جامعة عمار ثليجي الأغواط

كلية: العلوم الإجتماعية

قسم : علم النفس وعلوم التربية والارطوفونيا

التخصص :علم النفس التربوي

عنوان المذكرة:

المساندة الإجتماعية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى معلمات المدرسة الإبتدائية بمدينة الأغواط

مذكرة تخرج لنيل شهادة ماستر أكاديمي علم النفس التربوي

إعداد الطالبتين:

- بوخلخال فاطنة
- مشراوي بشرى

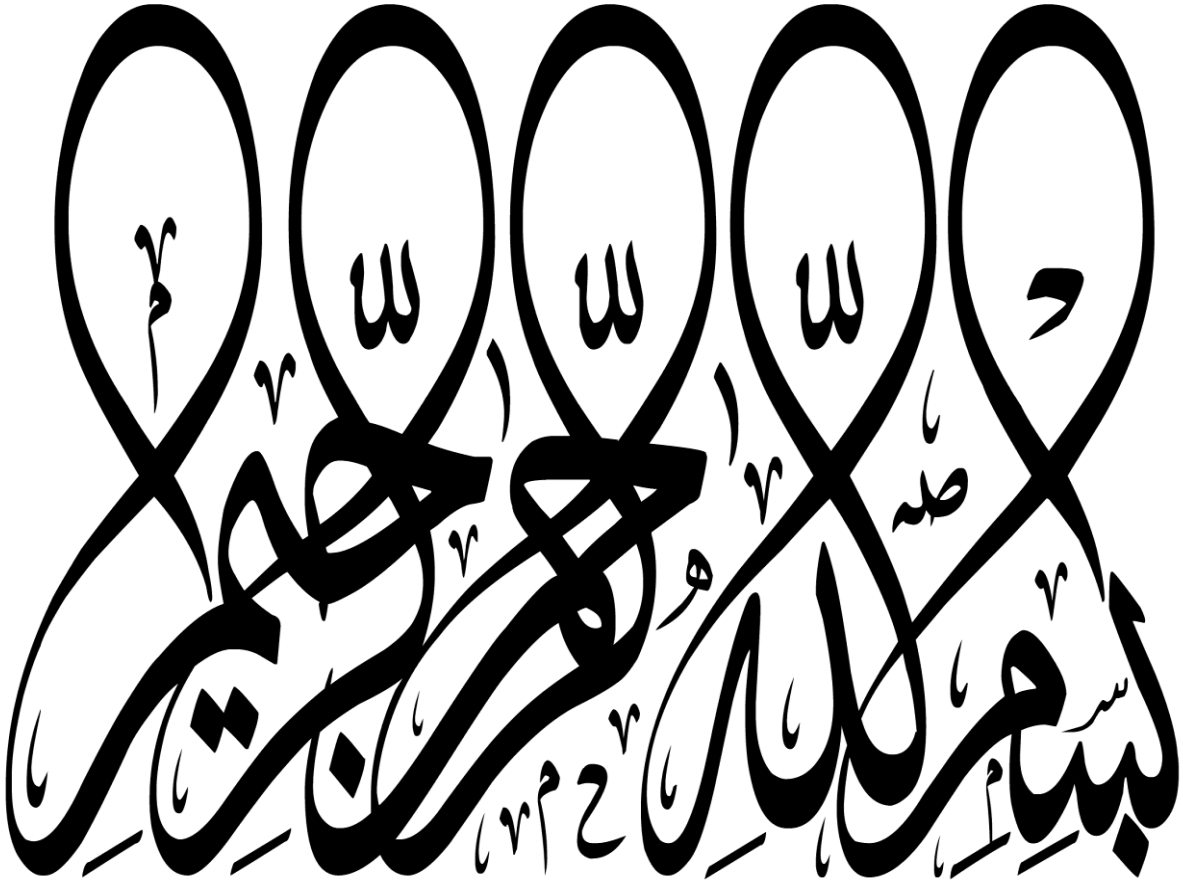
تحت إشراف الدكتور:

د/ خميستي كروم

لجنة المناقشة

د/ جخدم فتيحة	استاذ محاضر أ	رئيسا
د/ خميستي كروم	استاذ مساعد أ	مشرفا
د/ بدرية نوعي	استاذ مساعد أ	مناقشا

السنة الجامعي: 2022/2021


بسم الله الرحمن الرحيم

الشكر والامتنان

الحمد الله الذي بنعمته تتم الصالحات

ربي أجعل هذا العمل صالحا لي وجهك و لك الحمد على توفيقك لك الحمد حتى ترضى و لك الحمد إذا رضيت ولك الحمد بعد الرضى

أتقدم بجزيل الشكر و العرفان و الامتنان الى الأستاذي المشرف الدكتور : " **كروم خميستي**" على دعمه العلمي و توجيهات القيمة و مساعدته لنا بنصائحه القيمة الهادفة طيلة إنجاز هذا العمل

وكذا نوجه بالشكر الجزيل الى استاذة قسم علم النفس و علوم التربية .

كما تتقدم بشكرنا و امتنانا الاعضاء اللجنة الموقرة ، الذين شرفونا بقبول مناقشة هذه المذكرة و تصويبها .

إهداء

بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

(وَقُلِ ٱعْمَلُواْ فَسَيَرَى ٱللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَ ٱلْمُؤْمِنُونَۖ)

الحمد لله عزو جل على منه و عونه لإتمام هذا البحث الذي اهديه الى الذي وهبني كل ما يملك حتى احقق له اما له الى كل من كان يدفعني قدما نحو الامام لنيل المبتغى الى الإنسان الذي امتلك الانسانية بكل قوة الى الذي سهر على تعليمي (ابي الغالي على قلبي) أطال الله في عمره الى من وهبت فلدة كبدها كل العطاء و الحنان الى التي صبرت على كل شيء الى التي رعتني حق رعاية و كانت سندي في الشدائد و كانت دعوتها لي بتوفيق(امي نبع الحنان) عز ملاك على الارض جزاها الله خيرا في الدارين

الى من بسط لي طريق العلم ،وصبر و احتمل (زوجي الحبيب)الى إخوتي و أخواتي بشرى و نور الهدى و ملك و عبد المالك و سليمان والى صديقتي و رفيقة دربي نبيلة مخنث والى كل صديقاتي و أحبائي أمينة بشرى فايزة جهاد حياة فايزة و الى كل عائلتي بوخلخال و بن ثابت و مشراوي .

فاطنة

إهداء

بسم الله الرحمن الرحيم

الحمد لله عزو جل على منه و عونه لإتمام هذا البحث

أهدي عملي إلى من علمني العطاء بدون إنتضار إلى من أحمل إسمه بكل إفتخار

إلى من شق لي طريق النجاح وضحى من أجلي بكل ما يملك

أبي العزيز (رحمه الله) رحمك الله يا أبي يا من كنت سندي في الحياة أرجو من الله أن يرحمه برحمته الواسعة .

*إلى ملاكي في الحياة إلى معنى الحب و معنى الحنان إلى بسمة الحياة وسر الوجود

إلى من كان دعائها سر نجاحي وحنانها بلسم جراحي إلى أغلى الحبايب (أمي الحبيبة) .

*إلى إخوتي الأعزاء مارية وعبد الكريم ، وعبد الحق ، شهرزاد ، حفظهم الله .

*إلى من ساندني في مساري الدراسي على من بذل جهده في مساعدتي في هذا العمل المتواضع إلى زوجي ورفيق دربي إبراهيم خنشة أتمنى أن يحفظه الله .

و الى كل عائلتي الكريمة مشراوي و خنشة.

*إلى من جمعتنا الأيام إلى القلوب التي ربطتها الصداقة و المحبة في الله إلى أعز صديقة

فاطنة بوخلخال .

*إلى جميع صديقاتي التي وسعتهم ذاكرتي ولم تسعهم مذكرتي و أحبائي فايزة جهاد ،حياة ، فايزة ،شافية.

*إلى الدكتور الفاضل الذي لم يبخل علينا بشيء (خميستي كروم)

و أساتذتي الأفاضل الذين تعلمت منهم الكثير .

بشرى

ملخص الدراسة

هدفت هذه الدراسة الى الكشف علاقة المساندة الإجتماعية بالصلابة النفسية لدى معلمات المدرسة الابتدائية و المعروف مستوى كل متغير من حيث:

الحالة الاجتماعية : متزوجة ، عزباء ، مطلقة

الحالة المدنية : متزوجة و لديها اولاد ، متزوجة بدون أولاد مطلقة لديها أولاد ، مطلقة بدون اولاد .

الخبرة المهنية: قديمة في المجال، أستاذة مستخلفة ، جديدة في المجال هدفت إلى تعرف على الجور الإيجابي والصلابة النفسية و معرفة مستوى الفروق في المساندة الإجتماعية والصلابة النفسية ، تتضح أهمية الدراسة الحالية في تسليط الضوء على علاقة المساندة الإجتماعية وصلابة النفسية لدى المعلمات و اعتبارها أحد الركائز الأساسية في تحقيق أهداف التربوية المنشودة، تم إعتماد على المنهج الوصفي التحليلي ، شملت عينة درستنا على 60 معلمة وزعت على أربعة ابتدائيات معمر دني و ابتدائية دالي إبراهيم و ابتدائية أحمد تاوتي و إبتدائية الطاهر صغير بولاية الاغواط .

إعتمدت الدراسة على أداة الإستبيان من اعداد الباحثتين وأسفرت النتائج على :

1. توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين المساندة الإجتماعية و الصلابة النفسية لدى معلمات المدرسة الابتدائية بمدينة الاغواط .
2. يوجد مستوى المساندة الإجتماعية لدى معلمات المدرسة الابتدائية.
3. يوجد مستوى الصلابة النفسية لدى معلمات المدرسة الابتدائية.
4. توجد فروق في المساندة الاجتماعية تعزى الى الخبرة .
5. توجد فروق في الصلابة النفسية تعزى الى الخبرة.
6. توجد فروق في المساندة الاجتماعية تعزى الى الحالة الاجتماعية (متزوجة ،عزباء ، مطلقة) .
7. توجد فروق في الصلابة النفسية تعزى الى الحالة الاجتماعية (متزوجة ،عزباء ، مطلقة) .

الكلمات المفتاحية: المساندة الاجتماعية، الصلابة النفسية.

Summary of the study

This study aimed to reveal the relationship of social support with psychological hardness among primary school teachers, and the level of each variable in terms of:

Social status: married, single, divorced.

Civil status: married with children, married without children, divorced with children, divorced without children.

Professional experience: old in the field, a successor teacher, new in the field aimed at identifying positive injustice and psychological toughness and knowing the level of differences in social support and psychological toughness. The main pillars in achieving the desired educational goals were based on the descriptive analytical approach. The sample of our study included 60 female teachers distributed among four primary schools: Muammar Dani, Dali Ibrahim, Ahmed Touati, and Tahir Saghir from the state of Laghouat.

The study relied on a questionnaire tool prepared by the two researchers, and the results obtained:

1. There is a statistically significant relationship between social support and psychological toughness among primary school teachers in Laghouat.

2. There is a level of social support for primary school teachers.

3. There is a level of psychological hardness among primary school teachers.

4. There are differences in social support due to experience.

5. There are differences in psychological hardness due to experience.

6. There are differences in social support due to social status (married, single, and divorced).

7. There are differences in psychological hardness due to social status (married, single, and divorced).

Keywords: social support, psychological toughness.

