلبة الذكور كانوا أكثر شعورا بالاغتراب في الأبعاد الثلاثة (الاغتراب عن التعلم، والاغتراب عن المعلمين، والاغتراب عن الأقران) مقارنة بالإناث. وهناك دراسات أخرى تحققت من العلاقة بين الاغتراب والتحصيل الدراسي (مثل: Johnson, 2005).

أما بالنسبة للدراسات التي أجريت على طلبة جامعة السلطان قابوس حول الاغتراب، فلم تجد الباحثتان سوى دراسة واحدة لحسن والجمالي (٢٠٠٣) والتي هدفت إلى التعرف على العلاقة بين انتشار الأفكار اللاعقلانية وبعض الاضطرابات الانفعالية من ضمنها الاغتراب، وإمكانية التنبؤ بهذه الاضطرابات بواسطة الأفكار اللاعقلانية. وقد تكونت عينة الدراسة من ٢٠٤ طلاب وطالبات من كلية التربية بجامعة السلطان قابوس. وفيما يتعلق بالاغتراب، فقد كشفت نتائج الدراسة أن هناك علاقة دالة إحصائيا بينه وبين الأفكار اللاعقلانية ككل. وعند استخدام تحليل الانحدار المتعدد المتدرج، فقد اتضح أن هناك اثنتين من الأفكار اللاعقلانية كانت قادرة على التنبؤ بالاغتراب لدى الطلبة وهما: (١) "من الضروري أن يكون الفرد محبوبا أو مَرْضِيًا عنه من كل المحيطين به" و(٢) "الخبرات والأحداث الماضية هي المحددات الأساسية للسلوك الحاضر، والمؤثرات الماضية لا يمكن استئصالها" (ص. ٢١٠، ٢١١).

ومن الدراسات السابقة يمكن الإشارة أن هناك العديد من الدراسات التي تحققت من العلاقة بين الاغتراب وبعض المتغيرات النفسية الأخرى مثل الصحة النفسية وقلق المستقبل والحاجة إلى الحب والأفكار اللاعقلانية، كما أن هناك بعض الدراسات التي تحققت من دور الضغوط النفسية في الشعور بالاغتراب لدى طلبة الجامعة مثل الصافي (٢٠١٠)، إلا أن هناك شُحًا في الدراسات الحديثة التي تحققت من أنواع الضغوط النفسية (مثل الصحية، والدراسية، والاقتصادية ...وغيرها) وبين الاغتراب. ولكن هناك بعض الدراسات التي ربطت بين ضغوط العمل والاغتراب الوظيفي (مثل: أبورمان، والزيادات، والعطيات، ٢٠١٦؛ وSantas, Isik, & Demir, 2016) وبعض الدراسات التي ربطت بين الضغوط التعليمية والاغتراب المدرسي لدى طلبة المدرسة (Polat & Özdemir, 2018) وجميعها أكدت تأثير الضغوط النفسية في الشعور بالاغتراب. كما اختبر بعض الباحثون العلاقة بين الاغتراب وبعض المتغيرات الديموغرافية مثل الجنس (مثل: كحيلة وديب، ٢٠١٧؛ و Morinaj et al., 2019؛ و Tome et al., 2016)، ومتغيرات أخرى كالتحصيل الدراسي والحالة الاجتماعية والحالة السكنية (مثل: بن زاهي وبن خيرة ٢٠١٣؛ وكحيلة وديب، ٢٠١٧؛ وMorinaj et al., 2019). ولذلك، فإن الدراسة الحالية سعت للتحقق من تأثير الضغوط النفسية (التعليمية والصحية) على شعور طلبة الجامعة بالاغتراب، كما أنها اختبرت الفروق في مستوى الاغتراب بالنسبة لمتغيرات الجنس والمعدل التراكمي.

مشكلة الدراسة وأسئلتها

أظهرت الدراسات السابقة من خلال ما تم عرضه أن طلبة الجامعة معرضون لمشكلة الاغتراب النفسي، كما أن هناك العديد من العوامل التي قد تؤثر على ظهور هذه المشكلة مما يجب دراستها وفهمها والتعامل معها. وبالرغم من أهمية هذه الظاهرة، فإن هناك نقصًا شديدًا في الدراسات التي أجريت على الطلبة في سلطنة عمان، كما أن هناك عددًا قليلًا من الدراسات – على حد علم الباحثتين - التي تحققت من تأثير الضغوط النفسية بنوعيها التعليمية والصحية على الاغتراب النفسي. ولذلك، فإن الدراسة الحالية تسعى إلى التحقق من مستوى الشعور بالاغتراب لدى الطلبة في جامعة السلطان قابوس وفقا لأربعة أبعاد وهي: فقدان الشعور بالانتماء، وعدم الالتزام بالمعايير، والعجز، وفقدان المعنى. كما تهدف الدراسة للكشف عن قدرة الضغوط النفسية التعليمية والصحية في التنبؤ بمستوى الشعور بالاغتراب لدى الطلبة، بالإضافة إلى دراسة تأثير متغيرات الجنس والمعدل التراكمي عليها. ولذلك، فقد تبنت الدراسة المنهج الوصفي للإجابة عن الأسئلة التالية:

١. **ما معدلات انتشار كل من الشعور بالاغتراب والضغوط النفسية لدى طلبة جامعة السلطان قابوس؟**
٢. **هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الشعور بالاغتراب لدى طلبة جامعة السلطان قابوس تُعزى إلى متغير الجنس، والمعدل التراكمي؟**
٣. **ما درجة إسهام كل من الضغوط التعليمية والضغوط الصحية في التنبؤ بمستوى الاغتراب لدى طلبة جامعة السلطان قابوس؟**

أهمية الدراسة

١. تكمن أهمية الدراسة في تقدير مستوى مشاعر الاغتراب التي يعاني منها طلبة الجامعة وبالتالي العمل على إيجاد برامج علاجية ووقائية تسعى لخفض مستوى الاغتراب لديهم.
٢. تتناول الدراسة شريحة ذات أهمية كبيرة في المجتمع وهي فئة الطلبة الجامعيين وهم عماد الأمة الذين يَعتمد عليهم إلى حد كبير مستقبلُ الوطن، وما يعيق إنتاجهم وتقدمهم يعد أمرًا يجب العناية به.
٣. ما تشهده المجتمعات اليوم ومنها المجتمع العماني من تغير وتيرة الحياة بشكل متلاحق وسريع مما يمثل نوعا من الضغط النفسي ويزيد من فرصة زيادة مشاعر الاغتراب، لذلك فإنه من الأهمية دراسة طبيعة العلاقة بين هذين المتغيرين والعمل على التعامل معهما وعلاجهما.

