الجمهورية الجزائرية الدمقراطية الشعبية

وزارة التعليم العالي والبحث العلمي

جامعة 08 ماي 1945 قالمة

جامعة 8 ماي 1945 قالمة
UNIVERSITE 8 MAI 1945 GUELMA

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

قسم علم النفس

أطروحة

لنيل شهادة الدكتوراه في الطور الثالث

الميدان: العلوم الاجتماعية الشعبة: علم النفس

الاختصاص: علم النفس التربوي

من إعداد:

عمران أحلام

بعنوان

مصادر الضغط النفسي وعلاقتها بالأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس -دراسة ميدانية في مدينة قالمة -

بتاريخ: //2025 أمام لجنة المناقشة المكونة من:

الاسم واللقب	الرتبة	الجامعة	الصفة
السيدة: نادية دشاش	أستاذ تعليم عالي	جامعة 8ماي 1945 قالمة	مشرفا ومقررا
السيدة: أميرة هامل	محاضر-أ-	جامعة 8ماي 1945 قالمة	مشرفا مساعدا
السيدة: أ.د. حرقاس وسيلة	أستاذ تعليم عالي	جامعة 8ماي 1945 قالمة	رئيسا
السيد: أ.د. بومنقار مراد	أستاذ تعليم عالي	جامعة باجي مختار عنابة	عضوا
السيدة: أ.د. بوكرديم فدوى	أستاذ تعليم عالي	المدرسة العليا للأساتذة آسيا جبار قسنطينة	عضوا

السنة الجامعية: 2026/2025

شكروتقدير

الحمد لله رب العالمين والصلاة والسلام على أشرف الأنبياء والمرسلين.

"من لا يشكر الناس لا يشكر الله"، فعندما نبحث عن كلمات شكروتقدير فان أجمل العبارات لابد أن تسبق حروفنا وتنهي سطورنا معبرة عن صدق المعاني النابعة من قلوبنا، أود أن أقدم ألف تحية شكر وتقدير وامتنان لأستاذتي المشرفتين الكريمتين، المشرفة" البروفيسور نادية دشاش"، والمشرفة المساعدة " الدكتورة هامل أميرة "، واللتان بفضلهما وتوجيهاتهما الرشيدة من الجانب الأكاديمي وحتى دعمهما المعنوي، لله الحمد تمكنت من إتمام هذا البحث العلمي باعتبارهما مصدر الهام لي وصبر طيلة هذه الرحلة العلمية، شكرا جزيلا.

كما لا أنسى أن أشكر لجنة المناقشة كل أستاذ باسمه ومقامه على قبولهم الاطلاع على أطروحتنا و اثرائها.

كما أود أن أشكر أيضا جميع أساتذة قسم علم النفس كل باسمه، الذين ساهموا في الاثراء العلمي لهذا العمل خلال الأيام الدكتوريالية المزعم انعقادها كل عام، شكرا جزيلا للجميع.

كما أعبر عن شكري لزملائي طلبة الدكتوراه LMD على دعمهم الدائم والحقيقي، بالتوفيق للجميع.

اهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

" قل اعملوا فسيرى الله عملكم ورسوله والمؤمنين "

إله لا يطيب الليل الا بشكره ولا يطيب النهار الا بطاعته ولا تطيب اللحظات الا بذكره الله جل جلاله

الى من بلغ الرسالة وأدى الأمانة " سيدنا محمد صلى الله عليه وسلم "

انتهت الرحلة، لم تكن الرحلة قصيرة ولم تكن سهلة ولم يكن الحلم قريبا ومهما طالت فستمضي بحلوها ومرها

وفي اللحظة الأكثر فخرا أهدي عملي الأكاديمي

الى من أوصاني بهما الله برا واحسانا والدي الكريمين، أطال الله في عمرهما، وألبسهما لباس الصحة والعافية

الى رفيق دربي وقرة عيني زوجي

الى فلذة كبدي ابنتي

الى اختي توأم روحي وزوجها

الى نفسي التي راهنت بالنجاح، اصبري وصابري فلا يزال الطريق طويلا أهديكم عملي عرفانا لكم بالجميل، وتقديرا لجهودكم

الملخص:

سلطت الدراسة الحالية الضوء على موضوع " مصادر الضغط النفسي وعلاقتها بالأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس "، أين هدفت الدراسة الى معرفة طبيعة العلاقة بين مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس في ولاية قالمة.

ولتحقيق أهداف الدراسة اعتمدنا على المنهج الوصفي لمعرفة طبيعة العلاقة ودلالة الفروق في درجة مصادر الضغط النفسي التي تعزى لمتغير الجنس، وكذلك دلالة الفروق في درجة الأفكار الانتحارية بين الجنسين، على عينة غير احتمالية (عرضية) من التلاميذ السنة الرابعة متوسط قوامها (770) تلميذ وتلميذة والمسجلين بالسنة الدراسية 2023-2024 في (18) متوسطة وملحقة في مدينة قالمة، كما استخدمنا أدوات لجمع البيانات تمثلت في مقياس " الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين " من تصميم خرباش هدى، وطوبال فطيمة، بالإضافة الى مقياس " الميول الانتحارية" من تصميم معوشة عبد الحفيظ.

وبعد المعالجة الإحصائية باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية (spss)، توصلت الدراسة الى النتائج التالية:

-توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

-مستوى الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس منخفض.

-مستوى الأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس منخفض.

-توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط الدراسية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

-توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط الشخصية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

-توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط العلائقية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

-توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط الفيزيولوجية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث في درجة مصادر الضغط النفسي.

-توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الأفكار الانتحارية تعزى لمتغير الجنس.

الكلمات المفتاحية: الضغط النفسي، مصادر الضغط النفسي، الأفكار الانتحارية، المراهق المتمدرس، التعليم المتوسط.

ABSTRACT:

The current study sheds light on the topic of ‘sources of psychological stress and its relationship with suicidal thoughts among schooled adolescents’. The study aimed to find out the nature of the relationship between sources of psychological stress and suicidal thoughts among schooled adolescents.

To achieve the aim of the study, we adopted the descriptive method to know the nature of the relationship and the significance of the differences in the degree of sources of psychological stress due to the gender variable, as well as the significance of the differences in the degree of suicidal thoughts due to the gender variable (males/females), on a non-probability (random) sample of students of the fourth intermediate year consisting of (770) male and female students enrolled for the academic year 2023-2024 in (18) intermediate schools and colleges. 2024 in (18) middle schools and annexes in the city of Guelma, and we used data collection tools, namely the ‘Psychological Stress in School Adolescents’ scale designed by Harbash Huda and Toubal Fatima, in addition to the ‘Suicidal Tendencies’ scale designed by Maoucha Abdelhafid.

After statistical processing using the statistical package software (spss), the study came up with the following results:

-There is a statistically significant positive correlation between sources of stress and suicidal thoughts among schooled adolescents.

-The level of psychological stress among school-going adolescents is low.

-The level of suicidal thoughts among school-going adolescents is low.

-There is a statistically significant positive correlation between school stress and suicidal thoughts in school-going adolescents.

-There is a statistically significant positive correlation between personal stress and suicidal thoughts.

-There is a statistically significant positive correlation between relational stressors and suicidal thoughts.

-There is a statistically significant positive correlation between physiological stressors and suicidal thoughts

-There are statistically significant differences between males and females in the degree of sources of psychological stress.

-There are statistically significant differences in the degree of suicidal thoughts attributed to the gender variable.

Keywords: Psychological stress, sources of psychological stress, suicidal thoughts, adolescent students, middle school education.

فهرس المحتويات

العنوان	رقم الصفحة
شكر وتقدير	
الاهداء	
ملخص الدراسة	
فهرس المحتويات	
فهرس الجداول	
فهرس الأشكال	
مقدمة	أ-ب
الجانب النظري للدراسة	
الفصل الأول: إشكالية البحث ومنطلقاته.	
1-إشكالية الدراسة	4
2-فرضيات الدراسة	8
3-أسباب اختيار موضوع الدراسة	9
4-أهمية الدراسة	9
5-أهداف الدراسة	10
6-تحديد مفاهيم الدراسة اجرائيا	10
7-الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الدراسة	13
الفصل الثاني: مفاهيم نظرية حول الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس	

-تمهيد الفصل	40
1-التطور التاريخي لمفهوم الضغط النفسي	41
2-مفهوم الضغط النفسي	43
3-بعض المفاهيم المرتبطة بالضغط النفسي	48
4-النماذج المفسرة للضغط النفسي	49
5-علامات وأعراض الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس	57
6-خصائص الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس	61
7-أنواع الضغط النفسي	62
8-مصادر الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس	64
9-آثار الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس	70
10-المؤشرات الدالة على تعرض المراهق للضغوط النفسية	73
11-الاجراءات الوقائية من الضغوط النفسية عند المراهقين	74
-خلاصة الفصل	76
الفصل الثالث: الانتحار والأفكار الانتحارية عند المراهق المتمدرس	
-تمهيد الفصل	79
1-الحقل الدلالي لمصطلح ظاهرة الانتحار	80
2-بعض المفاهيم المتعلقة بالانتحار	83
3-السيرورة الانتحارية	88
4-نبذة تاريخية عن الانتحار	90
5-واقع ظاهرة الانتحار عالميا/ عربيا/ محليا	92

6-علامات المرور للفعل الانتحاري لدى المراهق المتمدرس	102
7-أشكال الانتحار	103
8-العوامل المؤدية الى انتشار ظاهرة الانتحار والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس	104
9-النظريات المفسرة لظاهرة الانتحار والتفكير في الانتحار	109
10-الانتحار بين القانون والمنظور الديني	124
11-الوقاية والتدخل للتصدي لظاهرة الانتحار لدى المراهق المتمدرس	126
12-الانتحار عند المراهق المتمدرس	129
-خلاصة الفصل	133
الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة.	
-تمهيد الفصل	137
1-الدراسة الاستطلاعية	138
1-1-أهداف الدراسة الاستطلاعية	138
1-2-حدود الدراسة الاستطلاعية	139
1-3-عينة الدراسة الاستطلاعية	140
1-4-نتائج الدراسة الاستطلاعية	148
2-الدراسة الأساسية	148
2-1-منهج الدراسة الأساسية	148
2-2-حدود الدراسة الأساسية	149
2-3-مجتمع الدراسة الأساسية	151
2-4-عينة الدراسة الأساسية	153

2-5-أدوات جمع البيانات الدراسة	159
2-6-أساليب المعالجة الإحصائية	170
-خلاصة الفصل	172
الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة النتائج فرضيات الدراسة	
-تمهيد الفصل	176
1-عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية العامة	177
2-عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الأولى	182
3-عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثانية	202
4-عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثالثة	225
5-عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الرابعة	230
6-عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الخامسة	236
7-عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية السادسة	242
8-عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية السابعة	246
9-عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضية الجزئية الثامنة	249
10-الاستنتاج العام لنتائج الدراسة	254
الخاتمة	257
قائمة المراجع	261
قائمة الملاحق	277

فهرس الجداول

رقم الجدول	العنوان	رقم الصفحة
01	-يمثل التعقيب على الدراسات التي تناولت الضغط النفسي: مصادره- وعلاقته ببعض المتغيرات من حيث أوجه الاختلاف والتشابه مع الدراسة الحالية.	31
02	-يمثل التعقيب على الدراسات التي تناولت الأفكار الانتحارية: المحاولة الانتحارية، الميول الانتحارية من حيث الاختلاف والتشابه مع الدراسة الحالية.	34
03	-يمثل التطور التاريخي لمفهوم الضغط النفسي.	41
04	-يمثل تعريفات لمفهوم الضغط النفسي.	44
05	-يمثل علامات وأعراض التوتر والضغط النفسي.	58
06	-يوضح مقارنة بين الضغط الإيجابي والسلبي.	63
07	-يوضح مقارنة بين نمطي الشخصية (أ) و(ب).	67
08	-يوضح مصادر الضغط النفسي وفق قائمة " لازاروس وآخرون".	69
09	-يمثل آثار الضغوط النفسية على أجهزة الجسم الفسيولوجية.	71
10	-يمثل الانتحار لبعض البلدان.	94
11	-يمثل نسب الانتحار لبعض البلدان لما بين سنة 1991-1993.	94
12	-يمثل هم الوسائل المستعملة للمرور للفعل الانتحاري في تونس.	96
13	- يمثل أهم الوسائل المستعملة للمرور للفعل الانتحاري في المغرب.	97
14	- يمثل بعض المؤشرات الدالة على الاقدام للفعل الانتحاري.	103
15	-يمثل عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس.	141
16	- يمثل قيمة الصدق الذاتي لاستبيان الضغط النفسي.	143
17	-يوضح مصفوفة معاملات الارتباط للدرجات على الأبعاد الأربعة والدرجة الكلية للاستبيان " الضغط النفسي."	143
18	يمثل قيمة معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية.	145

19	-يوضح معامل ألفا كرو نباخ للاستبيان" مصادر الضغط النفسي."	145
20	-يمثل قيمة الصدق الذاتي لاستبيان الميول الانتحارية.	146
21	-يوضح مصفوفة معاملات الارتباط للدرجات على الأبعاد الست والدرجة الكلية للاستبيان " الميول الانتحارية".	147
22	-يمثل قيمة معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية.	148
23	-يوضح معامل ألفا كرو نباخ للاستبيان "الميول الانتحارية ".	148
24	-يمثل تعداد التلاميذ السنة الرابعة متوسط في متوسطات مدينة قالمة.	152
25	-يبين عدد الاستبيانات الموزعة، الاستبيانات الملغاة، الاستبيانات المعتمدة في الدراسة.	157
26	-يمثل توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس.	159
27	-يبين مفتاح تصحيح مقياس الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين.	162
28	- يمثل مستويات الضغط النفسي.	163
29	-يمثل كيفية التصحيح.	163
30	-يوضح توزيع بنود الاستبيان على أبعاده.	166
31	-يوضح مجالات مستوى الميل الانتحاري.	168
32	-يمثل قيم معامل ألفا كرو نباخ.	169
33	- يمثل الأساليب المستخدمة في الدراسة الحالية.	171
34	-يمثل نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لكل من Kolmogrov-Smirnov و Shapiro-wilk.	177
35	-يمثل قيمة معامل الارتباط ايتا Eta بين المتغيرين مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية.	179
36	-يمثل مستويات استبيان الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس.	182
37	- يمثل درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الضغط النفسي.	183
38	-يمثل فئات ومستويات مقياس ليكرت الرباعي.	184
39	- يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد الضغط النفسي.	184
40	-يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد " الضغوط الدراسية."	186

41	-يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول " الضغوط الشخصية."	189
42	-يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد " الضغوط العلائقية."	194
43	-يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد " الضغوط الفيزيولوجية."	198
44	-يمثل مستويات استبيان الميول الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.	202
45	-يمثل درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الميول الانتحارية.	203
46	-يبين فئات ومستويات مقياس ليكرت الخماسي.	204
47	-يوضح المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لأبعاد الميول الانتحارية.	204
48	-يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد " الدوافع الاجتماعية للانتحار."	206
49	-يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد "التفكير الانتحاري"	209
50	-يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد " الميل للإيذاء الذات".	213
51	-يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد " الرغبة في الموت."	215
52	-يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد " اللامبالاة والتشاؤم اتجاه الحياة."	219
53	-يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد " الاستعداد لتنفيذ الانتحار."	221
54	-يمثل نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لكل من Kolmogrov-Smirnov و Shapiro-wilk	226
55	- يمثل قيمة معامل الارتباط ايتاEta بين بعد الضغوط الدراسية والأفكار الانتحارية.	226
56	يمثل نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لكل من اختبار Kolmogorov-Smirnov و.Shapiro-wilk	231

57	-يمثل قيمة معامل الارتباط ايتا "Eta " بين الضغوط الشخصية والأفكار الانتحارية.	232
58	-يمثل نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لكل من اختبار Kolmogorov-Smirnov وShapiro-wilk	237
59	-يمثل قيمة معامل الارتباط ايتا " Eta" بين المتغيرين الضغوط العلائقية والأفكار الانتحارية	238
60	-يمثل نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لكل من اختبار Kolmogorov-Smirnov وShapiro-wilk	243
61	- يمثل قيمة معامل الارتباط ايتا "Eta " بين المتغيرين الضغوط الفيزيولوجية والأفكار الانتحارية	244
62	-يمثل نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لكل من اختبار Kolmogorov-Smirnov واختبارShapiro-wilk	247
63	-نتائج اختبار مان ويتني لمعرفة الفروق في مصادر الضغط النفسي تعزى للجنس	248
64	-يمثل نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لكل من اختبار Kolmogorov-Smirnov واختبارShapiro-wilk	250
65	- نتائج اختبار مان ويتني لمعرفة الفروق في الأفكار الانتحارية تعزى للجنس.	251

فهرس الأشكال

رقم الشكل	العنوان	رقم الصفحة
01	يوضح عرض تخطيطي لنظرية هانز سيلي التي تفسر تأثير العوامل الضاغطة على الفرد والاستجابة التكيفية.	54
02	يمثل العلاقة بين الضغوط والأعراض النفسية والأعراض الجسمية.	60
03	يوضح مخطط السيرورة الانتحارية.	89
04	يمثل توزيع عنة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس.	142
05	يمثل توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس.	159
06	يمثل مستوى الضغط النفسي حسب أبعاده.	185
07	يبين مستوى الأفكار الانتحارية حسب أبعاده.	205

مقدمة:

تعد الأفكار الانتحارية من أخطر الظواهر التي تواجه فئة المراهقين المتمدرسين، حيث تمثل مؤشرا حاسما قد يفضي الى اتخاذ قرارات تدمر ذاتهم، هذه الأفكار ليست عابرة أو سطحية وانما نتاج تراكمي لتفاعل معقد بين العوامل النفسية والبيئية التي تؤثر بشكل مباشر على الصحة النفسية للمراهق المتمدرس، كما تكمن خطورتها في أنها قد تؤدي الى محاولات انتحارية فعلية إذا لم يتم التعرف عليها مبكرا ومعالجتها بالشكل المناسب، حيث يظهر تأثير هذه الأفكار بحدة خاصة داخل البيئة المدرسية التي تحتل مركزا محوريا في الحياة اليومية للمراهق المتمدرس وتفاعلاته الاجتماعية مع الآخرين.

في ظل هذا السياق يعتبر الضغط النفسي من أهم العوامل النفسية التي تواجه المراهقين في محيطهم الأسري والمدرسي والاجتماعي، اذ ينتج الضغط من مصادر متعددة تشمل العوامل العلائقية والشخصية والمدرسية، هذا ما يجعل المراهقين أكثر عرضة للتفكير في الانتحار خاصة إذا كانوا يفتقدون لاستراتيجيات مواجهة مناسبة وفعالة لهذه الضغوط، حيث كلما كان مستوى الضغط النفسي مرتفع كانت الأفكار الانتحارية أكثر وضوحا وشدة، لذلك فان فهم وتحليل مصادر الضغط النفسي وعلاقتها بالأفكار الانتحارية يمكن أن يساهم بشكل فعال في تصميم برامج تدخل نفسية وتربوية تستهدف دعم وتوعية المراهقين المتمدرسين والحد من مخاطر الانتحار.

ووفقا لهذا نحن كباحثين علينا أن نبحث في الظاهرة في مرحلتها الأولى، وبذلك تعتبر دراستنا من الدراسات الاستكشافية الوقائية لحالات الانتحار من أجل الحد من هذه الظاهرة في الوسط المدرسي.

وضمن هذا المسعى سنحاول في دراستنا الحالية الى معرفة العلاقة بين مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس، ولهذا الغرض احتوت دراستنا على جانبين الأول نظري والثاني تطبيقي وهما مقسمان على النحو التالي:

-**الجانب النظري** وفي بدايته تعرضنا الى:

الفصل الأول: إشكالية البحث ومطلقاته، الذي تطرقنا فيه الى طرح إشكالية البحث والتساؤل الرئيسي والتساؤلات الجزئية، بالإضافة الى أسباب اختيار موضوع الدراسة، ومختلف فرضيات الدراسة الى جانب توضيح أهمية موضوع البحث، والأهداف المرجوة منه، وبعد ذلك التطرق الى أهم المفاهيم الأساسية الواردة بالتحديد التعريف الاجرائي (متغيرات الدراسة)، كما تم التطرق الى ذكر الدراسات السابقة بنوع من التفصيل والتعقيب عليها من خلال ذكر أوجه الاختلاف والتشابه، بالإضافة الى جانب الاستفادة منها في الدراسة الحالية.

الفصل الثاني: خصص هذا الفصل لمتغير مصادر الضغط النفسي من حيث التطور التاريخي لمفهوم الضغط النفسي، مفهوم الضغط النفسي، مع بعض المفاهيم المرتبطة بالضغط النفسي، بالإضافة الى النماذج المفسرة للضغط النفسي، ويليه علامات وأعراض الضغط النفسي، بالإضافة الى ذكر خصائصه، أنواعه، مصادره، وآثاره، كما تطرقنا الى المؤشرات الدالة على تعرض المراهق للضغوط النفسية، الى جانب الإجراءات الوقائية من الضغوط النفسية عند المراهقين.

الفصل الثالث: تناول الفصل الثالث للدراسة متغير الأفكار الانتحارية ومن خلاله تطرقت الباحثة الى عرض مفاهيمه المختلفة وجذوره المختلفة لظاهرة، بالإضافة الى واقع ظاهرة الانتحار عالميا، عربيا، محليا، ويليه علامات المرور للفعل الانتحاري، الى جانب أشكاله، أيضا العوامل المؤدية الى انتشار ظاهرة الانتحار والأفكار الانتحارية، والنظريات المفسرة لهذه الظاهرة، كما تم الإشارة الى الانتحار من وجهة نظر القانون والدين، وفي الأخير الوقاية من الانتحار، الانتحار عند المراهقين المتمدرس.

-أما **الجانب التطبيقي**: فتضمن فصلين وهما كالتالي:

الفصل الرابع: حيث انفرد الفصل الرابع بالإجراءات المنهجية للبحث اذ تناولنا فيه الدراسة الاستطلاعية، منهج الدراسة، حدود الدراسة (الزمانية، المكانية، البشرية)، مجتمع الدراسة عينة الدراسة الأساسية وخصائصها، الى جانب أدوات البحث التي بواسطتها تم جمع البيانات الدراسة، لننهي الفصل بذكر الأساليب المعالجة الإحصائية المستخدمة في البحث.

الفصل الخامس: تضمن هذا الفصل عرض وتحليل ومناقشة نتائج الدراسة الحالية، تم خلالها عرض وتحليل نتائج البحث، ومناقشة الفرضيات على ضوء الدراسات السابقة والتراث النظري، وفي الأخير تم عرض الاستنتاج العام للنتائج التي أسفرت عنها دراستنا، مع الخروج ببعض التوصيات والاقتراحات.

الجانب النظري

الفصل الأول: إشكالية البحث ومنطلقاته

الفصل الأول: إشكالية البحث ومنطلقاته.

1-اشكالية الدراسة.

2-فرضيات الدراسة.

3-أهمية الدراسة.

4-أسباب اختيار موضوع الدراسة.

5-أهداف الدراسة.

6-تحديد مفاهيم الدراسة اجرائيا.

7-الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الدراسة.

1-اشكالية الدراسة:

تشكل مرحلة المراهقة فترة حرجة وحاسمة في التطور النفسي والسلوكي للأفراد، حيث تتقاطع فيها العديد من العوامل البيولوجية والنفسية والاجتماعية التي تبنى عليها شخصية الفرد وهويته. ونظرا للطبيعة المعقدة لتلك المرحلة يتعرض المراهقون لمجموعة من الضغوط النفسية المتشابكة، فمرحلة المراهقة أهم ما يميزها هو التعرض للضغوط النفسية اذ اعتبر هول أن: "مرحلة المراهقة مرحلة الضغوط والعواصف" (طوبال،2019، ص255).

وتأسيسا لهذا عرف " Lazarus" الضغوط النفسية بأنها تجمع بين مجموع المثيرات التي يتعرض لها الفرد بالإضافة الى الاستجابات التي تترتب عن ذلك، علاوة عن تقدير الفرد لمستوى الخطر وأساليب التكيف مع الضغوط والدفاعات التي يستخدمها أثناء تعرضه لهذه المواقف الضاغطة (آيت حمودة، د س، ص277).

ومما لاشك فيه أن المراهق يواجه في حياته الكثير من المواقف الضاغطة قد تنطوي على العديد من مصادر الضغط النفسي، هذا ما يجعل من الضغوط دورا مهما في اختلال الصحة النفسية والجسدية، حيث نجد أن معظم الباحثين يتفقون على أن فئة المراهقين هم عرضة للضغوط النفسية باختلاف مصادرها منها الضغوط الدراسية، والضغوط الشخصية، والضغوط العلائقية، والضغوط الفيسيولوجية، وفي هذا الصدد نجد دراسة داود نسيمة (1995) حيث أكدت على أن مصادر الضغوط النفسية عند المراهق تتضمن ثمانية مجالات أساسية وهي: مجال المدرسة والجو الصفي، مجال العلاقة بالأبوين، مجال العلاقة بالمدرسين، مجال العلاقة بالزملاء، مجال الأمور المالية، مجال العلاقة مع الجنس الآخر، مجال الانفعالات والمخاوف والمشاعر، ومجال التخطيط للمستقبل، وقد أسفرت الى أن أكثر مصادر الضغط النفسي انتشارا بين التلاميذ المراهقين هي المتعلقة بالمدرسة والجو الصفي والانفعالات والمشاعر.(بن صالح، 2015، ص88).

كما أكد "Hampetmeier,kummel " (2008) أن ما بين (11-19) سنة تزداد فيها مستويات الضغط النفسي بشكل ملحوظ بسبب التغيرات الجسمية السريعة، كما أشار (jeffrey,1999) أن اشتداد الخبرات الانفعالية هي أساس الإصابة بالاضطرابات الانفعالية والسلوك الانتحاري (بن صالح، 2015، ص87).

وعلى هذا النحو، قد تعتري حياة المراهق بعض الظروف الضاغطة التي تخل بتفكيره وميوله، فيلجأ الى بعض السلوكيات التي قد تؤدي به الى إيذاء ذاته، كما قد يبرز على شكل التفكير في الانتحار، أو محاولة انتحارية، أو الاقدام الفعلي للانتحار.

ونظرا لكون الضغط النفسي من أهم العوامل النفسية المساعدة في انتشار ظاهرة الانتحار، وحسب ما توصل اليه " Power،Champion " (1995) حيث أثبت أن مواقف الحياة الضاغطة والمهددة والصعوبات المزمنة ذات الأهمية الكبيرة في المرور للسلوك الانتحاري.

مما لا شك فيه يعد الانتحار ظاهرة إنسانية خطيرة والتي لا يخلو أي مجتمع منها، وبالرغم من تطور المجتمعات وتقدمها، وما يقدم من توعيات تربوية ونفسية واجتماعية الا أن الظاهرة عرفت انتشارا واسعا استفحلت جميع الشرائح بمختلف أعمارهم ومكانتهم الاجتماعية، حيث تشير الاحصائيات الدولية أن الانتحار اليوم يعتبر من الأسباب الرئيسية للموت، اذ يخلف الانتحار سنويا في بعض البلدان أكثر من تلك التي تخلفها جرائم القتل وحوادث المرور حيث توقعت المنظمة العالمية للصحة (OMS) أن يحتل الانتحار المرتبة الثانية بحلول سنة 2020، كما تشير الأرقام الى أن أكثر 78% ممن يقدمون على الانتحار في العالم العربي تنحصر أعمارهم ما بين (17-40) سنة، أن أكثر من 69%من حالات المنتحرين كانوا يعانون من ضغوط نفسية، حيث يشكل 10% من الوفيات ما بين السن (25-34) سنة، و30% من الوفيات عند طلاب الجامعة، ويعد السبب الثالث للوفاة عند المراهقين.

وفي هذا السياق أصبح ناقوس الخطر يدق بالمجتمع الجزائري أيضا معلنا بذلك الانتشار السريع والمخيف لهذه الظاهرة، وازدياد الاقبال على الانتحار بمعدل 30 حالة في 100.000نسمة، حيث سجلت وحدات

الدرك الوطني سنة 1993، و2000 ما يعادل 4411 عملية انتحار، منها 3342 حالة انتحارية (2500 ذكور، و842 اناث)، و1069 محاولة انتحارية (454 ذكور، 615 اناث).

أما في سنة 2000 فقد سجلت 356 حالة انتحارية ليرتفع العدد سنة 2003 الى 369حالة انتحار، ولقد تمثلت أكثر الانتحار عند فئة المراهقين والشباب الذين تتراوح أعمارهم ما بين (14-40) سنة، و35 حالة انتحار خلال السداسي الأول من سنة 2004، و7 حالات لدى المراهقين الذين تقل أعمارهم عن 18 سنة (عنو،2024، ص166).

وعلى هذا الأساس اعتبرت الرابطة الجزائرية للدفاع عن حقوق الانسان في تقرير لها، أن الانتحار أخذ أبعادا جد خطيرة مما جعلها تصف الانتحار بالمشكلة الخطيرة التي تهدد بالصحة العمومية مشيرة بذلك الى تسجيل ما يفوق 10 آلاف محاولة انتحار فاشلة سنويا وأزيد من 1100 حالة انتحار أغلبهم من الشباب والمراهقين الا أن هذه الأرقام المسجلة لا تعكس الواقع بشكل حقيقي نظرا لما يحيط بالظاهرة من طابوهات في مجتمعنا (العربي، 2021، ص4)

وفي هذا الصدد يشير" Kacha " أن الفئة العمرية الأكثر عرضة لانتحار والمحاولات الانتحارية هي فئة المراهقين والشباب، وهي في تزايد مستمر نظرا لتراكم المشكلات والصعوبات التي تصاحب اندفاعية المراهقين ويأسهم واحباطاتهم مما قد يدفعهم الى التفكير في الانتحار.

مما تجدر الإشارة اليه أن التفكير في مرحلة المراهقة مرتبط بشكل كبير بالمعاناة النفسية والضغوط النفسية التي يعيشها المراهق، حيث أكدت دراسة أمريكية اعتمدت على مقابلات مع آلاف المراهقين الأمريكيين وأن واحد تقريبا من بين كل (25) مراهق حاولوا الانتحار، وأن من بين كل (08) فكروا في التخلص من حياتهم. كما أثبتت دراسة " نوك " الى أن أخطر وقت يبدأ فيه التفكير في الانتحار هو مرحلة المراهقة، حيث أظهرت النتائج أن أكثر من 12% من المراهقين فكروا في الانتحار، وأن 4 %خططوا للانتحار في المقابل حاول 4% التخلص من حياتهم.

ضمن هذا المسعى، يعرف بيك وآخرون (1979) انطلاقا من أن الانتحار ليس حدثا منعزلا بل هو عملية معقدة وأن السلوك الانتحاري يمكن تصوره باعتباره واقعا متصلا لقوة كامنة تشمل التفكير الانتحاري، ثم التأملات الانتحارية، ثم يليها المحاولة الانتحارية، وأخيرا إتمام هذه المحاولة الانتحارية (فاضلي، 2009، ص97). حيث يرى " ويليامز " (1988) أن نشأة الأفكار الانتحارية تبدأ بسيطرة بعض الأفكار المتعلقة بالموت وسلوكيات إيذاء الذات على تفكير المراهق وتشمل الأفكار المرتبطة بالتخطيط والضبط ونتائج السلوك الانتحاري ولا تتضمن في نفس الوقت الانتحار الكامل.

ويضيف " فيلدمان" (Feildman) أن الأشخاص الذين يفكرون ويسعون للموت والانتحار يمرون بضغوط شديدة من أبرزها العزلة، اضطراب في العلاقات الشخصية والتوترات الانفعالية التي من الصعب تحملها، لذا يسعون لإقدام على الفعل الانتحاري ظنا منهم أن ذلك يساعد على التخلص من تلك التوترات والصعوبات.

كما يمكن القول إن من المتغيرات النفسية التي يمكن اعتبارها عوامل مهيأة للمرور للفعل الانتحاري الضغط النفسي خاصة وأن المراهق المتمدرس تعدد وتتنوع مصادر الضغط لديه، حيث بينت العديد من الدراسات بأن الضغوط عند المراهقين المتمدرسين تنشأ من مصادر مختلفة منها: مشكلات النمو، الضغط الأسري، الضغط المدرسي، وضغط الرفاق. (عطا كريم، 2014، صالح،2017)

وعلى هذا الأساس جاء الاهتمام بموضوع البحث الحالي كمحاولة للتعرف على مصادر الضغط النفسي وعلاقتها بالأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس، وبالتالي سنحاول من خلال هذه الدراسة الإجابة عن التساؤلات التالية:

- هل توجد علاقة ارتباطية بين مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس؟

ينبثق عن التساؤل الرئيسي السابق مجموعة من التساؤلات الجزئية وهي:

1-ما مستوى مصادر الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس؟

2-ما مستوى الأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس؟

3-هل توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط الدراسية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس؟

4-هل توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط الشخصية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس؟

5-هل توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط العلائقية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس؟

6-توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط الفيزيولوجية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس؟

7-هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في مصادر الضغط النفسي تعزى لمتغير الجنس؟

8-هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الأفكار الانتحارية تعزى لمتغير الجنس؟

2-فرضيات الدراسة:

2-1-الفرضية العامة:

-توجد علاقة ارتباطية بين مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

2-2-الفرضيات الجزئية:

-مستوى مصادر الضغط النفسي مرتفع لدى المراهق المتمدرس.

-مستوى الأفكار الانتحارية مرتفع لدى المراهق المتمدرس.

-توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط الدراسية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

-توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط الشخصية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

- توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط العلائقية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

- توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط الفيزيولوجية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مصادر الضغط النفسي تعزى لمتغير الجنس.

-لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الأفكار الانتحارية تعزى لمتغير الجنس.

3-أسباب اختيار موضوع الدراسة:

-باعتبارنا متخصصين وباحثين في علم النفس التربوي من الواجب علينا الاهتمام بالمشكلات النفسية والسلوكية الخاصة بالمراهقين المتمدرسين، ومن بينها ظاهرة الانتحار.

-وجود عدة حالات قامت بالسلوك الانتحاري وأخرى بالمحاولة الانتحارية بمحيطنا القريب (مدينة قالمة) ، هذا من جهة، ومن جهة أخرى التزايد المستمر في نسبة هذه الظاهرة في الوسط المدرسي.

-التكتم واخفاء الأرقام الصحيحة والحقيقية حول ظاهرة الانتحار في مدينة قالمة، يضعنا في حيرة من أمرنا نظرا لوجود أرقام آخذة بالارتفاع مما يجعل الأمر يدق كل نواقيس الخطر، هذا ما يستدعي الدراسة العلمية والاحاطة الميدانية في مرحلتها الأولى (الأفكار الانتحارية).

4-أهمية الدراسة:

تكتسب الدراسة الحالية أهميتها من خلال عدة جوانب وهي كالآتي:

4-1-الأهمية النظرية:

تكمن أهمية البحث من خلال:

-تسلط الدراسة الضوء على مرحلة المراهقة التي تعتبر مرحلة حساسة ومميزة في حياة الفرد بسبب التغيرات النفسية والجسدية والاجتماعية التي يمر بها.

-توفر فهما أعمق للعلاقة بين مصادر الضغط النفسي المختلفة، وكيف تؤثر هذه الضغوط على ظهور الأفكار الانتحارية لدى المراهقين المتمدرسين.

-المساهمة في اثراء وتحديث الدراسات النفسية والتربوية التي تناولت موضوع الانتحار، وما يشكله من خطر يهدد فئة المراهقين المتمدرسين في مرحلة التعليم المتوسط.

-توفير قاعدة علمية يمكن الانطلاق منها للبحث في مجال الضغوط النفسية وتأثيراته في ظهور الأفكار الانتحارية لدى الأفراد.

2-4-الأهمية التطبيقية:

-تبدو أهمية الدراسة في تناول الظاهرة في مراحلها الأولى البسيطة (الأفكار الانتحارية) بدلا من تناولها في مرحلتها الأخيرة الأكثر قوة وخطورة (الانتحار المكتمل)، فدراسة أهم مصادر الضغط النفسي للأفكار الانتحارية قد تساهم في تعديلها بسهولة أفضل من تعديلها في مرحلة أكثر قوة وبالغة الذروة (مرحلة التنفيذ).

- يستفيد من نتائج هذه الدراسة الجهات المعنية خاصة المنظومة التربوية، بالإضافة الى زيادة الاهتمام بالظاهرة من طرف المختصين والباحثين في المجال لوضع حد لها خاصة وأن الجزائر أصبحت تواجه هذا الخطر بوتيرة متسارعة، وبصورة تدق ناقوس الخطر من جمعية أولياء التلاميذ.

5-أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية الى تحقيق ما يلي:

-التعرف على مستوى مصادر الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس.

-التعرف على مستوى الأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس، وهذا ما يسهل على المهتمين بشؤون التلاميذ المراهقين المتمدرسين مثلا: مستشاري التوجيه والارشاد المدرسي والمهني من وضع حلول لتجاوز مثل هذه الظاهرة التي انتشرت في الوسط المدرسي.

-تهدف الدراسة أيضا للتعرف على أهم مصادر الضغط النفسي المساهمة في ظهور الأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

-تهدف الدراسة كذلك التعرف على طبيعة العلاقة بين مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

-تهدف الى معرفة إذا كان هناك اختلاف بين الجنسين في متغير مصادر الضغط النفسي، وكذلك متغير الأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

-تهدف الدراسة من خلال نتائجها الى مساعدة الجهات المعنية بشكل مباشر بهذه الظاهرة للاستفادة منها خاصة مديرية التربية.

-تهدف الدراسة لوضع توصيات واقتراحات في ضوء نتائج البحث الدراسة الميدانية.

6-تحديد مفاهيم الدراسة اجرائيا:

لتحديد مفاهيم الدراسة اجرائيا وفي إطار السعي لتحقيق أهداف هذه الدراسة واختبار فرضياتها فانه من الواجب تحديد المفاهيم التي ترتكز عليها وتشكل مفتاح دراستنا العلمية الامبريقية (الميدانية).

لذلك فيما يلي نعرض تعريفات أهم المصطلحات التي اعتمدنا عليها في البحث الحالي:

1-6-التعريف الاجرائي لمصادر الضغط النفسي:

هي المواقف أو الظروف الداخلية والخارجية التي تسبب للفرد الشعور بالتوتر والضيق، والتي يفسرها الأفراد على أنها مهدد لسلامتهم الجسمية والنفسية.

وعليه نقصد بمصادر الضغط النفسي في دراستنا بالدرجات المتحصل عليها بعد تطبيق مقياس مصادر الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس في طور المتوسط (المتوسطة) للسنة الدراسية 2023-2024 في متوسطات مدينة قالمة.

1-1-6-التعريف الاجرائي للضغوط الدراسية:

هي شعور المراهق المتمدرس الذي يزاول دراسته في السنة الرابعة من التعليم المتوسط والمقبل على اجتياز شهادة التعليم المتوسط بالفشل وقصور امكانياته وقدراته، وصعوبات في الفهم واستيعاب المناهج الدراسية واستذكارها، أيضا شعوره بالنقص أمام التوقعات الوالدية مما قد يؤدي الى خلل في الأفكار والسلوكيات، كالتفكير في الانتحار.

2-1-6-التعريف الاجرائي للضغوط الشخصية:

وهي حالة من التوتر يشعر بها المراهق المتمدرس ويمكن أن تكون ضغوط داخلية أو خارجية، والتي قد تؤثر عليه جسميا، نفسيا، وحتى سلوكيا وعلى مستوى التفكير كالتفكير في الانتحار.

6-1-3-التعريف الاجرائي للضغوط العلائقية:

وهي حالة من الشعور بالتوتر والضيق التي تعتري المراهق المتمدرس في التعليم المتوسط نتيجة المشاكل والصعوبات في العلاقات الأسرية، العلاقات الاجتماعية (كالزملاء، الأساتذة...)، والعلاقات العاطفية، قد تؤدي هذه الضغوط في العلاقات الى تأثيرات سلبية منها التفكير في الانتحار.

6-1-4-التعريف الاجرائي للضغوط الفيزيولوجية:

وهي مجموعة التغيرات الفيسيولوجية التي تحدث في الجسم، والتي تمثل قدرة الانسان على مقاومة عوامل الضغوطات التي يتعرض لها المراهق المتمدرس.

6-2-التعريف الاجرائي للأفكار الانتحارية:

ويقصد بها الأفكار والتصورات المرتبطة بعملية الانتحار والاقدام عل الفعل الانتحاري، وكيفية التخطيط للمكان والزمان وطريقة التنفيذ ووسيلة الانتحار، وتخيلات الأحداث قبل وأثناء وبعد تنفيذ لمحاولة الانتحار، والتفكير الانتحاري يعتبر مرحلة مبكرة من ماحل عملية الانتحار التي تنتهي بالسلوك الانتحاري. وعليه فالأفكار الانتحارية هي الدرجات التي يتحصل عليها الباحث بعد تطبيق مقياس الأفكار الانتحارية على المراهق المتمدرس بطور المتوسط (المتوسطة) للسنة الدراسية 2023-2024 في متوسطات مدينة قالمة.

6-3-المراهق المتمدرس:

المراهقة حسب "زهران حامد" (1986) هي انتقال الفرد من مرحلة الطفولة الى مرحلة الرشد والنضج، تمتد من السن (13 سنة الى 19 تقريبا). (عبد النوري،2025، ص809).

تعد مرحلة المراهقة من المراحل الحرجة في حياة الفرد نظرا للتغيرات الفيزيولوجية والجسمية التي يترتب عنها توترات انفعالية واجتماعية، كما أن هذه التغيرات من شأنها أن تعرض المراهق لصراعات وضغوطات داخلية وخارجية تنعكس على شخصيته، والأسرة، والمجتمع.

والمراهق المتمدرس في دراستنا هو: التلميذ الذي يبلغ من العمر ما بين (13-17سنة)، والذي يدرس السنة الرابعة متوسط والمسجل للسنة الدراسية 2023-2024 في متوسطات بلدية قالمة-قالمة-والمقبل على اجتياز شهادة التعليم المتوسط.

7-الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الدراسة:

لقد أجريت العديد من الدراسات العربية والأجنبية والمحلية للبحث حول ظاهرة الانتحار والضغوط النفسية، واختلفت التوجهات النظرية والميدانية لكل دراسة باختلاف الأهداف المسطرة، وكذلك الإجراءات المنهجية الخاصة بكل دراسة على حدي، وسنعرض الدراسات السابقة لبيان أوجه التشابه والاختلاف بين الدراسات السابقة، والدراسة الحالية وما ستسهم به الدراسة الحالية في طبيعة العلاقة بين العلاقة الأفكار الانتحارية ومصادر الضغوط النفسية، وقد تم تقسيم الدراسات السابقة الى دراسات أجنبية وأخرى عربية ، وأخرى محلية، سيتم عرضها من الأقدم الى الأحدث، وقد تم تقسيمها الى:

القسم الأول: الدراسات التي تناولت الضغط النفسي: مصادره-وعلاقته ببعض المتغيرات.

القسم الثاني: الدراسات التي تناولت الأفكار الانتحارية: المحاولة الانتحارية، الميول الانتحارية وعلاقتها ببعض المتغيرات.

القسم الثالث: الدراسات التي تناولت مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية.

أولا: الدراسات التي تناولت الضغط النفسي: مصادره-وعلاقته ببعض المتغيرات:

أ- الدراسات الأجنبية:

1-دراسة A.Moyne,Y.Barthod-Malat (2018) تحت عنوان الضغط الدراسي بين تلاميذ المدارس بالثانوية : تأثير التخوف من التوجيه المدرسي والضغط للحصول على الدرجة :

المتغيرين مرتبطين بأيديولوجية الجدارة وربما يرتبطان بالضغط المدرسي: التخوف من التوجيه والتخوف من التقييم، كما تم فحص التأثير التفاضلي لهذين المتغيرين على الضغط وفقا لجنس

الطالب وسياق الدراسة، تم توزيع الاستبيان على 609 تلميذ في المرحلة الثانوية، وأظهرت النتائج بشكل عام أن التخوف العاطفي بشأن التوجيه المهني.

2-دراسة Astrid Lebret-Charron, et al (2021) بعنوان: من الضغط الى الاحتراق المدرسي : التعاريف والمحددات النفسية والاجتماعية والتقييم وسبل الوقاية:

هدفت هذه الدراسة الى تقديم الأدبيات الحديثة حول مفهوم الضغط والانهاك المدرسي، ويعد الاحتراق المدرسي المستمد من الاحتراق المهني مفهوما حديثا نسبيا، وبعد تحديد المفهوم يتم عرض تحليل الروابط بين الضغط المدرسي الذي يتزايد ويتطور الى الاحتراق المدرسي لدى التلاميذ، ليتم عرض عوامل الخطر المساهمة في الضغط والاحتراق المدرسي.

ب- بالدراسات العربية:

1-هنداوي(2020) تحت عنوان أثر التدريب على الطمأنينة الانفعالية في خفض الضغط النفسي المدرك والقلق الأكاديمي لدى عينة من طلبة الجامعة:

هدفت الدراسة الى الكشف عن معرفة أثر التدريب على الطمأنينة الانفعالية في خفض الضغط النفسي المدرك والقلق الأكاديمي لدى طلبة الجامعة، واستخدمت الدراسة المنهج الشبه التجريبي، وتكونت العينة من 20 طالبا تم تقسيمهم بالتساوي الى مجموعتين (مجموعة تجريبية/ مجموعة ضابطة)، واشتملت أدوات البحث على مقياس الطمأنينة الانفعالية، مقياس الضغط النفسي المدرك، مقياس القلق الأكاديمي، البرنامج التدريبي القائم على الطمأنينة الانفعالية، وتوصلت النتائج الى أن التدريب على الطمأنينة فعال في خفض الضغط النفسي المدرك والقلق الأكاديمي لدى طلبة الجامعة.

2-دراسة سليمان السيد (2021) بعنوان مصادر الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها لدى طلاب جامحة حائل بالمملكة العربية السعودية:

هدفت الدراسة الى التعرف على مصادر الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها لدى طلاب جامعة حائل، استخدمت الدراسة المنهج الوصفي، على عينة قوامها من (400) طالب جامعي بجامعة حائل لعام 2019-

2020، وتم الاعتماد على مقياس مصادر الضغوط النفسية، ومقياس أساليب مواجهة الضغوط، وقد أسفرت الدراسة على النتائج التالية:

-تتسم مصادر الضغوط لدى طلاب جامعة حائل بالارتفاع.

-يتسم طلاب جامعة حائل بأسلوب مواجهة ضغوط عالية.

-توجد علاقة عكسية بين مصادر الضغط النفسي وأساليب المواجهة.

-لا توجد فروق بين مصادر الضغط النفسي من حيث (النوع، الحالة الزواجية، العمر، المعدل التراكمي).

-لا توجد فروق بين أساليب المواجهة و (النوع، الحالة الزواجية، العمر، المعدل التراكمي).

ج -الدراسات المحلية:

1-دراسة فاضلي أحمد (2009) بعنوان تصور الانتحار لدى الطلاب المقبلين على التخرج وعلاقته بادراك الضغط النفسي واستراتيجيات المقاومة:

هدفت الدراسة الى محاولة الكشف عن الاستراتيجيات التي يستخدمها الطلبة للتعامل مع الضغوط النفسية ومدى ادراكهم لها، وعلاقة ذلك بتصور الانتحار، وتحديد ما اذا كانت هناك علاقة ارتباط بين هذه المتغيرات، وقد تكونت عينة البحث من (84) طالبا وطالبة بواقع (37 ذكور) و(47اناث) متوسط سنهم 22.70 وانحراف معياري 0.70 موزعين على أربعة تخصصات، وتم تطبيق مقياس تصور الانتحار لرود، ومقياس ادراك الضغط النفسي لفينستن، وكذا مقياس استراتيجيات المقاومة لفولكمان ولازاروس، وتوصلت النتائج الى وجود علاقة ارتباطية موجبة بين شدة ادراك الضغط النفسي وارتفاع درجة تصور الانتحار.

2-دراسة مسيلي رشيد، فاضلي أحمد (2009) الموسومة ب شدة إدراك الضغط النفسي وعلاقته بالاكتئاب ومشاعر اليأس لدى فئة من محاولي الانتحار:

هدفت الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين شدة إدراك الضغط النفسي وعلاقته بالاكتئاب ومشاعر اليأس لدى فئة من محاولي الانتحار، وتكونت العينة من (75) محاولا للانتحار من كلا الجنسين، قاموا

بالمحاولات الانتحارية بين مرة الى أربع مرات، وتم تطبيق مقياس إدراك الضغط النفسي لفينستين، ومقياس الاكتئاب لبيك، ومقياس اليأس لبيك، وتوصلت النتائج الى وجود علاقة ارتباط بين شدة ادراك الضغط النفسي وارتفاع درجة الاكتئاب، ووجود علاقة دالة وموجبة بين شدة ادراك الضغط النفسي واليأس، بالإضافة الى وجود علاقة موجبة بين شدة الاكتئاب وارتفاع مشاعر اليأس.

3-دراسة مسيلي رشيد، فاضلي أحمد (2013) تحت عنوان الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بمعاودة المحاولة الانتحارية – دراسة مقارنة بين أساليب التعامل ومستوى الشعوربالياس والاكتئاب-

:هدفت الدراسة لمحاولة الكشف عن الأساليب التي يستخدمها محاولي الانتحار في تعاملهم مع الضغوط النفسية التي تواجههم، وأسباب معاودة هذا السلوك الانتحاري من خلال بعض المميزات المعرفية والشخصية المتمثلة في الاكتئاب واليأس، ولهذا الغرض لجأ فريق البحث لاستخدام المنهج الوصفي المقارن بالاعتماد على بطرية من المقاييس اشتملت على استبيان بهدف جمع البيانات واستبيان ادراك الضغط لفنستين واستبيان أساليب التعامل لفولكمان ولازاروس، وكذا مقياس بيك للاكتئاب ومقياس بيك لليأس، وطبقت هذه المقاييس على عينة مكونة من 75فردا حاولوا الانتحار بمعدل مرة الى أربع مرات.

وأسفرت النتائج على وجود فروق دالة احصائيا في مستويات إدراك الضغط النفسي واستراتيجيات التعامل مع الضغط النفسي بين الفئات الثلاث المحاولة للانتحار، بالإضافة لوجود فروق أخرى دالة احصائيا في متغيري الاكتئاب واليأس.

4-دراسة خرباش هدى، طوبال فطيمة (2016) تحت عنوان بناء مقياس الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين بالثانوية:

هدفت الدراسة الى بناء مقياس الضغط النفسي الخاص بالمراهقين المتمدرسين بالثانوية، الذين تتراوح أعمارهم ما بين 16 و19 سنة، حيث قسم المقياس بصورته الأولية الى أربعة محاور رئيسية تمثل جوانب مهمة من حياة المراهق وهي: الجانب النفسي، العلائقي، الدراسي، الفيزيولوجي.

وللتحقق من الخصائص السيكو مترية للمقياس (الصدق والثبات) فقد تم حساب المتوسط الحسابي، التباين، معامل الارتباط بيرسون، اختبار "ت" لعينتين مستقلتين، معامل ألفا كرونباخ، وقد قدر صدق الأداة ب(0.93) وثباتها ب(0.87)، وعليه فان المقياس يتمتع بخصائص سيكومترية جيدة من حيث البناء والصدق والثبات. وقد تم التوصل الى الصورة النهائية للمقياس والذي يتكون من (42) بندا مقسما على أربعة أبعاد.

5-دراسة بلغازي وردة (2017) تحت عنوان الضغط النفسي وسمات الشخصية وعلاقتهما بالمحاولة الانتحارية (دراسة ميدانية لسبع حالات عيادية):

هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين إدراك الضغط النفسي وسمات الشخصية بالمحاولة الانتحارية، حيث تم اتباع المنهج الوصفي، ودراسة الحالة لسبع (7) حالات عيادية قد حاولوا الانتحار مرة واحدة أو أكثر، وللتحقق من فرضيات الدراسة تم الاستعانة ب استبيان إدراك الضغط " للفنستين" واستخبار "أيزنك" للشخصية، وأظهرت نتائج الدراسة ما يلي:

-وجود علاقة بين إدراك الضغط النفسي والمحاولة الانتحارية.

-وجود علاقة بين سمات الشخصية والمحاولة الانتحارية.

-عدم وجود فرق في سمات الشخصية المميزة لذوي المحاولة الانتحارية.

6-دراسة بكيري نجيبة، طوبال فطيمة (2019) بعنوان مستوى الضغط النفسي لدى عينة من المراهقين المتمدرسين بالثانوية:

هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى الضغط النفسي لدى عينة من المراهقين المتمدرسين بالثانوية والذين تتراوح أعمارهم مابين 16-19 سنة، والتأكد من عدم وجود فروق في الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين بالثانوية تعزى الى متغير اختلاف الثانوية، اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، وتكونت عينة الدراسة من (142) تلميذا تحصلوا على درجات مرتفعة من الضغط النفسي، واستخدمت الدراسة مقياس الضغط النفسي للمراهقين المتمدرسين بالثانوية من اعداد الباحثة، وتوصلت الدراسة

الى أن المراهقين المتمدرسون بالثانوية يعانون من الضغط النفسي، لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى تلاميذ المرحلة الثانوية.

7-دراسة سلات آمال، هلايلي يسمينة (2023) تحت عنوان مصادر الضغط النفسي في ظل العودة الى نظام التمدرس العادي لدى تلاميذ البكالوريا -دراسة ميدانية بثانوية الاخوة العمر اني-بباتنة:

هدفت هذه الدراسة الى الكشف عن مستوى الضغط النفسي في ظل العودة للنظام التمدرس العادي لدى تلاميذ البكالوريا، وكذا الكشف عن مصادر الضغط النفسي لديهم، تم الاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي، حيث تكونت عينة الدراسة من (88) تلميذ بكالوريا من الجنسين متمدرسين بثانوية الاخوة العمراني بولاية باتنة للسنة الدراسية (2022-2023)، وتم استخدام مقياس مصادر الضغط النفسي، وأظهرت نتائج الدراسة أن أفراد عينة الدراسة يتمتعون بضغط نفسي مرتفع، وبالنسبة لأبعاد مصادر الضغط النفسي جاءت مرتبة كما يلي: البعد الأكاديمي، بعد المصادر النفسية، بعد المصادر الفيزيولوجية، بعد المصادر العلائقية هذا الترتيب وفق استجابات أفراد العينة.

8-دراسة كهينة جنان، بديعة و اكلي آيت مجبر (2024) تحت عنوان أثر الضغط النفسي في المحاولة الانتحارية لدى المراهق:

هدفت الدراسة الى الكشف عن مدى تأثير الضغط النفسي في اللجوء الى الانتحار لدى المراهق، وكذا الكشف عن ما اذا كان المراهق المقدم على الانتحار يظهر مستوى مرتفع من الضغط النفسي، اعتمدت الدراسة على المنهج العيادي القائم على دراسة الحالة، تكونت عينة الدراسة من حالتين مراهقتين تتراوح أعمارهم ما بين (17 و19 سنة) في المركز الاستشفائي الجامعي بسطيف، تم الاستعانة بأدوات الدراسة التالية: دراسة الحالة، المقابلة العيادية النصف موجهة، مقياس ادراك الضغط النفسي لفنستين، وأسفرت نتائج الدراسة الى: يؤدي الضغط النفسي الناتج عن عوامل عاطفية الى قيام المراهق بالمحاولة الانتحارية، ويؤدي الضغط النفسي الناتج عن الإحباط نتيجة الفشل الدراسي الى قيام المراهق بالمحاولة الانتحارية.

9-دراسة تو اتي نوارة بعنوان علاقة استر اتيجيات المقاومة بالضغط لدى المراهق المقدم على اجتياز امتحان شهادة التعليم المتوسط:

هدفت الدراسة الى الكشف عن استراتيجيات المقاومة التي يستعملها التلاميذ المقدمين على اجتياز امتحان شهادة التعليم المتوسط، وأجريت الدراسة على عينة من التلاميذ الذين يدرسون في إكماليه البرتقال بالبليدة، والذين بلغ عددهم (34) تلميذ تراوحت أعمارهم ما بين 13-17 سنة من كلا الجنسين، تم استخدام مقياس إدراك الضغط (Levenstein)، ومقياس استراتيجيات المقاومة ل (Paulhane, Neissier)، وأسفرت النتائج أن درجات استبيان إدراك الضغط مرتفعة، واتضح أن هؤلاء التلاميذ يستعملون بصفة كبيرة الاستراتيجيات المركزة على الأفعال.

ثانيا: الدراسات التي تناولت الأفكار الانتحارية وعلاقتها ببعض المتغيرات:

أ-الدراسات الأجنبية:

1-دراسة Rudd (1989): قام بمسح على عينة قوامها 737 من طلاب الكليات سنة 1989 أسفر على أن أكثر من 43% من هؤلاء المشاركين قد شعروا بمستوى معين من تصور الانتحار خلال السنة السابقة للمسح، وأن 14.9% منهم تصرفوا بشكل ما وفقا لذلك التصور دون القيام بمحاولات انتحارية، وأن 5.5% منهم قاموا بالمحاولة الانتحارية فعلية (خرخاش، 2020، ص24).

2- دراسة كل من بيرمان ومودي (Bearman,Moody,2004): والتي هدفت الى معرفة أثر بعض العوامل النفسية والاجتماعية على الأفكار والسلوكيات الانتحارية عند الطلاب، وتكونت عينة الدراسة من 9118 طالبا من الصف السابع وحتى الصف الثاني عشر، وتوصلت الدراسة الى ارتفاع معدلات احتمالية السلوك الانتحاري بين الطلاب، كما وجدت الدراسة ارتفاع معدلات السلوكيات الانتحارية بين الذكور عنها عند الاناث، وأكدت الدراسة على وجود علاقة طردية بين العزلة والعدوان وانخفاض تقدير الذات، كذلك العلاقة طردية بين الاكتئاب واللجوء الى الانتحار لدى عينة الدراسة.(الغامدي، 2020، ص151).

3- دراسة (Basu,Chatterjee,2010): بعنوان الدوافع المؤدية لتفكير الطلاب بالانتحار تبين أن أكثر الدوافع هي: التحرش الجنسي، بعد علاقة حب فاشلة، بسبب موت عزيز، أزمة مالية، علاقات شخصية زائفة أو سلبية، صراع مع الأهل، الرفض الاجتماعي، الشعور بالوحدة، الإهانة بمكان عام، بعد القيام بفعل غير أخلاقي، مرض عضال، الفشل في التحصيل الدراسي، والخلل بين الطموح والواقع، وتبين أيضا أن العولمة تزيد من الأفكار الاجرامية والانتحارية، وأن التحرش الجنسي يؤدي الى التفكير بالانتحار الأناني وكذلك أثر البيئة القلقة التي تفرض على الفرد أن يعيش بقلق وتوتر يؤدي به الى التفكير بالانتحار.

4-دراسة (Santos,2017): الموسومة بالعوامل المرتبطة بالأفكار الانتحارية بين طلاب الجامعات، التي تكونت عينتها من 637 طالبا من جامعة ماتو جروسو، تطرقت للعلاقة بين وجود الأفكار الانتحارية والمتغيرات الديمغرافية والاجتماعية والاقتصادية، واستخدام الكحول وكانت النتائج بأن الطلاب لديهم أفكار انتحارية، وأن الطبقة الاقتصادية ذات علاقة بالانتحار فعند تدني الطبقة الاقتصادية يكون التفكير أكثر والتوجه الجنسي أيضا هو ذات علاقة بالانتحار وتبين أن محاولة الانتحار بين الأصدقاء والأقارب قد يؤدي كذلك للانتحار وأظهرت أن الكحول علاقة بالانتحار(الكركي، 2019، ص318).

ب-الدراسات العربية:

1-دراسة ناهدة سابا العرجا، تيسير محمد عبد الله (2017) بعنوان مؤشرات الانتحار بين الشباب الفلسطيني وعلاقته ببعض المتغيرات:

هدفت الدراسة الى معرفة مؤشرات الانتحار لدى الشباب الفلسطيني وعلاقته ببعض المتغيرات، ولتحقيق هدف الدراسة تم الاعتماد على المنهج الوصفي الارتباطي، وتكونت عينة الدراسة من (693) مفردة من طلبة المدارس وطلبة الجامعات في الضفة الغربية وقطاع غزة ومن مدارس خاصة ومدارس حكومية وجامعة بيت لحم وجامعة فلسطين الأهلية في محافظة بيت لحم، وجامعة الأزهر والجامعة الإسلامية في قطاع غزة، واستخدمت الدراسة مقياس احتمالية الانتحار لعبد الرقيب البحيري، وتوصلت الى النتائج التالية:

-أن متوسط درجة مؤشرات الانتحار لدى طلبة المدارس والجامعات في الضفة الغربية عاليا، وأن نتائج تحليل الانحدار المتعدد عن أن المتغير (هل فكرت سابقا بالانتحار) أقوى المتغيرات المستقلة تنبؤا بمؤشرات الانتحار، وأظهرت النتائج أيضا عن وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدرجة الكلية لمؤشرات الانتحار تعزى لمتغير الذين تعاطوا المخدرات والذين لم يتعاطوا، ولمتغير الذين فكروا سابقا بالانتحار والذين لم يفكروا بالانتحار.

2-دراسة نسرين محمود الكركي، لبنى مخلد العضايلة (2019) بعنوان دو افع الانتحار من وجهة نظر طلبة كلية الأميرة رحمة الجامعية:

هدفت الدراسة الى التعرف على دوافع الانتحار الاجتماعية والنفسية من وجهة نظر طلبة الكلية الأميرة رحمة الجامعية، أيضا التعرف على أثر المتغيرات النوعية في دوافع الانتحار، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي، أما عينة الدراسة فقوامها (243) طالب وطالبة من كافة التخصصات، وتوصلت نتائج الدراسة الى أن أهم الدوافع النفسية المؤدية للانتحار من وجهة نظر طلبة الجامعة تمثلت في الشعور بالعجز والكسل عن مواجهة الحياة، والادمان على المخدرات، والوصول الى الشهرة والظهور أمام الآخرين ومن ثم التعرض لصدمة قوية، الشعور بالاكتئاب، وأبرز الدوافع الاجتماعية كانت اجبار الفتاة أو الشاب على الزواج من شخص لا ترغب به، والتفرقة بين الأولاد بالإضافة الى القيود التي يفرضها الآباء على الأبناء، والتوتر الدائم بين أفراد الأسرة، كما بينت الدراسة عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدوافع النفسية والاجتماعية المؤدية للانتحار يعزى للجنس، ووجود فروق ذات دلالة إحصائية في الدوافع النفسية والاجتماعية المؤدية للانتحار تعزى لمستوى تعليم الأب لصالح الطلبة الذين يتمتع آباءهم بمستوى تعليمي ثانوي فأقل.

3-دراسة شيماء محمد محمد بيومي خليل (2020) بعنوان إرادة الحياة وقلق المستقبل وعلاقتهما بالميول الانتحارية لدى الشباب "دراسة سيكومترية-كلينيكية:

هدفت الدراسة الى الكشف عن العلاقة بين إرادة الحياة والميول الانتحارية وقلق المستقبل والميول الانتحارية، والتعرف على الفروق بين الذكور والاناث في متغيرات الدراسة لدى الشباب، والتعرف على ديناميات الشخصية في إرادة الحياة، وتم الاعتماد على المنهج الوصفي لتحقيق أهداف البحث، وبلغ عدد أفراد العينة 120 من الشباب تراوحت أعمارهم ما بين (19-22) سنة، وتم الاستعانة بالأدوات التالية في جمع البيانات: مقياس إرادة الحياة، مقياس قلق المستقبل، مقياس الميول الانتحارية، اختبار ساكس لتكملة الجملة، وأظهرت النتائج ما يلي:

-وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين درجة إرادة الحياة والميول الانتحارية.

وجود علاقة طردية دالة احصائيا بين درجة قلق المستقبل والميول الانتحارية.

-كما أسفرت عن وجود فروق دالة احصائيا في درجة إرادة الحياة بين الذكور والاناث لصالح الذكور، ووجود فروق دالة احصائيا في درجة قلق المستقبل بين الذكور والاناث في اتجاه الاناث، ووجود فروق دالة احصائيا في درجة الميول الانتحارية بين الذكور والاناث لصالح الاناث، كما أنه ينبئ مستوى الميول الانتحارية بمستوى إرادة الحياة وقلق المستقبل لدى الشباب، كما أنه توجد اختلافات في ديناميات الشخصية للشباب بين الحالات الطرفية الأكثر ارتفاعا والأكثر انخفاضا في مقياس إرادة الحياة.

ج-الدراسات المحلية:

1-دراسة معوشة عبد الحفيظ، الهاشمي لوكيا (2011) بعنوان: الميول الانتحارية وعلاقتها بتقدير الذات -دراسة ميدانية بدار الثقافة ودور الشباب بمدينة باتنة-:

هدفت الدراسة الى تحديد العلاقة بين الميول الانتحارية وتقدير الذات لدى الشباب، حيث تم الاعتماد في هذه الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، وقد كانت العينة من الشباب الذين تتراوح أعمارهم بين 18-29 سنة بدار الثقافة محمد العيد ال خليفة وداري الشباب (حي النصر والاخوة لمباركية) بمدينة باتنة، وكان

عددهم 292 شابا من الجنسين، وتم استخدام كل من مقياس كوبر سميث لتقدير الذات، واستبيان الميول الانتحارية، والمقابلة لجمع البيانات، وتوصلت هذه الدراسة الى النتائج التالية:

-وجود علاقة ارتباطية من النوع السالب (عكسية) بين تقدير الذات ومكوناته، أبعاد الميول الانتحارية عند الجنسين.

-تقدير الذات العامة هي المؤشر الأكثر اسهاما بالتنبؤ بالميل الانتحاري عند الذكور.

-تقدير الذات العائلية هي المؤشر الأكبر من بين أنواع تقدير الذات عند البنات، اسهاما بالتنبؤ بالميل الانتحاري.

-وجود فروق دالة احصائيا في الميول الانتحارية ولصالح تقدير الذات المنخفض.

وجود علاقة ارتباطية من النوع السالب (عكسية) بين الميول الانتحارية عند الشباب ومتغير الجنس عند الاناث، دون غيرهن من عينة الدراسة.

2-دراسة دوداح علجية (2011) بعنوان الانتحار والميول الانتحارية وعلاقتها بالاغتراب لدى عينة من الطلبة الجامعيين-دراسة نفسية اجتماعية:

هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الاغتراب والميول الانتحارية في المحيط الجامعي، وتم الاعتماد في هذه الدراسة على المنهج الوصفي، وتكونت العينة من 344الطلبة المتمدرسين بالمركز الجامعي بالبويرة، يتراوح عمرهم ما بين (18-36) سنة، موزعين 121ذكور و223 اناث في مختلف التخصصات، واستخدمت الدراسة في جمع بياناتها استبيان الميول الانتحارية، استبيان الاغتراب،

وتوصلت الدراسة الميدانية حسب فرضيات الدراسة المعتمدة الى ما يلي:

-توجد علاقة ارتباطية بين مستوى الاغتراب ومستوى الانتحار لدى طلاب الجامعة.

-توجد علاقة بين مستوى الانتحار ومستوى الاغتراب لدى الجنسين، لكن لا توجد فروق بينهما.

-توجد علاقة بين مستوى الانتحار ومستوى الاغتراب لدى الفئة العمرية الأولى (ما بين18سنة وأقل من 24 سنة) ولا توجد علاقة بين المتغيرين في الفئة العمرية الأكبر سنا (من 24 سنة وأقل من 30 سنة)، لكن الفروق تظهر بشكل ظاهر لدى الأصغر سنا.

-توجد علاقة بين مستوى الانتحار ومستوى الاغتراب لدى الطلبة الذين هم في بداية مشوارهم الجامعي، ولدى الطلبة الذين هم في نهاية مشوارهم الجامعي، أما الفروق فهي بسيطة.

-لا توجد فروق في درجات الاغتراب بين المحاور الثمانية بين الذكور والاناث.

3-دراسة بوالفلفل إبراهيم (2011) بعنوان السلوك الانتحاري لدى الشباب في المجتمع الجزائري-دراسة تحليلية لإحصائيات الانتحار بولاية جيجل للفترة (2000-2008):

هدفت الدراسة الى رصد وتحليل مجموعة المتغيرات المتعلقة بالسلوك الانتحاري في ولاية جيجل للفترة الممتدة (2000-2008)، وذلك من خلال الاحصائيات التي تم الحصول عليها من الجهات الرسمية بولاية جيجل من خلال المتغيرات التالية:

- تطور السلوك الانتحاري زمنيا.
- السلوك الانتحاري حسب الجنس، السن، أيام الأسبوع.
- الطرق الأساسية المستعملة في السلوك الانتحاري.
- البطالة والسلوك الانتحاري.
- الحالة المدنية والبطالة والسلوك الانتحاري.

اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي التحليلي، باستخدام عينة قوامها 132 من المنتحرين والمحاولين للانتحار من سكان ولاية جيجل وفق الاحصائيات المتوفرة ما بين سنة (2000-2008)، تم الاستعانة في جمع البيانات هذه الدراسة بمجموعة من الدراسات والكتابات، المقابلات، احصائيات الأمن الوطني، الدرك الوطني لولاية جيجل في الفترة ما بين 2000-2008 سنة.

وتوصلت هذه الدراسة الى النتائج المتعلقة بخصائص السلوك الانتحارية بولاية جيجل التالية:

- الانتحار الكامل له علاقة إيجابية بجنس الذكور.
- محاولات الانتحار فعل تختص به الاناث أكثر من الذكور.
- السلوك الانتحاري عامة يخص الشباب ذوي الفئة العمرية 18-40 سنة.
- هناك ارتباط إيجابي بين السلوك الانتحاري والبطالة وبين العزوبية والسلوك الانتحاري.
- كما نلاحظ أنه كلما اجتمعت عوامل المخاطرة زادت إمكانية المرور الى الفعل الانتحاري.
- أهم عوامل المخاطرة: أن تكون شابا أعزبا وبطالا فهذه الخصائص الأكثر تحفيزا على الاقبال على السلوك الانتحاري.

4-دراسة سهيري زينب (2013) بعنوان دراسة استطلاعية عن ظاهرة الانتحاروالمحاولة الانتحارية:

هدفت الدراسة الى الاطلاع على واقع الظاهرة بولاية الأغواط، مما تسمح لنا بمقارنتها بدراسات أخرى ومعرفة خصوصيتها من أجل التفكير في برامج وقائية وعلاجية لها، تم الاعتماد في هذه الدراسة على المنهج الوصفي، وتكونت عينة الدراسة في مجمل حالات المحاولات الانتحارية المسجلة بمستشفى محمود بن عجيلة في الفترة الممتدة من 01 جانفي 2003 الى 31ديسمبر 2003، والتي وصلت الى 64 ملفا منهم53 محاولة انتحارية و11 انتحارا، واستخدمت الدراسة في جمع بياناتها ملفات المنتحرين والمحاولين للانتحار الموجودة على مستوى مستشفى محمود بن عجيلة، وتوصلت الدراسة الى النتائج التالية:

-تعتبر الأغواط من بين المدن التي تنتشر فيها ظاهرة الانتحار والمحاولة الانتحارية، وبمقارنتها بمدن أخرى كولاية برج بوعريريج التي كثافتها أكبر من كثافة مدينة الأغواط.

نجد توزيع الظاهرة الانتحار والمحاولة الانتحارية على الشكل التالي:

-السن: تمثل الفئة الشبانية من 15 سنة الى 35 سنة أكثر الفئات تضررا بنسبة 81.25%

-الجنس : تنتشر المحاولة الانتحارية عند الاناث أكثر من الذكور وفقا للنسب التالية 67%لإناث مقابل ذكور 32%، في حين تكثر حالات الانتحار عند الذكور مقارنة بالإناث، وذلك وفقا للنسب التالية54% لدى الذكورو45% لدى الاناث

- التوزيع الشهري لحالات الانتحار والمحاولة الانتحارية، يكثر السلوك الانتحاري بشهر فيفري14% ويليه شهر مارس وجويلية بنسب متماثلة 10.9%.

-التوزيع الفصلي لحالات الانتحار والمحاولة الانتحارية: يكثر السلوك الانتحاري بفصل الربيع أكثر من غيره من الفصول.

-توزيع اختيار الوسيلة: نلاحظ أن أكثر المحاولين للانتحار يستعملون وسيلة أدوية بنسبة 53% في حين نجد المنتحرين يلجؤون الى وسائل أكثر عنفا مثل: الشنق، شرب المادة الحامضة، تناول مبيد الفئران.

-توزيع المهن: نلاحظ أن نسبة البطالين تمثل أعلى قيمة 46.8% وتليها نسبة الطلاب المتمدرسين بنبة 18.7%

5-دراسة غازلي نعيمة (2014) بعنوان النسق الاسري وعلاقته بظهور المحاولة الانتحارية لدى المراهق -دراسة مقارنة:

هدفت الدراسة الى معرفة طبيعة النسق الأسري المدرك وعلاقته بالمحاولة الانتحارية لدى المراهق، التوصل الى العوامل الأساسية التي تقف وراء انتشار المحاولة الانتحارية لدى فئة المراهقين. والتوصل الى كيفية إدراك المراهق المحاول للانتحار نسق أسرته، واستخدمت الدراسة المنهج الاكلينيكي، وتكونت العينة من 20 مبحوث من كلا الجنسين تتراوح أعمارهم ما بين 14 الى 17 سنة، 10 حالات محاولة للانتحار المتواجدين في المستشفى الجامعي "نذير محمد" بولاية تيزي وزو، و10 حالات لم تحاول الانتحار أخذت من ثانوية متعددة التخصصات، واعتمدت الدراسة في جمع البيانات على المقابلة العيادية النصف موجهة واختبار الادراك الأسري (FAT)، وتوصلت الدراسة الى النتائج التالية:

-ارتفاع معدل الصراع الظاهري بأنواعه لدى عينة المراهقين المحاولين للانتحار وانخفاضه لدى عينة المراهقين غير المنتحرين.

يظهر هناك غياب الحل للصراعات لدى عينة المراهقين المحاولين للانتحار مقابل الاعتماد أكثر على الحلول السلبية لدى عينة المراهقين غير المنتحرين.

-تعتبر جميع عناصر الأنساق الأسرية الخاصة بعينة المراهقين المحاولين للانتحار كمصدر للضغط الا أنه بدرجات متفاوتة، ويكون الضغط أقل لدى مجموعة المراهقين غير المنتحرين.

