Effectiveness of soclal assertive skills and pleant activites in the of the depressive neurosis for stadent of facilty

Gehan Salah Eldeen Mohamed Ali Sakr

تتزايد الضغوط البيئية والنفسية على الشباب فى الوقت الحالى وتكثر المشاكل والمعوقات أمام الشباب تعوقه عن تحقيق طموحاته وأهدافه، حتى أصبحت الأمراض الوجدانية بالهوس والاكتئاب تشكل نسبة كبيرة من المترددين على العيادات النفسية، وأن النسبة من 50 – 70 % من محاولات الانتحار الناجحة سببها الاكتئاب0 ومن ثم يعد الاكتئاب من أهم المشكلات التى تواجه القرن الحالى وتمثل مشكلة من أخطر المشاكل التى تعوق الشباب فى توافقاته وتطوره حتى إذا ما وصل إلى درجة شديدة كان التعطل أو التأخر بصفة عامة فيكون الاضطراب الانفعالى متمثلا فى عدم القدرة على الحب وكراهية الذات تلك التى تصل الى التفكير فى الموت والانتحار أو الإقدام على الانتحار ، حيث يسيطر التناقض الوجدانى (صراع الحب والكراهية) (أحمد عكاشة ، 1980 – 1 ، 213)ولما تلك المشكلة من أهمية فانه يمكن علاج الاكتئاب العصابى لدى الشباب عن طريق المهارات الاجتماعية التوكيدية والأنشطة السارة ويؤكد ذلك ما يلى :
-نظرية باندورا، 1977 الذى يستمد قواعده وفنياته من الاتجاه الذى أرساه لوينسون وزملاءه السارة والارتفاع فى معدل التفاعلات غير السارة بين الفرد والبيئة ، وأن الاكتئاب والتعزيز ظاهرتان مرتبطان ارتباطا سالبا حيث لا يتمخض عن سلوك الأفراد المكتئبين المستوى الكافى من التعزيز الإيجابي، الذى يؤدى بهم الى الاحتفاظ بهذا السلوك وبالتالى يجدون صعوبة فى بدء أو تدعيم سلوكهم ومن ثم ينقلبون الى السلبية الشديدة مما ينتج عنه الحالة المزاجيه القلقة والشعور بعدم الارتياح اللذان يشكلان المظهر الأساسي للأكتئاب والافتراض المتناغم مع هذا الاتجاه هو أن خبرات العقاب ذات المعدل العالى ، تسبب الاكتئاب من خلال التفاعل مع البيئة بطريقة مباشرة أو غير مباشرة عن طريق التداخل مع ارتباطات الفرد واستمتاعه بالأنشطة المجزية له 0حيث أن الفرد المكتئب يرتبط ارتباطا سالبا اكتئابه بالمهارات الاجتماعية التوكيدية وعدم ممارسته للأنشطة السارة وممارسته للأنشطة غير السارة مما يجعله أكثر توافقا (لونيسون ، هارى ، 1982 – 400)مشكلة الدراسة :وفى ضوء ما سبق تتلخص مشكلة الدراسة الحالية فى :أن المتأمل لفئة الشباب فى المجتمع المصرى ، يرى أن كثيرا من البحوث والدراسات توصلت الى كثرة إصابة الشباب بالاكتئاب والاضطرابات العصابية ، مما يؤدى الى عرقلة المجتمع عن التقدم ، مما يجعل الشباب ينشأ لديهم عدم توافق مع المجتمع ، ومع ذواتهم ، وأفراد بيئتهم 0 ومن هنا تبرز مشكلة الدراسة فى علاج الاكتئاب العصابى لدى الشباب ، عبر استخدام برنامج علاجى لتنمية المهارات الاجتماعية التوكيدية الأنشطة السارة لدى طلاب الجامعة 0وبالتالى يمكن صياغة مشكلة الدراسة فى التساؤلات الآتية :1- ما مدى فاعلية برنامج علاجى يقوم على المهارات الاجتماعية التوكيدية الأنشطة السارة ويقوم على تخفيف حدة الاكتئاب العصابى لدى طلال الجامعة ؟2- هل يختلف تأثير البرنامج العلاجى فى علاج الاكتئاب العصابى لدى الذكور عنه لدى الإناث ؟3- هل يمتد تأثير العلاج باستخدام الفنية السابقة فى علاج أو تخفيف حدة الاكتئاب العصابى لدى طلاب الجامعة المكتئبين الى ما بعد انتهاء تطبيق البرنامجين بفترة (فترة المتابعة)هدف الدراسة :تهدف الدراسة الحالية إلى علاج الاكتئاب العصابى لدى طلاب الجامعة الشباب وذلك باستخدام فنية علاجية(المهارات الاجتماعية، التوكيدية ، والأنشطة السارة)أهمية الدراسة :تكمن أهمية الدراسة الحالية فى أهمية الجانب الذى تتصدى لدراسته حيث تسعى لدراسة فاعلية المهارات الاجتماعية التوكيدية والأنشطة السارة فى علاج الاكتئاب العصابى ، لدى طلاب الجامعة 0 ولهذه الدراسة أهمية من الناحية النظرية والتطبيقية ، فمن الناحية النظرية تتمثل فى محاولة تقديم إطار

تنظيرى للفنية العلاجية من فنيات التعلم الاجتماعى (المهارات الاجتماعية التوكيدية ، والأنشطة السارة) فضلا عن إبراز دورهما فى علاج الاكتئاب العصابى كمفهوم محورى ، فى دراسة الشخصية ، ودورها فى تنمية السلوك السوى لدى طلاب الجامعة المصابين بالاكتئاب العصابى 0أما عن أهمية الدراسة من الناحية التطبيقية فهى تمثل فى أنها تتصدى لفئة من فئات طلاب الجامعة المصابين بالأكتئاب العصابى ، الذين هم فى أمس الحاجة الى برامج ارشادية وعلاجية تسهم فى تحسين حالتهم وتؤدى الى توافقهم الشخصى والاجتماعى 0 فضلا عن تقديم برنامج علاجى متضمن (المهارات ، الاجتماعية التوكيدية ، الانشطة السارة) لعلاج طلاب الجامعة المكتئبين عصابيا0