الاغتراب النفسي وعلاقته بالتوافق النفسي لدى اللإجئين السوريين

د. مها عبد المجيد العاني – جامعة السلطان قابوس – مسقط – سلطنة عمان

أ. أسعد تقي العطار– المؤشر للدراسات والاستشارات– مسقط.

ملخص الدراسة:

حظي موضوع الاغتراب النفسي اهتماما كبيراً من قبل الباحثين في العلوم النفسية والتربوية لما له من أهمية في حياة الفرد ولكونه يمثل المحك لاستمتاع الفرد بصحة نفسية سليمة. أن تداخل موضوع الاغتراب مع الكثير من الجوانب النفسية والاجتماعية والاقتصادية والسياسية، أضفى غموضاً على هذا المفهوم واختلافا من حيث تعريفه على وفق الجانب الذي يبحث فيه. استقطبت ظاهرة الاغتراب التي تؤثر في حياة الفرد والتي تترك اثأرا سلبية على صحته النفسية والفسيولوجية وعلى تطوره وأبداعه العديد من الباحثين وهذا ما تؤكده الدراسات التي تطرقت للكشف عن جوانب الاغتراب ومجالاته والسير بها قدما للبحث والتقصي.

ومن هنا يمكن القول بأن الاغتراب أصبح تعبيرا عن بؤس الانسان وآلمه النفسي الذي يضفي عليه مشاعر القلق والإحباط وعدم التوافق مع الذات ومع المحيط، حتى أن الفرد في ظل هذا الوضع ينسلخ عن إنسانيته ومحتواه وينفصل عن أهداف وجوده بالشكل الذي تكون نمط علاقاته الاجتماعية من النوع الذي لا يحقق له السعادة والرخاء والطمأنينة وذلك لوجود مقاييس كثيرة متنوعة ومتناقضة تؤثر في سلوكية الفرد بشكل سلبي بحيث تصبح هذه المقاييس في العلاقة مصدر للإحباط والشقاء وتمهد الطريق لإصابة الفرد بالأمراض النفسية نتيجة لعدم القدرة على التوافق النفسي والتكيف الاجتماعي والشعور بالعزلة مما يدفع الفرد الى سلوك متناقض ومؤلم ربما يكون من ضمنها الانتحار.

وبناء على ما تقدم فأن دراسة ظاهرة الاغتراب النفسي لدى اللاجئ السوري وتحديدها والتعرف على تأثيراتها النفسية وعلاقتها بالتوافق النفسي له أهمية في تسليط الضوء على هذه العلاقة وفي مساعدة الباحثين والمعنيين بهذا الشأن للتعرف على مدلولات هذه العلاقة وكيفية تطوير أسسها بالشكل الذي يخدم نفسية اللاجئ وأمر يدخل بشكل مباشر في مساعدة الأفراد وخاصة في بلاد المهجر للتعامل مع محتوى هذا المفهوم ومسبباته كي يكونوا أكثر دراية به من أجل التمتع بصحة نفسية سليمة قدر المستطاع والعيش بحياة يصحبها التفاؤل والثقة بالنفس.

ولتحقيق اهداف الدراسة تم الاطلاع على الادبيات السابقة. وتوصلت الدراسة في ضوء هذه النتائج الى عدد من الاستنتاجات والمقترحات واليات تأهيل للاجئ السوري من أجل الوصول به الى الأهداف المنشودة.

المقدمة :

أن حياة الانسان المعاصرة بما ينطوي تحتها من متغيرات على مستوى الطموح والرغبات، ومن تعقد لأسباب المعيشة فيها والذي ينعكس على الحاجات والمتطلبات الانسانية الآخذه بالتعقيد شيئاً فشيئاً، والتي تؤدي لإفتقار الانسان الى حالة الأستقرار النفسي والذي ينعكس سلباً على شعوره بالأمان والأطمئنان. الأمر الذي يكون بالنتيجة حافزاً يدفع المؤسسات التربوية ذات العلاقة بالبحث والتقصي في هذه المتغيرات من أجل مساعدة الفرد للوصول الى حالة من التكيف والتوافق مع الوضع الجديد.

يعد الانسان القيمة العليا في الكون فهو يعيش في خضم هذه التغيرات ويسعى دائماً الى أيجاد مستوى من الرضا النفسي من أجل ان يحيا حياة نفسية سليمة، وهذا يعني أن الوصول الى مستوى مناسب من الصحة النفسية هو مايسعى اليه الفرد من أجل أن يستمتع بالحياة ومع الآخرين الذين يشاركونه فيها وبالتالي الموائمة مع متطلباتها.

وربما تكون للتغيرات الجذرية على الصعيد الآجتماعي والسياسي والاقتصادي والفكري ، أثر فعال وواضح على زيادة مفهوم الاغتراب للفرد، حيث يرى (هيجل) أن الاغتراب (واقع وجودي متجذر في وجود الانسان فثمة أنفصام موروث بين الفرد بوصفه ذاتآ مبدعة خلاقة تريد أن تكون وأن تحقق ذاتها وبين الفرد موضوعا دائماً تحت تأثير الغير وأستغلالهم)[1].

ومن هنا يمكن القول بأن الاغتراب أصبح تعبيراً عن بؤس الانسان وإلمه النفسي الذي يضفي عليه مشاعر القلق والآحباط وعدم التوافق مع الذات ومع المحيط، حتى أن الفرد في ظل هذا الوضع ينسلخ عن أنسانيتة ومحتواه وينفصل عن أهداف وجوده بالشكل الذي تكون نمط علاقاتة الاجتماعية من النوع الذي لايحقق له السعادة والرخاء والطمأنينة وذلك لوجود مقاييس كثيرة متنوعة ومتناقضة تؤثر في سلوكية الفرد بشكل سلبي بحيث تصبح هذه المقاييس في العلاقة مصدر للاحباط والشقاء وتمهد الطريق لاصابة الفرد بالامراض النفسية نتيجة لعدم القدرة على التوافق النفسي والتكيف الاجتماعي والشعور بالعزلة مما يدفع الفرد الى سلوك متناقض ومؤلم ربما يكون من ضمنها الانتحار.

[1] الاغتراب ، محمود رجب ،1998 ، القاهرة. منشأة المعارف المصرية ، ص 574.

أستقطبت ظاهرة الاغتراب التي تؤثر في حياة الفرد والتي تترك اثاراً سلبية على صحته النفسية والفسيولوجيه وعلى تطوره وأبداعه العديد من الباحثين وهذا ماتؤكده الدراسات التي تطرقت للكشف عن جوانب الاغتراب ومجالاته والسير بها قدماً للبحث والتقصي[2] .

ويشير هيجل (Hegel,1977) الى أن الانسان المغترب بالمفهوم التاريخي هو ذلك الانسان الذي يعيش في عالم ميت لا أنساني حيث يصفه(حياة متحركه للاموات) ،فهو يميز بين أنواع الاغتراب العديدة على مستوى الشخصية والنظم الأجتماعية والثقافية وأثار قضية جوهرية وهي أن أغتراب الشخصية يكمن في الصدام بين ماهو ذاتي وماهو واقعي وأن التأريخ البشري هو تأريخ صراع من أجل أعتراف الأخرين بحرية الذات وأستقلالها والصراع الذي يتحث عنه على مستوى الشخصيه هو صراع من أجل أثبات الذات أو الحصول على أعتراف الأخر(بالانا) دون أن يكون في وسع (الآنا) أنكار حق الآخر في الوجود والبقاء[3].

ويعزو بعض العلماء بأن الشعور بالاغتراب يكون نتيجة لعوامل نفسية مرتبطه بنمو الفرد وعوامل أجتماعية مرتبطة بالمجتمع الذي يعيش فيه مما تجعله غير قادر على مجابهة مصاعب الحياة والتغلب عليها، كما ويحدث الاغتراب نتيجة التفاعل بين العوامل النفسية والأجتماعية ويعزي فروم، (Fromm)، أسباب الاغتراب الى طبيعة المجتمع الحديث وسيطرة الآله وهيمنة التكنولوجيا الحديثة على الانسان وسيطرة السلطة وهيمنة القيم والأتجاهات والأفكار التسلطيه، فحيث تكون السلطة وعشق القوة يكون الاغتراب[4] .

أما هورني (Horney) فترجع أسباب الاغتراب عند الفرد الى ضغوط داخليه، حيث يوجه الفرد معظم نشاطه نحو الوصول الى أعلى درجات الكمال حتى يحقق الذاتيه المثاليه ويصل بنفسه الى الصورة التي يتصورها[5] .

أما(إجلال سرى،1993) فأنها تعزي أسباب الاغتراب الى أسباب نفسية تتمثل بالصراع بين الدوافع والرغبات المتعارضة والأحباط وما يرتبط به من الشعور بخيبة الأمل والفشل والعجز التام وتحقير الذات والحرمان وكذلك الخبرات الصادمه مثل الأزمات الأقتصاديه والحروب، والى أسباب أجتماعية تتمثل بالضغوط البيئية والأجتماعية والثقافة المريضة والتطور الحضاري السريع المصحوب بعدم القدرة على التوافق وأضطراب التنشئة الأجتماعية بالآضافة الى مشكلة الأقليات ونقص التفاعل الأجتماعي

[2] مستويات الأحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية في الاردن،كمال دواني وآخرون ، 1989 ، المجلة التربوية ، العدد 16، المملكة الأردنية الهاشمية ، ص32.

[3] Hegels Phenomenology of Spirit, Hegel, G. (translated by Miller, A.V),1977, Oxford University Press, P156.

[4] الاغتراب النفسي ، محمد أبراهيم عيد ، 1991، القاهرة: عالم الكتب ، ص 21 .

[5] أرشاد الصحة النفسية لتصحيح مشاعر الاغتراب، سناء حامد زهران ، 2004. القاهرة: عالم الكتب ، ص 107.

