

## The Psychological Defense Mechanisms and its Relationship with Depression Disorder Symptoms among Yarmouk University Female Students in Jordan

Elaf Haroun Rashid Shloul

Hail University / Kingdom of Saudi Arabia, elaf.koko@yahoo.com

Follow this and additional works at: [https://digitalcommons.aaru.edu.jo/hujr\\_b](https://digitalcommons.aaru.edu.jo/hujr_b)



Part of the [Arts and Humanities Commons](#)

---

### Recommended Citation

Shloul, Elaf Haroun Rashid () "The Psychological Defense Mechanisms and its Relationship with Depression Disorder Symptoms among Yarmouk University Female Students in Jordan," *Hebron University Research Journal-B (Humanities) - (العلوم الانسانية) مجلة جامعة الخليل للبحوث- ب*: Vol. 17: Iss. 1, Article 9.

Available at: [https://digitalcommons.aaru.edu.jo/hujr\\_b/vol17/iss1/9](https://digitalcommons.aaru.edu.jo/hujr_b/vol17/iss1/9)

This Article is brought to you for free and open access by Arab Journals Platform. It has been accepted for inclusion in Hebron University Research Journal-B (Humanities) - (العلوم الانسانية) مجلة جامعة الخليل للبحوث- ب by an authorized editor. The journal is hosted on [Digital Commons](#), an Elsevier platform. For more information, please contact [rakan@aarj.edu.jo](mailto:rakan@aarj.edu.jo), [marah@aarj.edu.jo](mailto:marah@aarj.edu.jo), [u.murad@aarj.edu.jo](mailto:u.murad@aarj.edu.jo).



## آليات الدفاع النفسي وعلاقتها بأعراض اضطراب الاكتئاب لدى طالبات جامعة اليرموك في الأردن

د. إيلاف هارون رشيد شلول، جامعة حائل، المملكة العربية السعودية

[elaf.koko@yahoo.com](mailto:elaf.koko@yahoo.com)

تاريخ القبول: 2020/12/30 – تاريخ القبول: 2021/4/10

### الملخص

هدفت الدراسة التعرف إلى مستوى كل من آليات الدفاع النفسي، وأعراض اضطراب الاكتئاب لدى طالبات جامعة اليرموك في الأردن، مع التعرف إلى العلاقة بينهما، ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس (DSQ-28) لآليات الدفاع النفسي، وقائمة بيك للاكتئاب، وتكونت عينة الدراسة من (1392) طالبة من طالبات جامعة اليرموك في الأردن، تم اختيارها بالطريقة العشوائية المتيسرة، وأظهرت نتائج الدراسة أنَّ مستوى كل من آليات الدفاع النفسي، وأعراض اضطراب الاكتئاب لدى طالبات جامعة اليرموك جاءت متوسطة، كما أظهرت نتائج الدراسة وجود علاقة ارتباط عكسية بين آليات الدفاع الناضجة، وأعراض اضطراب الاكتئاب، بينما وجدت علاقة ارتباط معنوية بين آليات الدفاع العصابية وغير الناضجة، وأعراض اضطراب الاكتئاب لدى طالبات جامعة اليرموك.

**الكلمات المفتاحية:** آليات الدفاع النفسي، أعراض اضطراب الاكتئاب، جامعة اليرموك.

## The Psychological Defense Mechanisms and its Relationship with Depression Disorder Symptoms among Yarmouk University Female Students in Jordan

Elaf Shalol

[elaf.koko@yahoo.com](mailto:elaf.koko@yahoo.com)

Received:30/12/2020- Accepted: 10/4/2021

### Abstract

The study aimed to identify the level of each psychological defense mechanism, and depression disorder symptoms among female students of Yarmouk University in Jordan, along with identifying the relationship between them. To achieve the objectives of the study, the researcher used DSQ-28 psychological defense mechanism scale and Beck's list of depression. The sample of the study consisted of (1392) female students from Yarmouk University in Jordan, who were chosen by the available randomized method. The results of the study showed that the level of each of the mechanisms of psychological defense, and depression disorder symptoms among Yarmouk University female students was moderate. The results of the study also showed an inverse correlative relationship between mature defense mechanisms and depression symptoms, while a significant correlation was found between neurotic and immature defense mechanisms, and depression among Yarmouk University female students.

**Key words:** Psychological defense mechanisms, depression disorder symptoms, Yarmouk University.

### مقدمة

يتعرض الفرد بشكل عام، وطلبة الجامعات بشكل خاص للعديد من الضغوطات والصعوبات التي قد تواجههم في مختلف المجالات، إن كانت الأكاديمية أو الاجتماعية أو الاقتصادية، والتي قد تؤثر سلباً على حياتهم بشكل عام، وخاصةً بأن الطالب الجامعي يتعرض في بعض الأحيان إلى مشكلات التأقلم مع البيئة الجامعية، والتعرض للصعوبات التي تواجهه مع زملائه أو أعضاء هيئة التدريس، أو قد تواجهه مشكلات مادية في كيفية توفير أقساط الجامعة ومتطلباتها، وهذا يجعله دائماً في حالة من الخوف والتوتر، مما يجعله عرضةً للإصابة باضطراب الاكتئاب وأعراضه؛ وللتغلب على هذه المشكلات، وخطورة الإصابة بأعراض اضطراب الاكتئاب يجب أن يعي تماماً أهمية آليات الدفاع النفسي التي قد تسهم إلى حد كبير في التأقلم والتكيف من متغيرات ومتطلبات الحياة المختلفة.

ولقد ظهرت آليات الدفاع النفسي لتسهم في الحد من الاضطرابات النفسية التي ظهرت مؤخراً، وانتشرت بشكل كبير بين طلبة الجامعات؛ كأعراض اضطراب الاكتئاب، وتُعدّ آليات الدفاع النفسي من أهم الاستراتيجيات النفسية التي يلجأ إليها الطالب الجامعي بهدف حماية الأنا في حال التعرض لمشكلات ومواقف مرهقة نفسياً وجسدياً واجتماعياً، بالإضافة إلى الحد من مشاعر الخوف والتوتر التي قد تصيب الطالب، وحماية الذات من الشعور بتأنيب الضمير أو أي تهديد خارجي قد يكون معرضاً له (Singh, 2018).

وتمثل آليات الدفاع النفسي عمليات تكيفية موجهة نحو تحقيق الأهداف والاحتياجات، واستجابة للطلبات الخارجية أو الداخلية، وإحدى أهم آليات الحماية من التحديات والصعوبات المختلفة، التي تسهم إلى حد كبير في التأقلم والتحكم في الاندفاعية والتعامل مع المشكلات بشكل أكثر كفاءة، والسعي إلى حلها بنجاح، بالإضافة إلى التقليل من أعراض اضطراب الاكتئاب (Carvalho, Hyphantis, Taunay, Macêdo, 2013, Floros, Ottoni, Fountoulakis & Lara).

وقد حظي مصطلح آليات الدفاع النفسي باهتمام العديد من الباحثين والدارسين، وذلك للتوصل إلى تعريف واضح؛ ومن أهم الباحثين العالم فرويد (Freud)، الذي قدّم تعريف لمصطلح آليات الدفاع النفسي عام (1894)، ووصفها بأنها استراتيجيات تستخدمها الأنا للحد من الصراعات الداخلية، والحماية من مشاعر القلق والتوتر ومختلف الاضطرابات النفسية الناتجة من أحداث الحياة الضاغطة والصعبة التي قد يمر بها الفرد (Hovanesian, Isakov & Cervellione, 2009).

بينما يرى ميرندا ولوزا (Miranda & Louza, 2015) أن آليات الدفاع النفسي تمثل أساليب لا شعورية يستخدمها الفرد لحماية نفسه من مشاعر الخوف والقلق التي قد يشعر بها نتيجة الضغوطات المختلفة التي يتعرض لها. كما أشار وقاص ونافيد وإدما وطارق وافضال (Waqas, Naveed, Aedma, Tariq & Afzaal, 2018) إلى أن آليات الدفاع النفسي عبارة عن عمليات معرفية تساعد الفرد في التقليل من الشعور بالقلق الزائد، والذي قد ينتج نتيجة المواقف والأحداث اليومية الصعبة التي يتعرض لها.

واستناداً إلى التعريفات السابقة التي تناولت مفهوم آليات الدفاع النفسي، فإنه يمكن تعريفها بأنها استراتيجيات وأساليب نفسية تسهم في حماية الفرد من الشعور بالخوف والتوتر والإصابة بالاضطرابات النفسية المختلفة الناتجة عن الصعوبات الحياتية التي قد يمر بها.

ولقد ظهرت العديد من التصنيفات لآليات الدفاع النفسي، ومن أهم من درس هذه الآليات وصنفها كرامير (Cramer, 2002)، حيث صنفت آليات الدفاع النفسي إلى نوعين؛ وهي: آليات الدفاع النفسي التكيفية، وآليات الدفاع النفسي غير التكيفية.

