العدد 13 مجلة دراسات في الإنسانيات والعلوم التربوية نيسان 2026
No. 13 Journal of Studies in Humanities and Educational Sciences April 2026
Print ISSN 3006-3256 Online ISSN 3006-3264

الأنهيدونيا لدى طلبة الجامعة

م.د. ريام كاظم كريم
جامعة القادسية/كلية الآداب
reyaam.kadhim@qu.edu.iq

المستخلص: هدف البحث الحالي التعرف إلى الأنهيدونيا لدى طلبة الجامعة والتي تُعرَّف بأنها نقص القدرة على تجربة الاستمتاع في الأنشطة التي من المفترض أن تكون ممتعة. وكذلك استهدف البحث الكشف عن الفروق في الأنهيدونيا تبعاً لـ: الجنس، والتخصص، والمرحلة الدراسية لدى طلبة الجامعة, طُبِق البحث على عينة (400) طالب وطالبة, من طلبة جامعة القادسية للدراسة الصباحية من التخصصات (العلمية والإنسانية) والمرحلتين (الثانية والرابعة) والجنس (الذكور والإناث) للعام الدراسي 2025-2026, اختيروا بالطريقة الطبقية العشوائية, وتحقيقياً للأهداف استخدمت الباحثة مقياس سنايث وهاملتون (Snaith & Hamilton,1995) بعد أن قامت بتعريبه والتحقق من خصائصه السيكومترية (الصدق والثبات) والذي تكون من (14) فقرة بصيغته النهائية, وتوصل البحث إلى إمتلاك طلبة الجامعة مستويات ضئيلة جداً من الأنهيدونيا، ووجود فروق دالة إحصائياً في الأنهيدونيا لصالح التخصصات العلمية مقابل الإنسانية، ولدى المرحلة الثانية مقابل المرحلة الرابعة، ولدى الذكور مقارنة بالإناث, كذلك ظهرت النتائج وجود تأثيرات دالة إحصائياً للتفاعلات الثنائية والثلاثية بين (الجنس، التخصص، والمرحلة) في التأثير على الأنهيدونيا. وانتهى البحث إلى جملة من التوصيات والمقترحات.

"الكلمات المفتاحية": الأنهيدونيا, مقياس سنايث وهاملتون, طلبة الجامعة.

Anhedonia Among University Students

L.Dr. Riyam Kadhim Kareem

"Abstract"

The current research aimed to identify the level of Anhedonia among university students and to uncover the statistically significant differences based on gender, academic specialization, and study level. The research was applied to a sample of (400) male and female students from the University of Al-Qadisiyah (morning study), representing both scientific and humanistic specializations, the second and fourth academic levels, and both genders (males and females) for the academic year 2025–2026. The sample was selected using the stratified random sampling method. To achieve these objectives, the researcher utilized the Snaith & Hamilton Anhedonia Scale (Snaith & Hamilton, 1995) after translating it into Arabic and verifying its psychometric properties (validity and reliability), resulting in a final version consisting of (14) items.The findings revealed that university students possess very low levels of Anhedonia. Furthermore, statistically significant differences in Anhedonia were found in favor of scientific specializations compared to humanistic ones, the second level compared to the fourth level, and males compared to females. The results also indicated statistically significant effects for the two-way and three-way interactions among (gender, specialization, and academic level) on Anhedonia. The research concluded with a set of recommendations and suggestions.

Keywords: Anhedonia, University Students, Snaith & Hamilton Scale.

مشكلة البحث : يحتاج الطلبة التكيف مع الحياة الجامعية لأنها مرحلة انتقالية مهمة وحرجة في حياتهم ويواجهون فيها مزيجاً معقداً من الصعوبات والضغوط والتحديات الأكاديمية والاجتماعية والنفسية التي قد تؤثر سلبًا على تكيفهم النفسي وعلى صحتهم الوجدانية, والبعض منهم يكون غير قادر على مواجهتها والتصدي لها, مما قد يؤدي إلى الشعور بالعجز وفقدان الدافعية وظهور بعض الاضطرابات أو الأعراض النفسية منها الأنهيدونيا Anhedonia (عجز الابتهاج أو فقدان القدرة على الشعور بالمتعة والاستمتاع)، والتي تُعد من المفاهيم الحديثة المهمة في علم النفس، وتشير إلى فقدان الاستمتاع بالمشاعر الايجابية وانخفاض أو فقدان الاستمتاع بالأنشطة التي كانت سابقًا ممتعة، وفقدان الدافع للقيام بها, مثل التفاعل الاجتماعي، والهوايات، والتحصيل الأكاديمي, والأنشطة اليومية.(احمد وآخرون,2026:ص85)

وقد أكدت الدراسات الحديثة التي أُجريت على طلبة الجامعة أن الانهيدونيا اصبحت ظاهرة منتشرة في البيئة الجامعية؛ ومنها الدراسة التي أجراها ستيوارت وآخرون (Stewart et al., 2019) في جامعة تكساس بالتعاون مع جمعية العلوم النفسية على عينة كبيرة من طلبة الجامعة بلغت (10,005) أكدت أن "الانهيدونيا" تمثل العَرَض الأكثر تأثيراً من أعراض الاكتئاب التي يعاني منها طلبة الجامعة في الوقت الحاضر, بالإضافة إلى التشاؤم والنفور من الذات والحزن، وكذلك أظهرت الدراسة أن أثر الانهيدونيا لا يقتصر على الجانب النفسي للطلبة، بل يمتد لدفع الطلبة لتبني سلوكيات تكيفية غير صحيحة (Stewart et al., 2019,p.p.1-4), وهذا ما اكدته دراسة باركر وآخرين (Barker et al., 2025) التي أظهرت أن "الطلبة الذين يعانون من مستويات مرتفعة من الأنهيدونيا يميلون إلى العزلة والاعتماد على المواد المنبهة والتدخين كآلية تعويضية عن غياب الشعور بالاستمتاع (Barker et al., 2025,p.5), ومن خلال ملاحظة الباحثة للواقع الجامعي كونها تدريسية فيه، وجود دلالات تشير إلى انخفاض تفاعل الطلبة مع الأنشطة الأكاديمية، وضعف الدافعية والحماس وقلة الشعور بالمتعة والملل عند وجودهم في المحاضرات, وبالرغم من خطورة هذه الظاهرة وتأثيرها الكبير على تحصيل الطلبة الجامعيين، إلا أن الباحثة لاحظت (في حدود علمها) محدودية الدراسات العربية والمحلية التي حاولت رصد وجود الأنهيدونيا بين طلبة الجامعة, مما يستدعي دراسة هذه الظاهرة بشكل علمي دقيق. وبناءً على ذلك تتحدد مشكلة البحث الحالي في محاولة الإجابة عن التساؤلات الآتية:

