كشف الذات وعلاقته بالشعور بالوحدة لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء متغير الجنس*

د. خالد علي العمري**
د. عبد الكريم محمد جرادات***

* تاريخ التسليم: ٢٠/ ٧/ ٢٠١٣م، تاريخ القبول: ٢٦/ ٨/ ٢٠١٣م.
** أستاذ مساعد/ وزارة التربية والتعليم/ الأردن.
*** أستاذ مساعد/ قسم علم النفس الإرشادي والتربوي/ كلية التربية/ جامعة اليرموك/ الأردن.

ملخص:

هدفت هذه الدراسة إلى التعرف إلى العلاقة بين كشف الذات والشعور بالوحدة، لدى عينة من (٨٦٩) طالباً وطالبةً من جامعة اليرموك.ولتحقيق أهداف الدراسة؛ أُستخدمت أداتان إحداهما نُسخة معدّلة من مقياس كشف الذات، والأخرى نسخة عربية من مقياس كاليفورنيا للشعور بالوحدة.كشفت نتائج الدراسة عن وجود ارتباطاتٍ سالبةٍ دالةٍ إحصائياً (P=0.05) لدى أفراد عينة الدراسة، بين كشف الذات والشعور بالوحدة، وذلك على الدرجة الكلية لمقياس كشف الذات للأب وللأم وللصديق.كما كشفت الدراسة عن أبعاد كشف الذات للأب وللأم وللصديق المتنبئة بالشعور بالوحدة لدى الذكور، وهذه الأبعاد هي بُعد الاتجاهات والآراء بالنسبة لكشف الذات للأب، وبُعد الدراسة بالنسبة لكشف الذات للأم، وبعديْ الدراسة والوضع المالي بالنسبة لكشف الذات للصديق.كما كشفت الدراسة عن أبعاد كشف الذات للأب وللأم وللصديق المتنبئة بالشعور بالوحدة لدى الإناث، وهذه الأبعاد هي بُعد الشخصية بالنسبة لكشف الذات للأب وللأم، وبُعد الأذواق والميول بالنسبة لكشف الذات للصديق.

الكلمات المفتاحية: كشف الذات، الشعور بالوحدة، الفروق بين الجنسين.

Abstract:

The present study aims at exploring the relationship between Self-disclosure and loneliness among a sample of Yarmouk University students. To achieve the purposes of this study, two instruments were used: The first instrument was a modified version of the self- disclosure questionnaire, and the second instrument was an Arabic version of California scale for loneliness.The sample of the study consisted of (869) male and female students randomly selected from Yarmouk University students.The results of the study revealed a significant negative correlation (P=0.05) between self- disclosure and loneliness.In addition, the results showed that the dimensions of self-disclosure to parents and same sex friends that predicted loneliness among males were: The dimension of attitudes and opinions for self- disclosure to fathers, the dimension of study for self- disclosure to mothers, and the dimensions of study and financial status for self- disclosure to friends.The dimensions of self- disclosure to parents and friends that predicted loneliness among females were: The personality dimension for self- disclosure to each of fathers and mothers, and the dimension of tastes and interests for self-disclosure to friends.

Key words: *Self- disclosure, loneliness, gender differences.*

خلفية الدراسة:

يعد كشف الذات من الموضوعات المهمة في العملية الإرشادية؛ فهو يمثل عنصراً من عناصر الأصالة بالنسبة للمرشد، وهي شرطٌ ومتطلبٌ أساسيٌ لعمل المرشد، وتساعد كثيراً في حث المسترشد على الإفصاح وبوضوح وصدق عن ذاته، مما يؤدي إلى كسر الحاجز والتأسيس لبناء الثقة، الأمر الضروري لنجاح العملية الإرشادية وتحقيق أهدافها. وقد اهتمت الإتجاهات الإنسانية في الإرشاد بكشف الذات ورأت فيه أداةً لتطوير العلاقة الإرشادية، التي هي الأساس الذي تعتمد عليه كل الأنشطة الإرشادية (ملكوش، ٢٠٠٤) .

ويعتقد روجرز (Rogers,1995) أن لدى الناس ميلاً داخلياً للكفاح من أجل النضج، وتحقيق الذات وتقديرها، ويتم إدراك هذا الميل عندما تتاح للأفراد الفرصة لشروط تدعم هذا النضج، وفي سياق الإرشاد النفسي، فإن نضج المسترشد مرتبط بمستويات مرتفعة من هذه الشروط، وهي التعاطف والاحترام والأصالة، التي يجب أن يتم إيصالها من قبل المرشد وإدراكها من قبل المسترشد، والشرط الذي له علاقة بدراسة الباحث الحالية هو الأصالة، ويعني أن يكشف الطالب ذاته دون تزييف أو لعب دور، وللأصالة عناصر كثيرة وأحدها كشف الذات.

ويرى جورارد (Jorard) المشار إليه في (أبو جدي) (٢٠٠٨) أن كشف الذات يتضمن قيام الشخص بالإفصاح عن معتقداته ومشاعره، ويشترط أن يكون الشخص صادقاً في ذلك.أما كورسيني (Corsini,1987) فترى أن كشف الذات هي العملية التي يبوح فيها الفرد بمعلومات مهمة وحقيقية لشخص آخر، ويتم هذا البوح بشكل طوعي واختياري. ويرى كفافي (١٩٩٩) أن كشف الذات، أو الانفتاح الذاتي يعني أن يفصح الفرد عن مشاعره وأفكاره الخاصة إلى شخص آخر، وتتفاوت درجة الإفصاح هذه من شخص لآخر تبعاً لدرجة قرب هذا الشخص.أما جونسون (Johnson,1986)

Johnson,1986)) فيرى أن كشف الذات تعبير عن رد أفعالك تجاه موقف حالي وإعطاء معلوماتٍ عن الماضي، بحيث تكون تلك المعلومات ذات علاقة بردودٍ أفعالكً تجاه الموقف الحاضر، فردود الأفعال تجاه الناس والأحداث هي ليست حقائق بقدر ما هي مشاعر، لذلك يعد كشف الذات من القضايا الحساسة في الاتصال الشخصي وتطوير العلاقات الإنسانية، فهو يتضمن التواصل مع الشخص الآخر، وكيفية شعورك تجاهه أو حول الأحداث التي حدثت تواً، كما أنه أداةٌ فعالةٌ لإزالة الحواجز النفسية بين الأفراد.

وقد تعرَف كوزبي (Cozby) المشار إليه في ملكوش) ٢٠٠٤) على ثلاثة أبعادٍ أساسية لكشف الذات من قبل المرشد وهي كمية المعلومات التي يشارك بها، ومستوى حميمية المعلومات التي سيشارك بها، والوقت الذي تستغرقه هذه المشاركة.

ويعد كشف الذات وسيلةً فعالةً لتخفيض الاضطرابات النفسية، وذلك لقيمته المتمثلة في التنفيس الانفعالي عن المكبوتات الموجودة داخل الفرد، ويكون ذلك عندما يشارك الفرد الأفراد الآخرين بآماله ومخاوفه وأحزانه وأفراحه، حيث يجنبه ذلك الوقوع في كثيرٍ من المشكلات النفسية وسوء التوافق، كالشعور بالوحدة والانعزال، كما يعمل كشف الذات على تنمية العلاقات الإنسانية وتقويتها، ويكون بمثابة التغذية الراجعة لسلوك الفرد، فإما أن يستمر بذلك السلوك أو يعمل على تعديله، ولا يستطيع أحد أن ينكر وجود كشف الذات، عنده فمن المستحيل أن تجعل نفسك غير معروف لدى الآخرين، حتى وإن حاولت ذلك، فأنت عندما تتكلم تظهر بشكلٍ مباشرٍ أو غير مباشرٍ رغباتك واهتماماتك وآراءك واعتقاداتك، أو بعض المعلومات الشخصية عنك، وإن لم يكنَ الموضوع شخصياً.كما إن السلوكات غير اللفظية قد تعبر عن حالة الفرد النفسية؛ فالتثاؤب يعني أنك متعبٌ أو تشعر بالملل، كما إن المسافة بينك وبين الشخص الذي يتحدث إليك تقيس مدى اهتمامك وارتياحك له، وقد حدد كوزبي (Cozby) ثلاثة معايير تحدد فيما إذا كان نوع الاتصال كشفا للذات أم غير ذلك، إذ يجب أن يحتوي كشف الذات على معلومات شخصية تخص المتكلم وهذا هو المعيار الأول، والمعيار الثاني هو أن على المتكلم أن يتحدث لفظياً عن هذه المعلومات، أما المعيار الثالث فهو أنه يجب أن يكون هناك شخصٌ ثانٍ مستقبلٌ يوجه الكلام له، أي أن كشف الذات حدد باتصال ذات المرسل بذات المستقبل (جرادات، ١٩٩٥) .

ويرى آدلر وروزنفليد وتاون (Adler, Rosenfeld & Towne, 1992) أن كشف الذات نوع من أنواع الاتصال الذي يستخدمه الفرد في الحفاظ على علاقاته وتطويرها، وأن له أهميةً كبيرةً في الصحة العقلية للفرد، **وقد ذكر مجموعة من النقاط المميزة لكشف الذات عن غيره من أشكال الاتصال الأخرى ومنها:**

١. **الصدق (Honesty)** : ويعني أن المعلومات التي يُفصح عنها يجب أن تكون صحيحةً وغير مزيفة؛ فكشف الذات يتميز بقدرٍ من الصدق، فما دمنا صادقين وأمناء يكون كشف الذات فعالاً وذا جدوى، أما إذا حاولنا إظهار صورة كاذبة عن أنفسنا، أي أن نقول جزءاً من الحقيقة، ونتجنب قول الحقيقة كاملة، فإننا لانكشف ذاتنا بصدق وأمانة، حيث يقاس الصدق في كشف الذات من خلال المرجعية الذاتية، وهي مجموع العبارات التي تصف المتحدث.

٢. **العمق (Depth) :** إن المعلومات التي يُكشف عنها تكون ذات عمقٍ واضح لأنها تعبرٌ عن شخصية الفرد، ولكن تتباين طبيعة الأفراد في ذلك، فما قد يكون شخصياً وسرياً وذا عمقٍ لشخص ما، قد لا يكون كذلك لشخص آخر.و تعتمد هذه الخاصية أيضاً على طبيعة المعلومات المفصح عنها، وكذلك طبيعة الشخص الموجه إليه كشف الذات، فقد تشعر بالارتياح، وقد تعترف بأنك عصبي المزاج، أو تخاف من الحشرات أمام أي شخص يسألك، في حين قد يشعر شخصٌ آخرٌ بالحرج إذا سألته كم عمرك.

٣. **توافر المعلومات (Availability of Information)** : إن الرسائل الخاصة بكشف الذات يجب أن تحتوي على المعلومات التي من غير المحتمل أن يعرفها الشخص المقابل في ذلك الوقت، أو قد لا يكون قادراً على الحصول عليها من مصدرٍ آخر دون بذل جهدٍ كبيرٍ من خلال كلام الناس أو الصحف مثلاً، فإن ذلك لا يعد كشفاً للذات.

٤. **سياق المشاركة (Context of sharing) :** فطبيعة الموقف الذي يتم فيه الكشف يؤدي دوراً مهماً في كشف الذات، فكشف الذات في إطار الحياة العائلية يختلف عن قيام معلم بكشف ذاته أمام تلاميذه.

وتؤثر في عملية كشف الذات من حيث درجته ونوعه عوامل عديدة، كحجم الجمهور والموضوع، والتكافؤ، والجنس؛ فمن حيث حجم الجمهور قد يكشف الشخص ذاته أمام المجموعات الصغيرة أكثر من المجموعات الكبيرة وذلك بسبب المخاوف الموجودة لديه، أما بالنسبة للموضوع، فيؤثر على مقدار ونوع الكشف الذي يقوم به الأفراد، وأما التكافؤ فمن حيث إن كشف الذات السلبي لا يكونلدى الأشخاص بنفس الدرجة من الكشف الايجابي الذي ينجذبون إليه، وأخيرا الجنس، فالإناث يقمن بكشف ذواتهن بدرجةٍ أكبر من الذكور (Devito, 1993) .