بينما أشار فيلانت (Vaillant, 2011) إلى أن آليات الدفاع النفسي يمكن تصنيفها إلى ثلاثة أنواع وفق مستوى التكيف الذي تتمتع به، وهي: أولاً: آليات الدفاع النفسي غير الناضجة؛ وتتعلق هذه الآليات بالوظائف غير التكيفية، وترتبط بصعوبة قيام الفرد بالتعبير عن عواطفه، وفهم الخبرات الانفعالية المختلفة؛ ومن أهم هذه الآليات: الإسقاط، والإنكار. ثانياً: آليات الدفاع النفسي العصابية، تتعلق هذه الآليات

بالوظائف غير التكيفية، وترتبط بمحاولة الفرد للحفاظ على توازنه النفسي في ظروف ومواقف مرهقة ومتعبة، ومن أهم هذه الآليات: الكبت، والتبرير. ثالثاً: آليات الدفاع النفسي الناضجة، وتتعلق هذه الآليات بالوظائف التكيفية، وترتبط بمستوى النجاح الذي يسعى إليه الفرد لتحقيقه، وبقلة الاضطرابات النفسية التي قد يصاب بها في حال تعرض لضغوطات مختلفة، ومن أهم هذه الآليات: التسامي، والإيثار.

وتكمن أهمية آليات الدفاع النفسي في التقليل من الآثار والمشاعر السلبية غير السارة التي قد تواجه الفرد نتيجة تعرضه لضغوطات ومواقف الحياة المختلفة، بالإضافة إلى مساعدة الفرد في التأقلم مع موقف ما، وإدراك الأفكار والسلوكيات التي يجب اتخاذها في حال التعرض لموقف صعب ومرهق نفسياً (Craşovan, Niţulescu & Constantinm 2019).

كما تسهم آليات الدفاع النفسي في قدرة الطالب الجامعي على حل المشكلات التي قد تواجهه، والتكيف مع الصعوبات المختلفة، وهذا ينعكس إيجاباً على أدائه وتحصيله الأكاديمي، ولقد لوحظ أن آليات الدفاع النفسي الناضجة تلعب دوراً إيجابياً في الحد من الاضطرابات التي قد تصيب الطالب، بعكس آليات الدفاع النفسي غير الناضجة التي تلعب دوراً كبيراً في إصابة الطالب باضطرابات نفسية خطيرة؛ من أهمها: الاكتئاب (Waqas, et al, 2018).

وترى الباحثة أن آليات الدفاع النفسي تلعب دوراً مهماً في الحد من انتشار الاضطرابات النفسية الخطيرة بين طلبة الجامعات؛ ومن أهم هذه الاضطرابات اضطراب الاكتئاب وأعراضه، الذي انتشر بشكل كبير بين الأفراد بشكل عام، وطلبة الجامعات بشكل خاص.

وتعدّ أعراض الاكتئاب من أكثر الأمراض النفسية الخطيرة التي قد يعاني منها الطالب الجامعي في العصر الحالي، وتمثل أعراض اضطراب الاكتئاب حالة اضطرابية غير مستقرة، تكون مصحوبة بتغيرات جسدية ونفسية وعقلية ومزاجية؛ كالشعور بالحزن المفاجئ، واللامبالاة، والشعور بالوحدة، والشعور بالأرق، وحدوث اضطرابات في النوم والشهية، وانخفاض النشاط البدني المعتاد (Beck, 1995).

ولقد تناول العديد من الباحثين مفهوم اضطراب الاكتئاب وأعراضه لأهمية هذا المفهوم وخطورته على كافة فئات المجتمع. حيث عرّفه أابيلا وهانكن (Abela & Hankin, 2008) بأنه: اضطراب طويل الأجل، قد يظهر في أي مرحلة عمرية، يتضمن مجموعة من الأعراض المعقدة؛ كتدهور كبير في الحالة المزاجية، والطاقة، والدافعية والتمتع بالحياة، وظهور القلق، وانخفاض كبير في التمتع بالأنشطة الترفيهية، وفقدان الوزن أو زيادة الشهية، وفقدان الطاقة، والأفكار الانتحارية والسلبية بين الحين والآخر، واضطرابات النوم، ويرافق ذلك أعراض مختلفة يحتمل حدوثها بدرجات متفاوتة من الشدة. بينما عرّفه ثابار وكوليشاو وبني وثابار (Thapar, Collishaw, Pine & Thapar, 2012) بأنه: اضطراب شائع تتراوح درجته من الاكتئاب البسيط إلى الاكتئاب الشديد جداً، ويمكن لأي فرد أن يصاب به دون معرفة السبب الدقيق لذلك؛ فبعض الأفراد أكثر عرضة للإصابة بالاكتئاب أكثر من غيرهم، ويمكن أن يتطور المرض لديهم فجأة دون سبب واضح أو مشكلة معينة.

ويُعد التصنيف الذي وضعته الجمعية الأمريكية للطب النفسي (American Psychiatric Association) (APA) لاضطراب الاكتئاب هو الأكثر استخداماً في العالم؛ حيث بنت تشخيصها على استعراض وجود، ومدة، وشدة الأعراض. وقد أشارت إلى أن الاكتئاب عبارة عن مجموعة من الأعراض التي تشمل بعض جوانب النفس والمزاج، والأفكار، بالإضافة إلى وجود الحزن، وخيبة الأمل، والشعور بالفراغ والوحدة، واليأس، وعدم الثقة بالنفس، والأرق، وعدم المشاركة، أو الاستمتاع بالأنشطة الاجتماعية، واضطرابات النوم، واضطرابات الأكل، كما أنه يؤثر في الطريقة التي يشعر بها الفرد تجاه نفسه والآخرين، والمزاج المتهيج الذي يرافقه تغيرات جسدية وإدراكية، تؤثر بشكل ملحوظ على قدرة الفرد على الأداء، وتتراوح شدته من الاكتئاب البسيط إلى الاكتئاب الشديد جداً (APA, 2013).

ويمكن أن تحدث أعراض اضطراب الاكتئاب بسبب أحداث الحياة المختلفة من نحو وجود مشكلة في العلاقات الشخصية أو العاطفية، أو التعرض لفاجعة، أو المرض، وما إلى ذلك. فعلى سبيل المثال فإن الشخص الذي يتراوح مستوى مزاجه بين المعتدل إلى المنخفض مع وجود بعض المشكلات في حياته، كضغوط العمل، قد يكون عرضة لتطوير أعراض اضطراب الاكتئاب. ومن جهة أخرى، قد يكون هناك بعض العوامل الجينية التي تسهم في جعل بعض الأفراد أكثر عرضة من غيرهم للإصابة بأعراض اضطراب الاكتئاب (Modrzejewska & Bomba, 2010).

ويرى مكريادي (McCready, 2018) أن المرحلة الدراسية الجامعية تُعد من المراحل الدراسية الصعبة التي قد يمر بها الطالب في حياته؛ وذلك لأنها تمثل مرحلة انتقالية من المرحلة الدراسية الثانوية إلى مرحلة جامعية تعليمية أكثر وعياً وصعوبةً وتعقيداً، ولأنها أيضاً تتضمن العديد من المتطلبات والحاجات الدراسية، والضغوطات المالية المختلفة، التي تمثل مصدراً رئيساً لإصابة الطالب الجامعي بالاضطرابات النفسية المختلفة؛ ومن أهمها أعراض اضطراب الاكتئاب.

وأشار وقاص وآخرون (Waqas, et al, 2015) إلى أن هناك بعض آليات الدفاع النفسي قد تشير إلى إصابة الطالب الجامعي بأعراض اضطراب الاكتئاب؛ كآليات الدفاع النفسي غير الناضجة، والعصابية، كما أشار إلى أن آليات الدفاع النفسي الناضجة ترتبط ارتباطاً عكسياً بأعراض اضطراب الاكتئاب؛ أي أن هذه الآليات تحد من إصابة الطالب الجامعي بأعراض اضطراب الاكتئاب.

ولقد تناولت العديد من الأبحاث والدراسات متغيري آليات الدفاع النفسي، وأعراض اضطراب الاكتئاب إن كانت هذه الدراسات جمعت المتغيرين معاً أم كل متغير على حدة. ومن هذه الدراسات دراسة بياتي ومحمد ومحمد (Bayati, Mohammad & Mohammad, 2009) التي أجريت في إيران الكشف عن نسبة انتشار الاكتئاب، والعوامل المتعلقة به لدى الطلبة الجامعيين. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام قائمة بيك للاكتئاب. تكونت عينة الدراسة من (304) طالباً من طلبة مرحلة البكالوريوس. أظهرت نتائج الدراسة أن نسبة انتشار اضطراب الاكتئاب بين الطلبة جاءت مرتفعة، ووجود فروق في انتشار الاكتئاب تعزى لمتغير الجنس، لصالح الإناث، وعدم وجود فروق في انتشار الاكتئاب بين طلبة كلية الطب، وطلبة الكليات الأخرى.

