خبرة الأحساس بالوحدة النفسية

الدكتور

إبراهيم زكي قشقوش *

مقـــدمة :

يعيش انسان عالم اليوم ظروفاً حياتية تنوعت وسائلها ، وتعقدت أساليب العيش فيها ، وأصبح التغير السريع المتلاحق سمة أساسية من سمات العصر — إن لم تكن هذه السمة هي أبرز ملامح العصر على الاطلاق ، بحيث لا يكاد الانسان يستقر جاهداً على أمر من الأمور ... إلا ويستجد في حياته دوافع ومبررات تستحثه لاستئناف عناء البحث من جديد في سبيل تجاوز ما سبق له أن حققه واستقرت عليه قناعته . وترتب على ذلك أن أصبحت حياة انسان عالم اليوم حياة يسودها كثير من ضروب التزاحم والمنافسة والتوتر والقلق ... بعد أن استنفذ هذا الانسان جل قدراته وامكاناته في سبيل بلوغ متطلباته المادية غير المحددة أو المحدودة .

ونتيجة لما تقدم ، أصبح انسان عالم اليوم مهيأ بحكم طبيعة الحياة التي قدر عليه أن يحياها لمعاناة كثير من صور الإضطراب النفسي ، وتبعاً لذلك فقد شاع في مجال علم النفس استخدام عديد من المصطلحات التي تصف أو تصور حقيقة ما يعايشه أو يعيشه هذا الانسان من مشاكل واضطرابات نفسية . وأصبح كل من الاكتئاب Depression ، والاغتراب Alienation ، والانعزال Solitude ، والعزلة Isolation ، والوحدة النفسية Loneliness ، وفتور الشعور أو اللامبالاة Apathy ، يمثل ظاهرة نفسية تتطلب مزيداً من جـــهد الباحثين وتفكيرهم بهدف سبر غورها حتى يتسنى

* أستاذ مساعد بقسم الصحة النفسية وكلية التربية — جامعتى عين شمس وقطر .

الكشف عن طبيعة كل منها ومسبباته ومصاحباته وسبل التخفيف قدر الامكان مما يمكن أن يترتب عليه من نواتج وآثار .

وقد لا نجانب الصواب عندما نذهب إلى القول بأن الاحساس بالوحدة النفسية يمثل واحدة من المشكلات الهامة في حياة انسان عالم اليوم ، نظراً لأن هذه المشكلة تعتبر بمثابة نقطة البداية بالنسبة لكثير من المشكلات التي يمكن أن يعانيها ويعايشها ويشكو منها هذا الانسان . وكثيراً ما يترتب على احساس الفرد بالوحدة النفسية مشكلات عدة في حياته ، وكثيراً ما يدعم هذا الإحساس مشكلات أخرى كانت قائمة في حيـــاته قبل بدء احساسه بالوحدة (دونسون وجورجز Donson & Georges ١٩٦٧ ، ويس Weiss ، ١٩٧٣ ، سوزان جوردون S. Gordon ، ١٩٧٦).

تعريف مفهوم الاحساس بالوحدة النفسية :

تعددت المناحي المستخدمة في تعريف معنى الوحدة النفسية . فمن وجهة نظر معاجم اللغة العربية ، يقصد بالوحدة على المستوى النفسي ... الانفراد ، ويتردد هذا المعنى بصور مختلفة في كثير من هذه المعاجم . فيرى محمد بن أبي بكر الرازي (١٩٥٣) أن « الوحدة تعني الانفراد ، والرجل الوحيد يقصد به الرجل المنفرد بنفسه » (ص ص ٧١١–٧١٢) . ويرى الامام أبو الفضل جمال الدين محمد الافريقي المصري الأنصاري (١٣٠٠هـ) أن « الواحد بني على انقطاع النظير وعوز المثل »، « الوحيد ... بني على الوحدة والانفراد عن الأصحاب عن طريق الانقطاع عنهم» . ثم يورد كلاماً لابن حنظلة يذكر فيه أن الرجل عندما يبدو متوحداً فهو منفرد لا يخالط الناس ولا يجالسهم (ص ص ٤٦١ – ٤٦٧) . وهكذا ؛ تتحدث هذه المعاجم عن الوحدة بمعنى الانفراد كعملية ارادية ، حيث يحدث في بعض الأحيان أن يعمد الفرد إلى إعتزال الناس بمحض إرادته والاختلاء بنفسه مع فكرة أو موضوع ما ولا يعتري الفرد عندئذ أي احساس أو شعور بالضيق أو التوتر بسبب كونه وحيداً — بيد أن هذا المعنى يختلف عما يتضمن مصطلح الاحساس بالوحدة النفسية .

ويربط بعض فقهاء اللغة بين مفهوم « الوحدة » ومفهوم « الوحشة » ، فيذهب مجد الدين محمد بن يعقوب الفيروزابادي الشيرازي (د.ت) إلى أن الوحدة تعني الانفراد والوحد من التوحش (ص ص ٣٥٦–٣٥٧) . وينتحي أحمد بن محمد بن علي المقري الفيومي (١٩٣٩) نفس المنحى ، حيث لا يقف عند حد الربط بين الوحدة والانفراد بالنفس ، ولكنه يربط كسابقه بين الاحساس بالوحدة والاحساس بالوحشة ، ويقصد بهذا الاحساس الأخير « الانقطاع عن الناس وبعد القلوب عن المودّات » . وفي توضحية لما يذهب إليه في هذا الصدد يذكر أنه « إذا أقبل الليل استأنس كل وحشي ، إستوحش كل انسي ، أوحش المكان توحش أي خلا من الانس » (ص ص ٨٩٤–٨٩٦) :

وتتخذ بعض المعاجم(١) الأجنبية في تناولها لمفهوم الوحدة النفسية موقفاً أكثر تحديداً مما تذهب إليه معاجم اللغة العربية في هذا الصدد . فيشير نيلسون وزملاؤه Neilson et. al. (١٩٦١) إلى أن مصطلح « وحدة نفسية Loneliness » يشتق من الصفة Lone — وهي صفة يقصد بها منفرد ... متوحد ... وحيد ... من غير رفيق ، ليس عضواً متفاعلا في « شلة » أو جماعة . وهي مفاهيم تشير في جملتها إلى إحساس الفرد بكونه منفصلا أو منعزلا عن أبناء جنسه . ويذكر نيلسون وزملاؤه أن الوحدة النفسية هي تلك الحالة التي يشعر فيها الفرد بالوحدة — أي بالانفصال أو العزلة عن الآخرين ، وهي حالة يصاحبها معاناة الفرد لكثير من ضروب الوحشة Lonesome ، والاغتراب Alienation ، والاغتمام Dejection ، والاكتئاب Depression — من جراء الاحساس بكونه وحيداً (ص ١٤٥٤) .

ويتفق لاروس Larouse (١٩٨٢) مع نيلسون وزملائه بصفة عامة فيما يذهبون إليه بخصوص مصطلح الوحدة النفسية ، ثم يربط لاروس في معجمه بين مفهوم الوحدة النفسية وبين إحساس الفرد بالتعاسة Miserable من جراء

---

(١) يقتصر الباحث هنا على الإشارة إلى المعاجم ودوائر المعارف التي أوردت أو تطرقت لمفهوم الوحدة النفسية .

اضطراره – أي الفرد – إلى اعتزال الناس والانزواء عنهم بسبب شعوره بافتقاد الرفيق أو الصديق (ص ٥١٨) .

وعندما ننتقل من المعاجم اللغوية إلى مجالي علم النفس والاجتماع ، نجد أن تيرنرز Turners (١٩٦٠) يلخص وجهتي نظر البـــاحثين في كل من هذين المجالين بخصوص مفهوم الوحدة النفسية . ومن ثم يذهب تيرنرز إلى القول بأن الشخص يعتبر وحيداً من وجهة نظر علم النفس عندما يعي أو يشعر بعزلته في وحدته ، ويبدو مكتئباً أو مهموماً من جراء إحساسه بالوحدة ، ويترتب على هذا الاحساس أن ينأى الفرد بنفسه أو يبتعد عن المجتمع ، ويبدو بلا رفيق أو صديق – ويشعر تبعاً لذلك كما لو كان مقفراً من الوجهة النفسية أو المعنوية Spiritually desolate . هذا، في الوقت الذي يتحدد فيـــه نصيب الفرد من الوحدة النفسية في نظر رجال علم الاجتماع في ضوء مدى عزلة هـــذا الفرد اجتماعياً عن الآخـــرين – أي في ضوء مدى اشباع حاجـة الفرد إلى الانخراط في علاقات اجتماعية مع آخرين ، وذلك من خلال ارتباطه وتفاعله مع هؤلاء الآخرين وتواصله بهم (ص ٦) .

وفي سعيه للوصول إلى تعريف أكثر دقة لمفهوم الاحساس بالوحدة النفسية ، قام الباحث (١٩٧٩) بمحاولة للوقوف(١)على طبيعة التكوين العاملي لخبرة الاحساس بالوحدة النفسية ، وقد أجريت هذه المحاولة ضمن اجراءات وضع أداة عربية تصلح للاستخدام في قياس هذا الاحساس لدى طلاب الجامعات . واستمد الباحث البنود المتضمنة في الصورة المبدئية لهذه الأداة من مصدرين أساسيين ، يتمثل أولهما في الكتابات والآراء النظرية التي تناولت كنه الاحساس بالوحدة النفسية أوماهيته (تيرنرز Turners ، ١٩٦٠ ، موستاكاز Moustakas ١٩٦١ ، سيبروك Seabrook ، ١٩٦٣ ، سوزان جوردن S. Gordon ، ١٩٧٦ ، لينش Lynch ، ١٩٧٧) .