والأتجاهات الأجتماعية السالبة والمعاناة من خطر التعصب والتفرقة في المعاملة وسوء التوافق المهني حيث يسود أختيار العمل على أساس الصدفة وعدم مناسبة العمل للقدرات وسؤ الأحوال الأقتصادية وتدهور نظام القيم وتصارع القيم بين الأجيال وكذلك الضلال والبعد عن الدين والضعف الأخلاقي وتفشي الرذيلة[6] .

أوضحت نتائج البحوث والدراسات التي تصدت لهذا الموضوع ، بأن هناك علاقة جوهريه بين الاغتراب والتوافق كدراسة كل من(عيد، 1997، وخليفة،2003) على أعتبار أن الاغتراب من العوامل المهمة المنبئه بعجز الفرد للوصول الى مستوى مناسب من التوافق مع نفسه ومع الأخرين، كما أنه يدفع الفرد بشكل وآخر الى تبني بعض السلوكيات السيئة والاصابة بالعديد من الأمراض النفسية والأجتماعية المتمثلة بأدمان المخدرات والعنف والتطرف وغيرها الكثير، وأعتمادا على نتائج الدراسات التي تناولت هذا الموضوع الى أن هناك علاقة سلبيه بين الاغتراب والتوافق النفسي والأجتماعي وهذه النتائج تأتي متناسقه مع مايشير اليه(رجب،1998) من(أن الانسان في العصر الحديث أصبح منفصلاً إنفصالاً حاداً سواء عن الطبيعة أو المجتمع أو الدولة وحتى عن نفسه وأفعاله، وغير ذلك من الأسماء التي تطلق على كيانات مستقلة هي بالنسبة اليه آخر لاسبيل الى التواصل معها، فلم يعد قادرا على التواصل بينه وبين هذا الآخر، وأصبح بالتالي عاجز عن تحقيق ذاته ووجوده على نحو شرعي)[7] .

وبناءاً على ماتقدم فأن دراسة ظاهرة الاغتراب والتعرف عليها وكيفية قياسها وتحديدها والتعرف على تأثيراتها النفسية للفرد وأرتباطها بمتغيرات أخرى أمر يدخل بشكل مباشر في مساعدة الأفراد وخاصة في بلاد المهجر للتعامل مع محتوى هذا المفهوم ومسبباتة كي يكونوا أكثر دراية به من أجل التمتع بصحة نفسية سليمة قدر المستطاع والعيش بحياة يصحبها التفاؤل والثقة بالنفس..

أن الدراسة الحالية تسعى الى دراسة الاغتراب من حيث علاقتة بالتوافق النفسي بالنسبة للسوريين في بلاد المهجر،مما يكون له أهمية في تسليط الضوء على هذه العلاقة وفي مساعدة الباحثين والمعنيين بهذا الشأن للتعرف على مدلولات هذه العلاقة وكيفية تطوير أسسها بالشكل الذي يخدم نفسية الفرد وتطوره من أجل الوصول به الى الأهداف المنشودة.

أهمية الدراسة والحاجة اليها:

[6] الاغتراب والتغريب الثقافي والتغريب اللغوي لدى عينة جامعية مصرية، إجلال محمد سرى،1993، مجلة كلية التربية عين شمس، العدد17، جزء 1، القاهرة ، ص77.

[7] الاغتراب ، محمود رجب، ص43 " مصدر سابق ".

تكمن أهمية الدراسة الحالية بالمشكلة التي يتصدى اليها الباحثين بالدراسة والتقصي العلمي، خاصة ونحن نرى في بلاد المهجر والتي نحتاج معها للتعرف على المشكلات النفسية التي تعاني منها اللاجئ السوري في الغربة من أجل تسليط الضوء على ظاهرة الاغتراب من حيث علاقتها بمفهوم التوافق النفسي ومدى أستمكانها من سلوكية الأفراد وتأثيرها على أنماط حياتهم المختلفة.

ويرى الباحثان بأن مفهومي الاغتراب والتوافق النفسي هما من المفاهيم الأساسية في الصحة النفسية ويؤكد بعض المشتغلين في هذا الميدان، بأنهما الصحة النفسية بعينها.وذلك لما لهما من أهمية في صياغة الأنماط السلوكية المعتدلة والسليمة والتي تنم عن تمتع الفرد بصحة نفسية عالية ، وتتجلى أهمية هذه الدراسة في مساعدة الأفراد في بلاد الغربة للتعرف على الأسس الأولية للأغتراب وماهية الأسباب الكامنة وراءه والمشكلات التي تؤدي اليها وكيفية التصدي لها والذي يكون هذا من خلال معرفة العوامل المرتبطة بهذا المفهوم والتي من شأنها أن ترفع مستوى التوافق النفسي لدى الأفراد بالشكل الذي يجعلهم أكثر فعالية وحضور في حياتهم الأسرية والآجتماعية.

أن الاغتراب لامس جانباً مهماً من جوانب أزمة الانسان المعاصر، بحيث أصبح هذا الانسان منفصل بشكل حاد عن الطبيعة والمجتمع وعن نفسه والأخرين وبالشكل الذي تقطعت معها جسور وروابط الأتصال بينه وبين الآخر المختلف المظاهر والمتعدد الأسماء، وهذا قد يؤثر بشكل أو بآخر على مدى فاعليته وعطاءه في المحيط الذي يعيش فيه وبالتالي يكون عائقآ للوصول الى الهدف الاسمى وهو تحقيق ذاته.أن ظاهرة الاغتراب ولما لها من تأثير على شخصية الفرد وسلوكه، تعد من المفاهيم التي يمكن التعمق في دراستها والكشف عن مكنوناتها لأنها في حقيقة الأمر مرتبطة بالصحة النفسية للفرد وبالحضارة الانسانية بشكل أعم.

ويشير ياهيا(Yahya,1997) إلى أن مفهوم الاغتراب أحتفظ بمستواه وفائدته بالنسبة لعلماء الأجتماع وخاصة العلوم الآجتماعية بشكل عام، وذلك على إعتبار أن الاغتراب يثير جزء من الوجود الانساني والنشاط الانساني الذي يكون واضحاً وجلياً في المجتمعات الانسانية[8] .

أن أهمية الدراسة تبرز من خلال أهتمام الدراسات التي تناولت مفهوم الاغتراب والتي هي في توسع مضطرد ودائم من أجل التعرف وبشكل أكبر على العوامل المرتبطة به والمؤثرة فيه وماهي الظروف

[8] Acritical Reexamination of Alienation , Yahya, H. Affinnih ,1997, The Social Science Journal, 34,3, p 385.

المناسبة لتطوره، وكذلك تبرز أهمية الدراسة الحالية في الفائدة التي يمكن أن تجنيها الجهات المسؤولة عن اللاجئيين في سوريا من خلال التعرف على هذين المفهومين وماهية العلاقة بينهما بالنسبة للسوريين اللاجئيين في بلاد المهجر وبالتالي العمل على أيجاد الظروف الملائمة لما يناسب هذين المفهومين وبالشكل الذي يدعم الصحة النفسية للاجئ.

وكذلك الحال بالنسبة لدوائر ومؤسسات اللجوء في الدول الاوربية وغيرها ، حيث يمكن من خلال هذه الدراسة التعرف على مدى تأثير الاغتراب على التوافق النفسي بالنسبة للاجئيين السوريين من أجل وضع البرامج التربوية والنفسية والاجتماعية والتي من شأنها العمل على بناء رصانة الفرد والأسرة معا بالشكل الذي يعزز تكيفهم في هذه المجتمعات ويجعلهم أكثر قدرة وأستعداد للأبداع والتواصل في ميادين العمل المختلفة وبالتالي الحصول على التقدير الأجتماعي والذي يعتبر لبنة أساسية في الوصول الى تحقيق الذات.

أن هذه الدراسة تسعى الى الكشف عن العلاقة بين الاغتراب كمتغير أساسي والتوافق النفسي بالنسبة للاجئيين السوريين في بلاد المهجر وفي ذات الوقت يسلط الضوء على ظاهرة الاغتراب ولما لها من تأثير فعال وأساسي في تعزيز وأسناد الصحة النفسية للفرد من عدمها، أذا ما عد التوافق النفسي هو الصحة النفسية بوجه أخر، ويحاول الباحثان ومن خلال هذه الدراسة التركيز على أهم مسببات الاغتراب وكيفية نشؤها وخاصة لدى اللاجئيين أخذين بنظر الأعتبار بأن الشعور بالاغتراب ربما يكون متصلاً مع النقص في الدعم والاسناد الأجتماعي للاجئ والذي ينعكس سلباً على وضعه النفسي وعلى مجمل نتاجاته،

وتبرز أهمية الدراسة من خلال مايمكن أن تقدمه من مقترحات وتوصيات الى دوائر اللجوء ومن خلال تسليطها الضوء على ظاهرة الاغتراب لدى اللاجئيين السوريين ولما لها من تأثير يكون بالغاً في صياغة شخصية الانسان وسلوكه، وأنطلاقا من أن الانسان هو سيد المخلوقات وهو العنصر الأساسي المعول عليه في بناء الأرض وتعميرها، فلذا أصبح من المسلمات التعرف على العوامل التي تعيق أبداعه وأنتاجه وتطلعاته وطموحاته كي يتسنى للمؤسسات التي تتعامل مع هذه الشريحة الأجتماعية للتصدي لهذه المعوقات والعمل جهد الأمكان على أزلتها أو تقليلها كي تخلق أنساناً يمكن الأستفاده من طاقاته للبناء والتطور، وكي تتمكن الجهات التي تعمل مع اللاجئيين من وضع الاسس العلمية والعملية المساعدة في التخفيف من مشاعر الاغتراب لديهم والذي ربما ينعكس أيجاباً على توافقهم النفسي الأمر الذي يجعلهم أكثر فاعليه ونتاج في المجتمعات التي يقيمون فيها، وخاصة فيما يتعلق بفئة المراهقين والشباب والذين يمثلون القوى الأساسية المعول عليها في بناء المجتمع وتطوره، لان شعور هذه الفئة بالاغتراب يشكل عائقاً أساسياً للتقدم

والأبتكار وبالتالي فإنه (الاغتراب) يذهب بهم الى الأنحراف السلوكي والشخصي مما يجعلهم أفراداً غير نافعين في المجتمع.