وأجرى جول وأونال والأيتن وديدم (Gul, Unal, Alaettin & Didem, 2009) دراسة في تركيا هدفت الكشف عن انتشار الاكتئاب، وتحديد عوامل الخطر المتعلقة بالاكتئاب لدى الطلبة الجامعيين. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام قائمة بيك للاكتئاب. تكونت عينة الدراسة من (822) طالباً جامعياً. أظهرت نتائج لدراسة أن انتشار الاكتئاب بلغ (21.8%)، وأن عوامل الخطر المتعلقة بالاكتئاب تمثلت بالتاريخ الأسري للاكتئاب، وحب الشباب على الوجه، العيوب الجسمية، والتدخين، واستهلاك الكحول، والانشغال بالتفكير بمهنة المستقبل.

وأجرى وقاص ورحمن ومالك ومحمد وخان ومحمود (Waqas, Rehman, Malik Muahmmad, ) (Khan & Mahmood, 2015) دراسة في الباكستان هدفت الكشف عن علاقة آليات الدفاع عن النفس باضطراب القلق واضطراب الاكتئاب والأداء الأكاديمي بين طلبة الطب. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس آليات الدفاع عن النفسي، ومقياس اضطراب القلق، ومقياس اضطراب الاكتئاب. تكونت عينة الدراسة من (409) طالباً وطالبة. أظهرت نتائج الدراسة أن متوسط النسبة المئوية للطلبة في الامتحانات النهائية بلغ (75.6%)، وأن آليات الدفاع الإيجابية ارتبطت بالأداء الأكاديمي، كما أشارت النتائج إلى ارتباط المستوى المنخفض من اضطرابات القلق والاكتئاب بارتفاع الأداء الأكاديمي لدى الطلبة، وارتباط آليات الدفاع باضطرابات القلق والاكتئاب وفق العوامل الشخصية والاجتماعية والنفسية المحيطة بالطالب.

وقام اجينكيا وسكاوس وديتشين (Ajinkya, Schaus & Deichen, 2016) بدراسة في الولايات المتحدة الأمريكية هدفت الكشف عن العلاقة بين المرحلة الجامعية العليا ومكان السكن باضطراب الاكتئاب لدى الطلبة. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام استبانة الصحة النفسية، ومقياس اضطراب الاكتئاب. تكونت عينة الدراسة من (541) طالباً وطالبة في جامعة حكومية كبيرة في جنوب شرق البلاد. أظهرت نتائج الدراسة أن ما نسبته (13.1%) من الطلبة؛ أي ما يعادل (71) طالباً وطالبة يعانون من اضطراب الاكتئاب، وارتبطت إصابتهم بشكل كبير بالتاريخ العائلي (وجود فرد من العائلة مصاب بالاكتئاب)، كما أشارت النتائج إلى أن أكثر الطلبة المصابون باضطراب الاكتئاب من كلية الآداب والعلوم الإنسانية مقارنة بالكلية الأخرى.

وقام سينج (Singh, 2018) بدراسة في الهند هدفت إلى الكشف عن تأثير الاضطرابات النفسية؛ كالقلق على آليات الدفاع بين الطلبة الجامعيين الهولنديين والهنود. ولتحقيق أهداف الدراسة وجمع البيانات تم استخدام مقياس هاميلتون لتقييم القلق (HAM-A)، ومقياس آليات الدفاع (DSQ-40). تكونت عينة الدراسة من (200) طالب وطالبة من طلبة الجامعات موزعين بالتساوي بين الطلبة الهولنديين من جامعة جرونينجن (Groningen University) والطلبة الهنود من جامعة باتيالا (Patiala University). أظهرت نتائج الدراسة أن الطلبة الهنود لديهم مستوى مرتفع من استخدام آليات الدفاع، كما أن لديهم مستوى مرتفعاً من الاضطرابات، ومن هذه الاضطرابات اضطراب القلق، مما يجعلهم يستخدمون آليات

الدفاع بشكل أكبر من الطلبة الهولنديين الذين يعانون من مستوى متوسط من القلق، وهذا يجعلهم يستخدمون آليات الدفاع في بعض الأحيان وبشكل أقل مقارنةً بالطلبة الهنود>

وأجرت هاشم وعبد الرسول (Hashem & Abdul Rasoul, 2018) دراسة في العراق هدفت الكشف عن مستوى استخدام آليات الدفاع لدى طلبة جامعة الكوفة ودرجة الاختلاف بينهم في أنواع الآليات المستخدمة التي تعزى لمتغيري الجنس والتخصص الأكاديمي. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام مقياس آليات الدفاع. تكونت عينة الدراسة من (190) طالباً وطالبة من طلبة الجامعة. أظهرت نتائج الدراسة أن الطلبة يستخدمون آليات الدفاع بدرجة مرتفعة، وأن آليات الدفاع العصائية حصلت على الترتيب الأول، تلاها آليات الدفاع الناضجة وأخيراً آليات الدفاع غير الناضجة.

وقام فلاكوبانو وكاراجيانوبولو وتسيامباليس (Vlachopanou, Karagiannopoulou & Tsiampalis, 2019) بدراسة في اليونان هدفت إلى الكشف عن العلاقة بين آليات الدفاع وأسباب التسويف والرفاهية لدى الطلبة الجامعيين. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام مقياس آليات الدفاع، ومقياس التسويف، ومقياس الرفاهية. تكونت عينة الدراسة من (628) طالباً وطالبة من طلبة جامعة يوانينا (University of Ioannina)، منهم (138) طالباً، و(490) طالبة. أظهرت نتائج الدراسة أن مستوى آليات الدفاع النفسي جاء متوسطاً، ووجود تأثير مهم لآليات الدفاع وأسباب التسويف على الرفاهية، وكانت أكثر آليات الدفاع شيوعاً بين الطلبة آليات الدفاع تشويه الصورة، والتضحية بالنفس أو التقاضي، والآليات التكيفية، كما أشارت النتائج إلى وجود علاقة إيجابية بين الرفاهية وآليات تحمل الإحباط، ووجود علاقة سلبية بين الرفاهية وآليات الدفاع غير التكيفية وتشويه الصورة.

وأجرى ناخلي وبراهام ومطيراوي وبن نصر (Nakhli, Braham, Mtiraoui & Ben Nasr, 2019) دراسة في تونس هدفت إلى الكشف عن اضطرابات الاكتئاب لدى طلبة التمريض، والتحقيق في العوامل المرتبطة بهذه الاضطرابات. ولتحقيق أهداف الدراسة تم استخدام استبانة للكشف عن الخصائص الاجتماعية والديمقراطية والسريرية، كما تم إجراء مقابلة حول الأمراض العصبية والنفسية. تكونت عينة الدراسة من (125) طالباً وطالبة من طلبة التمريض الملحقين بمعهد التمريض الخاص بسوسة (Sousse). أظهرت نتائج الدراسة ارتفاع نسبة انتشار اضطراب الاكتئاب، واضطراب الاكتئاب الشديد بين الطلبة، حيث بلغت (24.8%)، (12%) على التوالي، وهي نسبة مرتفعة، كما أشارت النتائج أن الطلبة المتزوجين كان لديهم تاريخ من اضطراب الاكتئاب، حيث ارتبط هذا الاضطراب بالتاريخ العائلي والشخصي للأمراض والاضطرابات النفسية.

وأجرى بورجيس وإيدت وزيلي وميشيلس ودياز (Borges, Eidt, Zilli, Michels & Diaz, 2020) دراسة في البرازيل هدفت الكشف عن آليات الدفاع وجودة الحياة لدى طلبة الطب وفق متغير السنة الدراسية. ولتحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام الملاحظة وتقييم جودة الحياة وفق معايير منظمة الصحة العالمية، وتم استخدام مقياس القلق، ومقياس الاكتئاب، ومقياس آليات الدفاع. تكونت عينة الدراسة من (139) طالباً وطالبة. أظهرت نتائج الدراسة أن طلبة السنة الأولى يحتاجون إلى عناية أكثر من غيرهم من



بمطالعة الدراسات السابقة، يتضح تبين أهداف هذه الدراسات وما سعت إلى تحقيقه من أهداف، فقد تناولت بعض الدراسات اضطراب الاكتئاب بين طلبة الجامعات؛ كدراسة بياتي وآخرين (Bayati, et al, 2009)، وجول وآخرون (Gul, et al, 2009)، واجينكيا وآخرون (Ajinkya, et al, 2016)، وناخلي وآخرون (Nakhli, et al, 2019). ويلاحظ وجود دراسة واحدة اشتملت على متغيري آليات الدفاع النفسي والاكتئاب، وهي دراسة وقاص وآخرون (Waqas, et al, 2015)، بينما تناولت دراسات أخرى مستوى استخدام آليات الدفاع؛ كدراسة هاشم وعبدالرسول (Hashem & Abdul Rasoul, 2018)، وتناولت بعض الدراسات تأثير الاضطرابات النفسية؛ كالقلق على آليات الدفاع بين الطلبة؛ كدراسة سينج (Singh, 2018).

