"الإفشاء عن الذات وعلاقته بكل من الاكتئاب وتقدير الذات لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية"

د. سليمان إبراهيم تركي الشاوي*

قسم علم النفس – كلية العلوم الاجتماعية

جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

* يتقدم الباحث بالشكر لعمادة البحث العلمي بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالمملكة العربية السعودية على تمويلها هذا المشروع البحثي عام(١٤٣٥هـ) برقم (٣٥٠٦٠١).

"الإفشاء عن الذات وعلاقته بكل من الاكتئاب وتقدير الذات لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية"

د. سليمان إبراهيم تركي الشاوي

قسم علم النفس – كلية العلوم الاجتماعية

جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية

ملخص الدراسة :

هدفت الدراسة إلى الكشف عن نوع العلاقة الارتباطية بين الإفشاء عن الذات والاكتئاب من جهة، والإفشاء عن الذات وتقدير الذات من جهة أخرى لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، كما سعت الدراسة إلى عقد مقارنات بين أفراد عينة الدراسة في كل من الإفشاء عن الذات والاكتئاب وتقدير الذات، وذلك في ضوء المستوى الدراسي (الثاني/السادس) الجامعي، والمستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة (مرتفع/منخفض)، وقد تمت مجانسة أفراد عينة الدراسة من حيث الذكاء والحالة الوالدية الأسرية، واستخدم الباحث المنهج الوصفي الارتباطي (المقارن). وقد تم تطبيق عدد من أدوات القياس النفسي. وبعد تحليل بيانات الدراسة إحصائيا، توصلت الدراسة إلى نتائج تشير إلى ارتباط الإفشاء عن الذات سلبيا بالاكتئاب، وإيجابيا بتقدير الذات، لدى جميع فراد عينة الدراسة من طالبات الجامعة، كما تبين وجود فروق بين أفراد المجموعات الفرعية الأربع في الإفشاء عن الذات والاكتئاب لصالح الطالبات ذوات المستويات الاقتصادية/الاجتماعية المنخفضة.

الكلمات المفتاحية: الإفشاء عن الذات – الاكتئاب - تقدير الذات

المقدمة:

لقي مفهوم الإفشاء عن الذات Self-disclosure اهتمام عدد من الباحثين في مجال علم النفس، والذي يعرف بأنه عملية الكشف عن الذات وإظهارها، بحيث يتمكن الآخرون من التعرف عليها وإدراكها، ويتضمن هذا الكشف المشكلات الاجتماعية والنفسية والصحية والاقتصادية، والطموحات المستقبلية والآراء والاتجاهات وبعض الأسرار الخاصة والأسرة (الباكر، ١٩٩٦م).

وقد يفصح الفرد عن ذاته للآخرين من خلال التواصل اللفظي المباشر وغير المباشر فيعبر عما بداخله من أفكار ومشاعر وخبرات شخصية متنوعة، لا يستطيع أن يبوح بها إلا لدى من يتوسم فيهم الثقة من أصدقاء أو معالج وثق به واستطاع أن يفشي له معلومات وخبرات ومشاعر شخصية بصراحة ووضوح، مما يمثل تفريغا انفعاليا عن بعض الانفعالات السلبية فيخفف الوطأة عن الأنا لدى الفرد (Kazdin, A., 2000).ويرى البعض أن للإفشاء عن الذات متصاحبات إيجابية وفوائد للصحة النفسية للفرد، فالمشاركة بين الأفراد في التفاعل الإيجابي والذي يتم من خلاله الإفشاء المتبادل عن الذات بين الأفراد يؤدي إلى التلطيف من الحالات الانفعالية السلبية، حيث يشعر الأفراد بالارتياح عندما يتحدثون عن خبراتهم الشخصية (Hook, M. et al., 2003).حيث تبين لدى البعض أن إفشاء الفرد عما بداخله من مشاعر سلبية؛ خاصة الغضب يؤدي ذلك إلى التنفيس الانفعالي من جهة، وأيضا خفض ضغط الدم المرتفع من جهة أخرى، فيتسبب ذلك في تحقيق قدر من الصحة النفسية والجسمية لدى الفرد (Thomas, K. et al., 2004).

هذا، ويعتبر الاكتئاب النفسي إحدى المشكلات النفسية الهامة التي يخوضها الأفراد، حيث يمثل خبرة سلبية ذات آثار سيئة ومتصاحبات غير

مرغوبة على الإنسان الذي يخوض هذه الخبرة، حيث إنه من الممكن أن يؤثر الاكتئاب بصورة مدمرة ومهددة لحياة الأفراد وتتضح تلك الآثار السلبية خلال بعض الأعراض المصاحبة له مثل سلبية العاطفة، وتعدد المشكلات السلوكية، وسوء التوافق النفسي، وكذلك الشعور باللامبالاة أو الاستثارة النفسية الزائدة لدى الأفراد من الجنسين (Lau, S. et al.,1999).ومما يعمق من خطورة هذه المشكلة ما يصاحبها من أعراض سلبية والتي منها ؛ ظهور أعراض نفسجسمية، وضعف المهارات الاجتماعية والبينشخصية، وعدم قدرة الفرد على أداء سلوك تواؤمي وتكيفي بشكل فعال، ونقص القدرة على مواجهة المشكلات (Debra, H. et al., 1998).ويعرف الاكتئاب بأنه خبرة وجدانية يعيشها الإنسان بشكل ذاتي/فردي مولدة للشعور بالحزن والتشاؤم واللامبالاة وفقدان الشهية وتحقير الذات ونقص المبادأة والدافعية وكذلك الإحساس الدائم بالإرهاق، وبطء الاستجابة وفقدان الشعور بمتع الحياة. (إبراهيم، ١٩٩٧م، سلامة، ١٩٩٩م) (Mclean, P. et al., 1998). ويتصاحب الاكتئاب بشعور نفسي مؤلم يتضمن الشعور بالحزن والتشاؤم وعدم السعادة، وكذلك الإحساس بالعجز واللاحيلة نتيجة العزلة الاجتماعية والانفعالية النفسية الناتجة عن عجز الفرد عن خوض علاقات ناجحة مع آخرين (الربيعة، ١٩٩٧م). فقد تبين لدى البعض ارتباط الاكتئاب إيجابيا بصمت الذات وعدم الإفشاء عن الذات لدى الأفراد من الجنسين (Gratch, L. et al., 1995, Page, J. et al., 1996, Whiffen, V. et al., 2007).

ومن ناحية أخرى، أشارت نتائج عدد من الدراسات أن الإفشاء عن الذات يرتبط سلبيا بكل من الاكتئاب والقلق والشعور بالوحدة النفسية لدى الأفراد من الجنسين من المراهقين وطلاب الجامعة

(Wei, M. et al., 2005, Horesh, N. & Apter, A., 2006, Kahn, J. & Garrison, A., 2009, Langanfox, J. et al., 2009, Cuming, S. & Rapee, R., 2010).

هذا، ويعتبر تقدير الذات Self-Esteem نتاجا للتقديرات التي يدركها الفرد من الآخرين المهمين بالنسبة له كما يعتبر نتاجا أيضا لمشاعر الفرد بالقدرة والكفاءة، وتمثل الوظيفة الأولى الاستحسان الاجتماعي، بينما تمثل الوظيفة الثانية الإحساس بالقوة والكفاءة (الدسوقي، ٢٠٠٤م).

ويعرف تقدير الذات بأنه حكم الشخص تجاه نفسه، وقد يكون هذا الحكم والتقدير بالموافقة أو بالرفض، وقد صمم لقياس اتجاهات الفرد نحو نفسه في مجال الخبرات الشخصية والأسرية والأكاديمية والاجتماعية (بخيت ، ١٩٨٥م). حيث إن تقدير الفرد المرتفع لذاته من شأنه أن يزيد من ثقته بذاته ويجعله أقل استهدافا للأمراض والاضطرابات النفسية، لذا، فإن التقدير المنخفض الذي يقدره الفرد لذاته يجعله غير قادر على التصدي لمشكلات أو ضغوط الحياة التي تواجهه، كما تجعله مستهدفا لبعض الاضطرابات النفسية والتي منها الشعور بالاكتئاب (Nezlek, J., 2002).

وقد أشارت نتائج عدد من الدراسات التي أجريت ارتباط تقدير الذات المرتفع والمدرك لدى الأفراد سلبيا بالإفشاء عن الذات (Katayama, M., 1996, Suganuma, M., 1997, Page, J. et al., 1996).

هذا، بينما تبين لدى آخرين ارتباط تقدير الذات المنخفض المدرك إيجابيا بالإفشاء وعن خبرات سلبية خاضها الأفراد لدى الأشخاص المقربين إليهم (Mac-Gregot, J. & Holmes, J., 2011, Forest, A. & Wood, J., 2012).

ومما سبق تتضح أهمية وضرورة دراسة الإفشاء عن الذات كأحد المتغيرات النفسية الهامة والحديثة بالبيئة العربية، والتي قد يترتب عليه متصاحبات إيجابية لدى الأفراد وعلاقته بكل من الاكتئاب وتقدير الذات لدى طالبات الجامعة من المستويين (الثاني/السادس)، وذوات المستويات الاقتصادية الاجتماعية للأسرة الطرفية (المرتفع/المنخفض)، وذلك لتكون هذه الدراسة بمثابة نقطة انطلاق لإعداد دراسات وبحوث مستقبلية تتناول إعداد برامج إرشادية تتناول الإفشاء عن الذات كأحد الفنيات الإرشادية/العلاجية التي يتبناها الباحثون للتصدي لعدد من المشكلات النفسية التي تواجه الأفراد، ولاسيما الشعور بالاكتئاب الذي يعتبر أحد المتغيرات السلبية ومن معوقات التوافق النفسي لدى الأفراد من شرائح عمرية ومجتمعية متنوعة، وخاصة لدى أفراد عينة الدراسة الحالية – موضع الاهتمام – من طالبات الجامعة اللواتي يعتبرن فئة وشريحة عمرية ومجتمعية هامة.

٢- مشكلة الدراسة:

في ضوء الدراسات النفسية والخلفية النظرية والأمبريقية المتعلقة بدراسة الإفشاء عن الذات وعلاقته بكل من الاكتئاب وتقدير الذات، فقد أشارت نتائج دراسات سابقة قد أجريت إلى ارتباط عدم الإفشاء والكشف عن الذات إيجابيا بالاكتئاب النفسي لدى الأفراد من الجنسين.

(Gratch, L. et al., 1995, J. et al., 1996Whiffen, V. et al., 2007).

كما تبين أيضا ارتباط الإفشاء عن الذات سلبيا بكل من الاكتئاب والقلق لدى أفراد العينة من المراهقين وطلاب الجامعة من الجنسين.

(Wei, M. et al., 2005,Horesh, N. & Apter, A., 2006, Kahn, J. & Garrison, A., 2009, Langan Fox, J. et al., 2009, Cuming, S. & Rapee, R., 2010).

كذلك تبين ارتباط الإفشاء عن الذات سلبيا بالتقدير المرتفع للذات (Katayam, M., 1996, Suganuma, M., 1997, Page, J. et al., 1996).

بينما أشارت نتائج عدد من الدراسات الأخرى إلى ارتباط الإفشاء عن الذات والكشف عن خبرات الأفراد السلبية إيجابيا بالتقدير المنخفض للذات وذلك لدى الأفراد المقربين إليهم.

(Mac-Gregot, J. & Holmes, J., 2011, Forest, A. & Wood, J., 2012).

ومما سبق تتحدد مشكلة الدراسة في التساؤل الرئيس التالي:

ما نوع العلاقة الارتباطية بين الإفشاء عن الذات والاكتئاب وتقدير الذات لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية؟

ويتفرع من هذا التساؤل التساؤلات الفرعية الآتية:

١ – ما نوع العلاقة الارتباطية بين الإفشاء عن الذات والاكتئاب لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية؟

٢ – ما نوع العلاقة الارتباطية بين الإفشاء عن الذات وتقدير الذات لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية؟

٣ – ما الفروق بين أفراد المجموعات الفرعية المكونة لعينة الدراسة في درجة الإفشاء عن الذات وفقا لمتغير المستوى الدراسي (الثاني/السادس) الجامعي؟

٤ – ما الفروق بين أفراد المجموعات الفرعية المكونة لعينة الدراسة في درجة الإفشاء عن الذات وفقا لمتغير المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة (مرتفع/منخفض)؟

٥ – ما الفروق بين أفراد المجموعات الفرعية المكونة لعينة الدراسة في درجة الشعور بالاكتئاب وفقا لمتغير المستوى الدراسي (الثاني/السادس) الجامعي؟

٦ – ما الفروق بين أفراد المجموعات الفرعية المكونة لعينة الدراسة في درجة الشعور بالاكتئاب وفقا لمتغير المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة (مرتفع/منخفض)؟

٧ – ما الفروق بين أفراد المجموعات الفرعية المكونة لعينة الدراسة في تقدير الذات وفقا لمتغير المستوى الدراسي (الثاني/السادس) الجامعي؟

٨ – ما الفروق بين أفراد المجموعات الفرعية المكونة لعينة الدراسة في تقدير الذات وفقا لمتغير المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة (مرتفع/منخفض)؟

لذا، ومما سبق يتضح أن هناك حاجة ملحة لطرح هذه المشكلة وإخضاعها للبحث العلمي، ومحاولة إيجاد إجابات لتلك التساؤلات المطروحة، وخاصة وأنها تتعلق بمتغيرات نفسية هامة لها أسبابها ومبرراتها، ومن هنا يمكن إخضاعها للدراسة البحثية في محاولة للتعرف على العوامل التي تؤدي إلى هذه المشكلة التي إذا لم تحل قد يترتب عليها مشكلات نفسية أخرى وسوء توافق في أي من مجالات الحياة المختلفة، مما يمثل هدرا لطاقات الأبناء في مرحلة عمرية ولشريحة مجتمعية هامة وهن طالبات الجامعة.