-ان الأنساق الأسرية الخاصة بالمراهقين المحاولين للانتحار يميلون الى الانغلاق التام، وفي المقابل نجد الانفتاح النسبي الذي يطغى على الأنساق الأسرية الخاصة بالمراهقين غير المحاولين للانتحار.

-ان المعاملة القاسية تعد مرتفعة لدى عينة المراهقين المحاولين للانتحار، تصدر وتستقبل من عناصر مختلفة داخل تلك الأنساق، ونجدها أقل لدى عينة المراهقين غير المحاولين للانتحار.

-يسود انفعال الحزن والاكتئاب في الأنساق الأسرية التي يعيش فيها المراهقين المحاولين للانتحار، بينما يسود انفعال السعادة والرضا في الأنساق الأسرية التي يعيش فيها المراهقين غير المحاولين للانتحار.

6-دراسة معوشة عبد الحفيظ (2017) بعنوان تصميم مقياس الميول الانتحارية:

هدفت الدراسة الى تصميم أداة لقياس الميل الانتحاري عند الشباب ومعرفة مكونات وأبعاد هذا المتغير محددة لبروفيل الشاب الذي يحمل ميولا انتحاريا، تكونت عينة الدراسة من 409 شاب من الجنسين تتراوح أعمارهم ما بين 16 و30 سنة في الفترة الممتدة بين مارس 2012-مارس2013، وتوصلت الدراسة الى بناء مقياس الميول الانتحارية في صورته النهائية، ويتميز بدرجتي صدق وثبات كبيرتين، ويمكن تطبيقه في الدراسة الحالية وفي الدراسات الأخرى المشابهة التي تهتم بدراسة الميل الانتحاري عند كل شخص يفوق سنه 13 سنة.

7-دراسة قنيفة نورة، سعدي روفية (2017) بعنوان دو افع المحاولة الانتحارية لدى المراهق المتمدرس (دراسة حالة):

هدفت الدراسة الى التعريف واقعيا بظاهرة المحاولة الانتحارية من خلال تقديم اسقاطات واقعية لخمس حالات لمحاولة الانتحارية في الوسط المدرسي، اعتمدت الدراسة على المنهج الاكلينيكي، وتم الاستعانة في

هذه الدراسة بالأدوات التالية: الملاحظة المباشرة، المقابلة، دراسة حالة، وتوصلت الدراسة من خلال المقربة النظرية للموضوع وكذلك من خلال الممارسة الميدانية البحثية الى ما يلي:

- تعرض التلميذ لجروح معنوية عميقة من طرف الأولياء، الأساتذة، الإدارة، الزملاء، مما يدفعه للانتحار.
- جهل بعض الفاعلين التربويين والأساتذة لمهام ودور مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في التكفل والرعاية النفسية والبيداغوجية للتلاميذ في الطورين المتوسط والثانوي، وما يمكن أن يقوم به من دور وقائي وعلاجي لحالات المحاولة الانتحارية.
- هشاشة البنية السيكولوجية للتلميذ مما يجعله عرضة لمؤثرات عديدة، وعدم امتلاكه لاستراتيجيات وأساليب مواجهة المشكلات والتكيف النفسي السليم.
- الضغوط النفسية والإحباط والصدمات التي تؤدي الى مشاعر وانفعالات سالبة وحزن شديد مما يجعل التلميذ يؤذي ذاته.
- ضعف الوازع الديني لدى التلاميذ وغياب التوعية والإرشاد خاصة على المستوى الأسري نتيجة كثرة انشغالاتها الاجتماعية والاقتصادية.

8-دراسة راهبة عباس العادلي، أشواق صبرناصر(2016) بعنوان العلاقة بين الإرادة والتفكير الانتحاري لدى ضحايا التنمر المدرسي من طلبة المرحلة المتوسطة:

هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الإرادة والتفكير الانتحاري لدى طلبة المرحلة المتوسطة من ضحايا التنمر، والتعرف على الفروق في ضحايا التنمر وفق لمتغير النوع (ذكور-اناث)، وكذلك الفروق في الإرادة وفق متغير الجنس (ذكور-اناث)، اتبعت الدراسة المنهج الوصفي، وتكونت عينتها من 200 طالب وطالبة من (4) مدارس، ولتحقيق أهداف البحث استخدمت الدراسة كأدوات لجمع البيانات مقياس ضحايا التنمر، مقياس الإرادة، مقياس التفكير الانتحاري، وتوصلت الدراسة الى النتائج التالية:

-وجود علاقة إيجابية دالة بين درجات أفراد العينة على مقياس ضحايا التنمر ودرجاتهم على مقياس التفكير الانتحاري.

-وجود علاقة إيجابية دالة بين درجات أفراد العينة على مقياس ضحايا التنمر ودرجاتهم على مقياس الإرادة.

-لا توجد علاقة بين درجات أفراد العينة على مقياس التفكير الانتحاري ودرجاتهم على مقياس الإرادة.

-لا توجد فروق دالة في التفكير الانتحاري بين الذكور والاناث.

- لا توجد فروق دالة في الإرادة بين الذكور والاناث.

- توجد فروق دالة في ضحايا التنمر بين الذكور والاناث ولصالح الاناث.

9-دراسة بلغازي وردة، زناد دليلة (2020) بعنوان علاقة إدراك الدعم الاجتماعي بمحاولة الانتحارية: دراسة ميدانية لثلاثين محاولا للانتحار في ولاية الجزائر:

هدفت الدراسة الى ابراز علاقة إدراك الدعم الاجتماعي بمحاولة الانتحار، حيث اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، وتمثلت عينة الدراسة في ثلاثون (30) حالة قاموا بالمحاولة الانتحارية مرة واحدة على الأقل، وتتراوح أعمارهم ما بين 13-42 سنة في ولاية الجزائر، وتم الاستعانة في جمع البيانات بمقياس الدعم الاجتماعي المدرك، وأظهرت نتائج الدراسة بأنه لا توجد علاقة دالة احصائيا بين إدراك الدعم الاجتماعي وظهور المحاولة الانتحارية.

10-دراسة أومليلي حميد، دعيش محمد أمين (2022) بعنوان سلوك إيذاء الذات كمؤشر لظهور الأفكار الانتحارية لدى المراهقين:

هدفت الدراسة الى التنبؤ بعوامل الخطر -سلوك إيذاء الذات- المساهمة في التفكير والمحاولة الانتحارية لدى المراهقين الذين يمتلكون أفكارا جادة حول الانتحار ومجموعة أخرى مؤشرات تفكيرها حول السلوك الانتحاري ضعيفة، اعتمدت الدراسة على المنهج المقارن ذو الأثر الرجعي، وتكونت عينة الدراسة من 88 من المراهقين في مرحلة متقدمة من الإدمان، وتم الاستعانة في هذه الدراسة على مقياسين مقياس التفكير

الانتحاري، مقياس تشخيص سلوك إيذاء الذات، وأسفرت نتائج الدراسة أنها جاءت ضعيفة نسبيا من حيث قدرة النموذج على التنبؤ بظهور التفكير الانتحاري من خلال معرفة درجة سلوك إيذاء الذات لدى المراهقين دالة احصائيا وبمعنى أخر أن تفاقم سلوك إيذاء الذات يعتبر كمؤشر أو كعامل خطر لظهور الأفكار الانتحارية جدية.

11-دراسة وردة بلغازي (2022) بعنوان سمات الشخصية لمحاولي الانتحار(عرض لحالة عيادية):

هدفت الدراسة الى تسليط الضوء على سمات الشخصية المميزة لفئة محاولي الانتحار، اعتمدت الدراسة على المنهج الوصفي، بلغت عينة الدراسة حالة عيادية واحدة تبلغ من العمر 18 سنة حاولت الانتحار مرتين عن طريق تناول الأدوية، استخدمت الدراسة المقابلة النصف الموجهة للكشف عن أسباب المحاولة الانتحارية، قائمة العوامل الخمسة الكبرى للشخصية " Goldberg"1999 ، أظهرت نتائج الدراسة أن الحالة تعاني من القلق والتوتر وحالة من عدم الثبات الانفعالي وهذا ما يدل على حصولها على أعلى نسبة لبعد العصابية بنسبة 26.78% وأنها كانت متعاونة مما يدل على حصولها على نسبة 18.75% على بعد الانفتاح على الخبرة، كما أنها انطوائية وتحب العزلة يدل على حصولها على نسبة منخفضة على بعد الانبساطية بنسبة 16.96%.

ثالثا: الدراسات التي تناولت مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية

1 -دراسة محمد قاعد زايد الغامدي(2020) بعنوان الميول الانتحارية وعلاقتها بالضغوط النفسية وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية والمرحلة الجامعية بمدينة الرياض:

هدفت الدراسة الى التعرف على العلاقة بين الميول الانتحارية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية والمرحلة الجامعية في مدينة الرياض، والكشف عن الفروق في مستوى الميول

الانتحارية والضغوط النفسية في ضوء المتغيرات (المرحلة التعليمية، المستوى التعليمي للوالدين، المستوى الاقتصادي للأسرة)، وتكونت عينة البحث من (95) طالب من المرحلة الثانوية، و(120) طالب من المرحلة الجامعية في مدينة الرياض، وتم تطبيق مقياس الميول الانتحارية لمحمد الشهري، ومقياس الضغوط النفسية من تصميم سليمان الشاوي المقنن في البيئة السعودية، وتوصلت النتائج الى وجود ارتباط إيجابي دال احصائيا بين الضغوط النفسية والميول الانتحارية، كما كشفت عن وجود فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات طلاب المرحلة الثانوية وطلاب المرحلة الجامعية على الميول الانتحارية لصالح طلاب المرحلة الجامعية، ووجود ارتباط سلبي دال احصائيا بين مستوى دخل الأسرة والميول الانتحارية، ووجود ارتباط سلبي دال احصائيا بين مستوى تعليم الأب والأم والميول الانتحارية.

رابعا: التعقيب على الدراسات السابقة:

1-الدراسات التي تناولت الضغط النفسي: مصادرها-وعلاقتها ببعض المتغيرات.

أثبتت مجمل الدراسات العربية والمحلية التي تناولت الضغط النفسي على خطورة هذه الأخيرة على الصحة النفسية والجسدية والسلوكية على صحة الفرد حيث:

-ارتبطت الدراسات المتعلقة بالضغط النفسي ومصادره مع متغيرات مختلفة منها: تصور الانتحار، الاكتئاب واليأس، سمات الشخصية، المحاولة الانتحارية...

-تمت الدراسات السابقة على عينة من المراهقين وطلبة الجامعة محور البحث.

- وسوف نقوم بعرض مجموعة من التعقيبات وفق معايير تتمثل في: التعقيب من حيث الموضوع، الأهداف، المنهج، العينة، الأدوات، أيضا ومن حيث النتائج.

الجدول رقم (01): يمثل التعقيب على الدراسات التي تناولت الضغط النفسي: مصادره-وعلاقته ببعض المتغيرات من حيث أوجه الاختلاف والتشابه مع الدراسة الحالية.

التعقيب	أوجه الاختلاف / التشابه

الموضوع	لقد اختلف موضوع الدراسة الحالية عن بعض الدراسات السابقة باعتبار موضوعنا يتناول العلاقة بين مصادر الضغط النفسي وعلاقته بالأفكار الانتحارية، وهذا يعتبر أهم نقاط الاختلاف مع الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات البحث وتم ربطها بمتغيرات أخرى. حيث نجد الدراسات السابقة التي جاءت تخص الضغط النفسي ومصادره مرتبطة بمتغيرات مختلفة فمنها من تبحث عن العلاقة وهو ما جاء في دراسة فاضلي أحمد (2009)، أيضا دراسة مسيلي رشيد وفاضلي أحمد (2009)، ودراسة بلغازي وردة (2017)، ومنها من تبحث عن الأثر كما جاء في دراسة هنداوي(2020)، ودراسة كهينة جنان، وبديعة واكلي أيت مجبر (2024)، كما جاءت دراسة بكيري نجيبة وطوبال فطيمة (2019) تبحث عن المستوى في الضغط النفسي، في جاءت دراسة سلات آمال وهلايلي يسمينه (2023)، ودراسة سليمان السيد(2021) تبحث عن مصادر الضغط النفسي.
الأهداف	اختلف أهداف الدراسات السابقة باختلاف مواضيع البحث، مفنها من هدفت الى التعرف عن العلاقة الارتباطية بين الضغط النفسي ومتغيرات أخرى، كما جاءت دراسة جنان وواكلي آيت مجبر (2024) تبحث عن معرفة مدى تأثير الضغط النفسي في اللجوء الى الانتحار لدى المراهق، في حين جاءت دراسة خرباش هدى وطوبال فطيمة لبناء مقياس الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس، ودراسة بكيري وطوبال تبحث عن الفروق في الضغط النفسي.
المنهج	هناك دراسات تشابهت مع دراستنا الحالية في الاعتماد على المنهج الوصفي كما في دراسة سليمان السيد (2021)، ودراسة بلغازي وردة (2017)، ومنها من استخدمت المنهج الوصفي المقارن كما في دراسة مسيلي رشيد وفاضلي أحمد (2013)، وفي دراسة بكيري نجيبة وطوبال

	فطيمة (2019)، ودراسة سلات آمال وهلايلي يسمينة (2023) اعتمدت على المنهج الوصفي التحليلي. واختلفت دراستنا مع دراسة هنداوي (2020) استخدمت المنهج الشبه التجريبي، ودراسة كهينة جنان وبديعة واكلي آيت مجبر (2024) اعتمدت على المنهج العيادي.
العينة	تناولت الدراسات السابقة فئة المراهقين المتمدرسين في مرحلة التعليم الثانوي كما هو الحال في دراسة خرباش هدى وطوبال فطيمة (2016)، ودراسة بكيري نجيبة وطوبال فطيمة (2019)، ودراسة سلات آمال وهلايلي يسمينة (2023) وفئة المراهقين المتمدرسين في مرحلة التعليم المتوسط كما جاء في دراسة تواتي نورة وهذه الفئة تم تناولها في دراسات قليلة في حدود بحثنا وعرضنا للدراسات السابقة لهذا جاءت دراستنا للبحث مع هذه المرحلة التعليمية خاصة تلاميذ السنة الرابعة متوسط ومرحلة الجامعة كما جاء في دراسة هنداوي (2020)، ودراسة سليمان السيد (2021) ودراسة فاضلي أحمد (2009). كما تناولت بعض الدراسات فئة محاولي الانتحار كما في دراسة مسيلي رشيد وفاضلي أحمد (2009)، ودراسة بلغازي وردة(2017).
الأدوات	تباينت الدراسات السابقة في الاستعانة بالأدوات المناسبة لجمع البيانات حول موضوع البحث وذلك باختلاف الأهداف التي تسعى من خلالها الدراسة لتحقيقها، فمنها من اعتمد على مقاييس معدة ومصممة سابقا وجاهزة لقياس الضغط النفسي، ومعظم الدراسات السابقة التي تم عرضها في دراستنا اعتمدت على استبيان إدراك الضغط ل " فنستين " (Levenstein) كدراسة بلغازي وردة (2017)، ودراسة فاضلي أحمد (2009)، ودراسة كهينة جنان وواكلي آيت مجبر (2024)، ودراسة توتي نورة.

	في حين دراستنا الحالية اعتمدت على مقياس الضغط النفسي للمراهقين المتمدرسين لطوبال فطيمة وخرباش هدى الذي كان موجه لمرحلة التعليم الثانوي، وتم التحقق من الخصائص السيكو مترية للمقياس نظرا لأن الدراسة الحالية تبحث في فئة المراهقين المتمدرسين في مرحلة التعليم المتوسط.
النتائج	نظرا لاختلاف أهداف الدراسات السابقة اختلفت النتائج التي أسفرت عليها، لكنها اتفقت كونها بحثت في العلاقة بين المتغيرات حيث توصلت معظمها الى وجود علاقة ارتباطية بين الضغط النفسي ومتغيرات أخرى كما جاء في دراسة مسيلي وفاضلي (2009)، ودراسة بلغازي وردة (2017)، ودراسة فاضلي أحمد (2009). وهناك دراسات توصلت الى وجود ضغط نفسي مرتفع كدراسة تواتي نورة، ودراسة كهينة جنان، بديعة واكلي آيت مجبر(2024)، ودراسة سليمان السيد (2012) اتسمت بارتفاع مصادر الضغط النفسي، ودراسات بينت وجود فروق دالة في مصادر الضغط النفسي، كما توصلت اليه دراسة سليمان السيد (2021)، كما توصلت دراسة مسيلي رشيد وفاضلي أحمد (2013) الى وجود فروق في مستويات إدراك الضغط النفسي

المصدر: من اعداد الباحثة.

2-الدراسات التي تناولت الأفكار الانتحارية: المحاولة الانتحارية، الميول الانتحارية وعلاقتها ببعض المتغيرات.

جدول رقم (02): يمثل التعقيب على الدراسات التي تناولت الأفكار الانتحارية: المحاولة الانتحارية، الميول الانتحارية من حيث الاختلاف والتشابه مع الدراسة الحالية.

التعقيب	أوجه الاختلاف/ التشابه

الموضوع	في الحقيقة دراستنا الحالية تناولت متغير الأفكار الانتحارية كدراسة راهبة عباس العادلي، وأشواق صبر ناصر(2016)، ودراسة (Santos,2017)، ودراسة (Basu,Chatterjee,2010)، ودراسة أومليلي حميد، ودعيس محمد أمين (2022)، لكن معظم الدراسات السابقة التي تم عرضها تناولت ظاهرة السلوك والمحاولة الانتحارية أيضا، فنجد دراسة بوالفلفل إبراهيم (2011)، ودراسة سهيري زينب (2013)، ودراسة غازي نعيمة (2014)، ودراسة بلغازي وردة، وزناد دليلة (2020). في حين نجد دراسات أخرى تناولت دوافع وعوامل الانتحاركدراسة نسرين محمود الكركي، ولبنى مخلد العضايلة (2019)، ودراسة قنيفة نورة وسعدي روفية (2017). في المقابل جاءت دراسات سابقة حول الميول الانتحارية مثل دراسة شيماء محمد بيومي خليل (2020)، ودراسة معوشة عبد الحفيظ والهاشمي لوكيا (2011)، ودراسة دوداح علجية (2011).
الأهداف	تباينت الدراسات السابقة التي تم عرضها في الأهداف التي سعت لتحقيقها حيث ركزت بعض الدراسات على معرفة العوامل والدوافع المؤدية الى التفكير في الانتحار/ والمحاولة الانتحارية، حيث نجد دراسة (Bearman,Moody,2004) ودراسة نسرين محمود الكركي، ولبنى مخلد العضايلة (2019)، ودراسة (Basu, Chatterjee,2010)، ودراسة قنيفة نورة، وسعدي روفية (2017). في حين نجد دراسات هدفت الى الاطلاع على واقع ظاهرة الانتحار والاحصائيات المتعلقة بها مثل دراسة سهيري زينب (2013)، ودراسة بوالفلفل إبراهيم (2011)، في المقابل اتفقت الدراسات السابقة الأخرى مع دراستنا الحالية في كونها تهدف الى دراسة العلاقة الارتباطية كما جاء في دراسة غزلي نعيمة (2014)، ودراسة بلغازي وردة وزناد دليلة (2020)، ودراسة معوشة عبد الحفيظ والهاشمي لوكيا (2011)، ودراسة دوداح علجية (2011).

المنهج	تشابهت الدراسة الحالية مع بعض الدراسات السابقة في استخدام المنهج الوصفي كدراسة ناهدة سابا العرجا، وتيسير محمد عبد الله (2017)، ودراسة نسرين محمود الكركي ولبنى مخلد العضايلة (2019)، ودراسة شيماء بيومي خليل (2020)، ودراسة معوشة عبد الحفيظ والهاشمي لوكيا (2011)، ودراسة بوالفلفل إبراهيم (2011)، في حين اختلفت دراستنا مع دراسات سابقة أخرى من حيث المنهج فنجد المنهج الاكلينيكي اعتمدت عليه دراسة قنيفة نورة وسعدي روفية (2017)، ودراسة غازلي نعيمة (2014)، وتم الاعتماد على المنهج المقارن ذو الأثر الرجعي في دراسة أومليلي حميد ومحمد أمين (2022).
العينة	اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة (Rudd,1989) حيث استخدمت طريقة المسح الشامل لطلبة الكليات، كما اختلفت مع بعض الدراسات السابقة حول عينة البحث فنجد فئة الطلبة الجامعين أخذت في دراسة (Santos,2017)، ودراسة معوشة عبد الحفيظ والهاشمي لوكيا (2011)، أخذت فئة الشباب من دور الثقافة، كما تناولت دراسة غازلي نعيمة (2014)، ودراسة أومليلي حميد ودعيش محمد أمين (2022) فئة المراهقين، بينما دراسة قنيفة نورة وسعدي روفية (2017) تناولت فئة المراهقين المتمدرسين، دراسة راهبة عباس العادلي وأشواق صبر ناصر (2016) ركزت على المرحلة المتوسطة، كما ركزت دراسة بلغازي وردة وزنا دليلة (2020) على فئة محاولي الانتحار.
الأدوات	اختلفت أدوات جمع البيانات لكل دراسة سابقة نظرا لتباين الأهداف المراد تحقيقها فتنوعت الأدوات فنجد المقابلة العيادية ودراسة حالة، ومقاييس جاهزة ومعدة أو تم تصميمها منها مقياس التفكير الانتحاري، وتشابهت الدراسة الحالية مع معظم الدراسات السابقة في كونها استخدمت مقياس الميول الانتحارية واعتمدت الدراسة الحالية على مقياس الميول الانتحارية لمعوشة عبد الحفيظ (2017).

النتائج	اختلفت نتائج الدراسة الحالية مع النتائج المتوصل اليها مع معظم الدراسات التي تم عرضها لاختلاف الأهداف المسطرة، كما اتفقت مع بعض الدراسات السابقة في وجود فروق دالة احصائيا في التفكير الانتحاري بين الذكور والاناث كما جاء في دراسة راهبة عباس العادلي وأشواق صبر ناصر، ودراسة شيماء محمد بيومي خليل (2020).

المصدر: من اعداد الباحثة.

❖ لقد استفادت الدراسة الحالية من الدراسات السابقة في اثراء الجانب النظري، وتحديد اجراءات البحث فيما يخص تحديد المنهج المناسب، وتدعيم نتائج التي أسفرت عنها الدراسة الحالية مع نتائج الدراسات السابقة والاستعانة بها في تحليل ومناقشة فرضيات دراستنا، أيضا الاستفادة من المراجع التي اعتمدت عليها الدراسات السابقة، الا أن دراستنا الحالية اختلفت عنها في كونها حاولت أن تضيف:

-تعدد الأهداف التي تسعى الدراسة الحالية لتحقيقها، وتتمثل في التعرف على مستوى الأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس، والتعرف على أهم مصادر الضغط النفسي المساهمة في ظهور الأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس، طبيعة العلاقة بين مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس، والكشف عن الفروق بين الجنسين في متغير مصادر الضغط النفسي، وكذلك متغير الأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

- اختلفت وتنوعت الأساليب الإحصائية حيث تم معالجة البيانات المتحصل عليها بالمعاملات اللابارامترية التي لا تتبع التوزيع الطبيعي للبيانات.

-اعتمدت الدراسة على عينة غير احتمالية (العرضية).

-ركزت الدراسة الحالية على مرحلة التعليم المتوسط ونخص بالذكر مستوى السنة الرابعة متوسط لجميع متوسطات مدينة قالمة –ولاية قالمة-ما عدا متوسطتين لعدة اعتبارات.

الفصل الثاني: مفاهيم نظرية حول الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس

محتويات الفصل الثاني: مفاهيم نظرية حول الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس.

-تمهيد الفصل.

1-التطور التاريخي لمفهوم الضغط النفسي.

2-مفهوم الضغط النفسي.

3-بعض المفاهيم المرتبطة بالضغط النفسي.

4-النماذج المفسرة للضغط النفسي.

4-1-مقاربة التحليل النفسي.

4-2-المقاربة الفيزيولوجية.

4-3-نظرية تشارلز دونالد سبيلبرجر.

4-4-النظرية التقديرية المعرفية لازاروس.

4-5-نظرية موراي.

5-علامات وأعراض الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس.

6-خصائص الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس.

7-أنواع الضغط النفسي.

8-مصادر الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس.

9-آثار الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس.

10-المؤشرات الدالة على تعرض المراهق للضغوط النفسية.

11-الإجراءات الوقائية من الضغوط النفسية عند المراهقين.

-خلاصة الفصل.

-تمهيد الفصل:

سنتناول في هذا الفصل الضغط النفسي عند المراهق المتمدرس، حيث تعد الضغوط أهم خاصية يتميز بها عصرنا الحديث، اذ تعتبر من أبرز التحديات التي نواجهها حاليا نتيجة المشكلات والصعوبات الضاغطة التي يتعرض لها الأفراد خاصة المراهقين، هذا وقد تعددت مصادر الضغط النفسي لدى الأفراد وعلى وجه الخصوص المراهقين المتمدرسين لما تختص به مرحلة المراهقة من ضغوطات داخلية وخارجية تنعكس على المراهق وأسرته، ولعل من أبرز التأثيرات الناتجة عن الضغوط النفسية التي يتعرض لها المراهق المتمدرس التفكير في الانتحار.

وفي هذا الصدد تم تنظير متغير مصادر الضغط النفسي وفقا لنظرية لازاروس "Lazarus " حيث اهتم بصورة خاصة بالتقييم المعرفي للمواقف الضاغطة التي يواجهها الفرد، ويشير الى أن ردود الفعل اتجاه الضغوط هي ردود فعل متعلمة من الخبرات السابقة.

وقد تم التطرق في هذا الفصل الى تطور مفهوم الضغط النفسي، بالإضافة الى ديناميكية الضغط النفسي، تعريف الضغط النفسي، أيضا أهم المفاهيم المرتبطة بالضغط النفسي، الى جانب ذلك الالمام بأهم النماذج المفسرة للضغط النفسي، وذكر الأعراض الضغط النفسي، وإبراز أهم مصادر الضغط النفسي عند المراهق المتمدرس، أيضا تم تناول تصنيفات الضغط النفسي، بالإضافة الى آثار الضغط النفسي، والضغط النفسي لدى المراهقين، بالإضافة الى المؤشرات الدالة على تعرض المراهق للضغوط النفسية، وفي الأخير الإجراءات الوقائية من الضغوط النفسية عند المراهقين.

1-التطور التاريخي لمفهوم الضغط النفسي:

قد اختلفت وجهات النظر حول البدايات الواضحة والجادة لدراسة هذا المفهوم، وفيما يأتي إشارات من تاريخ الضغط أو الحالة المرضية الحاصلة من هذا المفهوم، وفي يلي سنعرض جدول يمثل التطور التاريخي لمفهوم الضغط.

الجدول رقم (03): يمثل التطور التاريخي لمفهوم الضغط النفسي.

المرحلة الأولى	فقد اهتم أفلاطون من خلال أعماله بتقديم شرح للطرق أو الاستراتيجيات التي يتبعها الأفراد للتعامل مع المواقف الضاغطة التي تمر في حياتهم. وأما الحضارة العربية فكان لها مساهمات في تطور هذا المفهوم، ومنها تجربة ابن سينا (980-1037م) التي لا يمكن تجاهلها كأول دراسة تجريبية للضغوط النفسية وانعكاساتها النفسية والجسدية، فأول من قام بالتجارب عن تأثير حالة التهديد أو الخطر على الكائنات الحية، عندما قام بربط حمل وذئب في غرفة واحدة دون أن يستطيع أحدهما مطاولة الآخر، فكانت النتيجة هزال الحمل وضموره، ومن ثم موته مع العلم ان ابن سينا كان يقدم نفس كمية الطعام التي يتناولها الحمل في ظروفه الطبيعية.
المرحلة الثانية	ويعد الفرنسي " كلود برنارد" (1865) من الأوائل الذين أعطوا تفسير لآثار الضغط على السلوك، اذ يرى أن ردود الأفعال الناتجة عن الضغط تهدف الى الحفاظ على توازن الجسم.
المرحلة الثالثة	وفي فترة الأربعينيات والخمسينيات، اتسع مجال مصطلح الضغط ليشمل ميدان علم النفس وعلم الاجتماع، اذ قام علماء الاجتماع أمثال " بانيكس

	روبوت" باستخدام مصطلح الضغط على المستوى الاجتماعي لشرح نسبة الانتحار والجريمة والأمراض العقلية في مجتمع ما. أما في ميدان علم النفس فقد ظهرت بوادر استعمال مصطلح الضغط في علم النفس المرضي، خاصة في أعمال " سيغموند فرويد" ونظرياته، ثم في أعمال من تبعه من منتهجي منحى التحليل النفسي حيث كان يستعمل مصطلح القلق بمعنى "ضغط سيكولوجي".
المرحلة الرابعة	واستخدم كذلك في الهندسة والفيزياء، وكان يقصد به القوة الخارجية الموجهة نحو العنصر المادي وينتج عن هذه القوة تعديل مؤقت أو دائم على تركيب العنصر، وقد تبنى هذا الاصطلاح الباحثون الفيسيولوجيين فأصبح من المصطلحات الشائعة الاستخدام في التعبير عن العوامل الخارجية التي تؤثر على صحة الفرد، حتى بدا وكأن مفهوم الضغط النفسي مفهوم فيسيولوجي بحت.
المرحلة الخامسة	وكان للحرب العالمية الثانية (1939-1945) تأثيرا حفز كلا من النظرية والبحث في مجال الضغوط، وقد تم الكشف عن واحد من التطبيقات السيكولوجية لمصطلح الضغوط في كتاب متميز عن الحرب كتبه (1945) تحت عنوان "البشر تحت الضغوط".
المرحلة السادسة	أما "فيلدمان" (1989) فيشير ان بداية دراسة الضغط النفسي، ان الضغط عبارة عن استجابة فيسيولوجية والذي يشير الى نزعة الكائن الحي لاستخدام كافة مصادره من أجل الوصول الى حالة الاستقرار والتوازن، وأشار "سيلي" ان الكائنات البشرية يكون لها رد فعل للضغوط عن طريق تنمية أعراض غير

	نوعية، ولها دور هام في أحداث معدل عال من الانهماك والانفعال الذي يصيب الجسم.

المصدر: (الخفاف، 2018، النوايسة، 2013، مغزى،2018).

مما سبق يتضح أن مفهوم الضغط النفسي مر بتطور تاريخي بداية بتجربة ابن سينا كأول دراسة تجريبية للضغوط النفسية، وفي سنة 1865 أعطى الفرني تفسيرا لآثار الضغط على السلوك، ليشمل بعد ذلك المصطلح مجال علم النفس والاجتماع، وبعد الحرب العالمية الثانية يرى الضغط النفسي بدايته الحقيقية من المنظور الفيسيولوجي من طرف باحثيه أمثال فيلدمان، سيلي....

2-مفهوم الضغط النفسي:

الضغط في اللغة لابن المنظور: الضغط عصر الشيء الى شيء، ضغطه وزحمه، ويقال ضغطه إذا عصر وضيق عليه وقهره، والضغطة هي الاكراه والشدة والمشقة.

وفي المعجم الوسيط: يقال ضغطه ضغطا إذا غمزه الى شيء وشدد وضيق، وقهره وأكرهه، والضغطة هي الضيق والقهر والاضطرار، والضغيط للرجل ضعيف الرأي لا ينبعث مع القوم.

وأما **الضغط لابن فرس**: (ضغط) الضاد والغين والطاء، أصل صحيح واحد يدل على مزاحمة بشدة، يقال ضغطه إذا زحمه الى حائط.

أما الضغوط في **الاصطلاح**، فلا يوجد اتفاق حول مصطلح الضغط النفسي حيث يشكو الباحثون من أن هذا المصطلح الذي تمت استعارته من العلوم الفيزيائية تعوزه الدقة عندما يطبق على السلوك الإنساني، وعلى الرغم من الكتابات المختلفة حول موضوع الضغط النفسي من جانب المهتمين بالصحة النفسية الا أن كلمة الضغط لا تعني الشيء نفسه لهم جميعا، ومع ذلك فان العامل المشترك في التعريفات العديد منهم بأن الضغط هو الحمل الذي يقع على الفرد وما يتبعه من استجابات من جانبه ليتكيف مع الموقف الضاغط الذي يواجهه، وتكمن في إيجاد تعريف محدد للمفهوم بأنه تكوين فرضي ليس من السهل قياسه،

وغالبا ما يستدل على وجود الضغط من خلال استجابات سلوكية معينة كما هو الحال في التعرف على الذكاء أو غيره من التكوينات الفرضية، فعرفه كل من:

جدول رقم (04) يمثل تعريفات لمفهوم الضغط النفسي.

سيلي Selye 1979	هو استجابة غي نوعية يقوم بها الجسم لأي مطلب أو حدث خارجي لحدوث تكيف مع متطلبات البيئة عن طريق استخدام أساليب جديدة لجهاز المناعة.
ميكانيك Mechanic 1978	هي ردود فعل الفرد الداخلية التي تحدث بسبب تفاعل الفرد مع الظروف البيئية المحيطة به، وتسبب له ضيقا، وتوترا، وتعرف بالمواقف الضاغطة.
كابلان Capllan 1981	هو التباين بين المتطلبات التي ينبغي أن يؤديها الفرد وقدرته على الاستجابة لها.
ماندلر Mandeler 1984	هي تلك الظروف المرتبطة بالضغط والتوتر والشدة الناتجة عن متطلبات تستلزم نوعا من إعادة التوافق عند الفرد.

سوزان Susan 1984	هي مجموعة من الاستجابات وأساليب المواجهة العاجزة والتي تعكس القدرات الحقيقية مما يجعله يشعر بضعف قدرته على الوفاء بمتطلبات البيئة.
ريبر Reber 1985	هي أي قوة تحدث تعديلا، أو تحويلا هاما في شكل نظام ما عندما تطبق عليه، وهي حالة من التوتر النفسي تحدثها أنماط القوى، أو الضغوط الاجتماعية، أو الجسمية، أو النفسية.
ميلسم Millsum 1985	هي مؤثر نفسي بيولوجي اجتماعي يستدل عليها من مجموعة السلوكيات التي يأتي بها الفرد نتيجة ادراكه للمهددات البيئية.
بانكارت Bancart 1985	يحدث الضغط عندما يحاول الفرد التكيف مع مطالب مفروضة عليه، وحينما يجد نفسه لا يستطيع الاستمرار في أداء دوره بالشكل الطبيعي مع استمرار الضغط لمدة طويلة.
كوليمان وموريس وجلوراس Colemon, Morris , Gloras 1987	هي أي مطلب توافقي يتضمن قدرا من التوتر، أو التهديد وهذه المطالب تتغير، أو تتعادل لما يقابله الفرد من حاجات.
بنجامين Benjamin 1987	هي حالات من المشاعر الممتدة سواء أكانت سارة، أو حزينة، فهي تسبب الضغوط عندما تستمر

	لوقت طويل، وتظهر هذه الضغوط في صورة المشكلات الفيسيولوجية، النفسية، الاجتماعية.
فلدمان Feldman 1989	هي عملية تقييم الأحداث كمواقف مهددة، وتقييم الاستجابة يتم عبر تغيرات جسمية وانفعالية ومعرفية وسلوكية.
فونتانا Fontana 1989	هو حالة تنتج عندما تزيد المطالب الخارجية عن الإمكانيات والقدرات الشخصية للفرد.
دورثي Dorothy 1990	هي رد فعل سيكولوجي ونفسي ناتج عن استجابات الفرد على الأحداث التي يدركها على أنها تمثل تهديدا لكيانه.
لازروس Lazarus	هو مجموعة المثيرات التي يتعرض لها الفرد بالإضافة الى الاستجابات المترتبة عليها، وكذلك تقدير الفرد لمستوى الخطر.
ديفيد David 1993	هي حالة نفسية تنتج من إدراك الفرد لعدم قدرته على احداث توازن بين المتطلبات والامكانيات.
جوردن Gorden 1993	هي الاستجابات النفسية والانفعالية والفيسيولوجية للجسم تجاه أي مطلب تم ادراكه على أنه تهديد للفرد، وهذه التغييرات تقوم بتأهيل الفرد للتوافق مع الضغوط والتي هي ظروف بيئية سواء حاول الفرد مواجهتها أو تجنبها.

تايلور Taylor 1995	هي عملة تقييم الأحداث كمواقف مؤذية ومهددة وتقييم الاستجابات المختلفة لتلك الأحداث.
لويس كروك Louis Crock 1997	هو رد فعل منعكس عصبي بيولوجي نفسي منذر بالخطر دفاع الفرد ضد أي اعتداء أو تهديد أو أي وضعية مفاجئة، فهو مفهوم بيو فيزيولوجي مناسب لوصف ما يحدث داخل العضوية عند مواجهتها للتهديد.
باترسون Patterson 1997	هو التفاعل المعقد بين فرد معين وبيئة محددة، وهذا يحدث عندما يشعر الفرد بالتهديد.
أليس وآخرون Ellis, et. al 1997	هو الطريقة التي يدرك بها الفرد صعوبات الحياة ويقيمها ويضع أسلوبه في التعامل معها حتى يصل الى مستوى من التوافق، هناك مواقف أو ظروف حياتية هي التي يتم ادراكها على انها ضاغطة، استنادا على خبرات الفرد وادراكاته أثناء التفاعل مع الظروف،
فيرا وبيفير Verra, Pieffer 1998	هي محصلة كل تغير يجعل الفرد غير مرتاح بدنيا أو عاطفيا.
كرينكز وكينيكي Kreinker,Kiniki 2001	هو استجابة تكيفية تتوسطها الخصائص الشخصية للفرد والعمليات النفسية والتي تظهر كنتيجة لتعرض الفرد لأي مثير خارجي أو موقف

	أو حدث يضع مطالب نفسية وجسدية على الفرد.
ثوماس Thomas 2003	هي حالة من الشدة النفسية التي تتطلب من الفرد التكيف معها.

المصدر: (عبيد،2008، الخفاف، 2018، النوايسة،2013، الطريري)

من خلال التعريفات الموضحة في الجدول أعلاه يتضح أنه: لا يوجد اتفاق حول مصطلح الضغط النفسي حيث بين الباحثون من أن هذا المصطلح الذي تمت استعارته من العلوم الفيزيائية تعوزه الدقة عندما يطبق على السلوك الإنساني، وأنه غالبا ما يستخدم للتعبير عن السبب والنتيجة في آن واحد، وعلى الرغم من الكتابات المختلفة حول موضوع الضغط النفسي من جانب المهتمين بالصحة النفسية الا أن كلمة الضغط لا تعني الشيء نفسه لهم جميعا، ومع ذلك فان العامل المشترك في التعريفات العديد منهم بأن الضغط هو الحمل الذي يقع على الفرد وما يتبعه من استجابات من جانبه ليتكيف مع الموقف الضاغط الذي يواجهه، وتكمن في إيجاد تعريف محدد للمفهوم بأنه تكوين فرضي ليس من السهل قياسه، وغالبا ما يستدل على وجود الضغط من خلال استجابات سلوكية معينة كما هو الحال في التعرف على الذكاء أو غيره من التكوينات الفرضية.

3-بعض المفاهيم المرتبطة بالضغط النفسي:

- **مصادر الضغوط النفسية:**

هي المصادر التي تؤدي الى الشعور بالإجهاد والضيق والتوتر وعدم الارتياح وتتمثل في مجموعة المثيرات والمتغيرات في المجالات البيئية والمدرسية والعلاقات مع الأخرين وحاجات الفرد وسماته الشخصية.

- **الأحداث الضاغطة:**

هي المواقف التي يكون فيها الفرد واقعا تحت اجهاد انفعالي أو جسمي يؤدي الى اضطرابات مختلفة جسمية، أو نفسية، أو سلوكية، أو انفعالية. (الخفاف،2018، ص55).

- **استراتيجيات المواجهة:**

هي عملية إعادة إدراك وتقييم وتكيف تحدث كرد فعل للضغوط، وتهدف الى مقاومة الضغوط والتخفيف من الآثار السلبية المرتبطة بها، والأفراد يواجهون الضغوط بطرق متنوعة بعضها ناجح والبعض الأخر أقل فعالية وتأثيرا.

- **الاحتراق النفسي:**

هو مجموعة أعراض من الاجهاد الذهني والاستنفاد الانفعالي والتبلد الشخصي، والاحساس بعدم الرضا عن المنجز الشخصي والأداء المهني أو المدرسي.

- **الانهاك:**

عبارة عن زملة من الأعراض البدنية والعاطفية والعقلية المرتبطة بالطاقة الحيوية للفرد وأداتها في الأعمال التي يقوم بها، وهذه الزملة لها علاقة سلبية بمفهوم الذات والاتجاهات نحو العمل أو الدراسة، وفقدان الثقة بالنفس، وفقدان الشعور بالمسؤولية تجاه الأخرين.

- **الانضغاط:**

يشير الى حالة الانضغاط التي يعانيها الفرد والتي يعبر عن ذاتها في الشعور بالإعياء والانهاك ويعب عنها الفرد في شكل خوف وقلق واكتئاب وتوتر ...الخ.

4-النماذج المفسرة للضغط النفسي:

ان المطلع على تاريخ الضغوط النفسية يجد العديد من الدراسات والأبحاث التي ساهمت في بروز عدة اتجاهات اتخذت منحى في دراستها وتناولها للضغط النفسي، ونذكر منها اسهامات العلماء الفيزيولوجيين والأطباء كأمثال: هانز، والتر كانون ...وغيرهم من الباحثين الذين ساهموا حقيقة مساهمة فعالة في دراسة الضغوط النفسية، وفيما يلي سنعرض بعضها:

1-4-مقاربة التحليل النفسي:

لقد ميز علماء النفس التحليليون وعلى رأسهم فرويد الضغوط النفسية سببها الصراعات اللاشعورية داخل الفرد خاصة أولئك الذين يعانون من المشكلات والاهتمامات الجنسية والعدوانية والعديد من الرغبات، فقد ذكر علماء التحليل النفسي أن الضغوط التي يعاني منها الفرد في كل موقف أو سلوك هي تعبير عن صراع ما بين نزاعات ورغبات متعارضة أو متباينة سواء بين الفرد والمحيط الخارجي أو داخل الفرد نفسه، فعندما تصدم النزاعات الغريزية بتحريم يأتي من المحيط الاجتماعي أو من الرقابة النفسية الداخلية التي يمثلها (الأنا الأعلى) فان هذه التفاعلات تؤدي الى ظهور الآليات الدفاعية.

وطبقا للنظرية النفسية التحليلية فان معظم الأفراد لديهم صراعات لاشعورية وهذه الصراعات تكون لدى البعض أكثر حدة وعددا، فهؤلاء الناس يرون ظروف وأحداث حياتهم مسببات للضغوط النفسية وأن أساليب مواجهة هذه الضغوط يكون عن طريق الكبت الذي اعتبره فرويد ميكانيزم الدفاع تجاه الضغوط، فالذكريات المؤلمة والمشاعر التي يرافقها الخجل والشعور تكبت في اللاشعور، وكبت المشاعر والرغبات يتم في الطفولة المبكرة حيث يرافق ذلك الشعور بالذنب مما يؤدي الى معاناة الفرد من آثار الضغوط النفسية واصابته لاحقا ببعض الاضطرابات النفسية وبعض الأمراض مثل السرطان وأمراض القلب وغيرها. (النوايسة، 2013، ص19).

كما يرى علماء النفس التحليليون أن الضغوط النفسية الناتجة عن أي موقف أو سلوك هي بمثابة تعبير عن الصراع بين الهو الذي يمثل الرغبات والمشاعر الغريزية والتي تضبط وتحرم غالبا المحيط الخارجي للفرد وبين الأنا الأعلى الذي يمثل الرقابة النفسية الداخلية أو ما يطلق عليه الضمير فالتفاعلات والصراعات هذه تؤدي الى ظهور الآليات الدفاعية عند الفرد.

ويؤكد يونغ أن الضغط النفسي كمسبب للأمراض والاضطرابات النفسية أنه ناتج عن الطاقة التي هي تولد مع الانسان بالفطرة وهذه الطاقة تنتج عن سلوكيات فطرية وتطورها خبرات الطفولة مما يكون شخصية الفرد المستقبلية وسلوكه المتوقع، وإذا ما واجه الانسان أنواعا من الصراعات النفسية الداخلية نتيجة

ضغوط حياتية مختلفة وتغيير السلوك المتوقع حدوثه وهو ما يسمى بالمرض النفسي الناتج عن الضغوط الذي يحتاج الى علاج نفسي وطبي. (النوايسة، 2013، ص19).

كما يشير النابلسي (1992) أن فرويد اقترح عدة مقاربات للقلق الذي يعتبر عرضا أساسيا للضغط حيث يذكر:

- **القلق أمام خطرو اقعي:** تفجره وضعية خارجية تهدد الفرد عاطفيا.
- **القلق الآلي:** يرتبط بإعادة تنشيط حالة المعاناة البيولوجية التي يعرفها الفرد في أشهر حياته الأولى.
- **قلق الإنذار:** يرتبط بالقلق الآلي ويعمل على تحذير الأنا وإطلاق آليات الدفاع.
- **قلق الاخصاء:** يعبر عن صراع عصابي داخلي.

ويميز التحليليون بين القلق الموضوعي الذي يعتبر ردة فعل معقولة لمواقف مؤلمة والقلق السلبي الذي يعتبر كمثير داخلي ناتج عن صراعات غير منطقية وغير محددة ومصحوب بالخطر الحقيقي، حيث اعتقد فرويد بأن القلق السلبي يرتبط بصراعات لاشعورية عند الأفراد وخاصة الذين يعانون من مشاكل جنسية وعدوانية وآلية التحكم بها، فالعديد من الرغبات تقف أمام تهديدات الآخرين لأنها على نقيض من شخصيتهم أو قيمتهم الاجتماعية، اذ أن الليبيدو يصطدم بضغوط المجتمع كما أنه مصدوم وملغى في اللاوعي وبالتالي يمكن حل الصراع بين القوى الكابتة والقوى المكبوتة بتحويل طاقة الأخيرة نحو أهداف أخرى اذا تم التوافق مع متطلبات الواقع الخارجي والمثل الواعية.(ساعد، 2019، ص50-51).

2-4-المقاربة الفيزيولوجية:

ينظر علماء هذا الاتجاه الى الضغوط على أنها استجابة لأحداث مهددة تأتي من البيئة فهي تعتبر كرد فعل واستجابة الفرد للحدث الضاغط بحيث ركز هذا النموذج على ردود الفعل الانفعالية والفيزيولوجية التي تنجم عن المواقف الضاغطة ودور الجهاز العصبي والجهاز الغدي في الاستجابة، ومن أهم رواد هذا النموذج كانون (W.Cannon) وهانز سيلي (Hans.Sely)

فقد اتجه "كانون" في تفسيره للضغوط بنموذجه الذي أطلق عليه نموذج المواجهة والهروب، وتؤكد هذه النظرية أن الحياة البشرية تجلب معها العديد من الأحداث الضاغطة المرغوبة والغير المرغوبة والتي قد تهدد الحياة مما يفرض على البشرية مقاومة هذه الأحداث أو الهروب بعيدا عنها، فاستخدم " كانون" كلمة الضغوط وربطها بتجاربه المخبرية في الهرب، اذ وصف البشر والحيوانات بأنهم واقعون تحت الضغوط، وذلك من خلال ملاحظة ردود فعل الغدة الكظرية والجهاز العصبي السمبثاوي في مواقف البرد أو الحاجة الى الأكسجين. (صبري، 2009، ص25).

كما بين " كانون" في نظريته التأثيرات العضوية التي ترافق سلوك الهرب أو الهجوم اتجاه الخطر والتي تهدد حالة الاستقرار التي يعيشها الجسم.

ولقد بين " كانون" أنه عندما يتعرض الفرد للضغط النفسي فانه يمر بمجموعة من التغيرات الفيسيولوجية التي تحدث في الجسم، تهيأ للرد على المواقف الضاغطة، والتي تتضمن عدة تغيرات منها زيادة في عدد ضربات القلب، ارتفاع ضغط الدم، زيادة معدل التنفس، بالإضافة الى أن الكائن الحي يستطيع مقاومة الضغوط عندما يتعرض لها بمستوى منخفض، أما الضغوط الشديدة أو طويلة الأمد فيمكن أن تسبب انهيار الأنظمة البيولوجية التي يستخدمها جسم الكائن الحي في مواجهة تلك الضغوط. (مغزى،2018، ص657).

كما يعتبر هانز سيلي (Hans Seley) من أوائل الأطباء الذين بحثوا في هذا الموضوع، وأعطاه أرضية وافية، ووضع نظريته من خلال تجاربه المتنوعة على الانسان والحيوان، وقد بين أن التعرض للضغط المستمر

يحدث اضطرابا في الجهاز الهرموني من خلال الاستثارة الزائدة للجهاز العصبي المستقل، وأن هذه الاضطرابات الهرمونية هي المسؤولة عن الأمراض أو الاضطرابات النفسجسمية الناتجة عن التعرض للتوتر والضغط النفسي الشديدين، وقد أطلق على الأعراض التي تظهر على العضوية أثناء ذلك اسم: زملة التكيف العام ،هذه الزملة تحدث من خلال ثلاث مراحل وهي:

- **المرحلة الأولى: وتسمى الاستجابة للإنذار:**

في هذه المرحلة يقوم الجهاز العصبي السمبثاوي والغدد الأدرينالينية بتعبئة أجهزة الدفاع في الجسم، اذ يزداد انتاج الطاقة الى أقصاها لمواجهة الحالة الطارئة ومقاومة الضغوط، وهذه الأعراض تكون مؤقتة ويعود الجسم الى شبه حالته الأولى بعد اختفاء المثير، وإذا استمر الضغط والتوتر انتقل الجسم الى المرحلة الثانية. (عبد الرحمن، 2012، ص12).

- **المرحلة الثانية وتسمى المقاومة:**

وتشمل هذه المرحلة الأعراض الجسمية التي يحدثها التعرض المستمر للمنبهات والمواقف الضاغطة التي يكون الكائن الحي قد اكتسب القدرة على التكيف معها. وتعتبر هذه المرحلة هامة في نشأة أعراض التكيف أو ما يسمى بالأعراض السيكوسوماتية، يحدث ذلك خاصة عندما تعجز قدرة الانسان على مواجهة المواقف عن طريق رد فعل تكيفي كاف، ويؤدي التعرض المستمر للضغوط الى اضطراب التوازن الداخلي مما يحدث مزيدا من الخلل في الافرازات الهرمونية المسببة للاضطرابات العضوية.

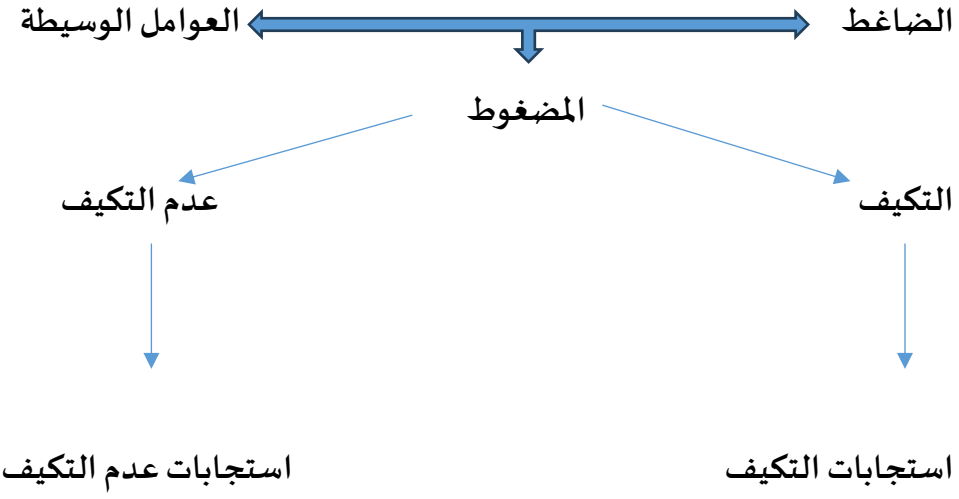
- **المرحلة الثالثة وتسمى الاجهاد:**

تحدث مع استمرار تعرض الفرد للضغوط لمدة زمنية طويلة مما يوصله الى نقطة يعجز فيها عن الاستمرار في المقاومة، ويدخل في مرحلة الانهاك أو الاعياء ويصبح عاجزا عن التكيف بشكل كامل، وفي هذه المرحلة تنهار الدفاعات الهرمونية وتضطرب الغدد وتنقص مقاومة الجسم. (الرشيدي، 1999).

ولقد وجهت انتقادات كثيرة لهذه النظرية كونها اعتمدت على الدوافع الفيزيولوجية في تفسير الميكانيزمات المستعملة في حالة الضغط والتكيف معه، حيث اعتبر هذا التفسير آلي، فقد أهملت الجانب النفسي،

وفيما يلي عرض تخطيطي لنظرية " هانز سيلي "التي تفسر تأثير العوامل الضاغطة على الفرد والاستجابة التكيفية.

المصدر: (الخفاف، 2018، ص160).



الشكل رقم (01): يوضح عرض تخطيطي لنظرية هانز سيلي التي تفسر تأثير العوامل الضاغطة على الفرد والاستجابة التكيفية.

في إطار هذا الرسم التوضيحي نميز الضاغط تنتج عنه ضغوط العوامل الوسيطة وهي تلك التي يكون لها دور هام في تقليل أو زيادة تأثير الضاغط.

3-4-نظرية تشارلز دونالد سبيلبرجر:

يربط سبيلبرجر في نظريته بين الضغوط النفسية وبين القلق حيث تعتبر نظريته مقدمة ضرورية لفهم الضغوط النفسية، اذ يعتبر أن الضغط النفسي الناتج عن ضاغط معين يسبب حالة القلق كما أنه يميز بين مفهوم الضغط ومفهوم التهديد، فكلاهما متخلفين، فتشير كلمة ضغوط الى الاختلافات في الظروف والأحوال البيئية التي يترتب عليها ضيق وتهديد نفسي قد يصل الى درجة الخطر، بينما تشير كلمة التهديد الى تفسير وتحليل موقف معين على أنه خطير. (النوايسة، 2013، ص20).

يقول سبيلبرجر (1966): " الاستجابة لمنبه ضغط معين ستعتمد على التجربة السابقة للفرد، وأي محفز يمكن أن يكون له آثار مسببة للقلق إذا تم تفسيره على أنه تهديد، بغض النظر عن الخطر الحقيقي الذي

ينطوي عليه، وتبعا لذلك من المهم تحديد فئات المحفزات أو المواقف الضاغطة التي من المحتمل أن تسبب حالات القلق" (برينات،2023، ص48).

وفي الإطار المرجعي للنظرية اهتم " سبيلبرجر" بتحديد طبيعة الظروف البيئية المحيطة والتي تكون ضاغطة ويميز بين حالات القلق الناتجة عنها.

4-4-النظرية التقديرية المعرفية لزاروس:(Lazarus)

أشارت نظرية " علم النفس المعرفي: الى ثلاث مراحل بردود الفعل المقابلة للضغوط وهي مرحلة الانكار باعتبارها حيلة دفاعية تهدف الى منع ظهور الأحداث في دائرة الوعي، وقد تقترن بأعراض اكتئابية ومرحلة التمثل ويتم فيها تمثل المعلومات والصور المرتبطة بالحدث وتستغرق وقتا طويلا، مما يؤدي الى تأخر ظهور رد الفعل، وقد يظهر في الأحلام الليلية المفزعة، ومرحلة التكامل وهي المرحلة التي تؤدي الى تحقيق التكامل والتوافق. (مغزى، 2018، ص660).

وأشار هذا النموذج الى أن ردود الفعل اتجاه الضغوط هي ردود متعلمة من الخبرات السابقة، وقد تأخذ ردود الأفعال صورة من الانسجام والعزلة كبديل منطقي لعدم القدرة على مواجهة الضغوط، كما تصبح المخاوف وحالة القلق نتيجة الادراك الفرد على أنه مصدر تهديد وأنه لا يمكن ضبطه أو التنبؤ به. (السيد، 2001، ص99).

حيث يرى " لازاروس" أن تفسير الحدث الضاغط يرتكز على عمليتين أساسيتين:

- **عملية التقييم الأولى :**

يعني أن الفرد عند تعرضه لموقف ما فانه يقوم بمعالجة معرفية لما يتعرض له من حيث إمكانية الضرر والتأثير الذي قد يصيبه، وأما إذا كان الموقف خطير ومهدد ويمثل تحديا أو غير ذلك سواء كان التأثير إيجابي أو سلبي.

- **عملية التقييم الثانوي:**

يتم خلال هذه العملية تقييم الفرد لمصادر قوته وقدراته التي يمكن من خلالها مواجهة الحدث الضاغط.

➢ **إعادة التقييم:**

هي عملية يقوم من خلالها الفرد بإعادة تقييم كيفية ادراكه ومواجهته لموقف ضاغط نتيجة حصوله على معلومات جديدة تخص الموقف الضاغط أو عندما يدرك أن استجابة المواجهة للحدث الضاغط تكون أقل فاعلية على ما هو متوقع عند اذن يغير تقييمه ويعيد النظر في استجابة المواجهة. (حسين، 2006، ص57).

4-5-نظرية موراي:

يعتبر موراي أن مفهوم الحاجة ومفهوم الضغط مفهومان أساسيان على اعتبار أن مفهوم الحاجة يمثل المحددات الجوهرية للسلوك، ومفهوم الضغط يمثل المحددات المؤثرة والجوهرية للسلوك في البيئة، ويميز موراي بين نوعين من الضغوط هما:

-**ضغط بيتا:** ويشير الى دلالة الموضوعات والأشخاص كما يدركها الفرد.

-**ضغط ألفا:** ويشير الى خصائص الموضوعات ودلالتها كما هي. (الغامدي، ص8).

مما سبق ذكره يتضح أنه تعدد النظريات التي حاولت تقديم تفسير للضغوط النفسية، وهذا كله بهدف إيجاد أنجع الأساليب وأنسبها للتعامل معها والتكيف مع المواقف الضاغطة، وان قائمة هذه النظريات طويلة والتي في غالبها تحمل أسماء أصحابها، ونلاحظ أنها اختلفت في جزئيات واتفقت في عمومها، وربما يعزى ذلك التباين الى الاختلاف في الأسس والمبادئ النظرية، وأن كل نظرية سعت من خلال التجارب والدراسات أن تؤكد جانب معين سواء فسيولوجي، نفسي، بيئي... من خلال دراسة الضغوط، الا أن هناك اتفاق عام يبين الآثار المترتبة من الضغوط على الفرد وصحته النفسية والجسمية.

5-علامات وأعراض الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس:

ان الضغوط هي أمور معرفية وادراكية متعلقة بتفسير الفرد للمواقف على أنها غير مرغوب فيها، أو لا يمكن السيطرة عليها تماما، وان خصائص الموقف ذلك لا تحدد كونه ضاغطا أو غير ضاغط.

والفرد يشعر ببعض الإنذارات التي تعطي مؤشرا باتجاه وجود ضغوط مرتفعة، وحالات من الاجهاد، لذلك يجب اتخاذ إجراءات لخفض التوتر والضغط حتى لا تتحول بعد فترة طويلة الى حالات مرضية، وهذه الإنذارات هي: اضطرابات في النوم والهضم، والتنفس وخفقان القلب، والقلق على أشياء لا تستدعي ذلك يصاحبها أعراض اكتئابية، والتوتر والغضب لأتفه الأسباب وحتى التفسير الخطأ لتصرفات الآخرين، والاجهاد السريع، التعرض للحوادث المساندة الاجتماعية تؤدي الى خفض الشعور بالضغوط التي تعاني منها الأسرة (عبيد، 2008، ص33).

ويوجد العديد من المؤشرات التي يمكن أن تدل على احتمال وقوع الفرد في حالة الضغط النفسي، من أهم هذه المؤشرات ما يلي:

1- مشكلات النوم غير المعتادة كالاستيقاظ في الليل وعدم القدرة على النوم ثانية بسهولة، بالإضافة الى الكوابيس والصراخ أثناء النوم.

2- العصبية، عدم الهدوء والافراط في الحركة وصعوبة التركيز والتذكر.

3- ثورات الغضب، العدوانية غير المضبوطة والتي قد توجه الى الناس أو الى الأشياء.

4- الانسحاب والضجر وعدم الرغبة في أي عمل، كأن لا يتحمس الفرد لأي شيء ولا يشارك زملاءه، ويعطي بشكل عام انطباع الحزن والكآبة.

5- انخفاض المستوى التحصيلي وحصول التلميذ على درجات متدنية لم يعتد الحصول عليها بالحالة العادية.

6- حالات مرضية محددة ترتبط بالضغوط النفسية على سبيل المثال: (الاسهال، الاضطرابات الهضم، وآلام البطن والقيء، آلام الرأس أو أي آلام أخرى لا يعرف لها أسباب عضوية واضحة).

7- كثرة الجدل والاعتراض على أشياء تبدو في الظروف العادية مقبولة.

8- فقدان السيطرة على الأمور والمتطلبات التي تفوق قدرة الفرد على التحمل.

جدول رقم (05): يمثل علامات وأعراض التوتروالضغط النفسي.

جسديا	نفسيا	سلوكيا
-صداع.	-قلق.	-فرط الأكل/ نقص الشهية.
-تضييق وجفاف في الحلق.	-اهتياج.	-انعدام الصبر.
-كز الأسنان.	-شعور بخطر أو موت مداهمين.	-ميل الى الجدل.
-شد الفكين.	-اكتئاب.	-مماطلة.
-ألم في الصدر.	-تباطؤ في التفكير.	-زيادة التدخين.
-خفقان القلب.	-تسارع في الأفكار.	-انعزال.
-قصر النفس.	-شعور بالعجز.	-تجنب المسؤولية.
-ارتفاع ضغط الدم.	-شعور بفقدان الأمل.	-أداء سيء في العمل.
-ألم عضلي.	-شعور بانعدام القيمة.	-تدهور.
-عسر الهضم.	-شعور بغياب الهدف.	-عناية سيئة بالصحة.
-امساك/اسهال.	-شعور بعدم الأمان.	-تغير في العلاقات العائلية أو الحميمية.
-زيادة في التعرق.	-حزن.	
-برودة وتعرق في اليدين.	دفاعية.	
-تعب.	-غضب.	
-أرق.	-فرط الحساسية.	
-مرض متكرر.	-بلادة.	

المصدر: (عبيد، 2008، 35).

وأشار الخفاف (2018) بأن الفرد عندما يتعرض للضغط النفسي بشكل مفرط ينتج عنه مجموعة من الأعراض، منها:

أولا: الأعراض الفيزيولوجية:

- زيادة افراز الأدرينالين مما يؤذي الجسم، وإذا استمر لمدة طويلة يؤدي الى أمراض القلب واضطرابات الدورة الدموية، أو ضيق التنفس وارتعاش الأطراف.
- زيادة افراز الغدة الدرقية يؤدي الى زيادة تفاعلات الجسم، وإذا استمر لمدة طويلة يؤدي الى نقص الوزن والاجهاد والانهيار الجسمي.
- زيادة افراز الكولسترول من الكبد، يؤدي الى الإصابة بأمراض القلب وتصلب الشرايين.

ثانيا: الأعراض المعرفية لزيادة الضغوط:

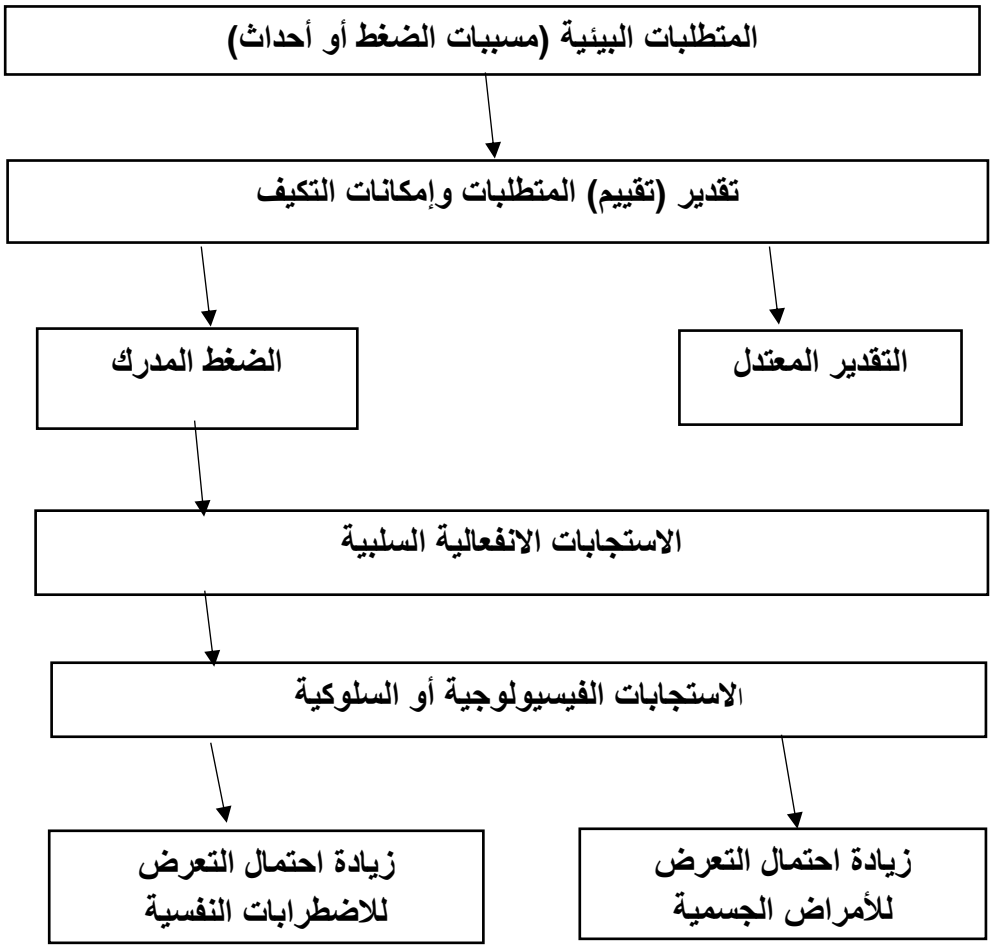
- عدم القدرة على التركيز.
- يزداد معدل الخطأ.
- تدهور في القدرة على التنظيم والتخطيط بعيد المدى.
- عدم تحري الدقة والحقيقة، وتصبح الأفكار متداخلة وغير معقولة.

ثالثا: أعراض انفعالية لزيادة الضغوط:

- زيادة التوترات الطبيعية والنفسية حيث تقل القدرة على الاسترخاء.
- تزيد مشاكل الشخصية حيث تتفاقم المشاكل المتواجدة مثل القلق.
- ظهور الاكتئاب وعدم المساعدة والشعور بعدم القدرة على التأثير.
- فشل في تقدير الذات وتطور الشعور بالعجز وعدم القيمة.

ولقد لخص "تايلور" العلاقة بين الضغوط والأعراض النفسية والأعراض الجسمية فيما يلي:

المصدر: (الخفاف، 2018، ص78)



الشكل رقم (02): يمثل العلاقة بين الضغوط والأعراض النفسية والأعراض الجسمية.

في إطار ما تم التطرق اليه وما عرض في الجدول والشكل السابقين يمكن القول إن للضغط النفسي عدة أعرض وعلامات نذكرها: جسدية، نفسية، سلوكية، فيزيولوجية، معرفية، انفعالية.

6-خصائص الضغوط النفسية لدى المراهق المتمدرس:

للضغوط النفسية العديد من الخصائص وأهمها ما يلي :

1- الضغط هو مجموعة من الأعراض تتزامن مع التعرض لموقف ضاغط.

2- الضغط تغير داخلي أو خارجي من شأنه أن يؤدي الى استجابة انفعالية حادة ومستمرة.

3- الضغط هو حالة تكون في اضطراب وعدم كفاية الوظائف المعرفية.

4- الضغط هو نظام استجابة لحالات ضاغطة وتتكون من نظام تفاعلات فسيولوجية ونفسية.

5- الضغط هو خاصية أو صفة لموضوع بيئي أو شخصي تيسر أو تعيق جهود الفرد في تحقيق هدف معين. (الرشيدي، 1999، ص20-21).

6- الضغط ظاهرة معقدة يستجيب لها كل شخص بشكل مختلف وهي تتكون من عدة عوامل يمكن التعامل معها.

7- الضغط حالة من التوتر العاطفي تنشأ من أحداث الحياة المرضية.

8- الضغط ظاهرة تنشأ من مقارنة الشخص لمتطلبات التي تتطلب منه وقدرته على مواجهة هذه المتطلبات.

9- الضغط حالة تكون فيها الحالة العامة والشخصية معرضة للخطر ويكرس الفرد كل حيويته للحماية منها. (مبروكة، 2018، ص32).

كما حدد " براون " و " موبرك" (Brown&Moberg) أربع خصائص للضغوط النفسية وهي:

1- أن الضغط عملية ادراكية في المقام الأول، بمعنى اننا نستجيب لمثير واحد بمستويات متباينة من الضغط.

2- أن الضغط المدرك يربط بين وجهة نظر الفرد بما يمتلكه من قدرات عقلية وجسدية وبين متطلبات الموقف.

3- ان الضغط محصلة لمدى أهمية الموقف وفقا للإدراكات الذاتية للفرد.

4- أن الضغط هو عملية تكيف قدرات الفرد مع متطلبات موقف معين. (الخفاف، 2018، ص65).

يتضح مما سبق أنه يمكن تلخيص خصائص الضغط النفسي في أنه:

-عملية ادراكية/ تكيفية.

-حالة من التوتر العاطفي.

-نظام استجابة لمواقف ضاغطة.

7-أنواع الضغط النفسي:

لقد تنوعت الضغوط النفسية تبعا لتعدد الاتجاهات النظرية المختلفة، لذلك نجد عدة تصنيفات للضغط النفسي من بينها:

لقد ميز (Apter) نوعين من الضغوط وهما:

1-ضغوط التوتر: وهي المشاعر التي تنشأ عندما يدرك الفرد أن دافعيته للقيام بعمل ما منخفضة، ومستوى المثير أصبح عاليا، وهنا الفرد يحتاج الى بذل جهد أكبر.

2-ضغوط الجهد: ويعني أن الفرد يبذل جهدا أكبر للتقليل من ضغوط التوتر، فالعلاقة بين التوتر والجهد إيجابية فكلما زاد التوتر زاد الجهد للتغلب عليه، كما أن ضغوط الجهد تحدث أحيانا في غياب ضغوط التوتر، كنتيجة للضغوط التي تؤدي ضغوط التوتر، مثال: الشخص ذي المسؤوليات الكثيرة ربما يبذل جهدا أكبر لإنجاز المهام الضرورية لكي يتجنب مشاعر التوتر والقلق. (العامرية، 2014، ص31).

يعتقد سيلي أن الضغوط النفسية جزء أساسي من حياتنا لا يمكننا الاستغناء عنه، حيث يؤكد أن التحرر الكامل من الضغط يعني الموت، حيث ميز سيلي بين نوعين من الضغط هما:

1-الضغط الايجابي: يتمثل في مستوى الاستجابة الداخلية التي تحرك أداء الفرد السليم لوظائفه ويوجد في جميع أشكال النشاط البيولوجي وهو مفيد في زيادة نشاط الفرد والحفاظ على حياته، وينشأ نتيجة مواقف وخبرات تترك مشاعر إيجابية لدى الفرد كخبرات الإنجاز والتفوق التي تعزز من فاعلية الذات لديه.

2-الضغط السلبي: ويتمثل في مستوى الاستجابة الداخلية التي تجعل الفرد أقل قدرة على أداء وظائفه ويحدث نتيجة مرور الفرد بخبرات العجز والفشل واليأس وعدم الكفاية والتي تسبب المعاناة، وتجدر الإشارة الى أن الحدث الواحد قد يخلف استجابات مختلفة عن الأفراد تتراوح بين الإيجابية والسلبية، وذلك تبعا لإدراكهم لذلك الحدث، وفيما يلي جدول يوضح مقارنة بين الضغط الإيجابي والسلبي.

جدول رقم (06): يوضح مقارنة بين الضغط الإيجابي والسلبي.

الضغط الايجابي	الضغط السلبي
يمنح دافع للعمل.	يسبب انخفاضا في الروح المعنوية.
يساعد على التفكير.	يولد ارتباكا.
يحافظ على التركيز على النتائج.	يدعو للتفكير في المجهود المبذول.
يجعل الفرد ينظر الى العمل بتحد.	يجعل الفرد يشعر بتراكم العمل عليه.
يحافظ على التركيز على العمل.	يشعر الفرد بأن كل شيء ممكن أن يقاطعه ويشوش عليه.
النوم جيدا.	الشعور بالأرق.
القدرة على التعبير عن الانفعالات والمشاعر.	ظهور انفعالات وعدم القدرة على التعبير عنها.
يمنح الإحساس بالمتعة.	الإحساس بالقلق.
يمنح الشعور بالإنجاز.	يؤدي الى الشعور بالفشل.
يمد الفرد بالقوة والثقة.	يسبب للفرد الضعف.
التفاؤل بالمستقبل.	التشاؤم من المستقبل.
القدرة على الرجوع الى الحالة النفسية الطبيعية عند المرور بتجربة غير سارة.	عدم القدرة على الرجوع الى الحالة النفسية الطبيعية عند المرور بتجربة غير سارة.

المصدر: (ساعد، 2019، ص66).

وذكر أورنيلاس وكلاينر (Kleiner &Ornelas) نوعين من الضغط النفسي:

1-ضغوط حادة ومباشرة: والتي يتكون نتيجة لحدث ضاغط يحدث لمرة واحدة، وغالبا ما يأتي وينتهي بسرعة مثل: التعرض لمواجهة حادة مع شخص ما أو التعرض لحادث سيارة عنيف.

2-ضغوط مزمنة (طويلة الأجل): والتي تكون نتيجة سلسلة مستمرة من أحداث ضاغطة مثل: الشعور بالوحدة وإنجاز مهام صعبة.

ان الضغط النفسي يمكن أن يستدل عليه من خلال نتائجه وآثاره على الفرد، مما يجعل من تحديد طبيعة الضغط النفسي أمرا صعبا خاصة وأن مثيرات الحياة وأحداثها متعددة، لكن العامل الفارق بين أنواع الضغط هو إدراك الفرد لتلك المواقف كتهديد أو معاناة أو فقدان تسبب سوء التكيف، وبالتالي قسم الباحثون الضغط النفسي الى أنواع حسب منشئها وتكرارها وما تتركه من تأثيرات.