أما أسباب ودوافع كشف الذات لدى الأفراد، فبالرغم من أن درجة كشف الذات تختلف من فردٍ لآخر، فإن الأفراد يتشاركون بمعلوماتٍ مهمةٍ عن أنفسهم، وذلك لسبب أو لآخر فقد يكون كشف الذات بقصد التنفيس الانفعالي، أو توكيد الذات، أو التبادلية، أو توضيح الذات، أو الحفاظ على العلاقات وتقويتها وتطويرها، أو التحكم الاجتماعي وتكوين الانطباع (الصبيحين، ٢٠٠١) .

ولإيضاح سلوك كشف الذات لدى الفرد، فإنه من المفيد التطرق للحديث عن نافذة جوهاري (Johari) ، وتتكون هذه النافذة من أربع مناطق للوعي من جانب الفرد، **وفيما يأتي توضيحٌ لهذه الأجزاء الأربعة (جرادات، ١٩٩٥)** :

١. **المنطقة المكشوفة**: وهي منطقة النشاط الحر (العام) ، وتشمل معلوماتٍ معروفةٍ للفرد وللآخرين في عملية الاتصال، كالمعلومات العامة عن الفرد أو مظهره العام.

٢. **المنطقة المخفية**: وهي منطقة المعلومات والأفكار والسلوكيات التي يشعر الفرد بالخجل منها، والأسرار الشخصية التي يعرفها الفرد عن نفسه فيخفيها، ولا يبوح بها للآخرين، مثل القلق والمخاوف والشكوك.

٣. **المنطقة العمياء**: وهي المعلومات التي يعرفها الأشخاص الآخرون عن الشخص، ولكن الشخص ذاته لا يعرفها عن نفسه، مثل سمعة الفرد في المحيط الذي يعيش فيه، ومن الممكن أن يتعرف الفرد إلى هذه المعلومات من خلال التغذية الراجعة من محيطه.

٤. **المنطقة المجهولة**: وهي المنطقة التي لا يعرفها الفرد عن نفسه، ولا يعرفها الآخرون عنه، وتشتمل على الأمور الغامضة، ويمكن التعرف إلى وجود هذه المنطقة من خلال اكتشاف الفرد لذاته بصورةٍ مستمرةٍ في مراحل حياته المختلفة.

ولكن كشف الذات قد ينطوي على مخاطر أو قد لا يكون مفيداً في بعض الأحيان من حيث أنه يؤدي إلى فقدان السيطرة على العلاقات مع الآخرين، الأمر الذي يجعلك غير جديرٍ بالاحترام من وجهة نظرهم إذا كشفت ذاتك إليهم في بعض الأمور، كما أن كشف الذات يمكن أن يؤذي الشخص الآخر، ويكون ذلك إذا كان الكشف صادقاً وصريحاً في مواقف تكون فيها الحقيقة مؤذية لمشاعر الشخص المقابل (جرادات، ١٩٩٥) .

ويتضح مما سبق أن كشف الذات يحتاج إلى سياق اجتماعي، وتنطوي عليه مخاطر كالتقويم السلبي، أو التهديد الاجتماعي للشخص الذي يكشف عن ذاته، مما يدفع كثيراً من الأفراد إلى تجنبهم الكشف عن ذواتهم في العديد من المواقف الاجتماعية، لاسيما إذا توافرت لدى هؤلاء الأشخاص سماتٌ وخصائصُ معينة كالقلق القلق الاجتماعي (أبو جدي، ٢٠٠٨) .

إلا أن كشف الذات يؤدي العديد من الوظائف المهمة؛ إذ يمثل طريقة في الحصول على المعلومات مثل أفكار ومشاعر شخصٍ آخر، إذ يتوقع من الشخص الذي تتم أمامه عملية كشف الذات أن يقوم هو أيضاً بكشفٍ ذاته، ويعرف هذا الأمر بالتبادلية؛ إذ يعمل الكشف المتبادل على تعميق الثقة في العلاقات، ويساعد الأفراد على فهم بعضهم بعضاً (Farber, 2006) .

ويرتبط كشف الذات بالشعور بالوحدة لدى الأشخاص، إذ إن كشف الذات يعد وسيلةً مهمةً ومفيدةً للتواصل الاجتماعي مع الآخرين، كما يؤثر في تحسين مستوى وطبيعة العلاقات الاجتماعية، وتعزيز الثقة بين الأشخاص ولا سيما طلبة الجامعة وزملائهم وذويهم، ومن خلال كشف الذات يصبح الطالب أكثر انسجاماً وتوافقاً مع الآخرين، وهذا كله في النهاية يؤثرفي مستوى الشعور بالوحدة لدى الأفراد، سيما في ظل معاناة الإنسان

المعاصر في المجتمعات الوقت الحاضر من مشكلاتٍ نفسيةٍ واجتماعيةٍ واقتصاديةٍ ومهنيةٍ عدةٍ، نتيجة التطور التكنولوجي الهائل والسريع، الذي يعجز الفرد من مجاراته، فضلاً عن التغيرات التي لحقت بالقيم الإنسانية والتحولات السريعة التي مر بها، ومن هذه المشكلات النفسية مشكلة الشعور بالوحدة النفسية، والشعور بالوحدة النفسية حالةٌ ينفرد بها الإنسان عن غيره من الكائنات الحية بسبب امتلاكه نظاماً اجتماعياً، يتأثر به ويؤثر فيه، وأي خلل قد يحدث في الأواصر التي تربط الإنسان بغيره من أبناء جنسه، أو أي تغير يحدث في النظام الاجتماعي، ينعكس على الفرد، وينتج عنه اضطرابٌ في الطابع الاجتماعي المكتسب عند الأفراد، مما يولد لديهم الشعور بالاغتراب أو الانعزال، أو المعاناة من الوحدة النفسية، تترك آثاراً على الفرد حيث إنها تؤثر على مجمل نشاطاته، كما أنها تُعد نواةً لمشكلاتٍ أخرى (عرفات، ٢٠٠٩) .

كما أشار قشقوش (١٩٨٣) إلى أن الإحساس بالوحدة النفسية يمثل واحدةً من المشكلات الخطيرة في حياة إنسان هذا العصر، حيث تُعد هذه المشكلة نقطة البداية لكثير من المشكلات التي يعاني منها الإنسان، فيما يرى خضر والشناوي (١٩٩٧) أن الشعور بالوحدة النفسية حالة يشعر بها الفرد بشيء ينقصه، والمظهر الأساس للوحدة هو الوحشة، والشخص الذي يشعر بالوحدة يصل إلى الناس، ولكنه لا يستطيع أن يتواصل معهم، ومن ثمَّ لا يستطيع استبعاد عنصر الوحشة.

وتبرز أهمية دراسة الشعور بالوحدة النفسية، بكونها تمثل خبرةً غير سارةٍ، تدل على عدم وجود التوافق، وينتج عنها العديد من حالات صعوبة الاندماج الاجتماعي على الرغم من وجود الفرد في الجماعة، وإن أهمية دراستها وتحديد مدى انتشارها يساعد في وضع المعالجات المناسبة لها، وقد أكد الساعاتي (١٩٩٠) أن الاهتمام النظري والتجريبي الجاد بالوحدة النفسية بدأ عندما نشر ويز (Weiss, 1973) كتاب (الوحدة النفسية تجربة العزلة للعاطفية والاجتماعية) .كما نشر راسيل وبابلا وفيرغسون (Russell, Peplau, & Fergu-son 1978) .أول مقياسٍ صادقٍ وثابتٍ للوحدة النفسية (عرفات، ٢٠٠٩) .

وقدكان أول مستخدم لمصطلح الشعور بالوحدة النفسية سيجموند فرويد (Sigmund Freud) عام (١٩٣٩) ، لوصف التركيب الباطني للشخص الذي يمكن أن يتغير االكامل بعد مروره بخبرة الشعور بالوحدة النفسية، وبعد سنوات توسع سوليفان (Sul-livan) في وصف الشعور بالوحدة النفسية أكثر من وصف فرويد، ورأى أن البشر كائناتٍ اجتماعيةٍ بحاجة للاتصال، وأن الشعور بالوحدة النفسية يأتي نتيجةً لفقد إشباع هذه الحاجة، وما زال هناك عدم إجماع على تعريف محدد للوحدة النفسية، وكل ما ذكر من تعريفات ما هو إلا اقتراحات قدمها الباحثون لفهم هذه الظاهرة (Abir, 2008) ، حيث يرى

ويز (Weiss.1973) أن الشعور بالوحدة النفسية لا يحدث نتيجة انعزال الفرد عن الآخرين، وإنما بسبب عدم وجود العلاقة المطلوبة أو عدم وجود الارتباط العاطفي الذي يربطه بالآخرين.ويرى جوردن (Gordon, 1976) أن الشعور بالوحدة إحساس الفرد بحرمانٍ ينشأ عندما تختفي بعض العلاقات المتوقعة من الآخرين، وذهب فرانسيس (Francis, 1976) ، إلى مثل هذا التعريف، حيث رأى أن الشعور بالوحدة النفسية إحساسٌ غير مرغوبٍ فيه بسبب قلة العلاقات الاجتماعية (الشرايري، ٢٠٠٩) .

ويرى بنتلر (Bentler) المشار إليه في قيسي (٢٠٠٠) أنالشعور بالوحدة النفسية قصور في مستوى المهارات الاجتماعية لدى الفرد بالصورة التي يكون فيها عاجز عن تحقيق علاقات اجتماعية مثمرة مع الآخرين.أما الربيعة (١٩٩٧) فيرى أن الوحدة النفسية شعور الفرد بالحرمان الذي ينشأ عندما تختفي بعض العلاقات التي يتوقعها من الآخرين.

وقد عرف قشقوش (١٩٨٣) الوحدة النفسية أنها إحساس الفرد بوجود فجوةٍ نفسيةٍ (Psychological gap) تباعد بينه وبين الأشخاص المحيطين به وموضوعات مجاله النفسي، إلى درجة يشعر معها الفرد بافتقاده التقبل والحب من جانب الآخرين، بحيث يترتب على ذلك حرمانه من إقامة علاقاتٍ مثمرةٍ ومشبعةٍ داخل الوسط الاجتماعي الذي يعيش فيه.وينظر هوجز (Hughes, 1994) إلى الوحدة النفسية باعتبارها عجزاً عاماً في مستوى المهارات الاجتماعية التي يمتلكها الفرد، التي يحتاجها لإقامة علاقاتٍ اجتماعيةٍ سويةٍ مع الآخرين.

وقد حدد يونغ (Young) المشار إليه في النيال (١٩٩٣) أنواعاً ثلاثةً للشعور بالوحدة، اعتمد فيها على الفترة الزمنية لبداية الإحساس بالوحدة ودوام الحالة حتى نهايتها وهذه الأنواع هي:

١. الشعور بالوحدة النفسية المزمن (Chronic) : ويستمر هذا النوع لفتراتٍ طويلةٍ قد تصل إلى سنوات، وفي هذا النوع لا يشعر الفرد بالرضا فيما يتعلق بالعلاقات الاجتماعية.

٢. الشعور بالوحدة النفسية العابر (Transient) : ويتضمن فتراتٍ من الشعور بالوحدة على الرغم من أن الحياة الاجتماعية للفرد تتسم بالتوافق والملاءمة.

٣. الشعور بالوحدة النفسية الانتقالي (Transitional) : وفي هذا النوع من الشعور بالوحدة يتمتع الفرد بعلاقاتٍ اجتماعيةٍ طيبةٍ في الماضي القريب، ولكنه يشعر بالوحدة حديثاً نتيجة الظروف المستمرة (مثلاً وفاة شخص عزيز لديه) .

أما أسباب نشوء الشعور بالوحدة، فغالباً ما يحدث الشعور بالوحدة بسبب غياب نمطٍ معينٍ من العلاقات في حياة الفرد الاجتماعية، أو بسبب عدم إكتمال العلاقات في مسارها

الطبيعي سواء من حيث الكم أو الكيف، وأن الذين يحسون بالوحدة هم إما أن يكونوا ميالون لها بطبيعتهم، أو أنها فرضت عليهم فرضاً بفقدان شيءٍ عزيزٍ عليهم (النجار، ٢٠٠٣) .

