

جامعة ابن خلدون - تيارت
University Ibn Khaldoun of Tiaret



M

كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
Faculty of Humanities and Social Sciences

قسم علم النفس والفلسفة والأرطفونيا
Department of Psychology, Philosophy, and Speech Therapy

مذكرة مكملة لنيل شهادة ماستر الطور الثاني ل.م.د.

تخصص علم النفس العيادي

عنوان المذكرة:

محتوى أحلام اليقظة القهرية لدى الطالب الجامعي

دراسة ميدانية على عينة من طلبة جامعة ابن خلدون - تيارت -

إشراف الأستاذة:

▪ بوكصاصة نوال

من إعداد الطالبتين:

▪ علواش فاطمة الزهراء

▪ عماري هند

لجنة المناقشة

الاسم	الرتبة	الصف
		رئيسا
بوكصاصة نوال	أستاذ محاضر (ب)	مشرفا
		مناقشا

السنة الجامعية: 2022-2023

الله أكبر

إهداء

الحمد لله وكفى والصلاة والسلام على الحبيب المصطفى وأهله ومن أوفى
أما بعد:

الحمد لله الذي وفقنا لتثمين هذه الخطوة في مسيرتنا الدراسية بمذكرتنا
وهذا بتوفيق من الله ودعاء من جعل الجنة تحت أقدامها الأم الغالية
"أطال الله في عمرها وحفظها

إلى من تعب وعمل جاهدا معي لإتمام هذه المسيرة الأب الفاضل والقدير
أطال الله في عمره .

إلى الأستاذة المشرفة "بوكصاصة نوال" وفقها الله

إلى أفراد عائلتي أختي سندي إلى صديقاتي

إلى كل قسم علم النفس العيادي وجميع دفعة 2023 جامعة ابن خلدون
تبارك

إلى كل من لهم أثر في حياتي ربنا الله

الطالبة الباحثة:

هند

إهداء

لم تكن الرحلة قصيرة ولا ينبغي لها أن تكوني لم يكن العلم قريبا ولا الطريق
كان مليئا بالتسهيلات

لكنني فعلتها

أهدي تخرجي إلي من أحمل اسمه بكل فخر إلي من حصد الأشواق عن دربي
ليمهد لي طريق العلم

إلي أبي الغالي

بعد فضل الله ما أنا فيه يعود لأبي الرجل الذي لم ينل ولو جزء بسيط مما حصلنا
عليه، الرجل الذي سعى طول حياته كي نكون أفضل منه
إلي اليد الخفية الحانية التي أزالته عن طريقي الأشواق
من تحملت كل لحظة ألم مررت بها وساندتني عن ضعفي وهزلي

إلي أمي الحبيبة

لإخوتي وفاق السنين، ولكل من كان عوننا وسندا في هذا الطريق ممتنة لكم
جميعا

ما كنت لأصل لولا فضل الله ثم بفضلكم

الطالبة الباحثة:

فاطمة

كلمة الشكر

الشكر الأول والأخير لله سبحانه وتعالى الذي أماننا ووهبنا القدرة على إنجاز هذا العمل المتواضع .

الشكر والتقدير لأستاذتنا المشرفة "بوكصاعة نوال "

لتفضلها بالإشراف على هذه الرسالة وتوجيهاتها التي تبذل علينا بها وصبرها وحرصها على متابعتنا في المذكرة 'وأتوجه بالشكر لكل أستاذة شعبة علم النفس العيادي على مجهودها تهم القيمة .

إلى أسرتنا الكريمتين وكل من مد العون لنا لإنجاز هذا البحث العلمي .

وأخر دعوانا الحمد لله رب العالمين . الحمد لله والصلاة والسلام على رسول الله صلى الله عليه وسلم.

ملخص الدراسة:

هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن محتوى أحلام اليقظة القهرية لدى الطالب الجامعي، كما تهدف الدراسة أيضا إلى الكشف عن أهم الخصائص المميزة لبنية أحلام اليقظة القهرية على عينة قدرت بـ (100) طالب جامعي من كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية، جامعة ابن خلدون - تيارت - . لتحقيق الأهداف تم استخدام المنهج الوصفي من خلال تطبيق إستبيان أحلام اليقظة القهرية من إعداد الباحثين، تم التأكد من خصائصه السيكومترية. أسفرت الدراسة عن النتائج التالية:

- تحتوي أحلام اليقظة لدى الطالب الجامعي على مواضيع متعددة يبقى أهمها موضوع ترميم الماضي جاء في المرتبة الأولى.
- أهم ما يميز بنية أحلام اليقظة القهرية هو عدم صلتها بالواقع الحقيقي، كما تتميز أيضا بالكثافة الحسية، كما أظهرت النتائج بأن غالبية الطلبة يتمركزون في الوضعية الحالم أ.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في محتوى أحلام اليقظة تعزى لمتغير الجنس، والتخصص، في حين توجد فروق ذات دلالة إحصائية في المحتوى تعزى لمتغير السن.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في بنية أحلام اليقظة تعزى لمتغير الجنس، السن، والتخصص.
- عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية في عدد ساعات الاستغراق في أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس، السن ، والتخصص.
- الكلمات المفتاحية: أحلام، اليقظة، القهرية، الطالب، المحتوى، البنية.

Abstract :

The aim of the current study was to uncover the content of intrusive daydreams in university students. Additionally, the study aimed to identify the key characteristics of the structure of intrusive daydreams in a sample of 100 university students from the College of Humanities and Social Sciences at Ibn Khaldoun University in Tiaret. To achieve these objectives, a descriptive approach was used, employing a questionnaire on intrusive daydreams developed by the researchers, ensuring its psychometric properties. The study yielded the following results:

- Wakeful daydreams in university students encompass multiple themes, with the theme of past restoration ranking first in importance.
- The key distinguishing feature of the structure of intrusive daydreams is their lack of connection to actual reality. They are also characterized by sensory intensity. The results also indicated that the majority of students tend to be in the "dreamer" position.
- There were no statistically significant differences in the content of intrusive daydreams attributed to gender or field of study, while there were statistically significant differences in content attributed to age.
- There were no statistically significant differences in the structure of intrusive daydreams attributed to gender, age, or field of study.
- There were no statistically significant differences in the duration of engagement in intrusive daydreams attributed to gender, age, or field of study.

Keywords: Dreams, wakefulness, intrusive, student, content, structure.

فهرس المحتويات

الصفحة	العنوان
أ	الإهداء
ج	كلمة الشكر
د	ملخص الدراسة باللغة العربية
هـ	ملخص الدراسة باللغة الأجنبية
	فهرس المحتويات
	قائمة الجداول
01	مقدمة
الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة	
04	1-الإشكالية
05	2-تساؤلات الدراسة
06	3- فرضيات الدراسة
06	4- دواعي إختيار الموضوع
06	5-أهمية الدراسة
07	6-أهداف الدراسة
07	7-التعاريف الإجرائية المستخدمة في الدراسة
08	8-الدراسات السابقة
الفصل الثاني : أحلام اليقظة القهرية	
15	- تمهيد
15	1- أحلام اليقظة:
15	1-1 تعريف أحلام اليقظة
16	1-2- النظريات المفسرة لأحلام اليقظة
19	1-3- دور المحتوى وانعكاساته على أحلام اليقظة
20	1-4- أشكال أحلام اليقظة.

21	2- أحلام اليقظة القهرية:
22	2-1- تعريف أحلام اليقظة القهرية
22	2-2- خصائص أحلام اليقظة القهرية
24	2-3- الفرق بين أحلام اليقظة العادية وأحلام اليقظة القهرية
25	2-4- مواضيع وبنية أحلام اليقظة القهرية
27	- خلاصة الفصل.
الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية	
29	- تمهيد
29	1- الدراسة الإستطلاعية
35	2- الدراسة الأساسية
35	2-2- منهج الدراسة
36	2-3- مجالات الدراسة
36	2-4- حجم العينة ومواصفاتها
38	2-5- أدوات الدراسة
39	2-6- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة.
الفصل الرابع: مناقشة وتفسير النتائج	
41	-تمهيد
41	1- عرض النتائج.
48	2- مناقشة وتفسير النتائج.
53	3- إستنتاج عام.
54	-الخاتمة.
54	-الإقتراحات
55	- قائمة المراجع.

قائمة الجداول

رقم	عنوان	الصفحة
01	توزيع عينة الدراسة الإستطلاعية حسب متغير الجنس	30
02	توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير السن	30
03	توزيع عينة الدراسة الاستطلاعية حسب متغير التخصص	30
04	العلاقة الارتباطية بين فقرات محتوى الأحلام القهرية والأبعاد التي تنتمي إليها	33
05	العلاقة الارتباطية بين فقرات بنية محتوى الأحلام القهرية والأبعاد التي تنتمي إليها	34
06	توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس	36
07	توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير السن	37
08	توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير التخصص	37
09	توزيع العينة حسب سن ظهور أحلام اليقظة القهرية	38
10	توزيع العينة حسب متغير عدد ساعات الإستغراق في الأحلام	38
11	متوسطات أبعاد محتوى أحلام اليقظة القهرية	41
12	متوسطات أبعاد بنية أحلام اليقظة القهرية لدى الطالب الجامعي.	42
13	تكرارات الإجابة عن أبعاد بنية أحلام اليقظة القهرية	42
14	الفروق في محتوى أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس	43
15	الفروق في محتوى أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير السن	44
16	المقارنة البعدية لمعرفة اتجاهات الفروق	44

45	الفروق في محتوى أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير التخصص	17
46	الفروق في بنية أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس	18
46	الفروق في بنية اليقظة القهرية تعزى لمتغير السن	19
46	الفروق في بنية أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير التخصص	20
47	الفروق في عدد ساعات الاستغراق في الأحلام تعزى لمتغير الجنس	21
47	الفروق في عدد ساعات الاستغراق في أحلام اليقظة تعزى لمتغير السن.	22
48	الفروق في عدد ساعات الاستغراق في أحلام اليقظة تعزى لمتغير التخصص	23

مقدمة:

يمر الطالب الجامعي بالعديد من الأحداث الضاغطة التي تفرضها الحياة الجامعية من جهة، وما يتوقعه المجتمع من الطالب من جهة أخرى، تظهر على إثر لديه العديد من المخاوف نظرا لحدود إمكاناته التي يمتلكها فيعاني من الاحباط نتيجة الهوة الموجودة بين توقعات الآخرين وبين ما يمتلكه من قدرات. فحسب ما أشارت إليه منى عتيق أن الطلبة الجامعيين يفكرون في الغد بشكل دائم ويتخوفون مما يخفيه لهم المجهول ويتوترون لذلك. ليبقى هاجسهم الأكبر الذي يشغلهم هو قلق المستقبل، ومرده إلى الواقع الاجتماعي الذي لا يناقش دوما بموضوعية حسب ظنهم. إذ تشير الدراسات أن الاعتقاد السائد لدى الشباب أن مصيره كشباب يتحدد منذ ولادته. فهناك وراثه للمستقبل بشكل يتنافى و أبسط مبادئ العدالة الاجتماعية. مما يجعل هذه الفئة الطلابية تشعر دوما بالتهميش، وبالتالي تعزف عن الحياة العامة، لتبني أفكارا خاصة بها وبمعتقداتها وتصوراتها. ليفكر بعضهم في الهجرة، وليفكر الآخر في الانسحاب من الجامعة حتى قبل أخذ الشهادة.

كما توصلت جعير سليمة إلى وجود علاقة ارتباطية بين الضغوط النفسية والصحة النفسية والتوافق الدراسي لدى طلبة الجامعة، يستخدم الطلبة الجامعيين العيد من استراتيجيات المواجه وآليات التكيف محاولة منهم للتعامل مع هاته الضغوط. قد تكون أحلام اليقظة المنفذ المفضل للهروب من هاته الضغوط، فيفضل الهروب من الواقع واللجوء إلى عالم الخيال ليحقق إشباعا لرغباته، منفصلا عن الواقع توصلت إليه الباحثة مها حسن بكر (2015) حول وجود علاقة ارتباطية بين أحلام اليقظة وسلوك العزلة وهذا يؤيد بعض وجهات النظر التي تؤكد أن أحلام اليقظة ربما تبعد الشخص عن الواقع وعن معلومات البيئة الخارجية.

يعرف كلينجر klinger (2000) أحلام اليقظة على أنها جزء من تدفق الأفكار والصور التي تشغل معظم ساعات يقظة الفرد وأفكار تلقائية غير موجهة أو غير مستجيبة تمر بالوعي وتكون غير ملتزمة بغرض واضح كما أنها تمثل قصصا استطرادية ذهنية خيالية حول الانجازات الخاصة وأعمال بطولية الغير واقعية والهروب الرومانسي والأفعال العدوانية الغير محتملة. (تمار محمد، 2018: 143)

وعندما يغرق الشاب فى أحلام اليقظة، يهبط مستوى إنجازة الوظيفة أو الدراسي، ويرى نفسه وقد أصبح بطيئاً، فيتهم نفسه بالغباء، ويقل اعتباره لذاته وثقته بها، ويزداد إحباطه وتزداد أحلام يقظته، لتعويض هذا النقص الواقعي، ولكن هذا يزيد من عجزه أكثر، وتهتز ثقته بنفسه أكثر وأكثر. كما وقد يستغرق الطالب الجامعي زمن طويلا من الزمن المخصص لليقظة والنوم في الأحلام، بحيث يصعب عليه التحكم فيها فنتحول بذلك إلى أحلام يقظة قهرية تتصف بالسلوك الإدماني للإستغراق في الأحلام، وكأنها تحقق إشباع لذة، ويعيش في عالمه الداخلي أكثر مما يعيش في العالم الخارجي. يتفاعل معها حسيا وحركيا، ويغير من المواضيع التي يحلم ويبتكر شخصيات جديدة لا صلة لها بالواقع، أو تعتبر بديلة عن الشخصيات الحقيقية.

وقد هدفت الدراسة الحالية إلى الكشف عن محتوى أحلام اليقظة القهرية لدى الطالب الجامعي وقد حملت في طياتها جانبين:

الجانب النظري والجانب الميداني:

- **الفصل الأول:** تم تحديد فيه مشكلة الدراسة، فرضيات الدراسة، دواعي إختيار الموضوع، أهداف الدراسة، التعاريف الإجرائية، والدراسات السابقة والتعقيب عنها .

- **الفصل الثاني:** مجزأ إلى قسمين القسم الأول خصص لأحلام اليقظة بصفة عامة، أما الجزء الثاني تم التطرق فيه إلى أحلام اليقظة القهرية، ليختتم بالفرق الموجود بينهما.

أما الجانب التطبيقي يحتوي على فصلين فصل مخصص للإجراءات المنهجية والميدانية التي تقوم عليها الدراسة بما فيها الدراسة الإستطلاعية، والدراسة الأساسية تحتوي هاته الأخيرة على منهج الدراسة، مجالات الدراسة، وبالإضافة إلى حجم العينة ومواصفاتها وأدوات الدراسة، وفصل أخير مخصص لعرض وتحليل ومناقشة النتائج ، ثم خاتمة وإقتراحات.

الفصل الأول: مدخل إلى الدراسة

1- الإشكالية.

2- فرضيات الدراسة.

3- دواعي إختيار الموضوع.

4- أهمية الدراسة.

5- أهداف الدراسة.

6- التعاريف الإجرائية المستخدمة في الدراسة.

7- الدراسات السابقة.

1- الإشكالية:

إن أهم ما يميز المرحلة الجامعية أنها المرحلة الأكثر طموحا وتفتحا على العالم الخارجي، يخطط فيها الطالب للمستقبل المهني والاجتماعي، وبناء علاقات جديدة مع الطرف الآخر، بالمقابل تتميز بكثرة المتطلبات وبذل مجهود أكبر لإنهاء الدراسات الجامعية حيث يشتكي الطالب من كثرة البحوث والأعمال الملقاة على عاتقه، يكثر فيها التفكير في المستقبل، وهي مواقف تشكل مصدر ضغط بالنسبة للطالب الجامعي، تظهر لديه العديد من الشكاوى، قد يصل الأمر لحد اللجوء إلى أحلام اليقظة كمتنفس لهاته الانشغالات والشكاوى.