8-مصادر الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس:

لقد ساعدت تعقيدات الحياة الحديثة ومتطلباتها وتحدياتها في زيادة الضغوط النفسية على الفرد، وهي تختلف من فرد لآخر كما أنها تختلف لدى الفرد الواحد من مرحلة الى أخرى عبر مراحل النمائية التي يمر بها الفرد في حياته. ومن أهم مصادر هذه الضغوط نجد:

يرى لازاروس الى أن هناك مصدرين رئيسيين للضغوط وهي:

-**العوامل الفيسيولوجية**: مثل: الحرارة، برودة الجو، الميكروبات التي تنتشر في الجسم، والأضرار الجسمية، والعدوى عن طريق البيكتيريا والفيروسات، وفي هذه الحالة تتحرك الآليات الدفاعية للجسم للتغلب على الضرر الجسمي، والاحتفاظ بالصحة الجيدة.

-**الظروف البيئية والاجتماعية** المؤدية للضغوط التي يتعلق بعضها بالفرد حيث تعتمد على تكوينه النفسي والعضوي، ويتعلق البعض الآخر منها بالبيئة الخارجية وغالبا ما تكون ضغوط عامة لكل الناس. (السيد، 2014، ص79).

1-8-ضغوط المتغيرات الطبيعية (الفيزيقية): مثل الكوارث الطبيعية كالزلازل، البراكين، الأعاصير (عبيد، 2008، ص30)، بالإضافة الى طبيعة التضاريس، التغير المناخي، التلوث، الأوبئة كجائحة كورونا-ك وفيد19-الازدحام السكاني، ضيق السكن، قلة الخدمات...وغيرها.

2-8-الضغوط الاجتماعية: وما تحويه من التفاوت الحضاري، وصراع الأجيال، واختلاف الاتجاهات والميول...وغيرها، بالإضافة الى تعدد العلاقات الاجتماعية بحد ذاتها، فالفرد ان كان متزوجا أو غير متزوج، عدد الأطفال ان كان متزوجا، كذلك الوضع الأسري العام والخاص الذي يعيش فيه الفرد، ومن الضغوط الاجتماعية: العزلة، خبرات الإساءة الجسمية والجنسية والإهمال، والانحرافات السلوكية، وهي بذلك المواقف التي تفوق فيها متطلبات البيئة على قدرات الأفراد ما يؤدي الى استجابة سيئة. (مريزقي،2022، ص303).

3-8-الضغوط الأسرية: التنافر الأسري، الانفصال الوالدي، وفاة أحد الوالدين، الفقر، عدم الاستقرار الأسري. (الخفاف، 2018، ص114). وهذا ما أكدته دراسات ساندلر (1973) " Sandler" وهربورغ وزملائه (1988) " Harburg" أن الضغط قد ينجم عن أسباب متعددة داخل الأسرة مثل: المشكلات المتعلقة بغياب أحد الوالدين أو طلاق أو انفصال أو مرض أحد أفراد الأسرة مرضا خطيرا أو إعاقة شديدة أو الصراعات حول تربية الأبناء. (شقير، 2005، ص177).

4-8-الضغوط الذاتية: ادراكنا للعوامل الضاغطة تبعا للفروق الفردية التي تلعب دورا كبيرا في تحديد ادراكنا للأحداث الضاغطة واستجاباتنا لمسبباتها، وفي هذا الصدد قسم باين (1988) " Payne" الفروق الفردية الى ثلاث مجموعات وهي:

- **الخصائص الوراثية:** وتضم البنية الجسمية، الجنس، درجة الذكاء...
- **الخصائص المكتسبة:** تشمل متغيرات خاصة بالطبقة الاجتماعية، مستوى التعليم، السن ...وغيرها.
- **خصائص الطبع:** تضم عددا من المتغيرات كسمة القلق العصابية والانبساط، نمط الشخصية أ/ ب، تقدير الذات، صورة الذات، أسلوب المواجهة.

اذن أن الخصائص الشخصية للفرد مسؤولة عن تحديد مستوى معاناته من الضغوط واستجاباته نحوها، فهناك يتحملون درجة عالية من الضغط النفسي، في المقابل نجد آخرون ينهارون عند أي موقف ضاغط.

8-4-1-الضغوط الجسمية: تنشأ عن اجهاد الجسم مما يؤدي الى اختلال بنية واحد من أعضائه أو قصور في الوظائف البيولوجية والاضطرابات الهرمونية، وما يصيب الجهاز الدوري والتنفسي من أمراض وبعض المشاكل الصحية الأخرى كالتعرض لعملية جراحية، أو إعاقة، إضافة الى صعوبات في النوم وسوء استخدام الأدوية والعقاقير والطعام، أو اختلال النظام الغذائي والآثار الصحية والعضوية السلبية التي تنتج عن أخطائنا السلوكية في نظام الأكل أو النوم أو العمل أو التدخين. (عبد الستار، 1998، ص131).

8-4-2-الضغوط الشخصية: تمثل الشخصية مجموعة من الخصائص التي تميز شخص عن الآخرين، وهناك مجموعة من العوامل المرتبطة بالشخصية حيث يوضح محمد مكناسي (2017) مجموعة من العوامل المرتبطة بالشخصية، فنجدها كما يلي:

- **مفهوم الذات:** يبين هذا المفهوم إدراك الفرد الشخصي وفكرته الشاملة عن ذاته، حيث يمثل ذلك جوهر الشخصية، وهو بذلك يحدد وينظم بدرجة كبيرة مدى قابلية الفرد للتعرض للضغوط والتعامل معها.
- **الشخصية القلقة:** يقصد بالقلق حالة من التوتر الشامل والمستمر، نتيجة توقع تهديد خطير فعلي أو رمزي ممكن حدوثه، وقد لاحظ الباحثون أن ردود أفعال الشخصيات القلقة للمواقف الضاغطة أشد حدة وتطرفا من الشخصيات الاعتيادية، نظرا للمبالغة في التفكير في الأحداث حتى بعد زوال المؤثر.
- **مركز التحكم:** ويقصد به مدى قناعة الانسان بإمكانية سيطرته على ما يجري من حوله من أمور، وأن كل ما يحدث للفرد من أحداث سيئة راجعة للسيطرة الداخلية (الإرادة الشخصية وتصرفات الشخص، أو السيطرة الخارجية مثل (الحظ أو الصدفة). (مكناسي، 2017، ص 228-229).

كما أنه لا يمكن فهم الضغوط النفسية دون تحديد خصائص الفرد الذي يكون عاملا وسيطا في العلاقة بين ضغوط الحياة ونتائجها على الصحة النفسية والجسدية. ولقد توصل كل من " فريدمان" و" روزنمان" (M Friedman & Rosenman) الى تحديد نمطين من الشخصية (أ وب)، والجدول التالي يوضح مقارنة بين نمطي الشخصية (أ) و(ب).

جدول رقم (07): يوضح مقارنة بين نمطي الشخصية (أ) و(ب).

نمط الشخصية (أ)	نمط الشخصية (ب)
مستوى طموح شخصي واجتماعي عالي.	الميل الى الحياة الهادئة وتأدية الأعمال ببطء وهدوء.
رغبة عالية في الإنجاز والنشاط المستمر وان كان بدون أهداف.	يفضل أداء كل مهمة على حدى.
درجة عالية من الدافعية وحب المنافسة مع أنفسهم والآخرين والسباق مع الوقت.	الصبر والارتياح والاسترخاء الطبيعي.
القيام بأكثر من عمل في وقت واحد.	عدم القدرة على العمل تحت الضغط.
الافتقار الى الصبر والاتزان الانفعالي.	متعاون ويحب العمل الجماعي.
يتصفون بالهجوم والتسلط والتوتر والغضب وقلة التحمل.	لا يتنافس مع نفسه ومع الوقت.
تحريك الذراعين بشكل واضح عند الحديث.	
يجدون صعوبة في قو (لا).	
يدفعون الآخرين للإسراع في حديثهم.	

المصدر: (ساعد،2019، ص81).

5-8-الضغوط المدرسة: والتي تتمثل في ضغط المناهج والامتحانات وازدحام الفصول. (الرشيدي، 1999، ص5). بالإضافة الى الواجبات المنزلية العديدة والمكثفة ومحدودية فترات الراحة والفراغ، مما يؤدي

لضغوط نفسية ومدرسية والشعور بالفشل وعدم إمكانية استيعاب الدروس واستذكارها، والتحصيل الأكاديمي الجيد. وانتقال التلميذ من مدرسة الى أخرى. (خلوف، 2022، ص631).

6-8-ضغوط الأقران: يمارس الأقران ضغوطا متنوعة خاصة عند المراهقين، فبعضهم يتدخل في طريقة اللباس كطريقة اللباس، واستخدام بعض الكلمات، وأشد ما يكون الضغط عند المراهقين في مرحلة التعليم المتوسط.

ومن المظاهر التي تدل على أن المراهق يتعرض لضغوط الأقران قد نجد:

-يؤجل أداء الواجبات المنزلية.

-أنه يترك الأنشطة اللاصفية مثل: الموسيقى، ممارسة الرياضة، الرسم.

-أنه يبدأ بتعاطي المخدرات أو الكحول.

- أنه يبدأ بالسرقة.

-يبدأ يرتبط بالطلبة المتنمرين. (عوين،2017، ص330).

كما صنف " ميلر" (Miller,1979) مصادر الضغط النفسي الى مصدرين أساسيين هما:

1-ضغوط داخلية نابعة من الافتراضات الذاتية، أي انها غير واقعية.

2-ضغوط خارجية وهي المواقف التي تحدث مثل ضغط القيم والمعتقدات، والمبادئ والصراع بين العادات والتقاليد التي يتمسك بها الفرد في الواقع.

ويرى أيضا " ميلر" (Miller,1982) أن هناك الكثير من المواقف الطبيعية في حياة الفرد يمكن أن تتحول الى مصادر ضاغطة من خلال البالغين والمعلمين بالإضافة الى الامتحانات التي تعد من المصادر الأساسية للضغوط والقبول والرفض من جانب المعلمين، أو الزملاء، أو الوالدين، والقوانين القائمة بالمنزل والمدرسة، والتي تمثل فعلا مصادر رئيسة في حياة الفرد. (الخفاف، 2018، ص136).

كما قدم " ميري" قائمة أهم الضغوط التي تواجه الفرد في حياته اليومية وهي كما يلي:

-ضغط نقص التأييد الأسري: ويمثله كل من التنافر الأسري، التأديب المتقلب، انفصال الوالدين أو غياب أحدهما، مرض أحد الوالدين وعدم الاستقرار العائلي.

-ضغط النبذ وعدم الاهتمام والاحتقار كالشعور بالصراع وعدم الرضا الناتج عن وجود أشخاص تظهر عدم الاهتمام، وقلة تقديرهم للفرد والتأنيب والنقد.

-ضغط الخصوم والأقران المتنافسين، كالشعور بالتوتر، القلق والإحباط الناتج عن وجود ظروف بيئية وأشخاص لا ييسرون للفرد النجاح، والمنافسة بين الأقران في مجالات الحياة مما يزيد لدهيم الشعور بعدم الثقة.

-ضغط ولادة الأخوة، كالشعور بالقلق والاحباط نتيجة شعور الشخص بالغيرة نتيجة اهتمام الوالدين بالأخوة الآخرين.

-ضغط الجنس، كالشعور بالتوتر والفشل في عدم اشباع الحاجة الى الجنس. (زميت، ص137).

كما قام " لازاروس وآخرون" (Lazarus& et.al, 1985) بتحليل مقاييس الضغوط النفسية واستخرجوا منها ثمانية أنماط لمصادر الضغط النفسي، وهي موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم: (08) يوضح مصادر الضغط النفسي وفق قائمة " لازاروس وآخرون"

الضغوط المنزلية	اعداد الواجبات، التسوق، صيانة المنزل
الضغوط الصحية	الأمراض الجسمية، العلاج الطبي، الأعراض الجانبية
ضغط الوقت	تعكس مسؤوليات الفرد في ظل ضيق الوقت
الضغوط الداخلية	تشمل النواحي النفسية للفرد كالشعور بالقلق، الوحدة النفسية، الخوف

الضغوط المالية	المسؤوليات والاهتمامات المالية مثل الراتب وأعباء الدين.
الضغوط البيئية	الاحتكاك بالجيران، التعرض للجريمة، ...
الضغوط المستقبلية	كالضرائب المتوقعة، التقاعد المبكر
الضغوط المهنية	المصادر المرتبطة بالعمل كعدم الرضا الوظيفي، الصراع مع الزملاء.

المصدر:(بن زروال، 2008، ص69).

نستنتج مما ذكر سابقا ومن الجدول أعلاه أنه مهما تعددت مصادر الضغوط النفسية وتباينت فهي تترك ردود أفعال معينة على شكل ضغوط لدى الفرد، حيث نجد مصادر أسرية، مهنية، اقتصادية، الأقران، مدرسية، الشخصية، الجسمية، ذاتية، اجتماعية، وطبيعية.

9-آثار الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس:

9-1-الآثار الفسيولوجية:

يتفاعل جسم الانسان وعقله مع الضغط من خلال تنشيط ذخيرة معقدة من الجهاز العصبي المركزي الفسيولوجي والسلوكي والاستجابات التكيفية المحيطية، فذا كانت غير كافية أو مفرطة أو طويلة أثرت على نمو الفرد وتطوره، ومن بين الآثار المترتبة على الضغط النفسي نجد الآثار الفسيولوجية الموضحة كما ما يلي:

الجدول رقم (09): يمثل آثار الضغوط النفسية على أجهزة الجسم الفسيولوجية.

الجهاز	الآثار المترتبة عن الضغط النفسي
1-الجهاز العصبي المركزي والغدد الصماء.	تشير منطقة ما تحت المهاد الى الغدة النخامية لإنتاج هرمون والذي بدوره يشير الى الغدد الكظرية لزيادة انتاج الكورتيزول " هرمون التوتر"
2-جهاز المناعة.	ان الأشخاص الذين يعانون من الضغط المزمن أكثر عرضة للإصابة بأمراض معدية و/أو فيروسية، ويزيد من الوقت الذي يستغرقه للتعافي من المرض أو الإصابة.
3-الجهاز الهضمي.	-اضطرابات في القولون. -قرحة المعدة، أو ارتجاع الحمض. -الاسهال/ الإمساك. -غثيان/ القيء/ الآم في المعدة
4-الجهاز التناسلي والنشاط الجنسي.	-الاستثارة والرغبة الزائدة في التبول. -اضطرابات في الدورة الشهرية لدى النساء، أو انقطاع الطمث. -الإصابة بالبروستات لدى الرجال. -اضطرابات جنسية.
5-الجهاز التنفسي.	-السعال. -انقطاع التنفس وصعوبته.

	-الربو.
6-الجهاز العضلي الهيكلي.	-آلام الرقبة. -التهاب المفاصل. - الصداع، ألم الظهر والكتف، وآلام الجسم. -تيبس العضلات. -هشاشة العظام.
7-الجهاز الدوري.	-النوبات القلبية. -ارتفاع ضغط الدم. -الذبحة الصدرية.
8-الجهاز الجلدي.	-الاكزيما. -الصدفية

المصدر:(الخفاف، 2018، ص76) (برينات، 2023، ص51-52)

يرى هاري ميلز (Harry Mills) أن الضغط المزمن يمكن أن يؤدي لاضطرابات مختلفة مثل:

-مرض الاكتئاب الشائع والخطير سلبا.

-التقلبات الشديدة للاضطراب ثنائي القطب في المزاج.

-الشعور بالقلق من الخوف والذعر.

-تغيرات الشخصية.

-التحول في طريقة التفكير أو التصرف أو الشعور.

9-3-الآثار السلوكية:

ان حالة التوتر والقلق الناتجة عن التعرض لموقف ضاغط تجعل من الأعراض السلوكية أكثر وضوحا، ففي سعي الفرد للتخلص من الضغط يلجأ لكثير من السلوكيات تتراوح بين السلبية والايجابية، وقد تؤثر

على أدائه وتؤدي الى اضطرابه كما تؤثر في الجانب العلائقي وتؤدي الى اضطراب علاقاته مه الآخرين، ويمكن أن نميز:

- ✓ الحركات الزائدة وكثرة الشكوى عند الفرد.
- ✓ الميل للوقوع في الحوادث وانخفاض الإنتاجية.
- ✓ اضطرابات عديدة في المشي والكلام والأكل والنوم.
- ✓ اللجوء الى التدخين أو تعاطي الكحول.
- ✓ فقدان الثقة في الآخرين والسخرية منهم أو تجاهلهم وتقصي أخطائهم.
- ✓ قد يكون السلوك دفاعيا تجاه الغير أو ببرودة وعدم الاهتمام. (ساعد، 2019، ص91).

يمكن أن نستنتج مما تم عرضه أعلاه أن للضغط آثار فيسيولوجية تسبب خلل في الأجهزة الحيوية لجسم الانسان، وأخرى سلوكية سلبية قد تؤدي الى اضطراب العلاقات مع الآخرين خاصة الأقربون.

10-المؤشرات الدالة على تعرض المراهق للضغوط النفسية:

يمكن التعرف على تعرض المراهقين للضغوط النفسية من خلال ملاحظة العلامات التالية:

- اضطرابات في النوم كالأرق، وصعوبة الاستسلام للنوم، الاستيقاظ المتكرر.
- الشعور بالتعب نهارا وصعوبة التركيز في الموضوعات المختلفة.
- قلة المناعة وسهولة الإصابة بالعدوى والأمراض.
- الآلام في البطن ويظهر ذلك بشكل متكرر في بداية كل أسبوع أو قبل الامتحانات.
- اضطرابات اللغة التي تظهر على شكل التأتأة واللجلجة.
- تكرار المراهق لعبارات مثل: " لن أستطيع أن أعمل كذا" " أنا فاشل" " هذا صعب"
- سرعة الاستثارة حيث يكون هائجا، عصبيا، يشعر بأن الآخرون لا يفهمونه. (زهران، 1977، ص123).

11-الاجراءات الوقائية من الضغوط النفسية عند المراهقين:

ان المراهقة هي تلك الفترة التي تلي البلوغ وتتميز بنوع من النمو المتسارع في نواحي الحياة العضوية والنفسية والاجتماعية والعقلي، بحيث تسمح للفرد من زيادة الاعتماد على نفسه وتطوير مهاراته الاجتماعية والدراسية... (جدو، 2019، ص46). وهذا البحث يركز على مرحلة التعليم المتوسط التي تقابل حسب التقسيمات المتعارف والمتفق عليها مرحلة بداية المراهقة وهو ما يجعلها تبدي تطورات مختلفة لمرحلة البلوغ، ونجد معظم الباحثين يتفقون على أن فئة المراهقين هم أكثر عرضة للضغوط النفسية باختلاف مصادرها سواء كانت أسرية، علائقية، مدرسية، اجتماعية، وتظهر على شكل أعراض نفسية وفيزيولوجية، وهذا راجع الى خصائص هذه المرحلة الحساسة، وللوقاية من الضغوط النفسية عند المراهقين نتبع خطوات محددة نوضحها فيما يلي:

- **الخطوة الأولى:** وهي خطوة التحضير للتكفل بالحالة، وهي علاقة تعاون بين المسترشد والمرشد، وهنا يقوم المرشد بتعليم المسترشد عن طبيعة وتأثير الضغوط النفسية التي يمر بها، أي الاطار التفسيري أو المفهومي للضغوط النفسية وما يترتب عليها من أعراض، كذلك تناقش طريقة المسترشد الحالية في التعامل مع الضغوط وكيف أن المسترشد وربما بدون أن يعرف يقوم بزيادة ومفاقمة مستوى الضغوط التي يمر بها، وكذلك يطلب من المسترشد أن يدرك التهديدات وكأنها مشكلة يجب حلها، وتحديد الجوانب من ردود فعله الي يمكن تغييرها والتي لا يمكن تغييرها، ويعلم كذلك كيفية تجزئة الضغوط الكلية الى أجزاء وعمل أهداف للتكيف معها، وتشمل هذه المرحلة تفسير ردود الفعل للقلق والخوف.(عوين، 2017، ص331).
- **الخطوة الثانية:** وفي هذه الخطوة يكون فيها تعلم المهارات والتدرب على استعمالها، وذلك للتغلب على الضغوط النفسية، ويتم إعادة أو تكرار لهذه المهارات بعد تعلمها للتأكد من أن المسترشد أتقنها، ويشمل التدريب:

1-تعريف مهارة مواجهة الضغوط أو التغلب عليها.

2-التفسير العقلي والمنطقي لهذه المهارة.

3-كيفية عمل ميكانيزمات هذه المهارة.

4-عرض عملي لهذه المهارة.

5-تطبيق عملي لهذه المهارة.

6-تحديد السلوك المستهدف.

7-استعراض كيف تعمل هذه المهارة.

8-تطبيق المهارة وممارستها على أحد مشكلات المسترشد، والجانب الفسيولوجي من مهارات التدريب يمكن عمله من خلال الاسترخاء والتحكم بالتنفس، وتشكل مهارات التدريب بالإضافة الى ذلك: إعادة التدريب المعرفي لعناصر الضغوط النفسية والاستجابة لها، وأسلوب حل المشكلات، ومهارة التواصل، والاستفادة من الدعم الاجتماعي واستعمال نشاطات ذات معنى في عملية التكيف مع الضغوط النفسية. (الشناوي، 1996، ص33).

- **الخطوة الثالثة:** وهي خطوة التطبيق والمتابعة، ويقصد بها توفير فرصة للمسترشد لتطبيق المهارات التي تعملها في التكيف مع الضغوط النفسية، وهذا يكون اما بطريقة متخيلة، أو عن طريق النمذجة أو لعب الأدوار أو التعامل مع مصدر الضغوط بشكل فعلي. (عادل، 2000، ص149).

كما أن الوقاية من الضغوط النفسية يقوم على أساس الحديث أو الحديث الداخلي والذي يعد أحد الأنشطة الشخصية كالاستجابة الجسدية والتوافق وردود الفعل الانفعالية والمعارف والتفكير الواعي.

خلاصة الفصل:

وفي الأخير تجدر الإشارة الى أن الضغط النفسي ينشأ من مواقف ضاغطة يتعرض لها الفرد بسبب تفاعله مع البيئة الخارجية أو ذات مصدر داخلي ومهما تنوعت وتعددت مصادره، لابد من وجود آثار على صحة الفرد وتوازنه وتوافقه سواء كانت نفسية، فيسيولوجية، وسلوكية، لذلك نجد تباين واختلاف في تفسير الضغوط النفسية نظرا لاختلاف الأسس النظرية التي تبناها كل اتجاه تحليلي كان، أم سلوكي، معرفي، فيسيولوجي...كل هذه الاتجاهات حاولت تقديم تفسيرات، وبالرغم من كل هذه الاختلافات الا أنها اتفقت على أن الضغط النفسي يؤثر سلبا على جوانب حياة المراهق المتمدرس النفسية والجسدية والسلوكية.

الفصل الثالث: الانتحار والأفكار الانتحارية

عند المراهق المتمدرس.

محتويات الفصل الثالث: الانتحار والأفكار الانتحارية عند المراهق المتمدرس.

-تمهيد الفصل

1-الحقل الدلالي لمصطلح ظاهرة الانتحار.

2-بعض المفاهيم المتعلقة بالانتحار.

3-السيرورة الانتحارية.

4-نبذة تاريخية عن الانتحار

5-و اقع ظاهرة الانتحار عالميا/ عربيا/ محليا.

6-علامات المرور للفعل الانتحاري لدى المراهق المتمدرس.

7-أشكال الانتحار.

8-العوامل المؤدية الى انتشار ظاهرة الانتحار والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

8-1-العوامل النفسية.

8-2-العوامل الأسرية.

8-3-العوامل الاجتماعية.

8-4-العوامل الفردية.

8-5-العوامل الاقتصادية.

8-6-العوامل المدرسية.

9-النظريات المفسرة لظاهرة الانتحار والتفكير في الانتحار.

10-الانتحار بين القانون والمنظور الديني.

11-الوقاية والتدخل للتصدي لظاهرة الانتحار لدى المراهق المتمدرس.

12-الانتحار عند المراهق المتمدرس.

-خلاصة الفصل.

تمهيد الفصل:

يعتبر موضوع الانتحار أو الموت الارادي فعل خطير يهدد حياة الفرد واتزانه، بل ويعبر عن درجة اليأس والمعاناة التي وصل اليها خاصة لدى المراهق المتمدرس، لذلك فانه من المهم التطرق لهذا الموضوع الذي جعلنا ندق ناقوس الخطر والبحث في هذه الظاهرة في المرحلة الأولى " الأفكار الانتحارية" كخطوة وقائية لمنع المرور للفعل الانتحاري وتجنب التنفيذ الحقيقي للانتحار أو المعاودة للفعل، وفي هذا الصدد يحتفل العالم يوم 10 سبتمبر باليوم العالمي لمنع الانتحار، تحت شعار " خلق الأمل من خلال العمل".

ولقد تم تنظير موضوع الأفكار الانتحارية وفق النظرية السلوكية المعرفية، أن الانتحار كسلوك متعلم في أغلبه، بالإضافة الى فقر المحيط لعوامل التعزيز الإيجابي بالمقابل مع التعزيز السلبي لسلوكيات غير مرغوب فيها، يؤدي الى تعلم الانتحار وبذلك يصبح هذا الأخير نمط من الاستجابة، يظهر كلما اعترضت عوامل الضغط طريق الفرد الذي تتوفر لديه هذه الأرضية.

وجاء هذا الفصل للتفصيل نظريا في الأفكار الانتحارية فكانت البداية الحقل الدلالي لمصطلح ظاهرة الانتحار، وما لهذه الأخيرة من مفاهيم متعلقة بها، ليتم فيما بعد ابراز السيرورة الانتحارية، ثم تناول الفصل النبذة التاريخية عن ظاهرة الانتحار، ليتم بعد ذلك التطرق الى واقع ظاهرة الانتحار ومدى انتشارها على الصعيد العالمي، العربي، المحلي، بالإضافة الى أهم العلامات للمرور للفعل الانتحاري، وأهم أشكال الانتحار، ليعرض فيما بعد أهم العوامل التي تساهم في انتشار ظاهرة الانتحار والأفكار الانتحارية، أيضا تناول الفصل النظريات المفسرة لظاهرة الانتحار والتفكير في الانتحار، الى جانب ذلك الانتحار من وجهة نظر قانونية، ودينية، ليتم التطرق الى أبرز طرق الوقاية من الانتحار، أخيرا تناول الفصل الانتحار عند المراهقين المتمدرسين.

1-الحقل الدلالي لمصطلح ظاهرة الانتحار:

1-1-الانتحار لغة:

من النحر والنحر الذبح في الحلق، والمنحر موضع الذبح في الحلق ونحره ينحره نحرا، أي أصاب نحره، ونحر البعير: أي طعنه في منحره، حيث يبدو الحلقوم من أعلى الصدر، وانتحر الرجل أي نحر نفسه بوسيلة ما. (أبو الفضل، ص194).

واستخدمه من الفقهاء بلفظ آخر وهو" قتل النفس" ويعني الانتحار لغة عملية " قتل الذات بذاتها" ومشتق من كلمة مركبة من أصل لاتيني من فعل (Gaedere) بمعنى يقتل والاسم (Sui) بمعنى النفس أو الذات. (الدباغ، 1986، ص8). وفي العربية يفيد الانتحار معنى مماثلا فالكلمة مشتقة من فعل نحر أي ذبح نفسه وقتلها (الجيوش، 1990، ص23).

وفي الاصطلاح الغربي يعتبر مصطلح الانتحار (Suicide) من المصطلحات الحديثة نسبيا حيث كان قديما قتل النفس (Homicide de soi)، ويعتبر القس ديفونتين (Labbe desfontaines) هو أول من أدخل هذا المصطلح ضمن ملحق قاموس تريفو"Lasupplement du dictionnaire de trevouse".(عنان، 2018، ص ص 74-75).

أما الموسوعة العالمية البريطانية:Encyclopedia britannia (1994-1997) هو فعل ارادي أو متعمد بأخذ واحد للحياة، وحسب " Encarta"1998 الانتحار يحدث عند جميع الثقافات لدى الأفراد الذين يحاولون أو ينتحرون بالكامل عادة ما يعانون من آلام عاطفية وضيق شديد (صندلي، 2012، ص107).

مما سبق ذكره سابقا يتضح لنا بأن الانتحار لغة: انتحر الرجل أي نحر نفسه، بمعنى قتل نفسه بوسيلة ما.

1-2-الانتحار اصطلاحا:

ان كلمة " الانتحار" تعد كلمة حديثة الاستخدام نسبيا، حيث أنها استعملت لأول مرة في عام 1651م وان كان الانتحار كفعل انساني قديم قدم الإنسانية ذاتها. (معتوق، ص188).

لقد وقفنا على أكثر من تعريف وكلها متقاربة نوعا ما نذكر منها:

ان أول من تعرض لتحديد مفهوم الانتحار هو العالم الاجتماعي الفرنسي اميل دوركايم.

عرفه دوركايم (1898): جميع حالات الموت التي تحدث بطريقة مباشرة أو غير مباشرة بسبب فعل فعال أو سلبي ينفذه الضحية بنفسه ويعرف بأنه سيموت. (قحطان وآخرون، 2024، ص473).

- وينظر بيك"Beck" وكوفاكس "Kovacs" وويسمان "Weissan" (1990): أن التفكير الانتحاري بأنه ليس حدثا منعزلا بل عملية معقدة يمكن تصوره، ثم التأملات الانتحاري، يليها محاولة الانتحار وأخيرا اكمال هذه المحاولة الانتحارية. (محمود، 2024، ص437).
- وعرفه موراي "Morey" (1991): التفكير الانتحاري بأنه: الأفكار المتعلقة بالانتحار ويتضمن: اليأس، الأفكار الغامضة عند القنوط والإحباط والاغتراب، والرغبة في الموت والاحساس بتفاهة الحياة. (حسين، 2023، ص267).
- تعريف هليفاكس: الانتحار هو حالة الموت الناتج عن فعل يأتيه الضحية بنفسه بقصد قتل نفسه وليس الضحية به لشيء آخر، أي هو الموت الارادي يقوم عليه الفرد للخلاص من مشاكله وصعوباته الغير المحتملة التي نشأت من حياته مع الجماعة.
- تعريف كارل منجر (1983): الانتحار هو فعل قتل الانسان نفسه بالطريقة التي يختارها سواء كان الموت الناتج عاجلا أو آجلا. (مسغوني، 2021، ص216).
- كما يذهب " Baechler" (1975) الى إعطاء الانتحار الصبغة الوجودية فلا يرجعه لأصل باثولوجي ذاتي ولا لسبب اجتماعي، وهو بذلك ينفي هاته التأثيرات فلا يراه كفعل لكن كسلوك له أهدافه حينما يقول: " الانتحار يشير الى كل سلوك يبحث عن حل لمشكل وجودي، على شكل مساس بحياة الفرد". وهو بذلك ينتزع منه الصبغة المرضية وكأنه يحاول أن يعطيه شرعية.
- وحاول " Hallbwachs" (1930) فصل مفهوم التضحية عن مفهوم الانتحار مرتكزا بالأساس على موقف المجتمع والأحكام المختلفة التي تعطيها لأفعال مماثلة. فالانتحار حسبه هو حالة موت نتاج فعل

تأتيه الضحية بذاتها وباختيار للوسيلة المناسبة اراديا، وليس للتضحية بها من أجل شيء آخر، ويتفق "Hallbwachs " في هذا التمييز مع (1837)" Esquiro" و(1930) "Halifacs & Delmas& Bladel " (سهيري، 2013، ص52).

1-3-التعريف النفسي للانتحار:

تعرف الموسوعة الكبرى لعلم النفس الانتحار بأنه اما يكون فعلا عقلانيا ينفذه الفرد استنادا الى اعتبارات أخلاقية أو اجتماعية أو دينية أو فلسفية أو شخصية، أو هو على العكس من ذلك فعل مرضي يحدث كنتيجة في مراحل تطور الاضطرابات النفسية أو الهذيان المزمن أو العته أو الخلط الذهني أو قد يكون ناتجا عن أزمة وجود حادة تتسم بالقلق وتوجه العدوانية نحو الذات. (فكار، 2010، ص94).

أما فرويد فقد رأى أن الانتحار ناجم عن الدوافع النفسية المرتبطة بسيطرة غريزة الموت والقطيعة مع الحياة التي تمثل بسيكوباثولوجية، كما يرتبط هذا السلوك بالهوية أو التشخيص الذي يعطيه المنتحر للشيء الآخر الذي ينقلب ضده.

1-4-التعريف الاجتماعي للانتحار:

-**تعريف دوركايم :** " نسمي كل حالات الموت الناتجة مباشرة أو غير مباشرة من فعل إيجابي أو سلبي تنفذه الضحية بنفسها وهي على علم بهاته النتيجة". (عمار، 2021، ص536)، ونلاحظ أن دوركايم لا يأخذ بنية القصد أو الهدف من السلوك الانتحاري، أو حتى أسابه الشعورية واللاشعورية، (E. Durkheim,p5) وهو يؤكد على إدراك الفرد للنتيجة النهائية للموت أي الطابع الارادي، وهو حين يذكر الفعل المباشر وغير المباشر، السلبي والايجابي يجعل من معادل الانتحار والانتحار في كفة واحدة ويذهب في نفس المنحى.

وهو الانهزام الفردي والهروب من الحياة نحو الموت، عندما يفقد الفرد الثقة بمحيطه الاجتماعي نتيجة فشل النسق الاجتماعي في تأدية وظيفته وإيجاد الوسائل المشروعة لتحقيق الأهداف الفردية المطلوبة. (الخطيب، 2021، ص111).

1-5-تعريف الانتحار شرعا:

اعتبر الفقهاء أن الانتحار صورة من صور قتل الانسان لنفسه، وهو قصد الفرد في ازهاق الروح بما يقتل عادة أو بما لا يقتل.

ويقول الامام الشافعي: " وما عرفه الناس سما يقتل ألا يكون لأحد رخصة في شربه لدواء، ولا غيره، وأكره قليلة وكثيرة، خلطه أم لم يخلطه وأخاف منه على شاربه وساقيه أن يكون قاتلا لنفسه ومن سقاه".

ويطلق على الانتحار كما ذكر في الموسوعة الفقهية: على قتل الانسان نفسه بأي وسيلة ما. (عبيد، 2015، ص26). ولم يستعمله الفقهاء بمصطلح الانتحار لكنهم عبروا عنه بقتل الانسان لنفسه (بن صالح، 2019، ص1997).

1-6-الانتحار لدى الفقه القانوني:

أما عن فقهاء القانون الجنائي، فقد تم تعريف الانتحار بأنه اعتداء الشخص على نفسه اعتداء يؤدي الى الوفاة، أنه شبه بالقتل، بحكم أنه ازهاق حياة الانسان، الا أن الأمر مختلف هنا، ان المنتحر هم المقتول والقاتل في آن واحد، على عكس القتل التي يتم فيه ازهاق روح انسان بفعل انسان آخر. (المهندي، 2024، ص13).

يتضح مما سبق توضيحه لمصطلح الانتحار يؤكد لنا أنه بالرغم من اختلاف وجهات النظر في قراءة والتعريف بمصطلح الانتحار اصطلاحا كانت أم نفسيا، اجتماعيا، شرعا، قانونا الا أن الانتحار يمكن أن نتفق على أنه اقدام الفرد على قتل ذاته سواء بطريقة مباشرة أو غير مباشرة.

2-بعض المفاهيم المتعلقة بظاهرة الانتحار:

2-1-تصور الانتحار:

عرفه" بيك" بأنه متصل يمثل أحد طرفيه تصور الانتحار الكامن، أي على مستوى التصور ثم يتطور هذا التصور خلال مراحل مختلفة حتى يقوم الفرد بمحاولات انتحارية فعلية، أي على مستوى التنفيذ سواء ناجحة أو فاشلة. (الخطيب، 2021، ص112).

2-2-الشروع في الانتحار:

هي الأفعال التي يقوم بها الشخص بقصد التخلص من حياته، لكنها لم تؤدي الى الاتيان الفعلي بالنتيجة المطلوبة وهي الموت، نتيجة تدخل عوامل داخلية أو خارجية حالت دون الوصول الى تلك النتيجة مثل عدم فاعلية الأداة المستخدمة، أو تدخل أشخاص حال دون الموت كالجهة الأمنية أو الأهل أو المجتمع بشكل عام. (المجالي، 2014، ص196).

2-3-الأفكار الانتحارية:

من الجوانب الجديرة بالاهتمام عند دراسة الأفكار الانتحارية، تحديد مفهومه فهناك عدة ترجمات مختلفة لأصل المصطلح الإنجليزي (Suicidal Ideation) منها " تصور الانتحار" أو " تخيل الانتحار" أو " الأفكار الانتحارية" أو " التفكير في الانتحار" ، ورغم أن بعضها قريب من المعنى، الا أن هذه الترجمة العربية ليست دقيقة، لأن الكلمة الأولى (Suicidal) هي صفة منسوبة الى الانتحار أي انتحاري، والكلمة الثانية (Ideation) تعني تفكير أو اعمال الفكر، أما التصور والتخيل فيقابله في الإنجليزية (Imagination) وهي لم ترد في أصل المصطلح، وبذلك يكون المصطلح المرادف بالعربية هو: التفكير الانتحاري.

ويقصد به الأفكار المرتبطة بعملية الانتحار والاقدام عليها وكيفية التخطيط والتنفيذ وتخيلات الأحداث قبل وأثناء وبعد تنفيذ محاولة الانتحار، والتفكير الانتحاري هو مرحلة مبكرة من مراحل عملية الانتحار التي تنتهي بالمرور للفعل الانتحاري الكامل. (Rudd,2004)

هي مجموعة الأفكار التي تجعل من الانتحار الوسيلة الوحيدة للخروج من الأوضاع الصعبة والغير المحتملة، أو التخلص من عذاب نفسي جسدي أو للهروب من أزمة وضيق شديدين. (حلوان، 2008، ص16).

ويشير الرشود (2006): أن التفكير في الانتحار هو " اعتزام جاد على الانتحار أو نماذج من التفكير التي تؤدي بالفرد الى قتل نفسه.

كما أنه: سيطرة أفكار عن الموت، والتفكير في التخلص من الحياة من خلال الانتحار، ويعد الانتحار مؤشرا وانذارا بمحاولات الانتحار، أو الانتحار الكامل. (السيد، ص9).

وأوضح (Esfahani,et al, 2015,p268) أن التفكير الانتحاري هو: وجود أفكار حول إيذاء الذات، وقتل النفس.

تعرف أيضا على أنها: أفكار الفرد التي تغذي على أداء السلوك الانتحاري، ويمكن أن نميز في الأفكار الانتحارية حسب(1992) Canoui

- أفكار انتحارية.
- أفكار انتحارية مرضية قهرية.
- أفكار انتحارية مصحوبة بمخطط معين. (صندلي، 2012، ص109).

– ويستخدم مصطلح الانتحارية (Suicidal) عادة ليصف الأفكار والسلوكيات الآتية:

- **التفكير الانتحاري غير المحدد**: مثال ذلك الأفكار عن الموت والترحيب به.
- **خطط الانتحار**: يبدأ الشخص عندما وجدت النية في الموت في صورة حسية.
- **محاولة الانتحار**: عندما تصل النية بالموت ويقدم على أفعال للإيذاء الذات لكنها غير مميتة.
- **ايماءات الانتحار**: محاولة انتحارية بدرجة منخفضة من الموت وايذاء الذات بشكل بسيط.
- **الانتحار الكامل**: موت موجه الى الذات بنية وقصد في ذلك. (عبد الخالق، 2005، ص ص 36-37).

2-4-التهديد بالانتحار:

مصطلح يشير الى العملية التي يميل فيها الأفراد الى التلويح للآخرين برغبتهم وعزمهم على الاقدام على الانتحار، ويتميز هؤلاء غالبا بأن النزعة الانتحارية لم تتعد المستوى اللفظي-الكلام-والتهديد والتلويح. (الخطيب، 2021، ص112).

2-5--المحاولة الانتحارية:Tentative de suicide

يعرفها " شنايدر" (1973) Scheneiderعلى أنها كل انتحار باء بالفشل لأن الفرد لا يزال على قيد الحياة وهذا مهما كان سببا للفشل. (عريس، 2019، ص131).

وذهب دوركايم على أنه المرور الى الفعل دون أن يكون الموت هو النتيجة. (E. Durkheim,1930,p5)

المحاولة الانتحارية هي مفهوم نظري عام يستخدم عندما تكون الإشارة عامة الى الانتحار والشروع فيه، وهذا يعني أن المحاول ينسحب نظريا على الانتحار الفعلي، وعلى مجرد الشروع فقط على السواء (رحال، 2022، ص202).

هي سلوك نحو الموت لكنه لم يفض للموت وذلك بسبب أن النية في قتل النفس كانت ضئيلة، فمعظم الذين يحاولون الانتحار مترددون في رغبتهم في الموت، فعندما تبدو خطط محاولة الانتحار غير ناجحة من البداية تسمى ب " تنبيهات انتحارية ". (حميمي، 2012، ص193).

2-6-السلوك الانتحاري:Suicide Behaviour

تعرف جمعية كيبيك لمنع الانتحار (AQPC) السلوكات الانتحارية بتلك" السلوكات التي يمكن ملاحظتها بصورة مباشرة أو مسموعة ما يؤكد إمكانية حدوث الانتحار أو الميل نحو هذا القصد، ولكن دون حدوث القتل أو الفعل.

هو سلسلة أفعال سواء تم الانتحار أم لم يتم، وتشمل الانتحار والشروع فيه، والتهديد بالانتحار، والمحاولة الانتحارية، يمكن تصوره على هيئة متصل لقوة كامنة تشتمل على صورة الانتحار ثم التصورات الانتحارية، تليها محاولة الانتحار، أخيرا الوقوع في الانتحار الفعلي. (الخطيب، 2021، ص112).

2-7-إيذاء **الذات غير الانتحاري: nonsuicidal self-injury** هي سلوكيات متعمدة الهدف منها إيذاء الذات البدني وليس السعي للموت، وتكون كمتنفس للتعبير عن المشاعر السلبية كالغضب، أو لطلب المزيد من المشاعر الإيجابية من الآخرين. (طاشمة، 2021، ص89).

❖ **الفرق بين المحاولة الانتحارية والسلوك الانتحاري:**

1-الانتحار يتم بوسائل عنيفة مثل السلاح الناري والشنق، أما المحاولة الانتحارية فتتم بتناول الأدوية أو المواد المنظفة وقطع الشرايين "Phlebotomie "

2-الانتحار مدروس بسرية تامة، أما المحاولة الانتحارية فتكون غالبا مصرح بها.

3-الانتحار يتم غالبا ليلا، أما المحاولات الانتحارية فتحدث في الغالبية نهارا.

4-غالبا ما يكون سبب الانتحار الفصام أو الاكتئاب، أما المحاولة الانتحارية ففي الغالب سببها صراعات عائلية أو عاطفية.

5-تواتر الرجال في الانتحار أكثر من تواتر النساء، أما في المحاولة الانتحارية فنجد العكس.

6-المنتحر له نية الرغبة في التدمير الذاتي ويهدف الى إبادة الأنا.

7-المحاول للانتحار يحاول أين يلفت أنظار محيطه لمشاكله. (J. Ajriaguerra&D.Marcelli,1982,p126) و(Y.Sarfati,1998,p6)

يتضح مما سبق ذكره أنه هناك بعض الصعوبات في تعريف " الانتحار" وفيم يلي لخص بعض الباحثين الصعوبات التي تواجه الباحث الذي يتصدى لتعريف " الانتحار" في عدة نقاط هي:

-تستخدم كلمة الانتحار مع مجموعة متعددة من السلوكيات تشمل:

- محاولة الانتحارAttempted Suicide
- الانتحار المكتملCompleted Suicide
- التهديد بالانتحارThreatened Suicide

والتي تحمل جميعها فكرة السلوك التدميري، وقد تحمل أولا تنفيذ السلوك الانتحاري. (البداينة، 1995، ص571).

-يوجد غموض في جوانب توقيت تصنيف السلوك الانتحاري، حيث ان غالبية التشخيصات للسلوك الانتحاري تتم بعد محاولة الانتحار أو بعد الانتهاء من الانتحار (وقوع الانتحار فعلا)، ومن هنا يرى البعض أن المشكلة الأساسية في تعريف الانتحار هي أنه يحدد بعد إتمام الفعل ووقوعه.

-قد لا يوصف الفعل على أنه انتحار لا شيء الا لتجنب عمليات الوصم الاجتماعي.

-قد يصنف الفعل على أنه انتحار للتغطية على الجرائم المرتبطة بالجنس (جرائم الشرف والاغتصاب وهتك العرض) خاصة المجتمعات التي تقيم ثقافتها وزنا كبيرا لمثل تلك الأمور. (معتوق، ص190).

3-السيرورة الانتحارية:

هي الفترة التي تفصل بين لحظة التفكير في الانتحار والمرور الفعل الانتحاري حيث تحتوي السيرورة الانتحارية على خمسة مراحل هي:

- البحث عن الحلول.
- الأفكار الانتحارية.
- اجترار هذه الأفكار الانتحارية.
- بلورة المشروع الانتحاري.
- العامل المفجر لمرور للفعل الانتحاري.

أ-البحث عن الحلول:

تعتبر هذه الخطوة طبيعية في جميع سيرورات الأزمة والفرد يقوم بهذا الاجراء لتحليل ولإيجاد الحل الذي يخفف به من القلق.

ب-ظهور الأفكار الانتحارية:

هنا تبدأ أفكار الموت بظهور بتسلسل وتسجل لفترة وجيزة في مجال البحث عن الحلول المحتملة، انها سوف تشوش روح الشخص تدريجيا فيرفض التعامل مع البدائل ذات الصلة التي يمر بها، وتزيد من سيناريوهات الكوارث المختلفة.

ج-اجترار الأفكار الانتحارية:

تزيد الصعوبات عند هذا الفرد والقلق يزيد وتستمر المعاناة الأفكار الانتحارية تظهر بصورة تواتر أكثر.

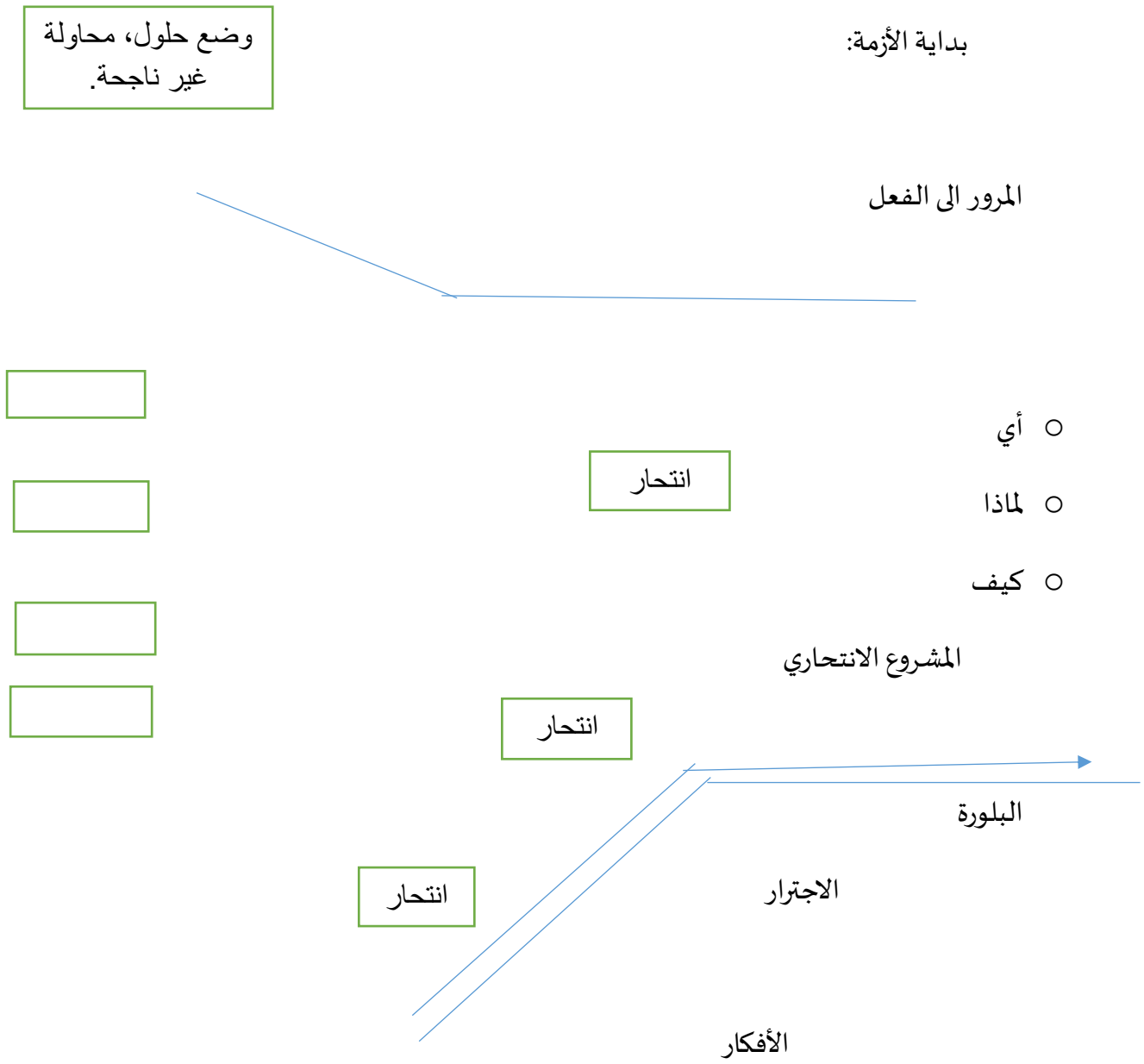
د-بلورة المشروع الانتحاري:

المشروع الانتحاري هو عبارة عن حلول فريدة للمشاكل وللمعاناة، يتم اعداد مخطط لهذا السيناريو فيقترب الشخص من المرور الى الفعل فيبدو أكثر استرخاء لأنه وجد حل لهذه الصعوبات والمشاكل.

هـ-التحقيق:

هي آخر مرحلة وتتميز بالعمل المفجر (مشاكل إضافية، مصادر الازعاج) تحرض للمرور الى الفعل الانتحاري بأسلوب أكثر أو على الأقل سريع. (caroline,2006,p94)

المصدر:(صندلي، 2012، ص111).



الشكل رقم (03): يوضح مخطط السيرورة الانتحارية.

4-نبذة تاريخية عن ظاهرة الانتحار:

تشير أدبيات ظاهرة الانتحار الى أنها ظاهرة إنسانية عامة صاحبة الوجود البشري منذ القد وحتى يومنا هذا، وجد منذ أن عرف الانسان معنى الحياة والموت ودراسة الانتحار بين المجتمعات البدائية المتوحشة القديمة يساعد على فهم مشكلة الانتحار بصفة عامة، حيث اهتم "شتايبنمتز" أحد أبرز العلماء الأجناس بموضوع الانتحار وخرج برأي أو انطباع أن " ميل البدائيين والمتوحشين للانتحار هو أكثر من المتحضرين" ولعل أبرز الدراسات الأنتروبولوجية هي دراسة " كوتي وويسي" عن أربع مائة مجتمع بدائي في جميع أنحاء العالم، فتوصلا الى أن الثقافات القديمة والمجتمعات البدائية تعتبر كدليل لتعزيز رأي القائل بأن الانتحار قديم البشرية، وبداية اعتبار الانتحار اثما وفعلا شنيعا في القرن الخامس ميلادي عندما هاجم القديس " سانت اغسطوس" الانتحار فقد لاقت المسيحية صعوبة بأد انتشارها عندما احتكت ثقافتها مع المتوحشين(عمور، 2018، ص1011).

عرف الانتحار في جل المجتمعات الإنسانية على اختلاف حضارتها، وتباينت اتجاهاته حسب الثقافة والدين والمعنى الذي يعطى للحياة، واعتبرته الشرائع السماوية عملا شنيعا ومحرما، الا أنه وجد من الشعوب من بيجل ويحترم هذا الفعل لاتخاذه كوسيلة للتكفير عن الخطايا أو الفشل،(سمعان، 1994،ص28)، كما عند اليابانيين في ابتكارهم السيبوكو وهو شكل من أشكال الاحتجاج خلال فترة الساموراي، وهناك أيضا طريقة الساتي وهي ممارسة هندية ترمي الأرملة الهندية نفسها في محرقة زوجها المتوفي سواء بارادتها أو بضغط الأسرة، وكشفت الدراسة الأنتربولوجية لمالينوفيسكي (1949) الى شيوع الانتحار في جزر التروبريالند وأكدت بندكت (1953) على انتشاره في جماعات الدوبو بجنوب المحيط الباسيفيسكي(خنفر، 2021، ص31). وفي الكواكيوتيل في شمال غرب كندا وذلك لأسباب معينة يقبل الفرد في هذه الجماعات على قتل نفسه هروبا من موقف مشين غير محتمل، أو تخلصا من منازعات عائلية أو تضحية شخصية أو عقابا ذاتيا عن شعور عنيف بالإثم أو رد فعل لمشاعر فاجعة نتيجة انفصام روابط عاطفية خاصة أو قد يكون بدافع انهيار السلطة أو المكانة الاجتماعية تكون بسبب فقدان ثروة أو في موقف جنائي أو مدني فقد

ينتحر المجني عليه انتقاما من الجاني فيضطر الأخير الى الاقدام على مصير مماثل، ويعرف هذا النوع من السلوك في بعض جماعات افريقيا الغربية وفي ساحل الذهب (غانا) بوجه الخصوص، ويعرف باسم قتل النفس على رأس الآخر ويعرف هذا الانتحار الانتقامي أيضا بين قبائل بانكاوندو بافريقيا في أحوال العلاقات المدنية، فعندما يعجز الدائن عن استيراد ماله من المدين يقتل نفسه أمامه فتوجه الجماعة اللوم على المدين وتحمله مسؤولية موت الدائن، وفي جماعة الويو كان المعتدي على المحارم يقهر على تنفيذ الانتحار تحت ضغط اجتماعي شديد، أما في شمال آسيا بين جماعات الاسكيمو فان المسنين والمرضى يقبلون على تنفيذ الانتحار أوقات نقص الطعام وذلك حتى يوفروا الطعام لغيرهم وتيسير الحياة للغير، وفي أمريكا الشمالية تعرف قبائل نوعا من الانتحار يماثل ما كان شائعا بين القبائل الهندوسية في شبه القارة الهندية بآسيا، فعند هنود ساحل أمريكا الشمالي الغربي كان يعد من الشرف أن ينتحر الأسرى والخدم عند وفاة سيدهم، ويدفنون معه في نفس المقبرة، وبين قبائل أمريكا الوسطى كان موت الرئيس يقتضي أن تقبل زوجاته وأقاربه وجواريه وأصدقاؤه على تنفيذ الموت الارادي. (سمعان، 1994، ص29)

كما تؤكد الوثائق التاريخية أن السلوك الانتحاري كان معروفا في المجتمعات التاريخية، فقد سجلت الثوراة بعض الأمثلة لحوادث الانتحار في المجتمع العبري القديم ومن أبرز هذه الأمثلة (شمشون) و (شاؤول) الملك والقائد (اخيتوفيل).

وعرفته اليونان وسيلة عقابية على الجرائم الكبرى حيث كان يطلب من المحكوم عليه بالاعدام وأن يتناول السم بيده، كما حدث في اعدام سقراط، كما كان الانتحار في اليونان مسيلة النفوس النبيلة للتخلص من وطأة ظروف غير محتملة، أما في روما فاذا تورط كبير في موقف مشين بسمعته، فانه يلجأ الى الانتحار تخلصا من ظروفه السيئة ومن أشهر الأمثلة التاريخية انتحار بروتس وسينيكا وكاتو وكان الانتحار يعد عملا بطوليا وفعلا يستحق التقدير. (مسغوني، ضيف، 2021، ص218).

ويتضح مما قيل سابقا أن الانتحار هو الموت القصدي، اذ يعد فعلا فرديا رغم أنه يأخذ طابع اجتماعي أكثره وعلى هذا الأساس يعد الانتحار ظاهرة اجتماعية مرتبطة بظروف اجتماعية تمس كل المجتمعات بدائية كانت أم حضارية.

5-و اقع ظاهرة الانتحار ومدى انتشارها عالميا/ عربيا/ محليا:

5-1-على المستوى العالمي:

لقد صرحت منظمة الصحة العالمية أنه في عام 2000 انتحر ما يقارب مليون شخص، ووصل معدل الانتحار على المستوى العالمي نحو 16 حالة لكل 100 ألف شخص، وأن هناك حالة وفاة عن طريق الانتحار كل 40 ثانية، هذا عن حالات الانتحار الفعلية والتي انتهت بالموت المحقق، أما فيما يتعلق بحالات الشروع في الانتحار أو محاولة الانتحار فتؤكد الإحصاءات (منظمة الصحة العالمية) أن كوكب الأرض يشهد يوميا وعلى مدار الساعات الليل والنهار 8000محاولة انتحار وأن 1000 محاولة انتحار من تلك المحاولات تكلل بالنجاح. (الغامدي، 2004، ص5).

وذكرت منظمة الصحة العالمية التابعة للأمم المتحدة في تقريرها الدوري سنة 2019، أنه في كل عام ما يقارب 800 ألف شخص حدا لحياته بالانتحار، وتمثل كل حالة انتحار مأساة ثؤور على الأسر والمجتمعات والبلدان بأكملها بما تحدثه من آثار طويلة الأمد على من تركوهم وراءهم، حيث يحدث الانتحار في مختلف مراحل العمر، قد سجل ثاني أهم سبب للوفيات بين من تتراوح أعمارهم بين 15-29 سنة على الصعيد العالمي في عام 2016، والانتحار لا يحدث في البلدان المرتفعة الدخل فحسب بل هو ظاهرة عالمية في جميع العالم، وفي حقيقة الأمر ان أكثر من 79% من حالات الانتحار العالمية في عام 2021 حدثت في البلدان المنخفضة والمتوسطة الدخل.

ويشير التقرير أن المعدل العالمي الموحد للانتحار في عام 2016 بلغ 10.5 لكل 100 ألف بينت أن المعدلات تباينت بين البلدان من 5 الى أكثر من 30 حالة لكل 100 ألف، وقد سجلت البلدان المرتفعة الدخل أعلى المعدلات حيث بلغت 11.5 لكل 100 ألف ويبلغ عدد المتوفين من الرجال بالانتحار في البلدان المرتفعة

الدخل نحو ثلاثة أمثال عدد النساء عكس البلدان ذات الدخل المنخفض والمتوسط حيث تميل كفة المعدل الى التساوي بدرجة كبيرة

ويعتبر الانتحار هو ثاني الأسباب الرئيسية للوفاة في أوساط المراهقين ممن تتراوح أعمارهم بين 15-19 سنة، وكان الانتحار هو ثاني الأسباب الرئيسية للوفاة بين الفتيات، وثالث الأسباب الرئيسية للوفاة لدى الفتيان بعد إصابات الحوادث المرور والعنف بين الأفراد.

والأساليب الأكثر شيوعا للانتحار هي الشنق، والتسمم الذاتي بالمبيدات، والأسلحة النارية، أما التدخلات الأساسية التي أثبتت نجاحا في الحد من حالات الانتحار هي تقييد اتاحة الوسائل المستخدمة كالمبيدات والأسلحة النارية وغيرها، وتوعية وسائل الاعلام بشأن تقديم تقارير مسؤولة عن الانتحار، وتنفيذ برامج في أوساط الشباب لصقل المهارات الحياتية التي تمكنهم من التأقلم مع الضغوط النفسية، وتحديد الأشخاص المعرضين لخطر الانتحار وعلاجهم ومتابعتهم في مرحلة مبكرة. (مسغوني، 2021، ص222).

ولقد ثبت أن الاختلافات بين الجنسين في معدلات الانتحار لها أهمية كبيرة، أو بما يعرف باسم مفارقة الجنس في الانتحار، هناك معدلات مختلفة للانتحار والسلوك الانتحاري بين الذكور والاناث (بين البالغين والمراهقين)، في حين أن الاناث أكثر عرضة للأفكار الانتحاري، بينما الذكور يموتون منتحرين بشكل أكثر تكرارا. فعلى المستوى العالم حدثت حالات الوفاة بالانتحار بمعدل 1.8 مرة أكثر بين الذكور مقارنة بالإناث في عام 2008، و1.7 مرة في عام 2015، وفي العالم الغربي يموت الذكور منتحرين بمعدل ثلاث الى أربع مرات أكثر من الاناث. ويزداد هذا التواتر الذكوري الأكبر بين أولئك الذين تزيد أعمارهم عن 65سنة، وتتراوح محاولات الانتحار بين الاناث ما بين مرتين الى أربع مرات، وقد يعزى الاختلاف بين الانتحار ومحاولة الانتحار بين الجنسين ربما الى استخدام الذكور لوسائل أكثر فتكا لوضع حد لحياتهم. (منظمة الصحة العالمية).

وتشير الاحصائيات في العالم الغربي الى:

الجدول رقم (10): يمثل الانتحار لبعض البلدان.

البلد	النسبة في 100000
و.م.أ	12 سنة 1988
انجترا	9
روسيا	19
ألماني الغربية	21
اليابان	21
فرنسا	22

(M. Boureois,1997,p5-6)

الجدول رقم (11): يمثل نسب الانتحار لبعض البلدان لما بين سنة 1991-1993

البلد	النسبة في 100000
و.م.أ	12.2 سنة 1991
انجلترا	8سنة 1992
روسيا	37 سنة 1993
ألمانيا الغربية	14.6 سنة 1993
اليابان	16.6 سنة 1993
فرنسا	20.3 سنة 1992

(N. Sillamy, 1999,p256)

وتمثل ألبانيا أقل نسبة للانتحار بنسبة 1.5/ 100000 حسب احصائيات 1992، أما ليتونيا فتمثل أعلاها بنسبة 42.4/100000 وذلك سنة 1993، وتشير الاحصائيات في فرنسا الى: 12000 انتحارا سنويا منها 1000

حالة عند المراهقين، مقابل 160000 محاولة انتحار سنة 1995 منها 50000محاولة انتحار عند المراهقين، وتزداد نسبة الانتحار حسب السن أما معدل المحاولة الانتحارية فينخفض مع السن. وبأمريكا يقول" Shereve" و"Kankel " (1991): أنه يوجد حوالي مليون محاول للانتحار من المراهقين وأن نسبة الانتحار تزداد ب 40%. (فايد، 2001، ص243). وشهدت كندا حوالي 3500 انتحار منهم 80% ما بين 20-40 سنة 1996 بنسبة 3.12/ 100000. (سهيري، 2013، ص54).

2-5-على مستوى الدول العربية:

تشير الدراسات الى تزايد نسب الانتحار في العالم العربي خلال السنوات الأخيرة بشكل يدعو الى القلق ودق ناقوس الخطر، ووفق ما نشرته مؤسسة الفكر العربي للدراسات والبحوث عام 2010 وقد تزايدت نسبة المنتحرين حيث وصلت الى 4أفراد لكل 100ألف، بعد أن كانت 2 لكل 100ألف قبل سنوات. (ثابت، ص40). وتشير الأرقام المتوافرة عن الانتحار في بعض الدول الى أن البحرين تمثل أعلى نسبة للانتحار في الدول العربية، حيث تمثل حالات الانتحار (4.9) لكل 100ألف رجل، تليها الكويت (1.6) لكل 100ألف، ثم سوريا (0.2) لكل 100ألف، ثم مصر (0.1) لكل 100ألف، كما تشير الاحصائيات الصادرة عن المكتب العربي لمكافحة الجريمة أن حجم مشكلة الانتحار في بعض الدول العربية عام 1981، كانت على النحو التالي: في الأردن ب 305 حالة انتحار، في مصر ب 945 حالة، تونس ب 166 حالة، السودان 379حالة، السعودية ب 105 حالة. (الدباغ، ص76).

وتبين أغلب الدراسات على وجود علاقة ترابط تام بين أغلب حالات المنتحرين في العالم العربي وبض المتغيرات تنحصر في الفقر والبطالة والفشل العاطفي، يليه الدراسي والوظيفي، فيما لم تغفل هذه الدراسات عن المتغيرات الخطيرة التي طرأت على المنطقة من كثرة النزاعات والحروب، ومناطق الصراع في كثير من البلدان. (الدباغ، ص188). ولعل أخطر الدلالات الإحصائية التي تهتم برصد ظاهرة الانتحار في المجتمعات العربية، أنها تشير الى أكثر من (78%) من المقدمون على الفعل الانتحاري تنحصر أعمارهم ما بين " 17-40 سنة ".

❖ **في تونس:**

تشير الدراسة التي قامت بها " ريم قاسم وآخرون " في مستشفى زازي خلال سنوات (1994-2005) وجد حالات الذكور ب 31 حالة بنسبة 32% و7حالات للإناث ب 18%، كما بينت الدراسة 76.3 من الحالات كانوا بطالين والآخرون يعملون أو ينقطعون أي أعمال يومية. (ثابت، ص43)، أما فيما يخص الوسائل المستعملة للإقدام على السلوك الانتحاري فهي كالاتي:

جدول رقم (12): يمثل هم الوسائل المستعملة للمرور للفعل الانتحاري في تونس.

الوسيلة المستعملة	الحالات	النسبة المئوية
الشنق	22	%58
الغرق	05	%13
استعمال الأدوية	04	%10
الحرق	01	-

المصدر: (عمور، ص107).

من خلال الجدول أعلاه تبين أن الوسيلة الأكثر استخداما في حالات الانتحار في تونس هي الشنق ب 22 حالة بنسبة 58% متبوعة بالحرق ب 5حالات بنسبة 13% واستعمال الأدوية ب 4حالات بنسبة 10% وحالة واحدة حرقا.

في سنة 2012 بلغ عدد حالات الانتحار 262 حالة منها 76 اناث و186 ذكور حيث بلغ المعدل لكل 100ألف 2.4 وبالمقارنة مع سنة 2000 التي بلغ فيها المعدل لكل 100ألف 2.5 فانه نسجل تراجعا في النسبة المئوية للمعدل تقدر ب: 5.6 %وهو مؤشر إيجابي.

❖ **في المغرب:**

بينت الدراسة التي قام بها " الدكتور التلغاوي " خلال (2006-2008) في المستشفى ابن الحسان بالمغرب، حيث بلغ عدد الانتحارات في الفترة الدراسية ب 92 حالة، نتائج هذه الدراسة بينت أن المنتحرين هم فئة المراهقين ما بين 15-24 سنة، أما عن جنس المنتحرين أثبتت الدراسة أن نسبة الاناث بلغت 46% أي ب 59 حالة انتحار، والذكور ب 36% وتنتشر أغلب هذه الانتحارات في المناطق الحضرية من المغرب، أما فيما يخص الوسائل المستعملة في المرور للفعل الانتحاري لدى فئة المنتحرين فكانت كما يلي:

جدول رقم (13): يمثل أهم الوسائل المستعملة للمرور للفعل الانتحاري في المغرب.

الوسيلة المستعملة للانتحار	النسبة المئوية
التسمم والأدوية	**%25**
الشنق	**%12.6**
المخدرات	**%7**
القفز من الأعلى	**%22**
تناول مبيدات الحشرات	**%11.5**
وسائل أخرى	**%20**

المصدر: (عمور، ص106).

يبين الجدول أعلاه أن المراهق يقدم على السلوك الانتحاري باستخدام وسيلة التسمم والأدوية وهي أعلى نسبة قدرت ب 25%، وتليها القفز من الأعلى نسبة تقدر ب 22% ثم عن طريق الشنق بنسبة قدرت ب 12.6%، ثم تناول مبيدات الحشرات بنسبة قدرت ب 11.5%، ثم المخدرات بسبة قدرت ب 7%، في سنة 2012 بلغ عدد حالات الانتحار 1628 حالة منها 197 اناث و1431 ذكور حيث بلغ المعدل لكل 100ألف 5.3 وبالمقارنة مع سنة 2000 التي بلغ فيها المعدل لكل 100ألف 2.7 فانه نسجل زيادة في النسبة المئوية للمعدل تقدر ب: 97.8 %وهو مؤشر سلبي.

- **في موريتانيا:** في سنة 2012 بلغ عدد حالات الانتحار 67 حالة منها 18 اناث و49ذكور حيث بلغ المعدل لكل 100ألف 2.9 وبالمقارنة مع سنة 2000 التي بلغ فيها المعدل لكل 100ألف 3.1 فانه نسجل تراجعا في النسبة المئوية للمعدل تقدر ب: 5.6% وهو مؤشر إيجابي.
- **في ليبيا:** في سنة 2012 بلغ عدد حالات الانتحار 90 حالة منها 38 اناث و52ذكور حيث بلغ المعدل لكل 100ألف 1.8 وبالمقارنة مع سنة 2000 التي بلغ فيها المعدل لكل 100ألف 2.8 فانه نسجل تراجعا في النسبة المئوية للمعدل تقدر ب: 33.8% وهو مؤشر إيجابي.
- **في مصر:** في سنة 2012 بلغ عدد حالات الانتحار 1264 حالة منها 433 اناث و811 ذكور حيث بلغ المعدل لكل 100ألف 1.7 وبالمقارنة مع سنة2000 التي بلغ فيها المعدل لكل 100ألف 2.6 فانه نسجل تراجعا في النسبة المئوية للمعدل تقدر ب: 33.6%وهو مؤشر إيجابي. (مسغوني، 2021، 224).

كما أشارت الاحصائيات لمركز السموم التابع لمستشفى الدمرداش بجامعة عين الشمس في الفترة من 1/1/ 2019 حتى 2019/11/30 ان اجمالي عدد حالات الانتحار بلغت (11234) سواء الناجين من الانتحار أو المنتحرين بالفعل وترددوا على المركز، جاء الاناث في المرتبة الأولى باجمالي (6024) حالة منهم (107) حالة وفاة، بينما الذكور في المرتبة الثانية باجمالي (5210) حالة منهم 49 حالة وفاة، وبلغ اجمالي عدد الوفيات من الاناث 58 حالة في الفئة العمرية 15-49 سنة ممن استخدموا الأدوية أو المبيدات الحشرية كوسيلة للانتحار. (هاني، 2022، ص50).

- **في سوريا:** أوضحت دراسة " فخري الدباغ" أن معدلات الانتحار بلغت في سوريا 0.9 لكل 100 ألف نسمة، أما محاولات الانتحار الفاشلة تراوحت بين 0.9 الى 1.2 لكل 100 ألف نسمة. (الدباغ، ص191).

وقد بلغ عدد المنتحرين في مدينة دمشق لعام 1968 ما يقارب من (52) حالة انتحار هذا يدل على انتحار شخصان (02) أي حالتان لكل 100ألف من السكان. (عياش، ص226).

وتوضح عينة بحث أجريت في سوريا عام 2009 الى أن 32.2% من المنتحرين ينتمون الى الفئة العمرية من (10-20 سنة)، وهم يشكلون النسبة ٱلأكبر بين المنتحرين وتنحصر أعمارهم بين (15-20) سنة،

تليهم الفئة العمرية من (31-35) سنة حيث يشكلون 22.5% من حالات الانتحار، أما الفئة العمرية من (21-30) سنة فتشكل 19.4% من المنحرين، والفئة العمرية من (41-50) سنة تشكل 12.9% من حالات الانتحار، بينما تتساوى الفئتان العمريتان من (51-60) سنة و61 سنة وما فوق فتشكلان نسبة 6.5 %من حالات الانتحار، وتبين النسب في العينة المدروسة أن العامل النفسي هو السبب الرئيسي اذ بلغ 35.4% بينما يشكل العامل الاقتصادي نسبة 25.8% والعامل العاطفي 19.4%. (عمور، ص102) نستطيع القول وبصورة حصرية أن الأدبيات والدراسات حول الانتحار تشير الى وجود علامات ودلائل على أن معدلات الانتحار أخذت في الازدياد والارتفاع في المجتمعات العربية في العقود الأخيرة، هذا رغم تسليمنا بأن ظاهرة الانتحار في الدول العربية لم تبلغ الدرجة نفسها والحدة التي بلغت في المجتمعات الغربية والمتقدمة. كما أنه في العديد من البلدان لا يتم فيها الإبلاغ عن معدلات الانتحار بسبب الوصمة الاجتماعية أو المخاوف الثقافية أو القانونية، وبالتالي لا يمكن القول إن هذه الأرقام صحيحة مقارنة بمعدلات الانتحار الحقيقية.

3-5-على مستوى الجزائر:

حيث سجلت الاحصائيات الرسمية في تقرير مصالح الأمن 192 حالة انتحار سنة 2005 منها 82.35% للذكور و17.64% للإناث مقابل 1423 محاولة انتحار منها 848 حالة عند النساء و575 حالة عند الرجال، وأغلباها كان من ولايات الشرق العاصمة، بجاية، تيزي وزو ...الخ وغرب العاصمة منها تلمسان ووهران...الخ، في سنة 2011 أحصت أجهزة الدراك الوطني في الجزائر ما يقل عن 1860 محاولة انتحار و330 حالة انتحار عبر مختلف ولايات الوطن، وتكشف الدراسات أن أغلب المنتحرين فضلوا الموت شنقا. (عمور، 2018، ص1010).

في سنة 2012 بلغ عدد حالات الانتحار 677 حالة منها 277 اناث و400 ذكور حيث بلغ المعدل لكل 100ألف 109 وبالمقارنة مع سنة2000 التي بلغ فيها المعدل لكل 100ألف 2.2 فانه نسجل تراجعا في النسبة المئوية للمعدل تقريبا تقدر ب: 10.8% وهو مؤشر إيجابي، لكن لتعود في سنة 2016 الى نسبة1.9% لتحتل بذلك

الجزائر المرتبة 11 عربيا. ويمكن تفصيل معدل هذه الحالات لكل 100ألف حسب المراحل العمرية للأفراد كما يلي:

- ✓ المرحلة العمرية من: 5-14 سنة المعدل لكل 100ألف بلغ: 0.3.
- ✓ المرحلة العمرية من: 15-29 سنة المعدل لكل 100ألف بلغ: 2.2.
- ✓ المرحلة العمرية من: 30-49 سنة المعدل لكل 100ألف بلغ: 2.1.
- ✓ المرحلة العمرية من: 50-69 سنة المعدل لكل 100ألف بلغ: 2.5.
- ✓ المرحلة العمرية 70 سنة فما فوق المعدل لكل 100ألف بلغ: 6.1.