وترى الباحثة أن من الضرورة دراسة المتغيرات التي قد تؤثر على الحياة الأكاديمية لدى الطلبة، وخاصة إذا ما كانت هذه المتغيرات تؤثر سلباً عليهم؛ كأعراض اضطراب الاكتئاب، لذا ارتأت الباحثة دراسة علاقة هذا النوع الخطير من الاضطرابات النفسية، بآليات الدفاع التي قد يكون لاستخدامها بشكل صحيح الأثر الإيجابي في التقليل من مستوى أعراض اضطراب الاكتئاب لدى الطلبة. لذا قد تصيف هذه الدراسة إضافة جيدة للباحثين والدارسين لأعراض اضطراب الاكتئاب وما قد يتعلّق به من متغيرات ذات أثر إيجابي أو سلبي على حياة الطلبة، وخاصةً في ظل ندرة الدراسات السابقة العربية التي تناولت متغيري الدراسة معاً، وبشكل خاص في البيئة الأردنية.

يُعد اضطراب الاكتئاب من أخطر الاضطرابات النفسية التي قد تصيب الطلبة الجامعيين، لما له أثر سلبي على المجالات الحياتية كافة؛ وقد يصاب الطالب الجامعي بأعراض اضطراب الاكتئاب نتيجة تعرضه لصعوبات ومشكلات مختلفة ضمن بيئته الجامعية والبيئة الأسرية المحيطة به، وهذا بدوره قد ينعكس سلباً على أدائه الأكاديمي. وللمحد من انتشار أعراض اضطراب الاكتئاب بين الطلبة الجامعيين، لا بد من استخدام

مجموعة من الآليات والاستراتيجية الدفاعية التي تسهم في الحد من الشعور بالقلق والخوف من التعرض لمشكلة ما.

ولقد أشار وقاص وآخرون (Waqas, et al, 2015) إلى أن آليات الدفاع الإيجابية ارتبطت بالأداء الأكاديمي لدى الطلبة الجامعيين، وارتباط المستوى المنخفض من اضطراب الاكتئاب بارتفاع الأداء الأكاديمي لدى الطلبة. وبعد مطالعة الدراسات السابقة، يتضح قلة الدراسات السابقة التي تناولت متغيري آليات الدفاع النفسي، وأعراض اضطراب الاكتئاب لدى طالبات الجامعات، خاصة في البيئة الأردنية. واستناداً إلى ما سبق وجدت الرغبة لدى الباحثة في إجراء هذه الدراسة التي تهدف إلى الكشف عن العلاقة بين آليات الدفاع النفسي وأعراض اضطراب الاكتئاب لدى طالبات جامعة اليرموك في الأردن. وبالتحديد تكمن مشكلة الدراسة بالإجابة عن الأسئلة الآتية:

- ما مستوى آليات الدفاع النفسي لدى طالبات جامعة اليرموك في الأردن؟
- ما مستوى أعراض اضطراب الاكتئاب لدى طالبات جامعة اليرموك في الأردن؟
- هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين مجالات آليات الدفاع النفسي وأعراض اضطراب الاكتئاب لدى طالبات جامعة اليرموك في الأردن؟

### أهمية الدراسة

تبرز أهمية الدراسة من خلال جانبين، وهما على النحو الآتي:

**أولاً: الأهمية النظرية:** تكمن أهمية الدراسة فيما ستوفره من أدب نظري ومعلومات متعلقة بمتغيري الدراسة (آليات الدفاع النفسي، أعراض اضطراب الاكتئاب) سيستفيد منها الباحثون الآخرون، كما ستوفر هذه الدراسة مقاييس تقيس مستوى كل من آليات الدفاع النفسي وأعراض اضطراب الاكتئاب، وهذا سيساعد الباحثين والدارسين في أخذ هذه الدراسة كمرجع للأدب النظري والمقاييس التي ستساعد في إجراء دراسات أخرى تتعلق بهذين المتغيرين. كما أن أهمية الدراسة النظرية تظهر من خلال أهمية الموضوع الذي تعالجه الدراسة، والذي يتناول العلاقة بين آليات الدفاع النفسي وأعراض اضطراب الاكتئاب لدى الطالبات، الأمر الذي يعطي تصوراً واضحاً حول طبيعة هذه العلاقة، والتي قد يستفيد منها القائمين في مراكز الإرشاد النفسي لمساعدة الطلبة الجامعيين على التكيف مع متطلبات الحياة المختلفة للحد من الإصابة بأعراض اضطراب الاكتئاب.

**ثانياً: الأهمية العملية:** تكمن أهمية الدراسة في ما يترتب عن نتائجها من فوائد عملية في الميدان النفسي والإرشادي، قد يستفيد من نتائجها المسؤولين والمرشدون من خلال التعرف على آليات الدفاع النفسي وعلاقتها بأعراض اضطراب الاكتئاب، وكيفية استخدام آليات الدفاع النفسي المناسبة للمواقف التي يتعرض لها الطالب، الأمر الذي يترتب عنه إعداد برامج إرشادية وطرق مناسبة، وأنشطة منهجية ولا منهجية لتوفير أجواء من التأقلم في حال التعرض لصعوبات ومشكلات ما، والمساهمة في التقليل من أعراض اضطراب الاكتئاب، وكيفية اختيار آليات الدفاع النفسي المناسبة.

## التعريفات النظرية والإجرائية

- آليات الدفاع النفسي: استراتيجيات نفسية لاشعورية تساعد بشكل ملحوظ في التقليل من الشعور بالقلق، والتأقلم مع الاضطرابات النفسية التي قد يصاب بها الفرد نتيجة تعرضه لأحداث مؤلمة وصعبة، وتقسّم إلى ثلاثة أنواع؛ وهي: غير الناضجة، والعصابية، والناضجة (Saint-Martin, Valls, Rousseau, Callahan & Chabrol, 2013). وتعرف إجرائياً في ضوء الدرجة التي حصل عليها الطالب الجامعي على مقياس آليات الدفاع النفسي المستخدم في الدراسة الحالية.

- اضطراب الاكتئاب وأعراضه: حالة انفعالية تتضمن معاناة الفرد من الحزن الشديد وتأخر الاستجابة والميول التشاؤمية، والشعور بالقلق غير المبرر (Ibrahim, 2009). ويُعرف إجرائياً في ضوء الدرجة التي حصل عليها الطالب الجامعي على قائمة بيك للاكتئاب المستخدمة في الدراسة الحالية.

## محددات الدراسة

اقتصرت إجراء هذه الدراسة على عينة محددة من طالبات جامعة اليرموك في محافظة إربد في الأردن، واللواتي تم اختيارهن بالطريقة العشوائية المتيسرة، وذلك في الفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي 2020/2019.

## منهجية الدراسة

تم في هذه الدراسة استخدام المنهج الوصفي الارتباطي لمناسبته لأهداف هذه الدراسة، وذلك من خلال توزيع أداتي الدراسة على أفراد العينة، وتحليل البيانات كمياً والإجابة عن أسئلة الدراسة التي تم طرحها.

## مجتمع الدراسة

تكون مجتمع الدراسة من جميع طالبات جامعة اليرموك للفصل الدراسي الثاني للعام الدراسي 2020/2019، والبالغ عددهم (19848) طالبة. وذلك وفقاً للإحصاءات الرسمية التي تم الحصول عليها من دائرة القبول والتسجيل في جامعة اليرموك.

## عينة الدراسة

تكونت عينة الدراسة من (1392) طالبة من طالبات جامعة اليرموك في محافظة إربد، ومثلت العينة ما نسبته (7%) من مجتمع الدراسة الكلي، وقد تم اختيار عينة الدراسة ممثلة لمجتمع الدراسة بالطريقة العشوائية المتيسرة من مجتمع الدراسة الكلي.