تكثر أحلام اليقظة في وقت الأزمات الشخصية عندما يسأل الفرد نفسه: أين هو سائر، وما الذي يجب أن يأخذه بعين الحسبان، وبالتالي تصبح أحلام اليقظة وسيلة لتجنب الشدة التي يفرضها الواقع على وعي الفرد، ويفيد في إرضاء بعض الدوافع التي لا يمكن إشباعها في الواقع، وتأتي أحلام اليقظة كوسيلة لإنقاذ الفرد من الإرتباك الذي قد يحدث له في تماسكه مع الواقع. (سهام كاظم: 205) وحسب الدراسة التي قامت بها جياكمو رونيا Giacomo Rognia (2021) فإنه من أهم مفجرات أحلام اليقظة نجد كثرة الشكاوى، التعب، وبعض المواضيع المستخرجة من الأفلام، مسلسلات التلفزيونية أو الكتب، الذكريات أو إنشغالات حول المستقبل.

تعتبر أحلام اليقظة أرض خصبة تستثمر فيها العديد من الرغبات والطموح التي لم يستطع الطالب الجامعي تحقيقها في الواقع الذي يراه مؤلم وغير مناسب، من دون أية قيود أو مضايقات يصعب التحدث عنها أو لم يفسح المجال للتحدث عنها. حسب س. فرويد (1908) تصح أحلام اليقظة حقيقة غير مرضية من خلال البناء الخيالي لسيناريوهات شهوانية أو طموحة. (Folrian Houssier, 2010)

تأخذ أحلام اليقظة منحى إيجابي في حالة ما تم توجيهها بشكل أفضل نحو التفكير التأملي والإبداع، حيث أشارت دراسة نورا أحمد الغامدي (2019) إلى وجود علاقة ارتباطية بين أحلام اليقظة الإيجابية والتفكير التأملي لدى الطالبات، كما توصلت سهام كاظم إلى أن أحلام اليقظة ذات المحتوى الايجابي يسهم بشكل أكبر من أحلام اليقظة ذات المحتوى السلبي في التنبؤ بتقدير الذات. كما توصلت أيضا Claire M. Zedelius (2020) إلى أن أحلام اليقظة المرتبطة

بالإبداع تلك المتعلقة بالتخطيط للمستقبل، أحلام ذات المغزى الشخصي. على النقيض من ذلك، فإن الإفراط في الاستغراق في الأحلام اليقظة يجعلها تصبح مرضية خاصة عندما تتحكم به، وتؤثر على الأنشطة اليومية الأخرى وحتى يمكن أن تؤثر على حالة النوم واليقظة فقد أظهرت النتائج التي توصلت إليها باسكال بربارت Pascal Barbaret أن أحلام اليقظة القهرية تمثل ظاهرة عيادية، تنتسب في حالة من التعاسة، تؤثر على الحياة اليومية. كما أظهرت النتائج وجود مستويات مرتفعة من نقص الانتباه والتركيز، واضطراب الوسواس القهري. لذا كان من الضروري الاهتمام بها عياديا وعلميا، وهذا ما أكدته أيضا Giacomo Rogna (2021).

تتباين مواضيع أحلام اليقظة ما بين البطولات وشخصيات الخيالية، منها ما يتركه الفرد إلى غيره، ومنها ما يظل معه ويلزمه ويحكم صياغته ويبني عليه القصص الطوال التي ينسجها بحسب ظروف الحياة المتغيرة، فكأنها تسير الزمن وتتطبع بملابسات المواقف وتتخالف في جذتها بتخالف المواقف. (عبد المنعم الحفني، 2005، ص.19)، لكن ما يوحدها هو وجود مشكل بالمرح الداخلي الذي يختلف من فرد لآخر ومن طال لآخر بصفة خاصة، هذا المسرح يعتبر حاو للتجارب السابقة وكل الرغبات الشعورية واللاشعورية التي يستطع الفرد تحقيقها في الوقت الذي يطمح إلى تحقيقها، ينطبق الأمر إلى حد كبير على المراهق، بحيث أن اختيار الطالب الجامعي للغوص في أحلام اليقظة بدلا من مواجهة الواقع، يسمح له بالهروب من الواقع الخارجي وحماية نفسه من الاكتئاب. وهذا ما تسعى إليه الدراسة الحالية ألا وهو الكشف عن محتوى أحلام اليقظة القهرية، وبالتحديد الكشف عن أهم المواضيع التي تطبع هاته الأحلام، كما تسعى أيضا للكشف عن أهم الخصائص المميزة لبنية هاته الأحلام لدى الطالب الجامعي على وجه الخصوص.

- تساؤلات الدراسة:

- ما محتوى أحلام اليقظة القهرية لدى الطالب الجامعي؟ بعبارة أخرى، ما هي أكثر مواضيع أحلام اليقظة القهرية شيوعا لدى الطالب الجامعي؟
- ما هي أهم الخصائص المميزة لبنية أحلام اليقظة القهرية لدى الطالب الجامعي؟
- هل توجد فروق في محتوى أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس، السن، التخصص؟

- هل توجد فروق في بنية أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس، السن، التخصص؟
- هل توجد فروق في عدد ساعات الاستغراق في الأحلام تعزى لمتغير الجنس، السن، التخصص؟

2- فرضيات الدراسة:

- توجد فروق في محتوى أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس، السن، التخصص.
- توجد فروق في بنية أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس، السن، التخصص.
- توجد فروق في عدد ساعات الاستغراق في الأحلام تعزى لمتغير الجنس، السن، التخصص.

3- دواعي إختيار الموضوع:

- تسليط الضوء على متغير أحلام اليقظة، أسبابها، والأهم من ذلك أشكالها خاصة أحلام اليقظة القهرية، وبالتالي إثراء الجانب النظري في هذا الموضوع، مما حفزنا أكثر على اختيار الموضوع نظرا لندرة الدراسات المتعلقة خاصة بأحلام اليقظة القهرية حسب إطلاعنا.
- إن التعرف على المواضيع التي يحلم بها الطالب الجامعي، تسمح بالتعرف على ذاتيته وطبيعة الصورة التي يحملها عن ذاته وعن العالم الخارجي، وبالتالي إلى أي مدى يمكن أن توجه هاته الأحلام سلوك الطالب الجامعي.

4- أهمية الدراسة:

يعتبر موضوع أحلام اليقظة القهرية من المواضيع ذات الأهمية الكبيرة سواء من الناحية النظرية أو التطبيقية، باعتبار أنها طاقة نفسية وذهنية موجهة نحو مواضيع متعددة منها ما هو موجه نحو الماضي، الحاضر أو المستقبل. ممن الممكن أن تتخذ منحى مرضي عندما يستغرق الطالب الجامعي نسبة كبيرة من وقته المخصص لليقظة والنوم في الأحلام وبالتالي تؤثر على مساره الدراسي والاجتماعي العلائقي باعتبار أن أحلام اليقظة خاصة القهرية منها تشجع على الوحدة النفسية والانغلاق النفسي. لذا يعتبر موضوع الدراسة مهم من حيث الكشف عن محتوى أحلام اليقظة القهرية والعناصر المشكلة لبنيتها، حتى يسهل فيما بعد التكفل بمثل هاته الحالات.

5- أهداف الدراسة:

- الكشف عن محتوى أحلام اليقظة القهرية لدى الطالب الجامعي.
- الكشف عن أهم العناصر المشكلة لبنية أحلام اليقظة القهرية لدى الطالب الجامعي.
- الكشف عن وجود فروق في محتوى أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس، السن، التخصص.
- الكشف عن وجود فروق في بنية أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس، السن، التخصص.
- الكشف عن وجود فروق في عدد ساعات الاستغراق في الأحلام تعزى لمتغير الجنس، السن، التخصص.

6- التعاريف الإجرائية المستخدمة في الدراسة:

6-1-1-تعريف أحلام اليقظة القهرية: هي نوع من الاستيهامات الثانوية يلجأ إليها الطالب الجامعي كآلية دفاعية واعية، بشكل متكرر لإشباع بعض من الرغبات الغير مشبعة أو تغيير واقع غير مرغوب فيه، وذلك بإنتاج العديد من السيناريوهات وابتكار الشخصيات. يستغرق فيها مدة من الزمن يمكن أن تستمر لساعات كثيرة، بحيث يصبح من الصعب السيطرة عليها يمكن أن تقف حائلا دون إنجاز مهامه اليومية والأكاديمية..

6-1-1-1 محتوى الأحلام: يتمثل في جملة المواضيع التي يختارها الطالب الجامعي كسيناريوهات لأحلامه: الشهرة ، العائلة، الأصدقاء، العلاقات الحميمة، ترميم الماضي،....

6-1-2-بنية أحلام اليقظة: وتتمثل في أهم الخصائص التي تميز الأحلام لدى الطالب الجامعي تسمح بالتعرف على الجانب القهري من هذا الأحلام ، تتمثل في وضعية الحالم أ و الوضعية ب، مدى ارتباطه بالواقع، قيمة الحلم، الكثافة الحسية، الزمن المستغرق، بالإضافة إلى السن التي ظهرت فيها هاته الأحلام.

6-2- تعريف الطالب الجامعي: هو فرد يتابع دروسا في الجامعة أو أحد فروعها تشمل تخصصات كثيرة ومتعددة ومن بين هذه التخصصات علم النفس وعلم الاجتماع يتراوح عمره بين 18 سنة - 50 سنة.

7- الدراسات السابقة:

7-1- الدراسات العربية:

- دراسة علي تركي نافل القريشي (2002): بعنوان أحلام اليقظة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى طلبة الجامعة. تكونت عينة البحث من (400) طالب وطالبة جرى إختيارهم بأسلوب الطبعي العشوائي من أربع كليات من جامعة بغداد؛كليتان في الإختصاص الإنساني وكليتان في الإختصاص العلمي. ولتحقيق الأهداف البحث جرى بناء مقياس لأحلام اليقظة حددت مجالاته في ضوء المقاييس ولأدبيات والدراسات السابقة. تم التأكد من خصائصه السيكمترية من صدق وثبات.خلصت الدراسة إلى النتائج التالية:

- إن طلبة الجامعة يتمتعون بأحلام يقظة إيجابية.

- إن طلبة الجامعة لا يتمتعون بأحلام يقظة سلبية أو أنها ضعيفة لديهم.

- لا يوجد فروق في أحلام اليقظة الإيجابية على وفق المتغير الجنس.

- لا يوجد فروق في أحلام اليقظة الإيجابية على وفق متغير الإختصاص.

- دراسة سماح جمال عطية شحاته (2005): بعنوان أحلام اليقظة وعلاقتها بالصحة النفسية لدى المتفوقين ومتأخرين دراسيا من الجنسين دراسة سيكمترية -إكلينيكية. هدفت الدراسة إلى التحقق من وجود فروق في أحلام اليقظة لدى الطلاب وفقا لمتغيري المستوي الدراسي والجنس. تكونت عينة الدراسة من (191) طالبا وطالبة. شملت أدوات الدراسة مقياس أحلام اليقظة (العملية - الأنماط) الصورة الأولية (إعداد:لميس محمد منصور 2002) إستبانة مستشفى ميدل سكس للأعراض العصبية (تعريب:رشاد علي عبد العزيز موسى 1994)، إختبار تفهم الموضوع (T.A.T)، إستمارة مقابلة الشخصية إعداد صلاح مخيمر أسفرت نتائج الدراسة عن:

- الفروق بين أفراد العينة بجميع المجموعات غير الدالة إحصائياً على التقدير والمستقبل مما يشير إلى أنه موضوع عام وشائع لدى الجميع ذكور وإناث متفوقون ومتأخرون.

- وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين المتفوقين والمتأخرون دراسياً في القابلية لتحويل الانتباه، والبطولة، والتكرار، والترويح، الفشل، والحرية، والاستغراق، والمعاشية، والوالدية، والتصور البصري، والثراء، والعاطفة، والدرجة الكلية وذلك لصالح المتأخرين. أما في الشهرة، والإنجاز، فكانت دلالة الفروق لصالح المتفوقين، بينما لم توجد فروق في فهم الذات، وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الإناث والذكور في البطولة، والشهرة، والثراء، والتصور الحسي وذلك لصالح الذكور، بينما لم توجد فروق بين الذكور والإناث في القابلية لتحويل الانتباه، ومفهوم الذات، والتكرار، والترويح، والخوف من الفشل والحرية من الفشل، والحرية، والاستغراق والمعاشية، والوالدية، والتقدير، والإنجاز، والتصور البصري، والعاطفة، والمستقبل، والدرجة الكلية، تأثر الجنس ومستوى التحصيل بمفهوم الذات حيث أن المتفوقين دراسياً من الذكور أعلى في مفهوم الذات، والتصور البصري عن بقية المجموعات، تأثر الجنس ومستوى التحصيل بالحرية، والتصور الحسي والدرجة الكلية حيث أن الإناث المتأخرات دراسياً أعلى عن بقية المجموعات.

- دراسة سهام كاظم نمر (2010): بعنوان أحلام اليقظة وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة المرحلة الثانوية. فقد هدفت إلى دراسة الفروق بين أحلام اليقظة ذات المحتوى (إيجابي السلبي) لدى طلبة المرحلة الثانوية والتعرف على نوع واتجاه العلاقة الارتباطية بين تقدير الذات وأحلام اليقظة لدى طلبة المرحلة الثانوية (238 من الإناث و 225 من الذكور) وتراوحت أعمارهم الزمنية بين (13 إلى 19) عام وقد تم تطبيق الأدوات التالية: مقياس أحلام اليقظة لسنجر (1961) ومقياس تقدير الذات. أوضحت نتائج الدراسة عن عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متغير (الذكور والإناث) ومتغير العمر والجنس في أحلام اليقظة ذات المحتوى (الإيجابي السلبي) وأتضح أيضاً أن ذوي تقدير الذات المرتفع لديهم أحلام يقظة بشكل كبير أكبر من ذوي تقدير الذات المنخفض.

- دراسة صالح محمد صالح، ضياء فيصل حرجان (2015) بعنوان أحلام اليقظة لدى طلاب المرحلة المتوسطة. هدفت الدراسة للتعرف على أحلام اليقظة لدى طلاب المرحلة المتوسطة

على عينة قدرها من 400 طالب تم اختيارهم بطريقة عشوائية. أسفرت النتائج عن أن طلاب المرحلة المتوسطة يستغرقون في أحلامهم أكثر من المستوى الطبيعي والمقبول.

- دراسة نورا أحمد الغامدي (2019) بعنوان أحلام اليقظة وعلاقتها بالتفكير التأملي لدى الطالبات الموهوبات بمرحلتى المتوسطة والثانوية. هدفت الدراسة إلى الكشف عن العلاقة بين أحلام اليقظة والتفكير التأملي لدى الطالبات الموهوبات على عينة قوامها 96 طالبة. أسفرت النتائج عن وجود علاقة ارتباطية بين أحلام اليقظة الإيجابية والتفكير التأملي لدى الطالبات، كما أوجدت فروق في متوسطات أحلام اليقظة الإيجابية تبعاً لمتغير مستوى التعليم.

- دراسة صفاء أحمد عجاة، رحاب أحمد يحي (2022)، بعنوان البروفایل النفسي لدى طالبات الجامعة اللاتي تعانين من أحلام اليقظة. هدفت الدراسة إلى تصميم بروفایل نفسي لدى طالبات الجامعة اللاتي تعانين من أحلام اليقظة وذلك في ضوء بعض المتغيرات السلوكية والمعرفية والوجدانية، بالإضافة إلى معرفة الديناميات النفسية المميزة لدى ثلاث حالات من الطالبات الجامعية. توصلت الدراسة إلى جملة من النتائج: يتميز بروفایل طالبات الجامعة اللاتي يعانين من أحلام اليقظة بدرجات مرتفعة من تكرار أحلام اليقظة، وطول مدتها، وكذلك التخيل الحسي البصري وعدم تقبل أحلام اليقظة. - كما ويتميز محتوى أحلام اليقظة أيضاً بالمحتوى السلبي وكذلك أثرها اللاتكيفي، ووجود درجات متوسطة من سلوك العزلة، الذات الحقيقية، الهناء الذاتي، درجات منخفضة في الشفقة بالذات.