- **وبخصوص الانتحار في المدينة:** في هذا الشأن عام 1990، فقد سجلت المديرية العامة للأمن الوطني (DGSN) 73 حالة وفاة انتحار مقابل 318 محاولة انتحار فاشلة، أما في عام 1992 فقد تم تسجيل 55 حالة مقابل 75 محاولة فاشلة، وبداية 1996 نلاحظ أن هناك تزايد مرعب في عدد المقبلين على الانتحار، ففي أشهر معدودة من سنة 1996 تم بلوغ ¼ من الوفيات بلغت 31 حالة انتحار مقابل 21 محاولة انتحار فاشلة، وفي سنة 1998فان عدد حالات الانتحار تضاعف تقريبا، بلغ 65 حالة انتحار مقابل 35 محاولة فاشلة. للتضاعف الأرقام الى 73 حالة انتحار مقابل 323 محاولة فاشلة خاصة في فصلي (الربيع-الصيف).
- **وبخصوص الانتحار في الريف:** فقد لاحظت مصالح الدرك الوطني، من خلال البيانات الإحصائية التي تم جمعها ما بين 2010-2015، أن ظاهرة الانتحار تتضاعف مع مر السنين لكن أقل منها في المدن سواء تعلق الأمر بالمحاولات الانتحارية الفعلية أو الفاشلة، ويتجلى الطابع الذكوري للظاهرة الانتحارية بشكل واضح، أما الفئة العمرية التي تنتش بينها ظاهرة الانتحار فهي الشباب والكهول الذين تتراوح أعمارهم ما بين (18-40) سنة.

الجزائر العاصمة:

لقد أحصت مصالح الحماية المدنية التي تعالج ملفات الانتحار، 78 محاولة انتحار (ناجحة، فاشلة) في ولاية الجزائر العاصمة سنة 2015، من بينها 68 حالة انتحار عند الذكور، و08حالات انتحار عند الاناث، بلغ عدد حالات الانتحار الفعلية 14 حالة وفاة، في حين تمت معالجة إصابات الحالات الانتحارية الفاشلة في المصحات الاستعجالية.

- **ولاية وهران:**

لقد أجرى مركز البحث في الأنثروبولوجيا الاجتماعية والثقافية (CRASC) بجامعة وهران، دراسة حول الانتحار ومحاولات الانتحار عند الشباب (15-25 سنة) في ولاية وهران بين سنتي 2003/2002، وتبين أنه:

-تقع غالبية محاولات الانتحار بنسبة قدرت ب 75 عند النساء، بينما بلغت عند الرجال نسبة 25 لدى مجتمع الدراسة، حيث أن يقدمن على الانتحار 3 مرات أكثر من الرجال.

-وتمثل الشريحة العمرية من (15-25) سنة ما نسبته 21% من مجتمع البحث، بينما تشكل شريحة أولئك الذين يتجاوزن 36 سنة الى 60 سنة بنسبة 12%، كما تكشف الأرقام أن ما يقارب 87% من الأشخاص الذين قاموا بمحاولة انتحار، بلغ عمرهم أقل من 36 سنة. (ساسي،2018، ص311).

- **بجاية:**

نظرا لارتفاع هذه الظاهرة في منطقة القبائل خاصة ولاية بجاية التي أصبحت تحتل الصدارة في هذه الظاهرة على المستوى الوطني، حيث وصل عدد الحالات في السنوات الأخيرة الى 297 حالة وسنة 2004 الأكثر مأساوية، حيث بلغ عدد المنتحرين 68حالة وتعتبر منطقة الريف الأكثر تضررا من هذه الظاهرة ولم تستثني أية فئة عمرية ومن كلا الجنسين. (لعقاب، 2009، ص339).

- **قالمة**: بالرغم من المحاولات المتكررة من أجل الحصول على الاحصائيات حول الانتحار في ولاية قالمة ومن المفروض تكون مسجلة لدى مصالح الدرك الوطني، الأمن الوطني، الحماية المدنية، لم نتكمن من الحصول على تلك الأرقام ويبقى التكتم واضح أمام الارتفاع الرهيب لحالات الانتحار والمحاولات

الانتحارية في ولاية قالمة. وعليه في حدود اطلاع الباحثة تمكنا من إحصاء تقريبا15 حالة طيلة فترة البحث حول موضوع الانتحار.

مما سبق ذكره نستطيع القول إن ظاهرة الانتحار وبلغة الأرقام في الجزائر أن الاحصائيات والأرقام في تزايد وتصاعد مخيف، ولكن تبقى غامضة وغير حقيقية نتيجة التكتم عن التصريح بالوفيات الناتجة عن الانتحار، وربما يعزو ذلك لعدة عوامل منها اقتصادية واجتماعية ودينية وحتى سياسية، وبذلك تتصدر ولاية بجاية المرتبة الأولى وطنيا وتليها الجزائر العاصمة.

6-علامات المرور للفعل الانتحاري لدى المراهق المتمدرس:

رغم أنها ليست واضحة الا أن هناك علامة معينة من علامات السلوك الانتحاري وهي تحدث للشخص بجدية عن الرغبة في إيذاء الذات، ولكن أخطر هذه العلامات هي وجود محاولات سابقة للانتحار أثناء الخضوع للعلاج من أعراض الاكتئاب أو أثناء تعاطي المخدرات أو الكحول، أو أثناء معاناته من مرض طبي خطير، وبالإضافة الى العوامل المعرضة للخطر، تشمل السلوكيات الانتحارية الشائعة محاولة الحصول على سلاح أو كمية كبيرة من العقاقير، وبدء التخلي عن الممتلكات الشخصية الثمينة، وتغيير الروتين اليومي، والمشاركة في السلوكيات الخطرة، وحب المجازفة والمغامرة، وتوديع الناس بطريقة يقصد به نهاية العلاقة.(عزاق، 2018، ص87).

أيضا تجدر الإشارة الى أن هناك إشارات أخرى منذرة بالانتحار، فالكثير من حالات الانتحار الناجحة أو الفاشلة تتم بدون انذار مسبق بعزم الشخص على محاولتها، ومثل هذه المحاولات لدى بعض الأشخاص هي الإشارة الأولى لوجود حالة الاكتئاب، وفي مثل هذه الحالات توجد بوادر تنذر بإمكانية القيام بالمحاولة الانتحارية، وأن لديه أفكار انتحارية، ومن المظاهر المرضية التي تشير الى هذا الاحتمال هي ما يأتي:

- وجود حادثة انتحار سابقة في عائلة المريض أو محيطه.
- تهديد المريض بالانتحار أو قيامه بمحاولة جزئية في الحاضر أو في الماضي.

- تحدث المريض عن عدم جدوى الحياة، ورغبته في الموت.
- شعور المريض المتزايد بالإثم وتحميل لنفسه المسؤولية لم يكن مسؤولا عنها في الحدود التي صورها لنفسه.
- وجود مخاوف متسلطة وملحة بأن المريض سيفقد السيطرة على تصرفاته.
- ادمان الفرد على المسكرات أو المنومات وتناولها بمقادير زائدة.
- في حالة عيش المريض لوحده، أو في جو عائلي لا تجانس فيه. (حيدر، 2018، ص404).

- كما يبدي معظم الأشخاص الذين يقدمون على الانتحار بعض المؤشرات بسبب ما يعانونه، نذكر منها:

الجدول رقم (14): يمثل بعض المؤشرات الدالة على الاقدام للفعل الانتحاري.

المؤشرات اللفظية	المؤشرات السلوكية	المؤشرات الموقفية	المؤشرات والمظاهر النفسية
-تكون على شكل عبارات منطوقة أو مكتوبة وتكون مباشرة مثل (أنا ذاهب لأفعلها هذه المرة، سوف أقتل نفسي)، أو غير مباشرة (لم تعد ترجى مني أي فائدة).	-مثل شراء آلة حادة، إيذاء الذات كإحداث جرح باليد	-وهي ما يعانيه الفرد من مواقف ضاغطة وظروف صعبة مثل: موت أحد الولدين، إصابة بمرض خطير...	-نجد مثلا: الاكتئاب، اليأس والشعور بالوحدة، العجز وعدم الرضا.

المصدر: (الجبوري، 2014، ص375).

نستنتج مما ذكر أعلاه أن المؤشرات الدالة على المرور للسلوك الانتحاري تتعدد منها: السلوكية، اللفظية، ومظاهر نفسية...وكل هذه العلامات تدل على أن الفرد يطلب المساعدة أكثر مما تكون رغبة حقيقية في الموت الفعلي.

7-أشكال الانتحار:

7-1-من ناحية عدد القائمين بالانتحار:

- **الانتحار الفردي:** قد يقدم الفرد على الانتحار بشكل فردي محض، وبدوافع فردية بحثية دون أن يكون هناك اتفاق مع آخر أو أخرين وهذا النوع يمثل غالبية أنواع الانتحار.
- **الانتحار الجماعي:** يمثل انتحار مجموعة من الأفراد في الوقت نفسه وهي ظاهرة بشرية قديمة وبدائية، ويحدث كعدوى اجتماعية تنتقل من شخص الى أخر بسرعة وبائية. (الرشود، 2006، ص48).

7-2-حالات المقدمين على الانتحار:

- **انتحار الأسوياء:** وتعني بالأسوياء أولئك المنتحرين الغير المصابين بأمراض نفسية أو عقلية أو عضوية، ولا تعني بهم أنهم أسوياء في التفكير أو الاعتقاد أو السلوك.
- **انتحار المرضى:** وأصحاب هذه الحالات يقبلون على الانتحار بتأثير اضطراب عقلي أو نفسي، وبالتالي فالسلوك الانتحاري لا يكون مقصودا.

7-3-من حيث تحقق الانتحار ووقوعه:

- الانتحار الناجح: حيث يكون الموت محقق والتدمي الذاتي نهائيا للنفس.
- الانتحار الفاشل: حيث رغبة الموت والتخلص من الحياة موجودة الا أن السلوك الانتحاري غير محكم التنفيذ، لذلك لا ينتهي هؤلاء الى الموت. (عباس، 2003، ص73).

8-العوامل المؤدية الى انتشار ظاهرة الانتحار والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس:

العوامل المؤدية لظاهرة الانتحار كثيرة ومتنوعة ومتداخلة ومعقدة، ولا يمكن ارجاع هذه الظاهرة الى عامل واحد، وان كانت تتفاوت في مقدار تأثيرها، وقد تشمل كل هذه العوامل دفعة واحدة، وقد يجتمع بعضها فقط، وفيما يلي نذكر أهم العوامل المؤدية الى الانتحار:

8-1-العوامل النفسية:

هي العوامل التي تؤثر في سلوك الفرد وشخصيته، وتتحكم في تكيفه مع البيئة الخارجية، ومنها الوراثة، التكوين البدني، الأمراض، والظروف البيئية الخارجية التي يعيش فيها الفرد، (الخطيب، 2021، ص113)، والتي ينتج عنها مجموعة من الأمراض كالاكتئاب الذي يمثل أهم العوامل المرتبطة بالسلوك الانتحاري واليأس المتواصل، والحزن الشديد يولدان بدورهما الأفكار الانتحارية والرغبة في الموت، وعدم الثقة بالنفس وفقدان القدرة على التأقلم مع المحيط والأوضاع الحياتية الصعبة، بالضافة الى بعض العوامل الطب نفسية كالانهيار العصبي المزمن، وانفصام الشخصية المرتبطة بتقلبات المزاج- الحزن الشديد تارة والفرح تارة أخرى، القلق والوسواس القهري، والمشاكل بهوية المراهقة خاصة في طور الانتقال الى مرحلة البالغين، بالإضافة الى الأمراض الجسمية المستعصية كالسرطان، الايدز وغيرها التي تولد لدى المصاب رد فعلي قهري لقتل الذات لتجنب الآلام والمعاناة النفسية، ولقد أثبتت العديد من الدراسات ولعل أبرزها دراسة (Mann and Stove,1997) أن انخفاض نسبة السيروتونين لدى محاولي الانتحار يؤدي الى انتحار مكتمل في المستقبل.

ويؤكد أحد المختصين في الأمراض العقلية أن نسبة 40% من حالات الانتحار في الجزائر تعود الى حالة الانهيار العصبي، اذ أن: " الكائن الإنساني لا يقدم على وضع حد لحياته الا بعد حزن عميق"، ذلك خلال اليوم العالمي للصحة العقلية الموسوم ب" تقوية الوعي من أجل تقليص الأخطار: الصحة العقلية والانتحار"، وحسب المعطيات المرضية تقدر نسبة الانتحار في الجزائر ب2.0 الى 100 ألف ساكن سنة 2015، خاصة عند الرجال الذين يعانون مشكلات من: العزلة، الحزن، اضطرابات الشخصية، وقد لوحظ

أن معدل الانتحار ينقص في شهر رمضان بسبب المحيط الوجداني الذي يسود الأسر الجزائرية. (ساسي، 2018، ص315).

كما يعتبر الاكتئاب والشعور بالعزلة أحد أهم عامل يرتبط بالانتحار، والشعور باليأس المستمر والحزن الشديد وفقدان الثقة بالنفس وعدم القدرة على التكيف مع المحيط وظروف الحياة الصعبة. (الدعدي، 2022، ص47).

2-8-العوامل الأسرية:

تسهم العوامل الأسرية بشكل كبير في مخاطرة الانتحار، فقد اتضح أن وجود تاريخ لسلوك الانتحار في الأسرة يزيد بشدة من مخاطرة الانتحار المكتملة لدى بعض أفرادها، هذا فضلا عن أن الاضطراب السيكوباتولوجي لدى الوالدين يمكن أن يزيد من المرور للفعل الانتحاري لدى الأبناء، فالمحيط والبيئة الاجتماعية القريبة (الأسرة) للشخص في غالب الأمر، فان أطباء الأمراض العقلية والممارسين يركزون على العوامل الفردية والنفسية الداخلية، فقد كشفت دراسة قام بها فريق من علماء النفس والأمراض العقلية من بلجيكا، أهمية المحيط الأسري، وبهدف دراسة البعد الأسري للسيرورة الانتحارية وعزل بعض خصائص المريض الذي يقدم على الانتحار، فقد تم فحص 44 مريضا منهارا، وتم تشكيل مجموعتين اثنتين: الأولى تتكون من المرضى القابلين للانتحار، بينما تضم المجموعة الثانية المرضى المنهارين غير المقدمين على الانتحار، تتضمن هذه الدراسة تحليلا تمييزيا، أجري على متغيرين اثنين: مكان مراقبة المريض المنهار، ودرجة تماسك محيطه الأسري، هكذا سمحت الدراسة بالتعرف على الجانب السيكولوجي الفردي والأسري للمريض الأكثر عرضة للانتحار، والخطوط القوية لما قد يشكل المؤشرات السيكولوجية والأسرية من خطر الانتحار، وبينت النتائج أن الأسرة تؤثر بدرجة كبيرة على صحة المريض المقدم على الانتحار، مقارنة بالمريض المنهار الذي لا يقدم على الانتحار، وان القابلية والقدرة على التكيف الأسري للشخص المؤهل للانتحار تكون أقل من تكيف أسرة المريض غير المقدم على الفعل الانتحاري.(ساسي، 2018، ص311).

كما يبدو ان علاقة الشخص المريض بأسرته تلعب دورا هاما في اتجاهه نحو الانتحار، ويلاحظ أن المرضى المنهارين عصبيا والمؤهلين للانتحار يعتقدون أن أسرهم تؤثر على صحتهم، هكذا تم الكشف على ما أطلق عليه علماء النفس " موطن الضبط" الخارجي، أي الاعتقاد بأن حياة الفرد ليست موجهة من قبله هو لكنها موجهة بواسطة الأخرين، هذا من جهة. ومن جهة أخرى يبدو أن نمط العلاقات السائدة داخل الأسرة الأصلية يلعب دورا كبيرا اذ تكون العلاقات الأصلية عند المنتحرين متصلبة وأقل تلاحما من غيرها، وقد أدت هذه النتائج بالباحثين الى تأكيد ضرورة الاهتمام بوجهة النظر الأسرية خاصة أثناء المقابلات التي أجراها الباحثون مع الأشخاص المنهارين عصبيا، بشكل خطير، وبالتالي لا يمكن الاغفال عن أهمية التواصل والاتصال مع أسرة المريض، ولأن ذلك سيسمح بالتعرف على طبيعة العلاقات الأسرية التي تدفع الى المريض للفعل الانتحاري، بهدف الوقاية من احتمالية المرور للفعل الانتحاري.(chirita et al,2000,p719). حيث تؤثر الاضطرابات الأسرية على عدد حالات الانتحار وتواتر محاولات الانتحار ومن أهم هذه العوامل: الصراعات الأسرية، خاصة انفصال الوالدين، كذلك غياب الأب أو الصورة الأبوية. (مليوح، 2017، ص115).

3-8-العوامل الاجتماعية:

هي تلك الظروف التي تحيط بالشخص منذ ولادته، وتتعلق بعلاقاته بغيره من الناس في جميع مراحل حياته وتؤثر في تكوين شخصيته وتوجيه سلوكه، مثل الأسرة، المدرسة، جماعة الرفاق، الجيران، وما يترتب على ذلك من مشكلات أسرية، تفكك اجتماعي، صراع اجتماعي، العزلة الاجتماعية، وغياب العلاقات الحميمية والتفاعل الاجتماعي، التنشئة الاجتماعية غير السليمة.

ان للعامل الاجتماعي دورا في الاتجاه نحو الانتحار، كما أن للظروف الاجتماعية الطارئة تأثيرا على الانتحار فالمرور بتجربة مؤلمة مثل: وفاة أحد المقربين، قد يساهم في ميل الفرد للانتحار، كما أن الأساليب التسلطية في مرحلة عمرية ما من حياتهم يترك ذلك تأثيرات سلبية مؤدية الى فكرهم للانتحار، والعزلة الاجتماعية

والوحدة، فالشخص المنعزل اجتماعيا عادة ما يكون سلبيا ومزاجه سيء، وبالتالي قد يكون عرضة للانتحار. (عمار، 2021، ص545).

4-8-العوامل الفردية:

يمكن أن يتأثر خطر الانتحار بسرعة التأثر أو المرونة الفردية، وترتبط عوامل الخطر الفردية باحتمال وجود سلوكيات انتحارية لدى الشخص، ومن أهم العوامل الفردية نجد ما يلي:

- **محاولة انتحارفاشلة:** الى حد بعيد أقوى مؤشر على التعرض لخطر الانتحار في المستقبل هو محاولة انتحار سابقة واحدة أو أكثر، حتى بعد مرور سنة واحدة من محاولة الانتحار (منظمة الصحة العالمية).
- **الاضطرابات النفسية:** في البلدان مرتفعة الدخل تمثل الاضطرابات النفسية نحو 90%من الناس الذين يموتون عن طريق الانتحار، وبين 10% الذين لم يتم تشخيصهم تشخيصا واضحا، تتشابه الأعراض النفسية لديهم مع تلك الأعراض التي يعاني مناه الناس الذين يموتون انتحارا، مع ذلك تبدو الاضطرابات النفسية أقل انتشارا حوالي 60% بين الذين يموتون عن طريق الانتحار في بعض البلدان الآسيوية، ينبغي تناول عامل الخطر هذا بشيء من الحذر، الاكتئاب والاضطرابات المرتبطة بسوء استخدام المواد، والسلوكيات المعادية للمجتمع شائعة نسبيا ومعظم الأشخاص الذين يعانون منها لا يظهر عليهم السلوك الانتحاري، يختلف خطر الانتحار مع نمط الاضطراب، والاضطرابات الأكثر شيوعا المرتبطة بالسلوك الانتحاري هي: الاكتئاب واضطرابات استهلاك الكحول، واضطرابات المزاج، اضطراب ثنائي القطب، الفصام.
- **اليأس:** كثيرا ما يستخدم اليأس، باعتباره الجانب المعرفي من الأداء النفسي كمؤشر على خطر الانتحار عندما يقترن باضطرابات نفسية أو محاولات انتحار سابقة، ترتبط الجوانب الثلاثة الرئيسية لليأس بمشاعر الشخص نحو المستقبل وفقدانه للدافع والآمال، في كثير من الأحيان يفهم اليأس مع وجود أفكار مثل:" لن تتحسن الأمور أبدا"، وفي معظم الحالات يكون مصحوبا بالاكتئاب.

❖ **استهلاك الكحول وغير ذلك من مواد الإدمان على نحو ضار**: جميع اضطرابات سوء استخدام المواد تزيد من خطر الانتحار، وثبت وجود اضطرابات الكحول في 25-50% من جميع حالات الانتحار، وهو ما يعني أن كل خامس حالة انتحار ما كانت لتقع لو لم يستهلك الكحول، وادمان مواد أخرى بما في ذلك الحشيش والهيروين أو النيكوتين هو أيضا أحد عوامل الخطورة للانتحار. (منظمة الصحة العالمية، ص40).

8-5-الأسباب الاقتصادية:

هي الظروف التي تتعلق بالفرد والمجتمع والتي تمس ظروف حياته المعيشية، وتشمل حالة الكساد أو التقلبات الاقتصادية أو الرخاء العام، والفقر والغنى أو البطالة، فالأزمات الاقتصادية يصاحبها الفقر المدقع والبطالة وكثرة الديون وانعدام السكن. (الخطيب، 2021، ص114).

8-6-العوامل المدرسية:

أشارت العديد من البحوث والدراسات الى وجود بعض العوامل المتعلقة بالمدرسة والتي قد تؤدي الى الانتحار أو التفكير في الانتحار مثل : قصور ومشكلات العلاقات مع الأقران، التسرب المدرسي، انخفاض الدعم المدرسي، التعرض للتنمر من قبل الأقران، وعدم القدرة على مواجهة وحل المشكلات التي يتم التعرض لها في المدرسة، وعدم الشعور بالانتماء للمدرسة، (السيد، ص15)، ويؤدي الفشل المدرسي الى حلول استثنائية خطيرة، اذ يزيد الانتحار في شهر جوان من كل سنة في فترات الامتحانات، والعطل السنوية، ويتجاوز هذا النوع من الانتحار الشباب ب 15 مرة، حالات الانتحار الأخرى بمعدل 1.9 من كل 100 ألف بين شريحة الأحداث والمراهقين، وحسب المختصين فان: " المراهقين هم أكثر عرضة للانهيارات العصبية وللانتحار" بسبب غياب التضامن الأسري وفقدان مظاهر التكفل الاجتماعي، وفي هذا الصدد تتهم الكثير من الجمعيات أولياء التلاميذ الإدارة المدرسية بدفع أبنائهم التلاميذ الى ارتكاب أو المرور للفعل الانتحاري، وبالمقابل ترد الإدارة على ذلك بأنها لا تتحمل أية مسؤولية عن أفعال تحدث خارج المحيط المدرسي.

ان مما سبق يوضح لنا العوامل الحقيقية التي تدفع الأفراد للإقدام على الانتحار أو التفكير بالانتحار، لكن تأثيرات تلك العوامل تختلف من فرد لآخر، فهناك من يعاني من عوامل اقتصادية أكثر ومناك من يعاني عوامل صحية دون الاكتراث للعوامل الأخرى، وهناك من يعاني مجموعة كاملة من تلك العوامل.

ونرى أنه من الضروري النظر الى العوامل المؤدية الى الانتحار نظرة تكاملية تشمل جميع الجوانب: نفسية، أسرية، اقتصادية، فردية، اجتماعية، مدرسية...

9-النظريات المفسرة لظاهرة الانتحار والتفكير في الانتحار:

9-1-التفسير النفسي:

يقوم التفسير النفسي للسلوك الاجرامي بوجه عام على أساس أن الجريمة (السلوك الاجرامي) تعود في الأساس الى الخلل أو الاضطراب في التكوين النفسي للشخصية التي تفصح عن نفسها في أشكال أخرى من السلوك المنحرف تبعا لظروف وعوامل تكوين كل شخصية، مع عدم اغفال العوامل الاجتماعية المؤثرة في علاقة الفرد بالآخر، وتوجد الكثير من النظريات التي فسرت ظاهرة الانتحار ومن بينها النظريات النفسية والاجتماعية التي كان لها الحظ الأوفر من الدراسة، سنعرضها كالآتي:

- **مدرسة التحليل النفسي:**

يعود الانتحار حسب النظرية النفسية الى طيات التكوين النفسي ومن رواد هذه المقاربة حسب مدرسة التحليل النفسي " سيغموند فرويد "حيث فسر شرح النفس وكذا العوامل والدوافع المسيرة لها، وعرف كيف يسير أغوارها ويغوص في أعماقها ويدقق في تحليلها. (عياش، 2003، ص121).

فعلماء التحليل النفسي يرون أن الانسان يولد ومعه غريزتان أساسيتان تعمل كل منهما ضد الأخرى وهما:

- غريزة الحياة وحب البقاء.

- غريزة الموت والكراهية والفناء.

وتبعا لذلك فان غريزة الموت تؤدي الى العدوان على الذات التي تؤدي الى الانتحار، فالكائن البشري حسب فرويد يتقمص الشخص الذي يحبه بطريقة متناقضة وجدانيا (يحبه ويكرهه)، فعند أوقات الإحباط يظهر

الجانب العدواني من التناقض الوجداني ويوجه ضد الذات، فكأن الانتحار هو تحول الطاقة العدوانية عن الشخص الذي تسبب في الإحباط لتحول وتتجه الى معاقبة الذات، ولهذا فان الانسان ربما يقوم بقتل نفسه لكي يقتل صورة الشخص الذي كان يكرهه والذي كان يحبه من قبل. (مسغوني، 2021، ص226).

يمكن أن نقول في هذا الصدد أن نظرية التحليل النفسي في السلوك الانتحاري حيث تنظر اليه على أنه عدوان نحو الذات بفاعلية عمليات التقمص أو الابدال تحت ضغط اعتبارات اجتماعية أو ذاتية تمنع وقوع العدوان على موضوعه الخارجي. (سمعان، 1994، ص117).

وخرج " فرويد" بنظرية سماها " الحزن" أو الحداد والاكتئاب ومؤدى هذه النظرية أن الانسان يولد وهو مجموعة من الغرائز وميول غير معقولة وغير اجتماعية سماها (Id) وباحتكاك الطفل بمحيطه وواقعه بما فيه من عقبات والألم، يدرك واقعه شيئا فشيئا ويعي نفسه بالنسبة لغيره، وحينذاك تتكون الشخصية العاقلة الواقعية وهي الأنا وفي بضع سنين تتعلق أفكار وعواطف الانسان بمثل عليا وهي شخصيات أبوية المصدر ومصدر المحبة والألم، وبالتالي يتكون القسم المثالي الكمالي (S. ego) الضمير المتطلع في الكمال ويتقمص شخوصه وآماله. (فايد، 2001، ص290).

كما اعتبر" أوتوفينينجل" (Frenchel) 1969 عن الانتحار بوصفه انقلابا للسادية ضد الشخص نفسه، وخاصة في انتحار مريض الاكتئاب وضد الرأي يكون من جهة نظر الأنا الأعلى، حيث يتحقق في الانتحار الاكتئابي الرأي القاتل بأن ما من أحد يقتل نفسه ما لم يسبق له أن نوى قتل شخص آخر، أما من وجهة نظر الأنا فالانتحار يعبر عن حقيقة مؤداها أن التوتر الشنيع الذي يولده ضغط الأنا الأعلى أصبح لا يحتمل، كما أن الأنا ترى نفسها وقد تخلت الأنا الأعلى عنها وحتى تم تسليم نفسها للموت.

وقد أسهم " كارل مننجر" (K.Menninger) مساهمة فعالة في تفسير السلوك الانتحاري ويقدم تفسير الفرويدي خطوة هامة، وذلك بما قام به من تنمية لفرويد الأساسية واثرائها من خبرته العيادية الواسعة، وتحديد عناصر النظرية، ولذلك يكاد " مننجر" أن يكون المحلل النفسي الوحيد الذي احتفظ بمفهوم غريزة الموت " الفرويدية" وأحياها في التحليل النفسي من جديد ويتلخص تفسير " مننجر" للانتحار بأنه

نوع خاص من الموت يتضمن ثلاثة عناصر تشتق وجودها وديناميتها من الافتراض الثلاثي لجهاز الشخصية عند " فرويد". (عمور، 2018، ص1015).

تتمثل في مجموعة من الرغبات وهي:

- رغبة أن أقتل: تصدر عن الأنا لأنها احدى جوانب نشاطه ومضمون هذه الرغبة نزعة عدوانية ووجدان مشحون بالكراهية ورغبات في اتهام الآخر وتوبيخه.
- رغبة في أن يقتل: وهي رغبة تشتق وجودها من طبيعة تكوين الأنا الأعلى فان شدة وجدان الاثم وما يتبعه من توبيخ واتهام ذاتي يكشفان عن حاجة ملحة الى العقاب ولذلك فهي تتضمن النزعات المازوشية من استمتاع بالخضوع والانهزام وتلذذ بالألم.
- الرغبة في الموت: وترحيب بالموت وهي تتولد في الهو بوجه عام وغريزة الموت والتدمير خاصة ومضمون هذه الرغبة شعور أساسي باليأس والضياع ويسانده وجدان الخوف وتثبيط الهمة والخيبة واحساس عام بالتعب.

وبناء على ما سبق، تعتبر نظرية التحليل النفسي من أهم النظريات التي تعمل على تقديم التفسير العلمي للانحرافات النفسية والاجتماعية عموما، وللانتحار خاصة حيث تولي اهتماما كبيرا للسنوات الأولى لحياة الفرد، وتأثير ذلك على الفرد والمجتمع مستقبلا، حيث ترى أن شخصية المنتحر تعبر عن تناقض صارخ وشديد يتراوح بين مشاعر الحب والكراهية مما يولد نزعة عدائية تراكمية تنتهي برغبة ملحة وجامحة بالقتل والموت (طاوس، 2012، ص62-74)، وهذا ما أشار اليه " ويرزبيكي" (Wierz-Bicki) بأن محاولة الانتحار مرتبطة بتغيرات سلوكية ونفسية معينة مثل الاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية، وضغوط الحياة الشديدة والألم أو المرض، والفقر، استخدام المخدرات والكحول، واذا كان الاكتئاب يعتبر أقوى منبه بالنسبة لتصور الانتحار عن المتغيرات النسبية الأخرى، الا أنه لابد أن يصاحب اليأس والاكتئاب حتى تزداد احتمالية وقوع الانتحار.

- **المدرسة السلوكية:**

ينظر السلوكيون الى السلوك الانحراف على أنه سلوك مكتسب من البيئة وأنه لا صلة الانسان به، فكل سلوك انساني هو في نهاية الأمر سلوك مكتسب يتعلمه من المحيط الذي يعيش فيه، ولما كان السلوك عموما هو كل ما يصدر عن الفرد من استجابات مختلفة إزاء موقف معين يواجهه أو إزاء مشكلة يحلها أو خطر يهدده أو قرار يتخذه، فان السلوك الانتحاري ما هو الا استجابة تصدر طبقا للاتجاه السلوكي الذي يتعلمه ويكتسبه الانسان من البيئة المحيطة.

يعتبر أصحاب هذا الاتجاه الانتحار كسلوك متعلم في أغلبه، ولا وجود لأي قاعدة جينية قد تؤدي الى ظهوره، ومن خلال ملاحظة أفراد حاولوا الانتحار، تم استخلاص معادلة السلوك الانتحاري، وهي:

CS=(PF*EF*(RF*MF)/(PNS*Ens*RNS*MNS)

CS : السلوك الانتحاري.

PF : النواحي الضعيفة الموجودة في الشخصية.

EF : محيط فقير من التعزيزات.

RF : استجابات كانت مرتبطة مع السلوك الانتحاري الذي خضع للتعزيز.

MF : دوافع لصالح السلوك غير المرغوب فيه.

PNS : صفات الشخصية الإيجابية والتي باستطاعتها مواجهة عوامل الضغط بفاعلية.

ENS : وجود موارد إيجابية سهلة المنال في المحيط.

RNS : عادات سابقة مسيرة لعوامل الضغط.

MNS : دوافع من أجل سلوك فعال ومرغوب فيه.

وفقا لهذه المعادلة يفترض أن الشخصية الضعيفة والهشة، بالإضافة الى فقر المحيط لعوامل التعزيز الإيجابي بالمقابل مع التعزيز السلبي لسلوكيات غير مرغوب فيها، يؤدي الى تعلم الانتحار وبذلك يصبح هذا الأخير نمط من الاستجابة، يظهر كلما اعترضت عوامل الضغط طريق الفرد الذي تتوفر لديه هذه الأرضية. (سهيري، 2013، ص57).

وتعتبر النمذجة " Modeling" بالنسبة ل Diestra (1973) من الطرق الرئيسية التي يتم من خلالها تعلم السلوك الانتحاري أي عندما يشاهد الشخص نموذجا معينا يقوم بالسلوك الانتحاري، ويحصل على مكافأة من جراء ذلك، فان احتمال تقليد السلوك يزيد، وفي دراسته لأفراد حاولوا الانتحار، وجد أن الطريقة التي يستجيب بها المحيط لمثل هذا السلوك، هو شكل من أشكال التعزيز الذي يعمل على استمرار وظهور المحاولة الانتحارية كلما دعت الحاجة الى ذلك.

مما سبق ذكره يتضح أن التفسير السلوكي يفترض أن الشخصية الضعيفة والهشة بالإضافة الى نقص عوامل التعزيز الإيجابي بالمقابل نجد التعزيز السلبي لسلوكيات غير مرغوب فيها يؤدي الى تعلم الانتحار، وبذلك يصبح فعل الانتحار نمط استجابة يظهر كلما تعرض الفرد لمواقف الضغط والذي تتوفر لديه هذه الأرضية.

- **المدرسة المعرفية:**

تركز النظريات المعرفية على العمليات العقلية للفرد أو المنتحر، وينظر الى الانتحار من هذا المنحى على أنه قرار ضعيف في مواجهة وحل المشاكل التي تواجهه، وإزالة الآلام النفسية غير المحتملة، ومن ثم فان السلوك الانتحاري طبقا لهذا انما يرجع لغياب التفكير المنطقي والعقلاني. (الرشود، 2006، ص101).

ان التناول المعرفي يؤكد على أن الاضطراب السيكولوجي عموما، هو نتيجة لخلل أو تشوهات في طريقة تفسير الفرد لوقائع الحياة، وكذلك نتيجة لمعتقدات خاطئة، يبينها الفرد عن نفسه وعن العالم الخارجي، ويرى بيك أن المكتئب يكون اتجاهات غير عقلانية تجاه المحيط والمستقبل ينجم عنها توقعات سلبية، وكلما زادت شدة التوقعات السلبية زاد الاكتئاب وزادت معه الرغبة في الانتحار.

كلما يفسر الانتحار طبقا للتقلص المعرفي، ذلك الذي يشير الى الجمود في التفكير، وصعوبة التركيز والرؤية المعتمة، ولا يعرض عند اللحظة التي تسبق موته سوى تشوهات خاصة بصدمة أو جرح مثل الفشل في العمل ...الخ، كما يفسر طبقا للتعبيرات غير المباشرة، فيتسم الانتحاري بثنائية الوجدانية كالسادية والمازوشية. وتكون القوى الحافزة للانتحار هي عمليات لاشعورية لحد كبير. (فايد، 2001، ص256-257).

ويرى الباحث Selye (1956)أن الضغط النفسي أثر كبير على الصحة النفسية بصفة عامة، والمنتحر يتعرض في حياته اليومية لعوامل ضغط عالية أو مشكل حياتي يكون الفرد المحاول للانتحار غير قادر على التفكير المتسلسل والسريع، وعليه يجد صعوبة في إيجاد الحلول المناسبة لمواجهة المشكل، مما يدفع به للاعتقاد أن مشاكله لا تحل اطلاقا، ولا يمكن أن يحقق أهدافه الشيء الذي يؤدي به الى السقوط في حالة من اليأس، التي تؤدي الى الاكتئاب، وبالتالي اللجوء الى المحاولة الانتحارية.

ويضيف " ويشار Weisheer" و" بيك Beck " من خلال دراستهما للأشخاص الذين حاولوا الانتحار أن لديهم سوء فهم للأحداث، اذ يرون دائما الجانب السيء من الأشياء والمواقف، والمستقبل كما أنهم يفتقدون الى مهارات حل المشكلات، ويتسمون بجمود التفكير، وعدم القدرة على التركيز والانغمار في المشكلة، وعدم القدرة على التقييم الموضوعي للمشكلات، بالإضافة الى المعتقدات التشاؤمية وادراكات سلبية، تؤدي الى الاستعداد الدائم لاستقبال كل ما يدور حول الفرد بصورة مشوهة، واستخدام استراتيجيات مواجهة غير فعالة، والذي ينعكس على الجانب الوجداني للفرد، والمتمثل في عدم الثبات في المشاعر، والتذبذب بين الغضب والهدوء ويظهر ذلك من خلال التفاعل مع الآخرين فيتجنبوه، وهذا التجنب يشعره بخيبة الأمل، وانخفاض في تقديره لذاته. (محمد، 2023، ص269).

2-9-التفسير الاجتماعي:

هناك العديد من النظريات التي تناولت الانتحار وأسبابه وآثاره، وسنتناول نظرية اجتماعية مهمة اهتمت بموضوع الانتحار بشكل موسع وهي:

نظرية الأنومي لدوركهايم: (1858-1916):

بدأ دوركهايم بتحليل ظاهرة الانتحار بكتابه " الانتحار " اذ اهتم اهتماما كبيرا بالعوامل التي تؤدي الى التماسك الاجتماعي، والعوامل التي تؤدي الى التفكك الاجتماعي، اذ بدأ بتحديد مفهوم الانتحار بدقة، ونقد الدراسات ودحض النظريات السابقة التي تفسر الانتحار في اطار العوامل المناخية والجغرافية، والبيولوجية، والسيكولوجية، ثم خلصت دراسته الى تصنيف ظاهرة الانتحار بوصفها ظاهرة اجتماعية

معقدة ينبغي تفسيرها في اطار بعض العوامل والمسببات الاجتماعية، وعلى الرغم من اعتراف دوركهايم بوجود ميول نفسية لفعل الانتحار لدى بعض الأفراد، وهو ميل يمكن تفسيره من زاوية نفسية مرضية، الا أنه يرى أن القوة التي تحدد فعل الانتحار هي ذات طبيعة اجتماعية وليست نفسية، فهو يرفض التفسير النفسي لهذه الظاهرة. (القريشي، 2011، ص144).

ان كتاب " الانتحار" لدوركايم هو بالتأكيد المؤلف الأساسي الصادر عن التيار الإحصاء الأخلاقي وكان أول من تعرض لتحديد مفهوم الانتحار وأعراض السلوك الانتحاري. (سقني، ص31)

اعتبر دوركايم الانتحار ظاهرة اجتماعية بل دلالة عن طبيعة الأخلاق السائدة في مجتمع معين، وبذلك عارض ورفض بشدة التفسيرات السائدة في القرن التاسع عشر والمتمثلة في دور الوراثة والجنون والمناخ وتقليد لآخر في انتحاره، فالانتحار يتغير ويتأثر بطريقة معاكسة لتكامل المجموعات الاجتماعية فيما بينها بناء على أن الفرد جزء لا يتجزأ من تكوين هذه المجموعات الاجتماعية، فعندما تكون الجماعة متماسكة لتنظيم العلاقات بين الأفراد بمعنى آخر فالجماعة تعمل على مساعدة الأفراد في إيجاد السبل الناجحة لتحقيق ما يصبون اليه من ثم نسبة الانتحار في مثل هذه المجتمعات. (عباش، 2003، ص41).

وفند دوركهايم التفسير الذي وضعه " تارد" g.Tard (1834-1904) الذي أرجع فيه ظاهرة الانتحار الى " المحاكاة "Imitation بوصفها قوة مؤثرة في توجيه سلوك الأفراد وتتحكم في مواقفهم، وانتهى الى أن المحاكاة لا تقدم لنا تفسيرا لظاهرة الانتحار، وذلك لأن المحاكاة قد تؤدي الى بعض الحالات الفردية، ولكنها لا تتسم بشيء في تفسير التباين في معدلات الانتحار في البلدان المختلفة (سعيد، 2024، ص443).

وسع " دوركايم" نظريته الشهيرة في الأنماط الأربعة للانتحار، أن تكيف الفرد مع المجتمع يفترض ألا تكون التفردية فظة جدا أو قصوى جدا تولد فردية مفرطة، يسميها " دوركايم" بالأنانية وعندما يميل الفرد الى الانقطاع عن المحيط والاعتزال فان الانتحار هنا ينبع من النمط الأناني، وإذا كانت التفردية جدا فان الانتحار من النمط الغيري يصبح أكثر حدوث. (ثابت، 2012، ص37).

خلص " دوركايم" أن ثمة قوى اجتماعية خارجة عن نطاق الفرد تؤثر في معدلات الانتحار، وربط هذا التفسير بمفهوم التضامن الاجتماعي وبنوعين من الروابط داخل المجتمع هما: التكامل الاجتماعي، التنظيم الاجتماعي، وكان رأي " دوركايم" أن الأشخاص الذين يدمجون بقوة في المجموعات الاجتماعية والذين تنظم تطلعاتهم المعايير الاجتماعية هم أقل ميلا للانتحار. (عمور، 2018، ص1013).

ويمكن فهم نظرية دوركهايم في الانتحار عن طريق التقسيم الذي قام به لهذه النظرية والتي حددها بأربعة أنواع وهي:

أ- **الانتحار الأناني Egolistic Suicide**

يذهب دوركهايم الى أن معدلات الانتحار الأناني ترتفع في تلك المجتمعات أو الجماعات التي لا يكون فيه الفرد متكاملا تكاملا صحيحا داخل المجتمع الكبير، وعلى العكس من ذلك عندما يتميز المجتمع بضمير جمعي قوي، وتأثيرات اجتماعية منبثقة عنه، فان ذلك يحد من وجود معدلات مرتفعة للانتحار الأناني، ولكن على العكس من ذلك عندما تضعف تلك التيارات الاجتماعية، فان الأفراد يتجاهلون الضمير الجمعي ويتجاوزونه بسهولة، ويفعلون ما يحلو لهم، اذ يفسر دوركهايم ذلك بذهابه الى أن الأسرة المتكاملة تعد بمثابة وسائل للضمير الجمعي القوي ويلعب دورا هاما في منع وقوع الانتحار (السمري، 2011، ص168-169).وعلى سبيل المثال فانه يمكن تفسير انخفاض معدلات الانتحار بين الكاثوليك بارتفاع درجة التماسك في الجماعة، بينما تعني الحرية الشخصية والأخلاقية لدى البروتسستانت أن المرء يقف بمفرده أمام الله، كما يحاول الزواج دون انتحار لأنه يدمج الفرد في شبكة من العلاقات الاجتماعية المستمرة، بينما يعيش العازبون في عزلة نسبية في المجتمع(دوركايم، 2011، ص179)، ويرى " دوركايم" أنه يمكن أن يغزو الانخفاض الاجتماعي، وبذلك يوضح العلاقة بين مختلف أشكال عدم تزان الرابطة الاجتماعية ونسب الانتحار فالنموذج الذي اقترحه يرتكز على متغيرين اجتماعيين هما الاندماج والتنظيم.(بوعلي، ص307).

هذا النوع لا يرجع الى مشكل أخلاقي لدى المنتحر، بقدر ما يعود الى شكل من أشكال الحياة الاجتماعية، والتي يجد الفرد نفسه فيها متحررا من ضغوط قواعد هذه الحياة، فعندما يكون ارتباط الفرد بالجماعة

ارتباطا ضعيفا، يبدو الفرد فاقدا لتأثير الجماعة عليه، وبالتالي لا يعبر أي اهتمام لجماعته اذا ما ساوره أي ميل للانتحار، بسبب بعض المشاكل الطارئة، كما أنه في هذه الحالة لا يعتقد بأن انتحاره سيرتب نتائج على الجماعة، فالفرد لا يستطيع تكوين علاقة طبيعية مع المجتمع لعدم انصياعه لقوانين وعادات وتقاليد المجتمع، وسخطه على نظامه، والمجتمع من جانبه لا يعطي المجال للفرد بالتفاعل معه والانتماء الى مؤسساته البنيوية نظرا لتناقض ميوله واتجاهاته ومصالحه وأهدافه وقيمته مع تلك التي يتمسك ويؤمن بها الفرد، لذا تنعدم معاني الحياة السامية، ويفقد مقاييسه ومثله وقيمه، وبعد ذلك يصاب بمرض نفسي خطير قد يؤدي به الى الانتحار، وهذا النمط الانتحاري دائما ما يصاب به الأشخاص المعدمون والمحرومون والذين يعانون من الأمراض النفسية والعقلية. (بوالفلفل، ص232)

ب- **الانتحار الايثاري Altrusitic Suicide**

على النقيض من الانتحار الأناني والذي يحدث نتيجة ضعف التضامن الاجتماعي، فان الانتحار الايثاري يكون التضامن الاجتماعي أقوى من اللازم، وفي هذا النوع من الانتحار يكون الفرد مدفوعا دفعا الى الاقدام على الانتحار، وذلك لشعوره أن من واجبه فعل ذلك، اذ يذهب دوركهايم أنه يتسبب الإرهاق في ارتفاع معدلات الانتحار الأناني، فان الاقدام على الانتحار الايثاري يستند الى أمل في حياة أفضل بعد الموت، ففي ظل هذه المجتمعات التي تكون مفرطة في السيطرة على أفرادها مما يجعل أفرادها مندفعين نحو الانتحار. ويحدث عندما يكون المرء في حالة تكامل استثنائية مع مجتمعه أي عندما تكون الروابط الاجتماعية الشديدة القوة وتغلب قيم المجتمع على قيم الفرد مثل هذه الحالة يتخذ الانتحار طابع التضحية من أجل المصلحة العليا، ويمكن اعتبار الطيار الياباني الكاميكازي أو الاستشهاديين الإسلاميين نماذج من هذا النوع من الانتحار الايثاري، ويرى " دوركايم" أن مثل هذه الأفعال هي من خصائص المجتمعات التقليدية التي يغلب عليها التضامن الآلي. (أنتوني عذير، 2005، ص66).

ومن هنا فان الانتحار الايثاري هو شكل من أشكال التكامل الاجتماعي القوي الذي يمتص النزعة الفردية، يدعو اليه الفكر الاجتماعي وتشجعه الجماعة، حيث يرى الفرد أن بقاء الجماعة أولى من بقائه وحتى الوجود. (وازي، 2012، ص67).

هو الانتحار الذي ترتضيه الجماعة ويقبل عليه الفرد من أجل مجتمعه وهو ميزة المجتمعات البدائية والحروب، ونجده في حالة الخطر الذي يلحق بالجماعة حيث يضحي الفرد بنفسه من أجلها.

يعتبر الانتحار الايثاري أو التضحية في سبيل الأخرين مناقضا من حيث أسبابه ودوافعه للانتحار الأناني (العزلة الاجتماعية)، فهو ناتج عن شدة تماسك وانسجام الفرد مع جماعته، وقوة علاقته الاجتماعية معها، ذلك أن جماعته كما يعتقد لها أهميتها وفاعليتها في وجوده وكيانه، فهو لا يستطيع العيش دون وجودها، ويكون معتمدا عليها، ومتأثرا بتعاليمها وفلسفتها وأساليبها السلوكية، كما يكون مستعدا للتضحية بماله ونفسه من أجل بقائها واستمرارها اذا تعرضت للخطر والتهديد، وعندما تتعرض الجماعة هذه لخطر العدوان أو التفكك فانه يقوم بالدفاع عنها بكل ما يملك من قوة وبأس، في أحيان كثيرة ينتهج الصيغ الانتحارية لإنقاذها من مأزق التشتت والانقراض، واذا فشل في انقاذ الجماعة من الخطر فانه يقوم بالانتحار علما أنه لا يستطيع العيش من دونها، ولا يريد مشاهدة وضعها البائس والمشتت بعد فشلها في درء الأخطار والتهديدات، وما العمليات الانتحارية التي قام بها الضباط الطيارون اليابانيون ضد القوى الحلفاء ابان الحرب العالمية الثانية الا مثال حي لهذا النوع من الانتحار.(الحسن، 2005، ص136).

ج-الانتحار اللامعياري (اللانومي):

يظهر هذا النوع من الانتحار عندما يفشل المجتمع في السيطرة على سلوك وعلاقات أفراده، وعندما تتفسخ الآداب والأخلاق والقيم، وتضعف العادات والتقاليد، وتعم الفوضى والفساد في جميع المجتمع، وهنا يفقد الفرد آماله وطموحاته وتضعف أو تنعدم عنده الرغبة في التفاعل مع الآخرين والانسجام معهم.

وعندما يشعر الفرد بعدم قدرته على وضع حد للقيم والأهداف المتفسخة والشاذة وعدم تغيير المجتمع نحو الأحسن، فانه يصاب باليأس والقنوط وانعدام الآمال والأهداف، ومثل هذه الحالة تلحق به المرض

النفسي والكآبة والاشمئزاز من الحياة، وجميع هذه العوامل قد تقوده الى قتل نفسه والتخلص من الحياة، اذن فالتفسخ (التفكك) الاجتماعي الذي يعبر عن نفسه في ارتباك موازين الحياة واضطراب قيمها ومقاييسها وتشتت الآمال وأهداف الفرد وتناقض مصالح الفرد مع مصالح المجتمع لابد أن يدفع عددا غير قليل من أبناء المجتمع الى السلوك الانتحاري.(بوالفلفل، ص232).

هذا النوع نجده نتاج تغير حال الفرد من الأحسن الى الأسوأ وحتى من الأسوأ الى الأحسن، وهذا نتاج تغير النظام الذي كان يسير عليه وعدم تكيفه مع المتطلبات الجديدة، ونجده عند الأفراد غالبا المطلقون والمطلقات والمسنون أو إثر الاغتراب. وهذا يسعى للانتقام من ذاته معتقدا أنه هو سبب الاختلال. (بوالفلفل، 2018، ص86)

ولم يغفل هليفاكس الإشارة في كتابه" أسباب الانتحار" الإشارة الى العوامل العقلية والنفسية الأخرى، في حين ردت كافان 1968 الانتحار الى ما تسببه الطوارئ الاجتماعية الحادة من اختلال اجتماعي، واضطراب في جوانب السلوك المعتادة والمستقرة لتحقيق حاجات الفرد، وهو ما أطلقت عليه أ زمة الشخصية، وحدد سينسبوري (1955) كثرة الاقبال عليه في لندن وفي أحياء معينة منها الحياة في المدينة عامة وفي هذه المناطق بوجه الخصوص، فالحياة فيها تسودها اللامبالاة وتخلق في الأفراد شعورا بعدم الأهمية والتفاهة، كما تهيء فرص الوحدة والعزلة بين سكانها، وتنشأ هذه السمات عن طبيعة العمران ونظم الإسكان الفردي وما يؤدي اليه الحراك الاجتماعي من تفكك في العلاقات الاجتماعية وجمودها في مستوى شكلي سطحي واضطراب القيم والمعايير الاجتماعية، وكلها تقتضي المسايرة الاجتماعية التي تفقد الانسان تلقائيته.(مكرم، 1964، ص108).

يتضح مما سبق ذكره أن هناك هنا أسباب اجتماعية للانتحار فسرها عالم الاجتماع " اميل دوركايم" حيث عزا هذا الفعل الى تكسير الروابط الاجتماعية والانعزال، وقد تؤثر الضغوط النفسية وعدم القدرة على كبحها وخاصة الفقر والبطالة، ومن خلال مؤلفه الشهير " الانتحار" حيث يدرس دراسة إحصائية وتحليلية لعوامل الانتحار التي ينتقد فيها الأسباب العقلية والوراثية التي جاء بها المنحى البيولوجي، واستنتج أن

العامل الرئيسي هو عامل اجتماعي والمتمثل في مدى اندماج الفرد في مجتمعه الذي يعيش فيه (المجتمع الديني، أو العائلي، أو السياسي..الخ)، بالإضافة لأن المجتمعات مكونة من حصيلة مواقف لأفراد نحو هاته الجماعة وهي ثلاثة مواقف: الأنانية، الفوضوية، الايثارية، واختلال التوازن فيها عند أحد الأفراد حيث يطغى أحد المواقف يكون كعامل مسبب للانتحار.

9-3-التفسير الوجودي:

هناك ما يمكننا تسميته بالانتحار الوجودي وهو الوسيلة التي يلجأ اليها بعض الوجوديين لتأكيد حريتهم المطلقة في التصرف، وهم بذلك يعتبرون أن حريتهم لا تكتمل الا بقدرتهم على التخلص من الحياة وبتأكيدهم أن الرغبة في الحياة لا تستبعدهم، ويعلق " الدباغ" قائلا: " ان الحرية التي يتمتع بها الانسان ويستخدمها للقضاء على ذاته هي تأكيد آخر لوجوده وان كان ذلك بالموت ". (بدوي، 1993، ص58).

ويرتبط في كثير من الأحيان الالحاد بفكرة الموت والوجودية فنجد من بين هؤلاء العلماء سارتر وكامو وهيدجر، ويستند الوجوديون على الحرية والاختيار الذي من شأنه أن يولد عند الانسان القلق الذي هو حسب مقولة هيدجر الشهيرة: " ان القلق هو الشعاع الثابت لمشاعرنا الإنسانية" (سهيري، 2013، ص58). ويذهب ألبير وكامو لأن يزعم بأن خيرا للإنسان أن يموت في متناقضاته من أن يحياها". ويسميها هيدجر" حرية " " حرية الانسان في أن يعترف بموته الشخصي وأن يتصورها دون قلق ودون هوامات فيقول: يظهر التناقض الغريب والدائم لنظرة الانسان للموت، ففي حين لا يعلم ما تصنع به الأقدار، فهو يعلم ومتأكد أنه سيموت يوما ما، وأنه أن يهرب من مسار الموت فبالنسبة له الحياة تعني هو أنه سيموت، ومن ذاك يحس الانسان بأنه سيئ لأنه غير خالد فلا يشبع الانسان رغبته في العظمة في أن يكون الاله والميسر، وفكرة الموت تعني له أخطر جرح نرجسي، وهذا ليس من الغريب أن ينشأ قلق الموت".

9-4-التفسير البيولوجي الفيزيقي (العضوي):

يستند الاتجاه البيولوجي في التفسير الى افتراض مفاده أن ميل الفرد للانتحار انما يرجع أساسا الى استعداد فطري بيولوجي موروث لدى الفرد، كما أن هناك علاقة بين السلوك الانتحاري والتكوين العضوي الفيزيقي

للجسم، سواء من ناحية الشكل أو من ناحية الكفاءة الوظيفية لأجهزته المختلفة كالمخ والجهاز العصبي. (مسغوني،2021، ص225).

كان غارليس.أ (Garelis.E) أول من صاغ الفرضية البيولوجية للانتحار حيث يرجعها الى هد السيروتونين، والسبب هو نقص في نسبة حمض هيدروكسيل اندول أسيتيك-5- (5-HIAA) Acide Hydroxyl Indol Acetique في السائل الدماغي الشوكي L.C.R، مما يؤدي بالفرد الى محاولة الانتحار خلافا للذين لديهم نسبة كافية من هذا الحمض، ويظهر دور السيروتونين في النوم، العدوانية والألم، هذه المظاهر التي قد نجدها في الاكتئاب، لكن هناك من الباحثين من اعتبر أن اختلال في السيروتونين قد يكون له علاقة بعوامل أخرى غير معروفة حتى الآن دون الاكتئاب.(بوسنة، 2008، ص82)

يركز كل من تراسمان وبينز (Traskman et Benz) على أهمية النظام الطاقوي للسيروتونين كدافع من دوافع السلوك الانتحاري، وتؤدي الاختلالات في هذا المستوى الى الاكتئاب الحاد والانتحار، فالخلل في المنطقة الجوفية للقشرة الدماغية يؤدي الى تحرر سلوكي، أما السيروتونين فهو يساعد على كبح السلوكيات، وهدمه يدفع الى ارتفاع خطر الانتحار.

ان نسبة العدوانية والاندفاعية تكون مرتفعة أكثر لدى المقبلين على الانتحار، منه لدى المصابين بالاضطرابات العقلية غير المقدمين على الانتحار. وفي هذا الصدد يشير " لومبروزو" رائد الاتجاه البيولوجي الذي ينظر الى الانتحار على أنه صورة من صور العنف والعدوان مصدره الجينات التي يرثها الانسان، أو خلل في خلايا الجهاز العصبي، أو خلل في الغدد، وبينت بعض الدراسات التي أجريت أن انخفاض مستوى البروتين يرافقه ازدياد في المحاولات الانتحارية والعنف، كما أظهرت الدراسات التي أجريت على التوائم المتماثلة في الولايات المتحدة أن التوجه الانتحاري كان مرتفعا عند التوائم المتماثلة بالعوامل الوراثية أكثر منه عند التوائم غير المتماثلة، لذلك يعتقد البعض بوجود سبب وراثي وراء ظاهرة الانتحار والتفكير في الانتحار. (شهاب، 2021، ص255).

تقدم الباحثون بالفرضية القائلة إن الاندفاعية تزيد من خطر العدواني ضد الذات وضد العالم الخارجي، فنقص عمل النظام الطاقوي للسيروتونين له ارتباط وثيق بالعدوان الموجه نحو العالم الخارجي، مثل: القتل، قتل الأطفال، الحرق الاجرامي، الانتحار، والمحاولات الانتحارية.

أما بالنسبة للجانب الوراثي، فيمكن الحديث على وجود قابلية وراثية للسلوكيات الانتحاري، ولعل طبيعة عوامل الانتحار الوراثية المحددة فهي غير مؤكدة، اذ قد تكون إصابات عقلية مشتركة بسلوكيات انتحارية أو عوامل مستقلة عن الأولى، أي سمات شخصية كالاندفاعية ونمط الاستجابة للحوادث المرهقة وغيرها، وتكون سهلة الوضوح عند اشتراكها باضطراب عقلي.

يرى دافيدسون (Davidson) أن الانتحار هو نتيجة موقف يحد من مجال شعور الفرد الى درجة فقدان الانتباه للحياة ذاتها، عندما يحدث انهيار عضوي وتصبح المراكز العصبية العليا غير قادرة على الضبط والاستجابة للمثيرات، فيفقد الفرد القدرة على التخيل وتمكون النتيجة شلل القدرة الذاتية السوية على رفض أو تجنب ما يضر الفرد.

كما يضيف الطبيب العقلي دافيد برانت (Brent.D) وهو باحث في جامعة بيتسبرغ ومختص في ظاهرة الانتحار لدى المراهقين، أهمية العوامل العائلية في حدوث الانتحار لدى المراهقين، فالدراسات المختلفة التي اهتمت بالتوأم ومسائل التكفل بالأطفال والوسط العائلي بينت أن عهنك علاقة بين الانتحار والقاعدة العائلية المساعدة.

وأظهرت أعمال برانت وبريدج (Bridge) أن الانتحار ينتقل بين أفراد العائلة كما هو حال الأمراض الوراثية الأخرى، فبالنسبة لبرانت تكون العلة النفسية المرضية وراء الاندفاع نحو الانتحار أو المحاولة الانتحارية، لكن هذا العامل لا يكفي وحده لتفسير السلوكيات الانتحارية، ويمكن التفريق بين انتقال السلوك الانتحاري وانتقال السلوك المرضي بين أفراد العائلة. (بوسنة، 2008، ص82)

توصل برانت الى فرضية وجود صلة بين العنف الناتج عن الطبيعة الاندفاعية والسلوكيات الانتحارية، وهناك دراسات كثيرة أكدت دور المحيط العائلي المكهرب الذي يعيشه المراهقون المقبلون على الانتحار، هذا ما يبرز دور العائلة والعوامل الوراثية في زيادة خطر الانتحار.29

بالإضافة الى ذلك، بينت دراسات نيلسون (Nielson) حول الجروحية الوراثية وعلاقتها بالسلوكيات الانتحارية لدى المراهقين المقبلين على الانتحار أو المنتحرين، وجود عيوب وراثية تخص تعديل مادة السيروتونين وكذا بعض الانزيمات، وانطلاقا من هذه المعطيات توصل برانت بالتعاون مع مان (Mann.J) الى نموذج يفسر من خلاله انتقال السلوكيات الانتحارية بين أفراد العائلة على أساس عناصر ذات طبيعة وراثية وغير وراثية. وبالتالي فالاتجاه البيولوجي يستند في التفسير الى افتراض مفاده ميل الفرد للانتحار، ويرجع أساسا الى استعداد فطري بيولوجي موروث لدى الفرد، وله علاقة بالكفاءة الوظيفية لأجهزته المختلفة كالمخ والجهاز العصبي. (بوعبسة، 2021، ص112).

ان التفسير البيولوجي ينظر الى الانتحار على أنه صورة من صور العنف والعدوان مصدره الجينات التي يرثها الانسان، أو الخلل في الجهاز العصبي أو خلل هرموني.

توجد مقولة يرددها الكثير في أدبيات علم النفس تقول" ان الباحث ال\ي يفسر السلوك من وجهة نظر واحدة انما يطمس الحقيقة كون السلوك ظاهرة معقدة " وعليه فالمنظور التكاملي الشمولي يؤكد على تكامل وتوازن الأبعاد الخمس للفرد البيولوجية، النفسية، المعرفية، الاجتماعية، السلوكية، وأن التعرض للضغوطات والأزمات يؤدي الى اضطرابات النفسية والشخصية والسلوك الغير التكيفي مثل: التفكير في الانتحار.

10-الانتحار بين القانون والمنظور الديني:

10-1-الانتحار في القانون:

بالرغم من عدم عقاب المشرع الجزائري على الانتحار ولا على الشروع فيه، الا أنه يمنع بموجب المادة "273" من قانون العقوبات مساعدة الغير في الأفعال التي تساعده على الانتحار أو تسهله له، أو زوده بالأسلحة أو

السم، أو بالآلات المعدة للانتحار مع علمه بأنها سوف تستعمل في هذا الغرض، ويقرر له عقوبة الحبس من سنة الى خمس سنوات شريطة تنفيذ فعل الانتحار. (قانون العقوبات،2012، ص76).

والملاحظ هنا أن المشرع الجزائري رغم عدم تجريمه للفعل الأصلي المتمثل في الانتحار الا أنه يجرم أفعال المساعدة عليه، لأنه يأخذ بنظرية استقلالية فعل الشريك عن فعل الفاعل الأصلي، على خلاف التشريعات التي تأخذ بنظرية الاستعارة. (عنان، 2018، ص92).

قد يعود السبب في عدم تجريم الانتحار الى أن الفعل في حد ذاته لا يتجاوز الشخص المنتحر، فهو لا يمس المجتمع، والعقاب حسب فقهاء القانون مقترن بوجود ضرر اتجاه الآخر، ومادام الانتحار غير ضار للآخرين فلا يمكن اعتباره مخالفا للقانون، الا أن هذا السبب في رأي البعض يفتقر الى أساس باعتباره أن الانتحار حتى لو أنه من حيث مادياته يعد تصرفا منعزلا الا أنه من حيث خلفياته يعد تصرفا علنيا يثير الرأي العام والذي قد يترتب عنه خلل في النظام العام للمجتمع. (عريوة، 2009، ص21).

وفي هذا السياق يتضح أنه يوجد فراغ قانوني وثغرة تشريعية في التشريع الجزائري فيما يخص ظاهرة الانتحار ومحاولاته، اذ أن قانون العقوبات ترك جريمة قتل الذات-المحرمة دينيا والمذنب فاعلها شرعا- بدون تجريم الا المساعد والمحرض عليها حسب م272ق.م ولو بنص تدابير احترازية في حق مرتكبيها (محاول الانتحار) كي يتم ادماجه ثانية في مجتمعه. (بن عبد الله، ص14).

10-2-الانتحار من المنظور الديني:

لم يكن المرور للفعل الانتحاري هاجسا مقلقا في المجتمعات العربية الإسلامية، الا في السنوات الأخيرة، حيث أصبح مجرد طرح المسألة يدق ناقوس الخطر خاصة في وسط الشباب والمراهقين، يوضح المختصون في المجال النفسي أن الانتحار قد يصدر عن أفراد من ذوي الشخصيات الهشة، أو الحساسة التي يسهل التلاعب بعقولها بغية ضرب الثقافة الدينية التي هي قوام المجتمعات الإسلامية.

ان الله حرم الجريمة فما بالك بمن يقوم بقتل نفسه متعمدا فهذا حرام، ويعد جريمة من الكبائر، قال الله عزوجل: " ولا تقتلوا أنفسكم ان الله كان بكم رحيما ومن يفعل ذلك عدوانا وظلما فسوف نصله نارا"

يقول " عقيل عبد الرحمن العقيل " أن الانتحار محرم في الدين الإسلامي، مستدلا: يقول الله عزوجل في كتابه الكريم: " ولا تقتلوا أنفسكم ان الله كان بكم رحيما"، و" ولا تلقوا بأيديكم الى التهلكة".

ويذكر رسول الله صلى الله عليه وسلم: " من قتل نفسه بحديدة فحديدته في يده يجأ بها بطنه في نار جهنم، ومن قتل نفسه بسم فسمه يتحسأه في نار جهنم".

وجاء في الحديث الشريف للنبي صلى الله عليه وسلم يقول " من تردى من جبل وقتل نفسه فهو في نار جهنم فيردى فيها خالدا مخلدا أبدا"

فقتل الفرد نفسه هو ما يعرف بالانتحار بغض النظر عن أسبابه أو دوافعه محرم في الإسلام، كما ذكر أهل العلم أن من قتل نفسه فلا يصلى عليه.

يذكر" الشيخ عبد الله عزام الباكستاني " فانه من أجل حفظ الدين شرع الله الجهاد وقتل المرتد، ومن أجل حفظ النفس شرع القصاص وحرم الانتحار، فالانتحار حرام لأن النفس ليست ملكا لصاحبها بل هي لله عزوجل، فلا يجوز للفرد أن يتصرف فيها الا بما يرضي الله، والمنتحر يستحق النار. (بوسنة، 2008، ص87).

ان حرمة النفس البشرية من المحرمات التي تقضي بها طبيعة الكائن البشري، وجميع الشرائع السماوية حرمت قتل النفس. (سعيد، 2024، ص447).

يتضح مما سبق ذكره أن الدين الإسلامي ومختلف الشرائع السماوية حرمت إيذاء الذات وقتل النفس، بل وجب الحفاظ عليها كما أمرنا الله عزوجل، في المقابل نجد المشرع الجزائري يدين المساعدة والتحريض على الانتحار ويترك قاتل الذات.

11-الوقاية والتدخل للتصدي لظاهرة الانتحار لدى المراهق المتمدرس:

11-1-الوقاية:

هو مصطلح يستخدم للجهود الجماعية من أجل الحد من حالات الانتحار، ويتمثل ذلك بالعلاج من الإدمان على المخدرات والكحول، وعلاج الاكتئاب من قبل الأطباء النفسانيين، والعلاج السلوكي المعرفي، والتنمية الاقتصادية التي يمكن من خلالها الحد من الفقر، وبالتالي خفض معدلات الانتحار وزيادة

الاتصال الاجتماعي والعلاقات مع الآخرين، (عزاق،2018، ص277)، وتم تخصيص اليوم 10 سبتمبر من كل عام لمنع الانتحار في العالم بدعم من الرابطة الدولية لمنع الانتحار ومنظمة الصحة العالمية.

هناك العديد من الدراسات التي تحدثت عن الانتحار عن طرق الوقاية من المرور للفعل الانتحاري، لعل من أهم تلك الدراسات دراسة (المجالي، 2006) التي ترى أن تلك الطرق تكمن في:

- ✓ الاهتمام بالجانب الديني وتعزيزه بين أفراد المجتمع.
- ✓ الاهتمام بالجانب الاجتماعي وتعزيزه من خلال (العناية بالأسرة، التنشئة الاجتماعية السليمة، التكافل الاجتماعي، اشغال أوقات الفراغ، والعناية بالشباب.
- ✓ الاهتمام بالجانب الاقتصادي في المجتمع من خلال (محاربة الفقر والبطالة، انشاء المؤسسات المهنية والتدريبية).
- ✓ تقوية الوازع الديني لدى الفرد من خلال التربية الإسلامية السليمة القوية منذ الصغر، وذلك بهدف تعميق وإرساء المبادئ الأخلاقية وتمكينها، فيعمل ذلك على ضبط السلوك الإنساني من الانحراف. (سعدات، ص9)
- ✓ التوعية الإعلامية بأخطار الانتحار عن الفرد والمجتمع.
- ✓ انشاء مراكز علاجية متخصصة للوقاية من الانتحار. الوقاية:
- ✓ تقوم الوقاية على ثلاث مستويات:

- **المستوى الأول:**

- ✓ يهتم بالأسباب العميقة لظاهرة الانتحار ومحاولة التقليص منها وذلك ب:
- ✓ تحسين أوضاع الحياة والصحة عند المراهقين.
- ✓ التشجيع على امتلاك الكفاءة الضرورية للتحكم في الأزمات والدفاع ضد العوامل المؤدية الى الانتحار.

- **المستوى الثاني:**

- ✓ يخص الأشخاص المعرضون أكثر من غيرهم الى خطر الانتحار وذلك من خلال:
- ✓ ينبغي التشخيص المبكر لهم والتكفل بهم حتى يمنع المرور الى الفعل الانتحاري، ونقصد هنا بمرحلة التفكير في الانتحار فالتكفل بالحالات ذوي الأفكار الانتحارية يحد دلك من اقدامهم للسلوك الانتحاري.

- **المستوى الثالث:**

- ✓ يهتم بالأفراد الواقعون في المشكل أي الذين حاولوا الانتحار ونجوا منه وهنا يعتنى بهم حتى لا يعاودوا محاولتهم ويحرص في هدا المستوى على:
- ✓ منع ظهور المعاودة ودلك عن طريق متابعة جيدة ومنتظمة.
- ✓ مساعد الأهل.
- ✓ مساعدة برامج البحث في ظاهرة الانتحار ماديا (مساعدة مادية) أو منهجيا (عن طريق التصريح بحالات الانتحار)

11-2-التدخل:

- ✓ عندما يندر الشخص بالانتحار مباشرة أو غير مباشرة ينبغي مساعدته ودلك بما يلي:
- ✓ اجراء مقابلة معه تتمحور حول فكرة الانتحار حتى يخرج من صمته، ففي حالة الشك بأحدهم سيقدم على الانتحار هي أن نسأل الشخص مباشرة فيما إذا كان يفكر في الانتحار، كأن نسأله مثلا: هل فكرت في تؤذي نفسك أو أن تنهي حياتك؟ فاذا أجاب بالإيجاب حاول أن تعرف فيما إذا كانت لديه خطة في ذهنه. (حسن، 2018، ص404).
- ✓ تقدير نقطتين مهمتين هما:
- ✓ الخطر الانتحاري (Risque Suicidaire): مقدار قوة الفرد على الانتحار.
- ✓ الاستعجال الانتحاري (Urgence Suicidaire): قرب لحظة القيام بالانتحار.
- ✓ علامات الخطر الانتحاري: يمكن ذكرها كالتالي:

- ✓ -خطورة المحاولات السابقة.
- ✓ -عنف المحاولات السابقة.
- ✓ -وجود حالة أو حالات انتحار سابقة.
- ✓ -الرسائل المباشرة المنذرة بالانتحار/ الرسائل الغير المباشرة المنذرة بالانتحار.
- ✓ -وجود أفكار دائمة عن الانتحار.
- ✓ -دقة وضوح التخطيط للانتحار.
- ✓ -الوحدة والانعزال.
- ✓ -فقدان عزيز مؤخرا.
- ✓ -انتحار أحد الأقارب.
- ✓ -الاندفاعية.
- ✓ -مدة السيرورة.
- ✓ -مشاكل الإدمان. (بوفولة، 2018، ص82)

يتضح مما سبق ذكره أن طرق الوقاية والتدخل من الانتحار والتفكير الانتحاري هي مسؤولية الجميع، لذلك يجب تضافر كافة الجهود بمختلف مؤسسات الدولة من رسمية وأمنية، الأسرة خاصة، الطاقم التربوي، وسائل الاعلام، وجميع الجمعيات ومؤسسات المجتمع المدني، أيضا المختصين والباحثين في المجال.

12-الانتحار عند المراهق المتمدرس:

12-1-السلوك الانتحاري عند المراهق المتمدرس: Teens Suicide behavior

في هذا الصدد تشير الراميني (2007): ان المراهقين الذين لديهم ميول انتحارية تسيطر عليهم الرغبة في الموت، ويتسمون بالمزاج الاكتئابي، كما أن لهم تاريخا طويلا مع الاكتئاب، وتبدو عليهم علامات المشكلات الانفعالية، ودخول الوالدين أو أحدهما الى مستشفى الطب النفسي للعلاج من مشكلات انفعالية أو ميول

انتحارية، إضافة الى التفكك الأسري والتعرض لأحداث الحياة الضاغطة، وإساءة معاملة الوالدين، والعزلة الاجتماعية والتعرض للعدوى الاجتماعية كمشاهدة محاولة الانتحار من قبل الآخرين في المدرسة أو الحي، وتدني مستوى تقدير الذات والعدوانية وادمان العقاقير والمواد المخدرة، والتفكير في الانتحار أو التهديد على الاقدام عليه.

كما توضح رحال (2022): أن المراهقة كونها فترة انتقالية تعرف العديد من التغيرات الجسمية والنفسية، وهي فترة حساسة من شأنها أن تشكل أزمة وتحيي صراعات لا شعورية خاصة في ظل عدم تلبية حاجات المراهق، وفي حال ظهور المشكلات المتعددة التي تتخلل هذه المرحلة، ما يدفعه الى استعمال آليات دفاعية لحلها، وفي حال فشلها قد يعيش أزمة حقيقية من شأنها أن تعرقل نموه وتفاعله مع المجتمع، وذلك لاستثارة غرائز العدوان التي قد تتجلى بأشكال من العدوانية سواء المتجه نحو الغير أو الموجه الى الذات.

12-2-محاولات الانتحارية في المراهقة:

هي ظاهرة سلوكية شائعة ومعروفة في أوساط المراهقين من الجنسين، تتسم بانفعال شديد تصاحبه رغبة جامحة في إيقاع الأذى بالنفس والتخلص من الحياة والمعاناة بالموت، ان لهذه الظاهرة التدميرية دوافع واضحة تهدف الى تجاوز الألم والأذى باتجاه تدمير الذات.

حيث بين العمر (2005): ان محاولة الانتحار مؤشر على عمق واتساع الصراعات والمعاناة النفسية للمراهق، وهي دليل على وصوله الى حافة اليأس وقمة التشاؤم والقنوط، فغالبا ما ترتبط المحاولة بحالة الاكتئاب حيث تكون حادة، وسريعة وعابرة، ولعل فورة الانفعال والهياج والعزلة والانطواء هي التي تفجر الفعل الانتحاري لحظة إيقاع الأذى التدميري بالنفس.

كما يوضح العظماوي (1977) أن العديد من الدلائل والدراسات تشير الى علاقة واضحة بين محاولات الانتحار عند المراهقين وبين الاضطرابات النفسية والعاطفية العنيفة المخلة بالتوازن النفسي التي عادة ما تنتج عن توتر وتأزم أو تشويه وتخريب العلاقات العائلية خاصة الخلافات بين بين الوالدين أو بين المراهق

وأحدهما، ان هذا التوتر في المناخ العائلي قد يكون أزمة عابرة ومبالغ في تحجيمها، ولكن لها فعل وتأثير على عواطف المراهق ووضعه النفسي، دفعت به الى حافة اليأس، فاعتلت صدره رغبة في الموت.