ويمكن أجمال أهمية هذه الدراسة في ناحيتين ، فمن الناحية الثقافية تعد هذه الدراسة الاولى من نوعها على حد علم الباحثين والذي تناول متغير مهم وهو دراسة الاغتراب لدى اللاجئيين السوريين ، والتي يمكن من خلاله تسليط الضوء على التأثيرات النفسية والأجتماعية لهذا المتغير(الاغتراب)،على اللاجئيين وتكشف عن تقديم فهماً نظرياً لطبيعة العلاقة بينه والمتغيرات الأخرى، وبهذا فإنه يسهم في أثراء الجانب النظري للثقافة بشكل عام، أما من الناحية التطبيقيه، فمن المتوقع أن تفيد هذه الدراسة رجال التربية وعلم النفس لما تسلطه من ضوء في الكشف عن مسببات الاغتراب وعوامله وبالتالي محاولة وضع البرامج العلاجية والأرشادية من أجل تخفيف حدة هذه المشاعر عن كاهل الفرد وتهيئة الأجواء المناسبة للأنطلاق والأبداع وصولاً لتحقيق هوية الفرد التي يعول عليها لإستثمار طاقاته الخلاقة في البناء والتقدم.

أهداف الدراسة : تهدف الدراسة الحالية التعرف على :

1. الاغتراب لدى اللاجئيين السوريين في اطر الادبيات والدراسات السابقة .

2. الاغتراب النفسي وعلاقته بالتوافق النفسي للاجئيين السوريين ووفق بعض المتغيرات في أطر الأدبيات والدراسات السابقة.

تحديد المصطلحات : يحدد الباحثان تعريف مصطلحات بالتالي:

1. الاغتراب (Alienation) : هوحالة نفسية يعاني منها الفرد ويشعر معها بعدم الصلة بالواقع المعاش وبعد الهوة بينه وبين الآخرين على الصعيدين الأسري والأجتماعي بحيث يؤدي هذا الأنفصال الى ركون الفرد للعزلة والأنطواء وتحقير الذات وذلك لعدم الشعور بأهمية مايقوم به من أعمال، وبالتالي فأنه يعتبر حياتة نوع من الهراء المعاش.

2. التوافق النفسي (Self-adjustment) : هو عبارة عن أشباع الفرد لحاجاتة النفسية وتقبله لذاته وأستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراع والأمراض النفسية وكذلك أستمتاعه بعلاقات أجتماعية حميمة ومشاركتة في الأنشطة الآجتماعية وتقبله لعادات وتقاليد وقيم مجتمعه والتكيف معها، أي بمعنى أخر هو قدرة الفرد على التوفيق بين دوافعه ومايناقضها من الأدوار الآجتماعية أي خلوه من التأزم الذاتي.

3. اللاجئيين السوريين :وهم مجموعة الأفراد الذين يحملون الجنسية السورية ، والذين يعدون لاجئيين ويقطنون في دولة المهجر.

الأدبيات السابقة

يعد الاغتراب (Alienation) أحد أهم المسائل أثارة للجدل في عصرنا الحديث، وهذا ليس بسبب غموض معناه وأنما بسبب التعريفات الكثيرة التي وضعت له مع كثرة الأتجاهات التي تناولتة بالبحث والتحليل والأختلاف كذلك في تحديد بداياتة.

أن مفهوم الاغتراب ظاهرة أنسانية يتميز بها الانسان دون غيره من الكائنات، فهو الكائن الوحيد الذي يستطيع أن ينفصل عن ذاته وقد ينفصل عن مجتمعه أو عن كليهما معآ .وتختلف درجة الاحساس بالاغتراب بأختلاف الظروف التي يحياها الفرد كما وأن الأفراد يتباينون في شدة أحساسهم به.

أن مشكلة الاغتراب تعد ظاهرة بارزة ومتميزة في العصر الحديث، لانه عصر يعكس أزمات سياسيةً وأجتماعيةً وفكريةً وأخلاقيةً ، لذا فأن مصطلح الاغتراب لايمكن التعامل معه على أنه مفهوم مطلق وواضح أذ لايزال في حقيقة الامر يشوبه الكثير من الغموض والتداخلات، لذلك أستخدم هذا المصطلح بدلالات مختلفة ظهر الكثير منها بشكل يفتقر الى التمييز بشده للحد الذي لايمكننا فيه التحديد بوضوح من هو المغترب.يعزو الباحثان هذا الاختلاف الى المنطلق الذي تناول هذا المفهوم بالبحث والتقصي ومن خلال أطلاع الباحثين الاولي لهذا المفهوم وجد أن التباين واضح وجلي في تناول هذا المفهوم، فرواد الفلسفه يختلفون في تحديد هذا المفهوم عن رواد علم النفس وهؤلاء بدورهم يختلفون عن رجال الدين وكلُ له منحى معين وأتجاه خاص.

لقد أشتقت كلمة الاغتراب من الكلمه اللاتينيه (Alienus) والتي تعني نقل ملكيه شئ ما الى أخر أو تعني الأنتزاع أو الأزاله، والحقيقة أستخدمت هذه الكلمة في اللغتين الأنكليزية والفرنسية للدلالة على العديد من المعاني (أنها من الناحية السيكولوجية تعني حالة فقدان الوعي وعجز أوفقدان القوى العقلية أو الحواس، أما من الناحية الأجتماعية فيقصد بها التعبير عن الاحساس الذاتي بالغربة أو الأنسلاخ سواء عن الذات أو الأخرين. أما المعنى الديني لها فيكمن في أنفصال الانسان عن الله وذلك بأرتكاب الخطايا والمعاصي،أما المعنى القانوني لها فأنه يشير الى تحويل أونقل ملكيه شئ ما الى شخص أخر)[9] . وفي ذخيرة علوم النفس، أوضح(كمال دسوقي،1988) من أن الاغتراب يشير الى الأتي:.

[9] الاغتراب، ريتشارد شاخت، ترجمة، كامل يوسف حسين ،2005. بيروت : المؤسسة العربية للدراسات والنشر،ص64.

1.شعور بالوحدة والغربة وأنعدام علاقات المحبة مع الأخرين، وأفتقاد هذه العلاقات خصوصا عندما تكون متوقعة.

2.حالة كون الأشخاص والمواقف المألوفة تبدو غريبة، ضرب من الأدراك الخاطئ فيه تظهر المواقف والأشخاص المعروفة من قبل وكأنها مستغربة أو غير مألوفة.

3. إنفصال الفرد عن الذات الحقيقية بسبب الإنشغال العقلي بالمجردات وبضرورة مجاراة رغبات الأخرين وما تمليه النظم الأجتماعية، فأغتراب الانسان المعاصر عن الغير وعن النفس هو أحد الموضوعات المسيطرة على فكر الوجوديين.

4. مرادف الأضطراب العقلي، وأستخدم في الطب العقلي على أنه يدل على مرض العقل[10].

وجاء في مختار الصحاح للشيخ الأمام (محمد بن أبي بكر عبد القادر الرازي،1992) مايأتي :

غرب بالغربة الاغتراب .تقول :(تغرب وأغترب) بمعنى فهو(غريب) و(غرب) والجمع (الغرباء) .والغرباء أيضاً الأباعد.و(أغترب) فلان أذا تزوج الى غير أقاربه .وفي الحديث الشريف(أغتربوا لا تضووا) و (التغريب) النفي عن البلد و(أغرب) جاء بشئ غريب، أو صار غريباً[11].

أن ظاهرة الاغتراب نمت وتطورت من خلال الفكر الفلسفي المعاصر وكذلك من خلال المنظرين في علم النفس،حيث أنهم وضعوا الأسس العلمية الدقيقة والواضحة للتحقق من هذا المفهوم وسبر أغواره وتحديد مجالاته وأبعاده وتمكنوا كذلك من وضع المقاييس العلمية لقياس هذه الأبعاد للتعرف على حدة الاغتراب لدى الأفراد ومدى هذه الحدية في التأثير على سلوك الأفراد وعلى صحتهم النفسية، وهذا مايؤكده كل من تروستي و دولي-دايكي(Trusty & Dooley-Dickey,1993) من أن (مفهوم الاغتراب نمى وتطور من خلال القرون الوسطى والفكر الفلسفي والأجتماعي المعاصر وكذلك من خلال علم النفس الأجتماعي)[12].

أما مفهوم الاغتراب من وجهه نظر دينيه والتي تظهر في الاديان الثلاثه الكبرى المتمثلة باليهودية والمسيحية والاسلام فأنها وعلى مايبدو تلتقي على مفهوم واحد للاغتراب المتمثل في أن معنى الاغتراب هو(الانفصال، أي أنفصال الانسان عن الله وأنفصال الانسان عن الطبيعة الملذات والشهوات . وأنفصال الانسان (المؤمن) عن الانسان (غير المؤمن) حيث أن الاغتراب ظاهرة حتميه في الوجود الانساني وحياة

[10] ذخيرة علوم النفس،كمال الدسوقي،1988، القاهرة: الدار الدولية للنشر والتوزيع ،ص37.

[11] مختار الصحاح ، محمد بن أبي بكر بن عبد القادر الرازي ، 1992، لبنان: مكتبة لبنان، ص223.

[12] Alienation From School Students Perception, Trusty,J;& Dooley-Dickey,K, 1993, Journal of Research and Development in Education ,26,4,p323.