وقد ترجع الوحدة إلى التكوين النفسي للفرد نفسه، حيث يفضل بعض الأشخاص الوحدة والعزلة والانسحاب من معترك الحياة الاجتماعية، أو لأنهم يفتقدون الشعور بالثقة في أنفسهم أو يشكون في نوايا الآخرين نحوهم، أو يشعرون بالتعالي على الآخرين، أو لشعورهم بالفقر، أو لعجزهم عن مجاراة زملائهم، أو رفض مخالطة أقران السوء، وقد يكون الشخص الذي يشعر بالوحدة فيه من السمات والخصائص المُنفِّرة، مما يجعل الناس ينفرون منه وينصرفون عنه، ولا يقيمون معه علاقات لاتصافه بالكذب والاستغلال والابتزاز والوشاية والغيبة والنميمة (عرفات، ٢٠٠٩) .

وقد بحثت علاقة كشف الذات لدى طلبة الجامعات بمتغيرات عديدة، وكذلك الشعور بالوحدة؛ فقد أجريت دراساتٌ عديدةٌ حول كشف الذات لدى طلبة الجامعة في ضوء متغيرات ججتماعية وديمغرافية كالجنس، وحجم الأسرة، والتخصص وغيرها، فقد قام ملكين (Me-likian, 1962) بدراسة هدفت إلى كشف الذات لدى طلبة الجامعة في الشرق الأوسط، ولتحقيق هدف الدراسة استخدم الباحث استبانة جورارد لكشف الذات.تكونت عينة الدراسة من (١٥٨) طالباً من طلبة الجامعة الأمريكية في بيروت، حيث مثلوا تسع دول مختلفة، دلت نتائج التحليل على عدم وجود فروق دالة إحصائياً بين المشاركين فيما يخص سلوك كشف الذات، أو جوانب الذات المكشوفة، في حين وجدت فروقاتٌ مهمةٌ بين مجموعات الدراسة في جوانب الذات التي تم كشفها.

وقام جرادات (١٩٩٥) بدراسة هدفت إلى التعرف إلى أثر الجنس، وحجم الأسرة، ودخل الأسرة في كشف الذات لدى طلبة جامعة اليرموك، واستخدم فيها الباحث استبانة جورارد لكشف الذات، وشملت الدراسة (٧٦٢) طالباً وطالبةً من طلبة جامعة اليرموك.وبينت نتائج الدراسة أن هناك انخفاضاً كبيراً في مستوى كشف الذات لدى طلبة جامعة اليرموك، وقد كشفت الدراسة عن وجود فروق تعزى للجنس في كشف الذات للوالدة لصالح الإناث، وتبين أن الذكور يكشفون ذواتهم لأصدقائهم ثم لأمهاتهم وبدرجة أدنى لآبائهم، أما الإناث فيكشفن ذواتهن بدرجة متساوية لصديقاتهن وأمهاتهن وبدرجة أدنى لآبائهن.كما أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً في كشف الذات لكل من الوالد والوالدة، تعزى لحجم الأسرة لصالح الأسر الصغيرة، وكذلك أظهرت النتائج وجود فروق دالة إحصائياً في كشف الذات لكل من الوالد والوالدة والصديق من الجنس نفسه تعزى لدخل الأسرة وذلك لصالح الأسر ذات الدخل المرتفع.

وأجرى نايبرزيدويسكي (Niebrzydowski, 1996) دراسةً هدفت الكشف عن العلاقة بين كشف الذات ومراحل تطور العلاقات البين شخصية، طبقت على (٧٠) طالباً أعمارهم حوالي (١٧) عاماً، واُستخدم مقياس كشف الذات المكون من (٦٠) فقرةً، والمتضمن الأبعاد الآتية (الاتجاهات والاهتمامات والعمل والدراسة والوضع المالي والصفات الجسدية والمعلومات الصحية) .كشفت النتائج أن عمق كشف الذات يرتبط بتطور العلاقات بين الأشخاص، كما أن كشف الذات في مجال الاهتمامات والاتجاهات والعمل أو الدراسة يكون بدرجةٍ أكبر لشخصٍ خارجيٍ أو غريبٍ، وكشفت النتائج أن كشف الذات لدى أفراد العينة كان بدرجةٍ أقل في مجال المعلومات الشخصية والجسدية والصحية، كما أن الذكور يكشفون ذواتهم بدرجةٍ أكبر من الإناث.

وقام سليمان ودحادحة (٢٠٠٦) بدراسة هدفت إلى استكشاف أثر كل من الجنس والتخصص في كشف الذات لكل من الأب والأم والصديق من الجنس نفسه، والإخوة والأخوات والمشرف الأكاديمي، تكونت العينة من (٤٦٢) طالباً وطالبةً من طلبة جامعة السلطان قابوس من مختلف الكليات والمستويات التعليمية، وقد استخدم الباحثان النسخة المعدلة من مقياس جورارد لكشف الذات، المعربة والمقننة من جرادات (١٩٩٥) .كشفت الدراسة أن هناك فروقاً في متوسطات درجات كشف الذات للأم وللصديق من الجنس نفسه، وللأخوة والأخوات تعزى للجنس وذلك لصالح الإناث، كما كشفت الدراسة أن لا أثر للجنس في متوسطات درجات كشف الذات لكل من الأب والمشرف الأكاديمي.كما كشفت الدراسة أن هناك فروقاً دالةً إحصائياً لأثر التخصص في متوسطات درجات كشف الذات للأم وللصديق من نفس الجنس والمشرف الأكاديمي وذلك لصالح التخصصات الأدبية، وأنه لا أثر للتخصص في متوسطات درجات كشف الذات لكل من الأب والأخوة والأخوات.وتبين أيضاً أن هناك أثراً للتفاعل بين الجنس والتخصص في متوسطات درجات كشف الذات لكل من الأب والصديق من نفس الجنس والأخوة والأخوات والمشرف الأكاديمي، وذلك لصالح الذكور ذوي التخصصات الأدبية.كما أن هناك أثراً للتفاعل بين الجنس والتخصص في متوسطات درجات كشف الذات لكل من الأب والصديق من نفس الجنس والأخوة والأخوات، وذلك لصالح الإناث ذوات التخصصات العلمية.

وهدفت دراسة العمري (٢٠٠٩) إلى معرفة العلاقة بين كشف الذات والتوافق الزواجي لدى عينة من معلمي تربية إربد الأولى في ضوء متغيرات: (الجنس، وعدد أفراد الأسرة، وطول فترة الزواج) .تكونت العينة من (٢٢٢) معلماً ومعلمةً، واستخدم فيها الباحث صورةً معدلةً من استبانة جورارد لكشف الذات، وأشارت نتائج الدراسة إلى أن كشف الذات لدى

عينة الدراسة كان بدرجةٍ متوسطةٍ، كما دلت النتائج على وجود علاقةٍ موجبةٍ بين كشف الذات والتوافق الزواجي.

أما الدراسات التي تناولت الشعور بالوحدة، فكان من أهمها دراسة حسين والزياني (١٩٩٤) وهدفت إلى معرفة مدى انتشار الشعور بالوحدة لدى طلبة الجامعة والفروق بين الجنسين والجنسيات والتخصصات الجامعية في الشعور بالوحدة.وتكونت العينة من (٢٣٨) طالباً وطالبةً من جامعة الخليج العربي وجامعة البحرين، واستخدم فيها الباحث مقياس الشعور بالوحدة النفسية (قشقوش، ١٩٨٨) لطلاب الجامعة.وكشفت النتائج أن الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة الجامعة كان مرتفعاً نسبياً، كما أظهرت النتائج عدم وجود فروق دالةٍ إحصائياً في الشعور بالوحدة النفسية بين الجنسين أو التخصصات المختلفة، وكشفت عن وجود فروق في الشعور بالوحدة النفسية تعزى لعامل العزلة، حيث أظهرت الدراسة أن الطلبة البحرينيين لديهم شعور أقل بالوحدة النفسية من غيرهم من غير البحرينيين.

وهدفت دراسة حداد وسوالمه (١٩٩٨) إلى تطوير مقياس يتمتع بخصائص سيكومترية مقبولة لقياس الشعور بالوحدة، والتعرف على أبعاده، وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية لدى الطلبة الجامعيين، وقد شملت عملية إعداد المقياس عدداً من الإجراءات تمثلت باختيار عددٍ من الفقرات من المقاييس المعروفة بهذا الخصوص وترجمتها ومراجعتها من قبل عددٍ من المحكمين وتطبيقها بصورة أولية، ونتيجة لذلك أبقي على (٣٨) فقرة، حيث جرى تطبيقها على عينة الدراسة المكونة من (٣٦٣) طالباً وطالبةً، وأخضعت الاستجابات للتحليل العاملي الذي أفرز أربعة أبعادٍ للشعور بالوحدة تتصل بالعلاقات الاجتماعية والعلاقات الأسرية والمشاعر النفسية والعلاقات الحميمة.وتوافرت لمقياس الشعور بالوحدة وأبعاده دلالاتٍ عدة للصدق والثبات.وأشارت نتائج الدراسة إلى قدرة المقياس على التمييز بين مجموعاتٍ من الأفراد، يفترض اختلافهما في الشعور بالوحدة، وتشير البيانات الارتباطية إلى وجود ارتباط موجب بين الشعور بالوحدة وكل من القلق والخجل والعدوان والانطوائية، وارتباط سالبٍ بين الشعور بالوحدة وكلٍ من تقدير الذات وكشف الذات والتحكم الداخلي.

وهدفت دراسة إبراهيم (٢٠٠٠) إلى الكشف عن أثر الخجل ومفهوم الذات الأكاديمي والتحصيل الدراسي في الشعور بالوحدة النفسية، لدى عينة من طلاب كلية التربية في جامعة الأزهر من السنة الأولى حتى الرابعة، وتكونت العينة من (٢٧٨) طالباً اختيروا بطريقةٍ عشوائيةٍ استخدم فيها مقياس الشعور بالوحدة المقنن من قبل البحيري (١٩٨٥) للبيئة المصرية، ومقياس الخجل، ومقياس لمفهوم الذات الأكاديمي، أشارت النتائج إلى أن الخجل والتحصيل الدراسي ومفهوم الذات الأكاديمي من العوامل المسهمة في الشعور

بالوحدة النفسية، كما أشارت النتائج إلى أن الخجل أهم العوامل المؤثرة في الشعور بالوحدة لدى طلبة الجامعة.

وأجرى العلاونة (٢٠٠٥) دراسةً هدفت التعرف إلى درجة الشعور بالوحدة النفسية لدى طلبة جامعة اليرموك، وقدرة كل من متغير الجنس ومكان الإقامة والمستوى الدراسي والمصروف الشخصي للطالب على التنبؤ بمستوى الشعور بالوحدة النفسية.ولتحقيق هدف الدراسة وزّع الباحث استبانة على (٨١١) طالباً وطالبةً من مختلف التخصصات. وتوصلت النتائج إلى أن طلبة جامعة اليرموك المقيمين وغير المقيمين مع أسرهم لا يعانون من مشاعر الوحدة النفسية، كما كشفت النتائج أن هناك فروقاً دالة إحصائياً بين الطلبة المقيمين مع أسرهم والطلبة غير المقيمين في مستوى الشعور بالوحدة النفسية، وذلك لصالح الطلبة المقيمين مع أسرهم، كما كشفت النتائج عن عدم وجود فروق دالة إحصائياً في مستوى الشعور بالوحدة النفسية تعزى لمتغير (الجنس أو المستوى الدراسي أو المعدل التراكمي) .وكشفت النتائج عن وجود فروق دالة إحصائياً تعزى لمتغير المصروف الشخصي، حيث كان الطلبة ذوو الدخل المتدني أكثر شعوراً بالوحدة النفسية من غيرهم من ذوي الدخل المتوسط والمرتفع.

وأجرى النبهاني وحسن والجمالي (٢٠٠٥) دراسةً هدفت إلى التعرف إلى مستوى الشعور بالوحدة النفسية، وتبادل العلاقات الاجتماعية، والمساندة الاجتماعية، ومعرفة طبيعة العلاقة بين (الشعور بالوحدة والعلاقات الاجتماعية والمساندة الاجتماعية) ، طبق مقياس الشعور بالوحدة النفسية وتبادل العلاقات الاجتماعية ومقياس المساندة الاجتماعية على (٢٤٥) طالباً وطالبةً من جامعة السلطان قابوس، وكشفت النتائج عن مستوى قريب من المتوسط الحسابي للشعور بالوحدة النفسية، ومرتفع في تبادل العلاقات الاجتماعية والمساندة الاجتماعية، أما الارتباطات فكانت سالبةً ودالةً بين الشعور بالوحدة النفسية وكل من متغيري العلاقات الاجتماعية والمساندة الاجتماعية، وموجبةً ودالةً بين تبادل العلاقات الاجتماعية والمساندة الاجتماعية.