٣- أهمية الدراسة:

تكمن أهمية الدراسة الحالية في كل من الجانبين النظري والتطبيقي، حيث إنها سعت إلى دراسة الإفشاء عن الذات وعلاقته بكل من الاكتئاب وتقدير الذات، وكذلك فحص الفروق بين أفراد عينة الدراسة من طالبات الجامعة في متغيرات الدراسة وهي الإفشاء عن الذات والاكتئاب وتقدير الذات وذلك في ضوء عدد من المتغيرات الوسيطة ذات العلاقة المحتملة، فمن حيث الجانب النظري يتم عرض بعض الأطر النظرية العربية والأجنبية لتنظير متغيرات الدراسة – موضع الاهتمام – وهي تعتبر من المتغيرات النفسية الهامة التي تتطلب إجراء المزيد من البحوث العربية لاستقصاء وفحص نوع العلاقة الارتباطية بين المتغيرات – سالفة الذكر – لدى طالبات الجامعة.

أما بالنسبة للجانب التطبيقي، فقد تمثل نتائج هذا البحث إضافة إلى المكتبة العربية، فما قد يسفر عنه من نتائج وتوصيات قد تساعد على التدخل الإرشادي لزيادة الصحة النفسية لدى طالبات الجامعة.

ومن جهة أخرى، فقد سعت الدراسة الحالية إلى إعادة تقنين عدد من أدوات القياس النفسي التي تقيس متغيرات الدراسة على طالبات الجامعة بالمجتمع السعودي والتي تمثل إضافة للمكتبة العربية.

٤- أهداف الدراسة:

تهدف الدراسة إلى:

أولا: الكشف عن نوع العلاقة الارتباطية بين الإفشاء عن الذات والاكتئاب لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

ثانيا: الكشف عن نوع العلاقة الارتباطية بين الإفشاء عن الذات وتقدير الذات لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

ثالثا: عقد مقارنات بين أفراد المجموعات الفرعية لعينة الدراسة في كل من الإفشاء عن الذات والاكتئاب وتقدير الذات، تبعًا لمتغيري المستوى الدراسي (الثاني/السادس) الجامعي، والمستوى الاقتصادي/الاجتماعي (مرتفع/منخفض).

٥- حدود الدراسة:

أولا: الحدود الموضوعية:

تتمثل الحدود الموضوعية في متغيرات الدراسة – محور الاهتمام – وهي الإفشاء عن الذات، والاكتئاب، وتقدير الذات، كما تتحدد بالعينة النهائية للدراسة من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، وقوامها (٤٠٠) طالبة من المستويات الدراسية (الثاني والسادس) الجامعي، وذوات المستويات الاقتصادية الاجتماعية (المرتفعة والمنخفضة)، وكذلك أدوات الدراسة التي يتم تطبيقها على أفراد العينة الأولية والنهائية للدراسة.

ثانيا: الحدود المكانية:

تتمثل الحدود المكانية للدراسة في المكان الذي أجريت فيه وتم تطبيق الأدوات – المشار إليها – وهي جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض.

ثالثا: الحدود الزمانية:

تحددت الدراسة بالحدود الزمانية التي بدأت في الفصل الدراسي الثاني من العام الدراسي ١٤٣٥/١٤٣٦هـ.

٦- مصطلحات الدراسة:

أولا: الإفشاء عن الذات (Self-disclosure):

سوف تتبنى الدراسة الحالية تعريف معد المقياس المستخدم والذي يعرف إفشاء الذات بأنه: "عملية الكشف عن الذات وإظهارها، بحيث يتمكن

الآخرون من التعرف عليها وإدراكها، ويتضمن هذا الكشف عن المشكلات الاجتماعية والنفسية والصحية والاقتصادية، والطموحات المستقبلية والآراء والاتجاهات وبعض الأسرار الخاصة والأسرة " (الباكر، ١٩٩٦م، ٣).

ويعرف إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها المفحوصين على المقياس المستخدم في الدراسة.

ثانيا: الاكتئاب (Depression):

سوف تتبنى الدراسة الحالية تعريف معد المقياس المستخدم والذي يعرف الاكتئاب بأنه حالة تتضمن تغيرا محددا في المزاج، مثل الشعور بالحزن والوحدة، واللامبالاة، ومفهوم سالب عن الذات، والمصاحب بتوبيخ الذات وتحقيرها ولومها، أو رغبات في عقاب الذات مع الرغبة في الهروب والاختفاء والموت مع تغيرات في النشاط، كما تبدو في صعوبة النوم وفقدان الشهية للطعام، وتغيرات في مستوى النشاط، وخاصة النقص فيه، كما يتضح من الدرجة التي يحصل عليها المفحوص على المقياس المستخدم، علما بأن الدرجة المرتفعة على المقياس المستخدم تدل على ارتفاع مستوى الاكتئاب لدى أفراد عينة الدراسة، ويتضمن المقياس ثلاثة عشر بندا يقسمها المقياس وهي (الحزن، التشاؤم، الشعور بالفشل، عدم الرضا، الشعور بالذنب، عدم حب الذات، إيذاء الذات، الانسحاب الاجتماعي، التردد، تغير الذات، صعوبة الذات، التعب، فقدان الشهية). (غريب، ١٩٩٠م، ٧، ٨).

ويعرف إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها المفحوصين على المقياس المستخدم في الدراسة.

ثالثا: تقدير الذات (Self-esteem):

سوف يتم تبني تعريف مصمم المقياس – المستخدم – والذي يعرف تقدير الذات بأنه حكم الشخص تجاه نفسه، وقد يكون هذا الحكم والتقدير بالموافقة

أو بالرفض، وقد صمم لقياس اتجاهات الفرد نحو نفسه في مجال الخبرات الشخصية والأسرية والأكاديمية والاجتماعية، كما يتضح في الدرجة التي يحصل عليها المفحوص في المقياس المستخدم علما بأن الدرجة المرتفعة على المقياس تدل على ارتفاع تقدير الذات لدى أفراد عينة الدراسة (بخيت ، ١٩٨٥م، ٣).

ويعرف إجرائيا بالدرجة التي يحصل عليها المفحوصين على المقياس المستخدم في الدراسة.

٧- الإطار النظري والدراسات السابقة:

يعرف البعض الإفشاء عن الذات Self-disclosure بأنه الكشف عن الذات للآخرين والبوح لهم بمعلومات شخصية، وذلك من خلال تواصل مباشر وغير مباشر يستطيع من خلاله الفرد أن يظهر للطرف الآخر جوانب خاصة في شخصيته بعد أن يضع ثقته فيه (Kennedy-Moore, E. & Watson, C., 2001).

ويتضمن الإفشاء عن الذات إظهار الفرد لمشاعر أو معلومات أو أفكار خاصة به لشخص معين، قد لا يستطيع البوح بها للآخرين، ولكنه يشعر بالسعادة والراحة عندما يبوح بها لشخص يمثل أهمية لديه (Consedine, S. et al., 2007).

ويعرف البعض الإفشاء عن الذات بأنه مشاركة الآخرين بمعلومات شخصية وسرية لمواضيع مختلفة تشمل جوانب حياة الفرد المختلفة كالاتجاهات والاعتقادات والأفكار والصراعات والحاجات وغيرها. (سليمان والدحاحة، ٢٠٠٦م).

ويتخذ الفرد قراراه بالإفشاء من خلال عملية معرفية تؤثر في محتوى الإفشاء وعمقه واتساعه وأمده، فهو أولا يحدد في ذهنه الهدف الذي يبغي

تحقيقه، ثم يقرر أن الإفشاء هو الإستراتيجية المناسبة للوصول إليه، ثم يحدد الشخص الذي سيتم الإفشاء له عن الذات، وأخيرا يقيم المنفعة والمجازفة الذاتيين المترتبتين على الإفشاء .(Omarzu, J., 2000, Leung, L., 2002)

وتؤثر الخصال الشخصية في الإفشاء عن الذات، حيث يتميز بعض الأفراد بالاستعداد المرتفع للإفشاء عن الذات، ومن ذلك الميل للاجتماعية والانبساطية، وفي المقابل من الممكن أن يؤثر الخجل والانطواء والقلق الاجتماعي Social Anxiety في الحد من الإفشاء عن الذات لدى الآخرين (رضوان، ٢٠٠٦م، ١٧٨).

وأيضا من الجوانب الإيجابية للإفشاء عن الذات للآخرين أن يشعر الفرد بأنه يحقق تواصلا اجتماعيا وعلاقات مقربة مع الآخرين يشعر خلالها بالتواد البينشخصي المتبادل. وأيضا يشعر الفرد من خلال الإفشاء عن الذات أن هناك من يثقون به ويبوحون له عما بأنفسهم، هذا بالإضافة إلى أن خلال إفشاء الفرد عن ذاته يتخلص من أعبائه النفسية ويبوح لهم عن سعادته الجسمية والنفسية، وخبراته المؤلمة فيتخلص منها مما يحسن من صحته النفسية (Farber, B., 2006).

وللإفشاء عن الذات وظيفتان أساسيتان وهما: التواصل الجيد مع الآخرين والفهم الجيد للذات، فالإفشاء عن الذات يعمل في خدمة كل من التواد مع الآخرين والهوية للفرد، كما يساعد على التفاعل الإيجابي مع الآخرين، فنحن عندما نفشي عن ذواتنا نجد أن الآخرين يبادلوننا الإفشاء عن ذواتهم فنشعر بأننا قريبون منهم (Farber, B., 2006).

ويرى البعض أن للإفشاء عن الذات علاقة إيجابية بالصحة النفسية لدى الفرد، لأنه يؤدي إلى فوائد كثيرة لسوائه النفسي تتمثل في تطوير علاقاته الشخصية مع الآخرين، حيث تبين أن الإفشاء عن الذات الذي يتم بشكل

متبادل بين الفرد والآخرين يسهم في الفهم المتبادل لطرفي العلاقة التفاعلية بين الأفراد، ومن ثم يؤدي إلى تقوية تلك العلاقة وتنميتها ودعمها (Nawabi, P., 2004,).

كما يرى أريكسون وآخرون أن وظيفة الإفشاء عن الذات -Self disclosure هو تحفيز سلامة الذات وتحقيق البحث عن المساندات الاجتماعية من الآخرين (In:Suganuma, M., 1997).

هذا، ويعتبر الاكتئاب النفسي إحدى المشكلات النفسية الهامة التي يخوضها الأفراد، حيث يمثل خبرة سلبية ذات آثار سيئة ومتصاحبات غير مرغوبة على الإنسان الذي يخوض هذه الخبرة، حيث إنه من الممكن أن يؤثر الاكتئاب بصورة مدمرة ومهددة لحياة الأفراد وتتضح تلك الآثار السلبية خلال بعض الأعراض المصاحبة له مثل سلبية العاطفة، وتعدد المشكلات السلوكية، وسوء التوافق النفسي، وكذلك الشعور باللامبالاة أو الاستثارة النفسية الزائدة لدى الأفراد من الجنسين.

(Lau, S. et al., 1999).

ومما يعمق من خطورة هذه المشكلة ما يصاحبها من أعراض سلبية والتي منها؛ ظهور أعراض نفسجسمية، وضعف المهارات الاجتماعية والبينشخصية، وعدم قدرة الفرد على أداء سلوك تواؤمي وتكيفي بشكل فعال، ونقص القدرة على مواجهة المشكلات (Debra, H. et al., 1998).

ويعد الاكتئاب حالة انفعالية يشعر فيها الفرد بالحزن وفقدان السعادة، والانسحاب الاجتماعي، والإحساس بعدم قيمة الذات، وبعض الأعراض الجسمية مثل توهم المرض، والشعور بالإجهاد، والشعور بالذنب، وعدم القدرة على التواد مع الآخرين، وضعف الإنجاز وزيادة الحساسية الانفعالية (Wiseman, H. et al., 1995).

ويتضمن الاكتئاب تغيرا محددا في المزاج، مثل الشعور بالحزن والوحدة واللامبالاة، ومفهوم سالب عن الذات والمصاحب بتوبيخ الذات وتحقيرها ولومها، أو رغبات في عقاب الذات مع رغبة في الهروب والاختفاء والموت مع تغيرات في النشاط، كما تبدو في صعوبة النوم وفقدان الشهية للطعام، وتغيرات في مستوى النشاط، وخاصة النقص فيه (غريب، ١٩٩٠م، ٧).

ويرى البعض أن هناك عددا من الأعراض المصاحبة للاكتئاب والتي منها؛ عدم قدرة الأفراد المكتئبين على برمجة أفكارهم listlessness، والانسحاب الاجتماعي، والتوتر، وعدم القدرة على ضبط النفس (زهران، ١٩٩٧م، ٥١٦).

ويشير بيك Beck إلى أن الاكتئاب حالة تتضمن تغيرا في المزاج يتبعه شعور بالحزن والشعور بالوحدة النفسية، واللامبالاة، والمفهوم السالب عن الذات، ورغبة الفرد في عقاب ذاته ولومها، ورغبته في الموت، ونقص النشاط، وصعوبة النوم، وفقدان المرء شهيته للطعام (في: ممدوحة سلامة، ١٩٩٩م، ٢٠٤؛ زهران، ١٩٩٧م، ٥١٤).