هل يعاني طلبة الجامعة من الانهيدونيا؟

أهمية البحث: تظهر أهمية البحث من أهمية المرحلة الجامعية بوصفها مرحلة تكوين شخصيات الطلبة وتكوين اتجاهاتهم وصقل قدراتهم المعرفية والانفعالية والاجتماعية، ويواجه الطلبة خلال هذه المرحلة مجموعة من التحديات والضغوط التي قد تنعكس بشكل مباشر على نفسياتهم ومزاجهم, ومن هنا برزت الحاجة المتنامية إلى دراسة الظواهر النفسية التي تحيط بطلبة الجامعة وتحديداً العوامل الانفعالية التي قد تؤثر بشكل مباشر في توازنهم النفسي ومستوى توافقهم ومسارهم الأكاديمي، ومن هذه الظواهر مفهوم الأنهيدونيا الذي يعني تراجع أو فقدان القدرة على الشعور بالمتعة والاستمتاع بالأنشطة التي كانت ممتعة سابقاً بالنسبة لهم (القرعيش,2025:ص6), كذلك دراسة الأنهيدونيا في هذه المرحلة لها أهمية وقائية كبيرة؛ فالدراسات تؤكد على أن ظهور الأنهيدونيا لدى طلبة الجامعة يعد من أقوى وأهم المؤشرات التنبؤية على احتمالية إصابة الطالب باضطراب الاكتئاب الحاد (MDD) أو اللجوء إلى السلوكيات الإدمانية كآلية دفاع في حياته، مما يضع الكشف المبكر عنها في الجامعة بمثابة حائط صد لحماية مستقبله. (Barker et al., 2025,p4)

ولم يعد العلماء ينظرون إلى الأنهيدونيا ككتلة واحدة، بل قسمتها الأدبيات النفسعصبية الحديثة إلى نوعين رئيسيين كما أوضحتها دراسة تريدوي وزولد (treadway &,zald,2011) النوع الأول **الأنهيدونيا الاستباقية** (Anticipatory Anhedonia) وتعني الميل لعدم التطلع إلى أحداث ممتعة والنوع الثاني **الأنهيدونيا الاستهلاكية** (Consummatory Anhedonia) وتعني عدم اشتقاق المتعة من التجارب اللحظية (treadway &,zald,2011.,p.538), كذلك دراسة فورنر ودوبويز (Fournier & 2023

(Dupuis, التي تناولت تأثير الأنهيدونيا على الإنهاك والانسحاب الأكاديمي وارتباطها بآليات التوافق السلبية؛ أكدت أن الطلبة الذين يعانون من إرتفاع الأنهيدونيا يظهرون تراجعاً حاداً في الدافعية الذاتية وزيادة الرغبة بالانسحاب من التعليم، مما يجعلها مؤشراً هاماً قبل الدخول في مرحلة الاكتئاب الرئيس. (, Fournier & Dupuis, 2023p.115), كذلك دراسة القرعيش (2025) التي توصلت إلى أن الانهيدونيا الاجتماعية مهمة لتحديد المسار الأكاديمي والمهني والتوافق الأكاديمي والاجتماعي للطلبة, لأنها تتنبأ بصورة مباشرة بنقص الحماس والدافع وانخفاض الرضا عن التخصص الدراسي، وهذا بدوره يزيد من الاغتراب الأكاديمي والتسرب الدراسي والانسحاب من الجامعة (القرعيش,2025:ص8)

أما دراسة راجيش وآخرون (Rajesh et al., 2025) تناولت تأثير الأنهيدونيا في الدفع نحو الإدمان الرقمي إذ أكدت دراستهم الميدانية على ضرورة متابعة ومراقبة الطلبة الذين لديهم مؤشرات تدل على فقدان القدرة على الاستمتاع (سواء كان في العلاقات الاجتماعية أو الأنشطة أو الهوايات) لأنهم يميلون إلى الهروب نحو الادمان الرقمي والألعاب الإلكترونية كآلية تعويضية للشعور بالاستمتاع، مما يجعلهم يقعون في فخ إدمان الإنترنت ويزيد من عزلتهم. (Rajesh ,et all,2025.,p.p.6-9)

الأهمية النظرية:

١- لفت الانتباه إلى الأنهيدونيا بوصفها أحدى المؤشرات المرتبطة بالصحة النفسية والتكيفية، والتي تشكل الاساس لعدد من الاضطرابات النفسية.
٢- توضيح طبيعة الأنهيدونيا لدى طلبة الجامعة، وتوضيح أبعادها في البيئة العراقية، خصوصاً في ضوء قلة الدراسات التي تناولته.
٣- يساهم في توسيع الفهم العلمي للعلاقة بين الأنهيدونيا ومتغيرات ديموغرافية كالجنس والتخصص والمرحلة الدراسية، مما يترك بعدًا تحليليًا قد يفيد الباحثين في الأبحاث المستقبلية.
٤- إثراء المكتبة النفسية بإطار نظري عن مفهوم الأنهيدونيا.
٥- فتح مجال علمي جديد للباحثين لدراسة هذا المفهوم في إطار أكاديمي تربوي.

الأهمية التطبيقية:

١- التحديد المبكر للطلبة الذين يعانون من الأنهيدونيا.
٢- مساعدة الاخصائيين النفسيين والاجتماعيين على تصميم برامج تخفض من الانهيدونيا وتعزز الصحة النفسية.
٣- تسهم نتائج البحث في صياغة استراتيجيات بعيدة المدى توفر الدعم النفسي داخل الجامعات من خلال تكثيف الأنشطة التي تزيد من شعور الطلبة بالاستمتاع واللذة والتفاعل الإيجابي في البيئة الجامعية.
٤- توفير مقياس معرب للأنهيدونيا متحقق من خصائصه السيكومترية يساعد الباحثين لاستخدامه في دراسات مشابهة.

أهداف البحث: التعرف إلى :

١- الأنهيدونيا لدى طلبة الجامعة.
٢- الفروق ذات الدلالة الإحصائية في الأنهيدونيا تبعاً لمتغير الجنس(الذكور والإناث), التخصص (العلمي والإنساني), المرحلة (الثانية والرابعة).

حدود البحث: يتحدد البحث الحالي بطلبة جامعة القادسية للسنة الدراسية 2025-2026 للدراسة الصباحية الذكور والإناث, والمرحلة الثانية والرابعة, والتخصص العلمي والانساني.

تحديد المصطلحات لمفهوم الانهيدونيا Anhedonia: عرفها كلاً من:

١- **سنيث وهاملتون (Snaith& Hamilton, 1995)** نقص القدرة على تجربة الاستمتاع في الأنشطة التي من المفترض أن تكون ممتعة, سواء أكانت علاقات اجتماعية, أو أنشطة ترفيهية, أو أنشطة يومية أو أنشطة علمية. (snaith-hamilton,1995,p.p.99)
٢- **تريدوي وزولد (Treadway & Zald ,2011)** شلل في نظام المكافآت، يتضمن ضعف في الدافعية وضعف في الشعور بالمتعة. (Treadway & Zald ,2011,p. 537)
٣- **دييغو (Diego ,2014)** عجز مركّب في الوظائف الانهيدونية، لا يقتصر فقط على تراجع الشعور باللذة أثناء الأنشطة، بل يشمل ضعف الدافع والرغبة في السعي وراء المكافأة، وقصور في كفاءة آليات التعلم القائم على المعززات الإيجابية. (Diego, 2014,P.581)
٤- **الدليل التشخيصي والإحصائي للاضطرابات (DSM-5-TR,2022):** نقص اللذة والاستمتاع بأنشطة الحياة أو الاشتراك فيها أو امتلاك الدافع لها؛ وتراجع أو نقص في القدرة على الشعور بالمتعة والاهتمام بالأشياء. (American Psychiatric Association, 2022,P.183)
٥- **هاريسون وآخرون (Harrison et al., 2023)** اضطراب وخلل في التعامل مع الإشارات الجسدية والعاطفية، إذ يفقد الدماغ البشري القدرة على ترجمة المثيرات السّارة في البيئة الخارجية إلى استجابات ممتعة، مما يشكل حالة من الخدر الشعوري نحو البيئة المحيطة.(Harrison et al ,2023.,P.345)

التعريف النظري: تبنت الباحثة تعريف Snaith& Hamilton, 1995 تعريفاً نظرياً للأنهيدونيا.