فهارس عامة

فهارس المحتويات

الموضوع	الصفحة
شكر وعرفان	
الإهداء	
ملخص الدراسة	
فهارس عامة	
مقدمـــــة	أ-ج
الفصل الأول : مشكلة الدراسة و إعتباراتها	
1/ إشكالية الدراسة	06
2/ التساؤلات	06
3/ الفرضيات	07
4/ أهمية الدراسة	07
5/ أهداف الدراسة	08
6/ التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة	08
7/ دراسات سابقة	09
الفصل الثاني: المساندة الاجتماعية	
تمهيد	16
1/ تعريف المساندة الاجتماعية.	17
2/ النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية.	20
3/ أنواع المساندة الاجتماعية.	23

4/ النماذج الرئيسية للمساندة الاجتماعية.	26
5/ أهمية المساندة الاجتماعية.	31
6/ وظائف المساندة الاجتماعية.	32
7/ طرق المساندة الاجتماعية.	35
8/ شروط تقديم المساندة الاجتماعية.	37
9/ مصادر المساندة الاجتماعية.	39
10/ المساندة الاجتماعية والصحة النفسية و الاجتماعية	42
خلاصة الفصل	44
الفصل الثالث : الصلابة النفسية	
تمهيد	47
1/ مفهوم الصلابة النفسية	48
2/ نشأة الصلابة النفسية	49
3/ بعض المفاهيم المتعلقة بالصلابة النفسية	51
4/ أبعاد الصلابة النفسية	52
5/ خصائص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة	54
6/ خصائص ذوي الصلابة النفسية المنخفضة	55
7/ أهمية الصلابة النفسية	56
8/ النماذج النظرية المفسرة للصلابة النفسية	57
خلاصة الفصل	61

الفصل الرابع : الاجراءات المنهجية الميدانية للدراسة	
تمهيد	64
1/ منهج الدراسة	65
2/ حدود الدراسة	65
3/ مجتمع و عينة الدراسة الأساسية	66
4/ الدراسة الاستطلاعية	66
5/ أدوات جمع البيانات	71
6/ الخصائص السيكوميترية للأداة الدراسة	71
7/ الأساليب الاحصائية	73
خلاصة الفصل	74
الفصل الخامس : عرض و تحليل و تفسير النتائج	
1/ محور البيانات الشخصية	77
2/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الأولى	79
3/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الثانية	80
4/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة	82
5/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الرابعة	83
6/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الخامسة	84
7/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية السادسة	85
8/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الرئيسة	86

9/ مناقشة نتائج الدراسة	87
الاستنتاج العام للفصل	91
خاتمة	93
قائمة المراجع	
الملاحق	

فهرس الجداول

الرقم	عنوان الجدول	الصفحة
01	يبين خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الحالة الاجتماعية	67
02	يبين خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الحالة المدنية	68
03	يبين خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الخبرة المهنية	69
04	يبين قيمة الثبات ومعامل الصدق للمقياس	70
05	يبين درجات المقياس	71
06	يبين درجات المقياس و تفسير الاستجابات	71
07	يبين قيمة الثبات ومعامل الصدق للمقياس	72
08	يبين صدق البنائي لمحاور المقياس	73
09	يوضح المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية لمجالات المقياس	81
10	يوضح المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري للمجموعات	82
11	يوضح الفروق في المساندة الاجتماعية في المجموعات	82
12	يوضح المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري للمجموعات	83
13	يوضح الفروق في الصلابة النفسية في المجموعات	83
14	يوضح المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري للمجموعات	84
15	يوضح الفروق في المساندة الاجتماعية في المجموعات	84
16	يوضح المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري للمجموعات	85
17	يوضح الفروق في الصلابة النفسية في المجموعات	85
18	يبين العلاقة الارتباطية بين متغير المساندة الاجتماعية و الصلابة النفسية	86

فهرس الاشكال

الرقم	عنوان الشكل	الصفحة
01	يوضح نموذج الأثر الرئيسية للمساندة الاجتماعية	27
02	يوضح العلاقة السببية بين الضغط والمرض ونقاط عمل المساندة الاجتماعي	31
03	دائرة نسبية تمثل نسبة عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الحالة الاجتماعية	68
04	دائرة نسبية تبين خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الحالة المدنية	69
05	دائرة نسبية تبين خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الخبرة المهنية	70

فهرس الملاحق

الرقم	عنوان الملحق
I	استبيان يبين مقياس المساندة الاجتماعية و الصلابة النفسية
II	الملحق رقم (II)
III	الملحق رقم (III)
IV	الملحق رقم (IV)
V	الملحق رقم (V)
VI	الملحق رقم (VI)
VII	الملحق رقم (VII)
VIII	الملحق رقم (VIII)
IX	الملحق رقم (IX)
X	الملحق رقم (X)
XI	الملحق رقم (XI)
XII	الملحق رقم (XII)
XIII	الملحق رقم (XIII)
XIV	الملحق رقم (XIV)
XV	الملحق رقم (XV)

مقدمة

مقدمة:

المرأة كما يقال نصف المجتمع ولها دورها الكبير في بنائه، وحينما تتاح لها الظروف النفسية والاجتماعية المناسبة، فإنها تقوم بواجبها على أفضل وجه ممكن، وقد أثبتت المرأة العاملة المعلمة على مر التاريخ قدرتها على إعداد النشأ وتربية الأجيال، وأن لها دورا هاما في صناعة المستقبل.

إن المساندة الاجتماعية يشمل مكونين أساسيين هما: أن يدرك الفرد أنه يوجد عدد كاف من الأشخاص في شبكة علاقاته الاجتماعية يمكن الرجوع إليها والاعتماد عليهم عند الحاجة، وأن يكون لدى الفرد درجة معقولة من الرضا عن المساندة المتاحة له كما أن ردود فعل المعلمات في تلقيهم لمساندة اجتماعية، يتوقف تقديره بشكل سلبي أو إيجابي على المتلقي للدعم أكثر من المانحين له، وبهذا المفهوم فإن شبكة الدعم الاجتماعي للفرد تكون دائما مخزنة في ذاكرته، وقد اهتمت بعض الدراسات الإمبريقية بدراسة عدة مستويات لما تم من دعم اجتماعي بين مجموعة من المانحين وأخرى من المتلقين، وركزت جهودها حول درجات الدعم الممنوح وإن أفضل من يستطيع تقديم المساندة الاجتماعية هم الوالدان.

ويذكر الشاوي، وعبد الرحمان (1994، ص2،4) أن المساندة الاجتماعية تعتبر مصدرا هاما من مصادر الأمن الذي يحتاجه الإنسان من عالمه الذي يعيش فيه بعد لجوئه إلى الله سبحانه وتعالى وهناك أدلة على أن المساندة الاجتماعية سواء في العمل أو المنزل أو الصدقات يمكن أن تزودنا بعازل فعال ومخفف للصدمات ضد أثار الضغوط النفسية وتساهم في التوافق النفسي الاجتماعي الفعال في البيئة المحيطة بالفرد. ونذكر للمساندة الاجتماعية وظائف نفسية واجتماعية وصحية متعددة منها الدور المتمثل في إشباع حاجات الانتماء والاندماج والاحترام والاعتراف والتقدير والحب والمحبة وزيادة تقدير الذات والثقة بالنفس والتأثير الإيجابي في المشاعر الانفعالات وللتخفيف من القلق والخوف ومواجهة الضغوط ونحد أن متغير الصلابة النفسية ذو أهمية بالغة في زيادة قدرة على التحمل ولقد

توصلت (كوبا، 1979) أن الصلابة النفسية إحدى المتغيرات الإيجابية الشخصية التي من شأنها تفعيل قدرة الفرد على مواجهة الضغوط وقالت أن الصلابة النفسية هي التي تكمن وراء احتفاظ الأفراد بصحتهم النفسية وأن المعلمة التي تتمتع بالصلابة النفسية تستخدم إستراتيجيات فعالة للمواجهة فإن هذا يدل على أن المعلمة لديها مستوى عال من الثقة النفسية ما ينتج عنه أن الموقف الصادم يكون أقل تهديد وأول خطورة ويكلفها في الكثير من الأحيان التضحية والتوازن والتوفيق بين مسؤوليتها سواء كانت متزوجة أو عزباء، وتحتاج المعلمة إلى عدة عوامل نفسية والاجتماعية تساعدها على تحقيق الأمن والاستقرار وعدم فقدها الثقة بنفسها.

ونظرا لنقص الدراسات في هذا الموضوع أردنا البحث في دراسة موضوع (المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالصلابة النفسية لدى معلمات المدرسية الابتدائية بمدينة الأغواط) خصصنا الجانب النظري لمتغيرات الدراسة والفصل التمهيدي وتناول الفصل الثاني المساندة الاجتماعية والفصل الثالث الصلابة النفسية أما بالنسبة للجانب التطبيقي فقد تضمن فصلين، الفصل الرابع جاء تحت عنوان الإجراءات الدراسة الميدانية والفصل الخامس هو الفصل الأخير الذي تناولنا فيه عرض ومناقشة النتائج وفق الدراسات السابقة وتقديم خلاصة الموضوع.

الفصل الأول

مشكلة الدراسة و إعتباراتها

الفصل الأول

مشكلة الدراسة و إعتباراتها

1/ إشكالية الدراسة

2/ التساؤلات

3/ الفرضيات

4/ أهمية الدراسة

5/ أهداف الدراسة

6/ التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة

7/ دراسات سابقة

1/ إشكالية الدراسة:

إن المساندة الاجتماعية هي مجموعة من الروابط الاجتماعية والعلاقات مع الآخرين حيث تعتبر ومنذ الأزل من المظاهر الحياتية التي تبعث على تحقيق الرضا الانفعالي كما أنها يمكن أن تخفف من تأثير الضغط وتحقيق ما يمكن أن يقود إليه من سوء الصحة، ولقد أكدت نتائج دراسة كل من روس وكوهين (Roos et Cohen) على أهمية الدور البارز الذي تقوم به المساندة الاجتماعية من الأسرة في تخفيف الآثار السلبية لمواجهة الفرد للضغوط النفسية. ويؤكد الباحثون أن المساندة الاجتماعية يمكن أن تلعب دورا هاما في التخفيف من الأثار الناتجة عن مختلف المواقف الضاغطة التي يتعرض لها الفرد في حياته العامة (أسرية أو المهنية)، حيث يزداد احتمال التعرض لهذه الضغوط كلما نقص مقدار المساندة الاجتماعية، كما إنها تسهم في التوافق الإيجابي والنمو الشخصي للفرد. كما توصل كترونا وآخرون **(Cutrona et al)** إلى أن المساندة الاجتماعية كانت عاملا جوهريا للحالة الصحية الجسمية، وأن الصلابة النفسية ترتبط بالتفاعل بين الضغوط والمساندة الاجتماعية **(محمد الشناوي ومحمد عبد الرحمن، 1994، ص62).**

- هل توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين المساندة الاجتماعية و الصلابة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية ؟

2/ التساؤلات

- ما مستوى المساندة الاجتماعية لدى معلمات المدرسة الابتدائية بمدينة الاغواط ؟
- ما مستوى الصلابة النفسية لدى معلمات المدرسة الابتدائية بمدينة الاغواط ؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في المساندة الاجتماعية تعزى لمتغير الخبرة المهنية؟

- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير الخبرة المهنية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في المساندة الاجتماعية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية؟
- هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية ؟

3/ الفرضيات

- توجد علاقة ذات دلالة إحصائية بين المساندة الإجتماعية و الصلابة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية؟
- يوجد مستوى المساندة الإجتماعية لدى معلمات المدرسة الابتدائية في مدينة الاغواط؟
- يوجد مستوى الصلابة النفسية لدى المعلمات المدرسة الابتدائية في مدينة الاغواط ؟
- توجد فروق ذات دلالة احصائية في المساندة الاجتماعية تعزى الى الخبرة المهنية ؟
- توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية تعزى الى الخبرة المهنية ؟
- توجد فروق في المساندة الاجتماعية تعزى الى الحالة الاجتماعية (متزوجة ،عزباء ، مطلقة) ؟
- توجد فروق في الصلابة النفسية تعزى الى الحالة الاجتماعية (متزوجة ،عزباء ، مطلقة) ؟

4/ أهمية الدراسة:

– تبرز أهمية هذه الدراسة في محاولة تسليط الضوء على علاقة المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية.

– أهمية المساندة الاجتماعية في تأثير على الجوانب المختلفة لدى معلمات المرحلة الابتدائية.

– أهمية الصلابة النفسية كعامل مقاومة لمواجهة ضغوط الحياة الخاصة.

– خصوصية عينة الدراسة من حيث الحالة الاجتماعية لدى معلمات.

– خصوصية عينة الدراسة من حيث الخبرة المعلمات.

5/ أهداف الدراسة:

– تهدف الدراسة إلى معرفة مدى صحة أو بطلان الفرضيات.

– التعرف على الدور الإيجابي للمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية.

– الفروق في مستوى المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية.

6/ التعاريف الإجرائية لمتغيرات الدراسة:

– تشمل الدراسة متغيرين أساسيين ونعرفهم فيما يلي:

6-1/ المساندة الاجتماعية: المساندة الاجتماعية هي الدعم الوجداني و الانفعالي و المادي التي تتلقاه المعلمة من البيئة المحيطة بها (كالأسرة، الزوجة، الأصدقاء...) والتي من شأنها التخفيف من أحداث الحياة الضاغطة التي تتعرض لها وتمكنها من المشاركة الاجتماعية الفعالةو تقاس اجرائيا بمجموع الدرجات التي تحصلت عليها المفحوصة على مقياس المساندة الاجتماعية المعد من طرف الباحثتين.