7-2- الدراسات الأجنبية:

- دراسة Eli Somer, Abu- Rayya (2020): بعنوان صدمات الطفولة وأحلام اليقظة القهرية. على عينة قوامها 539 بالغاً استجابوا لمعايير أحلام اليقظة القهرية. ارتبطت صدمة الطفولة المبلغ عنها باستخدام استبيان أحلام اليقظة القهرية لصرف الانتباه عن الذكريات المؤلمة. ارتبط تاريخ من الإهمال الجسدي والعاطفي للطفولة وكذلك الإساءة العاطفية بأحلام اليقظة التي تهدف إلى تنظيم الألم العاطفي. ارتبط تعرض الطفولة للإيذاء الجسدي والعاطفي بزيادة احتمالية أحلام اليقظة حول نسخة مثالية من عائلاتهم الأصلية. ارتبطت موضوعات المعاناة العاطفية بالتعرض للإيذاء العاطفي في مرحلة الطفولة.

- دراسة **Giacmo Rogna (2021)**: بعنوان أحلام اليقظة القهرية ونقص الانتباه والتركيز: كان الهدف الرئيسي من إجراء الدراسة هو الكشف عن وجود علاقة ارتباطية بين ظاهرة أحلام اليقظة القهرية واضطراب نقص الانتباه والتركيز مصحوب بفرط النشاط الحركي الزائد. توصلت الدراسة بوجود علاقة ارتباطية موجبة بين وجود أعراض أحلام اليقظة القهرية وعلامات نقص الانتباه والتركيز . بالإضافة من خلال تحليل الاستجابات من المفحوصين أشاروا إلى وجود عدم الرضا، الشكاوى، والبحث عن مهرب من الحياة اليومية .

- دراسة **Elisa Pinieri (2021)**: تركز هذه الدراسة على العوامل المرتبطة بمحتوى وبنية أحلام اليقظة. من خلال استخدام مناهج مختلطة، تهدف إلى الأخذ بعين الاعتبار أهمية المحتوى والبنية لتحديد اضطراب أحلام اليقظة القهرية. سمح التحليل الكيفي بتسليط الضوء على (11) رمز للمحتوى و (08) رمز للبنية تسمح بتمييز الأحلام الطبيعية عن الأحلام القهرية. تبين أن أحلام اليقظة القهرية تتجه نحو كل ما هو خيالي عكس أحلام اليقظة العادية التي تتجه نحو الحياة الواقعية. من خلال تحليل محتوى أحلام اليقظة، تبين بأن من أكثر المواضيع شيوعاً هو امتلاك صديق، أو عائلة أو شريك خيالي بنسبة 33 بالمئة، ابتكار شخصيات جديدة وإعداد سيناريو تدور أحداثه حول هؤلاء. تليها الأعمال البطولية.

- دراسة **Sofia Glassie (2022)**

بعنوان أحلام اليقظة القهرية وكوفيد 19 هدفت الدراسة إلى تحليل آثار الأفراد المصابين بالكوفيد نسبياً خاصة مع ارتفاع عدد الساعات التي يقضيها الأفراد في المنزل بسبب الحجر الصحي بالمقارنة مع الأفراد ممن يحلمون أحلام يقظة عادية، فالوقت الذي يقضيه الحالمون القهريون مرتفع بنسبة كبيرة والتي ترتبط بحالة القلق والإكتئاب، ويشعرون بانخفاض في الرضا والهدوء والسكينة.

- دراسة **Pascal Barbaret** : بعنوان أحلام اليقظة القهرية، على عينة قوامها 447 من البالغين يتراوح أعمارهم ما بين 13 إلى 78 سنة. استخدمت فيها الباحثة إستبيان خاص بأحلام اليقظة القهرية. أظهرت النتائج بأن أحلام اليقظة القهرية تختلف حسب الخبرة، التحكم، والضغط النفسي الموجود في الحياة اليومية كما أسفنت النتائج أيضاً عن وجود مستويات مرتفعة من نقص

الانتباه والتركيز ، واضطراب الوسواس القهري. أفاد أفراد العينة بأن العالم الخيالي غني جدا، يحتوي على قصص معقدة، يركز على شخصيات خيالية والبعض الآخر يركز على الحياة الواقعية: الرغبة في جني المال، الرغبة في امتلاك صديق...

- التعقيب على الدراسات السابقة :

من خلال ما سبق ذكره من دراسات سابقة، نجد أن هناك تنوع في الأهداف، والأدوات ، والعينة والنتائج ، ومن خلال عرض الدراسات وجدنا أنها تناولت مشكلة الدراسة الحالية لكن من زوايا مختلفة، تبعا لإختلاف التصورات النظرية التي إعتد عليها كل باحث في معالجته لموضوع البحث "محتوى أحلام اليقظة " بحيث لا نجد دراسة مطابقة تماما لموضوع بحثنا من حيث عينة الدراسة الحالية في جميع خصائصها ومن حيث الأهداف والأدوات، إذا تختلف أهدافها مع دراستنا الحالية.

- **من حيث الأهداف:** إختلفت الدراسة الحالية عن الدراسات السابقة من حيث الهدف حيث هدفت دراسة علي تركي نافل القرشي (2002) إلى قياس الصحة النفسية لدى طلبة الجامعة، وهدفت دراسة سهام كاظم نمر (2010) إلى دراسة الفروق بين أحلام اليقظة ذات المحتوى (إيجابي، سلبي) لدى مرحلة الثانوية، وهدفت دراسة صالح محمد صالح (2015) إلى التعرف على أحلام اليقظة لدى طلاب المرحلة المتوسطة والثانوية، وهدفت حدراسة نورا أحمد الغامدي (2019) إلى الكشف عن العلاقة بين أحلام اليقظة والتفكير التأملي لدى الطالبات الموهوبات، وهدفت دراسة صفاء أحمد عجاجة (2022) إلى تصميم بروفایل نفسي لدى طالبات الجامعة، وهدفت دراسة Giacomo Rogna (2021) إلى الكشف عن وجود علاقة إرتباطية بين ظاهرة أحلام اليقظة القهرية واضطراب نقص الإنتباه، في حين هدفت دراستنا إلى الكشف عن محتوى أحلام اليقظة القهرية لدى الطالب الجامعي.

في حين كان هناك تشابه من حيث الأهداف بين الدراسة الحالية و دراسة سماح جمال عطية شحاته (2005) التي سعت إلى التحقق من وجود فروق في أحلام اليقظة لدى الطلاب وفقا لمتغيري المستوى الدراسي والجنس.

- من حيث المنهج: تشابهت دراستنا الحالية مع دراسة علي تركي نافل القريشي (2002)، ودراسة صالح محمد صالح (2015)، ودراسة نورا أحمد الغامدي (2019)، ودراسة Giacomo Rogna (2021)، ودراسة Pascal barbaret، وذلك بإعتمادها على المنهج الوصفي.

في حين اختلفت الدراسة الحالية مع دراسة سماح جمال عطية شحاته (2005)، ودراسة صفاء أحمد عجاة، رحاب أحمد يحي (2022)، ودراسة سهام كاظم نمر (2010)، التي إستخدمت المنهج العيادي .

- من حيث الأدوات: تشابهت الدراسة الحالية مع دراسة علي تركي نافل القريشي (2002)، وسهام كاظم نمر (2010)، من حيث الأداة وذلك بإعتمادها على مقياس أحلام اليقظة. Pascal barbaret ودراسة كاظم نمر (2010)، ودراسة سماح جمال عطية شحاته (2005).

الفصل الثاني: أحلام اليقظة القهرية

- تمهيد

1- أحلام اليقظة

1-1 تعريف أحلام اليقظة

2-1 النظريات المفسرة لأحلام اليقظة

3-1 دور المحتوى وانعكاساته على أحلام اليقظة

4-1 أشكال أحلام اليقظة.

2- أحلام اليقظة القهرية

1-2 تعريف أحلام اليقظة القهرية

2-2 خصائص أحلام يقظة القهرية

3-2 الفرق بين أحلام اليقظة العادية وأحلام اليقظة القهرية

4-2 مواضيع وبنية أحلام اليقظة القهرية

- خلاصة الفصل.

- تمهيد:

عديدة هي التعاريف التي تناولت موضوع أحلام اليقظة، البعض من يراها إيجابية إن كانت تعالج الآفاق المستقبلية والبعض الآخر يراها سلبية لأنها تستهلك طاقة فكرية وتمتص الكثير من جهده ووقته المخصص لليقظة والنوم بحيث أسماها سومر Somer (2016) بأحلام اليقظة القهرية. في هذا الفصل سيتم التطرق أولاً إلى مفهوم أحلام اليقظة بصفة عامة، ثم التعرف أكثر على أحلام اليقظة القهرية والبعض يسميها اللاتكيفية، وما الفرق بينهما.

1- أحلام اليقظة:

1-1- تعريف أحلام اليقظة:

- حسب سيغموند فرويد S. Freud : أطلق سيغموند فرويد هذا المسمى لسيناريو خيالي في حالة اليقظة وأشار الى وجود شبه بالحلم وتشكل أحلام اليقظة مثلها مثل الأحلام الليلية تحقيق رغبة آليات تشكيلها متطابقة مع هيمنة النسق الثانوي بحيث يكون الحلم متجانس ومفهوم. (Laplanche et Pontalis, 1981)

وتدرج أحلام اليقظة ضمن الإستيهامات الثانوية، حيث تعرف الاستيهامات على أنها سيناريو خيالي يظهر فيه الفرد بشكل مختلف عن طريق آليات دفاعية تحقيق رغبة كمالأذ أخير لرغبة لاشعورية. الإستيهامات اللاشعورية الأولية المبكرة مثل المشهد الأولي الحياة داخل الرحم الإستيهامات الشعورية مثل أحلام اليقظة.

- تعريف فرج طه (1993): بأنها حالة يستسلم فيها الفرد لتخيلات يرى الفرد فيها نفسه وهو يحقق آماله ويشبع دوافعه ويتخطى العقبات التي تحول دون ذلك وأن الشخص في أحلام اليقظة يكون أقرب إلى الشعور حيث يكون أكثر استخداماً لأساليب التفكير الشعوري والمنطق العقلاني المعتاد كما أن أحلام اليقظة مفيدة لأنها تكون متنفس شرعي ومقبول لتفريغ الفرد لكافة توتراته وصراعاته ورسمه خططا للكثير من المشكلات التي تعرقل طريقه في الحياة. (جابر فتيحة، 2019: 74)

- تعريف بيرد Bird (2012): لا تمثل أحلام اليقظة فقط نشاط طبيعي منتشر لدى البشر وإنما هي مرتبطة بالعديد من المظاهر الوظيفية.

في بادئ الأمر عولج موضوع أحلام اليقظة على أنها مصدر لتطوير إبداعنا ونتيجة لذلك تمنح القدرة على حل المشكلات التي تتطلب حلول إبداعية وأصيلة تدعم هاته الفكرة بالمعطيات العصبية العلمية التي تؤكد على وجود علاقة إرتباطية إيجابية بين بروفييل الحالم والاتصالات من خلال الشبكات العصبية الخاصة تعمل بصفة مشتركة، تدعم في الواقع جزء كبير من السيرورات العقلية الداخلية مثل إبتكار أفكار جديدة، بالإضافة إلى وظيفة مهمة هي الأخرى وتلك المرتبطة بالتخطيط وتوقع أهداف مستقبلية.

إن المستقبل يمثل الموضوع المسيطر في محتوى أحلام اليقظة حسب ما أشار كلينجر Klinger (2013) ترتبط أحلام اليقظة بالصبر وقدرة كبيرة على اتخاذ القرار. كما وتدل أيضا على قوة الذاكرة. (Sofia Glassier,2022,p19)

- تعريف سامر جميل رضوان (2018:02): هي نتاج معقد لخيالات تنشأ عندما يتم تركيز الإنتباه على العالم الداخلي وهنا يمتزج الواقع بالرغبات الخالصة حيث تتفاعل الصور مع الذكريات والدوافع والشعور والمشاعر.

ما يمكن إستنتاجه من خلال ما سبق ذكره من تعاريف، فإن أحلام اليقظة هي طاقة ذهنية يعبر من خلالها الفرد الحالم عن حياته الداخلية وما يعتبرها من رغبات وحاجات نفسية غير مشبعة يعب تحقيقها، أو واقع مؤلم يسعى إلى تغييرها من خلال تغيير الأحداث وتوجيهها، أو من خلال ابتكار شخصيات جديدة مغايرة تماما لما هي عليه في الواقع.

1-2-1- النظريات المفسرة لأحلام اليقظة:

1-2-1-1- نظرية التحليل النفسي :

- نظرية التحليل النفسي: إن أحلام اليقظة طبقا لسيغموند فرويد هي لا أحداث و لا وقائع و لا هلوسات وإنما هي تصورات و تمثلات، فالمرء يعرف أنه يتخيل وأنه لا يرى بل يفكر كما إنها تشبه أحلام النوم من حيث صلتها بالواقع، إذ أن مضمونها لا يمكن وصفه أكثر واقعية من

مضمون أحلام النوم. كما يرى فرويد Freud أن محتوى هذه الخيالات المنطلقة هو متغلب بواسطة دافع شفاف جدا و تكون بهيئة مشاهد و حوادث تمثل حاجات الفرد الأنانية للطموح والقوة، أو مغازلة الرغبات و إيجاد إرضاء لها إذ يعبر عنهما فرويد Freud قائلا " إن أحلام اليقظة هي حرفيا إما إرضاء للطموح أو إرضاء للرغبات الجنسية". (مها حسن، 2015: 280)

لا تمتلك أحلام اليقظة في التحليل النفسي تلك السمعة الطيبة، بحيث اعتبرت أحلام اليقظة لمدة طويلة من الزمن كوسيلة للهروب من الواقع، وشكل من الانطواء النفسي. بالنسبة لتيار آخر في التحليل النفسي أحلام اليقظة وسيلة لتملك الواقع الخارجي وجعله قابل للتصور بالنسبة للفرد، وذلك من خلال تحويل الإحساسات إلى وجدانات.

يرى بعض المؤلفين أن أحلام اليقظة هي حالة انسحاب نحو العالم خالي من الصراع، حيث يسود مبدأ اللذة. يشكل الخيال نكوص على المستويات النفسية الثلاثة: الموقعية والشكلية والزمنية. كما تسمح للطفل أيضا بالولوج إلى زمن الطفولة المثالية حيث يجلب الرابط مع الموضوع الأمومي إعادة طمأنة لمرجسية الطفل. فالتغيرات أثناء البلوغ على الصيد الجسدي والتغيرات الجنسية وروابط مع المواضيع الأبوية، يمكن أن تجعل من الصعب جدًا على المراهق الارتباط بالواقع. في هذا الإطار، هناك بعض المنظرين من يعتقدون بأن تفضيل الغوص في أحلام اليقظة يسمح للمراهق بالهروب من الواقع الخارجي وحماية نفسه من الاكتئاب. وما يحاول المراهق إيجاده خاصة هو وهم الرابط التكافلي الاندماجي مع الموضوع الأمومي، يشجع على الانطواء النرجسي والخمول، حتى لا يخاطر بأخذ الواقع الخارجي بعين الاعتبار والذي يمكن أن تعيد تنشيط الجروح النرجسية للمراهق يمكن أن تصل لغاية النرجسية الهشة.

حسب ما أشارت إليه Simruy Ikiz (2020: 76) أن تحلم معناه رفض أخذ الواقع بعين الاعتبار، معناه رفض الاعتراف بالحرمان والاختلافات الموجودة في الرباط مع الموضوع. تعتبر أحلام اليقظة وسيلة لتفادي الألم فهي تسمح أولا بالانفصال الحسي، الانطواء على الذات.