التعريف الاجرائي: الدرجة الكلية التي يحصل عليها المستجيب من خلال اجابته على مقياس SHAPS لـ (Snaith& Hamilton, 1995).

الفصل الثاني: الإطار النظري لمفهوم الأنهيدونيا Anhedonia:

- **التطور التأريخي للمفهوم:** أن مفهوم الأنهيدونيا من المفاهيم التي ظهرت وتطورت بصورة تدريجية في علم النفس، إذ تمت ملاحظة الأنهيدونيا كأحد الأعراض النفسية المرضية لأول مرة في عام (1809) على يد العالم هاسلام (Haslam) الذي وثّق أول دراسة متكاملة لحالة مريض مصاب بالفصام، وقد أكد من خلالها أن هنالك إهمال أو تراجع للموضوعات والأنشطة التي كانت سابقاً تعتبر من أهم مصادر البهجة واللذة, ثم بعد هاسلام ظهر العالم الفرنسي ثيودول ريبوت (Theodule Ribot) الذي يعود له فضل اطلاق مصطلح "Anhedonia" في عام (1896) والتي اشتقها من اليونانية واصلها (an) وتعني بدون، و (hedonia) وتعني المتعة, ويرى إنها تعادل مفهوم "الألم في الجهة المقابلة"، ووصفها بالعجز المستمر عن الشعور اللذة والمتعة. (القرعيش, 2025: ص13)

وفي عام (1944) قام العالم النفسي إبراهام مايرسون Abraham Myerson بتقديم وصف لأسلوب شخصي يتمثل بحالة مستمرة من الأنهيدونيا تتشكل منذ مرحلة الطفولة المبكرة عن طريق تفاعل الوراثة والبيئة، وأطلق عليها تسمية **"الشخصية الدستورية عديمة المتعة"** constitutional anhedonic personality, وقد وصف الأفراد الذين يتمتعون بهذه الشخصية بالتشاؤم، والانسحاب، والتعب المزمن، وينقصهم الرغبة والدافع نحو الاستمتاع, لكنهم كذلك يولون الأنشطة المرتبطة بالعمل أهمية كبيرة ويكرسون معظم وقتهم لها, وفي عام (1946) ربط مايرسون هذه السمات بالاكتئاب المزمن المنخفض الدرجة. (Kessel & Klein, 2016,p. 311).

ثم انتقل مصطلح الأنهيدونيا إلى اضطرابات عسر المزاج وفصام الوجدان, ثم طرأ تحول كبير في منتصف القرن العشرين عندما قدم العالم النفسي ساندور رادو (Sandor Rado) الأنهيدونيا كـ "نقص بيولوجي موروث" يتمركز في جهاز اللذة، واعتبرها السمة الرئيسية لـ **"الشخصية الفصامية"** (Schizotypy)، وربطها بالبيولوجيا العصبية, وفي عام (1975) حدد العالم بول ميل Paul Meehl فروقاً مبكرة في المزاج تتعلق بالقدرة على اختبار اللذة، وأطلق عليها **القدرة التلذذية** Hedonic capacity , وقد تطور

قياس الأنهيدونيا من خلال اعتباره مفهوم ذي ابعاد حيث قام الزوجان شابمان (Chapman) عام (1976) بوضع مقياس يتكون من (61) سؤال, يقسم الأنهيدونيا إلى نوعان:

- **الأنهيدونيا الاجتماعية** (Social Anhedonia) عجز عن الاستمتاع بالعلاقات الإنسانية والتفاعل مع الآخرين.
- **الأنهيدونيا الجسدية** (Physical Anhedonia) هي عجز عن الاحساس بالمتعة بالمثيرات الحركية والجسدية مثل (الأكل أو اللمس).

ثم عمدا إلى تعديل المقياس خلال الأعوام (1978-1982) مع عدة باحثين إلى أن استقر مقياسهم على (40) سؤال تقيس الأنهيدونيا الاجتماعية.

(Der-Avakian & Markou, 2012.p.69)

بعد مقياس الزوجان "شابمان ومقياسهم الذي يتكون من أسئلة طويلة تصل إلى 40 سؤال ومصممة خصيصاً لمرضى الفصام, ظهرت شخصيات بارزة في قياس الأنهيدونيا وتحديداً في عام (1995) ومنهم الطبيب النفسي البريطاني فيليب سنايث (Philip Snaith) وطبيب بريطاني آخر اسمه ماكس هاملتون (Max Hamilton) مصمم "مقياس هاملتون للاكتئاب", أراد هذان العالمان تصميم مقياس للأنهيدونيا مختلف تماماً عن مقياس شابمان يتميز بالاختصار الشديد, والتركيز على الاكتئاب والاضطرابات النفسية الأخرى ويرتبط بخلل في نظام المكافأة وليس فقط الفصام, وكذلك قياس الحالة الراهنة للفرد وليس شخصيته طوال حياته كما في مقياس شابمان, لذلك صمموا مقياس اطلقوا عليه مقياس سنايث والشهير عالمياً باختصار (SHAPS), تكون من (14) فقرة فقط, ركز على قياس القدرة على اختبار الاستمتاع واللذة في أربعة محاور رئيسية في الحياة اليومية , وقد اصبح هذا المقياس من أشهر المقاييس التي تقيس الأنهيدونيا وأكثرها استخداماً في العالم حتى يومنا هذا, لأن الباحثون والأطباء النفسيون لم يجدوا بديلاً يجمع بين السهولة والدقة مثل مقياس SHAPS , كما ركز على "مثيرات عالمية" يختبرها أي فرد في حياته اليومية, وفي الوقت الحاضر، أصبح مفهوم الانهيدونيا يُستخدم كمؤشر في عدة اضطرابات نفسية مثل الاكتئاب, القلق, والفصام، وعدة اضطرابات أخرى. (Franken& Muris,2007.p.108)

أنواع الأنهيدونيا : صنفت الأنهيدونيا من أبحاث علم النفس عبر السنوات إلى خمسة أنواع رئيسية؛ حيث صنفتها البحوث التقليدية مثل شابمان وآخرون (Chapman et al., 1976) إلى

١. **الانهيدونيا الاجتماعية (Social Anhedonia)** عجز عن الاستمتاع بالعلاقات الإنسانية والتفاعل مع الآخرين.
٢. **الانهيدونيا الجسدية (Physical Anhedonia)** هي عجز عن الاحساس بالمتعة بالمثيرات الحركية والجسدية مثل (الأكل أو اللمس).

(Chapman et al., 1976,p.374)

ومع تطور الأبحاث العصبية، ظهرت ثلاثة أنواع أخرى مرتبطة بآلية "المكافأة في الدماغ"، وهي

٣- **الأنهيدونيا التوقعية (Anticipatory Anhedonia)** ربطتها الدراسات بخلل في الدوبامين وتعني ضعف القدرة على توقع الاستمتاع المستقبلي.
٤- **الانهيدونيا الاستهلاكية (Consummatory Anhedonia)** ترتبط بآليات عصبية مختلفة عن التوقع وتعني نقص الشعور بالمتعة أثناء القيام النشاط.