---

(١) لمزيد من التفاصيل حول هذه المحاولة يرجى الرجوع إلى :

إبراهيم قشقوش (١٩٧٩) : مقياس الإحساس بالوحدة النفسية لطلاب الجامعات . القاهرة . مكتبة الإنجلو المصرية .

وكذلك المحاولات السابقة التي بذلت بهدف وضع أدوات لقياس هذا الاحساس (برادلي Bradley ، ١٩٧٠ ، بيلشر Belcher ، ١٩٧٤ ، دان راشل وآخرون Dan Russell et. al. ، ١٩٧٨) .

أما المصدر الثاني ، فيتمثل في المعلومات التي جمعها الباحث نتيجة إجراء استفتاء مفتوح الطرف Open-ended Questionnaire على مجموعة من المتخصصين في مجالي الصحة النفسية والطب النفسي وما يتصل بكل من هذين المجالين من ممارسات ارشادية وعلاجية – حيث كان يطلب من هؤلاء المتخصصين تحديد كنه إحساس الفرد بالوحدة النفسية والمظاهر السلوكية التي ترتبط بمثل هذا الاحساس أو تصاحبه . وقد أجريت العبارات التي استقر الرأي عليها من بين العبارات التي تجمعت لدى الباحث من هذين المصدرين على مجموعة كبيرة من طلاب الجامعات ، وأخضعت بيانات هذا الاجراء للتحليل العاملي بطريقة المكونات الأساسية لهوتيلنج والتدوير المتعاقد بطريقة فاريمكس لكايزر ، وأسفرت هذه العملية عن ظهور أربعة عوامل يتشبع بكل منها عدد من البنود . وهذه العوامل هي الصداقة والحب ، الفجوة النفسية ، الأعراض العصابية ، المهارات الاجتماعية .

وقد اعتبرت هذه العوامل الأربعة بمثابة مكونات أساسية لخبرة الاحساس بالوحدة النفسية ، وخلص الباحث في ضوئها إلى تعريف محدد لهذا الاحساس مؤداه احساس الفرد بوجود فجوة نفسية تباعد بينه وبين أشخاص وموضوعات مجاله النفسي ، إلى درجة يشعر معها بافتقاد التقبل والتواد والحب من جانب الآخرين – بحيث يترتب على ذلك حرمان الفرد من أهلية الانخراط في علاقات مثمرة ومشبعة مع أي من أشخاص وموضوعات الوسط الذي يعيش فيه ويمارس دوره من خلاله .

وهكذا ، يتضح من كل ما سبق أن الاحساس بالوحدة النفسية يمثل حالة نفسية يصاحبها أو يترتب عليها كثير من صنوف الضجر والتوتر والضيق لدى كل من يشعر بها أو يعانيها . ولعل هذا ما جعل كثيراً من علماء النفس يرون أن الاحساس بالوحدة النفسية يعتبر ظاهرة هامة من ظواهر السلوك الانساني ، ويؤكدون على أن

هذه الظاهرة ذات تأثيرات على شخصية الفرد وتكيفه وعلاقاته في الوسط الذي يعيش فيه – وهي تأثيرات لا ينبغي إغفالها أو تجاهلها إذا كان يراد للفرد أن يعيش حياة منتجة مشبعة . ومما يؤيد ذلك ما ورد لدى براج Bragg (١٩٧٩) عندما ذكر أن الاحساس بالوحدة النفسية يمثل مشكلة شخصية خطيرة لدى نسبة لا تقل عن (١٠٪) من مختلف قطاعات الراشدين . وهي مشكلة تبدو أكثر انتشاراً لدى قطاعات الشباب بصفة عامة وقطاعات الشباب الجامعي بصفة خاصة .

ويتردد نفس هذا المعنى تقريباً عند جلوريا فرانسيس G. Francis (١٩٧٣) حيث تشير إلى حقيقة هامة مؤداها أن ما يعرف لدى الناس بظاهرة الاحساس بالوحدة النفسية يوجد لدى حوالي نصف قطاعات الراشدين الذين ينفصلون عن الموضوعات أو الأشياء التي يرتبطون بها عاطفياً . وغالباً ما يكون مبحث الأعراض عندئذ مبحثاً سيكلوجياً في كليته وشموله – حيث تأخذ الأعراض الخاصة يمثل هذا الاحساس شكل « حالة نفسية » . ومع ذلك ، تظل هذه الظاهرة ... ظاهرة اجتماعية ، نظراً لأنها ترتبط بالعلاقات المتبادلة Reciprecal Relations ما بين الأشخاص المتفاعلين سيما وقد أصبح من المسلم به في الوقت الحاضر أن العلاقة بين ما هو « نفسي » وبين ما هو « اجتماعي » تعتبر علاقة جد وثيقة ، فكل ما هو نفسي ... له أصول وجذور اجتماعية – وكل ما هو اجتماعي ... له نواتج وانعكاسات نفسية .

أشكال الاحساس بالوحدة النفسية :

على الرغم من اتفاق الباحثين في مجال علم النفس عامة والعاملين في مجالي الطب النفسي والصحة النفسية خاصة من حيث عواقب أو نواتج استمرارية معاناة الفرد للاحساس بالوحدة النفسية ، فإن من يراجع البحوث والدراسات التي أجريت حول هذا الاحساس يلحظ كثيراً من الخلط والاضطراب فيما يتعلق بماهية أو طبيعة الاحساس بالوحدة النفسية . ويرجع هذا الخلط والاضطراب إلى عدم التمييز بقدر كاف من الدقة ما بين صور وأشكال الاحساس بالوحدة النفسية– حيث أن هذا الاحساس يمكن أن يتخذ واحدة من صور واشكال متعددة ، تتضمن

الاحساس بالوحدة النفسية الأولية ، والاحساس بالوحدة النفسية الثانوية ، ثم الاحساس بالوحدة النفسية الوجودية . ويبدو من المفيد أن نتعرض لكل من هذه الصور والأشكال بشيء من التفصيل .

أولا : الوحدة النفسية الأولية :

توصف الوحدة النفسية الأولية بأنها سمة سائدة أو منتشرة في الشخصية Pervasive Personality-trait ، أو بأنها اضطراب Disturbance في أحدى سمات الشخصيـــة ، وهي ترتبط أو تتصاحب في الحـــالتين بالانسحاب الانفعـــالي عن الآخرين . وقد أشـــار مينجر Menninger (١٩٣٠) إلى زملة الاحساس بالوحدة النفسية في معرض حديثه عن الشخصية المنعزلة . وهو يؤكد أن هذه الشخصية تعاني مصاعب مزمنة أو طويلة الأمد في علاقات الدفء ذات الأهمية أو الدلالة مع الآخرين ، ويشعر الفرد عندئذ كما لو كان يوجد حاجز يتعذر تجاوزه أو تخطيه يباعد بينه وبين الآخرين .

وفي الوقت الذي يجد فيه كثير من الأفراد ذوي الاحساس بالوحدة النفسية الأولية أنفسهم غير قادرين على تكوين علاقات مشبعة ، يحاول بعض هؤلاء الأفراد أن يهربوا من احساسهم بالوحدة عن طريق محاولة الانخراط في علاقات مرضية أو مؤذية Pathological & Toxic مع آخرين ، وقد تنجح هـــذه العلاقات الأخيرة مؤقتاً في رد أو دفع الاحساس بالوحدة النفسية ، ولكن يشعر أطرافها في نهاية الأمر بالاحباط – نظراً لأن هذه العلاقات تخفق في تحقيق متطلبات الحاجات البينشخصية Interpersonal needs لكل من طرفيها ، وبالتالي فهي لا تستطيع تسكين أو تخفيف ما لديهم من إحساس بالوحدة .

ويرى جرينولد Greenwold (١٩٧٥) أن عدم قـــدرة الفرد ذي الاحساس بالوحدة النفسية على أن ينخرط في علاقات مشبعة مردُّه عدم حساسية هذا الفرد تجاه حاجات الآخرين ، واخفاقه تبعاً لذلك في أن يتبادل مع هؤلاء الآخرين أية تفاعلات بينشخصية . وبالتالي ، ينتهي الأمر بأحد طرفي مثل هذا التفاعل إلى أن

يشعر بكونه موضع استغلال من جانب الطرف الآخر – مما يدفعه إلى رفض الفرد صاحب الاحساس بالوحدة النفسية الأولية والانصراف عنه .

ومع تكرار دورات الرفض والاحساس بالعزلة ، يشعر الفرد صاحب الاحساس بالوحدة أن هناك نوعاً من التعارض أو التنافر ما بين حاجاته الذاتية أو الداخلية من ناحية ... والأدوار الثقافية التي يتوقع منه القيام بها من ناحية أخرى . ونظراً لأن الانحراف عن الأدوار الثقافية المتوقعة يستجلب له الخجل ويعرضه لكثير من صنوف الضغط الاجتماعي – فقد يختار الفرد ذو الاحساس بالوحدة أن يواصل القيام بالوظائف والأدوار الثقافية المتوقعة ، على الرغم من أن مواصلة القيام بهذه الوظائف والأدوار تتعارض مع حاجاته الذاتية أو الداخلية وتشعره بالاغتراب عنها (هيج Haig ١٩٦٧ ، جوزيفسون Josephson ، ١٩٦٢ ، ميدلبروك Middlebrook ، ١٩٧٤) .