6-2/ الصلابة النفسية: تعرف الصلابة بانها التزام المعلمة بمبادئها وقيمها و اهدافها في الحياة و تقاس اجرائيا بمجموع الدرجات التي تحصلت عليها المفحوصة على مقياس الصلابة النفسية المستخدم في الدراسة.

7/ دراسات سابقة اجنبية:

- **دراسة "كوباسا،بكسيتي 1982 " :**

هدفت الدراسة لمعرفة دور كل من المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية كمتغيرين وسيطين بين ادراك الضغوط وأعراض الاكتئاب ،على عينة تتكون من 610 من رجال الاعمال تراوحت أعمارهم بين 15 و 12 سنة طبقا عليهم استبيان الصلابة النفسية ،واستبيان موس للمساندة الاجتماعية وقائمة وايلر للأمراض الجسمية والنفسية ،واستبيان لقياس الأحداث الضاغطة فجاءت النتائج تشير الى ارتباط دال موجب ودال احصائيا بين إدراك أحداث الحياة الضاغطة والمرض الجسمي او الإكتئاب.

- **دراسة "جانلين وبلاني 1983 :**

تهدف لمعرفة دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغيرين يخففان من وقع الأحداث الضاغطة على الفرد وتكونت العينة من 19 طالبة في علم النفس .طبقا عليهن قائمة الضغوط لهولمز ،واستبيان الصلابة النفسية "لكوباسا "واستبيان المساندة الاجتماعية "لموس 6996 "إضافة ألى قائمة بيك للإكتئاب لدى طالبات الجامعة ،إلا أن هذه العلاقة تقل مع وجود الصلابة النفسية و المساندة الاجتماعية.

- **دراسة "مخيمر 1997 :**

هدفت الدراسة الى التعرف على أثر الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغير من متغيرات المقاومة من آثار الأحداث الضاغطة خاصة الاكتئاب وقد طبقت على عينة من طلبة الفرقتين الثالثة والرابعة لكليات الآداب والعلوم والتربية بجامعة الزقازيق بلغ عدد الذكور 12 طالبا والاناث 91 طالبة وأشارت النتائج الى وجود فروق دالة احصائيا بين متوسط درجات الذكور والاناث في الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والضغوط

،فكانت لصالح الذكور في الصلابة النفسية وادراك الضغوط ولصالح الاناث في المساندة الاجتماعية.

- **"دراسة دياب 2006 " :**

هدفت الى التعرف على دور المساندة الاجتماعية كأحد العوامل الواقية متغير وسيط من الأثر الناتج عن تعرض الفرد للأحداث الضاغطة على الصحة النفسية للمراهقين ،وشملت عينة الدراسة220 طالبا وطالبة من المراحل الثانوية واستخدم مقياس الصحة النفسية من اعداد "القريطي والشخص" ،ومقياس المساندة الاجتماعية من اعداد "شقير" ومقياس الاحداث الضاغطة من اعداد" أسماء السرسي وأماني عبد المقصود"،وقد أظهرت نتائج الدراسة أن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها المراهقون متوسطة ،كما توجد فروق جوهرية بين الجنسين لصالح الاناث في المساندة الاجتماعية.

التي هدفت إلى معرفة الاهداف بين المساندة الاجتماعية والمهارات الحركية لدى المراهقين وتكونت عينة الدراسة من97 مراهقا واستخدمت مقياس المهارات الحركية ومقياس المساندة الحركية واسفرت النتائج على وجود علاقة ارتباط بين المهارات الحركية ومشاكل الاستيعاب ووجود علاقة ارتباط بين القلق والاكتئاب.

- **دراسة" نسرين جمبي2009" :**

هدفت للكشف على العلاقة بين تقدير الذات والمساندة الاجتماعية لدى عينة من مجهولي الهوية ومعروفي الهوية من الذكور والاناث بمنطقة مكة والمحتضنين من قبل أسر بديلة والمقيمين في مؤسسات اجتماعية وعينة من معروفي ومعروفات النسب ومعرفة الفروق بين أفراد العينة في درجات تقدير الذات والمساندة بإختلاف متغيري مكان الاقامة والجنس بلغت عينة الدراسة 252 مراهق ومراهقة استخدمت الباحثة مقياس تقدير

الذات "للدريني وآخرون "،و المساندة الإجتماعية اعداد "أماني عبد المقصود وأسماء السرسي " و دلت.

نتائج البحث على وجود علاقة ارتباطية موجبة بين تقدير الذات والمساندة الإجتماعية كما دلت على وجود فروق بين الجنسين في المساندة لصالح الذكور.

- **دراسة "محمد عودة 2010 " :**

هدفت الدراسة للتعرف على الخبرة الصادمة وعلاقتها بأساليب التكيف مع الضغوط والمساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى أطفال المناطق الحدودية بقطاع غزة تكونت عينة الدراسة من100 طفل وطفلة واستخدم الباحث استبيان الخبرة الصادمة ،أساليب مواجهة الضغوط المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية و وجد أن مستوى المساندة والصلابة مرتفعين لدى عينة الدراسة ،كما دلت النتائج على عدم وجود فروق بين الجنسين في الصلابة فيما توجد فروق دالة احصائيا بين الذكور والإناث في المساندة الاجتماعية لصالح الاناث.

- **دراسة" رزان كفا 2012 :**

هدفت الدراسة الى التعرف على مستوى كل من المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لدى المسنين والعلاقة بينهما ،كما هدفت لمعرفة الفروق في كل من المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية بدلالة مكان الاقامة والحالة الإجتماعية ،الحالة الصحية والجنس .بلغت عينة الدراسة 150 مسنا ومسنة طبقت الباحثة مقياس مسح الآراء الشخصية لقياس الصلابة النفسية وقامت بإعداد مقياس لقياس المساندة الاجتماعية لدى المسنين ،وأسفرت نتائج الدراسة على وجود علاقة ارتباطية دالة احصائيا بين متوسطات درجات المسنين على كلى المقياسين كما أظهرت النتائج فروق في كلا المتغيرين بدلالة الجنس.

- **دراسة زو zhou2013 :**

التي هدفت إلى العلاقة بين المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية وتكونت عينة الدراسة من 310 طالبة وطالب من طلاب الجامعة، واستخدمت الدراسة مقياس الاكتئاب والقلق واسفرت الدراسة على وجود علاقة ذات دلالة سالبة ووجود علاقة ارتباطية بين القلق والمساندة الاجتماعية.

- **دراسة يلماز وعائشة 2014:**

التي هدفت إلى معرفة العلاقة بين المساندة الاجتماعية والتكيف النفسي وتحسين نوعية الحياة وتكونت عينة الدراسة من 80 مريض واستخدمت الدراسة استمارة معلومات الديمغرافية وأسفرت النتائج إلى أن اسلوب المرافق الانطوائي يقلل من العلاقات الاجتماعية الايجابية ويزيد من الضغط النفسي بعد تشخيص المرض.

- **دراسة فنسنت2016 :**

التي هدفت إلى معرفة الاهداف بين المساندة الاجتماعية والمهارات الحركية لدى المراهقين وتكونت عينة الدراسة من97 مراهقا واستخدمت مقياس المهارات الحركية ومقياس المساندة الحركية واسفرت النتائج على وجود علاقة ارتباط بين المهارات الحركية ومشاكل الاستيعاب ووجود علاقة ارتباط بين القلق والاكتئاب.

التعقيب عن الدراسات السابقة

و تبين أن معظم الدراسات توصلت إلى أن معظم المعلمات بحاجة إلى خدمات المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية

وتوصلت بعض الدراسات إلى وجود العديد من الصعوبات التي تواجه المساندة الاجتماعية ، وتختلف الدراسات الحالية عن الدراسات السابقة في متغير الدراسة، حيث تناول واسع المساندة الاجتماعية والعراقيل التي تواجه الصلابة النفسية.

وبذلك تعد الدراسات الحالية مكملة للجهود التي بذلت في موضوع المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية في مرحلة الابتدائية.

الفصل الثاني

المساندة الاجتماعية

الفصل الثاني

المساندة الاجتماعية

تمهيد

1/ تعريف المساندة الاجتماعية.

2/ النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية.

3/ أنواع المساندة الاجتماعية.

4/ النماذج الرئيسية للمساندة الاجتماعية.

5/ أهمية المساندة الاجتماعية.

6/ وظائف المساندة الاجتماعية.

7/ طرق المساندة الاجتماعية.

8/ شروط تقديم المساندة الاجتماعية.

9/ مصادر المساندة الاجتماعية.

10/ المساندة الاجتماعية والصحة النفسية و الاجتماعية

خلاصة الفصل

تمهيد:

تعتبر المساندة الاجتماعية من المتغيرات التي يختلف الباحثون حول تعريفهما وفقا لتوجهاتهم النظرية فقد تناول علماء الاجتماع هذا المفهوم في إطار تناولهم للعلاقات الاجتماعية حيث صاغو مصطلح الشبكة الاجتماعية الذي يعتبر البداية الحقيقية لظهور المساندة الاجتماعية والذي يطلق عليه البعض مسمى الموارد أو الإمكانات الاجتماعية بينما يحدده البعض الآخر على أنه امدادات اجتماعية **(فايد، 1998، ص160)**.

فالروابط الاجتماعية والعلاقات مع الآخرين تعتبر ومنذ الأزل من المظاهر الحياتية التي تبعث على تحقيق الرضا الانفعالي، كما أنها يمكن أن تخفف من تأثير الضغط وتساعد الفرد على التعامل مع الحياة ومشاكلها.

1/ تعريف المساندة الاجتماعية:

تعتبر الروابط الاجتماعية والعلاقات مع الآخرين منذ أمد بعيد من المظاهر الحياتية التي تبعث على الرضا الانفعالي وتخفف من تأثير الضغوط النفسية ويصطلح على تسمية هذه الروابط بالمساندة الاجتماعية وتعرف.

1-1/ لغة:

يشير الأصل اللغوي للمساندة إلى سند إليه سنودا أي ركن إليه واعتمد عليه واتكأ وساند مساندة وسنادا بمعنى عاونه وكاتفه. **(مجمع اللغة العربية، 1996، ص456)**

وتحمل المساندة معنى التأييد والتقوية والمساعدة على الاستمرار والامداد بمساندة مالية وإعطاء المساعدة والتشجيع والمساند. **(محمد، حسن، 2009، ص10)**.

1-2/ اصطلاحا:

من المعروف أنه ليس من السهل أن نجد تعريفا عاما وشاملا متفق عليه للمساندة الاجتماعية فالمصطلح قد تناوله العديد من العلماء والباحثين بمعان مختلفة تبعا لتخصصاتهم وتوجهاتهم ونظرياتهم العلمية لذلك نجد أن للمصطلح العديد من التعاريف نظرا لكثرة تداوله وفيما يلي سنعرض بعض التعاريف لأهم العلماء الذين تناولوا المساندة الاجتماعية.

تعريف موس "Moos" (1973):

المساندة الاجتماعية على أنها "الشعور الذاتي بالانتماء والقبول والحب والشعور أن بأن الأفراد محتاجون إليه لشخصه وليس لأجل ما يستطيع أن يفعله". **(حسن، 1996، ص15)**.

تعريف كابلين "Kaplan" (1989):

المساندة الاجتماعية هي النظام الذي يتضمن مجموعة من الروابط الاجتماعية مع الآخرين تتسم بأنها طويلة المدد ويمكن الاعتماد عليها والثقة بها وقت إحساس الفرد بالحاجة إليها لتمده بالسند العاطفي **(عبد السلام، 2000، ص9)**.

تعريف كوهين "Cohen":

يعرف المساندة على أنها المتطلبات الخاصة بالفرد التي يطلبها من البيئة المحيطة سواء كانوا أفراد أو جماعات تساعد هذا الشخص على مواجهة الأحداث الحياتية الضاغطة (مفتاح، 2010).

تعريف سميث Smith:

المساندة الاجتماعية هي مصدر المقاومة والمواجهة الإيجابية الذي يقدم للفرد من المحيطين من به لاستخدامه في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة التي يتعرض لها الفرد في حياته (المشعان، 2011).

تعريف جاكوبسون Jaccobon:

المساندة الاجتماعية هي السلوك الذي يعزز شعور الفرد بالطمأنينة النفسية والثقة بالنفس حيث يحظى بالتقدير والاحترام من أفراد البيئة المحيطة به ومن المقربين له، وإحساسه أيضا بالرضا عن مصادر المساندة التي يتلقاها والتي تساعده على حل مشكلاته العملية (قنون، 2013).