وأجرى الشرايري (٢٠٠٩) دراسة هدفت للكشف عن الأفكار اللاعقلانية والشعور بالوحدة النفسية والعلاقة بينهما لدى عينة مختارة من طلبة جامعة اليرموك، ولتحقيق هدف الدراسة استخدم الباحث مقياسين أحدهما للأفكار اللاعقلانية من إعداد (Klages, 1989) ، والآخر مقياس الشعور الوحدة النفسية الذي أعده كل من حداد وسوالمه (١٩٩٨) والمطور للبيئة الأردنية، تكونت عينة الدراسة من (٥٦٥) طالباً وطالبةً.وكشفت النتائج أن مستوى الأفكار اللاعقلانية لدى طلبة جامعة اليرموك جاء بدرجة متوسطة، وأن مستوى الشعور بالوحدة النفسية كذلك جاء بدرجة متوسطة لدى طلبة جامعة اليرموك، كما كشفت

النتائج عن وجود ارتباطٍ إيجابيٍ دالٍ إحصائياً بين الأفكار اللاعقلانية والشعور بالوحدة النفسية.

وهدفت دراسة أبو غزال وجرادات (٢٠٠٩) بحث علاقة أنماط تعلق الراشدين بتقدير الذات والشعور بالوحدة، وتكونت عينة الدراسة من (٥٢٦) طالباً وطالبةً اختيروا من جميع كليات جامعة اليرموك، وأظهرت النتائج أن كلاً من نمطي التعلق القَلِق والآمن، قد ارتبطا بشكلٍ دالٍ بتقدير الذات والشعور بالوحدة، ولم يتبين وجود علاقةٍ دالةٍ بين نمط التعلق التجنبي وتقدير الذات، ولا بين هذا النمط من التعلق والشعور بالوحدة، وبالمثل فقد أظهر تحليل الانحدار أن كلاً من نمطي التعلق القَلِق و التعلق الآمن قد ساهما بشكلٍ دالٍ في التنبؤ بتقدير الذات والشعور بالوحدة، إضافة إلى ذلك، تبين أن نمط التعلق الآمن هو أكثر أنماط التعلق شيوعاً.

وأجرى العاسمي (٢٠٠٩) دراسةً هدفت إلى التعرف إلى الفروق بين أبناء الريف والمدن، والفروق بين الجنسين في درجة إحساسهم بالوحدة النفسية، وكل من العزلة الاجتماعية والاكتئاب والمساندة الاجتماعية، تكونت عينة الدراسة من (٤٨٦) طالباً وطالبةً من طلبة جامعة دمشق، ولتحقيق أهداف الدراسة استخدم الباحث فيها مقياس الشعور بالوحدة النفسية، ومقياس الاكتئاب، ومقياس العزلة الاجتماعية، ومقياس المساندة الاجتماعية، وبينت النتائج وجود فروق دالةٍ إحصائياً في الشعور بالوحدة بين طلبة الجامعة من الريف والمدن لصالح أبناء الريف، وكذلك وجود فروقدالة إحصائياً بين الجنسين في الشعور بالوحدة النفسية لصالح الإناث، كما كشفت عن علاقةٍ موجبةٍ دالةٍ إحصائياً بين الشعور بالوحدة والاكتئاب والاغتراب، وعلاقةٍ ارتباطيةٍ سالبةٍ بين الشعور بالوحدة والمساندة الاجتماعية.

أما فيما يتعلق بالدراسات التي تناولت العلاقة بين كشف الذات والشعور بالوحدة، فقد أجرى سولانو وباتن وباريش (Solano, Batten & Parish, 1982) دراسةًهدفت إلى الكشف عن الارتباطات بين كشف الذات والشعور بالوحدة لدى عينة من طلبة الجامعة من كلا الجنسين، استخدم فيها مقياس كاليفورنيا للشعور بالوحدة (UCLA) ومقياس جورارد لكشف الذات.وأظهرت نتائج الدراسة أن كشف الذات يرتبط سلبياً بالشعور بالوحدة لدى عينة الدراسة، وأن جميع الارتباطات بين أبعاد كشف الذات لدى كل من الذكور والإناث والشعور بالوحدة سلبية.

وفي دراسة قام بها فرانزو وديفيس (Franzoi& Davis, 1985) هدفت لفحص نموذجٍ نظريٍ مصممٍ لوصف العلاقة السببية بين الشعور بالوحدة وكشف الذات للزملاء والوالدين

ومتغيرات سابقة خاصة، تكونت عينة الدراسة من (٣٥٠) طالباً في المرحلة الثانوية حيث أجابوا عن استبانة تقيس التفاعل الاجتماعي والشعور الخاص بالوعي، ودلت نتائج الدراسة على توافق بين النموذج النظري وبين العلاقات التي لوحظت، كما اتفقت مع نتائج دراسات سابقة من حيث وجود علاقة غير مباشرة بين الشعور بالوحدة والوعي من خلال كشف الذات للآخرين، كما كشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة قوية بين الرغبة في كشف الذات، بين وتناقص الشعور بالوحدة، وأشارت هذه النتائج إلى أهمية العوامل الوالدية والجنس والدافعية نحو الذات.

وأجرى شواب وآخرون (Schwab et al, 1998) دراسةًهدفت إلى مقارنة مستوى كشف الذات بين مجموعتين من طلبة الجامعة ممن يعانون من الشعور بالوحدة والذين لا يعانون، حيث قورن (٦٩) شخصاً يعانون من الشعور بالوحدة مع (١٤٢) شخصاً لا يشعرون بالوحدة من طلبة الجامعة، وطلب إليهم كشف الذات لكل من صديق، مجموعه أصدقاء، غريب، مجموعة غرباء.أوضحت نتائج الدراسة بأن الأشخاص الذين يعانون من الوحدة لديهم رغبةٌ أقل في كشف الذات تجاه جميع الأشخاص، سواءً أكانوا غرباء أم أصدقاء، وأن لديهم درجةً عاليةً من العوامل المرتبطة بالشعور بالوحدة.

أما دراسة ماتسوشيما وشيمي (Matsushima & Shiomi, 2001) فقد هدفت لمعرفة تأثير التردد ودوافع كشف الذات على الشعور بالوحدة لدى عينة من طلبة المدارس الثانوية، تكونت العينة من (٢٣٥) طالباً وطالبةً، أظهرت النتائج أن البوح بالمشاعر يعزز من قوة كشف الذات، وأن عامل القلق يسبب التردد في الانخراط وكشف الذات، كما أظهرت النتائج أن التردد تجاه الشخص في كشف الذات له تأثير على الشعور بالوحدة.

وقام لونغ (Leung, 2002) بدراسة هدفت إلى الكشف عن العلاقات بين كشف الذات عبر الدردشة ومستوى الشعور بالوحدة لدى طلبة الجامعات، تكونت العينة من (٥٧٦) طالباً وطالبةً، أظهرت النتائج أن كشف الذات قد يؤدي إلى انخفاض مستوى الشعور بالوحدة عندما يشعر الطالب بالفهم والتقبل والاهتمام من خلال الدردشة، كما تستند العلاقات الحميمة إلى درجةٍ عاليةٍ من العمق والقصد في كشف الذات.

وبحثت دراسة وي وراسيل وزاكاليك (Wei, Russel&Zakalik, 2005) العلاقات بين الكفاءة الذاتية الاجتماعية في كشف الذات والشعور بالوحدة والاكتئاب، تكونت العينة من (٣٠٨) طالبةً جامعيةً.أظهرت النتائج أن الكفاءة الذاتية الاجتماعية تتوسط العلاقة بين قلق التعلق والشعور بالوحدة والاكتئاب، حيث أظهرت النتائج أن ٥٥٪ من التباين في الشعور بالوحدة وقلق التعلق في كشف الذات، وأن (٤٢٪) من التباين في الاكتئاب.

وهدفت دراسة هوانغ ويانغ (Huang & Yang, 2013) إلى التحقق من العلاقات بين التحريف عبر الانترنت في كشف الذات وبين الدوافع والشعور بالوحدة، تكونت العينة من (٦٠٨) مراهقاً ومراهقةً في تايوان، أظهرت النتائج عدم وجود فروقٍ بين الجنسين في التحريف عبر الانترنت، وأن المراهقين لا يكشفون عن ذواتهم عن طريق الانترنت.كما أظهر تحليل الانحدار المتعدد أن التكافؤ أقل من كشف الذات والسيطرة، وأن المراهقين لديهم مستوى متوسط لقوة التفسير، وأقل دقة في كشف الذات، ولديهم مستوى منخفض من قوة التفسير عبر الانترنت.

مشكلة الدراسة:

بعد دراسة الباحثين لكلٍ من متغيريْ الدراسة، وهما كشف الذات والشعور بالوحدة، وبعد مراجعة الأدب النظري المتعلق بهما، يرى الباحثان أن هنالك حاجةً لدراسة العلاقة بينهما، فإذا كان كشف الذات يعني أن يفصح الفرد بصدقٍ، وبدون تزييف عن مشاعره وشخصيته ومعتقداته، فإن هذا لا يتم إلا في إطار علاقةٍ إنسانيةٍ واجتماعيةٍ آمنةٍ، وهذا يقودنا منطقياً للحديث عن الشعور بالوحدة ومدى تأثيرها وتأثرها بكشف الذات، سيما وأن كشف الذات له فوائد على شخصية الفرد، وفي تواصله مع الآخرين؛ فإن ذلك يستثير فضول الباحثين من حيث وجود علاقة بين كشف الذات والشعور بالوحدة، ثم مدى تأثر هذين المتغيرين بالجنس، وإذا علمنا الآثار السلبية للشعور بالوحدة كما يفيد الأدب السابق ومدى تأثير ذلك على طلبة الجامعة باعتبارهم شريحةً واسعةً لا يمكن إهمالها، ومكوناً أساسياً من مكونات المجتمع؛ إذ إن غالبيتها من الشباب الذين تقع على عاتقهم مسؤولياتٌ كبيرةٌ، وهذا يدعونا كباحثين إلى التصدي لهذه المشكلات والعمل على الإفادة من كل ما يمكن التوصل إليه من نتائج.

كما يلاحظ أن هذا الموضوع ما زال بحاجة إلى البحث، وفي حدود علم الباحثين فإنهما لم يجدا دراساتٍ تعالج العلاقة بين هذين المفهومين وتناقشها في آن واحد، على الرغم من أن بحث العلاقة بين هذه المتغيرات له أهميةٌ في الإرشاد، لذلك جاءت هذه الدراسة التي هدفت التعرف إلى العلاقة بين كشف الذات والشعور بالوحدة لدى عينة من طلبة جامعة اليرموك، وتحاول الدراسة الحالية تحقيق أهدافها من خلال إجابتها عن السؤال الرئيس لهذه لدراسة وهو: »هل توجد علاقةٌ دالةٌ إحصائياً بين مستوى كشف الذات و مستوى الشعور بالوحدة لدى الطلبة الجامعيين؟ «.

أسئلة الدراسة:

١. هل توجد علاقةٌ دالةٌ إحصائياً بين مستوى كشف الذات و مستوى الشعور بالوحدة لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء متغير الجنس؟ .

٢. هل توجد علاقةٌ تنبؤيةٌ بين أبعاد كشف الذات للأب وللأم وللصديق وبين الشعور بالوحدة لدى طلبة جامعة اليرموك الذكور؟

٣. هل توجد علاقةٌ تنبؤيةٌ بين أبعاد كشف الذات للأب وللأم وللصديق وبين الشعور بالوحدة لدى طلبة جامعة اليرموك الإناث؟ .