وفي ضوء ما انتهت إليه البحوث والدراسات التي أجريت في مجال الاحساس بالوحدة النفسية ، يمكن القول بوجود منحيين لتفسير أو تحديد ماهية مقدمات الاحساس بالوحدة النفسية الأولية ، يعرف أولهما بالمنحى النمائي ويعرف الثاني بالمنحى النفسي الاجتماعي . ويتمثل المنحى الأول فيما يذهب إليه فريق ، من الباحثين والكتاب من حيث أن اضطراب التفاعل الاجتماعي الذي يكمن وراء الاحساس بالوحدة النفسية الأولية يُعزى إلى وجود تباطؤ أو تخلف في التتابع الطبيعي لنمو الشخصية (مينجر Menninger ، ١٩٣٠ ، سوليفان Sullivan ، ١٩٥٣ ، فروم ريشمان Fromm-recchman ، ١٩٥٩ ، موستاكاز Moustakas ، ١٩٦١) .

ويتمثل المنحى الثاني فيما يذهب إليه فريق آخر من الباحثين والكتاب عندما يرجعون أسباب الاحساس بالوحدة النفسية الأولية إلى وجود عجز أو قصور في الوظائف النفسية التي تحكم عملية التفاعلات الشخصية المتبادلة (تانر Tanner ، ١٩٥٣ ، جرينولد Greenwold ، ١٩٧٢ ، هامر Hammer ، ١٩٧٢ ، ١٩٧٣).

ويسلم أنصار المنحى النمائي في سعيهم لتفسير اضطرابات الشخصية التي تكمن وراء الاحساس بالوحدة النفسية الأولية برأي مؤداه أن الفرد قد أخفق في

أن يواجه أو يحل الأمور والقضايا التي تنتمي إلى واحدة من المراحل السابقة في نموه الانفعالي الاجتماعي . وينبه بوهـــلر Buhler (١٩٦٩) إلى أن مراحل النمو تتعاقب على نحو تتأثر فيه كل مرحلة من هذه المراحل بالمرحلة السابقة لها ، وتمهد في نفس الوقت لما بعدها . وبالتالي ، فإن فرصة أو إمكانية التصريف أو التحقيق المناسب لأي مشكلة أو مطلب من مشاكل النمو ومطالبه ، تصبح مع تعاقب مراحل النمو أقل عما كانت عليه من قبل . وعلى هذا النحو ، فإن تأثيرات المشكلات الخاصة بعمر زمني معين والتي لا تحل في وقتها بصورة مناسبة ، يشعر بها الفرد فيما بعد طوال حياته . من هـــذا المنطلق ، يرجع باكوين Bakuin (١٩٤٢) وسوليفان Sullivan (١٩٥٣) على سبيل المثـــال جذور الاحساس بالوحدة النفسية الأولية إلى الحرمان من صور الاحتكاك أو التواصل الأمومي .

هذا ، في الوقت الذي يركز فيه أنصار المنحى النفسي الاجتماعي في سعيهم لتفسير أو تحديد مقومات الاحساس بالوحدة النفسية الأولية على أوجه الضعف أو القصور في السلوك النفسي الاجتماعي . ويناقش الكتاب الذين ينتحون هذا المنحى عدة أمور مثل الخوف من الحب ، وعوائق الألفة والمودة ، والنرجسية ، والاضطرابات السيكودينامية التي تؤثر في مقدرة الفرد على أن يهتم بالآخرين .

وخلاصة القول ، يمكن النظر إلى الاحساس بالوحدة النفسية الأولية على انه اضطراب في الشخصية يؤثر في عدد كبير من صور وأشكال السلوك الاجتماعي ، ويعكس هذا الاحساس أسلوباً من أساليب التفاعل الشخصي المتبادل يخفق في إشباع حاجات الذات إلى التواصل الاجتماعي الحقيقي ذي المعنى أو الدلالة . كما يخفق هذا الأسلوب في إشباع نفس هذه الحاجات لدى الآخرين الذين يتفاعل معهم الفرد الوحيد نفسياً . وبالتالي ، فإن الفرد صاحب الاحساس بالوحدة النفسية يقلل مما يوجد لديه أو يتاح له من فرص للدخول في علاقات شخصية متبادلة مشبعة ، أو لمواصلة الاسهام في هذه العلاقات على نحو يضمن لطرفيها امكانية الاستفادة من عوائدها الموجبة .

ثانياً : الاحساس بالوحدة النفسية الثانوية :

يمكن تمييز الاحساس بالوحدة النفسية الثانوية عن الاحساس بالوحدة النفسية الأولية من ناحيتين ، أولاهما أن الاحساس بالوحدة النفسية الثانوية يفترض أنه كانت توجد علاقات سليمة ومشبعة تربط الفرد بآخرين ذوي أهمية — ذلك قبل أن يحـــدث تمزق مفاجيء في البيئة الاجتماعية للفرد . وبالتالي ، فإن هذا الشكل من أشكال الاحساس بالوحدة النفسية يحدث فجأة كاستجابة من جانب الفرد لحرمان مفاجيء يطرأ في حياته من أفراد آخرين يعتبرهم ذوي أهمية لديه . وتتلخص الناحية الثانية في أن الاحساس بالوحدة النفسية الثانوية يسكن أو يخف عندما يتغير الموقف المؤلم الذي كان قد طرأ في حياة الفرد .

أما في حالة الاحساس بالوحدة النفسية الأولية ، فليست هناك أحداث مفاجئة ، ولم تكن توجد في حياة الفرد أية علاقات سليمة ومشبعة قبل تعرضه لهذا الإحساس . كما أن خلق مواقف جديدة يبدو غير ذات تأثير أو فعالية في تخليص الفرد من هذا الاحساس أو تحقيق راحته منه .

وهكذا ، يعتري الفرد احساس بالوحدة النفسية الثانوية عادة عقب حدوث مواقف معينة في حياته — كالطلاق والترمل وتمزق أو تصدع علاقات الحب والحنين أو الشوق للأسرة والوطن وفترات الاعتقال والحراك أو الانتقال الجغرافي .

وبالتالي ، يمكن القول أن الاحساس بالوحدة النفسية الثانوية يمثل استجابة انفعالية من جانب الفرد لتغير ما يحدث في بيئته ، ويترتب عليه حرمان الفرد من الانخراط أو مواصلة الانخراط في علاقات هامة كانت متاحة لديه قبل حدوث هذا التغير ، ويصبح الفرد مع افتقاد هذه العلاقات غير قادر على أن يفي بمتطلبات بعض الأدوار والممارسات الهامة في حياته .

ثالثاً : الاحساس بالوحدة النفسية الوجودية :

وإلى جانب الاحساس بالوحدة النفسية الأولية والاحساس بالوحدة النفسية الثانوية ، يتحدث فريق من الباحثين في مجال علم النفس عما يعرف بالاحساس

بالوحدة النفسيـــة الوجودية Existential Loneliness . ويتضمن هـــذا الشكل من أشكال الاحساس بالوحـدة النفسية شكلا أوسع ممـا يتضمنه أي من الشكلين اللذين سبقت الاشارة اليهما ، وهو يعتبر شكلا منفصلا أو متميزاً إلى حد ما عن كل من هذين الشكلين .

ومن الوجهة النظرية ، ينظر كثير من كتاب المدرسة الوجودية إلى الاحساس بالوحدة النفسية على أنه حالة انسانية طبيعية ، بل ويعتبر هذا الاحساس في نظرهم بمثابة حالة حتمية يتعذر الهـــرب منها (ماي May ، ١٩٥٣ ، فروم Fromm ، ١٩٥٥ ، موستاكاز Moustakas ، ١٩٦١) . ويذهب مـــوسى Mosse (١٩٥٧) خطوة أبعد في هذا الصدد ، حيث يرى أن بعض الشخصيات لديها استعدادات جينيـةو تركيبية Genetic & Constitutional غير واضحة أو محـددة ، إذا لم يتح أو يتوافر لهـــا نوع ما من اجراءات التوازن المضـاد Counter-balanced من خلال ظروف بيئية معززة أو مشجعة ، فإن هذه الاستعدادات تفضي بأصحابها في النهاية إلى إحساس بالوحدة النفسية .

وطبقاً لما يراه أو يذهب إليه أصحاب المدرسة الوجودية ، فإن الانسان يتفرد ويتمايز عن الكائنات الأخـــرى بخاصيتين أساسيتين ، هما الوعي بالذات Self-awareness ثم قـدرته على أن يتخذ بنفسـه ولنفسه مواقف وقرارات واختيارات . بيد أن خوف الانسان من المسئولية يدفعه إلى التطرف أو المغالاة في وعيه بالانفصال والتمايز عن بقية الكائنات ، وهذا يجبره أو يرغمه على أن يهرب من تمايزه عبر طرق وأساليب خادعة ومضللة ، مما يترتب عليه في النهاية أن يفقد الانسان صحته وأصالته وتفرده ، ويفقد مع فقده لهذه الخصائص والصفات الأخيرة هويته أو كينونته إلى درجة يصبح معها أو عندها غريباً أو مغتراباً عن ذاته وعن رفقائه من بني الانسان .

وهكذا يموت الانسان أو يهلك وجودياً إذا هو تخلى عن مسئوليته في أن يتخذ ما يراه أو يعتقد بصحته من قرارات واختيارات ، ويفقد الانسان مع تخليه عن

هذه المسئولية تفرده أو تمايزه وصحته وأصالته ، ويظهر موته أو هلاكه الوجودي في صورة حـــالة من الانفصال عن جـــذوره Rootlessness واللاترابط وعدم الانتمـاء Disconnectedness . وعلى هـــذا النحو يعيش الانسان من وجهة النظر الوجودية في صراع متصل أو مستمر ما بين حاجته إلى الانتماء ، وحاجته إلى تأسيس الهوية أو الكينونة ومواصلة الحفاظ عليها ، ويعيش الانسان نتيجة لهذا الصراع وحيداً بين أبناء جنسه ، وفي توق شديد إلى أن يستعيد أو يسترد جذوره التي فقدها في وقت ما .

