

يعد الاكتئاب من أقدم الأمراض النفسية وقد ورد وصف لأوضاع تشبه ما نشجمه اكتئاباً في عدد من النصوص القديمة الدينية والدينوية. (لطفي الشربini ، 2001، حيث يحتل مرض الاكتئاب موقعه مركزياً في أعمال كبار الأطباء النفسيين ، أمثال كريبلين ويسبز وفرويد وشنайдر ، حيث ساهمت كتابتهم والتي امتد بعضها إلى أواسط القرن العشرين في وضع البدور الجنينية لفهم ظاهرة الاكتئاب، وفي النصف الثاني من القرن العشرين ازداد الاهتمام بدراسة هذا المرض للدرجة التي جعلت كاتباً مثل كليرمان يقول إن هذه الفترة يمكن أن تسمى عصر الماليينخوليا. كما تعد نظرية التحليل النفسي من أوائل النظريات النفسية التي اهتمت بتفسير الاكتئاب والبحث عن أسبابه وبينت نظرية التحليل النفسي أن الخبرات الضاغطة الصادمة التي يواجهها الفرد في السنوات المبكرة من عمره مثل الانفصال عن أحد الوالدين أو فقدانه قد يجعل الأطفال مستهدفين بشكل أساسي للأكتئاب و من ثم إذا واجه الفرد بعد ذلك ضغوطاً مشابهة لضغوطه. فإنه ينهار وتظهر عليه أعراض الاكتئاب. وبعد مفهوم الاكتئاب كما وضحه حامد زهران بأنه حالة الحزن الشديد المستمر تنتج عن الظروف المحننة الالمية، وتعبر عن شيء مفقود، وإن كان المريض لا يعي المصدر الحقيقي لحزنه. (حامد عبد السلام زهران، 2005، حيث ازداد انتشار الأشخاص الذين يعانون من اضطرابات نفسية في العقود الأخيرة وأثر ذلك على حياتهم ومن أهم تلك اضطرابات مرض الاكتئاب وبدأ في الظهور مرض اكتئاب النخبة بناءً على الأعراض التي تظهر لدى بعض الفئات ، على سبيل المثال الرياضيين النخبة وكذلك ذوى المناصب أو المتوفقيين النخبة . وتعتبر ظاهرة "النخبة" من الظواهر الاجتماعية التي ظلت تنطوي دراستها على أهمية كبيرة منذ بدايات الفكر الفلسفى مع أفلاطون ، وغيره وصولاً إلى الآونة الأخيرة التي يلفت الانتباه فيها زيادة هذه الأهمية ضمن مختلف التخصصات والحقول العلمية الإنسانية والإجتماعية. ولعل مرد هذا الإنغالق هو الشعور بجملة التحولات الاجتماعية والثقافية والسياسية والاقتصادية. إلخ المحليه والدولية منها على السواء، والتي تخطو خطوات متتسارعة دون أن تتمكن المجتمعات والدول من السيطرة على شدة تدفقها وقوتها انتشارها. وما يلزم هذه التحولات من دور بارز ومسؤول لهذه النخب. وبدأ التعبير عن مفهوم النخبة كوصف للسلع ذات النوعية الممتازة: " ليصل إلى وصف كل شيء متميز، وأن ما تتميز به المجتمعات الحديثة نتيجة تعقدتها هو تعدد النخب، إذ هي لا تتنبع نخبة واحدة فحسب وإنما تنتبع نخبًا عديدة ومتعددة حيث أنها تجد في كل مجالات الحياة السياسية والثقافية والاقتصادية . وغيرها جماعات يكون لها النفوذ الأكبر في التأثير على مجرى الأحداث وتوجيه دفة الأمور. وبالرغم من الارتباط الوثيق بين موضوع النخبة بمجمله وبين المجال السياسي - الذي يعني به علم الاجتماع السياسي باعتباره الحقل السوسيولوجي الذي يُنسب له السبق في استخدام مفهوم - النخبة إلا أن مفهوم النخبة قد امتد في استعماله إلى العديد من المجالات مما جعلنا نتكلم عن النخبة السياسية كما تتكلم عن النخبة الإقتصادية والعلمية ، والدينية وغيرها . بل إن هذا المفهوم قد امتد في تداوله واستعماله على مدار الفئات والشراائح الاجتماعية برمتها وتمختلف تصنيفاتها، فمن فئة المثقفين والوجهاء والأعيان على غرار نخبة العلماء وغيرهم إلى فئة الفنانين والمشاهير على غرار نخبة الرياضيين وغيرهم إلى فئة المجرمين والمنحرفين على غرار نخبة اللصوص وهكذا أصبح مفهوم النخبة أقرب إلى توصيف عناصر القوة في المجتمع. لما تملكه هذه النخبة من أدوات مؤثرة في تكوين واستقرار المجتمعات، وتشكيل نسق الحكم والفكر والتوجه العقدي ولما تؤديه من دور في صياغة آليات الحكم وتغيير القيم والسلوكيات. إلخ. ولذلك فإن دراسة النخبة تعنى إلقاء الضوء على مكون أساسى في صناعة الواقع الاجتماعي بمختلف مجالاته وميادينه . (فضيل حضرى، ٢٠١٣، وتحددت العديد من الدراسات والمراجع عن أهمية موضوع اكتئاب النخبة ومنها دراسة حيث شملت الدراسة ٥٠ رياضياً حيث تضمنت عينة من الرياضيين النخبة وأيضاً عينة أخرى من الرياضيين عموماً وتم المقارنة بينهم على أساس الجنس والอายุ أيضاً فاظهرت النتائج أنه لم يكن هناك فرق إحصائي بينهم بالنسبة للجنس والอายุ، كما أظهرت النتائج أن الرياضيين في العموم يكونوا أقل عرضة للأكتئاب عن الرياضيين النخبة كما أن أصحاب الألعاب الجماعية يكونوا أقل عرضة للإصابة بالأكتئاب عن أصحاب الألعاب الفردية . DAIANNE CARDINALLI REGO, et al, 2019).