الانسان على الارض ماهيه الاغربه عن وطنه الاسمى، وطنه السماوي)[13].

ويشير كل من مارك وكيري(Marc & Cary,2003) الى أن هناك أربعة متغيرات يمكن أن تؤثر بشكل أو بأخر في التسبب بالاغتراب والتي يمكن أجمالها بالأتي:

1. التحديات المدركة ضمناً لمهام عملنا، وأن هذه التحديات الكبيرة يمكن أن تنشأ وتتحول الى صعوبات كبيرة في العمل مما يجلب السأم والملل واللامعنى.
2. التنظيم للعمل والبيئة، حيث أن المبالغة فيه يعني الكثير من القوانين والأنظمة والأجرأت بالأضافة الى الأشراف الصارم والقاسي المؤدي الى نشؤ الأعاقات المرهقة والمتعبة للفرد.
3. التوطيد الأجتماعي لعملنا وبيئتنا، حيث أن الأكثار منها وزيادتها ربما يؤدي الى الأنزعاج والتصادم مع عواطف الأخرين والأقران وفقدان الأستقلالية، وأن القليل منها قد يبعث على العزلة وقلة الدعم والمساندة والمساعدة.
4. التوافق والأنسجام للعمل والمنظمات وللقيم والمعايير والأهداف والتعايش معها طيلة العمر، حيث أن الكثير منها يؤدي الى أن يكون هناك غياب للرؤيه بالنسبة للنتائج والنهايات، وأن القليل منها قد يدفع الفرد الى عمل أشياء ضد ضميره وغير معياريه أي أنها غير متوافقة مع المعايير الأجتماعية وبالشكل الذي تكون مخالفة وخارقه لقوانيين المجتمع والأخرين[14].

وكذلك فهم يميزون ومن خلال قراءاتهم حول الاغتراب بين معنيين مختلفين وواضحين للآغتراب وهما كالآتي:

أولا:. الاغتراب الأولي

يشير هذا النوع من الاغتراب الى الشعور بأن هناك شئ مختلف عن الأمور العادية والطبيعية، لذا فأن الاغتراب هنا يكمن في الشعور بالأختلاف أو المخالفه.

أن الاغتراب الأولي يشير الى الخبرة والشعور بأن هناك شئ مختلف عن العادي أو الطبيعي، فالفرد يشعر بالغربة أذا كان غير شاعر بذاته الحقيقية أو العادية .أن هذا النوع من الاغتراب هو عبارة عن أحساس كبير بأن الحاضر غامض وغير واضح وخاصة فيما يتعلق بعدم الأتصال بالمكان والزمان أي مع (هنا والآن) ، وهذا يعني بأن الفرد في هذا النوع من الاغتراب يكون غير راغب في أي شئ خاص أو معين

[13] الاغتراب وأزمة الانسان المعاصر ، نبيل رمزي أسكندر ،1989. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية ،ص35.

[14] To be me or not to be me : about alienation, Marc Schabracq & Cary Cooper,2003, Counselling Psychology Quarterly,16,2,p56.

وكذلك ليس لديه الرغبة بأن يباشر أي فعل خاص لآجل العمل وكأغتراب أولي غالبآ ماتكون الخبرات كأشياءٍ غير سارة ومحزنة[15].

ثانيا:. الاغتراب الثانوي:

أن هذا النوع من الاغتراب يشير أو يتعلق بأنعدام الخبرة أو الشعور بأن هناك شئ غير عادي أو غير مألوف من قبل الفرد والذي يكون مخالف في توقع الأخرين، وفي هذه الحالة فأن الاغتراب الثانوي يتعلق بألاختلاف في الخبرة والشعور، ويذهب كل من (مارك و كيري،2003) الى أن الاغتراب الثانوي قد ينشأ أساساً من الاغتراب الأولي وقد يكون نتيجة له، وأن كلا النوعين من الاغتراب يشير الى أضطراب العلاقة بين الفرد وبيئته أو بينه وبين ذاته بحيث يصبح غريب عن جزء من ذاته أو فعالياته ونشاطاته .وهما يشيران الى أن (الاغتراب الثانوي غالباً مايصاحبه الشعور بالأحساس بالأنفعال المفاجئ والغضب والقنوط، وأن هذه المشاعر غالباً ماتبدو وتظهر ممتلئة ومشبعة بفقدان المعنى والكأبة صعوداً للوصول الى فقدان المشاعر بشكل تام وهذه تكون متلازمة مع تعابير الوجه وأنعدام حالة التعابير العاطفية وربما تكون متلازمة مع سمات أنفعالية طفيفة كالكأبة، الحزن، الغضب، الكراهية وشذوذ طفيف)[16].

أن الاغتراب الثانوي يوصف بأنه مرحلة من الكآبة بطريقة مؤلمة التي تؤدي الى تقليل الشعور بالذات ككيان مستقل وهو بمثابة مسببات لسلوك الفرد بأن يبقى خارج نفسه وذاته بحيث يصبح كالدمية التي تقاد بواسطة قوى خارجية .وأن قلة الشعور بالذات او أنعدامه يعني ضمناً بان الفرد لايستطيع الولوج الى مشاعر الأخرين وهذا يعني بأن الفرد غير قادر ولايمكنه التأثير بالأخرين، ونتيجة لهذا فان الأنفعالات الذاتية أو الشخصية قد تنمو وتترعرع بشكل أجوف وقاسي وهذا يدلل على أن الفرد لايراعي مشاعر الأخرين وأحاسيسهم عند التفاعل معهم، وأن مثل هؤلاء الأفراد يسيرون نحو تحول مشاعرهم وأحاسيسهم الى نوع من الغلظة والقساوة والصرامة المنغرسة في أدوارهم الأجتماعية والتي تجعل
من مشاعرهم جامده وغير حميميه وهذا ماقد يفسر لنا سخرية مثل هؤلاء الأفراد بالعمل مع منظمات الجنس البشري بشكل عام.

ويحدد شيروم(Shirom ,2002) النتائج السلبية على مستوى الأفراد بالنسبة للاغتراب الثانوي والتي يمكن أجمالها كالأتي:

[15] Bread for everybody, Party win For everybody,Greative thinking for everybody, Bruyn,M. Bruyn,R & Gier,G. 2000. Rumst, Belgium: Greativ Atelier Windekind ,p53.
[16] To be me or not to be me : about alienation,P76.

1.فقدان الأبداعيه والأبتكار بالنسبة لتطور نمو الفرد.

2. فقدان المتعة والأندفاع للعمل.

3. نقصان في التأثير والفعالية.

4. الصراعات والعزلة.

5. المقاومة للتغيير، حتى وأن كان التغيير نحو الأفضل.

6. نقص أو تراجع في نوعية الحياة والقبول الشخصي أو الرضا الذاتي وذلك عن طريق رفض الفعاليات الحياتية والعيش في حقول الحياة الأخرى.

7. الفرص الكبيرة للتعرض لكل أنواع الحوادث.

8. التعرض لكل أنواع الأمراض النفسية والسيكوماتية.

9. تراجع وأنحطاط في النظام المناعي للفرد، وماينتج عنه من فرص كبيرة للآصابة بالأمراض.

10. النتائج الفسيولوجية الخاصة والتي تتمثل بالضغط الهورموني وماينشأ عنه من علل وأمراض جسديه تتمثل في أرتفاع مستوى الكولستيرول في الدم وبما ينعكس سلباً على الدماغ والقلب.

11. التعب والإعياء الدائم.

12. موت سابق لأوانه[17].

ونجد ان أبرز أبعاد الاغتراب ومظاهره ومكوناته ، كما وردت في الدراسات والبحوث السابقه التي تناولت هذا الموضوع بالبحث والتقصي وهي كالآتي:

أولا :. العجز Powerlessness:

ويعني عدم قدرة الفرد على السيطرة على الأحداث والمجريات مع عدم قدرته على التأثير في المواقف الأجتماعية التي يتعرض لها مع عجزه عن السيطرة على تصرفاته وأفعاله ورغباته، وهذا بالتالي مايجعله غير قادر على تقرير مصيره، فمصيره وإرادته تتحددان من قبل عوامل وقوى خارجة عن إرادته الذاتية.

وهو بهذا المعنى يكون عاجزاً عن صنع قراراته المصيرية التي تحدد خطواته المستقبلية وغير قادر على التعبير بصراحة عن إرائه وتطلعاته ويصاحبه الفشل في تدبير أموره وبالتالي فأنه يكون عاجزاً عن تحقيق ذاته وشاعراً بالآستسلام والخنوع الدائم.

أن جوهر العجز عند الفرد يتأتى أساساً من توقعه بأنه لايملك القدرة على التحكم وممارسة الضبط

[17] The effects of work stress on health, Shirom, A. 2002.Handbook of work and health Chichester Wley, p63. psychology,Second revised edition.

وهذا يعود الى أن الأشياء التي تحيط به تسيطر عليها ظروف خارجية أقوى منه ومن أرادته، وبمعنى يصبح فيها الأفراد في ظل سياق مجتمعي محدد يتوقعون مقدماً أنهم لايستطيعون أو لايملكون تقرير أو تحقيق ما يتطلعون اليه من نتائج أو مخرجات من خلال سلوكهم أو فعالياتهم الخاصة،فهم يستشعرون أفتقاد القدرة على التحكم في مخرجات هذا السياق وتوجيهها الأمر الذي يولد خبرة الشعور بالعجز والأحباط وخيبة الأمل في أمكانية التأثير في متغيرات هذا السياق والقوى المسيطرة عليه[18].