ويلاحظ أن الوحدة النفسية الوجودية يمكن أن تعكس كذلك فترة ما من فترات النماء النفسي — لأن خبرة الاحساس بالوحدة النفسية تميل في بعض الحالات إلى أن تحرر ما قد يكون لدى الفرد من طاقات وامكانات ابتكارية ، وتتبدى مثل هذه الابتكارية عندئذ في الأوصاف الرومانسية للاحساس بالوحدة ، كما تتبدى من خلال الاندماج أو الاستغراق في الاشعار وفي الأغاني والقصص التي تتناول هذا الاحساس وغالباً ما تستلهم تلك الصور والنتاجات بواسطة خبرة ذاتية عاشها أو يعيشها الفرد مع احساس بالوحدة النفسية .

ويرى فريق من الباحثين ، أن التقدم التكنولوجي يعتبر مصدراً للاحساس بالوحدة النفسية الوجودية — حيث يمكن ارجاع هذا الاحساس إلى طبيعة التفاعل الانساني في المجتمع التكنولوجي الحديث وما يتضمنه هذا المجتمع من صفات وخصائص تبدو فرادى ومجتمعة بمثابة نتائج للتطورات التكنولوجية التي يشهدها أو يعيشها انسان عـــالم اليوم . وقد عدد بومان Bowman (١٩٥٥) أربع خصائص أو صفات للمجتمع المعاصر ، وهي صفات أو خصائص أسهمت في تعزيز وتشجيع التغير في طبيعة العلاقات الانسانية . وهـــذه الصفات هي التصنيع Industilization ، والتحضر Urbanization والبيروقراطية Bureaucracy ، والحراك Mobility .

وفيما يتعلق بالتصنيع فقد قلل من دور وأهمية الأسرة عن طريق القضاء على نسق الأسرة الممتـــدة Extended Family مع تغيير الأهـــداف الاقتصادية من

الانتاج إلى الاستهلاك ، وحلول النزعة التنافسية والسعي في سبيل تحقيق الأهداف والرغبات الفردية الاستقلالية محل النزعة التعاونية والتماسك الاجتماعي في سبيل البقاء . وترتب على التحضر تقليل أهمية الاحساس بالمواطنة Sense of Community أو الجيرة . أما البيروقراطية فقد ترتب على شيوعها وانتشارها تشجيع الأساليب الشكلية المعقدة في الاتصال الاجتماعي مع الآخرين — وهي أساليب تتم أو تتحدد عادة طبقاً لمكانة الفرد الاجتماعية . وبالتالي ، فقد أصبحت التلقائية وتبادل المشاعر والأفكار على المستوى « البينشخصي » من المظاهر التي تلقى عزوفاً من جانب الأفراد باعتبارها أموراً غير مرغوب فيها . هـــذا ؛ بينما ترتب على الحراك بشقيه الجغرافي والرأسي تزايد في الاحساس بالانفصال وعدم الانتماء . وكنتيجة للحراك فإن الروابط الهامة ذات المغزى والدلالة بين الناس أصبحت تتعرض للتعويق بتأثير عدم الاستقرار أو افتقاد الاستمرارية .

ويؤكد رسمان Reissman (١٩٥٠) على رأي مؤداه أن جميع الأفراد لا يستطيعون التعايش مع متطلبات مجتمع التقدم التكنولوجي الكبير دون أن يتعرضوا لكثير من صور الاحساس بالوحدة النفسية . ومن الواضح أن الأفراد الذين يخفقون في مسايرة مقتضيات العيش في الثقافة الكثيفة أو الكبيرة ... يواجهون الخجل والنبذ من جانب أفراد هذه الثقافة . وبالتالي ، يمكن القول أن الاحساس بالوحدة النفسية يبدو خاصية متأصلة في ظروف الحياة في مجتمعات العالم المعاصر .

الملامح الأساسية لحركة البحث فى مجال الاحساس بالوحدة النفسية :

تعددت مناحي الباحثين في مجال الاحساس بالوحدة النفسية . وتنوعت محاور اهتمامهم ، بحيث يمكن تصنيف البحوث والدراسات التي أجريت في هذا المجال — على حداثتها وقلتها — إلى ثلاثة تجمعات أساسية ، يأتي في مقدمتها تلك الدراسات التي تناول أصحابها مفهوم الاحساس بالوحدة النفسية على هذا النحو أو ذاك ، ويلي ذلك دراسات سعت إلى وضع أدوات يمكن أن تستخدم في قياس الاحساس بالوحدة النفسية . هذا ، بينما تتضمن المجموعة الأخيرة بحوث ودراسات تناولت

الاحساس بالوحدة النفسية من زوايا وجوانب متعددة . ويبدو من المفيد أن نتعرض لكل من هذه التجمعات بشيء من التفصيل .

أولا : دراسات تناولت مفهوم الاحساس بالوحدة النفسية :

قام والدن Walden (١٩٧٣) بدراسة فلسفية لمفهوم الاحساس بالوحدة النفسية ، أوضح في بدايتها أن هذا المفهوم يمثل ظاهرة فلسفية ، ونبه إلى أن التناول الفلسفي لمثل هذا المفهوم ينبغي أن يختلف عن أية مناح أخرى يمكن أن تستخدم في هذا الصدد — وخاصة تلك التي تستخدم في مجال العلوم الاجتماعية . ثم حاول التفرقة بين مفهوم الاحساس بالوحدة النفسية من ناحية ومفهوم كل من الانفراد Aloneness والانعزال Solitude ، والاغتراب Alienation من ناحية أخرى .

واقترح هذا الباحث تعريفاً لماهية الاحساس بالوحدة النفسية ، ذهب فيه إلى القول بأن هذا الاحساس يعد إحساساً مؤلماً وغير مرغوب فيه ، يعيشه الفرد نتيجة الانفصال عن بعض أشخاص أو موضوعات الوسط الذي يعيش فيه . وحاول بعد ذلك أن يقدم تحليلا وجودياً ظاهرياتنا لطبيعة الخبرة المعاشة التي يتضمنها مصطلح الاحساس بالوحدة مستشهداً في ذلك بعديد من الأعمال السينمائية والأدبية في الأوصاف المستفيضة التي قدمها لمختلف صور وأشكال احساس الفرد بكونه وحيداً وهي صور وأشكال تتفشى أو تنتشر في مجتمعات العالم التكنولوجي المعاصر .

وقام ميرديت Meredith (١٩٧٣) بدراسة مقارنة تناول فيها عدداً من المفاهيم السيكولوجية في ضوء نماذج مختارة من الكتاب المقدس ، والكتابات السيكولوجية المعاصرة — وكان من بين هذه المفاهيم مفهوم الاحساس بالوحدة النفسية . وكان الباحث يفترض في هذه الدراسة أن هناك قدراً كبيراً من الاتفاق بين الكتاب المقدس وبين علم النفس فيما يقدمه كل منهما من أوصاف بخصوص السلوك الانساني . وبالتالي ، فإن الكتاب المقدس وعلم النفس يمكن أن يستخدما على نحو يكفل لكل منهما تدعيم الآخر ، مما يزيد من تأثير وفعالية كل من هذين المصدرين في عملية الارشاد الكنسي .

وخلص الباحث في هذه الدراسة إلى رأي مؤداه أن كلا من الكتاب المقدس وعلم النفس يهتمان بنفس الخصائص الأساسية للسلوك الانساني ، وأن الاستبصارات المستمدة من علم النفس يمكن أن تزيد من فهم وصحة ادراك ما تنطوي عليه بعض نصوص الكتاب المقدس من معان ودلالات ، وأن هناك قدراً من الاتساق ما بين هذين المصدرين يسمح بامكانية تدعيم كل منهما للآخر في عملية الارشاد الكنسي .

ويلاحظ أن كلا من والدن Walden (١٩٧٣) وميرديت Meredith (١٩٧٣) قد تناولا مفهوم الاحساس بالوحدة النفسيـــة على المستوى النظري فحسب . وفي الوقت الذي حصر أولهما نفسه في الحدود الفلسفية المجردة لهذا المفهوم وتناوله باعتباره مشكلة فلسفية ، حاول الثاني أن يرد خصائص هذا المفهوم أو مكوناته الأساسية إلى أصول استمدها من الكتاب المقدس ، ولم يتوصل أي منهما إلى نتائج يمكن أن تسهم في امكانية تناول هذا المفهوم على المستوى الاجرائي .

وسار كربس Krebs (١٩٧٤) في تناوله لمفهوم الاحساس بالوحدة النفسية خطوة أبعد من ســـابقيه والدن Walden وميرديت Meredith حيث قام بدراسة استخدم فيها المنحى الظاهرياتي في تحليل ماهية خبرة الاحساس بالوحدة النفسية وفي كشف النقاب عن صور وأشكال هذا الاحساس لدى الأفراد المختلفين . وتحقيقاً لهدف الدراسة أجريت مقابلات مفتوحة الطرف مع مجموعة منتقاه من الأفراد وتوصل في نهايتها إلى أداة أطلق عليها قائمة قياس الاحساس بالوحدة النفسية — وهي أداة تعتمد على طريقة (كـــا) في التصنيف Q.sort Methodology . وعندما طبقت هذه الاداء على مجموعة من الأفراد واخضعت البروتوكولات الخاصة بهؤلاء الأفراد لعملية تحليل تجميعي ، توصل الباحث إلى نتيجة مؤداها أن هناك عدة صور وأشكال للاحساس بالوحدة النفسية . وكانت هذه النتيجة تتفق مع ما سبق أن توصل إليـــه كل من جوتسكي Gotesky (١٩٦٥) وموستاكاز Moustakas (١٩٧٢) في هذا الصدد .