- ألفرد أدلر **A. Adler** : يرتكز رأي أدلر **Adler** في أحلام اليقظة بأنها مثلها مثل أحلام النوم وهي محاولة لتحقيق الأمان، غير أن هناك فرقا بينهما فبينما هذا التحقيق في أحلام النوم

يأتي بصورة مستترة إلا أنه في أحلام اليقظة يأتي بصورة مباشرة و أقل تسترا. (سهام كاظم، 2017: 212)

- **كارل غوستاف يونغ C. G. Yung** : إن أنموذج يونج عن أحلام اليقظة هو أنموذج عن آلية مدفوعة بالحاجة للتوازن أو التشبيه أو التعديل كما يرى يونغ **Yung** أن الخبرات الرمزية ربما تأتي إلى الوعي على نحو وظيفي تدفق الأفكار و الخيالات أو أحلام اليقظة كما أكد ضرورة التفريق بين ما أسماه بالتخيل الصادق و التخيل الوهمي، و التخيل الصادق هو ما يتطلبه التخيل النشط الذي يصبح أداة لفهم الواقع أما التخيل الوهمي: في نظره فما هو إلا ملكه لخلق خيالات كاذبة (سهام كاظم،نمر،2017: 212)

1-2-2-المدرسة المعرفية :

- **نموذج سنجر Singer**: يرى سنجر **Singer** أن كل شخص ينهمك في الأغلب بخيالات منطلقة واعية تعكس الأمنيات الحالة أو المستمرة دائما أو في بعض الأحيان من أيام مبكرة، إلا أن الناس غالبا ما يبعدوا هذه الأمنيات بوصفها (وهمية) و يفشل في رؤية الدرجة التي تكون فيها أحلام الليل الأكثر قهرية مستمرة نسبيا مع سيرورة أحلام اليقظة أو عملية الإستغراق بأحلام اليقظة. وركز سينجر **Singer** أساسا على الأدلة القائلة بأن أحلام اليقظة هي جزء من المدى الواسع من عمليات الفكر المستمر وهي ليست محدودة بالضرورة بسيناريوهات إشباع الرغبة، كما يرى سنجر **Singer** أن أحلام اليقظة هي تلك السمات التي تميز سيلا من الأفكار المستمرة في أي وقت من الأوقات وهي على وجه التحديد خبرة واعية و لو أن الفرد لا يتذكر حلم اليقظة في أغلب الأحيان كما تتميز بحقيقة إبعاد الحالم اليقظ من هنا و الآن إلى زمن ما آخر أو مكان آخر(سهام كاظم،2017: 212)

- **نموذج كلنجر klinger**: يرى كلنجر **klinger** أن أحلام اليقظة تولد من خلال بعض الأنظمة الدماغية نفسها التي نستعملها، لو كنا نقوم بالأعمال التي نحلم بها و توجه بالعواطف و الدوافع نفسها التي توجه أحلامنا. أن أحلام اليقظة جزء من تدفق الأفكار و الصور التي تشغل معظم ساعات يقظة الشخص وهي أكثر و أقل واقعية في أغلب الأحيان مع أنها أفكار غير مقصودة من حياة الحالم اليقظ الواقعية كما في الضلال الذهني أو المدد القصير من الشرود الذهني

الداخلي و حددها بوصفها أفكارا تلقائية غير موجهة أو غير مستجيبة تمر بالوعي و تكون غير ملزمة بغرض واضح. (سهام كاظم، 2017: 212)

من خلال النظريات السابقة والتي حاولت تفسير أحلام اليقظة، يتضح أن لكل نظرية وجهة نظر مختلفة عن الأخرى، بحيث أن نظرية التحليل النفسي ربطت أحلام اليقظة إشباع رغبات ذو طابع جنسي وهذا التوجه الأساسي لهاته النظرية، في حين ركزت النظريات الأخرى خاصة المعرفية منها، ركزت على فكرة مفادها أن أحلام اليقظة سيرورة معرفية تعتمد على مجموعة من الأفكار فقط ومرتبطة بأنظمة التي يعمل وفقها الدماغ.

1-3- دور المحتوى وانعكاساته على أحلام اليقظة:

أوجدت البحوث العلمية في محتوى أحلام اليقظة أن غالبية أحلام تتضمن تفكيراً مسرحياً في الذي يعرضه حالم اليقظة على شكل مشهد محاكاة، حسب ما أشار إليه كل من سونغ ووانغ (Song & Wang, 2012). علاوة على ذلك، فإن غالبية أحلام اليقظة تدور حول المخاوف الحالية والتخطيط للمهام والأنشطة القادمة وهكذا، وعندما نفصل عقلياً عن أنشطتنا اليومية الدنيوية، نهرب في الغالب إلى أنشطة أخرى الأنشطة اليومية العادية، فنسبة أقل من أحلام اليقظة يمكن وصفه بأنه غير عادي أو "خيالي"، بما في ذلك ما هو افتراضي، السيناريوهات غير المتوقعة أو الخيالية، إما كتمني خيالي أو استكشاف مرح. و على الرغم ذلك فإن أكثر أحلام اليقظة الدنيوية قد تكون مفيدة في حل المشكلات اليومية (على سبيل المثال، "ماذا تفعل مع الأطفال؟ أيام ممطرة)، قد يكون هذا النوع الأكثر ندرة من أحلام اليقظة الخيالية التي يمكن أن تنتقلنا إلى أماكن بعيدة والواقع البديل، وتكون بذلك مصدر فريد للإلهام الإبداعي. (Claire M. Zedelius, 2020, p02)

يلعب محتوى الأفكار المسيرة ذاتيا دور مهم في السمة الإيجابية والسلبية للانعكاسات الناتجة عن الأحلام، فهناك الأحلام والأفكار الموجهة نحو المستقبل تشجع على التوقع والتخطيط للمستقبل. وبدقة أكثر، البعد المستقبلي للأفكار التلقائية سيكون مرتبطا بالتخطيط لسيرة الحياة، سيرورة مرتبطة بفعل التخطيط وتوقع الأهداف المستقبلية المهمة على الصعيد الشخصي. على النقيض من ذلك، فإن الأحلام التي يكون محتواها موجه نحو الماضي تكون أقل وظيفية، ومن

الممكن أن تكون مرتبطة بمزاج سلبي للشخص الحالم. في حين الأحلام الموجهة نحو المستقبل تكون عملية ومتكيفة. أكدت الأبحاث على أهمية أخذ بعين الاعتبار نسق ومحتوى الأحلام حتى يتسنى فهم كيف لهذه الأخيرة أن تكون سلبية أو إيجابية. (Elisa Pinieri, 2021, p11)

1-4- أشكال أحلام اليقظة :

لطالما تم التعرف على أحلام اليقظة كمصطلح شامل يشمل مجموعة متنوعة من أنواع الفكر، تختلف في الأسلوب و محتوى. كما ويمكن تصنيف أحلام اليقظة في ثلاثة أنماط مميزة من أحلام اليقظة وتجدر الإشارة مع ذلك، إلى أن أنماط أحلام اليقظة الثلاثة تم تصورها لتكون أنماطاً متعددة الأوجه من الأفكار والمواقف والسلوكيات، بما في ذلك ليس فقط الميول المرتبطة بأحلام اليقظة. (Claire M. Zedelius, 2020, p02)

(أ) - أحلام اليقظة الإيجابية والبناءة: التي تتميز بأحلام يقظة ممتعة وآسرة. بصور ذهنية حية، تدور عادة حول الخطط المستقبلية والأفكار الإبداعية. ترتبط أحلام اليقظة الإيجابية البناءة بسمة الشخصية الانفتاح على التجربة حسب تجارب أجريت في المختبر، بما في ذلك التفكير المتشعب وتوليد الأفكار والسلوكيات الإبداعية الواقعية والإنجازات.

تتضمن أحلام اليقظة الإيجابية والبناءة الفضول الشخصي والتفكير الإبداعي، وكلاهما كذلك خصائص الانفتاح على التجربة والإبداع وهكذا، لفهم أفضل لكيفية ارتباط أنواع أحلام اليقظة بالإبداع مهم لدراسة محتويات وأنماط مختلفة من أحلام اليقظة بمعزل عن الآخرين، دون الخلط بينهم وبين سمات أو سلوكيات أخرى، خاصة تلك التي ترتبط بالإبداع.

وتتسم أحلام اليقظة الإيجابية البناءة بالإتجاه المتفائل للمستقبل وبعض الأفكار التي تتراوح من التمني إلى الابتكار، فالأشخاص مرتفعو أحلام اليقظة البناءة الايجابية يستمتعون بأحلام اليقظة ويجدون أنها تقوم بوظائف ايجابية مثل التخطيط للأفعال المستقبلية وبما أن أحلام اليقظة تتضمن مسار الإدراك المستمر فإن محادثات الناس المتخيلة تمثل جزءا هام من أحلام اليقظة وتوفر الرؤية للفروع النوعية في أساليب أحلام اليقظة. على سبيل المثال حددت أبحاث التفاعلات المتخيلة أهداف أو وظائف هذه التفاعلات بأنها الحفاظ على العلاقات وربط الصراع والتمارين وفهم الذات والتعويض والتنفيس .

(ب) - أحلام اليقظة السلبية: تدور أحداثها حول الخجل والشعور بالذنب، والخوف من الفشل، ولكن تشمل أيضًا على أوهام البطولة والإنجازات. تدور أحلام اليقظة المتعلقة بذنب أو الخوف من الفشل حول الإنفعالات السلبية وتشمل الأفكار التي تتسم بفحص الذات والخوف من الفشل والأشخاص مرتفعو أحلام اليقظة المتعلقة بالخوف من الفشل يذكرون أن أحلام اليقظة لديهم تركز غالبًا على الأحداث السلبية والقلق من عدم تحقيق المعايير الهامة .

(ج) - ضعف التحكم : ويتلخص في أحلام اليقظة المتكررة والتعرض للملل والإلهاء.

من خلال الأساليب المذكورة أعلاه يمكن تقسم أحلام اليقظة إلى ما هو إيجابي، وصنف آخر سلبي من حيث المحتوى، فيجع المختصين من بينهم سومر (2016) أن الأحلام ذات الأسلوب الإيجابي تركز على المستقبل وطموحات الفرد، في حين أن الأحلام ذات المحتوى السلبي تركز على الماضي والمشاعر السلبية.

كما يمكن تقسيم أحلام اليقظة إلى أشكال تكيفية وأشكال لاتكيفية: حيث أشار سامر رضوان (2018) إلى أن أحلام اليقظة لها دور في تحقيق التوازن النفسي والتوازن الإنفعالي الداخلي وفهم المشاعر المعقدة ودواء شافي ضد الملل ومواساة للإحباط وإشباع بديل للطلبات غير المحققة وتصحيح ذكريات والأزمات، وأشار إلى أن من يحلم أحلاما نهائية قد يعيش أكثر صحة ويكون أكثر قدرة على التكيف . وبالنسبة للأشكال اللاتكيفية: أشار جاين وآخرون jayne et al (2016) إلى أن أحلام اليقظة الغير قادرة على التكيف ظاهرة إكلينيكية تسبب الضيق وتعيق سير الحياة وتتطلب المزيد من الإهتمام العلمي والسريري.

فيما يلي سيم تناول موضوع أحلام اليقظة القهرية والبعض من يسميها غير التكيفية، لكن تسمية قهرية تبدو مناسبة، سميت كذلك لأن الحالم يجد صعوبة في التحكم بها والتحكم في الوقت المخصص لها، بحيث يستغل أوقات اليقظة والنوم للغوص في الأحلام.

2- أحلام اليقظة القهرية:

بدأ الاهتمام بموضوع أحلام اليقظة القهرية حوالي سنة 2016 في الجامعات الأمريكية، في سويسرا بحيث لاحظ الباحثون بأن الأشخاص الذين يعانون أحلام اليقظة القهرية يمضون 60

% من أوقات اليقظة في عالم خيالي من ابتكارهم، بالرغم من أنهم على وعي بأنه إستيهام ومن دون فقد الاتصال مع العالم الواقعي. تبدأ أحلام اليقظة كإستيهام صغير يجلب لهم لذة، لكن مع مرور الوقت، تصبح سيرورة إدمانية ويصبح العودة للعالم الواقعي أمر مؤلم. في هذه المرحلة، تصاحب هاته الأحلام الشعور بالعار وعدم الإنجاز. فسر سومر ذلك عندما يستغرق الفرد حوالي 60 بالمئة من وقت اليقظة، فلن يكون من المفاجئ أن يشعر بالإحباط لأنه لم يحقق أهدافه في الحياة.

2-1- تعريف أحلام اليقظة القهرية:

قدم سومر Somer (2002) لأول مرة مفهوم أحلام اليقظة القهرية، والذي عرّفه على أنه "نشاط خيالي واسع النطاق يحل محل التفاعل البشري و / أو يتعارض مع الأداء الأكاديمي أو الشخصي أو المهني". حيث وصف سومر ستة مرضى يعانون من صعوبة شديدة في الأداء الاجتماعي والمهني ، والذي بدا وكأنهم يهربون من الواقع إلى حياة خيالية بعد تجارب الطفولة السيئة. غالبًا ما كانت أحلام اليقظة مصحوبة بحركة مثل السرعة، والتي وصفها سومر Somer بالنشاط الحسي الحركي. افترض سومر Somer أن أحلام اليقظة القهرية ربما يكون قد تطورت كاستراتيجية مواجهة استجابة لتجارب الحياة المبكرة المؤلمة.

(Jayne Bigelsen,2016,p255)

واحدة من الخصائص الرئيسية التي تميز أحلام اليقظة القهرية عن أحلام اليقظة العادية هي في الواقع مدتها المفرطة، حيث يدعي الحالمون القهريون أنهم ينفقون أكثر من نصف وقت استيقاظهم يحلمون، يكون الوقت المخصص لهذا النشاط التخيلي كبيرًا جدًا لدرجة أنه أفاد الأفراد بأنهم يواجهون صعوبة في متابعة وتحقيق أهدافهم في الحياة، والتفاعل مع الأحياء، والحصول على قسط كافٍ من النوم، على غرار ضياع الوقت في الحياة الواقعية بسبب أحلام اليقظة، يبدو بالفعل أنه المصدر الرئيسي للضيق والقلق لدى الحالمين القهريين . (Sofia Glassier,2022,p20)

2-2- خصائص أحلام اليقظة القهرية:

تم تسليط الضوء على العديد من خصائص أحلام اليقظة القهرية، من خلال تحليل ظاهري للمقابلات التي أجراها سومر Somer (2016) مع الأشخاص الذين يعرفون أنفسهم على أنهم حالمة قهرية. يهدف هذا المنهج إلى التقرب أكثر قدر الإمكان من منظور الشخص الحالم، فأصبح من الممكن تحديد بعض الشروط اللازمة لبدء أحلام اليقظة. يدخل معظم الحالمين القهرية في أحلام اليقظة بطقوس أو حركة أو موسيقى أو كليهما. يبدو أن هذه الطقوس تسهل عملية الدخول في أحلام اليقظة، فضلاً عن الوصول إلى بعض المشاعر. بالإضافة إلى ذلك، يبدو أنه بالمقارنة مع عامة الناس، يلجأ الحالمون القهريون أكثر إلى النشاط الحركي لمرافقة أحلام اليقظة. علاوة على ذلك، يتفق الحالمون القهريون على أن أحلام اليقظة لا تتوافق مع التفاعلات والمواقف الاجتماعية، مما يجعل الشعور بالوحدة شرطاً ثاني ضروري لأحلام اليقظة. ثم تظهر الطقوس وعامل الوحدة كوسيلة للوصول إلى حالة معينة من الوعي تتوافق مع أحلام اليقظة. لهذا يميل الحالمون إلى تفضيل العزلة والانخراط في سلوكيات طقسية مثل ركوب الدراجات والسرعة والاستماع إلى موسيقى معينة لتقليل مصادر الإلهاء وتحقيق الظروف التي تسهل أحلام اليقظة على أفضل وجه. على النقيض من ذلك، يبدو تجنب العزلة كطريقة لبعض الحالمين للتحكم في أحلام اليقظة والحد منها. في الواقع، من خلال السعي لمزيد من التواصل الاجتماعي وتجنب الشعور بالوحدة، تصبح عقول الحالمين مشغولة ويمكن بسهولة تجنب أحلام اليقظة إذا كانت هذه هي رغبة الأفراد.

بشكل عام المواقف التي تجعل الحالمين القهريين يشعرون بالملل هي أكثر تفضيلاً فهي تساعدهم على الإنغماس في الخيال أكثر من المواقف التي يكون لديهم فيها دافع للبقاء على اتصال بالواقع أو التي يتعين عليهم خلالها أداء مهمة معينة. بالإضافة إلى ذلك، يعبر بعض الحالمين عن فقدان السيطرة الذي ينعكس في حقيقة عدم وجود أي حل أو مصدر إلهاء لمحاربة ميلهم القوي لأحلام اليقظة. بالنسبة لهؤلاء الأشخاص، فإن الرغبة في الحلم والفوائد التي يجنونها منها، ولا سيما حالة الاسترخاء، أقوى من الدافع للتوقف عن أحلام اليقظة أو التحكم فيها.