(Treadway & Zald, 2011,p.538) (Gard et al., 2006,p.254)

٥- **الانهيدونيا التحفيزية (Motivational Anhedonia)** ترتبط بانخفاض الحافز والدافع لنيل المكافآت، حتى مع وجود القدرة على الشعور باللذة. (Treadway & Zald, 2011,p.538)

- **الاتجاه النظري المفسر لمفهوم الانهيدونيا: "نموذج النغمة الهيدونية" (Model of Hedonic Tone) لـ سنايث Snaith 1993:** يرى سنايث أن "النغمة الهيدونية" لا تعني فقط الاستمتاع العابر، بل هي "قدرة الفرد البيولوجية والنفسية على رؤية المثيرات الإيجابية، ومعالجتها، وتحويلها إلى مشاعر الرضا، والبهجة، والاستمتاع بالعيش", وبنى سنايث نموذجه على فرضية أن النغمة الهيدونية في منظور الاكتئاب والاضطرابات النفسية والوجدانية هي "حالة مؤقتة ومتغيرة" وليست سمة شخصية دائمية, فهي خلل وظيفي مؤقت وغير مستمر في الدماغ وتحديداً في مراكز المكافأة, والفرد بحالته الطبيعية يمتلك درجةً محددة أو خط أساس من النغمة الهيدونية تماماً مثل (ضغط الدم أو درجة حرارة الجسم), التي تجعله يتقبل الحياة ويستمتع بها ويتلذذ بتفاصيلها العادية مثل (الطعام، السفر, والحديث مع الأخرين, شرب كوب من القهوة, أخذ حمام دافئ الخ..), وعندما تنخفض هذه النغمة، يدخل الفرد في حالة تسمى "الأنهيدونيا" أي غياب القدرة على الاستمتاع بهذه التفاصيل.(Snaith , 1993,.p957-960)

وقد ترجم النموذج نظرياً وتطبيقياً من قبل سنايث وهامليتون عام (1995) إلى منظومة سلوكية تتكون من أربعة محاور أو ابعاد أساسية يمر بها الفرد في حياته اليومية, واشترط سنايث وهاملتون أن تكون هذه المحاور "عالمية ومجردة من التحيزات" يستطيع أي فرد في العالم الشعور بها بغض النظر عن ثروته، جنسه, عمره, أو ثقافته, وهي:

- الاهتمامات والتلذذ الفكري (الترفيهي) (Pastimes/Interests): الاستمتاع بقراءة كتاب، مشاهدة برنامج تلفزيونية, الشعور بالترفيه.
- المثيرات الاجتماعية والتفاعلية (Social Interaction): الاستمتاع بالجلوس مع العائلة، التحدث مع الأصدقاء, الشعور بالقبول والود.
- المثيرات الحسية والجسدية (Sensory Experiences): الاستمتاع بالحياة من خلال الحواس الخمسة والتي تشمل الاستماع للعصافير، حمام دافئ, الاستمتاع بنسمة هواء باردة.
- المثيرات الغذائية (Food and Drink): الاستمتاع بالطعام وبالشراب المفضل، وتعد من أقدم أنواع المكافآت في دماغ الكائنات. (Snaith& Hamilton,1995,p.100)

الفصل الثالث "إجراءات البحث"

مجتمع البحث وعينته: يتكون المجتمع من طلبة جامعة القادسية تبعاً لمتغير الجنس (ذكور–إناث), ومتغير التخصص(العلمي- الانساني) في كليات جامعة القادسية للعام الدراسي (2025 – 2026) وللدراسة الأولية الصباحية والبالغ عددهم (19140) طالب وطالبة بواقع (8005) للذكور و(11135) للإناث, بلغ العلمي (9443) مقسمين إلى (4055) للذكور, و(5388) للإناث, أما الانساني(9697) مقسمين (3950) ذكور, و(5747) إناث, اختيرت العينة منه بالطريقة الطبقية العشوائية, بالتوزيع التناسبي, أذ اختارت الباحثة عينة ممثلة لكل فئة من أفراد المجتمع بما يتلاءم وحجمها في المجتمع, بعد أن حُدد مجتمع البحث الحالي من كليات جامعة القادسية فاختارت (6) كليات عن طريق الكيس المثالي, ثلاثة لتمثل الإنساني وثلاثة لتمثل العلمي وهي (القانون, التربية, الآداب) و(الصيدلة, الهندسة, علوم الحاسوب), وتم تحديد عينة البحث البالغة (400) طالب وطالبة بنسبة (2.09%) من المجتمع الكلي، بعدد يبلغ (167) من الذكور بنسبة (41.82%) و (233) من الإناث بنسبة (58.17%)، يتوزعون على التخصص الإنساني بعدد بلغ (203) طالب وطالبة, بنسبة (50.66%)، والعلمي بواقع (197) طالب وطالبة بنسبة (49.33%).

أداة البحث: مقياس الأنهيدونيا : وصف المقياس: أطلعت الباحثة على الدراسات ذات العلاقة بموضوع الأنهيدونيا وتبنت مقياس سنايث وهاملتون(Snaith& hamilton,1995) بعد ترجمته لأنه أشهر أدوات قياسها, وأكثرها رصانة, ويقيسها كحالة وليست سمة, وحسب الإطار النظري مقياس عالمي وفقراته بنيت على أبعاد يستطيع أي فرد في العالم الشعور بها بغض النظر عن ثروته، جنسه, عمره, أو ثقافته, كما يتمتع بصدق وثبات عاليين, ومبني على نموذج النغمة الهيدونية لنفس الباحثين, وهو النموذج المتبنى في هذا البحث, وتكون المقياس من (14) فقرة.

صدق الترجمة : لتهيئة المقياس وجعله متكيفاً مع البيئة العراقية, استخرجت الباحثة صدق الترجمة له وحسب الآتي : ترجمته الباحثة من اللغة الإنجليزية إلى اللغة العربية, عرضت النسخة على أساتذة من المتخصصين بالعلوم التربوية والنفسية ممن لديهم لغة انكليزية جيدة [1] وتمت الموافقة عليها بنسبة 95%, إعادة ترجمة النسخة التي تمت ترجمتها من العربية إلى الانكليزية[2] من قبل مختصين باللغة الانكليزية, عُرضت النسختين باللغة الانكليزية, إحداهما تمثل النص الأصلي للمقياس, والأخرى تمثل النص المترجم من العربية إلى مختصين اللغة الانكليزية [3]من أجل الموازنة بين النسختين للتأكد من دقة الترجمة, فأشاروا إلى أنهما متطابقتان 97%, ثم عرضت النسخة المترجمة إلى العربية على مختصي اللغة العربية [4] للتحقق من سلامة فقراتها, وبذلك المقياس أكتمل بصيغته الأولية من أجل عرضه على السادة الخبراء.

