مجلة الأسرة والمجتمع
مجلة دولية محكمة نصف سنوية
تصدر بثلاث لغات
FAMILY AND SOCIETY JOURNAL
International Biannual Journal
refereed Issued in three languages
الترقيم الدولي: ISSN:2392-5337 الترقيم الإلكتروني: EISSN: 2602-6716
https://www.asjp.cerist.dz/en/PresentationRevue/236

المجلد: 12 / العدد: 01 / 2024	تاريخ إرسال المقال: 28/ 04/ 2024	تاريخ القبول: 05 / 07/ 2024	تاريخ النشر: 31 / 07 2024	الصفحة: 105 – 121

الاغتراب النفسي (مقاربة مفاهيمية)

Psychological alienation (conceptual approach)

زوبير بن رويسي*	جامعة يحي فارس المدية، (الجزائر)، مخبر تعليمية اللغة والنصوص.	benrouissi.zoubir@univ-medea.dz
زهرة حميدة	جامعة يحي فارس المدية، (الجزائر)	linda.hmda26@yahoo.com

ملخص:

حاولنا من خلال هذه المقاربة النظرية، إجراء قراءة سيكولوجية لظاهرة الاغتراب النفسي وأبعاده، من خلال استعراض مفاهيم تناولتها بعض الدراسات السابقة ومحاولة التعقيب عليها وربطها بمفاهيم أخرى تمخضت عن تسارع الأحداث في المجتمع، وزخم الثورة التكنولوجية، مع بيان الأسباب الكامنة وراء الظاهرة، والآثار النفسية المترتبة عنها، ثم محاولة تقديم الأساليب المقترحة للتخفيف والحد من تنامي الظاهرة. وذلك كله بالاعتماد على المنهج الوصفي التحليلي كقاعدة يقوم عليها بحثنا للوصول إلى الهدف المطلوب ألا وهو تسليط الضوء مفاهيميا على ظاهرة الاغتراب النفسي.

الكلمات المفتاحية: الاغتراب، الاغتراب النفسي، الدوافع، الآثار النفسية، أساليب التخفيف

Abstract:

Through this theoretical approach, we tried to conduct a psychological reading of the phenomenon of psychological alienation and its dimensions, by reviewing concepts addressed by some previous studies and trying to comment on them and link them to other concepts resulting from the acceleration of events in society and the momentum of the technological revolution, while stating the underlying causes of the phenomenon and the psychological effects resulting from it, then trying to present the proposed methods to mitigate and limit the growth of the phenomenon. All of this is based on the descriptive analytical method as a basis on which our research is based to reach the desired goal, which is to shed light conceptually on the phenomenon of psychological alienation.

Keywords: Alienation, psychological alienation, motives, psychological effects, mitigation methods.

* المؤلف المرسل

عنوان المقال: الاغتراب النفسي (مقاربة مفاهيمية)	اسم ولقب المؤلف 1: زوبير بن رويسي اسم ولقب المؤلف 2: زهرة حميدة	المجلد: 12 / العدد: 01 / 2024	الصفحة: 105– 121

مقدمة:

رغم إدراكنا لهويتنا التي تميزنا عن الآخرين وتجعلنا متفردين، فإننا نعلم دون أدنى شك أن تميزنا ذاك ينطلق من أسس نفسية يقوم عليها انتماءنا. وهو ما يتحدد بناء على ما تمليه علينا جماعتنا ثم مجتمعنا الكبير، ولإدراك ذلك توجب تحديد معالم الانتماء أولا، ثم الخوض في غمار الحياة، فالأركان القائمة على مجموعة من المعتقدات والقيم والعادات والتقاليد المتفق عليها مسبقا بين أفراد المجتمع، والتي يتمركز حولها النظام المعرفي تعطي دلالة من نوع خاص وتؤسس لحدود البناء الفكري، فتنتج عنها السلوكيات والتفاعلات التي من شأنها الدفع بعجلة التنمية نحو كل أشكال التطور والرقي.

والانسجام المشترك الذي يحفظ هيبة الجماعة، هو ما يجعل من عموم الناس ملزمين بحفظ المرجعية الواضحة والانتماء لها، وكل ما غاب ذاك التجانس تزعزع الوعي الاجتماعي وتفكك ودخل النظام في حالة فوضى تولد عنها اغترابا نفسيا عند البعض على حساب البعض الآخر، ليعجز الفرد عندها عن تحديد مجال واضح للانتماء، ويفقد معه بوصلة الهوية.

وبالرغم من كل التقدم الحضاري والفكري الذي يعيشه الإنسان المعاصر إلا أنه يواجه صعوبات ومتناقضات داخلية دخيلة على نفسيته تخضع لجملة من المتغيرات الكثيرة، أجبرته على عيش معان مثل: اللامعنى واللاقوة والعجز نجمت عن اختلال في التوازن بين تقدم تكنولوجي ومادي رهيب قابله بطء في التقدم المعنوي، وتراجع في القيم والمرجعية الأخلاقية. وهو ما أعاق تكيّفه مع محيطه واندماجه في مجتمعه، وعجل له ظهور الضغوطات النفسية، وجعل منه فردا عدوانيا على نفسه ومع الآخرين، وذاك ما بينته **دراسة جبايلي** (2022) التي هدفت إلى إبراز دور الاغتراب في ظهور السلوك العدواني لدى المراهقين، وخلصت إلى أن الاغتراب النفسي هو أحد الظواهر الاجتماعية التي يترتب عنها آثارا سلبية تخلف لدى المراهق مجموعة من المشكلات المتمثلة في الشعور بالانعزال عن الآخرين وفقدان المعايير والإحساس بالعجز واللاقوة والشعور بالقلق المستمر والتشاؤم وهو ما يدفعه إلى سلوك العدوان كمحاولة لإثبات الذات.

كذلك نجد دراسة **Brown & al** (2003) عن اغتراب المراهقين ، والتي هدفت إلى معرفة ما الذي يمكن أن يفعله معلميهم اتجاه اغترابهم، وخلصت إلى إبراز أهم مظاهر الاغتراب ودور المدرسة في اغتراب الطلاب من خلال الثقافة السائدة والسلطة الممارسة والعلاقات المسببة للاغتراب، كما اقترحت خطة للتقليل من مستوياته.

عنوان المقال: الاغتراب النفسي (مقاربة مفاهيمية)	اسم ولقب المؤلف 1: زوبير بن رويسي اسم ولقب المؤلف 2: زهرة حميدة	المجلد: 12 / العدد: 01 / 2024	الصفحة: 105– 121

لذلك سعينا من خلال بحثنا هذا إلى تقديم قراءة مفاهيمية للاغتراب النفسي. من خلال التعريج على نقاط أساسية، تتمثل في:

- مفهوم الاغتراب النفسي؛
- أبعاد الاغتراب النفسي؛
- أسباب الاغتراب النفسي؛
- الاغتراب النفسي في ضوء النظريات النفسية؛
- الآثار النفسية والاجتماعية للاغتراب النفسي؛
- أساليب التخفيف من آثار الاغتراب النفسي؛

أولا: مفهوم الاغتراب النفسي

مصطلح "الاغتراب" مصطلح كثر تداوله مع كثرة مشكلات العالم الحديث، وبخاصة مع التطورات التكنولوجية والصناعية الأخيرة، ليناقش من زوايا ومجالات علمية مختلفة كمجالات الفلسفة وفلسفة السياسة والعلوم الاجتماعية والإنسانية.