في الآونة الأخيرة، تم الكشف عن وجود علاقة بين أحلام اليقظة القهرية والقدرة على التنظيم العاطفي فكلما زادت تجربة نشاط أحلام اليقظة على أنه ممتع ويوفر المتعة، زاد ارتباطه ببعض الوضوح العاطفي، أي بفهم عواطف المرء. يشير هذا إلى أن المتعة التي توفرها أحلام اليقظة

تسمح بمعالجة أفضل للمحتوى العاطفي وبالتالي، فإن الحالمين القهريين، الذين يُعترف بهم على أنهم يستمتعون بأنشطة أحلام اليقظة، قد يتمتعون على الرغم من ضعف التنظيم العاطفي بقدرات جيدة على التعرف على المشاعر أو تحديدها. ومع ذلك، فإن الروابط بين أحلام اليقظة القهرية والتنظيم العاطفي هي في الوقت الحالي تبقى مجرد فرضية وتحتاج إلى تعميقها. (Elisa Pinieri ,2021 ,p15)

ما يمكن إستنتاجه من خلال ما سبق، أن أحلام اليقظة ذات الطابع القهري يجعلها تتميز عن نظيرتها أحلام اليقظة العادية من حيث المدة الزمنية المستغرقة في الأحلام، والعنصر المميز هو تلك الطقوس التي يقوم بها الحالم للدخول في أحلام اليقظة بحيث يمنع أي مثيرات خارجية تقف حائلا بينه وبين أحلام اليقظة القهرية. وللتفصيل أكثر في هذا الموضوع نوضح في العنصر التالي أهم الفوارق الموجودة بين أحلام اليقظة العادية وأحلام اليقظة القهرية:

2-3- الفرق بين أحلام اليقظة العادية وأحلام اليقظة القهرية:

لفهم ظاهرة أحلام اليقظة القهرية بشكل أفضل، يكون من الضروري مقارنتها بالتجربة المعيارية لأحلام اليقظة، لتوضيح الفروقات الموجودة أكثر. يبدو على نطاق واسع في الأدبيات أن الحالمين القهريين يقضون وقتاً أطول بكثير في أحلام اليقظة والأوهام من الأشخاص الذين لم يتم تحديدهم على أنهم مصابون بأحلام اليقظة القهرية، حيث أفاد الحالمون القهريون أنهم يقضون أكثر من نصف ساعات استيقاظهم (57%) في أحلام اليقظة مقارنة بـ 16% بين الحالمين غير القهريين حسب الدراسة التي قام بها Bigelsen (2016). يختلف الأفراد الذين يعانون من أحلام اليقظة القهرية أيضاً عن عامة السكان في كيفية تأثير أحلام اليقظة على حياتهم اليومية وتداخلها. في الواقع، يذكر الحالمون القهريون على وجود تأثير أكبر بكثير لأحلام اليقظة على السعي لتحقيق أهداف حياتهم والأهداف المهنية و / أو المتعلقة بالدراسة، وكذلك على النوم (Bigelsen et al. ,2016). وبالمثل، سومر وليرفيلد وآخرون (2016) أوجدوا اختلال وظيفي أكبر في العلاقات الاجتماعية بالإضافة إلى تأثير أكبر على القضايا المتعلقة بالصحة لدى الحالمين القهريين أكثر من عامة السكان. (Elisa Pinieri ,2021 ,p.15)

- **الكثافة الحسية في الأحلام:** تسمح الكثافة الحسية بإنغماس عميق في الحلم، فهي تكبح كل المثيرات الآتية من العالم الخارجي وتحفز على الحفاظ على التركيز على المحتوى الداخلي. وبالمقارنة مع الأحلام العادية، فإن الأحلام القهرية يمكن أن يضحك الحالم أو يبكي حسب موضوع الحلم. في بعض الحالات ، يعيش الحالات تجارب حسية لها علاقة بالحلم، أحيانا يسمعون أصوات لشخصيات في الحلم أو يشتمون روائح عطرية.

تتكون خاصية الكثافة الحسية من أسلوبين: في إحداها، يستحضر الحالم أن إحدى حواسه يتم تحفيزها من خلال الخيال، وفي الأخرى يستحضر اثنين على الأقل أو واحدًا فقط ، ولكن بطريقة مكثفة بشكل خاص. كل ما يتعلق بالمشاعر العاطفية مدرج أيضًا في هذا الترميز. لكي يتم اعتبار الإحساس محفزًا ، يجب أن يتضمن الوصف إما تعبيرًا صريحًا مثل "أرى ، أسمع ، أشم" ، أو الإشارة إلى تخصيص بعض الوقت لتطوير الصور (البصر) ، الحوارات (السمع) ، إلخ.

(Sofia Glassier,2022,p22)

نحن نعتقد بخلاف ذلك، أن الكثافة الحسية المودودة في الأحلام، دليل واضح على حساسية التأثير الموجودة لدى الحالم، كما يمكن أن تكون دليل على وجو انفعالات مكبوثة تطفو على السطح بمجرد تذكر مشهد معين أو ابتكار مشهد ما له صلة بحياة الحالم تكون على شكل بكاء، ضحك وغيرها من الانفعالات.

4-2- مواضيع وبنية أحلام اليقظة القهرية:

أجرى كل من (2016) Somer, Lehrfeld , (2011) Bigelsen & Schupak قراءة منظمة للدراسات التي اهتمت بمحتوى وبنية الأحلام. أجمعت الدراسات على تنوع في مواضيع الأحلام، فهي غنية جدا ومختلفة من فرد لآخر. ومن خلال وصف الأفراد لأحلامهم استطاع كل من Bigelsen & Schupak (2011) تصنيفها في مجموعتين:

1- أحلام متمحورة حول شخصيات.

2- أحلام تتعلق بطموحات شخصية.

ويتفق الباحثان على أن هذا النوع من الأحلام يكشف عن وجود لدى هؤلاء الأفراد مشكل مع عالمهم الداخلي، وتعتبر الأحلام وسيل لتحسين حياتهم الواقعية، الكفاح ضد المتاعب أو ضد عدم الرضا. كما اشتكى أفراد من عدم القدرة على التحكم في أحلامهم وصعوبة تخصيص وقت عقلائي لمثل هاته الأحلام وبشكل لا يتداخل مع حياتهم اليومية.

ركزت البحوث التي قام بها سومر Somer (2016) على التجربة لمعاشة لدى الأفراد ممن يعانون أحلام يقظة قهرية، واستخرج منها موضوعين مهمين من أحلام اليقظة:

1- **العلاقات الحميمية والحياة العائلية:** يفترض هذا الموضوع سيناريوهات عائلية، علاقات خيالية أو تحسين وضعيه راهنة للحياة العائلية. كما يغطي هذا النوع من المواضيع رغبات في الزواج وتأسيس عائلة.

2- **المكانة الاجتماعية:** ينطوي هذا النموذج على عدة مواضيع جزئية مثل النجاح، الإعراف، السلطة، الثراء والشهرة. وبالنسبة لهذين النموذجين من المواضيع، تحدث سومر Somer (2016) عن رغبة واضحة وصريحة في تزيين الواقع حتى وإن كانت غير موجودة في الواقع.

كان بيجلسن Bigelsen (2016) مهتما بالفرق الموجود بين الأحلام العادية والأحلام اليقظة القهرية، فلاحظ وجود اختلاف بينهما، فالأفراد الحالمون أحلام يقظة قهرية لديهم ثلاث مواضيع يحلمون بها:

- أن يكون الحالم مشهورا أو تربطه علاقة بأحد المشاهير لدى 36% من أحلام اليقظة القهرية ضد 4 % من أحلام اليقظة العادية.

- البحث عن الحياة المثالية لدى 34 % لدى أحلام اليقظة العادية مقابل 4 % من أحلام اليقظة القهرية.

- بناء علاقة عاطفية لدى 34 % لدى أحلام اليقظة القهرية مقارنة مع الأحلام العادية بنسبة قدرت بـ 14 بالمئة.

بالمقابل، قام كل من ، Aurélie Kündig et Cindy Roth (2018) بإعداد ترميزات جديدة تسمح بالكشف عن خصائص أخرى للأحلام خاصة فيما يتعلق ببنيته، فتوصلا إلى أن

الأفراد في أحلام اليقظة القهرية لديهم ميل كبير لتطوير وتغذية أحلامهم عبر الزمن أكثر من الأحلام العادية، في حين أن الأفراد من ذوي الأحلام اليقظة العادية لديهم ميل في تغيير منتظم للمواضيع وغير قابلة للتطوير. أما بالنسبة لقيمة الحلم، بمعنى وجود عناصر سلبية وإيجابية. كما أظهرت النتائج أن الأفراد في أحلام اليقظة العادية يميلون إلى المواضيع الإيجابية، في حين تتأرجح احلام اليقظة القهرية بين ما هو سلبي وما هو إيجابي..

(Elisa Pinieri ,2021 ,p24)

لقد تبين وجود اختلافات جوهرية بين أحلام اليقظة وأحلام اليقظة القهرية، حيث تميل هاته الأخيرة للمواضيع السلبية أكثر من الإيجابية في حين أن أحلام اليقظة العادية تميل أكثر للمواضيع الإيجابية ذات التطلعات المستقبلية. وما يجعل أحلام اليقظة قهرية أنه يصعب التحكم فيها، بحيث أنها تتطلب من الفرد أكثر وقت مخصص لليقظة والنوم فقد شبهها سومر 2016 بالسلوك الإدماي، لأن الحالم بها يعيش في تبعية نفسية للغوص في الأحلام.

الفصل الثالث: الإجراءات المنهجية للدراسة الميدانية

- تمهيد.

1- الدراسة الإستطلاعية.

2- الدراسة الأساسية:

2-1- منهج الدراسة.

2-2- مجالات الدراسة.

2-3- حجم العينة ومواصفاتها.

2-4- أدوات الدراسة.

- تمهيد:

يعتبر الجانب الميداني أساساً لأي عمل أو بحث في أي ميدان من الميادين وفي هذا الفصل سيتم التطرق إلى الدراسة الإستطلاعية من حيث طريقة إختيار العينة وخصائصها والأدوات المستخدمة فيها وخصائصها السيكمترية ومن ثم كيفية تطبيقها في الدراسة الأساسية والمعالجة الإحصائية التي تم إستخدامها في تحليل البيانات بهدف الوصول إلى النتائج وتفسيرها والكشف عن محتوى وبنية أحلام اليقظة القهرية لدى الطالب الجامعي.

1- الدراسة الإستطلاعية:

إن الهدف من الدراسة الإستطلاعية هو إستطلاع الظروف التي يجري فيها البحث مع إمكانية الوصول إلى العينة التي تتطلبها الدراسة بالإضافة إلى توفر المتغير الخاص وهو الطالب الجامعي بالإضافة إلى إختيار أدوات القياس المناسبة وبناء أداة تقيس أحلام اليقظة القهرية لدى الطالب الجامعي وجمع معلومات حول متغيرات الدراسة.

1-1- مجالات الدراسة:

1-1-1- المجال الزمني: بدأت من تاريخ بداية شهر ديسمبر 2022 إلى غاية نهاية شهر مارس 2023.

1-1-2- المجال المكاني: تم إجراء الدراسة الإستطلاعية في كلية العلوم الإنسانية والإجتماعية، بكل من قسم علم النفس والفلسفة والأرطوفونيا وقسم علم الاجتماع، جامعة ابن خلدون تيارت.

1-2-1- حجم العينة ومواصفاتها :

1-2-1-1- حجم العينة: تكونت عينة الدراسة الإستطلاعية من 40 طالب جامعي (ذكورا وإناثا) من تخصصي علم النفس وعلم الاجتماع .

1-2-2-1- مواصفات العينة:

- مواصفات حسب الجنس :

الجدول رقم (01) يبين توزيع عينة الدراسة الإستطلاعية حسب متغير الجنس

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
ذكور	19	47%
إناث	21	52%
المجموع	40	100%

يتضح من خلال الجدول السابق رقم (01) أن نسبة الإناث والبالغة 21 بالمائة أعلى من نسبة الذكور والبالغة 19 % وعليه فإن نسبة الإناث تمثل الأغلبية في عينة الدراسة الإستطلاعية .

- مواصفات حسب السن :

الجدول رقم (02) يبين توزيع عينة الدراسة الإستطلاعية حسب متغير السن

السن	التكرار	النسبة المئوية
25-18	34	85%
32-25	06	15%
المجموع	40	100%

يظهر من خلال الجدول رقم (02) أن الطلبة ذوي الفئة العمرية البالغة ما بين 18-25 تمثل النسبة الأعلى بالنسبة للفئات العمرية الأخرى حيث بلغت 85 بالمائة ثم يليها الطلبة ذوي الفئة العمرية ما بين 25-32 بنسبة 15 بالمائة .

-مواصفات حسب التخصص :

الجدول رقم (03) يبين توزيع عينة الدراسة الإستطلاعية حسب متغير التخصص

التخصص	التكرار	النسبة المئوية
علم النفس	20	50%
علم الاجتماع	20	50%
المجموع	40	100%

تبين من خلال الجدول رقم (03) أن نسبة التخصصين متساوية علم النفس وعلم الاجتماع.

1-3- أدوات الدراسة:

- إستبيان أحلام اليقظة القهرية:

- وصف الاستبيان: تم الاعتماد في بناء الاستبيان على تقنية كل من Kündig& Roth (2018)، وهي تقنية تسمح بالكشف عن معلومات حول مستوى تطور الأحلام، ومنذ متى والفرد يغذي أحلامه. كما تشير إذا ما كان الفرد يدمج شخصيات من مخيلته وما هي درجة اتصال الأحلام بالواقع.

إشتمل الاستبيان في صورته الأولية على بعدين هما:

- بعد محتوى أحلام اليقظة: الهدف منه هو إحصاء المواضيع الموجودة في أحلام اليقظة لدى أفراد العينة. يحتوي هذا البعد على أبعاد فرعية وهي: الشهرة، العلاقات الحميمية، العائلة والأصدقاء، الحياة المثالية، وجود الموت، الخطر والعنف، مشاعر سلبية، إبتكار شخصيات جديدة، ترميم الماضي، إسقاطات على الحياة المستقبلية.

- بعد بنية أحلام اليقظة: وهي طريقة تسمح بوصف وتحديد خصائص الأحلام التي يتحدث عنها المحتوى وموضوعاته. الهدف منها هو تحديد المميزات الخاصة التي تسمح وبكل سهولة التعرف على أحلام اليقظة القهرية منها خاصة. وفيما يتعلق بالبنية، فإن ترميز مواصفات الأحلام يشتمل على تعداد متغيرات أحلام اليقظة المرفقة بالمحتوى بالمعنى الدقيق للكلمة. فعلى سبيل المثال، وضعية الحالة في الحلم أو إذا كان الحلم على صلة بالواقع. فالهدف من ترميز البنية هو تحديد المميزات الخاصة التي تسمح بالتعرف وبسهولة على أحلام اليقظة التي تكون قهرية لدى أفراد العينة:

- خطوات بناء الإستبيان:

- الإطلاع على أدبيات البحث.

- الإطلاع على مجموعة من الدراسات السابقة:

- الدراسات العربية: نذكر من أهمها: دراسة سهام كاظم نمر (2010)، علي تركي نافل القرشي (2002)، سماح جمال عطية شحاته (2005)، صفاء أحمد عجاة، رحاب أحمد يحيى (2022).

- الدراسات الأجنبية:

Daydreaming. - Elisa Pinieri. (2021). Maladaptive

- Sandor Alexandra. (2020). Psychometric properties of the Maladaptive Daydreaming Scale in a sample of Hungarian daydreaming-prone individuals

- المقابلة البحثية: كان الهدف من إجراء المقابلة البحثية جمع أكبر قدر من المعلومات حول أبعاد أحلام اليقظة القهرية لدى الطالب الجامعي على مجموعة من الطلبة من خلال طرح بعض من الأسئلة المفتوحة وهي كالآتي:

- هل توافق على وصف أحلام اليقظة التي لديك حديثة العهد أو التي تحلم بها حالياً؟ إذا كان عليك الاختيار بين العديد منها، فعليك أن تختار الأطول منها والأكثر تعقيداً؟

- هل يمكنك وصف التفاصيل الموجودة فيه؟ من هم الأشخاص الموجودين في الحلم؟

- كم يستغرق الحلم من الزمن؟

- إذا كانت لديك سيناريوهات أو أشخاص معتادين في الأحلام، قم بوصفهم لنا؟

- الخصائص السيكومترية:

- الصدق:

- صدق المحكمين: تم عرض الإستبيان في صورته الأولية على مجموعة من الأساتذة المحكمين من قسم علم النفس و الفلسفة و الأروطوفونيا جامعة ابن خلدون تيارت، بغرض تحكيمه و معرفة مدى صدق عباراته. أفضى التحكيم عن جملة من التعديلات و هي كالآتي : تم تعديل بعد

واحد من بين الأبعاد والذي تمثل في إدماج بند الحياة الرائعة مع الحياة المثالية وإعتبارها بند واحد وذلك لإشتراكها في نفس المعنى.