ثانيا :. اللامعنى Meaninglessness:

وهو شعور الفرد بأفتقاده للموجه أو المرشد فيما يتعلق بسلوكه ومعتقداته، مما ينجم عنها شعور بفراغ كبير لإنعدام الأهداف الأساسية التي تقوده وتعطيه معناً للحياة وتحدد أتجاهاته وتستقطب نشاطاته وبهذا فأن الفرد هنا يرى بأن الحياة خالية من المعنى وهي عباره عن صحراء فارغة لكونها تسير وفق منطق غير معقول، وهذا مايدفعه للعيش فيها غير مبالي وفاقد للواقعية الحياتية وينظر الى الحياة بأنها غير مجدية ومملؤة بالروتين والملل مع عدم رغبته في أن يكون فيها أصلاً.

ويشير كل من جون ونينا(John & Nina ,2001) بأن هذا البعد يعني(الشعور بأختلاط المعنى وعدم التمييز بين المسائل الشخصية والأمور الأجتماعية)[19].

ثالثا :. اللامعياريه (الانوميا) Normlessness:

وتعني عدم تمسك الفرد بالمعايير والضوابط والأعراف الأجتماعية وشعوره بأن الوسائل أو السبل الغير شرعيه مطلوبة وضرورية لآنجاز الأهداف وأن تعاكست مع القيم والعادات السائدة .وهذا يعني أهتزاز القيم والمعايير داخل المجتمع للأنهيار الذي يلحق بالبناء الأجتماعي وأتساع الهوة بين أهداف المجتمع وقدرة الفردللوصول اليها مما يؤدي الى أستحسان المعاني والمقاصد الغير مرغوب فيها أجتماعياً لتحقيق الأهداف[20].

رابعاً :. العزلة الأجتماعية Social Isolation:

يمكن التعبير عنها بأنها نوع من الأحساس بالاقصاء والرفض كنقيض للقبول الأجتماعي، وهو بالتالي شعور الفرد بالوحدة والفراغ النفسي والأفتقاد الى الأمن والعلاقات الأجتماعية الحميمة والبعد عن الأخرين حتى وأن كان بينهم وقد يكون هذا مصحوباً بالشعور بالرفض الأجتماعي والأنعزال عن الأهداف الثقافية

[18] الأغتراب في المجتمع المصري المعاصر: دراسة تحليلية ميدانية لإفتقاد القدرة في ضؤ الأتجاه الماكروبنيوي في علم الأجتماع ، أحمد النكلاوي (1989). ، القاهرة: دار الثقافة العربية ، ص121.

[19] Measurement and Modeling of Alienation in theDistribution,John,F.Gaski & Nina,M. Ray,2001,Channel Industrial Marketing Management,30,p208.

[20] الأغتراب في المجتمع المصري المعاصر، مصدر سابق، ص105.

للمجتمع وهذا قد يؤدي بالنتيجة الى البعد بين أهداف الفرد وبين قيم المجتمع ومعاييره، وهذا الأمر قد يقصي الفرد عن المشاركة في الفعاليات الأجتماعية وشعوره بعدم الانتماء الذي قد يولد
لديه كراهيه لقيم المجتمع مما يدفعه لتبني أفكار ومعايير مخالفة لآعراف ومعايير المجتمع الذي يعيش فيه . ويرى بعض الباحثين في ذلك نوعاً من الأنفصال عن المجتمع وثقافته، وتشير جوليا كريستيفا (Kristeva .J,1997) الى أن (الفرد المغترب هو الذي لاينتمي الى أحد المجاميع ولايشكل جزء من المجموعة والذي غالباً ما يكون تركيزه متعلق فقط بالجوانب والدوافع السلبية التي تمثل الاغتراب).

أن هذا المعنى للاغتراب لايقصد به العزلة الاجتماعية التي تواجه بعض الفلاسفة والمثقفين من الناس كنتيجه لآنعدام التكيف الأجتماعي أو ضعف الأتصال الأجتماعي وذلك لكبر الهوة المعرفية بينهم وبين الأخرين ، ولذا فأن(الأفراد الذين يحيون حياة عزله وأغتراب لايرون قيمة كبيرة لكثير من الأهداف والمفاهيم التي يعتز بها أفراد المجتمع ويبرز هذا الضعف في عدد من المؤشرات منها عدم مشاركة الأفراد المغتربين لبقية الناس في مجتمعهم فيما يثير أهتمامهم من برامج تلفزيونيه وأذاعيه ونشاطات أخرى مختلفه)[21].

خامسا :. الاغتراب عن الذات Self-estrangement:

هذا النوع من الاغتراب يتمثل في أنفصال الفرد عن ذاته وعدم التطابق معها أي أنه يخلق ذاتاً غير حقيقية نتيجة لتأثيرات الضغوط الأجتماعية وبما تحمله من نظم وأعراف وتقاليد وبكل تناقضاته مما قد يؤدي الى طمس الذات الحقيقية للفرد، بحيث يكون غير قادر على أيجاد الأنشطة والفعاليات التي تكافئ قدراته وأمكاناته وهذ قد يؤدي الى الشعور بعدم الرضا عن ذاته ويفقد صلته الحقيقية بذاته وقد يرفض كل مايحيط به وكذلك قد يصاحبه الشعور بالضيق والتبرم لكل ماهو قائم حوله.

وقد علق فروم على هذا البعد بأنه(نمط من الخبرة من خلالها يرى الفرد نفسه كمغترب، فهو يشعر أنه غريب عن نفسه حيث لم يرى ذاته أويخبرها كمركز لعالمه أو كمنشئ وخالق لأفعاله، ولكن أفعاله ومترتباتها تصبح لها السياده وأنه يطيعها ويخضع لها)[22].

سادساً :. التشيوء Reifieation :

يقصد به أن الفرد يعامل كما لو كان شيئاً وأنه قد تحول الى موضوع وفقد هويته التي هي بمثابة مركز أنسانيته وذاته، وهذا يعني وصول الفرد الى مرحلة يكون فيها شئ أي تذوب ماهيته الذاتية وسط الأشياء

[21] الاغتراب : اصطلاحا ومفهوما وواقعا ، قيس النوري ، 1999، عالم الفكر ، العدد الاول ، المجلد العاشر ،ص 27.

[22] Psychological correlation of alienation in Kuwait students, Al-khawaj,J.M.A.1988.Their submilted for the degree of doctor Of philosophy. University of Surrey.Dept.of psychology, p44.

المحيطة به وتمحى معالم أنسانيته.

ويمكننا الوقوف على جذور التشيوء من خلال التطرق الى تعريف(جان جاك روسو) للاغتراب، حيث أنه يعرفه بأنه (التسليم أو البيع، فالانسان الذي يجعل نفسه عبداً لآخر، أنسان لايسلم نفسه وأنما هو بالآحرى يبيع نفسه من أجل بقائه على الاقل)، أن التشيوء، يتأتى أساساً من أحساس الفرد بفقدان الهوية وأنه مجرد شئ وأنه تحول من كيان معرفي يعول عليه في بناء الحضارة ويرجى من تطلعاته وأبداعه الشئ الكثير الى مجرد موضوع غير قادر على تقرير مصيره وأنه مقتلع من حيث لاجذور له تربطه بنفسه أو واقعه أو بالأخرين[23] (1).

وتأسيساً على ماتقدم يرى الباحثان بأن هذه الأبعاد الستة للأغتراب تكاد تكون مترابطة ومتداخلة ويكمل بعضها البعض الأخر ولكل بعد منها أهميته وتأثيره في تحديد طبيعة أغتراب الفرد ودرجة وحدة هذا الاغتراب، وكذلك يمكن القول بأن الفرد الذي تنطبق على سلوكياته ومفردات حياته هذه المظاهر والأبعاد أعلاه، بأنه يعيش حاله من الاغتراب والتي تشكل حاجزاً منيعاً دون تحقيق ذاته وبالتالي عن أستمتاعه بصحة نفسية سليمة تؤهله لأستغلال طاقاته بأقصى درجة ممكنة كأنسان.

أن الادبيات والابحاث التي تصدت للكشف عن العلاقة بين الاغتراب والتوافق النفسي، أكدت العلاقة الجوهرية السالبة بينها، وأن الاغتراب كمفهوم يؤثر بشكل فعال على التوافق النفسي (Self-adjustment)،حيث يعد التوافق من المصطلحات الغامضة الى حد كبير، وقد يعزى هذا لإرتباطه بالتصور النظري للطبيعة الانسانية وكذلك الى تعدد النظريات والأطر الثقافية التي تناولته بالبحث والتقصي، وربما قد يكون من أحد أسباب هذا الغموض هو الخلط بين المفاهيم وخاصة بين مفهومي(التوافق والتكيف)[24] (2).

وبناءاً على ماتقدم ، يرى الباحثان بأن توافق الفرد قد يكمن في توفر قدر من الرضا القائم على أساس واقعي بالشكل الذي يؤدي الى التقليل من الشعور بالأحباط والقلق، وهذا يعني من جهة أخرى بأن التوافق يعتمد على الأنشطة التي يقوم بها الفرد لإشباع حاجة أو التغلب على صعوبة أو أجتياز معوق من أجل الوصول الى حالة من الأنسجام مع البيئة والمحيط، كما ان إشباع الحاجات قد يؤدي في الكثير من الأحيان الى خفض حالة التوتر عند الفرد ويدفعه الى التوافق بشكل واضح، علماً بأن العديد من العلماء من يؤكد بأن التكيف الناضج يؤدي الى التوافق الناضج وعكسه يؤدي الى سؤ التوافق.

---

[23] الاغتراب ، محمود رجب، ص58 " مصدر سابق ".

[24] المدخل الى البحث في العلوم السلوكية ، صالح بن حمد العساف،2007، ط5، الرياض : سلسلة البحث في العلوم السلوكية ،ص61.