تتنوع أشكال تصريف الفائض من العدوانية حيث يكون اما عن طريق الذات أو الاعتداء على الآخرين، أما فيما يتعلق تصريف العدوانية على الذات نلاحظ ميل المراهق أحيانا الى العقاب الذاتي الذي يتخذ أشكالا متعددة مثل:

- تبني الفشل الدراسي أو المهني.
- المازوشية بكافة أشكالها.
- التشدد على الذات وعلى الجسد من خلال الزهد والحرمان.
- عدم الرضا عن الذات والميل الى التفكير في ذنوب لم ترتكب والنقد القاسي للذات.
- توريط الذات بمشكلات تستدعي العقاب (التمرد، العصيان).
- تعريض الذات للأخطار مثل الانغماس في التدخين والمخدرات....

ولعل الانتحار يمثل قمة العنف الممارس على الذات، كما أن هناك سلوكا مكافئا للانتحار أو ما يسمى بالانتحار البطيء مثل رفض الطعام والادمان على المخدرات، رغم الادراك الواعي بالأضرار الناجمة، وتتزايد نسبة الانتحار لدى المراهقين خاصة مع تعقيدات الحضارة وضغوطاتها. (Mimouni,2010).

ان السياقات النفسية والعاطفية الانفعالية التي تسبق الانتحار اما تكون حالة حادة ومفاجئة، أو تكون متدرجة ومتكررة، وقد تكون حالة من الانفجار العائلي الشديد لحالة كامنة في النفس من أمر بعيد، وعادة ما تبدأ بوادر الحالة بإحساس المراهق بالضجر والتشاؤم وضياع الأمل والطموح، وقد يصاحبه شعور غامر بالذنب والخطيئة حول عدد من المواضيع والمواقف الماضية غير المهمة والمتعلقة بحياته، وأحيانا يصل تفكير المراهق الى فكرة مبالغ فيها توحي له الى حد اليقين أنه مكروه ومنبوذ وغير مرغوب فيه من الآخرين، وهو عبء ثقيل لا يرى جدوى من بقائه على قيد الحياة.

كما يشير الإسماعيلي وآخرون (2017): أن المراهقون المحاولون للانتحار يعانون من اضطراب الارصان الذي هو في الأساس اضطراب ناتج عن عجز التفكير، والتعبير اللفظي للمعاش العاطفي والانفعالي، واعتماد المراهق العقلنة لا يمنع وجود هذا الاضطراب، فالعقلنة عادة وبفعل وظيفتها الدفاعية النمائية هي مرحلة من مراحل النمو الارصاني وهي مشحونة بالعاطفة، ولها تأثير في انتظام الانفعال، ولكنها على العكس تبنى على فراغ، والكلمات لا تحمل أي شحمة عاطفية، والزمن المعاش بالنسبة للمراهقين الذين يقدمون على الانتحار لا يحتوي على فكرة ماضي ولا الحاضر ولا المستقبل، وفي الوقت نفسه، سلوك الانتظار الذي ينظم الفعل والذي يشكل سلوكا مؤجلا يصبح سلوكا لا يحتمل.

ان محاولة الانتحار غالبا ما تكون فعلا يائسا يشمل الاستغاثة الرمزية، وقد تمد أيادي كثيرة لمساعدة المراهق، ولكن هذا الدعم ينبغي أن يستمر حتى لا يلجأ المراهق الى تكرار المحاولة، واعتبارها أداة مفيدة لحل أو حسم الصراعات النفسية والتوتر الداخلي، فمن المعروف أن هناك خطرا قائما من احتمال تكرار المحاولات الانتحارية عند أولئك الذين يتميزون بشخصيات مهزوزة عصابية غير ناضجة وغير مستقرة (رحال، 2022، ص206).

ويوضح العمر (2005): المراهقون الذين قاموا بمحاولة الانتحار أنهم مختلفون عن الآخرين، ويعتبرون أنفسهم ضعفاء، وليس لديهم ثقة في النفس، فضلا عن ادراكهم بأنهم غير قادرين على تحقيق توقعات والديهم ومدرسيهم وأصدقائهم، وحتى أنفسهم، ويعتقدون أن الآخرين يسيئون فهمهم، وأن أحكامهم عليهم قاسية، ويعاقبون على كل خطأ يقعون فيه، وأنهم مستهدفون للانتقاد، وبالذات الانتقاد الجارح ولا يوجد من يساعدهم، وإزاء هذه المشاعر والتصورات سلكوا طريقا لمقاومتها وهو الاقدام على الانتحار أي توجيه رفضهم لهم عن طريق العداء لذواتهم الداخلية كرد فعل سلبي لما يشعرون به، ليتخلصوا من هذه المعاناة الوهمية.

ففي دراسة (Greenfield Brian) بعنوان " التحالف العلاجي ضد أزمة الانتحار لدى المراهقين" سنة 2000 على عدد من المراهقين الذين قاموا بمحاولات انتحارية، حيث توصل من خلال دراسته أن تعاون عدة

أطراف تؤدي الى نتيجة إيجابية ويتخلص المراهق من الفكرة الانتحارية، وهذا التحالف يضم فريقا متخصصا بمساعدة الأسرة، فالدعم النفسي والأسري يعملان بشكل كبير على مساعدة المراهق على العودة من جديد الى الحياة اليومية الطبيعية. (بوسنة، 2008، ص225).

خلاصة الفصل:

في الأخير تجدر الإشارة أنه من خلال وقوفنا على أهم العناصر التي تخص متغير الأفكار الانتحارية، يمكن القول بأن ظاهرة الانتحار استفحلت بشكل رهيب كل الفئات مما يجعنا كباحثين ندق ناقوس الخطر خاصة إذا تعلق الأمر بفئة المراهقين المتمدرسين، وعليه تطرقنا في هذا الفصل الى أهم المفاهيم المتعلقة بالانتحار، الى جانب ذلك نبذة تاريخية لهذه الظاهرة، كما أشارنا الى واقع الظاهرة عالميا، عربيا، ومحليا، كما بينا أهم العلامات للمرور للفعل الانتحاري، وأشكاله، أيضا العوامل المؤدية الى انتشاره، والنظريات المفسرة له، بالإضافة الى المنظور القانوني والديني للظاهرة، ثم الوقاية منها، وأخيرا الانتحار عند المراهق المتمدرس.

الجانب التطبيقي

الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة

محتويات الفصل الرابع: الإجراءات المنهجية للدراسة.

-تمهيد الفصل.

1-الدراسة الاستطلاعية:

1-1-أهداف الدراسة الاستطلاعية.

1-2-حدود الدراسة الاستطلاعية.

1-3-عينة الدراسة الاستطلاعية.

1-4-نتائج الدراسة الاستطلاعية.

2-الدراسة الأساسية:

2-1-منهج الدراسة.

2-2-حدود الدراسة الأساسية.

2-3-مجتمع الدراسة الأساسية.

2-4-عينة الدراسة الأساسية.

2-5-أدوات جمع البيانات الدراسة.

2-6-أساليب المعالجة الإحصائية.

-خلاصة الفصل.

-تمهيد الفصل:

بعد ما تم التطرق الى التراث النظري الذي يتضمن فصلين نظريين مس متغيرات الدراسة، وبذلك تعد الدراسة الامبريقية (الميدانية) الجانب المهم والمكمل للتراث النظري لأي بحث علمي، حيث يتم جمع المعلومات والبيانات حول متغيرات الدراسة بأدوات جمع البيانات المناسبة والملائمة، وهذا يتطلب اتباع مجموعة من الإجراءات المنهجية، وعليه جاء هذا الفصل للتفصيل في الخطوات المنهجية المتبعة استنادا لفرضيات البحث وتوافقا مع أهداف الدراسة الحالية، في محاولتنا للتعرف على مستوى الأفكار الانتحارية، وكذلك مصادر الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين للسنة الدراسية 2023-2024 في متوسطات مدينة قالمة.

ويتناول هذا الفصل الدراسة الاستطلاعية للدراسة من خلال التطرق الى أهدافها، حدودها، عينة الدراسة الاستطلاعية، أهم النتائج التي توصلت لها الدراسة الاستطلاعية، الى جانب إجراءات الدراسة الأساسية التي تتضمن: المنهج المستخدم في الدراسة، مجالاتها، مجتمع الدراسة ونوع العينة وحجمها، الأدوات التي تم الاستعانة بها في جمع البيانات المتعلقة بمتغيرات الدراسة، وكذا التطرق للأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة الحالية.

1-الدراسة الاستطلاعية:

تعتبر الدراسة الاستطلاعية دراسة تمهيدية للدراسة الأساسية، وتعد الخطوة الأولى لفهم مراحل البحث ليتسنى لنا الفهم الأعمق للظاهرة محل الدراسة واستكشاف توجهات البحث والظروف التي ستجرى فيها منذ البداية حتى تكون صحيحة (تمار، 2023، ص17)، وذلك من خلال استطلاع للظروف المحيطة بالظاهرة، التي يرغب الباحث في دراستها، باعتبارها القاعدة الأساسية التي يبني عليها الباحث بحثه العلمي وتوجه جهوده نحو تحقيق أهدافه من هذه الدراسة.

1-1-أهداف الدراسة الاستطلاعية:

- الاطلاع على الوسط المدرسي لما يحتويه من مشكلات تربوية وسلوكية.
- تحديد موضوع بحث وضبط عنوان أطروحة الدكتوراه.
- ضبط إشكالية الدراسة وتحديد معالمها تمهيدا للدراسة والتعمق فيها.
- تحديد وضبط فرضيات الدراسة، وصياغتها صياغة علمية دقيقة.
- التعرف أكثر على مجتمع الدراسة.
- جمع المعلومات التي تتعلق بالإمكانيات الفعلية لإجراء البحث الميداني.
- تحديد أدوات جمع البيانات.
- التحقق من صحة أدوات الدراسة ومدى صلاحيتها في جمع البيانات.
- تحديد مكان وزمان الدراسة.
- اكتشاف الصعوبات والمعوقات التي يمكن أن تعرقل اجراء الدراسة الميدانية بغية تجاوزها ومواجهتها.

وقد تمت إجراءات الدراسة الاستطلاعية على النحو التالي:

-اتصلت الباحثة بالمشرف(ة) والمشرف المساعد(ة) للتشاور معهما حول موضوع الأطروحة، فكان لابد أن تنطلق الدراسة من الوسط المدرسي الذي تنتشر فيه العديد من المشكلات السلوكية والتربوية، حيث

أجريت مقابلة مع مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني بثانوية محجوب عبد الرحمن، ومستشارة التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني بمتوسطة متواجدة ببلدية هليوبوليس (متوسطة بن قيراط أحمد)، وبعد التشاور كان الاتفاق حول موضوع الأفكار الانتحارية باعتباره خطوة استكشافية ووقائية لحالات الانتحار، والمحاولة الانتحارية في الوسط المدرسي.

-بعد الحصول على الرخصة لإنجاز الدراسة الميدانية من طرف رئيس قسم علم النفس جامعة 8 ماي 1945 قالمة تم التوجه الى مديرية التربية بولاية قالمة للحصول على الرخصة الرسمية للدخول الى جميع متوسطات بلدية قالمة والمقدر عددهم (20) متوسطة وملحقة.

-تم التوجه للمؤسسة خلة لخضر، وقع عليها الاختيار لقربها من حيث المسافة. وأخد موافقة المدير المتوسطة لإجراء الدراسة الاستطلاعية، ونظرا لغياب مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني بالمؤسسة، تم التنسيق مع مستشار التربية على قسم واحد يدرس السنة الرابعة متوسط لتطبيق مقياس الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين، ومقياس الميول الانتحارية للتعرف على مدى صلاحية الأداتين لجمع البيانات حول موضوع الدراسة.

1-2-حدود الدراسة الاستطلاعية:

لقد تم اجراء الدراسة الاستطلاعية في الحدود التالية:

-الحدود الزمانية:

-خلال السنة الجامعية 2020-2021: في شهر أفريل للسنة الجامعية 2020-2021، تم فيها زيارات استطلاعية الى ثانوية محجوب عبد الرحمن، ومتوسطة ببلدية هليوبوليس لإجراء مقابلة حول أهم المشكلات السلوكية والتربوية التي تنتشر بصورة تدق فعلا ناقوس الخطر من طرف الجهات المختصة والباحثين في الوسط المدرسي، بغية تحديد وضبط الموضوع محل الدراسة.

-خلال السنة الجامعية 2023-2024: في شهر فيفري للسنة الجامعية 2023-2024، تم من خلالها التعرف على حجم المجتمع الأصلي للدراسة، وإذا فيه إمكانية استخدام أسلوب المسح الشامل في الدراسة،

كذلك قمنا بتطبيق مقياس الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين، ومقياس الميول الانتحارية لمستوى السنة الرابعة متوسط.

-**الحدود المكانية:** طبقت الدراسة الاستطلاعية على فترتين وهما:

1-طبقت الدراسة الاستطلاعية بثانوية محجوب عبد الرحمن، ومتوسطة بن قيراط أحمد في هليوبوليس لاختيار موضوع الدراسة الحالية.

2-طبقت الدراسة الاستطلاعية بمتوسطة خلة لخضر ببلدية قالمة -قالمة-للسنة الدراسية 2023-2024، من أجل التأكد من مدى صلاحية الأداتين الدراسة، هما مقياس الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين، ومقياس الميول الانتحارية.

-**الحدود البشرية:** شملت الدراسة تلاميذ المسجلين والمتمدرسين السنة الرابعة متوسط بمتوسطة خلة لخضر للسنة الدراسية 2023-2024 ببلية قالمة-قالمة-

3-1-عينة الدراسة الاستطلاعية:

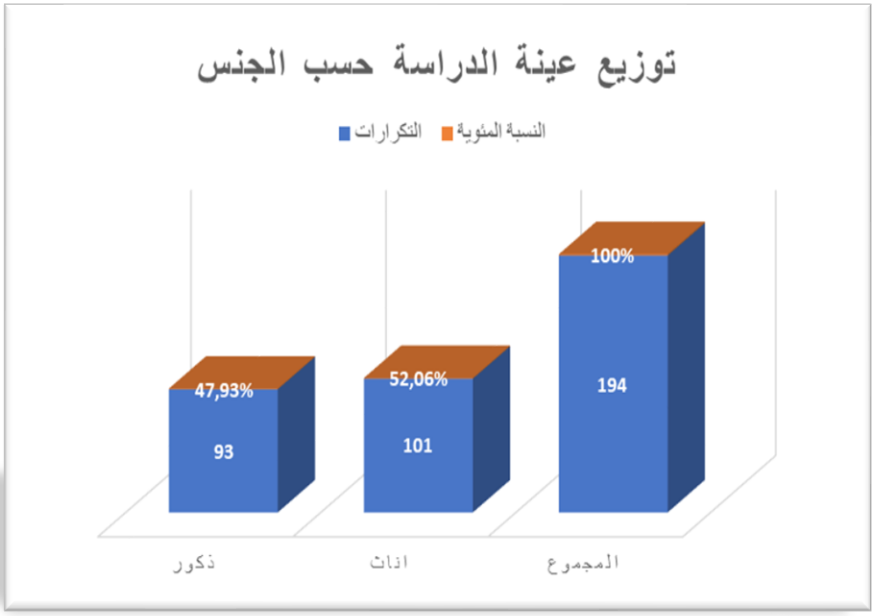
تم اختيار عينة الدراسة بطريقة قصدية نظرا لكون بعض الأساتذة التعليم المتوسط يتسارعون مع الوقت لإتمام البرنامج الخاص بالسنة الرابعة متوسط، وعليه تم اختيارنا بالاتفاق مع مستشار التربية على قسم واحد للسنة الرابعة متوسط بمتوسطة خلة لخضر، والذين بلغ عددهم 30 تلميذا وتلميذة للموسم الدراسي 2023-2024 -قالمة-ويمكن توضيح خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية كما يلي:

جدول رقم (15): يمثل عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس.

الجنس	التكرارات	النسبة المئوية%
ذكور	93	%47.93
اناث	101	%52.06
المجموع	194	%100

المصدر: من اعداد الباحثة

يتبين من الجدول رقم (15) أن عدد الاناث في عينة الدراسة الاستطلاعية يقدر ب 101 بنسبة بلغت 52.06% وهي أكبر من عدد الذكور الذي بلغ عددهم 93 بنسبة قدرت ب 47.93%



الشكل رقم (04): يمثل توزيع عنة الدراسة الاستطلاعية حسب الجنس.

يتضح لنا من خلال الشكل رقم (04) أن التوزيع عينة الدراسة الاستطلاعية متقارب ومتجانس وفقا لمتغير الجنس، حيث بلغت نسبة الاناث 52.06% بينما بلغت نسبة الذكور بنسبة 47.93 %

1-4-الخصائص السيكو مترية للأدوات الدراسة:

1-4-1-الخصائص السيكو مترية للاستبيان الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين:

اعتمدت الباحثة على مقياس الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين، تم بناؤه من طرف (خرباش هدى وطوبال فطيمة)، ونظرا أن المقياس كان موجه لفئة المراهقين المتمدرسين في مرحلة التعليم الثانوي، بينما الدراسة الحالية تبحث مع فئة المراهقين المتمدرسين في مرحلة التعليم المتوسط، وعليه كان لابد من إعادة التحقق من الخصائص السيكو مترية للمقياس (الصدق والثبات).

أ-صدق الاستبيان الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين:

يعتبر الاختبار صادقا إذا كان يقيس فعلا ما وضع لقياسه.

❖ **الصدق الذاتي:**

استخدمنا طريقة أخرى لحساب صدق المقياس ككل وهي طريقة الصدق الذاتي، حيث الصدق الذاتي يساوي الجذر التربيعي لمعامل الثبات، والذي تم حسابه بطريقة معامل ألفا كرو نباخ الذي يساوي ر=0.830

وبالتالي قيمة الصدق الذاتي ر=الجذر التربيعي ل 0.830 ويساوي (0.911).

الجدول رقم (16): يمثل قيمة الصدق الذاتي لاستبيان الضغط النفسي.

العينة	الصدق الذاتي
30	**0.911**

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

يتضح من الجدول أعلاه أن القيمة (0.911) هي درجة عالية من الصدق الذاتي تسمح لنا بالوثوق في نتائج المقياس.

❖ **صدق الاتساق الداخلي:**

صدق الاتساق الداخلي للأبعاد:

قمنا بحساب درجة ارتباط كل بعد من أبعاد الاستبيان مع الأبعاد الأخرى والدرجة الكلية للاستبيان (مصفوفة ارتباط الأبعاد مع الدرجة الكلية للاستبيان).

جدول رقم (17) يوضح مصفوفة معاملات الارتباط للدرجات على الأبعاد الأربعة والدرجة الكلية للاستبيان " الضغط النفسي"

الأبعاد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
بعد الضغوط الدراسية	0.701	**

بعد الضغوط الشخصية	0.749	**
بعد الضغوط العلائقية	0.822	**
بعد الضغوط الفيزيولوجية	0.815	**

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

(**) دالة عند مستوى الدلالة (0.01).

يتضح من الجدول السابق أن جميع أبعاد الاستبيان " الضغط النفسي" ترتبط مع الدرجة الكلية ارتباط ذا دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة (0.01)، مما يجعلنا نقر ونؤكد على أن الأداة تتمتع بدرجة عالية من الاتساق الداخلي.

ب-ثبات الاستبيان:

❖ **الثبات بطريقة التجزئة النصفية:**

وقد اعتمدنا لحساب ثبات الاستبيان (مصادر الضغط النفسي) على استخدام طريقة التجزئة النصفية حيث قسمت فقرات الاستبيان الى نصفين متساويين، النصف الأول خاص بالأرقام الفردية والتي تبدأ من الفقرة 1 الى الفقرة 41 (1-3-5-7-9-11-13-15-17-19-21-23-25-27-29-31-33-35-37-39-41)، والنصف الأخر خاص بالأرقام الزوجية والتي تبدأ من الفقرة 2 الى الفقرة 42 (2-4-6-8-10-12-14-16-18-20-22-24-26-28-30-32-34-36-38-40-42). وبعد تطبيق معادلة بيرسون لحساب قيمة الارتباط بين فقرات نصفي الاستبيان المطبق في دراستنا الاستطلاعية كانت النتيجة كما يلي:

ر=0.637

وبعد تصحيحه باستخدام معادلة (سبيرمان براون) التي تساوي:

سبيرمان براون= 2ر/1+ر

وبعد تطبيق هذه المعادلة أصبح معامل الثبات يساوي: 0.779

ونطمئن من خلال هذه النتائج بعد استخدامنا لطريقة التجزئة النصفية لحساب ثبات الاستبيان، وهذا ما أشار اليه ليكرت وزملائه الى أن " قيمة معامل الثبات الواقعة بين (0.62) و(0.93) يمكن الاعتماد عليها" (جناد،2014، ص146).

الجدول رقم (18): يمثل قيمة معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية.

العينة	معامل الارتباط بيرسون	تصحيح معادلة –سبيرمان براون-
30	0.637	0.779

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

يتضح من الجدول أعلاه أن القيمة (0.779) تدل على ثبات الاستبيان الضغط النفسي للمراهقين المتمدرسين، وأنه يتمتع باستقرار في نتائجه، وبمعنى آخر أن هذا الاستبيان يقيس فعلا ما وضع لقياسه.

❖ **الثبات باستخدام طريقة (ألفا كرو نباخ):**

للتأكد من ثبات استبيان " مصادر الضغط النفسي" قمنا باستخدام طريقة أخرى من طرق حساب الثبات وهي: معامل ألفا كرو نباخ للأداة ككل وهو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (19): يوضح معامل ألفا كرو نباخ للاستبيان" مصادر الضغط النفسي"

العينة	عدد البنود	قيمة معامل ألفا كونباخ
30	42	0.830

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

نلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل الثبات باستخدام طريقة ألفا كرو نباخ =0.830 وهو معامل ثبات مرتفع وبالتالي فالأداة تتمتع بالثبات.

1-4-2-استبيان الميول الانتحارية:

أ-صدق الاستبيان:

❖ **الصدق الذاتي:**

استخدمنا طريقة أخرى لحساب صدق المقياس ككل وهي طريقة الصدق الذاتي، حيث الصدق الذاتي يساوي الجذر التربيعي لمعامل الثبات، والذي تم حسابه بطريقة معامل ألفا كرو نباخ الذي يساوي ر=0.950

الجدول رقم (20): يمثل قيمة الصدق الذاتي لاستبيان الميول الانتحارية.

العينة	قيمة الصدق الذاتي
30	0.974

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

يتضح من الجدول السابق قيمة الصدق الذاتي ر=الجذر التربيعي ل 0.950 ويساوي (0.974) فهو معامل صدق مرتفع والذي يسمح لنا بالوثوق في نتائج المقياس.

❖ **صدق الاتساق الداخلي:**

❖ **صدق الاتساق الداخلي للأبعاد:**

قمنا بحساب درجة ارتباط كل بعد من أبعاد الاستبيان مع الأبعاد الأخرى والدرجة الكلية للاستبيان (مصفوفة ارتباط الأبعاد مع الدرجة الكلية للاستبيان).

جدول رقم (21) يوضح مصفوفة معاملات الارتباط للدرجات على الأبعاد الست والدرجة الكلية للاستبيان " الميول الانتحارية".

الأبعاد	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الدوافع الاجتماعية للانتحار	0.773	**
التفكير الانتحاري	0.949	**
الميل للإيذاء الذات	0.773	**
الرغبة في الموت	0.902	**
اللامبالاة والتشاؤم اتجاه الحياة	0.913	**
الاستعداد لتنفيذ الانتحار	0.866	**

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

(**) دالة عند مستوى الدلالة (0.01).

ب-ثبات الاستبيان:

❖ **الثبات بطريقة التجزئة النصفية:**

وقد اعتمدنا لحساب ثبات الاستبيان (الميول الانتحارية) على استخدام طريقة التجزئة النصفية حيث قسمت فقرات الاستبيان الى نصفين متساويين، النصف الأول خاص بالأرقام الفردية والتي تبدأ من الفقرة 1 الى الفقرة 57، والنصف الأخر خاص بالأرقام الزوجية والتي تبدأ من الفقرة 2 الى الفقرة 56 وبعد تطبيق معادلة بيرسون لحساب قيمة الارتباط بين فقرات نصفي الاستبيان المطبق في دراستنا الاستطلاعية كانت كما يلي:

ر=0.890

وبعد تصحيحه باستخدام معادلة (سبيرمان براون) التي تساوي:

سبيرمان براون= 2ر/1+ر

وبعد تطبيق هذه المعادلة أصبح معامل الثبات يساوي: 0.942

الجدول رقم (22): يمثل قيمة معامل الثبات بطريقة التجزئة النصفية.

العينة	معامل الارتباط بيرسون	تصحيح المعادلة-سبيرمان براون-
30	0.890	0.942

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

من خلال هذه النتائج بعد استخدامنا لطريقة التجزئة النصفية لحساب ثبات الاستبيان،وعليه تدل قيمة (0.942)على ثبات مرتفع الاستبيان الميول الانتحارية، وأنه يتمتع باستقرار في نتائجه، وبمعنى آخر أن هذا الاستبيان يقيس فعلا ما وضع لقياسه.

❖ **الثبات بطريقة معامل ألفا كرونباخ:**

للتأكد من ثبات استبيان " الميول الانتحارية" قمنا باستخدام طريقة أخرى من طرق حساب الثبات وهي: معامل ألفا كرو نباخ للأداة ككل وهو موضح في الجدول التالي:

الجدول رقم (23): يوضح معامل ألفا كرو نباخ للاستبيان "الميول الانتحارية

العينة	عدد البنود	معامل ألفا كرونباخ
30	**57**	**0.950**

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

من خلال الجدول أعلاه أن قيمة معامل الثبات باستخدام طريقة ألفا كرو نباخ =0.950 وهو معامل ثبات مرتفع وبالتالي فالأداة تتمتع بالثبات.

1-5-نتائج الدراسة الاستطلاعية:

من خلال الدراسة الاستطلاعية، تمكنا من:

-تحديد موضوع الدراسة وضبطه بدقة.

-صياغة اشكالية البحث بشكل دقيق.

-تحديد المفاهيم والمصطلحات المرتبطة وذات الصلة بموضوع الدراسة.

-تحديد فرضيات البحث وضبطها ضبطا دقيقا.

-تم اختيار أسلوب المعاينة بدل أسلوب المسح الشامل لاعتبارات عدة.

-تم التحقق من صلاحية أداتي الدراسة (الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين)، و(الميول الانتحارية).

-وبناءا على نتائج الدراسة الاستطلاعية انطلقنا في الدراسة الأساسية.

2-الدراسة الأساسية:

2-1-منهج الدراسة:

يعتبر منهج البحث الطريقة التي سيسلكها الباحث في الإجابة عن الأسئلة، انها خطة تبين وتحدد طرق وإجراءات جمع وتحليل البيانات، ويشير "موريس أنجرس(2006) " أنه كيفية تصور وتخطيط العمل حول موضوع الدراسة".

وهذه الطريقة تعنى أيضا بالكشف عن الحقائق التفصيلية لواقع الظواهر والأحداث الغامضة قيد الدراسة كما هي في الواقع، وصولا لكشف الغموض الذي يكتنفها، وبيان العلاقة بين مكوناتها ووصفها وصفا دقيقا كيفيا يوضح خصائصها، وكميا يوضح حجمها للوصول الى تعميم النتائج. (خليفي، 2018، ص57).

ان البحث الحالي يهدف للتعرف على العلاقة بين مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس بمتوسطات مدينة قالمة .

ولتحقيق الهدف اعتمدنا على المنهج الوصفي كأسلوب مناسب من أساليب البحث العلمي، حيث يقوم هذا المنهج بدراسة الظاهرة كما هي في الواقع، ويصفها وصفا دقيقا ويعبر عنها تعبيرا كميا أو تعبيرا كيفيا، فالتعبير الكيفي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها، أما التعبير الكمي فيقدم وصفا رقميا يوضح مقدار هذه الظاهرة أو حجمها ودرجات ارتباطها، ويشمل أيضا محاولات التنبؤ. (أبو زايدة، 2018، ص46).

2-2-حدود الدراسة الأساسية:

2-2-1-المجال المكاني:

كون الدراسة الحالية تهتم بالكشف عن العلاقة بين مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس بالطور المتوسط (المتوسطة) في جميع متوسطات مدينة قالمة ماعدا متوسطتين لم يسمح لنا بتوزيع الاستبيانين (عراقيل إدارية) وهما:

-متوسطة عيد الاستقلال 5 جويلية 1962.

-متوسطة زغدودي الطاهر.

وعليه أجريت الدراسة في 18 متوسطة وملحقة تابعة لمتوسطة خلة لخضر في مدينة قالمة بولاية قالمة – الجزائر للسنة الدراسية 2024/2023 وهي كالتالي:

متوسطة محمد عبده، عبان رمضان، شهداء 8ماي1945، ميمون علي، محمد الصالح زواوي، صالح رحابي، مفدي زكرياء، صالح مخلوفي، عبد الحميد بن الجميل، بن ناصر مسعود، عبد الله بوراس الكاملي، بولوح مبارك، علامي لخضر، حدث تاريخي11 ديسمبر 1960، عبد المجيد بوكحيلي، مالك بن نبي، بن سديره مداني، خلة لخضر بن صالح، وملحقة تابعة لمتوسطة خلة لخضر في مدينة قالمة بولاية قالمة – الجزائر-

2-2-2-المجال الزماني:

أ-خلال السنة الجامعية 2021-2022:

تم خلال هذه الفترة الاطلاع على التراث النظري والدراسات السابقة وقراءة العديد منها محاولة منا الالمام جيدا بجوانب الموضوع محل الدراسة والبحث عن الفجوة العلمية في دراستنا لتكون إضافة علمية للدراسات السابقة التي بحثت حول ظاهرة الانتحار.

- تم خلال هذه السنة اجراء الدراسة الاستطلاعية في الحقيقة كانت الدراسة الاستطلاعية منذ الفترة التسجيل الأول 2021/2020حيث تم من خلاله عدة زيارات لمتوسطات وثانويات مركز التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني لمقابلة مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني لاختيار موضوع الاطروحة لانطلاق في البحث يمتاز بالحداثة والجدية من مشكلات يعاني منها الوسط المدرسي والتربوي.

ب-خلال السنة الجامعية2022 -2023:

في هذه الفترة تم تعديل الموضوع وتغيير موضوع الدراسة، بالإضافة الى اعداد خطة البحث. قمنا خلالها بجمع المادة العلمية حول متغيري الدراسة الحالية (مصادر الضغط النفسي، الأفكار الانتحارية).

ج-خلال السنة الجامعية 2023-2024:

- تم خلال هذه السنة كمرحلة ثانية من الدراسة الاستطلاعية التحقق والتأكد من صلاحية الأدوات (الاستبيانات) المستخدمة في جمع البيانات حول موضوع الدراسة الحالية.
- تم القيام بالدراسة الأساسية خلال الفترة الممتدة من فيفري الى ماي حيث تم توزيع أدوات جمع البيانات والمتمثلة في الاستبيان الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين قام بإعداده كل من: خرباش هدى، طوبال فطيمة. أيضا مقياس الميول الانتحارية لمعوشة عبد الحفيظ

تم تفريغ البيانات في برنامج الحزمة الاحصائية (spss) من أجل تحليل النتائج وعرضها.

3-2-مجتمع الدراسة الأساسية:

ان حالات الانتحار المتزايدة في الوسط المدرسي في محيطنا القريب (مدينة قالمة) جعلنا نطمح لاستخدام أسلوب المسح الشامل بالرغم من قلة الإمكانيات المادية والوقت والجهد. ولكن :

- لم يسمح لنا بالدخول لمتوسطتين والرفض التام بالرغم من الزيارات المتكررة.
- وجود غيابات كثيرة في بعض المتوسطات خلال اجراء الدراسة الميدانية في فترة شهر ماي .
- لم يسمح لنا من بعض الأساتذة التي تقوم بتدريس السنة الرابعة متوسط بحجة عدم اكمال البرنامج المقرر للسنة الدراسية 2023-2024.

-يتألف مجتمع البحث من المراهقين المتمدرسين ذكورا واناثا في أقسام السنة الرابعة متوسط، وهم مسجلين في قائمة (مديرية التربية في ولاية قالمة) للسنة الدراسية 2023-2024، والذين بلغ عددهم حسب احصائيات مديرية التربية لولاية قالمة 2878 تلميذا وتلميذة.

المجتمع الاصلي: 2878 مراهق متمدرس في أقسام السنة الرابعة متوسط يدرسون في 20 متوسطة وملحقة لمتوسطة خلة لخضر للسنة الدراسية 2023-2024 في مدينة قالمة وهي على النحو التالي:

الجدول رقم (24): يمثل تعداد التلاميذ السنة الرابعة متوسط في متوسطات مدينة قالمة.

الرقم	المؤسسة (المتوسطة)	العدد	ذكور	اناث
01	شهداء 8 ماي 1945	77	42	35
02	عبان رمضان	79	47	32
03	محمد الصالح زواوي	131	57	74
04	مفدي زكرياء	110	52	58
05	ميمون علي	68	36	32

06	محمد عبده	178	99	79
07	زغدودي الطاهر	274	120	154
08	ش صالح مخلوفي	104	51	53
09	بن جميل عبد الحميد	147	71	76
10	ش رحابي صالح	219	115	104
11	بن ناصر مسعود	174	92	82
12	عبد الله بوراس الكاملي	96	48	48
13	عيد الاستقلال 5جويلية 1962	164	68	96
14	بولوح مبارك	143	69	74
15	الحدث التاريخي11 ديسمبر 1960	179	88	91
16	علامي لخضر	116	54	62
17	خلة لخضر بن صالح	194	93	101
18	مالك بن نبي	101	53	48
19	بوكحيلي عبد المجيد	177	85	92
20	بن سديره مداني	147	62	85
المجموع		**2878**	**1402**	**1476**

المصدر: من اعداد الباحثة.

يتضح من الجدول أعلاه أن التلاميذ الذين يدرسون في أقسام السنة الرابعة متوسط على مستوى (20) متوسطة في بلدية قالمة (قالمة) قد بلغ عددهم الإجمالي (2878)، بينما قدر عدد الذكور الإجمالي (1402)، وعدد الاناث الإجمالي قدر ب (1476).

2-4-عينة الدراسة الأساسية:

لاختيار عينة الدراسة الأساسية اتبعنا الخطوات الآتية:

1) تحديد المجتمع الأصلي للدراسة بدقة ووضوح:

نظرا لموضوع الدراسة واستنادا للأهداف البحث فقد تم تحديد مجتمع الدراسة الذي يتضمن تلاميذ التعليم المتوسط (سنة الرابعة متوسط). وتم اختيار السنة الرابعة متوسط لأن:

-معظم الحالات المعلن عنها هي ما بين سن 14-15-16سنة.

-معظم الدراسات السابقة التي تناولت موضوع الانتحار أو الضغط النفسي استهدفت فئة المراهقين المتمدرسين في مرحلة الثانوية، والمرحلة الجامعية (في حدود البحث واطلاع الباحثة).

-كما أن مقياس الميول الانتحارية يتم تطبيقه على كل ما يفوق سنه 13 سنة.

وبالرغم من نقص إمكانيات الباحثة (البشرية، المادية، الوقت والجهد)، الا أننا أردنا استخدام أسلوب المسح الشامل، وكان ذلك تحديا منا لتسليط الضوء على ظاهرة الانتحار في الوسط المدرسي في مرحلته الأولى (الأفكار الانتحارية)، ليكون البحث بمثابة دراسة استكشافية ووقائية ما إذا كانت هناك حالات تستدعي تدخل المختصين في الميدان (مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني، مصلحة الصحة المدرسية) قبل المرور للفعل والتنفيذ السلوك الانتحاري.

-تكتم الجهات المعنية عن الاحصائيات الفعلية لمعدلات الانتحار والمحاولات الانتحارية، خاصة مديرية التربية لولاية قالمة، الجهات الأمنية (الأمن الوطني، الدرك الوطني، الحماية المدنية) مما زادنا حافزا للنزول الى الوسط المدرسي.

-تزايد المرتفع للحالات الانتحار والمحاولات الانتحارية في الوسط مدرسي خاصة فئة المراهقين المتمدرسين.

- ولكن لم نتمكن من استخدامه لعدة مبررات نذكرها:

- لم يسمح لنا بتوزيع الاستبيانين في متوسطتين هما: متوسطة 5 جويلية 1962، ومتوسطة زغد ودي الطاهر بالرغم من الزيارات المتكررة والمحاولات مع مدير المؤسسة لكن دون جدوى، ودون فهم الأسباب (عراقيل إدارية). بالرغم من أن في متوسطة 5جويلية 1962 وحسب آراء بعض مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني أنه تم الاقدام على الفعل الانتحاري (حالة انتحرت، وحالتين محاولة انتحار).
- أيضا بعض الأقسام لم يسمح لنا بتوزيع الاستبيانين بسبب عدم اكمال البرنامج الدراسي المقرر للسنة الدراسية 2023-2024، ونظرا لأن التلاميذ مقبلين على اجتياز شهادة التعليم المتوسط وجب اكماله.

2) تحديد أفراد المجتمع الأصلي للدراسة:

ان زيارتنا لمديرية التربية لولاية قالمة، تم تحديد عدد جميع أفراد المجتمع الأصلي (تلاميذ السنة الرابعة متوسط)، وعدد التلاميذ المنتمون لكل مؤسسة ذكورا واناثا، وتم تحديد المتوسطات المتواجدة في بلدية قالمة -قالمة-(20) متوسطة وملحقة للسنة الدراسية 2023-2024، وكان عدد التلاميذ فيها (2878).

3) تحديد عينة الدراسة:

- ان استخدام الباحث للعينات العشوائية لا يكون متاحا وممكنا في الكثير من الأحيان، وذلك راجع لعدة أسباب أهمها: عدم توفر إطار المعاينة، امتناع المفردات عن التعاون مع الباحث، ولذلك يوجد نوع آخر من العينات لا تعتمد على العشوائية، (خليفي، 2017، ص286)، كما أن العينة الغير الاحتمالية يقصد بها جمع المعلومات من الأفراد المتوفرين أو الراغبين بتقديم المعلومات للباحث. (الضامن، 2007، ص171). وعليه تم الاعتماد في الدراسة الحالية على **العينة العرضية** أو كما تعرف أيضا بالعينة الصدفة، والتي نجدها ضمن تصنيف العينات الغير عشوائية (غير احتمالية) والتي يتجه اليها الباحث في اختيار المفردات التي تصادفه. (سليماني، 2022، ص1077).

كما يضيف (دويدري،2000) أنه يعطي لهدا النوع من العينات لعناصر مجتمع الدراسة الأصلي حرية الاختيار في المشاركة في الدراسة، بحيث لا يكون هناك تحديد مسبق لمن تشملهم العينة، بل يتم اختيار أفراد العينة من بين أول مجموعة يقابلهم الباحث، بحيث يوافق هؤلاء على المشاركة في الدراسة، وذلك ضمن شروط تضمن تمثيلا معقولا لمجتمع البحث. (دويدري، 2000، ص315)

حيث تم توزيع الاستبيانين (الضغط النفسي-الميول الانتحارية) على المراهقين المتمدرسين في أقسام السنة الرابعة متوسط للسنة الدراسية 2023-2024في 18 متوسطة وملحقة في مدينة قالمة.

-لقد تم اجراء الدراسة الحالية على عينة قوامها (770) مراهق متمدرس في الطور المتوسط للسنة الدراسية 2023-2024.

-مع العلم أن العينة الكلية كان عددها 1101مراهق متمدرس وأثناء تفريغ البيانات الخاصة بأدوات الدراسة المتعلقة بمتغيرات البحث في برنامج الحزمة الإحصائية تم اقصاء (331) مفردة لم تستوفي شروط الدراسة من حيث اجاباتهم على مقاييس الدراسة الحالية بسبب:

-الإجابات النمطية.

-الإجابات الناقصة.

- الإجابات على البنود غير مكتملة الاجابة، بسبب اهمال إجابة هذا البند أو ذاك سهوا أو عمدا، بالرغم من متابعة الباحثة بالتعاون والتنسيق في بعض الأحيان مع مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني.

-مجموع الاستجابات عن الاستبيان الضغط النفسي أقل من 42 وبالتالي التلميذ لا يعاني من الضغط النفسي.

وفي الجدول الموالي سنوضح عدد الاستبيانات الموزعة، الاستبيانات الملغاة، الاستبيانات المعتمدة في الدراسة وتم تفريغها في برنامج الحزمة الإحصائية فعلى أساسها تم تحديد حجم العينة.

الجدول رقم (25): يبين عدد الاستبيانات الموزعة، الاستبيانات الملغاة، الاستبيانات المعتمدة في الدراسة.

المتوسطة	عدد الاستبيانات الموزعة	عدد الاستبيانات الملغاة	عدد الاستبيانات المستخدمة في الدراسة
عبد الحميد بن جميل	77	22	55
ميمون علي	68	31	35
بن سديره المداني	58	15	43
صالح مخلوفي	77	25	52
علامي لخضر	76	19	57
عبد الله بوراس الكاملي	56	6	50
عبد المجيد بوكحيلي	26	13	13
مفدي زكرياء	50	22	28
بن ناصر مسعود	85	37	48
مالك بن نبي	89	34	55
خلة لخضر	69	26	43
ملحقة خلة لخضر	51	13	38
عبان رمضان	30	08	22
محمد عبده	30	08	22
11 ديسمبر 1960	46	14	32

8 ماي 1945	72	08	64
رحابي صالح	51	07	44
محمد صالح زواوي	59	14	45
بولوح مبارك	33	09	24
المجموع	**1101**	**331**	**770**

المصدر: من اعداد الباحثة.

يتبين من الجدول الموضح أعلاه عدد الاستبيانات الموزعة في الاجمال قدرت ب (1101)، وعدد الاستبيانات الملغاة (331)، بينما عدد الاستبيانات التي تم الاستعانة بها في الدراسة وتفريغها في برنامج الحزمة الإحصائية (SPSS) فبلغ العدد (770).

وعليه فقد حددت عينة التلاميذ في دراستنا ب (770) من المراهقين المتمدرسين (تلميذا وتلميذة) يدرسون السنة الرابعة متوسط للسنة الدراسية 2023-2024 في متوسطات مدينة قالمة.

2-4-1-شروط اختيارعينة الدراسة:

- أن يكون جميع مفردات عينة الدراسة من المجتمع الأصلي للدراسة.

- السن ما بين 14-19 سنة

- أن يكون جميع مفردات العينة يعانون من الضغط النفسي.

- أن يكون جميع أفراد العينة مراهقين متمدرسين في الطور المتوسط (المتوسطة) للسنة الدراسية 2023-2024 تابعة لمدينة قالمة –قالمة – الجزائر.

2-4-2-حجم العينة الدراسة الأساسية:

لقد تم اجراء الدراسة الحالية على عينة قوامها (770) مراهق متمدرس في الطور المتوسط للسنة الدراسية 2023-2024 مع العلم أنه العينة الكلية كان عددها 1101مراهق متمدرس، ولقد تم الغاء 331 مفردة لم تستوفي شروط الدراسة من حيث اجاباتهم على مقاييس الدراسة الحالية.

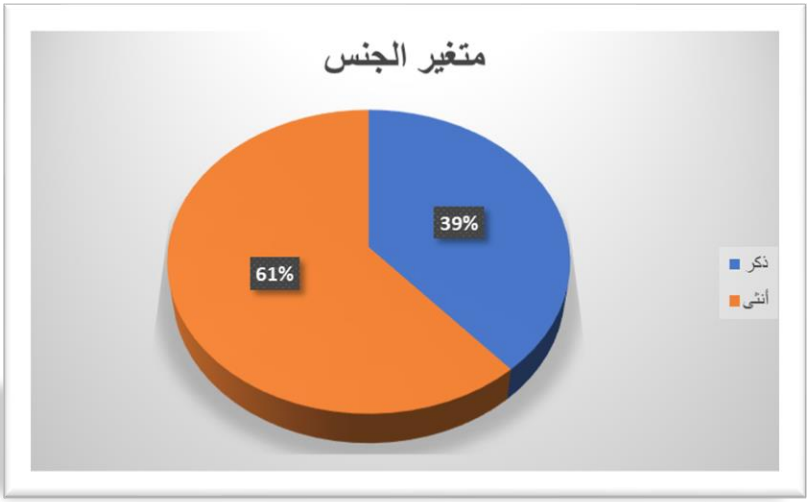
- **خصائص عينة الدراسة حسب الجنس:**

جدول رقم (26): يمثل توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس.

الجنس	التكرارات	النسبة المئوية
ذكر	297	%38.57
اناث	473	%61.42
المجموع	770	%100

المصدر: من اعداد الباحثة.

يتضح لنا من خلال الجدول السابق أن هناك تباينا في نسبة الاناث التي بلغت (473) بنسبة مئوية قدرت ب (38.57%)، مقارنة بعدد الذكور التي تمثلت 297 فقط بنسبة مئوية بلغت (61.42%) من عينة الدراسة.



الشكل رقم (05): يمثل توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب الجنس.

من الشكل السابق يتضح أن نسبة الاناث بالنسبة للعينة الدراسة الأساسية بلغت (61%)، وهي أكبر من نسبة الذكور حيث قدرت ب (39%)

2-5-أدوات جمع البيانات الدراسة:

يعتبر الاستبيان أداة من أدوات البحث العلمي للحصول على الحقائق، والتوصل الى الوقائع والتعرف على الظروف والأحوال ودراسة المواقف والاتجاهات... (دويدري، 2000، ص330). اعتمدنا في الدراسة الحالية على مقياسين لقياس المتغيرات المراد بحثها وهما كالتالي:

2-5-1-مقياس الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين:

- لقد تم الاطلاع على مقياس " **مصادر الضغط النفسي عند المراهقين**" من تصميم " فايزة غازي عبد الله " المتكون من خمس أبعاد سنة 2014.

- مقياس " **الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين** " من تصميم " خرباش/ طوبال" سنة 2016، والمتكون من أربعة أبعاد.

- مقياس " **مو اقف الحياة الضاغطة**" من تصميم زينب محمود شقير سنة (2003)، ويتكون من عدة مصادر للضغوط النفسية (الضغوط الأسرية، الاقتصادية، الدراسية، الاجتماعية. الانفعالية، الشخصية، والصحية) كل بعد يتكون من (10) بنود.

بعد اطلاع الباحثة على عدد من الدراسات والأدبيات ومراجعة بعض المقاييس ذات العلاقة بموضوع البحث:

- تم الاعتماد على المقياس الذي أعدته كل من خرباش هدى وطوبال فطيمة سنة (2016)، لأنه يتناسب مع الدراسة الحالية.
- وقد أشارت الباحثتان أنه تم الاطلاع على العديد من الدراسات والأدبيات التي تناولت الضغوط النفسية ومجالاتها، وكذلك نتائج الدراسات السابقة والأطر النظرية ومن هذه الدراسات:

- دراسة العبادي (1995).

- دراسة سلاف مشري (2012).

- دراسة عبد الله بن حميد السهلي (1431هـ).

- بالإضافة الى استشارة عدد من الأساتذة في علم النفس والإرشاد النفسي والقياس النفسي.

- الاطلاع على عدد من المقاييس في مجال الضغوط النفسية، ومنها:

-مقياس الضغوط النفسية لدى طلبة المرحلة الثانوية للباحثة الفلسطينية نبيلة أحمد جبر أبو الحبيب سنة 2010.

- مقياس الضغط المدرسي للباحثة الجزائرية عبدي سميرة سنة 2011 المقنن من مقياس الدكتور لطفي عبد الباسط إبراهيم.

-ومقياس الضغط النفسي لتنهيد عادل فاضل البيرقدار جامعة الموصل سنة 2011.

- أيضا مقياس الضغوط النفسية لعبد العباس مجيد تايه اللامي جامعة المستنصرية.

- ومقياس الضغط النفسي لوداد زرماني سنة 2011.

يتألف المقياس بشكله الأصلي والنهائي من 42 عبارة مقسمة على أربعة أبعاد كالتالي:

البعد الأول: الضغوط الدراسية ويتضمن (8) بنود.

البعد الثاني: الضغوط الشخصية ويتضمن (12) بندا.

البعد الثالث: الضغوط العلائقية ويتضمن (11) بندا.

البعد الرابع: الأعراض الفيزيولوجية ويتضمن (11) بندا.

- **مفتاح تصحيح المقياس:**

عبارات المقياس مرتبة ترتيبا دائريا، بحيث تكون العبارة الأولى من البعد الأول (الضغوط الدراسية)، والعبارة الثانية هي العبارة الأولى من البعد الثاني (الضغوط الشخصية)، والعبارة الثالثة هي العبارة الأولى من البعد الثالث (الضغوط العلائقية)، والعبارة الرابعة هي العبارة الأولى من البعد الرابع (الأعراض

الفيزيولوجية)، والعبارة الخامسة هي العبارة الثانية من البعد الأول، وهكذا حتى نتجنب معرفة المفحوص باتجاه البنود في المقياس وفيما يلي مفتاح تصحيح مقياس الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين:

جدول رقم (27): يبين مفتاح تصحيح مقياس الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين.

الرقم	الأبعاد	أرقام العبارات	عدد العبارات	درجات كل بعد
1	-الضغوط الدراسية.	29.25.21.17.13.9.5.1	8	32-8
2	-الضغوط الشخصية.	42.39.36.33.30.26.22.18.14.10.6.2	12	48-12
3	-الضغوط العلائقية.	40.37.34.31.27.23.19.15.11.7.3	11	44-11
4	-الأعراض الفيزيولوجية.	41.38.35.32.28.24.20.16.12.8.4	11	44-11

- **تحديد نوع الاستجابة وطريقة التصحيح:**

تعتبر طريقة ليكرت "Likert " أنسب الطرق في تقدير استجابة المبحوثين، حيث تندرج فيها الإجابة من أقصى درجات الموافقة الى أقصى درجات الرفض، وتندرج طريقة ليكرت على خمس مستويات، وقد استخدمت الباحثة أربعة مستويات فقط لتسهيل استجابة أفراد العينة، وهي على النحو التالي:

إذا المبحوث أجاب بعبارة (دائما) حصل على ثلاث درجات، وإذا أجاب (أحيانا) حصل على درجتين، وإذا أجاب (نادرا) حصل على درجة واحدة. وإذا أجاب (أبدا) حصل على الصفر، وتشير الدرجة المرتفعة الى ضغوط نفسية عالية.

جدول رقم (28): يمثل مستويات الضغط النفسي.

أكثر من 126	126-84	84-42	أقل من 42
ضغط نفسي حاد.	ضغط نفسي مرتفع	ضغط منخفض	لا يعاني من الضغط

اذن يتكون المقياس الضغط النفسي من أربعة أبعاد و(42) عبارة يتم تصحيحها كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (29): يمثل كيفية التصحيح.

تنطبق دائما	تنطبق أحيانا	تنطبق نادرا	لا تنطبق أبدا
ثلاث (3) درجات	درجتين (2)	درجة واحدة (1)	درجة الصفر (0)

من خلال الجدول السابق يتضح أنه يتم إعطاء درجة مناسبة وفق لكل إجابة على البدائل، وذلك على جميع ففقرات المقياس وبذلك تكون أدنى درجة نظرية للمقياس هي (42) وأعلى درجة هي (126) ويكون المتوسط الفرضي للدرجة الكلية للمقياس يساوي (63).

- ❖ يتم استخراج المتوسط الفرضي للمقياس بجمع قيم البدائل الأربعة (0+1+2+3) وقسمتها على عدد البدائل الأربعة (4) فيكون الناتج واحد ونصف (1.5) ومن ثم يضرب في عدد فقرات المقياس (42) فيكون المتوسط الفرضي (63).
- ❖ ونشير الى أن جميع العبارات قد صيغت في الاتجاه السلبي، بمعنى أنه كلما زادت الدرجة على المقياس كلما كان ذلك دليلا على أن الفرد يعاني من أعراض الضغط النفسي.

- **تعليمة مقياس الضغط النفسي:**

يتكون المقياس من (42) عبارة، اقرأ كل منها وأجب عنها باختيار إجابة واحدة من الإجابات الأربعة الموضحة وذلك بوضع الإشارة (*) تحت الإجابة التي تناسبك، علما أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، وانما تعبر الإجابة عن وجهة نظرك.

- **ثبات وصدق المقياس:**

-صدق المقياس:

تم التحقق من صدق عبارات المقياس بأنواع مختلفة، ومن طرق حساب الصدق نذكرها فيا يلي: صدق المحتوى، الصدق الظاهري، الصدق التكويني باستخدام الاتساق الداخلي، الصدق التمييزي، الصدق الذاتي.

-ثبات المقياس:

تم التحقق من ثبات المقياس بعدة طرق حيث أجريت الدراسة على عينة بلغت 30 تلميذا وتلميذة متمدرسين في مرحلة التعليم الثانوي. ومن بين هذه الطرق: طريقة التطبيق وإعادة التطبيق فكان معامل الارتباط يساوي (0.96)، أيضا طريقة ألفا كرو نباخ ويساوي (0.87)، بالإضافة الى حساب معاملات ثبات أبعاد المقياس تراوحت ما بين (0.52-0.65). وكل هذه القيم تدل على تمتع المقياس بدرجة جيدة من الثبات.

- ❖ لقد قامت الباحثة بإعادة التحقق من صدق وثبات المقياس من خلال تطبيقه على عينة تكونت من (30) تلميذا وتلميذة متمدرسين في مرحلة التعليم المتوسط، لاعتبار:

-أن المقياس المعتمد في الدراسة الحالية كان موجه للمراهقين المتمدرسين بالثانوية، والذين تتراوح أعمارهم ما بين 16 و19 سنة. بينما دراستنا هم المراهقين المتمدرسين في مرحلة التعليم المتوسط، والذين تتراوح أعمارهم بين 14-17 سنة لذلك تم إعادة التحقق من الخصائص السيكو مترية في الدراسة الاستطلاعية.

- ❖ **مبررات استخدم المقياس في الدراسة الحالية:**

-تناسب المقياس وطبيعة العينة التي يستخدم معها، وتتلاءم مع الفئة العمرية للدراسة الحالية وهي فئة المراهقين المتمدرسين.

-تكون المقياس من أربعة أبعاد تمثلت في مصادر الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين، وهذا من بين متغيرات الدراسة الحالية. فمن بين أهدافها التعرف على مصادر الضغط النفسي لدى هذه الفئة العمرية. والملحق يبين مقياس الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين.

2-5-2-مقياس الميول الانتحارية:

بعد الاطلاع الباحثة على عدد من الدراسات التي تناولت موضوع الانتحار، وعلى الاستبيانات والمقاييس لعدد من الباحثين في الميدان من بينهم:

- استبيان " **الانتحار لدى الراشدين** " للأستاذ الدكتور بشير معمرية والمكون من (21) بند.
- مقياس " **تصور الانتحار**" للدكتور حسين فايد من سوريا المكون من 10 بنود.
- مقياس " **الميول الانتحارية**" ل معوشة عبد الحفيظ سنة 2017.
- مقياس" **التفكير الانتحاري** " المتفرع من قائمة تقدير الشخصية، المؤلف من طرف موراي سنة 1991، كيفه للعربية مصري حذورة 1998، واعده بدر محمد الأنصاري 2004، والمتكون من اثنتا عشر (12) بندا.
- مقياس " **تصور الانتحار**" ل " Rudd " سنة 1988 الذي يتكون من 10 عبارات، تمثل تصور الانتحار الكامن الى تصور أكثر وضوحا أو أفكار مكثفة، وفي النهاية محاولات انتحار فعلية.
- مقياس " **توقع التفكير في الانتحار** " من تصميم محمد نجيب عيد سنة 2022 يتكون من 25 بندا، صمم في البيئة المصرية.
- مقياس " **الأفكار الانتحارية لدى الطلبة الجامعيين**" من تصميم حبال ياسين، كرامة كوثر شهرزاد سنة 2024، والمتكون من 38 بند موزعة على (03) أبعاد.

-تم الاعتماد على مقياس الميول الانتحارية الذي صممه معوشة عبد الحفيظ سنة (2017)، لأنه يتناسب مع الدراسة الحالية، يتكون المقياس في صورته النهائية من (57) بند، يجاب عنها بخمس بدائل هي: " معارض

بشدة" " معارض "، " محايد"، " موافق"، " موافق بشدة". وقد تم تصميمه على مراحل وكانت خطوات اعداده كما يلي:

1-قام الباحث " معوشة عبد الحفيظ " بالاطلاع على العديد من الدراسات والمقاييس التي تناولت موضوع الانتحار.

2-قام بإجراء مجموعة من المقابلات مع مجموعة من الشباب من بينهم أربعة شبان لديهم محاولات انتحارية سابقة.

3-تبنى مصمم المقياس الحالي النظرية السلوكية المعرفية.

4-قام الباحث بعرض المقياس على مدير البحث الأستاذ لوكيا الهاشمي في صورته الأولية ليصبح المقياس يضم (63) بندا

5-بعدها قام الباحث بتوزيع المقياس في صورته الثانية على عدد من المحكمين في مجالي علم النفس وعلم الاجتماع واللغة العربية في بعض الجامعات الجزائرية والعربية.

6-بعدها قام المصمم بإجراء التعديلات (تعديل وحذف) بلغ عدد البنود المقياس في صورته الثالثة (60) بندا.

7-بعدها قام الباحث بحساب الخصائص السيكو مترية للمقياس، حيث بعد حساب الصدق التكويني تم حذف (03) بنود لعدم دلالتها احصائيا، ليصبح المقياس في صورته النهائية (57) بندا.

- البنود موزعة على ستة أبعاد كما هو موضح في الجدول التالي:

جدول رقم (30): يوضح توزيع بنود الاستبيان على أبعاده.

الأبعاد	البنود
-الدو افع الاجتماعية للانتحار.	57.55.51.49.41.39.38.31.26.20.15
-التفكير الانتحاري.	56.54.52.50.48.47.46.45.40.36.24

-الميل لإيذاء الذات.	43.29.28.22.21.16.13.11.6.2
-الرغبة في الموت.	44.37.35.34.30.25.19.5
-اللامبالاة والتشاؤم اتجاه الحياة.	53.42.32.27.17.14.10.8.7.4.1
-الاستعداد لتنفيذ الانتحار.	33.23.18.12.9.3

- **كيفية تطبيق المقياس:**

يمكن تطبيق هذا المقياس فرديا أو جماعيا على كل من يفوق 13 سنة دون أية شروط.

- **تعليمة المقياس:**

اخواني، أخواتي الشباب:

-في الصفحات الموالية تجدون بعض الآراء، نريد معرفة موقفكم منها.

-الرجاء منكم الإشارة الى أهمية كل رأي في الخانة المناسبة لها على يسار الورقة وذلك بوضع علامة (*).

-كل رأي يمكن الإشارة اليه من (غير موافق بشدة) الى (موافق بشدة).

-نطلب منكم استعمال كل الاختيارات وهذا وفقا لما يناسبكم.

-مع العلم أنه لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة فأي إجابة تعتبر صحيحة طالما هي تعبر عن شعورك الحقيقي.

- **طريقة تصحيح المقياس:**

يتضمن هذا الاستبيان عبارات موجبة وأخرى سالبة، والعبارات السالبة هي: 20-21-22-26-28-51-56.

فالإجابات الموجبة إذا أجاب عليها المفحوص ب " موافق بشدة " يعطى خمس درجات (5)، وإذا أجاب ب " موافق " يعطى أرع درجات (4)، وإذا أجاب بمحايد يعطى ثلاث درجات (3)، وإذا أجاب ب " معارض " يعطى درجتين (2)، وإذا أجاب ب " معارض بشدة " يعطى درجة واحدة (1).

-والعكس بالنسبة للإجابات السالبة أي إذا أجاب المفحوص " معارض بشدة "يعطى خمس درجات (5)، وإذا أجاب ب "معارض" يعطى أربع درجات (4)، وإذا أجاب ب " محايد" يعطى ثلاث درجات (3)، وإذا أجاب ب " موافق" يعطى درجتين (2)، وإذا أجاب ب " موافق بشدة "يعطى درجة واحدة (1).

-أقصى درجة يمكن الحصول عليها هي (285)، وأقل درجة هي (57).

- **مستويات الميل الانتحاري:**

حدد الباحث "معوشة عبد الحفيظ " مستويات الميل الانتحاري وكانت النتائج كما يلي:

جدول رقم (31) يوضح مجالات مستوى الميل الانتحاري.

المجال	المستوى
(57-123)	منخفض
(124-219)	متوسط
(220-285)	مرتفع

- **الخصائص السيكو مترية للمقياس:**

من أجل هذا عمد الباحث لتطبيق المقياس على عينة قوامها (409) شاب من الجنسين تراوحت أعمارهم بين 16 و30 سنة، في الفترة الممتدة بين مارس 2012 ومارس 2013.

وعليه سيتم عرض الخصائص السيكو مترية للمقياس فيما يلي:

أ- صدق المقياس:

لقد تم حساب صدق الاستبيان بطرق مختلفة منها:

❖ **صدق المحكمين:**

حيث قام مصمم المقياس بتوزيعه على عدد من المحكمين والخبراء في مجال علم النفس وعلم الاجتماع واللغة العربية، وبعد قيام الباحث بالتعديلات اللازمة للأداة بلغ عدد البنود المقياس في صورته بعد هذه الخطوة 60 بندا.

❖ **الصدق التكويني:**

بعد التأكد من صدق المحكمين الأداة الدراسة قام الباحث بحساب الاتساق الداخلي، وذلك باستخدام معامل ارتباط بيرسون لقياس العلاقة بين كل من الدرجة الكلية للبعد، والدرجة الكلية للمقياس عند عينة الذكور وعينة الاناث وعند العينة الكلية للدراسة من جهة، وبين الدرجات الكلية لأبعاد الاستبيان من جهة أخرى. وكلها أشارت بتمتع المقياس بدرجة عالية من الصدق.

ب- ثبات المقياس:

❖ **طريقة معامل ألفا كرونباخ:**

قام الباحث " معوشة عبد الحفيظ " بحساب معامل ألفا كرو نباخ، وجاءت النتائج كالتالي:

جدول رقم (32): يمثل قيم معامل ألفا كرونباخ.

العينة	معامل ألفا كرونباخ
العينة الكلية	**0.700**
عينة الذكور	**0.697**
عينة الاناث	**0.704**

وعليه يتضح من خلال الجدول أعلاه أن النتائج تؤكد ثبات المقياس كون قيم ألفا كرو نباخ للعينات الثلاث (العينة الكلية، الذكور، الاناث) جاءت مرتفعة.

❖ **طريقة التجزئة النصفية:**

حيث قام الباحث باستخراج درجتين لكل فرد من أفراد العينة، الأولى للبنود الفردية والثانية للبنود الزوجية، ثم قام بحساب معامل الارتباط بين الدرجتين، فكانت النتائج لعينة الذكور، حيث قدر معامل

الارتباط 0.844 وبعد التصحيح 0.916، بالنسبة لعينة الاناث فبلغ معامل الارتباط 0.838، وبعد التصحيح 0.912، أما العينة الكلية فقدر معامل الارتباط ب 0.841 وبعد التصحيح 0.913. مما يؤكد ثبات المقياس. وعليه بما أن المقياس يتميز بدرجتي صدق وثبات كبيرتين، فعليه يمكن تطبيقه في الدراسة الحالية، ولكن بالرغم من ذلك كان من الأفضل إعادة الفحص والتحقق من الخصائص السيكو مترية من طرف الباحثة، كما هو موضح في الدراسة الاستطلاعية قبل استخدامه في الدراسة الأساسية.

❖ **مبررات استخدام المقياس في الدراسة الحالية:**

-تم بناء وتصميم المقياس بالاعتماد على النظرية السلوكية المعرفية التي تفترض أن الأنماط المعرفية تتوسط السلوك الانتحاري واسهامات الباحث في ميدان الانتحار أدوين شنايدمان (Edwin Sheidman) الذي أقر بالسمات السيكولوجية العشر للنزوعات الانتحارية، والتي تم التطرق اليها في الشق النظري. والدراسة الحالية تقوم على هذه النظرية.

-تناسب المقياس وطبيعة العينة التي يستخدم معها، وتتلاءم مع الفئة العمرية للدراسة الحالية وهي فئة المراهقين. حيث صمم هذا المقياس لمرحلتي المراهقة والشباب.

-حداثة تصميم المقياس الميول الانتحارية الذي صمم سنة 2017 مقارنة بالمقاييس الأخرى التي تم الاطلاع عليها، بالإضافة الى أن المقياس صالح للتطبيق على كل من هم فوق 13 سنة دون التقيد بأية شروط.

-تعد مرحلة الوقاية أولى الخطوات لتصدي لظاهرة الانتحار والمقياس المعتمد في الدراسة يعتبر أداة تشخيصية لقياس الميل الانتحاري، وتساعد كذلك على تشخيص والكشف عن الحالات التي يمكن أن تمر الى الفعل الانتحاري وهذا ما يناسب دراستنا.

➢ بالإضافة الى **المقابلة** التي تعتبر أساسا في البحث العلمي، والتي استعملت لغرضين:

1-كوسيلة مقصودة لجمع البيانات، ومن أجل التأكد من صحة البيانات والاستجابات المقدمة من طرف المبحوثين خاصة منهم ذوي المستوى المرتفع من التفكير الانتحاري، لاتخاذ إجراءات وقائية وتفادي المرور

للفعل الانتحاري من طرف التلاميذ المتمدرسين، وذلك بالاتصال بمستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني بالمركز، وبالتعاون مع مصلحة الصحة المدرسية.

2-كوسيلة داعمة للأداتين السابقتين لجمع البيانات من خلال تقديمهما في شكل مقابلة تمهيدية لتطبيق الاستبيانين على تلاميذ المرحلة التعليم المتوسط للسنة الدراسية 2023-2024.

6-2-أساليب المعالجة الإحصائية:

لإجابة عن تساؤلات الدراسة، وكذا التأكد من صحة فرضيات الدراسة، استعانت الباحثة في المعالجة الإحصائية للبيانات بنظام (SPSS)، حيث تم استخدام الأساليب الإحصائية التالية:

الجدول رقم (33): يمثل الأساليب المستخدمة في الدراسة الحالية.

الإحصاء الوصفي	الإحصاء الاستدلالي
-النسب المئوية. -التكرارات. -المتوسطات الحسابية. -الانحرافات المعيارية.	-معامل الارتباط بيرسون. -معادلة سبيرمان براون. -معامل ألفا كرونباخ. -الاتساق الداخلي. -اختبار التوزيع الطبيعي للبيانات. -معامل الارتباط ايتا (نسبة الارتباط). -اختبار Mann Whitney

المصدر: من اعداد الباحثة.

من خلال الجدول السابق يتضح أنه:

- تم استخدام **الإحصاء الوصفي** من خلال:

-التكرارات والنسب المئوية : للتعرف على خصائص أفراد العينة الدراسة، وكذلك للتعرف على النسب المئوية وتكرارات الأفراد الذين اختاروا وأجابوا على بديل من بدائل لاستبيانات المستخدمة في الدراسة.

-**المتوسطات الحسابية:** وذلك من معرفة مدى ارتفاع وانخفاض استجابات الأفراد الدراسة لكل عبارة من الاستبيانات المعتمدة في الدراسة.

-**الانحرافات المعيارية.**

- أيضا تم استخدام **الإحصاء الاستدلالي** من خلال:

-**اختبار التوزيع الطبيعي:** :**Kolmogrov-Smirnov** تم استخدام هذا الاختبار للتأكد من التوزيع الطبيعي للبيانات فحجم العينة أكثر من 50 مفردة.

-**معامل الارتباط ايتا (نسبة الارتباط):** وهو معامل ارتباط بديل لمعامل الارتباط بيرسون وتم استخدامه في دراستنا لان العلاقة غير خطية بين المتغيرين.

-**اختبار** :**Mann whitney** وهو اختبار بديل لاختبار t test لعينتين مستقلتين حيث تم الاعتماد عليه في دراستنا الحالية لان شرط اعتدالية التوزيع الطبيعي للبيانات لم يتحقق.

- بالإضافة الى معاملات الارتباط بالنسبة لفحص والتحقق من الخصائص السيكو مترية للأدوات الدراسة، فقد تم الاستعانة بالأدوات الإحصائية التالية:

-**معامل الارتباط بيرسون:** لقياس ثبات الاستبيانين تم الاستعانة بعامل الارتباط بيرسون.

-

معامل التصحيح بمعادلة سبيرمان -براون: لتصحيح طول الاستبيان.

-معامل ألفا كرو نباخ.

-الاتساق الداخلي.

خلاصة الفصل:

تضمن هذا الفصل الخطوات العملية لإجراءات المنهجية للدراسة الحالية، ابتداء بالدراسة الاستطلاعية ومن أهم أهدافها التأكد من مدى صلاحية أدوات الدراسة، كما احتوى على عرض المنهج المعتمد في الحصول على البيانات الامبريقية للدراسة، مع ابراز مجالات الدراسة وحدودها، أيضا تم تبيان مجتمع الدراسة وعينتها، بالإضافة الى عرض أدوات الدراسة، وفي الأخير أهم الأساليب الإحصائية المستخدمة في معالجة البيانات، ويلي هذا الفصل فصل عرض وتحليل ومناقشة النتائج التي توصلت اليها الباحثة.

الفصل الخامس:

عرض وتحليل ومناقشة نتائج الفرضيات الدراسة

المحتويات الفصل الخامس: عرض وتحليل ومناقشة نتائج فرضيات الدراسة.

-تمهيد الفصل.

1-عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية العامة.

2-عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الجزئية الأولى.

3-عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الجزئية الثانية.

4-عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الجزئية الثالثة.

5-عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الجزئية الر ابعة.

6-عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الجزئية الخامسة.

7-عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الجزئية السادسة.

8-عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الجزئية السابعة.

9-عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الجزئية الثامنة.

10-الاستنتاج العام لنتائج الدراسة.

-تمهيد الفصل:

خلال هذا الفصل سنتطرق الى عرض وتحليل ومناقشة إجابات المبحوثين من أجل اختبار فرضيات الدراسة الحالية، وللإجابة عن التساؤلات المطروحة من خلال التعرف على العلاقة بين مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس، وما اذا كانت العينة تتسم بمستوى مرتفع من الضغط النفسي، وما اذا كانت تتسم أيضا بمستوى مرتفع من الأفكار الانتحارية، الى جانب ذلك نسعى الى التعرف على العلاقة بين مصادر الضغط النفسي بمختلف أبعاده والأفكار الانتحارية، أيضا الكشف عن الفروق في مصادر الضغط النفسي، والأفكار الانتحارية حسب متغير الجنس، ومناقشة كل ذلك على ضوء الدراسات السابقة والتراث النظري.

1-عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية العامة:

1-1-عرض وتحليل نتائج الفرضية العامة:

- **تنص الفرضية العامة:** توجد علاقة ارتباطية بين مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.
- وللتحقق من صحة الفرضية قمنا ب قمنا من التحقق من شرطين:
- اعتدالية التوزيع الطبيعي للبيانات.
- خطية العلاقة بين المتغيرين (مصادر الضغط النفسي، الأفكار الانتحارية).
- التحقق ما إذا كانت البيانات تتبع التوزيع الطبيعي أم لا وذلك باستخدام اختبار-Kolmogorov Smirnov
- وعليه: نطرح الفرضية الصفرية الخاصة بالتوزيع الطبيعي: البيانات تتبع التوزيع الطبيعي.
- الفرضية البديلة تنص على أنه: البيانات لا تتبع التوزيع الطبيعي.

الجدول رقم (34): يمثل نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لكل من Kolmogrov-Smirnov و-Shapiro wilk.

	Kolmogrov-Smirnov			Shapiro-Wilk		
	القيمة	العينة	Sig	القيمة	العينة	Sig
متغير الأفكار الانتحارية	0.122	770	0.000	0.923	770	0.000
متغير مصادر الضغط النفسي	0.065	770	0.000	0.972	770	0.000

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

من خلال الجدول أعلاه يظهر لنا من خلال نتائج التحليل الاحصائي: اختبار شبيرو-ويلك Shapiro-Wilk، وكذلك اختبار كولمجروف -سمرنوف Kolmogrov-Smirnov ، ففي دراستنا العينة أكبر من 50 سنعتمد على اختبار كولمجروف -سمرنوف للتوزيع الطبيعي بدل استخدام اختبار Shapiro-wilk هذا الأخير يستخدم في حالة العينة أقل من 50.

يلاحظ أن قيمة مستوى الدلالة (Sig) لكلا المتغيرين الضغط النفسي والأفكار الانتحارية تساوي على التوالي (0.000)، (0.000) وهاتين القيمتين أقل من 0.05.

- وبالتالي بعد اختبار الفرضية الصفرية باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية تبين أن: مستوى دلالة الاختبار كل من كولوموغوروف-سميرنوف أقل أو يساوي مستوى الدلالة المفترض(0,05)

Sig≤0,05

في هذه الحالة يتم رفض الفرضية الصفرية واستدلالا يتم قبول الفرضية البديلة التي تنص: على أن البيانات لا تتبع التوزيع الطبيعي.

- وعليه شرط الاعتدالية لم يتحقق.

- من خلال لوحة الانتشار للمتغيرين مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية نلاحظ بأنه لا توجد علاقة خطية بين المتغيرين. (انظر الملاحق).

- حيث تبين أن درجات متغير الضغط النفسي ليس له علاقة خطية مع درجات متغير الأفكار الانتحارية من الخطأ استخدام معامل الارتباط بيرسون في الحالة عدم تحقق شرط الخطية بين المتغيرين، وبالتالي سيتم استخدام الاختبار بديل لمعامل الارتباط بيرسون هو معامل الارتباط " ايتا أو ما يسمى بنسبة الارتباط " (بكوش، ص274، 2023).

الجدول رقم (35): يمثل قيمة معامل الارتباط ايتا Eta بين المتغيرين مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية.

المتغير	القيمة
مصادر الضغط النفسي	0.999
الأفكار الانتحارية	0.974

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

من خلال الجدول أعلاه وحسب نتائج (spss)تظهر قيمتين لمعامل اختبار " ايتاEta "نأخذ القيمة العليا في حالة ما إذا كان متغير مصادر الضغط النفسي هو المتغير التابع ومتغير الأفكار الانتحارية هو المتغير المستقل، نأخذ القيمة الدنيا في حالة إذا كان المتغير مصادر الضغط النفسي هو المتغير المستقل، ومتغير الأفكار الانتحارية هو المتغير التابع.

- وعليه كإجابة على الفرضية العامة للدراسة نجد أن قيمة معامل الارتباط " ايتا Eta"يساوي (0,974).