- صدق الإتساق الداخلي:

- صدق البعد الخاص بمحتوى أحلام اليقظة القهرية:

الجدول رقم(04) يبين العلاقة الارتباطية بين فقرات محتوى الأحلام القهرية والبعد الذي تنتمي إليه

البعد	رقم الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
الشهرة	01	0.599	0.01
	02	0.439	0.01
	03	332.0	0.05
العلاقات الحميمية	04	0.380	0,05
	05	0.308	/
	06	0.146	/
العائلة	07	0.391	0.05
	08	0.340	0.05
	09	0.299	/
الأصدقاء	10	0.381	0.05
	11	0.042	/
	12	0.376	0.05
الحياة المثالية	13	0.185	/
	14	0.388	0.05
	15	0.386	0.05
وجود الموت	16	0.237	/
	17	0.435	0.01

0.01	0.429	18	
0.05	0.395	19	الخطر والعنف
0.01	0.511	20	
0.01	0.609	21	
0.05	0.371	22	
0.05	0.350	23	مشاعر سلبية
0.01	0.439	24	
0.01	0.502	25	
0.01	0.433	26	ابتكار شخصيات جديدة
0.01	0.458	27	
0.05	0.350	28	
0.01	0.445	29	ترميم الماضي
0.01	0.555	30	
0.01	0.509	31	
0.05	0.413	32	
0.01	0.460	33	إسقاطات عبر الحياة

يتضح من خلال الجدول رقم (04) أن الفقرات رقم 05-06-09-11-13-16، غير دالة لذلك سيتم حذفها في الاستبيان النهائي.

- صدق البعد الخاص ببنية أحلام اليقظة القهرية:

الجدول رقم (05) يبين العلاقة الارتباطية بين فقرات بنية الأحلام القهرية والأبعاد التي تنتمي إليها

البعد	رقم الفقرة	معامل الارتباط	مستوى الدلالة
	01	0.533	0.01

0.01	0.519	02	وضعية الحالم أ
0.01	0.699	03	
0.01	0.476	04	وضعية الحالم ب
0.01	0.429	05	
0.01	0.655	06	
0.01	0.720	07	مستوى تطور الأحلام
0.01	0.761	08	
0.01	0.555	09	الإتصال مع الواقع
0.01	0.422	10	
0.01	0.600	11	
0.01	0.679	12	قيمة الحلم
0.01	0.585	13	
0.01	0.679	14	الكثافة الحسية
/	0.121	15	
0.01	0.585	16	
0.01	0.679	17	

يتضح من خلال الجدول (05) جل الفقرات دالة إحصائياً عند مستوى دلالة 0.01 ما عدا الفقرة رقم (15) والتي تنتمي لبعد الكثافة الحسية غير دالة لذلك سيتم حذفها من الإستبيان النهائي.

- الثبات: بعد استخدام معالم ثبات ألفا كرومباخ على الاستبيان الكلي لأحلام اليقظة القهرية، تبين أن معامل الثبات قدر بـ 0.729 وهي قيمة ثبات عالية.

2- الدراسة الأساسية:

1-2- منهج الدراسة: تم استخدام المنهج الوصفي لملائمته طبيعة الموضوع.

2-2-2- مجالات الدراسة:

2-2-2-1 - المجال الزمني: استغرق زمن إجراء الدراسة الأساسية مدة شهر تقريبا بداية من 01 أبريل 2023 إلى غاية 28 من نفس الشهر والسنة، كانت مدة كافية لتوزيع الاستبيانات وتفرغ البيانات.

2-2-2-2 - المجال المكاني: تم إجراء الدراسة الأساسية في كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية جامعة ابن خلدون تيارت.

2-3-2- حجم العينة ومواصفاتها:

2-3-2-1 حجم العينة: تكونت عينة الدراسة من (100) طالب جامعي موزعين بين ذكور وإناث، يدرسون في كل من تخصص علم النفس وعلم الاجتماع.

2-3-2-2 مواصفات العينة:

- حسب متغير الجنس:

الجدول رقم (06) يبين توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير الجنس.

الجنس	التكرار	النسبة المئوية
الإناث	47	47%
الذكور	53	53%
المج	100	100%

يتضح من خلال الجدول السابق رقم (06) أن نسبة الذكور أعلى من نسبة الإناث حيث كانت 53% ، بالمقارنة مع نسبة الإناث والتي قدرت بـ 47% .

- حسب متغير السن:

الجدول رقم (07) يبين توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب متغير السن

النسبة المئوية	التكرار	الفئات العمرية
30	30	من 18 إلى 23 سنة
43	43	من 23 إلى 28 سنة
27	27	أكثر من 28 سنة
100	100	المج

يظهر من خلال الجدول رقم (07) أن الطلبة ذوي الفئة العمرية التي تتراوح ما بين 23 إلى 28 سنة تمثل النسبة الأعلى بالنسبة للفئات العمرية الأخرى حيث بلغت 43 بالمئة، ثم يليها الطلبة من ذوي الفئة عمرية ما بين 18 إلى 23 سنة بنسبة تقدر بـ 30 بالمئة، وفي المرتبة الأخيرة نجد الفئة العمرية أكثر من 28 سنة قرت نسبتها بـ 27 بالمئة.

- حسب متغير التخصص:

الجدول رقم (08) يبين توزيع أفراد عينة الدراسة الأساسية حسب متغير التخصص

النسبة المئوية	التكرار	التخصص
56	56	علم النفس
43	43	علم الاجتماع
100	100	المج

يظهر لنا من خلال الجدول رقم (08) أن أفراد العينة من الطلبة الجامعيين الذين يدرسون تخصص علم النفس حازوا على النسبة الأكبر والتي قدرت بـ 56 بالمئة، في حين الطلبة تخصص علم الاجتماع قدرت نسبتهم بـ 43 بالمئة.

- حسب متغير عدد ساعات الإستغراق في الأحلام:

الجدول رقم (09) يبين توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب عدد ساعات الإستغراق في الأحلام:

عدد الساعات	التكرار	النسبة المئوية
من 01 إلى 05 ساعات	09	09
من 5 إلى 10 ساعات	57	57
أكثر من 10 ساعات	34	34

يتبين من خلال الجدول رقم (09) أن 57 % من أفراد العينة من الطلبة الجامعيين يستغرقون من 5 إلى عشر ساعات في أحلام اليقظ القهرية، تأتي في المرتبة الثانية أكثر من 10 ساعات بنسبة 34 بالمئة، وفي المرتبة الأخيرة 09 %.

- حسب متغير سن ظهور أحلام اليقظة:

الجدول رقم (10) يبين توزيع عينة الدراسة الأساسية حسب سن ظهور أحلام اليقظة:

سن الظهور	التكرار	النسبة المئوية
من 0 إلى 05 سنوات	06	06
من 05 إلى 10 سنوات	32	32
من 10 إلى 15 سنة	52	52
15 سنة فما فوق	10	10

يتضح من خلال الجدول رقم (10) أن سن ظهور أحلام اليقظة القهرية ما بين 10 إلى 15 سنة كان ذو النسبة الأكبر بالمقارنة مع النسب الأخرى والتي قدرت بـ 52 %، تأتي في المرتبة الثانية المدة التي تتراوح ما بين 05 إلى 10 سنوات بنسبة قدرت بـ 32 %، في المرتبة الأخيرة الفترة العمرية 06 بالمئة.

2-4 الأدوات المستخدمة في الدراسة:

- استبيان أحلام اليقظة القهرية: يتكون الاستبيان النهائي أحلام اليقظة القهرية لدى الطالب الجامعي بعد التأكد من خصائصه السيكومترية من محورين:

1- محور محتوى الأحلام: يشتمل هذا المحور على أبعاد فرعية تتمثل في ما يلي: الشهرة، العلاقات الحميمة، العائلة، الأصدقاء، الحياة المثالية، وجود الموت، الخطر والعنف، مشاعر سلبية، إبتكار شخصية، ترميم الماضي، إسقاطات عبر الحياة.

2- بنية الأحلام: يحتوي على 16 فقرة موزعة على الأبعاد الفرعية التالية: الوضعية أ، الوضعية ب، مستوى تطور الأحلام، الكثافة الحسية، الإتصال مع الواقع، قيمة الحلم.

2-5- الأساليب الإحصائية المستخدمة في الدراسة:

- النسب المئوية: لحساب التكرارات.
- المتوسط الحساب والانحراف المعياري.
- اختبار ت: لدراسة الفروق بين مجموعتين.
- اختبار تحليل التباين: دراسة الفروق بين ثلاث مجموعات فأكثر.
- إختبار شيفه للمقارنة البعدية: لمعرفة اتجاهات الفروق.

الفصل الرابع: عرض ومناقشة النتائج

- تمهيد.

1- عرض النتائج.

2- مناقشة النتائج وتفسيرها.

- الخاتمة.

- الإقتراحات.

- تمهيد:

تم تخصيص هذا الفصل لعرض نتائج التساؤلات المطروحة في الإشكالية، كل واحد على حده، ثم سيتم مناقشة وتفسير النتائج المتحصل عليها لكي يتم فيما بع تقديم مجموعة من الإقتراحات بناء على ما تم التوصل إليه.

1- عرض النتائج:

- عرض نتائج التساؤل الأول: ما محتوى أحلام اليقظة القهرية لدى الطالب الجامعي؟
الجدول رقم (11) يبين متوسطات أبعاد محتوى أحلام اليقظة القهرية:

الترتيب	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الأبعاد	رقم
05	1,71964	6,8200	الشهرة	01
11	3,07318	2,5000	العلاقات الحميمية	02
10	1,00880	4,4500	العائلة	03
09	1,11174	4,5800	الأصدقاء	04
08	,98857	4,6500	الحياة مثالية	05
07	4,75326	5,2500	وجود الموت	06
06	1,45210	6,6500	الخطر والعنف	07
02	3,48735	7,4000	مشاعر سلبية	08
03	3,88787	7,3400	ابتكار شخصية	09
01	4,76163	7,4400	ترميم الماضي	10
04	1,32494	7,1100	إسقاطات عبر الحياة	11

تبين من خلال الجدول رقم (11) بأن من أكثر المواضيع التي يحلم بها الطلبة الجامعيين ما يلي وبالترتيب ترميم الماضي، ثم تليها المواضيع التي تتعلق بالمشاعر السلبية، فابتكار الشخصية، إسقاطات، الشهرة، الخطر والعنف، وجود الموت، الحياة المثالية، الأصدقاء، العائلة ، العلاقات الحميمية في المرتبة الأخيرة.

-عرض نتائج التساؤل الثاني: ما هي أهم الخصائص المميزة لبنية أحلام اليقظة القهرية لدى الطالب الجامعي؟

الجدول رقم(12) يبين متوسطات أبعاد بنية أحلام اليقظة القهرية لدى الطالب الجامعي

رقم	الأبعاد	المتوسط الحسابي	الإنحراف المعياري
01	الوضعية أ.	6,6900	1,51554
02	الوضعية ب	6,5900	2,27012
03	مستوى تطور الحلم	4,3100	1,04151
04	الكثافة الحسية	6,9800	3,09114
05	الإتصال مع الواقع	7,1200	3,32204
06	قيمة الحلم	4,8100	1,06073

الجدول رقم(13) يبين تكرارات الإجابة عن أبعاد بنية أحلام اليقظة القهرية

رقم	الفقرة	النسبة المئوية		
		دائما	أحيانا	نادرا
01	أقحم نفسي داخل الحلم	47	23	30
02	غيرت من شكلي في الحلم.	52	23	16
03	في معظم الأوقات أرى نفسي الشخصية الرئيسية في الأحلام	40	36	24
04	أرى نفسي في الحلم على أنني شخص آخر.	43	38	17
05	أرى أشخاص لا علاقة لها بأحلامي	47	42	11
06	أحلم بشخصيات أخرى داخل العائلة	38	45	17
07	كل يوم يتغير موضوع حلمي.	44	39	17
08	أحافظ في حلمي على نفس العلاقات على مدار السنة.	31	44	25
09	حياتي في الحلم لا علاقة لها بالواقع الحقيقي.	12	42	46

20	45	35	10	هناك أشخاص حقيقيون يشكلون جزءا من الحلم.
12	34	54	11	هناك أحداث حقيقية تؤثر على حلمي
16	41	43	12	أرى في حلمي كل ما سلبي وحزين
00	46	54	13	يعالج حلمي المواضيع السلبية والإيجابية في نفس الوقت
15	50	45	14	أذرف دموعا خلال الحلم
12	44	44	15	أشم بعض الروائح العطرية في الحلم.
21	51	28	16	أحيانا أجد نفسي أكتفي بالإبتسامة لأحدهم.

يتضح من خلال الجدول رقم (13) أن البعد الخاص بمدى ارتباط أحلام اليقظة القهرية بالواقع جاء بمتوسط مرتفع قدر بـ 7.120، فمن خلال استجابات أفراد العينة أن 46 % يرون بأن أحلامهم لا ترتبط بالواقع المعاش. في المرتبة الثانية نجد أن أحلام أفراد العينة تتميز بكافة حسية مهمة، إذ عبر 45 % من الحالات بأنهم يذرفون دموعا، و44 % يشتمون روائح عطرية، في حين أنه 28 % فقط يكتفون بالإبتسامة.

كما يتضح من خلال نفس الجدول بأن نسبة كبيرة من أفراد العينة يتمركزون في الوضعية أ، بنسبة قدرت 47 % بحيث أنهم يقمرون أنفسهم داخل الأحلام كشخصيات رئيسية، بالمقابل نجد بأن 52 بالمئة قد غيروا من شكلهم الخارجي. في حين الوضعية ب، فقد تبين بأن 43 % من أفراد العينة يرون أنفسهم على أنهم شخصيات أخرى.

تجلت قيمة الحلم في أن 43 % من أفراد العينة من ذوي الأحلام السلبية والحزينة، وبما أنهم يغيرون مواضيع الأحلام والذين بلغت نسبتهم 44 %، فإن 54 % من الطلبة يتأرجحون بين المواضيع الحزينة والسعيدة.

- نتائج الفرضية الأولى: هل هناك فروق في محتوى الأحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس، السن، التخصص

الجدول رقم(14) يبين الفروق في محتوى الأحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس

الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	الدلالة المعنوية
ذكور	64,8302	9,93776	0.561	0.576
إناث	63,4681	14,19561		

يتضح من خلال الجدول رقم(14) أنه لا توجد فروق في محتوى أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس، حيث قدرت ت ب 0.561 غير دالة إحصائياً.

الجدول رقم (15) يبين الفروق في محتوى الأحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير السن

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	ف	الدلالة المعنوية
ما بين المجموعات	1147,224	2	573,612	4.182	0.018
داخل المجموعات	13304,166	97	137,156		
الكلي	14451,390	99			

يتضح من خلال الجدول رقم(15) أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في محتوى أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير السن، حيث قدرت ت ب 4.182، عند مستوى دلالة 0.05 ولمعرفة فروق هاته الاتجاهات تم استخدام إختبار شيفيه للمقارنة البعدية.

الجدول رقم (16) يبين المقارنة البعدية لمعرفة اتجاهات الفروق

Comparaisons multiples :

Variable dépendante: المحتوى

Scheffé

(I) AGE	(J) AGE	Différence moyenne (I- J)	Erreur standard	Sig.	Intervalle de confiance à 95 %	
					Borne inférieure	Borne supérieure
18 A 23	23 A 28	-5,12571	2,45128	,118	-11,2197	,9682
	PLU BDE 28	-11,41071*	4,51776	,046	-22,6420	- ,1794
23 A 28	18 A 23	5,12571	2,45128	,118	-,9682	11,21 97
	PLU BDE 28	-6,28500	4,45956	,374	-17,3716	4,801 6
PLU BDE 28	18 A 23	11,41071*	4,51776	,046	,1794	22,64 20
	23 A 28	6,28500	4,45956	,374	-4,8016	17,37 16

*. La différence moyenne est significative au niveau 0.05.