مصطلحات الدراسة

الاغتراب: عرفه العقيلي (٢٠٠٤) على أنه "شعور الفرد بالانفصال عن الآخرين أو عن الذات أو كليهما" (ص. ١٢). وقد عُرفت أبعاد الاغتراب وفقا لمعدة المقياس (أبكر، كما ورد في العقيلي، ٢٠٠٤) كما يلي:

- فقدان الشعور بالانتماء: شعور الفرد بعدم الانتماء للمجتمع الذي يعيش فيه وأنه ليس أحد أفراده، والشعور بالعزلة والوحدة والغربة عن نفسه وأسرته وزملائه في الجامعة.
- عدم الالتزام بالمعايير: عدم التزام الفرد بمعايير المجتمع وقيمه رغم وعيه بها، ويسعى لتحقيق أهدافه بوسائل مشروعة وغير مشروعة ترضي طموحه.

- العجز: انعدام القدرة على الوصول إلى النتائج التي يسعى لها الفرد وذلك لعدم مقدرته في التحكم في نفسه أو التأثير على الآخرين في المواقف الاجتماعية التي يتفاعل معها.
- فقدان المعنى: عدم قدرة الفرد على فهم الجوانب المختلفة المتصلة به، فيفقد الشعور بمعنى حياته ولا يدرك ضرورة لوجوده ولا يجد ما يعيش من أجله مما يولد لديه شعورا بالملل والسآمة وعدم الرغبة في الحياة.

ويُعَرّف الاغتراب إجرائيا على أنه متوسط مجموع الدرجات التي يحصل عليها الفرد في الأبعاد الأربعة من المقياس المستخدم في الدراسة الحالية.

الضغوط النفسية: عرّفتها هناء (٢٠١٣) على أنها "الصعوبات والمعوقات المادية والمعنوية المتكررة التي تواجه الطالب الجامعي" (ص، ١٠).

وتعرف إجرائيا على أنها متوسط مجموع الدرجات التي يحصل عليها المستجيب في بعدي الضغوط التعليمية، والضغوط الصحية من المقياس المستخدم في الدراسة الحالية.

منهجية الدراسة

مجتمع وعينة الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة جامعة السلطان قابوس المقيدين خلال فصل ربيع ٢٠١٩، والبالغ عددهم ١٧٥٣٠ حسب إحصائيات دائرة التخطيط والإحصاء بجامعة السلطان قابوس لفصل خريف ٢٠١٨ (دائرة التخطيط والإحصاء، ٢٠١٨). فقد بلغ عدد طلبة الدراسات الجامعية (البكالوريوس) ١٥٨٧٨ وبلغ عدد طلبة الدراسات العليا ١٦٥٢. وقد تم استخدام أسلوب العينة المتاحة في اختيار عينة الدراسة، وذلك من خلال إرسال أداة الدراسة إلكترونيا إلى جميع طلبة الجامعة عن طريق البريد الإلكتروني ودعوتهم للمشاركة. وقد تكونت عينة الدراسة من ٤٨٢ طالبا وطالبة (٦٩.٣% إناث) من مرحلتي البكالوريوس، ومرحلة الدراسات العليا (الدبلوم، الماجستير، والدكتوراه) وهو ما يشكل نسبة ٢.٧٤% من مجتمع الدراسة. حيث شكلت عينة طلبة الدراسات الجامعية ٢.٦٢% (ن= ٤٢٠) من مجتمع طلبة الدراسات الجامعية، بينما شكلت عينة طلبة الدراسات العليا ٢.٥٤% (ن= ٦٢) من مجتمع عينة طلبة الدراسات العليا، علما أنه لم تتم المقارنة بين العينتين في نتائج الدراسة بسبب الفرق الكبير بين حجميهما.

أدوات الدراسة

المتغيرات الديموغرافية

تم تضمين بندين في أداة الدراسة لتحديد جنس الطالب، والمعدل التراكمي. فبالنسبة لجنس الطالب تم توفير خيارين (ذكر، وأنثى) ليختار الطالب ما ينطبق عليه، أما بالنسبة للمعدل التراكمي فقد تم وضع أربعة خيارات وهي: ١.٩٩ أو أقل، ٢.٠٠-٢.٤٩، ٢.٥٠- ٢.٩٩، ٣.٠٠ أو أكثر، وخيار "لا ينطبق" وذلك ليتناسب مع طلبة البرنامج التأسيسي. وقد تم تحديد هذه الخيارات لأنها الأكثر شيوعا واستخداما في الدراسات السابقة التي أُجريت على طلبة جامعة السلطان قابوس، كما ارتأت الباحثتان عدم ترك هذا السؤال مفتوحا وذلك لما لاحظتاه من خلال تجربتهما من تردد الطلبة في كتابة معدلهم التراكمي.

مقياس الاغتراب

تم استخدام مقياس الاغتراب للمرحلة الجامعية من إعداد أبكر (١٩٨٩) الذي تم تطويره واستخراج معاملات الصدق والثبات له على البيئة السعودية. يتكون المقياس من ١٠٥ عبارات موزعة على سبعة أبعاد وبواقع ١٥ عبارة في كل بُعد وهي: فقدان الشعور بالانتماء، وعدم الالتزام بالمعايير، والعجز، وعدم الإحساس بالقيمة، وفقدان الهدف،

وفقدان المعنى، ومركزية الذات. ويصحح المقياس على تدرج لايكرت خماسي يتراوح من معارض بشدة (١) إلى موافق بشدة (٥)، حيث تعبر الدرجة الأعلى في المقياس على مستوى شعور أكبر بالاغتراب. وقد استخدمه العقيلي (٢٠٠٤) في دراسته على طلبة المرحلة الجامعية بالمملكة العربية السعودية وتحقق من ثبات المقياس بطريقة التجزئة النصفية، حيث بلغت قيمة معامل الارتباط بين الفقرات الزوجية والفقرات الفردية للمقياس ٠.٩١، وأيضا بطريقة الاتساق الداخلي حيث بلغت قيمة ألفا لكرونباخ ٠.٩١.

وفي الدراسة الحالية، تم أولا اختصار المقياس وذلك لأن به عدداً كبيرا جدا من الفقرات مما قد يعيق عملية التطبيق حيث يكلف وقتا وجهدا ولا يشجع المستجيبين لإعطاء اجابات دقيقة. لذلك، قامت الباحثتان بالإطلاع على الأدب النظري والدراسات السابقة لتحديد أبعاد الاغتراب الشائعة في معظم الدراسات (مثل:الشمري، ٢٠١٤؛ الصافي، ٢٠١٠؛ عريف، ٢٠١٢؛ العنزي، ٢٠١٦؛ المدهون، ٢٠١٦)، وبناء على ذلك فقد تم اختيار أربعة أبعاد وهي: فقدان الشعور بالانتماء (ويعرف أيضا بالعزلة الاجتماعية في بعض الدراسات)، وعدم الالتزام بالمعايير، والعجز، وفقدان المعنى. كما تم الاكتفاء بعشرة عبارات في كل بُعد، وذلك بعد استبعاد العبارات المكررة والتي تتشابه بدرجة كبيرة في المعنى. ثم تم عرض المقياس للتحكيم من قبل مجموعة من المختصين في علم النفس وفي الإرشاد والتوجيه للتأكد من الصدق الظاهري للمقياس، وقد تم الاتفاق على انتماء العبارات للأبعاد التابعة لها مع إجراء بعض التعديلات اللغوية في بعض العبارات.