-وهي قيمة تدل على وجود علاقة قوية جدا بين المتغيرين مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية فهي علاقة طردية موجبة.

فكلما زادت مصادر الضغط النفسي كلما زادت الأفكار الانتحارية.

ولحساب الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط " ايتا "يتم تحويل معامل الارتباط الى قيمة (t) من خلال التعويض في المعادلة التالية:

$$t = \frac{\eta}{\frac{1}{\sqrt{n-1}}}$$

وبالتعويض في المعادلة نجد:

$$t = \frac{\frac{0.974}{1}}{\sqrt{770-1}} = \frac{0.974}{\frac{1}{\sqrt{769}}} = \frac{0.974}{\frac{1}{27.7}} = \frac{0.974}{0.036} = 27.05$$

نجد أن **t=27,05**

ودرجة الحرية: df = n-2

df=770-2

df =768

-من خلال درجة الحرية نبحث عن القيمة المقابلة لدرجة الحرية 768 في جدول الدلالة الإحصائية لقيم t المجدولة نجد أن قيمتها بالتقريب عند 600: df نجد قيمة التائية المجدولة تساوي(1,964)

- **وعليه اتخاذ القرار:**

بما أن قيمةt المحسوبة أكبر من الجدولية عند درجة الحرية بالتقريب 600 فهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0,05.

- اذن تحقق الفرضية العامة، وبالتالي: توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس. وهذا ما يفسر بأننا متأكدين وعلى ثقة بنسبة 95% من صحة النتائج المتوصل اليها.

1-2-مناقشة الفرضية العامة:

توصلت نتائج الدراسة الحالية الى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس، وتوضح نتائج الدراسات كل من أعمال (1975) " Holmes,Rahe,Theil " ودراسات (1971) " Rahe,Theorell" ودراسات (1967) " Rahe,Lind" ودراسة (1985) " Kiecolt, Glaser" ودراسة ستيفنسن (1973) "Stevenson " أن الضغوط النفسية ينتج عنها اضطراب الصحة النفسية والجسمية، وهدا ما يؤكد أن الضغط النفسي كثيرا ما سيكون سببا في ظهور

السلوكيات الانتحارية أو التفكير فيها (مسيلي، 2013، ص321)، فالمراهقين المتمدرسين تعرضوا الى درجة توتر وضغط إزاء المواقف الحياتية، وهذا ما يثبته دافيدسون (Davidson) في دراسة أيديولوجية للانتحار، اذ يقول من الضروري الإشارة الى أن الانتحار يرمي كل الحركة الدينامية لوضعية اكتئابيه أكثر منه لتنظيم حقيقي على نمط اكتئابي (Davidson,1984,p42)، كذلك أن حدوث مواقف ضاغطة مستمرة أو المتناقضة ترتبط دائما بالمشكلات الصحية والنفسية، كالتوتر والإحباط واليأس، فعند حدوث عوامل الإحباط اليومية أو مواقف ضغط بصورة متعاقبة، فان الاستجابة السلبية تبدأ في الظهور وتزداد بتتابع مواقف المشقة والضغط. كما يضيف Choquet (1989) بأن وجود عامل ضاغط يزيد من خطر الانتحار، فالفرد أمام حدث صدمي أو مفجر يضعه في حالة من التوتر ويؤدي عجزه لحل الوضعية الى زيادة التوتر النفسي الذي يظهر على شكل قلق متزايد، واستثارة وزيادة العدوانية والاحساس بالعجز في حل المشكل مما يسهم في تفاقم الإحساس بالتهديد الذي يسبق المرور للفعل الانتحاري كمخرج وحيد ممكن لحل الأزمة. (أيت حمودة، 2006، ص259). وعليه تعتبر عوامل الضغط المستمر والحادة من العوامل المساهمة في التفكير في الانتحار. كما يشير فيلدمان (Feeldman) أن الأشخاص الذين يفكرون ويسعون للموت والانتحار يمرون بضغوط شديدة من أبرزها العزلة، الحرمان، اضطرابات في العلاقات الشخصية والتوترات الانفعالية الهائجة التي من الصعب تحملها، لذا يقومون بالسلوك الانتحاري لأنهم يظنون أنهم سوف يشعرون بالراحة وأن ذلك يساعد على إزالة تلك التوترات. (تلمساني، 2023، ص124).كما بينت دراسة (عنو، يعقوب) (2024) أن من بين النتائج التي توصلت اليها الدراسة أن العوامل النفسية تساهم في المحاولات الانتحارية لدى الأفراد وتنوعت واختلفت نسبها حيث احتل الضغط النفسي 100%اذ لعبت الضغوط النفسية دورا في التفكير الانتحاري وهذا ما أشار اليه الباحث عريبات والحرابشة (2007) الى أن الضغوط النفسية تكون نتيجة شعور الفرد بوجود حوادث تشكل خطرا أو تهدد أو تعيق اشباع حاجاته، أو تحقيق أهدافه أو وجود أعباء يجد الانسان نفسه معها غير قادر على تحملها أو التغلب عليها لأنها تفوق قدرته بوصفه فردا يشعر بحالة من عدم الارتياح والوطأة والعبء الذي يقع على كاهله. وتؤكد " نجلاء

أحمد " (2010) أن الضغوط النفسية تلعب دورا كبيرا وأساسي في التوجه الى الانتحار. (بلغازي، ص123).

وبالرجوع الى التراث النظري نجد نظرية معالجة المعلومات (Information Processing Theory) التي تفسر الميل للانتحار والاقدام عليه التي تشير الى أن الفرد عندما يتعرض الى الضغوط النفسية فان تلك الأحداث يدركها الفرد على أنها جديدة وغريبة عن نظامه الادراكي الموجود أصلا، والفرد غالبا ما يكون مستعدا لمواجهة تلك الأحداث لأنها تقع خارج نطاق خبرات الانسان المألوفة لديه فهو لا يملك الوسائل للتعامل مع تلك الضغوطات، وبدلك يضطرب سلوكه وتوافقه مع الآخرين ويؤدي الى شعوره باليأس والإحباط والتفكير في وضع حد لحياته، وقد أشارت دراسة (Roberts,1991) أنه بسبب الضغوط النفسية والمعاناة أدت بالأفراد والذين لم يحاولوا الانتحار مسبقا الى التفكير بالانتحار ومحاولة التخلص من حياتهم. (الجبوري، 2014، ص373).

2-عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الجزئية الأولى:

2-1-عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الأولى:

- **تنص الفرضية الجزئية الأولى**: مستوى الضغط النفسي مرتفع لدى المراهق المتمدرس.

-التذكير بمستويات استبيان الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس:

الجدول رقم (36): يمثل مستويات استبيان الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس.

المستوى	الحاد	المرتفع	المنخفض
المجال	126	126-84	84-42

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss).

ومن خلال نتائج (spss) يوضح الجدول التالي ما يلي:

جدول رقم (37): يمثل درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الضغط النفسي.

مؤشرات احصائية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أدنى درجة	أعلى درجة	مجموع أفراد عينة الدراسة
نتائج مقياس الضغط النفسي	72.7182	18.89564	39.00	125.00	770

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

من خلال الجدول السابق يتضح بأن درجات أفراد عينة الدراسة انحصرت بين 39 درجة كأدنى درجة و125 كأعلى درجة، وبلغ المتوسط الحسابي متوسط درجة المبحوثين لمقياس الضغط النفسي تساوي (72,7182)، وبانحراف معياري قدر ب (18.895)، وهو يقع ضمن مجال (42-84) مما تعكس هذه النتيجة انخفاض درجة الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين في طور التعليم المتوسط على مقياس الضغط النفسي وهو ما يعني أن مستوى الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين منخفض.

لقد سبق وبينا أن الدرجة الكلية للمقياس تتراوح ما بين 39 درجة و125 درجة، فالحد الأدنى يكون 39، في حين أن الحد الأعلى هو125،

- ومن أجل التعرف على أكثر المصادر الضغط النفسي منخفضة بين أفراد عينة الدراسة والمتمثلة في المراهقين المتمدرسين في الطور التعليم المتوسط (السنة الرابعة متوسط للسنة الدراسية 2023-2024)، سنقوم بما يلي:

- **مقياس ليكرت الرباعي:** بما أن المتغير (مصادر الضغط النفسي) الذي يعبر عن الخيارات (لا تنطبق أبدا، تنطبق نادرا، تنطبق أحيانا، تنطبق دائما) مقياس ترتيبي، والأرقام تعبر عن الأوزان وهي: (لا تنطبق أبدا=0، تنطبق نادرا=1، تنطبق أحيانا=2، تنطبق دائما=3)

-حساب فئات مقياس ليكرت الرباعي:

1-يتم حساب المتوسط المرجح:

- يتم حساب المدى: من خلال أكبروزن – أصغروزن 3 = 0-3

2 -حساب طول الفئة من خلال تقسيم المدى على عدد الفئات: 0.74= 3/4

- فتكون الفئة الأولى لقيم المتوسط الحسابي هي: من (**0 الى0.74**،) وهكذا بالنسبة لبقية المتوسطات الحسابية، فيكون الجدول التالي يوضح طريقة تفسير قيم المتوسطات.

جدول رقم (38): يمثل فئات ومستويات مقياس ليكرت الرباعي.

المتوسط المرجح	المستوى
من 0 الى 0.74	ضعيف جدا
من 0.75 الى 1.49	ضعيف
من 1.50 الى 2.24	متوسط
من 2.25 الى 3	مرتفع

المصدر: من اعداد الباحثة.

وسنعرض في الجدول الموالي المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل بعد من أبعاد الضغط النفسي.

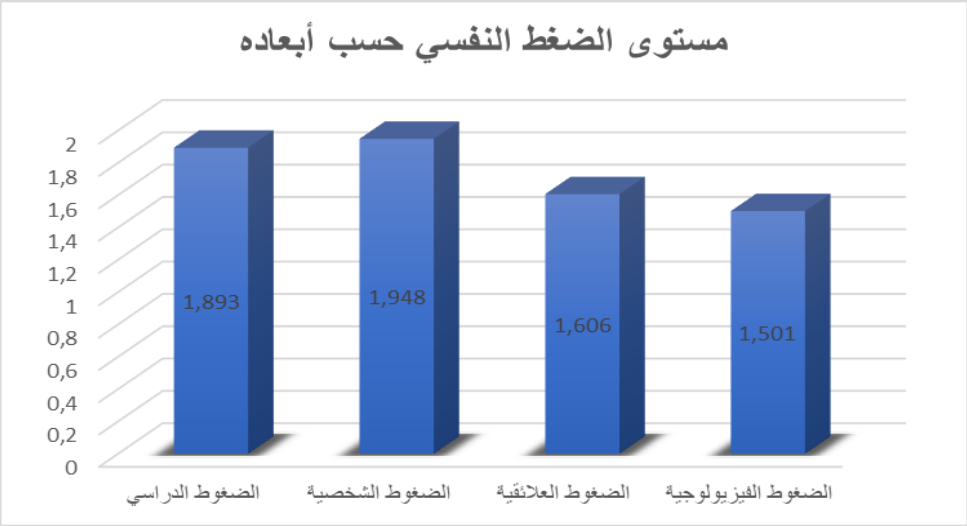
جدول رقم (39): يوضح المتوسطات الحسابية والانحر افات المعيارية لأبعاد الضغط النفسي.

الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	ترتيب البعد
الضغوط الدراسية	1.893	0.506	متوسط	2

الضغوط الشخصية	1.948	0.572	متوسط	1
الضغوط العلائقية	1.606	0.558	متوسط	3
الضغوط الفيزيولوجية	1.501	0.567	متوسط	4

المصدر: من اعداد الباحثة.

المصدر: من اعداد الباحثة بالاعتماد على برنامج (Excel).



الشكل رقم (06): يمثل مستوى الضغط النفسي حسب أبعاده.

يتضح لنا من الجدول والشكل السابقين أن المتوسطات الحسابية تراوحت ما بين (1.501-1.948) وقد جاء أعلى متوسط حسابي لصالح بعد الضغوط الشخصية بمتوسط حسابي بلغ (0.948) وانحراف معياري (0.572)، ويليه بعد الضغوط الدراسية بمتوسط حسابي قدره (1.893) بانحراف معياري (0.506)، في حي جاء بعد الضغوط العلائقية في المرتبة الثالثة بمتوسط حسابي بلغ (1.606) وانحراف معياري (0.558)، وبعد الضغوط الفيزيولوجية في الترتيب الأخير بمتوسط حسابي قدره (1.501) بانحراف معياري (0.567). وبالرغم من هذا الترتيب الا أن المتوسطات الحسابية لأبعاد الأربعة متقاربة، وبمستوى متوسط.

ومن خلال النتائج الموضحة في الجداول السابقة، واعتمادا على المتوسط الحسابي ككل والذي بلغت قيمته (72.7182)، وهو قيمة تندرج ضمن حدود المجال المنخفض ما بين (42-84)، والمتوسطات الحسابية لكل بعد التي تراوحت ما بين (1.501-1.948) والتي اندرجت ضمن مستوى متوسط.

- كما أن التحقق من صحة الفرضية رقم (02) أعلاه، تتطلب حساب التكرارات والنسب المئوية والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية حول بنود كل بعد من أبعاد مقياس الضغط النفسي، وقد كانت نتائج هذه الحسابات حسب كل بعد من الأبعاد الأربعة المكونة للأداة الدراسة كما يلي:

- **البعد الأول: الضغوط الدراسية.**

استجابات أفراد عينة الدراسة حول بنود البعد الأول لاستبيان الضغط النفسي " الضغوط المدرسي"، والموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (40): يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد " الضغوط الدراسية".

رقم العبارة	العبارة		الاستجابات				المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الحكم
			لا تنطبق أبدا	تنطبق نادرا	تنطبق أحيانا	تنطبق دائما			
1	تتعبني الامتحانات المدرسية المستمرة.	ت	24	68	247	431	2.40	0.77	مرتفع
		%	3.1	8.8	32.1	56.0			
5		ت	85	186	227	272	1.89	1.01	متوسط

	أعاني من كثرة النسيان.	%	11	24.2	29.5	35.3			
9	أشعر بالملل من جدول التوقيت اليومي الكثيف.	ت	53	68	243	406	2.30	0.89	مرتفع
		%	6.9	8.8	31.6	52.7			
13	العلامات التي أتحصل عليها لا تعبر عن قدراتي العلمية.	ت	54	72	191	453	2.35	0.91	مرتفع
		%	7.0	9.4	24.8	58.8			
17	يتهرب الأستاذ من مناقشة الأسئلة التي أوجهها له.	ت	282	177	173	138	1.21	1.12	متوسط
		%	38.6	23.0	22.5	17.9			
21	أعاني من التشتت	ت	69	132	266	303	2.04	0.96	متوسط
		%	9.0	17.1	34.5	39.4			

	وعدم التركيز في الدراسة.								
25	أجد صعوبة في انجاز الواجبات الدراسية.	ت	253	171	213	133	1.29	1.10	**ضعيف**
		%	32.9	22.2	27.7	17.3			
29	أجد صعوبة في فهم بعض المقررات الدراسية.	ت	119	227	238	186	1.63	1.01	**متوسط**
		%	15.5	29.5	30.9	24.2			

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss).

يتبين من خلال نتائج الجدول رقم (40) أن البعد " **الضغوط الدراسية** " تتضمن (08) بنود، وتراوحت المتوسطات الحسابية بين (1.21، 2.40) وانحراف معياري (0.77، 1.12)،حيث جاء في المرتبة الأولى البند رقم (01) "تتعبني الامتحانات المدرسية المستمرة " بمتوسط حسابي (2.40) وانحراف معياري(0.77)، وبمستوى مرتفع، ويليه البند رقم (13) " العلامات التي أتحصل عليها لا تعبر عن قدراتي العلمية" بمتوسط حسابي (2.35)، والانحراف المعياري (0.91)،بمستوى مرتفع، وفي المرتبة الثالثة البند رقم (09) " أشعر بالملل من جدول التوقيت اليومي الكثيف" بمتوسط حسابي (2.30)، وانحراف معياري (0.89)، بمستوى مرتفع، وفي المرتبة الرابعة البند رقم (21) " أعاني من التشتت وعدم التركيز في الدراسة بمتوسط حسابي (2.04)، والانحراف المعياري (0.96)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الخامسة البند رقم (05) " أعاني من كثرة النسيان" بمتوسط حسابي (1.89)، وانحراف معياري (1.01)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة السادسة البند رقم (29) " أجد صعوبة في فهم بعض المقررات الدراسية بمتوسط حسابي (1.63)، وانحراف معياري

(1.01)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة السابعة البند رقم (25) " أجد صعوبة في انجاز الواجبات الدراسية" بمتوسط حسابي (1.29)، وانحراف معياري (1.10)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة الثامنة البند رقم (17)" يتهرب الأستاذ من مناقشة الأسئلة التي أوجهها له" بمتوسط حسابي (1.21)، وانحراف معياري (1.12)، بمستوى متوسط.

- **البعد الثاني: الضغوط الشخصية:**

استجابات أفراد عينة الدراسة حول بنود البعد الثاني للاستبيان الضغط النفسي " الضغوط الشخصية " والمبينة في الجدول التالي:

الجدول رقم (41): يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول " الضغوط الشخصية".

رقم العبارة	العبارة		الاستجابات				المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الحكم
			لا تنطبق أبدا	تنطبق نادرا	تنطبق أحيانا	تنطبق دائما			
2	أشعر أني متعب نفسيا	ت	32	119	261	258	2.22	0.85	متوسط
		%	4.2	15.5	33.9	46.5			
6	أجد صعوبة في التعبير عن مشاعري	ت	95	86	203	386	2.14	1.04	متوسط
		%	12.3	11.2	26.4	50.1			

	ومصارحة الآخرين بما يجول في خاطري								
10	أشعر بالخوف من عدم الوصول الى المكانة التي أحلم بها	ت	95	74	161	440	2.22	1.05	متوسط
		%	12.3	9.6	20.9	57.1			
14	أشعر بالقلق من أبسط موقف يحدث معي	ت	67	106	231	366	2.06	0.96	متوسط
		%	8.7	13.8	30.0	47.5			
18	أشعر أني مهموم	ت	131	153	211	275	1.81	1.09	متوسط
		%	17.0	19.9	27.4	35.7			

22	المستقبل بالنسبة لي مسؤوليا ت يصعب تحملها	ت	221	157	188	204	1.48	1.16	**ضعيف**
		%	28.7	20.4	24.4	26.5			
26	أشعر بأني فاشل.	ت	298	165	181	126	1.17	1.11	**ضعيف**
		%	38.7	21.4	23.5	16.4			
30	أشعر بالحزن معظم الأوقات.	ت	89	167	222	292	1.93	1.02	**متوسط**
		%	11.6	21.7	28.8	37.9			
33	تتقلب حالتي المزاجية بين السعادة والحزن دون سبب ظاهر.	ت	64	125	165	416	2.21	0.99	**متوسط**
		%	8.3	16.2	21.4	54			
36		ت	148	132	144	346	1.89	1.17	**متوسط**

	أنا سريع البكاء والتأثر عند مواجهة أي ضغط.	%	19.2	17.1	18.7	44.9			
39	أشعر بأني غير قادر أن أتحمل أكثر هذه الضغوطات.	ت	156	132	186	296	1.80	1.15	**متوسط**
		%	20.3	17.1	24.2	38.4			
42	أخاف من الفشل الدراسي.	ت	66	77	196	435	2.29	0.96	**مرتفع**
		%	8.6	10.0	24.9	56.5			

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss).

من خلال نتائج الجدول أعلاه يتضح أن البعد " **الضغوط الشخصية** " تشمل (12) بند، وتراوحت المتوسطات الحسابية بين ما بين (1.17،2.29)، والانحراف المعياري (0.96، 1.11)، حيث جاء في المرتبة الأولى البند رقم (42) " أخاف من الفشل الدراسي" بمتوسط حسابي (2.29)، وانحراف معياري (0.96)، بمستوى مرتفع، وفي المرتبة الثانية البند رقم (42) "أخاف من الفشل الدراسي" بمتوسط حسابي (2.29)،

وانحراف معياري (0.96)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الثانية البند رقم (10) " أشعر بالخوف من عدم الوصول الى المكانة التي أحلم بها" بمتوسط حسابي (2.22)، وانحراف معياري(1.05)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الثالثة البند رقم (02) " أشعر أني متعب نفسيا" بمتوسط حسابي (2.22)، وانحراف معياري (0.85)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الرابعة البند رقم (33) " تتقلب حالتي المزاجية بين السعادة والحزن دون سبب ظاهر" بمتوسط حسابي (2.21)، وانحراف معياري (0.99)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الخامسة البند رقم (06) " أجد صعوبة في التعبير عن مشاعري ومصارحة الآخرين بما يجول في خاطري" بمتوسط حسابي (2.14)، وانحراف معياري (1.04)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة السادسة البند رقم (14) بمتوسط حسابي (2.06)، وانحراف معياري (0.96)، وفي المرتبة السابعة البند رقم (30) " أشعر بالحزن معظم الأوقات" بمتوسط حسابي (1.93)، وانحراف معياري (1.02)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الثامنة البند رقم (36) " أنا سريع البكاء والتأثر عند مواجهة أي ضغط" بمتوسط حسابي (1.89)، وانحراف معياري (1.17)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة التاسعة البند رقم (18) " أشعر أني مهموم" بمتوسط حسابي (1.81)، وانحراف معياري (1.09)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة العاشرة البند رقم (39) " أشعر بأني غير قادر أن أتحمل أكثر هذه الضغوطات" بمتوسط حسابي (1.80)، وانحراف معياري (1.15)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الحادية عشرة البند رقم (22) " المستقبل بالنسبة لي مسؤوليات يصعب تحملها" بمتوسط حسابي (1.48)، وانحراف معياري (1.16)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة الثانية عشرة البند رقم (26) "أشعر بأني فاشل" بمتوسط حسابي (1.17)، وانحراف معياري (1.11)، بمستوى ضعيف.

- **البعد الثالث: الضغوط العلائقية:**

- استجابات أفراد عينة الدراسة حول بنود البعد الثالث للاستبيان الضغط النفسي " **الضغوط العلائقية** ". والمبينة في الجدول التالي:

الجدول رقم (42): يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد " الضغوط العلائقية".

رقم العبارة	العبارة		الاستجابات				المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الحكم
			لا تنطبق أبدا	تنطبق نادرا	تنطبق أحيانا	تنطبق دائما			
3	أشعر بنقص المكانة والاحترام عند الآخرين	ت	154	190	200	226	1.64	1.10	ضعيف
		%	20.0	24.7	26.0	29.4			
7	أفضل الانسحاب عن الآخرين	ت	94	168	240	268	1.88	1.02	متوسط
		%	12.2	21.8	31.2	34.8			
11	يضايقني حصول	ت	206	103	194	267	1.67	1.20	متوسط
		%	26.8	13.4	25.2	34.7			

	زملائي على درجات أعلى مني في الامتحانات سواء كتابية أو شفوية.									
15	يميز والدي أو أحدهما بيني وبين أشقائي.	ت	338	126	113	193	1.20	1.24	**ضعيف**
		%	43.9	16.4	14.7	25.1			
19	لا أثق في الناس	ت	43	125	227	375	2.21	1.09	**متوسط**
		%	5.6	16.2	29.5	48.5			
23	يضايقني عدم فهم الآباء	ت	219	89	199	254	1.63	1.20	**متوسط**
		%	28.4	12.7	25.8	33.0			

	لمتطلبات الدراسة.								
27	علاقاتي بعائلتي متوترة.	ت	337	154	144	135	1.10	1.14	**ضعيف**
		%	43.8	20.0	18.7	17.5			
31	أجد صعوبة في إقامة علاقات جيدة مع زملائي في القسم.	ت	305	148	165	152	1.21	1.16	**ضعيف**
		%	39.6	19.2	21.4	19.7			
34	لا أحد يفهمني.	ت	141	177	137	315	1.81	1.15	**متوسط**
			18.3	23.0	17.8	40.9			
37	أجد صعوبة في التحدث مع الأستاذ داخل أو	ت	235	182	96	257	1.48	1.23	**متوسط**
		%	30.5	23.6	12.5	33.4			

	خارج القسم.								
40	يفضل الأستاذ بعض التلاميذ على البعض الآخر داخل القسم.	ت	187	103	162	318	1.79	1.21	**متوسط**
		%	24.3	13.4	21.0	41.3			

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss).

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن البعد " **الضغوط العلائقية** " تتضمن (11) بند، وتراوحت المتوسطات الحسابية بين ما (1.09،2.21)، والانحرافات المعيارية ما بين (1.10، 1.14)، حيث نجد في المرتبة الأولى البند رقم (19) " لا أثق في الناس " بمتوسط حسابي (2.21)، وانحراف معياري (1.09)، وبمستوى متوسط، وفي المرتبة الثانية البند رقم (07) " أفضل الانسحاب عن الآخرين " بمتوسط حسابي (1.88)، وانحراف معياري (1.02)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الثالثة البند رقم (34) " لا أحد يفهمني" بمتوسط حسابي (1.81)، وانحراف معياري (1.15)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الرابعة البند رقم (40) " يفضل الأستاذ بعض التلاميذ على البعض الآخر داخل القسم " بمتوسط حسابي (1.79)، وانحراف معياري (1.21)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الخامسة البند رقم (11) " يضايقني حصول زملائي على درجات أعلى مني في الامتحانات سواء كتابية أو شفوية" بمتوسط حسابي (1.67)، وانحراف معياري (1.20) بمستوى متوسط، وفي المرتبة

السادسة البند رقم (03) " أشعر بنقص المكانة والاحترام عند الآخرين " بمتوسط حسابي (1.64)، وانحراف معياري (1.10)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة السابعة البند رقم (23) " يضايقني عدم فهم الآباء لمتطلبات الدراسة" بمتوسط حسابي (1.63)، وانحراف معياري (1.20)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الثامنة البند رقم (37)" أجد صعوبة في التحدث مع الأستاذ داخل أو خارج القسم" بمتوسط حسابي (1.48)، وانحراف معياري (1.23)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة التاسعة البند رقم (31) " أجد صعوبة في إقامة علاقات جيدة مع زملائي في القسم" بمتوسط حسابي (1.21)، وانحراف معياري (1.16)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة العاشرة البند رقم (15) " يميز والدي أو أحدهما بيني وبين أشقائي" بمتوسط حسابي (1.20)، وانحراف معياري (1.24)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة الحادية عشرة البند رقم " علاقاتي بعائلتي متوترة" بمتوسط حسابي (1.10)، وانحراف معياري (1.14)، بمستوى ضعيف.

- **البعد الرابع: الضغوط الفيزيولوجية:**

- استجابات أفراد عينة الدراسة حول بنود البعد الرابع للاستبيان الضغط النفسي " **الضغوط الفيزيولوجية".** والمبينة في الجدول التالي:

الجدول رقم (43): يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد " الضغوط الفيزيولوجية".

رقم العبارة	العبارة		الاستجابات				المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الحكم
			لا تنطبق أبدا	تنطبق نادرا	تنطبق أحيانا	تنطبق دائما			
04	أعاني من سرعة خفقان القلب.	ت	217	152	205	196	1.49	1.15	ضعيف
		%	28.2	19.7	26.6	25.5			

08	أعاني من مشاكل هضمية.	**ت**	381	163	131	95	**0.92**	**1.07**	**ضعيف**
		%	49.5	21.2	17.0	12.3			
12	أعاني من صداع متكرر.	**ت**	131	191	188	260	**1.74**	**1.09**	**متوسط**
		%	17.0	24.8	24.4	33.8			
16	أعاني من صعوبة في النوم.	**ت**	217	162	200	191	**1.47**	**1.14**	**ضعيف**
		%	28.2	21.0	26.0	24.8			
20	أشعر بالتعب الجسدي دون سبب.	**ت**	63	155	247	305	**2.03**	**0.96**	**متوسط**
		%	8.2	20.1	32.1	39.6			
24	أعاني من صعوبة في التنفس.	**ت**	275	167	223	105	**1.20**	**1.07**	**ضعيف**
		%	35.7	21.7	29.0	13.6			
28	أعاني من اضطرابات في الشهية.	**ت**	302	132	184	152	**1.24**	**1.16**	**ضعيف**
		%	39.2	17.1	23.9	19.7			
32	أشعر بالإرهاق طوال الوقت.	**ت**	108	178	226	258	**1.82**	**1.04**	**متوسط**
		%	14.0	23.1	29.4	33.5			
35	أشكو من الغثيان.	**ت**	380	191	86	113	**0.91**	**1.08**	**ضعيف**
		%	49.4	24.8	11.2	14.7			
38		**ت**	71	115	200	384	**2.16**	**0.99**	**متوسط**

	أشعر بالتعب عند استيقاظي من النوم.	%	9.2	14.9	26.0	49.9			
41	أعاني من الارتعاش.	**ت**	229	155	157	229	**1.50**	**1.20**	**متوسط**
		%	29.7	20.1	20.4	29.7			

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss).

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن البعد " **الضغوط الفيزيولوجية** " تتضمن (11) بند، وتراوحت المتوسطات الحسابية بين ما (2.16،0.91)، وانحرافات معيارية ما بين (0.99،1.08)، فنجد في المرتبة الأولى البند رقم (38) "أشعر بالتعب عند استيقاظي من النوم" بمتوسط حسابي (2.16)، وانحراف معياري (0.99)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الثانية البند رقم (20) " أشعر بالتعب الجسدي دون سبب" بمتوسط حسابي (2.03)، وانحراف معياري (0.96)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الثالثة البند رقم (32) " أشعر بالإرهاق طوال الوقت" بمتوسط حسابي (1.82)، وانحراف معياري (1.04)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الرابعة البند رقم (12) " أعاني من الصداع المتكرر" بمتوسط حسابي (1.74)، وانحراف معياري (1.09)، بمستوى متوسط، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الخامسة البند رقم (41) " أعاني من الارتعاش" بمتوسط حسابي (1.50)، وانحراف معياري (1.20)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة السادسة البند رقم (04) "أعاني من سرعة خفقان القلب" بمتوسط حسابي (1.49)، وانحراف معياري (1.15)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة السابعة البند رقم (16) "أعاني من صعوبة في النوم" بمتوسط حسابي (1.47)، وانحراف معياري (1.14)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة الثامنة البند رقم (28) " أعاني من الاضطرابات في الشهية" بمتوسط حسابي (1.24)، وانحراف معياري (1.16)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة التاسعة البند رقم (24) " أعاني من صعوبة في التنفس" بمتوسط حسابي (1.20)، وانحراف معياري (1.07)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة العاشرة البند رقم (08) " أعاني من مشاكل هضمية" بمتوسط حسابي (0.92)،

وانحراف معياري (1.07)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة الحادية عشرة البند رقم (35) " أشكو من الغثيان" بمتوسط حسابي (0.91)، وانحراف معياري (1.08) بمستوى ضعيف.

من خلال الجداول السابقة، وبالاعتماد على المتوسط الحسابي لمقياس الضغط النفسي الذي قدر ب (72,7182)، وهو متوسط يندرج ضمن مجال (42-84) مما تعكس هذه النتيجة انخفاض درجة الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين في طور التعليم المتوسط على مقياس الضغط النفسي وهو ما يعني أن مستوى الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين منخفض.

-وبالتالي: عدم تحقق الفرضية الجزئية الأولى التي تنص على أن: مستوى الضغط النفسي مرتفع لدى المراهق المتمدرس.

-وعليه: ترفض الفرضية الجزئية الأولى.

-ويمكن القول أن: مستوى الضغط النفسي منخفض لدى المراهق المتمدرس.

2-2-مناقشة الفرضية الجزئية الأولى:

أظهرت الدراسة الحالية أن مستوى الضغط النفسي منخفض لدى المراهق المتمدرس، ويمكن تفسير هذه النتائج الى الأهمية التي يوليها الآباء لامتحانات آخر السنة والتي تؤهل أبناءهم الى الانتقال الى مستويات أعلى من الدراسة، نظرا لكون عينة الدراسة تلاميذ سنة الرابعة متوسط مقبلين على اجتياز شهادة التعليم المتوسط، بالإضافة الى ضغط الأساتذة ظنا منهم أنها الطريقة الأمثل لتحفيزهم على الدراسة الجادة، وربما ما جعل عينة الدراسة تتسم بمستوى منخفض من الضغط النفسي بالرغم من الضغط الدراسي التي أفرزه الاقبال على اجتياز شهادة التعليم المتوسط، ربما خرجات الترفيه في العطلة المدرسية، وفي آخر الأسبوع، بالإضافة قيام مستشاري التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني بحصص ارشادية قائمة خفض الضغط والتوتر، تنظيم الوقت، طريقة المراجعة....كل هذا يسهم في خفض الضغط النفسي لدى عينة الدراسة، في المقابل اختلفت دراستنا مع دراسة (تواتي نورة) التي بينت أن مستوى الضغط مرتفع لدى التلاميذ المقدمين على اجتياز شهادة التعليم المتوسط حيث تحصل معظمهم بنسبة (67.64%) على

درجات تفوق المتوسط، وهدا يعني أن معظم التلاميذ يعيشون وضعية الامتحان كوضعية ضاغطة. كما تباينت دراستنا مع دراسة (بكيري، طوبال، 2019) حيث أشارت الى مستوى مرتفع من الضغط النفسي لدى عينة الدراسة، كما تشير دراسة "غزوان، علي" (2020) الى وجود ضغوط الحياة نتيجة طبيعة التفاعل الفرد مع متغيرات الحياة الضاغطة. أيضا اختلفت دراستنا مع دراسة (صالح نعيمة، شارف جميلة، 2017) حيث توصلت الى وجود مستويات متباينة في الضغوط لدى التلميذات مرحلة التعليم المتوسط، كما ذكرت (بومجان،2016) أن الضغوط النفسية والمواقف والخبرات المؤلمة التي يتعرض لها الفرد تقوده الى العديد من الاضطرابات الانفعالية والسلوكية، وأن الخلو التام من الضغط يعني الموت، ويضيف باترسون Paterson (1997) أن الأفراد ليسوا دائما ضحايا سلبيين للمواقف الضاغطة التي يواجهونها، فهم عادة يحاولون تخفيف تلك الضغوط بواسطة التفكير بطرق متعددة (مسيلي، 2013، ص308)، وهذا ما فعلته عينة الدراسة كونها تعاني من مستوى ضغط نفسي منخفض.

3-عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الجزئية الثانية:

3-1-عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثانية:

- **تنص الفرضية الجزئية الثانية:** مستوى الأفكار الانتحارية مرتفع لدى المراهق المتمدرس.

- التذكير بمستويات استبيان الميول الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

الجدول رقم (44): يمثل مستويات استبيان الميول الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

المستوى	منخفض	متوسط	مرتفع
المجال	123-57	219-124	285-220

المصدر: من اعداد الباحثة

وللتحقق من صحة الفرضية الجزئية الثانية قمنا بحساب المتوسط الحسابي للاستجابات أفراد عينة الدراسة الحالة على مقياس الميول الانتحارية ومقارنته بالمتوسط الفرضي، وبعد المعالجة الإحصائية بالنظام الاحصائي ومن خلال نتائج (spss) يوضح الجدول التالي ما يلي:

جدول رقم (45): يمثل درجات أفراد عينة الدراسة على مقياس الميول الانتحارية.

مؤشرات احصائية	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	أدنى درجة	أعلى درجة	مجموع أفراد عينة الدراسة
نتائج مقياس الميول الانتحارية	136.0857	35.1433	73	254	770

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

- من خلال الجدول السابق يتبين بأن متوسط درجة المبحوثين لمقياس الميول الانتحارية يساوي 136,0857 بانحراف معياري قدر ب 35.1433وهو يقع ضمن المجال (124-219) ما يعني مستوى الأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس متوسط.
- ومن أجل التعرف على مستوى كل محور من محاور الاستبيان المطبق على أفراد عينة الدراسة والمتمثلة في المراهقين المتمدرسين في الطور التعليم المتوسط (السنة الرابعة متوسط للسنة الدراسية 2023-2024):
- **مقياس ليكرت الخماسي**: بما أن المتغير (الأفكار الانتحارية) الذي يعبر عن البدائل (الخيارات) معارض بشدة، معارض، محايد، موافق، موافق بشدة مقياس ترتيبي، والأرقام تعبر عن الأوزان وهي: معارض بشدة=1، معارض=2، محايد=3، موافق=4، موافق بشدة=5
- ثم نحسب المتوسط الحسابي (**المتوسط المرجح**):

1-حساب المدى: 4 =1-5

2-حساب طول الفئة من خلال تقسيم المدى على عدد البدائل: 0.80 = 4/5

فتكون الفئة الأولى لقيم المتوسط المرجح من (**1 الى 1.80**)، وهكذا بالنسبة لباقي الفئات والجول الموالي يبين طريقة تفسير قيم المتوسطات.

جدول رقم (46): يبين فئات ومستويات مقياس ليكرت الخماسي.

المتوسط المرجح	المستوى
من 1 الى 1.80	ضعيف جدا
من 1.81 الى 2.60	ضعيف
من 2.61 الى 3.40	متوسط
من 3.41 الى 4.20	مرتفع
من 4.21 الى 5	مرتفع جدا

المصدر: من اعداد الباحثة.

وسنعرض في الجدول الموالي المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لكل بعد من أبعاد مقياس الميول الانتحارية.

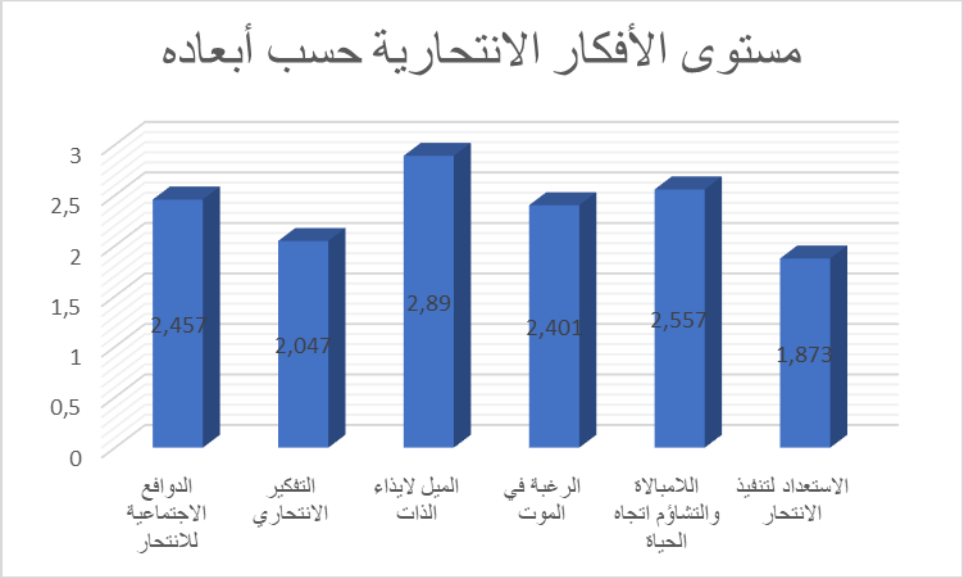
جدول رقم (47) يوضح المتوسطات الحسابية والانحر افات المعيارية لأبعاد الميول الانتحارية.

الأبعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى	الترتيب
-الدوافع الاجتماعية للانتحار.	**2.457**	**0.568**	**ضعيف**	**3**
-التفكير الانتحاري.	**2.047**	**0.824**	**ضعيف**	**5**
-الميل لإيذاء الذات.	**2.890**	**0.568**	**متوسط**	**1**
-الرغبة في الموت.	**2.401**	**0.886**	**ضعيف**	**4**

اللامبالاة والتشاؤم اتجاه الحياة.	2.557	0.706	ضعيف	2
-الاستعداد لتنفيذ الانتحار.	1.873	0.959	ضعيف	6

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss).

المصدر: من اعداد الباحثة بالاعتماد على برنامج (Excel)



الشكل رقم (07): يبين مستوى الأفكار الانتحارية حسب أبعاده.

من خلال الجدول والشكل السابقين يتضح أن المتوسطات الحسابية لإجابات أفراد العينة على أبعاد مقياس الميول الانتحارية تراوحت ما بين (1.873-2.890)، والانحرافات المعيارية ما بين (0.568-0.959)، وبمستوى منخفض لكل الأبعاد ماعدا بعد الميل لإيذاء الذات بمستوى متوسط، حيث كان أعلى متوسط حسابي وفي المرتبة الأولى بعد الميل لإيذاء الذات قدر ب(2.890) بانحراف معياري بلغ (0.568)، ويليه في المرتبة الثانية بعد اللامبالاة والتشاؤم اتجاه الحياة بمتوسط حسابي قدر ب(2.557) وانحراف معياري (0.706)، وفي المرتبة الثالثة بعد الدوافع الاجتماعية للانتحار بمتوسط حسابي قدر ب(2.457) وانحراف معياري (0.568)، وفي المرتبة الرابعة بعد الرغبة في الموت بمتوسط حسابي (2.401) وانحراف معياري (0.886)، وفي المرتبة الخامسة بعد التفكير الانتحاري بمتوسط حسابي (2.047) بانحراف معياري

(0.824)، وفي المرتبة السادسة بعد الاستعداد لتنفيذ الانتحار بمتوسط حسابي (1.873) وانحراف معياري (0.959).

-ومن خلال النتائج الموضحة في الجداول السابقة، واعتمادا على المتوسط الحسابي ككل والذي بلغت قيمته (136.0857)، وهو قيمة تندرج ضمن حدود المجال المتوسط ما بين (124-219)، والمتوسطات الحسابية لكل بعد التي تراوحت ما بين (1.873-2.890) والتي اندرجت ضمن مستوى متوسط وضعيف.

- كما أن التحقق من صحة الفرضية رقم (03) أعلاه، تتطلب حساب التكرارات والنسب المئوية، والمتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية حول بنود كل بعد من أبعاد مقياس الميول الانتحارية، وقد كانت نتائج هذه الحسابات حسب كل بعد من الأبعاد الست المكونة للأداة الدراسة كما يلي:

-البعد الأول : الدو افع الاجتماعية للانتحار.

استجابات أفراد عينة الدراسة حول بنود البعد الأول لاستبيان الميول الانتحارية " **الدو افع الاجتماعية للانتحار** "، والموضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (48): يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد " الدو افع الاجتماعية للانتحار".

رقم العبارة	العبارة		الاستجابات					المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الحكم
			مو افق بشدة	مو افق	محايد	معارض	معارض بشدة			
15	الكثير ممن انتحروا هم قدوتي في الحياة.	ت	16	07	128	131	488	1.69	1.090	ضعيف
		%	2.07	0.90	16.62	17.0	63.4			
20	لا أفكر في الانتحار	ت	234	195	106	68	167	2.66	1.520	متوسط
		%	30.4	25.3	13.8	8.8	21.7			

	لاهتمامي لأمر أسرتي.									
26	لا أفكر في الانتحار لاهتمامي لأمر والدي.	ت	197	198	99	79	197	2.84	1.544	متوسط
		%	25.6	25.7	12.9	10.3	25.6			
31	الانتحار هو رسالة للمجتمع.	ت	84	85	146	112	343	2.29	1.405	ضعيف
		%	10.9	11.0	19.0	14.5	44.5			
38	أفكر في الانتحار لأني ثقل على محيطي.	ت	14	06	111	245	394	2.08	1.355	ضعيف
		%	1.81	0.77	14.4	31.81	51.2			
39	المشاكل الاجتماعية هي التي تجعل الفرد ينتحر.	ت	230	240	101	63	136	3.47	1.439	مرتفع
		%	29.9	31.2	13.1	8.2	17.7			
41	أفكر في الانتحار لأن هناك من انتحر من	ت	03	04	79	97	587	1.40	0.840	ضعيف جدا
		%	0.38	0.51	10.25	12.6	76.2			

	أفراد أسرتي.									
49	هناك من انتحر من أصدقائي.	ت	59	111	46	120	434	2.01	1.375	**ضعيف**
		%	7.7	14.4	6.0	15.6	56.4			
51	ما يمنعني من الانتحار هو موقف المجتمع من سلوكي.	ت	17	08	133	285	327	2.65	1.417	**متوسط**
		%	2.20	1.03	17.3	37.01	42.5			
55	ان الانتحار هو عقاب للمجتمع.	ت	64	128	117	158	303	2.34	1.358	**متوسط**
		%	8.3	16.6	15.2	20.5	39.4			
57	الانتحار حل عملي لجميع المشاكل الاجتماعية.	ت	56	63	118	115	418	1.99	1.296	**ضعيف**
		%	7.3	8.2	15.3	14.9	54.3			

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss).

من خلال الجدول أعلاه يتبين أن البعد " **الدو افع الاجتماعية للانتحار**" تتضمن (11) بند، وتراوحت المتوسطات الحسابية بين ما (3.47، 1.40)، والانحرافات المعيارية ما بين (1.439، 0.84)، حيث جاء البند رقم (39) في المرتبة الأولى "المشاكل الاجتماعية هي التي تجعل الفرد ينتحر " بمتوسط حسابي قدره (3.47)، وانحراف معياري (1.439)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة الثانية البند رقم (26) " لا أفكر في الانتحار

لاهتمامي لأمر والدي" بمتوسط حسابي (2.84)، وانحراف معياري (1.544)، وبمستوى متوسط، وفي المرتبة الثالثة البند رقم (20) "لا أفكر في الانتحار لاهتمامي لأمر أسرتي بمتوسط حسابي قدره (2.66)، وانحراف معياري (1.520)، وبمستوى متوسط، وفي المرتبة الرابعة البند رقم (51) " ما يمنعني من الانتحار هو موقف المجتمع من سلوكي" بمتوسط حسابي قدره (2.65)، وانحراف معياري (1.417)، وبمستوى متوسط، وفي المرتبة الخامسة البند رقم (55) "ان الانتحار هو عقاب للمجتمع" بمتوسط حسابي بلغ (2.34)، وانحراف معياري (1.35)، وبمستوى متوسط، وفي المرتبة السادسة البند رقم (31) " الانتحار هو رسالة للمجتمع" بمتوسط حسابي (2.29)، وانحراف معياري (1.405)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة السابعة البند رقم (38) " أفكر في الانتحار لأني ثقل على محيطي" بمتوسط حسابي (2.08)، وانحراف معياري (1.355)، وبمستوى ضعيف، وفي المرتبة الثامنة (57) " الانتحار حل عملي لجميع المشاكل الاجتماعية" بمتوسط حسابي (1.99)، وانحراف معياري (1.296)، وبمستوى ضعيف، وفي المرتبة التاسعة البند رقم (49) "هناك من انتحر من أصدقائي" بمتوسط حسابي (2.01)، وانحراف معياري (1.37)، وبمستوى ضعيف، وفي المرتبة العاشرة البند رقم (15) " الكثير ممن انتحروا هم قدوتي في الحياة " بمتوسط حسابي (1.69)، وانحراف معياري (1.09)، وبمستوى ضعيف، وفي المرتبة الحادية عشرة البند رقم (41) " أفكر في الانتحار لأن هناك من انتحر من أفراد أسرتي" بمتوسط حسابي (1.40) وانحراف معياري (0.84)، بمستوى ضعيف.

البعد الثاني: التفكير الانتحاري.

استجابات أفراد عينة الدراسة حول بنود البعد الثاني لمقياس الميول الانتحارية " **التفكير الانتحاري**"، موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (49): يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد "التفكير الانتحاري".

رقم العبارة	العبارة	الاستجابات					المتوسط	الانحراف المعياري	الحكم
		موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة			

								الحسابي		
24	أول ما أفكر فيه يوميا هو الانتحار.	ت	07	12	121	114	476	1.81	1.240	ضعيف
		%	0.90	1.55	15.71	14.8	61.8			
36	لقد فكرت طويلا في الانتحار.	ت	13	05	210	108	434	2.001	1.363	ضعيف
		%	1.68	0.64	27.27	14.0	56.4			
40	أفضل الموت منتحرا.	ت	16	03	113	102	536	1.55	0.979	ضعيف جدا
		%	0.07	0.38	14.67	13.2	69.6			
45	الكثير من أحاديثي يكون موضوعها الانتحار.	ت	09	09	105	171	476	1.70	1.076	ضعيف جدا
		%	1.16	1.16	13.6	22.20	61.8			
46	لقد فكرت فيما قد أكتبه عندما أقدم على الانتحار.	ت	15	04	187	135	429	2.001	1.376	ضعيف
		%	6.62	0.51	24.28	17.5	55.7			

47	المنتحر فرد شجاع.	**ت**	61	64	56	113	476	**1.85**	**1.310**	**ضعيف**
		%	7.9	8.3	7.3	14.7	61.8			
48	أرغب حقا في قتل نفسي.	**ت**	14	05	139	119	493	**1.91**	**1.291**	**ضعيف**
		%	1.81	0.64	18.05	15.5	64.02			
50	أميل كثيرا لمشاهدة الأفلام عن الانتحار.	**ت**	34	17	146	183	390	**2.48**	**1.428**	**متوسط**
		%	4.41	2.20	19.0	23.76	50.64			
52	أميل كثيرا لقراءة القصص حول الانتحار.	**ت**	67	19	143	210	331	**2.24**	**1.342**	**ضعيف**
		%	8.7	2.46	18.6	27.27	43.0			
54	الانتحار جائزة لنفسي.	**ت**	5	11	98	178	468	**3.22**	**1.478**	**متوسط**
		%	0.64	1.42	12.72	23.1	60.77			
56	يرعبني ما يصحب الانتحار (دم، ألم، حزن...)	**ت**	123	178	102	140	227	**3.22**	**1.478**	**متوسط**
		%	16.0	23.1	13.2	18.2	29.5			

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss).

يتضح من الجدول أعلاه أن البعد **" التفكير الانتحاري"** تتضمن (11) بند، وتراوحت المتوسطات الحسابية بين ما (1.55،3.22)، وانحرافات المعيارية (1.478، 0.979)، حيث جاء في المرتبة الأولى البند رقم (54) "الانتحار جائزة لنفسي" بمتوسط حسابي بلغ (3.22)، وانحراف معياري (1.478)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الثانية البند رقم (56) " يرعبني ما يصحب الانتحار..." بمتوسط حسابي (3.22)، وانحراف معياري (1.475)، وبمستوى متوسط، وفي المرتبة الثالثة البند رقم (50) " أميل كثيرا لمشاهدة الأفلام عن الانتحار" بمتوسط حسابي (2.48)، وانحراف معياري (1.42)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الرابعة البند رقم (52) "أميل كثيرا لقراءة القصص حول الانتحار" بمتوسط حسابي بلغ (2.24)، وانحراف معياري (1.34)، بمستوى ضعيف، وفي البند الخامس رقم (46) " لقد فكرت فيما قد أكتبه عندما أقدم على الانتحار" بمتوسط حسابي (2.001)، وانحراف معياري (1.37)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة السادسة رقم (36) " لقد فكرت طويلا في الانتحار" بمتوسط حسابي (2.001)، وانحراف معياري (1.363)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة السابعة البند رقم (48) "أرغب حقا في قتل نفسي" بمتوسط حسابي (1.91)، وانحراف معياري (1.291)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة الثامنة البند رقم (47) " المنتحر فرد شجاع" بمتوسط حسابي (1.85)، وانحراف معياري (1.310)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة التاسعة البند رقم (24) " أو ما أفكر فيه يوميا هو الانتحار" بمتوسط حسابي (1.81)، وانحراف معياري (1.240)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة العاشرة البند رقم (45) "الكثير من أحاديثي يكون موضوعها الانتحار" بمتوسط حسابي (1.70)، وانحراف معياري (1.076)، بمستوى ضعيف جدا، وفي المرتبة الحادية عشرة البند رقم (40) " أفضل الموت منتحرا" بمتوسط حسابي (1.55)، وانحراف معياري (1.979)، بمستوى ضعيف جدا.

البعد الثالث: الميل للإيذاء الذات.

استجابات أفراد عينة الدراسة حول بنود البعد الثالث لمقياس الميول الانتحارية " **الميل للإيذاء الذات**"، موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (50): يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد " الميل للإيذاء الذات".

رقم العبارة	العبارة		الاستجابات					المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الحكم
			موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة			
02	أنا كثير التدخين.	ت	13	24	35	61	637	**1.33**	**0.83**	ضعيف جدا
		%	1.7	3.1	4.5	7.9	82.7			
06	أفضل قيادة السيارة باستعمال السرعة.	ت	195	248	1.6	85	136	**3.36**	**1.42**	مرتفع
		%	25.3	32.2	13.8	11.0	17.7			
11	أنا لا اكترث ان أصبت بجروح.	ت	202	141	141	171	115	**2.81**	**1.42**	متوسط
		%	26.2	18.3	18.3	22.2	14.9			
13		ت	77	39	96	254	30.4	**3.86**	**1.26**	مرتفع

	أنا أحب المجازفة والمغامرة.	%	10.0	5.1	12.5	33.0	39.5			
16	أنا لا أنام كثيرا.	ت	132	176	125	99	238	**2.82**	**1.50**	**متوسط**
		%	17.1	22.9	16.2	12.9	30.9			
21	أنا كثير الاهتمام بنوعية غذائي.	ت	149	216	174	117	114	**2.78**	**1.32**	**متوسط**
		%	19.4	28.1	22.6	15.2	14.8			
22	أنا كثيرا ما أزور الطبيب.	ت	135	88	185	147	215	**3.28**	**1.43**	**متوسط**
		%	17.5	11.4	24.0	19.1	27.9			
28	أنا أخاف من الأمراض.	ت	192	101	168	197	112	**2.91**	**1.40**	**متوسط**
		%	24.9	13.1	21.8	25.6	14.5			
29	سلوكياتي متهورة.	ت	177	151	210	99	129	**3.28**	**1.87**	**متوسط**
		%	23.0	19.6	27.3	12.9	16.8			
43	في كثير من الأحيان أتناول أدوية دون استشارة الطبيب.	ت	72	142	142	107	307	**2.43**	**1.40**	**ضعيف**
		%	9.4	18.4	18.4	13.9	39.9			

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss).

يتبين من الجدول أعلاه أن البعد " **الميل للإيذاء الذات**" تتضمن (10) بنود، وتراوحت المتوسطات الحسابية بين ما (3.86، 1.33)، وتراوحت الانحرافات المعيارية ما بين (1.26، 0.83)، حيث جاء في المرتبة الأولى البند رقم (13) " أنا أحب المجازفة والمغامرة " بمتوسط حسابي قدره (3.86)، وانحراف معياري (1.26)، بمستوى مرتفع، وفي المرتبة الثانية البند رقم (06) " أفضل قيادة السيارة باستعمال السرعة " بمتوسط حسابي قدره (3.36)، وانحراف معياري (1.42)، بمستوى مرتفع، وفي المرتبة الثالثة البند رقم (29) " سلوكياتي متهورة " بمتوسط حسابي قدره (3.28)، وانحراف معياري (1.87)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الرابعة البند رقم (22) " أنا كثيرا ما أزور الطبيب " بمتوسط حسابي (3.28)، وانحراف معياري (1.43)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الخامسة البند رقم (28) " أنا أخاف من الأمراض " بمتوسط حسابي (2.91)، وانحراف معياري (1.40)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة السادسة البند رقم (16) " أنا لا أنام كثيرا " بمتوسط حسابي (2.82)، وانحراف معياري (1.50)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة السابعة البند رقم (11) " أنا لا أكترث ان أصبت بجروح " بمتوسط حسابي (2.81)، وانحراف معياري (1.42)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الثامنة البند رقم (21) " أنا كثير الاهتمام بنوعية غذائي " بمتوسط حسابي (2.78)، وانحراف معياري (1.32)، بمستوى متوسط.

البعد الر ابع: الرغبة في الموت.

استجابات أفراد عينة الدراسة حول بنود البعد الرابع لمقياس الميول الانتحارية " **الرغبة في الموت** "، موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (51): يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد " الرغبة في الموت".

رقم العبارة	العبارة	الاستجابات					المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الحكم
		مو افق بشدة	مو افق	محايد	معارض	معارض بشدة			

05	أنتظر بفارغ الصبر موتي.	ت	17	08	166	264	315	2.27	1.319	ضعيف
		%	2.20	1.03	21.6	34.28	40.9			
19	ما دام مصيري هو الموت فالانتحار أفضل من الانتظار.	ت	10	09	110	168	483	1.80	1.245	ضعيف
		%	1.29	1.16	14.3	21.81	62.7			
25	ما يشغل تفكيري هو ما بعد الحياة.	ت	196	200	136	77	156	3.24	1.479	متوسط
		%	25.5	26.0	17.7	10.0	20.3			
30	الموت راحة.	ت	128	144	141	104	250	2.72	1.499	متوسط
		%	16.6	18.7	18.3	13.5	32.5			
34	أجمل ما في الحياة هو نهايتها بالموت.	ت	87	102	131	141	309	2.37	1.407	ضعيف
		%	11.3	13.2	17.0	18.3	40.1			
35	الإصابة بمرض مزمن يعني الموت.	ت	46	76	136	195	317	2.14	1.225	ضعيف
		%	6.0	9.9	17.7	25.3	41.2			

37	الكثير من مواضيع أحاديثي يكون موضوعها الموت.	**ت**	05	11	112	270	372	2.06	1.280	**ضعيف**
		%	0.64	1.42	14.5	35.06	48.3			
44	أتمنى أن أنام دون أن استيقظ.	**ت**	17	23	131	225	274	2.58	1.479	**ضعيف**
		%	2.20	2.98	17.0	29.22	35.6			

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss).

يتبين من الجدول أعلاه أن البعد " **الرغبة في الموت** " تتضمن (08) بنود، وتراوحت المتوسطات الحسابية بين ما (3.24، 1.80)، وتراوحت الانحرافات المعيارية ما بين (1.245،1.479)، حيث جاء في المرتبة الأولى البند رقم (25) " ما يشغل تفكيري هو ما بعد الحياة " بمتوسط حسابي (3.24)، الانحراف المعياري (1.479)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الثانية البند رقم (30) " الموت الراحة " بمتوسط حسابي (2.72)، وانحراف معياري (1.499)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الثالثة البند رقم (44)" أتمنى أن أنام دون أن أستيقظ " بمتوسط حسابي (2.58)، وانحراف معياري (1.479)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة الرابعة البند رقم (34) " أجمل ما في الحياة هو نهايتها بالموت " بمتوسط حسابي (2.37)، وانحراف معياري (1.407)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة الخامسة البند رقم (05) " أنتظر بفارغ الصبر موتي " بمتوسط حسابي قدره (2.27)، وانحراف معياري (1.319)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة السادسة البند رقم (35) " الإصابة بمرض مزمن يعني الموت " بمتوسط حسابي قدره (2.14)، وانحراف معياري (1.225)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة السابعة البند رقم (37) " الكثير من مواضيع أحاديثي يكون موضوعها الموت " بمتوسط حسابي (2.06)، وانحراف معياري (1.280)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة الثامنة البند رقم (19) " ما دام

مصيري هو الموت فالانتحار أفضل من الانتظار " بمتوسط حسابي (1.80)، وانحراف معياري (1.245)، بمستوى ضعيف.

البعد الخامس: اللامبالاة والتشاؤم اتجاه الحياة.

استجابات أفراد عينة الدراسة حول بنود البعد الخامس لمقياس الميول الانتحارية " **اللامبالاة والتشاؤم اتجاه الحياة** "، موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (52): يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد " اللامبالاة والتشاؤم اتجاه الحياة ".

رقم العبارة	العبارة		الاستجابات					المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الحكم
			موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة			
01	الحياة هي مصدر كل آلامي.	ت	67	168	274	128	133	2.88	1.187	متوسط
		%	8.7	21.8	35.6	16.6	17.3			
04	الحياة لا تعني لي شيئا.	ت	50	138	186	154	242	2.48	1.276	ضعيف
		%	6.5	17.9	24.2	20.0	31.4			
07	حين أفكر في الحياة أصاب بالتشاؤم.	ت	80	192	187	154	157	2.84	1.288	متوسط
		%	10.4	24.9	24.3	20.0	20.4			
08		ت	85	111	179	182	213	2.57	1.323	ضعيف

	لا أفكر تماما فيمن هم حولي.	%	11.0	14.4	23.2	23.6	27.7			
10	أكره كل ما له علاقة بحياتي.	ت	66	98	128	174	304	2.28	1.328	**ضعيف**
		%	8.6	12.7	16.6	22.6	39.5			
14	لا يمكن أن أجد هدفا لحياتي.	ت	66	97	123	157	327	2.24	1.342	**ضعيف**
		%	8.6	12.6	16.0	20.4	42.5			
17	إذا كان الانسان غير سعيد فمن الأفضل له أن ينتحر.	ت	20	24	169	156	401	1.95	1.235	**ضعيف**
		%	2.59	3.11	21.94	20.3	52.1			
27	أعتقد أن تعقيدات الحياة يمكنها أن تصل الى درجة أن ينتحر الانسان.	ت	166	194	127	80	203	3.05	1.507	**متوسط**
		%	21.6	25.2	16.5	10.4	26.4			
32		ت	81	76	146	163	304	2.30	1.354	**ضعيف**

	ليست لي الشجاعة لمواجهة الحياة.	%	10.5	9.9	19.0	21.2	39.5				
42	لا أنشغل للكيفية التي يراني بها الآخرون.	ت	173	239	107	110	141	3.25	1.422	**متوسط**
		%	22.5	31.0	13.9	14.3	18.3			
53	أفضل حل لمواجهة المشاكل هو الانتحار.	ت	52	46	80	171	421	1.87	1.218	**ضعيف**
		%	6.8	6.0	10.4	22.2	54.7			

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية.(spss)

يتبين من الجدول أعلاه البعد " **اللامبالاة والتشاؤم اتجاه الحياة** " تضمن (11) بند، وتراوحت المتوسطات الحسابية بين ما (1.87،3.25)، وتراوحت الانحرافات المعيارية ما بين (1.218،1.422)، حيث جاء البند رقم (42) في المرتبة الأولى " لا أنشغل للكيفية التي يراني بها الآخرون " بمتوسط حسابي (3.25)، وانحراف معياري (1.422)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الثانية البند رقم (27) " أعتقد أن تعقيدات الحياة يمكنها أن تصل الى درجة أن ينتحر الانسان " بمتوسط حسابي (3.05)، وانحراف معياري (1.507)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الثالثة البند رقم (01) " الحياة هي مصدر كل آلامي " بمتوسط حسابي (2.88)، وانحراف معياري (1.187)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الرابعة البند رقم (07) " حين أفكر في الحياة أصاب بالتشاؤم " بمتوسط حسابي قدره (2.84)، وانحراف معياري (1.288)، بمستوى متوسط، وفي المرتبة الخامسة البند رقم (08) " لا أفكر تماما فيمن هم حولي " بمتوسط حسابي بلغ (2.57)، وانحراف معياري (1.323)،

بمستوى ضعيف، وفي المرتبة السادسة البند رقم (04) " الحياة لا تعني لي شيئا " بمتوسط حسابي (2.48)، وانحراف معياري (1.276)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة السابعة البند رقم (32) " ليست لي الشجاعة لمواجهة الحياة " بمتوسط حسابي (2.30)، وانحراف معياري (1.354)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة الثامنة البند رقم (10) " أكره كل ماله علاقة بحياتي " بمتوسط حسابي بلغ (2.28)، وانحراف معياري (1.328)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة التاسعة البند رقم (14) " لا يمكن أن أجد هدفا لحياتي " بمتوسط حسابي (2.24)، وانحراف معياري (1.342)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة العاشرة البند رقم (17) " اذا كان الانسان غير سعيد فمن الأفضل له أن ينتحر " بمتوسط حسابي قدره (1.95)، وانحراف معياري (1.235)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة الحادية عشرة البند رقم (53) " أفضل حل لمواجهة المشاكل هو الانتحار " بمتوسط حسابي (1.87)، وانحراف معياري (1.218)، بمستوى ضعيف.

البعد السادس: الاستعداد لتنفيذ الانتحار.

استجابات أفراد عينة الدراسة حول بنود البعد السادس لمقياس الميول الانتحارية " **الاستعداد لتنفيذ الانتحار**"، موضحة في الجدول التالي:

الجدول رقم (53): يوضح استجابات أفراد عينة الدراسة حول بعد " الاستعداد لتنفيذ الانتحار".

رقم العبارة	العبارة		الاستجابات					المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الحكم
			موافق بشدة	موافق	محايد	معارض	معارض بشدة			
03	أنا على أتم الاستعداد لقتل نفسي.	ت	03	16	132	126	492	1.86	1.157	ضعيف
		%	0.38	10.0	17.14	16.4	63.89			
09		ت	06	11	114	148	491	1.87	1.233	ضعيف

	لدي الطريقة المثلى لقتل نفسي.	%	0.77	1.42	14.8	19.22	63.76				
12	أستطيع اتخاذ القرار بخصوص مكان انتحاري.	ت	7	12	119	156	475	2.02	1.398	ضعيف
		%	0.90	1.55	15.45	20.25	61.68			
18	أستطيع اتخاذ القرار بخصوص زمان انتحاري.	ت	12	8	137	152	461	1.81	1.193	ضعيف
		%	1.55	1.03	17.79	19.74	59.9			
23	أستطيع اتخاذ القرار بخصوص وسيلة انتحاري.	ت	8	9	128	169	456	1.89	1.301	ضعيف
		%	1.03	1.16	16.62	15.5	59.2			
33	لقد انتهيت من اعداد خطة لقتل نفسي.	ت	8	10	112	102	538	1.77	1.195	ضعيف جدا
		%	1.03	1.29	14.54	13.24	69.87			

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss).

يتبين من الجدول أعلاه البعد " **اللامبالاة والتشاؤم اتجاه الحياة** " تضمن (06) بنود، وتراوحت المتوسطات الحسابية بين ما (2.02، 1.77)، وتراوحت الانحرافات المعيارية ما بين (1.398، 1.195)، حيث جاء البند رقم (12) في المرتبة الأولى " أستطيع اتخاذ القرار بخصوص مكان انتحاري " بمتوسط حسابي قدره (2.02)، وانحراف معياري (1.398)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة الثانية البند رقم (23) " أستطيع اتخاذ القرار بخصوص وسيلة انتحاري " بمتوسط حسابي بلغ (1.89)، وانحراف معياري (1.301)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة الثالثة البند رقم (09) " لدي الطريقة المثلى لقتل نفسي " بمتوسط حسابي (1.87)، وانحراف معياري (1.233)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة الرابعة البند رقم (03) " أنا على أتم الاستعداد لقتل نفسي " بمتوسط حسابي (1.86)، وانحراف معياري (1.157)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة الخامسة البند رقم (18) " أستطيع اتخاذ القرار بخصوص زمان انتحاري " بمتوسط حسابي قدره (1.81)، وانحراف معياري (1.193)، بمستوى ضعيف، وفي المرتبة السادسة البند رقم (33) " لقد انتهيت من اعداد خطة لقتل نفسي " بمتوسط حسابي قدره (1.77)، وانحراف معياري (1.195)، بمستوى ضعيف جدا.

- من خلال الجداول السابقة، وبالاعتماد على المتوسط الحسابي لمقياس الميول الانتحارية الذي قدر ب (136.0857)، وهو متوسط يندرج ضمن مجال (124-219) مما تعكس هذه النتيجة انخفاض درجة الأفكار الانتحارية لدى المراهقين المتمدرسين في طور التعليم المتوسط على مقياس الميول الانتحارية وهو ما يعني أن مستوى الأفكار الانتحارية لدى المراهقين المتمدرسين منخفض.

-وبالتالي : عدم تحقق الفرضية الجزئية الأولى التي تنص على أن : مستوى الأفكار الانتحارية مرتفع لدى المراهق المتمدرس.

-وعليه: ترفض الفرضية الجزئية الثانية.

3-2-مناقشة الفرضية الجزئية الثانية:

توصلت الدراسة الحالية الى أن مستوى الأفكار الانتحارية منخفض لدى المراهق المتمدرس، بحيث أنه يمكن للشخص الذي يفكر في الانتحار الشعور بالانفراج عندما يصبح الانتحار الحل النهائي لمشكلته لأنه

يملك الآن الطريقة التي تؤدي لوضع حل وحد للضغوطات والمعاناة والوصول لهذه المرحلة يحدث قطعا انفعاليا للفرد مع الآخرين والاحساس بالوحدة والعزلة مما قد يؤدي الى التفكير في الانتحار والمرور للفعل الانتحاري. (حمودة آيت، 2006، ص260). ان الفئة الأكثر عرضة للانتحار والتفكير فيه هي فئة المراهقين، كما أن الحالات في تزايد مستمر نظرا لتراكم الصعوبات العائلية والاجتماعية والاندفاعية والشعور باليأس والاحباطات الشخصية، مما قد يقدم المراهق المتمدرس على الفعل الانتحاري (عبد الرحمن،2006، الجيوش، 1996)، وفي هذا الصدد يمكن القول أن معايشة مشكلات لدى فئة المراهقين تمثل ضغوطات حياتية مزمنة والشعور بالقلق والتوتر، واليأس، والمشاكل العائلية، العاطفية، الفشل الدراسي (الرسوب في شهادة التعليم المتوسط) كل هذا قد يسهم في التفكير في الانتحار، كما أشارت دراسة (عباس العادلي، صبر ناصر، 2016) الى أن الطلبة المرحلة المتوسطة يفكرون في الانتحار فشعور المراهق بالرفض واستثارة العجز والإحباط يمكن أن يعيق المراهق عن تفاعله وتوافقه مع الحياة. واختلفت دراسة (الشمري، المحنه، 2019) مع الدراسة الحالية الى أن أفراد عينة البحث ليس لديهم أفكار انتحارية وأرجعت دلك الى أن البيئة التي يعيشها الأفراد لا تيسر ظهور الأفكار الانتحارية ولا تتسامح مع من يتبناها بل أن البيئة توقع أشد العقوبات بالأفراد ممن يمتلكون هده الأفكار سواء أكانت العقوبات اجتماعية متمثلة في حالة الاستهجان والرفض وعدم التقبل من الآخر أم تكون عقوبات دينية شرعية متمثلة في حرمة الوقوع في الأفكار الانتحارية فضلا عن مخالفتها للفطرة الدينية السليمة التي فطر الله تعالى الانسان عليها. ان السلوك الانتحاري حلقات متسلسلة تبدأ بالتفكير بالانتحار وتنتهي بتنفيذ هذه الأفكار عبر مخططات واضحة، يجعل عملية تقصي هذه الأفكار ذات دلالة، ولا يعني أن كل من تراوده فكرة انتحار سينفذها، حيث تشير دراسة فرنسية (Marcelli et Braconnier,2008) الى أن من (14%-22) من الذكور و(18%-44) من الاناث يقرون أنهم فكروا في الانتحار ومن بين (3%-5) من الذكور و(9-16%)من الاناث يقرون سيطرة الأفكار الانتحارية عليهم في أغلب الأحيان، كما أشار (Pommereau,2001) الى أن وجود الأفكار الانتحارية يعد مؤشر عدم ارتياح عميق قد يظهر من خلال سلوكيات متعددة ولكن في كل الأحوال يجب اعارته

الاهتمام.(خليفي، 2020، ص200). كما اتفقت النتائج مع دراسة " تلمساني، شكراوي"(2023) ويمكن تفسير نتائج الدراسة في ظل غياب أو عدم مواجهة المراهقين للعوامل التي تؤدي الى التفكير في الانتحار، أو المرور الى القيام به، والتي تتمثل في كونها عوامل متداخلة من ظروف اجتماعية وأسرية، واقتصادية، إضافة الى العوامل النفسية كالشعور باليأس والإحباط والفشل والمستمر وخفض تقدير الذات (تلمساني، 2023، ص132). وبالرجوع الى المنظور الإسلامي للانتحار فنجد أن القيم الدينية والروحية لها تأثير كبير على المراهقين كونهم يعيشون في مجتمع عربي مسلم، وأن الدين الإسلامي حرم قتل النفس وايذاء الذات أو الحاق الأذى بها، وخوفا من العقاب الاهي ذلك ما أبعدهم عن التفكير في الانتحار.

في الحقيقة أن عينة الدراسة الحالية تتمتع بمستوى منخفض من الأفكار الانتحارية، لكن هذا لا يمنع عن وجود بعض الحالات التي استدعت تدخل المختصين.

4-عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

4-1-عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثالثة:

- **تنص الفرضية الجزئية الثالثة:** توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط الدراسية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.
- ولتحقق من صحة الفرضية قمنا ب قمنا من التحقق من شرطين:
- اعتدالية التوزيع الطبيعي للبيانات.
- خطية العلاقة بين المتغيرين (بعد الضغوط الدراسية، الأفكار الانتحارية).
- التحقق ما إذا كانت البيانات تتبع التوزيع الطبيعي أم لا وذلك باستخدام اختبار-Kolmogorov Smirnov ففي دراستنا العينة أكبرمن 50 سنعتمد على اختبارSmirnov-Kolmogorov بدل استخدام اختبار Shapiro-wilk هذا الأخير يستخدم في حالة العينة أقل من 50.
- وعليه: نطرح الفرضية الصفرية الخاصة بالتوزيع الطبيعي: البيانات تتبع التوزيع الطبيعي.

- الفرضية البديلة تنص على أنه: البيانات لا تتبع التوزيع الطبيعي.

الجدول رقم (54): يمثل نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لكل من Kolmogrov-Smirnov و Shapiro-wilk.

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-wilk		
	القيمة	العينة	Sig	القيمة	العينة	Sig
بعد الضغوط الدراسية	0.057	770	0.000	0.988	770	0.000
الأفكار الانتحارية	0.122	770	0.000	0.923	770	0.000

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

يلاحظ من خلال الجدول أعلاه أن قيمة مستوى الدلالة (Sig) لكل من بعد الضغوط الدراسية والأفكار الانتحارية تساوي على التوالي (0.000)، (0.000) وهاتين القيمتين أقل من 0.05 بعد اختبار الفرضية الصفرية باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية تبين أن: مستوى دلالة الاختبار كل من كولوموغوروف-سميرنوف أقل أو يساوي مستوى الدلالة المفترض(0,05)

Sig≤0,05

-في هذه الحالة يتم رفض الفرضية الصفرية واستدلالا يتم قبول الفرضية البديلة التي تنص على أن البيانات لا تتبع التوزيع الطبيعي. وعليه شرط الاعتدالية لم يتحقق.

من خلال لوحة الانتشار للمتغيرين الضغوط الدراسية والأفكار الانتحارية نلاحظ بأنه لا توجد علاقة خطية بين المتغيرين. (أنظر الملاحق).

-حيث يبن أن درجات بعد الضغوط الدراسية ليس له علاقة خطية مع درجات متغير الأفكار الانتحارية.

- وبالتالي سيتم استخدام الاختبار بديل لمعامل الارتباط بيرسون هو معامل الارتباط " ايتا Eta".