واستخدم سبنجلر Spengler (١٩٧٦) نفس الاجراء الظاهرياتي الذي استخدمه كربس Krebs (١٩٧٤) وذلك في دراسة قام بها بهدف وضع تفسير وجودي

ظاهرياتي للاحساس بالوحدة النفسية ، يستند أساساً إلى طبيعة العالم المعاش من قبل الفرد ، وتوصل سبنجلر في نهاية هذه الدراسة إلى نتيجة محددة تتمثل في وضع تعريف أساس لمعنى الاحساس بالوحدة النفسية يتلخص في أن هذا الاحساس يتمثل في الخبرة التي تسبق استجابة الفرد تجاه احساسه بعدم القدرة على تأكيد ذاته وجودياً . وعندما حاول هذا الباحث أن يضع تعريفاً أكثر تحديداً للوحدة النفسية اعتبر هذه الوحدة تعني احساس الفرد بافتقاد امكانية الانخراط في علاقات شخصية متبادلة ، أي خلو حياته من العلاقات الدائرية أو التبادلية مع أشخاص بعينهم .

وهكذا ، يمكن القول أن كلا من كربس Krebs وسبنجلر Spengler قد تناول مفهوم الاحساس بالوحـــدة النفسية على المستوى الظاهرياتي ، وسعى كل منهما إلى تحديد طبيعة الخبرة المتضمنة في مثل هذا الاحساس وتحديد الصور والأشكال التي يمكن أن يتخذها لدى مختلف الأفراد . ولم يقف أي من هذين الباحثين عند حد الكتابات النظرية التي تدور حول هذا المفهوم — بل تناوله كل منهما من خلال التسليم بمبدأ ذاتية الادراك ، حيث أجرى كل من كربس وميرديت مقابلات مفتوحة على مجموعة من الأفراد بهدف تحديد طبيعة الاحساس بالوحدة النفسية والتعرف على مختلف صور وأشكال هذا الاحساس .

وفي الوقت الذي انتحى فيه كل من كربس Krebs (١٩٧٤) وسبنجلر Spengler (١٩٧٦) منحى وجودياً ظاهرياتياً في سعيه لتحديد طبيعة الاحساس بالوحدة النفسية ، قامت ميلفا هندركس Hendrix (١٩٧٢) ببحث سعت فيه إلى وضع تعريف اجرائي لمفهوم الاحساس بالوحدة النفسية ، مستخدمة في ذلك أسلوب المقـــابلات المفتوحة Unstructured Interview مع مجموعة قوامها خمسة أفراد ، وكان محور الحديث في هذه المقابلات يدور حول خبرات ومشاعر الاحساس بالوحدة النفسية . وانتهت الباحثة في دراستها إلى عدة نتائج من بينها أن جميع الأفراد يعيشون شعوراً بالوحدة النفسية بدرجات مختلفة أو متفاوتة ، وفي أوقات مختلفة في حياتهم . وكان الأفراد الذين يعبرون عن وجود مشاعر وأحاسيس بالوحدة

النفسية لديهم ، يعانون من مصاعب في كل من مجالات التآلف ـ الاندماج ، الضبط ـ التحكم ، المحبة ـ الارتباط .

ثانياً : دراسات اهتمت بوضع أدوات لقياس الاحساس بالوحدة النفسية :

انتحى الباحثون السابقون في مجال الاحساس بالوحدة النفسية منحيين مختلفين في مسعاهم لوضع أدوات لقياس هذا الجانب النفسي الهام ـ حيث حاول فريق منهم أن يضع مقاييس عامة للوحدة النفسية ، انطلاقاً من مسلمة مؤداها أن هذا الجانب يمثل تكويناً نفسياً يتصف بالعمومية والشمول (ادي Eddy ١٩٦١ ، سيزنوين Sisenwein ١٩٦٤ ، برادلي Bradley ١٩٦٩ ، دان راشل وآخرون Dan Russell et. al. ١٩٧٨) . بينما حاول فريق آخر أن يحدد مختلف صور ومكونات الوحدة النفسية وأشكالها في الأدوات التي وضعت للاستخدام في هذا الغرض (بلشر Belcher ، ١٩٧٣ ، شميدث Schmidt ، ١٩٧٦) .

ويلاحظ أن غالبية المقاييس التي وضعت للاستخدام في قياس هذا البعد النفسي الهام لم تنشر ، ولم يحظ أي منها بتقبل عام من جانب الباحثين في هذا المجال باعتباره أداة مقننة تصلح للاستخدام في قياس مدى احساس الفرد بالوحدة النفسية ـ بحيث يمكن الثقة فيما يمكن أن نتوصل إليه عن طريقها من بيانات ومعلومات .

وقد صادفت المقاييس السابقة التي وضعت في هذا الصدد مشكلات عديدة ، في مقدمتها طول المقياس ـ حيث كانت هذه المقاييس تشتمل على عدد من البنود يتراوح ما بين ٢٠ ـ ١٠٠ بند ، كما كانت هذه المقاييس تتباين إلى حد كبير من حيث معاملات ثبات كل منها وتماسكه الداخلي ، ففي الوقت الذي يذكر فيه Eddy (١٩٦١) ـ على سبيل المثال ـ أنه قد توصل إلى معامل ثبات قدره (٠٫٦٧) لمقياسه عن طريق استخدام أسلوب التجزئة النصفية ، وتذكر دان رسل وزملاؤها Dan Russell et. al. (١٩٦٨) انهم قد توصلوا إلى معامل ثبات قدره (٠٫٧٣) لمقياسهم الذي يتكون من (٢٠) بنداً وذلك عن طريق إعادة الاجراء ـ تشير شميدت Schmidt (١٩٧٦) إلى أنها قد توصلت إلى معاملات ثبات قدرها (٠٫٩٠) ،

(٠,٩٤) لمقياسها الذي يتكون من صورتين ، تتألف أولاهما من (٦٠) بنداً وتتألف الثانية من (١٠٠) بنداً .

يضاف إلى هاتين المشكلتين ، مشكلة ثالثة مؤداها أن غالبية هذه المقاييس كانت تفتقد وجود محك خارجي صادق ومناسب ، بحيث يمكن الاعتماد عليه في تحديد مدى احساس الفرد بالوحدة النفسية . ففي الوقت الذي توضح فيه دان رسل وزملاؤها أنهم قد استخدموا عدة محكات في التحقيق من صدق الأداة التي وضعوها لقياس مدى احساس الفرد بالوحدة النفسية . يشير كل من ادي Eddy (١٩٦١) وسيزنوين Sisenwein (١٩٦٤) إلى أنه قد اعتمد على إجراء وحيد في التحقق من صدق مقياسه ، وهذا الاجراء يتمثل في سؤال واحد من نمط أسئلة التقدير الذاتي ، يطلب من المفحوص الاجابة عليه بخصوص مدى احساسه الحالي بالوحدة النفسية . بيد أن هذا الاجراء الوحيد يعد اجراء مشكوكاً في جدواه ، ويصعب تقبله وحده كوسيلة للتحقق من صدق الأداة ، نظراً لامكانية تأثر المستجيب في مثل هذا النوع من الأسئلة بأمور الاستحسان الاجتماعي ومقتضياته .

هذا ، في حين حاول فريق آخر من الباحثين أن يتحقق من صدق المقاييس التي وضعوها لقياس مدى احساس الفرد بالوحدة النفسية عن طريق استخدام أسلوب المقارنة بين المجموعات — حيث قارن برادلي Bradley (١٩٦٩) الدرجات التي حصل عليها أفراد مجموعة من الطلاب الجامعيين بالدرجات التي حصل عليها أفراد مجموعة من نزلاء السجون ، وعمد بلشر Belcher إلى المقارنة بين الدرجات التي حصل عليها أفراد مجموعة من الطلاب الجامعيين « العاديين » والدرجات التي حصل عليها أفراد مجموعة أخرى مماثلة تلقى أفرادها قسطاً من الارشاد النفسي بخصوص مشكلات انفعالية شديدة لا تتضمن بالضرورة مشكلة الاحساس بالوحدة النفسية .

بيد أنه مما يؤخذ على هذه المقارنات أن المجموعات المتضمنة فيها يمكن أن تكون متباينة أو مختلفة فيما بينها من حيث كثير من الأبعاد — كالمرض والمستوى

الاجتماعي الاقتصادي والخلفية الثقافية . وكلها جوانب وأبعاد يصعب تجاهل امكانية تأثيرها في مدى احساس الفرد بالوحدة النفسية . وبالتالي ، فقد استخدم هذان الباحثان مجموعات قد لا تميز بوضوح كاف مجموعة الأفراد ذوي الاحساس بالوحدة النفسية عن أية مجموعات أخرى قد لا يشعر أفرادها بمثل هذا الاحساس .

وانطلاقاً من كل ما تقدم ، قام الباحث الحالى (١٩٧٩) بمحاولة لوضع أداة عربية تصلح للاستخدام في قياس مدى احساس الطلاب الجامعيين بالوحدة النفسية استفاد فيها من جميع المحاولات السابقة التي أجريت في هذا الصدد . وكانت الصورة المبدئية لهذه الأداة تتضمن (٨٢) اثنتين وثمانين عبارة استمدها الباحث من مصدرين أساسيين ، يتمثل أولهما في الكتابات والآراء النظرية التي تناولت كنة الاحساس بالوحدة النفسية أو ماهيته ، وكذلك المحاولات السابقة التي بذلك بهدف وضع أدوات لقياس هذا الاحساس . أما المصدر الثاني فيتمثل في المعلومات التي جمعها الباحث استجابة لاستفتاء مفتوح الطرف أجرى على مجموعة من المتخصصين (١) في مجال الصحة النفسية والطب النفسي وما يتصل بكل من هذين المجالين من ممارسات ارشادية وعلاجية — حيث طلب من هؤلاء المتخصصين تحديد كنة الاحساس بالوحدة النفسية والمظاهر السلوكية التي ترتبط بمثل هذا الاحساس أو تصاحبه .