تم التحقق من ثبات المقياس في الدراسة الحالية بطريقة إعادة الاختبار (بفاصل زمني مدته أسبوعان بين التطبيقين)، حيث تم تطبيق المقياس على عينة استطلاعية مكونه من ٢٤ طالبا وطالبة من مرحلة الدراسات الجامعية. وقد كانت جميع قيم معاملات الارتباط بين التطبيقين الأول والثاني مرتفعة، فقد بلغت: ٠.٩٠ (فقدان الشعور بالإنتماء)، ٠.٥٩ (عدم الالتزام بالمعايير)، ٠.٨٠ (العجز)، و ٠.٧٥ (فقدان المعنى).

وبعد التطبيق الاستطلاعي للمقياس، تم حذف عبارة واحدة من بُعد فقدان المعنى بسبب ارتباطها الضعيف والسالب بالدرجة الكلية للبُعد، وبالتالي فقد تكونت النسخة النهائية من المقياس من ٣٩ عبارة. كما تم التحقق من ثبات المقياس أيضا بطريقة الاتساق الداخلي (ألفا لكرونباخ) وقد كانت القيم كالآتي: فقدان الشعور بالانتماء (١٠ عبارات، α= ٠.٨١)، وعدم الالتزام بالمعايير (١٠ عبارات، α= ٠.٧٤)، والعجز (١٠ عبارات، α= ٠.٠.٨١)، وفقدان المعنى (٩ عبارات، α= ٠.٧٩).

ومن الأمثلة لعبارات المقياس في كل بُعد:

- فقدان الشعور بالانتماء: "أشعر بالوحدة حتى عندما أكون بين أسرتي".
- عدم الالتزام بالمعايير: "أنفذ قراراتي دون الاهتمام بالمعايير الاجتماعية".
- العجز: "أشعر بأنني مسلوب الإرادة"
- فقدان المعنى: "أعتقد أنه لا معنى لسعي الناس وكدهم في الحياة".

مقياس الضغوط النفسية

تم استخدام مقياس الضغوط النفسية من إعداد أبي مولود (كما ورد في هناء، ٢٠١٣). يتكون المقياس من ٣٠ عبارة موزعة على ثلاثة أبعاد أساسية وهي: المشكلات المالية، والمضايقات الصحية، والصعوبات التعليمية. وتسجل الاستجابات على تدرج ليكرت خماسي Likert Scale (5 point) يتراوح من معارض بشدة (١) إلى موافق بشدة (٥).

وقد استخدمت هناء (٢٠١٣) المقياس على عينة من طلبة الجامعة في الجزائر، كما أشارت إلى قيم ثبات الاتساق الداخلي للنسخة الأصلية من المقياس والتي تراوحت من ٠.٦٣ (الصعوبات التعليمية) إلى ٠.٧٣ (المشكلات المالية)، كما تم التحقق من الثبات أيضا بطريقة التجزئة النصفية، وقد تراوحت قيم معاملات الثبات من ٠.٧٨ (المضايقات الصحية) إلى ٠.٧١ (المشكلات المالية). وتم استخدام هذا المقياس في دراسة سابقة على عينة من طلبة جامعة السلطان قابوس في سلطنة عمان بواسطة (الخليلية والكيومية، ٢٠١٨). حيث تم التحقق من الصدق الظاهري للمقياس عن طريق عرضه على مجموعة من المحكمين. وقد قامت الباحثتان بتغيير مسميات الأبعاد بعد التحكيم إلى: الضغوط التعليمية، والضغوط المالية، والضغوط الصحية. كما تم التحقق من ثبات الاتساق الداخلي لأبعاده، حيث تراوحت قيم ألفا لكرونباخ من ٠.٧٧ (الضغوط التعليمية) إلى ٠.٨٢ (الضغوط الصحية).

وفي الدراسة الحالية، فقد تم الاكتفاء فقط بدراسة بُعدين من الضغوط النفسية وهما بُعدا الضغوط التعليمية (١٠ عبارات، مثال: انخفضت رغبتي في مواصلة دراستي لكثرة متطلباتها) والضغوط الصحية (١٠ عبارات، مثال: انخفضت حدة بصري بسبب تركيزي في الدراسة). وتم التحقق من ثبات المقياس بطريقة الاتساق الداخلي، حيث بلغت قيمة ألفا لكرونباخ ٠.٨٣ للضغوط التعليمية، و٠.٨٤ للضغوط الصحية.

نتائج الدراسة

إجابة السؤال الأول: ما معدلات انتشار كل من الشعور بالاغتراب والضغوط النفسية لدى طلبة جامعة السلطان قابوس؟

لإيجاد معدلات انتشار كل من الاغتراب والضغوط النفسية لدى الطلبة، تم حساب التكرارات والنسب المئوية لمتوسطات درجات الأفراد التي تقابل المئين ٩٥ فأعلى. حيث يشير هذا المئين إلى الدرجة الخام التي يزيد بها الفرد عن ٩٥% من أفراد العينة، ويبتعد عن المتوسط الحسابي بانحرافين معياريين (+٢)، وبالتالي فإن الأفراد التي تقابل درجاتهم هذا المئين أو أعلى تعد درجاتهم مبتعدة جدا عن الدرجات السوية، ويمكن القول أن لديهم مستوى عاليًا من الاغتراب أو الضغوط النفسية (Grimm, 1993). ويوضح جدول ١ الإحصاءات الوصفية لجميع أبعاد الاغتراب والضغوط النفسية، ودرجة القطع وهي المتوسط الحسابي الذي يقابل المئين ٩٥، بالإضافة إلى التكرارات والنسب المئوية والتي تعبر عن الأفراد الذين تساوي درجتهم درجة القطع أو أعلى منها وهو ما يشير إلى معدلات انتشار الاغتراب بأبعادة الأربعة والضغوط التعليمية والصحية.