حيث يرى أحمد أبو زيد (1979) أنه: "يجمع بين مجموعة عناصر متمثلة في الانسلاخ عن المجتمع والعزلة أو الانعزال، والعجز عن التلاؤم والإخفاق في التكيف مع الأوضاع السائدة في المجتمع واللامبالاة وعدم الشعور بالانتماء بل وأيضا انعدام الشعور بمغزى الحياة". (**عبد الله، عبد الله (2008)، ص23**).

1– الاغتراب لغة:

يقول الرازي (1975) "الغربة، والاغتراب، ونقول (تغرب) و(اغترب) بمعنى أنه (غريب) و(غرب) بضمتين والجمع (غرباء). والغرباء أيضا الأبعاد. والتغريب النفي عن البلد. وأغرب جاء بشيء غريب. وأغرب أيضا صار غريبا ". (**العقيلي، محمد (2004)، ص10**)

وهو ما يدل على قدم الكلمة تداولا واستعمالا نسبة للغة العربية، قبل الاتصال بالحضارات الغربية.

2– الاغتراب اصطلاحا:

يرى منصور (1989) رؤيتين مختلفتين للاغتراب إحداهما اجتماعية من خلال "رؤية المجتمع للغريب على أنه ليس من أبنائه، وهو ما يعني أنه غير مرتبط بهم لا فكريا ولا اجتماعيا". أما الثانية فهي نفسية " لما للعوامل النفسية الدخيلة من أثر على الفرد وهو بين أهله وأبناء مجتمعه". (**العقيلي، محمد (2004)، ص11**)

ما يمكننا من ضبط مفهوم الاغتراب النفسي من وجهتين:

2-1- سوسيولوجيا:

تناول "**إميل دوركايم** " مفهوم الاغتراب في سياق تحليله لظاهرة الأنوميا، أو اللامعيارية Anomie والتي تعني فقدان المعايير حيث تكمن سعادة الإنسان في تحقيق حاجات متناسبة أو متوازنة مع الوسائل المتاحة لإشباعها، وعزلة الإنسان وانقطاعه عن النسق الاجتماعي هي مصدرا لغربته عن المجتمع. (**بركات، عبد الحق (2016)، ص54**)

كما بيّن " **ابراهيم مذكور** وآخرون "في معجم العلوم الاجتماعية أن الاغتراب يقصد به ما يأتي: (**العقيلي، محمد (2004)، ص30**)

بصفة عامة هو البعد عن الأهل والوطن، ويتلخص مفهوم الاغتراب النفسي في أن المرء يمر أحيانا بأوضاع يفقد فيها نفسه ويصبح فيها غريبا عن أهله، وكل ما يقوم به من نشاط مما يؤدي إلى فقدان شخصيته، وهو ما يدفعه للثورة كي يستعيد كيانه، حيث يعتبر الاغتراب دافع من دوافع الثورات.

ويُعدّد " **ماركس** " عدّة صور للاغتراب منها الاغتراب السياسي، حيث يكون فيها الفرد مجرد أداة في يد السلطة الطاغية، وصورة للاغتراب الاجتماعي حيث تسيطر الأقلية على الأغلبية في كل طبقات المجتمع. أما صورة الاغتراب الاقتصادي ففيه تستولي طبقة خاصة وتستأثر بوسائل الإنتاج جميعها، أين تسود الرأسمالية.

كما تتجلى فكرة الاغتراب في الجدلية الهيجلية، ويبدو أن فرويد تأثر تأثرا واضحا بها في بعض أرائه، مصرحا بأن الفرد لا يقوى على تحقيق مطالب الحضارة المتعددة، حيث ينتهي به المطاف إلى كره الحياة التي يحياها، وهي ضرب من ضروب الاغتراب.

2-2- سيكولوجيا:

في نظر " **فروم** " لا يوجد فرق بين الشخص السيكوباتيو والشخص المغترب عن عقله، لأنهما مصطلحان متلازمان لشخصية واحدة ودليله في ذلك أن الطبيب الذي يعالج المرضى الذهانيين يسمى بالإنجليزية **Alienist**.

أما " **هورني** " فترى أن الاغتراب هو انفصال الفرد عن ذاته، وبالتالي ينفصل الفرد عن معتقداته ومشاعره الخاصة ورغباته فتنفذ طاقته، حيث يفقد القوة على التصميم في حياته وذلك بفقدان الإحساس بالوجود الفعال، ويصاحب هذا الشعور بالانفصال عن الذات باختلال في الشخصية واحتقار الذات وكراهيتها، ما يؤدي إلى اللاشخصية، وتظهر غرابة الفرد في الحديث مع نفسه كأنه يحدث كائن آخر. (**بركات، عبد الحق (2016)، ص54**)

وأوضح " **كمال دسوقي** " في كتابه ذخيرة علم النفس أن الاغتراب يشير إلى ما يأتي:

عنوان المقال: الاغتراب النفسي (مقاربة مفاهيمية)	اسم ولقب المؤلف 1: زوبير بن رويسي اسم ولقب المؤلف 2: زهرة حميدة	المجلد: 12 / العدد: 01 / 2024	الصفحة: 105– 121

- شعور بالوحدة، وانعدام العلاقات مع الآخرين (المحبة والصداقة)، وفقدانها قبل الحصول عليها.
- غرابة الأشخاص والمواقف المألوفة، وتتجلى في الإدراك الخاطئ في المواقف والأشخاص المألوفة من قبل.
- ومن نتائج انفصال الفرد عن ذاته الحقيقية انشغال العقل بالمجردات وحرصه على مسايرة رغبات الآخرين.

وعند مراجعتنا لما سبق يمكن اعتبار أن الاغتراب النفسي هو حالة نفسية تتمثل في عدة مظاهر من شخصية الإنسان، منها الضعف والعجز، وبالتالي الاغتراب الذي يصاحبه الانعزال والانسلاخ عن المجتمع.

ثانيا: أبعاد الاغتراب النفسي:

اختلف مفهوم الاغتراب النفسي باختلاف الباحثين ونظرتهم إليه وعدم الاتفاق على محدد لمفهوم الاغتراب لا يعني عدم اتفاقهم على مظاهره وأبعاده، حيث تعددت الآراء حول الأبعاد المكونة للاغتراب النفسي.

