



جامعة دمشق
كلية التربية
قسم علم النفس

المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق

الشخصي والاجتماعي

**دراسة مقارنة بين مرحلتي التعليم الثانوي والتعليم الجامعي في
مدينة طرطوس**

رسالة مقدمة لنيل درجة الماجستير في علم نفس النمو

إعداد الطالب

جبران يوسف عاقل

إشراف الدكتورة

رولا الحافظ

المدرسة في قسم علم النفس

شكر وتقدير

الحمد لله رب العالمين الذي أعانني على إتمام هذه الدراسة، وإنجازها حتى أبصرت النور...
يطيب للباحث في نهاية مطاف هذه المرحلة العلمية أن يتوجه بالشكر والتقدير والامتنان
إلى من أفاضت عليه من وافر علمها، وسديد رأيها، وخبرتها، إلى الدكتورة رولا الحافظ
التي كانت خير مرشدا. لها مني كل الأمانى والدعاء الصادق بأن يمد الله في عمرها
وصحتها.

كل الشكر والتقدير إلى السادة الأساتذة الأفاضل أعضاء لجنة التحكيم المحترمين على
تفضلهم بقبول مناقشة هذه الرسالة، وعلى الجهد والوقت الثمين الذي بذلوه في تقييم
وتصويب هذه الرسالة... لهم مني كل الاحترام.

بطاقة شكر خاصة إلى جامعة تشرين (فرع طرطوس) ومديرية التربية في مدينة
طرطوس المتمثلة بكادرها الإداري وكافة العاملين والطلبة فيها، على حسن تعاونهم.

إهداء

إلى اليد التي كانت تمسح حزني وهمي . . .
إلى القلب الدافئ الذي كان ينسني هموم الدنيا . . .
إلى من كان ينزهرع بأبسامته الفرح والطمأنينة في نفسي . . .
إلى من كان قدوة في الأخلاق والقيم . . .
إلى مروح أخي الشهيد النقيب البطل . . .

"ميرابو"

إلى من أعطى حياتنا معنى بقلبه الدافئ . . .
إلى النبع الذي أعتز به . . .
إلى الجبل الذي أحتمي به . . .
إلى من كان ومازال وسيبقى أبي ومعلمي وأخي وصديقي . . .
عسى أن يمد الله بعمر ك ويلهمني طاعتك وبرك . . .

"أبي"

إلى الملاك الطاهر الذي لقني أبجدية الحياة . . .
إلى النفس الصافية البريئة . . .
إلى قداسة أمومتك أهدي جهدي . . .

"أمي"

إلى رجال كانوا خير عون لي في صعوبات الحياة . . .

إلى من بهم يزداد فخري واعتزاني . . .

"أخوتي"

إلى ملاك الأرض وعصفورة الجنة . . .

إلى الأمل المتجدد لحياة مشرقة . . .

إلى اللؤلؤة التي ترين دنياي . . .

والوردة التي تعطر حياتي . . .

"نزوجتي الغالية"

إلى من قضيت معهم أجمل اللحظات . . .

إلى من بادلوني المودة الصادق . . .

إلى من عاشوا معي تفاصيل الحياة اليومية . . .

فكانوا أخوة قبل أن يكونوا أصدقاء . . .

ستبقى ذكراكم في قلبي ما حييت . . .

"أصدقائي"

إلى قناديل حياتي أولادي

"شام وميرابو"

إلى مروح أطهر رجلين عرفتهم بحياتي . . .

"شعيب مصطفى ومحمد سلطان"

فهرس المحتويات

رقم الصفحة	عنوان المحتوى
8-1	الفصل الأول : التعريف بالبحث
2	. مقدمة البحث.
3	أولاً . مشكلة البحث.
4	ثانياً . أهمية البحث.
5	ثالثاً . أهداف البحث.
5	رابعاً . أسئلة البحث.
5	خامساً . فرضيات البحث.
6	سادساً . منهج البحث وخطواته.
6	سابعاً . أدوات البحث.
6	ثامناً - مجتمع البحث وعينته.
7	تاسعاً . حدود البحث.
7	عاشرأ . مصطلحات البحث وتعريفاته الإجرائية.
21 -9	الفصل الثاني : دراسات سابقة
10	. مقدمة.
10	أ.دراسات عربية.
15	ب.دراسات أجنبية.
20	ت. تعليق عام على الدراسات السابقة.
39-22	الفصل الثالث : المساندة الاجتماعية.
23	أولاً. مفهوم المساندة الاجتماعية وتعريفاتها.
25	ثانياً. أهمية المساندة الاجتماعية.

27	ثالثاً. مصادر المساندة الاجتماعية.
29	رابعاً. أشكال المساندة الاجتماعية.
31	خامساً. وظائف المساندة الاجتماعية.
33	سادساً. شروط تقديم المساندة الاجتماعية.
34	سابعاً. النماذج الرئيسة المفسرة للدور الذي تقوم به المساندة الاجتماعية.
37	ثامناً. نظريات المساندة الاجتماعية.
91 - 40	الفصل الرابع: التوافق الشخصي والاجتماعي.
41	أولاً. مفهوم التوافق وتعريفاته.
44	ثانياً. خطوات التوافق.
44	ثالثاً. خصائص التوافق.
46	رابعاً. مطالب التوافق.
46	خامساً. العوامل المؤثرة في التوافق.
48	سادساً. مؤشرات التوافق.
49	سابعاً. مجالات التوافق.
72	ثامناً. استراتيجيات التوافق.
75	تاسعاً. معايير قياس التوافق.
78	عاشراً. نظريات التوافق.
83	العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتوافق الشخصي والاجتماعي.
85	مرحلة المراهقة والشباب.
114 - 92	الفصل الخامس: منهج البحث وإجراءاته وأدواته
93	. مقدمة.
93	أولاً. مجتمع البحث.
95	ثانياً. عينة البحث.
97	ثالثاً. منهج البحث.

98	رابعاً. أدوات البحث.
114	خامساً. الصعوبات التي واجهت الباحث.
148 – 115	الفصل السادس : نتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها
116	. مقدمة.
116	أولاً: نتائج أسئلة البحث.
132	ثانياً: نتائج فرضيات البحث ومناقشتها.
148	ثالثاً: مقترحات البحث.
154 – 149	ملخص البحث باللغة العربية
172 – 155	مراجع البحث
168 – 156	. المراجع العربية.
172 – 168	. المراجع الأجنبية.
190 – 173	ملاحق البحث
I	خلاصة البحث باللغة الأجنبية

فهرس الجداول

رقم الصفحة	عنوان الجدول	رقم الجدول
93	عدد أفراد المجتمع الأصلي في الكليات.	1
94	توزع المجتمع الأصلي لطلبة المرحلة الثانوية.	2
95	عدد أفراد عينة البحث المسحوبة مقارنة مع عدد أفراد المجتمع الأصلي تبعا لمتغير التخصص الدراسي.	3
97	عدد أفراد عينة البحث المسحوبة مقارنة مع عدد أفراد المجتمع الأصلي تبعا لمتغير السنة الدراسية.	4
100	فقرات مقياس المساندة الاجتماعية قبل وبعد تعديل المحكمين.	5
101	اختبار كولموكروف - سميرنوف لمعرفة توزع البيانات في مقياس المساندة الاجتماعية.	6
102	اختبار مان ويتني لدراسة الفروق بين الفئة العليا والفئة الدنيا لمقياس المساندة الاجتماعية.	7
102	معاملات الارتباطات (بيرسون) بين المجموع الكلي والأبعاد الفرعية في مقياس المساندة الاجتماعية.	8
104	معاملات الثبات لمقياس المساندة الاجتماعية.	9
106	توزع فقرات مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي على الأبعاد الفرعية قبل التحكيم.	10
107	فقرات مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي قبل وبعد تعديل المحكمين.	11
108	بعض الفقرات التي تم حذفها من مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.	12
109	اختبار كالموغراف - سميرنوف لمعرفة توزع البيانات في مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.	13
110	اختبار مان ويتني لدراسة الفروق بين الفئة العليا والفئة الدنيا لمقياس التوافق	14

	الشخصي والاجتماعي.	
111	معاملات الارتباطات (بيرسون) بين المجموع الكلي لمقياس التوافق الشخصي والاجتماعي والأبعاد الفرعية.	15
112	معاملات الثبات لمقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.	16
113	توزيع فقرات مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي في صورته النهائية.	17
116	مستويات المساندة الاجتماعية.	18
117	النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لاستجابة أفراد عينة البحث في مقياس المساندة الاجتماعية.	19
120	مستويات التوافق الشخصي والاجتماعي.	20
121	المتوسط الحسابي والوزن النسبي لأبعاد مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.	21
123	النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لاستجابة أفراد عينة البحث في البعد الأول من مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.	22
124	النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لاستجابة أفراد عينة البحث في البعد الثاني من مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.	23
125	النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لاستجابة أفراد عينة البحث في البعد الثالث من مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.	24
126	النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لاستجابة أفراد عينة البحث في البعد الرابع من مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.	25
127	النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لاستجابة أفراد عينة البحث في البعد الخامس من مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.	26
128	النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لاستجابة أفراد عينة البحث في البعد السادس من مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.	27
129	النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لاستجابة أفراد عينة البحث في البعد السابع من مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.	28
130	النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لاستجابة أفراد عينة البحث في البعد	29

	الثامن من مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.	
133	نتائج الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة البحث في مقياس المساندة الاجتماعية ودرجاتهم في مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.	30
135	نتائج اختبار (ت) ستيودنت لدلالة الفروق بين متوسطات درجات منخفضي ومرتفعي المساندة الاجتماعية على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.	31
138	نتائج اختبار (ت) ستيودنت لدلالة الفروق بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير الجنس.	32
140	نتائج اختبار (ت) ستيودنت لدلالة الفروق بين متوسطات درجات الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير المرحلة التعليمية.	33
142	نتائج اختبار (ت) ستيودنت لدلالة الفروق بين متوسطات الطلبة على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس.	34
145	نتائج اختبار (ت) ستيودنت لدلالة الفروق بين متوسطات درجات الطلبة في المرحلة الثانوية والجامعة على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.	35

فهرس الأشكال والرسوم البيانية

رقم الصفحة	عنوان الشكل أو الرسم البياني	رقم الشكل
123	المتوسط الحسابي لأبعاد مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.	1
138	متوسطات درجات الطلبة تبعاً لمتغير مستوى المساندة الاجتماعية فيما يتعلق بالتوافق الشخصي والاجتماعي.	2
141	متوسطات درجات الطلبة تبعاً لمتغير المرحلة التعليمية فيما يتعلق بالمساندة الاجتماعية.	3
144	متوسطات درجات الطلبة تبعاً لمتغير الجنس فيما يتعلق بالتوافق الشخصي والاجتماعي.	4
147	متوسطات درجات الطلبة تبعاً لمتغير المرحلة التعليمية فيما يتعلق بالتوافق الشخصي والاجتماعي.	5

فهرس الملاحق

رقم الصفحة	عنوان الملحق	رقم الملحق
179	قائمة بأسماء السادة المحكمين.	1
180	الموافقات الرسمية لتطبيق أدوات البحث.	2
182	مقياس المساندة الاجتماعية بصورته النهائية.	3
188	مفتاح تصحيح مقياس المساندة الاجتماعية.	4
190	مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي بصورته النهائية.	5

الفصل الأول

التعريف بالبحث

. مقدمة.

أولاً. مشكلة البحث.

ثانياً. أهمية البحث.

ثالثاً. أهداف البحث.

رابعاً. أسئلة البحث.

خامساً. فرضيات البحث.

سادساً. منهج البحث وخطواته.

سابعاً. أدوات البحث.

ثامناً. مجتمع البحث وعينته.

تاسعاً. حدود البحث.

عاشراً. مصطلحات البحث وتعريفاته الإجرائية.



الفصل الأول

التعريف بالبحث

. مقدمة البحث:

يواجه الفرد في حياته العديد من الخبرات غير السارة التي تنطوي على الكثير من مصادر التوتر وعوامل الخطر والتهديد في كافة مجالات الحياة، وهذا من شأنه أن يجعل هذه الخبرات تلعب دوراً في عدم توافق الفرد شخصياً واجتماعياً.

ويتعرض المرء يومياً لمصادر متنوعة من مشكلات العمل والدراسة والتربية والصحة، كما تواجه يومياً أحداثاً لها آثار نفسية وعضوية، ولا شك أن ذلك سيؤدي إلى الوقوع في العديد من الاضطرابات النفسية والاجتماعية كالعزلة والوحدة والشعور بالاغتراب والميل إلى العدوانية والجنوح والانطواء وفقدان الثقة بالنفس وبالتالي الى عدم التوافق الشخصي و الاجتماعي.

إن طلاب المرحلة الثانوية والجامعية مثلاً يواجهون عديداً من هذه المشكلات سواء كانت مشكلات أسرية أو اجتماعية أو سياسية أو اقتصادية، أو مشكلات مدرسية وجامعية، وفي جميع هذه الأحداث يكون الطالب مطالباً بإنجاز الكثير من المهمات التي تفوق قدراته، وقد يتعرض الطلبة إلى أحداث أخرى كالضغوط الوالدية التي تكبح حريتهم، مما يعرضهم للعديد من الاضطرابات كالعزلة والوحدة النفسية والشعور بالاغتراب والعدوانية، لذلك فإن الاهتمام بالشباب في أي مجتمع أمر مهم جداً لبناء وتطوير المجتمع، فالدول تهتم بشبابها لتحل مكانة مرموقة بين الأمم، ويتمثل هذا الاهتمام بما تقوم به المجتمعات من أعمال وجهود تجاه فئة الشباب، وخاصة ما تقوم به الأسرة والمدرسة والجامعة من أساليب توعية ووقاية ورعاية لهؤلاء الشباب لتحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي لديهم.(دياب، 2006، 2).

لقد أوضحت دراسة تقييم نفسي اجتماعي للأطفال الفلسطينيين قامت بها "كايرو عرفات" عام (2003) أنه من الضروري التعامل مع الأثر البعيد الأمد للعنف على مجتمعنا في الحاضر مع التركيز بشكل خاص على تأثيراته على النساء والأطفال، خلصت الدراسة إلى أن قدرة الأطفال والمراهقين على التأقلم مع تهديدات الأزمة الراهنة تعتمد إلى حد كبير على نوع الدعم الذي يتلقونه بما في ذلك مدى متانة علاقاتهم مع الأهالي والمعلمين، فالأطفال الذين يشعرون بالأمان في بيئتهم ولا يتمتعون بالقدر الكافي من الدعم يكونون أكثر احتمالاً لأن يخضعوا لتأثير ضغوط الصراع.(عرفات، 2003، 23 - 24) .

ومما لا شك فيه أن المساندة الاجتماعية لها دوراً عظيماً في التخفيف من أحداث الحياة اليومية الضاغطة ولها أهمية كبرى في توافق الفرد شخصياً واجتماعياً، وقد تكون المساندة بالكلمة الطيبة والنصح أو تقديم معلومات مفيدة، أو بقضاء الحاجات و تقديم المال.

ويرى "بولبي" أن الفرد الذي يتمتع بمساندة اجتماعية منذ نعومة أظفاره، يتمتع بالثقة بالنفس ويكون قادراً على تقديم المساعدة للآخرين، ويصبح أقل عرضة للاضطرابات الشخصية والنفسية والاجتماعية، بالإضافة إلى أن المساندة الاجتماعية تزيد من قدرة الفرد على مواجهة الصدمات الناجمة عن هذه الأحداث التي يتعرض لها الفرد في حياته اليومية. (علي، 2001، 78).

اهتم البحث الحالي بإبراز الدور الذي تلعبه المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي لدى طلاب مرحلتي التعليم الثانوي والجامعي للوصول بهم إلى صحة نفسية متكاملة.

أولاً . مشكلة البحث:

الإنسان لا يمكنه أن يعيش بمعزل عن غيره من البشر لأنه مفطور على الاجتماع مع غيره والاتصال بهم، وعلى تبادل المنفعة معهم، فيشبع بذلك حاجاته، ويسهم في إشباع حاجات الآخرين، وهو من خلال هذا الاجتماع يتبادل الأفكار والقيم والمشاعر ويقدر الآخرين ويتلقى منهم التقدير ويشاركهم مشاعرهم ويستقبل منهم مشاركتهم إياه مشاعره، فالعلاقات الاجتماعية تبدأ من نقطة بسيطة، تبدأ بفردين وتتسع دوائرها حتى تصل إلى العالم أجمع، وقد تكون العلاقات ضعيفة أو تكون بالغة القوة، تبدو قوية في ظاهرها، وعندما تدعو الحاجة إليها يظهر وهنها، وكما قد تبدو ضئيلة، ولكن عند الحاجة إليها تظهر متانتها. ففي دراسة "الكنج 2010" تبين وجود علاقة قوية بين اشباع الحاجات النفسية والتوافق الشخصي والاجتماعي.

المدرسة والجامعة تعدان من أكبر المؤسسات الاجتماعية التي تحقق أهداف المجتمع، وذلك من خلال سعيهما إلى تنمية قدرات الفرد وتزويده بالمعارف والمهارات وتعديل سلوكه وضبطه، كل ذلك لمحاولة بناء أفراد لديهم القدرة على تحقيق أهدافهم وطموحاتهم وذواتهم وسعياً لفهم بيئاتهم، الأمر الذي يؤدي إلى توافق الفرد شخصياً واجتماعياً، فطلاب المرحلة الثانوية والجامعية يواجهون العديد من المشكلات الشخصية والاجتماعية، خاصة وهم في مرحلة عمرية مهمة جداً في حياة الإنسان، لذلك يجب مساعدتهم وتقديم النصح لهم وعلى كافة الأصعدة ليكونوا فعالين في المجتمع. (حكيمة وآخرون، 2011، 1).

المساندة الاجتماعية تعد أحد أهم مصادر الأمن الذي يحتاجه الإنسان من المجتمع الذي يعيش فيه، عندما يشعر أن هناك أمر ما يهدده ويشعر أن طاقته قد استنفذت ولم يعد بوسعه أن يقف ضد هذا الخطر المهدد له وأنه في حاجة ماسة إلى المعاونة والمساعدة وشد أزرها وعون من الخارج وخاصة

عندما يريد أن يأتي هذا العون من أقرب الناس إليه. ففي دراسة "بيرغمان" تبين على أن المساندة الاجتماعية تزيد من شعور الفرد بالرضا عن ذاته وعن حياته. ومن خلال ما سعى إليه "كابلان" في نظريته عن أنظمة المساندة ودورها في الصحة النفسية للمجتمع، فإن المساندة الاجتماعية تتضمن نمطاً مستديماً من العلاقات المتصلة أو المتقطعة التي تلعب دوراً هاماً في المحافظة على وحدة النفس والجسم للفرد عبر حياته، حيث أوضح من وجهة نظره أن الشبكة الاجتماعية للفرد تزوده بالإمدادات الاجتماعية النفسية للمحافظة على صحته العقلية والنفسية. (Caplan, 1981, 417).

إنّ التوافق الشخصي والاجتماعي يعدان عاملان رئيسيان للتفوق والتحصيل الدراسي والتماسك الاجتماعي، فتمتع الطالب بتوافق شخصي واجتماعي يساعده على تركيز الانتباه وينمي دافعيته للإنجاز، هذا التوافق يعد عاملاً رئيساً لتفسير وتحديد فعاليته وإنجازه وقوته، فارتفاع مستوى هذا التوافق يؤدي إلى ارتفاع معدل الدافعية والإنجاز مما يسهم في تخطي الفرد للصعوبات وتقليل سلبياتها. ومن خلال اطلاع الباحث على العديد من الدراسات العربية والأجنبية والأدبيات المتعلقة بمتغيرات البحث الحالي، ومن خلال عمل الباحث كمدرس في مدارس المرحلة الثانوية والجامعية ومشاهدته وملاحظته حاجة الطلاب الماسة للدعم بكل أنواعه، أدرك ضرورة إجراء بحث يبرز الدور الذي تلعبه المساندة الاجتماعية التي يقدمها المجتمع والأسرة والأصدقاء والمدرسة والجامعة في تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي لدى الطلاب في المرحلة الثانوية والجامعية، حيث يوجد في مدارسنا وجامعاتنا الحالية نقص واضح في دعم الطلبة وتقديم العون لهم على أصعدة مختلفة، الأمر الذي يؤدي إلى تعرض الطلبة لاضطرابات نفسية عديدة تقودهم إلى عدم التوافق والانسجام مع مجتمعهم. وعلى ذلك تتمحور مشكلة البحث في السؤال التالي :

ما طبيعة العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتوافق الشخصي والاجتماعي لدى طلاب مرحلتي التعليم الثانوي والتعليم الجامعي؟

ثانياً . أهمية البحث:

تنبثق أهمية البحث الحالي من النقاط الآتية:

- ◊ تظهر أهمية البحث من الجانب العلمي في كونها تفتح أبعاداً بحثية كثيرة لدراسات مستقبلية ذات علاقة بتنامي وتطوير الدور الذي تلعبه المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي للفرد الذي يمكن تلمس نتائجه من خلال تلمس الآثار النفسية والمعرفية والجسمية والسلوكية للطلاب في المدارس والجامعات.
- ◊ وضع تصور لتطوير عملية المساندة الاجتماعية وتوظيفها بالشكل الأمثل في حياة طلابنا.

- ◊ أهمية دراسة العلاقة الارتباطية بين المساندة الاجتماعية والتوافق الشخصي والاجتماعي لدى طلاب مرحلتي التعليم الثانوي والتعليم الجامعي في مدينة طرطوس.
- ◊ أهمية المساندة الاجتماعية التي تؤدي إلى تحسين وتطوير الجوانب الشخصية النفسية والاجتماعية والعلمية والعملية لدى طلاب المرحلة الثانوية والجامعية.

ثالثاً . أهداف البحث:

يهدفُ البحثُ إلى الآتي:

- 1) قياس مستوى المساندة الاجتماعية لدى أفراد عينة البحث.
- 2) قياس مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى أفراد عينة البحث.
- 3) التعرف إلى العلاقة الارتباطية بين درجات المساندة الاجتماعية ودرجات التوافق الشخصي والاجتماعي لدى أفراد عينة البحث.
- 4) التعرف إلى دلالة الفروق بين مرتفعي ومنخفضي المساندة الاجتماعية في التوافق الشخصي والاجتماعي.
- 5) التعرف إلى دلالة الفروق بين الجنسين على مقياس المساندة الاجتماعية.
- 6) التعرف إلى دلالة الفروق بين مرحلتي التعليم الثانوي والجامعي على مقياس المساندة الاجتماعية.
- 7) التعرف إلى دلالة الفروق بين الجنسين على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.
- 8) التعرف إلى دلالة الفروق بين مرحلتي التعليم الثانوي والجامعي على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.

رابعاً . أسئلة البحث:

1. ما مستوى المساندة الاجتماعية لدى أفراد عينة البحث؟
2. ما مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى أفراد عينة البحث؟

خامساً . فرضيات البحث:

تم اختبار الفرضيات عند مستوى الدلالة (0.01):

1. لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات المساندة الاجتماعية ودرجات التوافق الشخصي والاجتماعي لدى أفراد عينة البحث.

2. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي المساندة الاجتماعية في التوافق الشخصي والاجتماعي.
3. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير الجنس.
4. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير المرحلة التعليمية.
5. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس.
6. لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي تبعاً لمتغير المرحلة التعليمية.

سادساً . منهج البحث وخطواته:

استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، إذ يفيد المنهج الوصفي في رصد ظاهرة البحث كما هي في الواقع، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً من خلال التعبير النوعي الذي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها، أو التعبير الكمي الذي يعطي وصفاً رقمياً يوضح مقدار أو حجم الظاهرة. (ميلاد والشماس، 2012، 86)، كما يهتم بتحديد الممارسات الشائعة ومعرفة المعتقدات والاتجاهات عند الأفراد والجماعات وطرائقها في النمو والتطور ويشمل محاولات للتنبؤ بوقائع المستقبل. (الكيلاي والشريفين، 2007، 27).

سابعاً . أدوات البحث:

لتحقيق أهداف البحث، والإجابة عن أسئلته. استخدم الباحث الأدوات التالية:

1. مقياس المساندة الاجتماعية (من إعداد الباحث).
2. مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي (من إعداد الباحث).

ثامناً . مجتمع البحث وعينته:

- المجتمع الأصلي للبحث: يتكون المجتمع الأصلي من طلبة مرحلتي التعليم الثانوي والجامعي في مدينة طرطوس في الجمهورية العربية السورية.

- **عينة البحث:** تكونت عينة البحث من طلبة مرحلتي التعليم الثانوي والجامعي في مدينة طرطوس، وتم اختيار (614) طالباً وطالبة بالطريقة العشوائية الطبقية لاعتقاد الباحث أنها تمثل مجتمع البحث.

تاسعاً . حدود البحث:

- **الحدود البشرية والمكانية:** طلبة مرحلتي التعليم الثانوي والجامعي في مدينة طرطوس.
- **الحدود الزمانية:** قام الباحث بتطبيق أدوات البحث في الفترة الزمنية الواقعة بين العام الدراسي (2014-2015م).
- **الحدود العلمية:** حدد البحث الحالي الأدوات التي سيتم تطبيقها والنتائج التي سيتم التوصل إليها وإمكانية تعميمها.

عاشراً . مصطلحات البحث وتعريفاته الإجرائية:

- المساعدة الاجتماعية (social support):

- وقد عرف "الشناوي وعبد الرحمن" "المساعدة الاجتماعية بأنها تلك العلاقات القائمة بين الفرد والآخرين والتي يدرسها على أنها يمكن أن تعاضده عندما يحتاج إليها". (الشناوي وعبد الرحمن ، 1994 ، 4).
- أما كابلان "Caplan" فيعرف المساعدة الاجتماعية: "بأنها تتكون من الآخرين الذين يقومون بمساعدة الأفراد لكي يتعاملوا مع مشكلاتهم الانفعالية ومشاركتهم في مهامهم وتزويدهم بالنفود والمواد والأدوات والمهارات والمعلومات والنصيحة لمساعدتهم على التعامل مع مواقف خاصة مليئة بالضغط يمكن أن يتعرضوا لها". (Caplan, 1981, 413).
- **التعريف الإجرائي للمساعدة الاجتماعية:** وهو "الدعم الذي يحصل عليه الفرد من عدة مصادر: الأسرة والمدرسة والجامعة والأصدقاء والمجتمع بمدينة طرطوس، والذي يقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس المساعدة الاجتماعية المستخدم في هذا البحث".
- **التوافق الشخصي والاجتماعي (personal and social adjustment):**
- **التوافق:** هو إشباع الفرد لحاجاته النفسية وتقبله لذاته واستمتاعه بحياة نقل فيها التوترات والصراعات النفسية، واستمتاعه بعلاقات اجتماعية حميمة ومشاركته في الأنشطة الاجتماعية وتقبله لعادات وتقاليد وقيم مجتمعه. (صيام، 2010 ، 8).

- **التوافق الشخصي:** يقصد به "قدرة الفرد على تقبله لذاته والرضا عنها، وقدرته على تحقيق احتياجاته ببذل الجهد والعمل المتواصل بجانب شعوره بالقوة واحساسه بقيمته الذاتية وأنه شخص ذو قيمة في الحياة وخلوه من الاضطراب النفسي وتمتعته باتزان انفعالي وهدهو نفسي". (شقيير، 2003).
- **التوافق الاجتماعي:** هو "الاحساس بالانتماء إلى المجتمع والتفاعل المستمر معه سواء كان هذا التفاعل في شكل علاقات خارجية أو اتصالات مباشرة". (النيال، 2002، 147).
- **التوافق الشخصي والاجتماعي:** هو "العلاقة المتجانسة مع البيئة بحيث يستطيع الفرد فيها الحصول على الاشباع لمعظم حاجاته وأن يحقق المتطلبات الجسمية والشخصية والاجتماعية". (English English, 1983, 13- 14).
- **التعريف الإجرائي للتوافق الشخصي والاجتماعي:** وهو قدرة الفرد على الوصول إلى التوافق الشخصي والاجتماعي في حياته اليومية في طرطوس، والتي تقاس بالدرجة التي يحصل عليها الطالب في مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي المستخدم في هذا البحث بأبعاده المختلفة: (الرضا عن الذات، النضج الانفعالي و المقدرة على ضبط النفس، الأمان النفسي، الشعور بالانتماء، المقدرة على التفاعل الاجتماعي، المسؤولية الاجتماعية، المهارات الاجتماعية، الميول العدائية).

الفصل الثاني

دراسات سابقة

مقدمة.

- أ. دراسات عربية.
- ب. دراسات أجنبية.
- ت. تعليق عام على الدراسات السابقة.



الفصل الثاني

دراسات سابقة

. مقدمة:

يتناول الفصل الحالي الدراسات السابقة العربية والأجنبية المتعلقة بموضوع المساندة الاجتماعية وتلك المتعلقة بالتوافق الشخصي والاجتماعي، والتي استفاد الباحث منها في إغناء المعلومات النظرية للبحث، وبناء أدواته، ومناقشة نتائجه.

وتجدر الإشارة إلى أنه تم ترتيب هذه الدراسات وفق تسلسل تاريخي يبدأ من الأقدم، فالأحدث. ثم وضع تعقيب على الدراسات السابقة في محاولة لتحديد مكانة البحث الحالي بينها.

أ. دراسات عربية:

1. دراسة عفاف حداد (1989)، الأردن:

عنوان الدراسة: (دور الدعم الاجتماعي المقدم من الأصدقاء في تحقيق الحاجات النفسية والاجتماعية للأفراد).

أهداف الدراسة: هدفت الدراسة إلى التعرف على دور الدعم الاجتماعي المقدم من الأصدقاء في تحقيق الحاجات النفسية والاجتماعية للأفراد.

عينة الدراسة: تألفت العينة من (505) طالبا وطالبة في مستوى السنتين الثالثة والرابعة، من طلبة البكالوريوس في جامعة اليرموك.

أدوات الدراسة: مقياس الدعم الاجتماعي (إعداد الباحثة).

أهم نتائج الدراسة: توصلت الدراسة إلى النتائج التالية:

- متوسطات الإناث كانت أعلى من متوسطات الذكور على المقياس.
- لم تكن هناك فروق دالة بين الذكور والإناث في درجة الرضا عن الدعم المقدم من الأصدقاء.
- كما أنه لم تكن هنالك فروق دالة في درجة الرضا عن الدعم المقدم من الأصدقاء تبعاً لاختلاف التخصص.

2. دراسة عماد محمد مخيمر (1997)، مصر:

عنوان الدراسة: (المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي).

أهداف الدراسة: الكشف عن دور كل من المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية في الوقاية من أثر الضغوط النفسية عند طلبة السنة الثالثة والرابعة بكليات العلوم والتربية بجامعة الزقازيق.

عينة الدراسة: (171) طالباً وطالبةً من طلاب المستويين الدراسيين الثالث والرابع، بكلّيات العلوم والتربية والآداب بجامعة الزقازيق بمصر.

أدوات الدراسة:

- مقياس الإمداد بالعلاقات الاجتماعية (إعداد ترنر وآخرون 1983)، ترجمة وتقنين محمد محروس الشناوي ومحمد السيد عبد الرحمن (1994).
- مقياس أحداث الحياة الضاغطة (إعداد الباحث).
- مقياس الصلابة النفسية (إعداد الباحث).

أهم نتائج الدراسة:

1. وجود فروق بين الذكور والإناث، فقد كانت الإناث أكثر سعياً للحصول على المساعدة والدعم من الآخرين في مواقف الشدة.
2. وجود ارتباط دال موجب بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة وبين المرض الجسدي والاكْتئاب.
3. افتقاد الفرد للمساعدة الاجتماعية أو الصلابة أو كليهما يزيد من تعرضه للضغوط ومن الأرجح أن يصبح مكتئباً.

3 دراسة العتيبي (2008)، الطائف:

عنوان الدراسة: (العلاقة بين اتخاذ القرار وكل من فاعلية الذات والمساندة الاجتماعية لدى عينة من المرشدين الطلابيين بمحافظة الطائف).

أهداف الدراسة: التعرف على العلاقة بين اتخاذ القرار وكل من فاعلية الذات والمساندة الاجتماعية لدى عينة من المرشدين الطلابيين بمحافظة الطائف.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من (202) مرشداً من المرشدين الطلابيين الذين يعملون بمدارس التعليم الحكومي بمحافظة الطائف.

أدوات الدراسة: استخدم الباحث اختبار اتخاذ القرار اعداد عبدون، ومقياس فاعلية الذات اعداد العدل 2001، ومقياس المساعدة الاجتماعية من إعداد الباحث.

أهم نتائج الدراسة: أظهرت الدراسة وجود علاقة ارتباطية موجبة بين درجات القدرة على اتخاذ القرار وكل من درجات فاعلية الذات والمساندة من جانب المدرسة ومن جانب أولياء الأمور ومن جانب المعلمين، ورضا المرشدين عن المساعدة، والدرجة الكلية للمساندة، وتبين أنه لا توجد فروق تبعاً للمتغيرات الديمغرافية (مكان ، سنوات الخبرة ، الراتب) لمتوسطات درجات القدرة على اتخاذ القدرة، وفاعلية الذات، والمساندة الاجتماعية في جميع المحاور لدى المرشدين الطلابيين، ولكن توجد إمكانية

للتنبؤ بالقدرة على اتخاذ القرار لدى المرشدين الطلابيين من خلال كل من فاعلية الذات والمساندة الاجتماعية، بمعنى أن 3,89% من القدرة على اتخاذ القرار تعتمد على فاعلية الذات والمساندة الاجتماعية.

4. دراسة النابلسي (2009)، دمشق:

عنوان الدراسة: (المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغط النفسي والتوافق مع الحياة الجامعية).
أهداف الدراسة:

- معرفة العلاقة بين أداء أفراد العينة على مقياس المساندة الاجتماعية، ومقياس مستوى الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة، حسب متغيرات (الجنس، السنة الدراسية، السكن).
- معرفة العلاقة بين أداء أفراد العينة على مقياس التوافق مع الحياة الجامعية، ومقياس الضغوط النفسية لدى طلاب الجامعة، حسب متغيرات البحث (الجنس، السنة الدراسية، السكن).
- معرفة العلاقة بين المساندة الاجتماعية ومستوى التوافق النفسي والاجتماعي مع الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة، حسب متغيرات البحث (الجنس، السنة الدراسية، السكن).

عينة الدراسة: بلغ عدد أفراد العينة 696 طالبا و طالبة، من الذكور و الاناث، ومن المقيمين مع أسرهم و المقيمين في المدينة الجامعية.
أدوات الدراسة:

- مقياس المساندة الاجتماعية (اعداد الباحثة).
- مقياس الضغوط النفسية (اعداد الباحثة).
- مقياس التوافق مع الحياة الجامعية (اعداد الباحثة).

أهم نتائج الدراسة :

- وجود علاقة بين المساندة الاجتماعية والضغوط النفسية، حيث تبين أنه كلما زادت المساندة الاجتماعية قلت الضغوط عند طلبة الجامعة، ماعدا طلبة السنة الاولى تم رفض وجود علاقة بين المساندة والضغوط لديهم.
- أما فيما يتعلق بالعلاقة بين التوافق والضغوط، فقد تبين وجود علاقة عند كل متغيرات البحث ماعدا طلبة السنة الاولى أيضا.
- وفيما يتعلق بالعلاقة بين المساندة والتوافق مع الحياة الجامعية، بينت النتائج وجود علاقة عند كل متغيرات البحث ولكن أكثرها كان لصالح طلبة المدينة الجامعية.

5. دراسة عودة (2010)، غزة:

عنوان الدراسة: (الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة).

أهداف الدراسة: التعرف على العلاقة بين درجة التعرض للخبرة الصادمة وبين أساليب التكيف مع الضغوط، ومستوى المساندة الاجتماعية، ومستوى الصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة .

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من 600 طفل وطفلة .

أدوات الدراسة: استبانة الخبرة الصادمة، واستبانة أساليب التكيف مع الضغوط، واستبانة المساندة الاجتماعية، واستبانة الصلابة النفسية.

أهم نتائج الدراسة: وجود علاقة طردية ذات دلالة احصائية بين درجة التعرض للخبرة الصادمة وكل من استخدام أساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية.

6. دراسة الكنج (2010)، دمشق:

عنوان الدراسة: (الحاجات النفسية وعلاقتها بالتوافق الشخصي والاجتماعي والتحصيل الدراسي).

أهداف الدراسة: معرفة العلاقة بين الحاجات النفسية ومستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى عينة من طلبة جامعة دمشق تبعا لمتغيرات (الجنس، السنة الدراسية، التخصص). ومعرفة العلاقة بين متوسط درجات الحاجات النفسية ومتوسط درجات التحصيل لدى عينة من طلبة جامعة دمشق تبعا لمتغيرات (الجنس، السنة الدراسية، التخصص).

عينة الدراسة: تألفت العينة من 553 طالبا وطالبة من طلاب كلية التربية والآداب والمعلوماتية والصيدلة.

أدوات الدراسة: مقياس الحاجات النفسية من اعداد الباحث ومقياس التوافق الشخصي والاجتماعي من اعداد الباحث أيضا.

أهم نتائج الدراسة: توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين أداء أفراد عينة الدراسة على مقياس الحاجات النفسية، ومقياس التوافق الشخصي الاجتماعي تبعا لمتغيرات الدراسة عند مستوى دلالة 0,05، ولا توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين أداء أفراد عينة الدراسة على مقياس الحاجات النفسية، ومتوسط درجات التحصيل الدراسي تبعا لمتغيرات الدراسة عند مستوى دلالة 0,05.

7. دراسة أبو طالب (2011)، جازان، السعودية:

عنوان الدراسة: (المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالأمن النفسي لدى عينة من الطلاب النازحين وغير النازحين من الحدود الجنوبية بمنطقة جازان).

أهداف الدراسة: التعرف على مستوى كل من المساندة الاجتماعية والأمن النفسي لدى الطلاب النازحين وغير النازحين والتحقق من وجود علاقة بين المساندة الاجتماعية والأمن النفسي لدى الطلاب النازحين وغير النازحين.

عينة الدراسة: تكونت عينة الدراسة من 400 طالب من النازحين وغير النازحين من المدارس الثانوية في الادارة العامة للتربية والتعليم بمنطقة جازان.

أدوات الدراسة: مقياس المساندة الاجتماعية وقت الأزمات من إعداد الباحث، ومقياس الأمن النفسي من إعداد الدليم وآخرون.

أهم نتائج الدراسة: بلوغ مستوى أبعاد المساندة الاجتماعية أعلى من المتوسط لدى النازحين وغير النازحين وكانت أكثر أبعاد المساندة الاجتماعية شيوعاً هو بعد المساندة من قبل الحكومة، ويليه بعد المساندة من قبل الأسرة ثم بعد الشعور بالرضا عن المساندة الاجتماعية وأخيراً بعد المساندة من قبل الأصدقاء والزملاء والجيران، كما بلغت نسبة الأمن النفسي لدى النازحين (93%) ولدى غير النازحين (98%)، كما اشارت إلى وجود علاقة ارتباطية سالبة عكسية ذات دلالة احصائية بين درجات المساندة الاجتماعية (الابعاد - الدرجة الكلية) والامن النفسي لدى الطلاب النازحين وغير النازحين من الحدود الجنوبية بمنطقة جازان.

8. دراسة لبوز وحجاج (2013)، مدينة ورقلة في الجزائر:

عنوان الدراسة: علاقة أساليب التنشئة داخل الأسرة بتوافق التلميذ داخل المدرسة.

أهداف الدراسة: الكشف عن طبيعة العلاقة الموجودة بين أساليب التنشئة في الأسرة وعلاقة ذلك بالمدرسة ومدى التفاعل الذي يوجد بينهما.

عينة الدراسة: 200 تلميذ و تلميذة من مؤسسات التعليم الثانوي بمدينة ورقلة.

أدوات الدراسة :

- قائمة المعاملة الوالدية: من تأليف (شافر schaeffer) ، أعدده وقننه على البيئة العربية (صلاح

الدين أبو ناهية و عبد العزيز موسى)، تم أخذ مقياسين من هذه القائمة متمثلين في أسلوب

اتقبل / الرفض الوالدي وتضمن الأسلوبان 30 سؤالاً.

- مقياس التوافق الدراسي: من تأليف (يونجمان youngman)، أعدده وقننه على البيئة العربية

(حسين عبد العزيز الدريني)، يتضمن 34 سؤالاً، يحتوي ثلاثة أبعاد هي: بعد الجهد والاجتهاد

ويتضمن 12 سؤالاً، بعد الازدعان ويتضمن 15 سؤالاً، بعد العلاقة بالمدرس 7 أسئلة.

أهم نتائج الدراسة: تبين وجود ارتباط ضعيف جدا بين أساليب التنشئة الاسرية والتوافق المدرسي، حيث بلغت قيمة (ر : 0,006) وهي قيمة أقل من القيمة العددية لـ (ر) الجدولية المساوية لـ (0,15).

ب. دراسات أجنبية:

1. دراسة باركر، روبن وآخرون (Parker, Robin, et.al 1999)، بوسطن:

عنوان الدراسة:

(Different degrees of pressure and social support and their relationship to achieve of the school adjustment).

(اختلاف درجات الضغط والمساندة الاجتماعية وعلاقتها بتحقيق التوافق المدرسي).

أهداف الدراسة: معرفة الدور الذي يلعبه اختلاف درجة الضغط والمساندة في تحقيق التوافق المدرسي. عينة الدراسة: ستة طلاب من مختلف الصفوف الذين تم انتسابهم إلى المدارس المتوسطة العامة التي تقع إما في المدن أو الضواحي أو أرياف المدن أو الضواحي. أدوات الدراسة: مقياس لقياس الضغوط - مقياس للمساندة الاجتماعية - ومقياس لمدى حب المدرسة (إعداد الباحثين).

أهم نتائج الدراسة: أظهر تحليل النتائج وجود فروق واضحة في الضغط والمساندة الاجتماعية، حصل طلاب المدينة على درجات مرتفعة من ضغط المدرسة ودرجات منخفضة من المساندة الاجتماعية من الأسرة والأصدقاء وموظفي المدرسة بشكل مختلف عن الأرياف والضواحي، وتبين أن معدل محبة المدرسة في نهاية العام مرتبط بالتعرض إلى درجات أقل من الضغط ومستوى أعلى من المساندة الاجتماعية من قبل موظفي المدرسة في بداية العام الدراسي بالنسبة للإناث، كما تعرض طلاب المدن إلى مثيرات للضغط تختلف من حيث الكمية، وهذا يشير إلى أن مشاكلهم مع أندادهم كانت أكثر أهمية بالنسبة لهم من طلاب المدارس المتوسطة في المجتمعات الريفية أو الضواحي.

2. دراسة لاروس، سايمون وآخرون (Larose, Simon, et.al, 2001)، الولايات المتحدة الأمريكية:

عنوان الدراسة:

(Social support process and its relationship to mental status and its role in the personal adjustment at the end of adolescence).

(عمليات المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالحالة العقلية ودورها في التوافق الشخصي في نهاية فترة المراهقة).

أهداف الدراسة: قامت الدراسة باختيار العلاقة الوسيطة بين الحالة العقلية والمساندة الاجتماعية ودور ذلك في تحقيق التوافق الشخصي لدى المراهقين.

عينة الدراسة: (62) مراهقا ممن تم انتقالهم إلى الكلية بعد نهاية المدرسة الثانوية.

أدوات الدراسة: استبيانات تتعلق بالتقييمات الأولية والثانوية ووسائل المثابرة من أجل التوافق الشخصي، وقد تم تقييمها من خلال استبيان التقارير الذاتية وتقارير الأقران.

أهم نتائج الدراسة: كان الميل إلى العزلة مرتبطا بصعوبة الحصول على المساندة من الأقران والمدرسين والانسحاب من قبل الأصدقاء وكان هناك الميل نحو الانسحاب مرتبطا بالضغط الاجتماعي وارتبطت العزلة والشعور بالوحدة بصعوبة الحصول على المساندة من قبل الأقران والمدرسين.

3 دراسة ديماري (Demaray, 2005)، إينويس:

عنوان الدراسة:

(Social support relationship with adjustment among the students (longitudinal analysis)).

(علاقة المساندة الاجتماعية بالتوافق لدى الطلاب (تحليل طولي)).

أهداف الدراسة: تفحص العلاقة بين المساندة الاجتماعية الملاحظة وسلوكيات التوافق لدى المراهقين مع مرور الوقت.

عينة الدراسة: (82) طالب من طلاب المرحلة المتوسطة في مدرستين إعدائيتين تابعتين للمدينة في إينويس الشمالية.

أدوات الدراسة: مقياس المساندة الاجتماعية لدى المراهقين والأطفال (ديماري، كميلكي 2000، ومقياس تقييم السلوك لدى الأطفال – التقرير الذاتي (رينولدس ، كيمفوس 1998).

أهم نتائج الدراسة:

1. توصلت الدراسة إلى وجود علاقة بين المساندة الاجتماعية وسلوك التوافق لدى الطلاب مع

مرور الوقت بشكل محدد ، وكانت المساندة المقدمة من الوالدين متصلة بسوء التوافق التحليلي

وكانت المساندة الوالدية متصلة بالتوافق الشخصي.

2. كما تبين أن مساندة الزملاء متصلة بالأعراض العاطفية وتبين أن المساندة الاجتماعية مرتبطة

بسوء التوافق في المدرسة.

4. دراسة موهانراج ولاثا (Mohanraj, R. & Lath, 2005)، الهند:

عنوان الدراسة:

(Perceived family environment and to related with adjustment and academic achievement).

(البيئة الأسرية المدركة وعلاقتها بالتوافق والتحصيل الدراسي).

أهداف الدراسة: التعرف على العلاقة بين البيئة الاسرية والتوافق المنزلي والتحصيل الدراسي لدى البالغين.

عينة الدراسة: تألفت العينة من 109 مراهقين تراوحت اعمارهم بين 14 - 16 سنة.

أدوات الدراسة: مقياس البيئة الأسرية : مقياس "موس" (Moos) 1986، المستخدم لوصف البيئة الاجتماعية الاسرية ولمقارنة التصورات بين الوالدين والاطفال وفحص الاوساط الاسرية الفعلية والمفضلة، استبيان "بل" (Bell) المعدل عام 1962.

أهم نتائج الدراسة: وجود علاقة ذات دلالة بين عوامل محددة للبيئة الأسرية المتعلقة بالتوافق الأسري والتحصيل الدراسي، أن البيئة الأسرية تؤثر في التوافق الأسري والتحصيل الدراسي، وقد وصف غالبية أفراد العينة أسرهم على أنها متماسكة ومنظمة وموجهة نحو الانجاز، أن التحصيل الدراسي كان مرتبطاً على نحو دال بالاستقلال ومجالات النزاع للبيئة الأسرية.

5. دراسة كالفيت وآخرون (Calvete,et.al,2006)، إسبانيا وأمريكا:

عنوان الدراسة:

(Observation of social support and its relationship to overcome the problems and symptoms of grief among the Spanish and American students).

(المساندة الاجتماعية الملاحظة وعلاقتها بالتغلب على المشكلات وأعراض الأسى لدى الطلاب الإسبان والأمريكيين).

أهداف الدراسة: التأكد فيما إذا كانت ردود الأفعال المقاومة عملت على توسيط تأثير المساندة الاجتماعية الملاحظة (المدركة) على أعراض القلق، الاكتئاب، الانسحاب الاجتماعي، والسلوك العدواني، لدى الطلاب الإسبان والأمريكيين.

عينة الدراسة: بلغت (349) من الطلاب الأمريكيين، و(437) من الطلاب الإسبان، الطلاب الأمريكيين في جامعة ولاية أوريغون، الطلاب الإسبان من جامعة ديوستو.

أدوات الدراسة: مقاييس المساندة الاجتماعية (زاييمت، داهلم، فارلي 1988) - الملاحظة - الضغط الاجتماعي (كونور، سميث، كومباس 2002) - استبيان الاستجابة للضغط (كونور، سميث وزملاؤه 2000).

أهم نتائج الدراسة:

1. التغلب على المشكلات عمل على توسط العلاقة جزئيا بين المساندة الاجتماعية الملاحظة والأسى وكان هذا التوسط واضح لدى الأفراد الذين يواجهون مستويات مرتفعة من الضغط الاجتماعي.
2. إن الوسائل المستخدمة للتغلب على المشكلات كان استخدامها منخفضا لدى الأفراد الذين لديهم مساندة مرتفعة.
3. من خلال تحليل بنية المجموعة متعددة التنوع تبين أن النماذج التي تربط المساندة الملاحظة ووسائل التغلب على المشاكل والأسى كانت متشابهة جدا عبر الثقافات.
4. إن التقنيات أو الوسائل التي يستخدمها الأفراد الذين لديهم مساندة اجتماعية مرتفعة مستقلة نسبيا عن السياق الثقافي.
5. إن المداخلات التي صممت لزيادة المساندة الاجتماعية تبين أنها مناسبة من كلا الثقافتين.
6. دراسة تورنر ويلسون وآخرون (Turner, Wilson, et, al, 2006) ، الولايات المتحدة الأمريكية:

عنوان الدراسة:

(The role of religious guidance and social support in the development of health behaviors among university students).

(دور التوجيه الديني والمساندة الاجتماعية في سلوكيات تطوير الصحة لدى طلاب الجامعة).

- أهداف الدراسة:** قامت الدراسة باختبار دور التوجيه الديني والمساندة الاجتماعية في سلوكيات تطوير الصحة لدى طلاب الجامعة الأمريكيين من أصول إفريقية.
- عينة الدراسة:** بلغت (211) طالبا من جامعة للزواج في الولايات المتحدة الأمريكية.
- أدوات الدراسة:** تم استخدام الملاحظة وجمع المعلومات " MANOVA 4X2 " .
- أهم نتائج الدراسة:**

1. الطلاب الذين لديهم اتجاهات مؤيدة دينيا كانوا أكثر احتمالا أن يرتبطوا بسلوكيات تطوير الصحة بالمقارنة مع الطلاب الذين لديهم اتجاهات مناهضة دينيا.

2. الطلاب الذين كان لديهم مستويات مرتفعة من المساندة الاجتماعية حصلوا على محصلات مرتفعة جدا فيما يتعلق بسلوكيات تطوير الصحة في مجالات التنمية الروحية والعلاقات الإنسانية مع الآخرين والتحكم بالضغط.

7. دراسة بيرغمان (Bergman, 2008)، الولايات المتحدة الأمريكية:
عنوان الدراسة:

(Social support as a factor mitigating the effects of pressure)

(المساندة الاجتماعية كعامل مخفف من آثار الضغط)

أهداف الدراسة: هدفت الدراسة إلى توضيح آثار المساندة الاجتماعية كعامل مخفف من آثار الضغط أو كعامل يزيد من الصحة النفسية للفرد ويقلل من تعرضه للأمراض النفسية.
عينة البحث: أجريت الدراسة على عينة مكونة من (424) مسناً أعمارهم فوق (50) سنة
أدوات الدراسة: مقياس المساندة الاجتماعية، مقياس الأعراض النفسية، مقياس الرضا عن الحياة.
أهم نتائج الدراسة: أكدت نتائج الدراسة على أن المساندة الاجتماعية تزيد من شعور الفرد بالرضا عن ذاته وعن حياته، وأن انخفاض الدرجة على مقياس الرضا عن الحياة يزيد من أعراض الاكتئاب لدى المسنين بمعنى أن المسنين الذين لا يرضون عن حياتهم ترتفع لديهم أعراض الاكتئاب.

8. دراسة ليفي و آخون (Leavy, et.al 2009)، أوهايو ، الولايات المتحدة الأمريكية:
عنوان الدراسة:

(The role of social support in adjustment to loss).

(دور المساندة الاجتماعية في التكيف على الفقد).

أهداف الدراسة: التعرف إلى أي حد تسهم العضوية في مجموعات المساندة الاجتماعية على التكيف مع الفقد.

عينة الدراسة: شملت عينة البحث 44 أرملًا و 25 أرملة.

أدوات الدراسة: مقياس للمساندة الاجتماعية ومقياس للتكيف على الفقد.

أهم نتائج الدراسة: إن خبرة الفقد تمثل أكثر الأحداث المرضية، و أنها تمثل أزمة في إطار الأسرة، إلا أن إدراك الفرد للمساندة الاجتماعية ومدى رضاه عنها وعمق علاقة الفرد ممن يسانده تخفف من الأسى والحزن والقلق الناتج عن خبرات الفقد.

ت. تعليق عام على الدراسات السابقة:

بعد الاطلاع على الدراسات السابقة المحلية، والعربية، والأجنبية المتعلقة بموضوع البحث، مما أتيح للباحث، أمكن تحديد موقع الدراسة الحالية بين هذه الدراسات وفق ما يلي:

تناول عدد كبير من الدراسات السابقة متغير المساندة الاجتماعية، وعلاقته مع متغيرات أخرى، كما تناول عدد منها متغير التوافق الشخصي والاجتماعي، وعلاقته مع متغيرات أخرى، وهذا ما تلقت به الدراسة الحالية مع الدراسات السابقة في الجانب النظري من البحث، الأمر الذي أغنى المعلومات النظرية للدراسة الحالية، فأثبتها بنتائج تلك الدراسات الميدانية السابقة. إلا أن الدراسة الحالية تختلف في تناولها لدراسة العلاقة بين متغيري المساندة الاجتماعية، والتوافق الشخصي والاجتماعي معاً، إذ لم يعثر الباحث على أي دراسة تناولت تلك العلاقة بين هذين المتغيرين.

1- يتفق البحث الحالي مع الدراسات السابقة في الجوانب التالية:

- طبيعة المنهج المستخدم، وهو المنهج الوصفي التحليلي الذي اعتمدته أغلب الدراسات السابقة.
- الأدوات المستخدمةان وهما مقياس المساندة الاجتماعية، ومقياس التوافق الشخصي والاجتماعي اللذان اعتمدتهما أغلب الدراسات السابقة في جمع المعلومات، وتحقيق الأهداف.
- دراسة المساندة الاجتماعية لدى طلبة الجامعة والثانوية كدراسة كل من: (حداد، 1989؛ مخيمر، 1997؛ النابلسي، 2009؛ أبوطالب، 2011؛ لبوز وحجاج، 2013) و (Calvet et al, 2006؛ Tornar et al, 2006).
- دراسة التوافق الشخصي والاجتماعي كدراسة كل من: (Barkar, 1999؛ ohanraj et al, 2005؛ Laros, 2001).

ما أفاد منه الباحث من الدراسات السابقة:

. إنَّ الباحث استفاد من الدراسات السابقة في إعداد واختيار أدوات البحث المناسبة.

. كما استفاد الباحث من مقاييس البحث المستخدمة في التعرف إلى مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين والثانويين؛ مما سهل مهمته في إعداد المقياس المناسب.

. مكانة البحث بين الدراسات السابقة:

تناول هذا البحث دراسة العلاقة بين المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق الشخصي والاجتماعي لدى عينة من طلبة المرحلة الثانوية والجامعية في مدينة طرطوس، وقد تناولت أبحاث كثيرة متغير المساندة الاجتماعية بمصادره المختلفة ومتغير التوافق الشخصي والاجتماعي، لكن هذه الأبحاث لم تقم بربط هذه المتغيرات مع بعضها بشكل حرفي، وفي هذا البحث تم دراسة العلاقة بين متغير المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق الشخصي والاجتماعي، وقد استفاد الباحث من الأبحاث السابقة في تكوين رؤية عن الأدوات التي استخدمها في البحث كما تمت الاستفادة من بنود وعبارات المقاييس التي أعدها بعض الباحثين في هذا المجال حتى تم التوصل إلى أدوات البحث بصورتها النهائية. وما يميز هذا البحث أن الباحث قام بإعداد مقاييس جديدة تناسب أغراض البحث، بالاعتماد على المقاييس المعدة من قبل العلماء والمختصين، وقد تناول البحث المتغيرات من وجهة نظر جديدة ربطت بين المتغيرين، حيث تم دراسة تأثير متغير الجنس والمرحلة التعليمية والعمر على كل من المساندة الاجتماعية والتوافق الشخصي والاجتماعي، بالإضافة لذلك فالشريحة المستهدفة في هذا البحث (طلبة الجامعة والثانوية) هي من أهم شرائح المجتمع وأكثرها فاعلية وهي مستقبل الأمة.

الفصل الثالث

المساندة الاجتماعية

- أولاً. مفهوم المساندة الاجتماعية وتعريفاتها.
- ثانياً. أهمية المساندة الاجتماعية.
- ثالثاً. مصادر المساندة الاجتماعية.
- رابعاً. أشكال المساندة الاجتماعية.
- خامساً. وظائف المساندة الاجتماعية.
- سادساً. شروط تقديم المساندة الاجتماعية.
- سابعاً. النماذج الرئيسة المفسرة للدور الذي تقوم به المساندة الاجتماعية.
- ثامناً. نظريات المساندة الاجتماعية.

المساندة الاجتماعية

أولاً. مفهوم المساندة الاجتماعية وتعريفاتها: (The concept of social support and their definitions)

تعد المساندة الاجتماعية قديمة قدم الإنسان، فمن خلالها أمكنه التفاعل مع مجتمعه، فهو لا يقوى على تحقيق أهدافه في ظل غياب الآخرين ودعمهم له، كما أنه من خلالها يتبادل الدور مع أفراد مجتمعه، ويكون أكثر احتياجاً لها في حال تعرضه للأزمات والمواقف الطارئة، حيث تحمل المساندة في طيها معنى المعاونة والمؤازرة والمساعدة على مواجهة المواقف.