يتضح من خلال الجدول رقم (16) بأن توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين المجموعتين 18- 23 سنة و 23 سنة فما فوق لصالح المجموعة الأولى.

الجدول رقم (17) يبين الفروق في محتوى الأحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير التخصص

الدلالة المعنوية	ت	الانحراف المعياري	المتوسط الحسابي	الجنس
0.692	-0.397	11,61414	63,8571	علم النفس
		12,83954	64,8372	علم الإجتماع

يتضح من خلال الجدول رقم (17) أنه لا توجد فروق في محتوى أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير التخصص، حيث قدرت ت ب -0.198، تعتبر غير دالة إحصائياً.

- عرض نتائج الفرضية الثانية: هناك فروق في بنية الأحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير السن، الجنس، التخصص.

الجدول رقم(18) يبين الفروق في بنية الأحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس

الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	الدلالة المعنوية
ذكور	36.339	6.192	0.606	0.546
إناث	35.723	3.386		

يتضح من خلال الجدول رقم (18) أنه لا توجد فروق في بنية أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس، حيث قدرت ت ب 0.606، تعتبر غير دالة إحصائياً.

الجدول رقم(19) يبين الفروق في بنية الأحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير السن

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	المربع	ف	الدلالة المعنوية
ما بين المجموعات	25.465	2	12.733	0.493	12,6
داخل المجموعات	2505.285	97	25.828		
الكلي	2530.756	99			

يتضح من خلال الجدول رقم(19) أنه لا توجد فروق في بنية أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير السن، حيث قدرت ت ب 0.493، تعتبر غير دالة إحصائياً.

الجدول رقم(20) يبين الفروق في بنية الأحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير التخصص

التخصص	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	الدلالة المعنوية

0.633	0.479	6.239	36.285	علم النفس
		3.004	35.790	علم الإجتماع

يتضح من خلال الجدول رقم(20) أنه لا توجد فروق في بنية أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير التخصص، حيث قدرت ت ب 0.479، تعتبر غير دالة إحصائياً.

- عرض نتائج الفرضية الثالثة: توجد فروق في عدد الإستغراق في أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس، السن، التخصص.

الجدول رقم (21) يبين الفروق عدد ساعات الإستغراق في الأحلام تعزى لمتغير الجنس

الجنس	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	الدلالة المعنوية
ذكور	2.188	0.590	-1.070	0.287
إناث	2.319	0.629		

يتضح من خلال الجدول رقم(21) بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في عدد الساعات التي يستغرقها الطالب الجامعي في أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس، حيث قدرت قيمة ت ب -1.070، وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

الجدول رقم(22) يبين فروق في عدد ساعات الإستغراق في الأحلام تعزى لمتغير التخصص.

التخصص	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	ت	الدلالة المعنوية
علم النفس	2.196	0.585	-1.042	0.300
علم الاجتماع	2.325	0.644		

يتضح من خلال الجدول رقم (22) بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في عدد الساعات التي يستغرقها الطالب الجامعي في أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير التخصص، حيث قدرت قيمة ت ب -1.042 ، وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

الجدول رقم (23) يبين فروق في عدد ساعات الإستغراق في الأحلام تعزى لمتغير السن.

الدالة المعنوية	ف	متوسط المربعات	درجة الحرية	مجموع المربعات	مصدر التباين
0,356	1.045	0.388	2	0.775	ما بين المجموعات
		0.371	97	35.975	داخل المجموعات
			99	36.750	الكلي

يتضح من خلال الجدول رقم (23) بأنه لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية في عدد الساعات التي يستغرقها الطالب الجامعي في أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير السن، حيث درت قيمة ف ب 1.045 وهي قيمة غير دالة إحصائياً.

2- مناقشة وتفسير النتائج:

1-2 مناقشة نتائج التساؤل الأول: والذي ينص على ما يلي: "ما محتوى أحلام اليقظة القهرية لدى الطالب الجامعي؟ بعبارة أخرى، ما هي أكثر مواضيع أحلام اليقظة القهرية شيوعاً لدى الطالب الجامعي؟"

تبين من خلال النتائج المتحصل عليها بأن من أكثر المواضيع شيوعاً والتي يحلم بها الطالب الجامعي هي المواضيع التي تعالج موضوع ترميم الماضي حيث جاء في المرتبة الأولى، تليها

المواضيع المتعلقة بالمشاعر السلبية. يبدو أن أفراد العينة من الطلبة الجامعيين لا زالو سجناء الماضي بالتحديد سجناء اللاشعور، بحيث يقول مانفرد كتس Manfred Kets de Vrie بما معناه بأنه من يعيش في الماضي، يجد نفسه يكرر نفس الأحداث السابقة، لطن الطلبة يعيدونه في أحلامهم، وهو دليل على عدم تقبل الماضي بكل تجاربه السابقة الغير مستدخلة. تعود مثل هذه المواضيع لتجارب الطفولة المعاشة وللعلاقات الأولية المبكرة التي تربطه بالمحيط الذي ينتمي إليه. يبدو أن الطلبة لم يتقبلوا الماضي فهو مؤلم، به صراعات داخلية لم تحل، فيلجأ إلى مجموعة من الإشباعات المؤقتة، يغير فيها الطالب بعض الأحداث، يقصي من شخصيات وابتكر شخصيات أخرى تتوافق ورغباته وطموحاته.

ندعم هاته الفكرة بما أشارت إليه Elisa Pinieri (2021) حول أن الأحلام التي يكون محتواها موجه نحو الماضي تكون أقل وظيفية، ومن الممكن أن تكون مرتبطة بمزاج سلبي للشخص الحالم. في حين الأحلام الموجهة نحو المستقبل تكون عملية ومتكيفة. أكدت الأبحاث على أهمية أخذ بعين الاعتبار نسق ومحتوى الأحلام حتى يتسنى فهم كيف لهذه الأخيرة أن تكون سلبية أو إيجابية. وحسب ما أشارت إليه Simrui Ikiz (2020:76) أن تحلم معناه رفض أخذ الواقع بعين الاعتبار، معناه رفض الاعتراف بالحرمان والاختلافات الموجودة في الرباط مع الموضوع.

كما كشفت نتائج الدراسة التي قامت بها Alexandra Sandor (2020) أن تجارب الطفولة الصادمة مثل الإهمال العاطفي والجسدي، والاعتداء العاطفي والجسدي والجنسي بشكل ملحوظ تزيد من احتمالية الإصابة بأحلام اليقظة القهرية، في حين أن الخلل الوظيفي الأسري لم يثبت أنه من العوامل المنبئة. كما تبين أن الإهمال العاطفي و الإساءة العاطفية في الطفولة هي أكثر عوامل الخطر ذات الصلة بتطوير أحلام اليقظة القهرية. ترى Alexandra Sandor (2020) أن أحلام اليقظة في هاته الحالة تصبح ملاذ آمن أو ملجأ يتيح الفرصة للهروب من التفاعلات المؤلمة والضارة غير المقبولة وتجارب مثل الوحدة والعزلة و الإهمال.

كما توصل كل من Eli Somer, Abu- Rayya (2020) إلى أن هناك ارتباط بين صدمة الطفولة المبلغ وأحلام اليقظة القهرية وذلك لصراف الانتباه عن الذكريات المؤلمة، حيث ارتبط تاريخ من الإهمال الجسدي والعاطفي للطفولة وكذلك الإساءة العاطفية بأحلام اليقظة التي تهدف

إلى تنظيم الألم العاطفي. كما ارتبط تعرض الطفولة للإيذاء الجسدي والعاطفي بزيادة احتمالية أحلام اليقظة حول نسخة مثالية من عائلاتهم الأصلية.

إن تجارب الماضي المؤلمة خاصة تجارب الطفولة التي تغطي عليها أشكال الإساءة خاصة اللفظية لها آثار ذاكرية سلبية تؤدي إلى بناء عالم خيالي داخلي، تحوي العديد من الإشباعات تعوض الحرمانات التي يعيشها الفرد في الواقع الخارجي بدلا من العمل على تقبلها والمضي قدما.

جاء موضوع المشاعر السلبية في المرتبة الثانية، مباشرة بعد موضوع ترميم الماضي. عادة ما تكون محاولة ترميم الماضي مصحوبة بمشاعر سلبية مكبوثة نظرا للتجارب الماضية المؤلمة الغير مستدخلة والصراعات النفسية الغير محلولة، ندعم هاته الفكرة بمستوى المرتفع من الكثافة الحسية التي تتميز بها أحلام اليقظة القهرية، حيث أن 45 % من الطلبة يذرفون دموعا خلال الأحلام.

إن عدم التقبل الماضي عادة ما يكون مصحوب بمشاعر سلبية، يجعل الحالم يبتكر عالما جديدا، ويبتكر شخصيات جديدة بديلة عن الشخصيات الحقيقية الموجودة في الواقع. تتوافق هذه الشخصيات المبتكرة مع استيهامات الطالب ورغباته الغير المشبعة.

2-2 مناقشة نتائج التساؤل الثاني: والذي ينص على: ما هي الخصائص المميزة لبنية أحلام اليقظة لدى الطالب الجامعي؟

إتضح من خلال النتائج التي تم التحصل عليها، أن أهم ما يميز بنية أحلام اليقظة لدى الطالب الجامعي هو عدم ارتباطها بالواقع، فهي خاصة تميز أحلام اليقظة القهرية التي لا علاقة لها بواقع الحالم من حيث الأشخاص الحاضرين والأحداث مقارنة أحلام اليقظة التي تنطوي على أشخاص و/أو أحداث تنتمي إلى واقع الحالم. إن مثل هذه الأحلام هي أكثر إشباعاً من الواقع ولاسيما عندما يعاني الأفراد أثناء تفاعلاتهم اليومية للكثير من الإحباطات والمخاوف ومشاعر العجز والاضطهاد ولا يستطيعون مواجهتها على أرض الواقع، الأمر الذي يدفعهم إلى اللجوء إلى أحلام اليقظة كوسيلة لتجاوز هذه الصعوبات والتكيف مع المخاوف ومشاعر اليأس التي يواجهها، وبذلك فهي تشكل أداة للهروب من الواقع. (فتيحة جابر، 2019، ص.76) كما و

تتفق النتيجة مع دراسة , Elisa Pinieri (2021) حيث توصلت هي الأخرى بأن أحلام اليقظة القهرية ليست لها صلة بالواقع.

تبين أيضا من خلال الدراسة أن مستوى الكثافة الحسية الموجودة في أحلام اليقظة القهرية تدل على التفاعل العاطفي مع ما يراه الحالة في حلمه، على أنها مشاعر حقيقية لكنه لم يستطع التعبير عنها في الواقع نظرا لوجود مجموعة من الحواجز تمنعه من ذلك، تتفق النتيجة أيضا مع دراسة دراسة صفاء أحمد عجاجة، رحاب أحمد يحي (2022) يتميز بروفايل طالبات الجامعة اللاتي يعانين من أحلام اليقظة بدرجات مرتفعة من التخيل الحسي البصري. كما توصلت الدراسة إلى أن قيمة الحلم لدى الطالب الجامعي سلبية بحيث توصلت النتائج إلى أن 43 بالمئة من العينة ترى في أحلامها كل ما هو سلبي، تتفق النتيجة مع دراسة صفاء أحمد عجاجة، رحاب أحمد يحي (2022) التي كشفت عن وجود محتوى سلبي في أحلام اليقظة وكذلك أثرتها اللاتكيفي.

ما يميز بنية أحلام اليقظة القهرية لدى الطالب الجامعي هو تمركزه في وضعية الحالم أ بالمقارنة مع الوضعية ب، أين يضع نفسه في الأحلام كشخصية رئيسية تدور حولها الأحداث ويصوغ لها سيناريوهات يكون هو البطل فيها، هذا دليل على أن الحالم يبحث عن مكانة مهمة له في الحلم لم يتمكن من الحصول عليها في الواقع، فيحلم بأنه هو محل الاهتمام وبأنه يحقق كل الإشباع التي كان يطمح لها في الواقع، والأهم يشعر في حلمه بأنه معجب به بما فيه الكفاية، كما يحلم أيضا بأنه يتحصل على الإعتراف الاجتماعي الذي ربما يفترق إليه في العالم الحقيقي. حسب س. فرويد في كتابه نظرية الأحلام، إن أحلام اليقظة هي مشاهد وحوادث تجد فيها أنانية الحالم وطموحاته وحاجته إلى القوة والسلطة ورغباته وتلبية رغباته الأيروسية.

وصولاً إلى قيمة الحلم لدى الطلبة الجامعيين، ، فقد تبين أن 54 بالمئة من الطلبة يعالجون في أحلامهم مواضيع سلبية وإيجابية في نفس الوقت، نحن نعتقد أن الشعور بالذنب الذي ينتاب الطالب اتجاه كل ما هو سلبي يحمله يفكر في الأحداث الإيجابية متأثراً بمشهد تلفزيوني أو حادث أو خبرة مر بها. تتفق النتيجة مع دراسة كل من Aurélie Kündig et Cindy Roth (2018) توصلوا إلى أن الأفراد في أحلام اليقظة العادية يميلون إلى المواضيع الإيجابية، في حين تتأرجح أحلام اليقظة القهرية بين ما هو سلبي وما هو إيجابي. تختلف النتيجة مع دراسة

Elisa Pinieri (2021) التي توصلت إلى أن غالبية أفراد العينة لديهم أحلام إيجابية أكثر منها سلبية.

وما يميز أيضا بنية أحلام اليقظة القهرية مستوى تطور الحلم، نجد أن أفراد العينة يطورون من أحلامهم ويغيرونها بين الحين والآخر وهي ميزة أساسية في أحلام اليقظة القهرية فقد تبين لنا أن أفراد العينة من الطلبة الجامعيين يغيرون من أحلامهم بنسبة 44%. يتأثر موضوع الحلم بالأحداث الماضية، واليومية التي يعيشها الحالم، أو صور يراها أو كلمات يسمعها الحالم في الواقع، أحيث لديه ذكرى من الماضي مصحوبة بشحنات عاطفية سلبية أو إيجابية.

2-3- مناقشة نتائج الفرضية الأولى: والتي تنص على وجود فروق في محتوى أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس، السن، والتخصص؟

تبين من خلال النتائج المتحصل عليها أنه لا توجد فروق في محتوى أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس، باعتبار أن الطلبة الجامعيين من ذكور وإناث يدرسون في نفس المستوى تقريبا، وفي نفس الجامعة فيمكن القول بعدم وجود فروق، لديهم نفس الاهتمامات والانشغالات التي تنعكس في أحلامهم، تتفق هاته النتيجة مع دراسة مها حسن بكر (2015) حيث توصلت هي الأخرى إلى عم وجود فروق دالة في مستوى أحلام اليقظة تعزى لمتغير الجنس والتخصص. بالمقابل تختلف النتيجة المتحصل عليها مع دراسة سماح جمال (2005) والتي توصلت إلى وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين الإناث والذكور في مواضيع الأحلام: البطولة، الشهرة، الثراء لصالح الذكور.

كما توصلت الدراسة إلى عدم وجود فروق في محتوى أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير التخصص، تتفق النتيجة مع دراسة علي تركي نافل القريشي (2002) التي كشفت عن وجود فروق في أحلام اليقظة وفق متغير الجنس والتخصص.

تبين أيضا من خلال النتائج أنه توجد فروق ذات دلالة إحصائية في محتوى أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير السن، يعتبر عامل السن عنصرا فاصلا في طريق التفكير، فكل مرحلة عمرية تفرض طريقة تفكير معينة، وتفرض أيضا أهداف وطموحات تتناسب وسن الطلبة خاصة وأنهم في مستوى دراسي جامعي تكثر فيه المتطلبات والتطلعات المستقبلية.

2-4- مناقشة نتائج الفرضية الثانية: والتي تنص على أنه هناك فروق في بنية أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس، السن، والتخصص ؟

قد تبين من خلال النتائج المتحصل عليها عدم وجود فروق في بنية أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس، السن، والتخصص. تبين من خلال نتائج التي تحصلت عليها Elisa , Pinieri (2021) على وجود علاقة بين محتوى الأحلام وبنيتها، وبأن المحتوى ينعكس على بنية أحلام اليقظة القهرية.