تعريف سارسون وآخرون Sarsson & al:

يشير سارسون وآخرون (1982) إلى المساندة الاجتماعية على أنها تعبر عن مدى وجود أو توافر الأشخاص الذين يتركون لديك انطباعا بأنهم في وسعهم أن يعتنوا به وأن يقدرونه ويحبونه ويمكن اللجوء إليهم والاعتماد عليهم عندما يحتاجهم. **(معتز، 2000، ص25)**.

تعريف مرسي إبراهيم المحارب:

المساندة الاجتماعية يقصد بها مساعدة الإنسان لأخيه الإنسان في مواقف يحتاج فيها إلى المساعدة والمؤازرة، سواء كانت مواقفا السراء (نجاح وتفوق) أو مواقف الضراء (فشل وتأزم) فالإنسان يحتاج في مواقف السراء إلى من يشاركه أفراحه وسعادته بالنجاح، ويشعره بالاستحسان والتقدير لهذا النجاح، فيزداد به سعادة وسرورا ويحتاج في مواقف الضراء إلى من يواسيه ويخفف عنه ألامه الإحباط، ويأخذ بيده في مواقف لا العوائق والصعوبات، ويلتمس له عذرا في الأخطاء، ويشاركه الأحزان في المصائب ويساعده في الشدائد، ويشد أزره في الأزمات والنكبات، ويشجعه على التحمل والصبر والاحتساب في هذه المواقف، فيتخلص الشخص من مشاعر الجزع واليأس والسخط والحزن Post-Trauma والخوف والغضب والظلم قبل أن تؤذيه نفسيا وجسميا ويحمي نفسه من أعراض اضطرابات ما بعد الصدمة sndromes disorders.

أو تظهر لمدة قصيرة وتختفي قبل أن تضعف أجهزة المناعة النفسية والجسمية عند المصدوم أو المبتلى. **(مرسي، 2000، ص196. 197)**.

كما يشير مفهوم المساندة الاجتماعية إلى مشاعر إيجابية مختلف وهي:

- إحساس الفرد بالقيمة.
- إحساسه بتقدير الذات.
- الإحساس بالاحترام والعناية من خلال السند العاطفي أو المادي أو المعنوي الذي يستمده من الآخرين في بيئته الاجتماعية والثقافية. **(يخلف، 2000، ص196، 197)**.

ومن خلال عرض كل هذه التعريفات فإنها في مجملها تشير إلى أن المساندة الاجتماعية تتعلق بمدى إقامة العلاقات الاجتماعية في البيئة المحيطة بالفرد، والشعور بالسند الاجتماعي الذي تقدمه هذه العلاقات ومنه فإننا نستنتج أن المساندة الاجتماعية هي مدى إدراك الفرد لوجود سند مادي وأو معنوي أو معلوماتي أو توجيهي من خلال علاقاته

الاجتماعية في جميع الأوساط (الأسري، وسط الأصدقاء، وسط العمل، الدراسة، العلاج...) سواءا في المواقف السارة أو الضارة.

2/ النظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية:

لقد حدد كل من بيرس Pierce وساراسون Saraason خمسة اتجاهات نظرية بارزة للمساندة الاجتماعية.

2-1/ النظرية البنائية:

أشار كابلن وآخرون Kaplan & al أن علماء المدرسة البنائية اهتموا بشبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد وزيادة حجمها ومصادرها وتوسيعها وجعلها في خدمة الفرد لمساندته في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة، كما يرى "دك" و"سليفر" أن النظرية البنائية، اهتمت بدراسة الخصائص البنائية لشبكة العلاقات الاجتماعية والتي تلعب دورا هاما في مواجهة أحداث الحياة ودون إحداث أثار سلبية على الصحة النفسية للفرد، وقد قدم "ستوكس" وهو من علماء البنائية قائمة لقياس أبعاد المساندة من خلال حجم المساندة وكثافتها ومصادرها المختلفة. (عبد السلام، 2005).

ومنه فالنظرية البنائية اهتمت بدراسة العلاقات الاجتماعية وتفاعلات الفرد مع البيئة المحيطة به. وأثرها الإيجابي والفعال في تخفيف الآثار التي تنتج عن هذه الأحداث.

ورغم مساهمة هذه النظرية في معرفة مكونات شبكة العلاقات الاجتماعية ووضعها للأساس النظري للمساندة الاجتماعية إلا أنها اتسمت ببعض العيوب و

-إهمالها لدراسة شبكة التفاعلات الاجتماعية الكبيرة المحيطة بالمجتمعات الكبيرة.

-عند دراستها لأبعاد المساندة الاجتماعية لم تتوصل إلى نتائج صادقة. **(قنون، 2013، ص85).**

2-2/ النظرية الوظيفية:

يرى كابلن وآخرون Kaplan & al المدرسة الوظيفية أن علماء ركزوا على وظيفة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد والتي تشعره بالانتماء لتلك الشبكة وتعمل على مساندته في الظروف الصعبة التي يواجهها داخل بيئته وأدت هذه النظرية على تعزيز أنماط السلوك المتداخل في شبكة هذه العلاقات بهدف زيادة مصادر المساندة للفرد، وقد وجه كل من "دك" و"سيلفر" بعض هذه الانتقادات لهذه النظرية:

- فشل الباحثين في تحديد أي أنواع المساندة الاجتماعية يكون مفيدا للأفراد الذين يمرون بأحداث ضاغطة.

- لم يتوصل علماء هذه النظرية أيضا الى تحديد أنواع المساندة والوقت الذي يحتاج لها فيها الفرد.

2-3/ نظرية التبادل الاجتماعي:

تنظر إلى العلاقات على أنها تتكون من تبادل المصالح والفوائد، أي أن الأفراد المشتركين في علاقات تبادل يفترضون أن تقديم فائدة أو منفعة يرتبط بتلقي الفرد منفعة أخرى في المقابل، وأن تلقي المنفعة يعد دينا ملزما بإعادة تقديم منفعة في المقابل، وأي خلل في هذا التبادل المتوقع يؤدي إلى ردود فعل وجدانية سلبية، ومن بين العوامل الهامة التي تؤثر على أهمية تلك الاعتبارات نوعية العلاقة إذ أن التكافؤ مهم في علاقات العمل (علاقات ملزمة) وكذلك في العلاقات الودية (علاقات الأصدقاء). **(الصبان، 2003، ص174).**

لقد انحصر اهتمام هذه النظرية على المسنين، حيث لفتت النظر إلى وجود العديد من الآليات المعرفية التي يحبذ الشخص استخدامها عند تبادل الدعم مع الآخرين وهي:

أ/ إدخار المساندة الاجتماعية: جوهر هذه الآلية أن الشخص لديه رصيد من المساندة كان يقدمه في الماضي للآخرين، وأن ما يقدمه حاليا من مساندة يعتبر قليلا مقارنة بالمساندة المقدمة في الماضي.

ب/ القابلية للمساواة: تنص هذه الآلية على حقيقة أن الشخص يدرك مقدار المساندة الذي يبذلها من قبل الآخرين، وبالتالي يحاول جاهدا ألا يطلب منهم مساندة تفوق قدرتهم.

ج/ المودة أو الوحدة المترابطة: تعني أنه من المفروض أن يكون أفراد المجتمع الواحد مترابطين في وحدة عضوية ونفسية واجتماعية واحدة، وأن الحب والعطاء سلوك سائد داخل الأسرة، وبالتالي فإن ذلك ينعكس عليهم.

د/ الانتباه الانتقائي أو الاختياري: يعني قدرة الشخص على إدراك ما يقدمه للآخرين، وما يعجز عن تقديمه.

هـ/ استمرارية الشخصية: وهي وعي الشخص أن المساندة المقدمة بأنواعها المختلفة يمكن أن تقدم في جميع مراحل حياته المختلفة، وإن اختلفت أنواعها.

2-4/ نظرية المقارنة الاجتماعية:

ترى هذه النظرية أن لدى الأفراد حافزا لتقييم آرائهم واتجاهاتهم من خلال المقارنة بمعايير موضوعية أو بسلوكيات الآخرين، وتفترض أن الناس يختارون أناسا مثلهم للمقارنة إذ أن جمع المعلومات من الذين يشبهونهم أكثر فائدة للذات.

وحسب فيستنجر Festinger فإن الفرد يحس بالحاجة إلى الآخرين لتقييم ذاته ووضعه وقدراته بالمقارنة مع الآخرين، حيث يقوم بمقارنة ذاته أو وضعه مع وضع أمثاله وعلى ضوء هذه المقارنة يعمل على تعديل سلوكه ووضعه.

ويشير بيونك وآخرون Bunik & al إلى أن الأشخاص يفضلون الإندماج مع الآخرين الذين يتساوون معه أو يفضلونهم، ويرى أيضا أن الأفراد الذين يعانون من أحداث الحياة الضاغطة يلجأون إلى آخرين أفضل منهم. **(قنون، 2013، 87).**

2-5/ النظرية الكلية:

أشار كل من "دك" و "سليفر" أن هذه النظرية تؤكد حاجة الفرد للمساندة الاجتماعية خصوصا في المواقف العصبية التي يمر بها، واهتمت هذه النظرية أيضا بالخصائص الشخصية التي يمكن أن تؤثر في شبكة العلاقات الاجتماعية المحيطة بالفرد، والنظرية الكلية اهتمت بقياس الإدراك الكلي لمصادر المساندة المتاحة للفرد ودرجة رضاه عنها، وهذا الإدراك الكلي للمساندة الاجتماعية يشكل الأساس النظري لإعداد مقياس المساندة الاجتماعية **(عبد السلام، 2005)**.

3/ أنواع المساندة الاجتماعية:

هناك أنواع مختلفة من المساندة الاجتماعية ومن أهمها:

3-1/ المساندة التقديرية:

هذا النوع من المساندة يكون في شكل معلومات بأن هذا الشخص مقدر ومقبول، ويتحسن تقدير الذات بأن تنقل للأشخاص أنهم مقدرون لقيمتهم الذاتية وخبراتهم وأنهم مقبولون على الرغم من أي صعوبات أو أخطاء شخصية، وهذا النوع من المساندة يشار إليه أيضا بمسميات مختلفة مثل المساندة النفسية والمساندة التعبيرية ومساندة تقدير الذات.

ومساندة التنفيس والمساندة الوثيقة **(الشناوي، عبد الرحمان، 1994، ص40)**.

وتتضح هذه المساندة عندما يتلقى الفرد من الآخرين التشجيع والتأييد المستمر لأدائه وأفكاره خاصة عند مقارنتها بآراء غيره ويدرك الفرد هذا التأييد عن طريق تقديم المعلومات مباشرة وتفيد في تقدير الفرد لذاته ولفاعليتها عند مواجهة الشدائد **(حمزة، 2002، ص52)**.

3-2/ المساندة المعنوية:

وهي مساندة نفسية يجدها الإنسان في كلمات التهاني والثناء عليه في السراء، وفي عبارات المواسات والشفقة في الضراء، فيجد في تهنئة الناي له الاستحسان والتقبل والحب المتبادل، ويجد في مواساتهم له التخفيف من مشاعر التوتر والقلق والسخط والجزع،

والتشجيع على التفكير فيما أصابه بطريقة تفاؤلية فيها رضا بقضاء الله وقدره **(مرسي، 2000، ص197)**.

3-3/ المساندة المعلوماتية:

Cognitive وهذا النوع من المساندة يساعد على تحديد وفهم التعامل مع المشكل والأحداث الضاغطة ويطلق عليها أحيانا النصح Advice والتوجيه المعرفي Guidance. **(الشناوي، عبد الرحمان، 1994، ص40)**.

وتشمل تقديم المعلومات ووجهات النظر أو الآراء والنصائح (Line Beaure ،Gard1996) بحيث تجعل هذه المعلومات الفرد أكثر تبصرا بعوامل النجاح أو الفشل، فيزداد قدرة على مواصلة النجاح وتحمل الفشل والإحباط بل قد يجد في النصائح ما يساعده على تحويل الفشل إلى نجاح. **(مرسي، 2000، ص197)**.

ويقصد بها أيضا التزويد بالنصيحة والإرشاد أو المعلومات المناسبة للموقف بغرض مساعدة الفرد على فهم موقفه أو التعايش مع مشاكل البيئة أو المشاكل الشخصية وهي تختلف عن المساندة الأدائية في أن المعلومات المعطاة ليست مساعدة في حد ذاتها فضلا عن أنها تساعد الناس في مساعدة أنفسهم، فالمعلومة ربما تقوي إدراكات الضبط عن طريق تزويد الفرد بطرق إدارة مشكلته والتعايش معها. **(مبروك، 2001، ص95)**.

3-4/ المساندة المادية:

ويطلق عليها المساندة الإجرائية والعون Aid والمساندة الأدائية Instrument والمساندة الملموسة Tangible.