ويُعتبر بداية ظهور مصطلح المساندة الاجتماعية حديثاً في العلوم الانسانية مع تناول علماء الاجتماع: كابلان، كيليليا، ويس "Caplan, Killilea & Wiess" لهذا المفهوم في إطار تناولهم للعلاقات الاجتماعية، حيث صاغوا مصطلح الشبكة الاجتماعية (Social network) الذي يعتبر البداية الحقيقية لظهور (Social support) والذي يطلق عليه البعض مسمى الموارد الاجتماعية (Social resources) بينما يحدده البعض الآخر على أنه إمدادات اجتماعية (Social provisions) (الشناوي وعبد الرحمن، 1994، 2-4).

ولقد قدم المنظرون والباحثون تعريفات لمفهوم المساندة الاجتماعية، وتباينت هذه التعريفات من حيث العمومية والنوعية، فقد ركز البعض على العلاقات الاجتماعية المتبادلة بين الأشخاص، وركز البعض الآخر على جوانب محددة في هذه العلاقات باعتبارها تمثل جوهر المساندة، كالمشاركة الوجدانية أو الامداد بالمعارف أو السلوكيات والأفعال التي يقوم بها الفرد بهدف مساعدة الآخرين في مواقف الأزمات وكذلك المساهمات المادية.

فالباحث "حسين علي فايد" يرى أن المساندة الاجتماعية "إدراك الفرد أنه يوجد عدد كاف من الأشخاص في حياته تمكنه من الرجوع إليهم عند الحاجة وأن يكون لدى هذا الفرد درجة من الرضا عن هذه المساندة المتاحة له". (فايد، 2001، 337).

في حين يرى كل من (Kahan و أنتونيسي Antonucci) أن المساندة الاجتماعية لها ثلاث مقومات هامة هي: العاطفة Affect والتفاعل Affirmation وتقديم العون أو المساعدة support. (علي، 2000، 9).

أما سارسون وآخرون (Sarason et al) فيرون أن المساندة الاجتماعية هي أدراك الفرد لبيئته المحيطة والتي تمثل دعماً اجتماعياً هاماً من حيث توافر أشخاص مقربين من الفرد يرعونهم ويهتمون به و يتقون فيه و يساعدونه عند الحاجة مثل الأسرة والجيران. (الدسوقي، 1996، 45).

ويذهب كوهين وآخرون (Kohan et .al) إلى أن المساندة الاجتماعية تعني متطلبات الفرد بمساندة و دعم البيئة المحيطة به، سواء كان من أفراد أو جماعات تخفف من أحداث الحياة الضاغطة

التي يتعرض لها، وتمكنه من المشاركة الاجتماعية الفاعلة في مواجهة الأحداث والتكيف معها. (دياب، 2006، 257).

ومن التعاريف التي تناولت المساندة الاجتماعية مايلي :

- تعريف جينتري و جودوين "Gentry & Goodwin" للمساندة الاجتماعية ترى أنها شبكة من العلاقات التي تقدم مساندة مستمرة للفرد بصرف النظر عن الضغوط النفسية الموجودة في حياته، وهي إما أن تكون موجودة أثناء حدوث الضغوط النفسية أو أن يكون لدى الفرد إدراك بأنها ستتشط في حالة وجود الضغوط. (مهداوي، 2010).

- ويرى جاكسون "Jacson": أن المساندة الاجتماعية هي السلوك الذي يعززه شعور الفرد بالطمأنينة النفسية والثقة بالنفس، وبأنه يحظى بالتقدير والإحترام من أفراد البيئة المحيطة به ومن المقربين له، وإحساسه أيضا بالرضا عن مصادر المساندة التي يتلقاها والتي تساعد على حل مشكلاته العملية. (علي، 2005، 12).

- ويعرف (ثيويس ،1982، Thoits) المساندة الاجتماعية بالإشارة إليها في ضوء شبكة العلاقات الاجتماعية للفرد التي تشمل الآخرين الذين يعتمد عليهم في المساعدة العاطفية أو الاجتماعية أو كليهما. (الشناوي وآخرون، 1994، 8).

- ويرى باريرا (Barrera) أن هناك ثلاث معان أو مفاهيم للمساندة الاجتماعية:

- الغمر الاجتماعي: Social embeddedness

ووفقا لهذا المفهوم فإن المساندة الاجتماعية تشير إلى العلاقات أو الروابط الاجتماعية التي يقيمها الأفراد مع الآخرين ذوي الأهمية في بيئتهم الاجتماعية.

- المساندة الاجتماعية المدركة: Perceived social support

حيث ينظر للمساندة الاجتماعية وفقا لهذا المعنى على أنها تقويم معرفي للعلاقات الثابتة مع الآخرين.

- المساندة الفعلية: Emakted support

ويشير هذا المفهوم إلى المساندة الاجتماعية باعتبارها تلك الأفعال التي يؤديها الآخرون بهدف مساعدة شخص معين. (رضوان وهريدي، 2001، 85).

كما يعرف كوترونا "Cutrona" المساندة الاجتماعية على أنها إشباع الحاجات الأساسية للفرد من حب واحترام وتقدير وتفهم وتواصل وتعاطف ومشاركة الاهتمامات وتقديم النصيحة والمعلومات ،

وذلك من الأشخاص ذوي الأهمية في حياة الفرد خاصة وقت حدوث الأزمات أو الضغوط. (Cutrona, 1996, 10).

وكوهين وآخرون "Cohen et. Al" عرفوها : بأنها تعني متطلبات الفرد بمساندة ودعم البيئة المحيطة به سواء من أفراد أو جماعات تخفف من أحداث الحياة الضاغطة التي يتعرض لها وتمكنه من المشاركة الاجتماعية الفاعلة في مواجهة هذه الأحداث والتكيف معها. (Cohen et. Al, 1986 , 963).

ومن خلال التعاريف السابقة يتضح أنها تتفق فيما بينها بالتالي:

- أنَّ المساندة الاجتماعية: شكل من أشكال التفاعل الاجتماعي بين الفرد والآخرين.
- أنَّ المساندة الاجتماعية: تعبر عن سلوكيات معينة تشير إلى الاهتمام الجدي والرغبة في تقديم المساعدة.
- أنَّ المساندة الاجتماعية: تشير إلى مستوى الرضا عن هذه المساعدات.
- أنَّ المساندة الاجتماعية: تقدم من قبل أفراد وجماعات إلى أفراد وجماعات أخرى.
- أنَّ المساندة الاجتماعية: تقدم في وقت الأزمات والكوارث لتعيد ثقة الفرد بنفسه وتعزيز هذه الثقة.

وفي ضوء التعاريف السابقة يستنتج الباحث أنَّ المساندة الاجتماعية هي مدى إدراك الأفراد لما يبذل الآخرون من جهود في تيسير عملهم، وكيف أنه يمكن الاعتماد عليهم للحصول على المساندة عند مواجهة المشكلات، وكيف أن الآخرين مستعدين للاستماع إلى مشاكلهم والحديث معهم.

ثانياً. أهمية المساندة الاجتماعية (The importance of social support):

تتعلق أهمية المساندة الاجتماعية من كون الإنسان اجتماعي بطبعه متفاعل مع من حوله في حالات الضعف والقوة والصحة والمرض، وبالتالي فهو بحاجة إلى المساندة في جميع الحالات التي يعيشها ولا يستطيع العيش بمعزل عن الآخر لأنه مفطور على الاجتماع مع غيره والاتصال عند الحاجة وعلى تبادل المنفعة معهم. فيشبع بذلك حاجته ويسهم في إشباع حاجات الآخرين، وهو من خلال هذا الاجتماع، يتبادل القيم والأفكار والمشاعر ويقدر الآخرين ويتلقى منهم التقدير ويشاركهم مشاعرهم ويستقبل منهم مشاركتهم مشاعرهم. وقد تكون العلاقات الاجتماعية ضعيفة أو بالغة القوة، تبدو قوية في ظاهرها وعندما تدعو الحاجة إليها يظهر ضعفها، وقد تبدو ضئيلة لكن عند الحاجة إليها تظهر متانتها.

فيرى كوهين Cohen وويلز wills: أنَّ المساندة الاجتماعية تلعب دوراً هاماً في استمرار الإنسان وبقائه، فهي تشبه القلب الذي يضخ الدم إلى أعضاء الجسم، وهي التي تؤكد كيان الفرد من

خلال إحساسه بالمساندة والدعم من المحيطين به وبال تقدير والإحترام من الجماعة التي ينتمي لها، وبالإنتماء والتوافق مع المعايير الاجتماعية داخل مجتمعه والتي تساعده على مواجهة أحداث الحياة بأساليب إيجابية فعالة والوصول إلى الصحة النفسية والعقلية. (علي، 2005، 14).

تعتبر المساندة الاجتماعية مصدراً هاماً من مصادر الأمن النفسي لدى الأفراد العاديين وعامل من عوامل إشباع حاجاتهم الشخصية والاجتماعية وتساهم في توافقهم النفسي والاجتماعي. (صالح، 2002، 183).

والمساندة الاجتماعية تؤثر بطريقة مباشرة على سعادة الفرد عن طريق الدور المهم الذي تلعبه حينما يكون مستوى الضغوط مرتفعاً. (Turner & Marino, 1994, 203).

ويؤكد الكثير من الباحثين على الدور الفاعل الذي تلعبه المساندة الاجتماعية في دعم الصحة النفسية والعقلية للفرد، حيث تساهم في توافقه الإيجابي ونموه الشخصي. (المدهون، 2004، 138).

وترى كل من أسماء السرسى وأمانى عبد المقصود: أن للمساندة الاجتماعية أهميتها في الحياة المدرسية حيث تعمل على زيادة الدافعية والقدرة على الإنجاز الأكاديمي والوصول إلى الأهداف المرجوة في مرحلة المراهقة. (السرسى وعبد المقصود، 2000، 199).

ويذكر الشناوي وعبد الرحمن: أن المساندة الاجتماعية لها دوران أساسيان في حياة الفرد، دور إنمائي ودور وقائي، ففي الدور الإنمائي يكون الأفراد الذين لديهم علاقات اجتماعية يتبادلونها مع غيرهم أفضل من ناحية الصحة النفسية عن غيرهم ممن يفتقدون هذه العلاقات، وفي الدور الوقائي فإن المساندة الاجتماعية تساعد على مواجهة أحداث الحياة بأساليب إيجابية وفعالة. (الشناوي وعبد الرحمن، 1994، 4).

مما سبق يمكننا القول:

بأن المساندة الاجتماعية تلعب دوراً هاماً في الصحة النفسية والجسمية وفي كل مراحل حياة الإنسان من الطفولة إلى المراهقة ومن الرشد إلى الشيخوخة، كما أن جزءاً كبيراً من هوية الفرد سواء أكان ذكراً أم أنثى تتشكل من خلال علاقاته بالآخرين.

ومن خلال ما تقدم تبرز أهمية المساندة الاجتماعية بأنها:

1. تؤثر بطريقة مباشرة على سعادة الفرد.
2. تزيد من قدرة الفرد على المقاومة والتغلب على الإحباطات وحل المشكلات بطريقة جيدة.
3. تخفف وتستهبد عواقب الأحداث الصادمة على الصحة النفسية.
4. تساعد الفرد على تحمل المسؤولية وتبرز الصفات القيادية له.
5. ذات قيمة شفائية من الأمراض النفسية التي تسهم في التوافق الإيجابي والنمو الشخصي.

6. تقوم بمهمة حماية تقدير الشخص لذاته ومقاومة الأحداث الصادمة.
7. تخفض من وقع الصدمات النفسية وتخفف من أعراض القلق والاكتئاب.
8. تزيد من شعور الفرد بالرضا عن ذاته وتساعد في تحقيق توافقه الشخصي والاجتماعي.

ثالثاً. مصادر المساندة الاجتماعية (Sources of social support):

هناك مصادر متعددة ومختلفة للمساندة الاجتماعية، رسمية وغير رسمية، ف(نوربك، Norbeck) لخص مصادر المساندة الاجتماعية في ثمانية مصادر هي: الزوج والزوجة والأقارب والأصدقاء والجيران والزملاء وموفرو الخدمات الوقائية والمرشدون والمعالجون. (عثمان، 2009).

بينما يرى روتر (Rutter, 1990) أنَّ الآباء والأقران هم أهم هذه المصادر، فالمساندة من الأسرة وخاصة من قبل الآباء تقلل من شعور الفرد بالوحدة النفسية، كما أنَّ المساندة من خلال الأقران تقلل من المشاعر السلبية التي قد يشعر بها الفرد خارج أسرته (تفاحة، 2005، 126).

ويؤكد (فيشر Fisher) أنَّ مصادر المساندة الاجتماعية هي الأسرة والأصدقاء والمؤسسات الدينية والاجتماعية وزملاء العمل. (شاهين، 2005).

ويرى (ديماري وآخرون) أنَّ المساندة الاجتماعية تأتي من مصادر متعددة هي: الأهالي، المدرسون، الأصدقاء والمقربون، زملاء الصف والمدرسة. (Demaray, et. al, 692).

كما يرى (مخيم) أنَّ مصادر المساندة تختلف باختلاف المرحلة العمرية التي يمر بها الفرد، ففي مرحلة الطفولة تكون المساندة متمثلة في (الأسرة، الأب، الأشقاء) وفي مرحلة المراهقة تتمثل المساندة في جماعات الرفاق والأسرة، وفي مرحلة الرشد تتمثل المساندة في الزوج والزوجة وكذلك علاقات العمل والأبناء. (مخيم، 1997، 108).

على الرغم من اختلاف نتائج الدراسات حول مصادر المساندة، إلا أنَّ هناك اتفاقاً بين علماء النفس يشير إلى وجود مصدرين أساسيين للمساندة هما:

- الأول: المساندة الاجتماعية داخل العمل، ويمثلها (رؤساء العمل، زملاء العمل، المحيطون ببيئة العمل).
- الثاني: المساندة الاجتماعية خارج العمل، ويمثلها (أفراد الأسرة، الأقارب، الأصدقاء، الجيران، شبكة العلاقات الاجتماعية التي يتفاعل معها الفرد في حياته اليومية). (علي، 2005، 20).

وبعد هذا العرض لمصادر المساندة، سوف يتم تناول أهمها تماشيا مع أغراض البحث الحالي:

1. الأسرة : Family

وهي الخلية الأولى التي يتكون منها المجتمع، وهي المنظمة الاجتماعية الأولى التي يعتمد الفرد على قيمها ومعاييرها، وطرق عملها عند تقديمه لسلوكه، ويتأثر مدى الدعم الذي تمنحه الأسرة للفرد، بطبيعة المسؤولية التي تقع على عاتقها.

ولا بد من الإشارة هنا إلى أهمية مساندة الأسرة للفرد في صقل شخصيته منذ صغره، فعندما يشعر الطفل بتقبله كما هو، من والديه وأخوته مع شيء من التوجيه نحو السلوك السليم والإنجازات المعقولة، نجده تلقائيا يتقبل نفسه بثقة واطمئنان.(النبلسي،2009، 56-57).

2. الأصدقاء: Friends

يعدُّ الأصدقاء المرجع الثاني للفرد بعد الأسرة، ولهم دور كبير جدا في مساعدة الفرد على تجاوز مشكلاته النفسية والمادية وفي صقل شخصية الفرد وتنمية قدراته.(الجوهري، 2007، 361-371). وتعتبر المساندة الاجتماعية من أهم وظائف الصداقة، حيث يرى "دوك" أن فقدان الصديق يعني فقدان أهم مصدر للمساندة بأشكالها المختلفة، ومنها المساعدة والنصيحة والفهم والتوجيه والحماية من الوقوع في الخطأ.(أبو سريع، 1995، 63).

3. مؤسسات المجتمع: society institutions

يسهم المجتمع في تقديم المساندة الاجتماعية للفرد بكافة أنواعها، المادية والمعنوية، وبصورة أقوى مما تقدمه الأسرة أو الأصدقاء نظرا للقوة الاجتماعية والاقتصادية التي يتمتع بها، كما يقدم المجتمع عبر مؤسساته الحكومية التي ترعاها الدولة(كالمدارس والجامعات وغيرها) كل متطلباتها بحيث تكفل قيامها بالدور المجتمعي والتنموي المنوط بها.(عبد اللطيف، 2007، 110).

فمثلا بينت دراسة (Karin, 2003) أن المساندة القادمة من المعلمين والمساهمين في القطاع التعليمي هامة في تطوير صحة الطلاب على الرغم من أنَّ ذلك يتم بشكل غير مباشر، عن طريق التأثير على العوامل الاجتماعية والنفسية للصحة.

إذا يمكن للمؤسسات الحكومية والأهلية أن تقدم المساندة لأفراد المجتمع من خلال:

- تأمين الشروط الملائمة لتأهيلهم اجتماعيا ومهنيا.
- التفاعل بين الأفراد.
- تقبل الآخر.

لأن إحساس الفرد بدعم وتأييد سلوكه ومشاعره وقدراته من قبل مؤسسات المجتمع يولد لديه الإحساس بالاستقرار وعدم الشعور بالقلق أو التوتر أو الخوف، الأمر الذي يشير إلى طبيعة العلاقة الوطيدة بين المساندة الاجتماعية والتوافق الشخصي والاجتماعي لدى الفرد.

رابعاً. أشكال المساندة الاجتماعية (Forms of social support):

من خلال تتبع الباحث للتراث النفسي لأبعاد المساندة الاجتماعية توصل إلى وجود اختلافات في تحديد أشكال وأنواع المساندة الاجتماعية تبعاً لاختلاف الأساليب المنهجية واختلاف التعريفات الإجرائية لمفهوم المساندة الاجتماعية، وفي هذا السياق نجد أن "باريرا وانكلاي" Barera&Anklay قد حددا أشكال المساندة الاجتماعية كالتالي:

- 1- المساعدة المادية: وهي تزويد الفرد بالمواد الملموسة كالنفود والأشياء المادية الأخرى.
 - 2- المساعدة السلوكية: وهي الاشتراك مع الفرد بمهام من خلال أداء عملي وفعلي وأداء جسمي.
 - 3- التفاعل الحميمي: تفاعل المودة وسلوك الإرشاد غير الموجه كالإصغاء وإظهار التقدير والاهتمام والتفهم.
 - 4- التوجيه: وهو تقديم النصيحة والمعلومات والتوجيهات.
 - 5- التغذية الراجعة: وهي تزويد الفرد بالتغذية الراجعة من خلال مراجعة وتقييم سلوكه وأفكاره ومشاعره.
 - 6- التفاعل الاجتماعي الإيجابي: وهو الاشتراك في تفاعلات اجتماعية للتسلية والاسترخاء.
- (سلطان، 2009، 72).

ويرى (كوهين و ويلز, Kohn & Will) أنه توجد أربعة أنواع للمساندة الاجتماعية:

1- مساندة التقدير: Esteem Support

وهذا النوع من المساندة يكون في شكل معلومات بأن هذا الشخص مُقدر ومقبول، ويُستحسن أن ننقل للأشخاص أنهم مقدرون لقيمتهم الذاتية وخبراتهم وأنهم مقبولون بالرغم من أي صعوبات أو أخطاء شخصية، وهذا النوع من المساندة يُشار إليه بمسميات مختلفة مثل المساندة النفسية Psycho-Support والمساندة التعبيرية Expressive Support ومساندة تقدير الذات Self-Esteem Support ومساندة التنفيس Ventilation Support والمساندة الوثيقة Close Support، ورغم ذلك فإن كل هذه المسميات تشير إلى الجانب النفسي من المساندة الاجتماعية. (سيد، 2012، 30).

2- المساندة بالمعلومات: information support

تتمثل في تقديم النصائح والتغذية الراجعة الشخصية والمعلومات الضرورية، وهذا النوع من المساندة يظهر في إمداد متلقي المساندة بالمعلومات التي تقيده في حل مشكلة صعبة يواجهها في حياته اليومية، أو من خلال إسداء النصح له أو توجيهه أو إرشاده، ويُطلق على هذا النوع أيضاً بعض المفاهيم الأخرى مثل: مساندة التوجيه المعرفي Cognitive Guidance، أو المساندة بالنصح، والإرشاد أو دعم المعلومات. (النايلسي، 2009، 59).

3- الصحة الاجتماعية: Social Companionship

وتشمل قضاء بعض الوقت مع الآخرين في أنشطة الفراغ والترفيه لإشباع الحاجة للانتماء والتواصل مع الآخرين، ومساعدة الفرد على التخلص من قلقه وهمومه. (عودة، 2010، 54). وقد يُشار إلى هذا النوع من المساندة أحياناً بأنه مساندة الانتشار والانتماء. (سيد، 2012، 31). وقد أشار بعض الباحثين إلى مصطلح الصحة الاجتماعية، بأنه يمثل الوظيفة الوقائية للمساندة الاجتماعية. (علي، 2005، 39).

4- المساندة الإجرائية: Instrumental Support

وتشتمل على تقديم العون المالي والإمكانات المادية والخدمات اللازمة، وقد يُساعد العون الإجرائي على تخفيف الضغط عن طريق الحل المباشر للمشكلات الإجرائية أو عن طريق إتاحة بعض الوقت للفرد المتلقي للخدمة، أو العون للأنشطة مثل الاسترخاء أو الراحة. (دياب، 200، 63). ويُطلق على هذا النوع عدة مسميات منها: مساندة العون Aid أو المساعدات المادية Material أو المساندة الملموسة Tangible. (Kret, et.al, 2006.20)

ويرى (كالفت Calvete) أنَّ المساندة المادية والمعنوية تعملان على تخفيف الضغوط التي يتعرض لها الفرد، من خلال زيادة فعالية جهود المقاومة، والتي بدورها تقلل الشعور بالتوتر. (Calvete, 2006, 47).

أما (هاوس، Hous) يرى أنَّ هناك عدة أشكال للمساندة هي:

1. المساندة الانفعالية: Emotiona Support

والتي تنطوي على الرعاية والثقة والقبول والتعاطف.

2. المساندة الأدائية: Instrumental Support

والتي تنطوي على المساعدة في العمل والمساعدة بالمال.

3. المساندة بالمعلومات: Information Support

والتي تنطوي على إعطاء نصائح أو معلومات أو تعليم مهارة تؤدي إلى حل مشكلة

4. مساندة الأصدقاء: Companionship Support

والتي تنطوي على ما يمكن أن يقدمه الأصدقاء لبعضهم وقت الشدة. (غانم، 2002، 39).

وهناك دراسات حديثة تناولت أنماط المساندة الاجتماعية فمنها: دراسة ديماري (Demaray) التي أوضحت أن هناك أربع أنماط للمساندة وهي: المساندة العاطفية والمعلوماتية والتقييمية والمساعدة والتي يمكن أن تفيد في توافق الطلاب ومحصلاتهم، أما دراسة (راضي 2008) بينت أن هناك أربع أنماط للمساندة وهي: المساندة المعنوية، المساندة المادية، المساندة المعرفية، المساندة الاجتماعية. (راضي، 2008، 96).

بعد هذا العرض لأشكال المساندة الاجتماعية يمكن القول: أنها تتمحور حول نمطين أساسيين يقدمان من قبل الأسرة والأصدقاء والمدرسة والجامعة والمجتمع، وهما:

- **المساندة المادية:** ويقصد بها تحمل أعباء الحياة اليومية.
- **المساندة المعنوية:** وتشمل التصديق على الآراء الشخصية وتأكيد صحتها ودعم الثقة بالنفس.

خامساً. وظائف المساندة الاجتماعية (The functions of social support):

تُعد المساندة الاجتماعية مصدراً هاماً من مصادر الدعم النفسي والاجتماعي الذي يحتاجه الإنسان، حيث يؤثر حجم المساندة الاجتماعية ومستوى الرضا عنها في كيفية إدراك الفرد لأحداث الحياة المختلفة وأساليب مواجهتها، وتعامله مع هذه الأحداث، كما أنها تلعب دوراً هاماً في إشباع الحاجة إلى الأمن النفسي، وخفض مستوى المعاناة النفسية الناتجة عن شدة هذه الأحداث. (عبد الله، 1995، 13).

يُشير (شوماكر وبرونيل , Schumaker&Brownel) إلى وجود وظيفتين للمساندة الاجتماعية وهما: وظائف الحفاظ على الصحة الجسمية والنفسية والعقلية، ووظائف تخفيف أو الوقاية من الآثار النفسية السلبية لأحداث الحياة الضاغطة: (جمبي، 2008، 44).

أ- وظائف مساندة الحفاظ على الصحة الجسمية والنفسية والعقلية:

وتُشير هذه الوظائف إلى الحفاظ على الوحدة الكلية للصحة الجسمية والنفسية والعقلية وصولاً إلى تعزيز وتقوية سعادة المتلقي وإحساسه بالراحة النفسية والاطمئنان في حياته. (النايلسي، 2009، 63)، وتقسم هذه الوظائف إلى ما يلي:

1- إشباع حاجات الانتماء: Satisfaction of affiliative needs

فالمساندة الاجتماعية يمكن أن تشبع حاجات الأفراد للاتصال بالآخرين والاندماج معهم، مما يخفف من التأثير الضار للعزلة والوحدة، ومن خلالها يستطيع الأفراد الحصول على مشاعر الانتماء التي تشبع حاجات الانتماء لديهم، والموارد المرتبطة بهذه الوظيفة يمكن أن تشمل (تعبيرات الرعاية - الحب، الفهم، الاهتمام، المودة). (جمبي، 2008، 44).

2- المحافظة على الهوية الذاتية وتقويتها: Self-identity maintenance and enhancement

الذات تتكون من مجموعة هويات متباينة، ومن خلال التفاعل الاجتماعي مع الآخرين تنمو شخصية الفرد مكتسباً بذلك وعيه بذاته الاجتماعية، كما أنَّ الأفراد يقيمون ويوضحون نظم معتقداتهم بمقارنة آرائهم واتجاهاتهم ومعتقداتهم بالآخرين، ويكون ذلك عن طريق التغذية الراجعة المرتبطة بمظاهر الذات ونماذج السلوك الملائم في المواقف المختلفة للوصول إلى اتفاق في الآراء وجهات النظر مع الآخرين.

3- تقوية تقدير الذات: Self-esteem enhancement

يمكن للمساندة الاجتماعية أن تقوي شعور الفرد بقيمته وإحساسه بكفاءته الشخصية، وذلك عن طريق تأكيد وتثبيت القيمة والاستحسان والمدح وتعبيرات الاحترام للمتلقى. (علي، 2005، 48-49). ويرى الباحث أن هذه الوظائف الثلاث ترتبط بطبيعة مساندة الذات الخاصة بهذه المظاهر، أي أنه إذا تلقى الأفراد مساندة مستمرة توفر لهم شعوراً بالأمن وتدعم تقدير الذات لديهم وتقوي هويتهم الذاتية يصبحون أقل تعرضاً لعوامل الضغط من الأفراد الذين لم يتلقوا مثل هذه المساندة.

ب- وظائف التخفيف أو الوقاية من الآثار النفسية السلبية لأحداث الحياة الضاغطة:

الهدف من هذه الوظائف هو تعليم الفرد الأسلوب الأمثل لمواجهة الضغوط والمشكلات بأساليب إيجابية تمنع آثارها السلبية. وتنقسم هذه الوظائف إلى:

1- التقييم المعرفي: Cognitive Appraisal

وينقسم إلى تقييم أولي وتقييم ثانوي، فالتقييم الأولي يشير إلى تفسير الفرد لعوامل الضغط المحتملة، وتستطيع المساندة في هذه المرحلة توسيع التفسير الفردي للحدث وتحسين فهمه بوضوح أكبر، وتشمل المساندة في هذه المرحلة معلومات لفظية عن الحدث والاستجابة النموذجية له، فإذا فُسر

الحدث على أنه تهديد له، يظهر التقييم الثانوي والذي يُشير إلى تقييم الأفراد لمصادر المواجهة المتاحة، وتستطيع المساندة في هذه المرحلة أن توسع عدد اختيارات المواجهة وتوفير استراتيجيات مواجهة نموذجية انفعالية وسلوكية، وتوفير المعلومات اللازمة للمواجهة، وأساليب حل المشكلات.

2- النموذج النوعي للمساندة: The specificity model of support

تقوم المساندة الاجتماعية في هذا النموذج بوظيفة مباشرة بإمداد المتلقي بالمصادر المطلوبة لمواجهة الحاجات النوعية التي تنبئها عوامل الضغط.

3- التكيف المعرفي: Cognitive Adaptation

يمر الأفراد بثلاث عمليات ليواجهوا الأحداث التي تهددهم بطريقة معرفية (البحث عن معنى الحدث الضاغط، محاولة استعادة السيطرة على حياتهم ومواجهة الحدث، وتقوية تقدير الذات)، والمساندة يمكن أن تلعب دوراً مهماً في كل عملية من هذه العمليات، وذلك عن طريق تزويد الفرد بالمعلومات اللازمة عن هذا الحدث، وأساليب مواجهته، وطرق السيطرة عليه، بالإضافة إلى دعمه بالمحافظة على تقوية تقديره لذاته. (جمبي، 2008، 45).

4- المساندة الاجتماعية مقابل المواجهة: Social support versus confrontation

رغم أنَّ المساندة والمواجهة هي مظاهر مترابطة مع بعضها، إلا أنَّ المفاهيم الخاصة بهما ليست مترادفة وأنَّ المساندة يمكن أن توجد مستقلة عن المواجهة. كما أنه من المفيد أن تعاد صياغة مفهوم المساندة الاجتماعية، على أنها مساعدة على المواجهة، وأنها تعمل على المشاركة الفعالة مع الآخرين ومساعدتهم في كل استراتيجيات المواجهة مع الأحداث الضاغطة من خلال توفير عدد معقول من اختيارات المواجهة بشكل إيجابي. (النايلسي، 2009، 65). يستنتج الباحث: أن المساندة الاجتماعية _ بعد عرض هذه الوظائف _ تلعب دوراً هاماً في الحفاظ على الصحة العامة للإنسان وتساعد في تحقيق توافقه الشخصي والاجتماعي والنفسي وتجعله أقل عرضة وأقل تأثراً بالضغوط والأحداث والمشكلات والأزمات اليومية التي تمر به.

سادساً. شروط تقديم المساندة الاجتماعية: (Terms of providing social support)

يرى شين وآخرون (shinn,et.al) أنَّ للمساندة الاجتماعية تأثيراتها المختلفة على المتلقي سواء سلباً أو إيجاباً، فهي قد تمثل عبئاً عليه، وفي أحيان أخرى يمكن أن تؤدي إلى مشاعر سلبية أو إحساس بالإرهاق البدني أو النفسي إذا شعر المتلقي أنها لم تقدم في موعدها، أو أن كمية المساندة تزيد عن المعدل الذي يطلبه أو أنها كانت في وقت غير مناسب، قد يسبب له الكثير من

المشكلات.(جمبي،2008، 47)، وعليه، فإن هناك بعض الشروط التي يجب أن تتوفر في عملية المساندة الاجتماعية، لكي تكون فاعلة وذات تأثير إيجابي على المتلقي، ومن أهم تلك الشروط :

1- كمية المساندة: فعند تقديم المساندة لا بد وأن تكون باعتدال، حيث أن الزيادة في كمية

المساندة قد تؤدي إلى اعتمادية المتلقي وسلبية، وبالتالي ينخفض تقديره لذاته .

2- اختيار التوقيت المناسب لتقديم المساندة: أي يجب تقديم المساندة الاجتماعية في وقتها

المناسب، ليكون تأثيرها إيجابيا على المتلقي، أما إذا قُدمت في وقت لا يحتاج إليها المتلقي أو بعد فوات الأوان فإنها قد لا تعني له شيئا، وقد تسبب له المشكلات.

3- مصدر المساندة: أي يجب أن تتوفر في مقدمي المساندة الاجتماعية بعض الخصائص،

كالمرونة والنضج والفهم الكامل لطبيعة المشكلة التي يمر بها المتلقي.

4- كثافة المساندة: ويقصد بها، تعدد مصادر المساندة الاجتماعية لدى المتلقي، مما قد يساهم

سريعا في حل مشكلته التي يمر بها، ويساعده على تخطي الأزمات المختلفة في حياته.

5- نوع المساندة: وتتمثل في القدرة والمهارة والفهم لدى مانحي المساندة في تقديمها بما يتناسب

مع ما يدركه ويرغبه المتلقي لطبيعة المساندة التي تقدم إليه وتتناسب مع تصرفاته وسلوكياته.

6- التشابه والفهم المتعاطف: فالمساندة الاجتماعية يمكن تقبلها بشكل أفضل في حالة التشابه

النفسي والاجتماعي للمانح والمتلقي، وبخاصة إذا كانت الظروف التي يمران بها

متشابهة.(علي، 2005، 30- 32).

ويؤكد الباحث على أهمية تلك الشروط عند تقديم المساندة الاجتماعية لفئة المراهقين والشباب، فلا

بد من الفهم الكامل للخصائص النفسية والشخصية لهذه الفئة والتعامل معها بمرونة وسعة صدر، مع

توفر المهارة والقدرة على توجيهها، لتتعايش مع واقعها المفروض عليها بشكل أفضل، ويتحقق لها قدر

كاف من الصحة والتوافق الشخصي والاجتماعي.

سابعاً. النماذج الرئيسية المفسرة للدور الذي تقوم به المساندة الاجتماعية (The main explanatory models of the role played by social support)

من خلال اطلاع الباحث ووقوفه على الإرث النظري للمساندة الاجتماعية، وجد أن هناك عدة

نماذج تفسر الدور الذي تقوم به المساندة الاجتماعية:

1. نموذج الأثر الواقي أو المخفف للضغط النفسية: The buffering model

يفترض هذا النموذج أنَّ المساندة ترتبط بالصحة فقط، وبشكل أساسي بالأشخاص الذين يقعون تحت ضغط، ويُعرف هذا بنموذج التحقيق أو الحماية.(سيد، 2012، 33)، حيث يُنظر إلى المساندة على أنها تعمل على حماية الشخص من سيطرة الضغط النفسي وتأثيره السلبي على حالته الصحية. ويرى كلا من الشناوي وعبد الرحمن أنَّ ذلك يظهر في محورين هما:

- **المحور الأول:** يمكن للمساندة أن تتدخل بين الحدث الضاغط أو توقعه وبين رد فعل الضغط، حيث تقوم بتخفيف أو منع استجابة الضغط، بمعنى إدراك الشخص بأن الآخرين يمكنهم أن يقدموا له الموارد والإمكانات اللازمة التي تجعله يعيد تقدير امكانية وجود ضرر يواجهه نتيجة للموقف الضاغط أو تقوي لديه القدرة على التعامل مع المطالب التي يفرضها عليه الموقف الضاغط، ومن ثم فإن الفرد لا يقدر الموقف على أنه شديد الضغط.
- **المحور الثاني:** تقديم المساندة في الوقت المناسب، وذلك عن طريق تقليل أو استبعاد رد فعل الحدث الضاغط، وقد تزيل المساندة الأثر المترتب على تقدير الضغط عن طريق تقديم حل المشكلة، وذلك بالتخفيف أو التهوين من الأهمية التي يدركها الشخص لهذه المشكلة.(الشناوي وعبد الرحمن، 1994، 39).

ويرى الباحث هنا، أهمية المساندة الاجتماعية للأشخاص الذين يعانون من انخفاض في توافقهم الشخصي والاجتماعي (الضغط الواقع عليهم) فإذا ما تلقوا المساندة الاجتماعية بأبعادها المختلفة منذ نعومة أظفارهم (في الوقت المناسب) سواء من قبل الأسرة أو الأصدقاء أو المدرسة أو الجامعة أو المجتمع ، فإنهم سيكونون مقدرين لذواتهم (عملية تقدير الضغط) ممتلكين صحة نفسية وتوافقا شخصيا واجتماعيا ونفسيا، وبالتالي يمارسون حياتهم في أمن نفسي رغم ظروف نشأتهم، أما عدم توافر المساندة لهذه الفئة سيؤدي إلى عزلتهم وشعورهم بالنقص وانخفاض تقدير الذات لديهم وانخفاض توافقهم الشخصي والاجتماعي، فيعيشون حياتهم في غربة نفسية واجتماعية.

2. نموذج الأثر الرئيس للمساندة الاجتماعية: The main effect model

اشتق هذا النموذج أدلته من واقع التحليلات الإحصائية التي أظهرت وجود أثر رئيس لمتغير المساندة، مما جعل البعض يطلق عليه نموذج الأثر الرئيسي.(loesch,2005,55).

ويعبر هذا النموذج المساندة الاجتماعية على أنها تفاعل اجتماعي منظم، واندماج في الأدوار الاجتماعية المختلفة داخل المجتمع، ويفترض هذا النموذج أنَّ زيادة حجم وكمية المساندة الاجتماعية

له تأثيرات إيجابية على الصحة النفسية للفرد وإحساسه بالرضا عن حياته والتوافق مع بيئته سواء كان واقعاً تحت ضغط أم لا. (الشناوي وعبد الرحمن، 1994، 37).

ويعمل هذا النموذج على التخفيف من الآثار السلبية للضغوط التي يتعرض لها الفرد في حياته، ومساعدته على تجنب الخبرات المؤلمة، وتزويده بالخبرات الإيجابية، وإرشاده إلى الكيفية التي يفعل بها دوره في المجتمع، مما يساهم في إحساسه بالاستقرار في مختلف مواقف الحياة، معترفاً بأهمية الذات، شاعراً بالكفاءة الشخصية. (علي، 2005، 22).

ويرى الشناوي وعبد الرحمن أنه كلما نقص حجم المساندة في هذا النموذج، كلما زاد احتمال التعرض للاضطرابات النفسية كالقلق والاكتئاب، محدثاً خللاً في الصحة النفسية، كما أن له تأثيراته على الصحة الجسمية، متمثلاً في زيادة الهرمونات العصبية والتي تؤدي إلى انخفاض كفاءة جهاز المناعة لدى الفرد، وهذا أيضاً بدوره قد يكون له تأثيراً على أنماط السلوك متمثلة في زيادة تدخين الفرد، أو تعاطيه الخمر، أو إدمانه المخدرات. (الشناوي وعبد الرحمن، 1994، 37).

كما يؤثر نقص المساندة في هذا النموذج سلباً على الجوانب الاجتماعية للفرد متمثلة في انخفاض مستوى المشاركة الاجتماعية مع الآخرين، والإحساس بالعزلة والوحدة النفسية والاعتزاب. (السريسي وعبد المقصود، 2000، 204).

3. النموذج الشامل: Comprehensive form

وضع هذا النموذج (ليبرمان وبيرلين, liberman&piralin) وتم إعادة تطويره في عام 1981، (النايلسي، 2009، 73). ووفقاً لهذا النموذج فإن المساندة الاجتماعية يمكن أن تحقق تأثيرها حتى قبل وقوع الحدث الضاغط على النحو التالي:

- يمكن أن تحد المساندة الاجتماعية من احتمالية وقوع الحدث الضاغط.
- إذا وقع الحدث الضاغط فإن المساندة من خلال تفاعلها مع العوامل ذات الأهمية قد تعدل أو تغير من إدراك الفرد للحدث، ومن ثم تلطف أو تخفف من التوتر المحتمل.
- إذا وصل التوتر إلى درجة تجعل الحدث المتوقع يغير من وظائف الدور يمكن للمساندة أن تؤثر على العلاقة بين الحدث الضاغط والإجهاد المصاحب.
- يمكن أن تؤثر المساندة الاجتماعية في استراتيجيات المواجهة أو التعامل مع الحدث الضاغط، وبذلك تعدل من العلاقة بين الحدث وما يسببه من إجهاد.
- بمقدار الدرجة التي ينحدر عندها الحدث الضاغط فإن عوامل شخصية مثل: تقدير الذات تجعل في إمكانية المساندة أن تعجل من هذه الآثار.

- قد يكون هناك تأثير مباشر من المساندة على مستوى التوافق. (الصبان، 2003، 30).

ومن خلال عرض هذه النماذج، يتضح للباحث أنَّ المساندة الاجتماعية تعمل على حماية الفرد من سيطرة الضغط النفسي وتأثيره السلبي، كما أنَّ لها تأثير مفيد على حياة الفرد بصفة عامة سواء كان تحت الضغط أم لا، إذ أنها تحد من احتمالية وقوع الحدث الضاغط على الفرد، ولتقديم مساندة اجتماعية ذات فعالية أقوى يُفضل الاعتماد على نموذج عام وشامل يضم كل النماذج السابقة نظراً لأهميتها ودورها في مساعدة الفرد على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة وتحقيق التوافق لديه وخاصة الشخصي والاجتماعي.

ثامناً. نظريات المساندة الاجتماعية (Social support theories):

1- نظرية التعلق الوجداني: Emotional attachment theory

لقد أوضح بولبي Polby، أنَّ الأطفال يولدون وهم بحاجة إلى التفاعل الاجتماعي الذي يمكن اكتسابه عن طريق التعلق والتفاعلات مع الكبار وخاصة مع الأم، فالأم تزود أطفالها بمشاعر الحنان، وتشعرهم بالمودة من خلال استجاباتها للرضيع بضمه إلى صدرها بحنان، وهذا من شأنه أن يكفل الراحة للرضيع، ومن شأن هذا الاتصال أن يعود إلى نوع من التكيف والتعديل اللاحق، وقد افترض بولبي أنَّ الأفراد الذين يقومون بروابط تعلق طبيعية مع الآخرين يكونون أكثر أمناً واعتماداً على أنفسهم من أولئك الذين يفتقدون هذه الروابط، فعند إعاقة هذه الروابط يصبح الفرد عرضة للعديد من المخاطر والأضرار البيئية التي تؤدي إلى عزله وابتعاده عن الآخرين، حيث أوضح بولبي أن هذه النظرية تركز على استخدام المساندة الاجتماعية المتاحة لتجنب الاضطرابات النفسية التي قد يتعرض لها الفرد والتخفيف منها. (الشاعر، 2005، 89).

2- النظرية البنائية: The structural theory

يُركز علماء المدرسة البنائية على تدعيم بناء شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد لزيادة حجمها، وتعدد مصادرها، وتوسيع مجالاتها لتوظيفها في خدمة الفرد، ولمساندته في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، ووقايته من آثار نفسية سلبية يواجهها في البيئة المحيطة. ويرى (دك وسيلفر, duk&siliver) أن هذه النظرية تهتم بدراسة الخصائص البنائية لشبكة العلاقات الاجتماعية وتعدد مصادرها وتأثيرها الفعال في التوافق النفسي والاجتماعي في البيئة المحيطة بالفرد، وأنَّ الاتجاه البنائي في دراسته للمساندة الاجتماعية يقوم على افتراض أنَّ الخصائص الكمية لشبكة المساندة، تؤثر على التفاعلات المتبادلة بين الأفراد، وعلى عمليات التوافق مع أحداث الحياة الضاغطة، وتلعب دوراً هاماً في تعزيز المواجهة الإيجابية لهذه الأحداث

دون إحداث أي آثار سلبية على الصحة النفسية للفرد، وقد قدم ستوكس، **stokes** وهو أحد علماء النظرية البنائية، قائمة لقياس أبعاد المساندة الاجتماعية، ومن أهمها حجم المساندة، وكثافتها، ومصادرها المختلفة. (علي، 2005، 53).

3- النظرية الوظيفية: The functional theory

يرى (كابلن وآخرون Kaplan, et.al) أن علماء هذه النظرية أكدوا وظائف العلاقات المتداخلة في شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد، والتي تعمل على مساندته في الظروف الصعبة التي يواجهها في بيئته. وتركز هذه النظرية أيضاً على تعزيز أنماط السلوك المتداخلة في شبكة العلاقات لزيادة مصادر المساندة الاجتماعية لدى الفرد. (مرجع سابق، 54).

4- نظرية التبادل الاجتماعي: social exchange theory

- تركز هذه النظرية على وجود العديد من الآليات المعرفية والتي يُحبذ الشخص استخدامها عند تبادل المساندة مع الآخرين، وهي:
- ادخار المساندة الاجتماعية: وجوهر هذه الآلية أن الشخص لديه رصيد من المساندات كان يقدمها في الماضي للآخرين، وأن ما يقدمه للآخرين حالياً من مساندة تعد قليلة في نطاق المساندة التي يقدمها لهم في الماضي.
- القابلية للمساواة: وتنص هذه الآلية على حقيقة مفادها أن الشخص يدرك مقدار المساندة التي تبذل له من قبل الآخرين وبالتالي يحاول جاهداً ألا يطلب من الآخرين مساندة تفوق طاقتهم.
- المودة أو الوحدة المترابطة: وتعني أن أفراد المجتمع الواحد من المفترض أن يكونوا مترابطين في وحدة عضوية نفسية اجتماعية واحدة، وأن المودة والحب والعطاء سلوك سائد داخل الأسرة، وبالتالي فإن ذلك سينعكس عليهم.
- الانتباه الانتقائي أو الاختياري: وتعني هذه الآلية قدرة الشخص على إدراك ما يقدمه للآخرين وما يعجز عن تقديمه، حتى وإن كان على المستوى الشعوري للشخص المقدم للمساندة.
- استمرارية الشخصية: وجوهر هذه الآلية هو وعي الشخص أن المساندة الاجتماعية بأنواعها المختلفة يمكن أن تُقدم في جميع مراحل الحياة المختلفة وإن اختلفت الأنواع.
- المقارنة الاجتماعية: حيث يقارن الشخص بين ما كان يحصل عليه من مساندة في الماضي، وما يحصل عليه في الوقت الراهن. (عودة، 2010، 61).

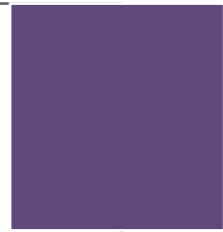
5- النظرية الكلية: General theory

أشار كل من (دك وسيلفر, duk&siliver) إلى أنَّ هذه النظرية تؤكدُها حاجة الفرد إلى المساندة الاجتماعية، وخاصة في المواقف التي يمر بها الفرد، وتركز أيضاً على الخصائص الشخصية التي يمكن أن تؤثر في شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد، والخاضعة للمواقف الاجتماعية التي يواجهها الفرد في حياته اليومية.

وهذه النظرية تهتم أيضاً بقياس الإدراك الكلي لمصادر المساندة المتاحة للفرد، ودرجة رضاه عن هذه المصادر، وهذا الإدراك يشكل الأساس النظري لعدد من مقاييس المساندة الاجتماعية، أهمها: مقياس إدراك المساندة الاجتماعية من الأسرة والأصدقاء لكل من (بروسيدانو وهيلر, proocidano&heller)، وميزة هذه المقاييس حسب ساراسون وآخرون (sarason, et.al) أنها تركز على الشعور بالقبول والتقدير من الآخرين وتقدم الأفعال المتعددة للمساندة الاجتماعية. (النايلسي، 2009، 69).

وبعد هذا العرض الموجز لنظريات المساندة الاجتماعية، يبدو من الصعوبة بمكان الاختصار على منظور واحد لوصف العمليات المصاحبة للمساندة الاجتماعية، فنظرية التعلق الوجداني تركز على خاصية التعلق كمصدر للمساندة الاجتماعية التي تجعل الشخص يشعر بالأمن والأمان. في حين تركز النظرية البنائية على تدعيم شبكة العلاقات الاجتماعية وزيادة حجمها وتعدد مصادرها لتوظيفها في خدمة الفرد وتحقيق توافقه العام، أما النظرية الوظيفية تركز على أنماط السلوك المتداخلة في شبكة العلاقات لزيادة مصادر المساندة الاجتماعية لدى الفرد، ونظرية التبادل الاجتماعي تركز على عملية تبادل المساندة مع وبين الآخرين، والنظرية الكلية فإنها تركز على الخصائص الشخصية التي يمكن أن تؤثر في شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد .

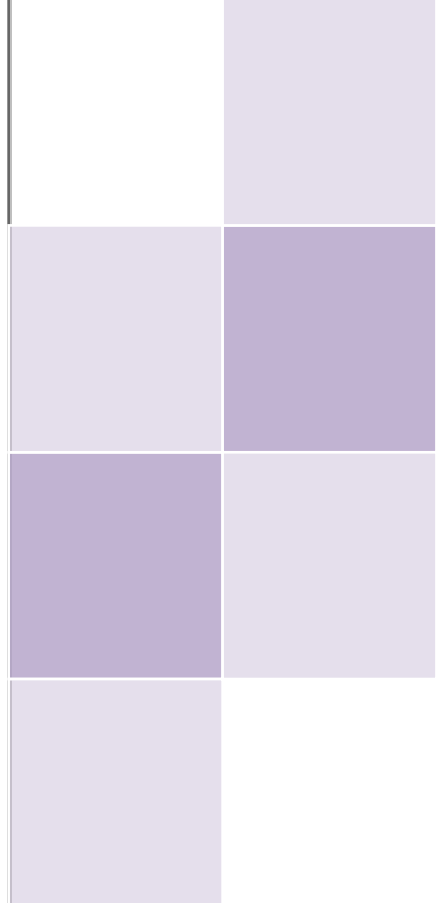
لذلك لا بد من تضافر كل هذه النظريات في نظرية كلية موحدة تجمع كل وجهات النظر، متضمنة بذلك مصادر المساندة الاجتماعية التي يحتاجها الفرد في حياته اليومية من أجل مساعدته على مواجهة ضغوط الحياة وبالتالي تحقيق توافقه العام وخاصة الشخصي والاجتماعي.



الفصل الرابع

التوافق الشخصي والاجتماعي

- أولاً. مفهوم التوافق وتعريفاته.
- ثانياً. خطوات التوافق.
- ثالثاً. خصائص التوافق.
- رابعاً. مطالب التوافق.
- خامساً. العوامل المؤثرة في التوافق.
- سادساً. مؤشرات التوافق.
- سابعاً. مجالات التوافق.
- ثامناً. استراتيجيات التوافق.
- تاسعاً. معايير قياس التوافق.
- عاشراً. نظريات التوافق.



التوافق الشخصي والاجتماعي

أولاً. مفهوم التوافق وتعريفاته (The concept of Adjustment and their definitions):

تُعد الصحة النفسية من أهم الأمور التي يسعى إليها الإنسان طوال فترة حياته أملاً في الوصول إلى السعادة والإتزان، فالتوافقان الشخصي والاجتماعي لا يعدان من الركائز الأساسية للصحة النفسية فحسب بل إنَّ هناك من الباحثين من يعتبرهما مفتاحاً لها أو وجهاً من أوجهها. ومهما كان الحال، فإنه ليس من اليسر أو الوارد في نظام الحياة أن يجد كل إنسان بيئة تناسبه وتتناسب مع رغباته وتلبي كافة احتياجاته أو أناساً يرضى عنهم ويرضون عنه بنفس الدرجة أو مجتمع يقبله ويتقبله، أو ظروفًا تسير وفقاً لما ينسجم معه وتبعا لاختياره، إضافة إلى أنه لا يمكن أن يتوفر لجميع الأفراد في مجتمع ما المستوى ذاته من الدعم والمساندة في مجالات الحياة المختلفة، لذلك نراهم يسعون دائماً وبشكل مستمر للانسجام مع الحياة بأساليب مختلفة وأنماط متنوعة، وصولاً لأكبر قدر ممكن من الرضا باعتباره سبيلاً لتوافقهم.

فأول استخدام لمفهوم التوافق في علم البيولوجيا هو مصطلح التكيف وكان حجر الزاوية في نظرية التطور لدى "دارون Darwen" والذي يعني قدرة الكائن الحي (العضوية) على التلاؤم مع شروط البيئة الطبيعية ومفاجأتها، فإذا استطاع الكائن الحي مواجهتها استطاع الاستمرار في البقاء، أما إذا فشل في مواجهتها فمصيره الفناء. (حمدي وموسى، 1992، 7).

ونتيجة لتعدد مصطلحات التوافق أصبح معناه يتوقف على الموقف الذي يستخدم فيه، فقد يأتي هذا المصطلح بمعنى قبول الأشياء التي لا تستطيع السيطرة عليها، وقد يأتي بمعنى الاتفاق مع الأغلبية في الأفعال أو الأفكار، أو بمعنى التوافق بين الرغبات، أو بمعنى توافق الأفكار مع الأفعال. (الرعي، 2011، 79).

إذا فالتوافق مصطلح مركب وغامض إلى حد كبير، ذلك أنه يرتبط بالتصور النظري للطبيعة الإنسانية وتعدد النظريات والأطر الثقافية المتباينة، وربما كان أحد أسباب غموض هذا المصطلح هو الخلط بين المفاهيم، ففي الإنجليزية نجد مصطلحات مثل **Adaptation** ويعني التكيف و **Adjustment** ويعني التوافق. (الصويط، 1429، 61).

فالتكيف: يشمل تكيف الكائن الحي إزاء البيئة المادية التي يعيش فيها، ولكي يتمكن هذا الكائن الحي من العيش في بيئة ما عليه أن يكيف نفسه مع هذه البيئة. (محمد، 2004، 15).

أما التوافق: فهو مفهوم خاص بالإنسان في سعيه لتنظيم حياته، وحل صراعاته ومواجهة مشكلاته من إشباكات وإحباطات وصولاً إلى ما يسمى الصحة النفسية أو الانسجام والتناغم مع الذات ومع الآخرين في الأسرة والعمل والتنظيمات التي ينخرط فيها. (النابلسي، 2009، 126).

من هنا نستنتج أن مفهوم التوافق مفهوم إنساني بحث، أما التكيف فيشمل الكائن الحي عامة. (الخالدي، 2002، 92).

لذلك يعد مفهوم التوافق من المفاهيم الأساسية المهمة في علم النفس والصحة النفسية خاصة، إلى الحد الذي جعل علماء النفس والصحة النفسية يتخذونه موضوعاً لهم. فقد اتفق كثير من المفكرين والباحثين على أن مفهوم التوافق هو قدرة الفرد على تحمل موجات متكررة من العنف مع ازدياد مستوى القلق والصراع الداخلي لديه، ومحاولته إشباع حاجاته النفسية والجسمية، وانسجامة مع مجتمعه، فهو عملية مركبة من عنصرين أساسيين: أحدهما الفرد بدوافعه وحاجاته وتطلعاته، وثانيهما البيئة المحيطة بهذا الفرد، وأن تكون العلاقة بين هذين العنصرين علاقة منسجمة ودينامية مستمرة. (الدعدي، 2009، 36).

ويرى "يونغ" أن الأصل في مفهوم التوافق هو تعديل في الكائن بحيث يصبح قادراً على التلاؤم مع الظروف، وأطلق عليه معايير أو إحداث تعديل في البيئة نفسها، وهو ما سماه مماثلة (Assimilation)، أو تعديل الكائن بعضاً منه وبعضاً من البيئة لإعادة حالة التوافق. (الجماعي، 2007، 68).

إذا لا يمكننا فهم التوافق إلا إذا فهمنا المتغيرات المتعلقة بالإنسان والبيئة، فالتوافق هو المحصلة النهائية لتفاعل الفرد مع البيئة، فليس هناك بيئة من غير أفراد ولا أفراد من دون بيئة.

ومن التعاريف التي تناولت التوافق ما يلي:

1- تعريف التوافق لغة:

- ورد في لسان العرب أن "التوافق" مأخوذ من وفق الشيء، أي لاعمه، وقد وافقه موافقة، واتفق معه توافقاً. (ابن منظور الأنصاري، 1988، 68).
- وكما ورد في معجم الوسيط أن "التوافق" في الفلسفة هو أن يسلك الفرد مسلك الجماعة ويتجنب الانحراف في السلوك. (أنيس وآخرون، 1973، 1047).

2- تعريف معجم العلم السلوكي للتوافق: هو علاقة متناغمة مع البيئة، تتطوي على القدرة

لإشباع معظم حاجات الفرد، وتجيب على معظم المتطلبات الفيزيائية والاجتماعية جميعاً، والتي يعانيتها الفرد. (السمادوني، 2001، 83).

تعريف معجم انجلش - انجلش للتوافق: حالة من العلاقة المتجانسة مع البيئة، ويستطيع الفرد فيها الحصول على الإشباع لمعظم حاجاته وأن يحقق المتطلبات الجسمية والاجتماعية. (يوسف وخليفة، 2000، 100).

3- تعريف التوافق اصطلاحاً:

- يعرفه (ريتشارد Retchard): أنه علاقة الفرد بمحيطه، حيث أن الفرد المتوافق يتصرف بطريقة توافقية مع محيطه الذي يعيش فيه في نطاق الأسرة والعمل والمدرسة. (الدعدي، 2009، 45).
- ويعرفه (روجرز Rojarz): أنه قدرة الفرد على تقبل الأمور التي يدركها - بما في ذلك ذاته - والعمل على تبنيها في تشكيل وتنظيم شخصيته. (أبو هين، 2001، 128).
- ويعرفه (الورانس Lorance): أنه عملية تتسم بالمرونة والتناغم المستمر للتوائم والتوافق مع ظروف الحياة المختلفة. (أحمد، 2003، 35).
- وهناك من يُعرف التوافق: بأنه الطريقة التي بواسطتها يصبح الشخص أكثر كفاءة في علاقته مع بيئته. (علي وشريت، 2004، 124).
- ويعرف (ايسنك وأرنولد Eysenck & Arnold) التوافق: بأنه حالة تكون فيها حاجات الفرد من ناحية ومتطلبات البيئة من ناحية أخرى مشبعة تماماً، وتناغم بين الفرد والهدف والبيئة الاجتماعية. (Eysenck and Arnold ,1978 ,7).