في العقود الماضية ، ازداد انتشار المعاناة النفسية لدى الناس ، وقد عززت هذه المعاناة تأثيراً كبيراً على نوعية الحياة والحياة اليومية للسكان حيث يعد الاكتئاب هو الاضطراب الأكثر شيوعاً بين سكان العالم وهذا الاضطراب بين نخبة الرياضيين ذوى الأداء العالى ، وخاصة في الألعاب الأولمبية وُتُّّهُر بعض الدراسات التي تقارن بين هؤلاء السكان وغير الرياضيين أن الرياضيين ذوى الأداء العالى ، كما تُّّهُر نتائج بعض هذه الدراسات نقص المعرفة لأصحاب الرياضيين النخبة مما يجعلهم أكثر عرضة للأكتئاب كما أظهرت بعض الدراسات أن الحالة المزاجية تزداد سوءاً مع الحالة الجسدية المكثفة لدى لاعبي الرياضيين ذوى الأداء العالى نظراً لأن نخبة الرياضيين يخضعون لأحمال تدربيّة مكثفة . DAIANNE CARDINALLI REGO, et al,

(2019)، أولاً: تعريف مفهوم الاكتئاب : للاكتئاب بأنه: " انخفاض مزاج المريض وفقراً اهتماماته ، وعدم تمتعه بما يبهج الآخرين ، وتنفاوت كل واحدة من تلك الأعراض في كل نوبة بين البسيط، والمتوسط والشديد لذلك تنفاوت درجة الاعراض من وقت لآخر في الشخص الواحد أثناء نوبة الاكتئاب وتخلص هذه الأعراض في هبوط القدرة على التركيز وانحطاط تقدير المريض لذاته وثقته بنفسه، ومعاناته من الإحساس بالذنب، والشعور بعدم أهميته والتلاؤم، والتعب، أو انعدام القوة، والتفكير في إيناء نفسه بما فيه إفاداته على الانتحار، الأرق الشديد والنوم المتقطع ثم انعدام الشهية". أما المعهد الأمريكي للصحة العقلية فيعرف الاكتئاب بأنه: عبارة عن خلل في سائر الجسم والأفكار والمزاج، ويؤثر على نظرة الإنسان لنفسه ولما حوله من أشخاص، وما يحدث من أحداث بحيث يفقد المريض توازنه الجسدي والنفسي والعاطفي. (وردة بحسيني ، سعيدة الامام، 2019، ثانياً: تعريف

مفهوم النخبة : تدل كلمة النخبة أو الصفة في اللغة العربية معنى الخلاصة، فيقال صفة الشيء، خلاصته وخياره، ويقال اصطلاح أي اختياره والصفة من الماء ونحوه تعني القليل وانتخب الشيء اي اختاره منه، ونخبة القوم خيارهم والانتخاب هو الاختيار والانتقاء ومنه النخبة وهم جماعة تختار من الرجال . (هشام طاغور، ٢٠١٩، مفهوم "النخبة" في صيغة المفرد : إن القول بالنخبة في صيغة المفرد، يعارض نعت أولئك المتفوقين في مجال نشاطهم ويرادف في الغالب "النخبة الحاكمة" أو "النخبة الموجهة". وحسب استعمالاته فإنه يشير إلى الفضاءات الحكومية والإدارات العليا والطبقة السياسية أو بصفة عامة كل من نظرائهم يشاركون بصفة علنية أو سرية في صياغة القرارات الهامة التي تخص حياة الدولة أو علاقتها الخارجية، وإن