صلاحية المقياس وتصحيحه : للتحقق من صلاحية المقياس بما يتضمنه من الفقرات والبدائل والتعليمات, عُرض على خبراء عددهم (10)[5] من المختصين في العلوم التربوية والنفسية, وبعد تدقيق آرائهم وتحليلها وبنسبة اتفاق (80%) فأكثر, بين تقديراتهم لم تحذف أي فقرة من المقياس وبقيّ مكون من (14) فقرة متدرجة بأربعة بدائل وهي (أوافق, أوافق بشدة, لا أوافق, لا أوافق بشدة), تصحح بدرجات (0-1), الهدف منها تحديد وجود الأنهيدونيا من عدمه بشكل قاطع, فالبدائل (لا أوافق, لا أوافق بشدة) تأخذ (1) وتدل على عدم قدرة الفرد على الاستمتاع (أي توجد أنهيدونيا), وإذا اختار البدائل (أوافق, أوافق بشدة) يعطى الدرجة (0) لأن هذا يدل على قدرته على الاستمتاع , (أي لا توجد أنهيدونيا). ومدى الدرجات بين (0-14).

التطبيق على عينة تحليل الفقرات: استخرج التمييز لمقياس الأنهيدونيا بعد تطبيقه على (400) من طلبة الجامعة، باستخدام: **أ. "المجموعتان الطرفيتان" :** تم ترتيب الاستمارات الخاصة بالعينة بشكل تنازلي،

---

[1] م.د. حيدر محمد كطان/تخصص علم النفس/كلية التربية/ جامعة القادسية.
[2] م. حوراء فاضل/ تخصص اللغة الانكليزية /كلية التربية / جامعة القادسية.
[3] م.م. مروة علي / تخصص اللغة الانكليزية /كلية الإمام الكاظم ع/ أقسام الديوانية.
[4] م.د. زينب حسين كاظم/ تخصص اللغة العربية /كلية التربية / جامعة القادسية.
م.د. ريام عبد الحسن/ تخصص اللغة العربية/كلية الآداب/ جامعة القادسية.

[5] أ.د. نغم هادي حسين - كلية الآداب جامعة القادسية
أ.د. نجلاء نزار – كلية التربية الجامعة المستنصرية
أ. د سلام هاشم حافظ- كلية الآداب جامعة القادسية
أ.م.د. علي حسين عايد- كلية الآداب جامعة القادسية
أ.م.د فارس هارون رشيد - كلية الآداب جامعة القادسية
أ.م.د حسام محمد منشد - كلية الآداب جامعة القادسية
أ.م.د زينة نزار وداعة- كلية الآداب جامعة القادسية
أ.م.د. صفاء حسين- كلية الآداب جامعة القادسية
أ.م.د. رادة هادي كريدي- وزارة التربية مديرية تربية القادسية
م.د. ليث حمزة علي - كلية الآداب جامعة القادسية

وأخذت نسبة (27%) العليا لتمثل المجموعة العليا والبالغة (108), ونسبة (27%) الدنيا لتمثل المجموعة الدنيا والبالغة (108), ثم بعدها طبقت الباحثة الاختبار (ت) للعينتان المستقلتان، وقد ظهر أن جميع الفقرات لمقياس الأنهيدونيا مميزة بمقارنتها "بالقيمة الجدولية" (1.97) بمستوى دلالة (0.05) ودرجة حرية (214), ولم تحذف أي فقرة, وبقي المقياس يتكون من (14) فقرة وجدول (1) يوضح ذلك .

جدول (1) "القوة التمييزية لفقرات مقياس الأنهيدونيا"

ت	القيمة ت	0,05	ت	القيمة ت	0,05
1	8.57	دالة	8	3.99	دالة
2	5.23	دالة	9	14.62	دالة
3	6.26	دالة	10	6.71	دالة
4	7.77	دالة	11	10.73	دالة
5	7.01	دالة	12	7.46	دالة
6	5.82	دالة	13	5.83	دالة
7	7.67	دالة	14	5,97	دالة

ب. "ارتباط درجة الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس" : حُسِبت الارتباطات بين درجة الفقرة والدرجة الكلية لمقياس الأنهيدونيا باستخدام معامل "بوينت بايسيريال" وكانت ذات العينة الـ(400) التي أُجرِيّ عليها "المجموعتان الطرفيتان", وقد ظهر أن المعاملات الارتباطية جميعها دالة إحصائياً بعد الاعتماد على معيار (Nunnally, 1994) لعلاقة "الفقرة بالدرجة الكلية للمقياس", التي تعتبر الارتباطات دالة احصائياً وجيدة إذا كانت من (0,20) فأكثر, ووفقاً لهذا بقيّ مقياس الأنهيدونيا يتكون من (14) فقرة وجدول (2) يوضح الارتباطات.

جدول (2) الارتباطات بين درجة كل فقرة والدرجة الكلية لمقياس "الأنهيدونيا"

ت	معامل الارتباط	ت	معامل الارتباط
1	0.49	8	0.54
2	0.41	9	0.50
3	0.48	10	0.47
4	0.69	11	0.62
5	0.55	12	0.69
6	0.56	13	0.52
7	0.56	14	0.49

"الخصائص السيكومترية لمقياس الأنهيدونيا" :أولاً : صدق المقياس: تحقق لمقياس الأنهيدونيا وذلك من**"الصدق الظاهري":** بعرضه بصيغته الأولية على المحكمين في التخصص، لمعرفة صلاحية تعليماته

وفقراته وبدائله. كذلك من خلال **مؤشرات"صدق البناء" :** باستخراج التمييز بـ "المجموعتان الطرفيتان", وكذلك علاقة "درجة الفقرة بالدرجة الكلية لمقياس الأنهيدونيا".

ثانياً: "ثبات المقياس": اعتمدت الباحثة على: أ- **"الاختبار- إعادة الاختبار" :** للتعرف على ثبات مقياس الأنهيدونيا عبر الزمن, فاستخرجته من عينة (40) فرداً, اختيرت بطريقة عشوائية ثم كررت التطبيق عليهم مرة ثانية بعد فترة بلغت أربعة عشر يوماً من التطبيق(الأولي)، وباستعمال "معامل ارتباط بيرسون" ظهر الثبات (84.0) ويعتبر مؤشراً جيداً للثبات يمكن الاعتماد عليه بعد مقارنته بالدراسات السابقة التي انتهجت الأسلوب ذاته في حساب "الثبات" منها دراسة أحمد وآخرين (2025) إذ بلغ معامل ثباتها (0.86), ودراسة لويس وآخرين (Loas et al., 1997) بلغ ثباتها (0.70).

ب- "معادلة كودر-ريتشاردسون للإتساق الداخلي": خضعت درجات الـ(400) استمارة لمعادلة كودر-ريتشاردسون KR-20، كون البدائل ثنائية, وقد بلغت قيمته للأداة (0.80) وهو مؤشر ثبات جيد ويعتمد عليه بعد مقارنته بالدراسات السابقة التي انتهجت ذات الأسلوب في حساب الثبات منها دراسة لويس وآخرين (Loas et al., 1997) إذ بلغ معامل ثباتهم (0.80).