بعد هذا العرض لمجموعة التعاريف التي تناولت التوافق، يمكننا تناولها في ثلاثة اتجاهات:

- 1- الاتجاه الأول: يرى أن التوافق عملية فردية تبدأ وتنتهي بالفرد.
- 2- الاتجاه الثاني: يرى أن التوافق عملية اجتماعية تقوم على الإنصياح للمجتمع بصرف النظر عن رضا الفرد عن هذا الانصياح.
- 3- الاتجاه الثالث: وهو اتجاه تكاملي يوفق بين ما هو فردي وما هو اجتماعي. (صيام، 2010 ، 31).

ومما سبق يمكن القول أن التوافق: هو قدرة الفرد على تحقيق وتلبية معظم حاجاته ومتطلباته بشكل ملائم وبما يحقق الانسجام بينه وبين نفسه من جهة وبين بيئته سواء أكانت مادية أم اجتماعية من جهة ثانية، كما يتضمن قدرة الفرد على تعديل سلوكه تجاه ما يواجهه من مواقف وظروف في حياته، بما يوفر له الأمن والقبول الاجتماعي.

ثانياً. خطوات التوافق (Adjustment steps):

يمكننا وصف عملية التوافق على أنها سلسلة من المراحل ابتداء من الإحساس بحاجة معينة ومروراً بالتعرف على طبيعة هذه الحاجة والطرق المختلفة لإشباعها وانتهاء باختيار إحدى الطرق ليتم عن طريقها إشباع هذه الحاجة تمهيداً للوصول لحالة الاستقرار النفسي. (الصويط، 1429، 68).

وتمثل هذه العملية نظرة مبسطة لعملية التوافق، إذ نجد (شيفر، Shefer) يلخص هذه العملية التوافقية في أربعة نقاط:

1. **الدافع: Motivation:** أي المشكلة التي تحاول أن تغير من استقرار الفرد وتعمل على زيادة الشعور بعدم الإحساس بالراحة.
2. **الإحباط: Frustration** وهو الشعور أو الإحساس الفعلي الذي يُعيب الإنسان ويدفعه دفعاً لمحاولة التعرف على المشكلة وحلها.
3. **الاستجابة: Response** أي الفعل الإيجابي الذي يبدأ الفرد في التحرك من خلاله للتعرف على طبيعة المشكلة وأبعادها وإيجاد البدائل المختلفة للتغلب عليها.
4. **الحل: Solution** أي القرار الذي يتخذه الفرد ويجده مناسباً للتغلب على المشكلة ويبدأ في تنفيذه.

ويرى (العنزي 2003) أنَّ عملية التوافق لا تتم دائماً بهذا النظام، فليس شرطاً أن يكون هناك عائقاً يمنع من الوصول إلى الهدف التوافقي، فعلى سبيل المثال: قد لا يشعر الإنسان بالتوافق الاجتماعي دون أن يقوم بأدنى تغيير في سلوكه أو في مجتمعه لأن معايير وأنظمة المجتمع الذي يعيش فيه تتفق مع رغباته وميوله الشخصية.

ثالثاً. خصائص التوافق (Adjustment properties):

يمكن تحديد أهم الخصائص المميزة لعملية التوافق على الشكل التالي:

- 1- **التوافق عملية كلية Adjustment of general process:** إنَّ التوافق يُشير إلى الدلالة الوظيفية لعلاقات الإنسان، باعتباره كائن حي يتفاعل مع البيئة المحيطة بكيانه كله. (دمنهو، 1986، 82). وبناءً على هذه الخاصية، لا بد من النظر إلى الإنسان باعتباره شخصية كلية، وبالتالي يصدق التوافق على المجالات المختلفة في حياة الفرد، وليس على مجال جزئي من حياته، كذلك يصدق التوافق على المظاهر والمسالك الخارجية لحياة الفرد وكذلك الداخلية

كالرضا عن نفسه وعن العالم في الدراسة والعمل والزواج والعلاقات الإنسانية المختلفة بوجه عام.(السراج، 2011، 38).

2- التوافق عملية تطورية **Adjustment of evolutionary process**: إنَّ التوافق لا يمكن التعرف عليه إلا بالرجوع إلى مرحلة النمو التي يعيشها الفرد، فالراشد يعيد توازنه مع البيئة بأسلوب الراشدين ويتخطى بأسلوبه كل المراحل النمائية السابقة، أما لو ثبت وتوقف عند مرحلة من المراحل النمائية السابقة، فإن ذلك يعني سوء التوافق ونكوص إلى مرحلة سابقة.(الكحلوت، 2011، 13)، لذلك لابد من الأخذ بعين الاعتبار حاجات الفرد ودوافعه في مراحل نموه المختلفة، لأن لكل مرحلة متطلباتها وحاجاتها، فالنمو الإنساني ليس إلا سلسلة من الواجبات التي يجب أن يتعلمها الإنسان ويؤديها بنجاح، الأمر الذي يؤدي إلى رضا المجتمع عنه ورضاه عن نفسه، أما إذا لم يتعلمها ويؤديها بنجاح أدى ذلك إلى سخط المجتمع عليه من جهة وإلى شعوره بعدم التوافق مع نفسه من جهة أخرى.(أبو سكران، 2009، 20).

3- التوافق عملية دينامية **Adjustment of dynamic process**: أي أنَّ التوافق هو محطة لصراع القوى المختلفة، بعضها ذاتي وبعضها بيئي، فبعض القوى الذاتية فطري والآخر مكتسب، وبعض القوى البيئية مادي والآخر قيمي وبعضها اجتماعي، والتوافق هنا يكون المحطة النهائية لكل القوى السابقة.(دمنهوري، 1996، 84).

4- التوافق عملية وظيفية **Adjustment of functional process**: ويُقصد به أنَّ التوافق سويًا كان أم مرضيًا، ينطوي على وظيفة إعادة الاتزان أو تخفيف التوتر الناشئ من صراع القوى بين الذات والموضوع، والتوافق ليس مجرد خفض للتوتر، إنما يشمل بجانب ذلك تحقيق لقيمة الذات وللوجود الإنساني.(السراج، 2011، 38).

5- التوافق عملية نسبية **Adjustment of relative process**: أي أنَّ التوافق يختلف باختلاف الظروف الاجتماعية والاقتصادية، وأنه يتوقف على عاملي الزمان والمكان، ومن ثم يمكن القول: بأنَّ للتوافق مستويات متعددة، فالحياة ما هي إلا سلسلة من عمليات التوافق، فالكائن يقوم بتعديل سلوكه وتغيير أنماطه واستجاباته للمواقف حينما يحس بحاجة تتطلب إشباعا، والفرد السوي هو الذي يتصف بالمرونة والقدرة على تغيير استجابته حتى تلائم

المواقف البيئية المتغيرة ويصل للإشباع عن طريق سلوك توافقي مع تلك المواقف.(الكحلوت، 2011، 13-14).

رابعاً. مطالب التوافق (Adjustment Demands):

فيما يلي أهم مطالب التوافق خلال المراحل النمائية:

1. استغلال الإمكانيات الجسمية إلى أقصى حد ممكن، وتحقيق الصحة الجسمية، وتكوين عادات سليمة في الغذاء والنوم وتعلم المهارات الجسمية الضرورية للنمو السليم وحسن المظهر الجسمي العام.(الكنج، 2010، 73).
2. النمو العقلي المعرفي واستغلال الإمكانيات المادية إلى أقصى الحدود الممكنة وتحصيل أكبر قدر من المعرفة واكتساب أسلوب التفكير العلمي الناقد.(أبو سكران، 2009، 23).
3. النمو الانفعالي إلى أقصى درجة ممكنة، وتحقيق الصحة النفسية بجميع الوسائل، وإشباع الدوافع الجنسية والوالدية والميل إلى الاجتماع وتحقيق الدافع للتحصيل والتفوق، وإشباع الحاجات مثل الحاجة إلى الأمان والانتماء والمكانة والتقدير والحب والمحبة والتوافق والمعرفة وتنمية القدرات والنجاح والدفاع عن النفس والضبط والتوجيه والحرية.(السلامة، 2000، 57).
4. النمو الاجتماعي: ويقتضي ذلك المشاركة الفعالة في حياة الجماعة والاتصال السليم المثمر مع أفرادها وتنمية المهارات الاجتماعية التي تحقق التوافق الاجتماعي السوي، كما ويقتضي ذلك تقبل الواقع ووجود منظومة من القيم التي توجه الفرد وتكيفه مع بيئته المحيطة.
5. قبول التغيرات في الذات والبيئة والتوافق معها مثل ما يواجهه الفرد في شيخوخته من تغيرات على حياته كالقاع أو وفاة الزوج أو الزوجة أو الضعف الجسدي.(زهران، 1997، 32).

خامساً. العوامل المؤثرة في التوافق (Factors affecting Adjustment):

على الرغم من ضرورة تحقيق مطالب النمو الآتفة الذكر إلا أن هناك العديد من العوامل التي تؤدي إلى إعاقته وإحداث سوء التوافق لدى الفرد، ومن هذه العوامل ما يلي:

- 1- العوامل الاجتماعية Social factors: هناك بيئتان أساسيتان تلعبان دوراً هاماً في عملية التوافق وهما: الأسرة: حيث تساهم في التوافق الإيجابي لدى الأبناء من خلال عدة عوامل كالتوافق الأسري، قبول الوالدين لأولادهم، وإشراكهم في اتخاذ القرارات، وتعليمهم الحدود المقبولة للسلوك، وقد تكون الأسرة لها دور في سوء التوافق من خلال العلاقات المضطربة بين

والوالدين، المعاملة السلبية للأبناء والتركيز على عقابهم وعدم مشاركتهم في اتخاذ القرار، والبيئة الثانية هي المدرسة: والتي تقوم بدور كبير في تنمية شخصية الطلاب، حيث تزودهم بالمهارات والاتجاهات التي تعكس ثقافة المجتمع وتمكنهم من مواجهة الحياة، فإذا نجحت المدرسة بدورها أدى ذلك إلى التوافق الحسن والعكس صحيح. (الهابط، 1987، 198).

2- العوامل الجسمية Physical factors: وتقسم إلى ما يلي :

- العوامل الفسيولوجية: وهي كل ما يحمله الفرد منذ تكوينه، ومنها ما ينشأ عن عوامل وراثية. (الكلوت، 2011، 23).
- المظاهر الجسمية الشخصية: إن رضا الفرد عن المظاهر الجسدية أمر مهم في توافقه، فقد يشعر الفرد بالنقص عندما لا تتناسب أوصافه الجسدية مع معايير الثقافة، وكثيراً ما تؤثر المظاهر الجسدية في استجابة الآخرين نحو الشخص وبالتالي نظرته لنفسه.
- الصحة الجسمية: عملية التوافق تحتاج أن يتمتع الفرد بقدر مناسب من الصحة الجسمية التي تمكنه من بذل الجهد المناسب لمواجهة حالات التوتر والضغوط التي يتعرض لها. (أبو شمالة، 2002، 24).
- معدل النضج: النضج المبكر يُمكن الفرد من المشاركة في النشاطات الاجتماعية، والنضج يعطي مكانة وقوة واعتباراً، كما يُمكن الفرد من تحمل مسؤوليات تترك لديه صورة إيجابية عن الذات، أما المتأخر في النضج فيعاني من ضغوط نفسية. (الطحان، 1987، 17).

3- الظروف الاقتصادية Economic circumstances: يعد نقص المال وعدم توفر الإمكانات المادية عائقاً يمنع كثيراً من الناس من تحقيق أهدافهم في الحياة، وقد يسبب لهم الشعور بالإحباط، فالفقر يُعتبر عائقاً يمنع من إشباع الحاجات الأساسية ويسبب الألم وسوء التوافق، فلقد بينت دراسة أبو شمالة (2002) أن هناك علاقة موجبة لدى المراهقين بين المستوى الاقتصادي والاجتماعي ودرجات التوافق النفسي لديهم.

4- وسائل الاتصال والإعلام Means of Communication and media: من العوامل

المؤثرة في التربية وبناء الشخصية والتوافق، نظراً لما تقدمه هذه الوسائل من برامج تؤثر على سلوك الأطفال والكبار. (الكلوت، 2011، 23-24).

5- العوامل النفسية **Psychological factors**: ويقصد بها نقص الذكاء الاجتماعي أو ضعف في القدرات العقلية والمهارات النفسية والحركية أو خلل في نمو الشخصية والتي تعوق تحقيق الأهداف والصراع النفسي الذي ينشأ عن تناقض وتعارض الأهداف وعدم القدرة على المفاضلة بين الأشياء في الوقت المناسب. (أبو سكران، 2009، 24).

سادساً. مؤشرات التوافق (Adjustment indicators):

للتوافق مؤشرات عديدة:

1. **النظرة الواقعية للحياة**: حيث يكون الفرد مقبلاً على الحياة بكل ما فيها من أتراح وأفراح، واقعياً في تعامله، متفائلاً سعيداً، ويشيرُ هذا إلى توافق الشخص في المجال الاجتماعي الذي يخرط فيه. (فروجه، 2011، 110).
2. **مستوى طموح الفرد**: لكل فرد مطامح وآمال فالشخص المتوافق تكون طموحاته في مستوى إمكاناته الحقيقية ويسعى إلى تحقيقها من خلال دافع الإنجاز. (الداهري، 2005، 56).
3. **الإحساس بإشباع الحاجات النفسية للفرد**: يُعد مؤشراً مهماً للصحة النفسية أو توافق الفرد، ومن أهم الحاجات (الإحساس بالأمن والإحساس بالتواد أي إحساس الفرد بأنه محبوب وقادر على حب الآخرين، الإحساس بالحاجة إلى الإنجاز) وإذا لم يشعر بإشباع هذه الحاجات يُعتبر بالضرورة من سوء التوافق وتخلت صحته النفسية أيضاً. (علي، 2012، 56).
4. **توافر مجموعة من السمات الشخصية**: أهم السمات الشخصية التي تُشير إلى التوافق والتي تُعد في نفس الوقت أحد المؤشرات للصحة النفسية للفرد ما يلي:
 - الثبات الانفعالي: وتتمثل هذه السمة في قدرة الفرد على تناول الأمور بأناة وصبر وعدم انفعال، ويتسم حامل هذه السمة بالرزانة ويثق به الناس، عقلاني في مواجهته للأمور، لا يثور بسرعة أو يغضب أو يخاف أو يغار.
 - اتساع الأفق: ويتسم حامل هذه السمة بالقدرة على تحليل الأمور وفرز الإيجابيات من السلبيات ويتسم بالمرونة واللامطية، ويميل إلى القراءة المتنوعة ويتابع كل ما هو جديد.
 - التفكير العلمي: ويتميز صاحب هذه السمة بالقدرة على تفسير الظواهر والأحداث تفسيراً علمياً قائماً على الأسباب الكامنة وراء الظاهرة أو الحدث، ويستطيع صاحب هذه السمة اكتشاف القوانين العلمية التي تحكم الظواهر والمواقف، ويبتعد عن التفكير الخرافي، لا يؤمن بالصدفة.

- مفهوم الذات: أي يكون المرء متوافقاً إذا كان مفهومه عن ذاته متطابقاً مع الواقع بعيداً عن الغرور والإحساس بالعظمة.
 - المسؤولية الاجتماعية: أي أن يحس الفرد بمسؤولية إزاء الآخرين وإزاء المجتمع بقيمه ومفاهيمه.
 - المرونة: أي الابتعاد عن الجمود والتصلب والتطرف في اتخاذ القرارات وفي الحكم.
5. **توافر مجموعة من الاتجاهات الاجتماعية الإيجابية:** وتتمثل في احترام العمل وتقدير المسؤولية، أداء الواجب، احترام القوانين، احترام الزمن، الولاء للقيم والأعراف والتقاليد السائدة في المجتمع، الاتجاه نحو تقدير الإنجازات في كافة مجالات الحياة.
6. **توافر مجموعة من القيم (نسق قيمي):** كالقيم الإنسانية: (حب الناس والتعاطف والإيثار والشجاعة في مواجهة الحق والأمانة.... إلخ)، والقيم الجمالية: (تنقيف العين، فالعين المثقفة تستطيع أن ترى جمال اللون، وشكل الصورة، والأذن المثقفة تستطيع أن تميز جمال الصوت أو اللحن)، كذلك الحال مع بقية الحواس، كذلك توافر نسق من القيم الفلسفية (النظرة الشاملة للكون)، الالتزام بفلسفة معينة وتسيير الشخص وفق نهجها. (محمد، 17، 2004 - 20).

سابعاً. مجالات التوافق (Adjustment areas):

تختلف مجالات التوافق باختلاف المواقف التي يعيشها الفرد، إضافة إلى أنها مرتبطة مع بعضها البعض ومتداخلة بشكل يصعب الفصل بينها، لذلك سوف يتم تناول بعض من هذه المجالات المرتبطة بعنوان البحث: **التوافق الشخصي والتوافق الاجتماعي.**

(التوافق الشخصي personal adjustment)

يُعد التوافق الشخصي بمثابة الشعور بالسعادة مع الذات والآخرين وإشباع معظم الحاجات والدوافع والرغبات والقدرة على مواجهة متطلبات الحياة. (حسين وعبد المية، 2011، 181)، ويقصد به أيضاً المواءمة بين الشخص ذاته، ويعني ذلك أن يكون راضياً عن نفسه، متقبلاً لها، مع التحرر النسبي من التوترات والصراعات التي تقترب بمشاعر الذنب والقلق والنقص والضيق. (السراج، 2011، 39)، كما يُقصد به قيام الفرد بخفض التوتر بين ذاته والبيئة المحيطة به وذلك إما بتغيير ذاته أو بتغيير البيئة. (أحمد، 2003، 28)، وهناك من يرى أن التوافق الشخصي هو أن يكون الفرد راضياً عن نفسه غير كارهاً لها أو نافراً منها أو ساخطاً عليها أو غير واثق بها، وتتسم حياته النفسية بالخلو من التوترات والصراعات النفسية التي تقترب بمشاعر الذنب والقلق. (أبو سكران، 2009، 52)، وأيضاً يشمل التوافق الشخصي تقبل الفرد لذاته كما هي بكل جوانبها وفهم إيجابي للذات وواقعي للحياة والتمتع بالأمان الشخصي وتوافق وجداني وعقلي ترفيهي وفيزيقي. (محمد، 2004، 23).

ويتضمن التوافق الشخصي الجوانب التالية:

1- التوافق مع الذات Adjustment with the self: ويقصد به فكرة الإنسان عن ذاته وعن

قدراته الذاتية ومدى تطابق نظريته عن ذاته مع واقعه كما يدركه الآخرون، فإن تطابقت فكرة الإنسان عن ذاته مع فكرته عن واقعه فإنه يكون متوافقاً وسعيداً مع نفسه ومع الآخرين، وإن كانت نظريته عن ذاته يسودها التضخيم والتهويل على عكس ما يراه الآخرون، فهذا يؤدي إلى الغرور والكبرياء والتعالي وبالتالي فإنه يصطدم مع الواقع وهذا يؤدي إلى سوء التوافق الاجتماعي. (أبو سكران، 2009، 44).

2- التوافق الانفعالي Emotional Adjustment: وهو الرضا عن الذات، بمعنى تقبل الفرد

لذاته ولحياته، بعيداً عن أحاسيس المرارة والندم. (علاء الدين، 2004، 121)، كما يتمثل بقدرة الشخص على السيطرة على الانفعالات واستمتاعه بحياة خالية من التوترات والصراعات والأمراض النفسية مثل القلق والاكتئاب والهستيريا. (سفيان، 2007، 7)، ويتمثل التوافق الانفعالي في إدراك الشخص للجوانب المختلفة للمواقف التي تواجهه ثم الربط بين هذه الجوانب وما لديه من دوافع وخبرات وتجارب سابقة من النجاح والفشل تساعد على تعيين وتحديد نوع الاستجابة وطبيعتها التي تتفق ومقتضيات الموقف الراهن، وتسمح بتكييف استجابته تكييفاً

ملائماً، حيث ينتهي الفرد إلى التوافق مع البيئة والمساهمة الإيجابية في نشاطها وفي نفس الوقت ينتهي إلى حالة من الشعور بالرضا والسعادة. (السويط، 1429، 70).

3- التوافق الجسمي physical Adjustment: وهو التوافق التام بين الوظائف الجسمية المختلفة، مع القدرة على مواجهة الصعوبات والتغيرات المحيطة بالإنسان، والإحساس الإيجابي بالنشاط والقوة. (صيام، 2010، 33)، كما يعني تمتع الفرد بالصحة الجسمية والخلو من أعراض الأمراض السيكوسوماتية والقدرة على مقاومة الأمراض الميكروبية والفيروسية. (السراج، 2011، 40)، والتوافق الجسمي أيضاً، هو تمتع الفرد بصحة جيدة خالية من الأمراض الجسمية والعقلية والانفعالية مع تقبله لمظهره الخارجي والرضا عنه، وخلوه من المشاكل العضوية المختلفة وشعوره بالارتياح النفسي تجاه قدراته وإمكاناته وتمتعته بحواس سليمة، وميله إلى النشاط والحيوية معظم الوقت وقدرته على الحركة والالتزان وسلامة في التركيز مع الاستمرارية في النشاط والعمل دون إجهاد أو ضعف لهيمته ونشاطه. (شقي، 2003، 5).

وفيما يلي أهم أبعاد التوافق الشخصي التي يتناولها البحث الحالي:

1. البعد الأول: الرضا عن الذات: self satisfaction

وهو "الذات الإجمالي لكل ما يمكن أن يُطلق على الفرد بما في ذلك جسمه وقواه النفسية وملابسه وبيئته، وأعماله وممتلكاته ومنجزاته والأشخاص القريبون منه"، أو "هو الطريقة التي يدرك بها الفرد نفسه" أو هو "إدراكات الفرد وتصورات لوجوده الكلي". (الرشيدي، 1995، 15). كما يُعرف الرضا عن الذات: "بأنه نظرة الفرد واتجاهه نحو ذاته، ومدى تقدير هذه الذات من الجوانب المختلفة كالدور والمركز الأسري والمهني، وبقية الأدوار التي يمارسها في مجال العلاقة بالواقع". وإنَّ الرضا عن الذات: هو "الثقة بالنفس والرضا عنها واحترام الفرد لذاته وإنجازاته واعتزازه برأيه وبنفسه وتقبله لها واقتناع الفرد بأن لديه من القدرة ما يجعله ندا للآخرين". (Isaacs, 1982, 5)، ويعتبر الرضا عن الذات مفهوماً متعدد الأبعاد موجوداً بدرجات متفاوتة لدى الأفراد وهو عنصر مهم يندرج ضمن مفهوم الذات ويعكس مدى إحساس الفرد بقيمته وكفاءته. (Corsini, 1984)، فعندما يكون للأشخاص اتجاهات إيجابية نحو أنفسهم يكون لديهم تقدير ذات مرتفعاً، وعندما يكون لديهم اتجاهات سلبية نحو أنفسهم يكون تقدير الذات لديهم منخفضاً، وبعبارة أخرى فإن تقدير الذات: هو التقويم لقيمة الفرد كما يدركها بنفسه. (Weiten & Lloyd). والرضا عن الذات من

المفاهيم ذات الصلة الوثيقة بتحقيق التوافق، وبخاصة التوافق الشخصي فالعلاقة بين التوافق والرضا عن الذات علاقة طردية، فكلما كان الفرد سيئ التوافق انحطت نظرته إلى نفسه وبالعكس كلما كان الفرد حسن التوافق ارتفعت نظرته إلى نفسه، فالرضا عن الذات هو الطريقة المثلى لفهم سلوك الفرد عن طريق معرفة الإطار المرجعي للفرد المراد التنبؤ بسلوكه، ويرى أومستر (Aumeister, 1993) أن تقدير الذات يؤثر على مفهوم الشخص عن ذاته، فكلما كان تقدير الذات مرتفعاً كان الرضا عن الذات إيجابياً، والأشخاص ذوو التقدير المنخفض للذات يكون الرضا عن الذات لديهم منخفضاً، ويؤكد "جيرى Jere" على أن الرضا عن الذات السلبي أو الإيجابي يؤثر على تقدير الشخص لنفسه. (جزر، 2001، 71). ومن الممكن أن يتأثر الرضا عن الذات بمجموعة من المتغيرات منها: اللياقة البدنية والصحة لأن ارتفاع مستوى اللياقة البدنية يؤثر بصورة إيجابية على مستوى التحصيل الدراسي للطلبة وعلى مستوى تقدير الذات. (Harris, 1992). وكذلك هناك علاقة إيجابية ذات دلالة بين ممارسة الأنشطة الرياضية والرضا عن الذات (Boyd & Hrycaiko, 1997).

والأسباب التي تؤدي إلى عدم الرضا عن الذات لدى الفرد هي:

- تشويه تقويم الذات: وهذا التشويه قد يحدث أحياناً لعدة أسباب من المعلومات الشخصية السابقة: مثل الإحباط السابق في الخبرات الجامعية أو الإحباط في العلاقات الاجتماعية والتي تترك أثراً بعد حدوثها، ويرى "آدلر Edlar" أنه ليست كل الخبرات المحبطة تنتبأ بالإحباط وليست كل الإنجازات السابقة تنتبأ بالنجاح وتتضمن النجاح المستقبلي.
- تشويه التغذية الراجعة: يمكن أن تخلق صورة ذات للشخص أسوأ أو أفضل من الواقع، فنجد أن الآباء ذوي التفقد الزائد لأبنائهم، من أحد الأسباب التي تحدث صورة ذات سلبية، فالفرد يتلقى باستمرار في أثناء تفاعله مع الآخرين رسائل قد تكون واقعية أو خيالية، فالعناية الزائدة والتدليل الزائد للطفل قد يؤدي إلى تضخيم أنا الفرد.
- التأكيد على الكمال: فالفرد يميل إلى أن يكون محل إعجاب الآخرين، وغالباً ما يقوم الشخص بإقناع نفسه بما يرتبط بالتوقعات الاجتماعية، فحينما نصف شخصاً بأنه متواضع، فإننا نجد سلوكه مقبولا ويتفق مع ما وصف به من التواضع.

ومن أهم العوامل التي تساعد على تشكل الرضا عن الذات:

- **معرفة الفرد لقدراته وإمكاناته:** وذلك لأن الفرد الذي يدرك تماماً مستوى قدراته وإمكاناته الشخصية والمادية وغيرها، ويستطيع أن يصنع أهدافاً واقعية ومستويات معقولة عن الطموح، يسهل عليه تحقيق الأهداف والوصول إلى تلك المستويات، وهذا عامل مهم جداً، خصوصاً إذا أدركنا ما للنجاح السابق من أثر كبير في النجاح الحالي واللاحق.
- **فكرة الفرد عن نفسه وتقديره لذاته:** كلما كانت فكرة الفرد عن نفسه عالية وواقعية وكان تقديره لذاته مرتفعاً، فإنه سوف يتخذ قرارات بشأنه ثم تنفيذها واعتبار نفسه مسؤولاً عن تلك القرارات، وهذا يعطيه الثقة الكبيرة فيما يقوم به من تصرفات، أما إذا كانت فكرة الفرد عن نفسه وتقديره لذاته ضعيفة، فإن ذلك يؤدي إلى فقدان الثقة بما يتخذه من قرارات وإلى القلق المستمر والتوتر الذي ينتج عن ذلك. (جزر، 2001، 77).

2. البعد الثاني: النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس: Emotional maturity and the ability to self-control

النضج الانفعالي يعني قدرة الفرد في التحكم بانفعالاته ومرونة التصرف والسيطرة في المواقف الصعبة أو المواقف التي تتطلب قدراً كبيراً من التروي وضبط النفس. (توفيق، 1990، 104). وإنها تعني "في مفهومها الداخلي الإحساس بالكفاية الانفعالية لمواجهة المواقف التي تتطلب إدارة وسيطرة على الانفعالات ومثيراتها، ويكون ذلك من خلال التنسيق بالنسبة لزمان ولمكان ظهور هذه الانفعالات، أما من حيث المفهوم الخارجي فهي تعني التقويم من قبل الآخرين للشخص من حيث استقراره أو عدم استقراره انفعالياً". (موسى، 2002، 68). يذكر "مغاريوس Mgarious" أن مفهوم الصحة النفسية يتمثل بمدى النضج الانفعالي والاجتماعي أو مدى توافق الفرد مع نفسه والمجتمع. (الداهري والعبيدي، 1999، 41). وإنَّ الشخص حتى يكون قادراً على الاستقلال في التفكير وعلى التوافق على المستوى النفسي والاجتماعي لا بد أن يكون لديه قدرة عالية على ضبط النفس والتحكم بالذات. (الخطيب، 2006، 7). كما أنَّ الطلاب الذين يشاركون في النشاط الجامعي يكونون أكثر قدرة على ضبط النفس. (الدخيل، 2002). ويستمد الشخص السوي قدرته على الضبط والتحكم في سلوكه، من تقديره الشخصي للأمور تقديراً مبنياً على موازنة النتائج وتمحيصها، وكلما زادت القدرة على الضبط قلت الحاجة إلى الضبط الصادر عن سلطة خارجية. وبقدر ما يكون الشخص ناضجاً انفعالياً، تكون قدرته على أن يحيا حياة سعيدة نافعة وفعالة وأن

يواجه عوامل الضغط والشدة وما يرتبط بها من إحباطات وقلق في العالم المحيط به.(موسى، 2002، 68).

ومن أهم الخصائص التي تميز الشخص الناضج انفعاليا:

- القدرة على التحكم في انفعالاته، فلا يثور، ولا يتهور، بل يرفض ما لا يريد، ويفرض ما يريد.
- القدرة على كبح جماح شهواته والسيطرة على نزواته، فهو قادر على تأجيل لذاته العاجلة أو الإرضاء السريع لدوافعه من أجل أهدافه الآجلة، إنه يحتمل الحرمان، ولا يستدر العطف من الغير حتى يشبع حاجاته ومطالبه الملحة، بينما الشخص غير الناضج مثله مثل الطفل الذي يندفع لإشباع حاجاته في الحال بصرف النظر عن النتائج التي تترتب على ذلك والتي قد تضر بمصالحه.
- تتناسب الانفعالات مع مثيراتها، فلا يشط في غضبه لأسباب تافهة، فيسب ويشتم ويعتدي، ولا يبالغ في خوفه أو غيظه فيرتجف أو يتشنج.
- يتخلى عن الأساليب الطفلية، كالأنانية وحب التملك، فالشخص الناضج انفعاليا غير أناني يحب لغيره كما يحب لنفسه.
- هادئ ومتمزن انفعاليا، انفعالاته ثابتة، بينما الشخص غير الناضج انفعاليا متقلب أو متذبذب في انفعالاته، لا يستطيع التنبؤ بسلوكه الانفعالي.
- الاعتماد على النفس، والقدرة على تحمل المسؤولية.
- القدرة على الاحتمال، أي تحمل الأزمات والنقد والإحباط أو الفشل.(المليجي، 2000، 186-187).

3. البعد الثالث: الأمان النفسي: Psychological safety

شعور الإنسان بالأمان النفسي في معيشتة مع الجماعة، وصحة بدنه، وخلوه من الأمراض، وإشباعه لحاجاته الفطرية الضرورية لبقائه، إنما هي مؤشرات للصحة النفسية.(الخطيب، 2006، 26). وإن الشعور بالأمان النفسي هو أحد الأسس الهامة لتحقيق الصحة النفسية.

يرى ماسلو Maslo أن الأمان النفسي مفهوم مرادف للصحة النفسية وقد وضع عدداً من المكونات التي تتحدد من خلالها مظاهر الأمان النفسي أو الصحة النفسية ويعد فقدانها بمثابة الأعراض المرضية الأولية، وفيما يلي بعضاً منها:

- شعور الفرد بأنه محبوب ومقبول مقابل شعوره بأنه منبوذاً أو مكروهاً:

يشعر الفرد الآمن نفسياً بأنه محبوب ومرغوب فيه وأنه موضوع حب وإعزاز من قبل الآخرين مما يؤدي إلى شعور الفرد بالطمأنينة والأمان الذي يعد شرطاً أساسياً لنظام حياته النفسية واستقرار مشاعره، بينما يشعر الفرد غير الآمن منذ طفولته بأنه منبوذ أو مهمل ومكروه ومحتقر أو غير محبوب وأنه موضع سخرية واستهزاء من جميع المحيطين به بدءاً من والديه وإخوانه ونهاية بأصدقائه وأقاربه وجيرانه وبعد ذلك من أهم مؤشرات فقدانه الشعور بالأمان النفسي.

- شعور الفرد بالانتماء والاجتماع مقابل شعوره بالوحدة النفسية أو الانفراد أو العزلة:

يمثل الانتماء أحد الحاجات الضرورية في حياة البشر حيث لا يستطيع السوي أن يعيش حياته وحيداً أو بمعزل عن الآخرين دون أن تكون له علاقات قائمة على الحب والمودة مع غيره من الأفراد والجماعات لهذا نجد الإنسان مدفوعاً إلى فرد أو جماعة أو نظام، يشعر المراهق الذي يفترق للآمان النفسي أنه يعيش وحيداً منعزلاً عن بقية الناس ويشعر بالوحدة حتى وإن كان يعيش في مكان يعج بالناس لأنه يعيش منسجماً في عالمه الخاص به ولا يثق بأحد من الناس ولا يرتاح للتعامل مع أحد.

- شعور الفرد بالطمأنينة والسلامة مقابل الشعور بالقلق والخطر والتهديد:

يعد شعور الفرد بالطمأنينة والانفعالية والسلامة مظهراً أساسياً من مظاهر الآمان النفسي، الذي يعني التحرر النسبي من الخوف والقلق والشعور بالأمن النفسي شرط أساسي من شروط الصحة النفسية، فالمراهق يستمد شعوره بالطمأنينة والسلامة النفسية والتي تعد مصدراً أساسياً لشعوره بالآمان النفسي من خلال وجوده في بيئة أسرية آمنة تتحد بالحب والدفء والحنان وتعمل على إشباع حاجاته الجسمية والنفسية، يميل الفرد وغير الآمن نفسياً إلى الشعور بالخطر أو التهديد أو القلق والذي يجعله في حالة دائمة من ترقب أو توقع الشر أو عدم الراحة والاستقرار المرتبطة بالشعور بالخوف والتوتر، ويشعر المراهق بالقلق أو الخطر أو التهديد عندما ينشأ في جو مليء بالمشاحنات والخطر ويتعرض لأصناف التعذيب أو الإهمال الوالدي والتي تأخذ أشكالاً مختلفة مثل الحرمان أو الإهانة.

- إدراك الفرد للحياة بوصفها بيئة سارة دافئة مقابل إدراكه لها بوصفها خطرة عدوانية :

يدرك الفرد العالم والحياة كبيئة سارة دافئة وذلك عندما ينشأ في جو آمن ويمده بالحب والتقبل والأمان ويشعر بالكرامة والعدالة والارتياح، فالمراهق الذي يشعر بالدفء والسعادة في بيئة أسرية مشبعة لحاجاته النفسية يميل إلى تعميق هذا الشعور فيرى البيئة الاجتماعية سارة دافئة ومشبعة لحاجاته ، بينما يدرك الفرد غير الآمن الحياة كبيئة خطيرة وعدوانية حيث يشعر الفرد الفاقد للآمان النفسي بعدم القيمة وعدم الكفاية فيرى الحياة كبيئة ومملة وكل ما حوله مخيف ومرعب.

- إدراك الفرد الآخرين بوصفهم ودودين مقابل إدراكه لهم بوصفهم أشرار أنانيين:

يرى الفرد في الناس الحب والخير ويبراهم طيبين ودودين ويعاملونه بدفء ومودة ويحترمونه كفرد ينتمي إليهم ويقدرهم أفكاره ويأخذونه بإرادته فيبادلهم هذا الحب والتقدير والاحترام، بينما يرى الفرد غير الآمن في الناس عامة السوء ويبراهم أشرار أنانيين وعدوانيين يكرهونه ويعاملونه بقسوة ولا يحترمونه وبالتالي يدفعه أن يبادلهم. - الثقة بالآخرين وحبهم مقابل عدم الثقة بهم والتحيز والكراهية نحوهم:

عندما يثق المراهق بالآخرين ويحبهم ويتعاون معهم ويرتاح للاتصال بهم ويحسن التعامل معهم ويتعاطف معهم عند الأزمات ويسامحهم عندما يخطئون ولا يعاديهم ويمتلك عدداً من الأصدقاء . في حين يفقد المراهق الثقة بالآخرين ويمتلك اتجاهات سلبية نحوهم ويحاول التقليل من قيمتهم بالنقد والسخرية والاستهزاء بهم وعدم التعاطف معهم فيبتعد عنهم ويعاديهم ولا يتسامح معهم أبداً.

- التفاؤل وتوقع الخير مقابل توقع الأسوأ والتشاؤم العام:

يميل الفرد الآمن نفسياً إلى التفاؤل العام وتوقع الخير والاطمئنان والأمل في المستقبل وحسن الحظ، بينما يميل الفرد غير الآمن إلى التشاؤم العام وتوقع الشر والفشل وخيبة الأمل ويعتبر التشاؤم من أهم المظاهر الدالة على انخفاض صحة الفرد النفسية لأنه يستنزف طاقة الفرد ويقلل من نشاطه ويضعف دوافعه ويبعد مؤشراً هاماً على فقدانه الشعور بالآمان النفسي.

- الشعور بالهدوء والاستقرار الانفعالي مقابل الشعور بالصراع وعدم الاتزان الانفعالي:

يميل الفرد الآمن نفسياً إلى الشعور بالهدوء والاسترخاء والارتياح النفسي بالإضافة إلى كونه مستقراً أو متزناً انفعالياً وخالياً من الصراعات النفسية ويقصد بالاتزان الانفعالي حالة نفسية تكمن وراء شعور الفرد بالطمأنينة والأمان النفسي والاكتفاء الذاتي وشعوره بالتفاؤل والبشاشة والاستقرار النفسي، بينما يميل الفرد غير الآمن نفسياً إلى الشعور بالتوتر النفسي والإجهاد والصراع وإلى الشعور بأنه غير متزن انفعالياً بمعنى أنه غير مستقر نفسياً وليس لديه القدرة على ضبط النفس ويتصف سلوكه بسوء التوافق مع محيطه الاجتماعي مما يعبر عن عدم تمتعه بمستوى مناسب من الصحة النفسية.

- الميل إلى التحرر والتمركز حول الآخرين مقابل الميول الأنانية والتمركز حول الآخرين:

يميل المراهق الآمن نفسياً إلى التحرر والانطلاق والشعور بالحرية في توجيه السلوك دون سيطرة الغير والتحرر من الميل للانفراد بالإضافة إلى الشعور بالمسؤولية والتفاعل مع العالم ومشكلاته بموضوعية دون التمرکز حول الذات، بينما يميل الفرد غير الآمن نفسياً إلى الأنانية والتمركز حول الذات حيث تصبح ذاته محور العالم الذي يدور بفكره حوله وفي مثل هذه الحالة تنفصل ذاته عن ذوات الآخرين وينعزل عنهم وينغلق ويتوقع على ذاته مما يشير إلى عزله و أنانيته وعدم قدرته على إقامة علاقات أو صداقات ناجحة تربطه بهم أو تجعله يندمج معهم.

• الشعور بالكفاءة والإصرار مقابل الشعور بالنقص والضعف وقلة الحيلة :

يشعر الفرد الآمن نفسياً بالكفاءة والقدرة على مواجهة المشكلات بحزم ونجاح بدلاً من الرغبة في السيطرة على الآخرين ويقصد بالكفاءة استعداد نفسي ينطوي على تقدير الذات والثقة بالنفس وتملك زمام الأمور وإمكانية الوصول إلى الأهداف المرغوبة بقوة وشجاعة، بينما يبدو على الفرد غير الآمن نفسياً عدداً من المظاهر كضعف الروح الاستقلالية والتردد والحيل وعدم القدرة على التفكير المستقبلي والاتكالية وعدم الجرأة وتوقع الشر والاستهتار وسوء السلوك وأحلام اليقظة. (سمين، 1997، 402).

4. البعد الرابع: الشعور بالانتماء: **Asense of belonging**

يرى " ماسلو Maslo " أنَّ الشعور بالانتماء مستوى تصل إليه بعد أن تكون قد أُشبعَت الاحتياجات العضوية البيولوجية والحاجة إلى الآمان، ويُعد الشعور بالانتماء من الاحتياجات التي تكمن وراء التطور الحضاري للإنسان، وليس من شك في أنَّ الفرد يشعر بحاجته إلى أن ينتمي إلى أفراد أسرته، ويحتاج إلى أن يشعر بأنهم ينتمون إليه، والفرد الذي لا يشعر بالانتماء لا يستطيع أن ينمو نمواً نفسياً سليماً، وقد نقابل في حياتنا أشخاصاً يتضح من سلوكهم رغبة قوية في التقرب إلينا وعرض خدماتهم ومساعدتنا، وقد يدفع هذا الشعور بالانتماء إلى مسايرة الجماعة والتوافق معها والتقيد أو القبول ما اصطلحت عليه الجماعة من معايير وأنماط سلوكية. (عبد الغفار، 1990، 172-173).

(التوافق الاجتماعي social adjustment)

يُعتبر التوافق الاجتماعي امتداداً طبيعياً للتوافق الشخصي، فإذا فقد الإنسان توافقه الشخصي، فإنه حتماً لا يستطيع التوافق مع الجماعة أو مع أسرته أو مدرسته. لذا يُعرف التوافق الاجتماعي: بأنه الشعور بالسعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومساندة المعايير الاجتماعية والضبط الاجتماعي وتقبل الآخرين في المجتمع. (حسين وعبد اليمّة، 2011، 181). ويُقصد بالتوافق الاجتماعي أيضاً، تلك التغيرات التي تحدث في سلوك الفرد أو في اتجاهاته أو عاداته بهدف مواءمة البيئة وإقامة علاقات منسجمة معها إشباعاً لحاجات الفرد ومتطلبات البيئة. (السراج، 2011، 40). ويُشير التوافق الاجتماعي إلى حسن التوافق مع المجتمع ومؤسساته وقوانينه وأعرافه وتقاليده وطوائفه وجماعاته وأفراده. (كتلو، 2006، 112). كما أنه قدرة الفرد على عقد صلات اجتماعية مرضية تتسم بالتعاون والتسامح والإيثار. (الكحلوت، 2011، 19). إذاً التوافق الاجتماعي: هو تلك العمليات التي يحقق بها الفرد نوعاً التوازن في علاقاته الاجتماعية التي يستطيع من خلالها إشباع حاجاته في حدود ثقافة المجتمع. (البليهي، 2008، 49). أي أنّ التوافق الاجتماعي يعني القدرة على تكوين العلاقات المرضية بين الفرد وبيئته.

ويتضمن التوافق الاجتماعي الجوانب التالية:

1- التوافق الأسري Family Adjustment: تُعتبر الأسرة النواة الأولى التي يعيش في كنفها

الفرد والتي تسعى إلى تحقيق الأمن والطمأنينة لأفرادها وتغرس فيهم المودة والرحمة، وإن غاية الحياة الأسرية هي المودة والرحمة والتوافق وعدم التناحر. ومن هنا فالتوافق الأسري يعني ما بداخل الأسرة من تناغم وانسجام وخلو من الانفعالات والمشاحنات سواء كانت على مستوى الآباء أو مستوى الأبناء، وبقدر ما تكون ظروف التنشئة الاجتماعية في الأسرة سليمة، وتتم في جو نفسي واجتماعي يتسم بالأمان والتماسك والتضامن، بقدر ما يكون ذلك عاملاً محدداً لتكيف الفرد فيما بعد، أما إذا كانت الأسرة يسودها السلوك العدواني والتوتر والقلق، فمن شأن الأفراد أن ينشأوا في جو يسوده الاضطراب وعدم التكيف الأسري، مما يغرس فيهم الانحراف والشذوذ وعدم الاستقرار، وهذا يسبب العثرات الاجتماعية. (أبو سكران، 2009، 46).

2- التوافق المدرسي School Adjustment: تُعتبر المدرسة المحضن الثاني في الأهمية بعد

الأسرة فهي النواة الأساسية الثانية والتي تساهم في تشكيل شخصية الفرد وتؤثر في سلوكه تأثيراً كبيراً، ولا بد أن تكون العلاقة المتبادلة بين الفرد والمدرسة علاقة توافقية إيجابية، ويعد الفرد متوافقاً مدرسياً إذا كان في حالة رضا عن إنجازه الأكاديمي مع رضا المدرسة عنه سواء

في أدائه الأكاديمي أو في علاقاته المدرسية من مدرسين وزملاء وعاملين. (دمنهو، 1996 ، 86). فالتوافق المدرسي إذاً: هو حسن تكيف الفرد مع متغيرات دراسته وبيئته الدراسية كعلاقته بالمعلمين والزملاء والمناخ الدراسي ونمط الإدارة والنظم الامتحانية والمقررات والمناهج الدراسية وغيرها. (القريطي، 2003 ، 65). كما عرف "آخرون التوافق المدرسي" بأنه: حالة تبدو في العملية الدينامية المستمرة التي يقوم بها الطالب لاستيعاب مواد الدراسة والنجاح فيها وتحقيق التلاؤم بينه وبين البيئة الدراسية ومكوناتها الأساسية، فالتوافق الدراسي تبعاً لهذا المفهوم، يُعتبر قدرة مركبة تتوقف على بعدين أساسيين: بُعد عقلي، وبُعد اجتماعي. (الكحلوت، 2011، 19). فلقد بينت دراسة "ديماري وآخرون Demaray,et.al " ارتباط المساندة المقدمة من قبل المدرس في المدرسة مع عوامل محددة لسوء التوافق في المدرسة، تتضمن المواقف تجاه المدرسة والمدرسين، بالإضافة إلى السعي وراء مشاعر وعوامل الكفاءة الأكاديمية. (Demaray,et.al, 2005).

3- التوافق الزوجي Marital adjustment: يُشير إلى درجة التناغم والتواصل العقلي والجنسي بين الزوجين، بما يساعدهما على بناء علاقة زوجية ثابتة ومستقرة وعلى الشعور بالرضا والسعادة ويعينهما على تحقيق التوقعات الزوجية ومواجهة ما يتصل بحياتهما المشتركة من صعوبات ومشكلات وصراعات. (كتلو، 2006 ، 114). كما أنَّ التوافق الزوجي هو درجة التواصل الفكري الوجداني والعاطفي والجنسي بين الزوجين بما يحقق لهما اتخاذ أساليب توافقية سوية تساعدهما في تخطي ما يعترض حياتهما الزوجية من عقبات وتحقيق أقصى قدر من السعادة والرضا. (الآغا، 2000 ، 22).

4- التوافق المهني Professional Adjustment: ويتعلق بالانسجام بين الفرد والمهنة أو العمل الذي يمارسه وتقبله له ورضاه عنه ومقدرته على إقامة علاقات مهنية وإنسانية مثمرة ومرضية مع زملائه ورؤسائه. (كتلو، 2006 ، 115).

5- التوافق الاقتصادي Economic Adjustment: إنَّ التغير المفاجئ بالارتفاع أو الانخفاض في سلم القدرات الاقتصادية يُحدث اضطراباً في أساليب توافق الشخصية مع المجتمع، ذلك لأنَّ الانخفاض يتطلب من الفرد تكوين عادات ورغبات جديدة، كما أنَّ من طبيعة الحاجات المكتسبة أنَّ الناس لا يستطيعون النكوص إلى طريق العيش التي تُعتبر أكثر

بدائية من تلك التي يعيشون على مستواها دون أن يعانون شعوراً بالحرمان، ولا شك أن مرونة الفرد لها أثراً بالغ في تحقيق التوافق الاقتصادي إذ أنها تمنح الفرد القدرة على التنازل عن بعض المطالب والاكتفاء بالبعض الآخر. (مكي، 2006، 17).

6- التوافق الانسجامي Consonance Adjustment: ويُقصد به توافق الفرد مع بيئته الخارجية، المادية والاجتماعية، ويُقصد بالمادية: كل ما يحيط بنا من عوامل مادية كالطقس والجبال والأبنية، أما البيئة الاجتماعية فيقصد بها: كل ما يسود المجتمع من قيم وعادات وتقاليد ودين وعلاقات اجتماعية ونظم اقتصادية وسياسية وتعليمية وآمال وأهداف. (السراج، 2011، 40).

7- التوافق المجتمعي Community Adjustment : ويُقصد به تلك التغيرات التي تحدث في سلوك الفرد وفي اتجاهاته أو عاداته بهدف مواعته للبيئة وإقامة علاقات منسجمة معها إشباعاً لحاجات الفرد ومتطلبات البيئة، فعندما يشعر الفرد بالأمان في المجتمع الذي يعيش فيه فإنه يكون سعيداً آمناً وتتهيأ له الفرص لتعلم الأنماط الاجتماعية المقبولة والمهارات التي تسهل له وصوله إلى علاقات اجتماعية بارزة ويكون عن نفسه فكرة مناسبة نتيجة تقبل الآخرين له، ويساعده ذلك في أن يكون حراً في أن يوجه انتباهه إلى العالم الخارجي وأن يهتم بالأشخاص والأشياء الخارجية عنه ويحقق ما يتوقعه المجتمع منه. (أبو سكران، 2009، 47).

وفيما يلي أهم أبعاد التوافق الاجتماعي التي يتناولها البحث الحالي:

1. البعد الأول: المقدرة على التفاعل الاجتماعي: The ability to social interaction

قدّم تطور علم النفس الاجتماعي مفهوم (التفاعلية)، والتفاعلية تُشير إلى الفكرة التي ترى أن الخصائص السيكولوجية للأفراد قد تغيرت تغيراً كبيراً كفيلاً عن طريق تفاعل الفرد والمجتمع. والمتنبع لمناقشات (شريف وآش وليفين وتيرنر وأوكاز وShreef&Ash&Lefen&Turner&Okaz) يجد أنه من خلال التفاعل الاجتماعي لأعضاء الجماعة تنشأ نواتج جماعية مثل المعايير، والقيم، والأفكار النمطية الخ، التي لا تقلل من أنشطة الأفراد، ذلك أنها تُستمدج وتُثقل إلى الأفراد. وأنّ هناك وجوداً متبادلاً في المجال السيكولوجي، من خلاله كانت العلاقات التي تحدث بين الأفراد المتفاعلين تُفهم من جانب المحيطين بهم، وهذا يجعل ظاهرة الجماعة أمراً ممكناً حدوثه. فسلوك الجماعة يحدث عندما يمتلك كل فرد التمثيلات التي تشتمل على سلوكيات الآخرين وعلاقاتهم، وتتجمع السلوكيات الشخصية ويكمل بعضها بعضاً فقط عندما يمثل الموقف المشترك

في كل منها، وعندما تكون التمثيلات متشابهة البناء تحدث هذه الشروط، عندئذ فقط يستطيع الأفراد أن يخضعوا ذواتهم إلى متطلبات السلوك المشترك. وهذه التمثيلات والسلوكيات هي التي تخرج حقائق الجماعة إلى الوجود وتحدث ظاهرة ثبات أو تماسك عمليات الجماعة. (Asch, 1952, 251-252)

وقد تنبه (آش Ash) إلى أن "العلاقة بين الفرد والجماعة في الأصل هي جزء بكل" بوصفها تقتضي بمفردها تلخيص الكل (الجماعة) داخل الجزء (الفرد)، أي أنه يجب على الفرد أن يقوم بتمثيل علاقات الجماعة كلية في داخل عقله لكي يكون قادراً على أن يسلك سلوك العضو في الجماعة، فقد أوضح أن الفرد والجماعة يأتیان من خلال التمثيلات المعرفية لعلاقات وحقائق الجماعة. فالفاعل في الجماعات الجامعية يتم بين الجماعات المتمثلة سواء في داخل الجامعة أم بين الجماعات في الجامعة والجماعات الأخرى الكائنة خارج الجامعة، إذ أن التفاعل الحاصل عن طريق الاحتكاك القائم على النشاط من شأنه أن يعزز المثل والأغراض التي تسعى الجماعة من أجلها، فهذا التفاعل يُفضي إلى تطوير ما يدعوه علماء النفس الاجتماعي (بالشعور بالذات الاجتماعية)، وتقوم مثل هذه الذات على التعاون والمنافسة البريئة الهادفة، وفي الجو الجامعي ما يُشجع على مثل هذا الاتجاه التربوي الحميد، فالروح الجماعية بين طلبة الجامعة الواحدة تكون في أعلى مستوياتها عندما تتبارى هذه الجامعة مع جامعة أخرى، ومهما كانت ظروف المباراة وطبيعتها فإنها كفيلة بأن تُرسخ أواصر الصلات بين طلابها. (الجبلي، 1994، 457).

ومن المؤشرات التي تدل على توافق الإنسان هو تفاعله الاجتماعي مع الآخرين، وسعيه في مساعدة الآخرين لتحقيق حوائج الناس والتعامل معهم والعمل من أجل مصلحتهم العامة. وأن العلاقة بينه وبين الآخرين وثيقة الصلة، يتفاعل معهم ويتحمل المسؤولية الاجتماعية، ويحقق التعاون البناء، كما أنه يحظى بحب الناس له وحبهم له، لأن الانطواء والعزلة والبعد عن الناس دلالة قاطعة لعدم التكيف السليم وهي سمة الإنسان غير السوي. (الجبلي، 2000، 78).

ويُعد التفاعل الاجتماعي من أكثر المفاهيم انتشاراً في علم الاجتماع وعلم النفس على السواء، وهو الأساس في دراسة علم النفس الاجتماعي الذي يتناول دراسة كيفية تفاعل الفرد في البيئة، وما ينتج عن هذا التفاعل من قيم وعادات واتجاهات، وهو الأساس في قيام العديد من نظريات الشخصية ونظريات التعلم ونظريات العلاج النفسي، حيث تعددت وتباينت استخدامات التفاعل الاجتماعي، فهو مثلاً يستخدم كعملية (Process) لأنه يتضمن نوعاً من النشاط الذي تستثيره حاجات معينة عند الإنسان ومنها الحاجة إلى الانتماء والحاجة إلى الحب والحاجة إلى التقدير والنجاح. وهو حالة (State) لأنه يُستخدم في الإشارة إلى النتيجة النهائية التي يترتب عليها تحقيق هذه الحاجات عند الإنسان، وهو مجموعة من الخصائص (Traits) التي هي نوع من الاستعدادات

الثابتة نسبياً - تُميز استجابات الفرد في سلوكه الاجتماعي - التي تدعى بالسمات التفاعلية والسمات الأولية للاستجابات الشخصية المتبادلة. (كريتش وآخرون، 1974، 220). وهو سلوك ظاهر (Overt) لأنه يحوي التعبير اللفظي والحركات والإيماءات، وهو سلوك باطن (Covert) لأنه يتضمن العمليات العقلية الأساسية كالإدراك والتذكر والتفكير والتخيل وجميع العمليات النفسية الأخرى. (غني، 1973، 26). إنَّ التفاعل كلمة مستعارة من العلوم الطبيعية تعني التأثير المتبادل بين عنصرين أو أكثر، لكل عنصر منها خصائص وتركيب وصفات مفيدة. ونتيجة للاتصال المباشر والتأثير المتبادل بين هذه العناصر يتم الحصول على ناتج للتفاعل يُمثل مركباً له من الخصائص والصفات ما يجعله مختلفاً عن العناصر المتفاعلة. لكن التفاعل الاجتماعي يختلف عن التفاعل في العلوم الطبيعية لكونه يتضمن مفاهيم ومعايير وأهدافاً، فالفرد حين يستجيب لموقف إنساني إنما يستجيب لمعنى معين يتضمنه هذا الموقف بعناصره المختلفة. (يونس، بدون عام، 229). والتفاعل الاجتماعي يتضمن مجموعة توقعات من جانب كل من المشتركين فيه، وكذلك يتضمن التفاعل الاجتماعي إدراك الفرد الاجتماعي وسلوك الفرد في ضوء المعايير عن طريق اللغة والرموز والإشارات، وتكوّن الثقافة للفرد والجماعة نمط التفاعل الاجتماعي. (الشناوي وآخرون، 2001، 65).

يحقق التفاعل الاجتماعي مجموعة من الأهداف أهمها:

- يُيسر التفاعل الاجتماعي تحقيق أهداف الجماعة ويحدد طرائق إشباع الحاجات.
- يتعلم الفرد والجماعة بوساطته أنماط السلوك المتنوعة والاتجاهات التي تنظم العلاقات بين أفراد المجتمع وجماعته في إطار القيم السائدة والثقافة والتقاليد الاجتماعية المتعارف عليها.
- يُساعد على تقويم الذات والآخرين بصورة مستمرة.
- يُساعد التفاعل على تحقيق الذات ويخفف وطأة الشعور بالضيق، فكثيراً ما تؤدي العزلة إلى الإصابة بالأمراض النفسية.
- يُساعد التفاعل على التنشئة الاجتماعية للأفراد وغرس الخصائص المشتركة بينهم. (جابر، 2004، 134).