وقد استبعد بعض من هذه العبارات بسبب الغموض أو التكرار ، أو بسبب عدم حصول كل منها على اتفاق مجموعة من المحكمين المتخصصين من حيث صلاحيتها للاستخدام في المقياس المقترح ، وبذلك أصبح عدد العبارات المتبقية (٤٣) ثلاثاً وأربعين عبارة ، جرى ترتيبها على نحو يضمن عدم تتابع أو تجاوز عبارتين يحملان نفس المعنى . ثم أجريت الأداة في صورتها المبدئية على مجموعة كلية قوامها (٦٥٧)

---

(١) اشترك في هـذه الخطوة كل من أ.د. يحيي الرخاوي ، .د فاروق قورة أستاذ الطب النفسي بكلية الطب – جامعة القاهرة ، أ.د. هدى برادة ، أ.د. حامد زهران أستاذ الصحة النفسية بكلية التربية – جامعة عين شمس ، د. أسامة الشربيني ، مدرس الأمراض النفسية والعصبية بكلية الطب – جامعة الزقازيق – إلى جانب السادة الدكتور وجدي راغب والدكتور محمد فؤاد أبو المجد . وهم من المتخصصين في مجال الطب النفسي .

ستمائة وسبعة وخمسين فرداً (٣٣٩ طالباً ، ٣١٨ طالبة) من بين المقيدين والمقيدات بالسنتين الثالثة والرابعة في عدة كليات جامعية .

وقد أخضعت البيانات التي تجمعت لدى الباحث نتيجة هذا الاجراء لعملية تحليل إحصائي مستفيضة ، بهدف استخدام عدة طرق في التحقق من صدق المقياس — وهذه الطرق هي صدق البنـــاء أو التكوين Construct Validity الصدق العاملي Factorial Validity والصـدق التلازمي Cuncurrent Validity وقـدرة المقيـاس على التمييز Discrimination Power بـين المجمـوعات المتضـــادة — إلى جانب استخـدام طريقة إعادة الاجراء في التحقق من ثبـــات المقياس . وقد توصل الباحث نتيجة لهـــذه الاجـراءات إلى بيانات احصـــائية متنوعة تشير في جملتها إلى صلاحيـة الأداة في تحقيق الهدف الذي وضعت من أجله — ونعني بذلك قياس مدى الاحساس بالوحدة النفسية لدى الطلاب الجامعيين من الجنسين .

ثالثاً : دراسات تناولت الاحساس بالوحدة النفسية من زوايا أو جوانب متعددة :

قامت جـــلوريا Gloria (١٩٧٣) بدراسة عن الاحساس بالوحدة النفسية الثانوية أو المكتسبة لدى نزلاء المستشفيات ، وكانت الباحثة تفترض أن مستوى الاحساس بالوحدة النفسية يختلف تبعاً لدرجة اختلاف مستوى التعلق أو الارتباط العاطفي ، وان مستوى هذا الاحساس يرتبط بكل من الذكورة والتقدم في السن وأولى مراحل دخول المستشفى للاقامة بها — إلى جانب محاولة التحقق من طبيعة الدور الذي تسهم به عدة متغيرات أخرى في أحساس الفرد بالوحدة النفسية . واستخدمت الباحثة أسلوب المقابلة مع مفحوصيها ، وكان برنامج المقابلة يتضمن اجراء مقياسين من مقاييس التقدير احدهما لقياس الاحساس بالوحدة النفسية الثانوية والآخر لقياس شدة التعلق العاطفي أو الانفعالي .

وقد توصلت الباحثة في دراستها إلى نتائج تشير في جملتها إلى صحة الفرض الأول وعدم صحة الفرض الثاني . وقد أوضحت هذه النتائج أن كلا من العمر الزمني والعنصر ومعرفة المريض لموعد خروجه من المستشفى يسهم في مدى احساس

الفرد بالوحدة النفسية ، واختتمت الباحثة دراستها برأي مؤداه أن ثبات صحة الفرض الأول إنما يعني أن مفهوم التعلق أو الارتباط العاطفي يمثل مفهوماً يتعين استخدامه في أية نظرية يمكن أن توضع بخصوص طبيعة الاحساس بالوحدة النفسية .

وقام ميشارا Mishara (١٩٧٥) بدراسة عن الاحساس بالوحدة النفسية لدى الطلاب الجامعيين ، حاول فيها أن يضع نموذجاً لتفسير هذا الاحساس — كما حاول أن يتحقق من صحة هذا النموذج أمبريقيا ، واستند الباحث في نموذجه المقترح إلى ما انتهت إليه البحوث والدراسات السابقة التي أجريت في هذا الصدد . وقد أوضحت نتائج هذه الدراسة أن الاحساس بالوحدة النفسية يرتبط بكل من العزلة الاجتماعية وانخفاض مستوى السلوك التوادي المبادىء . وقد تبين أن هناك مجموعة متغيرات يمكن أن تنبىء عن الاحساس بالوحدة النفسية ، وتتضمن هذه المتغيرات احساس الفرد بعدم الرضى أو الاشباع تجاه بيئته الاجتماعية وأصدقائه ، وما يصادفه أو يعيشه من عوائق وعقبات في مسعاه لمقابلة الناس ومعرفتهم أو التعرف عليهم والاتصال بهم والتواصل معهم .

واستخدم بورتنوف Portnoff (١٩٧٦) طريقة تحليل المحتوى في دراسة قام بها عن خبرة الاحساس بالوحدة النفسية لدى الطلاب الجامعيين حيث أوضحت نتائجه أن جميع أفراد العينة أقروا بوجود فترات معينة كان ينتابهم فيها احساس بالوحدة النفسية — وان كانوا لم يستطيعوا أن يميزوا بوضوح ما بين مختلف أشكال الوحدة النفسية . وقد أوضحت النتائج أن الاحساس بالوحدة النفسية ينشأ نتيجة افتقاد الفرد أو اقصائه من الانخراط في علاقات مشبعة مع الآخرين . ولا يعني ذلك أن يكون هناك انفصال فيزيائي بين الفرد والآخرين . وكانت العناصر المصاحبة لخبرة الاحساس بالوحدة النفسية والتي تكرر ذكرها في كتابات المفحوصين تتضمن الاكتئاب والتوق إلى الآخرين والملل والضجر واللامبالاه وفتور الشعور والاغتراب والخواء النفسي . وكانت هناك فروق دالة ما بين أفراد الجنسين من حيث معدل تكرر كل من هذه المصاحبات .

واستخدم لاندفيلد Landefeld (١٩٧٧) نفس المنحى الذي انتحـــاه بورتنوف في دراسة قام بها للخبرة النفسية المتضمنة في الاحساس بالوحدة النفسية لدى المترملين ، حيث أخضع بروتوكولات مفحوصية لعملية تحليل محتوى توصل في نهايتها إلى نتائج مؤداها أن الاحساس بالوحدة النفسية يمثل خبرة تختلف عادة عما يعرف عادة بعملية الأسى أو الحزن ، حيث أن الاحساس بالوحدة النفسية لايبدأ غالباً غالباً قبل مضي فترة تتراوح ما بين ثلاثة أشهر وعامين عقب موت القرين ... أي الطرف الآخر . وفي الوقت الذي ترتبط فيه استجابة الأسى والحزن بموضوع معين ، يأتي الاحساس بالوحدة النفسية غير مرتبط بموضوع ما . وقد استطاع الباحث أن يحدد أربعة أطوار يمر بها الأرمل في مسعاه لمواجهة احساسه بالوحدة النفسية والتعامل معه ، وتتضمن هذه الأطوار الأربع محاولة الأرمل في البداية انكار احساسه بالوحدة والتسليم الواعي من جانبه في النهاية أنه وحيد ، ووضع خطة يمكن من خلالها مغالبة احساسه بالوحدة ، ثم المضي في تنفيذ الخطة الموضوعة إلى أن يتم تبديد أو تصريف الاحساس بالوحدة النفسية والتخلص منه نهائياً . وكانت هناك فروق بين الجنسين من حيث النحو أو الطريقة التي يشعر فيها كل منهم بالوحدة النفسية .

وقامت نيفـــلز Nevils (١٩٧٨) بدراسة عن الاحساس بالوحدة النفسية تناولت فيها عدداً من الجوانب البينشخصية والتاريخية والموقفية التي يفترض أنها تفرق بين الطلاب الجامعيين ذوي الاحساس بالوحدة النفسية وبين نظرائهم الذين لا يعانون من مثل هذا الاحساس . وتشير نتائج هذه الدراسة إلى عدم وجود فروق دالة بين طلاب المجموعتين من حيث الافتقاد الوالدي — أي انفصال الابن عن والديه ، وتماثل أفراد المجموعتين فيما أبدوه من تقارير ذاتية تعبر عن مدى احساس كل منهم بقدرته على التواصل مع الآخرين أو ترحيبه بالتعامل معهم . كما أوضحت النتائج أن كلا من مستويات تعليم الوالدين ومستوى دخل الأسرة وعدد أفرادها ونوعية علاقة الطالب بوالديه واخوته جميعها تسهم سلباً أو ايجاباً في مدى احساسه بالوحدة .