مقياس الأنهيدونيا النهائي: تكوّن المقياس بصيغته النهائية من (14) فقرة، وأمام كل فقرة (4) بدائل مدرجة للإجابة هي: (أوافق، أوافق بشدة، لا أوافق، لا أوافق بشدة). ملحق (1), ولأغراض التحليل الإحصائي وبناءً على الخصائص الأصلية للمقياس، تم تصحيح الإجابات بدمج البدائل ثنائياً لتأخذ الدرجات (0،1)؛ حيث مُنحت الإجابتان (أوافق بشدة، وأوافق) الدرجة (0) لإشارتهما إلى وجود المتعة والاهتمام، بينما مُنحت الإجابتان (لا أوافق، لا أوافق بشدة) الدرجة (1) لكونهما تشيران إلى غياب المتعة (الأنهيدونيا) وفقاً للمفتاح التصحيحي المعتمد للأداة. وبناءً على ذلك، تراوحت الدرجة الكلية للمقياس بين (0-14) درجة، وبوسط فرضي قدره (7) درجات، بحيث تشير الدرجة التي تفوق الوسط الفرضي إلى ارتفاع مستوى الأنهيدونيا (فقدان القدرة على الاستمتاع) لدى أفراد العينة، في حين تشير الدرجة الأقل من الوسط الفرضي إلى انخفاضها.

"الفصل الرابع: نتائج البحث وتفسيرها" عرض للنتائج التي توصل إليها البحث بحسب أهدافه, وتفسير النتائج في ضوء الإطار النظري، والخروج بالتوصيات والمقترحات:

الهدف الأول: التعرف إلى الأنهيدونيا لدى طلبة الجامعة:

"طُبق مقياس الأنهيدونيا على عينة البحث البالغة (400) من طلبة الجامعة، وبعد تحليل بياناتهم إحصائياً ظهر أن الوسط الحسابي لدرجاتهم قد بلغ (1.64) بانحراف معياري (2.328)، وبلغ الوسط الفرضي (7), وعند استخدام اختبار (ت) لعينة واحدة, من أجل المقارنة بين المتوسطان الحسابي والفرضي، تبيّن أن القيمة المحسوبة بلغت (46.051-)، وبمقارنة قيمتها بالجدولية (1.96) يظهر أنها أكبر منها بكثير، مما يجعل النتيجة دالة إحصائياً عند دلالة (0.05) ودرجة حرية (399). وهذا يعني وجود فروق ذات دلالة إحصائية لصالح الوسط الفرضي، مما يدل على انخفاض الأنهيدونيا لدى طلبة الجامعة وتمتعهم بقدرة عالية على الاستمتاع بالحياة، والجدول (3) يفسر ذلك."

جدول(3) "نتائج الاختبار التائي للفرق بين متوسط درجات العينة والمتوسط الفرضي لمقياس الأنهيدونيا"

العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	المتوسط الفرضي	درجة الحرية	القيمة المحسوبة	القيمة الجدولية	الدلالة 0,05

دالة	1,96	-46.051	399	7	2.328	1.64	400

يتضح من الجدول السابق أن طلبة الجامعة يمتلكون مستويات ضئيلة جداً من الأنهيدونيا، وتفسر النتيجة وفق الإطار النظري المتبنى لـ سنايث وهاملتون(Hamilton & Snaith)، أن انخفاض الأنهيدونيا يعكس تمتع طلبة الجامعة بـ "نغمة هيدونية نشطة وفَعّالة", إذ يعمل نظام المكافأة النفسي لدى العينة بكفاءة تساعدهم على الاستجابة الصحيحة للمثيرات المحيطة بهم, كذلك تتيح لهم الحفاظ على استجابة مرتفعة للاستمتاع بمختلف الأنشطة الترفيهية والاجتماعية والأكاديمية المحيطة بهم، مما يشكل درع حماية بيولوجية ونفسية من التراجع نحو الركود النفسي وتبلد المشاعر الذي تُعبّر عنه الأنهيدونيا. وتعزو الباحثة النتيجة إلى طبيعة المرحلة العمرية لطلبة الجامعة؛ إذ توفر الجامعة بيئة خصبة وغنية بالمثيرات (العلاقات مع الأصدقاء، الدافعية الأكاديمية, والمشاركات في الأنشطة الترفيهية والثقافية) وهذه المثيرات تمثل الأبعاد النظرية الأربعة التي ركز عليها مقياس سنايث وهاملتون وهي (الاهتمامات، التفاعل الاجتماعي، التسلية، والمأكولات والمشروبات), فالمثيرات الاجتماعية المحيطة بالطلبة ودافعيتهم نحو بناء المستقبل في هذه المرحلة اصبحت كدروع نفسية ترفع من الطاقة الإيجابية وتمنع هبوط النغمة الهيدونية، مما أدى إلى انخفاض (الأنهيدونيا) إلى أدنى مستوياتها لدى طلبة الجامعة. واتفقت هذه النتيجة مع دراسة السلطاني والأعرجي (2024) والتي أشارت إلى أن مستويات الأنهيدونيا لدى طلبة الجامعة تقع ضمن الحدود المنخفضة نظراً للطبيعة الديناميكية الحياتية للطلبة في الجامعة, كما اتفقت هذه النتيجة مع دراسة القرعيش (2025) التي توصلت إلى أن تفاعل الطالب مع محيطه الجامعي يقلل من ظهور الأنهيدونيا الاجتماعية, كذلك أتفقت مع دراسة يانغ وآخرون (Yang et al., 2020) التي توصلت إلى أن الأنهيدونيا تحافظ على مستويات مستقرة تميل للانخفاض كلما اندمج الطلبة في الحياة الأكاديمية والأنشطة المشتركة مع الزملاء والتي تعزز نظام المكافأة النفسي لديهم, وفي المقابل اختلفت مع دراسة أحمد وأخرون (2026) التي أظهرت ارتفاع في فقدان الشعور بالاستمتاع لدى طلبة الطبية في المراحل الأولى من دراستهم.

الهدف الثاني: التعرف إلى الفروق ذات الدلالة الإحصائية في الأنهيدونيا وفق الجنس(الذكور والإناث), التخصص (العلمي والإنساني), المرحلة (الثانية والرابعة):

طبق مقياس الأنهيدونيا على عينة البحث الـ (400) من طلبة الجامعة, ومن أجل تحليل بياناتهم والكشف عن الفروق فضلاً عن التفاعلات المشتركة وفق (الجنس، التخصص، المرحلة)، استُخدم تحليل التباين الثلاثي، وتم حساب الأوساط الحسابية التفصيلية للمجاميع, وقد أظهرت النتائج أن "القيمة التفسيرية الإجمالية" للمتغيرات وتفاعلاتها مجتمعة تفسر ما نسبته (76.1%) من التباين في الأنهيدونيا, وفقاً لقيمة معامل التحديد المعدل البالغ(0.761) والجدول (4) يوضح ذلك.