1- العزلة الاجتماعية:

تعتبر العزلة الاجتماعية أبرز مظهر للاغتراب النفسي حيث تتمثل في انفصال الفرد عن مجتمعه وشعوره بالغربة وما يصحبها من خوف أو قلق، والتأرجح بين إحساس بالدونية أحيانا وبالتعالي أحيانا أخرى كما لها آثار تتعدى الفرد لتصل للجماعة، وذلك لانعدام التكيف الاجتماعي سواء لضعف الاتصال الاجتماعي، أو الانسحاب من الحياة الاجتماعية وبالتالي يصبح تحقيق الأهداف مستحيلا. ومما سبق يمكن القول أن العزلة الاجتماعية عبارة عن انفصال الفرد عن ذاته مما يسبب له الانفصال عن الآخرين، وهي مطية للاضطراب العقلي". **(حج، إبراهيم وأشرف، محمد (2019)، ص15)**

2- اللامعيارية:

وهي تصور الفرد بدرجة كبيرة لأشكال السلوك التي كانت مرفوضة اجتماعيا فأصبحت مقبولة بدرجة كبيرة، حيث لم تعد لديه ضوابط معيارية تقوم السلوك، فكل ما كان خطأ يصبح صوابا والعكس كذلك، وبالتالي إضفاء صفة الشرعية على كل المرفوضات والمنبوذات في المجتمع لتصبح متاحة ومباحة، فاللّامعيارية نوع من الرفض وشعور بالغموض للقواعد والتعليمات المجتمعية. **(خليل، نزيهة (2021)، ص435)**

3- العجز:

من أهم التعاريف الواردة لمفهوم العجز هو مايعرفه (سيمان) و(خليفة)، حيث يرى (سيمان) بأنه: " الإحساس بالعجز عن مقاومة الأحداث الاجتماعية السياسية"، أي عجز الفرد عن مواجهة الأحداث وعدم القدرة على فعل أي شيء في مجابهة مشاكله اليومية.

أما "**خليفة**" فيعرفه كالتالي: "هو سيطرة النسق المجتمعي على الحالة الشخصية للفرد، فيهيأ له أنه لا يملك شيئا مما يتطلع إليه". (**جبايلي، سهام (2022)، ص603**)

4- فقدان المعنى:

وهو ناتج عن خلل في فهم وإدراك الفرد لما ينتابه من أحداث حياتية واجتماعية مختلفة، وما يعنيه ذلك بالنسبة له، ويشير إلى كل المواقف الواجب على الفرد أن يتخذ فيها قرارا في حياته حتى وإن كانت لا تتوفر لديه ثقة أو معرفة كافية على اتخاذ مثل هكذا قرارات، وهو مظهر من مظاهر الاغتراب، فالفرد الذي يعاني الاغتراب يمتاز بانخفاض التوقع في إمكانية القيام بأدنى السلوكات أو الأنشطة المطلوبة، وينتابه أيضا شعور بضبابية الأهداف الاجتماعية، وقناعات راسخة بأن الأهداف الحاضرة التي يسعى إليها المجتمع تتعارض مع مبادئ وقيم الإنسانية وتعاليم وشرائع الدين. (**حج،إبراهيم، وأشرف محمد (2019)، ص14**)

5- التمرد:

يعني الثورة على قوانين المجتمع وعدم التقيد والانصياع لعاداته وتقاليده كذلك، وارتفاع الشعور بكل معاني الكره والعداء والبغض للنفس وللمجتمع، كما انه شعور الفرد بالانفصال عن الواقع والخروج عن كل ما هو مألوف ورغبة في التمرد على العادات والتقاليد والأعراف. وقد يحدث أن يكون هذا التمرد قسوة على النفس وعلى جميع مؤسسات المجتمع.

6 - الاغتراب عن الذات:

وهي إدراك الفرد بأنه أصبح مغتربا عن ذاته، كما أنها الحالة التي يفقد فيها الفرد كل أنواع الاتصال بذاته الواعية، ويتجلى ذلك من خلال السلوكات اللاواقعية والشعور بنوع من الفتور والملل وكثرة الفراغ والضياع، أين تقمع كل عفوية وتصرفات شخصية للفرد، حيث يتوقف النمو الطبيعي للشخصية، كما يمكن وصفها أنها انفصال عن الذات واغتراب عنها، وهنا يعرفها (سيمان) بأنها انعدام قدرة الفرد في التواصل مع ذاته وشعوره باستحالة تحقيق طموحاته وأهدافه. (**جبايلي، سهام (2022)، ص604**)

7- التشيؤ:

ظهرت جذور وبوادر التشيؤ من خلال تعريف الاغتراب لدى جون جاك روسو والذي عرفه بأنه "الاستسلام والتسليم الطوعي أو البيع. فالفرد الذي يجعل من نفسه عبدا لآخر، إنسان لا يقوم بتسليم نفسه فقط، وإنما هو يبيعها من أجل حفظ بقائه فقط".

عنوان المقال: الاغتراب النفسي (مقاربة مفاهيمية)	اسم ولقب المؤلف 1: زوبير بن رويسي اسم ولقب المؤلف 2: زهرة حميدة	المجلد: 12 / العدد: 01 / 2024	الصفحة: 105– 121

كما يعني التشيؤ إلى أن الفرد قد تحول إلى مادة وموضوعا وفقد إحساسه بهويته وانتمائه، وهو شعور بالانسلاخ وعدم الارتباط، حيث لا جذور تربطه بعالمه المحيط. (**مرباح أحمد تقي الدين، وحبيبة نوغي(2016)، ص189**)

8 - الانسحاب:

هو ميكانيزم دفاعي يلجأ إليه الأنا للهروب من الخطر المتوقع، حيث يعجز الفرد عن مجابهة المواقف الضاغطة، فيزيح عن نفسه القلق بممارسته الانسحاب، أو يقوم بإنكار وجود الضغط مع وجوده. (**مرباح أحمد تقي الدين ، وحبيبة نوغي (2016)، ص189**)

9– الرفض:

وهو اتجاه سلبي برفض ومعاداة كل ما يصدر عن الآخر، أو نبذ بعض من سلوكه وتصرفاته. ويتضمن الرفض الاجتماعي ومظاهر التمرد على المجتمع، وعدم تقبل الآخر، وحتى رفض الفرد لذاته الواقعية. (**غريب، مختار وعبد الله، مصطفى (2016)، ص34**)

10- اللاّهدف:

ويعني أن وجود الفرد في الحياة غير مرتبط بهدف أو غاية، ومن ثم يفقد رغباته وطموحاته من الوجود ومن ضرورة الاستمرارية في الحياة، وهو ما يترتب عنه اضطرابا في سلوكياته وطريقة وأسلوب حياته ونمط عيشه، ويؤدي به إلى التخبط مضيعا لبوصلة طريقه، فاقدا لكل هدف مطلوب في عالمه. (**عبد الله، عبد الله (2020)، ص177**)

ومما سبق يمكن القول أن الاغتراب النفسي المقصود هو حالة شعورية تنتاب الفرد فيحس الانفصال عن ذاته أولا ثم عن مجتمعه، مع عدم تكيفه وعدم توافقه مع عالمه الواقعي وينتابه سلوك الرفض نحوه، ما يؤدي به إلى اعتزال الآخرين وعيش الوحدة، ما يؤدي أيضا إلى التفكك والانهيار في كثير من العلاقات الاجتماعية للفرد ويعجل بظهور الكثير من المشكلات الأسرية، فالمنفصل المغترب عن عالمه الحقيقي يتماهى مع عالم آخر افتراضي، يشعره بالاطمئنان والسكون إليه.