من أهم أسس التفاعل الاجتماعي:

يقوم التفاعل الاجتماعي على أربعة أسس أو محددات هي:

1. الاتصال: لا يمكن بطبيعة الحال أن يكون هنالك تفاعل بين فردين من دون أن يتم اتصال بينهما أو يساعد الاتصال بسبله المتعددة على وحدة الفكر والتوصل إلى السلوك

التعاوني.(علاوي، 1998، 17). فالاتصال تعبير عن العلاقات بين الأفراد، ويعني نقل فكرة معينة أو معنى محدد في ذهن شخص ما إلى شخص آخر أو مجموعة من الأشخاص، وعن طريق عملية الاتصال يحدث التفاعل بين الأفراد. وعملية الاتصال لا يمكن أن تحدث أو تتحقق لذاتها، ولكنها تحدث من حيث هي أساس عملية التفاعل الاجتماعي لأنه يستحيل فهم ودراسة عملية التفاعل في أية جماعة من دون التعرف على عملية الاتصال بين أفرادها.(فوزي وبدر الدين، 2001، 38).

2. التوقع: ويؤدي التوقع دوراً أساسياً في عملية التفاعل الاجتماعي حيث يصاغ سلوك الإنسان وفق ما يتوقعه من رد فعل الآخرين. فهو عندما يقوم بأداء معين يضع في اعتباره عدة توقعات لاستجابات الآخرين كالرفض أو القبول والثواب أو العقاب ثم يُقيم تصرفاته ويُكيف سلوكه طبقاً لهذه التوقعات.(بهجت، 1985، 127). وهو اتجاه عقلي واستعداد للاستجابة لمنبه معين.(ياسين، 1981، 142). وإذا كان التوقع هو المحدد للسلوك فهو أيضاً عاملاً هاماً في تقييمه، ذلك أنَّ تقويم السلوك يتم على أساس التوقع، فسلوك الفرد في الجماعة يُقومه ذاتياً من خلال ما يتوقعه عن طريق استقبال الزملاء له، سواء أكان هذا السلوك حركياً أم اجتماعياً.(فوزي وبدر الدين، 2001، 42). ويبنى التوقع على الخبرات السابقة أو على القياس بالنسبة إلى إحداث مشابهة. ويُعد وضوح التوقعات أمراً لازماً وضرورياً لتنظيم السلوك الاجتماعي في أثناء عمليات التفاعل، كما يؤدي غموضها إلى جعل عملية التلاؤم مع سلوك الآخرين أمراً صعباً يؤدي إلى الشعور بالعجز عن الاستمرار في إنجاز السلوك المناسب.(مرعي وبلقيس، 1984، 125).

3. إدراك الدور وتمثيله: لكل إنسان دوراً يقوم به، وهذا الدور يُفسر من خلال السلوك وقيامه بالدور، فسلوك الفرد يُفسر من خلال قيامه بالأدوار الاجتماعية المختلفة في أثناء تفاعله مع غيره طبقاً لخبرته التي اكتسبها وعلاقته الاجتماعية، فالتعامل بين الأفراد يتحدد وفقاً للأدوار المختلفة التي يقومون بها.(الشناوي وآخرون، 2001، 70). ولما كانت مواقف التفاعل الاجتماعي التي يلعب الفرد فيها أدواراً تتضمن شخصية أو أكثر تستلزم إجادة الفرد لدوره والقدرة على تصور دور الآخرين، أو القدرة على القيام به في داخل نفسه بالنسبة لدوره مما قد نُعبر عنه بالقول الدارج: محاولتنا وضع أنفسنا مكان الغير.(جلال، 1984، 122). ويُساعد

انسجام الجماعة وتماسكها على أن يكون لكل فرد في الجماعة دوراً يؤديه مع قدرته على تمثيل أدوار الآخرين داخلياً، يُساعد ذلك على إدراك عملية التوقع السابق ذكرها. إذ أنَّ الشخص الذي يقوم بنشاط في الجماعة ويعجز عن توقع أفعال الآخرين لعجزه عن إدراك أدوارهم وعلاقة دوره بدورهم لن يتمكن من تعديل سلوكه ليحمله متفقاً مع معايير الجماعة. (علاوي، 1998 ، 18).

4. الرموز ذات الدلالة: يتم الاتصال والتوقع ولعب الأدوار بفاعلية عن طريق الرموز ذات الدلالة المشتركة لدى أفراد الجماعة كاللغة وتعبيرات الوجه واليد وما إلى ذلك. (فوزي وبدر الدين، 2001 ، 43). وتؤدي كل هذه الأساليب إلى إدراك مشترك بين أفراد الجماعة ووحدة الفكر والأهداف، فيسيرون في التفكير والتنفيذ في اتجاه واحد. (جلال، 1984 ، 122). ويُشير (يونغ) إلى أنَّ الإنسان يعيش في عالم من الرموز التي هي شكل من أشكال التعبير عن الأفكار والمشاعر التي بداخلها ومن خلالها نستطيع أن نُعبر عن خبراتنا. (الشناوي وآخرون، 2001 ، 70).

من أهم خصائص التفاعل الاجتماعي:

- يُعد التفاعل الاجتماعي وسيلة اتصال وتفاهم بين أفراد المجموعة، فمن غير المعقول أن يتبادل أفراد المجموعة الأفكار من غير أن يحدث تفاعل اجتماعي بين أفرادها.
- إنَّ لكل فعل رد فعل مما يؤدي إلى حدوث التفاعل الاجتماعي بين الأفراد.
- عندما يقوم الفرد داخل المجموعة بسلوك وأداء معين فإنه يتوقع حدوث استجابة معينة من أفراد الجماعة، إما إيجابية أو سلبية.
- التفاعل بين أفراد المجموعة يؤدي إلى ظهور القيادات وبروز القدرات والمهارات الفردية.
- إنَّ تفاعل الجماعة بعضها مع بعض يعطيها حجماً أكبر من تفاعل الأعضاء وحدهم من دون الجماعة.
- إلى جانب ما تقدم فإن من خصائص التفاعل الاجتماعي توتر العلاقات الاجتماعية بين الأفراد المتفاعلين مما يؤدي إلى تقارب القوى بين أفراد الجماعة. (المنسي، 1998 ، 15).

مستويات التفاعل الاجتماعي:

(1) **التفاعل بين الأفراد:** إنَّ نوع التفاعل القائم بين الأفراد هو أكثر أنواع التفاعل الاجتماعي شيوعاً، كالتفاعل الاجتماعي القائم ما بين الأب والابن، الزوج والزوجة، الرئيس والمرؤوس.. الخ، وفي عملية التطبيع الاجتماعي مثلاً نجد أنَّ التفاعل الاجتماعي يأخذ هذا التسلسل: الطفل والأم - الطفل وأخوته - الطفل وأقرانه - الشباب والمدرسة - الشاب والعاملين معه - الشاب ورؤساؤه ... الخ . وفي كل تلك الصلات الاجتماعية نجد أنَّ الشخص جزء من البيئة الاجتماعية التي يستجيب لها الآخرون بالطريقة نفسها التي يستجيب بها الآخرون له. فكل فرد مرتبط بالآخرين، ومن ثم يتفاعل معهم.

(2) **التفاعل بين الجماعات:** كالتفاعل القائم بين القائد وأتباعه أو المدرس وتلاميذه أو المدير ومجلس الإدارة، فالمدرس يؤثر في تلاميذه كمجموعة وفي الوقت نفسه يتأثر بمدى اهتمامهم وروحهم المعنوية والثقة المتبادلة بينهم، ومن ناحية أخرى نجد أنَّ الشخص المتفاعل مع مجموعة معينة من الأشخاص في مرات متكررة ينجم عنه وجود نوع من المتوقعات السلوكية من جانب الجماعة أي سلوك معين متعارف عليه.

(3) **التفاعل بين الافراد والثقافة:** المقصود بالثقافة في هذه الحالة العادات والتقاليد وطرائق التفكير والانفعال والصلات البيئية السائدة بين أفراد المجتمع، ويتبع التفاعل بين الفرد والثقافة منطقياً اتصال الفرد بالجماعة، إذ أنَّ الثقافة مماثلة إلى حد كبير للمتوقعات السلوكية الشائعة لدى الجماعة. وكل فرد ينفعل للمتوقعات الثقافية بطريقته الخاصة. كما أنه يُفسر المظاهر الثقافية حسب ما يراه مناسباً للظروف التي يتعرض لها. فالثقافة جزء هاماً من البيئة التي يتفاعل معها الفرد، فالغايات والتطلعات والمثل والقيم التي تدخل في شخصية الفرد ما هي إلا مكونات رئيسة للثقافة. كذلك فإنَّ التفاعل الاجتماعي بين الأفراد والثقافة يأخذ مكاناً خلال وسائل الاتصال الجماهيرية التي لا تتضمن بدورها صلة تبادلية مثل الراديو والتلفاز والصحف والسينما. (قشطة، 1981، 18-19).

(4) **التفاعل الاجتماعي والعلاقات الاجتماعية:** العلاقات الاجتماعية والتفاعل الاجتماعي مصطلحان مرتبطان أحدهما بالآخر بحيث لا يحدث أحدهما من دون الآخر، حتى أنهما أصبحا كمترادفين. (سليم، 1981، 208). فعَدَّ البعض التفاعل الاجتماعي شكلاً من أشكال العلاقات الاجتماعية، في حين عدَّ البعض الآخر العلاقات الاجتماعية مظاهر لعمليات التفاعل

الاجتماعي. فعندما يلتقي فردان ويؤثر أحدهما في الآخر ويتأثر به يُسمى التغيير الذي يحدث نتيجة لتبادل التأثير والتأثر بالتفاعل، وعندما تتكرر عمليات التأثير والتأثر ويستقران، يُطلق على الصلة التي تجمع بين الفردين العلاقات المتبادلة. (السيد، 1981، 208). وكلما ازدادت العلاقات الاجتماعية المنتشرة داخل الجماعة ازداد اتصال الأفراد مع بعضهم البعض وزادت ديناميكية التفاعل الاجتماعي، ولهذا يدل مجموع العلاقات على مدى التفاعل الاجتماعي، فإذا طلب من كل فرد من أفراد الجماعة أن يختار من يشاء من زملائه من دون أن يتقيد بعدد في اختياره هذا، أمكننا أن نتعرف بطريقة إحصائية عديدة النسبة المئوية للتفاعل الاجتماعي وذلك بقسمة مجموع العلاقات القائمة على النهاية العظمى لتلك العلاقات ثم ضرب الناتج في مائة لتحويل النسبة إلى نسبة مئوية. (السيد، 1981، 189). إن هذا يعني أنَّ العمليات الاجتماعية ما هي إلا علاقات اجتماعية في مرحلة التكوين، أي أنها تُشير إلى الجانب الوظيفي الديناميكي، في حين تُشير العلاقات الاجتماعية إلى الجانب التركيبي الثابت. (دسوقي، 1970، 165).

2. البعد الثاني: المسؤولية الاجتماعية: Social Responsibility

المسؤولية الاجتماعية: هو مفهوم يعبر عن محصلة استجابات الفرد لقيامه بدور محدد نحو نفسه، ونحو أسرته، ونحو مجتمعه، ومعرفته لحقوقه وواجباته من خلال المواقف التي يتعرض لها. فالفرد واحد في مجتمع متكامل، فإذا صح هذا الفرد صح المجتمع، ولا يصح هذا الفرد إلا حينما يقوم بأداء جميع وظائفه المنوطة به خير قيام، كما أنَّ المجتمع لا يكون سليماً متمتعاً بالصحة النفسية إلا إذا صح وسلم جميع أفرادهم وقاموا بأداء كامل مسؤولياتهم وواجباتهم خير قيام، ولعل من أهم الصفات الهامة للشخصية السوية هي شعور الفرد بالمسؤولية في شتى صورها سواء نحو نفسه أو نحو أسرته أو نحو مؤسسته أو نحو رفاقه أو نحو جيرانه أو نحو مجتمعه أو نحو الإنسانية بأسرها. (نجاتي، 1989، 257).

أنواع المسؤولية الاجتماعية:

1 . المسؤولية الدينية: وهي تشمل جميع التكاليف التي التزم بها الإنسان من قبل الله تعالى، سواء كانت أوامر يترتب عليه القيام بها ورعايتها الثواب، أو النواهي ويترتب على اكتسابها واقتزارها العقاب.

- 2 . المسؤولية الاجتماعية: وهي تشمل جميع النظم والتقاليد التي يلتزم بها الإنسان من قبل المجتمع الذي يعيش فيه، وتقبله لما ينتج من محمودة على سلوك محمود أو مذمة على سلوك مذموم.
- 3 . المسؤولية الأخلاقية والأدبية: وهي تشمل جميع الأخلاق والآداب التي تنشأ من داخل النفس، وما يلتزم به المرء نفسه من سلوك نحو نفسه خاصة، ونحو المجتمع الذي يعيش فيه عامة، وقبوله لما يترتب على ذلك من رضا واطمئنان نفسي عند القيام بعمل حسن، ومن ضيق وسخط ولوم نفسي عند القيام بعمل سيء.
- 4 . المسؤولية القانونية: وهي تشمل جميع المسؤوليات المستمدة من الدساتير والقوانين التي يتخذها المجتمع نظاماً له.(عبد المقصود، 2002، 11-12).

3. البعد الثالث: المهارات الاجتماعية: Social skills

- تعددت وتتنوع وجهات نظر المشتغلين في علم النفس والصحة النفسية في تناولهم للمهارات الاجتماعية، وأسفر ذلك عن تعاريف عدة تنوعت في تحديد مدلول ومفهوم المهارات الاجتماعية. وبناءً على ذلك فقد ظهرت تعريفات للمهارات الاجتماعية اعتمدت في تناولها لهذا المفهوم على وجهات نظر متعددة، من أهم وجهات النظر هذه ما يلي:
- **المهارات الاجتماعية كسمة:** إنَّ المهارات الاجتماعية هي موهبة طبيعية أو مكتسبة مثل البراعة والتفوق في ناحية معينة مثل الموسيقى والسباحة وكرة القدم.(أحمد، 1976، 137). وهي "قدرة الفرد على التعامل مع الآخرين في إطار اجتماعي معين وبطرق مقبولة اجتماعياً وذات قيمة اجتماعية وفي الوقت نفسه مفيدة للشخص وذات نفع للآخرين".(Combs&Slapy , 1977 , 17).
 - **المهارات الاجتماعية كنموذج - سلوكي:** هي "القدرة على تكوين السلوكيات التي تكون معززات موجبة وعدم تكوين السلوكيات التي تطفأ أو يُعاقب عليها، والأفراد الذين يميلون إلى إظهار السلوك الأخير في الغالب غير مؤهلين اجتماعياً".(Libet&Lewinson, 1973, 17).

ويُشير (كارتلديج وملبورن, Cartldeg & Milburn) إلى أنَّ المهارات الاجتماعية: هي قدرة الفرد على إظهار الأنماط السلوكية والأنشطة المدعمة إيجابياً والتي تعتمد على البيئة، وتُنفَّذ في عملية التفاعل الإيجابي مع الآخرين في علاقات اجتماعية متنوعة بأساليب مقبولة اجتماعياً في كل من الجانب الشخصي والاجتماعي، وفي الاعتماد على نفسه في حياته اليومية.(شاش، 2002، 107). والمهارات الاجتماعية هي "مجموعة من السلوكيات الصريحة

مثل التواصل البصري، والإيماءات، والاستجابات اللفظية المحددة للمثيرات الاجتماعية. (Castles & Glass , 1986 , 42-53)

• **المهارات الاجتماعية من منظور معرفي:** يُنظر إلى المهارات الاجتماعية على أنها نتاج العمليات المعرفية التي تمثل علاقة وسيطة بين الوسيلة والغايات في سياق اجتماعي. وتُعرف (ترور, Tror) الشخص الماهر اجتماعياً بأنه: شخص لديه مقاصداً وأهدافاً يسعى إليها للحصول على المكافآت، وأنَّ بلوغ الهدف يركز على السلوك الماهر الذي يتطلب دورة متواصلة من الملاحظات الدقيقة، مع تعديل الأداء في ضوء ما تُسفر عنه النتائج. والإخفاق في المهارة يُعطل نقطة في الاتصال وهذا يؤدي إلى نتائج سلبية. (شاش، 2002 ، 109). كما أنَّ المهارة الاجتماعية هي جميع المعارف الاتصالية التي يحتاج إليها الأفراد والمجموعات للتمكن من تعامل بعضهم مع بعض بالطرق التي تعتبر مناسبة اجتماعياً وفعالة استراتيجياً. (ابراهيم، 1995 ، 145).

• **المهارات الاجتماعية من منظور تكاملي:** هذا الاتجاه ينظر إلى المهارات الاجتماعية على أنها عملية تفاعلية بين الجانب السلوكي سواء كان لفظياً أم غير لفظي، والجانب المعرفي، والجانب الوجداني الانفعالي، وذلك في محيط التفاعل الاجتماعي. (الخولي وخير الله، 2009، 137).

ومن أشهر التعريفات للمهارة الاجتماعية من منظور تكاملي تعريف **هاسيلت وآخرون (Hasselt et al)** حيث يرى أنَّ المهارات الاجتماعية هي مجموعة من الأنماط السلوكية اللفظية وغير اللفظية التي يستجيب بها الفرد مع غيره من الناس كالرفاق، والأخوة، والوالدين، والمعلمين، والتي تعمل كميكانيزم يُحدد معدل تأثير الفرد في الآخرين داخل البيئة عن طريق التحرك قريباً أو بعيداً عما هو مرغوب في البيئة الاجتماعية، من دون أذى أو ضرر للآخرين من حوله. (شاش، 2002 ، 110). ويكون الفرد ماهراً اجتماعياً عندما يكون متوافقاً مع نظرائه اجتماعياً وعندما يُظهر سلوكاً مناسباً لطبيعة الموقف الاجتماعي. (عبد الوهاب، 2000، 2).

وتُعرف المهارات الاجتماعية: أنها عادات وسلوكيات مقبولة اجتماعياً، يتدرب عليها الفرد إلى درجة الإتقان والتمكن من خلال مواقف الحياة اليومية، وتفيده في إقامة علاقات مع الآخرين في مجاله النفسي. (بخشي، 1997 ، 111). وأنها مهارات الحياة الأساسية مثل مهارات (لبس وخلع الملابس، والتواصل، والتحدث في التليفون، ومعرفة الزمن، ومعرفة النقود، وعبور الطريق) على سبيل المثال لا الحصر، فهي مهارات يحتاج الفرد لممارستها يومياً مع إيضاح نماذج سلوكية

إيجابية تساعد الفرد على تحمل المسؤولية الشخصية، واكتساب القدرة على التعامل مع الآخرين. (رفاعي، 1997، 50-51).

وقد أوضح فوفن وآخرون (Voughn et al) أنَّ الكفاءة الاجتماعية تُعد مرادفاً للمهارات الاجتماعية حيث يُقصد بها التنظيم المرن للوجدان، والمعرفة، والسلوك، بهدف تحقيق الأهداف الاجتماعية بدون تقييد فرص الآخر في تحقيق الأهداف الاجتماعية، ومن دون حجب فرص تحقيق الأهداف المستقبلية. (الهامي، 2003، 163). كما أنَّ المهارات الاجتماعية مجموعة من الاستجابات والأنماط السلوكية الهادفة والقابلة للنمو من خلال التدريب والممارسة، والتي تتضمن قدرة الفرد على التفاعل الاجتماعي الناجح مع الآخرين والتعاون معهم، ومشاركتهم في مختلف الأنشطة، وقدرته على تكوين علاقات وثيقة، وصدقات، وإتقان المهارات المدرسية، إلى جانب قدرته على حل المشكلات الاجتماعية. (زيد، 2003، 40).

يمكن أن نرجع الاختلاف في تحديد مفهوم المهارات الاجتماعية إلى:

- اختلاف طبيعة النفس البشرية فكل فرد كيان قائم بذاته، وبذلك لا توجد ثوابت في العلوم الإنسانية.

- تعدد وجهات نظر الباحثين فكل منها ينظر إلى المهارات الاجتماعية من وجهة نظر خاصة في ضوء السلوك الصادر من الإنسان.

وبذلك تعد المهارات الاجتماعية: سلسلة متصلة من الأنماط السلوكية، والوجدانية، والمعرفية، كل منها يؤثر في الآخر، ويُيسر اكتساب مهارة اجتماعية أخرى أكثر تعقيداً من السابقة. (الخولي وخير الله، 2009، 140-141).

من أهم شروط اكتساب المهارات الاجتماعية:

الاستعداد لتعلم المهارة، أن يكون المتعلم لديه استعداد لتعلم المهارة، أن يتمتع المتدرب بالنضج الجسمي العصبي الذي يؤهله لاكتساب المهارة، تشجيع دائم من جهة المدرب يحث المتدرب على الأداء الصحيح، التقليد أو النقل خلال التدريب، التركيز والانتباه خلال التدريب، القدوة والنموذج السليم، التوجيه والإرشاد لاكتساب المهارة، الإشراف على الفرد في أثناء أداء المهارة. (بهادر، 1992، 29).

تنقسم المهارات الاجتماعية في مرحلة الرشد إلى ثمانية أنواع:

مهارة العناية الشخصية (النظافة - تناول الطعام - لبس الملابس وخلعها، الخ)، مهارة العناية بالأمر الجسمية (الزواج ، الولادة ...)، مهارة رعاية شؤون المنزل، مهارة تكوين

العلاقات الاجتماعية، مهارة الانتقال والسفر، مهارة استعمال العملة، مهارة عبادة الله جل جلاله، مهارة الترويح عن النفس.(مرسي، 1996، 380).

ومن أهم المهارات التي تتضمنها المهارات الاجتماعية:

التعامل مع الآخرين، الاعتماد على الذات، معرفة الاسم، معرفة العمر، مراعاة آداب المائدة، معرفة أماكن الخدمات العامة، التعامل مع النقود، معرفة أسماء الرفاق والزلاء في الصف الدراسي، معرفة أسم البلد الذي نعيش فيه، معرفة أماكن الخدمات البريدية، معرفة أماكن الخدمة العامة.(عبيد، 2002، 143-144).

تناول الكثير من الباحثين مكونات المهارات الاجتماعية وعناصرها من زوايا متعددة فلم يقتصر الاختلاف فيما بينهم على تعريف وتحديد مفهوم المهارات الاجتماعية بل امتد ليشمل مكوناتها وعناصرها، ثم عبروا عنها في ضوء نماذج مختلفة.

4. البعد الرابع: الميول العدائية: Hostile tendencies

يُستخدم العدوان بأشكال متعددة، إلا أن الأعمال العدوانية معظمها بينها شيء ما مشترك، وطبقاً لما وصل إليه معظم الباحثين فهذا النوع من السلوك يهدف إلى الإضرار العمدي بالآخرين. فقد تعددت التعريفات التي تناولت العدوان حيث عرفه ستور(1990): "إن النزعات العدائية بمختلف أنواعها صادرة عن استعداد راسخ في طبيعة الإنسان، ويمكن أن يكون نشاطها هدمياً ضاراً ويمكن أن يتجه اتجاهها مفيداً لكل من المجتمع والفرد".(العيسوي، 1990، 360). بينما يعرفه إبراهيم وآخرون (1993): "إن العدوان قد لا يكون بالضرورة نتيجة مباشرة لاضطراب عضوي أو مواقف بيئية ولكن قد يكون أحياناً انعكاساً لتفسير الفرد للمواقف الخارجية على أنها مهددة ومحبطة متأثراً بإدراكه لها". أما (إليسEles) فقد عرفه من حيث هو عدوان سوي وغير سوي، فالعدوان يكون سويًا إذا ما ارتقى بالقيم الأساسية الخاصة بالبقاء والسعادة والقبول الاجتماعي والعلاقات الحميمة. أما غير السوي فيظهر على شكل من المضايقة، وحب الجدل، العنجهية والكبرياء، التأكيد والتحكمية، الغطرسة والهياج والاحتدام، والعداء والإهانة، والمعارضة والعنف. ويمكن تعريفه: بأنه سلوك عمدي يقصد إيذاء الغير أو الإضرار بهم، ويأخذ صوراً وأشكالاً متعددة منها العدوان البدني واللفظي. وإن من يمارسون هذه الممارسات العدوانية السلبية يتسمون بانعدام الرشد والعقلانية، ولديهم أفكار ومعتقدات غير عقلانية تدعم لديهم ممارسة هذا السلوك.

للعنوان أشكال متعددة من أهمها:

- **العدوان العدائي:** يُعتبر أنقى صورة للعدوان الذي يتمثل فيه الأذى بالهدف الأساسي له وينتج عن ذلك شعور المعتدي بكراهية الهدف ومقتته. كانتقام شخص ما لشخص آخر كان قد أغضبه في وقت سابق.
- **العدوان الواسيلي:** وينطوي على مقاصد الأذى إلا أن هدفه الأساسي يتمثل في حماية الذات أو بعض الأهداف الأخرى، مثال ذلك الملاك الماحترف الذي يسعى إلى إيذاء الخصم بهدف تحقيق الانتصار والشهرة. (العقاد، 2001، 98-99).
- **العدوان الإيجابي:** هو الجزء العدواني من الطبيعة الإنسانية ليس فقط للحماية من الهجوم الخارجي ولكنه أيضاً لكل الإنجازات العقلية وللحصول على الاستقلال وهو أساس الفخر والاعتزاز الذي يجعل الفرد مرفوع الرأس وسط زملائه. ويبدو هذا المعنى واضحاً في قصص التاريخ. إن العدوان عندما يتم ترشيده عن طريق الآخرين فإنه يُصبح أب الفضائل جميعاً. (العيسوي، 1990، 361). كمحاولة الانسان ردع أي عائق يقف في طريق تحقيق أهدافه.
- **العدوان السلبي:** إذا تحول عن وعي أو غير وعي إلى السلاح يعمل لصالح الموت والخراب بالنسبة لبيئته على السواء. (العقاد، 2001، 99).
- **العدوان النفسي:** ويحدث عندما لا يعطى الاهتمام الكافي للطفل. مثلاً لا يتحدثون إليه أو لا يظهرون المحبة له، ويحدث عادة بسبب الإدمان أو الانحراف أو التفكك الأسري ولكنه يترك آثاراً ومضاعفات خطيرة، وهو الذي يكون العنف فيه موجهاً إلى الأثر الذي يولده هذا العنف على نفسية الأفراد مثل (ممارسة الإرهاب والتخويف والتجاهل).
- **العدوان الاجتماعي:** هو عملية الاحتجاج من قبل الوالدين على أبنائهم والقلق الزائد وعزلهم عن المشاركة أو الانخراط في التفاعل مع الآخرين، وينعكس هذا على طبيعة الأبناء وبحرمتهم من الحصول على تجربة التعلم اليومية ومن التفاعل الاجتماعي والقلق الزائد خوفاً من تعرض أبنائهم للفساد الأخلاقي بطريقة ما، لدرجة أنهما يتجنبان كل الاتصالات الخارجية ومن ناحية أخرى، فبعض الآباء لا يسمحون لطفلهم باللعب مع الأطفال الآخرين في المحيط المجاور لهم وبهذا يحرمونهم من أصدقائه وأقران اللعب الضروريين لنموه الاجتماعي السليم.
- **العدوان الجسدي:** هو العدوان الجسدي الذي يتعرض الإنسان فيه للدفع أو الضرب أو يلقي عليه مواد صلبة أو الإيذاء، فالعدوان الجسدي نجده في حياتنا اليومية التي نعيشها، ففي داخل

الأسرة نجد الأبوين أو أحدهما يقوم بمد يده على أبنائه إذا أخطأ أحدهم فيستعمل الضرب معه.

- **العدوان السياسي:** وهو متعدد، منه الديكتاتورية وقمع الحريات وعدم المشاركة في إنجاز القرارات وحرمان الشعب من ممارسة حقه في التعبير عن ذاته.
- **العدوان الفردي:** حيث يسعى الفرد إلى إلحاق الأذى بغيره من الأفراد والجماعات أو الأشياء.
- **العدوان اللفظي:** وهو الذي يقف عند الكلام، من أمثله الشتائم والتهديد وإطلاق الصفات غير المناسبة.
- **العنف الرمزي:** وهو الذي يمارس فيه سلوك يرمي إلى تحقير الآخرين أو استقزازهم كالامتناع عن رد السلام أو تجاهل الفرد والانزعاج والسخرية من خلال الحركات أو النظرات أو غيرها فنجد هذا الأسلوب في التعامل. (أبو زهري وآخرون، 2008، 134-135).

وأطراف العلاقة في العدوان:

- علاقة بين طرفين على الأقل، أحدهما في محيط البشر وهو الإنسان كفرد أو مجتمع أو دولة أو حكومة. والطرف الآخر هو الموضوع، والموضوع قد يكون إنساناً آخر كالابن أو الزوج أو الزميل. كما قد يكون الموضوع قيمة أو مجموعة من القيم أو نظاماً بأسرة أو حكومة معينة، كما قد يكون جماعة من الجماعات داخل المجتمع أو قد يكون مجتمعاً خارجياً آخر يوجه إليه العدوان.
- قد يكون أحد طرفي العلاقة هو كبش الفداء، فعندما يعجز الفرد عن توجيه عدوانه إلى المصدر الأصلي لأسباب أخلاقية اجتماعية أو اقتصادية فإنه يلجأ تخفيفاً أو خفصاً لتوترات مشاعر العدوان إلى صب عدوانه على بديل أو كبش فداء.
- العدوان على الذات: ويأخذ أشكالاً متعددة، منها إدمان الخمر أو المخدرات أو الاستغراق في لعب الميسر وهو قمة العدوان المرتد على الذات. (العقاد، 2001، 101-102).

ثامناً. استراتيجيات التوافق (Adjustment strategies):

يلجأ الإنسان في تحقيقه للتوافق إلى مجموعة من الاستراتيجيات، ويمكن أن نقسم هذه الاستراتيجيات إلى نوعين: استراتيجيات سلبية واستراتيجيات إيجابية، وفيما يلي عرض تفصيلي لهذه الاستراتيجيات:

1. الاستراتيجيات الإيجابية: Positive strategies

أ) استراتيجية الدعم والمساندة (الاجتماعية والانفعالية): Support and assistance strategy

هي محاولة الحصول على المساعدة بأشكالها المختلفة الاجتماعية والنفسية والطبية والمادية، وهي تطلب من الأشخاص الأقرب للفرد ، كما يسعى البعض إلى طلب المساندة الانفعالية. (Feldman, 1989). وهناك أربعة أنواع للدعم وهي:

- **الدعم النفسي:** وهو يتطلب تزويد الفرد بدعم ومساندة معنوية يشعر الفرد من خلالها بأنه مقبول وموضع احترام وتقدير ومحبة.
- **التوجيه والدعم الفكري والعقلي وتقديم نصائح ومعلومات:** تُساعد الفرد على فهم مشكلاته والتعامل معها والعمل على تقويم أعماله.
- **الدعم الاجتماعي:** ويتضمن شعور الفرد بالانتماء لجماعة معينة والقيام معهم بنشاطات تروحية والقضاء على أوقات الفراغ.
- **الدعم المادي:** ويتضمن الدعم والمساعدة المادية وتقديم خدمات ضرورية تُساعد في التخفيف من القلق والتوتر النفسي. (حداد، 1995، 929-950).

ب) استراتيجية ضبط النفس: Self-control strategy

تُعد هذه الاستراتيجية من أساليب التعامل مع الضغوط، وتُستخدم في المواقف التي تتطلب الضبط والسيطرة على الذات وانفعالاتها. حيث تتولد نتيجة هذه الضغوط مشاعر قوية، ومع ذلك تتم معالجة الموقف على الرغم من التوتر والإثارة عن طريق قيام الفرد بالتفكير بطريقة عقلية في أثناء استجابته للموقف الضاغط وتقويمه إن كان صحيحاً أو خاطئاً الأمر الذي يعطيه فرصة لاختيار الاستجابة الأنسب ومن ثم الحصول على النتيجة الأفضل. (شتورا، 1997).

ج) استراتيجية الاسترخاء والتأمل البسيط: Relaxation and simple meditation strategy

نستطيع من خلال هذه الاستراتيجية أن نتخلص من الإحباطات والضغوط اليومية من خلال تفريغ الشحنة الانفعالية المرافقة للضغوط اليومية بشكل غير مؤذ للفرد أو لمن حوله، وبالتالي فإنه يتخلص من الضغط الزائد بأسلم الطرق وتتم من خلال التأمل، وهناك طرق متعددة منها:

الصلاة أو التركيز على سماع صوت التنفس. أما الاسترخاء فهو تقنية تتطلب تدريب الشخص عليها عن طريق تنظيم تنفسه والقيام بعمليات تقليص واسترخاء لعضلاته بداية من عضلات الأطراف وانتهاء بالجزع والبطن. (حراشة، 2003).

د) استراتيجية التحويل: Conversion strategy

هي استراتيجية يؤجل من خلالها الشخص التعامل مع الضغوط إلى وقت آخر من خلال الانشغال بعمل آخر كمشاهدة التلفاز أو الانغماس في نشاطات بديلة، يعطي الفرد الفرصة لتهيأتها لمواجهة الضغوط، من هذه النشاطات البديلة الذهاب في إجازة أو نزهة للتخلص من ضغوط العمل ثم العودة لمواجهة هذه الضغوط بنشاط أكبر. (Atwater, 1990).

هـ) استراتيجية الحديث الإيجابي مع الذات: Positive self talk strategy

في هذه الاستراتيجية يحدث الشخص نفسه عن الضغوط التي يعاني منها، وبأنها تملك القدرة على مواجهة هذه الضغوط من خلال الاستراتيجيات التوافقية التي تملكها مما يساعده على تعزيز ثقته بنفسه والقدرة على التغيير، ويتم ذلك من خلال كتابة بعض الأقوال على قصاصات ورقية ووضعها في مكان يلجأ إليه الشخص عادة في حالات الغضب والتوتر والإحباط، وأيضاً يمكن أن يتم ذلك عن طريق مقارنة النفس بالآخرين الأقل حظاً أو افتراض مواقف سيئة وأكثر ضغطاً من المواقف الحالية، بالإضافة إلى ضرورة الانهماك بالتفكير الإيجابي وتطوير نظرة تفاؤلية عن الذات والعالم. (Simons, 1994).

Kalishman & Santrosk, 1994)

و) الاستراتيجيات المعرفية النشطة: Active cognitive strategies

تتم من خلال تطوير التفكير وتنظيم الإدراك للتأقلم مع الضغط ومحاولة تعديل الواقع بشكل كفو ومحاولة رؤية الجانب الإيجابي في الأحداث بالاعتماد على الخبرات الماضية التي يتعلم منها الفرد كيفية التعامل مع الأحداث الحالية. (مرجع سابق، 1994).

ز) الاستراتيجيات السلوكية الفعالة: Effective behavioral strategies

حيث يقوم الأفراد بأفعال محددة لحل المشكلات وتخفيف الضغط وذلك من خلال القيام بسلوكيات فعالة باتجاه حل المشكلة أو تخفيف الضغط بالطريقة المناسبة: مثل اكتساب معرفة أكبر عن الوضع المشكل ثم تفعيل خطة لإيجاد حل أو البحث عن مساعدة من قبل أخصائيين. (حراشة، 2003).

وهناك طريقتان لاستخدام استراتيجيات التوافق هما: "الإحجامية والإقدامية" بالاعتماد على الجانب المعرفي والجانب السلوكي، فيمكن "أن تكون الطريقة إحجامية معرفية أو إحجامية سلوكية، وكذلك يمكن أن تكون إقدامية معرفية أو إقدامية سلوكية، واستراتيجية التوافق الإقدامية هي استجابات سلوكية ونفسية مصممة لتغيير طبيعة الضغوط بذاته، أو كيف يفكر الفرد حول هذا الضاغظ بينما

استراتيجيات التوافق الإيجابية تقود الأفراد إلى حالات فعلية أو عقلية تبقىهم بعيدين عن المواجهة المباشرة للحدث الضاغط". (بدر، 2006، 19).

2. الاستراتيجيات السلبية: Negative strategies

أ) استراتيجية التأقلم التصادمي: Confrontational coping strategy

وهي جهود عدوانية لتغيير الواقع، فالعدوان والإحباط والغضب هو استجابة لموقف لم يحقق صاحبه نتائج مثمرة متوقعة، ويحس الفرد عادة بمشاعر عدوانية لا يفجرها إلا في أوضاع معينة، فمن الممكن أن يلجأ الفرد إلى العدوان الجسدي على مصدر الضغط أو يلجأ إلى العدوان اللفظي أو الرمزي وكلها أساليب يعتقد أنها ستحقق له الحد الأدنى من التعبير عن رفضه لتجاوز احتياجاته أو عدم تحقيقها. (مرجع سابق، 2006، 15).

ب) استراتيجية التجنب والهروب: Avoidance and escape strategy

يستخدمها الفرد عندما لا تتوافر لديه الإمكانيات والطاقة الكافية للتعامل مع الضغط وذلك لأسباب عدة، فمن الممكن أن تكون خبرته قليلة وغير مستعد لتعلم طرق جديدة أو أنه غير قادر على تعلمها، ويشترك في ذلك عوامل مثل: التعب وعدم النضج العقلي أو العاطفي أو الاجتماعي. (مجنوب، 1992).

ج) ميكانزمات الدفاع: Defense mechanisms

أحياناً يجد الضغط الزائد مصرفاً على مستوى الجسد كالإفراط في الأكل أو العكس أو حرق الأوراق أو التدخين، وهذا ما نطلق عليه آلية الإبدال، وقد يستخدم بعض الأفراد ميكانزمات دفاع سلبية أخرى في مواجهة الضغط كالكبت والتقمص والإسقاط والتماهي والتمويل. (شتورا، 1997). وإنَّ العمر والخبرة تلعب دوراً هاماً في استخدام ميكانزمات الدفاع كاستراتيجية للتوافق لأنه مع التقدم في العمر يستخدم الأشخاص ميكانزمات دفاع ناضجة بشكل أكبر، وكلما زادت الخبرة كانت ميكانزمات الدفاع أكثر نضجاً. (Whitly, 2003). وهناك تفاعل وخصائص مشتركة بين استراتيجيات التوافق ونمط الدفاع على الرغم من تفرد كل مفهوم بخصوصيته. (Bouchard & Theralt , 2003).

تاسعاً. معايير قياس التوافق (Adjustment measurement standards):

لقد أشارت العديد من البحوث والدراسات والكتب المتخصصة في ميدان علم النفس والصحة النفسية إلى مجموعة من المعايير التي يمكن استخدامها للكشف عن مستوى التوافق لدى فرد أو مجموعة من الأفراد، وتختلف فيما بينها من حيث الكفاءة والجودة، إضافة إلى آلية الاستخدام وطبيعة الفئة المستهدفة من عملية القياس، ومن أبرز هذه المعايير ما يأتي:

- **المعيار الإحصائي Statistical criterion:** ويستند في هذا المعيار (للحكم على مستوى التوافق) إلى قاعدة تُعرف بالتوزيع الاعتدالي، والذي يركز على المتوسط العام لمجموعة السمات التي يتميز بها الفرد، وتجدر الإشارة إلى أن هذا المعيار لا يتمتع بكفاءة تضمن سلامة القياس، حيث أنه لا يضع في الاعتبار أن التوافق عند الأفراد ينبغي أن يكون مصاحباً لشعورهم بالرضى وتوافقهم مع ذواتهم.
- **المعيار القيمي The standard value of:** حيث يُشير (شاذلي، 1999) إلى أن المنظور القيمي يستخدم مفهوم التوافق لوصف مدى اتفاق السلوك مع المعايير الأخلاقية وقواعد السلوك السائد في المجتمع، وتعتبر أن الشخص المتوافق هو الذي يوافق سلوكه القيم الاجتماعية السائدة في جماعته، وتوافق سلوكه وتصرفاته مع مبادئ أخلاقية أو قواعد سلوكية تقرها ثقافة المجتمع، ولذا فإنه يمكن الجزم بأن هذا المعيار يركز على الجانب الاجتماعي من التوافق، ولا يعير انتباهاً لمدى رضى الشخص واتزانه مع ذاته.
- **المعيار الطبيعي Natural Standard:** والشخص المتوافق ضمن هذا المعيار هو من لديه إحساس بالمسؤولية الاجتماعية، ويعد اكتساب المثل والقدرة على ضبط الذات طبقاً للمفهوم الطبيعي من معالم الشخصية المتوافقة، والسلوك المتوافق هو ذلك السلوك الذي يساير الأهداف، وما يناقضها يُعد سوء توافق.
- **المعيار الثقافي Natural Standard:** يعتبر الأشخاص المسايرون للجماعة وأساليب حياتها متوافقون، بينما غير المسايرين هم في الغالب ممن يتصفون بسوء التوافق، علاوة على أن الانقياد الزائد نحو الجماعة هو نمط لا توافقي أيضاً.
- **المعيار الحضاري Civilization standard:** ويُعد معياراً نسبياً، فالشخص السوي هو الذي يساير قيم ومعايير وقوانين مجتمعه، ومن الجدير ذكره أن قوانين المجتمعات وقيمتها ومعاييرها تختلف اختلافاً ظاهرياً عن بعضها البعض، كما تختلف أهداف المجتمعات - بل وتتعارض أيضاً - وبالتالي فإن هذا المعيار مثله في ذلك مثل المعيار الثقافي الذي لا يمكن الأخذ به إلا في ضوء ثقافة وحضارة المجتمع الذي يعيش فيه الفرد.
- **المعيار الاجتماعي Social standard:** إن لكل مجتمع خصائصه الخاصة به، ويتخذ هذا المعيار من مسطرة المعايير الاجتماعية أساساً للحكم على السلوك السوي أو خلافه، فالشخص السوي هو ذلك الشخص المتوافق اجتماعياً، والعكس صحيح.
- **المعيار الذاتي (الظاهري) Self-standard (virtual):** حيث يستند إلى ما يشعر به الشخص وكيف يرى في نفسه الاتزان أو السعادة، ولذا فهو عبارة عن إحساس داخلي وخبرة ذاتية، ولا يمكن الاستناد إلى هذا المعيار وحده، فقد يشعر المريض نفسياً بالسعادة وهو غير

متوافق مع الجماعة، أو قد يمر الفرد العادي أحياناً بمشاعر القلق، ووفق هذا المعيار يُعد غير متوافق.

- **المعيار الباطني Internal standard:** لا يمكن تحديد ما إذا كان الفرد أقرب إلى السوية أو اللاسوية إلا إذا تم تجاوز مستوى السلوك الظاهري إلى ما يكمن وراءه من أسباب ودوافع كامنة وصراعات أساسية وكيفية تعامل الإنسان معها ومدى قدرته على التعبير عنها والكيفية التي يشبع بها رغباته ودوافعه.

- **المعيار الاكلينيكي clinical Standard:** يتحدد مفهوم التوافق النفسي في ضوء المعايير الاكلينيكية لتشخيص الأعراض المرضية، ويُعتبر الشخص متوافقاً استناداً إلى أساس غياب الأعراض والخلو من مظاهر المرض، وعليه فإن المعيار الاكلينيكي لا يحدد التوافق على نحو إيجابي وذو معنى.

- **المعيار الباثولوجي Pathology Standard:** ويتم الاستناد ضمن هذا المعيار على الأشخاص الغير متوافقين أساساً، ولذا فإن بالإمكان تحديد الدرجة التي يتركز عليها في التعرف على شخصية الفرد من خلال بعض الأعراض الشاذة الظاهرة على السطح، وما يؤخذ على هذا المعيار هو عدم تحديده للدرجة التي يمكن اعتمادها كمحك للحكم على شخصية الفرد.

- **معيار النمو الأمثل optimal growth Standard:** ويستند إلى تعريف منظمة الصحة العالمية لمفهوم الصحة النفسية (بأنها حالة من التمكن الكامل في النواحي الجسمية والعقلية والاجتماعية وليس مجرد الخلو من المرض)، ورغم أهمية مفهوم النمو الأمثل في تحديد مفهوم الشخصية المتوافقة إلا أنه من الصعب تحديد نماذج السمات أو الأنماط السلوكية التي تشكل النمو الأمثل، فما يعتبر مرغوباً إنما يعكس ثقافة المجتمع كما يعكس المعتقدات والقيم الشخصية، ولذا فيمكن اعتبار هذا المفهوم مبدأً عاماً وليس محكاً يمكن استخدامه.

- **المعيار النظري Theoretical Standard:** ويعتمد إلى تحديد التوافق من إطار مرجعي نظري يستند إلى تصور خاص، فنظرية التحليل النفسي ترى أن الخلو من الكبت دليل على التوافق، ولكن قد يكون نقص التعليم وليس الكبت هو المسؤول عن السلوك المضاد أو الشعور بعدم السعادة أو الضيق واليأس.

- **المعيار المثالي Ideal Standard:** النظرة المثالية نظرة قيمة لأنها تطلق أحكاماً خلقية على الكاملين المثاليين والغير الكاملين، وتستمد أصولها من الأديان المختلفة، ومعيار الحكم هنا هو مدى الاقتراب أو الابتعاد عن الكمال أو ما هو مثالي، وتعتبر الشخص العادي هو الكامل في كل شيء، وهو السعيد في حياته ولا سلطان عليه من شهواته، ويؤخذ عليه عدم

تحديده للمثالية تحديداً دقيقاً، كما أنه لا يوجد شخص مثالي كامل تبعاً له، فكيف يمكن الحكم على شخص ما بالمثالية أو عدمها؟ (وافي، 2006، 64-66).

عاشراً. نظريات التوافق (Adjustment theories):

1. نظرية الأنماط: Patterns theory

كان "أبو قراط" يرى أنَّ الأمزجة تعود إلى أربعة أنماط هي: المزاج الدموي: يظهر الشخص معه نشاطاً سريعاً سهل الاستثارة وهو يميل إلى الضعف من حيث المثابرة.

المزاج الصفراوي: يغلب عليه التسرع وقلة السرور وشدة الانفعال. المزاج السوداوي: نسبة إلى المرارة السوداء (الدم المتخثر في الطحال)، يتميز أصحابه بسرعة الاكتئاب وبطء الاستثارة.

المزاج البلغمي (الليمفاوي): يتميز أصحابه بالبلادة، والبطء، والضعف، والانفعالات الهادئة، والإنسان الصحيح نفسياً هو الذي تتوازن لديه الأمزجة الأربعة، ولعل هذه النظرية رغم قدمها فهي أكثر النظريات تأثيراً في الفكر الإنساني، وكانت نموذجاً للكثير من النظريات التي تقوم على أساس إفرازات الغدد الجسمية.

ثم جاء تصنيف "يونج" الثنائي للأنماط، وهما: المنطلق المنبسط، والثاني المنطوي المنكمش، ويكون الاتجاه الرئيسي الأول نحو العالم الخارجي، بينما يكون الثاني متمركزاً حول الذات، يتميز بالحساسية، والحذر، والتأمل الذاتي، والانكماش، والميل إلى العزلة، وقدرته على التكيف ضعيفة، بينما المنطلق يتميز بحب الاختلاط، والمرح، وكثرة الحديث، وسهولة التعبير، فهو يعمل بتأثير وقائع موضوعية، ويوجه سلوكه الشعور بالحاجة. (الدالي، 2004، 26).

2. النظرية البيولوجية: Biological Theory

من مؤسسيها الباحثين "داروين، مندل، كالمان و جالتون"، تركز هذه النظرية على النواحي البيولوجية للتوافق، حيث ترى أنَّ كل أشكال سوء التوافق تعود إلى أمراض تصيب أنسجة الجسم والمخ، وتحدث هذه الأمراض في أشكال منها الموروثة ومنها المكتسبة خلال مراحل حياة الفرد من إصابات واضطرابات جسمية ناتجة عن مؤثرات من المحيط، أو تعود إلى الاضطرابات النفسية التي تؤثر على التوازن الهرموني للفرد نتيجة تعرضه للضغوطات. ويرى أصحاب هذه النظرية أنَّ عملية التوافق تعتمد على الصحة النفسية وبالتالي التوافق التام للفرد (التوافق الجسدي) أي سلامة وظائف الجسم المختلفة، ويُقصد بالتوافق في ظل هذه

النظرية انسجام نشاط وظائف الجسم فيما بينها، أما سوء التوافق فهو اختلال التوازن الهرموني أو نشاط أو وظيفة من وظائف الجسم. (سعيد، 2008، 111).

3. نظرية التحليل النفسي: Psycho-analyses Theory

من أبرز رواد هذه النظرية نجد الباحث "فرويد Freud" يرى أنَّ عملية التوافق لدى الفرد غالباً ما تكون لا شعورية بحكم أنَّ الأفراد لا يعون الأسباب الحقيقية لكثير من سلوكياتهم، فالشخص المتوافق هو الشخص الذي يستطيع إتباع المتطلبات الضرورية بوسائل مقبولة اجتماعياً. (الشاذلي، 2001، 70).

أما الباحث "يونج Yong" في دراسته فقد رأى أنَّ مفتاح التوافق والصحة النفسية يكمن في استمرار النمو الشخصي دون توقف، كما أكدَّ على أهمية اكتشاف الذات الحقيقية وأهمية التوازن في الشخصية السوية المتوافقة وأنَّ الصحة النفسية والتوافق يتطلبان الموازنة بين ميولتنا الانطوائية والانبساطية. (عبد اللطيف، 1990، 87).

أما الباحث "أريكسون" فرأى أنَّ الشخص المتوافق لا بد أن يتسم بالثقة، فالإحساس الواضح بالهوية والقدرة على الألفة والحب والشعور بالاستقلالية والتوجه نحو الهدف والتنافس والقدرة على ملاءمة الظروف المتغيرة، دليل على النضج وسهولة التوافق

4. النظرية السلوكية: Behaviorisme Theory

يتمثل التوافق لدى السلوكيين في استجابات مكتسبة من خلال الخبرة التي يتعرض لها الفرد والتي تؤهله للحصول على توقعات منطقية وعلى الإثابة، فتكرار إثابة سلوك ما من شأنه أن يتحول إلى عادة، وعملية توافق الشخص لدى "واطسون Watson" و"سكينر Skinner"، لا يمكن أن تنمو عن طريق ما يبذله الجهد الشعوري للفرد ولكنها تتشكل بطريقة آلية عن طريق تلميحات أو إثابات البيئة.

أما السلوكيين المعرفيين أمثال الباحث "آلبرت بندورا A. Bandura" والباحث "مايكل ماهوني Mahoney" استبعدوا تفسير توافق الفرد أنه يحدث بطريقة آلية تبعده عن الطبيعة البشرية، واعتبروا أن كثيراً من الوظائف البشرية تتم والفرد على درجة عالية من الوعي والإدراك مرافقة للأفكار والمفاهيم الأساسية. (النيال، 2002، 142). أي أن "بندورا" و"ماهوني" رفضوا تفسير طبيعة الإنسان بطريقة آلية ميكانيكية.

5. نظرية علم النفس الإنساني: Humanistic Psychology Theory

يتمثل مدخل علم النفس الإنساني في مساعدة الأفراد على التوافق وذلك عن طريق تقبل الآخرين لهم وشعورهم بأنهم أفراد لهم قيمتهم ومنها البدء في البحث عن ذاتهم والتداول في

أفكار ومشاعر كانت مدفونة محاولين الحصول على القبول من الآخرين وبالتالي تحقيق التوافق السليم.

في هذا الصدد يشير "كارل روجرز Carl Rogers" إلى أن الأفراد سيئي التوافق كثيراً ما يتميزون بعدم الاتساق في سلوكياتهم، حيث يُعرف كارل روجرز سوء التوافق: "بأنه تلك الحالة التي يُحاول الفرد فيها الاحتفاظ ببعض الخبرات بعيداً عن الإدراك أو الوعي، وفي الواقع إن عدم قبول الفرد لذاته دليل على سوء توافقه، وهذا ما يولد فيه التوتر والأسى". (النيل، 2002، 142). أما الباحث "ماسلو Maslow" قام بوضع معايير للتوافق تتمثل فيما يلي: الإدراك الفعال للواقع، قبول الذات التلقائية، التمرکز الصحيح للذات، وهي كلها تؤدي بالفرد إلى التوافق بصفة إيجابية مع نفسه ومع الآخرين. (عوض، 1990، 91).

6. النظرية المعرفية: Cognitive Theory

تقوم هذه النظرية على أنه لكي نفهم طبيعة العواطف والسلوك، يجب أن نركز على المحتوى المعرفي للأفراد، حيث أن الفرد تصدر عنه السلوكيات بما يمتلكه من معلومات وخبرات معرفية. كما أن الأفراد من وجهة نظر النظرية المعرفية يصدر عنهم ما يسمى بالأفكار الأتوماتيكية (Automatic Thoughts) وهي عبارة عن انطباعات شخصية تُحفز بواسطة مثير خاص يؤدي إلى استجابات عاطفية، ووجود هذه الأفكار بالصورة الصحيحة البعيدة عن المشاكل النفسية تؤدي بالفرد إلى التوافق والقدرة على التفريق بين الخيال والواقع، وبالتالي فإن المشاعر والسلوكيات الصحية تتمثل في القدرة على التمييز بين الأفكار الداخلية للفرد والأحداث التي تحدث في الواقع، بحيث يعي الفرد تأثير هذه المعرفة على مشاعره وسلوكه وحتى على بيئته. وقد عرف "كلاين Klayn, 1954" الأسلوب المعرفي على أنه اتجاه عام يحكم السلوك في مواقف بيئية معينة وله خصائص الدافعية. أما "وتكن وزملاؤه Witkin et al, 1967" فتوضح أعمالهم أن الأسلوب المعرفي هو سمة شاملة تعرض نفسها، وتظهر في قدرات الفرد الإدراكية والعقلية، وفي الشخصية أيضاً، كما أن الأسلوب المعرفي يُعبر عنه بأنه طريقة الفرد المميّزة في استقبال المعلومات والتعرف عليها والاحتفاظ بها ومن ثم استخدامها. أما "كاجان وزملاؤه Kagan et al, 1963" فقد عرفوا الأسلوب المعرفي على أنه يُشير إلى التفاصيل الفردية الثابتة في التنظيم الإدراكي، والتصنيف المفاهيمي للبيئة الخارجية، وبالتالي فهو يعكس الأسلوب المتسق والذي يتصف بسمة الثبات النسبي لدى الفرد، والذي يفضل في تنظيم إدراكه الحسي والعقلي للمميزات المختلفة، وبذلك يعكس الأسلوب المعرفي طريقة الفرد المفضلة في الإدراك وتنظيم المثيرات أو المعلومات الهامة داخل البيئة التي يوجد بها هذا الفرد. (الخولي، 2002، 32-33).

7. النظرية الاجتماعية: Social Theory

ترى هذه النظرية أنَّ هناك علاقة بين الثقافة وأنماط التوافق، ويوضح أصحاب هذه النظرية أنَّ الطبقات الاجتماعية في المجتمع تؤثر في التوافق، حيث صاغ أرباب الطبقات الاجتماعية الدنيا مشاكلهم بطابع فيزيقي، كما أظهروا ميلاً قليلاً لعلاج المعوقات النفسية. في حين قام ذوي الطبقات الاجتماعية العليا والراقية بصياغة مشكلاتهم بطابع نفسي وأظهروا ميلاً أقل لمعالجة المعوقات الفيزيكية. (عبد اللطيف، 1999، 93).

8. النظرية الوجودية: Existential theory

يتضمن مفهوم التوافق النفسي والاجتماعي من وجهة نظر أصحاب النظرية الوجودية، القدرة على تفسير الخبرات بطريقة منطقية تمكن الفرد من المحافظة على الأمل، واستخدام مهارات معرفية مناسبة لمواجهة الأزمات وحل المشكلات، إذاً فقد اهتمت هذه النظرية بدراسة جوهر الفرد، وركزت على خبراته الشخصية بشكل مباشر، وقد طرحت نمطاً أساسياً للأشخاص، هو نمط الشخص الأصيل، الذي يدرك في سلوكه تماماً الافتراضات الوجودية المتعلقة بطبيعة الإنسان، هذا الشخص مثلاً، يكون قادراً على تغيير العلاقات السببية ونتائجها عن طريق حرية الإرادة، والتعبير، واختبار المعنى، والهدف. لقد أكد كلا من "ماي، ولينج، وفرانكل" على فردية الإنسان وقيمه وصراعه من أجل الوصول إلى معنى لوجوده، ورغبته في الوصول إلى تنظيم معين من القيم، يختاره بإرادة حرة، وهو مدفوع دائماً بإرادة إلى اكتشاف ذاته، وممارسة حياته كما يراها ويختارها، وبهذه الإرادة يحقق الإنسان لنفسه التوافق، ويعود من اغترابه، بالتمسك بالقيم الروحية. فالفلسفة الوجودية بشكل عام، هي عودة إلى الوجود الحقيقي، وهي تؤكد وحدة الوجود والكائن، وهدفها دائماً دراسة الإنسان الفردي الواقعي، فهي تستكشف الجوانب الحياتية الأكثر تنوعاً، ولا تتخذ صورة مذهبية واحدة. (الدالي، 2004، 30).