وهناك من العوامل الآخرى التي تدخل في سؤ التوافق والتي تتمثل في عدم فهم الفرد لذاته أو التقدير السالب للذات والذي يؤدي الى عدم قدرة الفرد للتعرف على إمكاناته وطاقاته والذي ينعكس سلباً على تحديد الأهداف والفشل في تحقيقها، حيث مثل هذه الأمور تضاعف من سوء التوافق لدى الفرد وتعرضه الى المزيد من الأضطرابات ، أن طبيعة أستجابات الفرد أزاء الضغوط النفسية التي يتعرض اليها تتوقف على جملة من العوامل منها، طبيعة الضغط النفسي الذي يتعرض له الفرد، وبنائه الشخصي، وحالاته المزاجية، وعمره الزمني ، وصحتة الجسمية وكذلك الجنس(ذكر،أنثى).أما بالنسبة الى ماهية الاحاسيس والمشاعر التي ترافق سؤ التوافق النفسي، فأنها تختلف من حيث درجتها وحدتها ومن حيث تباين خبرات الافراد الذين يتعرضون اليها.

الاستنتاجات :

من خلال الاطلاع على الادبيات السابقة تبين أقتران ظاهرة الاغتراب بعدم أمكانية الفرد على تحقيق توافقه النفسي وتوافقه مع الأخرين ذلك أن الاغتراب في حقيقة الأمر يؤدي الى خمول وأنطفاء حالة التفاعل الأجتماعي عند الفرد مما يجعله غير فعال أجتماعياً وفاقداً للقدرات التي تحدد مدى مساهمته في البناء والتطور، أن (الأنتماء يعد من الحاجات الانسانية التي يمكن من خلالها إشباع الحاجة للهوية الذاتية، وعدم إشباع الحاجة للانتماء يعني العزلة الأجتماعية والاغتراب عن الذات).

ومن جهة أخرى فأن أغتراب الفرد يولد لدية الكثير من المشاعر التي تحمله الى سوء التوافق النفسي والمتمثلة بأحساس الفرد بعدم المساواة ونقص أوأنعدام الفرص الأبداعية والشعور بعدم الأنتماء والملل وجمود الشخصية وبالتالي الشعور بعدم الرضا في المحيط الذاتي والأجتماعي وهذا ما قد يجعله أكثر تمرداً ونفوراً من الذات والمجتمع وكل هذه المشاعر سوف تؤدي بالنتيجة الى سوء التوافق النفسي للفرد.

وبما أن الاغتراب يحمل في مضامينه ويدلل على الوعي الذاتي المفقود أو الوعي الزائف القاصر لتعرف الفرد على صفاته وأفعاله الموجودة في العالم الخارجي، فأن هذا قد يقود بالتالي الى أن تتحول أعمال الفرد ونشاطاته وكذلك قدراته وأمكاناته الى أشياء غريبة ومستقلة عنه وعن ذاته مما قد ينعكس هذا على شعوره المستمر بعدم الرضا وعدم التوافق مع الذات.

أن الفرد اللاجئ يعاني أساساً من أفتقاده لحالة الأهتمام الأجتماعي وتكوين علاقات أجتماعية وهذا الأمر يجعله عاجزاً عن توافقه النفسي والأجتماعي،ويعد هذا العجز المعيار الأساسي لنمو مشاعر الاغتراب لدى الفرد،وهذا ماقد يؤكد العلاقة السالبة بين الاغتراب والتوافق النفسي، وأن أنعدام الأهتمام الأجتماعي وشعور الفرد بالتفرقة والتمييز سوف يجعله أكثر تقبلاً للشعور بالاغتراب وخاصة في بلد المهجر.

أن تقدير الذات الذي يعد جانباً مهماً وأساسياً في التوافق النفسي والذي يدعم الرضا عن الذات المتطلب توفر خصائص لدى الفرد من أهمها الثقة بالذات والمبادأة والأستقلالية والقدرة على مواجهة المشكلات، كل هذه الخصائص يفتقد اليها الفرد المغترب من حيث أن تقدير الذات لديه يكون منخفضاً ويعيش في أطار الذات السلبية أن صح التعبير.

ويرى الباحثان بأن ظروف اللاجئيين السوريين ومايعانونه من ضغوطات على المستويين النفسي والأجتماعي وصعوبة عودتهم الى الوطن الأم ربما يزيد من مشاعر الاغتراب لديهم والذي ينعكس سلباً على توافقهم النفسي والأجتماعي، وأن مثل هذه الأمور وغيرها ربما تكون بمثابة العوامل المساعدة لتزايد مشاعر الاغتراب حيث تحمل هذه المشاعر في طياتها عدم الرضا أو معارضة الأهتمامات السائدة والموضوعات والقيم والمعايير وأنشطة وتنظيمات المجتمع الذي يقيمون فيه وغالباً ماقد يؤدي هذا الأمر الى عدم الانسجام بين الفرد والمجتمع والمؤدي بدوره الى عدم الأنسجام بين الفرد وذاته والعكس صحيح، كما أن اللاجئيين غالباً ما يعرضون حالات من الصراع وعلاقات سالبة وهذا بدوره سوف يؤدي الى تعزيز الأتجاهات السالبة لديهم ويجعلهم خارج نطاق التغيير وذلك من خلال شعورهم بالأكتفاء والأشباع الذاتي مما يجعلهم يميلون الى عدم المشاركة بالفعاليات والأنشطة الأجتماعية ويعتبرون التفاعل الأجتماعي لايجدي نفعاً . بمعنى آخر ان زيادة مشاعر الاغتراب لدى الفرد سوف تؤدي بالنتيجة الى زيادة سوء توافقه مع الذات ومع المجتمع الذي يحيا فيه.

كما يرى الباحثان أن سوء الأستقرار على الأصعدة النفسية والأجتماعية والسياسية الأقتصادية بالنسبة للاجئيين السوريين في الخارج والداخل وهذا التفاعل المتواصل بين الخارج والداخل يؤدي الى القلق المستمر لهم الأمر الذي ينعكس سلباً على تكيفهم للحياة الجديدة وكذلك انحسار المشاركة الفعلية في نشاطات المجتمع الذي يعيشون فيه ، بالأضافة الى تعاظم وتزايد الفجوة بين جيل الأباء والأبناء وخاصة في بلد المهجر وتضارب العادات والتقاليد وأختفاء الكثير من القيم والعادات التي كانت موجودة في الوطن الأم والمتمثلة في التعاطف والتراحم والآلفة والأيثار والتي نفتقر اليها في حياتنا المعاصرة وخاصة في بلد المهجر، كل هذه المسائل قد تؤسس أجواء مناخية صالحة لزيادة مشاعر الاغتراب لدى السوريين اللاجئيين وتؤثر بشكل كبير على توافقهم النفسي.

كما ان مسألة الفروق بين الجنسين بالنسبة للأغتراب لم تحسم بعد في الدراسات السابقة، فبعضها توصل الى تزايد مشاعر الاغتراب عند الذكور مقارنة بالأناث والبعض الآخر أوضح تزايد مشاعر الاغتراب عند الأناث مقارنةً بالذكور ، في حين ان فريقاً ثالثاً من الباحثين توصل الى عدم وجود فروق جوهرية بين

الجنسين بالنسبة لمشاعر الاغتراب ، ويبين الباحثان الى وجود مشاعر الاغتراب عند الذكور اكثر من الاناث، ويرد ذلك الى الظروف النفسية والأجتماعية المحدده لهوية الدور الجنسي وكذلك الى نمط التنشئة الأجتماعية والأسرية في المجتمعات الشرقية والتي تختلف نوعاً ما لدى الأناث على إعتبار أن المجتمعات الشرقية هي مجتمعات (ذكورية) وتعطي الفرصة الكبيرة للرجل للتفاعل الأجتماعي والأختلاط بشكل أكبر وهذا مما يجعل الرجال في هذه المجتمعات أكثر عرضةً للانتكاسات والأحباط في حياتهم البيئية والتي بدورها سوف تؤدي الى زيادة مشاعر الاغتراب لديهم قياساً بالأناث.

إن سيادة (الدور الأبوي) في المجتمعات الشرقية وبأن الرجل هو الذي يتحمل الأعباء الكثيرة التي تقع على كاهله وقلقه الدائم وتفكيره بمستقبله الأسري يخلق لديه حالات شديدة من القلق والعجز أحياناً والتي تعتبر من الأمور الممهده لنمو وتزايد الاغتراب لديهم.

وفيما يتعلق باللاجئيين السوريين ونتيجة للظروف القاهرة التي دفعت بهم للهجرة من البلد الأم ولما عانوه من صعوبات اللجوء ومآسيها والتي قد يكون للرجل فيها الحصة الأكبر كل هذا أثر بشكل أو بآخر على نفسيته وشعوره الدائم بالقلق وعدم الأمان والأطمئنان لما تؤول عليه الأمور ، كل هذه الأمور تجعل منه عرضة للوقوع في شباك الاغتراب مقارنةً بالمرأة.

ثم تأتي بعد ذلك مسألة اللجوء الى الغرب والأنفتاح على أوربا والتعايش مع حضارة مختلفة تماماً عما كان يألفها الفرد في بلاده، وما لهذا التغير السريع في الأنتقال من حضارة الشرق الى حضارة الغرب المنفتحة تماماً والذي قد يؤدي بالنتيجة الى تغيرات في الأدوار الأجتماعية بحيث يبدأ دور الرجل بالتراجع قياساً بما كان عليه سابقاً، وتأخذ المرأة دوراً قد يكون مماثلاً لدور الرجل مما يؤدي الى أكتسابها للكثير من السمات الذكرية خاصةً وأن الثقافة الغربية تخلق أجواءً ثقافيةً يمكن للمرأة فيها أن تختار أدواراً تبادليه.

كل هذه العوامل قد تؤدي في حقيقة الأمر الى تصدع إحساس الرجل بهويته وأن هذا التصدع في الهوية يؤدي الى نقصان قدرة الفرد على مواجهة الأزمات وإدراك العلائق بينها.