جدول(4) تحليل التباين الثلاثي والمتوسطات الحسابية للأنهيدونيا

مصدر التباين/المتغير	الفئات الفرعية	الوسط الحسابي	درجة الحرية	قيمة (ف)		القيمة الاحتمالية Sig	الدلالة 0,05
				المحسوبة	الجدولية		
التخصص	علمي	2.048	1	83.664		0.000	دال لصالح العلمي
	إنساني	0.817					
المرحلة	الثانية	2.662	1	333.903		0.000	دال لصالح الثانية
	الرابعة	0.202					
الجنس	الذكور	2.135	1	108.876		0.000	دال لصالح

	الإناث	0.730			3.87		الذكور
التخصص*المرحلة	تفاعل ثنائي	-	1	37.701		0.000	دال احصائياً
التخصص*الجنس	تفاعل ثنائي	-	1	32.830		0.000	دال احصائياً
المرحلة*الجنس	تفاعل ثنائي	-	1	55.170		0.000	دال احصائياً
التخصص*المرحلة*الجنس	تفاعل ثلاثي	-	1	7.415		0.007	دال احصائياً
الخطأ	-	-	392	-		-	-
المجموع الكلي المعدل	-	-	399	-		-	-

"قيمة معامل التحديد المعدل بلغت Adjusted R Squared = 0.761"

يتضح من الجدول السابق ظهور فروق دالة احصائياً عند مستوى دلالة (0.05) في الأنهيدونيا وفق (الجنس, التخصص, المرحلة)؛ إذ تبين وجود فروق دالة تعود للتخصص ولصالح العلمي الذي أظهر متوسطاً حسابياً أعلى بلغ (2.048) مقابل الوسط الحسابي للإنساني (0.817)، كذلك وجود فروق دالة تعود للمرحلة ولصالح المرحلة الثانية بمتوسط حسابي (2.662) مقابل متوسط حسابي (0.202) للمرحلة الرابعة، فضلاً عن وجود فروق دالة تعود للجنس ولصالح الذكور بمتوسط حسابي بلغ (2.135) مقابل متوسط حسابي (0.730) للإناث.

كما تظهر النتائج الكشف عن **التفاعلات الثنائية**, إذ أظهرت تفاعل ثنائي دال بين (التخصص*المرحلة)، و(التخصص*الجنس)، و(المرحلة*الجنس) عند مستوى دلالة (0.000)، وهي أقل من (0.05). وفيما يخص **التفاعل الثلاثي** (التخصص*المرحلة*الجنس)، فقد أظهرت النتائج دلالته الإحصائية, إذ أن قيمة (ف) المحسوبة (7.415) أكبر من القيمة الجدولية (3.87)، بمستوى دلالة (0.007) وهو يُعد أقل من(0.05), ويشير هذا التفاعل إلى أن الأنهيدونيا لا تتحدد بشكل منعزل عن الظروف الديموغرافية مجتمعة، إذ يظهر من الأوساط الحسابية أن الأنهيدونيا تتركز بشكل حاد ودال لدى فئة (الذكور، التخصص العلمي، المرحلة ثانية) بوسط حسابي (5.462)، بينما تنخفض لدى الإناث في المرحلة الرابعة بالتخصصات (العلمي والإنساني).

وتفسر هذه النتيجة وفق نموذج سنايث وهاملتون؛ أن طلبة المرحلة الثانية في الاختصاصات العلمية في فترة حرجة جداً؛ فبعد عبورهم المرحلة الأولى، يُصدم الطالب عند الانتقال للمرحلة الثانية بالتعمق الأكاديمي الحقيقي للتخصصات العلمية بما تحتويها من (مختبرات كبيرة، ساعات طويلة، مناهج صعبة, تطبيق عملي متعب)، وهذا ما يجعله في سباق زمني ونفسي يقلل من وقت الأنشطة الايجابية المثبطة للنغمة الهيدونية لديه, فتنخفض النغمة بالتالي ترتفع الأنهيدونيا. أما نتيجة تركز الأنهيدونيا لدى الذكور فتعزى إلى الضغوطات التي تفرض عليهم من دورهم الاجتماعي والتفكير بالمستقبل والمسؤوليات المادية والمهنية المطلوبة منهم، مما يضعهم تحت إجهاد نفسي مستمر يثبط نظام المكافأة لديهم ويقودهم نحو "الأنهيدونيا الاستباقية" (Anticipatory Anhedonia)، أي العجز عن استباق اللذة أو النظر بتفاؤل للمستقبل. ويفسر الانخفاض لدى إناث المرحلة الرابعة (علمي وإنساني) بنضج التكيف لديهن، واقتراب التخرج الذي يرفع من الدافعية والحماس والنغمة الهيدونية النشطة لديهن وهو ما يسبب انخفاض

الانهيدونيا. وتتفق هذه النتيجة مع دراسة راجيش وآخرون (Rajesh et al., 2025) والتي أكدت على أن الأنهيدونيا ترتبط ارتباطاً وثيقاً بنوع الضغوط الأكاديمية لطلبة الجامعة، حيث أظهرت النتائج أن التخصصات التي تواجه عبئاً دراسياً حاداً (كالتخصصات العلمية) تضمنت عجزاً واضحاً في الأنهيدونيا الاستباقية والاستهلاكية مقارنة بأقرانهم. كما اتفقت النتيجة مع دراسة أحمد وآخرون (2026) التي وجدت أن التخصص الدراسي والمرحلة الدراسية (الفرقة) لهما دوراً جوهرياً في تباين مستوى الأنهيدونيا وفقدان الاستمتاع، إذ أظهرت الكليات العلمية والعملية مستويات أعلى من الأنهيدونيا مقارنة بالكليات الإنسانية والنظرية وأعزت السبب لكثافة المناهج الدراسية وغياب الأنشطة الترويحية. وكذلك اتفقت هذه النتيجة مع دراسة (Wang et (al., 2024 في ارتفاع الأنهيدونيا لدى الذكور.

التوصيات: بناءً على نتائج البحث الحالي توصي الباحثة بما يلي:

- توجيه قسم ووحدات الإرشاد النفسي والتوجيه التربوي في الجامعات بتصميم برامج إرشادية ووقائية تركز على طرائق الحفاظ على "النغمة الهيدونية" موجهة لطلبة الجامعة مع التركيز على التخصصات العلمية في المرحلة الثانية، كونهم الفئة الأكثر عرضة للضغوط الأكاديمية المؤدية للأنهيدونيا.
- مراجعة وتخفيف حدة الجداول الدراسية والمختبرية لطلبة التخصصات العلمية، وإدراج أوقات استراحة تتسم بالمرونة, وكذلك تفعيل دور الأنشطة الاجتماعية والثقافية.
- إيجاد آليات رصد مبكر داخل الكليات تتيح لوحدات الإرشاد النفسي الالتفات للطلبة (تحديداً الذكور في المراحل الانتقالية) الذين تظهر لديهم علامات عدم الاهتمام بالأنشطة الأكاديمية والاجتماعية ويميلون للانعزال الاجتماعي، وتقديم دعم نفسي سريع لهم.
- استثمار الإناث من طلبة المرحلة الرابعة عبر إشراكهن في قيادة الأنشطة الاجتماعية الطلابية ونقل خبراتهن التكيفية الإيجابية لأقرانهن.

المقترحات : تقترح الباحثة ما يلي:

- إجراء دراسة مشابهة على عينات أخرى مثل طلبة المراحل الأولى والثالثة في الجامعات, طلبة الثانوية (متوسطة, إعدادية) وطلبة دراسات عليا, موظفين, اساتذة.
- دراسة الأنهيدونيا مع متغيرات أخرى مثل (المرونة النفسية, الرضا عن التخصص الدراسي, التنظيم الانفعالي, الدعم الاجتماعي المدرك, الاحتراق الوظيفي, التسويف الأكاديمي, الرفاهية النفسية, جودة النوم, قلق المستقبل المهني).
- تصميم برنامج إرشادي يستهدف خفض مستويات الأنهيدونيا لدى طلبة الجامعة الأكثر عرضة للضغوطات الأكاديمية.