وقد تبين ارتباط صمت الذات وعدم الإفشاء والكشف عن الذات إيجابيا بالاكتئاب لدى الأفراد من الجنسين

(Gratch, L. et al., 1995, Page, J. et al., 1996, Whiffen, V. et al., 2007) .

كما تبين أيضا ارتباط الإفشاء عن الذات سلبيا بكل من الاكتئاب والقلق والشعور بالوحدة النفسية لدى الأفراد من الجنسين من المراهقين وطلاب الجامعة

(Wei, M. et al., 2005, Horesh, N. & Apter, A., 2006, Kahn, J. & Garrison, A., 2009, Langanfox, J. et al., 2009, Cuming, S. & Rapee, R., 2010).

وقد تأكد لدى البعض أن طلاب الجامعة الذكور كانوا أكثر صمتا للذات أقل إفشاء للخبرات السلبية التي خاضوها أكثر من أقرانهم الإناث من طالبات الجامعة

(Gratch, L. et al., 1995, Page, J. et al., 1996).

هذا ويعتبر تقدير الذات Self-Esteem نتاجا للتقديرات التي يدركها الفرد من الآخرين المهمين بالنسبة له كما يعتبر نتاجا أيضا لمشاعر الفرد بالقدرة والكفاءة، وتمثل الوظيفة الأولى الاستحسان الاجتماعي، بينما تمثل الوظيفة الثانية الإحساس بالقوة والكفاءة (الدسوقي، ٢٠٠٤م، ٤).

وتتضح أهمية التقدير الإيجابي للذات لدى ماسلو Maslow في تنظيمه للحاجات النفسية، بحاجة الفرد لتقدير ذاته واحترامه لها، وأيضا لحاجته لتقدير ذاته من الآخرين الذي يتضمن المكانة والمركز والتقبل الاجتماعي من الآخرين (في: انتصار الصبان، ١٩٩٣م، ٥٤).

وقد أشارت نتائج عدد من الدراسات التي أجريت ارتباط تقدير الذات المرتفع والمدرك لدى الأفراد سلبيا بالإفشاء عن الذات

(Katayama, M., 1996, Suganuma, M., 1997, Page, J. et al., 1996).

هذا، بينما تبين لدى آخرين ارتباط تقدير الذات المنخفض المدرك إيجابيا بالإفشاء عن عن خبرات سلبية خاضها الأفراد لدى الأشخاص المقربين إليه

(Mac-Gregot, J. & Holmes, J., 2011, Forest, A. & Wood, J., 2012).

وقد تبين في نتائج دراسة هدفت إلى فحص دور تقدير الأفراد المنخفض لذواتهم في جعل الأفراد لا يفشون للآخرين عن خبراتهم الشخصية الفاشلة لأنهم يتصورون أنهم إذا أفشوا عن خبراتهم الذاتية يقلل ذلك من تقييم الآخرين لكفاءاتهم الشخصية، فقد تبين أن الأفراد ذوي التقدير الذاتي المرتفع أكثر إفشاء وكشفا لذواتهم لدى الآخرين (Cameron, J. et al., 2009).

بينما تبين لدى البعض الآخر أن الأفراد ذوي التقدير المرتفع للذات ينفرون من الإفشاء عن ذواتهم وعن خبراتهم السلبية، حيث يتوقعون أن الآخرين سوف يقيمونهم تقييما سلبيا بعد إفشائهم لهم عن خبراتهم التي خاضوها، كما أشارت نتائج دراسات قد أجريت أن طلاب الجامعة من الجنسين قد قرروا شعورا بالألم والأذى بعد إفشائهم عن خبراتهم الشخصية للآخرين المقربين إليهم (Katayama, M., 1996, Forest, A. & Wood, J., 2012).

ومما سبق تتضح أهمية وضرورة دراسة الإفشاء عن الذات كأحد المتغيرات النفسية الهامة والحديثة بالبيئة العربية، والتي قد يترتب عليه متصاحبات إيجابية لدى الأفراد وعلاقته بكل من الاكتئاب وتقدير الذات لدى طالبات الجامعة من المستويين (الثاني/السادس)، وذوات المستويات الاقتصادية الاجتماعية للأسرة الطرفية (المرتفع/المنخفض)، وذلك لتكون هذه الدراسة بمثابة نقطة انطلاق لإعداد دراسات وبحوث مستقبلية تتناول إعداد برامج إرشادية تتناول الإفشاء عن الذات كأحد الفنيات الإرشادية/العلاجية التي يتبناها الباحثون للتصدي لعدد من المشكلات النفسية التي تواجه الأفراد، ولاسيما الشعور بالاكتئاب الذي يعتبر أحد المتغيرات السلبية ومن معوقات التوافق النفسي لدى الأفراد من شرائح عمرية ومجتمعية متنوعة، وخاصة

لدى أفراد عينة الدراسة الحالية – موضع الاهتمام – من طالبات الجامعة اللواتي يعتبرن فئة وشريحة عمرية ومجتمعية هامة.

٨- الدراسات السابقة:

تم عرض الدراسات السابقة التي تم إجراؤها وفقا للمحاور التالية وبالترتيب الزمني من الأقدم إلى الأحدث:

أولا: دراسات تناولت الإفشاء عن الذات وعلاقته بالاكتئاب لدى الأفراد:

قام كل من جراتش وآخرون (Gratch, et al.,1995)، بدراسة هدفت إلى فحص علاقة الجنس/النوع والسلالة بصمت الذات والاكتئاب لدى طلبة الجامعة من الجنسين، وقد تكونت عينة الدراسة من (٦٠٤) طالبا وطالبة والذين هم من جنسيات مختلفة فمنهم أمريكان من أصل أفريقي، وآسيويون، وقوقاز، وأسبان، وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن طلبة الجامعة الذكور من أفراد العينة كانوا أكثر صمتا للذات من أقرانهم الإناث، كما تبين أن هناك فروقا بين أفراد العينة تعزى إلى السلالة، حيث تبين الطلبة الآسيويين أظهروا مستويات مرتفعة من صمت الذات أكثر من أقرانهم من السلالات الأخرى، كما تبين أن هناك علاقة ارتباط إيجابية بين صمت الذات وعدم الإفشاء عن الذات والاكتئاب لدى كل أفراد العينة متعددي السلالات ومختلفي الجنس (ذكور/إناث).

كما قام كل من بيج وآخرون (Page, et al.,1996) بدراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين الاكتئاب وتقدير الذات وسلوك صمت الذات، وقد تكونت عينة الدراسة من (٩٠) ذكرا، و(٩١) أنثى، وذلك من أجل تحديد الفروق بين الجنسين على مقياس صمت الذات، ولفحص العلاقة بين صمت الذات وكل من الاكتئاب وتقدير الذات لدى أفراد العينة. وقد أشارت النتائج

إلى أن الذكور من أفراد العينة أكثر صمتا للذات من الإناث، وتبين ارتباط صمت الذات إيجابيا بالاكتئاب وسلبيا بتقدير الذات لدى جميع أفراد العينة من الجنسين.

كذلك قام كل من وي وآخرون (Wei, M. et al.,2005) بدراسة طوية هدفت إلى فحص ما إذا كان كل من فاعلية الذات الاجتماعية والإفشاء عن الذات يعملون ككونهم وسطاء بين الصداقة ومشاعر الوحدة النفسية والشعور بالاكتئاب، وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٠٨) طلاب جامعيين من الراشدين الصغار والمنتسبين بجامعة كبرى في الوسط الغربي لأمريكا. وقد أشارت النتائج إلى أن فاعلية الذات قد توسط العلاقة الارتباطية بين القلق وعقد الصداقات والمودة والشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب التتابعي، كما تبين أن الإفشاء عن الذات قد توسط العلاقة الارتباطية بين تجنب الصداقات والشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب التتابعي. وقد ارتبط الإفشاء عن الذات سلبيا بكل من القلق والاكتئاب والشعور بالوحدة النفسية لدى جميع أفراد العينة من طلاب الجامعة من الجنسين.

وقد أجرى كل من هوريش وأبتر (Horesh, N. & Apter, A.,2006) بدراسة هدفت إلى اختبار الإفشاء عن الذات متغير الشخصية وميل الفرد إلى مشاركة الآخرين له مشاعره، وعلاقة الكشف عن الذات للآخرين بكل من الاكتئاب والقلق والسلوك الانتحاري لدى المراهقين المرضى نفسيا. وقد تكونت عينة الدراسة من (٨٧) مراهقا قد قيمونا، منهم (٥٣) مراهقا من الذين لديهم محاولات انتحار، و(٣٤) لم يتبين لديهم أي سلوكيات انتحارية خلال حياتهم. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن هناك علاقة ارتباط سلبية ين السلوك الانتحاري والإفشاء عن الذات، والتي تبدو ككونها متوسطة بكل من القلق والاكتئاب. وقد تبين أيضا أن الصعوبات التي تواجه المراهقين في

الإفشاء عن ذواتهم قد توسطت بمشاعر الاكتئاب والقلق. حيث إن الاكتئاب والقلق قد ارتبط سلبيا بقدرة المراهقين على الإفشاء والكشف عن ذواتهم.

كما قام كل من وايفين وآخرون (Whiffen, V. et al.,2007) بدراسة هدفت إلى فحص الصمت كعرض مصاحب للاكتئاب، حيث إن النساء يستهدفن كعامل مخاطرة للاكتئاب عندما يقمعن ويخفين أفكارهن الحقيقية ومشاعرهن لتجنب الصراع مع أزواجهن. ودق تكونت عينة الدراسة من (١١٥) زواجا زوجة. وقد فحصت الدراسة الحالية ما إذا كان صمت الذات يمثل دور الوسيط النفسي في العلاقة بين الصراعات الزوجية والأعراض الاكتئابية. وقد أشارت نتائج الدراسة إلى أن كل من الذكور والإناث الذين يدركون زواجهم كصراع قد مالوا إلى إخفاء غضبهم حتى يستشيروا البعض، وقد تبين أن صمت الذات قد مثل دور الوسيط النفسي بي الصراعات الزوجية والأعراض الاكتئابية، كما تبين ارتباط صمت الذات وعدم الإفشاء عن الذات إيجابيا بالأعراض الاكتئابية لدى كل من الزوجين الذكور والإناث من أفراد العينة.

كما أجرى كل من كاهن وجاريزون (Kahn, J. & Garrison A.,2009) بدراسة لمشاعر الإفشاء عن الذات والتجنب الانفعالي، وعلاقتهما بالأعراض كل من القلق والاكتئاب، وقد هدفت الدراسة إلى فحص العلاقة الارتباطية بين الأعراض المزاجية لاضطراب القلق وبين الإفشاء والكشف عن الذات، وفحص ما إذا كان تجنب الأفراد لخوض علاقات وخبرات اجتماعية يمثل دور الوسيط بين الإفشاء عن الذات والشعور بالقلق والاكتئاب. وقد تكونت عينة الدراسة من (٨٣١) طالبا جامعيا، وبعد تحليل بيانات الدراسة إحصائيا أشارت النتائج إلى ارتباط الاكتئاب والقلق سلبيا بالإفشاء عن الذات لدى أفراد عينة الدراسة من طلاب الجامعة من الجنسين. كذلك قام كل من

لانجانفوكس وسانكي وكانتي (Langanfox, J. & Sankey, M., & Canty, J., 2009) بدراسة التعارض بين مضامين العزو السببي للذات في الدوافع للإنجاز والسعادة / الرفاهية النفسية، وفحص دور الوسيط النفسي لكل من الإفشاء عن الذات ووجهة الضبط (LOC)، والذين قد ينبئون بأثيرات سلبية مثل الرضا المنخفض عن الحياة، والاكتئاب المرتفع والتي قد تترتب على عدم ملاءمة الدوافع. وقد تكونت عينة الدراسة من (٥٣٣) فردا، وبعد تحليل بيانات الدراسة إحصائيا أشارت النتائج إلى أن الأفراد الذين لديهم تضمينات عزو سببي إيجابي للدافع للإنجاز تبين لديهم مستويات مرتفعة من الإفشاء أو الكشف عن الذات وتبني وجهة ضبط صحية داخلية أكثر من قرنائهم الذين لديهم تضمينات عزو سببي سلبي. كما تبين ارتباط الإفشاء عن الذات سلبيا بالاكتئاب المرتفع لدى الأفراد.

كما أجرى كل من كومينج ورابي (Cuming, S. & Rapee, R.,2010) دراسة هدفت إلى فحص العلاقة بين القدرة على الإفشاء عن الذات للآخرين خلال التواصل بالشات عبر شبكات الإنترنت، والقلق الاجتماعي لدى مستخدمين الشات في التواصل مع الآخرين. وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٠٠) فرد من عامة الناس بأمريكا. وبعد تحليل بيانات الدراسة إحصائيا أشارت النتائج إلى ارتباط كل من الاكتئاب والقلق الاجتماعي المرتفع سلبيا بالقدرة على الإفشاء الحقيقي عن الذات. كما تبين وجود ارتباط سلبي بين القلق الاجتماعي المرتفع ونوعية العلاقات مع الأصدقاء وأيضا إفشاء منخفض عن الذات خاصة لدى الإناث أكثر منه لدى الذكور من أفراد العينة.