ونستخلص من خلال هذه النظريات التي طرحها علماء النفس، أنَّ كل واحد منهم له تفسير وتحديد لمفهوم التوافق في ضوء منحى معين، رغم أنها تتفق بأن التوافق مفهوم أساسي مرتبط بمقومات الصحة النفسية للفرد، فنظرية الأنماط تركز على أنَّ توافق الفرد يكون من خلال توازن الامزجة التي يتركب منها، أما اصحاب النظرية البيولوجية فيرون أنَّ التوافق يقوم على انسجام نشاط وظائف الجسم فيما بينها، في حين يرى أصحاب التحليل النفسي أنَّ التوافق هو الحفاظ على نمو الشخصية وإشباع الحاجات الضرورية، أما السلوكيون يرون أنَّ التوافق هو بمثابة كفاءة وسيطرة على الذات ويتحقق من خلال اكتشاف الشروط والقوانين الموجودة في

الطبيعة وفي المجتمع الذي من خلاله يشبع حاجاته، أما النظرية الإنسانية ترى عملية التوافق أنها حالة وعي خاصة بالفرد نفسه وتجاربه وخبرات حياته الواقعية، أما النظرية المعرفية ترى أنَّ التوافق مرتبط بما يمتلكه الفرد من معلومات وخبرات معرفية، في حين يرى اصحاب المدرسة الاجتماعية أنَّ عملية التوافق لا تحدث في فراغ بل إنها تتأثر بالعديد من العوامل المتعلقة بالموقف الذي يحدث فيه الحدث الصادم، كمتطلبات ذلك الموقف والقيود التي يفرضها. كما أنها تتأثر بالصفات الشخصية للفرد، بالإضافة لتأثرها بالعوامل الاجتماعية والثقافية المحيطة. أخيراً يرى الوجوديون أنَّ التوافق مرتبط بقدرة الفرد على تفسير الخبرات بطريقة منطقية تمكنه من المحافظة على الأمل، واستخدام مهارات معرفية مناسبة لمواجهة الأزمات وحل المشكلات. والنظرة الصحيحة تتطلب التكامل ما بين هذه النظريات، ذلك بأخذها كلها بعين الاعتبار لتفسير التوافق أو سوء التوافق، فالإنسان ما هو إلا وحدة كاملة متفاعلة.

العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتوافق الشخصي والاجتماعي

كما أسلفنا الإنسان لا يمكنه أن يعيش بمعزل عن غيره من البشر لأنه مفطور على الاجتماع مع غيره والاتصال بهم، وعلى تبادل المنفعة معهم، فيشبع بذلك حاجاته، ويسهم في إشباع حاجات الآخرين، وهو من خلال هذا الاجتماع يتبادل الأفكار والقيم والمشاعر ويقدر الآخرين ويتلقى منهم التقدير ويشاركهم مشاعرهم ويستقبل منهم مشاركتهم إياه مشاعره، فالعلاقات الاجتماعية تبدأ من نقطة بسيطة، تبدأ بفردين وتتسع دوائرها حتى تصل إلى العالم أجمع، وقد تكون العلاقات ضعيفة أو تكون بالغة القوة، تبدو قوية في ظاهرها، وعندما تدعو الحاجة إليها يظهر وهنها، وكما قد تبدو ضئيلة، ولكن عند الحاجة إليها تظهر متانتها.

فالمساندة الاجتماعية تعد أحد أهم مصادر الأمن الذي يحتاجه الإنسان من المجتمع الذي يعيش فيه، عندما يشعر أن هناك أمر ما يهدده ويشعر أن طاقته قد استنفذت ولم يعد بوسعه أن يقف ضد هذا الخطر المهدد له وأنه في حاجة ماسة إلى المعاونة والمساعدة وشد أزr وعون من الخارج وخاصة عندما يريد أن يأتي هذا العون من أقرب الناس إليه. ففي دراسة "بيرغمان" تبين على أن المساندة الاجتماعية تزيد من شعور الفرد بالرضا عن ذاته وعن حياته.

ومن خلال ما سعى إليه "كابلان" في نظريته عن أنظمة المساندة ودورها في الصحة النفسية للمجتمع، فإن المساندة الاجتماعية تتضمن نمطاً مستديماً من العلاقات المتصلة أو المنقطعة التي تلعب دوراً هاماً في المحافظة على وحدة النفس والجسم للفرد عبر حياته، حيث أوضح من وجهة نظره أن الشبكة الاجتماعية للفرد تزوده بالإمدادات الاجتماعية النفسية للمحافظة على صحته العقلية والنفسية. (Caplan, 1981, 417).

فالمساندة الاجتماعية التي يقدمها الآخرون في مجتمعنا تُساعد الطالب على تحمل المسؤولية، ومقاومة الأحداث الصادمة، وتخفف من وقع الصدمات النفسية، وتخفف من أعراض القلق والاكتئاب، وتزيد من شعور الطالب في هذه المرحلة الهامة من حياته - مرحلة المراهقة والشباب - بالرضا عن ذاته، وعن حياته مما يتسنى له تقدير ذاته لاحقاً، وتحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي.

فكلما زاد تلقي الطالب للمساندة الاجتماعية (بكافة أشكالها) من قبل الأسرة والأصدقاء والمدرسة والجامعة والمجتمع، كلما كانت درجة رضا الفرد عن ذاته وقدرته على ضبط انفعالاته وإحساسه بالأمان النفسي وشعوره بالإنتماء وقدرته على التفاعل الاجتماعي وإحساسه بالمسؤولية ومهاراته الاجتماعية عالية جداً، كما أن الميول العدائية تصبح في أدنى درجاتها.

ويرى كل من الشناوي وعبد الرحمن (1994) بأنَّ للمساندة الاجتماعية أثراً هاماً على التوافق الاجتماعي والنفسي وعلى الصحة النفسية، حيث أنها تزود الأشخاص بخبرات إيجابية منتظمة ومجموعة من الأدوار التي تتلقى المكافأة من المجتمع. وهذا النوع من المساندة يمكن أن يرتبط بالسعادة، حيث أنها توفر حالة إيجابية من الوجدان، وإحساساً بالاستقرار في المواقف الضاغطة، والاعتراف بأهمية الذات، وتحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي.

وأكدت نتائج الدراسة التي قام بها كل من هولاهان وموس (Holahan & Moos, 1985) التي اهتمت بدراسة الشخصية والمساندة الاجتماعية في التصدي للضغوط والتمتع بالصحة النفسية والتوافق النفسي إلى أنَّ البيئة الأسرية التي تتسم بالدفع والحب والتماسك وحرية التعبير عن الرأي والمشاعر، والدعم والتشجيع أثناء التعرض للضغوط تجعل الفرد أكثر صلابة وفاعلية وتوافقاً وقدرة على المواجهة، وأقل اكتئاباً.

لذلك فإن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من الآخرين سواءً في الأسرة أو خارجها، تعد عاملاً هاماً في صحته النفسية وتحقيقه للتوافق الشخصي والاجتماعي، من ثم يمكن التنبؤ بأنه في ظل غياب المساندة أو انخفاضها، يمكن أن تنشأ الآثار السلبية للأحداث والمواقف السيئة التي يتعرض لها الفرد، مما يؤدي إلى اختلال الصحة النفسية لديه، وبالتالي ضعف توافقه الشخصي والاجتماعي، وهذا ما أشار إليه كابلان وآخرون (Kaplan, et. Al, 1993, 139) أنَّ هناك علاقة سببية بين نقص المساندة الاجتماعية وبين الاضطرابات النفسية وانعدام التوافق، حيث تقي المساندة الاجتماعية المرتفعة من التعرض للاضطرابات النفسية وسوء التوافق.

وهذا ما أكدته البحث الحالي في أن المساندة الاجتماعية لها دور كبير في تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي لدى طلاب مرحلتي التعليم الثانوي والجامعي.

مرحلة المراهقة والشباب

مرحلة المراهقة:

المراهقة مصطلح وصفي للفترة من العمر التي تقع ما بين نهاية مرحلة الطفولة المتأخرة وبداية مرحلة الرشد، وعلة ذلك فالمراهق يقع في مجال القوى والمؤثرات والتوقعات المتداخلة ما بين مرحلتين الطفولة والرشد. ولذلك يرى الكثير من علماء النفس أن فترة المراهقة هي من أهم فترات الحياة إطلاقاً، ويعتقدون أن الصحة الجسدية والنفسية للإنسان تتوقفان على اجتياز هذه الفترة بأمان واطمئنان نظراً لما نشهده من تغيرات عميقة لا تقتصر على الأعضاء المتصلة بالحياة الجنسية. وإنما تتعداها إلى كامل الجسم وما يحدث فيه من تغيرات فسيولوجية، وتغييرات نفسية وعقلية وعاطفية بعيدة القوى عميقة الأثر.

وقد رأى "ليفين" أن فترة المراهقة فترة مليئة بالمشكلات لأنها فترة تغير في الانتماء للجماعة، فبعد أن كان الفرد بنفسه، وبعده الآخرون طفلاً أي ينتمي إلى جماعة الأطفال، أصبح لا يريد أن يعامل على أنه طفل، وأصبح يحاول جدياً أن ينتزع نفسه من الأمور الطفلية ويدخل في حياة الراشدين في سلوكه، وفي نظرته للحياة، أي ينتمي إلى جماعة الراشدين، والتغير في الانتماء من جماعة الأطفال إلى جماعة الراشدين، والتغيير في الانتماء من جماعة الأطفال إلى جماعة الراشدين هو انتقال غير معروف، فبعد أن كان يعرف كيف يستجيب لجسمه في ظروف معينة يأتي إليه النضج الجنسي بتغيرات شاملة تلازمه رغبة قوية في محاولة إبراز الأنا وتأكيد الذات، وهذا يوصلنا إلى وجهة نظر عدد آخر من علماء النفس الذين رأوا في المراهقة مرحلة البحث عن الذات والشعور بالذاتية حيث يبدأ المراهق في تكوين صورة جديدة عن قدراته وإمكاناته، ويستيقظ لديه إحساس بكيانه وهويته. هذا الإحساس الجديد الذي هو مزيج من مشاعر عديدة ومتنوعة تسعى جميعاً إلى تأكيد وجودها وتحقيق ذاتها. وما يحدث اضطراب في الهوية إنما يولد تحت تأتي عملية كبت أو ضغط تنال جانباً أو أكثر من هذه المشاعر.

فالمراهقة هي تلك المرحلة الفاصلة بين حياة الطفولة وحياة النضج بين مرحلة الاعتماد على الغير، والاستقلال بالنفس، بين الحياة في كنف الأسرة والتطلع إلى حياة يصوغها المرء بنفسه، وكل مرحلة انتقال مرحلة حرجة، وفي أكثر الأحيان يتضامر الجهل وسوء الفهم على جعل مرحلة المراهقة أزمة تهدد المراهق والمسؤولين عنه بخطر جسيم.

إن المراهق إنسان يبحث عن النضج ومهمتنا هي توضيح الطريقة والإرشاد فالمراهق يحتاج إلى إرشادنا ويتمناه بشرط أن نقدمه له بصادقة. فبينما يرى الوالدان أن الأبناء ينقصهم الخبرة ويحتاجون إلى الإرشاد والتوجيه ويرى الأبناء أن إرشاد الوالدين هو نوع من السيطرة مهما كان هذا الإرشاد ضرورياً.

فما أن يبدأ الطفل ولوج سن المراهقة حتى نفاجأ نحن الآباء والأمهات بأنه يقدم لنا أكثر من طلب يومي باعتباره كائناً مستقلاً له كرامة وأنه جدير بذلك. إنه يقدم لنا هذه المفاجأة يومياً وكل لحظة لابد أن يناقش ويفاوض ويحارب على جبهتين في وقت واحد الجبهة الأولى هي جبهة عدم استقراره وتخلخل ثقته بنفسه وتردده والمخاوف التي تملأ أعماقه والجبهة الثانية هي الكبار الذين يتصدون لرغبته في إثبات ذاته واستقلاليتته.

إذا تعد مرحلة المراهقة متميزة في النمو الإنساني أنها ليست مجرد نهاية للطفولة بقدر ما تعد طليعة لمرحلة نمو جديدة ، فهي التي تؤثر على مسار حياة الإنسان وسلوكه الاجتماعي والخلقي والنفسي.

فمن أهم علامات بداية مرحلة المراهقة وأبرز خصائصها وصورها الجسدية والنفسية: **النمو الجسدي** حيث تظهر قفزة سريعة في النمو، طويلاً ووزناً تختلف بين الذكور والإناث فتبدو الفتاة أطول وأثقل من الشاب خلال مرحلة المراهقة الأولى وعند الذكور يتسع الكتفان بالنسبة إلى الوركين وعند الإناث الوركان بالنسبة للكتفين والخصر وعند الذكور تكون الساقان طويلتين بالنسبة لبقية الجسد وتنمو العضلات.

والنضج الجنسي: يتحدد النضج الجنسي عند الإناث بظهور الدورة الشهرية ولكنه لا يعني بالضرورة ظهور الخصائص الجنسية الثانوية (مثل: نمو الثديين وظهور الشعر تحت الإبطين وعلى الأعضاء التناسلية) أما عند الذكر فالعلامة الأولى للنضج الجنسي هي زيادة حجم الخصيتين، وظهور الشعر حول الأعضاء التناسلية لاحقاً مع زيادة في حجم العضو التناسلي وفي حين تظهر الدورة الشهرية عند الإناث في حدود العام الثالث عشر، يحصل القذف المنوي الأول عند الذكور في العام الخامس عشر تقريباً. **والتغير النفسي:** إن للتحويلات الهرمونية والتغيرات الجسدية في مرحلة المراهقة تأثيراً قوياً على الصورة الذاتية والمزاج والعلاقات الاجتماعية، فظهور الدورة الشهرية عند الإناث يمكن أن يكون لها

ردة فعل معقدة تكون عبارة عن مزيج من الشعور والخوف والانزعاج بل والابتهاج أحياناً وذات الأمر قد يحدث عند حدوث القذف المنوي الأول عند الذكور، أي: مزيج من المشاعر الايجابية والسلبية. (الحلي، 2000، 155)

مرحلة الشباب:

تُعرف فترة الشباب بأنها الفترة التي تبدأ حينما يحاول المجتمع تأهيل الشخص لكي يحتل مكانة اجتماعية ويؤدي دوراً في بنائه وتنتهي حينما يتمكن الفرد من احتلال مكانته وأداء دوره في السياق الاجتماعي وفقاً لمعايير التفاعل الاجتماعي، وبذا يعتمد تحديد الاجتماعيين للشباب كفئة على طبيعة ومدى اكتمال الأدوار التي تؤديها الشخصية الشابة في المجتمع.

ووفقاً لمعايير الأمم المتحدة فإن مرحلة الشباب هي المرحلة الانتقالية بين تبعية الطفولة وتحمل حقوق وواجبات البالغين فهي مرحلة التجريب لأدوار ومهام جديدة، وهي العمر بين سن الخامسة عشر والرابعة والعشرين، وهو السن الذي يستعد فيه الشخص لحياة الكبار وتجربة المواطنة الكاملة والمشاركة الفعالة في العمليات الاجتماعية والاقتصادية للمجتمع الذي يعيش فيه، ويتم هذا الإعداد من خلال تعليم وتدريب وخبرة مكتسبة من السنوات الأولى في العمر.

وبناءً على ذلك فإن تعريف الشباب الجامعي لم يعد يشير إلى مجرد مرحلة سنية يحتاج فيها الفرد إلى مجموعة من الخدمات التي تُعده للمستقبل، بل اتسع هذا المفهوم في النظر إلى الشباب الجامعي على أنه فترة من حياة الإنسان يتميز فيها بمجموعة من الخصائص تجعلها أهم فترات الحياة وأخصبها وأكثرها صلاحية للتجاوب مع المتغيرات السريعة المتلاحقة التي يمر بها المجتمع الإنساني المعاصر.

ولذا يمكن مناقشة تعريف الشباب الجامعي من خلال ثلاثة معايير رئيسية هي:

- **المعيار الزمني :** حيث يتحدد الشباب الجامعي بأنه مرحلة عمرية تقع بين السابعة عشر وحتى الخامسة والعشرين، وقد تقل أو تزيد في حدود عامين قبل نقطة البداية وبعد نقطة النهاية عن هذا الحد، وهذه المرحلة ليست منفصلة عن بقية مراحل العمر وخاصةً مرحلة الطفولة والمراهقة وإنما هي امتداد لهذه المرحلة الأخيرة بالذات.

- **معيار النوع :** تشمل هذه المرحلة العمرية الجنسين من الذكور والإناث على حد سواء.

- معيار السمات والخصائص النفسية والسلوكية المميزة للشباب الجامعي : والتي تتمثل في الرغبة في التجديد والقدرة على الإنجاز والمساهمة في إحداث التغيير وكسب المعرفة إلى جانب سمات الشباب الجامعي العامة في تلك المرحلة كالقلق والاندفاع والتمرد في بعض الأحيان والتأثر بالتقاليد وفقاً للانتشار الثقافي والقيمي والمحلي والعالمي.

- **المعيار الاجتماعي :** ويتحدد بالوضع والمكانة التي يشغلها الشاب الجامعي فقد يكون طالباً في إحدى الكليات النظرية أو العملية أو أحد المعاهد العليا التي تشملها مرحلة التعليم الجامعي، ويرتبط ذلك بطبيعة أوضاع المجتمع السوري، ووضع النسق التعليمي بين الأنساق المجتمعية الأخرى من ناحية التطورات العالمية التي تؤثر على وضع الشباب الجامعي المصري بين الشباب العربي والعالمي من ناحية أخرى.

كما نجد أيضاً أن الشباب الجامعي يشكلون شريحة عمرية محددة بيولوجياً ونفسياً واجتماعياً، ومن خلال هذا التحديد نجدها تتميز ببعض الخصائص التي تجعلها تختلف في طبيعتها عن مراحل الشخصية السابقة واللاحقة لمرحلة الشباب، هذا الاختلاف لا يعني فصل المرحلة عن المراحل الأخرى وإنما هي مكملتها لما قبلها كما أنها امتداد للمرحلة التالية لها، وعن النمو الاجتماعي فتتسم هذه المرحلة بتقدير الشباب الجامعي للقيم الأخلاقية، وأن هذا يرتبط إلى حد كبير على ما تقوم به الأسرة - هذا إلى جانب الجامعة - من تدريب خلقي.

ونستطيع القول أن الشباب الجامعي ينطبق عليه ما ينطبق على الشريحة الشبابية عموماً من خصائص إلا أن ثمة خصائص قد يفتقر بها الشباب الجامعي باعتبارهم ينتمون لنسق تعليمي معين، ويتهيئون لشغل مكانة اجتماعية معينة تفرض عليهم إدراكاً أكبر لمختلف ما يحدث في المجتمع المحيط بهم - وخاصة المشكلات المجتمعية - ومن ثم تميزهم بمجموعة من الخصائص التي يتحدد في ضوءها درجة مشاركتهم في التعامل مع هذه المشكلات، ومن أهم الخصائص المميزة للشباب الجامعي ما يلي:

- **الفاعلية والدينامية:** وتتولد هذه الفاعلية لما يصل إليه الشاب الجامعي من نمو واكتمال للتكوين البيولوجي والفسولوجي من ناحية، وما يؤدي إليه النمو النفسي والاجتماعي من ناحية أخرى. فالمرحلة الجامعية تجمع بين خاتمة المراهقة واستهلاك الشباب، وتتجلى فيها بشكل واضح مظاهر التعبير عن الاقتراب الشديد من الرجولة أو الأنوثة الكاملة، هذا بالإضافة إلى ما تتسم به هذه المرحلة من تفتح الاستعدادات العقلية وتمايز الميول والاتجاهات، وهو ما يؤدي إلى بداية تهيئة الشاب الجامعي لشغل الدور الاجتماعي وتقلد المسؤوليات الاجتماعية. كما أن ظروف المرحلة التعليمية في الجامعة وما تؤديه وتثمر عنه من إدراك الشباب الجامعي

لما يحيط به بشكل أكثر عمقاً - وخاصةً المشكلات المجتمعية المحيطة - لذا فإن حساسية الشباب الجامعي للواقع الاجتماعي بمختلف مكوناته ومشكلاته تكون أكثر مما قد يدفعه لمزيد من الفاعلية والمشاركة في محاولة منه للتأثير في هذا الواقع في جبهات أوسع. كما أن السبب لدينامية هذه المرحلة يرجع لطبيعة التكوين البيولوجي والفسيولوجي والوضع الاجتماعي للشخصية الشابة. إذ نجدها تكون عادةً حساسة لكل ما هو جديد لأنها لم تستقر بعد ذلك من شأنه أن يجعلها في شوق دائم للتغيير، وهو ما يطلق عليه في ظروف تاريخية معينة بالحاجة الدائمة إلى الثورة.

- **القلق والتوتر:** مصدر هذا القلق - علاوة على مصدره للشباب عموماً - يرجع لطبيعة المرحلة الفاصلة بين إعداداته للدور الاجتماعي، وتقلده لهذا الدور والقيام به، وما يصاحب ذلك من خيارات تفرض عليه وقد لا تلائمها، ويبدو ذلك بوضوح في اختيار نوع التعليم ووجهته، فكثيراً ما يقع الشباب الجامعي تحت وطأة القلق والتوتر نتيجة لفرض تطلعات أبوية غير الواقعية في تحديد وجهته التعليمية أو نتيجة لوقوف مكاتب تنسيق القبول بالجامعات بينه وبين نوع التعليم الذي يرغبه، وينشأ القلق والتوتر من مصدر آخر أيضاً يتمثل في غموض المستقبل المهني الذي ينتظر شباب الجامعات. فإذا كان شبح التنسيق يطارده قبل التحاقه بالجامعة، فإن شبح القوى العاملة ينتظره بعد التخرج. هذا إلى جانب أن هناك عامل آخر يؤكد خاصية القلق لهذه الفئة العمرية ويتمثل في أن الشباب دأبوا على رفض المتغيرات المستقرة والمألوفة.

- **النظرة المستقبلية:** شباب الجامعات بحكم المرحلة العمرية وما يتعرضون له من خبرات تعليمية يكونون أكثر ميلاً للنظر إلى مستقبل مجتمعهم على اعتبار أنهم أصحابه الحقيقيون، ومن ثم يكونون أكثر حرصاً على تغيير الواقع المائل، وأكثر حساسية تجاه متغيراته، وهذا ما يجعلهم في صراع مع الجيل الأكبر؛ فالشباب الجامعي يتسمون بقدر كبير من الميل للمثالية في توجهاتهم، وآمالهم الذاتية والاجتماعية، وهذا يضعهم غالباً في مشكلة قيم مع النظام أو الإطار الاجتماعي المحيط بهم؛ فهم يتعلمون من خلال دراستهم الجامعية أن القيم التي تعلموها مع والديهم لم تعد كافية ومناسبة للتفاعل مع معطيات الواقع حولهم، ومن ثم يضعهم هذا في صراع دائم ويبدو هذا في ميلهم الدائم نحو نقد الواقع المحيط بهم.

- **ميلهم للاستقلال ومحاولة التخلص من الضغوط وألوان التسلط الاجتماعي المختلفة:** إن محاولة التخلص من كافة ألوان الضغوط المسلطة لتأكيد التعبير عن الذات والرغبة في التحرر تعد من الخصائص المميزة للشباب الجامع، والذي تبدو صورته أكثر قلقاً واضطراباً عند مقارنة أنفسهم بغيرهم من فئات الشباب الأخرى خارج المرحلة الجامعية؛ فالعديد

من الشباب غير الطلابي قد دخلوا بالفعل في نشاطات الكبار كالزواج وكسب المال وإنفاقه بحرية في حين أن القليل من شباب الطلاب يكسبون كل ما يتكفل بمعيشتهم وغالبيتهم يظل معتمداً مالياً على أسرته، كما أن المجتمع يظل - إلى حد كبير - يعاملهم دون تقليدهم مسئوليات اجتماعية جوهرية.

- وجود ثقافة شبابية تسود بين الشريحة الشبابية وبخاصة شباب الجامعات: حيث

ساعد على تخليق هذه الثقافة عدة عناصر ذات طبيعة عالمية منها تضخم حجم الشريحة الشبابية في العالم؛ حيث نجد أن الهرم السكاني في كثير من المجتمعات النامية والمتقدمة يميل لصالح الشباب. هذا بالإضافة إلى ما فرضته العولمة من وجود مزج واندماج وانصهار للثقافات مع بعضها والثقافات الفرعية، وتزايد الاعتماد المتبادل بين دول العالم كأنه قرية واحدة، وفي الأعوام الحالية فإن العالم اقترب من بعضه كثيراً، ويرجع ذلك إلى الثورة الهائلة في وسائل الاتصال والنقل والمواصلات والكمبيوتر وشبكة الإنترنت. وأيضاً وسائل الإعلام - وخاصة الأعمار الصناعية - التي جعلت عالمنا واحداً، وخلقت إمكانية عالية لانتقال الثقافة من مجتمع إلى آخر. ومن شأن ذلك أن يجعل الشباب الجامعي بحكم قدرتهم على التعامل مع مستجدات العصر - أكثر قدرة على الاستيعاب والتواصل.

- القابلية للتشكيل: فحماس الشباب الجامعي ومثاليته وحساسيتهم الشديدة للواقع الاجتماعي

تجعلهم أكثر تقبلاً للأفكار الجديدة وأكثر تمثلاً لها، وهذا ما يفسر النمو والانتشار السريع للتيارات الفكرية والأيدولوجية بين الشباب الجامعي، ومن ثم سعى كثير من هذه التيارات لاستقطاب الشباب ونقل هذه الأفكار ونشرها من خلاله.

لذلك تعد هذه الخاصية التي تتوفر لدى الشباب الجامعي من أهم الخصائص التي يرى الباحث ضرورة استثمارها في تشكيل سمات إيجابية تركز على الانتماء لدى هؤلاء الشباب الجامعي لتحقيق خطوات متقدمة على طريق مشاركته في خدمة قضايا مجتمعه وبخاصة القضايا البيئية.

ومما سبق نرى أن تعريف الشباب الجامعي لا ينبغي أن يقتصر على التعريف التقليدي والذي ينحصر في أنه فترة سنية معينة تتحدد في إطارها بعض مظاهر خدمة الشباب الجامعي، واستبدالها بنظرة أكثر تقدمية ترى الشباب الجامعي كأفراد وجماعات ومجتمعات مجموعة من السمات الفسيولوجية والنفسية والاجتماعية، والتي تضيف على الشباب الجامعي بمختلف مستوياته مجموعة من الخصائص يمكن تناولها باختصار في:

• **القابلية للعمل مع أنساق المجتمع:** ممارسة الشباب الجامعي لمجموعة من الأدوار المرتبطة بمكانته الاجتماعية في الأسرة والجامعة وباقي أنساق المجتمع الذي يعيش فيه، والتي من خلالها يمكننا تبني تعريفاً شاملاً للشباب الجامعي بأنه طاقة ديناميكية مؤثرة إلى أقصى حد يمكن استثمارها في التعامل مع المشكلات المجتمعية من خلال تفاعله الإيجابي مع أنساق المجتمع المختلفة.

• **الرأي الخاص المتميز من القضايا المجتمعية:** الشباب الجامعي بنزعتة الاستقلالية ورغبته في التحرر لتأكيد ذاته يحاول أن يكون له رأيه الخاص وموقفه المتميز في كل القضايا المجتمعية (مثال: القضايا البيئية) كما أنه قد يكون لديه الرؤية العصرية المرتكزة على آليات التقدم التكنولوجي لمواجهة المشكلات القائمة.

• **الرغبة في تغيير الواقع:** قدرة الشباب الجامعي على الاستجابة للمتغيرات من حوله واستيعاب وتقبل المستحدث، ورغبة واقتناع في تغيير الواقع الذي وجده ولم يشارك في صنعه.

• **القابلية للتغيير والتشكيل:** الشباب الجامعي طاقة للتغيير والتشكيل نتيجة ما يمر به من تجارب في حياته الاجتماعية، لذا يمكن استثمار ذلك وتوجيهه التوجيه السليم لخدمة البيئة والمجتمع (الحلي، 2000، 190-200).

كما نرى أن الشباب الجامعي ضمن خصائصه حاجات أساسية تستطيع الجامعة أن تنفذ منها لبعض توجهاتها وتصوراتها للمشاركة في التعامل مع المشكلات البيئية مثال: أن الشباب الجامعي اجتماعي، يجد راحة في أن يعيش في وحدات اجتماعية تعتبر جزءاً أساسياً من سياسة تعطيه ذاتيته التي يبحث عنها دائماً، ويضاف إلى هذه الخصائص أيضاً هو أن القدرات والهوايات والميول الخاصة بالشباب الجامعي تظهر بوضوح في هذه المرحلة، كما ينمو الانتباه والتذكر والتخيل.

الفصل الخامس

منهج البحث وإجراءاته وأدواته

. مقدمة.

أولاً. مجتمع البحث.

ثانياً. عينة البحث.

ثالثاً. منهج البحث.

رابعاً. أدوات البحث.

خامساً. الصعوبات التي واجهت الباحث.



الفصل الخامس

منهج البحث وإجراءاته وأدواته

مقدمة:

احتوى هذا الفصل على وصف وتحديد مجتمع البحث، ووصف العينة، وكيفية سحبها وخطوات إعداد أدوات البحث، والإجراءات المتبعة للتحقق من صدق، وثبات أدوات البحث، بالإضافة إلى ذكر القوانين، والمعادلات الإحصائية التي استخدمت في البحث بغية الإجابة عن أسئلة البحث وفرضياته، وفيما يلي توضيح لذلك:

أولاً. مجتمع البحث:

يتألف المجتمع الأصلي من جميع الطلبة المسجلين في كليات جامعة تشرين / فرع طرطوس، وطلبة مدارس التعليم الثانوي في مدينة طرطوس للعام الدراسي (2013-2014م)، والبالغ عددهم (19.829) طالباً وطالبة بحسب الإحصائية الصادرة عن مديرية الإحصاء في مديرية التربية بطرطوس وشؤون الطلاب بجامعة تشرين / فرع طرطوس/ للعام الدراسي (2013-2014).

ويتألف المجتمع الأصلي للكليات الدراسية في جامعة تشرين / فرع طرطوس/ التي طبّق فيها الباحث أدوات بحثه من (13069) طالباً وطالبة.

ويتألف المجتمع الأصلي لطلبة مدارس التعليم الثانوي في مدينة طرطوس التي طبّق فيها الباحث أدوات بحثه من (6760) طالباً وطالبة.

الجدول (1)

عدد أفراد المجتمع الأصلي في الكليات

المجموع	السنة الخامسة	السنة الرابعة	السنة الثالثة	السنة الثانية	السنة الأولى	الكلية	
1133	168	123	170	290	382	ذكور	هـ. تقنية
1207	180	136	189	301	401	إناث	
361	49	63	56	89	104	ذكور	هـ. تكنولوجيا الاتصالات
531	59	72	114	150	136	إناث	
201	–	30	34	77	60	ذكور	العلوم
238	–	36	50	88	64	إناث	
171	–	38	31	54	48	ذكور	
207	–	38	42	75	52	إناث	

700	-	202	162	199	137	ذكور	الاقتصاد
695	-	170	154	188	183	إناث	
168	-	86	34	24	24	ذكور	التربية
1332	-	521	287	227	297	إناث	
450	-	82	77	167	124	ذكور	الآداب
1616	-	442	348	416	410	إناث	
328	-	60	47	87	134	ذكور	
1192	-	262	210	293	427	إناث	
197	-	43	28	37	89	ذكور	
1317	-	333	277	276	431	إناث	
146	-	51	25	49	21	ذكور	
325	-	70	87	92	76	إناث	
173	-	8	27	48	90	ذكور	
236	-	21	48	82	85	إناث	
49	-	-	-	-	49	ذكور	السياحة
96	-	-	-	-	96	إناث	
4077	217	786	691	1121	1262	ذكور	المجموع الكلي
8992	239	2101	1806	2188	2658	إناث	
13069	456	2887	2497	3309	3920		

الجدول (2)

توزيع المجتمع الأصلي لطلبة المرحلة الثانوية

المجموع الكلي		الثالث الثانوي		الثاني الثانوي		الأول الثانوي		نوع التعليم الثانوي
إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	إناث	ذكور	
2619	2185	557	462	871	738	1191	985	ثانوي عام
258	1230	56	300	85	390	117	540	ثانوي صناعي
170	86	40	24	59	29	71	33	ثانوي تجاري
212	-	46	-	64	-	102	-	ثانوي نسوي
3259	3501	699	786	1079	1157	1481	1558	المجموع الكلي

ثانياً: عينة البحث:

هي جزء من المجتمع الإحصائي المدروس، أي: مجموعة جزئية من أفراد المجتمع الإحصائي، تم اختيارها لأغراض جمع البيانات، وإصدار الأحكام، واتخاذ القرارات، وتعميم النتائج على المجتمع الإحصائي التي سحبت منه. (عباس وآخرون، 2007، 218).

لقد اعتمد الباحث أسلوب العينة العشوائية الطبقية في السحب، لأن المجتمع الأصلي غير متجانس من حيث الخصائص العمرية والمستويات الدراسية، وهي العينة التي يتم فيها تقسيم المجتمع إلى فئات أو طبقات تمثل خصائص المجتمع، ثم يتم الاختيار العشوائي ضمن كل فئة أو طبقة، إذ إنّ هذه العينة (الطبقية) تعطي نفس النسب الموجودة في مجتمع الدراسة.

واختار الباحث العينة بعد الرجوع إلى مديرية الإحصاء في مديرية التربية بطرطوس وشؤون الطلاب بجامعة تشرين /فرع طرطوس/ التي سُحبت العينات العشوائية (الطبقية) منها وهي: (مدارس التعليم الثانوي، وكلية الهندسة التقنية، وكلية هندسة تكنولوجيا الاتصالات، والعلوم، والاقتصاد، والتربية، والآداب، والسياحة، والطب البشري)، واختار عدداً من الطلبة عشوائياً، بحيث يكون كل طالب أو طالبة في كل كلية من الكليات والمدارس الثانوية سابقة الذكر مرشحاً لتطبيق المقياس عليه، وعليه يُمكن القول: إنّ الاختيار تمّ بطريقة طبقية (الاختصاص الدراسي)، وبطريقة عشوائية (طالب أو طالبة)، وسحبت عينة بنسبة تمثيل بلغت (3.09%) من المجتمع الأصلي بواقع (614) طالباً وطالبة، ويمكن توضيح نسبة السحب من المجتمع الأصلي، وتوزع أفراد عينة البحث وفق المتغيرات التالية من خلال الجداول الآتية:

الجدول (3)

عدد أفراد عينة البحث المسحوبة مقارنة مع عدد أفراد المجتمع الأصلي تبعا لمتغير التخصص الدراسي

عدد أفراد العينة المسحوبة					عدد أفراد المجتمع الأصلي			
النسبة المئوية من المجموع الكلي	المجموع	إناث	ذكور	التخصص الدراسي	المجموع	إناث	ذكور	التخصص الدراسي
3.03 %	146	79	67	ثانوي عام	4804	2619	2185	ثانوي عام
3.02 %	45	8	37	ثانوي صناعي	1488	258	1230	ثانوي صناعي

ثانوي تجاري	86	170	256	ثانوي تجاري	3	5	8	3.12 %
ثانوي نسوي	–	212	212	ثانوي نسوي	–	8	8	3.77 %
هـ. تقنية	1133	1207	2340	هـ. تقنية	35	37	72	3.07 %
هـ. تكنولوجيا الاتصالات	361	531	892	هـ. تكنولوجيا الاتصالات	12	16	28	3.13 %
فيزياء	201	238	439	فيزياء	6	8	14	3.18 %
رياضيات	171	207	378	رياضيات	5	8	13	3.43 %
الاقتصاد	700	695	1395	الاقتصاد	22	22	44	3.15 %
التربية	168	1332	1500	التربية	6	41	47	3.13 %
لغة عربية	450	1616	2066	لغة عربية	15	49	64	3.09 %
لغة انكليزية	328	1192	1520	لغة انكليزية	10	36	46	3.02 %
لغة فرنسية	197	1317	1514	لغة فرنسية	6	40	46	3.03 %
جغرافيا	146	325	471	جغرافيا	5	10	15	3.18 %
السياحة	173	236	409	السياحة	6	7	13	3.17 %
الطب البشري	49	96	145	الطب البشري	2	3	5	3.44 %
المجموع العام	7578	12251	19829	المجموع العام	237	377	614	3.09 %

الجدول (4)

عدد أفراد عينة البحث المسحوبة مقارنة مع عدد أفراد المجتمع الأصلي تبعاً لمتغير السنة الدراسية

عدد أفراد العينة المسحوبة				عدد أفراد المجتمع الأصلي			
النسبة المئوية من المجموع الكلي	المجموع	إناث	ذكور	السنة الدراسية	المجموع	إناث	ذكور
3.02 %	92	45	47	الأول الثانوي	3039	1481	1558
3.08 %	69	33	36	الثاني الثانوي	2236	1079	1157
3.09 %	46	22	24	الثالث الثانوي	1485	699	786
3.06 %	120	81	39	السنة الأولى	3920	2658	1262
3.08 %	102	67	35	السنة الثانية	3309	2188	1121
3.08 %	77	55	22	السنة الثالثة	2497	1806	691
3.11 %	90	65	25	السنة الرابعة	2887	2101	786
3.94 %	18	9	9	السنة الخامسة	456	239	217
3.09 %	614	377	237	المجموع العام	19829	12251	7578

ثالثاً: منهج البحث:

استخدم الباحث المنهج الوصفي التحليلي، إذ يفيد المنهج الوصفي في رصد ظاهرة البحث كما هي في الواقع، ويهتم بوصفها وصفاً دقيقاً من خلال التعبير النوعي الذي يصف الظاهرة ويوضح خصائصها، أو التعبير الكمي الذي يعطي وصفاً رقمياً يوضح مقدار أو حجم الظاهرة. (ميلاد والشماس، 2012، 86)، كما يهتم بتحديد الممارسات الشائعة ومعرفة المعتقدات والاتجاهات عند الأفراد والجماعات وطرائقها في النمو والتطور ويشمل محاولات للتنبؤ بوقائع المستقبل. (الكيلاني والشريفين، 2007، 27).

واعتمد الباحث إجراءات البحث الآتية:

1. إعداد الصورة الأولية لمقياس المساندة الاجتماعية ومقياس التوافق الشخصي والاجتماعي في ضوء الأبحاث والدراسات السابقة.
2. عرض الصورة الأولية للمقياسين على بعض أعضاء هيئة التدريس المتخصصين في علم النفس، والقياس والتقويم في التربية وعلم النفس، والإرشاد النفسي.
3. التأكد من صدق، وثبات المقياسين.
4. إعداد الصورة النهائية للمقياسين.
5. تحديد المجتمع الأصلي واختيار عينة البحث في بعض كليات جامعة تشرين / فرع طرطوس، والمدارس الثانوية في مدينة طرطوس.
6. تطبيق المقياسين في صورتها النهائية على العينة المختارة.
7. تصحيح الاستجابات ورصد البيانات تمهيداً لإدخالها إلى الحاسب الآلي.
8. معالجة البيانات إحصائياً وفقاً للأساليب الإحصائية المحددة.
9. تحليل وتفسير النتائج التي تم التوصل إليها.
10. التوصل إلى النقاط الأساسية التي تفيد في وضع بعض المقترحات التي تفيد في رفع مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى الطلبة الجامعيين، وطلبة المرحلة الثانوية.

رابعاً: أدوات البحث:

اعتمد الباحث في هذا البحث على استبانتين للتحقق من فروض البحث هما:

- 1- مقياس المساندة الاجتماعية من إعداد الباحث.
- 2- مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي من إعداد الباحث. وفيما يلي عرض لأدوات البحث:

أ - مقياس المساندة الاجتماعية:

. وصف المقياس:

قام الباحث بمراجعة العديد من الدراسات علم النفس العام وعلم النفس الاجتماعي والصحة النفسية، كما اطلع على الكثير من الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات البحث الحالي في أحد جوانبها، كما هي مبينة في الجانب النظري للبحث، واطلع على العديد من المقاييس المتعلقة بالمساندة

الاجتماعية التي تم إعدادها من الباحثين أو المترجمة والمعرية، كمقياس ساراسون وليفني (1983)؛ ومقياس عفاف حداد (1989)؛ ومقياس جوي (1993)؛ ومقياس باركر، روبن وآخرون (1999)؛ ومقياس ديماري (2000)؛ ومقياس علي عبد السلام علي (2000)؛ ومقياس أماني عبد المقصود وأسماء السرسى (2001)؛ ومقياس علي صالح هارون اسماعيل (2004)؛ ومقياس مروان عبدالله دياب (2006)؛ ومقياس بيرغمان (2008)؛ ومقياس بندر بن محمد العتيبي (2008) ومقياس حياة النابلسي (2009)؛ ومقياس محمد محمد عودة (2010)؛ ومقياس علي منصور أبو طالب (2011).

وبعد ذلك أعدَّ الباحث مقياس المساندة الاجتماعية مستفيداً من بعض أدوات البحوث السابقة والاختبارات التي اطلع عليها بأشكال متعددة تعديلاً ومنهجاً.

كما وضع الباحث تعليمات للإجابة على بنود المقياس، وراعى الباحث في صياغة الفقرات السهولة والوضوح وبساطة الأسلوب وملاءمتها لمستوى الطلبة، وقامَ الباحث بعرض أمثلة توضيحية ليبين طريقة الاجابة عن أسئلة المقياس.

حيثُ أصبح المقياس يتألف من قسمين:

الأول: اشتمل على مقدمة المقياس والهدف منه وكيفية الإجابة على بنود المقاس.

الثاني: ويضم بنود المقياس البالغ عددها (30) فقرةً والموجهة إلى طلبة مرحلتي التعليم الثانوي والجامعي في مدينة طرطوس.

. التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس المساندة الاجتماعية:

. دراسة الصدق البنوي لمقياس المساندة الاجتماعية:

1. صدق المحتوى لمقياس المساندة الاجتماعية (صدق المحكمين):

يُقصد به الفحص المنهجي لمحتوى الأداة ويُشير إلى ما إذا كان الاختبار يقيس ما أعدَّ لقياسه، أو ما أردنا نحن أن نقيسه (ميخائيل، 2006، 255).

اعتمد الباحث في التحقق من صدق المقياس طريقة صدق المحكمين إذ عرضَ المقياس بشكله الأولي على مجموعة من السادة المحكمين المختصين بعلم النفس، والإرشاد النفسي، والتقويم والقياس من أعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية بجامعة دمشق، وبلغَ عددهم (7) محكمين، للاسترشاد بآرائهم حول ما تضمنه مقياس المساندة الاجتماعية، ومدى مناسبة الفقرات للأهداف، وطولها وصياغتها، وكانت أهم ملاحظات السادة المحكمين هي:

✓ تصويب بعض البنود من الناحية اللغوية.

✓ تعديل بعض البنود.

✓ تصحيح بعض البنود لتصبح في صيغة الضمير الغائب بدلاً من ضمير المتكلم.

✓ وضع التعريف الإجرائي لمصطلحات البحث في بداية المقياس.

وقد قام الباحث بالتعديل المطلوب، فأصبح مقياس المساندة الاجتماعية بصيغته النهائية مكوناً من (30) بنداً. (انظر الملحق رقم 3/ ص/177).

والجدول الآتي يوضح التعديلات التي قام بها الباحث في بنود مقياس المساندة الاجتماعية وهي:

الجدول (5)

فقرات مقياس المساندة الاجتماعية قبل وبعد تعديل المحكمين

م.	الفقرات قبل التعديل	الفقرات بعد التعديل
1.	أشعر أن لي مكانة عالية في المجتمع عندما أتلقى الدعم من:	تكون لي مكانة عالية في المجتمع عندما أتلقى الدعم والمساندة من:
2.	من يعطيني الوقت الكافي للتحدث إليه حول مشكلاتي الخاصة هو:	أتحدث بحرية حول مشكلاتي الخاصة مع:
3.	أستطيع الزواج وتكوين أسرة عندما يقدم لي العون من:	أناقش خطط حياتي المهنية والمستقبلية مع :
4.	من قدم لي أفكار جيدة ساعدتني في إنجاز أحد أعمالي مؤخراً هو:	ساعدني في إنجاز أحد أعمالي مؤخراً :
5.	أستطيع الاندماج في المجتمع بسهولة عندما أتلقى الدعم من:	أندمج في المجتمع بسهولة عندما أتلقى الدعم والمساندة من:
6.	من يساعدني على تغيير مشاعري السلبية نحو ذاتي أو الآخرين:	من يساعدني على تبديل مشاعري السلبية نحو ذاتي أو الآخرين:
7.	أستطيع النظر إلى مخاوفي و قلقي على أنها شيء طبيعي و عادي في حياة الإنسان عندما أتلقى الدعم من:	أتعامل مع مخاوفي و قلقي بشكل طبيعي عندما أتلقى الدعم و المساندة من:
8.	يمكنني رفع روحي المعنوية عن طريق المزاح و المداعبة مع:	يمكنني رفع روحي المعنوية عن طريق المزاح و التسلية مع:

2. الدراسة الاستطلاعية لمقياس المساندة الاجتماعية:

قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة من (40) طالباً وطالبة، منهم (20) طالباً وطالبة من طلبة كلية التربية من غير العينة الأصلية، و(20) طالباً وطالبة من طلبة المرحلة الثانوية لدراسة الصدق والثبات لمقياس المساندة الاجتماعية.

2. الصدق التمييزي لمقياس المساندة الاجتماعية:

من أجل التأكد من صدق مقياس المساندة الاجتماعية، تم إجراء الصدق التمييزي الذي يُعرف بأنه: "مفهوم كمي وإحصائي، يُعبر بلغة العدد عن درجة تلك الحساسية ومدى قدرة البند على التمييز أو التفريق بين الأفراد في ذلك الجانب أو المظهر من السمة التي يتصدى لقياسها، ولا شك في أن القدرة التمييزية للبنود تتصل مباشرة بصدق تلك البنود ونجاحها في قياس ما وضعت لقياسه، وذلك من خلال مقارنة الفئات المتطرفة في المقياس نفسه" (ميخائيل، 2006، 114). إذ قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية بلغ عددها (40) طالباً وطالبة لم تشملهم عينة البحث الأساسية للتأكد من صدق مقياس البحث، وتم اختبار الصدق التمييزي لمقياس المساندة الاجتماعية. وتم إجراء الصدق التمييزي على المقياس بين الرباعي الأعلى في درجات الطلبة على المقياس، وهم (10) أفراد من أفراد الدراسة الاستطلاعية، والرباعي الأدنى في درجات إجاباتهم على المقياس، وهم (10) فرداً من أفراد الدراسة الاستطلاعية لاستجابات أفراد عينة البحث وفق درجاتهم الكلية على المقياس، وإهمال (20) فرداً الذين كانت درجاتهم في الوسط، حيث رتبت البنود تصاعدياً. وتم حساب اختبار كالموغراف - سميرونوف لمعرفة توزيع البيانات، وتحديد الاختبار المناسب لدراسة الفروق، بحسب الجدول التالي:

الجدول (6)

اختبار كولموغروف - سميرونوف لمعرفة توزيع البيانات في مقياس المساندة الاجتماعية

المساندة الاجتماعية	مقياس المساندة الاجتماعية
1.000	المطلق
0.000	إيجابي
1.000-	سلبي
2.236	قيمة كالموغراف - سميرونوف
0.000	القيمة الاحتمالية

تظهر النتائج في الجدول رقم (6) أن جميع قيم سميرونوف دالة إحصائياً لأن قيم (Sig) مستوى الدلالة المحسوبة أصغر من (0.05)، وبالتالي فالبيانات ليست موزعة طبيعياً ويجب استخدام اختبار لامعلمي لدلالة الفرق بين الربيعين الأول والرابع.

لذلك عولجت النتائج إحصائياً باستخدام اختبار لا معلمي (اختبار مان ويتني) لدلالة الفرق بين الربيعين الأعلى والأدنى، وكانت النتائج كما في الجدول رقم (7):

الجدول (7)

اختبار مان ويتني لدراسة الفروق بين الفئة العليا والفئة الدنيا لمقياس المساندة الاجتماعية

القرار	مستوى الدلالة	ويلكسون	مان ويتني	Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	الصدق التمييزي	
دالة عند (0.01)	0.000	55.000	0.000	3.781	155.00	15.50	10	1.00	الدرجة الكلية
					55.00	5.50	10	4.00	
							20	المجموع	

يُظهر الجدول رقم (7) أن قيمة Z بلغت (3.781) في الدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية، وهي دالة إحصائياً لأن قيمة الاحتمال بلغت (0.000) وهي أصغر (0.01)، مما يدل على وجود صدق تمييزي للمقياس أي المقياس له قدرة تمييزية لوجود فروق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى أي أصحاب الدرجات العالية والمنخفضة.

3. الصدق الداخلي:

وهو يبين الارتباط بين المجموع الكلي والبند أو الفقرات الفرعية، "فالارتباطات العالية بين مجموع الدرجات الكلي للمقياس، والمحاور الفرعية التي تقيس السمة نفسها، تدعم الصدق وتؤكد، حين يتم إثبات صدق الاختبار بطرائق أخرى، ويفترض هذا الصدق، كون الاختبار منطقياً ومتجانساً في قياس السمة المقيسة" (الأنصاري، 2000، 113). إذ قام الباحث بإجراء ارتباط المجموع الكلي بالفقرات التي يتكوّن منها المقياس، كما في الجدول رقم (8):

الجدول (8)

معاملات الارتباطات (بيرسون) بين المجموع الكلي والفقرات الفرعية في مقياس المساندة الاجتماعية

مقياس المساندة الاجتماعية	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	القرار	مقياس المساندة الاجتماعية	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	القرار
فقرة 1	0.911**	0.000	دالة عند (0.01)	فقرة 16	0.841**	0.000	دالة عند (0.01)

فقرة 2	0.598**	0.000	دالة عند (0.01)	فقرة 17	0.824**	0.000	دالة عند (0.01)
فقرة 3	0.670**	0.000	دالة عند (0.01)	فقرة 18	0.839**	0.000	دالة عند (0.01)
فقرة 4	0.691**	0.000	دالة عند (0.01)	فقرة 19	0.814**	0.000	دالة عند (0.01)
فقرة 5	0.754**	0.000	دالة عند (0.01)	فقرة 20	0.835**	0.000	دالة عند (0.01)
فقرة 6	0.778**	0.000	دالة عند (0.01)	فقرة 21	0.699**	0.000	دالة عند (0.01)
فقرة 7	0.787**	0.000	دالة عند (0.01)	فقرة 22	0.727**	0.000	دالة عند (0.01)
فقرة 8	0.761**	0.000	دالة عند (0.01)	فقرة 23	0.812**	0.000	دالة عند (0.01)
فقرة 9	0.713**	0.000	دالة عند (0.01)	فقرة 24	0.820**	0.000	دالة عند (0.01)
فقرة 10	0.708**	0.000	دالة عند (0.01)	فقرة 25	0.691**	0.000	دالة عند (0.01)
فقرة 11	0.482**	0.002	دالة عند (0.01)	فقرة 26	0.765**	0.000	دالة عند (0.01)
فقرة 12	0.777**	0.000	دالة عند (0.01)	فقرة 27	0.798**	0.000	دالة عند (0.01)
فقرة 13	0.754**	0.000	دالة عند (0.01)	فقرة 28	0.684**	0.000	دالة عند (0.01)
فقرة 14	0.779**	0.000	دالة عند (0.01)	فقرة 29	0.636**	0.000	دالة عند (0.01)
فقرة 15	0.768**	0.000	دالة عند (0.01)	فقرة 30	0.765**	0.000	دالة عند (0.01)

يلاحظ من الجدول السابق أنَّ ارتباط المجموع الكلي مع الفقرات الفرعية مرتفع مما يدل على أنَّ مقياس المساندة الاجتماعية متجانس في قياس الغرض الذي وضع من أجله، ويتسم بالصدق الداخلي.

. دراسة الثبات لأداة البحث:

الثبات هو قدرة الأداة على المحافظة على نفس النتائج مهما تكرر استخدامها في دراسة الظاهرة نفسها، أو هو خاصية من خواص المقياس الجيد، وهو يعبر عن الاتساق في الأداة من بند إلى آخر، أي إن الاختبار يعطي تقديرات ثابتة (الأنصاري، 2000، 126-127). "وهو اتساق درجات الأشخاص أنفسهم عند فحصهم بالاختبار نفسه في ظروف مختلفة، أو باستخدام مجموعات مختلفة من المفردات المتكافئة، أو تحت ظروف فحص أخرى مغايرة" (Anastasi & Urbina, 1997,) (84).

. الثبات بالإعادة، والتجزئة النصفية، وألفا كرونباخ:

إن إعادة تطبيق الاختبار يدل على الاستقرار عبر الزمن لذلك تم تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية مرتين متتاليتين بفارق زمني مدته أسبوعان، وتم حساب معامل الارتباط سبيرمان بين استجابات الأفراد حسب الإعادة، والتجزئة النصفية، وألفا كرونباخ، وجاءت النتائج كما في الجدول رقم (9):

الجدول (9)

معاملات الثبات لمقياس المساندة الاجتماعية

مقياس المساندة الاجتماعية	ثبات الإعادة	التجزئة النصفية	ألفا كرونباخ
الدرجة الكلية	0.882	0.867	0.759

يلاحظ من الجدول رقم (9) أن جميع قيم معاملات الثبات مرتفعة وتدل على ثبات الأداة، وتسمح بإجراء الدراسة.

. المقياس في صورته النهائية:

بقي المقياس مؤلفاً من قسمين يشمل:

القسم الأول: مقدمة المقياس، وتوضيح هدف المقياس، ومتغيرات البحث التصنيفية المعتمدة وهي: (الجنس، المرحلة التعليمية، العمر).

القسم الثاني: ويضم بنود الاستبانة البالغ عددها (30) فقرة للمقياس الموجه إلى عينة من طلبة جامعة تشرين / فرع طرطوس/، وطلبة التعليم الثانوي.

. طريقة تصحيح استبانة البحث:

تتم الإجابة عن كل بند من بنود مقياس المساندة الاجتماعية وفق مفتاح تصحيح ليكرت الخماسي، مكون من خمسة احتمالات (لا تنطبق، تنطبق بدرجة قليلة، تنطبق بدرجة متوسطة، تنطبق بدرجة كبيرة، تنطبق بدرجة كبيرة جداً)، ويقابل هذه الإجابات درجات (1، 2، 3، 4، 5) على الترتيب السابق لخيارات الإجابة.

ب - مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي:

قام الباحث بمراجعة العديد من البحوث علم النفس العام وعلم النفس الاجتماعي والصحة النفسية، كما اطلع على الكثير من الدراسات السابقة التي تناولت متغيرات البحث الحالي في أحد جوانبها، كما هي مبينة في الجانب النظري للبحث، واطلع على العديد من المقاييس المتعلقة بالتوافق الشخصي والاجتماعي التي تم إعدادها من الباحثين أو المترجمة والمعرية: كمقياس التوافق مع الحياة الجامعية، إعداد علي عبد السلام علي (2000)؛ مقياس التوافق الشخصي، إعداد لاروس، سايمون وآخرون (2001)؛ مقياس التوافق النفسي والاجتماعي، إعداد عبد السلام (2002)؛ مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي، إعداد بدرية حمزة أيوب (2002)؛ مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي، إعداد نجاح رمضان محرز (2002)؛ مقياس التوافق النفسي، إعداد زينب شقير (2003)؛ مقياس التوافق النفسي، إعداد علي صالح هارون اسماعيل (2004)؛ مقياس التوافق النفسي والاجتماعي، إعداد رياض الدلي (2004)؛ مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي، إعداد أحمد الكنج (2010)؛ مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي، إعداد محمد يوسف أحمد راشد (2011)؛ مقياس التوافق النفسي والاجتماعي، إعداد أماني حمدي الكحلوت (2011)؛ مقياس التوافق مع الحياة الجامعية، إعداد حياة النابلسي (2011)؛ مقياس التوافق الدراسي، تأليف "يونجمان" أعده وقننه على البيئة العربية حسين عبد العزيز الدريني (2013).

- بعد ذلك أعدَّ الباحث مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي مستفيداً من بعض أدوات البحوث السابقة والاختبارات التي اطلع عليها بأشكال متعددة تعديلاً ومنهجاً.

- حيث أصبح المقياس مكون من مجالين هما: (مجال التوافق الشخصي، ومجال التوافق الاجتماعي) حيث يتألف كل مجال من عدة أبعاد.

أ - أبعاد التوافق الشخصي: الرضا عن الذات، الشعور بالكفاءة والثقة بالنفس، النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس، الأمان النفسي، الشعور بالانتماء.

ب- أبعاد التوافق الاجتماعي: المقدرة على التفاعل الاجتماعي، المسؤولية الاجتماعية، المهارات الاجتماعية، الميول العدائية.

وبذلك تكوّن المقياس في صورته الأولية من (48) فقرة وزعت على تسعة أبعاد كالتالي:

الجدول (10)

توزع فقرات مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي على الأبعاد الفرعية قبل التحكيم

م.	مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي	عدد البنود	أرقام البنود
1.	الرضا عن الذات	6	1، 2، 3، 4، 5، 6
2.	الشعور بالكفاءة والثقة بالنفس	6	7، 8، 9، 10، 11، 12
3.	النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس	6	13، 14، 15، 16، 17، 18
4.	الأمان النفسي	6	19، 20، 21، 22، 23، 24
5.	الشعور بالانتماء	6	25، 26، 27، 28، 29، 30
6.	المقدرة على التفاعل الاجتماعي	6	31، 32، 33، 34، 35، 36
7.	المسؤولية الاجتماعية	4	37، 38، 39، 40
8.	المهارات الاجتماعية	4	41، 42، 43، 44
9.	الميول العدائية	4	45، 46، 47، 48

. التحقق من الخصائص السيكومترية لمقياس التوافق الشخصي والاجتماعي:

. دراسة الصدق البنوي لمقياس التوافق الشخصي والاجتماعي:

1. صدق المحتوى لمقياس التوافق الشخصي والاجتماعي (صدق المحكمين):

اعتمد الباحث في التحقق من صدق المقياس طريقة صدق المحكمين إذ عرض المقياس بشكله الأولي على مجموعة من السادة المحكمين المختصين بعلم النفس، والإرشاد النفسي، والتقويم والقياس من أعضاء الهيئة التدريسية في كلية التربية بجامعة دمشق، وبلغ عددهم (7) محكماً، للاسترشاد بآرائهم حول ما تضمنه مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي، ومدى مناسبة الفقرات للأهداف، وطولها وصياغتها، وكانت أهم ملاحظات السادة المحكمين هي:

✓ حذف بعض الأبعاد حذفاً كاملاً وهو: (الشعور بالكفاءة، والثقة بالنفس بسبب التشابه مع بنود بعد الرضا عن الذات).