المصادر العربية :

احمد, سمر عبد ربه, ودنقل, عبير احمد ابو الوفا, وخليل, هدى احمد خلف. (2026). فقدان اللذة بالاستمتاع وعلاقته ببعض المتغيرات الديمغرافية لدى عينة من طلاب الجامعة, ***مجلة العلوم التربوية جامعة قنا-كلية التربية, (1)68، 124–83.*** ***https://maeq.journals.ekb.eg/***

السلطاني، سيف ناجح، والعرجي، إبراهيم. (2024) . الأنهيدونيا وعلاقتها باضطراب الاكتئاب المستمر لدى طلبة الجامعة. ***مجلة الآداب (جامعة بغداد), 150*** **(ملحق سبتمبر)، 1434–1455.** **https://doi.org/10.31973/xrvr3b96**

القرعيش, ايمان محمد حسن, (2025). مستوى الأنهيدونيا الاجتماعية وعلاقتها بالرضا عن التخصص لدى طلاب الفرقة الأولى بالمعهد العالي للخدمة الاجتماعية, ***مجلة المستقبل للعلوم الاجتماعية,*** **https://doi.org/10.21608/fjssj.2025.429602.1338 .60-3،*23* (7)**

المصادر الاجنبية:

American Psychiatric Association. (2022). ***Diagnostic and statistical manual of mental disorders*** (5th ed., text rev.). American Psychiatric Association Publishing. https://doi.org/10.1176/appi.books.9780890425787

Barker, V., Harrison, K. J., Ahmed, N., & Davies, M. O. (2025). Exploring the association between anhedonia and nicotine dependence: A study among undergraduate students. ***Tobacco Induced Diseases*****, 23(3), 1-12.**

Barker, V., Mitchell, R. H., & Taylor, S. L. (2019). Social anhedonia and its association with academic stress and loneliness in college students. ***Journal of Affective Disorders, 250, 211-219.***

Chapman, L. J., Chapman, J. P., & Raulin, M. L. (1976). Scales for physical and social anhedonia. ***Journal of Abnormal Psychology*****, 85(4), 374-382.**

Der-Avakian, A., & Markou, A. (2012). The neurobiology of anhedonia and other reward-related deficits. ***Trends in Neurosciences, 35(1), 68–77. https://doi.org/10.1016/j.tins.2011.11.005***

Diego A Pizzagalli, (2014). The Neuroscience of Anhedonia: Consummatory, Anticipatory, and Learning Deficits. ***Annual Review of Clinical Psychology, Vol. 10.***

Fournier, M., & Dupuis, J. P. (2023). Anhedonia, academic burnout, and psychological maladjustment in higher education. ***Journal of Affective Disorders*****, 320, 112-125.**

Franken, I. H., Rassin, E., & Muris, P. (2007). The Snaith-Hamilton Pleasure Scale (SHAPS): Validity and reliability of a self-report measure of anhedonia. ***Journal of Affective Disorders, 101(1-3), 239-242.***

Gard, D. E., Gard, M. G., Kring, A. M., & John, O. P. (2006). Anticipatory and consummatory components of anhedonia: The Temporal Experience of Pleasure Scale (TEPS). ***Journal of Abnormal Psychology*****, 115(2), 254-265**.

Harrison, O. K., Erb, S. E., Stephan, K. E., de Cae, I. C., & Garfinkel, S. (2023). Interoception and Anhedonia: From Mechanisms to Clinics. ***Trends in Cognitive Sciences*****, 27(4), 345-359.**

https://repositories.lib.utexas.edu/items/78d533b7-7a3a-466f-94b5-b74627686d04

Kessel, E., & Klein, D. N. (2016). Depressivity and anhedonia. In V. Zeigler-Hill & T. K. Shackelford (Eds.), ***Encyclopedia of Personality and Individual Differences*** **(pp. 1-12). Springer.**

Loas, G., Delahousse, J., Ameller, A., & Monestes, J. L. (1997). Study of the validity and reliability of the French version of the Snaith-Hamilton Pleasure Scale (SHAPS**).** ***Annales Médico-Psychologiques, 155*****(2), 115–119.**

Rajesh, S., Johnson, S. U., Hoffart, A., Leigh, E., & Ebrahimi, O. V. (2025). Differential associations of anticipatory and consummatory anhedonia with depression and social anxiety symptoms: A network analysis of university students. ***Depression and Anxiety, 2025, Article ID 5674096, 1–11.*** https://doi.org/10.1155/da/5674096

Snaith, R. (1993). Anhedonia: a neglected symptom of psychopathology. ***Psychological Medicine, 23(4), pp. 957-966.***

Snaith, R. P., Hamilton, M., Morley, S., Humayan, A., Hargreaves, D., & Trigwell, P. (1995). A scale for the assessment of hedonic tone: The Snaith–Hamilton Pleasure Scale. ***British Journal of Psychiatry, 167(1), 99–103***

Stewart, R. A., Mullarkey, M. C., Wells, T. T., & Beevers, C. G. (2019). ***Self-hatred, sadness, anhedonia, and pessimism are central symptoms of depression in 10,005 college students: A network analysis*** [Poster presentation]. UT Electronic Repositories, University of Texas at Austin.

Treadway, M. T., & Zald, D. H. (2011). Reconsidering anhedonia in depression: lessons from translational neuroscience. ***Neuroscience & Biobehavioral Reviews,*** **35(3), 537-555.** https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2010.06.006

Wang, X., Xia, R., Yan, R., Sun, H., Huang, Y., Zou, H., Du, Y., Hua, L., Tang, H., Zhou, H., Yao, Z., & Lu, Q. (2023). The sex differences in anhedonia in major depressive disorder: A resting state fMRI study. ***Journal of Affective Disorders,*** ***340*****(1),** **555–566**. https://doi.org/10.1016/j.jad.2023.08.058

Yang, X., Wang, D., Liu, S., Liu, G., & Harrison, P. (2020). Trajectories of state anhedonia and recent changes in anhedonia in college students: Associations with other psychiatric syndromes. ***Journal of Affective Disorders, 262,*** **337–343.** https://doi.org/10.1016/j.jad.2019.11.028

ملحق (1) مقياس الأنهيدونيا بصيغته النهائية

ت	الفقرة	أوافق	أوافق بشدة	لا أوافق	لا أوافق بشدة
1	أستمتع بمشاهدة برنامجي التلفزيوني أو الإذاعي المفضل.				
2	أستمتع بقضاء الوقت مع عائلتي أو أصدقائي المقربين.				
3	أجد متعة في هواياتي وأنشطتي الترفيهية.				
4	استطيع الاستمتاع بوجبتي المفضلة.				
5	أستمتع بحمام دافئ أو بدش منعش.				
6	أجد متعة في رائحة الزهور أو نسيم البحر المنعش أو رائحة الخبز الطازج.				
7	أستمتع برؤية وجوه الآخرين المبتسمة.				
8	أستمتع بمظهري الأنيق عندما أبذل جهدًا في الاهتمام بمظهري.				
9	أستمتع بقراءة كتاب أو مجلة أو صحيفة.				
10	أستمتع بكوب من الشاي أو القهوة أو مشروبي المفضل.				
11	أجد متعة في الأشياء الصغيرة مثل يوم مشمس جميل أو مكالمة هاتفية من صديق.				
12	أكون قادرًا على الاستمتاع بمنظر طبيعي جميل أو إطلالة رائعة.				
13	أشعر بالمتعة عند مساعدة الآخرين.				
14	أشعر بالمتعة عندما أتلقى الثناء من الآخرين.				