## أداتا الدراسة

لأغراض تحقيق أهداف الدراسة، تم استخدام أداتين، وهما على النحو الآتي:

## أولاً: مقياس آليات الدفاع النفسي

بهدف الكشف عن مستوى آليات الدفاع النفسي لدى طالبات جامعة اليرموك، تم استخدام مقياس (DSQ-) 28، من إعداد سانت-مارتن وآخرون (Saint-Martin, et al., 2013)، والمكون بصورته الأولية من

(28) فقرة، تضمنت على (16) آلية دفاع، موزعة على ثلاثة مجالات دفاعية، وهي: آليات الدفاع الناضجة، وتتضمن (8) فقرات، وآليات الدفاع العصابية، وتتضمن (6) فقرات، وآليات الدفاع غير الناضجة، وتتضمن (14) فقرة. ويتمتع المقياس بخصائص سيكومترية تجعله مقبولاً للاستخدام في دراسات مماثلة، حيث قامت سانت-مارتن وآخرون (Saint-Martin, et al, 2013) بتطبيق المقياس على عينة تكونت من (300) طالب وطالبة، وتم استخراج مجموعة من المؤشرات السيكومترية، منها الاتساق الداخلي الذي بلغت قيمته (0.64 – 0.72).

### صدق مقياس آليات الدفاع النفسي

#### أولاً: دلالات صدق المحتوى

للتحقق من دلالات صدق محتوى مقياس آليات الدفاع النفسي، تم عرضه بصورته الأولية على مجموعة من المحكمين المتخصصين في علم النفس التربوي والإرشاد النفسي ومناهج اللغة العربية وطرق تدريسها والإحصاء والتفويض والترجمة في الجامعات الأردنية، والبالغ عددهم (9) محكمين، وطلب إليهم إبداء الرأي حول مناسبة الفقرات للمجالات التي أدرجت فيها، ومدى سلامتها من الناحية اللغوية، ومدى وضوحها من حيث المعنى، وصحة ترجمتها، وأية ملاحظات وتعديلات يرونها مناسبة، وتم الأخذ بملاحظات وتعديلات مجموعة المحكمين، حيث اعتمدت الباحثة ما نسبته (80%) من إجماع المحكمين لقبول، أو حذف، أو تعديل أي من الفقرات، وبناءً على ذلك فقد تم استبدال بعض المفردات لتعطي معنى أوضح في (7) فقرات، وقد أشار المحكمون إلى مناسبة المقياس لقياس مستوى آليات الدفاع النفسي لدى الطالبات، وبناءً على ذلك تكون المقياس بصورته النهائية من (28) فقرة.

#### ثانياً: دلالات صدق البناء

تم استخراج دلالات صدق البناء لمقياس آليات الدفاع النفسي من خلال تطبيقه على عينة استطلاعية مكونة من (50) طالبة من خارج عينة الدراسة، وباستخدام معامل ارتباط بيرسون تم استخراج قيم معاملات الارتباط بين الفقرات والمقياس ككل، حيث تراوحت قيم معاملات الارتباط بين الفقرات والمجال الذي تنتمي إليه بين (0.46- 0.81)، وتراوحت قيم معاملات الارتباط بين الفقرات والمقياس ككل (0.41 – 0.77)، وترى الباحثة أن هذه القيم تعطي مؤشراً على صدق البناء لمقياس آليات الدفاع النفسي بما يسمح باستخدامه في هذه الدراسة.

### ثبات مقياس آليات الدفاع النفسي

تم إيجاد ثبات مقياس آليات الدفاع النفسي من خلال إعادة تطبيقه على العينة السابقة نفسها والبالغة (50) طالبة، بعد أسبوعين من التطبيق الأول، وذلك باستخدام طريقة الاختبار وإعادة الاختبار (Test-Retest). وتم استخراج قيم معاملات الاتساق الداخلي باستخدام معادلة كرونباخ ألفا، وقيم معاملات الثبات (ثبات إعادة) باستخدام معامل ارتباط بيرسون، حيث تراوحت قيم معاملات الاتساق الداخلي كرونباخ ألفا للمجالات بين (0.82 - 0.90)، وبلغت للمقياس ككل (0.88)، في حين تراوحت قيم معاملات الثبات

باستخدام معامل ارتباط بيرسون للمجالات بين (0.80-0.84)، وبلغت للمقياس ككل (0.83)، وتري الباحثة أن هذه القيم تُعدّ مؤشراً على ثبات المقياس بما يسمح باستخدامه لأغراض الدراسة الحالية.

### تصحيح مقياس آليات الدفاع النفسي

تكون مقياس آليات الدفاع النفسي بصورته النهائية من (28) فقرة، وللإجابة عن هذه الفقرات يضع المستجيب إشارة (×) أمام كل فقرة بما يتناسب وقناعته حول محتوى كل فقرة، وذلك وفقاً لتدريج ليكرت (Likert) الخماسي وهي: (دائماً) وتعطى عند تصحيح المقياس 5 درجات، (غالباً) وتعطى 4 درجات، (أحياناً) وتعطى 3 درجات، (نادراً) وتعطى درجتين، و(أبداً) تعطى درجة واحدة، وبالتالي فقد تراوحت الدرجة التي يحصل عليها المستجيب على المقياس بين (28) درجة، وهي أدنى درجة، و(140) درجة وهي أعلى درجة. وقد تم توزيع معيار الحكم على المتوسطات الحسابية لتحديد مستوى آليات الدفاع النفسي على النحو الآتي: (أقل من 1 – 2.33 منخفض)، (من 2.34 – 3.67 متوسط)، (من 3.68 – 5 فأكثر مرتفع).

### ثانياً: قائمة بيك للاكتئاب

بهدف الكشف عن مستوى أعراض الاكتئاب لدى طالبات جامعة البرموك، تم استخدام قائمة بيك الثاني (BDI - II) والمستخدم للبيئة الأردنية من قبل قريطع (2015)، والمكونة من (21) فقرة. وتم التحقق من دلالات الصدق الظاهري لقائمة بيك بعرضها على مجموعة من المحكمين من ذوي الاختصاص، كما تم التحقق من مؤشرات صدق البناء لقائمة بيك بحساب معاملات ارتباط الفقرات بالمقياس، وتراوحت قيم معاملات الارتباط ما بين (0.31-0.72) مما يؤكد الصدق البنائي للقائمة. وفيما يتعلق بالثبات فقد تمتعت القائمة بمؤشرات ثبات عالية نسبياً، حيث بلغت (0.82) باستخدام معامل كرونباخ ألفا، وبلغت (0.87) باستخدام طريقة إعادة الاختبار.

### صدق قائمة بيك

#### أولاً: دلالات صدق المحتوى

تم عرض القائمة بصورتها الأولية على مجموعة من المحكمين المتخصصين في علم النفس التربوي والإرشاد النفسي ومناهج اللغة العربية وطرق تدريسها والإحصاء والتقويم في الجامعات الأردنية، والبالغ عددهم (9) محكمين، حيث طلب إليهم بيان الرأي حول سلامة صياغة الفقرات من الناحية اللغوية، ومدى مناسبة الفقرات، ومدى وضوح الفقرات من حيث المعنى، وأية ملاحظات وتعديلات يرونها مناسبة، أو إضافة وحذف فقرات بما يتناسب وأهداف الدراسة، ولقد اعتمدت الباحثة ما نسبته (80%) من إجماع المحكمين لقبول، أو حذف، أو تعديل أي من الفقرات، وبناءً على ذلك فقد تم اعتماد عدد الفقرات والصياغة الواردة بالنسخة العربية كما هي دون إجراء أي تعديل.

#### ثانياً: دلالات صدق البناء

للتحقق من صدق بناء قائمة بيك، تم تطبيقها على عينة استطلاعية مكونة من (50) طالبةً من خارج عينة الدراسة، وباستخدام معامل ارتباط بيرسون تم استخراج قيم معاملات ارتباط الفقرة بالقائمة ككل، حيث

تراوحت قيم معاملات الارتباط لفقرات قائمة بيك بالقائمة ككل بين (0.42 - 5)، وترى الباحثة أن هذه القيم تعطي مؤشراً على أن القائمة تتمتع بمعاملات صدق تسمح باستخدامها في هذه الدراسة.

#### ثبات قائمة بيك

للتحقق من ثبات قائمة بيك تم تطبيقها على عينة استطلاعية من خارج عينة الدراسة قوامها (50) طالبة، وتم إعادة تطبيق المقياس على نفس العينة بعد فاصل زمني مدته أسبوعين، حيث تم استخراج قيم معاملات الثبات للمقياس، باستخدام معامل ارتباط بيرسون، وكرونباخ ألفا، وبلغ معامل ارتباط بيرسون للقائمة (0.79)، بينما بلغ معامل كرونباخ ألفا للقائمة (0.84).