الجدول رقم (55): يمثل قيمة معامل الارتباط ايتاEta بين بعد الضغوط الدراسية والأفكار الانتحارية.

المتغير	القيمة
بعد الضغوط الدراسية	0.999
متغير الأفكار الانتحارية	0.527

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

من خلال الجدول السابق وحسب نتائج" spss " نأخذ القيمة العليا في حالة ما إذا كان بعد الضغوط الدراسية هو المتغير التابع ومتغير الأفكار الانتحارية هو المتغير المستقل، ونأخذ القيمة الدنيا في حالة ما إذا كان بعد الضغوط الدراسية هو المتغير المستقل، والمتغير الأفكار الانتحارية هو المتغير التابع.

- وعليه كإجابة على الفرضية الجزئية الثالثة نجد قيمة معامل الارتباط ايتا" Eta " يساوي (**0,527**.)

➢ وهي قيمة تدل على وجود علاقة متوسطة بين المتغيرين مصادر الضغوط الدراسية والأفكار الانتحارية فهي علاقة طردية موجبة.

-كلما زادت الضغوط الدراسية كلما زادت الأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

ولحساب الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط ايتا يتم تحويل معامل ايتا(η) الى قيمة تائية.

من خلال التعويض في المعادلة التالية نجد: $t = \frac{\eta}{\frac{1}{\sqrt{n-1}}}$

$$t = \frac{0.527}{\frac{1}{\sqrt{770-1}}} = \frac{0.527}{\frac{1}{\sqrt{769}}} = \frac{0.527}{\frac{1}{27.7}} = \frac{0.527}{0.036}$$

t=14,638

والدرجة الحرية: **df=n-2**

df=770-2

df=768

تساوي 768.بالتقريب 600ومن خلال درجة الحرية سنبحث عن القيمة المقابلة لدرجة الحرية في جدول الدلالة الإحصائية لقيم (t)الجدولية نجد أن القيمة تساوي **(1,964).**

- **وعليه اتخاذ القرار :**

بما أن قيمةt المحسوبة أكبر من الجدولية عند درجة الحرية بالتقريب 600 فهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0,05.

-اذن تحققت الفرضية الجزئية الثالثة، وبالتالي : توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط الدراسية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس. وهذا ما يفسر بأننا متأكدين وعلى ثقة بنسبة 95%من صحة النتائج المتوصل اليها.

2-4-مناقشة الفرضية الجزئية الثالثة:

توصلت الدراسة الحالية الى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط الدراسية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس، حيث يشير الباحث الفرنسي " Pilet" (2009) الى أن الضغط المدرسي هو حالة قلق عابرة يمر بها التلميذ داخل المدرسة، أثر وقوع حادث ما أو وجود مشكلات علائقية، فيحاول مواجهتها لكن إمكاناته لا تسمح له بذلك (خرباش، طوبال، 2016، ص4) حيث اتفقت مع دراسة (العدوي، 2018) بأنه ترجع في تفسير ذلك من خلال بيئة المدرسة التي قد تمثل ضغطا، فنجد التلاميذ لا يستطيعون تحمل الأعباء المدرسية التي يعيشونها مما يخلق لهم ضغطا وتوترا على شعورهم بعدم الارتياح والغضب والتوتر. كما أشارت دراسة (الوليدي، 2019) أن مصادر الضغوط الدراسية تتمثل في العلاقات الاجتماعية، والبيئة المدرسية، والمناهج المدرسية، والاختبارات المدرسية، وأوصت بخفض مستوى الضغوط التي يتعرض لها الطلاب من خلال تفعيل وتطوير برامج الارشاد والتوجيه النفسي والأكاديمي وتدريب المعلمين والطلاب على مواجهة هذه الضغوط (العنزي،2022، ص89).

يفسر الباحثون هذه النتيجة من خلال أن الضغوط التي يتعرض لها المراهقين المتمدرسين خصوصا في السنوات الانتقالية (سنة الرابعة متوسط) مقبلين على اجتياز شهادة التعليم المتوسط من قبل الأهل حول ضرورة حصول أبنائهم على معدل عالي متناسين بذلك الحالة النفسية لأبنائهم فالأسرة هي أكبر داعم اجتماعي ونفسي وعاطفي وخاصة في أوقات الأزمات. ويؤكد العمر والدغيم (2007) أن المدرسة تعد أحد أهم مصادر الضغوط النفسية على التلاميذ، فمصادر الضغوط فيها ترتبط عادة بتدني مستوى التحصيل الدراسي في مواد معينة، وبالعلاقة مع المعلمين أو الأقران، والتركيز الزائد على نتائج الاختبارات، كما تعد الرغبة في الحصول على درجات كبيرة من مصادر الضغوط الشائعة لدى التلاميذ، وفي هذا الصدد قامت الباحثة (Fimian) بدراسة متعمقة حددت فيها مصادر ضغوط التلاميذ ضمن نموذج مكون من ثلاث مجموعات من المصادر: مجهدات التلاميذ والتي تشمل المدرسة ومكانها، درجة تقبل الزملاء، والمستوى المعرفي والثقافي والتحصيل الدراسي للتلاميذ، مجهدات أكاديمية والاجتماعية والعلاقات التعليمية غير المناسبة (مشري، 2016، ص10).

يؤدي الفشل المدرسي الى حلول متطرفة واستثنائية اذ يزيد الانتحار في شهر جوان من كل سنة، في فترات الامتحانات، العطل السنوي، ويتجاوز هذا النوع من الانتحار ب 15 مرة حالات الانتحار الأخرى بمعدل 1.9 من كل 100 ألف بين شريحة المراهقين، وفي هذا السياق تتهم كثير من جمعيات الأولياء التلاميذ الإدارة المدرسية بدفع أبنائهم التلاميذ الى ارتكاب نما لا يحمد عقباه، وبالمقابل ترد الإدارة على ذلك بأنها لا تتحمل أية مسؤولية عن أفعال تحدث خارج النطاق المدرسي. (ساسي، 2018، ص314). كما أشارت دراسة " جنان، واكلي آيت مجبر" (2024) أن الضغوط الممارسة حول الدراسة وتحميل عبء والزامية النجاح في الدراسة يسبب ضغط كبيرا، فالضغط الناتج عن الإحباط نتيجة الفشل بالإضافة الى العوامل العاطفية يؤدي بالمراهق في التفكير في الانتحار أو المرور الى الفعل الانتحاري.

وهذا ما تؤكده دراسة أجراها جيمس وهيتفي (1999)هدف من خلالها الى معرفة العوامل التي تسبب الضغط النفسي في المجال الأكاديمي، وتوصلت الدراسة الى أن أهم هذه العوامل هي الضغط المدرسي

والخوف من الفشل في الدراسة، وأكدت دراسة دايكي (Dickey,1989)على أن المدرسة في حد ذاتها والعلاقة مع المعلمين هي من مسببات الأولى للضغط، كما يوضح ماسلو (1972) أن هذا المفهوم يعود لبعض الحاجات التي تشبع من خلال الإرادة القوية في التغلب على الضغوط، وأظهرت دراسة (Rhimer,1983) أن الضغوط التي يعاني منها التلاميذ هي التي يواجهونها في البيت والمدرسة. وبينت دراسة (Smith,1992) أن المشكلات المدرسية تسبب الضغط النفسي من خلال الأساليب المؤذية التي يتبعها بعض المعلمين، وفي هذا الصدد خلصت دراسة " عينات" (2013) الى أن سوء المعاملة للمعلم وكفاءته بالإضافة الى عدم محافظة المعلم على وقته ب50% مما يصعب عملية الفهم والاستيعاب للدروس بسبب عدم اعتماده وسائل الايضاح، والاكثار من الواجبات المدرسية واعتماده على الاملاء دون شرح، بالإضافة الى أن المعلم لم يكن متفهم لمشاكل التلاميذ (صالح، 2017، ص39) كما توضح دراسة (Karcher,1994) أن الايذاء الجسدي الذي يمارسه بعض المعلمون يولد الضغط النفسي (بكيري، 2019، ص263). وتزداد معاناة المراهق المتمدرس حينما تقترب مواعيد الامتحانات المدرسية، حيث يريد النجاح والانتقال الى أعلى مستوى تعليمي، وهنا تظهر مظاهر الضغط النفسي والمتمثلة في التوتر والضيق والاضطرابات النفسية والاجتماعية وكذا السلوك المضاد للمجتمع والانحراف، والتفكير في الانتحار، وأوضحت الدراسات أن المراهقة تعتبر من أكثر المراحل عرضة للاضطرابات السلوكية، وللمدرسة دورا هاما في حدوث ذلك، ففي هذا الصدد يشير (Cazdin) الى وجود عوامل تساعد على ظهور الاضطرابات السلوكية للمراهقين منها الضغوط المدرسية، ان التعرض للضغوط المدرسية تدخل المراهق في صراع نفسي، والاصابة بالإحباط، فالضغط النفسي الذي يعيشه نتيجة الإحباط الناتج عن الفشل الدراسي يؤدي الى الشعور بالقلق والتوتر والاكتئاب والشعور بالعجز في التغلب على التحديات الدراسية، والشعور بعدم الرضا النفسي وبالتالي الشعور بالفشل في الحياة قد يؤدي الى التفكير الانتحاري لدر المراهق المتمدرس، وفي نفس الاطار فقد أشارت دراسة (Franca Obiageli, al,2022) بعنوان الضغط الأكاديمي والتفكير الانتحاري والتي أجريت في جنوب نيجيريا بينت أن الضغط الأكاديمي مرتبط إيجابا بالتفكير الانتحاري، حيث يتم تعزيز التفكير

الانتحاري بزيادة الضغط الأكاديمي وهذا ما يثبت أن الضغوط المدرسية أو الأكاديمية تؤدي الى التفكير في الانتحار ثم الاقدام على السلوك الانتحاري، كما أن عدم اكتراث واهتمام الوالدين بظروف تمدرس أبنائهم وتحميلهم ما لا طاقة لهم به خاصة اذا تعلق الأمر بالنتائج المدرسية، فالأولياء غير مبالين بالأسباب الكامنة وراء عدم تحقيق الأبناء للنتائج المطلوبة من طرف الأسرة بسبب غياب المتابعة والاهتمام بالنتيجة وليس العوامل المؤدية لها. (قنيفة، 2017، ص728).

5-عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الجزئية الر ابعة:

5-1-عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الر ابعة:

- **تنص الفرضية الجزئية الر ابعة:** توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط الشخصية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

-ولتحقق من صحة الفرضية قمنا من التحقق من شرطين :

- اعتدالية التوزيع الطبيعي للبيانات.
- خطية العلاقة بين المتغيرين (الضغوط الشخصية، الأفكار الانتحارية).

التحقق ما إذا كانت البيانات تتبع التوزيع الطبيعي أم لا وذلك باستخدام اختبار Kolmogorov-Smirnov ففي دراستنا العينة أكبر من 50 وبالتالي سنعتمد على اختبار اختبارKolmogorov-Smirnov بدل استخدام اختبار Shapiro-wilk هذا الأخير يستخدم في حالة العينة أقل من 50.

وعليه: نطرح الفرضية الصفرية الخاصة بالتوزيع الطبيعي: البيانات تتبع التوزيع الطبيعي.

الفرضية البديلة تنص على أنه: البيانات لا تتبع التوزيع الطبيعي.

الجدول رقم (56): يمثل نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لكل من اختبارKolmogorov-Smirnov و Shapiro-wilk.

	Kolmogorov-Smirnov	Shapiro-wilk

	القيمة	العينة	Sig	القيمة	العينة	Sig
متغير الأفكار الانتحارية	0.122	770	0.000	0.923	770	0.000
بعد الضغوط الشخصية	0.085	770	0.000	0.978	770	0.000

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

من خلال الجدول أعلاه يتضح لنا نتائج التحليل الاحصائي: لكل من اختبارKolmogorov-Smirnov و Shapiro-wilk تبين أن: مستوى دلالة الاختبار كل من كولوموغوروف-سميرنوف أقل أو يساوي مستوى الدلالة المفترض(0,05)

Sig≤0,05

- في هذه الحالة يتم رفض الفرضية الصفرية واستدلالا يتم قبول الفرضية البديلة التي تنص على أن البيانات لا تتبع التوزيع الطبيعي.

وعليه شرط الاعتدالية لم يتحقق.

من خلال لوحة الانتشار للمتغيرين الضغوط الشخصية والأفكار الانتحارية نلاحظ بأنه لا توجد علاقة خطية بين المتغيرين. (أنظر الملاحق).

- يتضح من خلال لوحة الانتشار أن درجات الضغوط الشخصية ليس لها علاقة مع درجات متغير الأفكار الانتحارية.

-وبما أنه لم يتحقق شرط العلاقة الخطية بين المتغيرين، سيتم استخدام الاختبار البديل لمعامل الارتباط بيرسون هو معامل ايتا أو ما يسمى " نسبة الارتباط ".

الجدول رقم (57): يمثل قيمة معامل الارتباط ايتا " Eta" بين الضغوط الشخصية والأفكار الانتحارية.

القيمة	المتغير
0.999	**بعد الضغوط الشخصية**

0.542	**الأفكار الانتحارية**

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

من خلال الجدول السابق وحسب نتائج spssتظهر قيمتين لمعامل الارتباط " Eta" نأخذ القيمة العليا في حالة ما إذا كان بعد الضغوط الشخصية هو التابع ومتغير الأفكار الانتحارية هو المتغير المستقل، ونأخذ القيمة الدنيا في حالة ما إذا كان بعد الضغوط الشخصية هو المستقل ومتغير الأفكار الانتحارية هو المتغير التابع.

- وعليه كإجابة على الفرضية الجزئية الرابعة لدراستنا نجد قيمة معامل الارتباط ايتا " Eta"يساوي (**0,542**).

-وهي قيمة تدل على وجود علاقة متوسطة بين المتغيرين مصادر الضغوط الشخصية والأفكار الانتحارية فهي علاقة طردية موجبة.

-كلما زادت الضغوط الشخصية كلما زادت الأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

ولحساب الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط آيتا Eta يتم تحويل معامل ايتاEta الى قيمة تائية من خلال التعويض في المعادلة التالية: $t = \frac{\eta}{\frac{1}{\sqrt{n-1}}}$

$$t = \frac{\frac{0.542}{1}}{\sqrt{770-1}} = \frac{0.542}{\frac{1}{\sqrt{769}}} = \frac{0.542}{0.036}$$

فنجد: **t=14.55**

-أما درجة الحرية: df=n-2

df =770-2

df=768

ودرجة الحرية تساوي 768.بالتقريب 600

-ومن خلال درجة الحرية سنبحث عن القيمة المقابلة لدرجة الحرية في جدول الدلالة الإحصائية لقيم tالجدولية نجد أن قيمة تساوي (**1,964**).

- **وعليه اتخاذ القرار :**

بما أن قيمةt المحسوبة أكبر من الجدولية عند درجة الحرية بالتقريب 600 فهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0,05.

- تحقق الفرضية الجزئية الثالثة، وبالتالي : توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط الشخصية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

وهذا ما يفسر بأننا متأكدين وعلى ثقة بنسبة 95 %من صحة النتائج المتوصل اليها.

5-2-مناقشة الفرضية الجزئية الر ابعة:

توصلت الدراسة الحالية الى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط الشخصية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس، حيث أشارت دراسة (Fortin et Boulianne,1998) أن المراهقين المحاولين للانتحار يتميزون ببعض خصائص الطبع (المزاج) التي تدفع بهم الى المحاولة الانتحارية، حيث أظهروا كلهم على الأقل خاصيتين من الخصائص الثمانية التالية: الاندفاعية، الافراط في الانفعال، القلق، العزلة الاجتماعية والانطواء، التأثر العاطفي، صعوبات في تقدير الذات، الهذيان، الأحكام، ويعتبر " دوش" هذه الخصائص على أنها عناصر الشخصية والتي تعتبر كدافع (كعامل) في التفكير في الانتحار أو المحاولة الانتحارية. وأنه تختلف شدة الضغط من تلميذ لآخر ويرجع تأثير الضغط النفسي على رد فعل على انفعالاتهم حسب شخصية كل منهم وظروفهم ومكوناتهم الشخصية والنفسية، وذلك أن المراهقة تعتبر أكثر مرحلة عرضة للضغط النفسي مما ينتج بعض الانفعالات والخوف والاضطرابات النفسية التي قد تؤدي الى تأثيرات انفعالية وسلوكيات منحرفة لا يحمد عقباها. أيضا تنطلق نتيجة الفرضية الجزئية الرابعة مع بعض المداخل النظرية التي تناولت تأثير الضغط النفسي على حياة الفرد بشكل سلبي وتفرض أن الفرد له تأثيرات سلبية قد تكون اجتماعية أو نفسية أو جسمية، بالإضافة الى النظرية البيولوجية التي

ركزت على كون المراهقة ليست منفصلة عن الطفولة والرشد، وتعتبر مرحلة المراهقة مرحلة ضغوط تولد فيها شخصية الفرد، ومن تلك النظريات أيضا التي تؤكد على صحة الفرض (نظرية هانز سيلي) والتي تؤكد أنه ما يعتبر ضاغطا للفرد لا يعتبر كذلك لفرد آخر ويتوقف على سمات الشخصية والخبرات الذاتية والقرارات على مواجهة الضغوط، كما يتوقف على عدة عوامل ذات صلة بالموقف النفسي والعوامل الاجتماعية والبيئية. بالإضافة الى ذلك فعند مراجعة التراث السيكولوجي في مجال الانتحار والعوامل الكامنة وراءه فقد تبين أن هناك عوامل ومتغيرات تلعب دورا كبيرا في فهم السلوك الانتحاري منها: الشعور بعدم القيمة والعزلة الاجتماعية. (آيت حمودة، ص126)، كما يشير التراث النظري أن الأفراد ذوي الأفكار الانتحارية يعانون من عدة مشاكل، فهم فاقدين للشجاعة ومكتئبون ويحسون بالملل، يائسون، قلقون، كما يتعذر بعضهم عن إقامة علاقات اجتماعية، يشعرون بالوحدة والرفض، ويعيشون أزمة هوية ونقص القيمة لذواتهم، والهروب من مواجهة المشكلات والصعوبات، ومحاولة التخلص من الحزن واليأس والاندفاع المفاجئ في معالجة المشاكل، والتعبير عن الحب خاصة عند المراهقين. (عبد المنعم، 2022، ص669). وفي هذا الإطار تشير دراسة (قنيفة، سعدي، 2017) الى أن هشاشة البنية السيكولوجية للتلميذ يجعله عرضة لمؤثرات عديدة، وعدم امتلاكه لاستراتيجيات وأساليب المواجهة التحديات والمشكلات والتكيف النفسي السليم معها، وتزامنا خاصة مع مرحلة المراهقة إضافة الى الأزمات والمشاكل الأخرى قد يؤدي به الى الوقوع في أزمة نفسية تشتد حدتها لتصبح عرضة للتفكير في الانتحار. بالإضافة الى وجود بعض الاضطرابات النفسية التي تعترض المراهق من قلق، اكتئاب، احباط، فقد الثقة في النفس، المشاكل العاطفية، وغيرها في المقابل عدم التكفل الفوري بها سواء أسريا أو تربويا مما يؤدي الى تفاقم وتأزم الحالة. كما بينت دراسة (قنيفة، سعدي، 2016) أن التفكير في الانتحار والمحاولات الانتحارية لدى المراهق تعزى الى أسباب ظرفية مؤقتة كرد فعل عنيف ضد سلوك خارجي سببه ضعف العلاقات الاجتماعية التي تربط المراهق بالمحيطين، بالإضافة الى المشكلات الأسرية، واللاحوار، وعدم الاستجابة لمتطلباته وأساليب الفرض والرفض والمنع، والمشكلات التوافق النفسي المدرسي، والمشكلات العاطفية مما تجعل المراهق غير قادر

على تجاوزها بالشكل الملائم. ويرى " كيلي" بأن الشخص يشعر باليأس والضجر ويرى أن التفكير في الانتحار كلما أدرك بأن النظام التفسيري لا يستطيع تغطية كل الحقائق والوقائع اليومية ويعجز عن إدراك وتوقع الأحداث، وأن التفكير بالانتحار هي عمليات مقصودة ومعقدة ومخطط لها بأسلوب معرفي وبواسطة طرق محددة من مكان وزمان. (الجبوري، 2014، ص374) كما بينت دراسة (الكركي، العضايلة، 2019) أن أهم الدوافع النفسية المؤدية للانتحار كان أهمها: الشعور بالعجز الكامل عن مواجهة الحياة، حيث يعود دلك الى ضعف الشخصية وعدم اكتمال النضج الفكري، وهو العامل الأساسي الدي يجعل الفرد لا يتسم بالعقلانية والحكمة في التعامل مع مشاكله ومن ثم الشعور بالقلق الحاد نتيجة الضغوط التي يعاني منها مما يدفع الفرد للانتحار فيدخل في حلقة من الأفكار السوداوية والعزلة عن الآخرين، حيث تعزو النظرية المعرفية السلوك الانتحاري الى وصول الفرد الى مرحلة الاكتئاب واليأس وفقدان الأمل وتضخم الأفكار السلبية التي يشوب البناء المعرفي للفرد ببعض الاختلالات والاضطرابات التي تؤدي الى التشويه المعرفي الحاد، ويأتي نتيجة لخلل أو تشوه في طريقة تفسير الفرد لوقائع الحياتية وكذلك نتيجة لمعتقدات فكرية خاطئة (الكركي، 2019، ص337).

6-عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الجزئية الخامسة:

1-6-عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الخامسة:

- **تنص الفرضة الجزئية الخامسة:** توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط العلائقية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

-ولتحقق من صحة الفرضية قمنا من التحقق من شرطين :

- اعتدالية التوزيع الطبيعي للبيانات.
- خطية العلاقة بين المتغيرين (الضغوط العلائقية، الأفكار الانتحارية).

التحقق ما إذا كانت البيانات تتبع التوزيع الطبيعي أم لا وذلك باستخدام اختبار Kolmogorov-Smirnov ففي دراستنا العينة أكبر من 50 بدل استخدام اختبار Shapiro-wilk هذا الأخير يستخدم في حالة العينة أقل من 50.

-وعليه: نطرح الفرضية الصفرية الخاصة بالتوزيع الطبيعي: البيانات تتبع التوزيع الطبيعي.

الفرضية البديلة تنص على أنه: البيانات لا تتبع التوزيع الطبيعي.

الجدول رقم (58): يمثل نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لكل من اختبارKolmogorov-Smirnov و Shapiro-wilk.

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-wilk		
	القيمة	العينة	Sig	القيمة	العينة	Sig
متغير الأفكار الانتحارية	0.122	770	0.000	0.923	770	0.000
بعد الضغوط العلائقية	0.066	770	0.000	0.978	770	0.000

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

من خلال الجدول أعلاه يتبين لنا بعد اختبار الفرضية الصفرية باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية تبين أن: مستوى دلالة الاختبار كل من كولوموغوروف-سميرنوف أقل أو يساوي مستوى الدلالة المفترض (0,05)

Sig≤0,05

-في هذه الحالة يتم رفض الفرضية الصفرية واستدلالا يتم قبول الفرضية البديلة التي تنص على أن البيانات لا تتبع التوزيع الطبيعي.

وعليه شرط الاعتدالية لم يتحقق.

-من خلال لوحة الانتشار للمتغيرين الضغوط العلائقية والأفكار الانتحارية نلاحظ بأنه لا توجد علاقة خطية بين المتغيرين. (أنظر الملاحق).

- يتضح من خلال لوحة الانتشار أن درجات الضغوط العلائقية ليس لها علاقة مع درجات متغير الأفكار الانتحارية.

-لا يمكن استخدام معامل الارتباط بيرسون في الحالة عدم تحقق شرط الخطية بين المتغيرين، وبالتالي سيتم استخدام الاختبار بديل لمعامل الارتباط بيرسون هو معامل الارتباط ايتا.

الجدول رقم (59): يمثل قيمة معامل الارتباط ايتا "Eta " بين المتغيرين الضغوط العلائقية والأفكار الانتحارية.

القيمة	المتغير
0.999	**بعد الضغوط العلائقية**
0.507	**الأفكار الانتحارية**

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss).

من خلال الجدول وحسب نتائج(spss)تظهر قيمتين لمعامل الارتباط " Eta" نأخذ القيمة العليا في حالة ما إذا كان بعد الضغوط العلائقية هو التابع ومتغير الأفكار الانتحارية هو المتغير المستقل، ونأخذ القيمة الدنيا في حالة ما إذا كان بعد الضغوط العلائقية هو المستقل ومتغير الأفكار الانتحارية هو المتغير التابع.

-وعليه كإجابة على الفرضية الجزئية الخامسة للدراسة الحالية نجد قيمة معامل الارتباط ايتا " Eta" يساوي (**0,507**).

-وهي قيمة تدل على وجود علاقة موجبة متوسطة بين المتغيرين الضغوط العلائقية والأفكار الانتحارية فهي علاقة طردية موجبة.

-كلما زادت الضغوط العلائقية كلما زادت الأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

-ولحساب الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط آيتا يتم تحويل معامل آيتا الى قيمة تائية من خلال التعويض في المعادلة التالية: $t = \frac{\frac{\eta}{1\cdot}}{\sqrt{n-1}}$

$$t = \frac{\frac{0,507}{1}}{\sqrt{770-1}} = \frac{0.507}{0.036}$$

فنجد: **t=14.083**

-أما درجة الحرية:

df=n-2

df= 770-2

df =768

-ودرجة الحرية تساوي 768.بالتقريب 600

-ومن خلال درجة الحرية سنبحث عن القيمة المقابلة لدرجة الحرية في جدول الدلالة الإحصائية لقيم tالجدولية نجد أن قيمة تساوي (**1,964**)

- **وعليه اتخاذ القرار :**

بما أن قيمةt المحسوبة أكبر من الجدولية عند درجة الحرية بالتقريب 600 فهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0,05.

- اذن تحقق الفرضية الجزئية الخامسة، وبالتالي : توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط العلائقية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس، وهذا ما يفسر بأننا متأكدين وعلى ثقة بنسبة 95 % من صحة النتائج المتوصل اليها.

2-6-مناقشة الفرضية الجزئية الخامسة:

توصلت الدراسة الحالية بأنه: توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط العلائقية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس، واتفقت هذه النتائج مع ما توصلت اليه دراسة (Chabrel) أن الانتحار يعتبر أخر محاولة بالنسبة لتغيير النظام العائلي، ان الفرد قبل قيامه بالانتحار يسلك سلوكيات توحي الى العمل الذي سيقوم به، وكأنه يبعث إشارات غير كلامية يطلب بواسطتها النجدة، ولكن هذه

الاشارات لا تستقبل جيدا من طرف المحيطين به، لذلك ففي الكثير من الحالات يقوم في التفكير الانتحاري أو محاولة انتحارية. (الدباغ، 1986، ص41). كما بينت دراسة (Gan, Anshel ،2009) الى أن أكثر العوامل التي تسبب الضغط النفسي لدى التلاميذ هي التعرض للإساءة من الآخرين والبيئة المحيطة والأوضاع المجتمعية والهيئة المدرسية، كما تشير نتائج دراسة (عنو، يعقوب) (2024) الى أن العلاقة السيئة مع الوالدين والتي تكثر فيها المشاجرات قد تسهم في اقدام الأبناء على محاولات الانتحار، اذ بينت دراسة ريشمان " Richman " أن العلاقة السيئة مع الوالدين والتي تتسم بعدم التفاهم وتكثر فيها المشاجرات غالبا ما تقود المراهق الى التفكير في الانتحار أو المحاولات الانتحارية. كما تتقارب دراستنا مع دراسة دافيدسون وشوكي (Davidson, Choquet; 1981) التي توصلت الى أن 35% من المراهقين الذين حاولوا الانتحار يعيشون وسط أسرة يسودها سوء التفاهم وعدم الاستقرار حتى أنهم يكادوا يكونوا مفقودين، جاءوا من أسر متصدعة اما الطلاق أو وفاة أحد الوالدين أو الاثنين معا أو أبوين مجهولين، كما أن العلاقات الأسرية التي تربط الوالدين بالأبناء كانت تمتاز بالصراعات وصعوبة الاتصال واللامبالاة وانعدام الحوار والمناقشة وغياب الديمقراطية داخل الأسرة مما انجر عنه التفكير في الانتحار أو محاولات انتحارية، وتتفق هذه النتائج مع ما توصلت اليه دراسة قرانبلو " Granboulon " (1988) التي أوضحت أن العلاقات مع الوالدين تميزت بالصعوبة فيما يخص نصف من الحالات، فالصراعات كانت معبرة عنها، أما فيما يخص النصف الآخر فتعتبر اللامبالاة وانعدام المحادثة وفي خانة الصراع مع الأم، فالأب عادة ما يكون غائبا. ان العلاقات الأسرية أمر ضروري لصحة المراهق النفسية بعيدا عن رغبات الآباء، فإخفاق المحيط الأسري في مد العون للفرد لديه أفكار انتحارية لتجاوز صعوبات الحياة التي تؤدي الى اليأس مما يجعل الانتحار أمرا سهلا لهم. كما تشير دراسة كوروغلي محمد لمين (2010) أن سوء المعاملة الوالدية تؤدي الى القلق والاكتئاب مع ضعف الشخصية وانعدام القدرة على تحمل الصدمة يفسر التفكير في الانتحار وأنه الحل الوحيد الممكن للوضعية النفسية المضطربة، وهذا ما تتوافق معه دراسة خنفر محمود (2021)، فبرودة العلاقة وضعف التواصل فيما بينهم وبين أسرهم سد أمامهم فرص الإفصاح عن مشاكلهم الأمر

الذي ولد لديهم نوع من الكبت أدى بهم الى الاكتئاب بدوره يساهم في مرورهم للفعل الانتحاري، فتخلي الأسر عن دورهم الحامي جعل أفرادها مهمشين لا يحسون بالدفء الأسري ويعلنون هزيمتهم أمام الضغوطات والصعوبات التي يعيشونها في حياتهم اليومية. (عمور، 2018، ص1017\). وهذا ما أشارت اليه دراسة (بوالفلفل، 2018) حيث توصلت الى أنه في حالة سوء العلاقة يجعل الفرد في وضعية قلق دائم تدفعه في ظل وجود عوامل مخاطرة الى ارتكاب المحظور، كذلك العلاقات السيئة مع الاخوة قد تنتج عن سوء معاملتهم أو نتيجة تفضيل الأبوين لأحد الأبناء على الآخرين، فالإحساس باللاعدل قد يترك آثارا عميقة على الشخص ما يقوده في بعض الأحيان الى التفكير في الانتحار أو محاولة الانتحار من أجل جلب الاهتمام اليه أو تحسيس الآخرين بالذنب اتجاهه كنوع من العقوبة من سوء معاملتهم. ان للأسرة تأثير كبير في حياة الفرد و\شخصيته ونمط سلوكه، انطلاق من هذه العلاقة المتينة بين الفرد وأسرته التي يكون فيها التأثير في نمط حياة الفرد وخاصة تلك الفترة التي يعتمد فيها الفرد على أسرته عندما كان طفلا صغيرا، ولأنه ليس هناك فرد يولد منحرفا أو مجرما بالفطرة فان أسرته لها الأثر الكبير في بناء شخصيته، ويظهر هذا التأثير خاصة في مرحلة المراهقة، لذلك انتهى " جاسون توبي" الى القول أن الأسرة لا تنقل القيم المقبولة اجتماعيا الى الجيل الجديد فحسب بل انها تحاول أن تحمي الفرد من التأثير بالأنماط المنحرفة وكلما ازداد تكامل الأسرة كلما نجحت في وظيفتها كحصن يمنع عن المراهق التأثيرات الضارة التي تنشأ في المجتمع المحلي أو أقرانه (عارف، 1975، ص550)، فالفرد خاصة المراهق عندما يشعر بالألم الذي يأتيه من عالمه سواء أسرته أو المدرسة أو الأصدقاء (علاقاته) فهو لا يقدر على تحمل الضغوط الشديدة التي يتعرض لها من والد يقسو عليه أو أستاذ يهينه أو صديق يرفضه، وبالتالي يرى أو يسمع أن الموت راحة كما يشاهده في الأفلام، هذا قد يؤدي بالفرد الى الشعور بالاكتئاب الذي يجعله قد يفكر في الانتحار و يقدم على السلوك الانتحاري، كما أوضحت دراسة (طباس، 2011) من خلال تحليلها للنسق العائلي لأربع فتيات محاولات الانتحار تبين أن النظام العائلي المليء بالخلافات العائلية والصراع العلائقي والمظاهر التفاعلية السلبية سواء ما بين الوالدين يؤدي الى التفكير الانتحاري أو المرور للمحاولات الانتحار. وفي هدا الصدد أشارت

دراسة (Brent David,2004) أن الصراعات العائلية تلعب دورا بارزا كعامل من عوامل الاقدم على الانتحار. (عزاق، 2018، ص278). كما أوضحت دراسة (غازلي، 2014) أن الخلافات والصراعات داخل النسق الأسري يؤدي الى التفكير الانتحاري أو المحاولة في دلك، كما أظهرت دراسة لارسون وهام (1993) مدى تأثير الأقران والمدرسة والأسرة على شعور الأفراد بالضغوط فكلما كان دورهم ناضجا وواعيا قلل من التأثر بشدة الضغط وآثاره. (السيد، 2014، ص95). هدا ما توصلت اليه أيضا دراسة (لعقاب، 2009) حيث أن اضطراب العلاقة بين الوالدين انعكست سلبا على الأفراد حيث صرحوا بسوء المعاملة المتميزة بالقسوة والإهمال واللامبالاة من طرف الوالدين، كما اتفقت مع نتائج دراسة (العدوي وآخرون، 2018) أنه توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين بعد العلاقة مع زميلات المدرسة مع الضغوط النفسية أيضا وجود علاقة ارتباطية عن بعد العلاقة مع الأب والأم وإدارة المدرسة والمعلمين مع الضغط النفسي، كما تشير دراسة (جنان، واكلي آيت مجبرة، 2024) الى أن الضغط النفسي الكبير أدى الى الاقدام بالفعل الانتحاري وذلك يعود بالدرجة الأولى الى عوامل عاطفية وعلائقية وهي الفشل في العلاقة العاطفية وسوء العلاقة مع الأسرة خاصة الأم التي تعتبر مصدر للأمن النفسي. كما بينت دراسة (قنيفة، سعدي، 2017) ان تعرض التلميذ لجروح معنوية عميقة من طرف الأولياء، الأساتذة، الإدارة، والزملاء مما يدفعه للتفكير في الانتحار أو الاقدام عليه وانهاء حياته حفاظا منه على كرامته، فالعلاقات السيئة مع المحيط الأسري والمدرسي تنعكس سلبا على الحياة النفسية للمراهق المتمدرس.

7-عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الجزئية السادسة:

7-1-عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية السادسة:

- **تنص الفرضية الجزئية السادسة**: توجد علاقة ارتباطية بين الضغوط الفيزيولوجية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.
- ولتحقق من صحة الفرضية قمنا من التحقق من شرطين:

- اعتدالية التوزيع الطبيعي للبيانات.
- خطية العلاقة بين المتغيرين (الضغوط الفيزيولوجية، الأفكار الانتحارية).
- التحقق ما إذا كانت البيانات تتبع التوزيع الطبيعي أم لا وذلك باستخدام اختبار-Kolmogorov Smirnov ففي دراستنا العينة أكبر من 50 بدل استخدام اختبار Shapiro-wilk هذا الأخير يستخدم في حالة العينة أقل من 50.
- وعليه: نطرح الفرضية الصفرية الخاصة بالتوزيع الطبيعي: البيانات تتبع التوزيع الطبيعي.
- الفرضية البديلة تنص على أنه: البيانات لا تتبع التوزيع الطبيعي.

الجدول رقم (60): يمثل نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لكل من اختبارKolmogorov-Smirnov و Shapiro-wilk.

	Kolmogorov-Smirnov			Shapiro-wilk		
	القيمة	العينة	Sig	القيمة	العينة	Sig
الأفكار الانتحارية	0.122	770	0.000	0.923	770	0.000
بعد الضغوط الفيزيولوجية	0.074	770	0.000	0.988	770	0.000

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

الجدول أعلاه يبين أنه بعد اختبار الفرضية الصفرية باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية تبين أن: مستوى دلالة الاختبار كل من كولوموغوروف-سميرنوف أقل أو يساوي مستوى الدلالة المفترض(0,05)

Sig≤0,05

-في هذه الحالة يتم رفض الفرضية الصفرية واستدلالا يتم قبول الفرضية البديلة التي تنص على أن البيانات لا تتبع التوزيع الطبيعي.

-وعليه شرط الاعتدالية لم يتحقق.

-من خلال لوحة الانتشار للمتغيرين الضغوط الفيزيولوجية والأفكار الانتحارية نلاحظ بأنه لا توجد علاقة خطية بين المتغيرين. (أنظر الملاحق).

- يتضح من خلال لوحة الانتشار أن درجات الضغوط العلائقية ليس لها علاقة مع درجات متغير الأفكار الانتحارية.

-لا يمكن استخدام معامل الارتباط بيرسون في الحالة عدم تحقق شرط الخطية بين المتغيرين، وبالتالي سيتم استخدام الاختبار بديل لمعامل الارتباط بيرسون هو معامل الارتباط ايتا " Eta "

الجدول رقم (61): يمثل قيمة معامل الارتباط ايتا "Eta " بين المتغيرين الضغوط الفيزيولوجية والأفكار الانتحارية.

المتغير	القيمة
الضغوط الفيزيولوجية	0.999
الأفكار الانتحارية	0.581

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

يتضح من خلال الجدول السابق وحسب نتائج(spss) تظهر قيمتين لمعامل الارتباط "Eta " نأخذ القيمة العليا في حالة ما إذا كان بعد الضغوط الفيزيولوجية هو التابع ومتغير الأفكار الانتحارية هو المتغير المستقل، ونأخذ القيمة الدنيا في حالة ما إذا كان بعد الضغوط الفيزيولوجية هو المستقل ومتغير الأفكار الانتحارية هو المتغير التابع.

-وعليه كإجابة على الفرضية الجزئية السادسة للدراسة الحالية نجد قيمة معامل الارتباط "ايتا" يساوي (**0,581**).

-وهي قيمة تدل على وجود علاقة طردية موجبة متوسطة، كلما زادت الضغوط الفيزيولوجية كلما زادت الأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

-ولحساب الدلالة الإحصائية لمعامل الارتباط ايتا يتم تحويل معامل ايتا الى قيمة تائية من خلال التعويض في المعادلة التالية: $t = \frac{\eta}{\frac{1}{\sqrt{n-1}}}$

$$t = \frac{\frac{0581}{1}}{\sqrt{770-1}} = \frac{0.581}{0.036} = 16,13$$

-فنجد t=16.13

-أما درجة الحرية: df=n-2

df=770-2

df=768

ودرجة الحرية تساوي 768.بالتقريب 600

-ومن خلال درجة الحرية سنبحث عن القيمة المقابلة لدرجة الحرية في جدول الدلالة الإحصائية لقيم tالجدولية نجد أن قيمة تساوي **(1,964)**.

- **وعليه اتخاذ القرار :**

بما أن قيمةt المحسوبة أكبر من الجدولية عند درجة الحرية بالتقريب 600 فهي دالة احصائيا عند مستوى دلالة 0,05.

-وبذلك نرفض الفرض الصفري ونقبل الفرض البديل، وهذا ما يفسر بأننا متأكدين وعلى ثقة بنسبة 95 بالمائة من صحة النتائج المتوصل اليها.

- وبالتالي: توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط الفيزيولوجية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

2-7 مناقشة الفرضية الجزئية السادسة:

أسفرت نتائج الدراسة الحالية الى وجود علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط الفيسيولوجية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس، حيث أشار " هانز سيلي" أن الضغوط النفسية على أساس فيسيولوجي أنها استجابة الجسم الغير محدد للأحداث التي يتعرض لها الفرد، وتؤدي الى عدم قدرته على التوافق (النعيمات،2021، ص104)، وان شدة الضغوط والتعرض المتكرر لها وما يترتب عليها من تأثيرات سالبة والارتباك في حياة الفرد والعجز عن اتخاذ القرارات وتناقض فعالية سلوكه وعجزه عن التفاعل مع الآخرين وظهور أعراض لأمراض جسمية، وغير ذلك من جوانب الاختلال الوظيفي للجسم، فان هذا كله يقصد بأن الضغوط السلبية مرتبطة باعتلال الصحة النفسية (عنو، 2018، ص149)، واعتبرت النظرية البيولوجية أن التغييرات التي تحدث خلال فترة المراهقة تخضع لمجموعة من العوامل الفيسيولوجية، وهذا ما يتضح لنا أن التلاميذ في سن المراهقة يبدو عليهم الانفعال سريعا، وهذا ما يؤثر على علاقاتهم بالآخرين من معلمين وزملاء والأسرة.(العدوي، 2018، ص285).

8-عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الجزئية السابعة:

8-1-عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية السابعة:

- **تنص الفرضية الجزئية السابعة:** لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في مصادر الضغط النفسي تعزى لمتغير الجنس.
- ولتحقق من صحة الفرضية قمنا من التحقق من شرط :
- اعتدالية التوزيع الطبيعي للبيانات.
- التحقق ما إذا كانت البيانات تتبع التوزيع الطبيعي أم لا وذلك باستخدام اختبار-Kolmogorov Smirnovففي دراستنا العينة أكبر من 50وبالتالي سنعتمد عليه بدل استخدام اختبار Shapiro-wilk هذا الأخير يستخدم في حالة العينة أقل من 50.
- وعليه: نطرح الفرضية الصفرية الخاصة بالتوزيع الطبيعي: البيانات تتبع التوزيع الطبيعي.

- الفرضية البديلة تنص على أنه: البيانات لا تتبع التوزيع الطبيعي.

الجدول رقم (62): يمثل نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لكل من اختبار Kolmogorov-Smirnov واختبار Shapiro-wilk.

الجنس		اختبار Kolmogorov-Smirnov			اختبار Shapiro-wilk.		
		القيمة	العينة	Sig	القيمة	العينة	Sig
مصادر الضغط النفسي	اناث	0.400	473	0.000	0.617	473	0.000
	ذكور	0.065	297	0.000	0.972	297	0.000

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

ان الجدول السابق يبين أنه بعد اختبار الفرضية الصفرية باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية تبين أن: مستوى دلالة الاختبار كل من كولوموغوروف-سميرنوف أقل أو يساوي مستوى الدلالة المفترض(0,05)

Sig ≤0,05

-في هذه الحالة يتم رفض الفرضية الصفرية واستدلالا يتم قبول الفرضية البديلة التي تنص على أن البيانات لا تتبع التوزيع الطبيعي.

-وعليه شرط الاعتدالية لم يتحقق.

- ان اختبار t test لعينتين مستقلتين يشترط اعتدالية التوزيع وفي هذه الحالة لم يتحقق الشرط حسب اختبار Kolmogorov-Smirnov

- وعليه سنقوم باختبار الفروق باستخدام اختبار بديل هو اختبار Mann-witney

الجدول رقم (63): نتائج اختبار مان ويتني لمعرفة الفروق في مصادر الضغط النفسي تعزى للجنس.

متغير مصادر الضغط النفسي	
52530.000	**قيمة اختبار مان ويتني (Mann-Whitney)**
0.000	**Sig**

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

من خلال الجدول يتضح أنه: حسب نتائج برنامج الحزمة الإحصائية كانت النتيجة (Sig) أقل من 0.05:

sig=0,000 Sig ≤ 0,05

وبالتالي توجد فروق ذات دلالة احصائية في مصادر الضغط النفسي تعزى لمتغير الجنس.

- وعليه نرفض الفرض الصفري الذي ينص عل أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث فيما يتعلق بمصادر الضغط النفسي.
- ونقبل الفرض البديل استدلالا والذي ينص على أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث في درجة مصادر الضغط النفسي.

2-8-مناقشة الفرضية الجزئية السابعة:

توصلت الدراسة الحالية الى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث في درجة مصادر الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس، وهذه النتيجة تتفق مع دراسة " Bensabat,1980" التي كشفت عن وجود فروق بين الجنسين في الاستجابة للضغوطات النفسية والتي تؤكد أن الاناث أكثر إدراكا لشدة الضغط لأن معايشة الضغوط والمعارضات والاحباطات والاستجابة لها تتم بصفة مختلفة بين الذكور والاناث نتيجة

الاختلافات النفسية والتربوية، ونمط الحياة ومصادر الضغط النفسي، كما أثبتت دراسة " لارسون وهام " (1993) وجود تأثير كبير للضغوط على المراهقين، كما بينت أن تأثر الاناث يكون بدرجة أكبر من الذكور (السيد، 2014، ص95). واختلفت دراستنا مع دراسة" بكيري، طوبال" (2019) حيث أشارت الى أنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في مستوى الضغط النفسي لدى التلاميذ، وأرجعت ذلك الى أن التلاميذ لديهم نفس الرؤية بالنسبة لهدف الدراسة ونوعيتها، كما لديهم تصور سابق لمستقبل حياتهم المهنية. كما أكد " LaZaorus" (1996) أنه ما يعتبر ضاغطا بالنسبة للفرد لا يعد كذلك لفرد آخر، كما أن النموذج الدي قدمه لازروس عن التقييم المعرفي (Cognitive Appraisal) للفرد في المواقف والأحداث والخبرات وتفاعله معها وكيفية ادراكه والاستجابة لها هي التي تحدد شدة ومدى الإحساس بالظروف الضاغطة. (الجبوري، 2014، ص372). كما أشارت دراسة (عواد،2020) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في الضغوط النفسية وفق الجنس ولصالح الاناث، كما تتفق النتيجة مع دراسة بلقاسم وشتوان (2016)، وتختلف مع دراسة " الزبيدي" (2000) ويمكن تفسير ذلك الاختلاف في أساليب التنشئة الاجتماعية، اذ أن المجتمع يعطي تسهيلات أكثر للذكور في ممارسة الأنشطة السلوكية والفعاليات والهوايات، بينما يضع قيود صارمة على الاناث، اذ لا يسمح لهن بممارسة الكثير من الأنشطة والسلوكيات وهذه القيود ربما تكون مصدر للضغوط النفسية. ووفقا للنظريات الاجتماعية فان هذه القيود تجعل من الفتاة تشعر بالغموض والخضوع ولا معنى لحياتها وإنها غريبة في المجتمع، مما يولد لديها ضغط نفسي أكبر من الذكر فضلا أن الذكور أكثر تفاؤلا من الاناث ولديهم من القدرة على التحكم في المواقف الضاغطة بشكل أفضل من الاناث. (عواد، 2020، ص143).

9-عرض وتحليل ومناقشة النتائج الفرضية الجزئية الثامنة:

9-1-عرض وتحليل نتائج الفرضية الجزئية الثامنة:

- **تنص الفرضية الجزئية الثامنة:** لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الأفكار الانتحارية تعزى لمتغير الجنس.

ولتحقق من صحة الفرضية قمنا من التحقق من شرط :

- اعتدالية التوزيع الطبيعي للبيانات.
- التحقق ما إذا كانت البيانات تتبع التوزيع الطبيعي أم لا وذلك باستخدام اختبار-Kolmogorov Smirnovففي دراستنا العينة أكبر من 50وبالتالي سنعتمد عليه بدل استخدام اختبار Shapiro-wilk هذا الأخير يستخدم في حالة العينة أقل من 50.
- وعليه: نطرح الفرضية الصفرية الخاصة بالتوزيع الطبيعي: البيانات تتبع التوزيع الطبيعي.
- الفرضية البديلة تنص على أنه: البيانات لا تتبع التوزيع الطبيعي.

الجدول رقم (64): يمثل نتائج اختبار التوزيع الطبيعي لكل من اختبار Kolmogorov-Smirnov واختبار Shapiro-wilk.

الجنس		اختبار-Kolmogorov Smirnov			واختبار Shapiro-wilk.		
		القيمة	العينة	Sig	القيمة	العينة	Sig
الأفكار الانتحارية	اناث	0.110	473	0.000	0.932	473	0.000
	ذكور	0.144	297	0.000	0.914	297	0.000

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

ان الجدول السابق يبين أنه بعد اختبار الفرضية الصفرية باستخدام برنامج الحزمة الإحصائية تبين أن: مستوى دلالة الاختبار كل من كولوموغوروف-سميرنوف أقل أو يساوي مستوى الدلالة المفترض(0,05)

Sig≤0,05

- في هذه الحالة يتم رفض الفرضية الصفرية واستدلالا يتم قبول الفرضية البديلة التي تنص على أن البيانات لا تتبع التوزيع الطبيعي.

- وعليه شرط الاعتدالية لم يتحقق.

- ان اختبار ttest لعينتين مستقلتين يشترط اعتدالية التوزيع وفي هذه الحالة لم يتحقق الشرط حسب اختبارKolmogorov-Smirnov
- وعليه سنقوم باختبار الفروق باستخدام اختبار بديل هو اختبار Mann-witney

الجدول رقم (65): نتائج اختبار مان ويتني لمعرفة الفروق في الأفكار الانتحارية تعزى للجنس.

متغير الأفكار الانتحارية	
60106.000	**قيمة مان ويتني**
0.001	**Sig**

المصدر: من اعداد الباحثة اعتمادا على مخرجات برنامج الحزمة الإحصائية (spss)

اذن يتبين من خلال الجدول السابق أنه: حسب نتائج برنامج الحزمة الإحصائية كانت النتيجة:

sig=0,001 **Sig≤0,05**

قيمة (Sig) أقل من 0.05

- وعليه نرفض الفرض الصفري الذي ينص عل أنه: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث فيما يتعلق بدرجة الأفكار الانتحارية.
- ونقبل الفرض البديل استدلالا والذي ينص على أنه: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث في درجة الأفكار الانتحارية.

2-9-مناقشة الفرضية الجزئية الثامنة:

أشارت النتائج الى وجود فروق دالة احصائيا بين استجابات الذكور والاناث على مقياس الميول الانتحارية، وقد اتفقت هذه النتائج مع دراسة (محمد نجيب عيد، 2022) حيث توصلت الى وجود فروق دالة احصائيا بين المجموعتين، حصلت مجموعة الذكور على متوسط درجات أعلى على مقياس توقع التفكير في الانتحار،

وقد أكدت هذه النتائج مع دراسة (Sivertsen et al,2019)، حيث حاول توضيح الفروق بين الجنسين في توقع التفكير في الانتحار من خلال تحديد مدى انتشار لهذه الظاهرة وتوصلت النتائج الى ارتفاع درجة التفكير في الانتحار لدى الذكور عن الاناث، وأكدت الدراسة كذلك على مدى تأثير الظروف المعيشية على الأفراد وخاصة الذكور، كما توصلت الدراسة الى عدم وجود فروق بين الذكور والاناث في حالة تساوي الظروف التي يمرون بها، كما اتفقت النتائج السابقة مع دراسة (Gibbs,2021) والتي توصلت الى ارتفاع درجة التفكير في الانتحار لدى الذكور مقارنة بالإناث، كما بينت دراسة (شهرزاد محمد شهاب، 2013) وجود فروق بين الجنسين في مستوى الاستعداد للانتحار وكان الفرق لصالح الاناث مما يشير الى أن الاناث يشعرون بانعدام الأمن النفسي الذي يثير القلق والتوتر، أي أنها غير قادرة على التكيف مع أسرتها بسبب الضغوط المستمرة عليها، أما دراسة (Colcci &Lester,2020) فقد اعتمدت في تحديد الفروق بين الذكور والاناث على تأثير الثقافة والبيئة التي يعيش فيها الفرد، وتوصلت الى ارتفاع درجة التفكير في الانتحار لدى الذكور عن الاناث بسبب الضغوط التي يتعرض لها الذكور أكثر من الاناث، كما توصلت الى أن الضغوط لدى الاناث تظهر من خلال ارتفاع درجة الانطواء والسلبية أكثر من الذكور، ورغم كل ذلك الا أن الفروق بين الذكور والاناث في التفكير في الانتحار ليست كبيرة بدرجة تمنع وقوع ذلك لدى الاناث، والسبب يرجع الى درجة تأثير الظروف المعيشية على شخصية الفرد كما أوضحته الدراسات السابقة، فضلا عن أن الحياة ترتبط بالأهداف التي يسعى الفرد لتحقيقها وفي حالة غياب هذه الأهداف ينعدم المعنى الحقيقي للحياة، وتصبح بلا قيمة لأنها لم تترك الأثر الإيجابي المرجو منها (عيد، 2022، ص515)، واختلفت دراستنا مع دراسة (حسن، 2019) حيث توصلت النتائج الى أنه لا توجد فروق بين استجابات الذكور والاناث، وذلك أن المراهقين المتمدرسين سواء كانوا ذكورا أو اناثا يواجهون نفس المشكلات والضغوط سواء نفسيا أو اجتماعيا أو ما يرتبط بالعملية التعليمية وكل تلك الضغوطات تؤدي الى الأفكار الانتحارية، وبناء الفكرة لديهم بسبب الخوف على مستقبلهم، كما أنهم مقبلين على اجتياز شهادة التعليم المتوسط مرحلة انتقالية للالتحاق بالتعليم الثانوي، تختلف نسبة انتشار الانتحار الكامل الذي يؤدي الى الوفاة بين الذكور والاناث،

حيث ترتفع لدى الذكور مقارنة بالإناث حيث توجد حالتين الى أربع حالات للذكور مقابل حالة واحدة للإناث، أما التفكير الانتحاري والسلوك الانتحاري الذي لا ينتهي بالموت يكون أكثر لدى الاناث مقارنة بالذكور، أي أن الاناث يكونون أكثر تفكيرا في الانتحار وممارسة سلوكيات الانتحار مقارنة بالذكور. (يس، ص12). كما أشارت دراسة (الجبوري، عمران السلطاني، 2014) الى وجود فروق دالة احصائيا بين الذكور والاناث لصالح الاناث، وهده النتيجة تشير الى أن الاناث لديهن ميل للانتحار أعلى من الذكور. وأنه قد يرجع الاختلاف في أساليب التنشئة الاجتماعية بين الجنسين من قبل الوالدين والأشخاص الآخرين المحيطين بهم، فمن خلال عملية التنميط الجنسي يتم تحديد الأدوار الاجتماعية التي ينبغي أن يؤديها كل جنس، حيث يشجع الذكور أكثر من الاناث على الاستقلالية والتفكير.

كما اختلفت نتائج دراستنا مع ما توصلت اليه دراسة (كيرشنيلر وآخرون، 2012) بأنه لا توجد اختلافات بين الجنسين في التفكير الانتحاري، وأنه كلما تقدم العمر بالمراهقين ازداد التفكير الانتحاري لديهم، ومن هنا فان عدم الاختلاف الواضح بين متوسطات درجات الذكور والاناث بالنسبة لتوقع التفكير في الانتحار يرجع الى تأثير عملية التنشئة والظروف المعيشية على الأفراد والمتمثلة في الضغوط بأنواعها المختلفة وغموض المستقبل وضعف الإمكانيات المتاحة في الواقع لتحقيق الأهداف مما قد يدفعهم للإحباط وفقدان قيمة الحياة، مما تزداد المشاعر السلبية نحو التفكير في الانتحار للذكور والاناث على حد سواء من خلال رفض الواقع، اما بالاتجاه نحو المخدرات والادمان وهو انتحار بطئ يزيد لدى الذكور، أو الانسحاب من الحياة نظرا لرفض الوضع الحالي وهو انتحار سريع أيضا لدى الذكو، أو الاكتئاب والانطواء وهو يزيد لدى الاناث. (فايد، 2008)، كما كشفت نتائج دراسة " فيفونا" (1996) عدم وجود فروق في مستوى الأفكار الانتحارية تعزى لمتغير الجنس، وأظهرت أيضا دراسة " ميروز" (2000) عدم وجود فروق جوهرية بين الجنسين. (تلمساني، 2023، ص127).

10-الاستنتاج العام لنتائج الدراسة:

نستنتج لما تم عرضه في هذا الفصل من خلال عرض وتحليل ومناقشة النتائج، حيث أسفرت نتائج الدراسة الحالية الى ما يلي:

- بالنسبة لنتائج اختبار الفرضية العامة للدراسة والتي مفادها: توجد علاقة ارتباطية بين مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

  أسفرت الدراسة على قبول الفرضية العامة.

- بالنسبة لمتغير" الضغط النفسي "، فقد توصلت الدراسة الى أن: مستوى الضغط النفسي منخفض لدى المراهق المتمدرس. وبالتالي تم رفض الفرضية الجزئية الأولى التي مفادها: مستوى الضغط النفسي مرتفع لدى المراهق المتمدرس.

- بالنسبة لمتغير " الأفكار الانتحارية"، فقد توصلت الدراسة الى أن: مستوى الأفكار الانتحارية منخفض لدى المراهق المتمدرس. وبالتالي تم رفض الفرضية الجزئية الثانية التي مفادها: مستوى الأفكار الانتحارية مرتفع لدى المراهق المتمدرس.

- كما أثبتت الدراسة الحالية ما يلي:

➢ توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط الدراسية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

➢ توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط الشخصية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

➢ توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط العلائقية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

- توجد علاقة ارتباطية موجبة ذات دلالة إحصائية بين الضغوط الفيزيولوجية والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

- كما توصلت الدراسة الحالية الى رفض الفرضية الجزئية السابعة التي مفادها: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث في درجة مصادر الضغط النفسي.

- تم قبول الفرضية البديلة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث في درجة مصادر الضغط النفسي.

تم رفض الفرضية الجزئية الثامنة التي مفادها: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين الذكور والاناث في درجة الأفكار الانتحارية .

- تم قبول الفرضية البديلة: توجد فروق ذات دلالة إحصائية في درجة الأفكار الانتحارية تعزى لمتغير الجنس.

- وتبقى نتائج الدراسة الحالية مقتصرة على العينة البحث فقط ولا يمكن تعميمها على المجتمع لاعتبار أن العينة غير احتمالية (عرضية) لا تقبل تعميم النتائج.

خاتمة:

وفي الأخير تجدر الإشارة الى أن بالرغم من مختلف البحوث والدراسات التي تناولت موضوع " الانتحار والضغط النفسي "من منظور معين وانطلاقا من تساؤلات وصولا الى تفسيرات عديدة لكن يبقى السعي مشترك حول الفهم الشامل هذين المتغيرين والاطلاع على العوامل المساهمة وتقديم التدخلات اللازمة للحد والوقاية من الأفكار الانتحارية وحماية المراهقين المتمدرسين من خطرها، حتى لو استبعدنا خطر الاقبال على الفعل الانتحاري يبقى تواجد الأفكار الانتحارية وتشكلها يؤثر سلبا على الصحة النفسية في ظل تعدد مصادر الضغوط النفسية التي يتعرض لها المراهق المتمدرس التي تخل بتفكيره مما قد يلجأ الى بعض السلوكيات التي تؤدي به الى إيذاء ذاته قد يبرز على شكل محاولة انتحارية أو المرور للفعل الانتحاري.

لذلك قد جاء اختبار الفرضية العامة للدراسة في التأكد من وجود علاقة ارتباطية بين مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس، بالإضافة الى وجود علاقة ارتباطية بين الأفكار الانتحارية وأبعاد مصادر الضغط النفسي. سواء تعلق الأمر بعلاقة الضغوط الدراسية بالأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس، وكذلك علاقة الضغوط الشخصية بالأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس، بالإضافة الى علاقة الضغوط العلائقية بالأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس، الى جانب ذلك علاقة الضغوط الفيزيولوجية بالأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس، وهي علاقة ارتباطية موجبة، بمعنى كلما زادت مصادر الضغوط المتعددة (دراسية، شخصية، علائقية، فيزيولوجية) كلما زادت الأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

وضمن هذا المسعى أيضا قمنا من خلال دراستنا الكشف عن الفروق في درجة مصادر الضغط النفسي لدى المراهق المتمدرس تعزى لمتغير الجنس، أيضا قمنا بالكشف عن الفروق في درجة الأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس.

وتأسيسا لهذا ولما تم عرضه في الجانبين سواء النظري أو التطبيقي وجب الخروج ببعض التوصيات والاقتراحات، نظرا لكونها نقطة مهمة وأساسية لا يمكن تجاوزها في أي دراسة وفي ضوء ما آلت اليه دراستنا من نتائج فإننا نقترح بعض التوصيات والاقتراحات المهمة وهي كما يلي:

1-توفير وتقديم المزيد من الخدمات النفسية والبرامج الارشادية، لمساعدة المراهقين المتمدرسين على مواجهة الضغوط النفسية، لتكون مجهودات الوقاية من الانتحار أكثر فعالية.

2-إيجاد مركز وطني رسمي مختص بقضايا الانتحار، ويكون لديه معلومات كاملة بهذه الظاهرة.

3-تفعيل القوانين المتعلقة بالانتحار نظرا لكون القانون الجزائري يعاقب المساعد على القيام بالفعل الانتحاري.

4-الاهتمام بالجانب الديني والروحاني على مستوى المدارس والمؤسسات التعليمية موجهة خاصة الى المراهقين المتمدرسين.

5-العمل على برامج وقائية حول الانتحار والعوامل المهيأة التي تؤدي بالمراهقين المتمدرسين الى مرحلة التفكير الانتحاري.

6-توسيع دائرة الأبحاث الوقائية في مجال الانتحار، بحيث تشمل عينات أخرى مثل: المراهقين المتمدرسين في الطور الثانوي، وغيرهم ممن تتراوح أعمارهم ما بين 15-24 سنة، وذلك بغية الوصول الى نتائج أكثر قابلية للتعميم.

7-اجراء دراسات أخرى للتعرف على الأفراد الذين يفكرون في الانتحار، أو تبدو عليهم ميول فعلية للانتحار، حتى يقدم لهم يد المساعدة والتكفل المناسب في الوقت المناسب، وهي الأمور التي هم في حاجة اليها قبل وقوع الفعل الانتحاري، وعدم الاكتفاء بالبحوث على المستوى النظري دون النزول للواقع الميداني.

8-تعزيز دور مستشار التوجيه والإرشاد المدرسي والمهني في المؤسسات التعليمية نظرا للدور الذي يلعبه في التصدي لهذه الظاهرة.

9-كما يمكن البحث والمقارنة بين مرحلة التعليم المتوسط ومرحلة التعليم الثانوي فيما يخص مصادر الضغط النفسي والأفكار الانتحارية.

10-البحث والدراسة في المتغيرات التي من شأنها أن تبين وتظهر الأفكار الانتحارية.

11-كما نقترح اعداد برنامج ارشادي يسهم في زيادة الوعي والتفكير الإيجابي لحل المشكلات، وتخطي الصعوبات بدلا من اللجوء الى التفكير في الانتحار.

قائمة المراجع

القرآن الكريم.

الحديث الشريف.

ابن المنظور، أبو الفضل جمال الدين. *لسان العرب*. بيروت: دار صار.

قانون العقوبات الجزائري الصادر بالأمر 66-156 المؤرخ في 8 يونيو 1966، المعدل والمتمم، الصادر بالجريدة الرسمية لسنة 1966.

أنتوني، ع. (2005). *علم الاجتماع*. (ط4). لبنان: المنظمة العربية للترجمة.

اسماعيلي، ي. وآخرون. (2017). *الذكاء الوجداني وبعض المشكلات الانفعالية والقلق، الاكتئاب، الانتحار، جنوح الأحداث*. (ط1). الجزائر: دار المطبوعات الجامعية.

أحمد، م. ع. خ. (2005). *سيكولوجية الموت والاحتضار*. الكويت: مجلة النشر العلمي.

الأزهار، ف. ا، وبن خليفة. م. (2021). محاولة انتحار الراشد بين المرور الى الفعل الفاشل واخفاق ارصان الصدمة. *مجلة نفسانيات وأنام*،3.

آيت حمودة، ح. وأيت حمودة، د. (2015). مصادر الضغوط النفسية لدى الشباب البطال وعلاقتها بظهور السلوك العدواني. *مجلة دراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 15(1).

آيت حمودة، ح. وأيت حمودة. د. (2017). قلق المستقبل لدى فئة من الشباب محاولي الهجرة غير الشرعية وعلاقتها بكل من اليأس وتصور الانتحار. *مجلة آفاق للعلوم*، 4.

أومليلي، ح. ودعيش. م. أ. (2022). سلوك إيذاء الذات كمؤشر تنبؤي لظهور الأفكار الانتحارية لدى المراهقين. *مجلة الشامل للعلوم التربوية والاجتماعية*، 5(2).

أبو زايدة، ح. (2018). *مناهج البحث العلمي*. شباط.

إبراهيم، ع. ا. (1998). *العلاج النفسي السلوكي المعرفي الحديث*. القاهرة: دار الفجر.

بوسنة، ع. ا. ز. (2008). *الانتحار: مقاربة نظرية*. مجلة العلوم الإنسانية، ب(30)، 75-90.

بن حجوبة، ح. وبلبكاي، ج. (2018). الإطار المنهجي لإعداد البحوث العلمية (رسالة دكتوراه). *مجلة مفاهيم للدراسات الفلسفية والإنسانية المعمقة*، 1.

بهاء الدين، ع. م. ع. (2021). *دور التربية الإسلامية في مواجهة ظاهرة الانتحار*. جامعة أسيوط، 49.

بحري، ص. (2021). طرق التعامل مع الضغوط النفسية في بيئة العمل: قراءة تحليلية في استراتيجيات التعامل مع الأفراد والمنظمات. *المجلة الأكاديمية الدولية للعلوم النفسية والتربوية والأرطفونيا*، 1(1).

بوعبسة، ص. وحولة، م. (2021). فعالية العلاج المعرفي السلوكي في الكشف عن الأفكار الغير الوظيفية لدى الشباب الذين حاولوا الانتحار. *مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 13(4).

بكيري، ن. وطوبال، ف. (2019). مستوى الضغط النفسي لدى عينة من المراهقين المتمدرسين بالثانوية. *مجلة العلوم الإنسانية لجامعة أم البواقي*، 6(1).

بلغازي، و. (2017). الضغط النفسي المدرك وسمات الشخصية وعلاقتهما بالمحاولة الانتحارية (دراسة ميدانية لسبع حالات عيادية). *مجلة دراسات في علم النفس الصحة*، 2(4).

برينات، س. (2023). *الضغط النفسي لدى أساتذة التعليم الابتدائي وعلاقته بتعدد المهام البيداغوجية وغير البيداغوجية* (أطروحة دكتوراه). جامعة 8 ماي 1945.

بوالفلفل، ا. (2012). السلوك الانتحاري لدى الشباب في المجتمع الجزائري-دراسة تحليلية لإحصائيات الانتحار بولاية جيجل. *مجلة علم الانسان والمجتمع*، 1(4).

بن عبد الله، غنية. (2012). دوافع محاولات الانتحار لدى المراهقات. *مجلة الآداب والعلوم الاجتماعية*، 5(3).

بوالفلفل، ا. (2018). التفكك الأسري وعلاقته بالسلوك الانتحاري: دراسة ميدانية. *مجلة مفاهيم للدراسات الفلسفية والإنسانية المعمقة*، 4.

البداينة، ذ. (1995). جريمة قتل النفس في المجتمع الأردني-دراسة من وجهة نظر علم الاجتماع-. *مجلة جامعة الملك سعود*، 7.

بلغازي، و. وزناد، د. (2020). علاقة إدراك الدعم الاجتماعي بمحاولة الانتحار: دراسة ميدانية لثلاثين محاولا للانتحار في ولاية الجزائر. *مجلة أفكار وآفاق*، 8(2).

بلغازي، و. (2019). محاولة الانتحار في ظل استراتيجيات المواجهة. *مجلة دراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 3(2).

بوالفلفل، ا. (2018). المقاربات النظرية للانتحار محاولة تقييمية نقدية. *المجلة الجزائرية للدراسات السوسيولوجية*، 6.

بوفولة، ب. (2018). مقاربة نفسية ومرضية للانتحار. *مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف*، 3(1).

بلقاسم، و. (2016). الضغوط النفسية وعلاقتها بأسباب الغياب المدرسي لدى طلبة الإعدادية. *مجلة دراسات تربوية*،1.

بومجان، ن. (2016). *بناء برنامج ارشادي معرفي سلوكي لتخفيف الضغط النفسي لدى الأستاذة الجامعية المتزوجة* (أطروحة دكتوراه). جامعة محمد خيضر.

بن صالح، هـ. (2015). الضغط النفسي وتأثيره على التوافق المدرسي لدى المراهق المتمدرس-دراسة ميدانية في المدرسة الثانوية-. *مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية*، 11.

بن زروال، ف. (2008). *أنماط الشخصية وعلاقتهما بالإجهاد (المستوى، الأعراض، المصادر واستراتيجيات المواجهة)* (أطروحة دكتوراه). جامعة قسنطينة.

بوعلي، ن. (2007). مقاربات معرفية لمشكلة الانتحار. *مجلة المواقف للبحوث والدراسات في المجتمع والتاريخ*، 1.

تلمساني، ف. ح، عبد القادر. ش. ف. (2023). الأفكار الانتحارية لدى الشباب (دراسة ميدانية). *مجلة السراج في التربية وقضايا المجتمع*، 7(2).

تمار، ي. (2023). الأخطاء المنهجية في الدراسات الاستطلاعية. *المجلة الجزائرية لبحوث الاعلام والرأي العام*، 6(1).

تواتي، ن. (بدون سنة). علاقة استراتيجيات المقاومة بالضغط النفسي لدى المراهق المقدم على اجتياز امتحان شهادة التعليم المتوسط. *المجلة الجزائرية للطفولة والتربية*.

ثابت، ي. (2012). *الوقاية من الانتحار في العالم العربي*. بيروت: دار التنوير.

الجيوش، ن. (1990). *الانتحار دراسة نفسية اجتماعية للسلوك الانتحاري*. سوريا: مؤسسة الشبيبة للإعلام والنشر.

الجبوري، ع. م. وشطب، ع. ا. ن. (2014). قياس الميل نحو الانتحار لدى طلبة المرحلة الإعدادية. *مجلة كلية التربية للبنات للعلوم الإنسانية*، 14.

جناد، ع. ا. (2014). *الكفاءة الاجتماعية وعلاقتها بالدافعية للتعلم ومستوى الطموح-دراسة ميدانية لدى تلاميذ السنة الثالثة من مرحلة التعليم المتوسط* (أطروحة دكتوراه). جامعة وهران.

الجموعي، م. ب. وفرحات، أ. (2023). معامل الارتباط الخطي البسيط " بيرسون" والاختبارات البديلة. *مجلة دراسات نفسية وتربوية*، 16(2).

جنان، ك. واكلي، أ. م. ب. (2024). أثر الضغط النفسي في المحاولة الانتحارية لدى المراهق. *مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية*، 9(1).

جدو، ع. ا. (2019). استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى المراهق ذي صعوبات التعلم: دراسة عيادية لحالتين بثانوية بادي مكي زريبة الوادي-بسكرة-. *مجلة العلوم الاجتماعية*، 16(1).

حلوان، زوينة. (2008). *التوظيف النفسي لدى الراشدين الذين قاموا في محاولة الانتحار* (رسالة ماجستير). جامعة الجزائر.

حبال، ي. كرامة، ك. ش. (2024). الأفكار الانتحارية في المجتمع الجزائري من خلال بناء مقياس نفسي لقياس الأفكار الانتحارية. *مجلة الحوار المتوسطي*، 14(1).

حسن، س. م. ع. ا. (2019). برنامج ارشادي وقائي مقترح في خدمة الفرد لتصور الانتحار لدى طلاب المرحلة الثانوية. *مجلة الخدمة الاجتماعية*.

حميمي، ع. (2012). إدراك القلق الشديد وعلاقته بالاكتئاب ومشاعر اليأس لدى شريحة من محاولي الانتحار. *مجلة معارف*، 12.

حسن، ف. ح. (2018). الانتحار (دراسة نظرية). *مجلة البحوث التربوية والنفسية*، 56.

خنفر، م. وقنوعة، ع. ا. (2021). الانتحار، الدوافع والأسباب دراسة ميدانية بولاية تقرت. *مجلة التراث*، 11(4)، 24-38.

خزري، غ. وآيت حمودة، ح. (2017). علاقة قلق المستقبل باحتمالية الانتحار لدى الشباب البطال. *مجلة الحكمة للدراسات التربوية والنفسية*، 5(12).

خليفي، ر. شيقارة. هـ. (2018). منهجية تحديد نوع وحجم العينة في البحوث العلمية. *مجلة معارف*، 23.

خلوف، ح. (2022). جودة الحياة وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى الأستاذ الجامعي في ضوء بعض المتغيرات دراسة ميدانية على عينة من أساتذة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية بجامعة مولود معمري بتيزي وزو-قطب تامدا-، *مجلة العلوم الاجتماعية*، 16(1)، 624-643.

الخفاف، ا. ع. (2018). *الضغوط النفسية*. الأردن: دار غيداء للنشر والتوزيع.

خليفي، نادية. (2018). الصحة النفسية وعلاقتها بالضغوط النفسية لدى طلبة الجامعة دراسة ميدانية على عينة من طلبة كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية. *مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية*،8.

خليفي، ن. (2020). *سمات الشخصية وعلاقتها بالمحاولة الانتحارية* (أطروحة دكتوراه). جامعة عبد الحميد مهري قسنطينة 02.

خرخاش، أ. (2020). علاقة الأفكار الانتحارية واليأس والسند الاجتماعي المدرك لدى الطالب الجامعي- دراسة ميدانية بمركز المساعدة النفسية لجامعة مسيلة. *مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية*، 5(2).

الخطيب، ف. س. و. والأطرش. ع. ح. ح. (2021). تحليل ظاهرة الانتحار في المجتمع الفلسطيني في العام 2018 وفقا لبعض المتغيرات. *مجلة التميز الفكري للعلوم الاجتماعية والإنسانية*، 6، 108-127.

خزري، غنية. (2009). *أثر كل من الاغتراب النفسي والاجتماعي وبعض المتغيرات المعرفية والنفسية في احتمالية الانتحار لدى الشباب البطال -دراسة ميدانية في ضوء بعض المتغيرات السوسيوديمغرافية (*أطروحة دكتوراه). جامعة أبو القاسم سعد الله الجزائر 02.

خرباش، ه. وطوبال، ف. (2016). بناء مقياس الضغط النفسي لدى المراهقين المتمدرسين بالثانوية. *مجلة تنمية الموارد البشرية*، 7(2).

الدباغ، ف. (1986). *الموت اختيارا*. بيروت: منشورات المكتبة المصرية.

الدعدي، أ. م. الطويلي، خ. م. (2022). الانتحار في ضوء العلاج بالمعنى في الخدمة الاجتماعية، *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 6(15).