ثالثا: أسباب الاغتراب النفسي

يعزو علماء النفس الشعور بالاغتراب إلى بعض العوامل النفسية المرتبطة بمراحل نمو الفرد، أو أخرى اجتماعية تعود على المجتمع الذي يعيش فيه، كما يمكن أن يكون لبعض العوامل الاقتصادية دور في ذلك ما يصنع للفرد حواجز مانعة تكون بمثابة صعوبات تحول دون مضيه قدما، والاحتمال الأكبر هو أن أسباب الاغتراب النفسي تكون نتاج تفاعل كل تلك الأسباب أو جلها.

عنوان المقال: الاغتراب النفسي (مقاربة مفاهيمية)	اسم ولقب المؤلف 1: زوبير بن رويسي اسم ولقب المؤلف 2: زهرة حميدة	المجلد: 12 / العدد: 01 / 2024	الصفحة: 105– 121

وكأي ظاهرة اجتماعية يمكننا تلخيص وسرد تلك العوامل المؤثرة في جملة من العناصر من أهمها:

1- الأسباب النفسية:

تعتبر الضغوط الداخلية من أغلب مصادر التي تؤدي إلى اغتراب، حيث يسعى من خلال معظم نشاطه بحثا عن الارتقاء لأعلى درجات الكمال، حتى تتحقق ذاتيته المثالية، ويصل بنفسه إلى أحسن صورة يطمح إليها، ومن أسبابه المتوقعة يمكن أن نذكر ما يلي: (**جبايلي، سهام (2022)، ص601**)

- الصراعات: بين الدوافع والحاجات التي يجب إشباعها في وقت واحد، مما يخلق التوتر الانفعالي ونوبات القلق واضطرابات الشخصية
- الإحباطات: المتعلقة بشعور الفرد بخيبات الأمل والفشل المتكررة، وإحساسه بالعجز التام، إضافة لشعوره بالقهر واحتقاره لذاته.
- الحرمان: المتمثل في عدم الحصول على الفرص المناسبة لتحقيق الرغبات وإشباع الحاجات.
- الخبرات الصادمة والأحداث الضاغطة: وهذه الخبرات المؤلمة تحرك عوامل أخرى تعمل على تحفيز الشعور بالاغتراب مثل الأزمات الأسرية كطلاق الوالدين، أو وفاة أحدهم.
- أزمة القيم: لكل ثقافة مجموع القيم التي بناء عليها تتشكل الشخصية الإنسانية، فتصبح جزءا لا يتجزأ عن الكل. ولأنها محور تقوم عليه شخصية الفرد فإن كل خطر يهدد القيم، سيضرب لا محالة شخصية الفرد.

فالاغتراب إذا نمط وشكل من أشكال التجارب التي يعيشها الفرد، ويعاني فيها صراع مجموع القيم المتضاربة التي قد تؤدي إلى انكسار وتلاشي الذات وتشوه الهوية الفردية ثم الاجتماعية، ويتضمن رأي فروم القائل بأن أزمة القيم تتجلى في الصراع الذي يقوم بين القيم التقليدية وقيم المجتمع الصناعي السائدة في إطار الحياة الجمعية وفي كم الإكراهات الثقافية المتراكمة لاشعوريا عند الإنسان المعاصر وتؤدي بتماسكه النفسي إلى السقوط، وتضرب بذلك وحدته النفسية.. (**قدواني صبرينة، وعبد العزيز حدار (2017)، ص63**)

2- الأسباب الاجتماعية:

تعزو إجلال سري الاغتراب النفسي إلى مجموعة من الضغوطات التي تمارسها البيئة الاجتماعية ومشكلة الأقليات، وانعدام في التفاعل والتواصل الاجتماعيين بين أفراد الجماعات، ناهيك عن تبادل الأدوار وصراع الأجيال.

وعمليات التنشئة الاجتماعية المتناقضة بين الأسرة والمؤسسات التعليمية، وانخفاض النسق القيمي والخلقي، وتتلخص أهم الأسباب فيما يلي: (**جبايلي، سهام (2022)، ص601**)

- الضغوطات التي تمارسها البيئة الاجتماعية والفشل في مجابهتها.
- الثقافة المتناقضة التي تحكمها عوامل الهدم والتعقيد.
- الثورة التكنولوجية والصناعية وانعدام التوافق النفسي. مع التغيرات الحاصلة.
- اضطرابات في عملية التنشئة الاجتماعية عند كل من الأسرة والمدرسة والمجتمع.
- انتشار نظام الأقليات، ونقص التواصل الاجتماعي، وتفشي الاتجاهات الاجتماعية السالبة، إضافة للتعصب والدعوة للتفرقة.
- انحطاط نظام القيم وبروز صراع الأجيال.
- تفشي الرذيلة والأخلاق السيئة، وانخفاض الوازع الديني.
- التنشئة الاجتماعية: وهي عملية إعداد الفرد منذ نعومة أظافره وتهيئته للانخراط في المجتمع بشكل إيجابي وفعال، وهي محل اهتمام الباحثين بالبحث على أنجع الطرق وأنسبها لمباشرة العملية، حيث يمكن أن يحدث صراعات وتجاذبات بين مختلف مؤسساتها في نقل منظومة القيم للطفل، أو حتى نوع من المشاحنات التي يفسرها حجم التفاوت في المسافة الثقافية بين التغير المادي الحاصل على المجتمع والذي يؤثر في أساليب المعيشة من خلال المبتكرات الحديثة، وبين التغير المعرفي الذي يطرأ على العقول والأفكار والمعتقدات. (**قدواني، صبرينة، وعبد العزيز حدار (2017)، ص65**)

ويمكننا القول أن أهم دافع للشعور بالاغتراب هو عملية التنشئة الاجتماعية الخاطئة لحجم الأثر النفسي التي تحدثه على الفرد وانعكاس ذلك اجتماعيا على الفرد خلال كل مراحله العمرية ومتطلباتها، كما أن للعمليات الناتجة عن التغير الاجتماعي والتقدم الحضاري الدور الفعال في التأثير على حياة الفرد، من خلال عدم قدرة الإنسان على الانخراط اجتماعيا في القيام بأدواره الاجتماعية، وهو ما يخلق هوة كبيرة بين الأجيال، ويدفع إلى اتساعها أكثر بين الفرد والمجتمع، فيهدم الكثير من القيم التي أقام عليها المجتمع ركائزه مثل التواد والتراحم والتعاطف والمحبة ونبذ كل أشكال ومسببات الخصام والكراهية.