✓ اختصار العدد الكلي لبنود مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.

- ✓ اختصار وتعديل بعض البنود، وحذفها، أو دمجها.
 - ✓ وضع التعريف الإجرائي لمصطلحات البحث في بداية المقياس.
 - ✓ تصويب بعض البنود من الناحية اللغوية.
 - ✓ تصحيح بعض البنود لتصبح في صيغة الضمير الغائب بدلاً من ضمير المتكلم.
 - ✓ إعادة صياغة بعض البنود.
- والجدول الآتي يوضح التعديلات التي قام بها الباحث في بنود مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي وهي:

الجدول (11)

فقرات مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي قبل وبعد تعديل المحكمين

م.	الفقرات قبل التعديل	الفقرات بعد التعديل
1.	أشعر أنني راض عن نفسي لأنني أقوم بأعمالي على وجه.	أنا راض عن نفسي لأنني أقوم بأعمالي على أكمل وجه.
2.	أشعر بالسعادة عند القيام بأعمال تدخل البهجة والسرور لدى الآخرين.	أشعر بالسعادة عند القيام بأعمال تدخل السرور إلى نفوس الآخرين.
3.	أشعر بالضيق والتوتر إزاء المواقف الغامضة.	أشعر بالضيق إزاء المواقف الغامضة.
4.	أشعر أنني غير قادر على قضاء أوقات فراغي مع زملائي.	يصعب علي قضاء أوقات فراغي مع زملائي.
5.	أجد صعوبة في الالتزام بالقوانين والأنظمة.	أجد صعوبة في الالتزام بالنظام.
6.	أشعر أن الآخرين لا يتمنون لي السعادة كما أتمناها لهم.	أتمنى السعادة للآخرين أكثر مما يتمناها لي.
7.	ألجأ للعنف مع الآخرين دفاعاً عن حقوقي.	أعامل الآخرين بعنف دفاعاً عن حقوقي.
8.	ألجأ إلى الشجار مع البعض حتى يعاملوني معاملة عادلة.	أتشاجر مع البعض حتى يعاملوني معاملة عادلة.

الجدول (12)

بعض الفقرات التي تم حذفها من مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي

1.	أشعر أنني غير راض عن بعض تصرفاتي.
2.	أشعر أنني شخص انفعالي.
3.	أشعر بالخوف من المجهول .
4.	أفكر في الآخرين أكثر مما أفكر في نفسي .
5.	أجد صعوبة بتبادل الأفكار و الآراء مع زملائي.

وقد قام الباحث بالتعديل المطلوب، فأصبح مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي بصيغته النهائية مكوناً من (32) فقرة. (انظر الملحق رقم 5/ ص/185/).

. الدراسة الاستطلاعية لمقياس التوافق الشخصي والاجتماعي:

ثم قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة عرضية من (40) طالباً وطالبة من طلبة كلية التربية وطلبة التعليم الثانوي من غير العينة الأصلية لدراسة الصدق والثبات لمقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.

2 . الصدق التمييزي لأداة البحث:

من أجل التأكد من صدق مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي، قام الباحث بتطبيق المقياس على عينة استطلاعية بلغ عددها (40) طالباً وطالبة لم تشملهم عينة البحث الأساسية للتأكد من صدق مقياس البحث، وتم اختبار الصدق التمييزي على الأبعاد السبعة، والدرجة الكلية للمقياس. وتم إجراء الصدق التمييزي على المقياس بين الربع الأعلى في درجات المقياس، وهم عشرة طلاب من أفراد الدراسة الاستطلاعية، والربع الأدنى في درجات إجاباتهم على المقياس، وهم عشرة طلاب من أفراد الدراسة الاستطلاعية لاستجابات أفراد عينة البحث، وفق درجاتهم الكلية على المقياس، وإهمال (20) فرداً وهم من كانت درجاتهم في الوسط، بعد أن رتبت البنود تصاعدياً.

وتم حساب اختبار كالموغراف - سميرونوف لمعرفة توزيع البيانات وتحديد الاختبار المناسب لدراسة الفروق، كما في الجدول التالي:

الجدول (13)

اختبار كالموغراف - سميرنوف لمعرفة توزع البيانات في مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي

الشعور بالانتماء		الأمان النفسي	النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس	الرضا عن الذات	مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي
1.000		1.000	1.000	1.000	المطلق
0.000		0.000	0.000	0.000	إيجابي
1.000		1.000	1.000	1.000	سلبي
2.236		2.236	2.236	2.236	قيمة كالموغراف – سميرنوف
0.000		0.000	0.000	0.000	القيمة الاحتمالية
إجمالي المقياس	الميول العنصرية	المهارات الاجتماعية	المسؤولية الاجتماعية	المقدرة على التفاعل الاجتماعي	مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي
1.000	1.000	1.000	1.000	1.000	المطلق
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	إيجابي
1.000	1.000	1.000	1.000	1.000	سلبي
2.236	2.236	2.236	2.236	2.236	قيمة كالموغراف – سميرنوف
0.000	0.000	0.000	0.000	0.000	القيمة الاحتمالية

تظهر النتائج في الجدول رقم (13) أنَّ جميع قيم سميرنوف دالة إحصائياً لأنَّ قيم (Sig) مستوى الدلالة المحسوبة أصغر من (0.05)، وبالتالي فالبيانات ليست موزعة طبيعياً ويجب استخدام اختبار لامعلمي لدلالة الفرق بين الربيعين الأول والرابع.

لذلك عولجت النتائج إحصائياً باستخدام اختبار لا معلمي (اختبار مان ويتني) لدلالة الفروق بين الربيعين الأعلى والأدنى، وكانت النتائج كما في الجدول رقم (14):

الجدول (14)

اختبار مان ويتني لدراسة الفروق بين الفئة العليا والفئة الدنيا لمقياس التوافق الشخصي والاجتماعي

القرار	مستوى الدلالة	ويلكسون	مان ويتني	Z	مجموع الرتب	متوسط الرتب	العدد	الصدق التمييزي
دالة عند (0.05)	0.000	55.000	0.000	3.804	155.00	15.50	10	1.00
					55.00	5.50	10	4.00
							20	المجموع
دالة عند (0.01)	0.000	55.000	0.000	3.824	155.00	15.50	10	1.00
					55.00	5.50	10	4.00
							20	المجموع
دالة عند (0.01)	0.000	55.000	0.000	3.792	155.00	15.50	10	1.00
					55.00	5.50	10	4.00
							20	المجموع
دالة عند (0.01)	0.022	55.000	0.000	3.803	155.00	15.50	10	1.00
					55.00	5.50	10	4.00
							20	المجموع
دالة عند (0.05)	0.000	55.000	0.000	3.800	155.00	15.50	10	1.00
					55.00	5.50	10	4.00
							20	المجموع
دالة عند (0.01)	0.000	55.000	0.000	3.805	155.00	15.50	10	1.00
					55.00	5.50	10	4.00
							20	المجموع
دالة عند (0.01)	0.000	55.000	0.000	3.800	155.00	15.50	10	1.00
					55.00	5.50	10	4.00
							20	المجموع
دالة عند (0.01)	0.022	55.000	0.000	3.808	155.00	15.50	10	1.00
					55.00	5.50	10	4.00
							20	المجموع

دالة					155.00	15.50	10	1.00	الدرجة الكلية
عند	0.000	55.000	0.000	3.787	55.00	5.50	10	3.00	
(0.01)							20	المجموع	

يُظهر الجدول رقم (14) أنَّ قيمة Z بلغت (3.787) في الأبعاد كافة والدرجة الكلية لمقياس التوافق الشخصي والاجتماعي، وجميعها دالة إحصائياً لأن قيمة الاحتمال بلغت (0.000) وهي أصغر (0.01)، مما يدل على وجود صدق تمييزي للمقياس، أي المقياس له قدرة تمييزية لوجود فروق بين الربيع الأعلى والربيع الأدنى أي أصحاب الدرجات العالية والمنخفضة.

3. الصدق الداخلي:

وهو يبين الارتباط بين المجموع الكلي، والأبعاد الفرعية، إذ قام الباحث بإجراء ارتباط المجموع الكلي بالأبعاد الفرعية، كما يظهر في الجدول رقم (15):

الجدول (15)

معاملات الارتباطات (بيرسون) بين المجموع الكلي لمقياس التوافق الشخصي والاجتماعي والأبعاد الفرعية

مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي	معامل الارتباط بيرسون	مستوى الدلالة	القرار
الرضا عن الذات	0.840**	0.000	دالة عند (0.01)
النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس	0.890**	0.000	دالة عند (0.01)
الأمان النفسي	0.851**	0.000	دالة عند (0.01)
الشعور بالانتماء	0.926**	0.000	دالة عند (0.01)
المقدرة على التفاعل الاجتماعي	0.902**	0.000	دالة عند (0.01)
المسؤولية الاجتماعية	0.850**	0.000	دالة عند (0.01)
المهارات الاجتماعية	0.889**	0.000	دالة عند (0.01)
الميول العدائية	0.928**	0.000	دالة عند (0.01)

يلاحظ من الجدول السابق أنَّ ارتباط المجموع الكلي مع الأبعاد الفرعية مرتفع مما يدل على أنَّ مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي متجانس في قياس الغرض الذي وضع من أجله، ويتسم بالصدق الداخلي.

. دراسة الثبات لمقياس التوافق الشخصي والاجتماعي:

. الثبات بالإعادة، والتجزئة النصفية، وألفا كرونباخ:

إنَّ إعادة تطبيق الاختبار تدل على الاستقرار عبر الزمن لذلك تمَّ تطبيق المقياس على العينة الاستطلاعية مرتين متتاليتين بفارق زمني مدته أسبوعان، وتمَّ حساب معامل الارتباط سبيرمان بين استجابات الأفراد حسب الإعادة، والتجزئة النصفية، وألفا كرونباخ، وجاءت النتائج كما في الجدول رقم (16):

الجدول (16)

معاملات الثبات لمقياس التوافق الشخصي والاجتماعي

مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي	ثبات الإعادة	التجزئة النصفية	ألفا كرونباخ
الرضا عن الذات	0.807	0.710	0.825
النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس	0.832	0.847	0.833
الأمان النفسي	0.780	0.799	0.824
الشعور بالانتماء	0.914	0.843	0.840
المقدرة على التفاعل الاجتماعي	0.906	0.888	0.834
المسؤولية الاجتماعية	0.876	0.916	0.833
المهارات الاجتماعية	0.907	0.852	0.827
الميول العدائية	0.959	0.928	0.821
الدرجة الكلية	0.886	0.963	0.799

يلاحظ من الجدول رقم (16) أنَّ جميع قيم معاملات الثبات مرتفعة وتدل على ثبات الأداة، وتسمح بإجراء الدراسة.

. المقياس في صورته النهائية:

أُعد المقياس في صورته النهائية في ضوء ملاحظات المحكمين (انظر الملحق رقم (5) في ص (190)، وبقي المقياس مؤلفاً من قسمين يشمل:

القسم الأول: مقدمة المقياس، وتوضيح هدف المقياس، ومتغيرات البحث التصنيفية المعتمدة وهي: (الجنس، المرحلة التعليمية، العمر).

القسم الثاني: ويضم بنود الاستبانة البالغ عددها (32) بنداً للمقياس الموجه إلى عينة من طلبة جامعة تشرين /فرع طرطوس/، وطلبة التعليم الثانوي في مدينة طرطوس. ويشتمل المقياس على الأبعاد الفرعية التالية:

الجدول (17)

توزع فقرات مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي في صورته النهائية

م.	مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي	عدد البنود	أرقام البنود
1.	الرضا عن الذات	4	1، 4، 14، 30
2.	النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس	4	5، 17، 23، 29
3.	الأمان النفسي	4	6، 25، 28، 32
4.	الشعور بالانتماء	4	15، 20، 27، 31
5.	المقدرة على التفاعل الاجتماعي	4	3، 8، 16، 21
6.	المسؤولية الاجتماعية	4	7، 10، 18، 22
7.	المهارات الاجتماعية	4	9، 11، 19، 24
8.	الميول العدائية	4	2، 12، 13، 26

. طريقة تصحيح مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي:

تتم الإجابة عن كل بند من بنود مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي من خلال مفتاح تصحيح (ليكرت) الخماسي، وهو مكون من خمسة احتمالات (موافق بدرجة كبيرة جداً، موافق بدرجة كبيرة، موافق بدرجة متوسطة، غير موافق بدرجة كبيرة، غير موافق بدرجة كبيرة جداً)، ويقابل هذه الإجابات

درجات (5، 4، 3، 2، 1) على الترتيب السابق لخيارات الإجابة في العبارات الإيجابية على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي، ويقابل الإجابات على العبارات السلبية درجات (1، 2، 3، 4، 5). العبارات السلبية هي: (2، 4، 6، 8، 10، 11، 12، 13، 14، 17، 20، 21، 22، 24، 25، 26، 29، 31) ووزعها الباحث بشكل عشوائي بين عبارات المقياس للتأكد من صدق استجابات المفحوصين. أمّا العبارات الإيجابية هي: (1، 3، 5، 7، 9، 15، 16، 18، 19، 23، 27، 28، 30، 32).

خامساً: الصعوبات التي واجهت الباحث:

واجه الباحث مجموعة من الصعوبات، فعلى المستوى النظري كان هناك بعض الصعوبات في الحصول على المراجع من المكتبات بسبب الإلتزام الشديد في الوقت من قبل الموظفين، أما على المستوى التطبيقي فلم يكن هناك أية صعوبة في التعامل مع الطلبة كون الباحث مدرس في جامعة طرطوس، إضافة إلى تعاون الكادر التعليمي والتدريسي والإداري في المدارس والكليات مع الباحث.



الفصل السادس

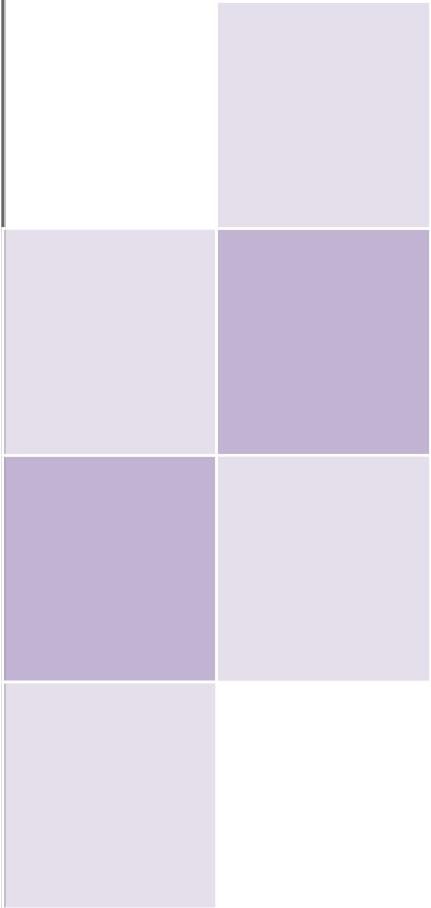
نتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها

. مقدمة.

أولاً. نتائج أسئلة البحث.

ثانياً. نتائج فرضيات البحث.

ثالثاً. مقترحات البحث.



الفصل السادس

نتائج البحث ومناقشتها وتفسيرها

. مقدمة:

عرضت في هذا الفصل نتائج أسئلة البحث، ونتائج فرضيات البحث، ومناقشتها إحصائياً، وتفسيرها في ضوء الأدب النظري، والدراسات السابقة، وفي النهاية قدم الباحث مجموعة من المقترحات في ضوء نتائج البحث الميدانية.

أولاً . نتائج أسئلة البحث:

1. ما مستوى المساندة الاجتماعية لدى أفراد عينة البحث ؟

للإجابة عن هذا السؤال جرى حساب المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والوزن النسبي لدرجات الطلبة في مقياس المساندة الاجتماعية لكل بند ثم لكل المقياس، وتحديد المستويات كما يلي:

الجدول (18) مستويات المساندة الاجتماعية

المتوسطات	المستويات
1.8 – 1	لا تنطبق
2.60 – 1.81	تنطبق بدرجة قليلة
3.40 – 2.61	تنطبق بدرجة متوسطة
4.20 – 3.41	تنطبق بدرجة كبيرة
5 – 4.21	تنطبق بدرجة كبيرة جداً

وتمّ ذلك بالاعتماد على استجابات المقياس $0.8 = 5 \div 1-5$

وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول (19)

النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لاستجابة أفراد عينة البحث في مقياس المساندة الاجتماعية

المساندة الاجتماعية								
م	البنود التي تدل على المساندة الاجتماعية	النسبة المئوية لإجابات أفراد عينة البحث %					المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
		تنطبق بدرجة كبيرة جداً	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة قليلة	لا تنطبق		
1.	أحصل على المعلومات و النصائح التي تساعدني في اتخاذ قراراتتي المصيرية (كالزواج أو الدراسة) من قبل:	29	29.3	29.2	10.4	2.1	3.73	1.056
2.	من يساعدني على تصحيح مواقفي الخاطئة هو:	29.5	30.8	24.8	15	-	3.75	1.039
3.	عندما أواجه مشكلة ما ألجأ إلى طلب العون من:	36.5	27.4	22.6	11.6	2	3.90	1.099
4.	ألجأ لطلب الدعم للحصول على فرصة عمل إلى:	30.1	30.3	26.4	10.9	2.3	3.75	1.071
5.	تكون لي مكانة عالية في المجتمع عندما أتلقي الدعم والمساندة من:	27.5	29.8	31.3	10.4	1	3.72	1.009
6.	عندما أفقد إنساناً عزيزاً فإنني أحتاج إلى الدعم و المساندة من:	27.4	29.6	29.3	12.1	1.6	3.69	1.050
7.	أشعر أنني محط اهتمام و إعجاب من قبل:	27.5	31.3	25.1	15.3	0.8	3.69	1.058
8.	أتحدث بحرية حول مشكلاتي الخاصة مع:	30	30.6	27	11.2	1.1	3.80	1.035
9.	أشعر بالراحة النفسية عند تلقي الدعم العاطفي من:	29.6	31.3	24.4	13.5	1.1	3.75	1.059
10.	من يقدم لي الدعم المالي	29.3	31.9	22.3	15.3	1.1	3.73	1.077

هو :									
11.	يمكنني متابعة دراستي والتفوق فيها عندما ألتقى المساندة من:	27.4	37	24.8	9.4	1.5	3.84	0.995	2
12.	من يقوم بمواساتي وطمأنتي عندما أتعرض لحادث ما:	30	30.8	25.4	12.2	1.6	3.75	1.063	4
13.	أكثر من يتغاضى عن عيوبي أو أخطائي هو:	16	19.2	28.7	18.1	18.1	2.97	1.318	20
14.	أشعر بالسعادة من خلال مشاركتي في الحديث عن اهتماماتي مع:	27.7	27	29.6	11.2	4.4	3.62	1.131	11
15.	عندما لا أستطيع معرفة ماذا أفعل أطلب النصيحة من:	30.1	26.2	29	12.4	2.3	3.70	1.096	8
16.	أستطيع التعايش مع مرضي عندما أجد الدعم والمساندة من:	28.3	26.9	27.2	15.5	2.1	3.64	1.112	10
17.	إن أكثر من يعبر عن صدق مشاعره نحوي هو:	25.4	27.2	30.8	13.2	3.4	3.58	1.106	12
18.	أكون علاقات اجتماعية جيدة مع الآخرين عندما ألتقى الدعم من:	24.6	26.7	32.2	15	1.5	3.58	1.061	12
19.	أناقش خطط حياتي المهنية والمستقبلية مع :	25.1	29	23	20.5	2.4	3.54	1.144	13
20.	عندما أتعرض للإحباط و العزلة ألجأ إلى:	25.6	31.4	25.7	16	1.3	3.64	1.068	10
21.	أكافأ على الأعمال التي أقوم بها من قبل:	26.7	30.3	25.1	14	3.9	3.62	1.134	11
22.	ساعدني في إنجاز أحد أعمالي مؤخرًا هو:	28.8	30.9	26.1	13	1.1	3.73	1.050	6
23.	أندمج في المجتمع بسهولة عندما ألتقى الدعم	28.8	31.6	26.1	12.1	1.5	3.74	1.048	5

								والمساندة من:	
24.	من يساعدني على تبديل مشاعري السلبية نحو ذاتي أو الآخرين:	28.2	32.7	25.1	13.2	0.8	3.74	1.034	5
25.	أُتعامل مع مخاوفي و قلقي بشكل طبيعي عندما ألتقى الدعم و المساندة من:	21.8	22.8	34.4	13.7	7.3	3.38	1.178	16
26.	يمكنني رفع روحي المعنوية عن طريق المزاح و التسلية مع:	15.1	17.6	42.2	15.3	9.8	3.13	1.145	19
27.	الأكثر تقديرا لإنجازاتي الشخصية هو:	19.1	19.7	45.6	10.1	5.5	3.37	1.072	17
28.	في أوقات الشدة أَعتمد على التوجيهات والنصائح من:	17.9	20	40.1	16.3	5.7	3.28	1.109	18
29.	من يؤمن لي الجو الدراسي المريح هو:	21.7	21.7	38.9	12.4	5.4	3.42	1.117	14
30.	أَتحدث بحرية ودون خوف مع:	20	22.1	41.9	11.1	4.9	3.41	1.077	15
	الدرجة الكلية							3.73	18.492

توصل الباحث من خلال الجدول رقم (19) إلى أن قيمة المتوسطات للبنود المتعلقة بمستوى المساندة الاجتماعية لدى عينة من الطلبة في مرحلة التعليم الثانوي ومرحلة التعليم الجامعي؛ تراوحت في إجابات أفراد العينة بين (2.97 و 3.90)، مما يدل على وجود مستوى متوسط وكبير لمستوى المساندة الاجتماعية لدى أفراد عينة البحث من الطلبة، ووجود مستوى كبير في الدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية.

وقد يُعزى وجود مستوى كبير من المساندة الاجتماعية لدى أفراد عينة البحث من الطلبة إلى وجود مجموعة من الروابط والتفاعلات الاجتماعية مع الآخرين من أفراد الأسرة والأصدقاء والمدرسة والجامعة والمجتمع بشكل عام، تتسم بأنها طويلة المدى ويمكن الاعتماد على تلك العلاقات والثقة بها وقت إحساس الفرد بالحاجة إليها لتمدّه بالسند العاطفي ولتجعله قادراً على مواجهة ضغوط الحياة، وليصبح الفرد أكثر توافقاً وانسجاماً، وهذا الاعتقاد يتشكل لدى الفرد كونه عضواً في جماعة معينة

ينتمي إليها، وتتفق نتيجة هذا السؤال مع دراسة أبو طالب (2011) التي أكدت بلوغ مستوى أبعاد المساندة الاجتماعية أعلى من المتوسط لدى الطلبة في المدارس الثانوية.

فمستوى المساندة الاجتماعية يرتفع لدى الفرد كما ذكرت كوترونا (Cutrona, 1996, 10) نتيجة إشباع الحاجات الأساسية للفرد في مرحلة المراهقة من حب واحترام وتقدير وتفهم، وتواصل وتعاطف ومشاركة الاهتمامات وتقديم النصيحة، وتقديم المعلومات، وذلك من الأشخاص ذوي الأهمية في حياة الفرد في تلك المرحلة الحساسة كالأسرة، أو الأصدقاء، أو المدرسة، أو الجامعة، أو المجتمع، فهم يحبون الفرد ويهتمون به، خاصة وقت حدوث الأزمات والضغوط، مما يمكن المراهق من المشاركة الاجتماعية الفاعلة في مواجهة الأحداث والضغوط الحياتية، والتوافق معها.

فالمساندة الاجتماعية التي يقدمها الآخرون في مجتمعنا تُساعد الطالب على تحمل المسؤولية، ومقاومة الأحداث الصادمة، وتخفف من وقع الصدمات النفسية، وتخفف من أعراض القلق والاكتئاب، وتزيد من شعور الطالب في هذه المرحلة الهامة من حياته - مرحلة المراهقة - بالرضا عن ذاته، وعن حياته مما يتسنى له تقدير ذاته لاحقاً، وتحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي، وهذا ما أكدته دراسة كل من بيرغمان (2008) وليفي وآخرون (2009) و النابلسي (2009).

إذاً: تعتبر المساندة الاجتماعية مصدراً هاماً من مصادر الدعم النفسي والاجتماعي الذي يحتاجه الإنسان، حيث يؤثر حجم المساندة الاجتماعية ومستوى الرضا عنها في كيفية إدراك الفرد لأحداث الحياة المختلفة وأساليب مواجهتها، وتعامله مع هذه الأحداث، كما أنها تلعب دوراً هاماً في إشباع الحاجة إلى الأمن النفسي، وخفض مستوى المعاناة النفسية الناتجة عن شدة هذه الأحداث. (عبد الله، 1995، 13).

2. ما مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى أفراد عينة البحث ؟

للإجابة عن هذا السؤال جرى حساب المتوسط الحسابي، والانحراف المعياري، والوزن النسبي لدرجات الطلبة في مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي لكل بند، ثم لكل بعد والدرجة الكلية للمقياس، وتحديد المستويات كما يلي:

الجدول (20) مستويات التوافق الشخصي والاجتماعي

المستويات	المتوسطات
غير موافق بدرجة كبيرة جداً	1.8 - 1
غير موافق بدرجة كبيرة	2.60 - 1.81
موافق بدرجة متوسطة	3.40 - 2.61
موافق بدرجة كبيرة	4.20 - 3.41

وتمّ ذلك بالاعتماد على استجابات المقياس 5-1 ÷ 5 = 0.8 وكانت النتائج كما هو مبين في الجدول التالي:

الجدول (21)

يبين المتوسط الحسابي والوزن النسبي لأبعاد مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي

م	مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الرتبة	الوزن النسبي
1.	الرضا عن الذات	3.625	2.925	5	72.5 %
2.	النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس	3.595	2.750	6	71.9 %
3.	الأمان النفسي	3.48	2.565	7	69.6 %
4.	الشعور بالانتماء	3.675	2.495	3	73.5 %
5.	المقدرة على التفاعل الاجتماعي	3.71	3.393	1	74.2 %
6.	المسؤولية الاجتماعية	3.672	2.707	4	73.44 %
7.	المهارات الاجتماعية	3.68	3.099	2	73.6 %
8.	الميول العدائية	3.39	3.118	8	67.8 %
	الدرجة الكلية	3.60	18.574		72 %

يلاحظ من الجدول رقم (21) أنّ مجموع الأبعاد كلّها، ومجموع بنود كلّ بعد تشير إلى وجود مستوى كبير للتوافق الشخصي والاجتماعي لدى عينة من الطلبة في مرحلة التعليم الثانوي والتعليم الجامعي، إذ بلغ الوزن النسبي لاستجابة عينة البحث (72%). وكان من وجهة نظر أفراد عينة البحث أكثر الأبعاد التي استحوذت على رضا المبحوثين البعد المتعلق بالمقدرة على التفاعل الاجتماعي الذي جاء في المرتبة الأولى بوزن نسبي بلغ (74.2%)، وجاء في المرتبة الثانية بعد المهارات الاجتماعية بوزن نسبي بلغ (73.6%)، وجاء في المرتبة الثالثة بعد الشعور بالانتماء بوزن نسبي بلغ (73.5%)، يليه في المرتبة الرابعة بعد المسؤولية الاجتماعية بوزن نسبي بلغ (73.44%)، يتبعه في المرتبة الخامسة بعد الرضا عن الذات بوزن نسبي بلغ (72.5%)، ثم جاء في المرتبة السادسة بعد النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس بوزن نسبي بلغ (71.9%)، يتبعه في المرتبة السابعة بعد الأمان

النفسي بوزن نسبي بلغ (69.6%)، يليه في المرتبة الثامنة والأخيرة بُعد الميول العدائية بوزن نسبي بلغ (67.8%).

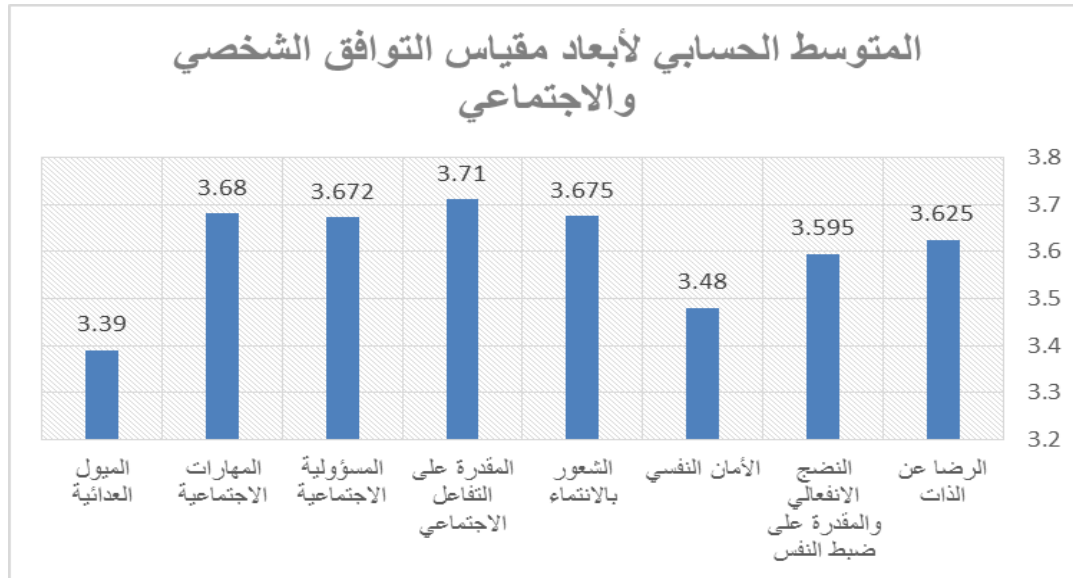
وقد يعود السبب في ذلك إلى توافر الإمكانيات والظروف الملائمة، وتوفير الخدمات الكافية في المدارس والجامعات، وتهيئة الجو المناسب الذي يساعدهم على استذكار دروسهم. والعمل على نشر ثقافة التعاون والتواؤم وتحمل المسؤولية بين طلابها، وتكوين العلاقات الطيبة، لذلك يسمو لدى بعض الطلاب السلوك المقبول اجتماعياً، ويغلب على طباعهم. فتقوية التعاون بين أفراد مجتمع الدراسة يؤدي إلى زيادة الأفراد الإيجابيين الذين يسهمون إيجابياً في تنمية المجتمع، وتقدمه.

وقد يُعزى اكتساب الطالب للميول المؤيدة للمجتمع أو الانتماء للجماعة إلى أن المجتمع يلعب دوراً بالغ الأهمية في تشكيل شخصية وسلوك الطلبة، إذ إن العديد من السمات الشخصية التي تتعلق بالتفاعل بين الوالدين وأبنائهما، والمدرسين وطلبتهم من العوامل المساعدة على حدوث التوافق الاجتماعي والشخصي لهؤلاء الأبناء، فمن الضروري أن تكون العلاقة بينهم جيدة أو في حدود الوضع الاجتماعي الطبيعي. فإذا عاملت الأسرة أبنائها بقسوة وشدة، وتجاهلت حاجاتهم ومطالبهم ولم تقدم لهم الحب والعطف والرعاية المناسبة فمن المتوقع أن ينعكس ذلك سلباً على سلوك أبنائها وتوافقهم الشخصي والاجتماعي. وقد لا تكون المدرسة أو الجامعة أقل أثراً من البيت في جعل الطالب متوافقاً مع نفسه ومع الآخرين، ومع بيئته أو مكتسباً لميول الانتماء للجماعة من خلال ما تقدمه المدرسة أو الجامعة من رعاية في النواحي العقلية والجسمية والانفعالية والاجتماعية، فالمعلم هو القطب الفاعل في جعل التلميذ محباً أو كارهاً للمدرسة أو الجامعة بشكل عام والصف الدراسي بشكل خاص، ذلك من خلال الطرائق والأساليب التي يتبعها والتي تجعل الطالب في وضع نفسي حسن أو سيء.

فالتوافق الشخصي هو بمثابة الشعور بالسعادة مع الذات والآخرين وإشباع معظم الحاجات والدوافع والرغبات والقدرة على مواجهة متطلبات الحياة، ويعتبر التوافق الاجتماعي امتداداً طبيعياً للتوافق الشخصي، فإذا فقد الإنسان توافقه الشخصي، فإنه حتماً لا يستطيع التوافق مع الجماعة أو مع أسرته أو مدرسته، فالتوافق الاجتماعي هو شعور بالسعادة مع الآخرين والالتزام بأخلاقيات المجتمع ومساندة المعايير الاجتماعية والضبط الاجتماعي وتقبل الآخرين في المجتمع. (حسين وعبد اليمّة، 2011، 181).

لذلك كلما كان الدعم المقدم من قبل الأسرة والأصدقاء والمدرسة والجامعة ومؤسسات المجتمع كبيراً كلما كانت درجة رضا الفرد عن ذاته وقدرته على ضبط انفعالاته وإحساسه بالأمان النفسي وشعوره بالانتماء وقدرته على التفاعل الاجتماعي وإحساسه بالمسؤولية ومهاراته الاجتماعية عالية جداً، كما أن الميول العدائية تصبح في أدنى درجاتها.

والشكل الآتي يوضح الفروق بين درجات الطلبة على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي تبعاً لأبعاد المقياس:



الشكل (1)

المتوسط الحسابي لأبعاد مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي

. نتائج أبعاد مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي:

. البعد الأول:

الجدول (22) النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لاستجابة أفراد عينة البحث في البعد الأول من مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي

البعد الأول: (الرضا عن الذات).								
م	البنود التي تدل على التوافق الشخصي والاجتماعي	النسبة المئوية لإجابات أفراد عينة البحث %					المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
		موافق بدرجة كبيرة جداً	موافق بدرجة كبيرة	موافق بدرجة متوسطة	غير موافق بدرجة كبيرة	غير موافق بدرجة كبيرة جداً		
1.	أعتقد بأن سلوكي مقبول و مناسب مع الآخرين.	28.7	31.3	27.9	10.3	2	3.74	1.043
4.	أشعر بعدم الرضا	29	29.8	26.2	11.6	3.4	3.69	1.109

								عن نفسي رغم كل الجهود التي أبذلها لإنجاز أعمالي.	
14.	28.2	28.8	29.8	10.3	2.9	3.69	1.077	2	أتمنى لو كنت إنساناً آخر.
30.	18.6	20.8	45	10.7	4.9	3.37	1.056	3	أنا راض عن نفسي لأنني أقوم بأعمالي على أكمل وجه.
	الدرجة الكلية للبعد الأول						3.625	2.925	

توصل الباحث من خلال الجدول رقم (22) إلى النتائج الآتية:

❖ إن قيمة المتوسطات للبنود المتعلقة بمستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى عينة من طلبة التعليم الثانوي والتعليم الجامعي؛ تراوحت في إجاباتهم بين (3.37 و 3.74)، مما يدل على وجود مستوى متوسط وكبير من التوافق الشخصي والاجتماعي لدى معظم أفراد العينة في بُعد (الرضا عن الذات).

. البعد الثاني:

الجدول (23) النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لاستجابة أفراد عينة البحث في البعد الثاني من مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي

البعد الثاني: (النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس).									
م	البنود التي تدل على التوافق الشخصي والاجتماعي	النسبة المئوية لإجابات أفراد عينة البحث %					المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الترتيب
		موافق بدرجة كبيرة جداً	موافق بدرجة كبيرة	موافق بدرجة متوسطة	غير موافق بدرجة كبيرة	غير موافق بدرجة كبيرة جداً			
5.	أشعر بالسعادة عند القيام بأعمال تدخل السرور إلى نفوس الآخرين .	26.7	29.2	31.1	11.9	1.1	3.68	1.029	2
17.	أشعر بالضيق إزاء المواقف الغامضة.	25.4	27.2	31.6	13.2	2.6	3.60	1.082	3
23.	أضبط نفسي عند	28.3	30.3	27.7	11.9	1.8	3.71	1.057	1

								مضايقة الآخرين لي.	
29.	20.2	21.3	40.4	12.5	5.5	3.38	1.107	4	أدافع عن أفكاري بقوة .
						3.595	2.750		الدرجة الكلية للبعد الثاني

توصل الباحث من خلال الجدول رقم (23) إلى النتائج الآتية:

❖ إنَّ قيمة المتوسطات للبنود المتعلقة بمستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى عينة من طلبة التعليم الثانوي والتعليم الجامعي؛ تراوحت في إجاباتهم بين (3.38 و 3.71)، مما يدل على وجود مستوى متوسط وكبير من التوافق الشخصي والاجتماعي لدى معظم أفراد العينة في بُعد (النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس).

. البعد الثالث:

الجدول (24) النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لاستجابة أفراد عينة البحث في البعد الثالث من مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي

البعد الثالث: (الأمان النفسي).								
م	البنود التي تدل على التوافق الشخصي والاجتماعي	النسبة المئوية لإجابات أفراد عينة البحث %						الانحراف المعياري
		موافق بدرجة كبيرة جداً	موافق بدرجة كبيرة	موافق بدرجة متوسطة	غير موافق بدرجة كبيرة	غير موافق بدرجة كبيرة جداً	المتوسط الحسابي	
6.	أخشى أن يحدث لي مكروهاً ما .	26.9	30.1	28.3	12.5	2.1	3.67	1.067
25.	أتضايق من نفسي عندما أرتكب خطأ ما.	20.4	21.5	36.6	14.8	6.7	3.34	1.154
28.	أشعر بالأمان نحو المستقبل .	18.4	18.4	39.9	16.9	6.4	3.26	1.132
32.	أشعر بالاستقرار في حياتي .	30.8	28.3	22.3	15.6	2.9	3.68	1.150
	الدرجة الكلية للبعد الثالث						3.48	2.565

توصل الباحث من خلال الجدول رقم (24) إلى النتائج الآتية:

❖ إنَّ قيمة المتوسطات للبنود المتعلقة بمستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى عينة من طلبة التعليم الثانوي والتعليم الجامعي؛ تراوحت في إجاباتهم بين (3.26 و 3.68)، مما يدل على وجود مستوى متوسط وكبير من التوافق الشخصي والاجتماعي لدى معظم أفراد العينة في بُعد (الأمان النفسي).

. البعد الرابع:

الجدول (25) النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لاستجابة أفراد عينة البحث في البعد الرابع من مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي

البعد الرابع: (الشعور بالانتماء).								
م	البنود التي تدل على التوافق الشخصي والاجتماعي	النسبة المئوية لإجابات أفراد عينة البحث %					المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
		موافق بدرجة كبيرة جداً	موافق بدرجة كبيرة	موافق بدرجة متوسطة	غير موافق بدرجة كبيرة	غير موافق بدرجة كبيرة جداً		
15.	تغمرني السعادة لأنه لدي عدد كبير من الأصدقاء.	30.9	26.5	30.1	10.7	1.6	3.74	1.060
20.	أشعر بالخوف من دعوة زملائي لي لممارسة الهوايات المختلفة.	25.4	30.3	27.4	15.6	1.3	3.63	1.065
27.	أشعر بالسعادة حينما أكون في المناسبات الرسمية.	18.4	19.4	46.9	10.3	5	3.36	1.053
31.	أصدقائي لا يفرحون لنجاحي.	30	46.9	13.2	9.9	-	3.97	0.911
	الدرجة الكلية للبعد الرابع						3.675	2.495

توصل الباحث من خلال الجدول رقم (25) إلى النتائج الآتية:

❖ إنَّ قيمة المتوسطات للبنود المتعلقة بمستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى عينة من طلبة التعليم الثانوي والتعليم الجامعي؛ تراوحت في إجاباتهم بين (3.36 و 3.97)، مما يدل على وجود

مستوى متوسط وكبير من التوافق الشخصي والاجتماعي لدى معظم أفراد العينة في بُعد (الشعور بالانتماء).

. البعد الخامس:

الجدول (26) النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لاستجابة أفراد عينة البحث في البعد الخامس من مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي

البعد الخامس: (المقدرة على التفاعل الاجتماعي).								
م	البنود التي تدل على التوافق الشخصي والاجتماعي	النسبة المئوية لإجابات أفراد عينة البحث %					المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
		موافق بدرجة كبيرة جداً	موافق بدرجة كبيرة	موافق بدرجة متوسطة	غير موافق بدرجة كبيرة	غير موافق بدرجة كبيرة جداً		
3.	أشارك زملائي في الأنشطة الاجتماعية المختلفة.	34.9	27.5	21.8	12.2	3.6	3.78	1.154
8.	أجد صعوبة في التعرف إلى أصدقاء جدد.	28.8	32.1	26.7	10.9	1.5	3.76	1.033
16.	أجد سهولة في بدء الحديث مع شخص تعرفت إليه لأول مرة.	29	29.3	26.2	14.2	1.3	3.71	1.073
21.	يصعب علي قضاء أوقات فراغي مع زملائي.	26.9	28.8	25.7	14.5	4.1	3.60	1.146
	الدرجة الكلية للبعد الخامس						3.71	3.393

توصل الباحث من خلال الجدول رقم (26) إلى النتائج الآتية:

❖ إنَّ قيمة المتوسطات للبنود المتعلقة بمستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى عينة من طلبة التعليم الثانوي والتعليم الجامعي؛ تراوحت في إجاباتهم بين (3.60 و 3.78)، مما يدل على وجود مستوى كبير من التوافق الشخصي والاجتماعي لدى معظم أفراد العينة في بُعد (المقدرة على التفاعل الاجتماعي).

. البعد السادس:

الجدول (27) النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لاستجابة أفراد عينة البحث في البعد السادس من مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي

البعد السادس: (المسؤولية الاجتماعية).								
م	البنود التي تدل على التوافق الشخصي والاجتماعي	النسبة المئوية لإجابات أفراد عينة البحث %					المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
		موافق بدرجة كبيرة جداً	موافق بدرجة كبيرة	موافق بدرجة متوسطة	غير موافق بدرجة كبيرة	غير موافق بدرجة كبيرة جداً		
7.	ألتزم في تنفيذ ما يوكل إلي من مهام.	26.9	32.1	24.4	15.6	1	3.68	1.062
10.	أظهر عدم الرضا على من يخالفني بالرأي.	29.2	31.3	23.3	14.8	1.5	3.72	1.082
18.	ألتزم في المواعيد مع الآخرين.	24.1	26.5	34.2	14	1.1	3.58	1.037
22.	أجد صعوبة في الالتزام بالنظام.	28.3	30	27	13.4	1.3	3.71	1.059
	الدرجة الكلية للبعد السادس						3.672	2.707

توصل الباحث من خلال الجدول رقم (27) إلى النتائج الآتية:

❖ إنَّ قيمة المتوسطات للبنود المتعلقة بمستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى عينة من طلبة التعليم الثانوي والتعليم الجامعي؛ تراوحت في إجاباتهم بين (3.58 و 3.72)، مما يدل على وجود مستوى كبير من التوافق الشخصي والاجتماعي لدى معظم أفراد العينة في بُعد (المسؤولية الاجتماعية).

. البعد السابع:

الجدول (28) النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لاستجابة أفراد عينة البحث في البعد السابع من مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي

البعد السابع: (المهارات الاجتماعية).								
م	البنود التي تدل على التوافق الشخصي والاجتماعي	النسبة المئوية لإجابات أفراد عينة البحث %					المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
		موافق بدرجة كبيرة جداً	موافق بدرجة كبيرة	موافق بدرجة متوسطة	غير موافق بدرجة كبيرة	غير موافق بدرجة كبيرة جداً		
9.	أجد سهولة في التعامل مع الأشخاص الذين أقابلهم لأول مرة.	28.7	32.4	24.4	13.2	1.3	3.74	1.053
11.	من الصعب علي تكوين صداقات جديدة.	26.9	37.5	24.4	9.4	1.8	3.78	1.003
19.	أشعر بالمتعة في تعريف الناس بعضهم على بعض.	25.1	27.4	24.9	20.8	1.8	3.53	1.130
24.	أتمنى السعادة للآخرين أكثر مما يتمنوها لي.	28	29.8	25.7	15.5	1	3.68	1.071
	الدرجة الكلية للبعد السابع						3.68	3.099

توصل الباحث من خلال الجدول رقم (28) إلى النتائج الآتية:

❖ إنَّ قيمة المتوسطات للبنود المتعلقة بمستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى عينة من طلبة التعليم الثانوي والتعليم الجامعي؛ تراوحت في إجاباتهم بين (3.53 و 3.78)، مما يدل على وجود مستوى متوسط وكبير من التوافق الشخصي والاجتماعي لدى معظم أفراد العينة في بُعد (المهارات الاجتماعية).

البعد الثامن:

الجدول (29) النسبة المئوية والمتوسط الحسابي لاستجابة أفراد عينة البحث في البعد الثامن من مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي

البعد الثامن: (الميول العدائية).								
م	البنود التي تدل على التوافق الشخصي والاجتماعي	النسبة المئوية لإجابات أفراد عينة البحث %						الانحراف المعياري
		موافق بدرجة كبيرة جداً	موافق بدرجة كبيرة	موافق بدرجة متوسطة	غير موافق بدرجة كبيرة	غير موافق بدرجة كبيرة جداً	المتوسط الحسابي	
2.	أعامل الآخرين بعنف دفاعاً عن حقوقي.	29.3	30.8	24.3	15.6	-	3.74	1.046
12.	أشعر بالمتعة حين يظلم من ظلمي.	28.7	31.4	25.9	11.7	2.3	3.72	1.071
13.	أنتشجر مع البعض حتى يعاملوني معاملة عادلة.	16.1	20.2	28.5	17.9	17.3	3	1.311
26.	أحصل على الأشياء التي يمنعني عنها الآخرون بالقوة.	14.3	16.3	44.5	15.3	9.6	3.10	1.125
	الدرجة الكلية للبعد الثامن							3.118
								3.39

توصل الباحث من خلال الجدول رقم (29) إلى النتائج الآتية:

❖ إنَّ قيمة المتوسطات للبنود المتعلقة بمستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى عينة من طلبة التعليم الثانوي والتعليم الجامعي؛ تراوحت في إجاباتهم بين (3 و 3.74)، مما يدل على وجود مستوى متوسط وكبير من التوافق الشخصي والاجتماعي لدى معظم أفراد العينة في بُعد (الميول العدائية).

ومن خلال نتائج الأبعاد السابقة يُلاحظ أنَّ المسؤولية الاجتماعية لدى الطالب تظهر في مرحلة المراهقة المتوسطة والمراهقة المتأخرة، أي محاولة الطالب فهم ومناقشة المشكلات الاجتماعية والسياسية والاقتصادية، والتعاون مع الزملاء والأصدقاء والتشاور معهم، واحترام آرائهم والمحافظة على سمعة الجماعة، وبذل الجهد في سبيلهم واحترام الواجبات الاجتماعية.

ويُشاهد لدى المراهق الميل إلى مساعد الآخرين، والعمل في سبيل الغير، ويُلاحظ أنَّ المشاركة الوجدانية لدى المراهق تصل إلى قمتها بين الأصدقاء المراهقين، ويُلاحظ الاهتمام باختيار الأصدقاء والميل للانضمام إلى جماعات مختلطة الجنسين، ويحدث تغييراً كبيراً للأصدقاء بقصد الوصول إلى أفضل وسط اجتماعي، ويميل المراهق إلى اختيار أصدقائه من بين هؤلاء الذين يشبعون حاجاته الاجتماعية والشخصية، ويقدمون له المساندة والدعم الاجتماعي المناسب، وبذلك يحقق المراهق التوافق الشخصي والاجتماعي، وتخف لديه الاضطرابات النفسية، كما يعمل المراهق على تحقيق المزيد من الاستقلال الاجتماعي، وخصوصاً في نهاية مرحلة المراهقة المتأخرة -والتي تقابل نهاية مرحلة التعليم الجامعي- والتي يسعى المراهق فيها إلى الاستقلال اجتماعياً واقتصادياً وأسرياً.

وهناك طرقاً عدّة للمساندة الاجتماعية يمكن أن تحقق التوافق الاجتماعي والشخصي لدى الطالب في مرحلة المراهقة كالتفاعل الاجتماعي والشعور بالانتماء للجماعة، ومنها ما كان لها التأثير المباشر على نظام الذات، والذي يزيد من تقدير الذات والثقة بها كذلك، وربما كان لها تأثيراً مباشراً على النظام الانفعالي، إذ يُولد التفاعل الاجتماعي المساند درجة من المشاعر الإيجابية تخفف من القلق والاكتئاب وتحقق التوافق الاجتماعي والشخصي للمراهق. إذ يرى (قشقوش، 1989، 70) أنَّ المراهقة من أهم مراحل التطبيع الاجتماعي، حيث يتم فيها غرس القيم الأخلاقية، والمعايير الاجتماعية من الأشخاص الهامين في حياة المراهق، مثل: الوالدين، والمدرسين، وجماعة الأصدقاء، ويتجلى التفاعل الاجتماعي في حياة المراهق من خلال سعادته بمشاركة الآخرين في الخبرات والمشاعر والاتجاهات والأفكار، وهذا عكس الشخصية المنطوية، فإنَّ المراهق يظل مشغولاً بنفسه ويستغرق وقتاً طويلاً حتى يتجه نحو الآخرين.

أمّا الميول العدائية فتخف لدى معظم الطلبة في مرحلة التعليم الثانوي وذلك بسبب إشباع حاجة المراهق إلى التقدير والاحترام والحب والأمن ومعاملته كشخص كبير في المنزل، والمدرسة، وجماعة الأصدقاء، وإعطائه الحرية في بعض الخيارات والقرارات التي يتخذها؛ وبالتالي إشباع حاجات المراهق النفسية، ويصبح أكثر توافقاً اجتماعياً من مرحلة المراهقة المبكرة، وهذا ما يؤكد زهران حيث يرى أن المناخ الانفعالي الملئ بالحب والفهم والرعاية في هذه المرحلة يساعد على تخلص الفرد من ميوله العدائية وتحقيق توازنه النفسي. (زهران، 2005، 368).

وتمتع أفراد عينة البحث بالمهارات الاجتماعية بشكل مرتفع قد يكون مفيداً في قدرتهم على التأقلم والتوافق الشخصي والاجتماعي من الظروف الضاغطة التي يتعرضون لها، ويزيد من قدرتهم على تخطي هذه الظروف بشكل سليم.

كما إن فكرة الشخص عن ذاته هي النواة الرئيسية التي تقوم عليها شخصيته وتوافقه الشخصي والاجتماعي، وكلما عرف الإنسان نفسه (ذاته) معرفة جيدة وما تحتويه الذات من قدرات واستعدادات وميول ورغبات ومدرجات شعورية وانفعالات وقام بتقييمها وتوجيهها الوجهة الصحيحة كان ذلك عاملاً ومؤشراً قوياً إلى توافق الطالب. (Rubina, 2004, 191).

وكي يتوافق الفرد مع نفسه ومع الآخرين فإن أحد مؤشرات ذلك أن يحس بأن جميع حاجاته النفسية الأولية منها والمكتسبة مشبعة، فإذا أحس بذلك فإن هذا يعد بمثابة أحد المؤشرات المهمة لتوافقه الاجتماعي والشخصي، ويحدث العكس إذا ما أحس بأنه غير مشبع وأن حاجاته معطلة، فإنه يقترب من سوء التوافق الذي يؤدي إلى العصاب. (الطيب، 1994، 31).

ومن العوامل الهامة في تحقيق التوافق الاجتماعي والشخصي النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس والاتجاه نحو الثبات وتنظيم المشاعر والتعاطف مع الآخرين التي تُعد من أهم السمات التي تميز الشخص المتوافق، والتي تتمثل في قدرته على تناول الأمور بصبر وأناة ولا يُستفز ولا يُستثار من الأحداث التافهة ويتحكم في انفعالاته المختلفة (الغضب، الخوف، الغيرة، الكراهية). (زهرا، 2005، 414)، إن هذه السمات مكتسبة من عملية التنشئة الاجتماعية. كما أن الأفراد المتمتعين بالانضج الانفعالي يبتعدون تماماً عن السلوك العدواني بصوره المختلفة التي تؤدي لتصدع المجتمع، وانهياره، وإصابته بالقلق. فالنضج الانفعالي يعمل على التقليل من الأفراد السلبيين، والعدوانيين.

لذا إن الشخص المتوافق نفسياً واجتماعياً يكون بعيداً عن التطرف في اتخاذ قراراته وفي الحكم على الأمور والبعد عن النمطية، كما يتمثل في سلوك الشخص المتوافق بعدا الاعتمادية والاستقلالية: إذ تتطلب بعض المواقف في الحياة أن يعتمد الشخص على الآخر في صور المساندة والدعم الاجتماعي الذي يحصل عليه، وفي الوقت نفسه تتطلب مواقف أخرى أن يكون للفرد استقلالية، ويثبت فيها ذاته.

ثانياً: نتائج فرضيات البحث ومناقشتها.

الفرضية الأولى: لا توجد علاقة ارتباطية ذات دلالة إحصائية بين درجات المساندة الاجتماعية ودرجات التوافق الشخصي والاجتماعي لدى أفراد عينة البحث.

للتحقق من صحة هذه الفرضية قام الباحث بحساب معامل الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة البحث في مقياس المساندة الاجتماعية ودرجاتهم في مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي، باستخدام معامل الارتباط بيرسون، وجاءت النتائج كما في الجدول رقم (30):

الجدول (30) يبين نتائج الارتباط بيرسون بين درجات أفراد عينة البحث في مقياس المساندة الاجتماعية ودرجاتهم في مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي

أبعاد مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي		المساندة الاجتماعية	القيمة الاحتمالية	القرار
الرضا عن الذات	ارتباط بيرسون	0.751**	0.000	دالة عند (0.01)
النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس	ارتباط بيرسون	0.502**	0.000	دالة عند (0.01)
الأمان النفسي	ارتباط بيرسون	0.386**	0.000	دالة عند (0.01)
الشعور بالانتماء	ارتباط بيرسون	0.627**	0.000	دالة عند (0.01)
المقدرة على التفاعل الاجتماعي	ارتباط بيرسون	0.698**	0.000	دالة عند (0.01)
المسؤولية الاجتماعية	ارتباط بيرسون	0.639**	0.000	دالة عند (0.01)
المهارات الاجتماعية	ارتباط بيرسون	0.648**	0.000	دالة عند (0.01)
الميول العدائية	ارتباط بيرسون	0.604**	0.000	دالة عند (0.01)
الدرجة الكلية للتوافق الشخصي والاجتماعي	ارتباط بيرسون	0.760**	0.000	دالة عند (0.01)

يتبين من الجدول رقم (30) أنَّ قيمة معامل بيرسون الارتباطية بين إجابات أفراد عينة البحث على مقياس المساندة الاجتماعية وإجاباتهم على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي وأبعاده بلغت (0.760) والقيمة الاحتمالية (0.000) وهي دالة عند مستوى الدلالة (0.01)؛ مما يشير إلى وجود ارتباط مرتفع إيجابي في إجابات أفراد عينة البحث بين المساندة الاجتماعية والتوافق الشخصي والاجتماعي.

ويمكن تفسير ذلك بأنه كلما زاد تلقي الطالب للمساندة الاجتماعية (بكافة أشكالها) من قبل الأسرة والأصدقاء والمدرسة والجامعة والمجتمع، كلما كانت درجة رضا الفرد عن ذاته وقدرته على ضبط انفعالاته وإحساسه بالأمان النفسي وشعوره بالانتماء وقدرته على التفاعل الاجتماعي وإحساسه بالمسؤولية ومهاراته الاجتماعية عالية جداً، كما أن الميول العدائية تصبح في أدنى درجاتها.

وهذا ما يتفق مع دراسة كل من العتيبي (2008)، والنابلسي (2009)، والكنج (2010)، وباركر، روبن وآخرون (Parker, Robin, et.al 1999)، وديماري (Demaray, 2005)، وموهانراج ولاثا (Mohanraj, R. & Lath, 2005)، وبيرغمان (Bergman, 2008)، وليفى وآخرون (2009) (Leavy, et. al)، التي تناولت كلاً منها متغيراً واحداً على الأقل أو جانباً متعلقاً بعنوان البحث الحالي، حيث بينت هذه الدراسات أن الدرجات العالية من المساندة الاجتماعية المقدمة من داخل الأسرة أو من خارجها لها دوراً قوياً في تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي لدى أفراد عينة البحث موضوع هذه الدراسات.