دويدري، و. ر. (2000). *البحث العلمي أساسياته النظرية وممارسته العملية*. لبنان: دار الفكر المعاصر.

دوركايم، ا. (2011). *الانتحار*. (حسن. عودة). سوريا: الهيئة العامة السورية للكتاب.

دوداح، ع. (2011). *العوامل المؤثرة في الانتحار*. مجلة معارف، 10

رحال، س. (2022). انتحار المراهقات: قراءة سيكو دينامية للتوظيف النفسي لحالة محاولة الانتحار. *مجلة العلوم الاجتماعية والإنسانية*، 23(1)، 197-218.

الرشيدي، ه. ت. (1999). *الضغوط النفسية وطبيعتها ونظرياتها، وبرامج لمساعدة الذات في علاجها*. القاهرة: الأنجلو مصرية.

الراميني، ف. ا. ت. (2007). *أنواع الاضطرابات السلوكية لدى الأطفال والمراهقين*. فلسطين: دار الكتاب الجامعي.

الرشود، ع. ا. ب. م. (2006). *ظاهرة الانتحار، التشخيص، والعلاج*. الرياض: جامعة نايف للعلوم الأمنية.

زميت، دليلة. (2018). *علاقة الصلابة النفسية والذكاء الانفعالي وادراك الضغط النفسي بمستوى الصحة النفسية لدى الشباب البطال –دراسة ميدانية بوسعادة*-(أطروحة الدكتوراه).جامعة الجزائر 2.

زهران، ح. (1977). *علم النفس الاجتماعي*. (ط4). القاهرة: دار الكتب.

السيد، ف. ع. م. وآخرون. (2014). الضغوط النفسية وعلاقتها بالاكتئاب وقلق المستقبل والاتجاه نحو الإدمان لدى طلاب الثانوية العامة. *مجلة بحوث التربية النوعية*،33.

ساعد، ش. (2019). *مصدر الضبط الصحي واستراتيجيات مواجهة الضغوط لدى المرضى المصابين بأمراض سيكوسوماتية* (أطروحة دكتوراه). جامعة محمد خيضر.

سمعان، م. (1964). *مشكلة الانتحار*. مصر: دار المعارف.

سهيري. زينب. (2013). دراسة استطلاعية عن ظاهرة الانتحار والمحاولة الانتحارية. *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 10.

ساسي. س. (2018). الانتحار في الجزائر. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، 6(1)، 293-317.

سعدي، روفية. وقنيفة، ن. (2020). الاكتئاب والاقدام على الانتحار لدى المراهقين. *مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف*، 5(2).

السيد، ي. ا. م. (بدون سنة). *التفكير في الانتحار وعلاقته بالنشاط الزائد في ضوء بعض المتغيرات جامعة عين شمس*.

السيد، ع. م. (2000). *علم الأمراض النفسي والعقلية*. القاهرة: دار قباء للطباعة والنشر والتوزيع.

السيد، ع. ف. (2011). *القلق وإدارة الضغوط النفسية*. القاهرة: دار الفكر العربي.

سليمان، هـ. م. م. وآخرون. (2021). مصادر الضغوط النفسية وأساليب مواجهتها لدى طلاب جامعة حائل بالمملكة السعودية. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، 5(2)، 136-152.

سليماني، م. (2022). عينة البحوث الميدانية-دراسة في الأحجام والأنواع. *مجلة معارف*، 17(1).

سقني، ص. ويوسفي. ن. ا. (2015). *قراءة في مفهوم الانتحار*. مجلة المفكر، 10(2).

سلات، آ. وهلايلي، ي. (2023). مصادر الضغط النفسي في ظل العودة الى نظام التمدرس العادي لدى تلاميذ البكالوريا-دراسة ميدانية بثانوية الاخوة عمراني ولاية باتنة. *مجلة الروائز*، 7(1).

شحاتة، م. س. أ. (2015). *الانتحار أسبابه، علاجه في ضوء الشريعة الإسلامية*.

شهاب، م. ش. (2013). الدور الفعال لمدير المدرسة في تحجيم ظاهرة الاستعداد للانتحار من وجهة نظر الطلبة. *مجلة أبحاث كلية التربية الأساسية*، 12(4).

شقير، ز. م. (2005). *الشخصية السوية والمضطربة*. (ط3). القاهرة: المكتبة الأنجلو مصرية.

الشمري، ص. ك. ج. والمحنه، ح. ح. غ. (2019). اضطراب الهوية الجنسية وعلاقته بالأفكار الانتحارية لدى طلبة المرحلة الإعدادية. *مجلة جامعة بابل للعلوم الإنسانية*، 27(1).

الشناوي، م. م. (1996). *العملية الارشادية*. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر.

صندلي، ر. (2012). *الضغوط النفسية واستراتيجيات المواجهة المستعملة لدى المراهق المحاول للانتحار-دراسة عيادية على أربع حالات من المراهقين*-(رسالة ماجستير). جامعة فرحات عباس.

صالح، ن. وشارف، ج. (2017). الضغوط النفسية لدى تلميذات مرحلة التعليم المتوسط. *مجلة التنمية البشرية*.8.

الضامن، م. (2007). *أساسيات البحث العلمي*. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.

طاشمة، راضية. وآخرون. (2021). المقاربة المعرفية للانتحار-دراسة حالتي محاولة انتحار. *مجلة دراسات في علوم الانسان والمجتمع*، 4(2).

الطريري، ع. ا. ب. س.(1994). الضغط النفسي مفهومه، تشخيصه، طرق علاجه ومقاومته. السعودية: مكتبة الرشد للنشر والتوزيع.

طباس، ن. (2011). المحاولات الانتحارية لدى الفتاة –مقاربة نسقية لأربع حالات. *مجلة التنمية البشرية*، 3.

عمور، م. (2018). ظاهرة الانتحار في المجتمع الجزائري دراسة ميدانية على مستوى ولاية بجاية. *مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 33.

عمور، م. (2018). *ظاهرة الانتحار في المجتمع الجزائري –دراسة ميدانية في ولاية بجاية*-(أطروحة دكتوراه). جامعة الجزائر 02.

عارف، م. (1975). *الجريمة والمجتمع*. (ط1). مصر: مكتبة الأنجلو مصرية.

عنان، ج. د. (2018). المساعدة الطبية على الانتحار (دراسة مقارنة). *مجلة الحقوق والحريات*، 6.

عادل، ع. ا. م. (2000). *العلاج المعرفي السلوكي أسس وتطبيقاته*. القاهرة: دار رشاد.

عيد، م. ن.(2022). الحكم الأخلاقي وعلاقته التنبؤية بتوقع التفكير في الانتحار لدى عينة من طلاب الجامعة في بعض المتغيرات الديمغرافية. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، 32(114).

عباس، م. أ. (2003). *الانتحار نماذج حية لمسائل لم تحسم بعد*. بيروت: دار الفرابي.

عبد النوري، ي. ومكناسي، م. (2025). مستوى الذكاء الوجداني لدى المراهق المتمدرس-دراسة ميدانية على تلاميذ السنة الرابعة متوسط ببعض متوسطات مدينة سكيكدة. *مجلة المعيار*، 29(2)،

عبيد، م. ب. ا. (2008). *الضغط النفسي ومشكلاته وآثره على الصحة النفسية*. عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.

العدوي، د. م، وآخرون. (2018). الضغوط النفسية لدى طالبات المرحلة الثانوية وعلاقتها ببعض المتغيرات البيئية والاجتماعية. *مجلة العلوم البيئية*، 43(1).

عبد الرزاق، ع. ا. س. (2024). جريمة الانتحار من منظور سوسيولوجي. *مجلة لارك*، 16(3).

عواد، م. ع. ع. (2020). الضغوط النفسية وعلاقتها بأسباب الغياب المدرسي لدة طلبة الإعدادية. *مجلة دراسات تربوية*، 49.

عزاق، ر. ولموشي، ح. (2018). العلاج المعرفي السلوكي كتقنية علاجية للأفكار الانتحارية. *دفاتر مخبر المسألة التربوية في ظل التحديات الراهنة*، 19.

عزاق، رقية. (2018). انتحار الشباب في الوسط الجزائري: الأسباب، أساليب الوقاية. *مجلة العلوم النفسية والتربوية*، 6(1).

عبيد، ا. (2015). *الانتحار دراسة مقارنة بين الشريعة الإسلامية والقوانين الوضعية (الجزائر-فرنسا)*. معهد العلوم الإسلامية.

العظماوي، ا. ك. (1977). *معاني من سيكولوجية الطفولة والفتوة والشباب*. بغداد: الشؤون الثقافية العامة.

عريس، ن. ا. (2019). محاولة الانتحار للتلميذ المضغوط نفسيا من طرف الأولياء في فترة الامتحانات. *مجلة دراسات في الإنسانية والاجتماعية*، 2(18)، 128-145.

عنو، ع. ويعقوب، ف. (2024). الانتحار، عوامله وعلاقته بالضغوط وبعض المتغيرات الشخصية لدى الشباب في البيئة الجزائرية. *مجلة العلوم الاجتماعية*، 18(2).

عنو، ع. (2007). الانتحار واستراتيجيات مواجهة الضغط النفسي الاجتماعي والمهني. *مجلة الوقاية والأرغنوميا*، 2

عريوة، ع. ا. (2009). *طرق الوقاية والعلاج لظاهرة الانتحار في المجتمع الجزائري من منظور الخدمة الاجتماعية الإسلامية-دراسة ميدانية: منطقة الحضنة ولاية مسيلة* (رسالة ماجستير).

عباس، ا. ر. وصبر، ن. أ. (2016). العلاقة بين الإرادة والتفكير الانتحاري لدى ضحايا التنمر المدرسي من طلبة المرحلة المتوسطة. *مجلة كلية التربية الأساسية*، 22(93).

عوين، ب. (2017). الضغوط النفسية عند المراهقين بين الوقاية والمواجهة. *مجلة الدراسات والبحوث الاجتماعية*، 24.

العنزي، م. ع. ر. (2022). الضغوط النفسية وجودة الحياة المدرسية (المفهوم واستراتيجيات المواجهة). *مجلة كلية التربية*، 46.

العامرية، م. ب. ع. ا. ب. ن. (2014). *أبعاد مفهوم الذات لدى العاملات وغير العاملات وعلاقته بمستوى الضغوط النفسية والتوافق الأسري بمحافظة الداخلية* (رسالة ماجستير). جامعة نزوى.

غازلي، ن. (2014). النسق الأسري المدرك وعلاقته بظهور المحاولة الانتحارية لدى المراهق (دراسة مقارنة). *مجلة دراسات نفسية وتربوية*، 12.

غزوان، ر. وعلي، ل. ا. (2020). الاتجاه نحو الانتحار وعلاقته بضغوط الحياة الصادمة لدى طلبة الجامعة. *مجلة كلية التربية*، عدد خاص.

الغامدي، ز. ق. م. (2020). الميول الانتحارية وعلاقتها بالضغوط النفسية وبعض المتغيرات الديمغرافية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية والمرحلة الجامعية بمدينة الرياض. المجلة العربية للعلوم ونشر الأبحاث-*مجلة العلوم التربوية والنفسية*، 4(45).

فكار، ع. (2010). ظاهرة الانتحار في الجزائر مسارها وتطورها. *مركز البصيرة للبحوث والاستشارات والخدمات التعليمية*، 3، 91-108.

فايد، ح. (2008). *دراسات في السلوك والشخصية*. القاهرة: مؤسسة طيبة للنشر والتوزيع.

فاضلي، أ. (2009). تصور الانتحار لدى الطلاب المقبلين على التخرج وعلاقته بادراك الضغط النفسي واستراتيجيات المقاومة. *مجلة دراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 1.

فخري، هـ. أ. (2022). المخططات المعرفية اللاتكيفية المبكرة وعلاقتها بمحاولات الانتحار لدى الشباب في ضوء نوعية الحياة. *حوليات آداب عين الشمس*، 50(عدد أكتوبر).

قحطان، م. و. وآخرون. (2024). أسباب الانتحار من وجهة نظر طلبتي المرحلة الثانوية والجامعية. *المؤتمر العلمي التاسع (المشكلات والتحديات التي تواجه الشباب...الأسباب والمعالجات*، 35(2).

قنيفة، ن. وسعدي، ر. (2017). دوافع المحاولة الانتحارية لدى المراهق المتمدرس. *مجلة ميلاف للبحوث والدراسات*، 5.

قنيفة، ن. وسعدي، ر. (2016). المحاولة الانتحارية في قراءة إحصائية. *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 27.

قينان، ا. وبن لعربي، م. (2021). تصور الانتحار لدى طلبة الجامعة. *مجلة آفاق للبحوث والدراسات*، 4(2).

كوروغلي، م. ل. (2010). *مساهمة في دراسة محاولة الانتحار عند المراهق بعد تعرضه لصدمة فشل-الأسباب واستراتيجيات التكفل النفسي* (رسالة ماجستير). جامعة منتوري.

الكركي، م. ن. العضايلة، م. ل. (2019). دوافع الانتحار من وجهة نظر طلبة كلية الأميرة رحمة الجامعية. *مجلة العلوم الإنسانية لجامعة أم البواقي*، 6(1).

لعقاب، م. (2009). بعض العوامل الأسرية للانتحار والمحاولة الانتحارية لدى الشباب في منطقة القبائل (دراسة تحليلية لعينة من ولاية بجاية). *مجلة دراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 13.

المهندي، أ. ج. (2024). *الشروع في الانتحار بين الاباحة والتحريم-دراسة مقارنة*-(رسالة ماجستير). جامعة قطر.

محمد، م. ح. أ. (2023). الصلابة النفسية وعلاقتها بالتفكير في الانتحار لدى عينة من طلاب جامعة عين الشمس. *مجلة كلية الأداب بقنا*، 32(58).

محمد، س. م، س، ص. (2019). ظاهرة الانتحار وأحكامها في الفقه الإسلامي. حوليات كلية الدراسات الإسلامية.

مشري، س. (2016). الضغط النفسي في المجال المدرسي: المفهوم والمصادر واستراتيجيات المواجهة. *مجلة كلية التربية الأساسية للعلوم التربوية والإنسانية*، 29.

مسيلي، ر. وفاضلي، أ. (2013). الضغوط النفسية المدركة وعلاقتها بمعاودة المحاولة الانتحارية –دراسة مقارنة بين أساليب التعامل ومستوى الشعور بالاكتئاب واليأس. *مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 13.

مسيلي، ر. وفاضلي، أ. (2009). شدة إدراك الضغط النفسي وعلاقته بالاكتئاب ومشاعر اليأس لدى فئة من محاولي الانتحار. *مجلة دراسات في العلوم الإنسانية والاجتماعية*، 13.

محمد، ع. ا. م. ع. ش. (2021). العوامل المجتمعية المؤدية للانتحار-دراسة وصفية تحليلية في تفسير الانتحار وأسبابه وسبل الوقاية والعلاج. *مجلة التربية للعلوم الإنسانية*، 2(8).

مليوح، خ. (2017). دراسة لحالة انتحار وفق مقاربة نفسية اجتماعية من خلال تطبيق اختبار منيسوتا متعدد الأوجه-MMPI 2. *مجلة العلوم الإنسانية*، 46.

موريس، أ. (2006). *منهجية البحث العلمي في العلوم الإنسانية-تدريبات عملية-* (بوزيد. صحراوي. وآخرون). (ط2). الجزائر: دار القصبة للنشر.

المجالي. ف. (2014). تفسير ظاهرة الانتحار في الأردن. *مجلة الفكر الشرطي*، 23 (88)، 189-248.

مريزقي، م. (2022). مستوى الضغوط النفسية لدى معلمين ومعلمات المرحلة الابتدائية في ظل جائحة كورونا (كوفيد-19) -دراسة ميدانية ببعض المؤسسات الابتدائية بمدينة الأغواط. *مجلة العلوم الاجتماعية*، 16(2).

مسغوني، ا. وضيف، ح. (2021). ظاهرة الانتحار، قراءة في النظريات والأسباب. *مجلة دراسات في سيكولوجية الانحراف*، 6(11)، 214-233.

مكناسي، م. (2017). مصادر ضغوط العمل: تحليل ومناقشة. *مجلة أبحاث نفسية وتربوية*، 4(10).

مغزى، أ. (2018). المقاربات النظرية المفسرة للضغوط النفسية. *مجلة علوم الانسان والمجتمع*، 7(27).

معتوق، ج. (2007). قراءة سوسيولوجية لظاهرة الانتحار في الجزائر. *المجلة الجزائرية للدراسات السوسيولوجية*، 2(1)، 185-207

معمرية، ب. (2021). تصميم استبيان احتمال الانتحار لدى الراشدين وتقنيته على عينات من البيئة الجزائرية. *مجلة أبحاث نفسية وتربوية*، 5.

معوشة، ع. ا. ولوكيا، ا. (2011). الميول الانتحارية وعلاقتها بتقدير الذات-دراسة ميدانية بدار الثقافة ودور الشباب بمدينة باتنة-. *مجلة أبحاث نفسية وتربوية*. 4.

معوشة، ع. ا. (2017). تصميم مقياس الميول الانتحارية. *مجلة أبحاث نفسية وتربوية*، 10.

منظمة الصحة العالمية. (2014). *الوقاية من الانتحار ضرورة عالمية:* المكتب الإقليمي للشرق الأوسط.

النوايسة، ف. ع. ا. (2013). *الضغوط والأزمات النفسية وأساليب المساندة*. الأردن: دار المناهج للنشر والتوزيع.

ناجي، م. ر. (2019). التنبؤ باضطراب التحدي المعارض بمرجعية الاكتئاب والميول الانتحارية لدى فئة من المراهقين مدمني الألعاب الالكترونية العنيفة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*،29.

النعيمات، هـ. م. وعريبات، ع. ا. أ. (2021). الضغط النفسي لدى عينة من الأيتام في محافظة العقبة وعلاقتها بالصلابة النفسية وجودة الحياة لديهم. *مجلة العلوم التربوية والنفسية*، 5(37).

هابة، ط. (2021). المعالجة الإعلامية لظاهرة الانتحار في المجتمع الجزائري –صحيفة النهار الجديدة الجزائرية –أنموذجا-. *مجلة الاعلام والمجتمع*، 5(1).

هنداوي، ا. ن. ع. ا. (2020). أثر التدريب على الطمأنينة الانفعالية في خفض الضغط النفسي المدرك والقلق الأكاديمي لدى عينة من طلبة الجامعة. *المجلة المصرية للدراسات النفسية*، 30(107)، 1-34.

وازي، ط. (2012). ظاهرة الانتحار بين التفسير الاجتماعي والتشخيص النفسي. *مجلة دراسات نفسية وتربوية*، 8.

Bourgeois.M.et al. (1997). Epidemiologie du suicide.Paris :Ency Medicher Elsevier .

Chabrol.H. (1990).Lesuicide. Revue du patrician.40 .(5)

Colucci.E, Lester. D. (2020). Across-cultural study of attitudes toward suicide among young people in India, Italy and Australia. International Journal of social psychiatry, 66.(7),

Durkhiem.E. (1930). Le suicide. Paris : PUF.

Esfahani. M.et al. (2015). Pschometric assessment of beck scale for suicidal ideation (BSSI) in general population in tehran .Medical journal of the islamic republic of Iran.

Kacha.F.(1996). Psychiatrie et psychologie mrdical a lusage de letudiant. Alger : ENL.

Kirchner.T.and Others.(2012).self-harm behavior and suicidal ideation among high school student gender diffrences and relationship with coping.Actas Esp psiquitar ,39(4),35-226 .

Mimouni.B. (2010).Tentative de suicide desespoir ou affirmation de soi ? Oran.les ouvrages CRASC . .

Rudd. M. (2004). The suicide ideation seale : aself-report measure of suicidal ideation. Manuscript submitted for publication .

Sillamy.N. (1999). Dictionnaire de psychologie.Paris :Ed la rouse .

Sivertsen.B.et al.(2019). Suicide attemps and non-suicidal self –harm among university student: prevalence study.BJPsych open .

Moyne.A, et al (2018). Stess scolaire des collegiens et des lyceens : effet de lapprehension de lorientation et de la pression de la note, Pratiques psychologiques, 24 (2) ,177-194

Astrid Lebert. (2021). Du stress au burnout scolaire: definitions, detarminants psychosociaux, evaluation et pistes de prevention, Pratiques psychologiques, 27 (1) ,57 - 69

الملاحق

جامعة 8 ماي 1945 –قالمة-

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس

تخصص علم النفس التربوي

مقياس الضغط النفسي.

البيانات الشخصية:

الجنس: أنثى ☐ **ذكر** ☐

التعليمة:

يتكون المقياس من (42) عبارة، اقرأ كل منها وأجب عنها باختيار إجابة واحدة من الإجابات الأربعة الموضحة وذلك بوضع الإشارة (*) تحت الإجابة التي تناسبك، علما أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، وانما تعبر الإجابة عن وجهة نظرك واجابتك ستحاط بالسرية التامة ولا تطلع عليها سوى الباحثة لاستخدامها في البحث العلمي.

الباحثة: عمران أحلام

الرقم	العبارات	تنطبق دائما	تنطبق أحيانا	تنطبق نادرا	لا تنطبق أبدا
01	-تتعبني الامتحانات المدرسية المستمرة (شهرية، نصف العام، آخر العام).				
02	-أشعر أني متعب نفسيا.				
03	-أشعر بنقص المكانة والاحترام عند الآخرين.				
04	-أعاني من سرعة خفقان القلب.				
05	-أعاني من كثرة النسيان.				
06	-أجد صعوبة في التعبير عن مشاعري ومصارحة الآخرين بما يجول في خاطري.				
07	-أفضل الانسحاب عن الآخرين.				
08	-أعاني من مشاكل هضمية.				
09	-أشعر بالملل من جدول التوقيت اليومي الكثيف.				
10	-أشعر بالخوف من عدم الوصول الى المكانة التي أحلم بها.				
11	-يضايقني حصول زملائي على درجات أعلى مني في الامتحانات سواء كتابية أو شفوية.				
12	-أعاني من صداع متكرر.				

13	-العلامات التي أتحصل عليها لا تعبر عن قدراتي العلمية.				
14	-أشعر بالقلق من أبسط موقف يحدث معي.				
15	-يميز والدي أو أحدهما بيني وبين أشقائي.				
16	-أعاني صعوبة في النوم.				
17	-يتهرب الأستاذ من مناقشة الأسئلة التي أوجهها له.				
18	-أشعر أني مهموم دائما.				
19	-لا أثق في الناس.				
20	-أشعر بالتعب الجسدي دون سبب.				
21	-أعاني من التشتت وعدم التركيز في الدراسة.				
22	-المستقبل بالنسبة لي مسؤوليات يصعب تحملها.				
23	-يضايقني عدم فهم الآباء لمتطلبات الدراسة.				
24	-أعاني صعوبة في التنفس.				
25	-أجد صعوبة في انجاز الواجبات المنزلية.				
26	-أشعر بأني فاشل.				
27	-علاقاتي بعائلتي متوترة.				

28	-أعاني من اضطرابات في الشهية.				
29	-أجد صعوبة في فهم بضع المقررات الدراسية.				
30	-أشعر بالحزن معظم الأوقات.				
31	-أجد صعوبة في إقامة علاقات جيدة مع زملائي في القسم.				
32	-أشعر بالإرهاق طوال الوقت.				
33	-تتقلب حالتي المزاجية بين السعادة والحزن دون سبب ظاهر.				
34	-لا أحد يفهمني.				
35	-أشكو من الغثيان.				
36	-أنا سريع البكاء والتأثر عند مواجهة أي ضغط				
37	-أجد صعوبة في التحدث مع الأستاذ داخل أو خارج القسم.				
38	-أشعر بالتعب عند استيقاظي من النوم.				
39	-أشعر بأني غير قادر أن أتحمل أكثر هذه الضغوطات.				
40	-يفضل الأستاذ بعض التلاميذ على البعض الآخر داخل القسم.				
41	-أعاني من الارتعاش.				

42	-أخاف من الفشل الدراسي.				

جامعة 8 ماي 1945 –قالمة

كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية

قسم علم النفس

تخصص علم النفس التربوي

مقياس الميول الانتحارية

تعليمة المقياس:

اخواتي، أخواتي الشباب:

-في الصفحات الموالية تجدون بعض الآراء، نريد معرفة موقفكم منها.

-الرجاء منكم الإشارة الى أهمية كل رأي في الخانة المناسبة لها على يسار الورقة وذلك بوضع علامة (*).

-كل رأي يمكن الإشارة اليه من (غير موافق بشدة) الى (موافق بشدة).

-نطلب منكم استعمال كل الاختيارات وهذا وفقا لما يناسبكم.

-مع العلم أنه لا توجد إجابات صحيحة وأخرى خاطئة فأي إجابة تعتبر صحيحة طالما هي تعبر عن شعورك الحقيقي.

الباحثة: عمران أحلام

الرقم	العبارة	بدائل الاجابة				
		مو افق	مو افق بشدة	محايد	معارض	معارض بشدة
01	الحياة هي مصدر كل آلامي.					
02	أنا كثير التدخين.					
03	أنا على أتم الاستعداد لقتل نفسي.					
04	الحياة لا تعني لي شيئا.					
05	أنتظر بفارغ الصبر موتي.					
06	أفضل قيادة السيارة باستعمال السرعة.					
07	حين أفكر في الحياة أصاب بالتشاؤم.					
08	لا أفكر تماما فيمن هم حولي					
09	لدي الطريقة المثلى لقتل نفسي.					
10	أكره كل ماله علاقة بحياتي.					
11	أنا لا أكترث ان أصبت بجروح.					

12	أستطيع اتخاذ القرار بخصوص مكان انتحاري.					
13	أنا أحب المجازفة والمغامرة.					
14	لا يمكن أن أجد هدفا لحياتي.					
15	الكثير ممن انتحروا هم قدوتي في الحياة.					
16	أنا لا أنام كثيرا.					
17	إذا كان الانسان غير سعيد فمن الأفضل له أن ينتحر.					
18	أستطيع اتخاذ القرار بخصوص زمان انتحاري.					
19	ما دام مصيري هو الموت فالانتحار أفضل من الانتظار.					
20	لا أفكر في الانتحار لاهتمامي لأمر أسرتي.					
21	أنا كثير الاهتمام بنوعية غذائي.					
22	أنا كثيرا ما أزور الطبيب.					

23	أستطيع اتخاذ القرار بخصوص وسيلة انتحاري.					
24	أول ما أفكر فيه يوميا هو الانتحار.					
25	ما يشغل تفكيري هو ما بعد الحياة.					
26	لا أفكر في الانتحار لاهتمامي لأمر والدي.					
27	أعتقد أن تعقيدات الحياة يمكنها أن تصل الى درجة أن ينتحر الانسان.					
28	أنا أخاف من الأمراض.					
29	سلوكياتي متهورة.					
30	الموت راحة.					
31	الانتحار هو رسالة للمجتمع.					
32	ليست لي الشجاعة لمواجهة الحياة.					
33	لقد انتهيت من اعداد خطة لقتل نفسي.					
34	أجمل ما في الحياة هو نهايتها بالموت.					
35	الإصابة بمرض مزمن تعني الموت.					

36	لقد فكرت طويلا في الانتحار.					
37	الكثير من مواضيع أحاديثي يكون موضوعها الموت.					
38	أفكر في الانتحار لأني ثقل على محيطي.					
39	المشاكل الاجتماعية هي ما تجعل الفرد ينتحر.					
40	أفضل الموت منتحرا.					
41	أفكر في الانتحار لأن هناك من انتحر من أفراد أسرتي.					
42	لا أنشغل للكيفية التي يراني بها الآخرون.					
43	في كثير من الأحيان أتناول أدوية دون استشارة الطبيب.					
44	أتمنى أن أنام دون أن أستيقظ.					
45	الكثير من أحاديثي يكون موضوعها الانتحار.					

46	لقد فكرت فيما قد أكتبه عندما أقدم على الانتحار.					
47	المنتحر فرد شجاع.					
48	أرغب حقا في قتل نفسي.					
49	هناك من انتحر من أصدقائي.					
50	أميل كثيرا لمشاهدة أفلام عن الانتحار.					
51	ما يمنعني من الانتحار هو موقف المجتمع من سلوكي.					
52	أميل كثيرا لقراءة قصص حول الانتحار.					
53	أفض حل لمواجهة المشاكل هو الانتحار.					
54	الانتحار جائزة لنفسي.					
55	ان الانتحار هو عقاب للمجتمع.					
56	يرعبني ما يصحب الانتحار (دم، ألم، حزن...)					
57	الانتحار حل عملي لجميع المشاكل الاجتماعية.					

تعداد التلاميذ:

الرقم	المؤسســـــــة	س4 متوسط		
		مج	إناث	دكور
1	شهداء 08 ماي 45	77	35	42
2	عبان رمضان	79	32	47
3	محمد الصالح الزواوي	131	74	57
4	م م مفدي زكرياء	110	58	52
5	ميمون علي	68	32	36
6	محمد عبده	178	79	99
7	زغدودي الطاهر	274	154	120
8	ش صالح مخلوفي	104	53	51
9	بن جميل عبد الحميد	147	76	71
10	ش رحابي صالح	219	104	115
11	ش بن ناصر مسعود	174	82	92
12	الأستاذ الشبخ بوراس الكاملي	96	48	48
13	عيد الاستقلال 5 جويلية 1962	164	96	68
14	م م بولوح امبارك	143	74	69
15	حدث تاريخي11 ديسمبر 1960	179	91	88
16	ش علامي لخضر	116	62	54
17	م م خلة لخضر بن صالح	194	101	93
18	مالك بن نبي	101	48	53
19	بوكحيلي عبد المجيد	177	92	85
20	بن سديرة مداني	147	85	62
مجمـــــوع البلـــديـــة قالمة		2878	1476	1402

التجزئة النصفية مقياس الانتحار:

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,916
		Nombre d'éléments	29[a]
	Partie 2	Valeur	,892
		Nombre d'éléments	28[b]
	Nombre total d'éléments		57
Corrélation entre les sous-échelles			,890
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,942
	Longueur inégale		,942
Coefficient de Guttman split-half			,940

الثبات بمعامل ألفا كرونباخ مقياس الانتحار:

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,950	57

معامل الثبات التجزئة النصفية لمقياس الضغط النفسي:

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Partie 1	Valeur	,723
		Nombre d'éléments	21[a]
	Partie 2	Valeur	,727
		Nombre d'éléments	21[b]
	Nombre total d'éléments		42
Corrélation entre les sous-échelles			,637
Coefficient de Spearman-Brown	Longueur égale		,779
	Longueur inégale		,779
Coefficient de Guttman split-half			,774

معامل الثبات ألفا كرونباخ لمقياس الضغط النفسي:

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,830	42

Mesures directionnelles

			Valeur
معامل ايتا العامة:	Nominal par Intervalle Eta	متغير الضغوط dépendant	,999
		متغير الانتحار dépendant	,974

نتائج الارتباط للفرضية

معامل الارتباط ايتا بين الضغوط الشخصية والأفكار الانتحارية:

Mesures directionnelles

			Valeur
Nominal par Intervalle	Eta	بعدالشخصية dépendant	,999
		متغير الانتحار dépendant	,542

معامل الارتباط ايتا بين الضغوط العلائقية والأفكار الانتحارية:

Mesures directionnelles

		Valeur
Nominal par Intervalle Eta	بعدالعلائقية dépendant	,999
	متغيرالانتحار dépendant	,507

معامل الارتباط ايتا بين الضغوط الفيزيولوجية والأفكار الانتحارية:

Mesures directionnelles

			Valeur
Nominal par Intervalle	Eta	بعدالفيزيولوجية dépendant	,999
		متغيرالانتحار dépendant	,581

نتائج معامل الارتباط ايتا بين الضغوط الدراسية والأفكار الانتحارية:

Mesures directionnelles

			Valeur
Nominal par Intervalle	Eta	بعدالدراسية dépendant	,999
		متغيرالانتحار dépendant	,527

نتائج اختبار مان وتني للفروق بين الجنسين لمقياس الانتحار:

Test de Mann-Whitney

Rangs

	الجنس	N	Rang moyen	Somme des rangs
مجموعالدرجات الانتحار	أنثى	473	406,93	192476,00
	ذكر	297	351,38	104359,00
	Total	770		

Test[a]

	مجموعالدرجاتالانتحار
U de Mann-Whitney	60106,000
W de Wilcoxon	104359,000
Z	-3,374
Signification asymptotique (bilatérale)	,001

نتائج اختبار مان وتني للفروق بين الجنسين لمقياس الضغط النفسي:

Test de Mann-Whitney

Rangs

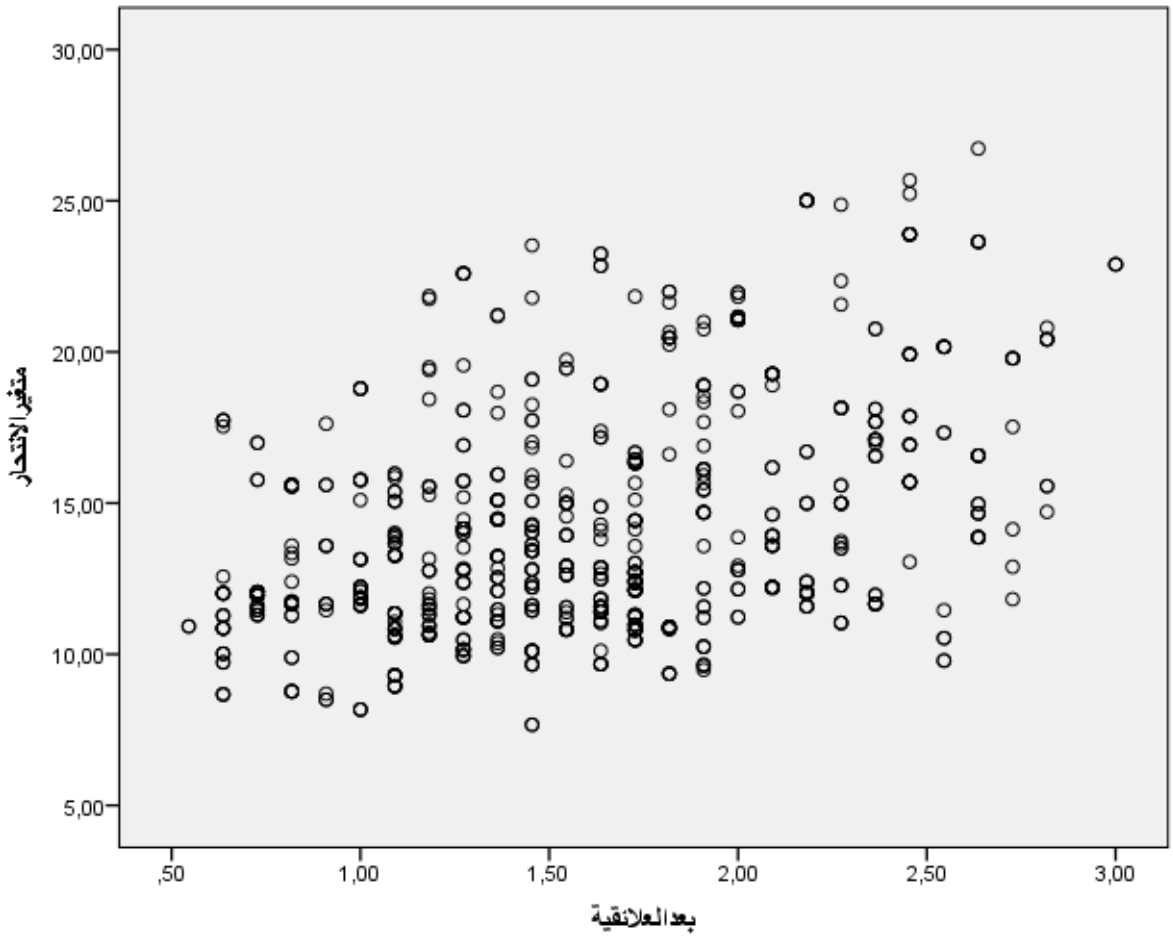
	الجنس	N	Rang moyen	Somme des rangs
متغير الضغوط	أنثى	473	422,94	200052,00
	ذكر	297	325,87	96783,00
	Total	770		

Test[a]

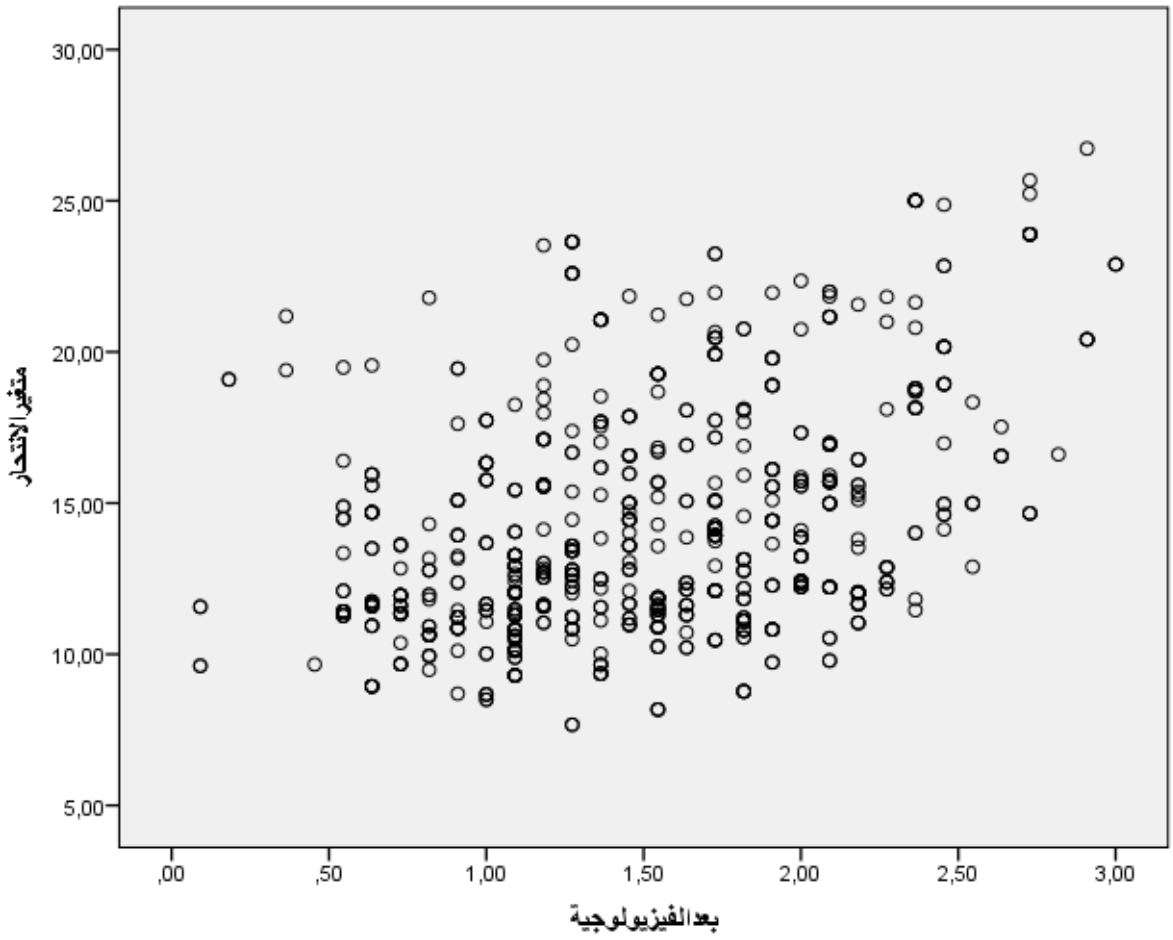
	متغير الضغوط
U de Mann-Whitney	52530,000
W de Wilcoxon	96783,000
Z	-5,895
Signification asymptotique (bilatérale)	,000

لوحة الانتشار بين الضغوط العلائقية والأفكار الانتحارية:

GRAPH

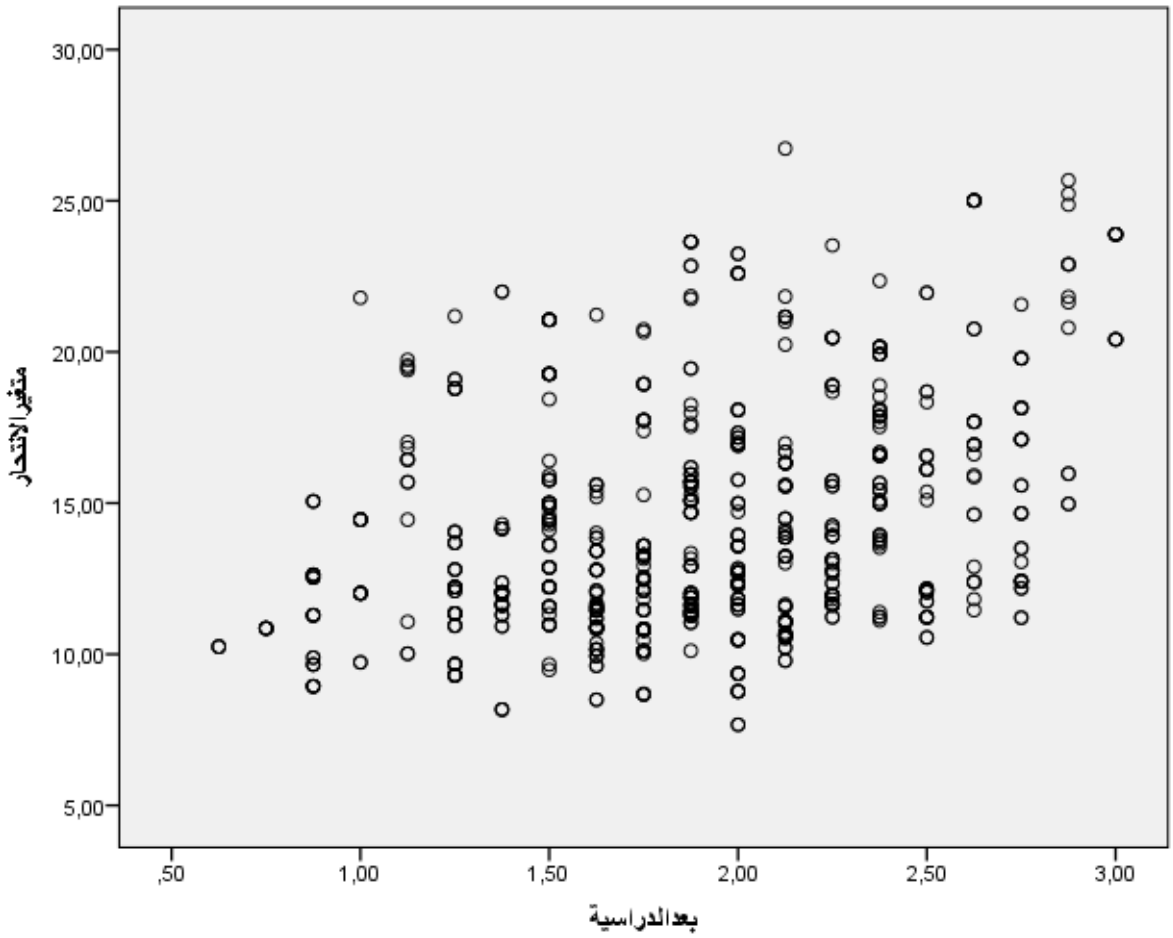


لوحة الانتشار بين الضغوط الفيزيولوجية والأفكار الانتحارية:



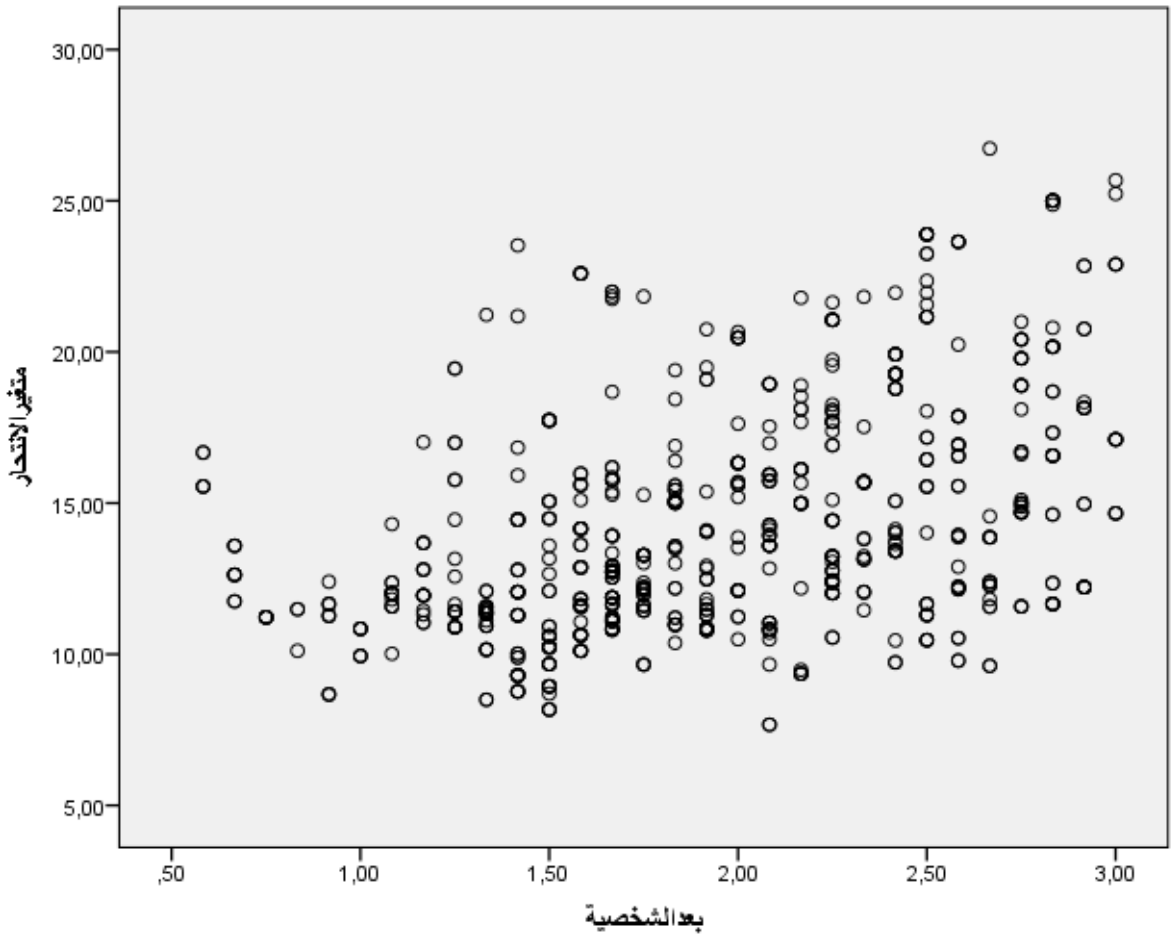
لوحة الانتشار للضغوط الدراسية والأفكار الانتحارية:

GRAPH



لوحة الانتشار للضغوط الشخصية والأفكار الانتحارية:

GRAPH



لوحة الانتشار للمتغيرين الضغط النفسي والأفكار الانتحارية:

GRAPH

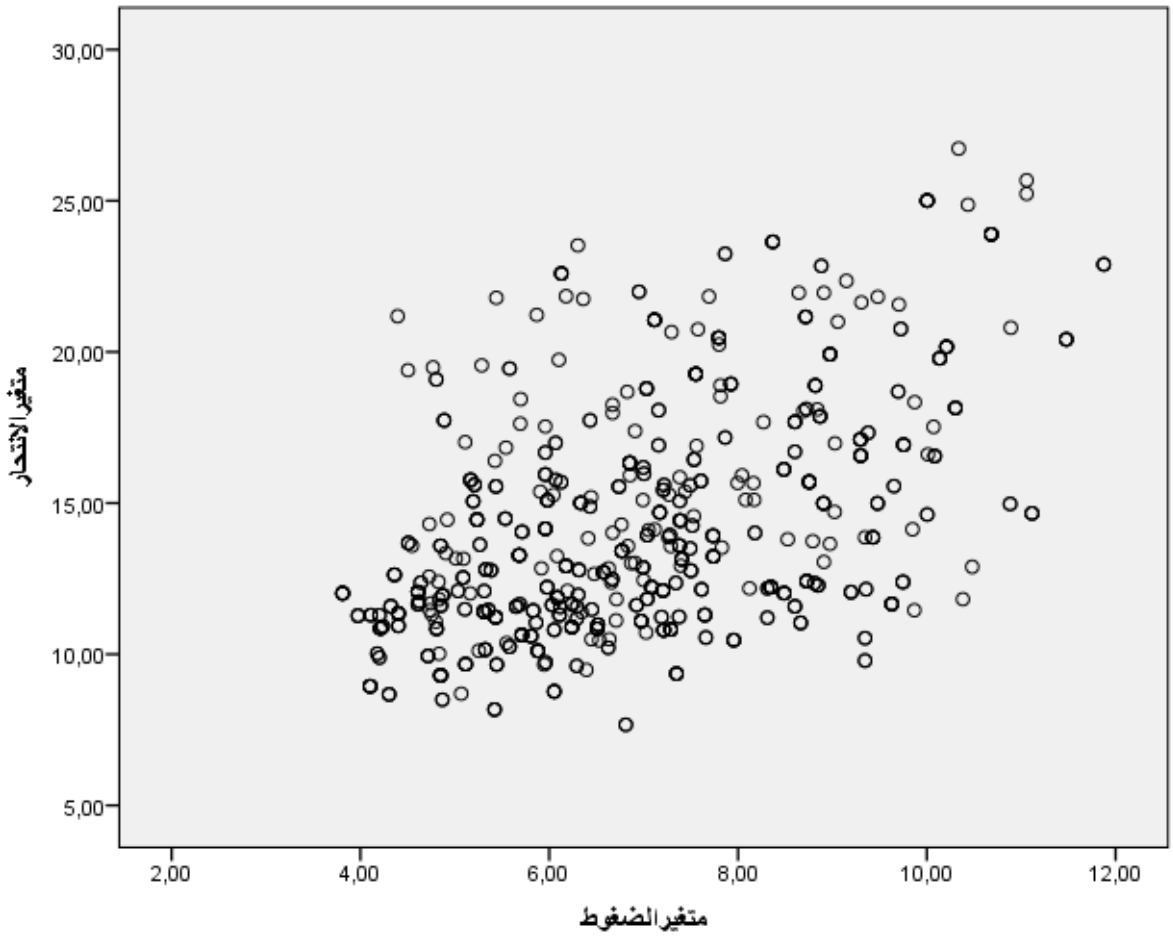


TABLE A.2

t* Distribution: Critical Values of *t

		Significance level					
Degrees of freedom	*Two-tailed test:*	10%	5%	2%	1%	0.2%	0.1%
	One-tailed test:	5%	2.5%	1%	0.5%	0.1%	0.05%
1		6.314	12.706	31.821	63.657	318.309	636.619
2		2.920	4.303	6.965	9.925	22.327	31.599
3		2.353	3.182	4.541	5.841	10.215	12.924
4		2.132	2.776	3.747	4.604	7.173	8.610
5		2.015	2.571	3.365	4.032	5.893	6.869
6		1.943	2.447	3.143	3.707	5.208	5.959
7		1.894	2.365	2.998	3.499	4.785	5.408
8		1.860	2.306	2.896	3.355	4.501	5.041
9		1.833	2.262	2.821	3.250	4.297	4.781
10		1.812	2.228	2.764	3.169	4.144	4.587
11		1.796	2.201	2.718	3.106	4.025	4.437
12		1.782	2.179	2.681	3.055	3.930	4.318
13		1.771	2.160	2.650	3.012	3.852	4.221
14		1.761	2.145	2.624	2.977	3.787	4.140
15		1.753	2.131	2.602	2.947	3.733	4.073
16		1.746	2.120	2.583	2.921	3.686	4.015
17		1.740	2.110	2.567	2.898	3.646	3.965
18		1.734	2.101	2.552	2.878	3.610	3.922
19		1.729	2.093	2.539	2.861	3.579	3.883
20		1.725	2.086	2.528	2.845	3.552	3.850
21		1.721	2.080	2.518	2.831	3.527	3.819
22		1.717	2.074	2.508	2.819	3.505	3.792
23		1.714	2.069	2.500	2.807	3.485	3.768
24		1.711	2.064	2.492	2.797	3.467	3.745
25		1.708	2.060	2.485	2.787	3.450	3.725
26		1.706	2.056	2.479	2.779	3.435	3.707
27		1.703	2.052	2.473	2.771	3.421	3.690
28		1.701	2.048	2.467	2.763	3.408	3.674
29		1.699	2.045	2.462	2.756	3.396	3.659
30		1.697	2.042	2.457	2.750	3.385	3.646
32		1.694	2.037	2.449	2.738	3.365	3.622
34		1.691	2.032	2.441	2.728	3.348	3.601
36		1.688	2.028	2.434	2.719	3.333	3.582
38		1.686	2.024	2.429	2.712	3.319	3.566
40		1.684	2.021	2.423	2.704	3.307	3.551
42		1.682	2.018	2.418	2.698	3.296	3.538
44		1.680	2.015	2.414	2.692	3.286	3.526
46		1.679	2.013	2.410	2.687	3.277	3.515
48		1.677	2.011	2.407	2.682	3.269	3.505
50		1.676	2.009	2.403	2.678	3.261	3.496
60		1.671	2.000	2.390	2.660	3.232	3.460
70		1.667	1.994	2.381	2.648	3.211	3.435
80		1.664	1.990	2.374	2.639	3.195	3.416
90		1.662	1.987	2.368	2.632	3.183	3.402
100		1.660	1.984	2.364	2.626	3.174	3.390
120		1.658	1.980	2.358	2.617	3.160	3.373
150		1.655	1.976	2.351	2.609	3.145	3.357
200		1.653	1.972	2.345	2.601	3.131	3.340
300		1.650	1.968	2.339	2.592	3.118	3.323
400		1.649	1.966	2.336	2.588	3.111	3.315
500		1.648	1.965	2.334	2.586	3.107	3.310
600		1.647	1.964	2.333	2.584	3.104	3.307
∞		1.645	1.960	2.326	2.576	3.090	3.291

تراخيص متوسطات مدينة قالمة لإجراء تربص ميداني:

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية
وزارة التعليم العالي والبحث العلمي
جامعة 8 ماي 1945 قالمة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس

الرقم 16/ ج ق/ ك ع إ/ ق ع ن/ 2021

قالمة 21.21 2021

إلى السيد

دراسة ميدانية

يشهد رئيس قسم علم النفس أن الطلبة :

* عمران أحلام
*
*
*

طلبة دكتوراه علم النفس التربوي ويحضرون لانجاز بحث بعنوان:

مصادر الضغط النفسي وعلاقتها بالأفكار الانتحارية لدى المراهق المتمدرس

تحت اشراف :أ. دشاش نادية .

وانهم بحاجة إلى دراسة ميدانية بمؤسستكم.

<u>املنا كبير في حسن تعاونكم ولكم منا فائق الاحترام</u>

رئيس القسم

نسخة للحفظ

رئيس قسم علم النفس
امضاء الأستاذة الدكتورة : نادية دشاش

جامعة 8 ماي 1945 قالمة
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية قالمة — مدير التربية

مصلحة التكوين و التفتيش — إلى

مكتب التكوين — السيدات والسادة مديري المتوسطات

الرقم : 444/م.ت./1.5/ 2024 — **بلدية قالمة**

الموضوع: الترخيص بإجراء تربص تطبيقي

المرجع : الاتفاقية المبرمة بين مديرية التربية لولاية قالمة وجامعة 08 ماي 45

رقم : 60 المؤرخة في : 2016/04/20

بعد الإطلاع على طلب التربص التطبيقي رقم : 15 في 2023/02/21 المقدم من طرف رئيس قسم علم النفس بجامعة 08 ماي 45 قالمة.

يرخص للطالب(ة) **عمران أحلام** الحامل(ة) قسم علم النفس تحضيرا لشهادة الدكتوراه بإجراء تربص تطبيقي بمختلف متوسطات بلدية قالمة في الفترة الممتدة من : 2024/02/26 إلى غاية 2024/05/11 في إطار النصوص التنظيمية السارية المفعول والتزام المعنية باحترام القانون الداخلي للمؤسسة .

حرر بـ قالمة في :2024/02/25

مديـر التربيـة

المكلف بتسيير مديرية التربية

نصر الدين جبرزني

التوزيع/

- السيد رئيس قسم علم النفس
- المعني
- الحفظ

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية قالمة — مدير التربية

مصلحة التكوين و التفتيش — إلى

مكتب التكوين — السيد(ة) : مدير متوسطة رحابي صالح

الرقم : 444/م.ت./1.5/ 2024 — **قالمة**

الموضوع: الترخيص بإجراء تربص تطبيقي

المرجع : الاتفاقية المبرمة بين مديرية التربية لولاية قالمة وجامعة 08 ماي 45

رقم : 60 المؤرخة في : 2016/04/20

بعد الإطلاع على طلب التربص التطبيقي رقم : 15 في 2023/02/21 المقدم من طرف رئيس قسم علم النفس بجامعة 08 ماي 45 قالمة.

يرخص للطالب(ة) **عمران أحلام** الحامل(ة) قسم علم النفس تحضيرا لشهادة الدكتوراه بإجراء تربص تطبيقي بمتوسطة رحابي صالح قالمة في الفترة الممتدة من : 2024/02/26 إلى غاية 2024/05/11 في إطار النصوص التنظيمية السارية المفعول والتزام المعنية باحترام القانون الداخلي للمؤسسة .

حرر بـ قالمة في :2024/02/25

مديـر التربيـة

المكلف بتسيير مديرية التربية

نصر الدين جبروني

التوزيع/

- السيد رئيس قسم علم النفس
- المعني
- الحفظ

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية قالمة

مصلحة التكوين و التفتيش

مكتب التكوين

الرقم : 444/م.ت./1.5/ 2024

مدير التربية

إلى

السيد(ة) : مدير متوسطة ميمون علي

قالمة

متوسطة ميمون علي - قالمة
البريد الوارد
التاريخ 2024/04/22
الرقم 134
الترقيم

الموضوع: الترخيص بإجراء تربص تطبيقي

المرجع : الاتفاقية المبرمة بين مديرية التربية لولاية قالمة وجامعة 08 ماي 45

رقم : 60 المؤرخة في : 2016/04/20

بعد الإطلاع على طلب التربص التطبيقي رقم : 15 في 2023/02/21 المقدم من طرف رئيس قسم علم النفس بجامعة 08 ماي 45 قالمة.

يرخص للطالب(ة) **عمران أحلام** الحامل(ة) قسم علم النفس تحضيرا لشهادة الدكتوراه بإجراء تربص تطبيقي بمتوسطة ميمون علي قالمة في الفترة الممتدة من : 2024/02/26 إلى غاية 2024/05/11 في إطار النصوص التنظيمية السارية المفعول والتزام المعنية باحترام القانون الداخلي للمؤسسة .

حرر بـ قالمة في :2024/02/25

مديـر التربيـة

التوزيع/

- السيد رئيس قسم علم النفس
- المعني
- الحفظ

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية قالمة — مدير التربية

مصلحة التكوين و التفتيش — إلى

مكتب التكوين — السيد(ة) : مدير متوسطة بن سديرة المداني

الرقم : 444/م.ت./1.5/ 2024 — **قالمة**

الموضوع: الترخيص بإجراء تربص تطبيقي

المرجع : الاتفاقية المبرمة بين مديرية التربية لولاية قالمة وجامعة 08 ماي 45

رقم : 60 المؤرخة في : 2016/04/20

بعد الإطلاع على طلب التربص التطبيقي رقم : 15 في 2023/02/21 المقدم من طرف رئيس قسم علم النفس بجامعة 08 ماي 45 قالمة.

يرخص للطالب(ة) **عمران أحلام** الحامل(ة) قسم علم النفس تحضيرا لشهادة الدكتوراه بإجراء تربص تطبيقي بمتوسطة بن سديرة المداني قالمة في الفترة الممتدة من : 2024/02/26 إلى غاية 2024/05/11 في إطار النصوص التنظيمية السارية المفعول والتزام المعنية باحترام القانون الداخلي للمؤسسة .

حرر بـ قالمة في :2024/02/25

مديـر التربيـة

المكلف بتسيير مديرية التربية

نصر الدين جيروني

التوزيع/

- السيد رئيس قسم علم النفس
- المعني
- الحفظ

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية قالمة — مدير التربية

مصلحة التكوين و التفتيش — إلى

مكتب التكوين — السيد(ة) : مدير متوسطة زغدودي الطاهر

الرقم : 444/م.ت./1.5/ 2024 — **قالمة**

الموضوع: الترخيص بإجراء تربص تطبيقي

المرجع : الاتفاقية المبرمة بين مديرية التربية لولاية قالمة وجامعة 08 ماي 45

رقم : 60 المؤرخة في : 2016/04/20

بعد الإطلاع على طلب التربص التطبيقي رقم : 15 في 2023/02/21 المقدم من طرف رئيس قسم علم النفس بجامعة 08 ماي 45 قالمة.

يرخص للطالب(ة) **عمران أحلام** الحامل(ة) قسم علم النفس تحضيرا لشهادة الدكتوراه بإجراء تربص تطبيقي بمتوسطة زغدودي الطاهر قالمة في الفترة الممتدة من : 2024/02/26 إلى غاية 2024/05/11 في إطار النصوص التنظيمية السارية المفعول والتزام المعنية باحترام القانون الداخلي للمؤسسة .

حرر بـ قالمة في :2024/02/25

مديـر التربيـة

المكلف بتسيير مديرية التربية

نصر الدين جـروني

التوزيع/

- السيد رئيس قسم علم النفس
- المعني
- الحفظ

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية قالمة — مدير التربية

مصلحة التكوين و التفتيش — إلى

مكتب التكوين — السيد(ة) : مدير متوسطة بولوح مبارك

الرقم : 444/م.ت./1.5/ 2024 — **قالمة**

الموضوع: الترخيص بإجراء تربص تطبيقي

المرجع : الاتفاقية المبرمة بين مديرية التربية لولاية قالمة وجامعة 08 ماي 45

رقم : 60 المؤرخة في : 2016/04/20

بعد الإطلاع على طلب التربص التطبيقي رقم : 15 في 2023/02/21 المقدم من طرف رئيس قسم علم النفس بجامعة 08 ماي 45 قالمة.

يرخص للطالب(ة) **عمران أحلام** الحامل(ة) قسم علم النفس تحضيرا لشهادة الدكتوراه بإجراء تربص تطبيقي بمتوسطة بولوح مبارك قالمة في الفترة الممتدة من : 2024/02/26 إلى غاية 2024/05/11 في إطار النصوص التنظيمية السارية المفعول والتزام المعنية باحترام القانون الداخلي للمؤسسة .

حرر بـ قالمة في :2024/02/25

مديـر التربيـة

المكلف بتسيير مديرية التربية

نصر الدين جسروني

التوزيع/

- السيد رئيس قسم علم النفس
- المعني
- الحفظ

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية قالمة

مصلحة التكوين و التفتيش

مكتب التكوين

مدير التربية

إلى

السيد(ة) : مدير متوسطة محمد صالح زواوي

قالمة

الرقم : 54/م.ت./1.5/ 2023

الموضوع: الترخيص بإجراء تربص تطبيقي

المرجع : الاتفاقية المبرمة بين مديرية التربية لولاية قالمة وجامعة 08 ماي 45

رقم : 60 المؤرخة في : 2016/04/20

بعد الإطلاع على طلب التربص التطبيقي رقم : 13المؤرخ في 2023/11/28 المقدم من طرف رئيس قسم علم النفس بجامعة 08 ماي 45 قالمة.

يرخص للطالب(ة) **عمران أحلام** الحامل(ة) قسم علم النفس تحضيرا لشهادة الدكتورا بإجراء تربص تطبيقي بمتوسطة محمد صالح زواوي قالمة في الفترة الممتدة من : 2023/11/29 إلى غاية 2024/05/11 في إطار النصوص التنظيمية السارية المفعول والتزام المعنية باحترام القانون الداخلي للمؤسسة .

حرر بـ قالمة في :2023/11/28

المكلف بتسيير مديرية التربية

مدير التربية

نصر الدين جبروني

التوزيع/

- السيد رئيس قسم علم النفس
- المعني
- الحفظ

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية قالمة — مدير التربية

مصلحة التكوين و التفتيش — إلى

مكتب التكوين — السيد(ة) : مدير متوسطة 08 ماي 45

الرقم : 54/م.ت./1.5/ 2023 — **قالمة**

الموضوع: الترخيص بإجراء تربص تطبيقي

المرجع : الاتفاقية المبرمة بين مديرية التربية لولاية قالمة وجامعة 08 ماي 45

رقم : 60 المؤرخة في : 2016/04/20

بعد الإطلاع على طلب التربص التطبيقي رقم : 13المؤرخ في 2023/11/28 المقدم من طرف رئيس قسم علم النفس بجامعة 08 ماي 45 قالمة.

يرخص للطالب(ة) **عمران أحلام** الحامل(ة) قسم علم النفس تحضيرا لشهادة الدكتورا بإجراء تربص تطبيقي بمتوسطة 08 ماي 45 قالمة في الفترة الممتدة من : 2023/11/29 إلى غاية 2024/05/11 في إطار النصوص التنظيمية السارية المفعول والتزام المعنية باحترام القانون الداخلي للمؤسسة .

حرر بـ قالمة في :2023/11/28

مديـر التربيـة

المكلف بتسييرمديرية التربية

نصر الدين جبـ ـوني

التوزيع/

- السيد رئيس قسم علم النفس
- المعني
- الحفظ

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية قالمة

مصلحة التكوين و التفتيش

مكتب التكوين

الرقم : 444/م.ت./1.5/ 2024

مدير التربية

إلى

السيد(ة) : مدير متوسطة 05 جويلية 62

قالمة

الموضوع: الترخيص بإجراء تربص تطبيقي

المرجع : الاتفاقية المبرمة بين مديرية التربية لولاية قالمة وجامعة 08 ماي 45

رقم : 60 المؤرخة في : 2016/04/20

بعد الإطلاع على طلب التربص التطبيقي رقم : 15 في 2023/02/21 المقدم من طرف رئيس قسم علم النفس بجامعة 08 ماي 45 قالمة.

يرخص للطالب(ة) **عمران أحلام** الحامل(ة) قسم علم النفس تحضيرا لشهادة الدكتوراه بإجراء تربص تطبيقي بمتوسطة 05 جويلية 62 قالمة في الفترة الممتدة من : 2024/02/26 إلى غاية 2024/05/11 في إطار النصوص التنظيمية السارية المفعول والتزام المعنية باحترام القانون الداخلي للمؤسسة .

حرر بـ قالمة في :2024/02/25

مديـر التربيـة

المكلف بتسيير مديرية التربية

نصر الدين جبروني

التوزيع/

- السيد رئيس قسم علم النفس
- المعني
- الحفظ

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية قالمة — مدير التربية

مصلحة التكوين و التفتيش — إلى

مكتب التكوين — السيد(ة) : مدير متوسطة مالك بن نبي

الرقم : 444/م.ت./1.5/ 2024 — **قالمة**

الموضوع: الترخيص بإجراء تربص تطبيقي

المرجع : الاتفاقية المبرمة بين مديرية التربية لولاية قالمة وجامعة 08 ماي 45

رقم : 60 المؤرخة في : 2016/04/20

بعد الإطلاع على طلب التربص التطبيقي رقم : 15 في 2023/02/21 المقدم من طرف رئيس قسم علم النفس بجامعة 08 ماي 45 قالمة.

يرخص للطالب(ة) **عمران أحلام** الحامل(ة) قسم علم النفس تحضيرا لشهادة الدكتوراه بإجراء تربص تطبيقي بمتوسطة مالك بن نبي قالمة في الفترة الممتدة من : 2024/02/26 إلى غاية 2024/05/11 في إطار النصوص التنظيمية السارية المفعول والتزام المعنية باحترام القانون الداخلي للمؤسسة .

حرر بـ قالمة في :2024/02/25

مديـر التربيـة

المكلف بتسيير مديرية التربية

نصر الدين جيروني

2024/04/24

رقم 20.1/196

التوزيع/

- السيد رئيس قسم علم النفس
- المعني
- الحفظ

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية قالمة — مدير التربية

مصلحة التكوين و التفتيش — إلى

مكتب التكوين — السيد(ة) : مدير متوسطة محمد عبده

الرقم : 444/م.ت./1.5/ 2024 — **قالمة**

الموضوع: الترخيص بإجراء تربص تطبيقي

المرجع : الاتفاقية المبرمة بين مديرية التربية لولاية قالمة وجامعة 08 ماي 45

رقم : 60 المؤرخة في : 2016/04/20

بعد الإطلاع على طلب التربص التطبيقي رقم : 15 في 2023/02/21 المقدم من طرف رئيس قسم علم النفس بجامعة 08 ماي 45 قالمة.

يرخص للطالب(ة) **عمران أحلام** الحامل(ة) قسم علم النفس تحضيرا لشهادة الدكتوراه بإجراء تربص تطبيقي بمتوسطة محمد عبده قالمة في الفترة الممتدة من : 2024/02/26 إلى غاية 2024/05/11 في إطار النصوص التنظيمية السارية المفعول والتزام المعنية باحترام القانون الداخلي للمؤسسة .

حرر بـ قالمة في :2024/02/25

مديـر التربيـة

المكلف بتسيير مديرية التربية

نصر الدين جبروني

التوزيع/

- السيد رئيس قسم علم النفس
- المعني
- الحفظ

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية قالمة — مدير التربية

مصلحة التكوين و التفتيش — إلى

مكتب التكوين — السيد(ة) : مدير متوسطة عبد الحميد بن جميل

الرقم : 444/م.ت./1.5/ 2024 — قالمة

الموضوع: الترخيص بإجراء تربص تطبيقي

المرجع : الاتفاقية المبرمة بين مديرية التربية لولاية قالمة وجامعة 08 ماي 45

رقم : 60 المؤرخة في : 2016/04/20

بعد الإطلاع على طلب التربص التطبيقي رقم : 15 في 2023/02/21 المقدم من طرف رئيس قسم علم النفس بجامعة 08 ماي 45 قالمة.

يرخص للطالب(ة) **عمران أحلام** الحامل(ة) قسم علم النفس تحضيرا لشهادة الدكتوراه بإجراء تربص تطبيقي بمتوسطة عبد الحميد بن جميل قالمة في الفترة الممتدة من : 2024/02/26 إلى غاية 2024/05/11 في إطار النصوص التنظيمية السارية المفعول والتزام المعنية بإحترام القانون الداخلي للمؤسسة .

حرر بـ قالمة في :2024/02/25

مديـر التربيـة

المكلف بتسيير مديرية التربية

نصر الدين جبروني

2024/05/02
233
3.7.8

التوزيع/

- السيد رئيس قسم علم النفس
- المعني
- الحفظ

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية قالمة — مدير التربية

مصلحة التكوين و التفتيش — إلى

مكتب التكوين — السيد(ة) : مدير متوسطة صالح مخلوفي

الرقم : 444/م.ت./1.5/ 2024 — **قالمة**

الموضوع: الترخيص بإجراء تربص تطبيقي

المرجع : الاتفاقية المبرمة بين مديرية التربية لولاية قالمة وجامعة 08 ماي 45

رقم : 60 المؤرخة في : 2016/04/20

بعد الإطلاع على طلب التربص التطبيقي رقم : 15 في 2023/02/21 المقدم من طرف رئيس قسم علم النفس بجامعة 08 ماي 45 قالمة.

يرخص للطالب(ة) **عمران أحلام** الحامل(ة) قسم علم النفس تحضيرا لشهادة الدكتوراه بإجراء تربص تطبيقي بمتوسطة صالح مخلوفي قالمة في الفترة الممتدة من : 2024/02/26 إلى غاية 2024/05/11 في إطار النصوص التنظيمية السارية المفعول والتزام المعنية باحترام القانون الداخلي للمؤسسة .

حرر بـ قالمة في :2024/02/25

مديـر التربيـة

المكلف بتسيير مديرية التربية

نصر الدين جبروني

التوزيع/

- السيد رئيس قسم علم النفس
- المعني
- الحفظ

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية قالمة — مدير التربية

مصلحة التكوين و التفتيش — إلى

مكتب التكوين — السيد(ة) : مدير متوسطة بوكيلي عبد المجيد

الرقم : 444/م.ت./1.5/ 2024 — **قالمة**

الموضوع: الترخيص بإجراء تربص تطبيقي

المرجع : الاتفاقية المبرمة بين مديرية التربية لولاية قالمة وجامعة 08 ماي 45

رقم : 60 المؤرخة في : 2016/04/20

بعد الإطلاع على طلب التربص التطبيقي رقم : 15 في 2023/02/21 المقدم من طرف رئيس قسم علم النفس بجامعة 08 ماي 45 قالمة.

يرخص للطالب(ة) **عمران أحلام** الحامل(ة) قسم علم النفس تحضيرا لشهادة الدكتوراه بإجراء تربص تطبيقي بمتوسطة بوكيلي عبد المجيد قالمة في الفترة الممتدة من : 2024/02/26 إلى غاية 2024/05/11 في إطار النصوص التنظيمية السارية المفعول والتزام المعنية باحترام القانون الداخلي للمؤسسة .

حرر بـ قالمة في :2024/02/25

مديـر التربيـة

المكلف بتسيير مديرية التربية

نصر الدين [illegible]

التوزيع/

- السيد رئيس قسم علم النفس
- المعني
- الحفظ

الجمهورية الجزائرية الديمقراطية الشعبية

وزارة التربية الوطنية

مديرية التربية لولاية قالمة

مصلحة التكوين و التفتيش

مكتب التكوين

الرقم : 444/م.ت./1.5/ 2024

مدير التربية

إلى

السيد(ة) : مدير متوسطة 11ديسمبر 60

قالمة

الموضوع: الترخيص بإجراء تربص تطبيقي

المرجع : الاتفاقية المبرمة بين مديرية التربية لولاية قالمة وجامعة 08 ماي 45

رقم : 60 المؤرخة في : 2016/04/20

بعد الإطلاع على طلب التربص التطبيقي رقم : 15 في 2023/02/21 المقدم من طرف رئيس قسم علم النفس بجامعة 08 ماي 45 قالمة.

يرخص للطالب(ة) **عمران أحلام** الحامل(ة) قسم علم النفس تحضيرا لشهادة الدكتوراه بإجراء تربص تطبيقي بمتوسطة 11 ديسمبر 60 قالمة في الفترة الممتدة من : 2024/02/26 إلى غاية 2024/05/11 في إطار النصوص التنظيمية السارية المفعول والتزام المعنية باحترام القانون الداخلي للمؤسسة .

حرر بـ قالمة في :2024/02/25

مديـر التربيـة

المكلف بتسيير مديرية التربية

نصر الدين جبروني

التوزيع/

- السيد رئيس قسم علم النفس
- المعني
- الحفظ