3- الأسباب الاقتصادية:

تؤثر الظروف التي يجابهها الفرد العامل داخل المؤسسات الصناعية على صحته النفسية والجسمية، حيث تبرز منها أهم الأسباب الاقتصادية للاغتراب النفسي وتتمثل في الآتي: (**جبايلي، سهام (2022)، ص601**)

عنوان المقال: الاغتراب النفسي (مقاربة مفاهيمية)	اسم ولقب المؤلف 1: زوبير بن رويسي اسم ولقب المؤلف 2: زهرة حميدة	المجلد: 12 / العدد: 01 / 2024	الصفحة: 105– 121

- ✓ سوء التوافق المهني لما للمحاباة والصداقات في القضاء على تكافؤ الفرص، والتصادم والتضارب بين المؤهلات والقدرات والأجور.
- ✓ سوء الظروف الاقتصادية وانعدام فرص تحقيق متطلبات الحياة.
- ✓ انتشار الأزمات كمشكل السكن وتفشي البطالة وحقوق الأقليات ومشاكل التعليم وغيرها، مما يؤدي إلى ارتفاع الضغوط الحياتية على الأفراد ما يؤثر مباشرة على أهدافهم وخططهم المستقبلية.
- ✓ انخفاض الاندماج الاجتماعي مهنيا، حيث يعتبر باعثا قويا للاغتراب خاصة لدى أولئك الذين ينتمون إلى فئات هشة (سكان العشوائيات).
- ✓ التغير الاجتماعي المتسارع والتطور الحضاري المهول وما يقابله من عدم قدرة على المواكبة والتوافق.
- ✓ النتائج المأمولة والمطلوبة من العامل مقارنة بحقوقه، حيث يمكن أن تتحول إلى صعوبات ضاغطة في العمل ما يؤدي إلى السأم والملل والشعور باللامعنى، إضافة إلى المبالغة في تنظيم بيئة العمل التي لا تتناسب وقدرات العمال، مع الإشراف القاسي والصارم المؤدي إلى ظهور العوائق المرهقة للأفراد. وهي كلها عوامل اقتصادية تدفع بالعامل إلى الاغتراب.

من الأسباب سابقة الذكر يتضح جليا أن الأفراد خلال مرحلة من النمو النفسي الاجتماعي، تطرأ عليهم مجموعة من الأزمات يمكن أن تهز حياتهم، من أهمها أزمة الهوية (وهي عبارة عن تداخل مجموعة من الأسباب)، يحتاجون لحل شامل وعاجل لها، ما يسهم على الأقل في دعم نمو وارتقاء شخصيتهم المستقلة خلال تلك المراحل، حيث يكونون بين سلطة الرقابة الفوقية (أبوية، رؤساء عمل، النظام المجتمعي)، وتحفظات السعي إلى صناعة عالم خاص مستقل، رجاء تحقيق الذات المنشودة كضرورة من متطلبات النمو المرحلي، وبالتالي فإن الأسباب سابقة الذكر منفردة أو مجتمعة ومتداخلة فيما بينها تؤدي إلى مشاعر الاغتراب عند الفرد، وتظهر من خلال سلوكياته نحو الآخرين أو نحو نفسه.

أغلب المظاهر السابقة إنما هي لا تتعدى أن تكون أزمات استفحلت وتطورت في المجتمع الغربي وانتقلت إلينا كأفكار دخيلة مستوردة، مع أن ذلك لا ينفي تعرض المجتمع العربي إلى بعض مظاهر التكيّف الاضطرابية،

والسلوكات المشوهة نتيجة الإحباط من عدم تكافؤ الفرص، وانخفاض قدرة إشباع الحاجات، أو فرص إشباع وهمية، وهو ما يدل على فشل في البناء المجتمعي، وانخفاض في قدرة الحفاظ على دورته الحضارية، وهو ما ينعكس على فشل الفرد في تحقيق أهدافه ومتطلبات حياته، ومن هنا فسلوكيات العنف والإجرام وتعاطي المخدرات وكل الأنواع

عنوان المقال: الاغتراب النفسي (مقاربة مفاهيمية)	اسم ولقب المؤلف 1: زوبير بن رويسي اسم ولقب المؤلف 2: زهرة حميدة	المجلد: 12 / العدد: 01 / 2024	الصفحة: 105– 121

الأخرى، ماهي إلا ظاهرة نفسية شاذة تلخص المرحلة التي تسيطر على دورة المجتمع الحضارية وتظهر كمية الاغتراب المنتشرة، واللامعيارية المتفشية.

رابعا: الاغتراب النفسي في ضوء النظريات النفسية:

1 – نظرية اغتراب الشباب عند كينستون :

يرى "كينستون " (1996) في كتابه " اللاملتزم" محاولا إبراز نظريته عن اغتراب الشباب: " أن اغتراب الشباب في المجتمع الأمريكي مبينا أن جميع المجتمعات عرضة للاغتراب باختلاف أنماطها اجتماعية كانت أو سياسية أو ثقافية. لما تحمله نظرية الاغتراب من معاني تحث على التشاؤم، والاغتراب لا تحدّه حدود وعوامل، من الممكن زواله ". (**العقيلي، محمد (2004)، ص13**)

2 – نظرية أزمة الهوية عند أريكسون:

وتهدف هذه النظرية أساسا إلى الاهتمام بتطور هوية الأنا، حيث يرى اريكسون (1986): "أن نمو هوية الأنا يكون حاسما في فترة المراهقة لدى الفرد، حيث تتوحد هوية الفرد مع ذانه بمجرد تكوينه هدفا مركزيا محددا، ما يؤدي إلى حالة من الألفة والانتماء والشعور بالوجود، وعكس ذلك من نفور وصد للذات يؤدي لا محالة إلى الشعور بالاغتراب لدى المراهق". (**العقيلي، محمد (2004)، ص14**).

ونظرا للاهتمام منقطع النظير بظاهرة الاغتراب فقد ركزت معظم الدراسات على النشأة التاريخية لظاهرة الاغتراب، مهملة في كثير من الأحيان أسبابها.

حيث أشار " مهرا " (**Mehra**) (1973) إلى وجود مدرستين تناولتا الاغتراب :

– الأولى: تناولت الظاهرة من ناحية اجتماعية واعتبرتها مشكلة اجتماعية صرفة، ما هي إلا رد فعل معاكس للضغوطات النفسية من ظلم وتفكك متفاقم في النظام الاجتماعي، ولا سيما المجتمع الرأسمالي، وما الفرد المغترب إلا ضحية لذاك المجتمع، واغترابه نتيجة حتمية للعدالة الاجتماعية المفروضة عليه كما يتضح ذلك في كتابات **"ميرتون"**(**Merton**) (1958) ". (**العقيلي، محمد (2004)، ص14**). في حين أغفلت النظرية أثر شخصية الفرد، وما تعانيه من اضطرابات.