كما بينت الادبيات السابقة التي تناولت موضوع الاغتراب أن الغير متزوجين هم أشد شعوراً بالاغتراب قياساً بالمتزوجين ،إذ لابد من التعامل مع هذا المتغير بأعتباره ظاهرة متفاعله مع العديد من العوامل النفسية والأجتماعية والسياسية والأقتصادية وأن أغناء هذه العوامل وإشباعها من شانه أن يقلل من مشاعر الاغتراب لدى الأفراد، وأن الحياة الزوجية ومايجلبه للفرد من إستقرار عاطفي ونفسي ينعكس بشكل فعال على تقوية الأنتماء الأسري والأجتماعي للفرد، هذا الأنتماء الذي يشعر الفرد بالطمأنينة

والأمان وأنه جزء من مجموعة أو كيان يجد ذاته فيه وأنه غير منعزل عن الآخرين وأن مثل هذه المشاعر تعمل على تخفيف أو أطفاء مشاعر الاغتراب لدى الأفراد، ويرد الباحثان اسباب ذلك
الى أن المتزوجين من اللاجئيين السوريين قد يكونوا أكثر إشباعاً لحاجاتهم الأساسية قياساً بالعزاب، ونحن ندرك بأن إشباع حاجات الفرد على الصعيد البايولوجي والنفسي يمهد له الطريق الى الوصول الى الحاجة الاسمى وهي تحقيق الذات، وهذه الحاجة تعبر بشكل أو بأخر عن كمال الصحة النفسية للفرد وبالتالي فأنها تقلل من مشاعر الاغتراب لديه.

ومن جانب آخر بينت الدراسات بأن حدة الاغتراب تكون متلازمة عكسياً مع العمر الزمني بالنسبة للأفراد ، ويرى الباحثان في هذا الصدد بأن الأعمار الصغيرة (المراهقين) من الجنسين بالنسبة للاجئيين السوريين هم أكثر عرضة لتزايد مشاعر الاغتراب مقارنةً بالفئة العمرية الكبيرة وذلك لأن أطرهم المرجعيه والثقافيه لاتزال في طور التشكل والتبلور وهم الأكثر تعرضاً لصدمة صراع القيم والتقاليد قياساً بالمسنيين، وهذا النوع من الصراع بين الذي نشؤا عليه وبين مايرونه في المحيط الثقافي الذي يعيشون فيه بالغربة يؤدي بالنتيجة الى نشوء إنماط سلوكية مختلفة والتي تعتبر غريبةً عن ثقافة وتقاليد وقيم العائلة والمجتمع وأن هذا النوع من الصراع قد يؤدي بالفرد الى حالة الشعور بالاغتراب عن الذات والمجتمع.

وينبغي أن لاتفوتنا الأشارة الى التغيرات والتحولات الفكرية والثقافية والأقتصادية والأجتماعية التي يتعرض لها اللاجئيين وخاصةً فئة الشباب (المراهقين) منهم وماتنتجه هذه التغيرات من تبني الذات لقيم اللامعيارية والتمرد، وهذه القيم التي تجعل من الشباب غير أبهين بما تمليه عليهم قيم وعادات وتقاليد الأسرة والمجتمع مما تدفعهم دفعاً للوقوع في شباك الاغتراب، ويسود لديهم الأعتقاد الذي ينطوي تحته النظرة التحقيرية لعادات وتقاليد وقيم المجتمع وخاصةً لما يرونه في المجتمع الجديد من أساليب تؤهلهم لتكوين مثل هذه النظرة.

ولابد لنا هنا من لفت الأنتباه الى أن نسق القيم الشخصية وخصائص الأبعاد النفسية للفرد هي ليست آلية جاهزة يمكن للفرد اللجؤ اليها وقتما يشاء، ولكنها تتأتى أساساً وتتطور مع العمر ونتيجة للخبرات المتراكمة في حياة الفرد وتفاعلها مع أستعدادات الفرد وما يطرأُ على واقعه من متغيرات، ولذا فأننا قد نلمس بان الأفراد ذوي الفئات العمرية الكبيرة ونتيجة للخبرات المتراكمة لديهم ربما يكونوا أكثر دراية ونضج في تقبل الحياة الجديدة والموازنة بين قيمها وتقاليدها وما لديهم من قيم وتقاليد المجتمع الأم ولذلك فهم لايعانون من صراع حاد في القيم ولهم قدرة أكثر على التكيف للحياة الجديدة التي فرضت عليهم.
هذا ومما تجدر الأشارة اليه، بأن مسألة التمسك بالعادات والتقاليد لاتعد من الأشياء الخاطئة وغير

الحضارية كما يذهب اليه البعض، بل على العكس من ذلك من حيث أنها تعتبر من مقومات شخصية الفرد ومن العوامل المساعة على التكيف والتعايش مع الأعراف والتقاليد الأخرى.

ومن ناحية اخرى تبين الادبيات ان لمتغير عدد سنوات الغربة له علاقة بمستوى الشعور بالاغتراب ، إذ نجد ان اللاجئيين السوريين ممن مضت على اقامة لجوئهم فترة قصيرة في الغربة والممتدة بين (1الى 3) سنوات هم أكثر شعوراً بالاغتراب مقارنةً بالأفراد الأخرين من الذين مضت على أقامة لجوئهم فترة طويلة في الغربه والممتده الى أكثرمن (3) سنوات .

ويعزي الباحثان أسباب هذه النتيجة الى أن الأفراد حديثوا العهد باللجوء من بلدهم الاصلي قد يعانون من سوء التكيف مع المحيط الجديد وكذلك من مشاعر القلق وعدم الاستقرار النفسي والأجتماعي وذلك لعدم المامهم الكافي بقيم وتقاليد وعادات المجتمع السويدي مقارنةً بالذين مضت عليهم سنوات تمتد الى اكثر من 3 سنوات في الغربة.

بالأضافة الى ذلك فأن حديثوا العهد في بلاد الغربة من اللاجئيين لم يتمكنوا بعد من أستيعاب مفردات اللغة الجديدة (ناهيك عن الذين لم يرغبوا في تعلمها)، لاسيما أن اللغة تمثل وسيلة الآتصال الآساسية وتساعد الفرد في الأندماج بالمجتمع والتأثير والتأثر به، وان هذا الأمر يؤدي بالنتيجة الى عزوف الكثير من اللاجئيين بالاندماج مع المجتمع الجديد الذي يعيشون فيه ، وقد ينتج من هذه العزلة عجز في إمكانات الفرد وقدراته للوصول الى تحقيق أهدافه وبالتالي فأنها ربما تخلق لديه نوع من التمرد واللامبالاة للقوانين الأجتماعية السائده في بلد المهجر وهذه المظاهر تجعله أكثر شعوراً بالاغتراب من غيرة، وبالتالي من المحتمل أن تكون مثل هذه المظاهر هي المسؤلة عن عدم شعور الفرد بالأنتماء للمحيط الجديد بحيث ينفصل الفرد عن محيطه وذاته ويشعر بأنه غريب عنهما.

كما بينت الادبيات السابقة ان للمستوى الدراسي علاقة بمشاعر الاغتراب ، فالمستوى الدراسي له تأثير كبيرً في صياغة شخصية الفرد وبالتالي فهو يعد من المقومات الداعمة للشخصية، حيث أن هذا التحصيل العالي للفرد يساعده على التكيف مع المواقف التي تواجههُ وتجعله أكثر حنكةً ودرايةً في حل المشكلات الحياتية بشكل عام. خاصة وأن علماء النفس يتفقون بأن الذكاء هو قدرة على التكيف وأن أصحاب المستويات الدراسية العليا يملكون قدراً لابأس به من المهارات التي تساعدهم على فهم مشكلات الواقع الحياتيه وفهم أنفسهم والأخرين،وتجعلهم أكثر قدرة على المواجهه والمبادءه.

ويعزو الباحثان بأن الافراد ذوي التحصيل الدراسي العالي هم أقدر على التكيف للوسط الجديد الذي يعيشون فيه وهم أقدر على الأندماج بالمجتمع وأكثر أستيعاباً لقيم وتقاليد هذا المجتمع مما يعطيهم

قدراً أكبر من الموازنة والموائمة بين قيم وتقاليد البلد الأم وبلد المهجر، وهذا مايجعلهم أقل نفوراً وعزلةً مقارنةً بأبناء جلدتهم من ذوي التحصيل الدراسي الواطئ، ولأنهم يدركون الواقع بشكلٍ موضوعي أكبر لذا فقد يجعلهم هذا الأمر أبعد مايكونوا عن تبني السلوك اللأمعياري واللامبالاة وعدم الأنتماء الذي قد يتأتى أساساً من عدم فهم الواقع الجديد ومتطلباته، وبهذا فأن ذوي المستوى التحصيل العالي يمتازون بقدرتهم على مواجهة مشاعر الاغتراب ويكونوا أكثر التصاقاً بذاتهم وأكثر تواصلاً مع الأخرين وذلك من خلال فهمهم لحقيقة ذاتهم والأخرين والمجتمع الجديد الذي يعيشون فيه.

أن مشاعر (العجز والعزلة) واللتان هما من أكثر الأعراض التصاقاً بالاغتراب قد تتأتى نتيجة لعدم قدرة الفرد على مواجهه المشكلات الحياتية أو مواكبة تغيرات العصر بروح علمية وموضوعية وقد يكون هنا لمستوى التحصيل العالي أثراً كبيراً في أبعاد هذه المشاعر عن الذات لما يمتاز به أصحاب هذا المستوى من تحدي وأصرار للوصول الى الهدف الأسمى والمتمثل بتحقيق الذات، قياساً بذوي مستوى التحصيل الواطئ الذي قد يكونوا أكثر عرضة لأن تسيطر عليهم مثل هذه المشاعر وتهيمن على سلوكهم وتصرفاتهم الأمر الذي يؤدي الى الاغتراب عن الذات والأخرين.