ثانيا: دراسات تناولت الإفشاء عن الذات وتقدير الذات لدى الأفراد:

قام كاتاياما (Katayama, M.,1996) بدراسة لفحص العلاقة بين تقدير الذات والإفشاء عن الذات للمعلومات السلبية، حيث إن الفرد قد يتردد في

الإفشاء/الكشف عن ذاته في سرد معلومات سلبية عن ذاته. وقد تكونت عينة الدراسة من (١٥٥) طالبا جامعيا لمرحلة البكالوريوس يفشون عن ذواتهم لأصدقائهم الذي يتوادون معهم، فقد يتوقعون نتائج سلبية إذا أفشوا عن ذواتهم لأصدقائهم. وبعد تحليل بيانات الدراسة إحصائيا توصلت الدراسة إلى نتائج تشير إلى ارتباط التواد سلبيا وبقوة التردد في الإفشاء عن الذات، كذلك ارتباط الإفشاء عن الذات سلبيا بتقدير الذات المرتفع لدى أفراد العينة من طلاب الجامعة، حيث إنهم مالوا إلى أن يشعروا بالألم والأذى بعد إفشائهم عن خبراتهم الذاتية السلبية للآخرين، ويتوقعون أن الآخرين قد يعيدون تقييمهم لهم ولذواتهم بشكل سلبي إذا أفشوا لهم عن خبراتهم السلبية.

وقام سوجوناما (Suganuma, M.,1997) بدراسة هدفت إلى دراسة الإفشاء عن الذات لدى الأفراد المسنين، وكذلك اختبار وفحص العلاقة بين تقدير الذات ودرجة الإفشاء عن الذات. وقد تكونت عينة الدراسة من (٣٠) ذكرا، و(٧٦) أنثى وقد كانت أعمارهم الزمنية أكثر من ٦٠ عاما. وقد أوضحت نتائج الدراسة أنه كلما توفر وجود الصديق/الصديقة المقربة في العلاقات بين الأفراد كلما ازدادت كمية الإفشاء عن الذات وعن الكشف عن الخبرات الشخصية للأفراد. وقد تبين أن المسنين يفشون ويكشفون لأصدقائهم المقربين عن خبرات الفقد المصاحبة للشعور بالحزن أكثر من خبرات الأحداث الايجابية الماضية والحاضرة التي عايشوها. كما تبين أن كمية ودرجة الإفشاء عن الذات لدى الأفراد المسنين ذوي تقدير الذات المتوسط كان أكثر ارتفاعا عن الأفراد ذوي التقدير المنخفض لذواتهم. أما الأفراد المسنين ذوي التقدير المرتفع لذواتهم قد مالوا إلى الإفشاء عن خبراتهم والأحداث الإيجابية للشخص المقرب إليهم.

كما قام كل من ماك جريجور وهولميز (Mac-Gregot, J. & Holmes, J.,2011)، بدراسة هدفت إلى فحص علاقة تقدير الذات المنخفض المدرك لدى الأفراد بالإفشاء عن الذات وعن المشكلات التي يواجهها الأفراد لدى المقربين إليهم مثل أصدقائهم وأفراد أسرهم، والأزواج، وقد تبين أن الأفراد يقاومون الإفشاء للآخرين عن خبراتهم الإيجابية عندما يعتقدون أن الشخص الذي يتحدثون معه لديه تقدير منخفض عن ذاته، كما تبين ارتباط تقدير الذات المنخفض المدرك لدى الأفراد إيجابيا بالإفشاء عن الذات والإفضاء عن خبرات سلبية خاضها الأفراد لدى الأشخاص المقربين لديهم.كذلك قام كل من فوريست و وود (Forest, A. & Wood, J.,2012) بدراسة هدفت إلى فحص الإفشاء عن الذات بتقدير الذات لدى الأفراد، ومتى يحدث تردد للأفراد في الإفشاء عن الذات، وقد تبين أن الأفراد ذوي تقدير الذات المنخفض قد أفشوا عن ذواتهم بوضوح وبشكل أكثر من قرنائهم ذوي تقدير الذات المرتفع والذين يرون أن إفشائهم عن خبرات سلبية خبروها أو عن معلومات شخصية سلبية عن ذواتهم يتسبب لهم في شعور بالحرج وإيذاء لذواتهم. كما تبين من نتائج الدراسة أن استخدام شبكة الانترنت الفيسبوك في التواصل مع الآخرين يمثل الوسيط بين الإفشاء عن الذات والتقدير المنخفض للذات. وأيضا ارتباط تقدير الذات المرتفع سلبيا بالإفشاء عن الذات لدى الأفراد.

٩- التعليق على الدراسات السابقة:

١- أوجه الاتفاق والاختلاف بين البحث الحالي والدراسات السابقة:

١. اتفق البحث الحالي مع بعض الدراسات السابقة في دراسة متغيري الإفشاء عن الذات والاكتئاب كدراسة جراتش وآخرون (Gratch et al.,1995)، ووي وآخرون (Wei et al.,2005) وهوريش وأبتر Horesh &

(Apter, 2006) وايفين وآخرون (Whiffen, et al.,2007) ولانجانفوكس (Langanfox, et al., 2009) وكومينج ورابي (Cuming & Rapee, 2010)، واتفق مع بعض الدراسات في دراسة متغيري الافشاء عن الذات وتقدير الذات كدراسة كاتاياما (Katayama, 1996) وسوجوناما (Suganuma, 1997) وماك جريجور وهولميز (Mac-Gregot & Holmes, 2011) وفوريست و وود (Forest & Wood, 2012).

٢. تناول البحث الحالي تأثير بعض المتغيرات الديموغرافيَّة (المستوى الاقتصادي /الاجتماعي والمستوى الدراسي)، وقد اختلف في ذلك مع جميع الدراسات السابقة.

٣. من ناحية اختيار جنس العَيِّنَة فقد اختلف البحث الحالي مع جميع الدراسات التي تناولت الجنسين، وفي دراسة واحدة تناولت الذكور وهي دراسة كاتاياما (Katayama,1996).

٤. من حيث الأدوات المستخدمة فقد اختلف البحث الحالي مع جميع الدراسات السابقة في استخدام المقاييس.

٢- أوجه الاستفادة من الدراسات السابقة:

استفاد البحث الحالي من الدراسات السابقة في تحديد المتغيرات الديموغرافيَّة، وفي بناء وإثراء الإطار النظري للبحث، وكذلك في تحديد واختيار المقاييس لمتغيرات البحث، وفي توجيه الفروض، وفي التعرف على الأساليب الإحصائيَّة المناسبة، وأيضًا في كيفيَّة عرض ومناقشة النتائج وتفسيرها.

٣- أوجه التميز لهذا البحث:

يتميز البحث الحالي بكونه يتناول دراسة العلاقة بين الإفشاء عن الذات والاكتئاب من جهة، والإفشاء عن الذات وتقدير الذات من جهة أخرى لدى

طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية ، وذلك يجعله من أوائل البحوث على حد علم الباحث- الذي يتناول هذه المتغيرات في البيئة العربيَّة ، ويتناول أيضًا البحث في علاقة المتغيرات لدى طالبات المرحلة الجامعيَّة والتي لم يسبق بحثها في الدراسات السابقة.

١٠- فروض الدراسة :

١- توجد علاقة ارتباط سلبية ودالة إحصائيا بين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعة الكلية للدراسة من طالبات الجامعة على مقياس "الإفشاء عن الذات" ، والدرجات التي يحصل عليها نفس الأفراد على مقياس "الاكتئاب" المستخدم في الدراسة.

٢- توجد علاقة ارتباط إيجابية ودالة إحصائيا بين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعة الكلية للدراسة من طالبات الجامعة على مقياس "الإفشاء عن الذات" ، والدرجات التي يحصل عليها نفس الأفراد على مقياس "تقدير الذات" المستخدم في الدراسة.

٣- لا يوجد تأثير دال لكل من متغيري المستوى الدراسي (الثاني/السادس) والمستوى الاقتصادي/الاجتماعي (مرتفع/منخفض) للأسرة لطالبات الجامعة والتفاعل بينهما على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية للدراسة على مقياس "الإفشاء عن الذات" المستخدم في الدراسة.

٤- لا يوجد تأثير دال لكل من متغيري المستوى الدراسي (الثاني/السادس) والمستوى الاقتصادي/الاجتماعي (مرتفع/منخفض) للأسرة لطالبات الجامعة والتفاعل بينهما على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية للدراسة على مقياس "الاكتئاب" المستخدم في الدراسة.

٥- لا يوجد تأثير دال لكل من متغيري المستوى الدراسي (الثاني/السادس) والمستوى الاقتصادي/الاجتماعي (مرتفع/منخفض) للأسرة لطالبات الجامعة والتفاعل بينهما على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية للدراسة على مقياس "تقدير الذات" المستخدم.

١- منهج الدراسة وإجراءاتها:

أولا: منهج الدراسة:

تهدف الدراسة الحالية إلى الكشف عن العلاقة بين الإفشاء عن الذات والاكتئاب وتقدير الذات لدى طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية؛ ولذلك تم الاعتماد في الدراسة الحالية على المنهج الوصفي (الارتباطي والمقارن) لتفسير هذه العلاقة، لأنه يتعلق بطبيعة الظاهرة والذي يعتمد على دراسة الواقع أو الظاهرة كما توجد بالواقع ويهتم بوصفها وصفًا دقيقًا.

ثانيا: مجتمع الدراسة:

يشمل مجتمع الدراسة جميع طالبات المرحلة الجامعية بجامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية من المسجلات رسميًا في كشوفات مركز إحصاءات وزارة التعليم طبقًا لإحصائية العام الدراسي ١٤٣٥- ١٤٣٦هـ.

ثالثا: عينة الدراسة:

تكونت العينة النهائية للدراسة من (٤٠٠) طالبة من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض، وتم انتقاؤهن من أفراد العينة الأولية للدراسة بطريقة العينة العشوائية الطبقية، وقد تم تقسيمهن إلى أربع مجموعات فرعية على النحو التالي:

مج ف١: وتتضمن طالبات الجامعة من المستوى الثاني الجامعي مرتفعات المستوى الاقتصادي، وقوامها (١٠٠) طالبة.

مـج ف٢ : وتتـضمن طالبـات الجامعـة مـن المـستوى الثـاني الجـامعي منخفضات المستوى الاقتصادي، وقوامها (١٠٠) طالبة.

مـج ف٣ : وتتـضمن طالبـات الجامعـة مـن المـستوى الـسادس الجـامعي مرتفعات المستوى الاقتصادي، وقوامها (١٠٠) طالبة.

مـج ف٤ : وتتـضمن طالبـات الجامعـة مـن المـستوى الـسادس الجـامعي منخفضات المستوى الاقتصادي، وقوامها (١٠٠) طالبة.

وقد اختار الباحث عينة الدراسة من الطالبات وذلك لأن نتائج الدراسات الـسابقة أشـارت إلى أن طالبـات الجامعـة والإنـاث بـصفة عامـة أكثـر إفـشاءً لذواتهن من الطلاب الذكور، ومن هذه الدراسات مـا يـأتي : دراسـة جـراتش وآخرون(Gratch, et al.,1995) ، حيث أظهـرت النتـائج أن طلبـة الجامعـة مـن الذكور كانوا أكثر صمتا للـذات مـن أقـرانهن الإنـاث، ودراسـة بيج وآخـرون (Page, et al.,1996)، حيث أشارت النتائج إلى الذكور من أفراد العينـة كـانوا أكثر صمتا للذات من الإناث، ودراسة أماندا (Amanda,2002) التي أشارت النتائج فيها إلى أن الإناث يفـصحن عـن ذواتهـن أكثـر مـن الـذكور وخاصـة في مرحلة المراهقة، ودراسة إسهام عثمان (٢٠١٣م) حيـث أشـارت النتـائج فيهـا إلى أن الإنـاث يفـصحن عـن ذواتهـن أكثـر مـن الـذكور وخاصـة في مرحلـة المراهقة، كما أشارت عدد من نتـائج الدراسـات إلى أن الزوجـات أكثـر إفـشاءً عـن الـذات مـن الأزواج ؛ كدراسـة دينـديا وآخـرون (Dindia,el al.,1997)، ودراسة وارنج (Waring,2001).

وبناء على مـا أسـفرت عليـه هـذه النتـائج قـام الباحـث باختيـار العينـة مـن الطالبات في المرحلـة الجامعيـة، إضـافة إلى أن البـاحثين في الدراسـات الأجنبيـة والمحلية التي اطلع عليها الباحث لم يتطرقوا لعينة الطالبات فقـط ؛ وإنمـا بحثـوا في الجنـسين وفي دراسـة واحـدة تطرقـت للطـلاب الـذكور فقـط. ولهـذا رأى

الباحث أن تطبيق البحث على الطالبات قد تسهم فيه النتائج لإجراء مزيد من الدراسات عن بعض هذه المتغيرات ومقارنتها بمتغيرات وعينات أخرى.