2-5- مناقشة نتائج الفرضية الثالثة : والتي تنص على أنه هناك فروق في ساعات الاستغراق في أحلام اليقظة القهرية تعزى لمتغير الجنس، السن، والتخصص ؟

تبين من خلال النتائج المتحصل عليها عدم وجود فروق في المدة التي يستغرقها الطالب الجامعي باختلاف سنه وتخصصه، ولا يوجد إختلاف بين الذكور والإناث. يبدو أن ساعات الإستغراق في الأحلام لا تتأثر بالسن، أو الجنس أو حتى التخصص مادام أنها تشبع الرغبات الغير مشبعة، خاصة وأن هذا النوع من الأحلام لا يتطلب الكثير سوى توفير الظروف المناسبة لذلك. مع العلم أن أفراد العينة يستغرقون وقت طويل في الأحلام ما بين 5 إلى 10 ساعات بنسبة 57 %، و 34 % من أفراد العينة يستغرقون أكثر من 10 ساعات في أحلام اليقظة.. تتفق النتيجة مع دراسة (Sofia Glassier 2022) التي كشفت هي الأخرى عن إرتفاع في عدد الساعات التي يقضيها الأفراد في أحلام اليقظة القهرية في المنزل بالمقارنة ممن يحملون أحلام يقظة عادية، فالوقت الذي يقضيه الحالمون القهريون مرتفع بنسبة كبيرة والتي ترتبط بحالة القلق والإكتئاب، ويشعرون بانخفاض في الرضا والهدوء والسكينة. بالإضافة إلى دراسة صالح محمد صالح، ضياء فيصل حرجان (2015) أسفرت النتائج عن أن الطلاب يستغرقون في أحلامهم أكثر من المستوى الطبيعي والمقبول.

خاتمة

كشفت أحلام اليقظة القهرية لدى أفراد العينة من الطلبة الجامعيين عن عديد من الحاجات والرغبات النفسية والاجتماعية الشعورية واللاشعورية منها الغير مشبعة التي يسعى إلى تحقيقها في عالم الإستيهامات، يستغرقون فيها مدة من الزمن لحماية أنفسهم من الهشاشة النرجسية، وتوسيع حدود أناهم الضعيف الذي لا يقوى على مواجهة المواقف الضاغطة التي يعيشها، فيفضلون الأحلام كحديث نفس بدلا من مشاركة هذه الحاجات مع الآخرين من ذويهم، فمن شأن ذلك أن يغير مسار الأمور وتصبح واقعية قدر الإمكان، بدلا من أن تكون مجرد تصورات ذهنية ذات تحريض نفسي تثير في النفس مجموعة من النزوات و المخاوف، في حين يمكن استغلالها مستقبلا على نحو آخر ملموس وأكثر إيجابية وواقعية، فحسب ما أشارت إليه سهام كاظم نمر فإن بوسع أحلام اليقظة المساعدة في تحسين المهارات سواء كانت مادية، اجتماعية أو فكرية.

- الإقتراحات:

- إعداد برامج علاجية إرشادية للتخفيف من المستوى المرتفع للوقت المستغرق في أحلام اليقظة القهرية لدى الطالب الجامعي .
- إعداد برامج إرشادية لتعديل أشكال أحلام اليقظة من الأسلوب السلبي إلى الأسلوب الإيجابي، أو التركيز على أحلام اليقظة ذات التطلعات المستقبلية .
- إنشاء خلية إصغاء تتكون من أخصائيين نفسانيين للتكفل بانشغالات الطلبة الجامعيين .
- إجراء دراسات سابقة حول موضوع أحلام اليقظة وعلاقتها بالتنظيم الإنفعالي، وعلاقتها بالوسواس القهري، وفرط النشاط الحركي.

قائمة المراجع

- المراجع باللغة العربية:

- تمار محمد عزيز. ندى فتاح زيدان. (2018). تصميم برنامج إرشادي وفقا لنظرية إليس في تعديل أحلام اليقظة لدى المراهقات في مدينة الموصل، مجلة دراسات موصلية. العدد 47، 2018. ص ص 135-160.
- حسن بكر مها. (2015). أحلام اليقظة وعلاقتها بسلوك العزلة لدى طلبة الجامعات الأهلية في مركز محافظة أربيل، مجلة الفتح، العدد 63. المجلد 11. ص ص 273-301.
- الحفني عبد المنعم. (2005). موسوعة عالم علم النفس. ط1. بيروت: دار نوبليس.
- تمار محمد عزيز، ندى فتاح (2018). تصميم برنامج إرشادي وفقا لنظرية إليس في تعديل أحلام اليقظة لدى المراهقات. دراسات موصلية. العدد 47. ص ص 135-160.
- جابر حسن سالم فتحية. (2019). أحلام اليقظة وعلاقتها الانغلاق النفسي لدى طلاب المرحلة الإعدادية المتأخرين دراسيا، مجلة دراسات تربوية واجتماعية. المجلد 25. العدد 10. ص ص 71-101.
- جدو عبد الحفيظ. (2019). استراتيجيات مواجهة الضغوط النفسية لدى المراهق ذو صعوبات التعلم، مجلة العلوم الاجتماعية. المجلد 16. العدد 01، ص ص 43-55.
- سامر جميل رضوان (2017). أحلام اليقظة. الأرشيف العربي العلمي. ص ص 02-05.
- صالح محمد صالح. ضياء فيصل حرجان (2015). أحلام اليقظة لدى طلاب المرحلة المتوسطة، مجلة الفتح، المجلد 11. العدد 62. ص ص 120-141.
- صالح مهدي صالح. ضياء فيصل (2015). أحلام اليقظة لدى طلاب المرحلة المتوسطة، مجلة الفتح. المجلد 11. العدد 62. ص ص 120-141.
- عجاجة صفاء أحمد. رحاب أحمد يحي. (2022). البروفائل النفسي لدى طالبات الجامعة اللاتي تعانين من أحلام اليقظة، مجلة كلية التربية. العدد 39. ص ص 673-720.

- عزب حسام الدين. حسام هيبية. سيد محمد منصور انتصار (2017). الكفاءة السيكومترية لمقياس أحلام اليقظة لدى المراهقين، العدد 50. الجزء 03. ص ص 243-277.
- كاظم نمر سهام. (2017) أحلام اليقظة وعلاقتها بتقدير الذات لدى طلبة المرحلة الثانوية، مجلة العلوم النفسية. العدد 19. ص ص 201-248.
- منى عتيق. الطلبة الجامعيون بين تصور المستقبل وتأسيس الهوية الإجتماعية. مجلة العلوم الإنسانية والإجتماعية. عدد خاص بالملتقى الدولي الأول حول الهوية والمجالات الإجتماعية في ظل التحولات السوسيوثقافية في المجتمع الجزائري. ص ص 397-416.

- المراجع باللغة الأجنبية:

- Alexandra Sandor, (2020). Psychometric properties of the Maladaptive Daydreaming Scale in a sample of Hungarian daydreaming-prone individuals, Journal of Behavioral
- Elisa Pinieri 2021. Maladaptive Daydreaming. Mémoire de Maîtrise universitaire en Sciences en Psychologie clinique et psychopathologie. Université de lausanne.
- (2020)- Eli Somer, Hisham M. Abu-Rayyaa,b, and Reut Brennera. . Childhood Trauma and Maladaptive Daydreaming. Journal of trauma & dissociation. pp 1-16.
- Jayne Bigelsen a, Jonathan M. Lehrfeldb , Daniela S. Jopp c , Eli Some (2016), Maladaptive daydreaming: Evidence for an under-researched mental health disorder, Consciousness and Cognition, 42, pp 254-266
- laplanche et pontalis.(1981). vocabulaire de la psychanalyse. 7^{eme} édition. Paris : PUF.

- Simruy Ikiz. (2020). Finir l'adolescence, Devenir Adulte : De la rêverie au projet, Thèse de doctorat, Spécialité : Psychologie Clinique, l'Université Sorbonne Paris Nord.
- Sofia Glassier, 2022, Rêverie compulsive et COVID-19: Un travail pour approfondir les effets de la pandémie sur une pathologie encore méconnue, Mémoire de Maîtrise universitaire ès Sciences en Psychologie clinique, Université de Lausanne.
- Zedelius, C. M., Protzko, J., Broadway, J. M., & Schooler, J. W. (2020, August 10). What Types of Daydreaming Predict Creativity? Laboratory and Experience Sampling Evidence. *Psychology of Aesthetics, Creativity, and the Arts*, 9 (2020) 3, pp 853–862.

قائمة الملاحق

الملحق رقم (01) يبين إستبيان أحلام اليقظة القهرية

- بعد محتوى أحلام اليقظة القهرية:

الرقم	العبرة	دائما	أحيانا	نادرا
01	أحلم أن أكون ممثل سينيمائي.			
02	أتصور نفسي مشهورا في كل وسائل الإعلام.			
03	أتخيل أنني أصل إلى مكانة تحقق لي الشهرة بين الناس			
04	أحلم أنني أقمت علاقة جنسية مع شريك الحياة.			
05	أحلم أنني مستقل عن أسرتي.			
06	أحلم بكيفية التخلص من تسلط والدي.			
07	أحلم بأنني أكون صداقات جديدة مختلفة عن أصدقائي الحقيقيين.			
08	أتخيل أنني في رحلة حول العالم مع أصدقائي.			
09	أتخيل نفسي أركب أفخم السيارات في العالم.			
10	أتخيل نفسي أشغل مكانة مرموقة في المجتمع.			
11	أحلم بكثرة الجنائز و الأموات.			
12	- أفكر دائما بالموت و عذاب القبر.			
13	- أحلم أنني أضحى بنفسى لكي أنقذ العالم من كارثة ضخمة.			
14	- أتخيل أنني أتبرع بأحد أعضاء جسمي لإنقاذ حياة شخص.			
15	- أتصور أنني أدافع عن الآخرين وأنقذ حياتهم.			
16	- أتخيل أنني ارتكب أعمال خاطئة تكون سبب فشلي.			
17	- ينتابني شعور بكره لبعض الأشخاص.			

			18 - ينتابني شعور بالحزن و الإكتئاب.
			19 - أتصور نفسي ذو منصب عالي.
			20 - أحلم بأنني رئيس ولدي مرؤوسين.
			21 - أحلم بأنني مسؤول عن جمعية خيرية.
			22 - أرى نفسي أنني تجاوزت صدمات الماضي.
			23 - أحلم نفسي أنني تجاوزت العلاقات الفاشلة التي دخلتها في الماضي.
			24 - أتصور نفسي استطعت تغيير السلبيات إلى الإيجابيات و النكسات إلى فرص.
			25 - أتصور نفسي أنني اخترعت إختراعا عظيم يفيد البشرية.
			26 - أحلم بأنني أمتلك منزلا و سيارة.
			27 - أحلم أنني حققت هدفي الذي عجزت عن تحقيقه في الواقع.

بعد بنية أحلام اليقظة القهرية:

رقم	الفقرة	دائما	أحيانا	نادرا
01	أقحم نفسي داخل الحلم			
02	غيرت من شكلي في الحلم.			
03	في معظم الأوقات أرى نفسي الشخصية الرئيسية في الأحلام			
04	أرى نفسي في الحلم على أنني شخص آخر.			
05	أرى أشخاص لا علاقة لها بأحلامي			
06	أحلم بشخصيات أخرى داخل العائلة			
07	كل يوم يتغير موضوع حلمي.			
08	أحافظ في حلمي على نفس العلاقات على مدار السنة.			
09	حياتي في الحلم لا علاقة لها بالواقع الحقيقي.			

			10	هناك أشخاص حقيقيون يشكلون جزءا من الحلم.
			11	هناك أحداث حقيقية تؤثر على حلمي
			12	أرى في حلمي كل ما سلبي وحزين
			13	يعالج حلمي المواضيع السلبية والإيجابية في نفس الوقت
			14	أذرف دموعا خلال الحلم
			15	أشم بعض الروائح العطرية في الحلم.
			16	أحيانا أجد نفسي أكتفي بالإبتسامة لأحدهم.

الملحق رقم (02) يمثل أسماء الأساتذة المحكمين

رقم	الأستاذ المحكم	الرتبة	جامعة الإنتماء
01	بن لباد سيد أحمد	أستاذ محاضر أ	إبن خلدون تيارت
02	منهوم محمد	أستاذ محاضر أ	إبن خلدون تيارت
03	هدور سميرة	أستاذ محاضر أ	إبن خلدون تيارت
04	هبري منال	أستاذة متعاقدة	إبن خلدون تيارت
05	بن سعدون فتيحة	أستاذ مساعد أ	إبن خلدون تيارت

الملحق رقم (03) يبين نتائج الدراسة المستخرجة من برنامج

SPSS

- متوسطات أبعاد محتوى أحلام اليقظة القهرية:

Statistiques descriptives

	N	Minimum	Maximum	Moyenne	Ecart type
الشهرة	100	1,00	9,00	6,6800	1,92212
العلاقات الحميمة	100	1,00	32,00	2,5000	3,07318
العائلة	100	2,00	6,00	4,4500	1,00880
الأصدقاء	100	2,00	6,00	4,5800	1,11174
الحياة المثالية	100	2,00	6,00	4,6500	,98857
وجود الموت	100	2,00	35,00	5,2500	4,75326
الخطر والعنف	100	3,00	9,00	6,6500	1,45210
مشاعر سلبية	100	3,00	35,00	7,4000	3,48735
ابتكار شخصية	100	3,00	37,00	7,3400	3,88787
تريمماتسي	100	3,00	37,00	7,4400	4,76163
أسفاكات	100	3,00	9,00	7,1100	1,32494
N valide (liste)	100				

متوسطات أبعاد بنية أحلام اليقظة القهرية:

Statistiques descriptives

	N	Minimum	Maximum	Moyenne	Ecart type
وضعية	100	3,00	8,00	6,1600	1,74495
وضعية تب	100	4,00	9,00	6,6700	1,30310
مستوى تطور	100	2,00	6,00	4,3100	1,04151
قيمة الحلم	100	3,00	6,00	4,8100	1,06073
الكثافة	100	4,00	35,00	6,9800	3,09114
الاتصال	100	4,00	38,00	7,1200	3,32204
N valide (liste)	100				

جامعة ابن خلدون - تيارت
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس و الأطفوليا و الفلسفة

تصريح شرفي
خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإتجاز بحث
(ملحق القرار الوزاري رقم 1082 المؤرخ في 2020/12/27 المتعلق بقوانين ومحاربة السرقة العلمية)

أنا المعضي أدناه،
الطبيب (ة)

المحمل لبطاقة التعريف الوطنية رقم والصغيرة بتاريخ :

المسجل (ة) بكلية : العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم : علم النفس والعلاج النفسي والأطفال
و المكلف بإتجاز أعمال بحث مذكرة التخرج ماستر عنوانها :

محتوى البحث :
المجال :
شعبة : علم النفس تخصص : علم النفس العملي

أصرح بشرفي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية للنزاهة الأكاديمية المطلوبة في إتجاز البحث المذكور أعلاه. شرفي

التاريخ

إمضاء المعضي

29 156 195
2023 04 25
2023 جوان 08



جامعة ابن خلدون - تيارت
كلية العلوم الإنسانية والاجتماعية
قسم علم النفس و الأروطفونيا و الفلسفة



تصريح شرفي

خاص بالالتزام بقواعد النزاهة العلمية لإتجاز بحث

(مئق القرار الوزاري رقم 1082 المؤرخ في 2020/12/27 المتعلق بقوقاية ومحاربة السرقفة العلمية)

أنا المعضي أثناء،

الطالب (ة) علو سب خلدون بنو راء

الحامل لبطافة التعريف الوطنية رقم 208790980 والصادرة بتاريخ: 2023/01/29

المسجل (ة) بكلية: العلوم الإنسانية والاجتماعية قسم: علم النفس والفلسفة والأروطفونيا

و المكلف بإتجاز أعمال بحث مذكورة التخرج ماستر عنوانها:

مستوعبات أحكام البصائر الفقهية ومبادئها عند المالاب الجامعي

شعبة: تخصص: علم النفس العمياء

أصرح بشرفي أنني ألتزم بمراعاة المعايير العلمية والمنهجية ومعايير الأخلاقيات المهنية النزاهة الأكاديمية المطلوبة في إتجاز البحث المذكور أعلاه.

التاريخ

امضاء المعضي



علو سب خلدون بنو راء
مفاتيح البحث

08 JUN 2023