أهمية الدراسة:

تتناول الدراسة الحالية موضوعاً حظي باهتمام الباحثين في مختلف فروع علم النفس والإرشاد وعلم الاجتماع.فكشف الذات له أهميةٌ كبيرةٌ في العملية الإرشادية؛ فكشف الذات في إطار العلاقة الإرشادية من قبل المرشد أمام المسترشد لا يقل أهميةً عن كشف ذات المسترشد أمام المرشد؛ فهذا من شأنه أن يشجع المسترشد على أن يفصح بصدق عن شخصيته؛ الأمر الذي يؤدي إلى تحقيق أهداف العملية الإرشادية، والأمر ينسحب على علاقة طلبة الجامعة ببعضهم بعضاً وبأساتذتهم وأفراد عائلاتهم وأصدقائهم الذين هم في الغالب من طلبة الجامعة، فالوضوح والصدق والصراحة هي أساس أي علاقةٍ إنسانيةٍ ناجحةٍ لكي تبنى على الثقة، وحتى يعي طلبة الجامعات أهمية هذا المفهوم فإنه من الضروري تناوله بالدراسة والبحث، سيما أنه لم يأخذ حقه حتى الآن من البحث والدراسة، رغم وجود بعض الدراسات عليه، ولارتباطه بالشعور بالوحدة، هذا وتكتسب هذه الدراسة أهميتها الخاصة من حيث إنها تبحث العلاقة بين كشف الذات والشعور بالوحدة في ضوء متغير الجنس لدى طلبة الجامعة، الأمر الذي لم تعالجه أيّ من الدراسات السابقة، كما تكتسب الدراسة أهمية خاصة لكونها توافر مقياساً خاصاً للشعور بالوحدة، قام الباحثان بتطويره وتقنينه ليناسب عينة الدراسة والعينات المشابهة مشتقٌ من مقياس كاليفورنيا للشعور بالوحدة من إعداد راسيل وبيبلو وفيرجسون (Russell , D., Peplau, A., & Ferguson, L, 1978) ، حيث يمكن للباحثين في هذا المجال الاعتماد عليه واستخدامه، لا سيما أنه يتمتع بصدقٍ وثباتٍ عاليين.

ويؤمل من الدراسة أن تفيد الباحثين من خلال استثارة بحوثٍ جديدةٍ في هذا الصدد لتطوير برامج للتدريب على أنماطٍ وسلوكاتٍ تسهم في بناء شخصيةٍ سويةٍ، كما يؤمل منها أن تفيد كل المهتمين بموضوع الدراسة من القادة التربويين والمربين وعلماء النفس

والمرشدين الجامعيين والآباء والأمهات والمعلمين ومؤسسات التنمية والتنشئة الاجتماعية المختلفة.

التعريفات الإجرائية:

◄ **كشف الذات**: أن يفصح الشخص عن شخصيته وأفكاره ومعتقداته واتجاهاته لشخص آخر بطريقة طوعية بصدقٍ ودون تزييفٍ أو تزوير، و يقاس إجرائياً بالدرجة التي سيحصل عليها المفحوص عند إجابته على مقياس جورارد لكشف الذات.

◄ **الشعور بالوحدة**: إحساس الفرد بالانعزال عن الآخرين، وعجزه عن إقامة علاقاتٍ اجتماعيةٍ ناضجةٍ أو مثمرةٍ أو عدم قدرته على الاستمرار في العلاقات الاجتماعية ناتجٌ عن نقصٍ أو افتقارٍ لمهارات التواصل الاجتماعي، ويقاس إجرائياً بالدرجة التي يحصل عليها المفحوص عند إجابته على مقياس الشعور بالوحدة الذي قام الباحثان بتعريبه.

حدود الدراسة:

تحددت نتائج الدراسة بما يأتي:

١. اقتصرت عينة الدراسة على طلبة جامعة اليرموك الذين في مرحلة البكالوريوس.

٢. طبقت الدراسة في الفصل الأول من العام الدراسي (٢٠١٢– ٢٠١٣) ، فالنتائج قد تختلف إذا طبقت الدراسة في فترةٍ زمنيةٍ أخرى.

٣. اقتصر مقياس كشف الذات على ثلاثة أشخاصٍ مستهدفين هم: الأب والأم والصديق من الجنس نفسه.

الطريقة والاجراءات:

مجتمع الدراسة وعينتها:

تكون مجتمع الدراسة من جميع طلبة مرحلة البكالوريوس في جامعة اليرموك المسجلين في الدراسة خلال الفصل الدراسي الأول من العام الدراسي ٢٠١٢/ ٢٠١٣ م، والبالغ عددهم (٢٧٦٩٧) بلغ عدد الذكور منهم (١١٧٩٨) طالباً، وعدد الإناث (١٥٨٩٩) طالبةً.

وتكونت عينة الدراسة من (٨٦٩) طالباً وطالبةً بواقع (٣٥١ طالباً و ٥١٨ طالبةً) في مستوياتٍ وتخصصاتٍ أكاديميةٍ مختلفةٍ في جامعة اليرموك، بالطريقة العشوائية البسيطة،

فقد اختيرت (٨) شعب من مساق التربية الوطنية لتمثيل طلبة الجامعة، لكون هذا المساق إجبارياً لجميع طلبة الجامعة، و الطلبة المسجلون فيه هم من كلا الجنسين، ومن مختلف المستويات والتخصصات الأكاديمية في الجامعة، وقد كان عدد الإناث أكثر من الذكور في العينة، وذلك لأن عدد الإناث أكثر من عدد الذكور في مجتمع الدراسة، والجدول (١) يوضح توزيع عينة الدراسة حسب متغير الجنس.

الجدول (١)

توزيع أفراد العينة حسب متغير الجنس

الجنس	العدد	النسبة
ذكر	٣٥١	٤٠,٤
انثى	٥١٨	٥٩,٦
Total	٨٦٩	١٠٠,٠

أدوات الدراسة:

♦ أولاً- مقياس كشف الذات:

بهدف التعرف إلى كشف الذات لدى أفراد عينة الدراسة، اُستخدمت نسخةً معدلةً لمقياس كشف الذات الذي طوره جورارد (١٩٧٣) بناءً على خبراته الاكلينيكية.وتكون المقياس بصورته الأصلية من (٦٠) فقرةً.وقد كيف جرادات (١٩٩٥) المقياس بما يناسب البيئة الأردنية، وقد تضمنت النسخة المكيفة للمقياس (٥٠) فقرةً، وثلاثة أشخاص مستهدفين هم: (الأب، والأم، والصديق) ، وتغطي ستة أبعاد هي: (الاتجاهات والآراء، والأذواق والميول، والدراسة، والوضع المالي، والشخصية، والحالة الجسمية) .ولتصحيح المقياس تعطى الفقرة التي يجاب عنها بالبديل (١) درجتان، والفقرة التي يجاب عنها بالبديل (٢) درجةً واحدةً، وللبديل (٣) صفر، وللبديل (٤) صفر، وذلك لأن البديلين (٣ و٤) بديلان سلبيان أي لا يدلان على أي مستوى من مستويات كشف الذات، علماً بأن جميع فقرات المقياس إيجابية، وبهذا تكون أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب لكل شخصٍ مستهدف هي (١٠٠) وأدنى درجةٍ هي (صفر) .

إجراءات صدق مقياس كشف الذات:

للتحقق من صدق مقياس كشف الذات أجرى الباحثان صدق المحتوى بعرض الأداة على مجموعة من الخبراء والمتخصصين في الإرشاد وعلم النفس التربوي، والقياس والتقويم، بلغ عددهم (١٠) أعضاء، وقد أجرى الباحثان التعديلات اللازمة بناءً على

اقتراحات لجنة التحكيم، إضافةً إلى ذلك استخدم صدق البناء، للتأكد من بنية المقياس واستخدمت البيانات المحوسبة لعينة الدراسة الاستطلاعية التي تكونت من (٦٠) طالباً وطالبةً، حيث حُسب معامل ارتباط الفقرات بالدرجة الكلية على المقياس، ومعامل ارتباط الفقرة بالدرجات الفرعية للأبعاد وذلك لكل شخص من الأشخاص المستهدفين (الأب، الأم، الصديق) ، وقد اُعتمد معيار أن لا تقل درجة ارتباط الفقرة بالبعد أو بالمقياس عن (٠,٢٥) كمعيار لقبول الفقرة، وقد كانت جميع قيم معاملات الارتباط أعلى من هذه الدرجة، واعتبرت معبرةً عن صدقٍ بنائيٍ مقبولٍ للمقياس.

إجراءات ثبات مقياس كشف الذات:

تحقق الباحثان من ثبات المقياس من خلال استخدام طريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ الفا، لاستخراج معامل الثبات الكلي ومعامل الثبات لكل بعد من الأبعاد الستة، وذلك لكل شخص من الأشخاص المستهدفين: (الأب، الأم، الصديق) واستخدمت لذلك البيانات المحوسبة لعينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة تكونت من (٦٠) طالباً وطالبةً، وقد كانت قيم الثبات لكل من الأب والأم والصديق مرتفعةً بلغت (٠,٩١) وذلك للمقياس ككل، وبالنسبة للأبعاد فقد تراوحت بين (٠,٦٤– ٠,٧٥) .

♦ ثانياً– مقياس كاليفورنيا للشعور بالوحدة:

تتكون مقياس كاليفورنيا للشعور بالوحدة من إعداد راسيل وبيبلو وفيرجسون (Russ-sell , D., Peplau, A., & Ferguson, L, 1978) ، من عشر فقرات سلبية، وعشر إيجابية لتشكل بمجموعها (٢٠) فقرة أعدت لتقيس الشعور بالوحدة، وقد استخدم المقياس في كثير من الدراسات العالمية، وقد عرَّب الباحثان في الدراسة الحالية المقياس وقننناه ليناسب مجتمع الدراسة.واستقر المقياس في صورته النهائية في (٢٠) فقرة، عشر فقرات منها إيجابية وضعت إزاءها علامة النجمة كما هي في المقياس الأصلي، وذلك لمراعاة ذلك عند تصحيح المقياس، وعكس التدرج عند هذه الفقرات.ويتدرج هذا المقياس على سلم من (٤) نقاط (١– ٤) ، حيث إن درجة (١) تعني انعدام العرض، في حين أن درجة (٤) تعنّي وجود العرض بصورة مرتفعة جداً.أما تصحيح المقياس، فإنه يتم بجمع الدرجات التي يحصل عليها الفرد على جميع الفقرات، وبهذا تكون أعلى درجة يمكن أن يحصل عليها الطالب هي (٨٠) وأدنى درجة هي (٢٠) .(أنظر الملحق أ) .

إجراءات صدق مقياس الشعور بالوحدة:

بغرض التحقق من صدق المقياس استخدم قام الباحثان صدق المحتوى بعرض

الأداة على مجموعةٍ من الخبراء والمتخصصين في الإرشاد وعلم النفس التربوي والقياس والتقويم، وقد كانَ عددهم (١٠) أعضاء، وقد أجرى الباحثان التعديلات اللازمة بناءً على اقتراحات لجنة التحكيم.واستخدم صدق البناء كمعيارٍ آخر للصدق، للتأكد من بنية المقياس، طبق المقياس على عينة استطلاعية قوامها (٦٠) طالباً وطالبةً، واستخدمت البيانات المحوسبة الخاصة بها، حيث حُسب معامل ارتباط الفقرات بالمقياس، وقد اعتمد معيار أن لا تقل درجة ارتباط الفقرة بالمقياس عن (٠,٢٥) ، معياراً لقبول الفقرة، وقد كانت جميع قيم معاملات الارتباط أعلى من هذه الدرجة واعتبرت معبرةً عن صدقٍ بنائيٍ مقبولٍ للمقياس.

إجراءات ثبات مقياس الشعور بالوحدة:

بهدف التحقق من ثبات المقياس استخدم الباحثان طريقة الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا لاستخراج معامل الثبات لمقياس الشعور بالوحدة، وكما في اجراءات الصدق فقد طبق المقياس على عينةٍ استطلاعيةٍ قوامها (٦٠) طالباً وطالبةً، واستخدمت البيانات المحوسبة الخاصة به، وقد كانت قيمة ثبات المقياس مرتفعةً حيث بلغت (٠,٨٦) .واعتبرت جميعها قيماً مُرضيةً ومقبولةً لأغراض الدراسة.

إجراءات الدراسة:

اختيرت (٨) شعبٍ من مساق التربية الوطنية لتمثيل طلبة الجامعة، لكون هذا المساق إجبارياً لجميع طلبة الجامعة، والمسجلين به من كلا الجنسين ومختلف المستويات والتخصصات الأكاديمية، وقد وزِّعت المقاييس على الطلبة داخل القاعة التدريسية، ووضِّح الهدف والأهمية من الدراسة، والتعليمات المتعلقة بكل مقياس على حدة، حيث وزِّعت (١٠٠٠) استبانةٍ، عُبئت (٨٦٩) استبانةٍ منها بطريقةٍ صحيحة.وهكذا فقد أُستبعدت ١٣١ استبانة.