وقد كان أفراد العينة من المتجانسات من حيث الذكاء والحالة الوالدية، ومن المستويين الدراسيين الثاني والسادس الجامعي، ولضبط عدد من المتغيرات الوسيطة ذات العلاقة المحتملة تم استبعاد الطالبات من أفراد العينة الأولية للدراسة من ذوات المستويات الاقتصادية/الاجتماعية المتوسطة، ووحيدات الوالدين، ويتيمات الوالدين (أحدهما أو كلاهما)، وممن هن من المؤسسات الإيوائية ويعشن فيها أو مكفولات في أسر طبيعية ممن يعشن مع بدائل أبوية، وكذلك ذوات العاهات والمشكلات الجسمية الواضحة. وقد تراوحت أعمارهن الزمنية ما بين ١٨ عاما وشهرين و٢٢ عاما وسبعة شهور، بمتوسط عمري قدرة (٢٠) عاما، وانحراف معياري قدره (٤,١). وقد تمت مجانسة مجموعات أفراد عينة الدراسة الفرعية الأربع في درجة الذكاء، كما سيتضح من الجدول الآتي:

جدول رقم (١) يوضح نتائج تحليل التباين ثنائي الاتجاه (٢×٢) لتجانس أفراد المجموعات الفرعية الأربع من حيث درجة الذكاء (ن = ٤٠٠)

المتغير	مصدر التباين	مج المربعات	د.ح	متوسط المربعات	"ف" المحسوبة	الدلالة الإحصائية
الذكاء	مستوى اقتصادي/اجتماعي	٢٠,١٣	١	٢٠,١٣	٠,١١	غير دالة عند أي من مستويي الدلالة الإحصائية
	المرحلة الدراسية	٤,٢٩	١	٤,٢٩	٠,٠٢	
	التفاعل	٣٧,٥	١	٣٧,٥	٠,٢٠	
	الخطأ	٧٢٤٨٤,١	٣٩٦	١٨٣		
	الكلي	٧٢٥٤٦	٣٩٩			

يتضح من الجدول رقم (١) أن قيمة (ف) المحسوبة لم تبلغ القيمة الحدية المطلوبة لتصبح دالة عند أي من مستويي (٠,٠١) أو (٠,٠٥) من الدلالة الإحصائية، مما يشير إلى تجانس أفراد العينة في درجة الذكاء.

رابعا: أدوات الدراسة:

تم استخدام عدد من أدوات القياس النفسي وهي على النحو الآتي:

- مقياس "إفشاء الذات"، إعداد الباكر (١٩٩٦م).
- مقياس "الاكتئاب" (د) BDI، إعداد عبدالفتاح (١٩٩٠م).
- استبيان "تقدير الذات"، إعداد عبدالرحيم (١٩٨٥م).
- اختبار "كاتيل للذكاء"، إعداد سلامة وعبدالغفار (١٩٧٣م).
- استمارة المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة في البيئة السعودية، إعداد منسي (١٩٩٨م).

وذلك بعد إعادة تقنينها للتأكد من صلاحيتها للاستخدام على أفراد عينة الدراسة من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض.

وفيما يلي وصف لهذه الأدوات المستخدم في الدراسة الحالية:

١) مقياس "إفشاء الذات" إعداد الباكر (١٩٩٦م):

أعد مقياس الإفشاء عن الذات في ضوء تعريف جورارد Jourard، والذي يرى أن الإفشاء عن الذات هو عملية الكشف عن الذات وإظهارها، بحيث يتمكن الآخرون من التعرف عليها وإدراكها، والذي تضمن عددا من المجالات الحياتية للفرد، والتي يمكن للفرد أن يفشي فيها للآخرين عن نفسه. وفي ضوء التراث النظري والدراسات السابقة التي أجريت، تم إعداد (٣٠) ثلاثون بندا للمقياس. وقد تم تقنين الأداة على عينة عشوائية من طلبة جامعة قطر من الجنسين بلغ عددهم (٢٠٠) طالبا وطالبة. وقد تم حساب الاتساق الداخلي للأداة من خلال إجراء معاملات الارتباط البينية بين بنود الأداة، وقد أسفر ذلك عن معاملات ارتباط إيجابية ودالة عند مستوى (٠,٠١) من الدلالة الإحصائية، كما تم حساب صدق الأداة من خلال حساب المقارنة الطرفية للأرباعي الأعلى والأرباعي الأدنى للدرجات التي حصل عليها أفراد

العينة، وقد تم استخدام اختبار "ت" لتحديد دلالة الفروق بين متوسطي المجموعتين في كل بند، وقد أسفر ذلك عن كون جميع قيم "ت" دالة عند مستويات دلالة إحصائية (٠,٠١ ، ٠,٠٥)، مما يؤكد قدرة كل بند من بنود المقياس على التمييز بين الحاصلين على الدرجات العليا والحاصلين على الدرجات الدنيا في الإفشاء عن الذات.

كما تم استخدام التدوير المتعامد للمحاور بطريقة "فاريماكس" والاعتماد على المحك الذي وضعه "جوتمان" للوقوف على استخلاص العوامل. وقد تم قبول العوامل التي تشبعت بها ثلاثة بنود، بحيث لم يقل تشبع البند عن (٣). وقد تم التوصل إلى ثمانية عوامل لكل من مجموعتي الذكور والإناث، وقد تراوحت الجذور الكامنة لمجموعة الذكور ما بين (١,٠٥ ، ٨,٥)، كما نتج عن التباين من المصفوفة (٦٥,٦)، أما بالنسبة لمجموعة الإناث، فقد تراوحت الجذور الكامنة ما بين (١,٠١ ، ٩,٢٥)، كما نتج عن التباين التي تم استخلاصها من المصفوفة (٦٢,٤٠). كما تم حساب الصدق التلازمي، وذلك بحساب معامل الارتباط للدرجات الذي حصل عليها الأفراد على المقياس والدرجات التي حصل عليها الأفراد أنفسهم على مقياس "جورارد"، وقد توصل معد الأداة إلى معامل ارتباط قدره (٠,٩٣).

هذا، كما تم حساب ثبات المقياس حيث تم حساب المعامل ألفا Alpha لكرونباخ Cronbach ، وبلغت قيمة معامل الثبات في عينة الذكور (٠,٩١) لكل من مجموعتي الذكور والإناث. وقد تم تصميم المقياس بحيث يمكن تطبيقه بطريقة فردية أو جمعية، علما بأن الدرجة الكلية للمقياس تشير إلى الإفشاء الأعلى للذات.

وللتحقق من ثبات المقياس وصلاحيته للإجراء على أفراد العينة في الدراسة الحالية من طالبات الجامعة بالبيئة السعودية، أجرى الباحث إعادة

ثبات للمقياس بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار على عينة قوامها (٦٠) طالبة من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض، والذي أسفر عن معامل ارتباط قدره (٠,٧٨) وهو معامل ارتباط إيجابي دال، مما يشير إلى ثبات المقياس وقدرته على قياس متغير الإفشاء عن الذات بالدراسة الحالية.

٢ – مقياس الاكتئاب (د) BDI لبيك Beck إعداد غريب (١٩٩٠م)

قام معد الأداة بتعريب مقياس بيك Beck للاكتئاب وإعادة تقنينه للتأكد من صلاحيته ومناسبته للاستخدام، ويتكون المقياس من (١٢) بعدا تتضمن مكونات الأعراض الاكتئابية؛ وهذه الأبعاد هي: الحزن، التشاؤم، الشعور بالفشل، عدم الرضا، الشعور بالذنب، عدم حب الذات، إيذاء الذات، الانسحاب الاجتماعي، التردد، تغير صورة الذات، صعوبة الذات، فقدان الشهية. وتتكون كل مجموعة من سلسلة متدرجة من أربع عبارات لتقييم مدى شدة الأعراض الاكتئابية، وعلى المفحوص أن يضع علامة على العبارة التي تنطبق على حالة في كل مجموعة. وقد تمت إعادة تقنين المقياس بعد تعريبه على البيئة العربية، وذلك من خلال استخدام الباحث لطريقة التجزئة النصفية، وذلك لحساب الثبات ومعامل الارتباط الذي نتج (٠,٨٧)، على عينة قوامها (٥٠) فردا، وكذلك استخدم معد الأداة طريقة الاختبار وإعادة الاختبار بفاصل زمني قدره شهر ونصف بين الاختبارين والذي أسفر عن معامل ثبات قدره (٠,٧٧) على عينة قوامها (٣٣) فردا.

أما بالنسبة لصدق المقياس على البيئة المصرية، فقد استخدم الباحث طريقة الصدق التلازمي والذي أسفر عن معامل للصدق قدره (٠,٦٠)، وذلك لعينة قوامها (٤٣) فردا، أما بالنسبة للصدق التكويني، فقد تم ذلك من خلال إيجاد معامل الارتباط بين النتائج على مقياس الاكتئاب ومقياس القلق، وقد تبين معامل الارتباط بين النتائج على المقياسين قدره (٠,٢٦)،

وذلك لعينة قوامها (٥٨) فردا، إلى (٠.٦٣)، وذلك لعينة قوامها (٦٠) فردا، وقد أشارت جميع المعاملات الإحصائية صلاحية المقياس للاستخدام في البيئة المصرية.

وللتحقق من صلاحية المقياس للإجراء في البيئة السعودية، قام الباحث في الدراسة الحالية بإجراء إعادة ثبات المقياس بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار على عينة قوامها (٦٠) طالبة من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية، والذي أسفر عن معامل ارتباط قدره (٠.٨١)، وهو معامل ارتباط إيجابي دال، مما يشير إلى ثبات المقياس وقدرته على قياس متغير الاكتئاب بالدراسة الحالية.

٣ – استبيان "تقدير الذات"، إعداد عبد الرحيم، (١٩٨٥م):

قام عبد الرحيم (١٩٨٥م) بتعريب استبيان تقدير الذات الذي أعده سميث smith، وقد تكون ذلك الاستبيان من أربع صور كل واحدة منها على حدة وهي:

الأولى – استبيان تقدير الذات (الصورة المدرسية الطويلة المتضمنة لأربعة أبعاد فرعية وهي:

أ – تقدير الذات العامة.

ب – تقدير الذات الاجتماعية (الأصدقاء).

ج – تقدير الذات الاجتماعية (الوالدان – المنزل).

د – تقدير الذات المدرسية الأكاديمية.

الثانية – استبيان تقدير الذات (الصورة المدرسية القصيرة)

الثالثة – استبيان تقدير الذات (صورة الكبار) – وهذه هي الصورة المستخدمة في الدراسة الحالية.

الرابعة – استبيان تقدير الذات للسلوك الأكاديمي (النظري) والمتضمن لبعض الأنماط السلوكية المحددة من قبل المعلم ليسهل قياسها وهي :

أ – المبادأة والمبادرة.

ب – الانتباه الاجتماعي.

ج – النجاح والفشل.

د – الجاذبية الاجتماعية.

هـ - الثقة بالنفس.

وقد تمت إعادة تقنين السلوك – بعد تعريبه – على البيئة المصرية وذلك من خلال استخدام الباحث لطريقة إعادة الإجراء Test – Retest لتقدير ثبات الاستبيان، بفارق زمني قدره ثلاثة أسابيع بين التطبيقين للمرحلتين الابتدائية والإعدادية، و٢٩ يوما بالنسبة للمرحلة الثانوية، و٤٥ يوما بالنسبة للمرحلة الجامعية. وقد تراوحت معاملات الارتباط للثبات ما بين (٠,٧٢)، (٠,٨٧) وجميعها دالة على مستوى (٠,٠١)، أما بالنسبة لصدق المقياس وصلاحيته للتطبيق في البيئة المصرية، فقد استخدم الباحث طريقة صدق المحك بتطبيق مقياس تتسي لمفهوم الذات كمحك تجريبي لاستبيان تقدير الذات، وقد كان معامل الصدق بإيجاد معامل الارتباط بين الدرجة الكلية لاستبيان تقدير الذات والدرجة الكلية لمقياس تتسي لمفهوم الذات، وقد تراوحت معاملات الصدق ما بين (٠,٧٢) و(٠,٨٦) وجميعها ثبتت دلالتها إحصائيا عند مستوى ثقة (٠,٩٩)، ومن ثم تأكدت من خلال المعاملات الإحصائية صلاحية المقياس للاستخدام في البيئة المصرية، علما بأن الدرجة المرتفعة للفرد على المقياس تشير إلى التقدير المرتفع للذات والعكس صحيح. هذا وقد أجرى الباحث الحالي الصورة المستخدمة من المقياس (تقدير الذات للكبار) على (٦٠) طالبة من طالبات الجامعة لمرتين بفارق زمني قدره ثلاثة أسابيع لمعرفة معامل

الارتباط بين الإجراءين، وذلك بطريقة الاختبار وإعادة الاختبار – Test Retest ، وذلك للتأكد من ثبات المقياس، ونتج عن ذلك معامل ارتباط قدره (٠,٩٥)، وقد تبين أنه معامل قوي ودال، مما يؤكد ثبات المقياس وقدرته على قياس المتغير على أفراد عينة الدراسة الحالية بالبيئة السعودية.

٤ – اختبار "كاتيل" للذكاء، إعداد سلامة وعبدالغفار (١٩٧٣م):

تم إعداد هذه الأداة نقلا عن اختبار "كاتيل" للذكاء الذي يعدّ من اختبارات الذكاء غير المتحيزة ثقافيا. ويتكون هذا الاختبار من جزأين، يحتوي كل جزء على أربعة اختبارات فرعية، ويعطي أربعة أنواع من الاستنباط للعلاقات التي ثبت علميا تشبعها بالعامل العام، وهو اختبار المسلسلات والتصنيف والمصفوفات والصفوف والظروف، ويكون إجراء الجزأين معا في جلسة واحدة، على أن تعطى للمفحوص فترة زمنية مناسبة بينهما لكي يستريح، ويستغرق إجراء هذا الاختبار حوالي (٥٠) دقيقة، ويوجد مفتاح لتصحيح الإجابات، بحيث تعطى لكل إجابة صحيحة درجة واحدة، ثم تجمع هذه الإجابات للحصول على الدرجة الكلية والتي تستخدم في الحصول على معامل الذكاء المقابل للدرجة الخام من جدول المعايير الملحق بالاختبار، ويتضمن المقياس المنشور كراسة التعليمات بها صدق وثبات الأداة ومعاملاتها الإحصائية، وقد استخدمت الأداة في هذه الدراسة بهدف مجانسة أفراد المجموعات الفرعية الأربع لعينة الدراسة في متغير الذكاء.