ويشتمل هذا النوع من المساندة على تقديم العون المالي والإمكانات المادية والخدمات اللازمة، وقد يساعد العون الإجرائي على تخفيف الضغوط عن طريق الحل المباشر للمشكلات الإجرائية. **(الشناوي عبد الرحمان، 1994، 41)**.

وهي مساندة مباشرة وفعالة في الموقف ويحصل عليها الفرد من مساعدة الناس له بالأموال والأدوات أو مشاركته في بذل الجهد وتحمل الموقف وتخفيف المسؤولية وتقليل الخسائر، وتقدم في صورة هدايا في ومنح أو قروض ميسرة أو أشياء عينية أو التطوع في عمل يزيد الفرح في السراء أو يخفف التوتر والألم في الضراء. **(موسى، 2000، ص198).**

3-5/ المساندة السلوكية:

تشير إلى المشاركة في المهام والأعمال المختلفة بالجهد البدني (جاب الله، هريدي، 2001).

3-6/ المساندة الاجتماعية الوجدانية: (Line Beaure Gard،1996 ،p57)

وهي إظهار مشاعر الثقة والحب والحنان الآخرين، كما تعرف على أنها دعم وسند نفسي يجده الإنسان في وقوف الناس معه، ومشاركتهم له أفراحه وأحزانه، وتعاطفهم معه واتجاهاتهم نحوه واهتمامهم بأمره مما يجعله يشعر بالثقة في نفسه وفي الناس، فيزداد فرحا في السراء ويزداد صبرا وتحملا في الضراء. **(مرسي، 2000، ص197).**

3-7/ المساندة التقييمية:

تتضمن مساعدة الفرد على تحقيق فهم أفضل للحدث الضاغط وللإستراتيجيات التي يجب حشدها للتعامل معه، ومن خلال تبادل التقييمات يستطيع الفرد الذي يواجه حدثا ضاغطا أن يقرر مقدار التهديد الذي يسببه الحدث الضاغط، ويستطيع الاستفادة من المقترحات حول كيفية إدارة الموقف. **(تايلور، 2008، ص445).**

3-8/ مساندة الصحبة الاجتماعية:

تشتمل على قضاء بعض الوقت مع الآخرين في أنشطة الفراغ والترويح والاتصال مع الآخرين، وكذلك بالمساعدة على إبعاد الفرد عن الانشغال بالمشكلات أو عن طريق تيسير الجوانب الوجدانية الموجبة، ويشار إلى هذا النوع من الدعم أحيانا أنه دعم الانتشار والانتماء. **(الشناوي، عبد الرحمان، 1994، ص40).**

فمهما كان الأساس أو المفهوم النظري الذي ينطلق منه اصطلاح المساندة الاجتماعية فإنه يبدو أن المفهوم يشتمل على مكونين رئيسيين هما:

– أن يدرك الشخص أنه يوجد عدد كاف من الأشخاص في حياته يمكنه أن يرجع إليهم عند الحاجة.

– أن يكون لدى هذا الفرد درجة من الرضا عن المساندة المتاحة له.

4/ النماذج الرئيسية والنظريات المفسرة للمساندة الاجتماعية:

هناك عدة نماذج لتفسير المساندة الاجتماعية نذكر منها ما يلي:

4-1/ نموذج الأثر الرئيسي للدعم الاجتماعي:

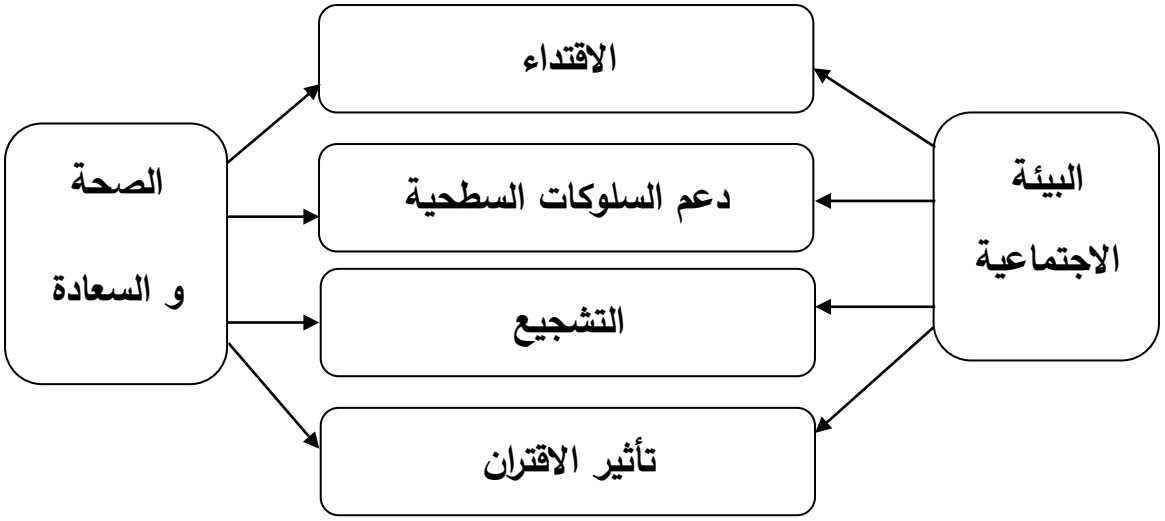
يفترض هذا النموذج أن المساندة الاجتماعية ترتبط أساسا بالأشخاص الذين يقعون تحت ضغط، ويعرف هذا النموذج بنموذج التخفيف أو الحماية، حيث ينظر إلى المساندة على أنها تعمل على حماية الأشخاص الذين يتعرضون لضغوط، مع احتمال التأثير الضار لهذه الضغوط، حيث أن هناك أثر عام ومفيد للمساندة الاجتماعية على الصحة البدنية والنفسية يمكن أن يحدث لأن الشبكات الاجتماعية الكبيرة يمكن أن تزود الأشخاص بخبرات إيجابية منتظمة ومجموعة من الأدوار التي تتلقى مكافأة من المجتمع، وهذا النوع من المساندة يمكن أن يرتبط بالسعادة، حيث أنه يوفر حالة إيجابية من الوجدان وإحساسا بالاستقرار في مواقف الحياة، والاعتراف بأهمية الذات كذلك فإن التكامل في الشبكة الاجتماعية يمكن أن يساعد أيضا في تجنب الخبرات السالبة (المشكلات المالية والقانونية....) والتي من ممكن –بدون وجود مساندة– أن تزيد من احتمال حدوث الاضطراب النفسي أو البدني ويصور هذا النموذج للمساندة من وجهة نظر سوسيولوجية على أنه تفاعل اجتماعي منظم أو الانغماس في الأدوار الاجتماعية. أما ناحية الوجهة السيكولوجية فإنه ينظر إلى للمساندة على أنها تفاعل اجتماعي وإندماج اجتماعي ومكافأة العلاقات ومساندة الحالة، وهذا النوع من المساندة الخاص بالشبكة الاجتماعية يمكن أن

يرتبط بالصحة البدنية عن طريق آثار الانفعال على الهرمونات العصبية، أو وظائف جهاز المناعة، أو عن طريق التأثير على أنماط السلوك المتصل بالصحة مثل تدخين السجائر وتعاطي الخمور أو البحث عن المساعدة الطبية. **(الشناوي، عبد الرحمان، 1994، ص36-37)**.

ويركز هذا النموذج على فكرة التأثير المباشر الذي تمارسه المساندة الاجتماعية على السلوك، الأمر الذي يدفع الناس حسب هذا النموذج لممارسة سلوكات صحية سليمة كالتغذية الصحية مثلا وممارسة الرياضة والعادات الصحية الأخرى التي تحافظ على صحة الإنسان وتحميه من اضطرابات نفسية وعضوية محتملة، إضافة إلى كون العلاقات الحميمة والروابط الوثيقة تعزز الكفاية الذاتية وتقدير الذات التي بدورها تخدم صحة الفرد الجسيمة والنفسية. **(يخلف، 2001، ص146)**

وبالتي فإن هناك علاقة عالية بين صحة الفرد العضوية والنفسية، وطبيعة علاقاته مع الآخرين. فالعلاقة الطبية تساعده على الحفاظ على صحته العضوية والنفسية وترفع من معنوياته **(يحياوي، 2003، ص530)**.

وعلى العموم فإنه يمكن القول أن المساندة الاجتماعية ذات تأثير إيجابي على الصحة النفسية والجسمية للفرد ويوضح الشكل التالي التصور الأساسي لهذا النموذج. **(جاب الله، هريدي، 2001، ص2001)**.



شكل رقم(1): يوضح نموذج الأثر الرئيسية للمساندة الاجتماعية

(جاب الله، هريدي، 2001).

من خلال هذا الشكل نلاحظ أن البيئة الاجتماعية بإمكانها توفير مجموعة من العوامل الإيجابية التي يمكنها تحقيق الصحة والسعادة، ومنه يمكننا القول أن تحقيق الصحة النفسية والجسيمة يعني توفير عوامل صحية كالاقتداء، ودعم السلوكيات السطحية، التشجيع وتأثير الأفراد والتي تعتبر كوسائط بين البيئة الاجتماعية والصحة والسعادة. **(قنون، 2013، ص82).**

4-2/ نموذج الأثر الواقي من الضغط:

يرى لازاروس 1996 ولازاروس ولونير1978 "Lazarus & Launier" أن الضغط ينشأ عندما يقدر شخص ما موقفا يتعرض له على أنه مهدد أو أنه ملح بينما لا تكون لديه الاستجابة المناسبة للتعامل، وفي رأي سيليس (Sells) أن هذه المواقف هي تلك التي يدرك فيها أنه من الضروري أن يستجيب للموقف ولكن الاستجابة المناسبة لا تكون متاحة له بشكل مباشر. وتشمل الآثار المباشرة الناتجة عن تقدير الفرد للموقف الضاغط والجوانب الوجدانية السلبية، وازدياد الاستجابة الفيزيولوجية والتكيفات السلوكية، وعلى الرغم من أن

حدثا ضاغطا واحدا قد لا يفرض مطالب كثيرة على القدرة على التعامل مع الموقف لدى كثير من الأشخاص إلا أنه عندما تتجمع مشكلات متعددة وتكون مستمرة ومجهدة لقدرة الفرد على حل المشكلة فإنه من الممكن أن تحدث اضطرابات خطيرة **(الشناوي، عبد الرحمان، 1994، ص38)**.

ويفترض هذا النموذج أن أحداث الحياة المثيرة للمشقة التي يتعرض لها الأفراد في حياتهم اليومية لها تأثير سلبي على صحتهم النفسية والبدنية، وأن العلاقات الاجتماعية المساندة تقي الفرد وتحول دون حدوث هذه التأثيرات السلبية ومن ثم فان المساندة الاجتماعية حسب هذا النموذج ترتبط بالصحة لدى الأفراد الذين يخبرون أحداثا مثيرة للمشقة. **(جاب الله، هريدي، 2001)**.

ومنه فإن العلاقات الاجتماعية الحميمة تعزز سلوكيات إيجابية أو استجابات عصبية غدية مناسبة التي تحافظ بدورها على نشاط الجسم الفسيولوجي السليم في وجه الضغوط المدمرة والمخاطر الصحية الأخرى التي تهدد صحة الإنسان وعافيته. بعبارة أخرى ما يقترحه هذا النموذج هو أن المساندة الاجتماعية جانب من الجوانب الهامة لعملية إدارة الضغوط، أي أنه عبارة عن آلية تخفيف الضغوط أو مفتاحها. وهذا ما يفسر القيمة الوقائية أو العلاجية للعلاقات الاجتماعية الحميمة والقوية. **(يخلف، 2001، ص146)**.