جدول ١

الإحصاءات الوصفية ومعدلات انتشار الاغتراب والضغوط النفسية (ن= ٤٨٢)

البعد	الحد الأدنى	الحد الأعلى	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	درجة القطع (المتوسط الحسابي المقابل للمئين ٩٥)	التكرار	%
فقدان الشعور بالإنتماء	١.٠٠	٤.٦٠	٢.٣٠	٠.٧٦	٣.٧٠	٢٧	٥.٦
عدم الالتزام بالمعايير	١.١٠	٤.١٠	٢.١٩	٠.٦٢	٣.٤٠	٢٨	٥.٨
العجز	١.١٠	٤.٩٠	٢.٥٧	٠.٧٠	٣.٨٨	٢٤	٥
فقدان المعنى	١.١١	٤.٧٨	٢.٤٥	٠.٧٢	٣.٧٧	٢٩	٦
الضغوط التعليمية	١.٠٠	٥.٠٠	٢.٩٠	٠.٨٢	٤.٣٥	٢٤	٥
الضغوط الصحية	١.٠٠	٥.٠٠	٢.٧٣	٠.٩٢	٤.٤٠	٣٣	٦.٨

ويشير جدول ١ إلى أن معدلات انتشار كل من أبعاد الاغتراب والضغوط النفسية منخفضة بين الطلبة بشكل عام، حيث يتضح أن نسبة الأفراد الذين يعانون من فقدان الشعور بالإنتماء ٥.٦% من حجم العينة، بينما يعاني ٥.٨% من عدم الالتزام بالمعايير، و٥% من العجز، و٦% من فقدان المعنى ويمثل "فقدان المعنى" أعلى أبعاد الأغتراب انتشارا بين الطلبة. وكانت نسبة الطلبة الذين يعانون من الضغوط الصحية ٦.٨% وهي أعلى من نسبة الطلبة الذين يعانون من الضغوط التعليمية ٥%، وتعدان نسبتان منخفضتان أيضا مقارنة بحجم العينة.

إجابة السؤال الثاني: هل توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الشعور بالاغتراب لدى طلبة جامعة السلطان قابوس تعزى إلى متغير الجنس، والمعدل التراكمي؟

للكشف فيما إذا كانت هناك فروقٌ دالة إحصائيا في مستوى الشعور بالاغتراب بأبعاده الأربعة (فقدان الشعور بالانتماء، وعدم الالتزام بالمعايير، والعجز، وفقدان المعنى) لدى طلبة جامعة السلطان قابوس تعزى إلى كل من الجنس، والمعدل التراكمي تم استخدام تحليل التباين المتعدد الأحادي (one way MANOVA) وذلك للكشف عن الفروق وفقا لكل متغير من هذه المتغيرات على حدة. مع وجوب الإشارة إلى أنه تم الاعتماد على مؤشر محك بيلالي (Pillali's Trace) بدلا من ويليكس لامبد؛ وذلك بسبب عدم تحقق التجانس في مصفوفة التباين- التغاير التي يتم اختبارها باستخدام اختبارBox's M، (حيث يعتبر تجانسها أحد الافتراضات المهمة في تحليل التباين المتعدد).

الجنس

أظهرت نتائج تحليل التباين المتعدد الأحادي أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠.٠١ في مستوى الشعور بالاغتراب تعزى لمتغير الجنس. حيث كانت قيمة محك بلالي تساوي ٠.٠٤، بدرجات حرية تساوي ٤ و٤٧٧ وقيمة احتمالية تساوي ٠.٠٠٠. كما أشار حجم الأثر باستخدام مربع إيتا الجزئي (partial eta square) أن ٤.٧% من التباين في مستوى الشعور بالاغتراب يعزى إلى متغير الجنس وهو ما يعد حجم أثر صغير حسب معايير كوهن (Cohen, 1988).

ويوضح جدول ٢ نتائج تحليل التباين أحادي التغيير لمعرفة فيما إذا كانت هناك فروق دالة إحصائيا في كل بُعد من أبعاد الاغتراب وفقا لمتغير الجنس، علما أنه قد تم استخدام تصحيح بون فِروني (Bonferroni) لمستوى الدلالة للتقليل من احتمال الوقوع في الخطأ من النوع الأول، وذلك بقسمة مستوى الدلالة ٠.٠٥ على عدد المتغيرات التابعة (ن= ٤) (Pallent, 2010). وبالتالي فقد تم المقارنة على مستوى دلالة يساوي ٠.٠١٢.

جدول ٢

نتائج اختبار تحليل التباين أحادي التغيير في مستوى الاغتراب لدى الطلبة وفقا لمتغير الجنس (ن= ٤٨٢)

أبعاد الاغتراب	مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	ف (١، ٤٨٠)	القيمة الاحتمالية	حجم الأثر
فقدان الشعور بالانتماء	الجنس	٠.٠٢	٠.٠٢	٠.٠٤	٠.٨٢	–
	الخطأ	٢٨٤.٧٠	٠.٥٩			
عدم الالتزام بالمعايير	الجنس	٦.٩٥	٦.٩٥	١٨.٣٧	٠.٠٠٠	٠.٠٣٧
	الخطأ	١٨١.٨٠٠	٠.٣٧			
العجز	الجنس	٠.٠٧	٠.٠٧	٠.١٥	٠.٦٩	–
	الخطأ	٢٣٨.٦٤	٠.٤٩	١.٢٤	٠.٢٦	–
فقدان المعنى	الجنس	٠.٦٦	٠.٦٦			
	الخطأ	٢٥٤.٥٥	٠.٥٣			

يتضح من جدول ٢ أن هناك فروقا دالة إحصائيا عند مستوى دلالة ٠.٠١٢ في بُعد "عدم الالتزام بالمعايير" تعزى إلى متغير الجنس. وعند الرجوع إلى المتوسطات الحسابية، فقد اتضح أن الذكور لديهم مستوى أعلى من عدم الالتزام بالمعايير (م= ٢.٣٧) مقارنة بالاناث (م= ٢.١١). ويشير حجم الأثر إلى أن ٣.٧% من التباين في بعد عدم الالتزام بالمعايير يعزى إلى متغير الجنس، وهو يعد حجم أثر صغير حسب معايير كوهن (Cohen, 1988).

المعدل التراكمي

تم تسجيل المعدلات التراكمية للطلبة على ٤ فئات أساسية وهي: ١.٩٩ أو أقل، ٢.٠٠-٢.٤٩، ٢.٥٠-٢.٩٩، ٣ أو أكثر، إلا أنه بسبب قلة عدد المستجيبين في أول فئتين فقد تم دمجهما لغرض المقارنة، كما تم استبعاد طلبة البرنامج التأسيسي والذين لا ينطبق عليهم خيار المعدل التراكمي (وهذا ما يفسر نقص حجم العينة في هذا التحليل الأحصائي). وبالتالي فقد تمت المقارنة على ٣ فئات (٢.٤٩ أو أقل، ٢.٥٠-٢.٩٩، ٣.٠٠ أو أكثر).