– الثانية: تناولت الظاهرة من ناحية فلسفية، معتبرة إياها مشكلة نفسية تنظر إليها على أنها تطورية بطبيعتها، والاضطرابات الشخصية الأثر الكبير في تكون مظاهر الاغتراب النفسي، وما الفرد إلا ضحية لخبرات وتجارب الطفولة المبكرة و أنماط العلاقات الأسرية، فاغتراب الفرد ما هو إلا اختيار ذاتي يلجأ إليه، وما هو إلا ميكانيزم دفاعي يطبقه للتخلص من الصراع النفسي، وهو ما يظهر جليا في كتابات "كينستون" (Keniston)(1956)،

عنوان المقال: الاغتراب النفسي (مقاربة مفاهيمية)	اسم ولقب المؤلف 1: زوبير بن رويسي اسم ولقب المؤلف 2: زهرة حميدة	المجلد: 12 / العدد: 01 / 2024	الصفحة: 105– 121

"كير كجارد" (erkgard) (1959) ، " اريكسون" (Erikson) ، "فروم" (Fromm) (**العقيلي، محمد (2004)، ص14**) وهو ما يظهر اهتمامهم بالنواحي النفسية للفرد، مع الإغفال الواضح للأثر الاجتماعي على واقع الفرد وحياته.

–النظرة لمفهوم الاغتراب في ضوء التصور الإسلامي:

أهم ما نسجله أن فكرة الاغتراب بكل معانيها وجدت في الفكر الإسلامي الديني والفلسفي على السواء، منذ القدم واستخدمت بعدة معان.

أشار " **فتح الله خليف** " (1979) إلى أن: " الاغتراب في معناه الإسلامي هو اغتراب عن الحياة الاجتماعية المضللة الجارفة، واغتراب عن النظام الاجتماعي القائم على اللاعدالة، فالغرباء في المجتمع الإسلامي قاوموا الحياة وما يشوبها بطريقة إيجابية وسلبية، فتغلبوا على السلطتين، وروضوا النفس على الطاعات ومجاهدة الشهوات واعتزالهم الناس". (**العقيلي، محمد (2004)، ص15**)

كما جاء عن رسول الله صلى الله عليه وسلم: عن أبي هريرة قال: (قال رسول الله صلى الله عليه وسلم بدأ الإسلام غريبا وسيعود كما بدأ، فطوبى للغرباء) ". (**صحيح مسلم: 3٠8 – المجلد 1**)

وأشار إلى ذلك ابن قيم الجوزية حيث " قسم الغربة إلى ثلاثة أقسام: (**العقيلي، محمد (2004)، ص18**).

– النوع الأول: غربة محمودة (وهي تلك الغربة الإيجابية): غربة أهل الله وأهل سنة رسوله بين أهل الأهواء والشهوات وهي الغربة التي مدح رسول الله صلى الله عليه وسلم أهلها، وذكرهم الله سبحانه وتعالى في القرآن الكريم، كما أشار إليهم الرسول صلى الله عليه وسلم في أحاديثه.

– النوع الثاني: غربة مذمومة (وهي تلك الغربة السلبية): غربة أهل الباطل والضلال، وأهل الفجور المنتشرين بين أهل الحق، فهي غربة وسط حزب الله المفلحين سببها الابتعاد عن تعاليم الإسلام، وهم غرباء وإن كثروا وزادت شيعهم.

– النوع الثالث: غربة مشتركة، لا محمودة ولا مذمومة (لا إيجابية ولا سلبية): وهي غربة عن الوطن، فالناس كلهم في دار الفناء غرباء ما دامت الدنيا آيلة إلى زوال، وليست دار مقام لهم، ودار الخلود تنتظرهم.

وبذلك تكون النظرة الشمولية للاغتراب، وما يؤدي للاغتراب بكل اشكاله يكون سببه الأساسي هو الابتعاد عن الدين الإسلامي وعن تعاليم الدين، وهذا ما أكدت عليه الآيات القرآنية وأحاديث الرسول صلى الله عليه وسلم، والكثير من الدراسات والبحوث العربية والأجنبية بأن الحياد والابتعاد عن تعاليم الإسلام يؤدي لا محالة إلى الاغتراب.

عنوان المقال: الاغتراب النفسي (مقاربة مفاهيمية)	اسم ولقب المؤلف 1: زوبير بن رويسي اسم ولقب المؤلف 2: زهرة حميدة	المجلد: 12 / العدد: 01 / 2024	الصفحة: 105– 121

خامسا: الأثار النفسية والاجتماعية للاغتراب النفسي

الاغتراب النفسي ظاهرة اجتماعية المنشأ والجذور، وهو محل اتفاق بين العلماء النفسيون والاجتماعيون معا، وأعراضها سلوكية بادية من خلال سوء توافق الإنسان مع واقعه المعاش والظروف المحيطة به، حيث يجعله غريبا عن ذاته وحتى عن واقعه، وهو ما يكون له أثرا بالغا وجليا على صحته النفسية، وذلك بحسب جل الدراسات في هذا المجال التي نذكر منها: دراسة رجاء الخطيب (1991) التي ذكرت فيها أن الاغتراب ظاهرة اجتماعية مؤنسنة ولكن بصور متفاوتة من فرد لآخر، وتختلف باختلاف مستويات التأثير كالتعليم والمهنة وكم الضغوط النفسية والاجتماعية التي تعترض الفرد ويتوقف هذا الاختلاف على التكوين البيولوجي والنفسي الذي يتمتع به الفرد وينعكس سلبا أو إيجابا على صحته النفسية.

لذلك لا يمكن بأي حال من الأحوال دراسة الاغتراب النفسي بمعزل عن بعده الاجتماعي، لما للحاضنة الاجتماعية من دور في تقريب الفهم منه، حيث نعني بالصحة النفسية تلك الحالة النفسية المستقرة لدى الإنسان، والتي تحقق له نوع من السلام النسبي مع نفسه أولا، ثم مع باقي العالم متمتعا فيها بكامل قواه وإمكانياته المختلفة إلى أبعد الحدود، بما يعود عليه وعلى باقي الأفراد بالنفع والرضا والسعادة. (**عبد الله، عبد الله (2020)، ص174**)

ويمثل الاغتراب حالة نفسية يتعرض لها الفرد نتيجة الظروف التي تواجهه، ويمكن تبيان تلك الآثار النفسية والاجتماعية من خلال بعض العوامل التي جمعها العاقل (2023) فيما يلي:

1- الانسحاب أو اللامواجهة:

قد لا يتمكن الإنسان من مسايرة شعوره بالاغتراب اتجاه علاقاته بالمجتمع الذي يحتويه أو المؤسسات التي ينطوي تحتها عاملا أو مشاركا، ويشعر حينها بالانهزامية التي تجبره على الخنوع والخضوع دون أدنى مقاومة يراها هو في باطنه مجرد مضيعة للوقت، فيحاول الانسحاب أو الهروب باحثا عن منطقة أمان وفرصا أخرى للتحرر من الحال الذي يعانيه، ويتشكل هذا الانسحاب في أشكال مختلفة مثل الهجرة السرية خاصة من قبل الشباب (الحرقة)، كما يميل المثقفون في مراحل شبابهم إلى النشاط ضمن حركات وجمعيات وأحزاب، سرعان ما يتخلون عنها بعد أن يصابوا بنوع من الإحباط وخيبة الأمل مدركين في نفس الوقت أن الانسحاب ليس الحل الذين يطمحون إليه في نهاية المطاف. وأنواع العزلة واللامبالاة أيضا تلك التي تعشش وسط العلاقات العائلية، ويسودها فقدان الوازع الديني واللجوء بدلا من ذلك إلى التشرذم والطائفية التي تعبر عن نوع من التنكر للدين وقيمه الروحية، فيوجهه المغترب إلى تفكيره نحو التقوقع والانغماس في نشاطات التسلية متناسيا المعاناة لفترات متفاوتة.