#### تصحيح قائمة بيك

تكونت القائمة بصورتها الأصلية من (21) فقرة، تتناول كل فقرة عرضاً من أعراض الاكتئاب. يلي كل فقرة أربعة خيارات وقد درجت هذه الفقرات على سلم من (4) مستويات، درجة الصفر فيه تعني عدم وجود العرض، ودرجة (3) تعني وجود العرض بدرجة مرتفعة الشدة، ويتم تصحيح القائمة بجمع الدرجات التي يحصل عليها المفحوص على جميع الفقرات، وبذلك فإن القائمة تعطي درجة عالية تتراوح بين (صفر - 63)، مع الإشارة إلى أن الحد الفاصل بين الأسوياء والمكتئبين في القائمة الأصلية هي الدرجة (9)، وسيتم تحديد مستوى أعراض اضطراب الاكتئاب وفقاً للتصنيف الآتي: (0-9 لا يوجد اكتئاب)، (من 10-15 اكتئاب منخفض)، (من 16-23 اكتئاب متوسط)، (24 - 36 اكتئاب شديد)، (37 فأكثر اكتئاب شديد جداً) (Beck, 1996).

#### إجراءات الدراسة

- إعداد أداتي الدراسة بصورتها النهائية لغايات التطبيق، وذلك بعد التأكد من دلالات صدقهما وثباتهما، وذلك من خلال عرضهما على مجموعة من المحكمين، بالإضافة إلى تطبيقهما على عينة استطلاعية لاستخراج قيم معاملات الصدق والثبات.
- تحديد مجتمع الدراسة، والممثل بطالبات جامعة اليرموك، وتحديد عدد أفراد عينة الدراسة التي تم اختيارها بالطريقة المتيسرة من مجتمع الدراسة الكلي، والبالغ عددها (1392) طالبة من طالبات جامعة اليرموك في الأردن.
- توزيع أداتي الدراسة على أفراد عينة الدراسة، وتم توضيح المعلومات المتعلقة بطريقة الاستجابة على الفقرات، وأن المعلومات التي سيتم الحصول عليها ستعامل بسرية تامة، ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي. حيث تم توزيع أداتا الدراسة من خلال رابط إلكتروني تم تصميمه، ونُشر الرابط على مجموعات التواصل الاجتماعي الخاصة بجامعة اليرموك، كمجموعات الفيسبوك، وكان للطالبات حرية الإجابة أو عدمها على أداتي الدراسة.
- جمع أداتي الدراسة بعد الاستجابة على فقراتها، والتأكد من استكمال المعلومات، والإجابة على جميع الفقرات.

- أدخلت البيانات، وتم تفرغها، واستخدام المعالجات الإحصائية المناسبة، والحصول على نتائج الدراسة، وفي ضوء هذه النتائج تم مناقشتها، والخروج بالتوصيات المناسبة استناداً لما تم التوصل إليه من نتائج.

### متغيرات الدراسة

- مستوى آليات الدفاع النفسي، وله ثلاثة مستويات: (مرتفع، متوسط، منخفض).
- مستوى أعراض اضطراب الاكتئاب، وله أربعة مستويات: (مرتفع، متوسط، منخفض، لا يوجد).

### المعالجة الإحصائية

- للإجابة عن السؤالين الأول والثاني، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية للكشف عن مستوى آليات الدفاع النفسي، وأعراض اضطراب الاكتئاب.
- للإجابة عن السؤال الثالث، تم استخراج معامل ارتباط بيرسون للكشف عن العلاقة بين كل من آليات الدفاع النفسي، وأعراض اضطراب الاكتئاب لدى طالبات جامعة اليرموك.

### نتائج الدراسة ومناقشتها

أولاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الأول ومناقشتها: "ما مستوى آليات الدفاع النفسي لدى طالبات جامعة اليرموك في الأردن؟".

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينة عن مجالات آليات الدفاع النفسي وآليات الدفاع النفسي ككل، والجدول (1) يوضح ذلك.

جدول (1): المتوسطات الحسابية والانحرافات المعيارية لاستجابات أفراد العينة عن مجالات آليات

الدفاع النفسي وآليات الدفاع النفسي ككل مرتبة ترتيباً تنازلياً

الرتبة	الرقم	المجال	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المستوى
1	2	آليات الدفاع النفسي العصابية	3.61	10.6	متوسط
2	3	آليات الدفاع النفسي الناضجة	463.	580.	متوسط
3	1	آليات الدفاع النفسي غير الناضجة	283.	670.	متوسط
		مستوى آليات الدفاع النفسي ككل	3.45	0.52	متوسط

يتضح من البيانات الواردة في الجدول (1) أن المتوسطات الحسابية لاستجابات الطالبات عن مجالات آليات الدفاع النفسي، قد تراوحت بين (3.28- 3.61) بمستوى آليات الدفاع النفسي متوسطاً لجميع المجالات، وجاء في المرتبة الأولى مجال آليات الدفاع النفسي العصابية، بمتوسط حسابي (3.61)، وفي

المرتبة الثانية جاء مجال آليات الدفاع النفسي الناضجة، بمتوسط حسابي (3.46)، وجاء في المرتبة الثالثة مجال آليات الدفاع النفسي غير الناضجة، بمتوسط حسابي (3.28)، وبلغ المتوسط الحسابي لمستوى آليات الدفاع النفسي ككل (3.45)، بمستوى متوسط.

ويمكن عزو هذه النتيجة في ضوء كثرة الصعوبات والتحديات التي قد تواجه الطالبات الجامعيات؛ كتأمين رسوم الجامعة ومتطلباتها المختلفة، بالإضافة إلى متطلبات اجتياز المرحلة الجامعية، وتعرضهن لصعوبات أسرية واجتماعية قد تحول دون تحقيق أهدافهن وما يصين لتحقيقها، وهذا يجعلهن يستخدمن آليات دفاع نفسي معينة من أجل تحقيق التوازن والاستقرار النفسي والاجتماعي.

ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى تعرض الطالبة الجامعية لمشكلات ومواقف مرهقة نفسياً وجسدياً واجتماعياً، مما يجعلها تشعر بمشاعر الخوف والتوتر، وبهدف الحد من هذه المشاعر، ولحماية الذات من الشعور بتأنيب الضمير أو أي تهديد خارجي قد يكون معرضاً له، فإنها تلجأ إلى استخدام بعض آليات الدفاع النفسي، وهذا ما أشار إليه سينغ (Singh, 2018).

وترى الباحثة أن مستوى آليات الدفاع النفسي جاء متوسطاً بسبب عدم المعرفة الكافية للطالبات الجامعيات بالآليات الدفاع النفسي بشكل كافٍ، وهذا يجعلهن يلجئن إلى استخدام آليات معينة بشكل أكبر مقارنةً بغيرها من الآليات. واختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة هاشم وعبدالرسول (Hashem & Abdul Rasoul, 2018)، التي أظهرت أن الطلبة يستخدمون آليات الدفاع بدرجة مرتفعة.

ويمكن عزو أن آليات الدفاع النفسي العصابية جاءت في المرتبة الأولى إلى كثرة الضغوط والمشكلات التي قد تتعرض لها طالبات الجامعات، وذلك منذ دخولهن إلى الجامعة وحتى التخرج، وأول هذه المشكلات صعوبة التأقلم مع البيئة الجامعية، كونها بيئة جديدة عليهم، وبالتالي تلجأ الطالبة في هذه الحالة إلى استخدام آليات الدفاع العصابية كونها وسيلة لمواجهة مشكلاتهن التي تواجههن. واتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة هاشم وعبدالرسول (Hashem & Abdul Rasoul, 2018)، التي أظهرت نتائجها أن آليات الدفاع العصابية لدى طلبة الجامعات جاءت بالمرتبة الأولى.

وترى الباحثة أن عزو آليات الدفاع الناضجة لدى الطالبات الجامعيات جاءت في المرتبة الثانية إلى التطور الذي تشهده العملية التعليمية وكافة المجالات الحياتية، وذلك من خلال إدخال أدوات التكنولوجيا الحديثة المختلفة في عملية التدريس، وهذا يجعل الطالبة تواجه مشكلات عديدة في أداء واجباته المطلوبة منها، وتحقيق النجاح الذي تسعى إليه، وفي حال فشلت في مواكبة هذا التطور، فإن أهدافها تصبح محدودة وغير مقبولة، وتتنحصر فقط بالنجاح دون التفوق، فتلجأ هنا إلى استخدام آليات الدفاع الناضجة بهدف تحقيق التوازن النفسي والتخلص من التوتر النفسي، والاحتفاظ بمستوى جيد من الثقة بالنفس، والتوازن العقلي. وقد اتفقت هذه النتيجة مع نتيجة دراسة هاشم وعبدالرسول (Hashem & Abdul Rasoul, 2018)، التي أظهرت نتائجها أن آليات الدفاع الناضجة لدى طلبة الجامعات جاءت بالمرتبة الثانية.