كما يعد ذلك من الأمور المنطقيه من حيث أن الأفراد ذوي التحصيل الدراسي العالي هم أكثر قدرة على أدراك قدراتهم وأكثر تقديراً للذات وهم يتمتعون بحالة من التكيف العالية التي تدعم التوازن النفسي لديهم وبذلك يكونوا أكثر واقعية وموضوعية في أختيار الأهداف التي يرومون تحقيقها وهذا ما يخفف من حدة الصراع لديهم ويبعد عنهم مشاعر الاغتراب بشكل عام.

الخاتمة:

إن من المهام الأساسية للعلوم السلوكية هو البحث والتقصي في السلوك الأنساني وإثابة وتدعيم المثمر منه والعمل على مساعده الفرد للوصول الى جزء من الرضا النفسي أو التوافق النفسي كي يمكنه أستغلال طاقاته وأمكاناته الى أقصى درجة ممكنة،لأن الله سبحانه وتعالى خلق الأنسان في أحسن تكوين وهيأ له من الطاقات والأمكانات لووجدت ظروفها الملائمة للنمو فأنه سوف يعمر الأرض ويشيع السعادة والرضا في الكون، وإن إعاقه هذه الأمكانات والطاقات معناه تعطيل لمنهجية الحياة لذا فان البحوث في العلوم السلوكية مهمتها تسليط الضوء على الكثير من المتغيرات التي تهدد السلامة الأنسانية وتعطل طاقاتها الخلاقة.

من خلال ما تم عرضه من خلال هذه الدراسة يتبين ان حجم المعاناة التي يقاسي منها الفرد اللاجئ من جراء أغترابه وسوء توافقه النفسي يكون كبيراً وهذا مما ينعكس سلباً على مستوى أدائه النفسي

والاجتماعي وبالتالي سوف يكون عنصراً هداماً في المجتمع وبذلك تخسر هذه المجتمعات طاقات كبيرة وضخمة ومنتجة كان من الأولى بها أن تستغلها في ميادين الآنتاج المختلفة فيما لو تمكنت من التعرف على مسببات الاغتراب وتأثيره على بعض المتغيرات لدى الافراد وعملت على معالجته بالاساليب العلمية والموضوعية.

فضلا عن وجود هوة وبعد فيما يتعلق بالتفاعل والأتصال مع ثقافة المجتمع الذي يقيمون فيه وهذا اما يؤدي في الكثير من الأحيان الى الأنزواء ويضعف الأنطلاق والأبداعيه وتعطيل الكثير من الأبداع العقلي والأبتكاري لدى اللاجئيين حيث يدخل الشعور بالاغتراب سبب أساسي في هذا المضمار و يكون له تأثير واضح على خفض مستوى الصحة النفسية لدى الفرد وهذا يعني بشكل أوبأخر الى خفض مستوى التوافق النفسي والأجتماعي لدى الفرد اللاجئ ،كما تبين وجود عدد من المتغيرات التي تؤثر وتتأثر بالاغتراب والتوافق النفسي بالنسبة للاجئيين في دول المهجر ومن هذه المتغيرات(الجنس، العمر، الحالة الأجتماعية ،عدد سنوات الغربة ومستوى التحصيل الدراسي) ، معرفة اثارها وانعكاساتها السلبية تبدي الحاجة الى وضع الخطط الكفيلة بتخفيف حدتها على الفرد والمجتمع.

التوصيـات والمقترحـات

يوصي الباحثان في ضوء النتائج التي تم التوصل اليها :

1. بناء مشروع تطبيقي أرشادي يتضمن برنامج أرشاد الصحة النفسية لتصحيح مشاعر ومعتقدات الاغتراب، ويكون الهدف منه هوخفض حدة مشاعر الاغتراب لدى فئة الشباب(مرحلة المراهقة) اللاجئيين ومن الذين يحصلون على درجات مرتفعة على مقياس الاغتراب، وذلك عن طريق عقد العديد من الجلسات الأرشاديه بأتباع أسلوب الأرشاد الجمعي والتي يتم من خلالها أقناع أفراد المجموعة الأرشاديه بأن معتقداتهم غير عقلانيه والعمل على أن يحل محلها معتقدات ومدركات وسلوكيات عقلانيه، وهذا يتم من خلال أشراك الأفراد أيجابياً في تنفيذ البرنامج مع ملاحظة الجمع بين الطابع العلمي النظري والطابع التطبيقي العملي وما يتضمنه من أشراك الأسرة في ذلك.

2. ضرورة أنشاء وظيفة مرشد الصحة النفسية لتقديم خدمات أرشاد الصحة النفسية للاجئيين السوريين وخاصة فيما يتعلق بدوائر اللجوء والمدارس وخاصة العربية منها، كي يعمل على مساعدة الأفراد والطلبه لتخطي المشكلات التي يتعرضون اليها وذلك من خلال فتح قنوات مع الأهل من أجل أطلاعهم على البرامج الأرشادية الكفيلة بمساعدة أبنائهم لتدعيم ذاتهم وسلوكهم البناء.

أما **المقترحات** فيمكن إجمالها بالأتي:

1. دراسة مقارنه لعلاقة الاغتراب بسمات الشخصية لدى اللاجئيين في الدول الاوربية والدول العربية .

2. دراسة علاقة الاغتراب والمفارقه القيميه ببعض المتغيرات النفسية والأجتماعية وخاصة فيما يتعلق بالتنشئة الأجتماعية.

3. دراسة مقارنه لظاهرة الاغتراب بين اللاجئيين السوريين وأفراد المجتمع الاصلي للتعرف على مدى تأثير الحضارة والثقافة على هذه الظاهرة.

4. دراسة علاقة الاغتراب بالمستوى الأقتصادي للفرد، للتعرف على مدى تأثير الفقر والعوزعلى نفسية الفرد وأغترابه .

5. دراسة العلاقة بين الاغتراب وكل من الأرهاب والأدمان والعنف بالنسبة للاجئيين السوريين في المهجر.

المراجع :

الكتب العربية:

- إرشاد الصحة النفسية لتصحيح مشاعر الاغتراب، سناء حامد زهران ، 2004. القاهرة: عالم الكتب ، ص107.
- الاغتراب: اصطلاحاً ومفهوماً وواقعاً، قيس النوري ، 1999، عالم الفكر ، العدد الاول ، المجلد العاشر ،ص27.
- الاغتراب، ريتشارد شاخت، ترجمة، كامل يوسف حسين ،2005 ،بيروت : المؤسسة العربية للدراسات والنشر، ص64.
- الاغتراب، محمود رجب ،1998 ، القاهرة. منشأة المعارف المصرية ، ص 574.
- الاغتراب النفسي، محمد أبراهيم عيد ، 1991، القاهرة: عالم الكتب ، ص 21.
- الاغتراب في المجتمع المصري المعاصر: دراسة تحليلية ميدانية لإفتقاد القدرة في ضؤ الأتجاه الماكروبنيوي في علم الأجتماع ، أحمد النكلاوي (1989). ، القاهرة: دار الثقافة العربية، ص121.
- الاغتراب وأزمة الانسان المعاصر، نبيل رمزي أسكندر ،1989. القاهرة: مكتبة النهضة المصرية ،ص35.
- الاغتراب والتغريب الثقافي والتغريب اللغوي لدى عينة جامعية مصرية، إجلال محمد سرى،1993، مجلة كلية التربية عين شمس ، عدد17، جزء 1، القاهرة ، ص77.
- دراسات في سيكولوجية الاغتراب، عبد اللطيف محمد خليفة ،2003، القاهرة، دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.
- دراسة تحليلية للأغتراب وعلاقته ببعض المتغيرات النفسية لدى الشباب ، محمد أبراهيم عيد،1997، مجلة الأرشاد النفسي، عدد6 .
- ذخيرة علوم النفس، كمال الدسوقي ،1988، القاهرة: الدار الدولية للنشر والتوزيع ،ص37.
- علاقة الاغتراب بكل من التوافق وتوكيد الذات ومركز التحكم والقلق والأكتئاب لدى طلاب الجامعة: دراسات في سيكولوجية الاغتراب، عبد اللطيف محمد خليفة ، 2003،. القاهرة: دار غريب للطباعة والنشر والتوزيع.
- مختار الصحاح، محمد بن أبي بكر بن عبد القادر الرازي ، 1992،. لبنان: مكتبة لبنان، ص223.

- المدخل الى البحث في العلوم السلوكية، صالح بن حمد العساف،2007، ط5، الرياض : سلسلة البحث في العلوم السلوكية ،ص61.
- مستويات الاحتراق النفسي لدى معلمي المدارس الحكومية في الأردن،كمال دواني وآخرون ،1989، المجلة التربوية، العدد 16 ، المملكة الأردنية الهاشمية ، ص32.

الكتب الأجنبية:

- Acritical Reexamination of Alienation , Yahya, H. Affinnih,1997, The Social Science Journal , 34,3, p 385.
- Alienation From School Students Perception, Trusty,J;& Dooley-Dickey,K, 1993, Journal of Research and Development in Education ,26,4,p323 .
- Bread for everybody, Party win For everybody,Greative thinking for everybody,Bruyn,M. Bruyn,R & Gier,G.2000.Rumst, Belgium: Greativ Atelier Windekind ,p53.
- Hegels Phenomenology of Spirit, Hegel, G. (translated by Miller, A.V),1977, Oxford University Press, P156.
- Measurement and Modeling of Alienation in theDistribution,John,F.Gaski & Nina,M. Ray,2001,Channel Industrial Marketing Management,30,p208.
- Psychological correlation of alienation in Kuwait students, Al-khawaj,J.M.A.1988,Their submilted for the degree of doctor Of philosophy. University of Surrey.Dept.of psychology, p44.
- The effects of work stress on health, Shirom, A.,2002.Handbook of work and health psychology,second revised edition chichester Wley,p63.
- To be me or not to be me : about alienation, Marc Schabracq & Cary Cooper,2003. Counselling Psychology Quarterly,16,2,p56.