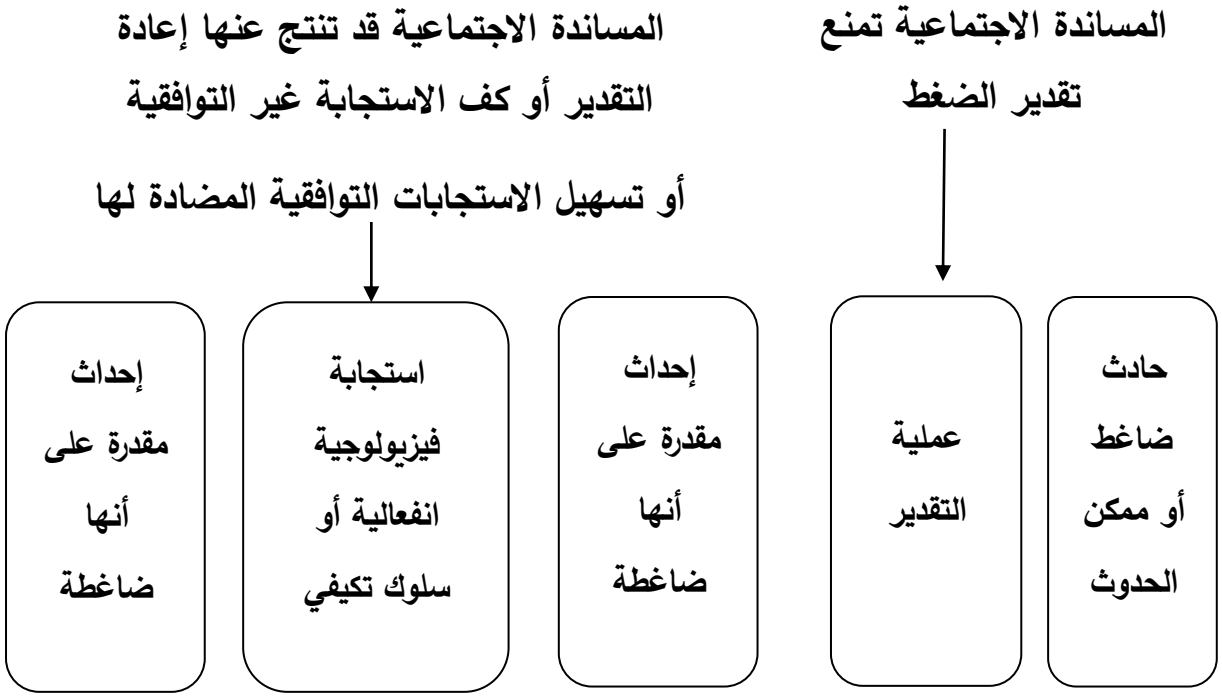
وتشتمل الآليات التي تربط الضغط بالمرض على سلسلة من الاختلالات للهرمونات العصبية أو لوظيفة الجهاز المناعي، وتغيرات مميزة من السلوكيات المتصلة بالصحة (إدمان الخمر، نقص التغذية) أو مجموعة من الإخفاق في الاهتمام بالنفس ويلاحظ أن التعريف الخاص بالضغط بين الضغط المقدر ومشاعر انعدام القدرة المدركة للتعامل مع المواقف التي تتطلب استجابة فعالة، وقد يحدث فقدان التقدير للدرجة التي يعزو الشخص الاخفاق في التعامل مع الضغط بشك مناسب لقدرته الذاتية أو للسمات الشخصية المستقرة

بدلا من إرجاعه لسبب خارجي. ومنه فإن الدور الذي تقوم به المساندة الاجتماعية في هذه السلسلة ينحصر في موضعين:

الموضع الأول: يمكن للمساندة الاجتماعية أن تتدخل بين الحادث الضاغط (أو توقع الحاث الضاغط) وبين رد فعل الضغط، حيث يقوم بتخفيف أو منع استجابة تقدي الضغط بمعنى أن إدراك الشخص أن الآخرين يمكنهم أن يقدموا له الموارد والإمكانات اللازمة قد يجعله يعيد تقدير إمكانية وجود ضرر نتيجة للموقف أو تقوي لديه القدرة على التعامل مع المطالب التي يفرضها عليه الموقف ومن ثم فإن الفرد لا يقدر الموقف على أنه شديد الضغط.

الموضع الثاني: أن المساندة المناسبة قد تتدخل بين خبرة الضغط وظهور حالة مرضية، وذلك عن طريق تقليل أو استبعاد رد فعل الضغط أو بالتأثير المباشر على العمليات الفيزيولوجية، وقد تزيل المساندة الأثر المترتب عن تقدير الضغط عن طريق تقديم حل للمشكلة، وذلك بالتخفيف أو التهوين من الأهمية التي يدركها الشخص لهذه المشكلة حيث يحدث كبح للهرمونات العصبية بحيث يصبح الشخص أقل استجابة للضغط المدرك أو عن طريق تسيير السلوكيات الصحية السليمة.

وفيما يلي شكل يوضح العلاقة السببية بين الضغط والمرض ونقاط عمل المساندة الاجتماعية.



شكل(2): يوضح العلاقة السببية بين الضغط والمرض ونقاط عمل المساندة الاجتماعي **(الشناوي، عبد الرحمان، 1994، ص39).**

5/ أهمية المساندة الاجتماعية:

إن للمساندة الاجتماعية تأثير على طريقة تفكير وأفعال ومشاعر الآخرين من خلال تفاعل الأفراد مع بعضهم البعض، وبناء على نظرية "ماجواير" Maguire (1991) إن شبكة المساندة الاجتماعية تستطيع أن تمد الفرد بالآتي:

- تمد الفرد بإحساس بذاته Sense of self حيث أنه يتم تعزيز الفرد من قبل الأسرة والأخرين.
- تمد الشخص بالتشجيع والتغذي المرتدة (الراجعة) الإيجابية Ecouragment And Positive Feed Back
- يمد الفرد بالفرص الاجتماعية Socialization Opportunities.
- يساعد نظام المسندة الاجتماعية الفرد على تحديد المشكلات والبحث عن حل ومساعدة مناسبة له.

- تحمي الفرد من الضغط النفسي حيث أن الفرد الذي لديه مساندة اجتماعية قوية يستطيع أن يتعامل مع الضغوط الحياتية اليومية بشكل أكثر نجاحا ومن الذين لديهم ضعف في المساندة الاجتماعية. **(حسن، 2004، ص38)**.

ويرى "بولبي" Bowlby (1980)" أن الفرد الذي يتلقى مساندة اجتماعية تتميز بالمودة مع الآخرين منذ سنوات حياته الأولى يصبح بعد ذلك شخصا واثقا من نفسه وقادرة على تقديم المساندة الاجتماعية للآخرين ويصبح أقل عرضة للاضطرابات النفسية، وتزيد من قدرة الفرد على المقاومة والتغلب على الاحباطات وتجعله قادرا على حل مشاكله بطريقة جيدة. **(الربيعة، 1997، ص19)**.

6/ وظائف المساندة الاجتماعية (The functions of social support):

تعد المساندة الاجتماعية مصدرا هاما من مصدر 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 تعلب دورا هاما في إشباع الحاجة إلى الأمن النفسي، وخفض مستوى المعاناة النفسية الناتجة عن شدة هذه الأحداث. **(عبد الله، 13، 1995)**.

يشير (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: **(جعبي، 2008، ص44)**.

أ/ وظائف مساندة الحفاظ على الصحة الجسمية والنفسية والعقلية:

وتشير هذه الوظائف إلى الحفاظ على الوحدة الكلية الصحة الجسمية والنفسية والعقلية وصولا إلى تعزيز وتقوية سعادة المتلقي وإحساسه بالراحة والنفسية والاطمئنان في حياته (النابلسي، 2009، ص63). وتنقسم هذه الوظائف إلى ما يلي:

- **إشباع حاجات الانتماء Satisfaction of affliative 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). **(جعبي، 2008، ص44)**.

- **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 مكتسبا بذلك وعيه بذاته الاجتماعية، كما أن 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 ووجهات النظر مع الآخرين.

- **تقوية تقدير الذات Self-esteem enhancement:**

يمكن للمساندة الاجتماعية أن تقوي شعور الفرد بقيمته وإحساسه بكفاءته الشخصية، وذلك عن طريق تأكيد وتثبيت القيمة والاستحسان والمد وتعبيرات الاحترام للمتلقي. **(علي، 2005، ص48–49)**.

ويرى الباحث أن هذه الوظائف الثلاث ترتبط بطبيعة مساندة الذات الخاصة بهذه المظاهر، أي أنه إذا تلقى الأفراد مساندة مستمرة توفر لهم شعورا بالأمن وتدعم تقدير الذات لديهم وتقوي هويتهم الذاتية يصبحون أقل تعرضا لعوامل لضغط 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، وتقسم هذه الوظائف إلى:

- **التقييم المعرفي Cognative Appraisal:**

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

- **النموذج النوعي للمساندة The specificity model of support:**

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

- **التكيف المعرفي Cognative Adaptation:**

يمر الافراد 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 دورا مهما 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 (جعبي، 2008، ص45).

- **المساندة الاجتماعية مقابل المواجهة Social support versus confrontation:**

رغم أن المساندة والمواجهة هي مظاهر مترابطة مع بعضها، إلا أن المفاهيم الخاصة بهما ليست مترادفة وأن 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 إستراتيجيات المواجهة مع الأحداث الضاغطة من خلال توفير عدد معقول من اختيارات المواجهة بشكل ايجابي (النايلسي، 2009، ص65).

كما يرى "دولباير" Dolvier(2000) أن المساندة الاجتماعي تعمل على التخفيف من الإحسان بالمرض وتساعد الفرد على تحسين أدائه لوظيفته، وتؤدي إلى زيادة مشاعر السعادة والرفاهية، ولأن تلقى المساندة الاجتماعية أو تقديمها للآخرين يرتبط ارتباطا وثيقا بالصحة الجسيمة والنفسية الموجبة. **(عثمان، 2001، ص148)**.

ويقسم "شوماكر" و"برويل" Shumaker and Brownell(1984) وظائف المساندة الاجتماعية إلى:

- **وظائف مساندة الصحة:** هي التي تقوي الصحة الشاملة للجسم والعقل بالنسبة للملتقى، كما تقوي وتعزز من سعادته، وتنقسم إلى اشباع حاجات الانتماء، والمحافظة على الهوية الذاتية وتقويتها وتقوية تقدير الذات.
- **وظائف تخفيف الضغط:** وتشمل التقييم المعرفي، النموذج النوعي للمساندة، التكيف المعرفي والمواجهة **(إسماعيل، 2004، ص32)**.

ومما سبق ذكره يتضح لنا أن للمساندة الاجتماعية أهمية كبيرة في بناء شخصية الفرد فهي تعمل على زيادة ثقته بنفسه وزيادة قدرته على مواجهة المشاكل، كما أنها تعمل على التقليل من حدة الضغوط التي يواجهها الفرد في حياته.

7 / طرق تقديم المساندة الاجتماعية:

تختلف طرق تقديم المساندة الاجتماعية باختلاف المرحلة العمرية التي يمر بها فنجد أنه في مرحلة الطفولة تكون المساندة ممثلة في الأسرة (الأم، الأب، الأشقاء) وفي مرحلة

المراهقة تتمثل في الأسرة وجماعات الرفاق وفي مرحلة الرشد تتمثل في المساندة في الزوج أو الزواج وكذلك علاقات العمل والأنباء **(عماد مخيمر، 1997، ص108)**.

ومنه فإن الإنسان يحصل على المساندة الاجتماعية أما بشكل رسمي أو غير رسمي:

7-1 / المساندة الاجتماعية الرسمي:

يقوم بتقديمه أخصائيون نفسيون واجتماعيون مؤهلون في مساعدة الناس في الأزمات والنكبات والمشاكل أما عن طريق مؤسسات حكومية متخصصة، أو جمعيات أهلية متطوعة، حيث يهرع هؤلاء الأخصائيون إلى تقديم المساندة الاجتماعية للمتضررين لتخفيف آلامهم ومعاناتهم ومشاكلهم في مواقف الأزمات.

وتشتمل المساندة الاجتماعية الرسمية تقديم الارشاد النفسي والاجتماعي في حل المشكلات وتقديم المساعدة المالية –المالية والعينية– للمتضررين بهدف التخفيف عنهم والأخذ بأيديهم في هذه المواقف الصعبة. وتحرص جميع المجتمعات على توفير المساندة الاجتماعية ومراكز الاسعافات الأولية والخطوط الهاتفية ومجالس إدارة الأزمات وشرط النجدة والإطفاء غيرها **(مرسي، 2000، ص198)**.

والجدير بالذكر أن الاستفادة من المساندة الاجتماعية لا يتم بصفة عشوائية بمعنى أن كل من هو بحاجة إلى المساعدة يتلقاها بغض النظر عن انتماءاته الاجتماعية ومكانته في الجماعة، بل تلقي المساندة الاجتماعية تحكمه طبيعية وبنية الشبكة الاجتماعية التي تحيط بالفرد، أي طبيعة العلاقات التي تربطه بالآخرين في أسرته وفي المجتمع الذي يعيش فيه.

وهذه الروابط تختلف في كثير من الخصائص منها:

– **الحجم:** عدد الأفراد الذين يتفاعل معهم الشخص ويقيم علاقات اجتماعية متوازنة.

– **التركيب:** هل الأشخاص الذين يقيم معهم علاقات هم أقارب أم أصدقاء أم زملاء في العمل.