وأن آليات الدفاع غير الناضجة جاءت في المرتبة الثالثة والأخيرة، لأن بعض الطالبات الجامعيات عندما يفشلن في اجتياز أحد الاختبارات أو تحقيق هدف ما، فإنهن يرجعن ذلك إلى ظروف خارجية ليس لها



علاقة باراداتهن وقدرتهن ومهاراتهن، ولا يحملن أنفسهن مسؤولية الفشل في موقف ما، وقد يعززون هذا الفشل إلى عضو هيئة تدريس، أو البيئة الجامعية، أو الطالبات الأخريات، أو الظروف المحيطة بهن، كما أنهن يبررن إخفاقهن في بعض المساقات الدراسية لأمر غير واقعية، وهنا يلجئن إلى استخدام آليات الدفاع غير الناضجة؛ كالإسقاط والتبرير.

واتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة فلاكوبانو وآخرون (Vlachopanou, et al, 2019)، التي أشارت إلى أن مستوى آليات الدفاع النفسي لدى الطلبة جاء متوسطاً. كما اتفقت نتيجة الدراسة مع نتيجة دراسة هاشم وعبدالرسول (Hashem & Abdul Rasoul, 2018)، التي أظهرت نتائجها أن آليات الدفاع غير الناضجة لدى طلبة الجامعات جاءت بالمرتبة الثالثة.

واختلفت نتيجة الدراسة مع نتيجة دراسة سينج (Singh, 2018)، التي أظهرت أن الطلبة الهنود لديهم مستوى مرتفع من استخدام آليات الدفاع النفسي.

ثانياً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثاني ومناقشتها: "ما مستوى أعراض اضطراب الاكتئاب لدى طالبات جامعة اليرموك في الأردن؟".

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات أفراد العينة عن قائمة بيك للاكتئاب، والجدول (2) يوضح ذلك.

جدول (2): المتوسط الحسابي والانحراف المعياري لاستجابات أفراد عينة الدراسة على قائمة بيك للاكتئاب

المتغير	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط النظري	الفرق بين المتوسطين	قيمة (T)	مستوى الدلالة	المستوى
الاكتئاب	21.6	3.21	31.5	9.9	2.43	0.000	متوسط

يتضح من البيانات الواردة في الجدول (2) أن مستوى أعراض اضطراب الاكتئاب لدى طالبات جامعة اليرموك جاء متوسطاً. ويمكن عزو هذه النتيجة إلى ما تتعرض إليه طالبات الجامعات من ضغوطات ومشكلات عديدة ومختلفة، بالإضافة إلى متطلبات النجاح المطلوبة منهن والتي بحاجة إلى قدرات ومهارات قد لا تمتلكها بعض الطالبات، مما يؤدي إلى إصابة البعض بمشاعر التوتر والخوف من عدم القدرة على اجتياز المرحلة الجامعية، مما يؤدي إلى الإصابة بأعراض اضطراب الاكتئاب.

وترى الباحثة أن كثرة المهام والأنشطة المطلوبة من الطالبات، بالإضافة إلى الالتزام نحو البيئة الجامعية، وعدم القدرة على ترتيب المحاضرات بما يخدم الطالبة بوقت معين للتخصيص وحل الأنشطة قد يكون السبب في الشعور بعدم القدرة على مواجهة الصعوبات بنجاح، وتحقيق الأهداف التي تسعى الطالبة إلى تحقيقها، مما يؤدي إلى الإصابة بأعراض اضطراب الاكتئاب.

ويمكن القول إن المرحلة الدراسية الجامعية تُعدّ من المراحل الدراسية الصعبة التي قد تمر بها الطالبة في حياتها؛ لأنها تمثل مرحلة انتقالية من المرحلة الدراسية الثانوية إلى مرحلة جامعية تعليمية أكثر وعياً وصعوبةً وتعقيداً، ولأنها أيضاً تتضمن العديد من المتطلبات والحاجات الدراسية، والضغوطات المالية المختلفة، التي تمثل مصدراً رئيساً لإصابة الطالبة الجامعية بأعراض اضطراب الاكتئاب، وهذا ما أشار إليه مكريادي (McCready, 2018).

ويمكن عزو هذه النتيجة أيضاً إلى العوامل الأسرية والاجتماعية والمادية المحيطة بالطالبة الجامعية؛ فجميع هذه العوامل قد تؤثر سلباً على حياة الطالبة وعلى الحالة النفسية لديها؛ فعندما تعاني الأسرة من مشكلات مختلفة فإن ذلك قد يؤثر سلباً على الاتزان النفسي للطالبة، كما أن صعوبة تأمين متطلبات الجامعة المادية قد يورق حياة الطالبة وتجعلها دائمة التفكير بصعوبة توفير هذه المتطلبات مما يؤدي إلى مشكلات عاطفية وسلوكية، تنتهي بالإصابة بأعراض اضطراب الاكتئاب.

ويمكن تفسير هذه النتيجة في ضوء تصادم أحلام الطالبة الجامعية مع الواقع الذي تنتظره، وخاصةً بعد التخرج والانهاء من الدراسة الجامعية، حيث تواجه الطالبة مشكلة التفكير المستمر فيما يتعلق بإيجاد العمل المناسب بعد التخرج، وكيفية الانخراط بسوق العمل، وهذا بدوره يؤدي إلى شعور الطالبة بالخوف من المستقبل، وظهور أعراض اضطراب الاكتئاب.

واختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة بيّاتي وآخرين (Bayati, et al, 2009)، التي أشارت إلى أن نسبة انتشار اضطراب الاكتئاب بين الطلبة جاءت مرتفعة. واختلفت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة اجينكيا وآخرون (Ajinkya, et al, 2016)، التي أظهرت أن ما نسبته (13.1%) من الطلبة؛ أي ما يعادل (71) طالباً وطالبة يعانون من اضطراب الاكتئاب. كما اختلفت مع نتيجة دراسة ناخلي وآخرون (Nakhli, et al, 2019)، التي أظهرت ارتفاع نسبة انتشار اضطراب الاكتئاب، واضطراب الاكتئاب الشديد بين الطلبة، حيث بلغت (24.8%)، (12%) على التوالي، وهي نسبة مرتفعة.

ثالثاً: النتائج المتعلقة بالسؤال الثالث ومناقشتها: "هل هناك علاقة ذات دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة ( $\alpha \leq 0.05$ ) بين مجالات آليات الدفاع النفسي وأعراض اضطراب الاكتئاب لدى طالبات جامعة اليرموك في الأردن؟"

للإجابة عن هذا السؤال، تم استخراج قيم معاملات الارتباط بطريقة بيرسون (Pearson Correlation) بين تقديرات الطالبات على مجالات آليات الدفاع النفسي وقائمة بيك للاكتئاب، كما هو مبين في الجدول (3).

## جدول (3): قيم معاملات ارتباط بيرسون بين مجالات آليات الدفاع النفسي واضطراب الاكتئاب

الاكتئاب		آليات الدفاع النفسي
-0.28	معامل الارتباط	آليات الدفاع الناضجة
*0.00	الدلالة الإحصائية	
0.19	معامل الارتباط	آليات الدفاع العصبية
*0.01	الدلالة الإحصائية	
0.27	معامل الارتباط	آليات الدفاع غير الناضجة
*0.00	الدلالة الإحصائية	

\* ذو دلالة إحصائية عند مستوى الدلالة الإحصائية ( $0.05 \geq \alpha$ )

يتبين من الجدول (3) وجود علاقة ارتباطية سلبية دالة إحصائياً بين آليات الدفاع الناضجة، وأعراض اضطراب الاكتئاب لدى الطالبات. ويمكن تفسير أن هذه النتيجة إلى أن الطالبات الجامعيات اللواتي يميلن إلى استخدام آليات الدفاع النفسي الناضجة يتميزن عادةً بالقدرة على مواجهة المشكلات بأساليب فعالة، كما يمتلكن مهارات تساعد في الاندماج مع الآخرين، وهذا بدوره يسهم في التقليل من مشاعر الخوف والتوتر التي قد يؤدي في النهاية إلى الإصابة بأعراض اضطراب الاكتئاب. وهذا ما أشار إليه سينج (Singh, 2018).

ويمكن عزو هذه النتيجة في ضوء أهمية آليات الدفاع النفسي الناضجة في مساعدة الطالبات في تخطي الصعاب التي قد تواجههن في حياتهن الأكاديمية، وتحقيق أهدافهن، والاستجابة للمحفزات الداخلية والخارجية بشكل فعال، والتكيف مع تغيرات البيئة المحيطة بهن، بالإضافة إلى تنمية القدرة على حل المشكلات بكفاءة، وهذا بدوره يقلل من مستوى أعراض اضطراب الاكتئاب لدى الطالبات. وقد أشار وقاص وآخرون (Waqas, et al, 2015) إلى أن آليات الدفاع النفسي الناضجة ترتبط ارتباطاً عكسياً باضطراب الاكتئاب؛ أي أن هذه الآليات تحد من إصابة الطالب الجامعي بأعراض اضطراب الاكتئاب.