متغيرات الدراسة:

اشتملت الدراسة على المتغيرات الآتية:

١. كشف الذات: للأب، وللأم، وللصديق.

٢. الشعور بالوحدة.

المعالجة الإحصائية:

حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على

مقياس كشف الذات ككل، وذلك لكل شخص من الأشخاص المستهدفين في كشف الذات، كالآتي: (كشف الذات للأب، وكشف الذات للأم، وكشف الذات للصديق) .وحُسبت حساب المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على أبعاد مقياس كشف الذات، كما حُسبت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة على مقياس الشعور بالوحدة.كما حُسبت معاملات الارتباط بين كشف الذات للأب وللأم وللصديق والشعور بالوحدة، واستخدم كذلك تحليل الانحدار المتعدد المتدرج للكشف عن أبعاد كشف الذات للأب وللأم وللصديق المتنبئة بالشعور بالوحدة لدى كل من الجنسين.

النتائج:

◄ أولاً– النتائج المتعلقة بالسؤال الأول وهو: «**هل توجد علاقةٌ دالةٌ إحصائياً بين مستوى كشف الذات ومستوى الشعور بالوحدة لدى طلبة جامعة اليرموك في ضوء متغير الجنس**؟»

وللإجابة عن هذا السؤال اُستخرجت المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لدرجات أفراد العينة: (الذكور، الإناث) على مقياس كشف الذات لكل من الأب والأم والصديق (الدرجة الكلية والأبعاد) ولدرجاتهم على مقياس الشعور بالوحدة، كما تم إيجاد العلاقة الارتباطية بين كشف الذات لكل شخصٍ من الأشخاص المستهدفين: (الأب، الأم، الصديق) والشعور بالوحدة للعينة كاملة، وحسب فئات متغير الجنس: (ذكر، أنثى) ، كما اُحتسبت قيمة (Z) لبيان الفروق في قوة العلاقة الارتباطية بين الذكور والإناث، كما هو مبين في الجدول (٢) .

الجدول (٢)

معاملات ارتباط بيرسون بين متوسطات درجات أفراد العينة على مقياسي كشف الذات والشعور بالوحدة

الأشخاص المستهدفين في مقياس	ذكور (ن=٣٥١)	اناث (ن=٥١٨)	العينة كاملة (ن=٨٦٩)	قيمة Z
كشف الذات للأب	٠,١٦٦– ××	٠,١١٢– ××	٠,١٣٠– ××	٠,٧٢
كشف الذات للأم	٠,١٩٠– ××	٠,٢٢٣– ××	٠,٢٠٦– ××	٠,٣٧
كشف الذات للصديق	٠,٧٨–	٠,١١٢– ×	٠,١٠٠– ××	٠,١٠

* دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) .

** دالة إحصائيا عند مستوى الدلالة (٠,٠١) .

يتبين من الجدول (٢) وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين كشف الذات للأب، وكشف الذات للأم، وكشف الذات للصديق والشعور بالوحدة، لدى جميع أفراد عينة الدراسة، كما تبين عدم وجود اختلاف دال إحصائياً (α = ٠,٠٥) في قوة العلاقة الارتباطية بين كشف الذات والشعور بالوحدة تبعاً لمتغير الجنس، حيث كانت جميع قيم (Z) المحسوبة أقل من قيمة Z الجدولية (١,٩٦) عند مستوى الدلالة (٠,٠٥) .

◄ ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني وهو: «**هل توجد علاقةً تنبؤيةً بين أبعاد كشف الذات للأب وللأم وللصديق وبين الشعور بالوحدة لدى طلبة جامعة اليرموك الذكور؟**»

أُستخدم تحليل الانحدار المتعدد المتدرج للكشف عن مدى مساهمة كل بعدٍ من أبعاد مقياس كشف الذات لكل من الأب والأم والصديق في التنبؤ بالشعور بالوحدة لدى الذكور، ويبين الجدول (٣) نتائج هذا التحليل.

الجدول (٣)

تحليل الانحدار المتعدد المتدرج للكشف عن مدى مساهمة كل بعد من أبعاد مقياس كشف الذات لكل من الأب والأم والصديق في التنبؤ بالشعور بالوحدة لدى الذكور

أبعاد كشف الذات	المعامل Beta	الارتباط المتعدد R	التباين المفسر R2	قيمة F	الاحتمالية P
أبعاد كشف الذات للأب					
الاتجاهات والاراء	-٠,١٧٠	٠,١٧٠	٠,٠٢٩	١٠,٢٦٧	٠,٠٠١
أبعاد كشف الذات للأم					
الدراسة	-٠,١٩٢	٠,١٩٢	٠,٠٣٧	١٣,٢٢٧	٠,٠٠٠
أبعاد كشف الذات للصديق					
الدراسة	-٠,٢٣٣	٠,٢٣٣	٠,٠٥٤	١٩,٩٢٩	٠,٠٠٠
الوضع المالي	-٠,١٩٦	٠,٢٩٨	٠,٠٨٩	١٦,٨٦٧	٠,٠٠٠

يظهر الجدول أن بُعد الاتجاهات والآراء للأب وضح (٢,٩٪) من التباين في الشعور بالوحدة، وبذلك يكون قد ساهم بشكل دال في التنبؤ بالشعور بالوحدة لدى الذكور (P < ٠,٠١) .أما فيما يتعلق بالأبعاد الأخرى لكشف الذات للأب، فإنها لم تسهم بشكل دال إحصائياً في التنبؤ بالشعور بالوحدة لدى الذكور.

كما تبين أن بُعد الدراسة للأم وضح (٣,٧٪) من التباين في الشعور بالوحدة، وبذلك يكون قد ساهم بشكل دال في التنبؤ بالشعور بالوحدة لدى الذكور (P < ٠,٠٠١) .وفيما يتعلق بأبعاد كشف الذات للأم الأخرى، فإنها لم تسهم بشكلٍ دالٍ إحصائياً في التنبؤ بالشعور بالوحدة لدى الذكور.

كما تبين أن بُعدي الدراسة والوضع المالي للصديق وضحا معاً (٨,٩٪) من التباين في الشعور بالوحدة، فقد وضح بعد الدراسة للصديق (٥,٤٪) من التباين، وبذلك يكون قد ساهم بشكل دالٍ في التنبؤ بالشعور بالوحدة لدى الذكور (P < ٠,٠٠١) ، في حين أن بُعد الوضع المالي للصديق أضاف (٣,٥٪) أخرى للتباين، وقد كانت هذه المساهمة أيضا دالةً إحصائياً في التنبؤ بالشعور بالوحدة لدى الذكور، وفيما يتعلق بأبعاد كشف الذات للصديق الأخرى، فإنها لم تسهم بشكل دالٍ إحصائياً في التنبؤ بالشعور بالوحدة لدى الذكور.

◄ ثالثاً– النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث وهو «**هل توجد علاقةٌ تنبؤيةٌ بين أبعاد كشف الذات للأب والأم والصديق وبين الشعور بالوحدة لدى طلبة جامعة اليرموك الإناث؟**»

فقد أُستخدم تحليل الانحدار المتعدد المتدرج للكشف عن مدى مساهمة كل بعد من أبعاد مقياس كشف الذات لكل من الأب والأم والصديق في التنبؤ بالشعور بالوحدة لدى الإناث، ويبين الجدول (٤) نتائج هذا التحليل.

الجدول (٤)

تحليل الانحدار المتعدد المتدرج للكشف عن مدى مساهمة كل بعد من أبعاد مقياس كشف الذات لكل من الأب والأم والصديق في التنبؤ بالشعور بالوحدة لدى الإناث

أبعادكشف الذات	المعامل Beta	الارتباط المتعدد R	التباين المفسر R2	قيمة F	الاحتمالية P
أبعاد كشف الذات للأب					
الشخصية	-٠,١٢١	٠,١٢١	٠,٠١٥	٧,٦٢٢	٠,٠٠٦
أبعاد كشف الذات للأم					
الشخصية	-٠,٢٤٨	٠,٢٤٨	٠,٠٦١	٣٣,٣٠٨	٠,٠٠٠
أبعاد كشف الذات للصديق					
الأذواق والميول	-٠,١٢٩	٠,١٢٩	٠,٠١٧	٨,٥٩٠	٠,٠٠٤

يظهر الجدول أن بعد الشخصية للأب وضح ١,٥٪ من التباين في الشعور بالوحدة،

وبذلك يكون قد ساهم بشكل دالٍ في التنبؤ بالشعور بالوحدة لدى الإناث ($P < ٠,٠١$) .وفيما يتعلق بأبعاد كشف الذات للأب الأخرى، فإنها لم تسهم بشكل دالٍ إحصائياً في التنبؤ بالشعور بالوحدة لدى الإناث.

كما تبين أن بعد الشخصية للأم وضح (٦,١٪) من التباين في الشعور بالوحدة، وبذلك يكون قد ساهم بشكل دال في التنبؤ بالشعور بالوحدة لدى الإناث ($P < ٠,٠١$) .وفيما يتعلق بأبعاد كشف الذات للأم الأخرى، فإنها لم تسهم بشكلٍ دالٍ إحصائياً في التنبؤ بالشعور بالوحدة لدى الإناث.

كما تبين أن بعد الأذواق والميول للصديق وضح (١,٩٪) من التباين في الشعور بالوحدة وبذلك يكون قد ساهم بشكلٍ دالٍ في التنبؤ بالشعور بالوحدة لدى الإناث ($P < ٠,٠٠١$) .وفيما يتعلق بأبعاد كشف الذات للصديق الأخرى، فإنها لم تسهم بشكلٍ دالٍ إحصائياً في التنبؤ بالشعور بالوحدة لدى الإناث.

المناقشة:

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين كشف الذات والشعور بالوحدة، لدى الطلبة الجامعيين، وقوة تلك العلاقة، وما إذا كانت تختلف قوة العلاقة بين كشف الذات والشعور بالوحدة لكل شخص من الأشخاص المستهدفين: (الأب، والأم، والصديق) لدى كل من الذكور والإناث، كما هدفت إلى الكشف عن أبعاد كشف الذات المتنبئة بالشعور بالوحدة لدى كل من الذكور والإناث.

وأظهرت النتائج وجود علاقة سلبية دالة إحصائياً بين كشف الذات للأب، وكشف الذات للأم وكشف الذات للصديق والشعور بالوحدة، لدى جميع أفراد عينة الدراسة، كما أظهرت النتائج عدم وجود اختلاف دالٍ إحصائياً ($\alpha = ٠,٠٥$) في قوة العلاقة الارتباطية بين كشف الذات والشعور بالوحدة تبعاً لمتغير الجنس.

ويمكن تفسير النتائج هذه بأن كشف الذات للأب وللأم وللصديق يرتبط ارتباطاً سلبياً بالشعور بالوحدة بمعنى كلما كان هناك كشف ذات أكبر، كلَّما قلت أو انحسرت مشكلة الشعور بالوحدة، وذلك لدى جميع أفراد عينة الدراسة، وقد يكون تفسير ذلك في أن من أهم فوائد كشف الذات الحفاظ على العلاقات الاجتماعية وتقويتها وتطويرها، مما يؤدي إلى وجود الأصدقاء والزملاء الذين يسهمون بدورهم في التكيف الاجتماعي، وعدم الشعور بالوحدة لدى الفرد، كما أن كشف الذات يؤدي إلى تعميق الثقة في العلاقات، ويساعد الأفراد على فهم بعضهم بعضاً من خلال ما يسمى بالكشف المتبادل أو التبادلية التي أشار اليها فاربر (Farber, 2006) في حديثه عن أهمية وفوائد كشف الذات.

كما يمكن تفسير هذه النتيجة بأن كشف الذات يسهم في التوافق النفسي والاجتماعي، من خلال مساعدة الفرد في الإفصاح عن داخله، وحصوله على التغذية الراجعة من الآخرين، وفهمه لذاته، وبالتالي يجنبه ذلك العديد من المشكلات النفسية كسوء التوافق والشعور بالوحدة والانعزال.