- **الألفة:** إلى أي مدى تتسم علاقاته مع الآخرين ضمن الشبكة الاجتماعية التي تحيط به بالألفة والثقة المتبادلة.

- **الاستقرار:** إلى أي مدى تتسم علاقاته مع الآخرين من الذين يحيطون به بالاستقرار والاستمرار في الزمن بحيث تكون علاقاته متينة وقوية.

7-2/ المساندة الاجتماعية غير الرسمية:

هي مساعدة يحصل عليها الإنسان من الأهل والأصدقاء والزملاء والجيران وبدوافع المودة والمحبة والمصالح المشتركة، والالتزامات الأسرية والاجتماعية والإنسانية والأخلاقية والإنسانية والدينية، حيث يساند القريب قريبه أو الصديق صديقه أو الزميل زميله أو الجار جاره مساندة متبادلة وتقدم المساندة الاجتماعية الغير رسمية بعدة طرق من أهمها تبادل الزيارات والاتصالات الهاتفية والمراسلات، والتجمع في الأعياد والمناسبات، وتقديم الهدايات والمساعدات المالية والعينية في الأزمات والنكبات. **(مرسي، 2000، ص198).**

فالعلاقات الاجتماعية تعتبر حتمية اجتماعية لا بديل عنها، إذ لا يمكن للفرد أن يكتسب مختلف الصفات الاجتماعية والتشبع بأصول المعرفة وقيم التراث الثقافي بدون التعامل مع غيره من أفراد المجتمع الذي ينتمي إليه، وربط علاقات اجتماعية مع أفراد المحيط الاجتماعي الذي يعيش فيه فكلما كانت حاجات الفرد وظروفه الشخصية تقتضي إقامة علاقات مع أشخاص يمكنه إشباع حاجاته بواسطتهم، كلما سعى هذا الفرد إلى إقامة هذه العلاقات وكلما توافقت حاجات الأفراد وتوفرت إمكانية تبادل الإشباع، كلما ساعد ذلك على توطيد العلاقة بينهم. **(يحياوي، 2003، ص531-532).**

8/ شروط تقديم المساندة الاجتماعية:(Terms of providing social support):

يرى شين وآخرون (Shinn،et al) أن للمساندة الاجتماعية تأثيراتها المختلفة على المتلقي سواء سلبا أو إيجابيا، فهي قد تمثل عبئا 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، ص47)**، وعليه فإن هناك بعض الشروط التي يجب أن تتوفر في عملية المساندة الاجتماعية، لكي تكون فاعلة وذات تأثير ايجابي على المتلقي، ومن أهم تلك الشروط:

- **كمية المساندة:** فعند تقديم المساندة لابد وأن تكون باعتدال، حيث أن الزيادة في كمية المساندة قد تؤدي إلى اعتمادية المتلقي وسلبيته، وبالتالي ينخفض تقديره لذاته.
- **اختيار التوقيت المناسب لتقديم المساندة:** أي يجب تقديم المساندة الاجتماعية في وقتها المناسب، ليكون تأثيرها إيجابيا على المتلقي، أما إذا قدمت في وقت لا يحتاج إليها المتلقي أو بعد فوات الأوان فإنها قد لا تعني له شيئا، وقد تسبب له المشكلات.
- **مصدر المساندة:** أي يجب أن تتوفر في مقدمي المساندة الاجتماعية بعض الخصائص، كالمرونة والنضج والفهم الكامل لطبيعة المشكلة التي يمر بها المتلقي.
- **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.
- **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.
- **التشابه والفهم المتعاطف:** فالمساندة الاجتماعية يمكن تقلبها بشكل أفضل في حالة التشابه النفسي والاجتماعي للمانح والمتلقي، وبخاصة إذا كانت الظروف التي يمران بها متشابهة. **(علي، 2005، ص30-32)**.

ويؤكد الباحث على أهمية تلك الشروط عند تقديم المساندة الاجتماعية لفئة المراهقين والشباب، فلابد من الفهم الكامل للخصائص النفسية والشخصية لهذه الفئة والتعامل معها بمرونة واسعة صدر، مع توفر المهارة والقدرة على توجيهها، لتتعايش مع واقعها المفروض عليها بشكل أفضل، ويتحقق لها قدر كاف من الصحة والتوافق الشخصي والاجتماعي.

9 / مصادر المساندة الاجتماعية:

للدعم الاجتماعي مصادر عدة، فعلى سبيل المثال لا الحصر: الأسرة، الأصدقاء، الزوج أو الزوجة الحميمة، الحيوانات الأليفة، العلاقات الاجتماعية وزملاء العمل. هذه المصادر قد تكون طبيعية كالأصدقاء والعائلة، وقد تكون أكثر رسمية متمثلة في المتخصصين بالصحة العقلية أو المنظمات الاجتماعية. دعم الشريك سواء الزوج أو الزوجة له أثر كبير على الصحة، هذا وتختلف مصادر المساندة الاجتماعية باختلاف المرحلة العمرية التي يمر بها الفرد إذ أنه في مرحلة الطفولة تكون المساندة المتمثلة في الأسرة (الأم والأب والأشقاء) وفي مرحلة المراهقة تتمثل في جماعات الرفاق والأسرة أما في مرحلة الرشد تتمثل في الزوج أو الزوجة وعلاقات العمل والأبناء. **(Leavy ،5 :1983) نقلا عن الصبان، 2008، ص4)**

وتأتي المساندة الاجتماعية من مصدرين رئيسيين هما:

- **الأسرة:** لاشك أن الأسرة المفككة المتصدعة الخالية من التواصل الإنساني تؤدي إلى اختلال في شخصية أطفالها وإلى انخفاض في اعتبار الذات وشعور باليأس وبنظرة متشائمة إلى الحياة وإلى المستقبل. **(جمال مختار، 1996، ص146)**.

وترى الباحثة أن للأسرة دورا هاما في إكساب الطفل خبراته وفي تقيمه وتقديره لذاته، وبالنظر إلى مراحل العمر التالية نرى جذور معظم المشاكل النفسية تعود إلى سنوات العمر الأولى حيث يظهر تأثير الأسرة من حيث اكساب الطفل أهم العادات والقيم التي يجب إتباعها.

ويؤكد عماد مخيمر **(1997)** أن مصادر المساندة تختلف باختلاف المرحلة العمرية التي يمر بها الفرد، ففي مرحلة الطفولة تكون المساندة متمثلة في الأسرة (الأم، الأب، والأشقاء)، وفي مرحلة المراهقة تتمثل في المساندة في الرفاق والأسرة، وفي مرحلة الرشد تتمثل المساندة في الزوجة أو الزوج وكذلك علاقات العمل والأبناء ويتضح مما سبق أن الأسرة عامل مشترك وأساسي في كل مراحل العمر، وتعتبر الأكثر أهمية في حياة الفرد خاصة في مراحل العمر المبكرة. **(مخيمر، 1997، ص108)**.

- **الأصدقاء:** يعرف روبن وآخرون **(Rubin،et al ،1994)** نقلا عن فهد عبد الله **(1997)** جماعة الأصدقاء بأنهم الأفراد المتشابهون في بعض الجوانب مثل المهارة، والمستوى التعليمي، والسن، والوضع الاقتصادي، ويتفق آخرون على أن دور الأصدقاء في المساندة يتلازم مع دور الأسرة ومن بينهم كوجيم، مياكاوا **(Kojime & Miyakawa)**، ايمونس، كولبي **(Emmons & Colby(1995)** بينما يرى بيريس وآخرون (1991) في دراساتهم للمساندة الاجتماعية لدى طلاب وطالبات الجامعة، أن هناك علاقة ارتباطية عكسية بين الشعور بالوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية من الأب والأم والصديق، كما بينت هذه الدراسة أن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها أفراد العينة من الصديق أقوى بكثير من المساندة التي يتلقونها من الأب والأم. **(فهد، 1997، ص34-35)**.

وهذا ما تؤكده ممدوحة سلامة (1991) حيث يتأكد أن جماعة الأقران ذات أهمية كبيرة للمراهق، وذلك نتيجة لما تتيحه من حرية التعبير عن انفعالات الخوف والغضب، ومشاعر الشك وبما تهيئه من اطمئنان ينشأ عن وعى المراهق بأن الآخرين لديهم نفس المخاوف والشكوك والآمال، وهذه الأمور قد لا يحققها داخل أسرته. وترى الباحثة أن الإنسان لا يعيش منفردا في هذه الحياة فطبيعة الكائن البشري منذ خلق الله الإنسان على

وجه الأرض، وتمثل الصداقة قدرة الإنسان على أن يتوافق مع نفسه ومع الآخرين وأن يقبل نفسه ويقبل الآخرين، وهذا هو جوهر السعادة والصحة النفسية، فالروابط بين الناس قائمة على أساس حاجة الناس لبعضهم البعض فقد فقال الإمام علي: "خالطوا الناس مخالطة إن عشتم معها حنوا إليكم وإن متم معها بكوا عليكم". **(ممدوحة، 1991، ص145)**.

ويؤكد ذلك محمد بيومي حسن (1990) في دراسته عن الشعور بالوحدة لدى أطفال يفتقرون إلى أصدقاء، وكانت العينة تتكون من (389) تلميذا من الصفين الخامس والسادس الابتدائي بالمدينة المنورة، وأن الأطفال الذين يفتقرون إلى أصدقاء أو أنهم غير محبوبين من زملائهم كانوا أكثر إظهارا للشعور بالوحدة من الأطفال المحبوبين من زملائهم. **(محمد بيومي حسن،1990، ص156-164)**.

وتلاحظ الباحثة أن أهمية الأصدقاء كمصدر من مصادر المساندة يأتي في المرحلة التالية لمرحلة الطفولة أي مرحلة المراهقة فهنا يبدأ الفرد في الشعور بأهمية الأصدقاء فيمثلون بالنسبة له الجماع المرجعية التي دائما يلجأ إليها، حيث يؤثر فيهم ويتأثر بهم لدرجة كبيرة، أما بالنسبة للمرضى فتعتمد تلك العلاقة على شخصية المراهق ومدى تكيفه وتعايشه مع مرضه، وكذلك تعتمد على ردود أفعال الأصدقاء عند أخذ الدواء أو في حالة حدوث غيبوبة، كما أن ممارسة مريض السكر لعدد من النشاطات المختلفة في علاقته بأصدقائه ومدى تقبلهم له.

- **علاقات العمل:** التي تقلل من تأثير الضغوط النفسية إذ أن التماسك في جماعة العمل وارتفاع درجة التفاعل الإيجابي والمودة بين العاملات وبين القيادة يؤدي إلى انخفاض تأثير الضغوط عليهن وإلى التمتع بالصحة النفسية السليمة.

10/ المساندة الاجتماعية والصحة النفسية والاجتماعية:

من الأمور الأساسية في علم النفس الصحة ذلك الفرض الذي ينص على أن "المساندة الاجتماعية لها أهمية رئيسية في مواجهة أحداث الحياة الهامة، وأن المساندة يمكن أن تخفض أو تستبعد عواقب هذه الأحداث على الصحة" ومن منظور سوسيولوجي، ينظر إلى المساندة في ضوء عدد وقوة علاقات الفرد وتركيب الشبكة الاجتماعية للفرد، بأنها قد ترفع من مستوى الصحة بتقديم أدوار ثابتة باعثة على المكافأة والارتقاء بالسلوك الصحي والإبقاء على أداء ثابت خلال فترات التغير السريع حيث يذهب (كيترونا وراسل– Cutron & Russell) (1990) إلى أن المساندة الاجتماعية وإتاحة علاقات اجتماعية مرضية تتميز بالحب، والود، والثقة تعمل كحواجز أو مصدات ضد التأثير السلبي لضغوط الحياة على الصحة الجسمية والنفسية. **(فايد، 2001، ص242).**

ويرى كل من "ويتنتجتون وكيسلر" Wethington & Kessler أن المساندة الاجتماعية تلعب دورا هاما لاستمرار الإنسان وبقائه، فهو يشبه القلب الذي يضخ الدم إلى سائر أعضاء الجسم، فهو يؤكد كيان الفرد من خلال إحساسه بالدعم من المحيطين به، وبالتقدير والاحترام من الجماعة التي ينتمي إليها، كما يساعده على مواجهة أحداث الحياة الضاغطة بأساليب إيجابية فعالة، ويدعم احتفاظ الفرد بالصحة النفسية والعقلية، ويؤثر حجم المساندة ومستوى الرضا عنها في كيفية إدراك الفرد لأحداث الحياة الضاغطة المختلفة، وأساليب مواجهتها وتعامله مع هذه الأحداث، كما تعتبر ذات أثر فعال في تخفيف الأعراض المرضية. **(المشعان، 2011، ص41).**

ومنه يمكن اعتبار المساندة الاجتماعية متغير هام في الوقاية وتنمية الصحة بجوانبها النفسية والعضوية، حيث أثبتت دراسات علمية وبائية حديثة الفوائد الصحية الوقائي والانمائية للمساندة الاجتماعية على صحة وسلامة الجسم والعقل وتشير أحدث التقارير في هذا الشأن أن الأشخاص الذين لا يقيمون علاقات اجتماعية طيبة مع الآخرين ولا يتلقون

مساندة اجتماعية هم عرضة أكثر من غيرهم للإصابة باضطرابات فسيولوجية ومشكلات صحية مزمنة وقد اقترن مفهوم المساندة الاجتماعية تاريخيا بمجال الصحة النفسية المجتمعية حيث اتجهت الإجراءات الوقائية في هذا السياق نحو تشجيع الروابط الاجتماعية الإيجابية للحد من انتشار الاضطرابات النفسية والسلوكية في المجتمع الأمريكي. **(يخلف، 2011، ص141)**.