كما يتضح من البيانات الواردة في الجدول (3) وجود علاقة ارتباطية إيجابية دالة إحصائياً بين آليات الدفاع العصبية، وآليات الدفاع غير الناضجة، وأعراض اضطراب الاكتئاب لدى طالبات جامعة اليرموك. ويمكن تفسير هذه النتيجة إلى أن الطالبات الجامعيات اللواتي يلجئن إلى استخدام آليات الدفاع النفسي العصبية وغير الناضجة، يتميزن في الأغلب بافتقارهن لمهارات التنظيم الذاتي، والتوازن النفسي، والتسامح والإيثار، كما يميلن إلى التعامل السلبي مع الأحداث والمواقف المختلفة بدلاً من التأقلم والتكيف بشكل إيجابي ومباشر مع الضغوطات والمشكلات التي قد يواجهنها، وهذا يؤدي إلى ارتفاع مستوى أعراض اضطراب الاكتئاب لدى الطالبات.

وترى الباحثة أن الطالبات الجامعيات اللواتي يستخدمن آليات الدفاع النفسي العصبية وغير الناضجة يعانين من صعوبة التعبير عن مشاعرهن وأفكارهن نحو ذاتهن ونحو الآخرين، بالإضافة إلى عدم القدرة

على فهم المشاعر والخبرات الانفعالية المختلفة، وهذا يؤدي إلى شعورهن بضعف الشخصية، وعدم الثقة بالنفس وبالأخرين، وقلة التفاعلات الاجتماعية، وهذا يسبب إصابتهن بالتوتر والاضطرابات النفسية المختلفة، ومن أهمها أعراض اضطراب الاكتئاب.

واتفقت نتيجة الدراسة الحالية مع نتيجة دراسة وقاص وآخرون (2015, Waqas, et al)، إلى وجود علاقة ارتباطية بين آليات الدفاع النفسي واضطراب الاكتئاب لدى الطلبة.

### التوصيات

في ضوء ما توصلت إليه الدراسة من نتائج، يمكن للباحثة أن توصي بما يأتي:

- تفعيل دور المراكز الإرشادية والنفسية الموجودة في الجامعة للحد من انتشار اضطراب الاكتئاب وأعراضه بين طالبات الجامعات، وذلك في ضوء ما أظهرته النتائج أن مستوى انتشار أعراض اضطراب الاكتئاب جاء متوسطاً.
- عقد الدورات الإرشادية لتعريف طالبات الجامعات بآليات الدفاع النفسي المناسبة لمواجهة الصعاب والمشكلات التي قد تواجههم، وذلك لما أشارت إليه النتائج من أن مستوى آليات الدفاع النفسي لدى الطالبات جاء متوسطاً.
- تصميم برامج إرشادية للحد من استخدام آليات الدفاع النفسي العصابية وغير الناضجة لدى طالبات الجامعات.
- إجراء دراسات وأبحاث تتناول اضطراب الاكتئاب وعلاقته ببعض متغيرات الشخصية لدى طالبات الجامعات، كالمسلمات الشخصية.

### قائمة المراجع

هاشم، أميرة وعبد الرسول، باقر. (2018). آليات الدفاع النفسي لدى طلبة جامعة الكوفة. *مجلة الجامعة العربية الأمريكية للبحوث*, 4 (1), 126-153.

إبراهيم، علا. (2009). *الاكتئاب: أنواعه وأعراضه وأسبابه وطرق علاجه والوقاية منه*. القاهرة: عالم الكتب للنشر والتوزيع.

### References

Abela, J. & Hankin, B. (2008). *Depression in Children and Adolescents: Causes, Treatment, and Prevention*. In J. R. Z. Abela & B. L. Hankin (Eds.), *Handbook of Depression in Children and Adolescents* (3-5). New York, NY: Guilford.

- Ajinkya, S., Schaus, J., & Deichen, M. (2016). The relationship of undergraduate major and housing with depression in undergraduate students. *Cureus*, 8(9), 1-9.
- American psychiatric association (APA). (2013). *Diagnostic and statistical manual of mental disorders*. 5th ed., Washington dc, USA.
- Bayati, A., Mohammad, B. & Mohammad, S. (2009). Depression prevalence and related factors in Iranian students. *Pakistan Journal of Biological Sciences*, 12 (20), 1371-1375.
- Beck, J. (1995). *Cognitive Therapy, Basics and Byond*. New York: Guil for Press.
- Beck, A. (1996). *Manual for the beck depression inventory*. San Antonio, psychological corporation.
- Borges, G., Eidt, I., Zilli, L., Michels, A. & Diaz, A. (2020). Defense mechanisms and quality of life of medical students according to graduation phase. *Trends Psychiatry Psychother*, 42(1), 74-81.
- Carvalho, A., Hyphantis, T., Taunay, T., Macêdo, D., Floros, G., Ottoni, G., Fountoulakis, K. & Lara, D. (2013). The relationship between affective temperaments, defensive styles and depressive symptoms in a large sample. *Journal of Affective Disorders*, 146(1), 58-65.
- Cramer, P. (2002). Defense mechanisms, behavior, and affect in young adulthood. *Journal of Personality*, 70(1), 103-126.
- Crașovan, D., Nițulescu, L. & Constantin, A. (2019). Exploratory study on psychic defense and coping mechanisms used by students in the period of the exams session. *Journal of Educational Sciences and Psychology*, 9(2), 89-94.
- Gul, A., Unal, A., Alaettin, U. & Didem, A. (2009). Prevalence of depression, its correlates among students, and its effect on health related quality of life in a Turkish university. *Upsala Journal of Medical Sciences*, 114 (3), 170-177.

- Hashem, A. & Abdul Rasoul, B. (2018). Mechanisms of psychological defense among students of the University of Kufa. *Arab American University Research Journal*, 4 (1), 153-126.
- Hovanesian, S., Isakov, I. & Cervellione, K. (2009). Defense Mechanisms and Suicide Risk in Major Depression. *Archives of Suicide Research*, 13(1), 74-86.
- Ibrahim, O. (2009). *Depression: its types, symptoms, causes, methods of treatment and prevention*. Cairo: The World of Books for Publishing and Distribution.
- McCready, K. (2018). Anxiety and Stress in First Year University Students. Brescia Psychology Undergraduate Honours Theses. Retrieved on 30/9/2020 from: [https://ir.lib.uwo.ca/brescia\\_psych\\_uh](https://ir.lib.uwo.ca/brescia_psych_uh).
- Miranda, B. & Louza, M. (2015). The physicians quality of life: Relationship with ego defense mechanisms and object relations. *Comprehensive Psychiatry*, 36, 22-29.
- Modrzejewska, R. & Bomba, J. (2010). A Comparative Study of Adolescent Depression among High School Pupils in a Large Polish City. *Archives of Psychiatry and Psychotherapy*, 2(7), 17- 22.
- Nakhli, J., Braham, A., Mtiraoui, A., & Ben Nasr, S. (2019). Depressive disorders in university nurse students in Sousse. *Journal of Medical and Clinical Studies*, 2(1), 1-4.
- Saint-Martin, C., Valls, M., Rousseau, A., Callahan, S. & Chabrol, H. (2013). Psychometric Evaluation of a Shortened Version of the 40-item Defense Style Questionnaire. *International Journal of Psychology & Psychological Therapy*, 13(2), 215-224.
- Singh, A. (2018). *The effect of anxiety on defense mechanisms among Dutch and Indian students: Across- cultural comparison*. Master Thesis, Thapar Institute of Engineering and Technology, Patiala.
- Thapar, A., Collishaw, S., Pine, D. & Thapar, A. (2012). Dépression in Adolescence. *Child & Adolescent Psychiatry*, 379(3), 1056- 1067.

- Vaillant, G. (2011). Involuntary coping mechanisms: a psychodynamic perspective. *Dialogues in Clinical Neurosci*, 13(3), 366-370.
- Vlachopanou, P., Karagiannopoulou, E., & Tsiampalis, T. (2019). Association among defense mechanisms, causes of procrastination and well- being, gender differences. *European Journal of Public Health*, 29(4), 600-612.
- Waqas, A., Naveed, S., Aedma, K., Tariq, M. & Afzaal, T. (2018). Exploring clusters of defense styles, psychiatric symptoms and academic achievements among medical students: a cross-sectional study in Pakistan. *BMC Research Notes*, 11(1), 1-6.
- Waqas, A., Rehman, A., Malik, A., Muhammad, U., Khan, S. & Mahmood, N. (2015). Association of Ego Defense Mechanisms with Academic Performance, Anxiety and Depression in Medical Students: A Mixed Methods Study. *Cureus*, 7(9), 1-16.