وعند إجراء اختبار تحليل التباين المتعدد الأحادي، اتضح وجود فروق دالة إحصائيا عند مستوى دلالة ٠.٠١ في مستوى الشعور بالاغتراب لدى الطلبة يعزى إلى متغير المعدل التراكمي، حيث بلغت قيمة محك بيلالي ٠.١٥ بدرجات حرية تساوي ٨ و٦٠٠ وقيمة احتمالية تساوي ٠.٠٠٠. ويشير حجم الأثر إلى أن ٧.٦% من التباين في مستوى الشعور بالاغتراب يعزى إلى المعدل التراكمي للطلبة، وهو يعد حجم أثر متوسط حسب معايير كوهن (Cohen, 1988).

ويوضح جدول ٣ نتائج تحليل التباين أحادي التغيير للفروق في أبعاد الاغتراب وفقا للمعدل التراكمي، حيث تم استخدام تصحيح بون فِروني (Bonferroni) لمستوى الدلالة، وبالتالي فقد تم المقارنة على مستوى دلالة يساوي ٠.٠١٢.

ويتضح من جدول ٣ أن هناك فروقا ذات دلالة إحصائية عند مستوى دلالة ٠.٠١٢ في جميع أبعاد الاغتراب تعزى إلى متغير المعدل التراكمي. ويفسر المعدل التراكمي ٣.٣% من التباين في مستوى "فقدان الشعور بالإنتماء" وهو يعد حجم أثر صغير حسب معايير كوهن (Cohen, 1988)، و ١٤.٤% من التباين في مستوى "عدم الالتزام بالمعايير" وهو يعد حجم أثر كبير، و٣.٦% من التباين في مستوى "العجز" وهو يعد حجم أثر صغير، و٥.١% من التباين في مستوى "فقدان المعنى" وهو يعد حجم أثر متوسط.

جدول ٣

نتائج اختبار تحليل التباين أحادي التغيير في مستوى الاغتراب لدى الطلبة وفقا لمتغير المعدل التراكمي (ن= ٣٠٥)

أبعاد الاغتراب	مصدر التباين	مجموع المربعات	متوسط المربعات	ف (٢، ٣٠٢)	القيمة الاحتمالية	حجم الأثر
فقدان الشعور	المعدل التراكمي	٥.٩٥	٢.٩٧	٥.١٠	٠.٠٠٧	٠.٠٣٣
بالانتماء	الخطأ	١٧٥.٩١	٠.٥٨			
عدم الالتزام	المعدل التراكمي	١٧.٧٦	٨.٨٨	٢٥.٤٣	٠.٠٠٠	٠.١٤٤
بالمعايير	الخطأ	١٠٥.٤٧	٠.٣٤			
العجز	المعدل التراكمي	٥.٢٠	٢.٦٠	٥.٥٦	٠.٠٠٤	٠.٠٣٦
	الخطأ	١٤١.٢٢	٠.٤٦			
فقدان المعنى	المعدل التراكمي	٧.٦٥	٣.٨٢	٨.٠٩	٠.٠٠٠	٠.٠٥١
	الخطأ	١٤٢.٦٧	٠.٤٧			

ويوضح جدول ٤ نتائج اختبار شافيه (Scheffe) للمقارنات المتعددة، علما أنه قد تم المقارنة عند مستوى دلالة يساوي ٠.٠١٢ (بعد استخدام تصحيح بونفيرون "Bonferroni")، حيث يتضح أن الطلبة ذوي المعدل التراكمي الأقل "٢.٤٩ أو أقل" كان لديهم مستوى أعلى في جميع أبعاد الاغتراب مقارنة بالطلبة ذوي المعدل التراكمي الأعلى "٢.٥٠-٢.٩٩" أو "٣.٠٠ أو أكثر."

إجابة السؤال الثالث: ما درجة إسهام كل من الضغوط التعليمية والضغوط الصحية في التنبؤ بمستوى الاغتراب لدى الطلبة؟

تم استخدام الانحدار المتعدد المعياري للكشف عن درجة إسهام كل من الضغوط التعليمية والضغوط الصحية في التنبؤ بكل بُعد من أبعاد الاغتراب (فقدان الشعور بالانتماء، وعدم الالتزام بالمعايير، والعجز، وفقدان المعنى) حيث تم إجراء ٤ نماذج للانحدار المتعدد المعياري. وقد اتضح أن معامل الارتباط بين المتغيرات المستقلة (الضغوط التعليمية، والضغوط الصحية) كان دالا إحصائيا عند مستوى ٠.٠١، وبلغ ٠.٧١ (أي أقل من ٠.٨) مما يشير إلى عدم وجود ارتباطات خطية مشتركة (multicolinearity) بين المتغيرات.

جدول ٤

نتائج اختبار شافية للفروق في الاغتراب وفقا للمعدل التراكمي

البعد	المعدل التراكمي		فرق المتوسطات	الدلالة الاحصائية	اتجاه الفروق
فقدان الشعور بالانتماء	٢.٤٩ أو أقل	٣.٠٠ أو أكثر	٠.٣٣	٠.٠٠٧	٢.٤٩ أو أقل
عدم الالتزام بالمعايير	٢.٤٩ أو أقل	٢.٥٠-٢.٩٩	٠.٤٤	٠.٠٠٠	٢.٤٩ أو أقل
	٢.٤٩ أو أقل	٣.٠٠ أو أكثر	٠.٥٦	٠.٠٠٠	٢.٤٩ أو أقل
العجز	٢.٤٩ أو أقل	٣.٠٠ أو أكثر	٠.٣٠	٠.٠٠٥	٢.٤٩ أو أقل
فقدان المعنى	٢.٤٩ أو أقل	٣.٠٠ أو أكثر	٠.٣٧	٠.٠٠٠	٢.٤٩ أو أقل

ملاحظة: تم ادراج المقارنات الدالة فقط

جدول ٥

نتائج تحليل الانحدار المتعدد المعياري لأبعاد الاغتراب على الضغوط التعليمية والضغوط الصحية

النموذج	معامل الانحدار غير المعياري (B)	الخطأ المعياري (SE)	معامل الانحدار المعياري (β)	القيمة الاحتمالية	Adjusted R^2	قيمة "ف"
نموذج ١ (فقدان الشعور بالانتماء						
الثابت	٠.٨٧	٠.١١				
الضغوط التعليمية	٠.٤٥	٠.٠٥	٠.٤٩	٠.٠٠٠	٠.٢٧	٩٠.٠٩
الضغوط الصحية	٠.٠٣	٠.٠٤	٠.٠٤	٠.٤٧٩		
نموذج ٢ (عدم الالتزام بالمعايير)						
الثابت	١.٣٥	٠.٠٩				
الضغوط التعليمية	٠.٢٥	٠.٠٤	٠.٣٣	٠.٠٠٠	٠.١٣	٣٨.٩٧
الضغوط الصحية	٠.٠٣	٠.٠٤	٠.٠٥	٠.٣٧٦		
نموذج ٣ (العجز)						
الثابت	١.١٨	٠.٠٩				
الضغوط التعليمية	٠.٥٢	٠.٠٤	٠.٦١	٠.٠٠٠	٠.٣٢	١١٧.٠١
الضغوط الصحية	-٠.٠٤	٠.٠٤	-٠.٠٥	٠.٢٨٤		
نموذج ٤ (فقدان المعنى)						
الثابت	٠.٩٨	٠.١٠				
الضغوط التعليمية	٠.٤١	٠.٠٤	٠.٤٦	٠.٠٠٠	٠.٣٢	١١٤.١٥
الضغوط الصحية	٠.١٠	٠.٠٤	٠.١٣	٠.٠١٤		