ويمكن عزو هذه النتائج إلى الدور المهم والإيجابي الفاعل للأب والأم والصديق الذي يؤدونه باعتبارهم من أهم مصادر الدعم الاجتماعي والرعاية، وباعتبارهم أشخاصاً مهمين ومؤثرين بالنسبة للفرد، فكشف الذات للأب والأم يشعر الفرد بأن أهم شخصين في حياته يفهمانه ويتواصلان معه، ويمدانه بالتوجيهات والخبرة، والعطف والحنان والشعور بالرضى عن الذات، والتخلص من مشاعر الذنب وعذاب الضمير، إذا كانت هناك أخطاءً أو ذنوبٌ قد اقترفها، وذلك عندما يحتويانه ويتقبلانه، كما أن لكشف الذات للصديق دوراً مهماً ومؤثراً في خفض أو تجنب مشاعر الوحدة والانعزال، سيما في هذه المرحلة المهمة من حياة الفرد وهي الحياة الجامعية، التي تكثر فيها علاقات الزمالة والصداقة بين الطلبة، بحكم طبيعة الحياة الجامعية من حيث الوقت الذي يقضونه في الجامعة، وتواجدهم فترات طويلة في أماكن معينة، وحاجتهم لتكوين العلاقات، فهم يعيشون ظروفاً متشابهةً؛ ولذلك فهم يفهمون بعضهم بعضاً، ويستمعون إلى بعضهم بعضاً، ويدركون مشكلاتهم وحاجاتهم، فكشف الذات للصديق بالنسبة لطلبة الجامعة يشعرهم بالتكيف والقبول والأمان، وذلك لكلا الجنسين على حدٍ سواء.

وتتفق هذه النتيجة مع دراسة سولانو وباتن وباريش (Solano, H., Batten, G., & Parish, A.1982) .التي أظهرت نتائجها أن كشف الذات يرتبط سلبياً بالشعور بالوحدة لدى عينة الدراسة، وأن جميع الارتباطات بين أبعاد كشف الذات لدى كل من للذكور والإناث والشعور بالوحدة كانت سلبية.و دراسة قام بها فرانزو وديفيس (Franzoi& Davis, 1985) التي أظهرت وجود علاقة قوية بينً الرغبة في كشف الذات وتناقص الشعور بالوحدة، ودراسة شواب وزملائه (Schwab, et al., 1998) وأوضحت نتائجها بأن الأشخاص الذين يعانون من الوحدة لديهم رغبةً أقل في كشف الذات تجاه جميع الأشخاص سواءً أكانوا غرباء أم أصدقاء.ودراسة حداد وسوالمة (١٩٩٨) التي كشفت عن وجودارتباط سالبٍ بين الشعور بالوحدة وكلٍ من تقدير الذات وكشف الذات والتحكم الداخلي.ودراسة ماتسوشيما وشيمي (Matsushima & Shiomi, 2001) التي أظهرت نتائجها أن التردد تجاه الشخص في كشف الذات له تأثير على الشعور بالوحدة.وكذلك النتائج التي توصل لهالونغ (Leung, 2002) في دراسته، حيث أظهرت النتائج أن كشف الذات قد يؤدي إلى انخفاض مستوى الشعور بالوحدة لدى الطالب.

كما يمكن تفسير ارتباط كشف الذات سلبياً بالشعور بالوحدة لدى جميع أفراد العينة من الذكور والإناث على حد سواء، وعدم وجود فروق ذات دلالة بين الذكور والإناث إلى أن كشف الذات هو متطلبٌ ضروريٌ لتكوين العلاقات الاجتماعية والإنسانية الناجحة التي تجنب الفرد سواءً أكان ذكراً أم أنثى الشعور بالوحدة والانعزال؛ فهي حاجةٌ نفسيةٌ؛ لأنها تسهم في التنفيس الانفعالي والشعور بالقبول والأهمية الاجتماعية، وخفض كثير من مشاعر القلق والكبت، وتحقق التكيف الاجتماعي وهذه جميعها تمثل حاجات ومتطلبات مهمة ومظاهر للصحة النفسية، وذلك الأفراد كلّهم ذكوراً كانوا أم إناثاً، فهناك ميلٌ فطريٌ لدى البشر كلّهم للاندماج والقبول الاجتماعي؛ وهذا ما عبر عنه آدلر (Adler) حيث يرى أن الإنسان كائنٌ اجتماعيٌ بطبعه، وأن الاهتمام الاجتماعي فطري فيه (العمري، ٢٠٠٨) .

وقد يرجع السبب أيضاً في عدم وجود فروقٍ في العلاقة بين كشف الذات والشعور بالوحدة لدى أفراد العينة، تعزى لمتغير الجنس إلى حالة الوعي لدى الطلبة ولدى الآباء والأمهات كذلك، سواءً كانوا ذكوراً أم إناثاً بأهمية كشف الذات ودوره في تقليل مشاعر الوحدة، وقد يرجع السبب في ذلك أيضاً إلى العدل في التعامل مع الأبناء، وعدم التمييز بين الذكور والإناث عند أسر طلبة جامعة اليرموك وتبنيهم النمط الديمقراطي، وحرصهم على تهيئة بيئة أسرية مشجعة على كشف الذات والتواصل السليم والتعبير عن الذات بين أفراد الأسرة والتنفيس الانفعالي، وكذلك دور الجامعة في إتاحة الفرص المتكافئة والمتساوية لجميع الطلبة دون تمييزٍ على أساس الجنس، وتهيئة الجو الآمن للتعبير والتواصل السليمين، وتتفق هذه النتيجة من حيث عدم وجود فروق بين الجنسين في كشف الذات والشعور بالوحدة لدى أفراد الدراسة مع دراسة حسين والزياني (١٩٩٤) التي كشفت النتائج عن عدم وجود فروقٍ دالة إحصائياً في الشعور بالوحدة النفسية بين الجنسين، ودراسة العلاونة (٢٠٠٥) حيث أشارت النتائج إلى عدم وجود فروقٍ دالة إحصائياً في مستوى الشعور بالوحدة النفسية تعزى لمتغير الجنس، ودراسة سليمان ودحادحة (٢٠٠٦) حيث أشارت نتائج الدراسة أن لا أثر للجنس في متوسطات درجات كشف الذات لكل من الأب والمشرف الأكاديمي.

وقد أظهرت النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني أن أبعاد كشف الذات المتنبئة بالشعور بالوحدة بالنسبة للذكور هي بعد: (الاتجاهات والآراء) بالنسبة لكشف الذات للأب، وبعد (الدراسة) بالنسبة لكشف الذات للأم، وبعدي: (الدراسة والوضع المالي) بالنسبة لكشف الذات للصديق.

ويمكن للباحثين تفسير هذه النتائج بكون الذكور وفي هذه المرحلة العمرية والحياتية تنمو شخصياتهم، وتنضج وتتشكل آراؤهم واتجاهاتهم، ويصبحون أكثر ميلاً للإفصاح

والتعبير عنها، سيما أمام آبائهم كنوع من توكيد الذات واثبات رجولتهم، وهذا يشعرهم بأنه ليس وحيداً بهذه الآراء وأن هناك من يشاركهم بها ويستمع اليهم، وهم آباؤهم، الأمر الذي يجعل كشف الذات بالنسبة للذكور أمام آبائهم من شأنه أن يجنبهم أو يحد من شعورهم بالوحدة.

وقد يكون للآباء دورٌ في تشجيع أبنائهم على الحديث عن آرائهم واتجاهاتهم، من خلال محاكاتهم والتواصل معهم، وهذا يسهم أيضاً في الحد من شعور الأبناء بالوحدة وقد يفسر لنا هذه النتيجة، وفي ضوء ذلك فإنه ينصح الآباء بفتح قنوات التواصل والاصغاء والاستماع لأبنائهم، وتهيئة بيئة آمنة تشجع الأبناء على كشف الذات.

كما أظهرت النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني أيضاً أن بعد (الدراسة) بالنسبة لكشف الذات للأم كان متنبئا بالشعور بالوحدة بالنسبة للذكور، ويمكن تفسير ذلك بأن الطالب يميل إلى الاستعانة واللجوء لأمه أكثر من أبيه في الأمور الحساسة، التي يمثل الأب فيها سلطة، لذا وخوفاً من العقوبة في حال الفشل أو وجود عقبات أو قرارات مهمة في مجال الدراسة، فإن الإبن يطمئن إلى أمه أكثر من أبيه، ويعتبرها جسراً بينه وبين أبيه، كما أن الأب قد يكون مشغولاً، وليس لديه الوقت الكافي للاستماع لأبنائه؛ فكشف الذات للأم في مجال الدراسة يسهم في الحد من الشعور بالوحدة وفي ضوء ذلك، فإنه ينصح للأمهات أن يتقبلن أبناءهن ويتابعن الأمور الدراسية لأبنائهن كما يشجع الأبناء على كشف الذات للأم في مجال الدراسة.

كما أظهرت النتائج أن بعدي: (الدراسة والوضع المالي) بالنسبة لكشف الذات للصديق كانا متنبئين بالشعور بالوحدة بالنسبة للذكور، ويمكن للباحث عزو هذه النتيجة إلى قوة العلاقة والروابط بين الأصدقاء في هذه المرحلة، كما أن الصديق لا يمثل سلطةً أو مصدر تهديد بالنسبة للطالب، بالإضافة إلى أنه يشاركه هموم الدراسة والأوضاع المالية في غالب الأحيان، وفي ضوء ذلك فإنه ينصح بكشف الذات للصديق في مجالي الدراسة والوضع المالي.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة سولانو وباتن وباريش (Solano, H., Batten, G., & Parish, A.1982) .وأظهرت نتائج الدراسة أن كشف الذات يرتبط سلبياً بالشعور بالوحدة حيث ارتبطت أبعاد كشف الذات لدى كل من الذكور والإناث سلبياً مع الشعور بالوحدة.و دراسة قام بها فرانزو وديفيس (Franzoi & Davis, 1985) وكشفت نتائج الدراسة عن وجود علاقة قوية بين الرغبة في كشف الذات وتناقص الشعور بالوحدة.ودراسة حداد

وسوالمة (١٩٩٨) التي كشفت عن وجود ارتباطٍ سالبٍ بين الشعور بالوحدة، وبين من تقدير الذات وكشف الذات والتحكم الداخلي.

كما أظهرت النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث أن أبعاد كشف الذات المتنبة بالشعور بالوحدة للإناث هي بعد (الشخصية) بالنسبة لكشف الذات للأب وللأم، وبعد (الأذواق والميول) بالنسبة لكشف الذات للصديق.

وقد يرجع السبب في كون بعد الشخصية بالنسبة لكشف الذات للأب والأم كان متنبئاً بالشعور بالوحدة لدى الإناث إلى الطبيعة التكوينية للأنثى، من حيث كونها بحاجةٍ للرعاية المستمرة من قبل أبويها، وهما أقرب الناس إليها وأحرصهم على مصلحتها و إشباع حاجاتها والحفاظ على خصوصياتها وأسرارها، وإلى مقدار الثقة الممنوحة لها من قبل والديها، وهذا يمدها بالشعور بالدفء والطمأنينة والقبول.

وقد يرجع السبب في ذلك إلى نمط التنشئة الأسرية في أسر تلك الطالبات، حيث يربون بناتهن على ضرورة التواصل معهم والرجوع إليهم والاطمئنان لهم، وهذا يسهم في تجنب الشعور بالوحدة لدى الإناث، وفي ضوء هذه النتائج يجد الباحثان أنه من المفيد للطالبات كشف ذواتهن في مجال الشخصية لآبائهم ولأمهاتهم؛ لأن ذلك سيشعرهم بالأنس والأمان كما ينصح للآباء والأمهات بمد جسور من الثقة والتواصل مع بناتهن، سيما في مجال الشخصية لما لذلك من أثرٍ جيدٍ في التخلص من الشعور بالوحدة.

كما أظهرت النتائج أن الإناث يقمن بكشف ذواتهن ضمن بعد: (الميول والأذواق) لصديقاتهن بشكل متنبئ بالشعور بالوحدة، ويمكن تفسير ذلك بكون هذا المجال فيه من الخصوصية ما يجعل الأنثى محرجةً من الإفصاح عنه أمام أبويها، ومن غير المناسب الحديث عنه أمام والديها؛ فهي تتحدث بحرية وصراحة أكبر أمام صديقاتها ولا تواجه نقداً أو رفضاً إذ إن صديقتها لا تشكل تهديداً أو سلطةً، كما أنها الأقرب للطالبة والأكثر فهماً لها في هذه الأمور.