بينما بينت دراسة كل من أبوطالب (2011)، ولبوز حجاج (2013)، ولاروس، سايمون وآخرون (Larose, Simon, et, al, 2001)، والتي تناولت كلاً منها متغيراً واحداً على الأقل أو جانباً متعلقاً بعنوان البحث الحالي، أن الدرجات المنخفضة من المساندة الاجتماعية أدت إلى سوء التوافق الشخصي والاجتماعي لدى أفراد عينة البحث موضوع هذه الدراسات.

ويرى كل من الشناوي وعبد الرحمن (1994) بأن للمساندة الاجتماعية أثراً هاماً على التوافق الاجتماعي والنفسي وعلى الصحة النفسية، حيث أنها تزود الأشخاص بخبرات إيجابية منتظمة ومجموعة من الأدوار التي تتلقى المكافأة من المجتمع. وهذا النوع من المساندة يمكن أن يرتبط بالسعادة، حيث أنها توفر حالة إيجابية من الوجدان، وإحساساً بالاستقرار في المواقف الضاغطة، والاعتراف بأهمية الذات، وتحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي.

وأكدت نتائج الدراسة التي قام بها كل من هولاهان وموس (Holahan & Moos, 1985) التي اهتمت بدراسة الشخصية والمساندة الاجتماعية في التصدي للضغوط والتمتع بالصحة النفسية والتوافق النفسي إلى أن البيئة الأسرية التي تتسم بالدفع والحب والتماسك وحرية التعبير عن الرأي والمشاعر، والدعم والتشجيع أثناء التعرض للضغوط تجعل الفرد أكثر صلابة وفاعلية وتوافقاً وقدرة على المواجهة، وأقل اكتئاباً.

كما ترى حداد (1989) أن الشبكة الاجتماعية للفرد يمكن أن تقدم معلومات حول سلوكياته، بما يمثل له تغذية راجعة مناسبة حول سلوكه، وكذلك تزويده بمعلومات عامة قد يحتاجها الفرد عندما يستجد لديه أي طارئ. (حداد، 1989، 475-486).

ويرى الباحث أن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من الآخرين سواء في الأسرة أو خارجها، تعد عاملاً هاماً في صحته النفسية وتحقيقه للتوافق الشخصي والاجتماعي، من ثم يمكن التنبؤ بأنه في ظل غياب المساندة أو انخفاضها، يمكن أن تنشأ الآثار السلبية للأحداث والمواقف السيئة التي يتعرض لها الفرد، مما يؤدي إلى اختلال الصحة النفسية لديه، وبالتالي ضعف توافقه الشخصي والاجتماعي، وهذا ما أشار إليه كابلان وآخرون (Kaplan, et. Al, 1993, 139) أن هناك علاقة سببية بين نقص المساندة الاجتماعية وبين الاضطرابات النفسية وانعدام التوافق، حيث تقي المساندة الاجتماعية المرتفعة من التعرض للاضطرابات النفسية وسوء التوافق.

الفرضية الثانية: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين مرتفعي ومنخفضي المساندة الاجتماعية في التوافق الشخصي والاجتماعي.

للتحقق من صحة هذه الفرضية قام الباحث بحساب الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي، تعزى إلى متغير مستوى المساندة الاجتماعية (منخفضة، ومرتفعة)، باستخدام اختبار ت ستيودنت (t-test)، وجاءت النتائج كما في الجدول رقم (31):

الجدول (31) نتائج اختبار (ت) ستيودنت لدلالة الفروق بين درجات متوسطات منخفضي ومرتفعي المساندة الاجتماعية على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي

التوافق الشخصي والاجتماعي	متغير المساندة الاجتماعية	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة	القرار
الرضا عن الذات	منخفضة	217	11.40	1.777	612	31.334	0.000	دالة عند (0.01)
	مرتفعة	397	16.20	1.834				
النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس	منخفضة	217	12.05	2.412	612	18.760	0.000	دالة عند (0.01)
	مرتفعة	397	15.65	1.988				
الأمان النفسي	منخفضة	217	12.45	1.962	612	11.866	0.000	دالة عند (0.01)
	مرتفعة	397	14.77	2.486				

الشعور بالانتماء	منخفضة	217	12.53	1.459	612	20.802	0.000	دالة عند (0.01)
	مرتفعة	397	15.89	2.118	612	20.802	0.000	دالة عند (0.01)
المقدرة على التفاعل الاجتماعي	منخفضة	217	11.16	1.882	612	33.303	0.000	دالة عند (0.01)
	مرتفعة	397	16.85	2.098	612	33.303	0.000	دالة عند (0.01)
المسؤولية الاجتماعية	منخفضة	217	11.70	1.841	612	32.478	0.000	دالة عند (0.01)
	مرتفعة	397	16.33	1.372	612	32.478	0.000	دالة عند (0.01)
المهارات الاجتماعية	منخفضة	217	11.49	2.075	612	29.498	0.000	دالة عند (0.01)
	مرتفعة	397	16.51	1.897	612	29.498	0.000	دالة عند (0.01)
الميول العدائية	منخفضة	217	10.86	1.833	612	20.713	0.000	دالة عند (0.01)
	مرتفعة	397	15.05	2.648	612	20.713	0.000	دالة عند (0.01)
الدرجة الكلية للتوافق الشخصي والاجتماعي	منخفضة	217	93.65	9.402	612	42.541	0.000	دالة عند (0.01)
	مرتفعة	397	127.24	9.267	612	42.541	0.000	دالة عند (0.01)

مناقشة الفرضية: من خلال الجدول رقم (31) نلاحظ أن قيمة (ت) قد بلغت (42.541)، والقيمة الاحتمالية بلغت (0.000) وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01)؛ وبالتالي ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة لوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي وأبعاده تُعزى إلى متغير المساندة الاجتماعية ولصالح الطلبة مرتفعي المساندة الاجتماعية.

وهذا يدل على أن الطلبة الذين تلقوا المساندة الاجتماعية كانوا أكثر توافقاً من الناحية الشخصية والاجتماعية من الطلبة الذين تلقوا مستوى ضعيف أو متوسط من المساندة الاجتماعية. **ويمكن تفسير ذلك بأن** الطالب الذي تلقى مساندة اجتماعية من الآخرين الواثق فيهم أصبح أكثر قدرة على المقاومة والتغلب على الاحباطات وجعلته قادراً على حل مشاكله بطريقة جيدة. فالفرد الذي ينشأ وسط أسرة مترابطة تسودها المودة والألفة بين أفرادها، أو وسط مجموعة من الأصدقاء يحبونه ويدعمونه، أو

يدرس في مدرسة أو جامعة تُقدّم له المساندة الدراسية وغيرها، يُصبح قادراً على تحمل المسؤولية ولديه صفات قيادية وأكثر قدرة على التفاعل الاجتماعي؛ لذا نجد أنّ المساندة الاجتماعية تزيد من قدرة الفرد على مقاومة الإحباط وتقلل من المعاناة النفسية في حياته الاجتماعية. وأنّ المساندة الاجتماعية يمكن أن تلعب دوراً هاماً في الشفاء من الاضطرابات النفسية، كما تُسهم في التوافق الإيجابي من الناحية النفسية والاجتماعية والشخصية والدراسية، والنمو الشخصي للفرد.

وهذا ما يتفق مع دراسة تورنر وويلسون وآخرون (Turner, Wilson, et, al, 2006) التي بينت أنّ الطلاب الذين كان لديهم مستويات مرتفعة من المساندة الاجتماعية حصلوا على محصلات مرتفعة جداً فيما يتعلق بسلوكيات تطوير الصحة في مجالات التنمية الروحية والعلاقات الإنسانية مع الآخرين والتحكم بالضغوط، التي تعتبر جوانب متعلقة بالتوافق الشخصي والاجتماعي.

كما يتفق مع دراسة كالفت وآخرون (Calvete, et, al, 2006) التي بينت أنّ الوسائل المستخدمة للتغلب على المشكلات وأعراض الأسى كان استخدامها منخفضاً لدى الأفراد الذين لديهم مساندة مرتفعة مقارنة مع الأفراد الذين لديهم مساندة اجتماعية منخفضة. على اعتبار أنّ قدرة الفرد على مواجهة المشكلات وأعراض الأسى هي جزء من التوافق الشخصي.

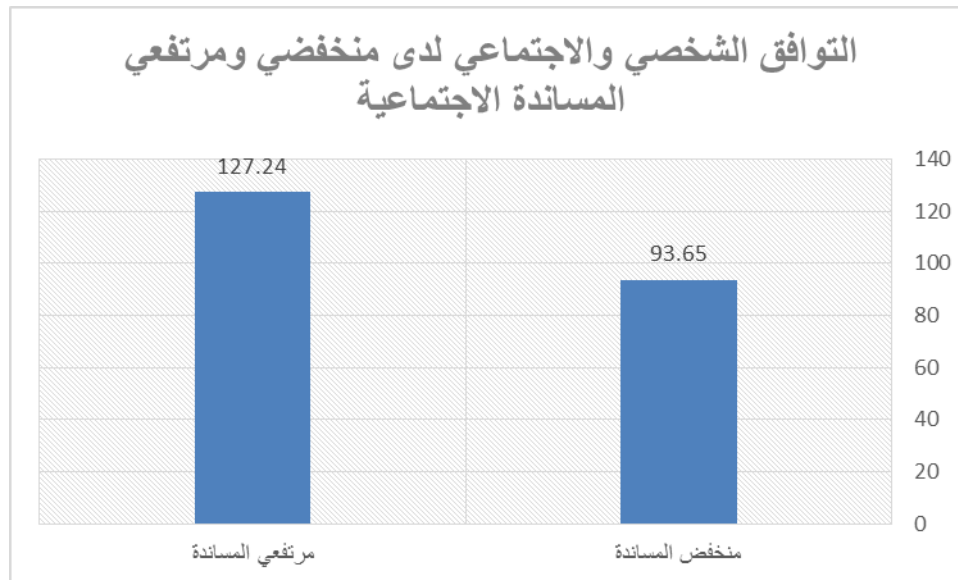
ويرى سارسونا (Sarsona, et. Al, 1983) أنّ هناك عنصرين هامين ينبغي أخذهما في الاعتبار وهما: إدراك الفرد أنّ هناك عدداً كافياً من الأشخاص في حياته يُمكن أن يعتمد عليهم عند الحاجة، وإدراك الفرد لدرجة رضاه عن هذه المساندة المقدمة له، مع ملاحظة أنّ هذين العنصرين يرتبطان ببعضهما البعض.

لذلك نجد أنّ المساندة الاجتماعية المرتفعة لدى الطلبة يُمكن أن تُسهم في تحقيق درجة مرتفعة لديهم من التوافق الشخصي والاجتماعي، والنمو الشخصي، وتقي الفرد من الاضطرابات النفسية عندما تقوى قدرة الفرد على مقاومة أحداث الحياة السلبية، ويصبح أكثر قدرة على مواجهة الأزمات والمشكلات في حياته.

ويشير عبد الخالق (1998) إلى أنّ أعلى نتائج لمستويات الاضطرابات النفسية وضعف التوافق توجد لدى الأفراد الذين يتعرضون لضغوط بيئية مرتفعة مع غياب أو ضعف دور المساندة الاجتماعية، وأنّ التعرض للأحداث الضاغطة لفترة طويلة ومستمرة لا تسبب القلق وضعف التوافق فحسب، بل إنها أيضاً تغير من معدلات كل من الاضطرابات النفسية، وتؤدي إلى التقدّم في العمر قبل الأوان.

ويرى تورنر ومارينو (Turner & Marino, 1994, 203) أنّ المساندة الاجتماعية تؤثر بطريقة مباشرة على سعادة الفرد وتوافقه الشخصي والاجتماعي عن طريق الدور المهم الذي تلعبه حينما يكون مستوى الضغوط مرتفعاً، أو بالنسبة للصحة النفسية مستقلة عن الضغوط.

والشكل الآتي يوضح اختلاف درجات منخفضي المساندة الاجتماعية ودرجات مرتفعي المساندة الاجتماعية في مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي:



الشكل (2) متوسطات درجات الطلبة تبعاً لمتغير مستوى المساندة الاجتماعية فيما يتعلق بالتوافق الشخصي والاجتماعي

الفرضية الثالثة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير الجنس.

للتحقق من صحة هذه الفرضية قام الباحث بحساب الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس المساندة الاجتماعية، تعزى إلى متغير الجنس (ذكور، وإناث)، باستخدام اختبار ت ستيودنت (t-test)، وجاءت النتائج كما في الجدول رقم (32):

الجدول (32) نتائج اختبار (ت) ستيودنت لدلالة الفروق بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير الجنس

القرار	مستوى الدلالة	قيمة ت	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط	العدد	متغير الجنس	المساندة الاجتماعية
غير دالة	0.475	0.715	612	16.993	110.32	237	ذكور	الدرجة الكلية
				16.800	109.32	377	إناث	للمساندة الاجتماعية

مناقشة الفرضية: من خلال الجدول رقم (32) نلاحظ أن قيمة (ت) قد بلغت (0.715)، والقيمة الاحتمالية بلغت (0.475) وهي غير دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)؛ وبالتالي تقبل الفرضية الصفرية وترفض الفرضية البديلة لعدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة الذكور والإناث على مقياس المساندة الاجتماعية تُعزى إلى متغير الجنس.

ويمكن تفسير ذلك بأن الطلبة الذكور والإناث في مرحلتَي المراهقة المتوسطة والمتأخرة يضعون أهمية كبيرة على علاقاتهم مع الآخرين، كما أنهم يعتمدون في تقديرهم لذاتهم على مدى نجاحهم أو فشلهم في علاقاتهم مع الآخرين، وهذه الطبيعة الخاصة تؤهلهم لكي يكونوا بنفس المستوى في طلب الحماية والمساعدة والدعم من الآخرين. وترى (بهادر، 1994، 379) أن الطلبة الذكور والإناث في مرحلة التعليم الثانوي يتعرضون لضغوط اجتماعية، ويواجهون ظروفًا جديدة ومتشابهة عندما يصلون إلى نهاية المرحلة الثانوية، ويبدوون في القلق على مستقبلهم. مما يؤدي إلى زيادة حدة الانفعالات لدى المراهق والتي تُعود إلى صعوبة التكيف مع المتطلبات والضغوط الحياتية والدراسية في هذه المرحلة، وتكون هذه الانفعالات قوية ولا يستطيع التحكم فيها، وتبدو غير منطقية. وبوجه عام يكون هناك تحسُّن في سلوكه الانفعالي بمرور الوقت ويصبح أكثر توافقاً.

وتتفق نتيجة هذه الدراسة مع دراسة النابلسي (2009) التي أكدت على عدم وجود فروق بين الجنسين على مقياس المساندة الاجتماعية، بينما تختلف نتيجة هذه الدراسة مع دراسة حداد (1989) التي بينت أن متوسطات الإناث أعلى من متوسطات الذكور على مقياس الدعم الاجتماعي، وتختلف مع دراسة مخيمر (1997) التي بينت أن الإناث أكثر سعيًا للحصول على المساندة والدعم من الآخرين في مواقف الشدة.

بالرغم من ذلك، فالطلبة من كلا الجنسين يتحسَّسان ويتأثران بسلوك الآخرين خاصة الوالدين، وأنَّ شعورهما بالأهمية والقيمة يتوقف على علاقتهما بالآخرين، وأنَّ كلاهما يسعى للحصول على دعم ومساندة الآخرين في المواقف الضاغطة، فالمساندة الاجتماعية تقيهم من الأمراض الجسمية والنفسية، فتوفير المساندة الاجتماعية تجعل الطالب يشعر بالقيمة والكفاية والقدرة على مواجهة الاحباطات، كما أنَّ المساندة من أهم مصادر الصحة النفسية للفرد، وفي حال غياب المساندة الاجتماعية يُصبح الطالب سواءً أكان ذكراً أم أنثى عرضةً للأمراض النفسية والجسمية، وبالتالي إلى ضعف التوافق الشخصي والاجتماعي. وهنا يشير كل من كيرمير ودورتي (Kirmeyer & Dougherty, 1998) إلى أنَّ المساندة الاجتماعية تقلل من مؤثرات الضغوط عن طريق تزويد الفرد على التوافق معها.

والمساندة الاجتماعية تعتبر مصدراً مهماً من مصادر الأمن الذي يحتاجه الطالب من محيطه الذي يعيش فيه، فعندما يشعر أنه لم يعد بوسعه أن يتحمل ما يقع عليه من الألم والضغط، فإنه يحتاج

إلى الآخرين للوقوف بجانبه، فتمده المساندة الاجتماعية بطاقة تعينه على تحمل الألم وتزيد من قدرته على المواجهة والصلابة.

الفرضية الرابعة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير المرحلة التعليمية (ثانوي ، جامعي).

للتحقق من صحة هذه الفرضية قام الباحث بحساب الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس المساندة الاجتماعية، تعزى إلى متغير المرحلة التعليمية (ثانوي، جامعي)، باستخدام اختبار ت ستيودنت (t-test)، وجاءت النتائج كما في الجدول رقم (33):

الجدول (33) نتائج اختبار (ت) ستيودنت لدلالة الفروق بين متوسطات درجات الطلبة أفراد عينة البحث على مقياس المساندة الاجتماعية تبعاً لمتغير المرحلة التعليمية

المساندة الاجتماعية	متغير المرحلة	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة	القرار
الدرجة الكلية للمساندة الاجتماعية	ثانوية	207	111.50	14.858	612	1.991	0.047	دالة عند (0.05)
	جامعة	407	108.80	17.752				

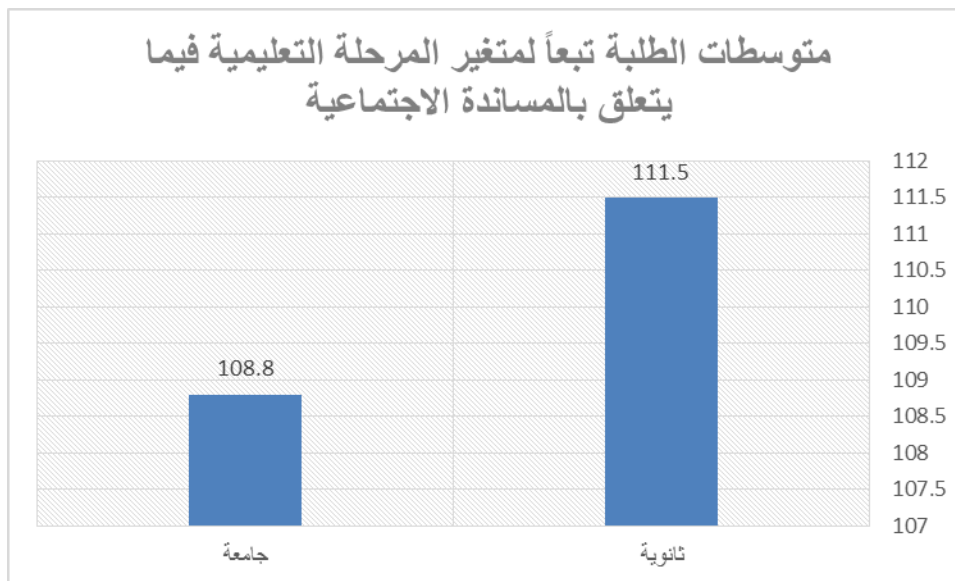
مناقشة الفرضية: من خلال الجدول رقم (33) نلاحظ أن قيمة (ت) قد بلغت (1.991)، والقيمة الاحتمالية بلغت (0.047) وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.05)؛ وبالتالي ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة لوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس المساندة الاجتماعية تُعزى إلى متغير المرحلة التعليمية ولصالح الطلبة في مرحلة التعليم الثانوي.

ويُمكن تفسير ذلك بأنَّ الطلبة في مرحلة المراهقة بحاجة إلى المساندة الاجتماعية أكبر من الطلبة الجامعيين بسبب تركز المراهق حول ذاته، واهتمامه بذاته أولاً وقبل كل شيء، لذا فهو بحاجة إلى مساندة ودعم الآخرين للعمل على التخلص من الحساسية الانفعالية، وتعزيز ثقته في ذاته وإشعاره أنه مثل الآخرين، وبالتالي تحقيق ذاته المتزايدة من خلال تنمية الشعور بالألفة والمودة.

كما أنَّ الطالب في مرحلة التعليم الثانوي بحاجة أكبر إلى دعم ومساعدة الآخرين، ويتم ذلك من خلال العمل على شغل أوقات فراغه واستثمار ميوله عن طريق المشاركة في الأنشطة الاجتماعية التي تتناسب مع شخصية المراهق وقدراته وميوله، وتشبع حاجاته الجسمية والعقلية والنفسية والاجتماعية في تحقيق أهداف بناءً منتجة.

فالمساندة الاجتماعية وإتاحة علاقات مُرضية للمراهق في مرحلة التعليم الثانوي تتميز، بالحب، والود، والثقة، تعمل على تحقيق التوافق النفسي والاجتماعي والشخصي والدراسي للمراهق. وهذا ما أكدته زهران حيث بين أن المراهق بحاجة إلى المساعدة في تنمية ميوله إلى فهم الآخرين وإلى تشجيع الميل على الزعامة والعمل على زيادة تقبل المسؤولية الاجتماعية الأمر الذي يشعر المراهق بالمواطنة والكانة الاجتماعية والثقة بالنفس. (زهران، 2005، 404).

والشكل الآتي يوضح اختلاف درجات الطلبة في التعليم الثانوي ودرجات الطلبة في مرحلة التعليم الجامعي في مقياس المساندة الاجتماعية:



الشكل (3)

متوسطات درجات الطلبة تبعاً لمتغير المرحلة التعليمية فيما يتعلق بالمساندة الاجتماعية

الفرضية الخامسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس:

للتحقق من صحة هذه الفرضية قام الباحث بحساب الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي، تعزى إلى متغير الجنس (ذكور، وإناث)، باستخدام اختبار ت ستيودنت (t-test)، وجاءت النتائج كما في الجدول رقم (34):

الجدول (34) نتائج اختبار (ت) ستيودنت لدلالة الفروق بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس

التوافق الشخصي والاجتماعي	متغير الجنس	العدد	المتوسط	الانحراف المعياري	درجة الحرية	قيمة ت	مستوى الدلالة	القرار
الرضا عن الذات	ذكور	237	15.19	2.555	612	3.416	0.001	دالة عند (0.05)
	إناث	377	14.40	2.947				
النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس	ذكور	237	15.13	2.134	612	3.340	0.001	دالة عند (0.01)
	إناث	377	14.51	2.311				
الأمان النفسي	ذكور	237	14.65	2.361	612	1.776	0.076	غير دالة
	إناث	377	14.33	2.137				
الشعور بالانتماء	ذكور	237	15.17	2.512	612	2.404	0.017	دالة عند (0.05)
	إناث	377	14.66	2.617				
المقدرة على التفاعل الاجتماعي	ذكور	237	15.76	2.912	612	0.047	0.941	غير دالة
	إناث	377	15.78	3.184				
المسؤولية الاجتماعية	ذكور	237	15.69	1.990	612	2.073	0.039	دالة عند (0.05)
	إناث	377	15.32	2.367				
المهارات الاجتماعية	ذكور	237	15.78	2.414	612	1.613	0.107	غير دالة
	إناث	377	15.45	2.478				

دالة عند (0.01)	0.000	5.364	612	3.010	14.43	237	ذكور	الميل العدائية
				3.127	13.06	377	إناث	
دالة عند (0.01)	0.002	3.180	612	15.065	121.81	237	ذكور	الدرجة الكلية للتوافق الشخصي والاجتماعي
				17.072	117.50	377	إناث	

مناقشة الفرضية: من خلال الجدول رقم (34) نلاحظ أن قيمة (ت) قد بلغت (3.180)، والقيمة الاحتمالية بلغت (0.002) وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01)؛ وبالتالي ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة لوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة الذكور والإناث على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي وأبعاده تُعزى إلى متغير الجنس ولصالح الطلبة الذكور عدا بُعدي: (المقدرة على التفاعل الاجتماعي، والمهارات الاجتماعية) لا يوجد فيها فروق ذات دلالة إحصائية.

ويمكن تفسير ذلك بأن الطلبة الذكور في مرحلتي التعليم (الثانوي والجامعي) وحسب نتيجة هذه الدراسة يحاولون جاهدين أكثر من الإناث إثبات ذواتهم وتوجيهها، ويبدو ذلك واضحاً في محاولتهم كسر أي قيود توضع على نشاطاتهم المستمرة لتحقيق الاستقلال، كما أن تثبتهم بأنفسهم وشعورهم بالكفاءة عالية جداً، ويظهر ذلك من خلال إحساسهم بحقيقة كيانهم وإدراكهم لواقع قدراتهم والتطلع إلى تحقيق طموحاتهم، إضافة إلى أن لديهم قدرة عالية على التحكم بانفعالاتهم والسيطرة عليها في المواقف الصعبة، وعلى اشباع حاجاتهم البيولوجية والاجتماعية بطريقة سوية لا تلقى رفضاً اجتماعياً، الأمر الذي يؤدي على استعادة الاتزان الانفعالي والشعور بالأمان النفسي، كما أنهم يسعون إلى تحقيق شعورهم بالانتماء إلى الجماعة من خلال تقديم خدماتهم لها والالتزام بما اصططلحت عليه الجماعة من معايير وأنماط سلوك والقيام بكافة المسؤوليات التي تقع على عاتقهم، وهذا يدل على مدى رشدهم وعقلانيتهم وبعدهم عن أنماط السلوك غير السوي.

أما فيما يتعلق بالمقدرة على التفاعل الاجتماعي والمهارات الاجتماعية فإن كل من الذكور والإناث يسعى جاهداً إلى التفاعل مع الآخرين ومساعدتهم في تحقيق حوائجهم والتعامل معهم من أجل المصلحة العامة، الأمر الذي يؤدي إلى حب الناس لهم وحبهم للناس.

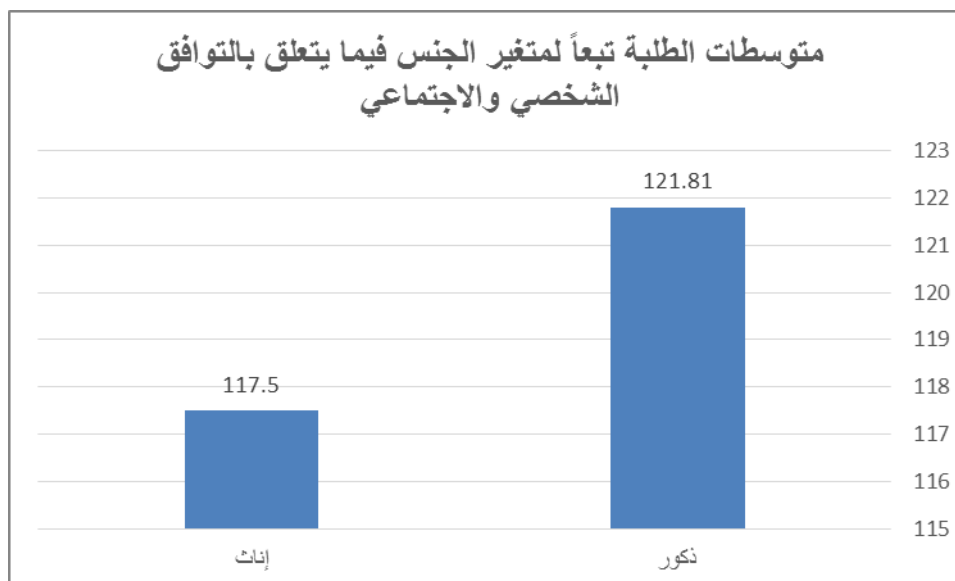
وتتفق نتيجة هذه الدراسة في بعدي (المقدرة على التفاعل الاجتماعي، والمهارات الاجتماعية) من مقياس التوافق الاجتماعي مع دراسة النابلسي (2009) التي أكدت على عدم وجود فروق بين الذكور والإناث على مقياس التوافق الاجتماعي، بينما تختلف نتيجة هذه الدراسة في باقي الأبعاد مع دراسة

النايلسي. كما تختلف نتيجة هذه الدراسة مع دراسة النايلسي التي أكدت أن الإناث أكثر توافقاً من الناحية الشخصية والعاطفية من الذكور.

كما تختلف نتيجة الدراسة الحالية مع دراسة الكنج (2010) التي أكدت على وجود فروق بين الذكور والإناث على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.

ويرى الباحث أن المدرسة والجامعة تقومان بدور كبير في تحقيق التوافق السوي اجتماعياً وشخصياً لدى الطلبة إذ تزودهم بالخبرات والمهارات والاتجاهات والسلوكيات الإيجابية التي تعكس قيم الثقافة السائدة في المجتمع، وتمكنهم من مواجهة الحياة بفاعلية، وكذلك الإسهام في بناء أنفسهم ومجتمعهم، وزيادة النضج الانفعالي لديهم، وتنمية الإحساس بالانتماء للجماعة، فإذا أدت كل من المدرسة أو الجامعة هذا الدور بفاعلية فهي تسهم في تحقيق التوافق السوي اجتماعياً وشخصياً للطلبة، وإذا فشلت فهي تسهم في التوافق اللاسوي لديهم.

والشكل الآتي يوضح اختلاف درجات الطلبة في مرحلة التعليم الثانوي والطلبة في مرحلة التعليم الجامعي في مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي تبعاً لمتغير الجنس:



الشكل (4)

متوسطات درجات الطلبة تبعاً لمتغير الجنس فيما يتعلق بالتوافق الشخصي والاجتماعي

الفرضية السادسة: لا توجد فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي تبعاً لمتغير المرحلة التعليمية (ثانوي ، جامعي).

للتحقق من صحة هذه الفرضية قام الباحث بحساب الفروق بين متوسطات درجات أفراد عينة البحث على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي، تعزى إلى متغير المرحلة التعليمية (ثانوي، جامعي)، باستخدام اختبار ت ستيودنت (t-test)، وجاءت النتائج كما في الجدول رقم (35):

الجدول (35) نتائج اختبار (ت) ستيودنت لدلالة الفروق بين متوسطات درجات الطلبة في المرحلة الثانوية والجامعة على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي

القرار	مستوى الدلالة	قيمة ت	درجة الحرية	الانحراف المعياري	المتوسط	العدد	متغير المرحلة التعليمية	التوافق الشخصي والاجتماعي
دالة عند (0.05)	0.016	2.405	612	2.751	14.32	207	ثانوية	الرضا عن الذات
				2.848	14.90	407	جامعة	
دالة عند (0.01)	0.002	3.118	612	2.187	14.35	207	ثانوية	النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس
				2.277	14.95	407	جامعة	
دالة عند (0.01)	0.003	3.034	612	1.995	14.07	207	ثانوية	الأمان النفسي
				2.319	14.65	407	جامعة	
دالة عند (0.01)	0.000	3.928	612	2.499	14.29	207	ثانوية	الشعور بالانتماء
				2.586	15.14	407	جامعة	
غير دالة	0.879	0.152	612	3.137	15.75	207	ثانوية	المقدرة على التفاعل الاجتماعي
				3.054	15.79	407	جامعة	
غير دالة	0.861	0.175	612	2.138	15.49	207	ثانوية	المسؤولية الاجتماعية
				2.285	15.45	407	جامعة	
غير	0.972	0.035	612	2.273	15.57	207	ثانوية	المهارات الاجتماعية

جامعة	407	15.58	2.548			دالة
ثانوية	207	12.90	2.992			دالة
جامعة	407	13.93	3.177	612	3.864	عند (0.01)
ثانوية	207	116.74	15.529	612	2.611	دالة
جامعة	407	120.39	16.781	612	2.611	عند (0.01)

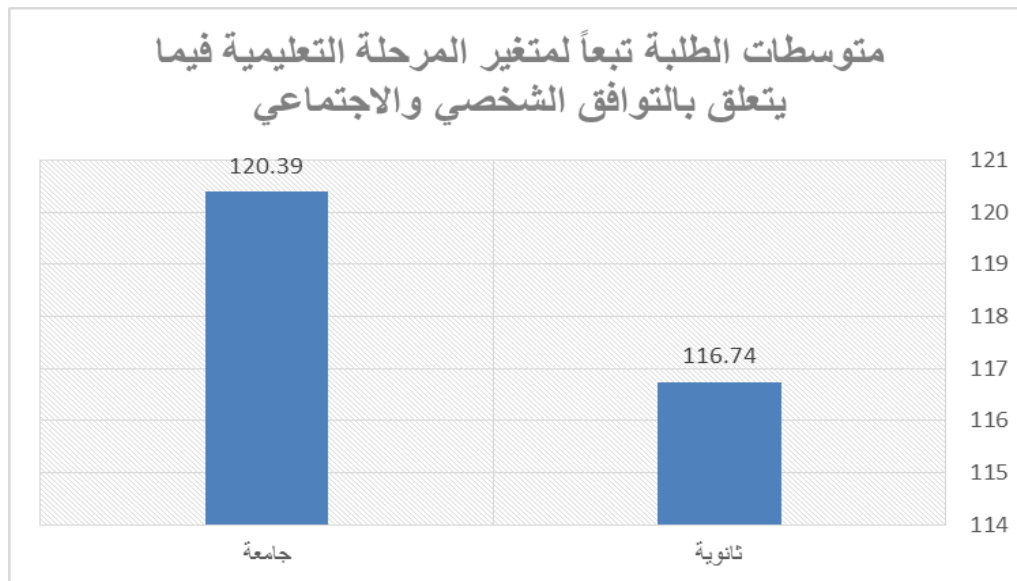
مناقشة الفرضية: من خلال الجدول رقم (35) نلاحظ أن قيمة (ت) قد بلغت (2.611)، والقيمة الاحتمالية بلغت (0.009) وهي دالة إحصائياً عند مستوى الدلالة (0.01)؛ وبالتالي ترفض الفرضية الصفرية وتقبل الفرضية البديلة لوجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي وأبعاده تُعزى إلى متغير المرحلة التعليمية ولصالح طلبة مرحلة التعليم الجامعي عدا أبعاده: (المقدرة على التفاعل الاجتماعي، المسؤولية الاجتماعية، المهارات الاجتماعية).

ويمكن تفسير ذلك بأن الطلبة في مرحلة التعليم الجامعي يتمتعون بنسبة أعلى من التوافق الاجتماعي والشخصي بسبب البيئة الملائمة للدراسة في الجامعة التي توفر للطلاب الفرصة للتعلم والنمو والنجاح والإبداع، فالطلبة يمتلكون قدرات عقلية تتبلور بشكل أفضل في مرحلة التعليم الجامعي، وهم أكثر نضجاً ويقدرّون أنفسهم ويكونون ذوي سلوك متزن مقارنة بزملائهم في مرحلة التعليم الثانوي ذوي التوافق المنخفض نسبياً عنهم. ونجد أن معظم هؤلاء الطلاب في مرحلة التعليم الجامعي قد التحقوا بالتخصص المرغوب فيه، وهذا ما ساعدهم على توافقه الدراسي والاجتماعي والشخصي.

وقد يُعزى ذلك إلى أن الطلبة في مرحلة التعليم الجامعي أكثر استبصاراً بالواقع الذي يعيشونه، والمجالات والمواضيع التي يدرسونها، ومن ثم هم أكثر وعياً وانفعالاً بما يحيط بهم من تحديات مهنية حالية ومستقبلية، ويحرصون على تحقيق الكفاية لمهنة المستقبل من خلال تطوير المهارات، والقدرات، والمواهب الشخصية بشكل دائم ومستمر، والاستعداد للتعامل مع الحياة القادمة. في حين أن طلبة مرحلة التعليم الثانوي لا يملكون القدرة على التغيير من جهة وصعوبة توظيف معارفهم ميدانياً من جهة أخرى، كما تدل هذه النتيجة على أن الطلبة في مرحلة التعليم الثانوي أقل رضا عن أنفسهم وعن مجتمعهم، ويجدون صعوبة في تكوين علاقات مثمرة مع الآخرين تتسم بالنجاح والاستمرار والاستقرار، وبالتالي انخفاض مستوى التوافق الاجتماعي والشخصي لديهم، حيث توجد مجموعة من العوامل التي يمكن أن تؤثر في السلوك الاجتماعي للطلبة في المرحلة الثانوية منها: الاستعداد واتجاهات الوالدين

وتوقعاتهما والاسرة ومستواها الاجتماعي والاقتصادي ورأي الرفاق ومفهوم الذات والمدرسة والمجتمع والثقافة. (زهران، 371، 2005).

والشكل الآتي يوضح اختلاف درجات الطلبة في مرحلة التعليم الثانوي والطلبة في مرحلة التعليم الجامعي في مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي:



الشكل (5)

متوسطات درجات الطلبة تبعاً لمتغير المرحلة التعليمية فيما يتعلق بالتوافق الشخصي والاجتماعي

- ثالثاً: مقترحات البحث.** في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث يقترح الباحث ما يلي:
- ❖ أن يقوم المربون والمرشدون بالاهتمام بالطلاب، والمحافظة على درجة سليمة من صحتهم النفسية عن طريق تشجيعهم على الاشتراك في الأنشطة كافة.
 - ❖ أن تقوم المدارس والجامعات بالتخفيف من الأعباء المالية عن بعض الطلبة المحتاجين ليتسنى لهم الانخراط في الدراسة والتفوق.
 - ❖ زيادة برامج التوعية للأهالي حول مشكلات مرحلة المراهقة وحاجاتها ومتطلباتها، ليتسنى لهم التعامل مع هذه الضغوط بطريقة سليمة وممنهجة، وزيادة التوافق الشخصي والاجتماعي لدى أبنائهم المراهقين.
 - ❖ أن يقوم أولياء الأمور بالتواصل المستمر مع المدارس والجامعات من أجل تعرف مشكلات أبنائهم التي تسبب ضعف التوافق الشخصي والاجتماعي لأبنائهم، ليتسنى لهم العمل على حلها بطريقة سليمة ومنهجة.
 - ❖ المساهمة الفاعلة في الاستقرار الاجتماعي لدى الطلبة بعد مرحلة التخرج الجامعي، من خلال الدعم المعنوي والمادي، الأمر الذي يؤدي إلى توفير الأمن النفسي والاجتماعي لديهم وبالتالي رفع مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لهم، والذي ينعكس بالإيجاب على أفراد أسرهم مستقبلاً.
 - ❖ من الضروري إجراء برامج واختبارات علمية حديثة سنوياً لمعرفة مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لديهم.
 - ❖ الاستمرار في تقديم المساندة والدعم النفسي والاجتماعي لطلبة الجامعة في مختلف السنوات الدراسية للطلبة من خلال المحاضرات والندوات التوعوية التي تشمل على المواضيع التي تبصر الطلاب وتنور لهم طريق المستقبل بهدف تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي لديهم.
 - ❖ ضرورة إشباع حاجات الطلاب النفسية والاجتماعية والدراسية التي من شأنها الشعور بالتوافق الشخصي والاجتماعي في الجامعة وفي مرحلة التعليم الثانوي.
 - ❖ الاهتمام بالإجراءات الوقائية من الاضطرابات النفسية عبر نشر مبادئ الصحة النفسية.
 - ❖ العمل على تكوين اتجاهات موجبة لدى الطلبة نحو ذواتهم، ونحو الآخر ونحو الجامعة أو المدرسة، وتكوين علاقات بين الطلاب تقوم على المحبة والثقة والاحترام مع كل من الأساتذة والمعلمين والعاملين داخل الجامعة أو المدرسة.

ملخص البحث:

1. ملخص البحث باللغة العربية:

المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالتوافق الشخصي والاجتماعي

"دراسة مقارنة بين مرحلتَي التعليم الثانوي والتعليم الجامعي في مدينة طرطوس"

أولاً: مشكلة البحث.

الإنسان لا يمكنه أن يعيش بمعزل عن غيره من البشر لأنه مفطور على الاجتماع مع غيره والاتصال بهم، وعلى تبادل المنفعة معهم، فيشبع بذلك حاجاته، ويسهم في إشباع حاجات الآخرين وهو من خلال هذا الاجتماع يتبادل الأفكار والقيم والمشاعر ويقدر الآخرين ويتلقى منهم التقدير ويشاركهم مشاعرهم ويستقبل منهم مشاركتهم إياه مشاعره، فالعلاقات الاجتماعية تبدأ من نقطة بسيطة، تبدأ بفردين وتتسع دوائرها حتى تصل إلى العالم أجمع، وقد تكون العلاقات ضعيفة أو تكون بالغة القوة، تبدو قوية في ظاهرها وعندما تدعو الحاجة إليها يظهر وهنها، وكما قد تبدو ضئيلة ولكنها عند الحاجة إليها تظهر متانتها. ففي دراسة "الخنج 2010" تبين وجود علاقة قوية بين اشباع الحاجات النفسية والتوافق الشخصي والاجتماعي.

المدرسة والجامعة تعدان من أكبر المؤسسات الاجتماعية التي تحقق أهداف المجتمع، وذلك من خلال سعيهما إلى تنمية قدرات الفرد وتزويده بالمعارف والمهارات وتعديل سلوكه وضبطه، كل ذلك لمحاولة بناء أفراد لديهم القدرة على تحقيق أهدافهم وطموحاتهم وذواتهم وسعيًا لفهم بيئاتهم، الأمر الذي يؤدي إلى توافق الفرد شخصياً واجتماعياً، فطلاب المرحلة الثانوية والجامعية يواجهون العديد من المشكلات الشخصية والاجتماعية، خاصة وهم في مرحلة عمرية مهمة جداً في حياة الإنسان، لذلك يجب مساعدتهم وتقديم النصح لهم وعلى كافة الأصعدة ليكونوا فعالين في المجتمع. (حكيمة وآخرون، 2011، 1).

المساندة الاجتماعية تعتبر أحد أهم مصادر الأمن الذي يحتاجه الإنسان من المجتمع الذي يعيش فيه، عندما يشعر أن هناك أمر ما يهدده ويشعر أن طاقته قد استنفذت ولم يعد بوسعه أن يقف ضد هذا الخطر المهدد له وأنه في حاجة ماسة إلى المعاونة والمساعدة وشد أزرها وعون من الخارج وخاصة عندما يريد أن يأتي هذا العون من أقرب الناس إليه. ففي دراسة "بيرغمان" تبين على أن المساندة الاجتماعية تزيد من شعور الفرد بالرضا عن ذاته وعن حياته.

ومن خلال ما سعى إليه "كابلان" في نظريته عن أنظمة المساندة ودورها في الصحة النفسية للمجتمع، فإن المساندة الاجتماعية تتضمن نمطاً مستديماً من العلاقات المتصلة أو المتقطعة التي

تلعب دوراً هاماً في المحافظة على وحدة النفس والجسم للفرد عبر حياته، حيث أوضح من وجهة نظره أن الشبكة الاجتماعية للفرد تزوده بالإمدادات الاجتماعية النفسية للمحافظة على صحته العقلية والنفسية. (Caplan, 1981, 417).

إنَّ التوافق الشخصي والاجتماعي يعدان عاملان رئيسيان للتفوق والتحصيل الدراسي والتماسك الاجتماعي، فتمتع الطالب بتوافق شخصي واجتماعي يساعده على تركيز الانتباه وينمي دافعيته للإنجاز، هذا التوافق يعتبر عاملاً رئيساً لتفسير وتحديد فعاليته وإنجازه وقوته، فارتفاع مستوى هذا التوافق يؤدي إلى ارتفاع معدل الدافعية والإنجاز مما يسهم في تخطي الفرد للصعوبات وتقليل سلبياتها. ومن خلال اطلاع الباحث على العديد من الدراسات العربية والأجنبية والأدبيات المتعلقة بمتغيرات البحث الحالي، ومن خلال عمل الباحث كمدرس في مدارس المرحلة الثانوية والجامعية ومشاهدته وملاحظته لحاجة الطلاب الماسة للدعم بكل أنواعه، أدرك ضرورة إجراء بحث يبرز الدور الذي تلعبه المساندة الاجتماعية التي يقدمها المجتمع والأسرة والأصدقاء والمدرسة والجامعة في تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي لدى الطلاب في المرحلة الثانوية والجامعية، حيث يوجد في مدارسنا وجامعاتنا الحالية نقص واضح في دعم الطلبة وتقديم العون لهم على أسعدة مختلفة، الأمر الذي يؤدي إلى تعرض الطلبة لاضطرابات نفسية عديدة تقودهم إلى عدم التوافق والانسجام مع مجتمعهم. وعلى ذلك تتمحور مشكلة البحث في السؤال التالي :

ما طبيعة العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتوافق الشخصي والاجتماعي لدى طلاب مرحلتي التعليم الثانوي والتعليم الجامعي؟

ثانياً: أهمية البحث: تنبثق أهمية البحث الحالي من النقاط الآتية:

- ◊ تظهر أهمية البحث من الجانب العلمي في كونها تفتح أبعاداً بحثية كثيرة لدراسات مستقبلية ذات علاقة بتنامي وتطوير الدور الذي تلعبه المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي للفرد الذي يمكن تلمس نتائجه من خلال تلمس الآثار النفسية والمعرفية والجسمية والسلوكية للطلاب في المدارس والجامعات.
- ◊ وضع تصور لتطوير عملية المساندة الاجتماعية وتوظيفها بالشكل الأمثل في حياة طلابنا.
- ◊ أهمية دراسة العلاقة الارتباطية بين المساندة الاجتماعية والتوافق الشخصي والاجتماعي لدى طلاب مرحلتي التعليم الثانوي والتعليم الجامعي في مدينة طرطوس.
- ◊ أهمية المساندة الاجتماعية التي تؤدي إلى تحسين وتطوير الجوانب الشخصية النفسية والاجتماعية والعلمية والعملية لدى طلاب المرحلة الثانوية والجامعية.

ثالثاً: أهداف البحث. سعى البحث إلى تحقيق الأهداف التالية:

- 1) قياس مستوى المساندة الاجتماعية لدى أفراد عينة البحث.
- 2) قياس مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لدى أفراد عينة البحث.
- 3) التعرف إلى العلاقة الارتباطية بين درجات المساندة الاجتماعية ودرجات التوافق الشخصي والاجتماعي لدى أفراد عينة البحث.
- 4) التعرف إلى دلالة الفروق بين مرتفعي ومنخفضي المساندة الاجتماعية في التوافق الشخصي والاجتماعي.
- 5) التعرف إلى دلالة الفروق بين الجنسين على مقياس المساندة الاجتماعية.
- 6) التعرف إلى دلالة الفروق بين مرحلتي التعليم الثانوي والجامعي على مقياس المساندة الاجتماعية.
- 7) التعرف إلى دلالة الفروق بين الجنسين على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.
- 8) التعرف إلى دلالة الفروق بين مرحلتي التعليم الثانوي والجامعي على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي.

رابعاً: أدوات البحث. تطلب البحث الحالي استخدام الأدوات التالية:

1. مقياس المساندة الاجتماعية من (إعداد الباحث).
2. مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي من (إعداد الباحث).

خامساً: المجتمع الأصلي وعينة البحث.

. المجتمع الأصلي:

يتألف المجتمع الأصلي من جميع الطلبة المسجلين في كليات جامعة تشرين / فرع طرطوس، وطلبة مدارس التعليم الثانوي في مدينة طرطوس للعام الدراسي (2013 - 2014م)، والبالغ عددهم (19.829) طالباً وطالبة بحسب الإحصائية الصادرة عن مديرية الإحصاء في مديرية التربية بطرطوس وشؤون الطلاب بجامعة تشرين / فرع طرطوس/.

ويتألف المجتمع الأصلي للكليات الدراسية في جامعة تشرين / فرع طرطوس/ التي طُبِّق فيها الباحث أدوات بحثه من (13069) طالباً وطالبة.

ويتألف المجتمع الأصلي لطلبة مدارس التعليم الثانوي في مدينة طرطوس التي طُبّق فيها الباحث أدوات بحثه من (6760) طالباً وطالبة.

. عينة البحث:

اختار الباحث العينة بعد الرجوع إلى مديرية الإحصاء في مديرية التربية بطرطوس وشؤون الطلاب بجامعة تشرين / فرع طرطوس/ التي سُحبت العينات العشوائية (الطبقية) منها وهي: (مدارس التعليم الثانوي، وكلية الهندسة التقنية، وكلية هندسة تكنولوجيا الاتصالات، والعلوم، والاقتصاد، والتربية، والآداب، والسياحة، والطب البشري)، واختار عدداً من الطلبة عشوائياً، بحيث يكون كل طالب أو طالبة في كل كلية من الكليات والمدارس الثانوية سابقة الذكر مرشحاً لتطبيق المقياس عليه، وعليه يُمكن القول: إن الاختيار تمّ بطريقة طبقية (الاختصاص الدراسي)، وبطريقة عشوائية (طالب أو طالبة)، وسحبت عينة بنسبة تمثيل بلغت (3.09%) من المجتمع الأصلي بواقع (614) طالباً وطالبة.

سادساً . ملخص نتائج الدراسة الميدانية.

. الإجابة عن أسئلة البحث:

- أظهرت النتائج وجود مستوى كبير في الدرجة الكلية لمقياس المساندة الاجتماعية.
- أظهرت النتائج وجود مستوى متوسط وكبير لمستوى المساندة الاجتماعية لدى أفراد عينة البحث من الطلبة.
- أظهرت النتائج أنّ مجموع الأبعاد كلّها، ومجموع بنود كلّ بعد يشير إلى وجود مستوى كبير للتوافق الشخصي والاجتماعي لدى أفراد عينة البحث من الطلبة ، إذ بلغ الوزن النسبي لاستجابة عينة البحث (72%). وكان من وجهة نظر أفراد عينة البحث أكثر الأبعاد التي استحوذت على رضا المبحوثين البعد المتعلق بالمقدرة على التفاعل الاجتماعي الذي جاء في المرتبة الأولى بوزن نسبي بلغ (74.2%)، وجاء في المرتبة الثانية بُعد المهارات الاجتماعية بوزن نسبي بلغ (73.6%)، وجاء في المرتبة الثالثة بُعد الشعور بالانتماء بوزن نسبي بلغ (73.5%)، وجاء في المرتبة الرابعة بُعد المسؤولية الاجتماعية بوزن نسبي بلغ (73.44%)، يتبعه في المرتبة الخامسة بُعد الرضا عن الذات بوزن نسبي بلغ (72.5%)، ثم جاء في المرتبة السادسة بُعد النضج الانفعالي والمقدرة على ضبط النفس بوزن نسبي بلغ (71.9%)، يتبعه في المرتبة السابعة بُعد الأمان النفسي بوزن نسبي بلغ (69.6%)، يليه في المرتبة الثامنة والأخيرة بُعد الميول العدائية بوزن نسبي بلغ (67.8%).

. نتائج فرضيات البحث:

الفرضية الأولى: وجود ارتباط مرتفع إيجابي في إجابات أفراد عينة البحث بين المساندة الاجتماعية، التوافق الشخصي والاجتماعي.

الفرضية الثانية: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي وأبعاده تُعزى إلى متغير المساندة الاجتماعية ولصالح الطلبة مرتفعي المساندة الاجتماعية.

الفرضية الثالثة: عدم وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة الذكور والإناث على مقياس المساندة الاجتماعية تُعزى إلى متغير الجنس.

الفرضية الرابعة: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس المساندة الاجتماعية تُعزى إلى متغير المرحلة التعليمية ولصالح الطلبة في مرحلة التعليم الثانوي.

الفرضية الخامسة: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة الذكور والإناث على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي وأبعاده تُعزى إلى متغير الجنس ولصالح الطلبة الذكور عدا بُعدي: (المقدرة على التفاعل الاجتماعي، والمهارات الاجتماعية) لا يوجد فيهما فروق ذات دلالة إحصائية.

الفرضية السادسة: وجود فروق ذات دلالة إحصائية بين متوسطات درجات الطلبة على مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي وأبعاده تُعزى إلى متغير المرحلة التعليمية ولصالح الطلبة الذكور في مرحلة التعليم الجامعي عدا أبعاد: (المقدرة على التفاعل الاجتماعي، المسؤولية الاجتماعية، المهارات الاجتماعية).

سابعاً: مقترحات البحث. في ضوء النتائج التي توصل إليها البحث يقترح الباحث ما يلي:

- ❖ أن يقوم المربون والمرشدون بالاهتمام بالطلاب، والمحافظة على درجة سليمة من صحتهم النفسية عن طريق تشجيعهم على الاشتراك في الأنشطة كافة.
- ❖ أن تقوم المدارس والجامعات بالتخفيف من الأعباء المالية عن بعض الطلبة المحتاجين ليتسنى لهم الانخراط في الدراسة والتفوق.
- ❖ زيادة برامج التوعية للأهالي حول مشكلات مرحلة المراهقة وحاجاتها ومتطلباتها، ليتسنى لهم التعامل مع هذه الضغوط بطريقة سليمة وممنهجة، وزيادة التوافق الشخصي والاجتماعي لدى أبنائهم المراهقين.

- ❖ أن يقوم أولياء الأمور بالتواصل المستمر مع المدارس والجامعات من أجل تعرف مشكلات أبنائهم التي تسبب ضعف التوافق الشخصي والاجتماعي لأبنائهم، ليتسنى لهم العمل على حلها بطريقة سليمة ممنهجة.
- ❖ المساهمة الفاعلة في الاستقرار الاجتماعي لدى الطلبة بعد مرحلة التخرج الجامعي، من خلال الدعم المعنوي والمادي، الأمر الذي يؤدي إلى توفير الأمن الاجتماعي لديهم وبالتالي رفع مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لهم، والذي ينعكس بالإيجاب على أفراد أسرهم مستقبلاً.
- ❖ من الضروري إجراء برامج واختبارات علمية حديثة سنوياً لمعرفة مستوى التوافق الشخصي والاجتماعي لديهم.
- ❖ الاستمرار في تقديم المساندة والدعم النفسي والاجتماعي لطلبة الجامعة في مختلف السنوات الدراسية للطلبة من خلال المحاضرات والندوات التوعوية التي تشمل على المواضيع التي تبصر الطلاب وتنور لهم طريق المستقبل بهدف تحقيق التوافق الشخصي والاجتماعي لديهم.
- ❖ ضرورة إشباع حاجات الطلاب النفسية والاجتماعية والدراسية التي من شأنها أن تؤدي إلى الشعور بالتوافق الشخصي والاجتماعي في الجامعة وفي مرحلة التعليم الثانوي.
- ❖ الاهتمام بالإجراءات الوقائية من الاضطرابات النفسية عبر نشر مبادئ الصحة النفسية.
- ❖ العمل على تكوين اتجاهات موجبة لدى الطلبة نحو ذواتهم، ونحو الآخر ونحو الجامعة أو المدرسة، وتكوين علاقات بين الطلاب تقوم على المحبة والثقة والاحترام مع كل من الأساتذة والزملاء والعاملين داخل الجامعة أو المدرسة.

قائمة المراجع

أولاً . المراجع باللغة العربية .
ثانياً . المراجع باللغة الأجنبية .



قائمة المراجع

أولاً: المراجع باللغة العربية.

- ابراهيم، معصومة.(1995). العلاقة بين اكتساب بعض المهارات الاجتماعية وبعض المتغيرات لدى طفل الروضة بدولة الكويت، جامعة عين شمس، مجلة الإرشاد النفسي، العدد الرابع، مصر.
- ابن منظور.(1988). لسان العرب، الجزء الثاني، القاهرة: دار إحياء التراث.
- أبو زهري، علي، وآخرون.(2008). اتجاهات طلاب الجامعات الفلسطينية نحو العنف ومستوى ممارستهم له، مجلة جامعة الأقصى، المجلد (12)، العدد الأول، فلسطين.
- أبو سريع، أسامة.(1995). الصداقة من منظور علم النفس، سلسلة عالم المعرفة ، العدد 179 ، المجلس الوطني للثقافة والفنون والآداب، الكويت .
- أبو سكران، عبد الله يوسف.(2009). التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بمركز الضبط (الداخلي - الخارجي) للمعاقين حركيا في قطاع غزة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- أبو شمالة، حسين.(2002). البيئة الأسرية والمدرسية وعلاقتها بالتوافق النفسي والاجتماعي والتحصيل الدراسي لدى المراهقين في قطاع غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأقصى، فلسطين.
- أبو طالب، علي منصور.(2011). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالامن النفسي لدى عينة من الطلاب النازحين وغير النازحين من الحدود الجنوبية بمنطقة جازان، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
- أبو هين، فضل خالد.(2001). تقدير الذات وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى الشباب الفلسطيني المشارك في انتفاضة الأقصى، مجلة جامعة الأقصى، المجلد (5)، جامعة الأقصى للعلوم التربوية، غزة، فلسطين.
- أحمد، رجب.(2003). الضوضاء والتلوث الفيزيقي والنفسي وأثره على الطفل.
- أحمد، سهير كامل.(2003). الصحة النفسية والتوافق، ط2، الاسكندرية: مركز الاسكندرية للكتاب.