كما بلغ معامل تضخم التباين (VIF) ٢.٠٦ للضغوط التعليمية والصحية وهو ما يقع ضمن الحد المقبول (أن لا يزيد عن ١٠). وبلغ معامل التحمل (tolerance) ٠.٤٨ وهو أيضا يقع ضمن الحد المقبول (أن لا يقل عن ٠.١) (Pallent, 2010). كما اتضح أيضا أن جميع المتغيرات التابعة (الأبعاد الأربعة للاغتراب) ارتبطت بمعاملات ارتباط موجبة ودالة إحصائيا مع المتغيرات المستقلة (الضغوط التعليمية، والضغوط الصحية). ويوضح جدول ٥ نتائج تحليل الانحدار المتعدد المعياري للنماذج الأربعة.

ويتضح من جدول ٥ أن الضغوط التعليمية كانت لديها القدرة للتنبؤ بمستوى الاغتراب لدى الطلبة في جميع أبعاده (فقدان الشعور بالانتماء، وعدم الالتزام بالمعايير، والعجز، وفقدان المعنى). وفي المقابل، لم تتنبأ الضغوط الصحية سوى ببُعد فقدان المعنى، إلا أن درجة إسهام الضغوط التعليمية (β= ٠.٤٦) كانت أكبر من درجة إسهام الضغوط الصحية (β= ٠.١٣) في التنبؤ بمستويات فقدان المعنى لدى الطلبة.

وكما يتضح من النموذج الأول، فإن التجمع الخطي للضغوط التعليمية والضغوط الصحية (adjusted R2) يفسر ٢٧% من التباين في مستوى فقدان الشعور بالانتماء (نموذج ١)، بينما يفسر ١٤% من مستوى عدم الالتزام بالمعايير (نموذج ٢)، و٣٢% من مستويات العجز وفقدان المعنى (نموذج ٣ و ٤).

مناقشة النتائج

هدفت الدراسة الحالية للتحقق من مستوى الشعور بالاغتراب لدى عينة من طلبة جامعة السلطان قابوس وتأثير الضغوط النفسية عليهم، كما سعت الدراسة للتحقق من اختلاف مستوى الشعور بالاغتراب وفقا لمتغير الجنس والمعدل التراكمي. وقد تحققت الباحثتان من مستوى الاغتراب وفقا لأربعة أبعاد وهي: فقدان الشعور بالانتماء، وعدم الالتزام بالمعايير، والعجز، وفقدان المعنى. كما تحققت من نوعين من الضغوط النفسية وهما الضغوط التعليمية والصحية.

وقد أوضحت نتائج الدراسة أن معدلات انتشار الاغتراب بين الطلبة بأبعاده الأربعة لم تكن مرتفعة جدا حيث تراوحت بين ٦-٥% وكان "فقدان المعنى" هو أعلى الأبعاد انتشارا. كما كانت الضغوط الصحية أعلى انتشارا بين الطلبة ٦.٨% مقارنة بالضغوط التعليمية ٥%. وتتفق نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة علوان (٢٠١٤) في أن نسبة انتشار الاغتراب بين طلبة جامعة بابل لم تكن مرتفعة جدا ٩%. وفي المقابل، وجد كحيلة وديب (٢٠١٧) أن نسبة انتشار الاغتراب بأبعادة تراوحت من ٥٢.٧٣% إلى ٥٧.٢٧% وهي تعد نسبًا مرتفعة جدا. إلا أنه من المهم هنا الانتباه إلى كيفية احتساب مؤشرات معدلات انتشار الاغتراب النفسي بين الطلبة. ففي الدراسة الحالية تم الاعتماد على المئين ٩٥، حيث اعتبر الأفراد يعانون من الاغتراب إذا كانت درجاتهم الخام تقابل المئين ٩٥ فأعلى، باعتبار هذا المئين يبعد بانحرافيين معياريين عن المتوسط الحسابي للتوزيع الطبيعي وبالتالي فإن درجات هؤلاء الأفراد تعتبر منحرفة جدا عن المتوسط الحسابي (Grimm, 1993). إلا أنه في دراسة كحيلة وديب (٢٠١٧) فقد تم الاعتماد على المتوسط المعياري، وذلك باعتبار أن الأفراد يعانون من الاغتراب إذا كانت درجاتهم تقابل المتوسط المعياري أو تزيد عنه، وهذا ما يبرر ارتفاع نسبة الاغتراب في دراستهم، كما أن الحكم على نسبة انتشار الاغتراب بأنها كبيرة أو منخفضة يعتمد على حجم العينة، ففي الدراسة الحالية نسبة ٦% من أفراد العينة (وهو النسبة الأعلى في بعد فقدان المعنى)، تمثل تقريبا ٢٨ فردا من أفراد العينة. بينما نسبة ٩% في دراسة علوان (٢٠١٤) تمثل ٩ أفراد من أصل ١٠٠ فرد وهكذا.

وجود معدلات انتشار منخفضة للشعور بالاغتراب بين الطلبة يعد نتيجة مبشرة بأن الطلبة لا يزالون في مرحلة جيدة ولا بد من مواصلة دعم هؤلاء الطلبة ومساعدتهم على تجاوز العوائق والتحديات التي يواجهونها، وتلبية حاجاتهم الإرشادية سواء من خلال الخدمات المقدمة لهم عن طريق المراكز المختلفة في الجامعة مثل مركز الإرشاد الطلابي، ومركز التوجيه الوظيفي، وعمادة شؤون الطلبة وغيرها، وأيضا من خلال دعم الكليات لهم ومساندة الأساتذة والمشرف الأكاديمي لهؤلاء الطلبة خلال مسيرتهم في الحياة الجامعية.