٥ – استمارة المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة في البيئة السعودية، إعداد منسي (١٩٩٨م).

قام منسي (١٩٩٨ - ١٤١٩هـ) بإعداد استمارة المستوى الاقتصادي – الاجتماعي في البيئة السعودية، وقد تكونت الاستمارة من:

أولا: معلومات عن البيانات الشخصية للمفحوص، والتي تتضمن اسم المفحوص وجنسه والمرحلة التعليمية ومكان دراسته والجنسية، والعمر الزمني بالسنوات، وترتيب المولد.

ثانيا: المستوى الوظيفي للأسرة: والذي يتضمن وظيفة الوالد ووظيفة الوالدة وحالة الوالدين ووظيفة الأخ أو الأخت الأولى والثانية إلى الخامسة وعدد الأخوات ومهنهم ووظائفهن جميعا.

ثالثا: المستوى التعليمي للأسرة: ويتضمن هذا البند مستوى تعليم الأب والأم ومستوى تعليم الأخوات حسب ترتيبهم.

رابعا: الحالة الاجتماعية والسكنية: ويتضمن عدد الأخوات المقيمات في السكن مع المفحوص وعدد الحجرات بالمنزل، وما إذا كان المنزل إيجارا أو تمليكا.

خامسا: المستوى الاقتصادي: ويتضمن هذا البند أسئلة موجهة للمفحوص عن عدد الصحف اليومية أو المجلات الشهرية أو الأجهزة الإعلامية بالمنزل وأيضا عدد السيارات التي تمتلكها الأسرة، وتساؤلات عن اهتمامات الأسرة بكيفية قضاء أوقات الفراغ لديهم.

أما بالنسبة لمفتاح التصحيح، فقد جعل معد الأداة الدرجات التي تمنح لاستجابات المفحوص تنازليا وفقا للمستويات الاقتصادية والثقافية والاجتماعية من الأعلى إلى الأدنى، وتجمع الدرجات وتصبح درجة كلية للأداة والتي تشير إلى مستوى المفحوص الاقتصادي/ الاجتماعي، علما بأن الدرجة الأعلى تشير إلى مستوى اقتصادي اجتماعي مرتفع للمفحوصين. وقد تضمن دليل المقياس البيانات الخاصة بصدقه وثباته، وقد استخدمت هذه الأداة بهدف مجانسة أفراد العينة الكلية من حيث المستوى الاقتصادي – الاجتماعي للأسرة.

خطوات الدراسة:

- تم جمع الأدبيات والأطر النظرية والبحوث السابقة التي تم إجراؤها على المجتمع العربي والأجنبي والتي تتناول متغيرات البحث من الناحية النظرية والإمبريقية والعلاقات المحتملة بين تلك المتغيرات والتي يمكن استنتاجها من خلال استقرار نتائج عينة من البحوث السابقة ذات العلاقة بالبحث الحالي.
- بناء على الخطوة السابقة، تمت صياغة فروض الدراسة.
- تمت إعادة تقنين أدوات القياس النفسي التي ينبغي استخدامها وتطبيقها على أفراد عينة الدراسة من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية بالرياض، وذلك للتأكد من صلاحيتها للإجراء على أفراد عينة الدراسة وفي البيئة السعودية.
- تم تحديد عينة أولية عشوائية من طالبات المستويين الثاني والسادس الجامعي على أن تكون ممثلة للمجتمع الأصلي تمثيلا دقيقا.
- تم تطبيق اختبار "كاتيل" للذكاء والذي أعده سلامة وعبد الغفار (١٩٧٣م)، واستمارة المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة، والتي أعدها منسي (١٩٩٨م)، وذلك لانتقاء العينة النهائية للبحث، والمتجانسين من حيث درجة الذكاء والحالة الوالدية، ومن أسر متماسكة سليمة، وممن هن ذوات المستويات الاقتصادية/الاجتماعية الطرفية (مرتفعات/ منخفضات) المستوى الاقتصادي للأسرة.
- تم تطبيق مقياس الإفشاء عن الذات، ومقياس الاكتئاب، ومقياس تقدير الذات على أفراد العينة النهائية للبحث وتصحيحها ورصد درجتها باستخدام البرنامج الإحصائي SPSS، وذلك لتحليل بيانات الدراسة

إحصائيا باستخدام أساليب الإحصاء الوصفي وهي: معامل ارتباط بيرسون، وتحليل التباين ثنائي الاتجاه الإحصائي (٢×٢)، واختبار "ت" "T"-test.

- تم عرض نتائج البحث ومناقشتها في ضوء كل من الخلفية النظرية والإمبريقية للدراسة.
- كتابة التوصيات التربوية والبحوث المستقبلية المقترحة.
- إعداد التقرير النهائي للبحث.

خامسا: الأساليب الإحصائية:

تم تحليل بيانات الدراسة باستخدام الأساليب الإحصائية الآتية:

- معامل ارتباط سبيرمان وبراون.
- معامل ارتباط بيرسون.
- تحليل التباين الإحصائي ثنائي الاتجاه (٢×٢).
- اختبار "ت" "T"-test.

نتائج الدراسة ومناقشتها:

أ) نتائج الدراسة:

أولا: للتحقق من صحة الفرض الأول الذي ينص على أنه: "توجد علاقة ارتباط سلبية ودالة إحصائيا بين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعة الكلية للدراسة من طالبات الجامعة على مقياس "الإفشاء عن الذات"، والدرجات التي يحصل عليها نفس الأفراد على مقياس "الاكتئاب المستخدم"، فقد قام الباحث بإيجاد معامل ارتباط بيرسون بين الدرجات التي حصل عليها أفراد كل من المجموعات الفرعية الأربع على مقياس "الإفشاء عن الذات" وبين درجاتهن على مقياس "الاكتئاب"، كما يتضح في الجدول التالي:

جدول رقم (٢) معاملات الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة الكلية على مقياس "الإفشاء عن الذات" والدرجات التي حصل عليها نفس الأفراد على مقياس "الاكتئاب"

عدد الأفراد	معامل الارتباط
٤٠٠	- ٠,٦٣

يتضح من الجدول رقم (٢) وجود علاقة ارتباط سالبة دالة إحصائيا بين الإفشاء عن الذات والاكتئاب، وذلك عند مستوى (٠,٠١ و٠,٠٥) من الدلالة الإحصائية، حيث بلغت قيمة (ر) المحسوبة (- ٠,٦٣)، وهي تفوق القيمة الحدية المطلوبة لمستوى الدلالة الإحصائية، مما يؤكد ارتباط الإفشاء عن الذات، أي كشف الفرد عن ذاته في مجالات حياته المختلفة سلبيا بالاكتئاب، وذلك لدى أفراد عينة الدراسة من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

ثانيا: وللتأكد من صحة الفرض الثاني الذي ينص على أنه: "توجد علاقة ارتباط إيجابية ودالة إحصائيا بين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعة الكلية للدراسة من طالبات الجامعة على مقياس الإفشاء عن الذات والدرجات التي يحصل عليها نفس الأفراد على استبيان تقدير الذات المستخدم"، فقد قام الباحث بإيجاد معامل ارتباط بيرسون بين الدرجات التي حصل عليها أفراد كل من المجموعات الفرعية على مقياس "الإفشاء عن الذات" وبين درجاتهن على استبيان "تقدير الذات"، كما يتضح في الجدول التالي:

جدول رقم (٣) معاملات الارتباط بين الدرجات التي حصل عليها أفراد العينة الكلية على مقياس "الإفشاء عن الذات" والدرجات التي حصل عليها نفس الأفراد على استبيان "تقدير الذات".

عدد الأفراد	معامل الارتباط
٤٠٠	٠,٥٢

يتضح من الجدول رقم (٣) وجود علاقة ارتباط سالبة دالة إحصائيا بين الإفشاء عن الذات وتقدير الذات، وذلك عند مستوى (٠,٠١ و٠,٠٥) من الدلالة الإحصائية، حيث بلغت قيمة (ر) المحسوبة (٠,٥٢)، وهي تفوق القيمة الحدية المطلوبة لمستوى الدلالة الإحصائية، مما يؤكد ارتباط الإفشاء عن الذات إيجابيا بتقدير الفرد لذاته، وذلك لدى أفراد عينة الدراسة من طالبات جامعة الإمام محمد بن سعود الإسلامية.

ثالثا: وللتحقق من صحة الفرض الثالث الذي ينص على أنه: "لا يوجد تأثير دال لكل من متغيري المستوى الدراسي (الثاني/السادس) والمستوى الاقتصادي/الاجتماعي (مرتفع/منخفض) للأسرة لطالبات الجامعة والتفاعل بينهما على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية للدراسة على مقياس "الإفشاء عن الذات المستخدم"، فقد تم استخدام أسلوب تحليل التباين الإحصائي (٢×٢) وذلك للدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الأربع للدراسة الحالية، وذلك على مقياس "الإفشاء عن الذات"، وفيما يلي جدول يوضح نتائج ذلك:

جدول رقم (٤) نتائج تحليل التباين ثنائي الاتجاه (٢×٢) للدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الأربع على مقياس "الإفشاء عن الذات" (ن = ٤٠٠)

مجموعتا المقارنة	مج المربعات	د.ح	متوسط المربعات	(ف) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
المرحلة الدراسية	٨٣٢,٧	١	٨٣٢,٧	٢٣,٤	دالة عند مستوى (٠,٠١) من الدلالة الإحصائية.
المستوى الاقتصادي	٥٩٢,٤	١	٥٩٢,٤	١٦,٦	دالة عند مستوى (٠,٠١) من الدلالة الإحصائية.
التفاعل	٣٣١,٦	١	٣٣١,٦	٩,٣١	دالة عند مستوى (٠,٠١) من الدلالة الإحصائية.
الخطأ	١٤١٠٥,٤	٣٩٦	٣٥,٦		
الكلي	١٥٨٦٢,١	٣٩٩			

يتضح من الجدول رقم (٤) وجود تأثير دال لكل من متغيري المرحلة الدراسية والحالة الوالدية على تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الأربع للدراسة على مقياس "الإفشاء عن الذات"، حيث بلغت قيمة "ف" المحسوبة لمتغير المرحلة الدراسية (٢٣,٤)، وهي تتجاوز القيمة الحدية المطلوبة لكي تصبح "ف" دالة عند مستوى (٠,٠١) من الدلالة الإحصائية، كما تبين وجود تأثير دال لمتغير المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة على تباين درجات المجموعات الفرعية الأربع للدراسة الحالية على مقياس "الإفشاء عن الذات" حيث بلغت قيمة "ف" المحسوبة (١٦,٦)، وهي تتجاوز القيمة الحدية المطلوبة لكي تصبح "ف" دالة عند مستوى (٠,٠١) من الدلالة الإحصائية، وأيضا اتضح وجود تأثير دال للتفاعل بين المرحلة الدراسية والمستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة على تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الأربع للدراسة الحالية على مقياس "الإفشاء عن الذات"، حيث بلغت قيمة "ف" المحسوبة (٩,٣)، وهي تتجاوز القيمة الحدية المطلوبة لكي تصبح "ف" المحسوبة دالة عند مستوى (٠,٠١) من الدلالة الإحصائية.

وقد تم استخدام اختبار "ت" للتحقق من وجهة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعات الفرعية الأربع على مقياس "الإفشاء عن الذات"، والجدول التالي يوضح نتائج ذلك:

جدول رقم (٥) دلالة الفروق بين متوسطات الدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الأربع على مقياس "الإفشاء عن الذات" باستخدام "T"-test

مجموعات المقارنة	عدد الأفراد	م١	م٢	ع١	ع٢	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
١ – مجموعة طالبات المستوى الثاني مرتفعات المستوى الاقتصادي	١٠٠	٣٣١	-	٢٢,٦٤	-	٢٢,٨	دالة عند مستوى (٠,٠١) للدلالة الإحصائية
٢ – مجموعة طالبات المستوى الثاني منخفضات المستوى الاقتصادي.	١٠٠	-	٤٠٩,٨	-	٢٥,٧٤		
١ – مجموعة طالبات المستوى السادس مرتفعات المستوى الاقتصادي.	١٠٠	٢٩٤,٣	-	١٨,٧٤	-	٢,٦	دالة عند مستوى (٠,٠١) للدلالة الإحصائية
٢ – مجموعة طالبات المستوى السادس منخفضات المستوى الاقتصادي.	١٠٠	-	٣٠١,٦	-	٢٠,٨		
١ – مجموعة طالبات المستوى الثاني مرتفعات ومنخفضات المستوى الاقتصادي للأسرة.	٢٠٠	٣٥٦,٩	-	٢٩٠,٧	-	٣٠,٢	دالة عند مستوى (٠,٠١) للدلالة الإحصائية
٢ – مجموعة طالبات المستوى السادس مرتفعات ومنخفضات المستوى الاقتصادي للأسرة.	٢٠٠	-	٢٣,١	-	٢٠,٦		

يتضح من الجدول رقم (٥) وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات المجموعات التالية على مقياس "الإفشاء عن الذات":

١ – مجموعة طالبات المستوى الثاني الجامعي مرتفعات المستوى الاقتصادي للأسرة، ومجموعة طالبات المستوى الثاني الجامعي منخفضات المستوى الاقتصادي للأسرة، حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة (٢٢,٨)، وهي تتجاوز القيمة الحدية المطلوبة لكي تصبح دالة عند مستوى (٠,٠١) من الدلالة الإحصائية، وذلك لصالح مجموعة طالبات المستوى الثاني الجامعي منخفضات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة. وذلك يعني أن طالبات الجامعة من المستوى الثاني الجامعي ذوات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة المنخفض يكن أكثر إفشاء عن ذواتهن من قريناتهن من طالبات الجامعة ذوات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة المرتفع.