وحاول براج Bragg (١٩٧٩) تحديد ماهية المتغيرات الفارقة ما بين الاحساس بالوحدة النفسية والاكتئاب وذلك في دراسة قام بها وتناول فيها العلاقة بين الوحدة النفسية وبعض الخواص الديموجرافية والاجتماعية لدى الطلاب الجامعيين الجدد . وقد توصل هذا الباحث إلى نتائج مؤداها وجود علاقات دالة بين الاحساس بالوحدة النفسية ومتغيرات اجتماعية معينة – مثل العلاقة بأفراد الجنس الآخر وعدد المعارف والأصدقاء – وهي أبعاد كان يتضمنها مقياس الاحساس بالوحدة النفسية الذي استخدم في الدراسة ، ولم تكن هناك علاقة بين الاحساس بالوحدة النفسية وأي من المتغيرات الديمغرافية موضع الاهتمام . وعلى الرغم من وجود علاقة بين الاحساس بالوحدة النفسية والاكتئاب (ر – ٠,٤٩) فقد كان لكل من هذين المتغيرين علاقاته وارتباطاته التي تختلف عن علاقات وارتباطات المتغير الآخر ، مما يبرر ضرورة تناولهما سيكلوجياً كظاهرتين منفصلتين .

وتكررت هذه النتيجة بصورة أخرى في دراسة نظرية قام بها كوبستانت Kubistant (١٩٧٩) تناول فيها ظاهرة الائتلاف ما بين الانفراد – والوحدة النفسية من منظور الارشاد النفسي ، ونبه فيها إلى أن ظاهرة الانفراد – الوحدة النفسية تعتبر ظاهرة منفصلة – ولا ينبغي تصنيف هذه الظاهرة أو ادماجها بطريقة آلية في أية ظاهرة أخرى ترتبط بها على هذا النحو أو ذاك – مثل الاكتئاب والقلق والضجر والسأم . وقد أوضح هذا الباحث أن ظاهرة الانفراد – الوحدة النفسية تعد مفهوماً مركباً تنضوي تحته مكونات متعددة هي الانفراد والوحدة النفسية والانعزال والاغتراب والعزلة والانفراد الوجودي والوحدة النفسية الوجودية وقلق الانفراد – الوحدة .

وفي الوقت الذي يسلم فيه كثير من الباحثين بأن الاحساس بالوحدة النفسية يرجع إلى افتقاد الفرد لمهارات اجتماعية معينة ، قام يونج Young (١٩٧٩) بدراسة عن الاحساس بالوحدة النفسية لدى الطلاب الجامعيين ، افترض فيها أن هذا الاحساس يمكن تفسيره بصورة أكثر دقة ووضوحاً عن طريق استخدام النموذج المعرفي Cognitive Model . وقد أوضحت نتائج هذه الدراسة وجود فروق دالة بين

الطلاب الجامعيين ذوي الاحساس بالوحدة النفسية ونظرائهم العاديين من حيث مشاعر الاحساس بانعدام الحب والاقصاء من عضوية الجماعة التي يود الفرد أن ينتمي إليها ، والشعور بالتقييد أو المحدودية ، وانعدام الثقة في النفس والتشاؤم تجاه المستقبل . واقترح الباحث في نهاية دراسته ضرورة وضع نظرية أكثر شمولا وعمومية لتفسير ماهية الاحساس بالوحدة النفسية استند فيها إلى مفاهيم التعزيز الاجتماعي Social Reinforcement والتعلم المعرفي Cognitive Learning ونمو حيز الحياة Life-span Developmen ، وأوصى بضرورة ادماج الجوانب المعرفية في تناول ومعالجة الاحساس بالوحدة النفسية .

وهكذا ، يتضح مما سبق أن البحوث والدراسات الأجنبية التي أجريت في مجال الاحساس بالوحدة النفسية تبدو على قدر كبير من التنوع . وعلى الرغم من تسليم المشتغلين بالطب النفسي والصحة النفسية كافة بمضار احساس الفرد بالوحدة النفسية والعواقب المرضية التي يمكن أن تترتب على مثل هذا الاحساس — فمن الملاحظ أن البحوث العربية التي يمكن أن تتناول أصول ومسببات ومصاحبات هذه الظاهرة النفسية الهامة(١) لم تبدأ بعد . بل ويمكن القول أن عدد البحوث الامبريقية الأجنبية التي تصدت لدراسة جوانب وأبعاد هذه الظاهرة على مدى العشرين عاماً الماضية يبدو قليلا إلى حد ما . وبالتالي ، فهو لا يتناسب مع ما ينطوي عليه هذه الظاهرة من جوانب وأبعاد ، وما يمكن أن يتمخض عنها في حياة الفرد من عواقب وآثار .

ويذكر كربس Krebs (١٩٧٤) أن ظاهرة الاحساس بالوحدة النفسية لم تخضع للدراسة المركزة والمستفيضة من جانب علماء النفس حتى الآن ، كما أن البحوث والدراسات السيكلوجية التي تناولت هذا الاحساس مازالت تعاني من

---

(١) أشترك الباحث مع الأستاذة الدكتورة هدى برادة ، أستاذ الصحة النفسية ورئيسة قسم الصحة النفسية بكلية التربية – جامعة عين شمس في الإشراف على رسالة ماجستير قامت بها الطالبة زكية غنى مرزوك الصراف ، موضوعها دراسة للعلاقة بين الإحساس بالوحدة النفسية ومفهوم الذات لدى الطلاب الجامعيين من الجنسين – وقد أجيزت هذه الرسالة بتقدير عام (ممتاز) وأوصى بطبعها على نفقة الجامعة .

افتقاد الدقة والاحكام من حيث الاجراءات المستخدمة فيها – بحيث يمكن اجراء هذه البحوث مرة أخرى . ويبدو أن الصعوبات المنهجية كانت ولا تزال تمثل عائقاً أساسياً على مسار حركة البحث في هذا المجال ، وهي صعوبات تتمثل في كيفية قياس خبرة الاحساس بالوحدة وامكانية تحري الموضوعية من جانب الباحث المجرب في قياس مثل هذه الخبرة الذاتية . ولعل مما يزيد من هذه الصعوبة أن الباحثين في هذا المجال لم يتوصلوا بعد إلى اتفاق فيما بينهم بخصوص وضع تعريف إجرائي لخبرة الاحساس بالوحدة النفسية . أو ماهية المكونات السلوكية المتضمنة فيها . هذا إلى جانب أن الأفراد ذوي الاحساس بالوحدة النفسية يمكن أن يشعروا بصعوبة عندما يكونوا بصدد تقديم أوصاف فينومينولوجية أو ظاهرياتية تتعلق بحقيقة ما يعيشون من مشاعر وأحاسيس أثناء احساسهم بالوحدة .

ويرى سوليفان Sullivan (١٩٥٣) أن المصاعب والعوائق التي تحول دون امكانية الاتصال بالأفراد ذوي الاحساس بالوحدة النفسية ترجع إلى ارتباك هؤلاء الأفراد من جراء ما لديهم من مشاعر وأحاسيس . بينما يرجع جرينولد Greenwold (١٩٨٢) فجوات الاتصال في مثل هذه الحالة إلى نزعة أو ميل هؤلاء الأفراد إلى تمويه وتحريف الطبيعة المؤلمة لخبرة الاحساس بالوحدة النفسية . أو انكار درايتهم وادراكهم لصنوف الحرمان التي يمكن أن تنجم عن هذه الخبرة . يمكن وراء هذا الانكار حاجة عصابية من جانب الفرد إلى تقديم ذاته في صورة مثالية تبدو فيها – أي الذات – متحررة من حاجات الاعتماد ، وهي حاجات تنطوي على نوع من الضعف في نظر ذي الاحساس بالوحدة النفسية .

ويرى سيرمات Sermat (١٩٧٣) أن الرغبة في انتحال مظهر المرغوب فيه اجتماعياً يمكن أن تغري الفرد ذي الاحساس بالوحدة النفسية ، بحيث يلجأ إلى تشويه وتحريف ما يقدمه من أوصاف بخصوص خبرته في هذا الجانب هذا من ناحية ، ومن ناحية أخرى ، فقد أرجع روبنز Rubins (١٩٦٤) النزعة أو الميل إلى تشويه وتحريف خبرة الاحساس بالوحدة النفسية إلى محاولات الفرد صاحب الاحساس

بالوحدة إلى موضعه مشاعره وأحاسيسه الذاتية – أي محاولة التعبير بموضوعية عن هذه المشاعر والأحاسيس .

وإلى جانب ما تقدم من صعوبات ، فقد ذهب بـــراج Bragg (١٩٧٩) إلى القول بأن قلة البحوث والدراسات السيكولوجية التي أجريت في مجال الاحساس بالوحدة النفسية ترجع إلى العلاقة القوية القائمة بين كل من الاحساس بالوحدة النفسية والاكتئاب ... وصعوبة التمييز ما بين هذين المفهومين . ويرى بورتنوف Portnof (١٩٧٦) أن هناك عدة جوانب تصاحب خبرة الاحساس بالوحدة النفسية وترتبط بها – وتتضمن هذه الجوانب كلا من الاكتئاب ، والانعزال ، والعزلة ، والاغتراب ، والانفراد ، والأسى أو الحزن ، والتوق إلى الآخرين ، والعجز ، واللامبالاه وفتور الشعور ، والخلو النفسي Emptiness .

ومع التسليم بوجود قدر من التداخل أو التشابك ما بين هذه المفاهيم والظواهر النفسية ؛ ينبـــه كوبستانت Kubistant (١٩٧٩) إلى أن ظاهرة الاحساس بالوحدة النفسية تعتبر ظاهرة منفصلة ، وينبغي تناولها من جانب الباحثين على هذا الأساس – حيث لا يمكن تصنيف أو ادماج هذه الظاهرة في أية ظواهر أخرى يبدو أنها ترتبط بها على هذا النحو أو ذاك . ومع ذلك ؛ فإن هذه القضية تحتاج إلى اجراء مز يد من البحوث والدراسات قبل أن يصبح في الامكان تقديم رأي قاطع فيها .