- أحمد، شمس الدين أحمد. (1976). العمل مع الجماعات في محيط الخدمة الاجتماعية، القاهرة: مطبعة يوم المستشفيات للطباعة والنشر.
- الآغا، إحسان خلي. (2000). مقدمة في تصميم البحث التربوي، ط2، فلسطين: مكتبة آفاق.
- الأنصاري، بدر محمد. (2000). قياس الشخصية. الكويت: دار الكتب الحديث.
- أنيس وآخرون. (1973). المعجم الوسيط، ط2، القاهرة: دار المعارف.
- بخشى، أميرة. (1997). فاعلية برنامج لتنمية المهارات الاجتماعية في خفض مستوى النشاط الزائد لدى الأطفال المعاقين عقليا، جامعة عين شمس، مجلة كلية التربية، العدد 21، مصر.
- بدرة، سهاد. (2006). أثر برنامج إرشاد جماعي في تغيير معتقدات التحكم واستراتيجيات التوافق لدى عينة من طالبات سكن ذات النطاقين في جامعة اليرموك، رسالة ماجستير، جامعة اليرموك، كلية التربية، الأردن.
- البليهي، عبد الرحمن. (2008). أساليب المعاملة الوالدية كما يدركها الأبناء وعلاقتها بالتوافق النفسي، جامعة نايف العربية للعلوم الأمنية.
- بهادر، سعدية. (1992). المرجع في تربية الأطفال ما قبل المدرسة، ط2، القاهرة: دار النيل للطباعة.
- بهادر، سعدية. (1994). علم نفس النمو. القاهرة: مطبعة المدني.
- بهجت، محمد صالح. (1985). عمليات خدمة الجماعة، الاسكندرية: المكتب الجامعي الحديث.
- توفيق، عفاف. (1990). التوافق النفسي وعلاقته بالأداء في الكرة الطائرة لطالبات كلية التربية الرياضية للبنات الاسكندرية، مجلة التربية الرياضية، البصرة، العراق.
- تقاحة، جمال السيد. (2005). الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية من الآباء والآخرين لدى الأطفال العميان، جامعة المنصورة، مجلة كلية التربية، الجزء 2، العدد 58.

- جابر، جودت بني.(2004). علم النفس الاجتماعي، ط1، عمان: دار الثقافة للنشر والتوزيع.
- جبل، فوزي.(2000). الصحة النفسية وسيكولوجيا الشخصية، الاسكندرية: المكتبة الجامعية.
- جزر، سحر.(2001). مفهوم الذات لدى المرضى السيکوسوماتيين، رسالة ماجستير، جامعة عين شمس، مصر.
- الجسماني، عبد العلي.(1994). علم النفس الاجتماعي وتطبيقاته الاجتماعية والتربوية، بيروت: الدار العربية للعلوم.
- جلال، سعد.(1984). علم النفس الاجتماعي، ط2، الاسكندرية: منشأة المعارف.
- الجماعي، صلاح الدين.(2007). الاغتراب النفسي والاجتماعي وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي، القاهرة: مكتبة المدبولى.
- جمبي، نسرین صلاح.(2008). تقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى عينة من مجهولي الهوية ومعروفي الهوية من الذكور والإناث بمنطقة مكة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة.
- الجوهري، محمد.(2007). الاستبعاد الاجتماعي، مجلة عالم المعرفة، العدد 344، الكويت.
- حداد، عفاف.(1989). دور الدعم الاجتماعي المقدم من الأصدقاء في تحقيق الحاجات النفسية والاجتماعية: تطبيقات ارشادية، مجلة بحوث جامعة حلب، سلسلة الآداب والعلوم الانسانية، عدد14، ص 175-196.
- حداد، عفاف.(1995). سمة القلق وعلاقتها بمستوى الدعم الاجتماعي، مجلة دراسات الجامعة الأردنية، السنة 22، العدد 2، ص 929-950 .
- حراشة، أحمد.(2003). الضغوط النفسية واستراتيجيات التوافق لدى أخوة المعاقين في الأردن، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة اليرموك، الأردن.

- حسين، علي عبد الحسن.، وعبد اليمّة، حسين عبد الزهرة.(2011). التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بتقدير الذات لدى طلبة كلية التربية الرياضية جامعة كربلاء، مجلة القادسية لعلوم التربية الرياضية، المجلد (11)، العدد (3)، كربلاء، العراق.
- حكيمة وآخرون.(2011). أهمية المساندة الاجتماعية، مجلة العلوم الانسانية والاجتماعية، العدد 2، الجزائر.
- الحلبي، موقف هاشم.(2000). الاضطرابات النفسية عند الأطفال والمراهقين، مؤسسة الرسالة، ط2، بيروت.
- حمدي، نزيه، وموسى، جبريل.(1992). التكيف ورعاية الصحة النفسية، جامعة القدس المفتوحة، القدس.
- الخالدي، أديب.(2002). مرجع في الصحة النفسية، ط2، الدار العربية، ليبيا: الدار العربية.
- الخطيب، محمد جواد محمد.(2006). الإرشاد النفسي والصحة النفسية في الإسلام، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة، فلسطين.
- الخولي، هشام.(2002). الأساليب المعرفية وضوابطها في علم النفس، القاهرة: دار الكتاب الحديث.
- الخولي، هشام.، وخير الله، سحر.(2009). التعليم الحاني (الملطف): النظرية والاستراتيجيات، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- الدالي، رياض حازم فتحي عبد الله.(2004). أثر برنامج إرشادي باستخدام أسلوبين في تنمية التوافق النفسي والاجتماعي لدى طلاب المرحلة المتوسطة، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الموصل.
- الداهري، صالح حسين.(2005). مبادئ الصحة النفسية، ط1، القاهرة: دار وائل للنشر.
- الداهري، صالح حسن، والعبدي، ناظم هاشم.(1999). الشخصية والصحة النفسية، بغداد: دار الكتب للطباعة والنشر.

- الدخيل، محمد.(2002). النشاط المدرسي ومعوقاته في منطقة المدينة المنورة التعليمية في نظر مديري المدارس، اللقاء السنوي التاسع للجمعية السعودية للعلوم التربوية والنفسية المنعقد في رحاب جامعة الملك سعود، الرياض، السعودية.
- الدسوقي، راوية محمود.(1996).النموذج السلبي للعلاقة بين المساندة الاجتماعية والصحة النفسية، مجلة علم النفس، العدد 39، الهيئة العامة للكتاب، القاهرة.
- دسوقي، كمال.(1970). دينامية الجماعة في الاجتماع وعلم النفس الاجتماعي، ط1، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- الدعدي، غزلان شمسي محمد.(2009). الضغوط النفسية والتوافق الأسري والزواجي لدى عينة من آباء وأمهات الأطفال المعاقين تبعا لنوع ودرجة الإعاقة وبعض المتغيرات الديمقراطية والاجتماعية، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية.
- دمنهور، رشاد صالح.(1996). بعض العوامل النفسية والاجتماعية ذات الصلة بالتوافق الدراسي، دراسة مقارنة، مجلة علم النفس، عدد (38)، الهيئة المصرية للكتاب، القاهرة.
- دياب، مروان عبدالله.(2006). دور المساندة الاجتماعية كمتغير وسيط بين الأحداث الضاغطة والصحة النفسية للمراهقين الفلسطينيين، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- راضي، زينب.(2008). الصلابة النفسية لدى أمهات شهداء انتفاضة الأقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية، الجامعة الإسلامية، غزة .
- الربيعي، علاء جمال.(2011). الاضطرابات السلوكية والانفعالية لدى الأطفال الصم وعلاقتها بالتوافق الأسري، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- الرشيد، بشير.(1995). التعامل مع الذات، نموذج في الإرشاد النفسي والصحة النفسية، الكويت: دار السلاسل.
- رضوان، شعبان جاب الله.. وهريدي، عادل محمد.(2001). العلاقة بين المساندة الاجتماعية وكل من مظاهر الاكتئاب وتقدير الذات والرضا عن الحياة، مجلة علم النفس، العدد 58، القاهرة.

- رفاعي، قاسم.(1997). مدى فاعلية برنامج إرشادي في تنمية المهارات الاجتماعية لدى عينة من الأطفال المعاقين عقليا، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة عين شمس، مصر.
- زهران، حامد عبد السلام.(1977). الصحة النفسية والعلاج النفسي. ط2، القاهرة: عالم الكتب.
- زهران، حامد عبد السلام.(1997). الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط2، القاهرة: عالم الكتب.
- زهران، حامد عبد السلام.(2005). علم نفس النمو الطفولة والمراهقة. القاهرة: عالم الكتب.
- زيد، العربي محمد علي.(2003). فاعلية التدريب على استخدام جداول النشاط المصورة في تنمية بعض المهارات الاجتماعية وأثرها في خفض السلوك الانسحابي لدى الأطفال المتخلفين عقليا، رسالة ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق، مصر.
- السراج، هالة صلاح.(2011). استجابة الحزن والتوافق النفسي لدى الأطفال بعد الحرب الأخيرة على غزة وعلاقتها ببعض المتغيرات، الجامعة الإسلامية، غزة.
- السرسى، أسماء، وعبد المقصود، أماني.(2000). المساندة الاجتماعية كما يدركها المراهقين وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية، مجلة كلية التربية ببنها، المجلد 10، العدد 44، 197 - 244.
- سعيد، رياض.(2009). التوافق النفسي الاجتماعي للمسنين في الجزائر، رسالة دكتوراه، جامعة الجزائر.
- سفيان، نبيل.(2007). برمجة مقياس التوافق النفسي وأثره على بعض المتغيرات، جامعة تعز.
- السلامة، عبد الله صالح.(2000). تصديق وترديد الشائعات وعلاقتها بمفهوم الذات والمزاجية لدى الطلاب، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة، السعودية.
- سلطان، ابتسام محمود.(2009). المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة، عمان: دار الصفا للنشر والتوزيع.

- سليم، شاكراً مصطفى. (1981). قاموس الانثروبولوجيا، ط1، الكويت.
- السمدوني، السيد ابراهيم. (2001). الذكاء والتوافق المهني للمعلم، مجلة عالم التربية العدد الثالث.
- سمين، زيد بهلول. (1997). الأمن والتحمل النفسي وعلاقته بالصحة النفسية، أطروحة دكتوراه، الجامعة المستنصرية، كلية الآداب.
- سيد، الحسين بن حسن محمد. (2012). الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، جدة.
- السيد، فؤاد البهي. (1981). علم النفس الاجتماعي، ط2، القاهرة: دار الفكر العربي.
- الشاذلي، عبد الحميد محمد. (2001). الواجبات المدرسية والتوافق النفسي، المكتبة الجامعية الأزاريطة، الاسكندرية: مكتبة زهراء الشرق، القاهرة.
- شاش، سهير. (2002). التربية الخاصة للمعاقين عقليا بين العزل والدمج، مصر.
- الشاعر، درداح. (2005). اتجاهات طلبة الجامعات الفلسطينية في محافظات غزة نحو المخاطرة وعلاقتها بكل من المساندة الاجتماعية وقيمة الحياة لديهم، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة عين شمس، مصر.
- شاهين، هيام صابر. (2005). المساندة الاجتماعية كما يدركها عينة من مرضى السرطان وعلاقتها ببعض الأبعاد المزاجية والمعرفية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية الآداب، جامعة عين شمس.
- شتورا، جان بنجامان. (1997). الإجهاد أسبابه وعلاجه، ترجمة: أنطوان هاشم، بيروت: منشورات العويدات.
- شقير، زينب محمود. (2003). مقياس التوافق النفسي، ط1، القاهرة: مكتبة النهضة المصرية.
- الشناوي، أحمد وآخرون. (2001). التنشئة الاجتماعية للطفل، عمان: دار الصفاء للنشر والتوزيع.

- الشناوي، محمد محروس، عبد الرحمن، محمد السيد.(1994). المساندة الاجتماعية والصحة النفسية: مراجعة نظرية ودراسات تطبيقية، ط1، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- صالح، عواطف حسين.(2002). العزلة الاجتماعية وعلاقتها بالمهارات الاجتماعية والمساندة الاجتماعية لدى الشباب الجامعي، مجلة كلية التربية ببنها، المجلد 12، العدد 53، 179 - 229.
- الصبان، عيبر محمد حسن.(2003). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية والاضطرابات السيكلوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة المكرمة و جدة، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.
- الصويط، فواز محمد.(1429). الاختيار المهني وعلاقته بالتوافق النفسي لدى ضباط قاعدة الملك فهد الجوية، جامعة أم القرى، السعودية.
- صيام، صفاء.(2010). سمات الشخصية وعلاقتها بالتوافق النفسي للمسنين في محافظات غزة، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.
- الطحان، محمد خالد.(1987). مبادئ الصحة النفسية، دبي: دار العلم.
- الطيب، محمد عبد الظاهر.(1994). مبادئ الصحة النفسية، الإسكندرية: دار المعرفة الجامعية.
- عباس، محمد، نوفل، محمد، العبسي، محمد، أبو عواد، فريال.(2007). مدخل إلى مناهج البحث في التربية وعلم النفس. عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع.
- عبد الخالق، أحمد.(1998). الصدمة النفسية. الكويت: مجلس النشر العلمي.
- عبد الغفار، عبد السلام.(1990). مقدمة في علم النفس، بيروت: دار النهضة العربية.
- عبد اللطيف، آذار عباس.(2007). العلاقة بين الدعم الاجتماعي وبعض الحالات النفسية الانفعالية لدى المعوقين حركيا، رسالة دكتوراه، كلية التربية، جامعة دمشق.
- عبد اللطيف، مدحت.(1990). الصحة النفسية والتفوق الدراسي، بيروت: دار النهضة العربية للطباعة والنشر.
- عبد اللطيف، مدحت.(1999). الصحة النفسية والتفوق الدراسي، الطبعة الأولى، الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

- عبد الله، هشام إبراهيم.(1995). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالاكتئاب واليأس لدى عينة من الطلاب والعاملين، المؤتمر الدولي الثاني (الإرشاد النفسي لأطفال ذوي الحاجات الخاصة، الموهوبون - المعاقون)، مصر، مج 2، 473 - 516.
- عبد المقصود، حسينة.(2002). المسؤولية الاجتماعية لطفل ما قبل المدرسة، الطبعة الأولى، القاهرة: دار الفكر العربي للطباعة والنشر.
- عبد الوهاب، أماني .(2000). مقياس تقدير المهارات الاجتماعية للأطفال لماتسون، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- عبيد، ماجدة .(2002). مناهج وأساليب تدريس ذوي الاحتياجات الخاصة، عمان: دار صفاء للنشر والتوزيع.
- العتيبي، بندر بن محمد.(2008). اتخاذ القرار وعلاقته بكل من فاعلية الذات والمساندة الاجتماعية لدى عينة من المرشدين الطلابيين بمحافظة الطائف، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة أم القرى، السعودية.
- عثمان، فاروق السيد.(2009). الصدمات النفسية ما بعد الكارثة، مقدم في ندوة معالجة الصدمات النفسية أثناء الكوارث، جامعة الأمير نايف العربية للعلوم الأمنية، الرياض.
- عرفات، كايزرو.(2003). دراسة تقييم نفسي اجتماعي للأطفال الفلسطينيين، سكرتارية الخطة الوطنية للطفل الفلسطيني، فلسطين.
- العقاد، عبد اللطيف.(2001). سيكولوجيا العدوان وترويضها، القاهرة: دار غريب للنشر والتوزيع.
- علاء الدين، جهاد .(2004). التوافق النفسي للمتقاعدين من كبار السن الأردنيين العاملين وغير العاملين من كلا الجنسين، مؤتة للبحوث والدراسات، المجلد 19، العدد 7، 113 - 142 .
- علاوي، محمد حسن.(1998). سيكولوجية الجماعات الرياضية، ط1، مصر: مركز الكتاب للنشر.
- علي، صبرة محمد..، وشریت، أشرف محمد.(2004). الصحة والتوافق النفسي، الاسكندرية: دار المعرفة الجامعية.

- علي، علي عبد السلام.(2005). المساندة الاجتماعية وتطبيقاتها العملية، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- علي، عبد السلام.(2001). المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالتوافق مع الحياة الجامعية لدى طلاب الجامعة المقيمين مع أسرهم والمقيمين في المدن الجامعية، مجلة علم النفس، العدد 53، الهيئة العامة للكتاب، القاهرة.
- علي، علي عبد السلام.(2000). المساندة الاجتماعية وأحداث الحياة الضاغطة وعلاقتها بالتوافق مع الحياة الجامعية، مجلة علم النفس، العدد 53، القاهرة.
- علي، محمد سليمان.(2012). التوافق النفسي للمسنين وعلاقته ببعض العوامل الأسرية والإعلامية(دراسة ميدانية على عينة من المسنين في محافظة دمشق)، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة دمشق، دمشق .
- عودة، محمد محمد محمد.(2010). الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة، رسالة ماجستير غير منشورة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- عوض، عباس محمود.(1990). علم النفس العام، مصر: دار المعرفة الجامعية.
- العيسوي، عبد الرحمن.(1990). الإرشاد النفسي، الاسكندرية: دار الفكر العرب.
- غانم، محمد حسن .(2002). المساندة الاجتماعية المدركة وعلاقتها بالشعور بالوحدة النفسية والاكتئاب لدى المسنين والمسنات المقيمين في مؤسسات إيواء وأسر طبيعية، مجلة دراسات عربية في علم النفس. مصر، ع 3، مج 1، 35 - 89.
- غنيم، سيد أحمد.(1973). سيكولوجية الشخصية، ط1، القاهرة: دار النهضة العربية.
- فايد، حسين علي.(2001). دراسات في الصحة النفسية، ط 1، المكتب الجامعي الحديث.
- فروجة، بلحاج.(2011). التوافق النفسي والاجتماعي وعلاقته بالدافعية للتعلم لدى المراهق المتمدرس في التعلم الثانوي، رسالة ماجستير غير منشورة، جامعة مولود معمري، تيزي وزو، كلية الآداب والعلوم الإنسانية، الجزائر.

- فوزي، أحمد أمين.، وبدر الدين، طارق محمد.(2001). سيكولوجية الفريق الرياضي، ط1، القاهرة: دار الفكر العربي.
- القريطي، عبد المطلب.(2003). في الصحة النفسية، ط3، القاهرة: دار الفكر العربي.
- قشطة، عبد الحليم.(1981). الجماعات والقيادة، جامعة الموصل، العراق: دار الكتب للطباعة والنشر.
- قشقوش، إبراهيم.(1989). سيكولوجية المراهقة. ط3، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- كتلو، كامل حسن محمد.(2006). مفهوم الذات وعلاقته بالتوافق النفسي والاجتماعي لدى أبناء الشهداء في محافظة الخليل، رسالة ماجستير غير منشورة ، كلية التربية، جامعة عين شمس.
- الكحلوت، أماني حمدي شحادة.(2011). دراسة مقارنة للتوافق النفسي والاجتماعي لدى أبناء العاملات وغير العاملات في المؤسسات الخاصة في مدينة غزة، الجامعة الإسلامية، غزة.
- كريتش، دافيد.، وآخرون.(1974). سيكولوجية الفرد في المجتمع، ترجمة حامد عبد العزيز الفقي، وسيد خير الله، القاهرة: مكتبة الأنجلو المصرية.
- الكنج، أحمد.(2010). الحاجات النفسية وعلاقتها بالتوافق الشخصي والاجتماعي والتحصيل الدراسي، رسالة ماجستير في علم النفس التربوي، كلية التربية جامعة دمشق، دمشق.
- الكيلاني، عبدالله زيد، والشريفين، نضال كمال.(2007). مدخل إلى البحث في العلوم التربوية والاجتماعية، ط 20، عمان: دار المسيرة للنشر والتوزيع والطباعة.
- لبوز، عبدالله.، و حجاج، عمر.(2013). علاقة أساليب التنشئة داخل الأسرة بتوافق التلميذ داخل المدرسة، الملتقى الوطني الثاني: الاتصال وجودة الحياة في الاسرة، جامعة قاصدي مرياح، ورقلة، الجزائر.
- اللحامي، نهى.(2003). المهارات الاجتماعية المدرسية وعلاقتها ببعض المتغيرات النفسية لدى الأطفال المتخلفين عقليا والعاديين، مجلة مركز معوقات الطفولة، العدد (11)، جامعة الأزهر، مصر.

- المبدل، منيرة.(2001). إدراك الضغوط النفسية وعلاقته ببعض سمات الشخصية لدى عينة من طالبات جامعة الملك سعود بمدينة الرياض، رسالة ماجستير، جامعة الملك سعود، الرياض، السعودية.
- مجذوب، فاروق.(1992). دينامية المجال العدواني عند الإنسان، مجلة الثقافة النفسية، العدد 11، الجزء 9، ص 65-76.
- محمد، محمد جاسم.(2004). مشكلات الصحة النفسية أمراضها وعلاجها، الكويت.
- محمد، محمد.(2004). علم النفس التربوي وتطبيقاته، الكتاب النفيس، عمان: دار الثقافة.
- مخيمر، عماد محمد.(1997). الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرات وسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعيين، مجلة دراسات نفسية، العدد 17، المجلد 7، 103-138.
- المدهون، عبد الكريم.(2004). المساندة الاجتماعية كما يدركها المعاقون حركيا وعلاقته بالصحة النفسية في محافظة غزة، مجلة الارشاد النفسي، جامعة عين شمس، العدد 18، 137 - 147.
- مرسي، كمال ابراهيم.(1996). مرجع في علم التخلف العقلي، الكويت: دار القلم.
- مرعي، توفيق، وبلقيس، أحمد .(1984). الميسر في علم النفس الاجتماعي، ط2، عمان: دار الفرقان.
- مكّي، فتحي.(2006). التوافق الزوجي وعلاقته ببعض سمات الشخصية، رسالة ماجستير غير منشورة، كلية التربية، جامعة الأزهر، غزة.
- المليجي، حلمي.(2000). علم النفس المعاصر، بيروت: دار النهضة العربية.
- المنسي، حسن.(1998). ديناميات الجماعة والتفاعل الصفي، عمان: دار الكندري.
- مهداوي، عبد الله محمد.(2010). معنى الحياة و المساندة الاجتماعية وتوكيد الذات وبعض الاضطرابات النفسية (القلق و الاكتئاب) لدى المصابين في حوادث المرور بمنطقة مكة المكرمة، رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

- موسى، وفاء.(2002). الاغتراب لدى طلبة جامعة دمشق وعلاقته بمدى تحقيق حاجاتهم النفسية، رسالة ماجستير، جامعة دمشق، دمشق، سورية.
- ميخائيل، امطانيوس.(2008). مقياس شط للذكاء الانفعالي SEIM البنود والتعليمات ودراسات الثبات والصدق وقوائم المعايير. كلية التربية، منشورات جامعة دمشق، دمشق.
- ميلاد، محمود،، الشماس، عيسى.(2012). مناهج البحث في التربية وعلم النفس. كلية التربية، منشورات جامعة دمشق، دمشق.
- النابلسي، حياة.(2009). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغط النفسي والتوافق مع الحياة الجامعية. رسالة مقدمة لنيل درجة الماجستير في علم النفس، كلية التربية جامعة دمشق، دمشق.
- نجاتي، محمد عثمان.(1989). الحديث النبوي وعلم النفس، القاهرة: دار الشروق.
- النيال، مایسة أحمد.(2002). سيكولوجيا التوافق، القاهرة.
- الهابط ، محمد.(1987). التكيف والصحة النفسية، ط2، القاهرة: المكتب الجامعي الحديث.
- وافي، لیلی.(2006). الاضطرابات السلوكية وعلاقتها بمستوى التوافق النفسي لدى الأطفال الصم والمكفوفين، الجامعة الاسلامية، غزة.
- ياسين، عطوف محمود .(1981). مدخل في علم النفس الاجتماعي، بيروت: دار النهار للنشر.
- يوسف، جمعة،، وخليفة، عبد اللطيف.(2000). الخجل والتوافق الاجتماعي - مقارنة بين طلاب الجامعة السعوديين والكويتيين، مجلة العلوم الاجتماعية، المجلد الثامن والعشرون، العدد الثامن.
- يونس، انتصار.(بدون عام). السلوك الإنساني، مصر: دار المعارف.

ثانياً: المراجع باللغة الأجنبية.

- Anastasi, A., Urbina, S. (1997). **Psychological Testing**. Prentice – Hall, Inc., New Jersey, U. S. A.
- Asch,S.A.(1952): **Social psychology**,London&New york,long man.

- Atwater,E.(1990):**Psycholog of Adjustment**:Personal Growth in Changing.World New York, Cliffs Printice_ hall.
- Bergman,C.S.plomi,R.pedersen,N.L.McClean,G.E.and psychological well – being. psychology and Agin, vol. 106 ,No. 4, pp 640- 646.
- Bouchard,G & Theriault,E.(2003):Defense Mechanisms and Coping Strategies in Conjugal Relationships. **International Journal of psychology**.38(2),97-90.
- Boyd,K.& Hrycaiko,D.(1997):The effect of physical activity intervention package on the self-esteem of pre-adolescence and adolescent females. Education Abstract.1/95-11/98.
- Calvete,et.al,(2006).Perceived social support coping, and symptoms of distressin American and Spanish students, volume 19, numero;1,p:47-65.
- Caplan, G.(1981) Mastery of stress: psychological aspects. **American Journal of Psychiatry**.Vol.138.
- Castles,E &Class, C.R(1986):Training in social and interpersonal problem, solving skills for mildly and moderately mentally retarded adults,**American jornal of mental deficiency**, vol(1),no(1).
- Cohen, s.,Sherrod, D. R., & clark , M.S. (1986). Social skills and stress: protective role of social support, journal of personality and social psychology 50, (5). USA.
- Combs,M&Slapy,D(1977):Social skills training with children advaces in clinical psychology, New York,vol(1).
- Corsini,R.L(1984):Self-Esteem.The Encyclopedia of psychology, volume1,289-290.
- Cutrona , C. (1996). Social support. Cauples , **London , sage publication** , 1- 38.

- Demaray,(2005). The relationship between social support and student adjustment; Alongitudinal Analysis,voume 42,numero;7.p:691-707.
- English,h . & English, A.(1983):comprenension Dectionary of psychological and psychoalytic terms : new york : long green westen drew (1997) : psychology :maid, brain, and culture. **New York** : jogh wiley & sons.
- Feldman,K.(1989):Adjustment:Apprying Rsyncnology in Conlex World,**New York**,MC Gaw Hill.
- Harris,Christine.(1992):The relationship between physical fitnees and attendance in school,academic achievement and self-esteem .Doctoral dissertation.**United States International University**. Dissertation Abstract , 1992-1996.
- Holahan, C. , Moos, R. (1985). Life stress and health: personality, coping, and family support in stress resistance. **Journal of Abnormal Psychology**, Vol. 49, (3), 739-747.
- Isaacs,A.F.(1982):Self-Esteem Giftedness Talent Creativity and suicide.the creative child and adult quartory, vol.11.
- Kaplan, R. M., Sallis, J. F., Patterson, T.L. (1993). Health and human behavior, New York: McGraw-Hill, Inc.
- Kirmeyer, S., Dougherty, A. (1998). Loneliness, depression, and social support of patients with COPD and their spouses. Public Health Nursing, Vol. 10, (4), 245-251.
- Kret, Amach.(2006).Hrelate douility of life social support and university of scince and technology.
- Larose, Simon, et.al(2001):social support processes, Mediators of attachment state of mind and adjustment in late adolescence, attachment and human development, apr , vol, 3 issue 1, p. 96- 120, 25 p. 3 charts. <http://search.ebscohost.com/login.aspx?direct=4438506>.

- Leavy,R.(2009):Social support and Psychological disorders:Areview . **Journal of community Psychology**. 33- 21.
- Libet,I.M & Lewinsahn,P.M(1973):Conecept of Social skills with special reference to the behavior of depressed, **journal of consulting and clinical psychology**,vol (1).
- Loesch,M,E.(2005):social support, contact with siblings, and contact with extended family members as predictors of the development of social skills- Alliant international university, los Angles, vol35,p13-83.
- Mohanraj, R.& Lath(2005): perceived family environment in relation to adjustment and academic achievement. **Journal of the Indian academy of applied psychology**, 31(1-2), pp. 18- 23.
- Natvig , Gerd. et.al(2003).Methods of Teaching, and class participation in relation to perceived social support and stress;modifiable-factors for improving health and wellbeing among.students.educational,psychology,vol;23,numero;3,numerogs. p:261-274.
- Parker, Robin, (1999): Differences in stress and social support among students entering urban, urban fringe or suburban middle schools, journal code Rie MAR2001 <http://search.ebscohost/login.aspx>, Accession number ED445768.
- Rubina, Hanif . (2004). Teacher Stress, Job Performance And Self Efficacy Of Women School Teachers. PhD thesis, Quaid-i-Azam University, Islamabad Psychology & Developing Societies, Vol. 15, No. 2, 187-200.
- Sarason, I.G., Levine, H. M. Bashman, R. B., Sarason B. R. (1983). Assessing social support. **Journal of Personality and Social Psychology**, Vol. 44, (1), 127-139.
- Simons,et.al.(1994):Humanadjustment,WM.S.Brown,Communion s,Lowa,USA.

- Stroebe,et,al(1996): Hearts or broken bonds. Love and deathin historical perspective. **American psychologist**, vol 47 ,no 10,p1205-1212.
- Turner, R. & Marino, F. (1994). Social support and social structure : a descriptive epidemiology. **Journal of health & social behavior**, vol . 35, 193- 212.
- Turner,Wilson (2006): Relious orientation and social support on health-promoting behaviors of African American college students, **journal of community psychology**, Jan. vol 34, issue 1, p. 105-115, 11p.
- Weiten,W.,& Loyd,M.(1997):Psychology applied to modern life (5thed)pacific Grove,CA:Brooks/Col.
- Whitly,W.T.(2003):Coping and Defening: age Defrences in Maturity of Defence Mechanisms and Coping Strategies.Aging and Mental Health.7(2),123-132.
- Yohhuey, Jou(1995). Effects of social support on adjustment of Chinese in Japan, **The journal of social psychology**, volume135 numero, hs, p. 261- 274.

الملاحق

الملحق(1): قائمة بأسماء السادة المحكمين وقد تمّ ترتيبها أبجدياً.

الملحق(2): الموافقات الرسمية لتطبيق أدوات البحث.

الملحق(3): مقياس المساندة الاجتماعية بصورته النهائية.

الملحق(4): مفتاح تصحيح مقياس المساندة الاجتماعية.

الملحق(5): مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي بصورته النهائية.

الملحق (1)

قائمة بأسماء السادة المحكمين وقد تمّ ترتيبها أبجدياً

م	السيد المحكم	الصفة العلمية	جامعة دمشق
1	أ.د. أحمد الزعبي	الأستاذ في قسم الإرشاد النفسي	كلية التربية
2	د. رنا قوشحة	المدرس في قسم القياس والتقويم النفسي والتربوي	كلية التربية
3	د. عزيزة رحمة	المدرس في قسم القياس والتقويم النفسي والتربوي	كلية التربية
4	د. غسان منصور	الأستاذ المساعد في قسم علم النفس	كلية التربية
5	أ.د. كمال بلان	الأستاذ في قسم الإرشاد النفسي	كلية التربية
6	د. محمد عماد سعدا	الأستاذ المساعد في قسم علم النفس	كلية التربية
7	أ.د. محمود ميلاد	الأستاذ في قسم علم النفس	كلية التربية

الملحق (2)

الموافقات الرسمية لتطبيق أدوات البحث

السيد مدير التربية في مدينة طرطوس المحترم

مفضلاً: جبران يوسف عاتق، المدير في كلية التربية الثانية بجامعة تشرين، مؤخرًا طالباً الفحص
وإفلاً الكلية التربوية في جامعة دمشق للتحول على درجة الماجستير والدكتوراه على
أختصاص علم نفس العمور.

يرجى الكرم بالموافقة على ما عدي في التحول على بياناً عن أعداد الطلبة المسجلين في
مرحلة البكالوريوس للعام الدراسي ٢٠١٤-٢٠١٥، وما عدي على سبيل موهبة في تطبيق
المتايسر الخاصة بقبول كيمي على طلاب مرحلة البكالوريوس في مدينة طرطوس، علماً أن
كيمي هو بقبول:

" المادة الاجتماعية وعلاقتها بالوقت الشخصي والجماعي "

وراسة مقارنة بين موهبة البكالوريوس والعلوم الجامعية في مدينة طرطوس

الرقم	١٤٩٥
التاريخ	١ / ١ / ٢٠١٤
الوقت	١٠ / ١٠ / ٢٠١٤

وتفقدوا بقبول فائق الحق في والتقدير

السيد المدير

المدير جبران عاتق

(الختم)

٤٩٥

مدير التربية في طرطوس
١٦ تموز ٢٠١٤ م
عبد الكريم عاتق صديقا

صديقا

السيد الأستاذ الدكتور مدير فرع جامعة طرطوس المرم

مقدمه: جبران يوسف عامل، الميدي في كلية التربية الثانية، بجامعة تشرين، والموند حاليا
ايضاً دافعاً إلى كلية التربية في جامعة دمشق للحصول على درجة الماجستير والدكتوراه
في اختصاص علم نفس النمو.

يرجى التكرم بالموافقة على مساعدتي في الحصول على بيان عن أعداد الطلبة المسجلين في
كلية جامعة طرطوس للعام الدراسي ٢٠١٤ - ٢٠١٥، والمساعدة على تسجيل مصدري في
في تطهيت المتايين الى هذه بنوان. بحسب على طلاب كليات جامعة طرطوس، علماً أن بحسب هو:
الماندة الاجتماعية وعلافتاً بالوقت الحثي والرهجاني
ادراسة مناهج بني موهلي السيم الناري والتعلم الماصي في موهلي طرطوس ١١

وتفضلوا بقبول فائق الاحترام والتقدير

المدير جبران عامل

٢٩



لسادة عماد الحكيم
لدى عماد ضيف الاطباء الى
١٤١٠/١٠/١٤

الملحق (3)

مقياس المساندة الاجتماعية بصورته النهائية

عزيزي الطالب عزيزتي الطالبة :

فيما يلي مجموعة من العبارات الرجاء التكرم بقراءتها بشكل جيد ومن ثم تحديد مدى انطباقها عليك بشكل عام، وذلك بوضع إشارة (X) حول الخيار الذي ينطبق عليك، علما أن إجابتك سوف تستخدم لأغراض البحث العلمي، فيرجى أن يكون اختيارك للإجابة موضوعيا وصادقا.

البيانات الشخصية :

الجنس

المدرسة

السنة الدراسية : أول ثانوي ثاني ثانوي ثالث ثانوي

الاختصاص

العمر

شاكرين تعاونكم

الرقم	العبارات	الأسرة	المدرسة	الأصدقاء	المجتمع	لا تنطبق	تنطبق بدرجة قليلة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة كبيرة جدا
1	أحصل على المعلومات و النصائح التي تساعدني في اتخاذ قراراتي المصيرية (كالزواج أو الدراسة) من قبل:									
2	من يساعدني على تصحيح موافقي الخاطئة هو:									
3	عندما أواجه مشكلة ما ألجأ إلى طلب العون من:									
4	ألجأ لطلب الدعم للحصول على فرصة عمل إلى:									
5	تكون لي مكانة عالية في المجتمع عندما أتلقي الدعم والمساندة من:									
6	عندما أفقد إنسانا عزيزا فإنني أحتاج إلى الدعم و المساندة من:									
7	أشعر أنني محط اهتمام و إعجاب من قبل:									
8	أتحدث بحرية حول مشكلاتي الخاصة مع:									
9	أشعر بالراحة النفسية عند تلقي الدعم العاطفي من:									
10	من يقدم لي الدعم المالي هو:									
11	يمكنني متابعة دراستي والتفوق فيها عندما أتلقي المساندة من:									
12	من يقوم بمواساتي وطمأنتي عندما أتعرض لحادث ما:									
13	أكثر من يتغاضى عن عيوبي أو أخطائي هو:									

									أشعر بالسعادة من خلال مشاركتي في الحديث عن اهتماماتي مع:	14
									عندما لا أستطيع معرفة ماذا أفعل أطلب النصيحة من:	15
									أستطيع التعايش مع مرضي عندما أجد الدعم والمساندة من:	16
									إن أكثر من يعبر عن صدق مشاعره نحوي هو:	17
									أكون علاقات اجتماعية جيدة مع الآخرين عندما أتلقي الدعم من:	18
									أناقش خطط حياتي المهنية والمستقبلية مع :	19
									عندما أتعرض للإحباط و العزلة ألبأ إلى:	20
									أكافأ على الأعمال التي أقوم بها من قبل:	21
									ساعدني في إنجاز أحد أعمالي مؤخراً :	22
									أندمج في المجتمع بسهولة عندما أتلقي الدعم والمساندة من:	23
									من يساعدني على تبديل مشاعري السلبية نحو ذاتي أو الآخرين:	24
									أتعامل مع مخاوفي و قلقي بشكل طبيعي عندما أتلقي الدعم و المساندة من:	25
									يمكنني رفع روحي المعنوية عن طريق المزاح و التسلية مع:	26
									الأكثر تقديرا لإنجازاتي الشخصية هو:	27
									في أوقات الشدة أعتمد على التوجيهات والنصائح من:	28
									من يؤمن لي الجو الدراسي المريح هو:	29
									أتحدث بحرية ودون خوف مع:	30

مقياس المساندة الاجتماعية بصورته النهائية

عزيزي الطالب عزيزتي الطالبة :

فيما يلي مجموعة من العبارات الرجاء التكرم بقراءتها بشكل جيد ومن ثم تحديد مدى انطباقها عليك بشكل عام، وذلك بوضع إشارة (X) حول الخيار الذي ينطبق عليك، علما أن إجابتك سوف تستخدم لأغراض البحث العلمي، فيرجى أن يكون اختيارك للإجابة موضوعيا وصادقا.

البيانات الشخصية :

الجنس

الكلية

السنة الدراسية : سنة أولى سنة ثانية سنة ثالثة سنة رابعة سنة خامسة

الاختصاص

العمر

شاكرين تعاونكم

الرقم	العبارات	الأسرة	الجامعة	الأصدقاء	المجتمع	لا تتطبق	تتطبق بدرجة قليلة	تتطبق بدرجة متوسطة	تتطبق بدرجة كبيرة	نطبق بدرجة كبيرة جدا
1	أحصل على المعلومات و النصائح التي تساعدني في اتخاذ قراراتي المصيرية (كالزواج أو الدراسة) من قبل:									
2	من يساعدني على تصحيح مواقفي الخاطئة هو:									
3	عندما أواجه مشكلة ما ألجأ إلى طلب العون من:									
4	ألجأ لطلب الدعم للحصول على فرصة عمل إلى:									
5	تكون لي مكانة عالية في المجتمع عندما أتلقي الدعم والمساندة من:									
6	عندما أفقد إنسانا عزيزا فإنني أحتاج إلى الدعم و المساندة من:									
7	أشعر أنني محط اهتمام و إعجاب من قبل:									
8	أتحدث بحرية حول مشكلاتي الخاصة مع:									
9	أشعر بالراحة النفسية عند تلقي الدعم العاطفي من:									
10	من يقدم لي الدعم المالي هو:									
11	يمكنني متابعة دراستي والتفوق فيها عندما أتلقي المساندة من:									
12	من يقوم بمواساتي وطمأنتي عندما أتعرض لحادث ما:									
13	أكثر من يتغاضى عن عيوبي أو أخطائي هو:									

14	أشعر بالسعادة من خلال مشاركتي في الحديث عن اهتماماتي مع:								
15	عندما لا أستطيع معرفة ماذا أفعل أطلب النصيحة من:								
16	أستطيع التعايش مع مرضي عندما أجد الدعم والمساندة من:								
17	إن أكثر من يعبر عن صدق مشاعره نحوي هو:								
18	أكون علاقات اجتماعية جيدة مع الآخرين عندما أتلقي الدعم من:								
19	أناقش خطط حياتي المهنية والمستقبلية مع :								
20	عندما أتعرض للإحباط و العزلة ألبأ إلى:								
21	أكافأ على الأعمال التي أقوم بها من قبل:								
22	ساعدني في إنجاز أحد أعمالي مؤخراً هو:								
23	أندمج في المجتمع بسهولة عندما أتلقي الدعم والمساندة من:								
24	من يساعدني على تبديل مشاعري السلبية نحو ذاتي أو الآخرين:								
25	أتعامل مع مخاوفي و قلقي بشكل طبيعي عندما أتلقي الدعم و المساندة من:								
26	يمكنني رفع روحي المعنوية عن طريق المزاح و التسلية مع:								
27	الأكثر تقديرا لإنجازاتي الشخصية هو:								
28	في أوقات الشدة أعتمد على التوجيهات والنصائح من:								
29	من يؤمن لي الجو الدراسي المريح هو:								
30	أحدث بحرية ودون خوف مع:								

الملحق (4)

مفتاح تصحيح مقياس المساندة الاجتماعية

المجتمع					المدرسة/ الجامعة					الأصدقاء					الأسرة					رقم العبارة
تنطبق بدرجة كبيرة جداً	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة قليلة	لا تنطبق	تنطبق بدرجة كبيرة جداً	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة قليلة	لا تنطبق	تنطبق بدرجة كبيرة جداً	تنطبق بدرجة كبيرة	تنطبق بدرجة قليلة جداً	تنطبق بدرجة قليلة	لا تنطبق	تنطبق بدرجة قليلة جداً	تنطبق بدرجة قليلة	تنطبق بدرجة متوسطة	تنطبق بدرجة قليلة	لا تنطبق	
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	1
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	2
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	3
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	4
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	5
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	6
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	7
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	8
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	9
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	10
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	11
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	12

5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	13
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	14
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	15
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	16
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	17
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	18
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	19
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	20
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	21
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	22
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	23
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	24
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	25
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	26
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	27
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	28
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	29
5	4	3	2	1	5	4	3	2	1	5	4	1	1	1	1	1	3	2	1	30

الملحق (5)

مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي بصورته النهائية

عزيزي الطالب عزيزتي الطالبة

فيما يلي يوجد عدد من العبارات لكل عبارة خمسة بدائل موزعة بشكل متساوٍ، أرجو منك الاجابة على كل منها دون إغفال أي بند من البنود وذلك بوضع إشارة (X) أمام الخيار الذي ينطبق عليك، علما أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، ونعدك بأن هذه الإجابات لن يطلع عليها إلا الباحث ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

البيانات الشخصية :

الجنس

المدرسة

السنة الدراسية : أول ثانوي ثاني ثانوي ثالث ثانوي

الاختصاص

العمر

شاكرين تعاونكم

الرقم	العبارة	غير موافق بدرجة كبيرة جدا	غير موافق بدرجة كبيرة	موافق بدرجة متوسطة	موافق بدرجة كبيرة	موافق بدرجة كبيرة جدا
1	أعتقد بأن سلوكي مقبول و مناسب مع الآخرين.					
2	أعامل الآخرين بعنف دفاعا عن حقوقي.					
3	أشارك زملائي في الأنشطة الاجتماعية المختلفة.					
4	أشعر بعدم الرضا عن نفسي رغم كل الجهود التي أبذلها لإنجاز أعمالي.					
5	أشعر بالسعادة عند القيام بأعمال تدخل السرور إلى نفوس الآخرين .					
6	أخشى أن يحدث لي مكروه ما .					
7	ألتزم في تنفيذ ما يوكل إلي من مهام.					
8	أجد صعوبة في التعرف إلى أصدقاء جدد.					
9	أجد سهولة في التعامل مع الأشخاص الذين أقابلهم لأول مرة.					
10	أظهر عدم الرضا على من يخالفني بالرأي.					
11	من الصعب علي تكوين صداقات جديدة.					
12	أشعر بالمتعة حين يظلم من ظلمني.					
13	أتشاجر مع البعض حتى يعاملوني معاملة عادلة.					
14	أتمنى لو كنت إنسانا آخر .					
15	تغمرنني السعادة لأنه لدي عدد كبير من الأصدقاء.					
16	أجد سهولة في بدء الحديث مع شخص تعرفت إليه لأول مرة .					
17	أشعر بالضيق إزاء المواقف الغامضة.					
18	ألتزم في المواعيد مع الآخرين.					
19	أشعر بالمتعة في تعريف الناس بعضهم على بعض.					
20	أشعر بالخوف من دعوة زملائي لي لممارسة الهوايات المختلفة.					
21	يصعب علي قضاء أوقات فراغي مع زملائي.					
22	أجد صعوبة في الالتزام بالنظام.					

					أضبط نفسي عند مضايقة الآخرين لي.	23
					أتمنى السعادة للآخرين أكثر مما يتمنوها لي.	24
					أتضايق من نفسي عندما أرتكب خطأ ما.	25
					أحصل على الأشياء التي يمنعني عنها الآخرون بالقوة.	26
					أشعر بالسعادة حينما أكون في المناسبات الرسمية.	27
					أشعر بالأمان نحو المستقبل .	28
					أدافع عن أفكاري بقوة .	29
					أنا راض عن نفسي لأنني أقوم بأعمالي على أكمل وجه.	30
					أصدقائي لا يفرحون لنجاحي.	31
					أشعر بالاستقرار في حياتي .	32

مقياس التوافق الشخصي والاجتماعي بصورته النهائية

عزيزي الطالب عزيزتي الطالبة

فيما يلي يوجد عدد من العبارات لكل عبارة خمسة بدائل موزعة بشكل متساوٍ، أرجو منك الاجابة على كل منها دون إغفال أي بند من البنود وذلك بوضع إشارة (X) أمام الخيار الذي ينطبق عليك، علما أنه لا توجد إجابة صحيحة وأخرى خاطئة، ونعدك بأن هذه الإجابات لن يطلع عليها إلا الباحث ولن تستخدم إلا لأغراض البحث العلمي.

البيانات الشخصية :

الجنس

الكلية

السنة الدراسية : سنة أولى سنة ثانية سنة ثالثة سنة رابعة سنة خامسة

.....

الاختصاص

العمر

شاكرين تعاونكم

الرقم	العبارة	غير موافق بدرجة كبيرة جدا	غير موافق بدرجة كبيرة	موافق بدرجة متوسطة	موافق بدرجة كبيرة	موافق بدرجة كبيرة جدا
1	أعتقد بأن سلوكي مقبول و مناسب مع الآخرين.					
2	أعامل الآخرين بعنف دفاعا عن حقوقي.					
3	أشارك زملائي في الأنشطة الاجتماعية المختلفة.					
4	أشعر بعدم الرضا عن نفسي رغم كل الجهود التي أبذلها لإنجاز أعمالي.					
5	أشعر بالسعادة عند القيام بأعمال تدخل السرور إلى نفوس الآخرين .					
6	أخشى أن يحدث لي مكروه ما .					
7	ألتزم في تنفيذ ما يوكل إلي من مهام.					
8	أجد صعوبة في التعرف إلى أصدقاء جدد.					
9	أجد سهولة في التعامل مع الأشخاص الذين أقابلهم لأول مرة.					
10	أظهر عدم الرضا على من يخالفني بالرأي.					
11	من الصعب علي تكوين صداقات جديدة.					
12	أشعر بالمتعة حين يظلم من ظلمني.					
13	أتشاجر مع البعض حتى يعاملوني معاملة عادلة.					
14	أتمنى لو كنت إنسانا آخر .					
15	تغمرني السعادة لأنه لدي عدد كبير من الأصدقاء.					
16	أجد سهولة في بدء الحديث مع شخص تعرفت إليه لأول مرة .					
17	أشعر بالضيق إزاء المواقف الغامضة.					
18	ألتزم في المواعيد مع الآخرين.					
19	أشعر بالمتعة في تعريف الناس بعضهم على بعض.					
20	أشعر بالخوف من دعوة زملائي لي لممارسة الهوايات المختلفة.					
21	يصعب علي قضاء أوقات فراغي مع زملائي.					
22	أجد صعوبة في الالتزام بالنظام.					

					أضبط نفسي عند مضايقة الآخرين لي.	23
					أتمنى السعادة للآخرين أكثر مما يتمنوها لي.	24
					أتضايق من نفسي عندما أرتكب خطأ ما.	25
					أحصل على الأشياء التي يمنعني عنها الآخرون بالقوة.	26
					أشعر بالسعادة حينما أكون في المناسبات الرسمية.	27
					أشعر بالأمان نحو المستقبل .	28
					أدافع عن أفكاري بقوة .	29
					أنا راض عن نفسي لأنني أقوم بأعمالي على أكمل وجه.	30
					أصدقائي لا يفرحون لنجاحي.	31
					أشعر بالاستقرار في حياتي .	32

Abstract in English

Social support and it's relationship to personal and social adjustment

"A Comparative study between the tow phases of secondary education and university education in Tartous city"

First: problem of the research.

Man can not live in isolation from other human beings because it crated to meet with others and communicate with them, and to exchange benefit with them, to satisfy his needs, and contribute to satisfying the needs of others, which through this meeting to exchange ideas, values and feelings, and estimate others and receives estimate of them and share their feelings and receives their participation his feelings. social relations starts from simple point, in beginning, it starts with two members and expand its departments until reach the whole world, and relations are weak or be very strong, and seems strong in the face of it and when need it shows their weakness, and as it may seems insignificant, but when you need it their durability shows. In a study, "Al-kang2010" shows there is a strong relationship between the satisfaction of psychological needs and personal and social adjustment.

School and university are considered one of the largest social institutions that achieve the goals of the community, through their quest to develop the abilities of the individual and provide the knowledge and skills, and modify his behavior and control, all in order to try to build individuals have the ability to achieve their goals and aspirations and of themselves and in order to understand their environments, which leads to achieve personal and social adjustment, the students of secondary and university stage are facing many personal and social problems, especially they are in a very important phase age in human life, so should help them and advise them on all levels to be active in the community. (Hakemah,et al., 2011.p.1).

Social support is one of the most important security sources that the human needs of the community in which he lives, when he feels that there is something threatening him feel that his energy had been exhausted and no longer able to stand against this threatened him of danger and that he urgently needs to aiding and assisting empowerment of and assistance from abroad, specially When he wants to comes this help from the people closest to him. "Bergman" study shows

that social support increases the individual's sense of satisfaction about his life and self.

Through what has sought to "Kaplan" in his theory of support systems and their role in the mental health for community, the social support includes a pattern sustained from related or intermittent relations, which plays an important role in preserving the unity of the soul and body of the individual through his life, and he explained his view that social Network for individual provide him with psychological and social supplies to maintain his mental and psychological health (Caplan, 1981, p.417).

The personal and social adjustment are considered to key factors for excellence and academic achievement and cohesion social, rise in the level of student by personal and social adjustment help him to focus attention and develop motivation of achievement, this adjustment is a major factor to interpret and determine its effectiveness and strength accomplished, rise in the level of adjustment leads to higher motivation and achievement rate which contributes to skip the individual difficulties and to reduce the negatives.

Through informed researcher on several Arab and foreign studies and literature on the variables of current research, and through the work of the researcher as a teacher in secondary schools and university and his observations to the needs of students social support of all kinds, he realized the need to conduct research highlights the role of social support provided by the community, family, friends, school, and university in achieving personal and social adjustment students in secondary and university stage, that there is in our schools and universities clear lack in support of the students and to help them on different levels, which leads to the exposure of students for many psychiatric disorders led to the lack of consensus and harmony with their community.

Therefore centered research problem in the following question:

What the nature of the relationship between social support and personal and social adjustment among students of two stages secondary and university education?

Second: the importance of research:

The importance of current research stems from the following points:

- the importance of research of the scientific aspect is showing of being open many research dimensions for future studies related to growing and developing the role that social support plays in achieving personal and social adjustment of the individual who can touch its results through the psychological and cognitive, physical and behavioral effects of students in schools and universities.
- it is Providing A vision for the development of social support process and employment optimally in the lives of our students.
- The Importance of studying of the correlation between social support and personal- social adjustment among the secondary and university education students in Tartous city.
- importance of social support that lead to the improvement and development of the aspects of personal - psychological, social, scientific and practical at the secondary and university students.

Third: The objectives of the research.

The research seeks to achieve the following objectives:

- 1) Measurement the level of social support among members of sample of the research.
- 2) Measurement the level of personal and social adjustment among members of sample of the research.
- 3) To know the relationship between social support and personal and social adjustment among members of sample of the research.
- 4) To know the significance of differences between the level of high and low social support in personal and social ad.
- 5) To know the significance of differences between male and female on the social support scale.
- 6) To know the significance of differences between the two stages of secondary and university education on the social support scale.

7) To know the significance of differences between male and female on the personal and social adjustment scale.

8) To know the significance of differences between the two phases of secondary and university education on personal and social adjustment scale.

Fourth: search tools.

Ask the current search using the following tools:

1. The scale of social support (Prepared By the researcher).
2. Personal and Social Adjustment Scale (Prepared By the researcher).

Fifth: Population and Sample

Population:

The population of the research consisted of all students enrolled in faculties of teshreen University /Tartous branch/, and students of secondary schools in Tartus city for the academic year (2013- 2014 AD), their total number was (19 829) students, according to statistics released by the Statistics Department at the Education Directorate in Tartous, and Student Affairs of teshreen University /Tartus branch /

The population consisted for faculties of Teshreen University /Tartous branch/, which the researcher applied of his research tools (13069) students.

The population consisted for students of secondary schools in Tartous city, which the researcher applied of his research tools (6760) students.

The research sample:

The researcher Chose sample after returning to the Statistics Department at the Education Directorate Tartous and Student Affairs of teshreen University /Tartus branch / which pulled a random sample (stratified) of them, namely: (secondary education schools, and the Technical College of Engineering, and the College of Communication Technology Engineering , science, economics, education, literature, tourism, and human medicine), and chose a number of students randomly, so that each student in each faculty and secondary schools aforesaid be a candidate for the application of the scale on it, and it can be said: the choice was stratified manner (specialization study), and a random manner

(male student or female student), and The sample was withdrawn with a percentage equals (3.09%) of the population, it was (614) students.

Sixth: summary of the results of the field study.

Answering to the questions of research:

- The Results showed a high level in the total score for the scale of social support.
- The results showed a medium and high level of social support among the members of the sample of the research.
- The results showed that the total all-dimensions, and the total items for each dimension indicates a high level of personal and social adjustment among the members of the sample of the research, the relative weight of the response of the sample was (72%). It was from the standpoint of the research sample more dimensions that captured the satisfaction of respondents dimension of the ability to social interaction, which came in first place with a relative weight was (74.2%), and came in second place social skills dimension with a relative weight was (73.6%), and came in third place a sense of belonging dimension with relative weight was (73.5%), and came in fourth place social responsibility dimension with relative weight was (73.44%), followed in fifth place complacency dimension with relative weight was (72.5%), and then came in sixth place emotional maturity and the ability to self-restraint dimensions with relative weight was (71.9%), followed in seventh place the psychological safety dimension with relative weight was (69.6%), followed in eighth and last place aggressive tendencies dimension with relative weight was (67.8%).

The results of the research hypotheses:

The first hypothesis: There is a high positive correlation in the subjects' responses between social support, personal and social adjustment.

The second hypothesis: There are statistically significant differences the mean scores of the sample of the research on the personal and social adjustment scale and their dimensions due to the social support variable in favor of the high level of social support.

The third hypothesis: there are no statistically significant differences between the mean scores of male and female students on the social support scale due to the sex variable.

Fourth hypothesis: there are significant differences between the mean scores of students on the social support scale due to the level of education variable in favor of the students in secondary education stage.

Fifth hypothesis: there are statistically significant differences between the mean scores of students male and female on the personal and social adjustment scale and their dimensions due to the sex variable and in favor of male students except tow dimensions : (estimated at social interaction, social skills), there are No significant differences in both.

sixth Hypothesis: there are statistically significant differences between the mean scores of students on the personal and social dimensions of adjustment scale and dimensions of scale due to the level of education variable in favor of male students in the university stage except dimensions: (Estimated on social interaction, social responsibility, and social skills).

Seventh: the Suggestions of research.

In light of the findings of this research, the researcher proposes the following:

- ☐ Educators and counselors should increase attention to students, and maintain a healthy degree of mental health by encouraging them to participate in all activities.
- ☐ Schools and universities should to the mitigation of the financial burden for some needy students to enable them to engage in the study and excel.
- ☐ Schools and universities should increase the degree of interest in the students in terms of the physical burdens and pressures of study that may be located on their shoulders.
- ☐ provide Programs which Increase the awareness of parents about the needs, requirements and problems of adolescence stage, to enable them to deal with these pressures by sound and systematic manner, and to increase personal and social adjustment among their Teenagers children.
- ☐ Parents should that continuing to communicate with schools and universities in order to know their children's problems that cause weakness of personal and social adjustment for their children, so that they can deal with pursuer in a systematic manner, and increase of personal and social adjustment for their children.

- Contribute effectively to the students' social stability after university graduation stage, through moral and material support, which leads to the provision of social security and therefore they have to raise their personal and social adjustment level, which reflected positively on their family members in the future.
- Need to conduct modern scientific programs and tests annually to knowing personal and social adjustment among students.
- Continue to provide support and psycho-social support to university students in different years of study through lectures and seminars on topics that include student's insight and enlighten them through the future in order to achieve personal and social adjustment.
- Need to satisfy the psychological, social and academic needs of students that would lead to a sense of personal and social consensus in the university and in secondary education.
- increase Attention in protective procedures of mental disorders through the publication of mental health principles.
- working with form positive attitudes among students about themselves and about others and about the university or school, and the formation of relationships between students based on love, trust and respect with all of the teachers, colleagues and staff within the university or school.

Damascus University

Faculty of Education

Department of Psychology



Social support and it's relationship to personal and social adjustment

**"A Comparative study between the tow phases of secondary
education and university education in Tartous city"**

**Study Presented For Attaining A Master Degree In Developmental
Psychology**

**Prepared by
Jibran Yousef Akel**

**Supervised by
Dr. Rola Alhafez**
Instructor In Psychology Department

Damascus: $\frac{1436-1435 \text{ H-A}}{2015-2014 \text{ C-A}}$