٢ – مجموعة طالبات المستوى السادس الجامعي مرتفعات المستوى الاقتصادي للأسرة، ومجموعة طالبات المستوى السادس منخفضات المستوى الاقتصادي للأسرة، حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة (٢,٦)، وهي تتجاوز القيمة الحدية المطلوبة لكي تصبح دالة عند مستوى (٠,٠١) من الدلالة الإحصائية، وذلك لصالح مجموعة طالبات المستوى السادس الجامعي منخفضات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة. وذلك يعني أن طالبات الجامعة من المستوى السادس الجامعي ذوات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة المنخفض يكن أكثر إفشاء عن ذواتهن من قريناتهن من طالبات الجامعة ذوات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة المرتفع.

٣ – مجموعة طالبات المستوى الثاني الجامعي مرتفعات ومنخفضات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة معا، ومجموعة طالبات المستوى السادس الجامعي مرتفعات ومنخفضات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي

للأسرة معا، حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة (٣٠.٢)، وهي تتجاوز القيمة الحدية المطلوبة لكي تصبح دالة عند مستوى (٠.٠١) من الدلالة الإحصائية، وذلك لصالح مجموعة طالبات المستوى الثاني الجامعي مرتفعات ومنخفضات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة معا، وذلك يعني أن طالبات الجامعة من المستوى الثاني الجامعي مرتفعات ومنخفضات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة يكن أثر إفشاء عن ذواتهن من قريناتهن من طالبات الجامعة من المستوى السادس الجامعي مرتفعات ومنخفضات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة معا.

رابعا: وللتحقق من صحة الفرض الرابع الذي ينص على أنه: "لا يوجد تأثير دال لكل من متغيري المستوى الدراسي (الثاني/السادس) والمستوى الاقتصادي/الاجتماعي (مرتفع/منخفض) للأسرة لطالبات الجامعة والتفاعل بينهما على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراج المجموعات الفرعية للدراسة على مقياس الاكتئاب المستخدم"، فقد تم استخدام أسلوب تحليل التباين الإحصائي (٢×٢) وذلك للدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الأربع للدراسة الحالية، وذلك على مقياس "الاكتئاب"، وفيما يلي جدول يوضح نتائج ذلك:

جدول رقم (٦) نتائج تحليل التباين ثنائي الاتجاه (٢×٢) للدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الأربع على مقياس "الاكتئاب"

(ن = ٤٠٠)

مجموعتا المقارنة	مج المربعات	د.ح	متوسط المربعات	(ف) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
المرحلة الدراسية	١٩٥.٢١	١	١٩٥.٢١	٦.٧٥	دالة عند مستوى (٠.٠١) من الدلالة الإحصائية.
المستوى الاقتصادى	٢٧٣.٩	١	٢٧٣.٩	٩.٥	دالة عند مستوى (٠.٠١) من الدلالة الإحصائية.

مجموعتا المقارنة	مج المربعات	د.ح	متوسط المربعات	(ف) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
التفاعل	١٨٨,٦	١	١٨٨,٦	٠,٤٨	غير دالة عند مستويي (٠,٠١) و(٠,٠٥) من الدلالة الإحصائية.
الخطأ	١١٤٥٨,٧	٣٩٦	٢٨,٩		
الكلي	١٢١١٦,٤	٣٩٩			

يتضح من الجدول رقم (٦) وجود تأثير دال لكل من متغيري المرحلة الدراسية والحالة الوالدية على تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الأربع للدراسة على مقياس "الاكتئاب"، حيث بلغت قيمة "ف" المحسوبة لمتغير المرحلة الدراسية (٦,٧٥)، وهي تتجاوز القيمة الحدية المطلوبة لكي تصبح "ف" دالة عند مستوى (٠,٠١) من الدلالة الإحصائية، كما تبين وجود تأثير دال المتغير المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة على تباين درجات المجموعات الفرعية الأربع للدراسة الحالية على مقياس "الاكتئاب" حيث بلغت قيمة "ف" المحسوبة (٩,٥)، وهي تتجاوز القيمة الحدية المطلوبة لكي تصبح "ف" دالة عند مستوى (٠,٠١) من الدلالة الإحصائية، ولم يتبين وجود تأثير دال للتفاعل بين المرحلة الدراسية والمستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة على تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الأربع للدراسة الحالية على مقياس "الاكتئاب".

وقد تم استخدام اختبار "ت" للتحقق من وجهة الفروق بين متوسطات درجات أفراد المجموعات الفرعية الأربع على مقياس "الاكتئاب"، والجدول التالي يوضح نتائج ذلك:

جدول رقم (٧) دلالة الفروق بين متوسطات الدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الأربع على مقياس "الاكتئاب" باستخدام "T"-test

مجموعات المقارنة	عدد الأفراد	م١	م٢	ع١	ع٢	قيمة "ت"	مستوى الدلالة
١ – مجموعة طالبات المستوى الثاني مرتفعات المستوى الاقتصادي	١٠٠	٢٧,٦١	-	٧,٥٢	-	٦,٣	دالة عند مستوى (٠,٠١) للدلالة الإحصائية
٢ – مجموعة طالبات المستوى الثاني منخفضات المستوى الاقتصادي.	١٠٠	-	٣٣,٨	-	٦,٣١		
١ – مجموعة طالبات المستوى السادس مرتفعات المستوى الاقتصادي.	١٠٠	٢٠,٩	-	٤,٨	-	٢,٩٨	دالة عند مستوى (٠,٠١) للدلالة الإحصائية
٢ – مجموعة طالبات المستوى السادس منخفضات المستوى الاقتصادي.	١٠٠	-	٢٣,٢	-	٦		
١ – مجموعة طالبات المستوى الثاني مرتفعات ومنخفضات المستوى الاقتصادي للأسرة.	٢٠٠	٣١,٧	-	٧	-	١٤,٢	دالة عند مستوى (٠,٠١) للدلالة الإحصائية
٢ – مجموعة طالبات المستوى السادس مرتفعات ومنخفضات المستوى الاقتصادي للأسرة.	٢٠٠	-	٢٢,٦	-	٥,٦		

يتضح من الجدول رقم (٧) وجود فروق دالة إحصائيا بين متوسطات درجات المجموعات التالية على مقياس "الاكتئاب":

١ – مجموعة طالبات المستوى الثاني الجامعي مرتفعات المستوى الاقتصادي للأسرة، ومجموعة طالبات المستوى الثاني الجامعي منخفضات المستوى الاقتصادي للأسرة، حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة (٦,٣)، وهي تتجاوز القيمة الحدية المطلوبة لكي تصبح دالة عند مستوى (٠,٠١) من

الدلالة الإحصائية، وذلك لصالح مجموعة طالبات المستوى الثاني الجامعي منخفضات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة. وذلك يعني أن طالبات الجامعة من المستوى الثاني الجامعي ذوات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة المنخفض يكن أكثر شعورا بالاكتئاب من قريناتهن من طالبات الجامعة ذوات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة المرتفع.

٢ – مجموعة طالبات المستوى السادس مرتفعات المستوى الاقتصادي للأسرة، ومجموعة طالبات المستوى السادس منخفضات المستوى الاقتصادي للأسرة، حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة (٢,٩٨)، وهي تتجاوز القيمة الحدية المطلوبة لكي تصبح دالة عند مستوى (٠,٠١) من الدلالة الإحصائية، وذلك لصالح مجموعة طالبات المستوى السادس الجامعي منخفضات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة. وذلك يعني أن طالبات الجامعة من المستوى السادس الجامعي ذوات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة المنخفض يكن أكثر شعورا بالاكتئاب من قريناتهن من طالبات الجامعة ذوات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة المرتفع.

٣ – مجموعة طالبات المستوى الثاني الجامعي مرتفعات ومنخفضات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة معا، ومجموعة طالبات المستوى السادس الجامعي مرتفعات ومنخفضات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة معا، حيث بلغت قيمة "ت" المحسوبة (١٤,٢)، وهي تتجاوز القيمة الحدية المطلوبة لكي تصبح دالة عند مستوى (٠,٠١) من الدلالة الإحصائية، وذلك لصالح مجموعة طالبات المستوى الثاني الجامعي مرتفعات ومنخفضات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة معا، وذلك يعني أن طالبات الجامعة من المستوى الثاني الجامعي مرتفعات ومنخفضات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة يكن أثر شعورا بالاكتئاب من قريناتهن من

طالبات الجامعة من المستوى السادس الجامعي مرتفعات ومنخفضات المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة معا.

خامسا: وللتحقق من صحة الفرض الخامس الذي ينص على أنه: "لا يوجد تأثير دال لكل من متغيرين المستوى الدراسي (الثاني/السادس) والمستوى الاقتصادي/الاجتماعي (مرتفع/منخفض) للأسرة لطالبات الجامعة والتفاعل بينهما على تباين الدرجات التي يحصل عليها أفراد المجموعات الفرعية للدراسة على استبيان "تقدير الذات"، فقد تم استخدام أسلوب تحليل التباين الإحصائي (٢×٢) وذلك للدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الأربع للدراسة الحالية، وذلك على مقياس "تقدير الذات"، وفيما يلي جدول يوضح نتائج ذلك:

جدول رقم (٨) نتائج تحليل التباين ثنائي الاتجاه (٢×٢) للدرجات التي حصل عليها أفراد المجموعات الفرعية الأربع على استبيان "تقدير الذات"، (ن = ٤٠٠)

مجموعتا المقارنة	مج المربعات	د.ح	متوسط المربعات	(ف) المحسوبة	الدلالة الإحصائية
المرحلة الدراسية	١٣٩٩.٦	١	١٣٩٩.٦	٠.٩	جميعها غير دالة عند أي من مستويي (٠.٠١) و(٠.٠٥).
المستوى الاقتصادي	٥٤٣.٧	١	٥٤٣.٧	٠.٣٥	
التفاعل	١٠٨.٦	١	١٠٨.٦	٠.٠٧	
الخطأ	٦١٩١١٧.٤	٣٩٦	١٥٦٣.٤		
الكلي	٦٢١١٦٩.٣	٣٩٩			

يتضح من الجدول رقم (٨) عدم وجود تأثير دال لكل من متغيري المرحلة الدراسية والحالة الوالدية على تباين درجات أفراد المجموعات الفرعية الأربع للدراسة على استبيان "تقدير الذات"، حيث بلغت قيمة "ف" المحسوبة لمتغير المرحلة الدراسية (٠.٩)، وهي لا تتجاوز القيمة الحدية المطلوبة لكي تصبح "ف" دالة عند مستويي الدلالة الإحصائية (٠.٠١) ، (٠.٠٥)، كما بلغت قيمة "ف" المحسوبة لمتغير المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة (٠.٣٥)،

وهي لا تصل للقيمة الحدية المطلوبة لكي تصبح "ف" دالة عند أي من مستويي الدلالة الإحصائية (٠,٠١)، (٠,٠٥). كذلك بلغت قيمة "ف" المحسوبة للتفاعل بين متغيرين (المرحلة الدراسية) و(المستوى الاقتصادي/الاجتماعي للأسرة) (٠,٠٧)، وهي لا تصل للقيمة الحدية المطلوبة لكي تصبح "ف" دالة عند أي من مستويي الدلالة الإحصائية (٠,٠١)، (٠,٠٥)، وذلك على استبيان "تقدير الذات" المستخدم. مما يعني أنه لا توجد فروق بين أفراد المجموعات الفرعية الأربع للدراسة الحالية على استبيان "تقدير الذات".

ب) مناقشة النتائج:

أوضحت نتائج الدراسة عددا من النتائج والتي أشارت إلى:

أولا: ارتباط الإفشاء عن الذات سلبيا بالاكتئاب لدى جميع أفراد عينة الدراسة من طالبات الجامعة،

ويعزو الباحث ذلك إلى ما يصاحب الاكتئاب من أعراض سلبية والتي منها؛ ظهور أعراض نفسجسمية، وضعف المهارات الاجتماعية والبينشخصية، وعدم قدرة الفرد على أداء سلوك تواؤمي وتكيفي بشكل فعال، ونقص القدرة على مواجهة المشكلات (Debra, H. et al., 1998).

كما أن شعور الفرد بالحزن وفقدان السعادة، والانسحاب الاجتماعي، والإحساس بعدم قيمة الذات، وبعض الأعراض الجسمية مثل توهم المرض، والشعور بالإجهاد، والشعور بالذنب، وعدم القدرة على التواد مع الآخرين، وضعف الإنجاز وزيادة الحساسية الانفعالية (Wiseman, H. et al., 1995)؛ كل هذا يُساهم بدرجة كبيرة في عدم قدرة الفرد على التفاعل مع الأفراد، ومشاركتهم فيما يشعر به.