مفهوم "النخب(ة)" في صيغة المفرد بالنخبة الحاكمة يمكن أن يأخذ دلالتين مختلفتين فهو أولاً يعتمد فكرة أن أولئك الموجودين في مراكز الحكم والمسؤولية هم فعلياً الأفضل ، لأنهم الأجد بقدراتهم أن يحكموا لأن يُحكموا وثانياً فكرة أن أفراد النخبة الحاكمة لديهم بعض المواهب الفائقة ولكنهم لا يمتلكون قدرات كافية للحكم كذلك القدرات التي تسهل لهم الدخول في السلم العالي الجهاز الدولة. مفهوم "النخبة" في صيغة الجمع: أما "النخبة" في صيغة الجمع فهي تؤهل كل الذين يكونون مجموعة الأقلية التي تحتل المكانة العالية في المجتمع وانتهت حق تسوية الأمور المشتركة بإمكانيات مختلفة (بالوراثة، أو الاستحقاق، الثقافة أو الثروة وحينما نستعمل مصطلح "النخبة" بصيغة الجمع، فإننا في الغالب نحيل إلى الأشخاص الموجودون في موضع أو مركز رفيع وعالي في مختلف النشاطات. (فضيل حضرى، ٢٠١٣ ، ثالثاً : بعض الدراسات السابقة التي تناولت اكتئاب النخبة (الصفوة) : -

انه من أكثر المؤشرات بحثاً في الدراسات السابقة التي تناولت موضوع اكتئاب النخبة هي (فئة الرياضيين النخبة) ومن أهم تلك الدراسات : 1) دراسة Depression Florence Lebrun (Florence Lebrun, et al, 2018, 2)، حيث هدفت تلك الدراسة إلى تسلیط الضوء على أوجه التشابه بين الرياضيين النخبة والأشخاص من عامة السكان على الرغم من ملاحظة الأمراض المصاحبة (على سبيل المثال ، اضطراب فرط الحركة ونقص الانتباه والقلق والوسوس القهري) ، وكان الاكتئاب هو الشائع ، المشخص سريرياً MHI المشترك بين جميع المشاركون ، كما ركزت النتائج الحالية بشكل أساسي على كيفية فهم المشاركون لتجربتهم من خلال تحديد المحفزات الرئيسية المتتصورة وراء تطور اكتئابهم ، بالإضافة إلى مجموعة متنوعة من الأعراض التي عانوا منها، في حين أنه توجد أوجه تشابه بين الرياضيين النخبة وعامة السكان فيما يتعلق بتشخيص الاكتئاب والأعراض المصاحبة ، وكانت الاختلافات ملحوظة أيضاً وتم وصف المحفزات التي صورها المشاركون على أنها السبب وراء تطور اكتئابهم إما بأنها مرتبطة بالرياضة (على سبيل المثال التقاعد (الانتقال الوظيفي) ، التتمر المؤسسي وسوء المعاملة). Florence Lebrun" دراسة DAIANNE CARDINALLI REGO (DAIANNE CARDINALLI REGO, 2018, 5)، حيث شملت الدراسة ٥٠ رياضياً حيث تضمنت عينة من الرياضيين النخبة وأيضاً عينة أخرى من الرياضيين عموماً وتم المقارنة بينهم على أساس الجنس والعمر أيضاً فاظهرت النتائج أنه لم يكن هناك فرق إحصائي بينهم بالنسبة للجنس والعمر ، كما أظهرت النتائج أن الرياضيين في العموم يكونون أقل عرضة للاكتئاب عن الرياضيين النخبة كما أن أصحاب الألعاب الجماعية يكونون أقل عرضة للإصابة بالإكتئاب عن أصحاب الألعاب الفردية . (DAIANNE CARDINALLI REGO, et al, 2019, 3)

حيث تناولت دراسة Lebrun, 2019 بعنوان نخبة الرياضيين الذين يتعاملون مع الاكتئاب استراتيجيات المواجهة التي ينفذها الرياضيين النخبة الذين يعانون من الاكتئاب حيث أجريت المقابلات شبه المنظمة مع أربعة رياضيين من النخبة وتم تحليلاً باستخدام التحليل الظاهري للظواهر (IPA) وتقدم النتائج صورة عامة لكيفية محاولة نخبة الرياضيين التعامل مع الاكتئاب باستخدام مجموعة من استراتيجيات التأقلم، من بين الاستراتيجيات المختلفة التي تم تسلیط الضوء عليها ، تم التأكيد بشكل خاص على التحدث وطلب المساعدة المهنية والدعم الاجتماعي من قبل المشاركون. ومع ذلك ، من المدهش أن مشاركة واحدة