الآفاق المحتملة للبحث فى مجال الاحساس بالوحدة النفسية :

استكمالا لكل ما تقدم ، وفي ضوء حقيقة أن ما يجري من بحوث ودراسات في هذا المجال لم يسفر حتى الآن عن قدر كاف من المعلومات والبيانات بخصوص طبيعة مسببات الاحساس بالوحدة النفسية . ونوعية الخبرات الذاتية التي تصاحب هذا الاحساس ، أو ماهية الفنيات الارشادية والعلاجية التي يمكن أن تستخدم بفعالية في التخفيف من مشاعر الاحساس بالوحدة – فإن من المفيد تحديد عدد من البحوث والدراسات التي يتعين أن تجري في مجال الاحساس بالوحدة النفسية ، حتى يتسنى التوصل إلى اجابات لكثير من التساؤلات القائمة في هذا المجال .

وبالتالي ، فهناك حاجة إلى دراسات تتناول :

- العلاقة بين الاحساس بالوحدة النفسية والظروف الأسرية والممارسات الوالدية في تنشئة الأبناء .
- العلاقة بين الاحساس بالوحدة النفسية وطبيعة التكوين الأسري .
- العلاقة بين الاحساس بالوحدة النفسية وترتيب المولد .
- العلاقة بين الوحدة النفسية ودرجة الاستبصار بالذات .
- العلاقة بين احساس الفرد بالوحدة النفسية ومكانته السوسيومترية .

وقبل كل ذلك أو في خط مواز له ، هناك حاجة إلى دراسة تجري بهدف تحديد ماهية الفنيات التي يمكن أن تستخدم في تخفيف أو تسكين الاحساس بالوحدة النفسية ، واجراء بحوث ودراسات سيكلوجية مقارنة لتحديد مدى فعالية استخدام كل من هذه الفنيات في تخفيف أو تسكين الاحساس بالوحدة النفسية لدى قطاعات مختلفة من الأفـــراد .

المراجـــــع

أولا : المراجع العربية :

١ ــ ابراهيم قشقوش (١٩٧٩) : مقياس الاحساس بالوحدة النفسية لطلاب الجامعات القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية .

٢ ــ ابراهيم قشقوش (١٩٨٢) : سيكلوجية الاحساس بالوحدة النفسية . القاهرة : مكتبة الأنجلو المصرية (تحت الطبع) .

٣ ــ أبي الفضل جمال الدين محمد بن مكرم بن منظور الافريقي المصري الأنصاري الخزرجي (١٣٠٠ هـ) : لسان العرب ، ط (١) الجزء الرابع . القاهرة : المطبعة الأميرية ببولاق ، ص‌ص ٤٦١ ــ ٤٦٧ .

٤ ــ أحمد بن محمد بن علي المقري الفيومي (١٩٣٩) : المصباح المنير ، ط (٨) ، القاهرة : وزارة المعارف العمومية ، ص‌ص ٨٩٤ ــ ٨٩٦ .

٥ ــ مجد الدين محمد بن يعقوب الفيروزابادي الشيرازي (د.ت.) : القاموس المحيط . مصر : المطبعة الميمنية ، ص‌ص ٣٥٦ ــ ٣٥٧ .

٦ ــ محمد بن أبي بكر بن عبد القادر الرازي (١٩٥٣) : مختار الصحاح ، ط (٧) ، القاهرة : وزارة المعارف العمومية ، ص‌ص ٧١١ــ٧١٢ .

ثانياً – المراجع الأجنبية

7 . Belsher, M.J. (1974): The Measurement of Loneliness: A Validation study of BELS. Disser. Abst. Inter., Vol. 35 (11-2) B. P. 1-35.

8 . Bowman, C.C. (1955): Loneliness and Social change. American Journal of Psychiatry, 112, PP. 194-98.

9 . Bradley, R. (1970): Measuring Loneliness. Disser. Abst. Inter. Vol. 30 (7-B), P. 3382.

10. Bragg, M.E. (1979) A Comparative Study of Loneliness and Depression. Disser. Abst. Inter. Vol. 39-B (12), P. 6109.

11. Buhler, C. (1969): Loneliness in Maturity. Journal of humanistic Psychology, 9, PP. 167-181.

12. Dan Russell et.al. (1978): Developing a measurement of loneliness Journal of Personality Assessments, 42,2, PP. 290-294.

13. Donson C. & Georges, A. (1967): Lonely-land and bedsitter land. Bala, North Wales: Chapples.

14. Eddy, P.D. Jr. (1961): Loneliness: A Discrepancy within the phenomenological self. Unpub. Doc. Disser; Adelphi College.

15. Fromm. E. (1955): The sane Society. Greenwich, Conn.: Fawcett Publications.

16. Fromm-Reichmann, F. (1959): Loneliness. Psychiatry, 22, PP. 1-15.

17. Gloria, F.M. (1973): Loneliness: A study of hospitalized adults. Disser. Abst. Inter., Vol. 33 (7) A, P. 3790.

18. Goldman, G.D. (1955): Group Psychotherapy and the lonely person in our changing times. Group Psychotherapy, 8, PP. 247-253.

19. Gordon, S. (1976): Lonely in America. New York: Simon and Schuster.

20. Greenwald, J.A. (1972): Self-induced Loneliness. Voices, 8, (1) PP. 14-23.

21. Haig, G. (1967): Psychotherapy as an interpersonal encounter. In: J.F.T. Bugental, Challenges of humanistic Psychology, N.Y.: McGraw-Hill.

22. Hammer, M. (1972): A therapy for loneliness. Voices, 8 (1), PP. 24-29.

23. Hammer, M. (1973): On loneliness; Personal Communications. Unpublished manuscript.

24. Hendrix, M.J. (1972): Toward an operational Definition of loneliness. Disser. Abst. Inter., Vol. 33 (3-4) B, P.

25. Josephson, E. & J.M. (Eds-1962): Man Alone. N.Y.: Dell.

26. Krebs, J.S. (1974): The infinite spaceship: A Phenomenological analysis of the experience of loneliness. Disser. Abst. Inter. Vol. 35-B (1-2), P. 1052.

27. Kubistant, T. M. (1979): A Synthesis of the aloneness-loneliness phenomenon: A counselling Perspective. Disser. Abst. Inter., Vol. 39 (12), PP. 1982-93.

28. Larousse (1972): Larousse illustrated international ensyclopedia and dictionary. New York: McGraw Hill Inter. B. Comp.

29. Landfeld, R. E. (1977) : A Study of the intrapsychic experience of loneliness in widowhood. Disser. Abst. Inter., Vol. 38 (1-2), P. 7736.

30. Lynch, J. (1977): The broken heart: The medical consequences. N.Y.: A basic book, C.

31. Menninger, K. A. (1930): The human mind. N.Y. Garden City Publishing Co.

32. May, R. (1953): Man's search for himelf. N.Y.W.W. Norton & Co.

33. Meredith, C. P. (1973): A Comparative examination of anxiety, guilt, prejudic and loneliness in selected scriptural and psychological writings. Disser. Abst. Inter., Vol. 33 (10) A, PP. 5496-97.

34. Middlebrook, P. N. (1974): Social Psychology and Modern Life. N.Y.: Alfred A. Knopt.

35. Mishara, T. (1974): A Social Self Approach to loneliness among college students. Unpublished Doctoral Dissertation, University Microfilms, Ann Arbor. No. 75-20,267.

36. Mosse, E. P. (1957): The Conquest of Loneliness. N.Y. Random House.

37. Moustakas, C.E. (1961): Loneliness, Englewood Cliffs, N. J.: Prentice Hall.

38. Moustakas, C.E. (1972): Loneliness and Love. Englewood Cliffs., N.J.: Prentice Hall.

39. Neilson, W.A. et. al. (1961) : Webster's International Dictionary of English Languages (Sec. Ed.). Springfield. Mass,. G. & Merrian Comp., Publishers.

40. Nevils, R. S. Jr. (1973): A Study of Loneliness: Selected interpersonal, historical, situational, and experiental aspects. Disser. Abst. Inter., Vol. 39 (6) B, P. 2997.

41. Portnoff, G. (1976): The Experience of Loneliness. Disser. Abst. Inter., Vol. 36-B (11-12), P. 6452.

42. Riesman, D. (1950): The Lonely Crowd. New Haren, Conn.: Yale University Press.

43. Seabrook, J. (1973): Loneliness. Temple Smith & New Society.

44. Schmidt, N. (1976): A Scale for the measurement of loneliness. York University.

45. Sermat, V. (1973): Loneliness and the interpersonal competence. Unpublished manuscript presented at western psychological association.

46. Sisenwein, R. J. (1965): Loneliness and the individual as viewed by himself and others. Unpub. Doc. Disser., University microfilms., Ann Arbor, Mi., 65-5379.

47. Spengler, J. C. (1976): A Phenomenological explination of loneliness. Disser. Abst. Inter., Vol., 36 (11-12), P. 7735.

48. Sullivan, H. S. (1953): Interpersonal theory of psychiatry. N.Y.: Norton.

49. Turners, D. (1960): Lonely God, Lonely Man. N.Y.: Philosophical library.

50. Walden, P. A. (1973): A Philosophical investigation of loneliness. Disser. Abst. Inter., Vol. 34-A, (4), P. 1978.

51. Weiss, R.S. (1973): Loneliness: The Experience of emotional and Social isolation (Ed). Cambridge, Mass.: MIT Press.

52. Young, J.E. (1979): Loneliness among College Students: A Cognitive Approach. Disser. Abst. Inter., Vol. 40 (3) B, P. 1392.