وأظهرت النتائج أيضا وجود فروق دالة إحصائيا بين الذكور والإناث ولصالح الذكور في بُعد واحد من أبعاد الاغتراب وهو "عدم الالتزام بالمعايير"، وقد يشير هذا إلى أن الذكور أكثر قابلية لأن يتجاوزوا بعض معايير المجتمع في بعض الحالات. وقد اتفقت هذه النتيجة مع دراسة علوان (٢٠١٤) التي أوضحت أن الذكور هم أكثر عرضة للشعور بالاغتراب النفسي، ودراسة الصافي (٢٠١٠) التي وجدت أيضا أن الذكور كانوا أعلى عن الإناث في بعد اللامعيارية، وغيرها من الدراسات الأخرى التي وجدت أن الذكور أعلى شعورا بالاغتراب مقارنة بالإناث (مثل: Morinaj, 2019, Apriyanti, 2016). وقد يعود ذلك لعدة أسباب منها انفتاح الذكور للأفكار والمعتقدات الجديدة أكثر من الإناث، وعدم تقيدهم كثيرا بالعادات والتقاليد مما يعرضهم لأحداث تجعلهم يتجاوزون بعض المعايير (علوان، ٢٠١٤). بالإضافة إلى ذلك، فإن نمط التنشئة الاجتماعية في المجتمعات العربية قد يعد عاملا مؤثرا؛ إذ أن كثيرا ما تعطي هذه المجتمعات الدور الأكبر للذكور للتفاعل والاختلاط مع المجتمع مما يجعلهم عرضة لمواجهة ظروف مختلفة ومواجهة الإحباطات والانتكاسات التي بدورها تولد شعورهم بالاغتراب وبالأخص رغبتهم في كسر بعض المعايير المجتمعية التي يعتبرونها غير ملائمة (الصافي، ٢٠١٠).

وأوضحت النتائج أيضا، أن الطلبة ذوي التحصيل الدراسي المنخفض أظهروا مستوى أعلى من الشعور بالاغتراب في جميع الأبعاد (فقدان الشعور بالانتماء، وعدم الالتزام بالمعايير، والعجز، وفقدان المعنى)، ومن الملاحظ أن هناك ارتباطا وثيقا بين الضغوط النفسية والمعدل التراكمي، فإن انخفاض المعدل التراكمي للطلبة قد يسبب لهم كثيرا من الضغوط النفسية والإحباط - والعكس صحيح - مما يجعلهم فاقدين لمعنى الحياة (Morinaj, 2019; Shokeen, 2018; Ye, Posada, & Liu, 2019). كما أنهم يميلون إلى كسر بعض المعايير أو القوانين سواء المجتمعية أو الأكاديمية لتحقيق مرادهم مثل رفع معدلهم التراكمي.

وكما أوضحت نتائج الدراسة أيضا من خلال تحليل الانحدار المتعدد، أنه بعكس الضغوط الصحية، كانت الضغوط التعليمية قادرة على التنبؤ بجميع أبعاد الاغتراب لدى الطلبة وهذا يشير إلى الدور الكبير الذي تلعبه الضغوط التعليمية في التنبؤ بشعور الطلبة بالاغتراب والتي ما يكون عادة انخفاض المعدل التراكمي مصدرا قويا لها. فبالرغم من أن معدلات انتشار الضغوط الصحية لدى الطلبة كانت أعلى من الضغوط التعليمية، إلا أن تأثير الضغوط التعليمية على الاغتراب كان أقوى، ولم تتنبأ الضغوط الصحية سوى ببُعد واحد وهو فقدان المعنى، وحتى في هذا البعد كان تأثير الضغوط التعليمية أقوى. وهذا يتفق مع دراسة الصافي (٢٠١٠) الذي وجد أن بعض الضغوط النفسية مثل الضغوط الدراسية، والضغوط الأسرية والاقتصادية وغيرها كانت لها علاقة قوية بأبعاد الاغتراب المختلفة. لذلك لا بد للجهات المعنية في الجامعة من الانتباه لمثل هؤلاء الطلبة ومساعدتهم في تخطي هذه المرحلة ورفع معدلاتهم التراكمية.

وكما أشارت الدراسات السابقة، فإن الاغتراب النفسي يرتبط بكثير من المتغيرات ذات العلاقة بالصحة النفسية مثل ردود الفعل الانفعالية، والعزلة الاجتماعية، والرضا عن الحياة، والصحة الجسدية مثل مستوى الطاقة، والنوم (Safipour et al., 2011; Tome et al., 2016)، لذلك لا بد من التعامل مع هذه المشكلة والعمل بجد من أجل تقليص هذا الشعور لدى طلبة الجامعة. وكما اتضح من تحليل الانحدار المتعدد، أن نسبة التباين المفسر من قبل النماذج الأربعة لتنبؤ الضغوط التعليمية والصحية بالاغتراب تراوحت من ١٤-٢٧%، وهذا يعني أن هناك العديد من العوامل الأخرى سواء كانت نفسية أم جسدية أم مجتمعية التي من الممكن أن يكون لها دور في شعور الفرد بالاغتراب، ولذا فإنه من المهم أن تركز الدراسات القادمة على بعض هذه العوامل ومدى تأثيرها على طلبة الجامعة.

توصيات الدراسة

من خلال ماتقدم عرضه من نتائج الدراسة، فإن الباحثتين توصيان بتفعيل دور الجهات المختصة في الجامعة مثل مركز الإرشاد الطلابي وعمادة شؤون الطلبة ممثلة في أقسامها المختلفة في:

١. تصميم برامج إرشادية علاجية تستهدف الطلبة الأكثر شعورا بالاغتراب النفسي والضغوط النفسية لمساعدتهم على تجاوز هذه المشاعر، وغرز ثقافة الانتماء وحب المجتمع والأسرة والجامعة.

٢. تنفيذ بعض الندوات التي تستهدف الأسرة لتوعيتهم بدورهم الكبير في مساندة الطلبة وتقليل شعورهم بالاغتراب النفسي.

٣. الاستمرار في تفعيل دور الأنشطة الطلابية والأنشطة الرياضية المختلفة التي تسهم في توفير الدعم النفسي وتوفير أجواء من المرح التي تبعد الطالب من ضغط الدراسة.

المراجع
References

أبكر، سميرة (١٩٨٩). **ظاهرة الاغتراب لدى طالبات كلية البنات بالمملكة** (رسالة دكتوراه غير منشورة). كلية التربية للبنات بجدة، المملكة العربية السعودية. (ملخص)

أبورمان، محمد؛ والزيادات، أماني؛ والعطيات، دعاء (٢٠١٦). أثر ضغوط العمل في مستوى الاغتراب الوظيفي من وجهة نظر العاملين في مستشفى "الإسراء": دراسة حالة. **دراسات، العلوم الإدارية، ٤٣**(١)، ٤٧٥-٤٩٥.

بن زاهي، منصور؛ وبن خيرة، سارة (٢٠١٣). **الاغتراب الأسري لدى الطلبة الجامعيين دراسة ميدانية في جامعة ورقلة.** ورقة بحثية مقدمة للملتقى الوطني الثاني حول الاتصال وجودة الحياة- الجزائر.

حسن، عبد الحميد؛ والجمالي، فوزية (٢٠٠٣). الأفكار اللاعقلانية وعلاقتها ببعض المتغيرات الانفعالية لدى عينة من طلبة جامعة السلطان قابوس. **مجلة العلوم التربوية، ٤**، ١٩٥-٢٣٣.