فقط أبلغت عن نقل المهارات والاستراتيجيات التي تعلمتها في طريقها إلى القمة إلى العديد من الجوانب الأخرى في حياتها اليومية مثل التعامل مع اكتئابها. لذلك تشير النتائج إلى أنه ينبغي تشجيع الرياضيين على نقل المهارات المكتسبة خلال حياتهم الرياضية والاستفادة منها إلى أقصى حد للتعامل مع حياتهم اليومية. (Lebrun, F, 2019, رابعا : التعقيب على الدراسات السابقة التي تناولت الموضوع : - في البداية نوضح مفهوم الرياضيون النخبة كما تناولتها الدراسات السابقة : فهم الأفراد الذين يمثلون الدولة دولياً ، ويصلون إلى منصة التتويج في هذه المسابقات ويلعبون على أعلى مستويات المنافسة الاحترافية ، كونهم جزءاً من الترتيب الرسمي بين أفضل 100 رياضي. (DAIANNE CARDINALLI REGO, et al, 2019) . - ثم نوضح أن من أهم أسباب اكتئاب لدى الرياضيين النخبة التي اجمعـتـ عـلـيـهـاـ اـغـلـبـ الـدـرـاسـاتـ السـابـقـةـ التيـ تـنـاـوـلـتـ المـوـضـوـعـ: - متلازمة الإفراط في التدريب خاصة بعد فترات طويلة من التدريب المكثـفـ) والإصابـاتـ الـرـياـضـيـةـ الخطـيرـةـ - إلى جانب التدهور في الأداء ، اي وجود مشكلـاتـ الأـداءـ، بالإضاـفةـ إـلـىـ ذـلـكـ ، منـ المرـجـحـ أنـ يـسـتـخـدـمـ الـرـياـضـيـونـ الذـكـرـ موـادـ تـشـمـلـ (منـشـطـاتـ) لـتحـسـينـ الأـداءـ الـرـياـضـيـ . - (الضغط النفسي) حيث كراهية الذات والنقد الذاتي ، القلق الاجتماعي ، الخوف من الفشل ، الشيوخـةـ ، التـقـاعـدـ منـ الـرـياـضـةـ - العمـليـاتـ الجـراـحـيـةـ المتـكـرـرـةـ ، وأـحـدـاثـ الـحـيـاةـ الـمـعـاكـسـةـ ، وانـخـفـاضـ مـسـتـوـيـاتـ الدـعـمـ الـاجـتمـاعـيـ) . - و يمكن أن تظهر هذه الحالة المزمنة في أعراض مثل : - مثل التعب وفقدان الوزن والشهـيـةـ . - وعدم الاستقرار العاطفي . - القلق والاكتئاب ، - البطء والركود في الفكر والكلام والحركة - وتباطؤ الوظائف الفسيولوجـيةـ. - ومن أكثر الاعراض انتشارا والتـىـ تكونـ مـتـمـثـلـهـ بشـكـلـ عامـ فـيـ وجـودـ اـضـطـرـابـ فـيـ الـحـالـةـ الـعـاطـفـيـةـ وـالـلـامـبـالـاـةـ وـالـإـحـجـامـ وـقـلـةـ الـمـتـعـةـ وـانـخـفـاضـ النـشـاطـ الـوـظـيفـيـ والـحـيـويـ وـالـتـبـيـطـ التـدـريـجيـ وـأـفـكـارـ التـشـاؤـمـ وـالـافـتـقـارـ إـلـىـ الـقـيـمـةـ. وـالـشـعـورـ بـالـذـنـبـ وـالـنـدـمـ فـيـ الـمـجـالـ الـمـعـرـفـيـ وـتـدـهـورـ الـوـظـائـفـ الـنـفـسـيـةـ وـالـفـسـيـولـوـجـيـةـ مـثـلـ النـوـمـ وـفـقـدـ الشـهـيـةـ ، اـضـطـرـابـاتـ الـمـزـاجـ وـفـقـدـانـ الـاـهـتـمـامـ بـماـ يـحـدـثـ حـوـلـهـ ، وـالـشـعـورـ بـالـذـنـبـ وـعـدـمـ الـقـيـمـةـ Joachim Hermsdörfer , et al , 2018 .