عنوان المقال: الاغتراب النفسي (مقاربة مفاهيمية)	اسم ولقب المؤلف 1: زوبير بن رويسي اسم ولقب المؤلف 2: زهرة حميدة	المجلد: 12 / العدد: 01 / 2024	الصفحة: 105– 121

2- الخضوع أو الرضوخ والاستسلام للأمر الواقع والتكيّف معه:

وهو ما يكون على الأقل ظاهريا والتملص منه ضمنيا عندما يكون مستحيلا ترافقه بعض التطلعات المواسية، وهو ما يطرح فكرة الرضوخ كخيار ثان يلجأ إليه المغتربون بفعل الضعف واليأس والتمسك بقيم الصبر، ثم أنه يتجلى في لغة خاصة بحسب الثقافة السائدة، فمنها مظاهر التجنب والزيف والتملق والمجاملة والتسويغ والمساومة والتنازل، وهو ما يؤدي بها في نهاية المطاف إلى طلب الانسجام والتناغم بدل التنافر والرفض.

3- التمرد والعمل الثوري:

وهو عبء من الأعباء التي يتحملها المغترب حيث يشترك في النشاطات التي هدفها تغيير المجتمع والمناداة بالإصلاح العام أو نوع من التمرد الذي يجعل الفرد يميل إلى السيكوباتية، فتكون مواجهته هنا مباشرة مع المجتمع أو المؤسسات القائمة، أو حتى الأنظمة.

مما سبق، يمكن القول أن تلك الآثار الناجمة عن الاغتراب النفسي تصبح سلوكا طوعيا يميل إليه المغترب محاولا التعايش مع الوضع القائم وتجنب تفاقم المشاكل الضاغطة إن لم تكن قد تفاقمت أصلا، لتكون وضعيته بذلك أقرب إلى المنفى الاختياري نفسيا كان ذاك أو اجتماعيا منها إلى التفاعل والتواصل الاجتماعي، ولعل سلوك الفرد العربي الشائع هو الميل إلى اختيار الانسحاب والرضوخ طلبا للتعايش قدر المستطاع، تعايش متأثر لا يؤثر تجنب الوقوع في المحظور أو دفع فاتورة هو في غنا عنها، وللعوامل السياسية والنفسية والاجتماعية والثقافية دور كبير في ذلك.

سادسا: أساليب التخفيف من آثار الاغتراب النفسي

الأسرة هي الحاضنة الأولى للعمل التربوي للطفل، فهي تزرع الرابطة الوجدانية عن طريق شبكة القيم التي ترسخها من خلال التنشئة الاجتماعية، فيتعلق الفرد بحدود انتمائه منذ نعومة الأظافر، كما توفر له الهوية الجمعية التي ينتمي إليها والتي تتعرض لهزات كثيرة في مراحل الشباب، أي لحظة أول انفصال عن مرجعية الأسرة وبوادر الزعزعة الأولى لثقة الفرد الاجتماعية في سلطة الأب ونفوذه وفي شرعية تلك السلطة بحثا عن الاستقلالية في التوجه وإثبات الوجود، كما يمكن أن يهتز معتقده الديني في ظل أزمة الشك التي تفرضها التوجهات الدخيلة على منظومته الفكرية، أو ينتابه نوع من الاختناق لما تفرضه عليه الأنظمة السياسية والاجتماعية القائمة فيشعر بمرارة الفقد لحق يراه مسلوبا. فيأتي دور المدرسة كحاضنة أخرى تتقلد مهام الأسرة في محاولة استكمال ما أسست له، حيث تنقل الفرد من حدود الوعي الجمعي إلى الوعي الأكبر في هالة الهوية الوطنية والانتماء، وعندها تتشكل معالم تلك الثقافة من خلال محاولة المزج والتوفيق بين ما هو واقع فعليا وما هو مدرك، وتقوم على برنامج عام يخدم الصالحين الفردي والجمعي ويكرس لمجموعة من القيم والأسس والمبادئ التي يقوم عليها وعي الأنا الجمعي في أعلى مستوياته.

عنوان المقال: الاغتراب النفسي (مقاربة مفاهيمية)	اسم ولقب المؤلف 1: زوبير بن رويسي اسم ولقب المؤلف 2: زهرة حميدة	المجلد: 12 / العدد: 01 / 2024	الصفحة: 105– 121

حيث ترى إجلال سري (1993) أن التصدي للاغتراب يتم عن طريق تحقق الانتماء ومن أهم الإجراءات الواجب اتخاذها خدمة لذلك: (**جديدي، زوليخة (2012)، ص356**)

- التصدي لجميع الأسباب الاجتماعية والنفسية للاغتراب من أجل تدخل عاجل ومبكر لاحتوائها.
- تغليب مشاعر الانتماء على مشاعر الاغتراب، والرجوع إلى الذات بتحقيقها والتواصل مع الواقع على حساب الخيال الواهم.
- دعم كل مظاهر الانتماء الاجتماعي وترسيخ الهوية الاجتماعية والسعي لتحقيق التوازن مع الهوية الشخصية.
- تصحيح الأوضاع الاجتماعية وتوفير مبدأ تكافؤ الفرص بما يضمن التواصل والتفاعل الاجتماعيين.
- تنمية الروح الإيجابية ومواكبة التغيرات الاجتماعية بما يخدمها مع زرع الاعتزاز بالشخصية، ونبذ كل أشكال الفرقة.
- تنمية السلوكيات التي حث عليها الإسلام، وتنمية روح المسؤولية من خلال ممارسة الشعائر والالتزام بتطبيق الواجبات.
- تصحيح الأوضاع الثقافية بما يضمن احترام العادات والتقاليد السوية ويرسخها.
- الابتعاد عن كل أشكال القسوة والتسلط، وكل مظاهر المحاباة في التربية من طرف الآباء واعتماد أسلوب التقبل والتفهم.
- تكييف المناهج التعليمية بما يخدم الدعوة إلى الانتماء، ونبذ كل أشكال التغريب الثقافي.
- تغليب الاهتمام بالجوانب الروحية للفرد من خلال مبادئ التربية الإسلامية.