الخليلية، رهام؛ والكيومية، إيمان (٢٠١٨). **الضغوط النفسية وتأثيرها على الدافعية لدى طلبة جامعة السلطان قابوس.** ورقة بحثية مقدمة لمؤتمر الارشاد والتوجيه الثاني تحديات الانفتاح المعرفي، سلطنة عمان.

زليخة، جديدي (٢٠١٢). الاغتراب. **مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة قاصدي مرباح**، ٨، ٣٤٦-٣٦١.

الشمري، كريم؛ وأحمد، عبد الجبار؛ وحمود، علي (٢٠١٤). الاغتراب الداخلي لدى طلبة الأقسام الداخلية. **العلوم**

التربوية والنفسية - العراق، ١٠٦، ١٢٨-١٥١.

الشهاوي، مريم أحمد (٢٠١٥). الاغتراب النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى عينة من طلبة الجامعة. **مجلة دراسات عربية في علم النفس، ١٤**(٤)، ٦٣٥-٦٦٤.

الصافي، عبد الكريم (٢٠١٠). **أحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالاغتراب النفسي لطلاب الجامعة.** المؤتمر السنوي الخامس عشر (الارشاد الأسري وتنمية المجتمع نحو آفاق إرشادية رحبة)، مصر.

عريف، فاطمة (٢٠١٢). الحرمان الوالدي في مرحلة المراهقة وأثرة على الاغتراب النفسي لدى عينة من المراهقات بالسعودية (دراسة مقارنة). **المجلة العربية للدراسات التربوية والاجتماعية، ١**، ٧-٢٧.

العقيلي، عادل بن محمد (٢٠٠٤). **الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي دراسة ميدانية على عينة من طلاب جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بمدينة الرياض.** (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية، المملكة العربية السعودية.

علوان، رشا محمد (٢٠١٤). الاغتراب النفسي لدى طلبة الجامعة. **مجلة كلية التربية الأساسية جامعة بابل، ١٧**، ٣٨٩-٤٠٤.

العنزي، خالد (٢٠١٦). الاغتراب النفسي وعلاقته بمستوى الطموح لدى طلاب وطالبات الجامعة. **رسالة التربية وعلم النفس، ٥٥**، ٦٩-٩٣.

الغرير، أحمد نائل؛ وأبو أسعد، أحمد عبداللطيف (٢٠٠٩). **التعامل مع الضغوط النفسية.** الأردن: دار الشروق.

كحيلة، ريم خليل؛ وديب، جهينة سلام الدين (٢٠١٧). مظاهر الاغتراب النفسي لدى الشباب الجامعي السوري دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة تشرين. **مجلة جامعة تشرين للبحوث والدراسات العلمية، ٣٩**(١)، ٤٠٣-٤١٩.

الكريديس، ريم بنت سالم (٢٠١٦). الاغتراب النفسي وعلاقته بالأمن النفسي لدى طالبات الجامعة دراسة تطبيقية على طالبات جامعة الأميرة نورة بنت عبدالرحمن القاطنات بالمدينة الجامعية. **المجلة التربوية الدولية المتخصصة، ٥**(١١)، ١-٢٣.

كيران، جازية (٢٠٠٩). الاغتراب دراسة تحليلية. **مجلة كلية التربية جامعة الأزهر، ٢**(١٣٩)، ٢٨٧-٣٠٣.

مبارك، بشرى عناد (٢٠٠٨). الاغتراب الاجتماعي وعلاقته بالحاجة إلى الحب لدى شرائح اجتماعية مختلفة من العراقيين المقيمين في بعض الدول العربية. **مجلة كلية الآداب جامعة بغداد، ٨٥**، ٣٥٩-٣٩٨.

محمد، أسيل صبار (٢٠١٧). أساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة العائدين واقرانهم غير العائدين من النزوح. **مجلة الأستاذ العدد الخاص بالمؤتمر العلميّ الخامس، ٣**، ٣٧-٦٠.

المدهون، عبد الكريم (٢٠١٦). الاغتراب النفسي وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى الشباب الجامعي: **جامعة فلسطين حالة. مجلة كلية التربية بالاسكندرية، ٢٦**(٤)، ٦٩-٩٧.

هناء، صالحي (٢٠١٣). **علاقة الضغط النفسي بمستوى الطموح لدى طلبة الجامعة المقيمين بجامعة ورقلة** (رسالة ماجستير غير منشورة). جامعة قاصدي مرباح ورقلة، الجزائر.

Apriyanti, H. (2016). Alienation among university of Indonesia's psychology students: A comparative study amongst first-year, second-year, and third-year students. *Makara Hubs-Asia, 20*(1), 37-45. DOI: 10.7454/mssh.v20i1.3485

Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences (2nded)*. Hillsdale, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.

Grimm, L. (1993). *Statistical application for the behavioral sciences*. New York: John Willey.

Johnson, G. (2005). Student alienation, academic achievment, and WebCT use. *Educational Technology and Society, 8*(2), 179-189.

Morinaj, J., Hadjar, A., & Hascher, T. (2019). School alienation and academic achievment in Switzerland and Luxembourg: A longuitudianl perspective. *Social Psychology of Education*, no volume. https://doi.org/10.1007/s11218-019-09540-3

Pallant, J. (2010). *SPSS survival manual (4thed)*. England: Open University Press.

Polat, S & Özdemir, M. (2018). Examination of the relationship between educational stress, school burnout and school alienation of secondary school students. *Kastamonu Education Journal, 26*(5), 1395-1406. doi:10.24106/kefdergi.1848

Safipour, J., Schopflocher, D., Higginbottom, G., & Emmami. A. (2011). The mediating role of alienation in self-reported health among Swedish adolescents. *Vulnerable Groups and Inclusion, 2*(1), 1-11. doi:10.3402/vgi.v2i0.5805

Santas, G., Isik, O., & Demir, A. (2016). The effect of loneliness at work and work stress on work alienation and work alienation on performance among health employees. *South Asian Journal of Management Sciences, 2*, 30. https://doi.org/10.21621/sajms.2016102.03

Shokeen, A. (2018). Procrastination, stress and academic achievement among the B.Ed. students. *International Journal of Education and Applied Social Sciences, 9*(1), 125-129. doi: 10.30954/2230-7311.2018.04.17

Tomé, G., Matos, M., Camacho, I., Simões, C., & Gomes, P. (2016). Impact of alienation on Portuguese adolescents' well-being. *Journal of Psychology and Psychotherapy, 6*(5), 2-9. doi: 10.4172/2161-0487.1000280

Ye, L., Posada, A., & Liu, Y. (2019). A review on the relationship between Chinese' adolescents' stress and academic achievement. In Y. Liu (Ed.), Child and Adolescent Development in China. *New Directions for Child and Adolescent Development, 163*, 81–95.