وتتفق هذه النتائج مع دراسة سولانو وباتن وباريش (Solano, H., Batten, G., & Parish, A.1982) .وأظهرت نتائج الدراسة أن كشف الذات يرتبط سلبياً بالشعور بالوحدة، حيث ارتبطت أبعاد كشف الذات لدى كل من الذكور والإناث سلبياً مع الشعور بالوحدة. ودراسةٍ قام بها فرانزو وديفيس (Franzoi & Davis, 1985) وكشفت نتائج الدراسة فيها عن وجود علاقة قوية بين الرغبة في كشف الذات وتناقص الشعور بالوحدة، ودراسة حداد وسوالمة (١٩٩٨) والتي كشفت عن وجود ارتباطٍ سالبٍ بين الشعور بالوحدة، وبين تقدير الذات وكشف الذات والتحكم الداخلي.

التوصيات:

في ضوء النتائج التي توصلت إليها هذه الدراسة يوصي الباحثان بما يأتي:

١. إجراء المزيد من الدراسات في كشف الذات، وبحث العلاقة بين كشف الذات والشعور بالوحدة على مجتمعاتٍ أخرى، وباستخدام أدوات قياسٍ أخرى، غير تلك المستخدمة في الدراسة الحالية مثلً مجتمع كبار السن أو المتزوجينً أو الأطفال، وكذلك استخدام متغيراتٍ غير تلك المستخدمة في الدراسة الحالية، كنمط التنشئة الأسرية، والفاعلية الذاتية الاجتماعية، والتسويف الأكاديمي، واضطرابات الشخصية، والترتيب الميلادي، والوسواس القهري، والاضطرابات العصابية...وغيرها.

٢. تفعيل مراكز الإرشاد الطلابي في الجامعات، بحيث يكون من أهدافها تعريف الطلبة بأهمية التواصل مع زملائهم الطلبة، وأهمية بناء علاقات تقوم على الصدق والصراحة، وتشجيعهم على كشف الذات أمام أصدقائهم، لما لذلك من إسهام إيجابي في شخصية الطالب.

٣. تثقيف الأخصائيين النفسيين والاجتماعيين، خاصة العاملين في الجامعات، والآباء والأمهات بأهمية كشف الذات وفوائده النفسية بالنسبة للطلبة، وإشراكهم في علاج مشكلة الشعور بالوحدة لدى الطلبة.

٤. ينصح للمرشدين النفسيين والأخصائيين الاجتماعيين والنفسيين العاملين في ميدان الارشاد والصحة النفسية والآباء والأمهات والمربين تشجيع أبنائهم وطلبتهم على كشف الذات، وتهيئة الفرصة أمامهم للتعبير عن ذواتهم وأنفسهم، والإصغاء إليهم وعدم النقد أو التجريح، لما لكشف الذات من فؤاد نفسية تسهم في الاندماج والتوافق الاجتماعي والشعور بالقبول وتجنب الشعور بالوحدة.

المصادر والمراجع:

أولاً- المراجع العربية:

١. إبراهيم، أحمد (٢٠٠٠) .دراسة لبعض المتغيرات النفسية المساهمة في الشعور بالوحدة لدى عينة من طلاب الجامعة: دراسة تنبؤية.مجلة التربية، ٩٥، ١٥٧– ١٩٣.

٢. أبو جدي، أمجد (٢٠٠٨) .الإدمان على الهاتف النقال وعلاقته بالكشف عن الذات لدى عينة من طلبة الجامعتين الأردنية وعمان الأهلية.المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ٤ (٢) ، ١٥٠– ١٣٧.

٣. أبو غزال، معاوية وجرادات، عبد الكريم (٢٠٠٩) .أنماط تعلق الراشين وعلاقتها بتقدير الذات والشعور بالوحدة.المجلة الأردنية في العلوم التربوية، ٥ (١) ، ٤٥– ٥٧.

٤. جرادات، عبد الكريم (١٩٩٥) .كشف الذات وعلاقته لدى طلبة جامعة اليرموك ببعض المتغيرات.رسالة ماجستير غير منشورة.جامعة اليرموك، الأردن.

٥. حداد، عفاف وسوالمه، يوسف (١٩٩٨) .قياس الشعور بالوحدة لدى عينة من الطلبة الجامعيين وتحديد أبعاده وعلاقته ببعض المتغيرات الشخصية.مؤتة للبحوث والدراسات، ١٣ (١) ، ٧٣– ١٠٢.

٦. حسين، محمد والزياني، منى (١٩٩٤) .الشعور بالوحدة لدى الشباب في مرحلة التعليم الجامعي – دراسة تحليلية في ضوء الجنس والجنسية ونوع الدراسة.علم النفس، ٣٠، ٦– ٢٤.

٧. خضر، علي والشناوي، محمد (١٩٩٧) .الشعور بالوحدة النفسية والعلاقات الاجتماعية المتبادلة.رسالة الخليج العربي، ٢٥، ٦– ٢٣.

٨. الربيعة، محمد (١٩٩٧) .الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة.مجلة علم النفس، ١١ (٤٣) ، ٣٠– ٤٩.

٩. الساعاتي، ثائر (١٩٩٠) .الشعور بالوحدة النفسية عند طلبة جامعة بغداد وعلاقته ببعض المتغيرات.رسالة ماجستير غير منشورة.جامعة بغداد، العراق.

١٠. سليمان، سعاد ودحادحه، باسم (٢٠٠٦) .مستوى كشف الذات لدى طلبة جامعة السلطان قابوس في ضوء بعض المتغيرات الديموغرافية.مجلة العلوم التربوية، ٩، ١٧– ٤٩.

١١. الشرايري، محمد.(٢٠٠٩) .الأفكار اللاعقلانية والشعور بالوحدة النفسية والعلاقة بينهما لدى عينة مختارة من طلبة جامعة اليرموك.رسالة ماجستير غير منشورة. جامعة اليرموك، الأردن.

١٢. الصبيحين، علي (٢٠٠١) .العوامل المؤثرة في كشف الذات لدى طلبة المرحلة الثانوية في محافظة المفرق.رسالة ماجستير غير منشورة.جامعة اليرموك، الأردن.

١٣. العاسمي، رياض.(٢٠٠٩) .الشعور بالوحدة النفسية وعلاقته بالاكتئاب والعزلة والمساندة الاجتماعية دراسة تشخيصية على عينة من طلبة جامعة دمشق.مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس، ٧ (٢) ، ٢٠٨– ٢٣٣.

١٤. عرفات، فضيلة (٢٠٠٩) .الوحدة النفسية مفهومها أشكالها وأسبابها وعلاجها.العراق: مركز النور للدراسات.

١٥. العلاونة، حسين (٢٠٠٥) .الشعور بالوحدة النفسية لدى عينة من طلبة جامعة اليرموك المقيمين وغير المقيمين مع أسرهم في ضوء بعض المتغيرات.رسالة ماجستير غير منشورة.جامعة اليرموك، الأردن.

١٦. العمري، واصل (٢٠٠٩) .العلاقة بين كشف الذات والتوافق الزواجي لدى عينة من معلمي ومعلمات تربية إربد الأولى.رسالة ماجستير غير منشورة.جامعة اليرموك، الأردن.

١٧. قشقوش، ابراهيم (١٩٨٣) .مقياس الإحساس بالوحدة النفسية لطلاب الجامعات – كراسة التعليمات.القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.

١٨. قيسي، سامر (٢٠٠٠) .العلاقة بين الضغوط المهنية والشعور بالوحدة النفسية لدى العاملين بمديريات الشؤون الاجتماعية في محافظات الضفة الغربية في فلسطين. رسالة ماجستير غير منشورة.جامعة النجاح، فلسطين.

١٩. كفافي، علاء الدين (١٩٩٩) .الإرشاد والعلاج النفسي الأسري: المنظور النفسي الاتصالي.القاهرة: دار الفكر العربي.

٢٠. ملكوش، رياض (٢٠٠٤) .كشف الذات لدى المرشد.دراسات العلوم التربوية، ٣١ (١) ، ٢٥– ٣٤.

٢١. النبهاني، هلال وحسن، عبد الحميد والجمالي، فوزية (٢٠٠٥) .الشعور بالوحدة والعلاقات الاجتماعية والمساندة الاجتماعية: دراسة ميدانية تحليلية بالتحليل العاملي لعينة من طلبة جامعة السلطان قابوس.المجلة التربوية، ٣ (٧٦) ، ٨٧– ١١٥.

٢٢. النجار، فريد (٢٠٠٣) .المعجم الموسوعي لمصطلحات التربية.بيروت: مكتبة لبنان ناشرون.

٢٣. النيال، مايسة (١٩٩٣) .بناء مقياس الوحدة النفسية ومدى انتشارها لدى مجموعة عمرية متباينة من أطفال المدارس بدولة قطر.مجلة علم النفس، ٢٥، ١٠٣- ١١٧.

ثانياً- المراجع الأجنبية:

1. *Abir, K.(2008) .Loneliness: A concept analysis.Journal of Nursing Forum, 43 (4) , 207- 213.*
2. *Adler, B., Rosenfeld, L., & Towne, N.(1992) .Interplay: The process of interpersonal communicational.(5thed) .Fort Worth: Holt, Rinehart and Winston, Ine.*
3. *Corsini, R.(1987) .Encyclopedia of psychology.New York: John Wiley and Sons.*
4. *Devito, J.(1993) .Human communication book.Harper & Row: New York.*
5. *Farber, A.(2006) .Self- disclosure in psychotherapy.New York: The Guilford Press.*
6. *Franzoi, L & Davis, H.(1985) .A adolescent self- disclosure and loneliness: Private self consciousness and parental influence.Journal of Personality & Psychology, 48 (3) , 768- 780.*
7. *Francis, G.(1976) .Loneliness: Measuring the abstract.International Journal of Nursing Studies, 13 (3) , 153- 160.*
8. *Huang, L.& Yang, C.(2013) .A Study of Online Misrepresentation, Self- Disclosure, Cyber- Relationship Motives, and Loneliness among Teenagers in Taiwan.Journal of Educational Computing Research, 48 (1) , 1- 18.*
9. *Hughes, L.(1994) .Book reviews.Journal of Mental Health, 3 (1) , 1- 2.*
10. *Leung, L.(2002) .Loneliness, Self- Disclosure, and ICQ ("I Seek You") Use.CyberPsychology & Behavior, 5 (3) , 241- 251.*
11. *Matsushima, R.&Shiomi, K.(2001) .The effect of hesitancy toward and the motivation for self- disclosure on loneliness among Japanese junior high school students.Social Behavior & Personality: An International Journal, 29 (7) , 661.670.*
12. *Melikian, H.(1962) .Self- disclosure among university students in the Middle East.Journal of Social Psychology, 57 (2) , 257- 263.*
13. *Niebrzydowski, L.(1996) .Self–disclosure in youth at different stages of*

development of interpersonal relationship.Eric, ED 403997, 16- 21.

14. *Rogers.C (1995) : On Becoming a Person.Houghton Mifflin Company. Boston New York.*
15. *Russell, D., Peplau, A., & Ferguson, L.(1978) .Developing a measure of loneliness.Journal of Personality Assessment, 42, 290- 294.*
16. *Schwab, H., Scalise, J., Ginter, J., & Whipple, G.(1998) .Self- disclosure, loneliness and four interpersonal targets: Friend, group of friends, stranger, and group of strangers.Psychological Reports, 82 (3c) , 1264- 1266.*
17. *Solano, H., Batten, G., & Parish, A.(1982) .Loneliness and patterns of self- disclosure.Journal of Personality & Social Psychology, 43 (3) , 524- 531.*
18. *Wei, M., Russel, W.&Zakalik, A.(2005) .Adult Attachment, Social Self-Efficacy, Self- Disclosure, Loneliness, and Subsequent Depression for Freshman College Students: A Longitudinal Study.Journal of Counseling Psychology, 52 (4) , 602- 614.*
19. *Weiss, R.(1973) .Loneliness: The experience of emotional and social isolation.Cambridge, Mass: MIT Press.*