ويمكننا القول أن الاغتراب كظاهرة نفسية تهدد كل فرد في المجتمع، فلا يمكن الجزم بأن يسلم منها أحد، حيث يصعب التحكم في أبعادها بسبب تعدد مصادرها ومسبباتها، ناهيك عن اختلاف المظاهر الوجدانية والمعرفية والسلوكية التي تكون عبارة عن ردود أفعال حتمية تظهر في الحياة اليومية للفرد من انعزال وانسحاب، وتبعية وخضوع، وتمرد وثورة، وعليه فإن محاولة تناول هذه الظاهرة والتعرض لها بالدراسة و الفهم والتمحيص الجاد يحتاج إلى مقاربة نسقية عابرة للتخصصات متكاملة الحدود ترصد كل الأسباب و تبين كل المظاهر، تأتي باستراتيجية واقعية ذات أبعاد نفسية اجتماعية، وثقافية فكرية للحد من استفحال الظاهرة والوقوف عند تأثيراتها السلبية وطرح البدائل الممكنة والسبل الوقائية المناسبة لها.

– خاتمــة:

ظاهرة الاغتراب النفسي هي حالة نفسية تتمثل في الضعف والعجز والانهيار تنتاب شخصية الإنسان تصاحبها حالة اجتماعية تتمثل في الانسلاخ والانعزال والانسحاب اجتماعيا تبعد الفرد عن المجتمع كمؤثر ومتأثر.

تسترعي كل الجهود والاهتمامات من مختلف مجالات التنمية والرعاية والتأهيل التي من شأنها الحد من استفحالها وانتشارها، وما الضير إن بلغ الاهتمام أقصاه ليشمل كل موقف ومكان يطأه الإنسان، إذ لابد من الاهتمام بالنشء في الأسرة والمدرسة، ثم توفير جو من الألفة والمحبة بين العمال في المؤسسة الواحدة مهما كانت نوعية الخدمات التي تقدمها، والعبرة في البناء لا في الترميم، وفي الوقاية لا في العلاج "فدرهم وقاية خير من قنطار علاج.

– اقتراحات عملية:

1. تشجع الدراسات العملية في مجال الاغتراب النفسي من أجل تشريح واقعي لحجم الأمة ومحاولة إيجاد حلول مناسبة وفعالة لها.
2. تحليل أسباب الظاهرة والوقوف على العناصر المؤدية لها من أجل بناء مخطط استعجالي لتفادي استفحالها.
3. دراسة مختلف العلاقات التي تربط ظاهرة الاغتراب النفسي بمتغيرات أخرى من أجل الوقوف على أثرها وما يمكن تجنبه منها.

المراجع:

1. بركات، عبد الحق (2016)، "**مستوى الاغتراب النفسي لدى عينة من الطلبة المغتربين بجامعة المسيلة**"، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، مجلد، العدد1، 52-75، جامعة محمد بوضياف -المسيلة، الجزائر.
2. جبايلي، سهام (2022)، "**الاغتراب النفسي كمؤشر للسلوك العدواني لدى المراهق**"، مجلة الجامع في الدراسات النفسية والعلوم التربوية، المجلد7، العدد1، 593-613، جامعة محمد بوضياف -المسيلة، الجزائر.
3. جديدي، زوليخة (2012)، "**الاغتراب**"، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد 8، 346-361، جامعة قاصدي مرباح -ورقلة، الجزائر.
4. حج ابراهيم، أشرف محمد (2019)، "**الاغتراب النفسي وعلاقته بقلق المستقبل لدى طلبة جامعة القدس المفتوحة**"، رسالة ماجستير في الإرشاد النفسي التربوي، فلسطين: جامعة القدس المفتوحة.
5. خليل، نزيهة (2021)، "**دور العالم الافتراضي في نشر مظاهر الاغتراب الاجتماعي من خلال مواقع التواصل الاجتماعي**"، مجلة الباحث في العلوم الإنسانية والاجتماعية، الجزائر، مجلد13، عدد2، 433-450، جامعة قاصدي مرباح -ورقلة، الجزائر.
6. عبد الله، عبد الله (2008)، "**الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة**"، رسالة ماجستير في علم النفس الاجتماعي، الجزائر: جامعة بن يوسف بن خدة.

7. عبد الله، عبد الله (2020)، "**الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى طلاب الجامعة دراسة ميدانية على عينة من طلاب الجامعة في الجزائر العاصمة –جوان 2009**"، مجلة قبس للدراسات الإنسانية والاجتماعية، مجلد8، العدد1، 170-197، جامعة الشهيد حمة لخضر –وادي سوف، الجزائر.

8. غريب، مختار، وعبد الله مصطفى (2016) "**الاغتراب النفسي وعلاقته بالصحة النفسية لدى المرأة المطلقة**"، مجلة حقائق للدراسات النفسية والاجتماعية، المجلد1، العدد1، 28- 43، جامعة زيان عاشور –الجلفة، الجزائر،

9. قدواني، صبرينة، وعبد العزيز حدار (2017) "**إشكالية الاغتراب النفسي لدى الطلبة عوامل السببية وسبل التجاوز**"، المجلة الجزائرية للطفولة والتربية، المجلد4، العدد6، 55-69، جامعة لونيسي علي–البليدة 2، الجزائر.

10. مرباح، أحمد تقي الدين، وحبيبة ونوغي (2016)، " **الاغتراب النفسي وعلاقته بالرضا الوظيفي لدى المعلمين المتعاقدين العاملين في مرحلة التعليم الابتدائي**"، مجلة دراسات في علوم التربية، العدد1، 181-210، جامعة الجزائر2، الجزائر.

11. الخطيب، رجاء عبد الرحمن (1991) " **اغتراب الشباب وحاجاتهم النفسية**"، الجمعية المصرية للدراسات النفسية بالاشتراك مع كلية التربية، جامعة عين شمس. بحوث المؤتمر السابع في علم النفس في مصر. 02 سبتمبر. 74-101، القاهرة: مكتبة الأنجلو.

12. العاقل، مجمد (2023) " **الاغتراب الاجتماعي وتأثيره على الهوية الوطنية للشباب الجزائري**"، مجلة هيرودوت للعلوم الإنسانية والاجتماعية، المجلد7، العدد25، 323-335، مؤسسة هيرودوت للبحث العلمي والتكوين، الجزائر.

13. العقيلي، محمد (2004) "**الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي**"، رسالة ماجستير في العلوم الاجتماعية تخصص الرعاية والصحة النفسية، السعودية: جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

14. العقيلي، محمد (2004) "**الاغتراب وعلاقته بالأمن النفسي**"، رسالة ماجستير في العلوم الاجتماعية تخصص الرعاية والصحة النفسية، السعودية: جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.

15. Brown, M, R. Higgins, K. Paulsen, K. (2003),” **Adolescent Alienation: What is it and What Can Educators do about it Intervention in school & Clinic”**, Sep2003, vol 39 (1).