إضافة إلى ما سبق فإن الاكتئاب يتضمن تغيرا محددا في المزاج، مثل الشعور بالحزن والوحدة واللامبالاة، ومفهوم سالب عن الذات والمصاحب

بتوبيخ الذات وتحقيرها ولومها، أو رغبات في عقاب الذات مع رغبة في الهروب والاختفاء والموت مع تغيرات في النشاط، كما تبدو في صعوبة النوم وفقدان الشهية للطعام، وتغيرات في مستوى النشاط، وخاصة النقص فيه (غريب، ١٩٩٠م، ٧)؛ كل هذا يؤثر على قدرة الشخص على الكشف عن الذات للآخرين والبوح لهم بمعلومات شخصية، وهذا يتفق مع نتائج كل من:

(Wei, M. et al., 2005, Horesh, N. & Apter, A., 2006, Kahn, J. & Garrison, A., 2009, Langanfox, J. et al., 2009, Cuming, S. & Rapee, R., 2010).

ثانيا: ارتباط الإفشاء عن الذات إيجابيا بتقدير الذات لدى جميع عينة الدراسة من طالبات الجامعة،

ويعزو الباحث ذلك إلى أن للإفشاء عن الذات علاقة إيجابية بالصحة النفسية لدى الفرد، لأنه يؤدي إلى فوائد كثيرة لسوائه النفسي تتمثل في تطوير علاقاته الشخصية مع الآخرين، حيث تبين أن الإفشاء عن الذات الذي يتم بشكل متبادل بين الفرد والآخرين يسهم في الفهم المتبادل لطرفي العلاقة التفاعلية بين الأفراد، ومن ثم يؤدي إلى تقوية تلك العلاقة وتنميتها ودعمها (Nawabi, P., 2004,). كما أن الخصال الشخصية تؤثر في الإفشاء عن الذات، حيث يتميز بعض الأفراد بالاستعداد المرتفع للإفشاء عن الذات، ومن ذلك الميل للاجتماعية والانبساطية، وفي المقابل من الممكن أن يؤثر الخجل والانطواء والقلق الاجتماعي Social Anxiety في الحد من الإفشاء عن الذات لدى الآخرين (رضوان، ٢٠٠٦م، ١٧٨)، إضافة إلى ما سبق فإن للإفشاء عن الذات العديد من الجوانب الإيجابية منها أن يشعر الفرد بأنه يحقق تواصلا اجتماعيا وعلاقات مقربة مع الآخرين يشعر خلالها بالتواد

البينشخصي المتبادل، وأيضا يشعر الفرد من خلال الإفشاء عن الذات أن هناك من يثقون به ويبوحون له بما في أنفسهم، هذا بالإضافة إلى أنه خلال إفشاء الفرد عن ذاته يتخلص من أعبائه النفسية ويبوح لهم عن سعادته الجسمية والنفسية، وخبراته المؤلمة فيتخلص منها مما يحسن من صحته النفسية (Farber, B., 2006)، وهذه النتائج تختلف لدى كل من:

(Mac-Gregot, J. & Holmes, J., 2011, Forest, A. & Wood, J., 2012, Katayam, M., 1996, Suganuma, M., 1997, Page, J. et al., 1996).

ثالثا: وجود فروق بين أفراد المجموعات الفرعية الأربع في الإفشاء عن الذات والاكتئاب لصالح الطالبات ذوات المستويات الاقتصادية/ الاجتماعية المنخفضة، ولم يتبين وجود فروق دالة إحصائيا بين أفراد عينة الدراسة في تقدير الذات، ويعزو الباحث ذلك إلى تأثير المستوى الاقتصادي للطالبات على العديد من النواحي سواء المتعلقة بالجانب التعليمي أو الجانب الاجتماعي، فإن المستوى الاقتصادي العالي يعطي للفرد مزيدًا من الثقة بالنفس والقدرة على مجاراة الآخرين، وبالتالي مزيدًا من القدرة على تكوين علاقات اجتماعية، وعلى العكس من ذلك فإن المستوى الاقتصادي المنخفض يحد من قدرة الفردة على مجاراة الآخرين، وبالتالي ضعف النواحي الاجتماعية لديه؛ كل هذا يؤدي بالفرد إلى تفضيل العزلة وعدم الاختلاط بالآخرين.

توصيات وأبحاث مستقبلية مقترحة:

ما أسفرت عنه الدراسة الحالية من نتائج أمبيريقية يمهد لإعداد دراسات أخرى تهتم بالآتي:

١- إجراء المزيد من الأبحاث والدراسات حول الإفشاء عن الذات واستخدامات هذا المتغير في مجال العلاج والإرشاد النفسي وتوظيفه لصالح العملية الإرشادية، وأيضا إعداد برامج إرشادية للتصدي للاكتئاب واختبار فاعليتها على شرائح عمرية ومجتمعية متنوعة.

٢- إجراء المزيد من الأبحاث التي تسعى إلى إعداد مقاييس نفسية مقننة للإفشاء عن الذات، وذلك في البيئة السعودية وعلى أفراد متنوعي المراحل العمرية (أطفال – مراهقين – راشدين صغار من طلاب الجامعة – راشدين).

٣- إعداد برامج إرشادية لتنمية تقدير الذات Self-esteem مما يؤدي إلى زيادة ثقة الأفراد بأنفسهم وتكوين وبناء شخصية متكاملة ناضجة لديها قدر مناسب من التوافق النفسي والصلابة النفسية.

٤- عمل برامج إرشادية للأسر عن كيفية تنمية سلوك الإفشاء عن الذات لدى الأبناء.

* * *

المراجع:

- إبراهيم، أمل (١٩٩٧م). "دراسة شخصية الاكتئاب عند الأطفال من حيث علاقته ببعض خصائص شخصية الأمهات والضغوط الوالدية، ماجستير، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- الباكر، جمال (١٩٩٦م). "مقياس إفشاء الذات"، كراسة التعليمات، القاهرة: دار الفكر العربي.
- الدسوقي، مجدي (٢٠٠٤م). "دليل تقدير الذات"، كراسة التعليمات، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- الربيعة، فهد (١٩٩٧م). "الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة: دراسة ميدانية، مجلة علم النفس، العدد ٢٣٤، الهيئة المصرية العامة للكتاب، القاهرة، ص ص ٣٠ – ٤٩.
- رضوان، شعبان جاب الله (٢٠٠٦م). "دور المساندة الاجتماعية في الإفصاح عن الذات والتوجه الاجتماعي لدى الفصاميين والاكتئابيين"، دراسات نفسية، مجلد (١٦)، عدد (٢)، ص ١٧١ – ٢٢١.
- زهران، حامد (١٩٩٧م). "الصحة النفسية والعلاج النفسي"، الطبعة الثالثة، القاهرة: عالم الكتب.
- سلامة، أحمد عبد العزيز و عبد الغفار، عبد السلام (١٩٧٣م). "اختبار كاتيل للذكاء"، كراسة التعليمات، القاهرة: دار النهضة المصرية.
- سلامة، ممدوحة (١٩٩٩م). "الاعتمادية والتقييم السلبي للذات والحياة لدى المكتئبين وغير المكتئبين"، مجلة دراسات نفسية، القاهرة، عدد (١١)، مجلد (٢)، ص ١٩٩ – ٢١٨.

- سليمان، سعاد و الدحاحة، باسم (٢٠٠٦م). "مستوى كشف الذات لدى طلبة جامعة السلطان قابوس في ضوء بعض المتغيرات الديمجرافية"، مجلة العلوم التربوية، العدد التاسع، ص ١٧ – ٤٧.
- الصبان، انتصار (١٩٩٣م). "الاكتئاب وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية وأثره على التحصيل الدراسي لطالبات المرحلة الثانوية"، رسالة دكتوراه، كلية التربية للبنات، جدة.
- عبد الرحيم، عبدالرحيم بخيت (١٩٨٥م). "استبيان تقدير الذات"، جمهورية مصر العربية، القاهرة: دار حراء للنشر والتوزيع.
- غريب، غريب عبد الفتاح (١٩٩٠م). "مقياس الاكتئاب (د) BDI"، كراسة التعليمات ودراسات الثبات والصدق وقوائم المعايير، الطبعة الثانية، القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
- محمد، محمد درويش (٢٠٠١م). "إفشاء الذات – دراسة لبعض الشروط الميسرة للعميل في سياق المقابلات البينشخصية"، مجلة علم النفس: الهيئة المصرية العامة للكتاب، مجلد (١٥)، عدد (٥٧)، ص ٢٦ – ٤٩.

المراجع الأجنبية

- Cameron, J. & Holmes, John & Vorauer, Jacquie, (2009): "When self-disclosure goes away: Negative consequences of revealing personal failures for lower self-esteem individuals", Journal of Experimental Social Psychology, Vol. 1, No. 45, pp. 217 – 222.
- Consedine, S. Sabag-Cohen, S. & Krivoshekova, Y. S., (2007): "Ethnic gender and socioeconomic differences in young adults' self-disclosure: Who discloses what and to

whom". Cultural Diversity and Ethnic Minority Psychology, 13 (3), pp. 254 – 263.

- Cuming, S. & Rapee, R. (2010): "Social anxiety and self-protective communication styles in close relationships", Behavior Research and Therapy, Vol. 48, Iss. 2, pp. 87 – 96.
- Debra, H. et al., (1998): "The relationship between peer status and depressive symptoms in child and adolescents", Journal of Abnormal Child Psychology, Vol. 26, No. 2, pp. 153 – 160.
- Farber, Barry A., (2006): "Self-disclosure in psychotherapy, New York: The Guilford Press.
- Forest, A. & Wood, J., (2012): "When social networking is not working: Individuals with low self-esteem recognize but don not reap the benefits of self-disclosure on facebook", Psychological Science, Vol. 23, No. 3, pp. 295 – 302.
- Gratch, L. & Bassett, M. & Attra, S., (1995): "The relationship of gender and ethnicity to self-silencing and depression among college students", Psychology of Women Quarterly, Vol. 19, Iss. 4, pp. 509 – 515.
- Hook, M. et al., (2003): "How close are we? Measuring intimacy and examining gender differences", Journal of Counseling & Development, Vol. 4, Iss. 81, pp. 462 – 472.

* * *

- Radwan, Shaaban Jaballah (2006). "Role of social support in self-disclosure and social attitude at schizophrenics and depressed people", Psychological Studies, Vol. 16, No. 2, pp. 171-221.
- Sabban, Intisar (1993). "Depression and its relationship with some personal variables and its impact on academic achievement of high school students," PhD thesis, Girls College of Education, Jeddah.
- Salama, Ahmed Abdul Aziz & Abdul Ghaffar, Abdul Salam (1973). "Cattail Intelligence Test", Instruction booklet, Cairo: Dar Al-Nahda Al-Masriya.
- Salama, Mamdouhh (1999). "Reliability and self-rating and life underestimation at depressed and non-depressed people", Journal of Psychological Studies, Cairo, No. (11), Vol. 2, pp. 199-218.
- Suleiman, Suad & Aldahahah, Basem (2006). "Self- disclosure level among Sultan Qaboos University students in light of some demographic variables," Journal of Educational Sciences, Vol. IX, pp. 17-47.
- Zahran, Hamid (1997). "Psychology health and psychotherapy," 3rd edition, Cairo: Alam Al-Kotob.

* * *

Arabic References

- Abdul Rahim, Abdul Rahim Bakhit (1985). "Self-esteem questionnaire," Egypt, Cairo: Dar Hiraa for Publication and Distribution.
- Al-Baker, Jamal (1996). "Self-disclosure scale", Instruction booklet, Cairo: Daroullfikr Al-arabi.
- Al-Rabeeah, Fahd (1997). "Psychiatric loneliness and social support among a sample of University students: Empirical Study, Journal of Psychology, No. 234, Book Egyptian General Authority, Cairo, pp. 30-49..
- El-Desouki, Majdi (2004). "Self-esteem Guide", Instruction booklet, Cairo: Egyptian Anglo Library.
- Gharib, Gharib Abdel Fattah (1990). " BDI Depression Scale (d)", Instruction Booklet and studies consistency, honesty and lists of criteria, 2nd Edition, Cairo: Dar Al-nahdah Al-masriyah Library.
- Ibrahim, Amal (1997). "Personal study of children's depression as related to some of the mothers personal characteristics and parental pressures", Master's degree, Faculty of Education, Ain Shams University.
- Mohammed, Mohammed Darwish (2001). "Self-disclosure - a study of some of soft conditions accorded to customers in the context of interpersonal interviews," Journal of Psychology: General Egyptian Organization of Books, Vol. 15, No. 57, pp. 26-49.

Disclosure of self and its relationship with both depression and self-esteem among students of Al- Imam Muhammad Ibn Saud Islamic University

Dr: Suleiman Ibrahim Turki Alshawi
Department of Psychology
Al- Imam Muhammad Ibn Saud Islamic University

Abstract:

The study aimed to detect the self-disclosure and its relationships with depression and self-esteem among a sample of female students in Al- Imam Muhammad Ibn Saud University, and to make comparisons between the subgroups according to “the academic level”, and “the socio economic status level”. Also, it aimed to know if there are any differences between the sample subgroups according to “the academic level” and “the socio economic status level” in depression and self-esteem. The results show a negative relationship between self-disclosure and depression, and a positive relationship between self-disclosure and self-esteem among the female students.

Key words: Disclosure of self - depression - self-esteem