كما تشير تقرير طيبة أخرى في هذا الشأن إلى أن الأشخاص الذين لا يتلقون مساندة اجتماعية هم أكثر عرضة من غيرهم للمشكلات الصحية، أين يظهر دور الروابط الاجتماعية والدعم العاطفي في الحفاظ على الصحة والوقاية من المرض، كما تعمل المساندة الاجتماعية على الحفاظ على الوحدة الكلية للصحة الجسمية والنفسية والعقلية للوصول إلى تعزيز ودعم إحساس المتلقي بالراحة النفسية والاطمئنان في حياته والشعور بالسعادة. **(مسيلي، 2010، ص120)**.

خلاصة:

وكخلاصة لما تم عرضه في هذا الفصل يمكن القول، وعلى ضوء ما سبق ذكره من نظريات ونماذج مختلفة لأهمية المساندة الاجتماعية تبقى هذه الأخيرة من العوامل و الإستراتيجيات الهامة في الحفاظ على الصلابة النفسية للفرد وتلعب دورا هاما في تعديل العلاقة بين إدراك الأحداث الضاغطة وبين الأثار النفسية الناتجة عنها.

الفصل الثالث

الصلابة النفسية

الفصل الثالث

الصلابة النفسية

تمهيد :

1/ مفهوم الصلابة النفسية

2/ نشأة الصلابة النفسية

3/ بعض المفاهيم المتعلقة بالصلابة النفسية

4/ أبعاد الصلابة النفسية

5/ خصائص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة

6/ خصائص ذوي الصلابة النفسية المنخفضة

7/ أهمية الصلابة النفسية

8/ النماذج النظرية المفسرة للصلابة النفسية

خلاصة الفصل

تمهيد :

بدأ الاهتمام بموضوع الصلابة النفسية في السنوات القليلة الماضية يتجاوز مجرد دراسة العلاقة بين إدراك الأحداث الضاغطة ،وأشكال المعاناة النفسية، إلى الاهتمام والتركيز على المتغيرات الداعمة لقدرة الفرد على المواجهة الفاعلة، أو عوامل المقاومة أي المتغيرات النفسية أو البيئية المرتبطة باستمرار السلامة النفسية، حتى في مواجهة الظروف الضاغطة والتي من شأنها دعم قدرة الفرد على مواجهة المشكلات والتغلب عليها.

فالصلابة النفسية عامل مهم في مجال علم النفس، وحاسم في تحسين الأداء النفسي والصحة النفسية و كذلك المحافظة على السلوكيات، و من الخصائص المهمة للفرد كي يواجه ضغوط الحياة المتعددة و المتتالية بنجاح.

1/ مفهوم الصلابة النفسية:

- **الصلابة النفسية لغة:**

– الصلب هو الشديد **(بن هادية وآخرون،1999، ص566)**

– صلب أي شديد، صلب الشيء صلابة فهي صلب وصلب أي شديد. **(ابن منظور، 1999، ص197)**

كما أنها في معجم الوسيط مأخوذة من مادة صلب بمعنى أشتد وقوي على المال وغيره والصلابة يقال في وجهه صلابة، أي صفة الجسم الذي يحتفظ بشكله وحجمه. **(أنيس وآخرون، 1973، ص 519)**

- **الصلابة النفسية اصطلاحا:**

تعرّف " **كوبازا** " الصلابة النفسية على أنها: "اعتقاد عام للفرد بفاعليته وقدرته على استخدام كل المصادر النفسية والبيئة المتاحة كي يدرك ويفسر ويواجه بفاعلية أحداث الحياة الضاغطة. **(فاروق السيد ،2001، ص 209)**

تعريف موسوعة علم النفس فقد عرفت الصلابة النفسية: على أنها شكل من مقاومة التغير يتميز باستمرار المواقف والمعتقدات برغم تأثيرات الوسط والأحداث الخارجية التي من شأنها أن تقود إلى تغيرها، إننا نلاحظها بأشكال الحدّة المتغيرة مثل سمة في الطبع مرضية إلى حد ما. **(رولان وفرنسوا، 2012، ص 886)**

تعريف بارون (1998): الصلابة النفسية بأنها التحدي والالتزام والتحكم في حياة الفرد وان هذا التحكم في حياة الفرد يجب أن يهدف إلى التطور والنمو الإنساني. **(سعيد حسن، 2010، ص62)**

تعريف مخيمر: هي "نمط من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه و أهدافه و قيمه و الآخرين من حوله، و اعتقاده الفرد أن بإمكانه أن يكون له تحكم فيما يواجهه من أحداث بتحمل المسؤولية عنها" وأن ما يطرأ على جوانب حياته من تغيير هو أمر مثير و ضروري للنمو أكثر من كونه تهديدا أو إعاقة له" **(مخيمر، 1997، ص 13)**

يتبين من خلال التعريفات السابقة اتفق معظم الباحثين والمنظرين في علم النفس على اعتبار الصلابة النفسية مصدر من المصادر الشخصية الذاتية لمقاومة الآثار السلبية لضغوط الحياة والتخفيف من آثارها على الصحة النفسية والجسمية، حيث يتقبل الفرد التغيرات والضغوط التي يتعرض لها وينظر لها على أنها نوع من التحدي.

2/ نشأة الصلابة النفسية:

يعتبر مفهوم الصلابة من المفاهيم التي تم تداولها منذ القدم، ولكنها لم تظهر كمصدر للمقاومة إلا من خلال أبحاث علم النفس الإيجابي، لذلك أولى الباحثون اهتماما بمعرفة المتغيرات الشخصية والبيئية الايجابية، التي تساعد الفرد على الوقاية من الأثر النفسي والجسمي عند التعرض للضغوط والتي تزيد فاعليتها بقدر استخدام الفرد لها ومنها الصلابة النفسية.

وقد أثبتت **كوبازا** دور الصلابة في إدراك الأحداث الشاقة وتفسيرها على النحو إيجابي وأنها تشارك في ارتقاء الفرد ونضجه الانفعالي وزيادة خبراته في مواجهة المشكلات الشاقة، وربما تساعدنا على تحويل متاعبنا إلى معنى بدلا من اعتلال الصحة، حيث أنها تعمل كمنطقة عازلة تخفف من الآثار السلبية للضغوط.

كما أعطى معظم الباحثين أهمية كبيرة للعوامل الخارجية بداية من الأسرة حتى الأقران في تكوين الصلابة النفسية ونموّها عبر مراحل العمر المختلفة، فتحدث "**إركسون**" **(1963)**عن دور الوالدين الأساسي في تكوين الصلابة النفسية و ذلك من خلال إشباع الحاجات الأساسية

بالإضافة للحاجات الثانوية كالحاجة إلى الحب و الحنان و الشعور بالأمن و القيمة الذاتية و الثقة بالنفس و بالآخرين. **(عماد محمد، 1996، ص 278)**

وأضاف " **لازوس**" **(1966)و"ماكوبي" (1980)** إلى ذلك احترام الوالدين لآراء ابنيهما منذ الصغر، ووضع مستوى مناسب من التواصل معه وتقدير انجازاته و تشجيعه على الاعتماد على نفسه الأمر الذي يشعره بالأمان و القيمة و القدرة على تحمل المسؤولية و تحديد أهدافه في مراحله العمرية كما تعمل الأسرة على تنمية الاعتقاد لديه بأن خبرات النجاح ترجع لعمله و مجهوده و مدى مثابرته و تحدّيه للأحداث الشاقة من حوله، أما في حالة رفض الأسرة لآرائه و عدم الاهتمام به فإن ذلك يُشعره بالخوف ويجعله يتوقع حدوث الخطر باستمرار و يُفقده الثقة بنفسه و بالآخرين، مما يزيد لديه الشعور بالتهديد في أي موقف مع تقدمه في العمر. **(جيهان أحمد، 2002، ص ص32. 33)**

وتؤكد أيضا **كوبازا** على دور التّعلم الاجتماعي من الأسرة والمجتمع في ظهور هذه السّمة وكذلك دور القدوة أو النموذج في تكوين هذه السمة منذ الطفولة فوجود والديه تتسم بالثقة بالنفس والصلابة النفسية تمثل أساسا لارتقاء هذه السمة لدى الأبناء في المراحل العمرية التالية. **(Kobasa.1982.P 840.841)**

كما يوضح " **بولبي**" الدور الرئيسي الذي تلعبه المدرسة في تنمية قدرة الفرد على التفاعل الاجتماعي، وذلك من خلال مشاهدته لسلوكيات يؤديها المعلم أو الأقران فيبدأ بمحاكاتها فيكتسبها بسهولة خاصة إذا كانت هذه السلوكيات مدعومة من قبل الآخرين وملائمة لميوله واتجاهاته وقدراته ومهاراته الاجتماعية كالمبادأة والاعتماد على النفس ومع تقدمه في العمر تمثل هذه السلوكيات الأساس لظهور القدرة على التحدي والالتزام والتحكم لديه.

3/ بعض المفاهيم المتعلقة بالصلابة النفسية:

ذكرت شيلي تايلور أنه منذ الدراسة الأولى التي أو ضحت أن الصلابة النفسية ترتبط بعدة مفاهيم ومصطلحات منها:

- **الصلابة و فاعلية الذات:**

الفاعلية الذاتية هي إحدى المتغيرات الوسطية بين إدراك الفرد للأحداث الضاغطة و بين مواجهته لها ، و يعرفها باندورا على أنها اعتقاد الفرد على كفاءته واقتداره وتمكنه من قيمته الذاتية مما يعطيه شعور بالثقة بالنفس والقدرة على التغلب على مواجهة مشكلاته والتحكم في أمور حياته ،وتصبح الفاعلية الذاتية في نفس الوقت مؤشر القدرة الفرد على مواجهة الأحداث الضاغطة بكفاءة.

- **الصلابة النفسية وقوة الأنا:**

قوة الأنا هي الركيزة الأساسية في الصحة النفسية و تشير إلى التوافق مع الذات ومع المجتمع علاوة على الخلو من الأعراض العصابية والإحساس الايجابي بالكفاية والرضا وقوة الأنا هي القطب المقابل للعصابية حيث يرى الكثير من العلماء أن هناك متصلا يقع في أحد أطرافه قوة الأنا ويقع في القطب الأخر العصابية.

- **الصلابة النفسية و التكيف :**

تؤثر الصلابة على القدرات التكيفية فالناس ذوي الصلابة النفسية لديهم كفاءة ذاتية أكثر و تقديرات إدراكية من ناحية أن الشخص الصلب يدرك ضغوطات الحياة اليومية على أنها أقل ضغطا و لديهم استجابات تكيفية أكثر، كما أن الأفراد الأكثر صلابة تكون لهم آثار مغايرة للضغوط في أثرها على الأعراض فهم يمارسون الضغوط ولكن بأقل تكرارية و ينظرون إلى الأحداث الضاغطة الصغيرة على أنها غير ضاغطة و لديهم إدراك أفضل لصحتهم العقلية و الجسدية.

- **الصلابة النفسية و الصحة :**

يرى سونترادا (1989) centrada أنه من الممكن للصلابة النفسية أن تساعد في إسكات أو توقيف استجابات الجهاز الدوري للضغط النفسي ، وأظهر في دراسته أن الأشخاص الأكثر صلابة هم أكثر مقاومة للأمراض المدرجة تحت تأثير الضغط بسب الطريقة الإدراكية التكيفية وما نتج عنها من انحدار في مستوى التحفز الفيزيولوجي ، وأن لديهم أيضا مجموعة من الجمل الايجابية عن الذات أكثر من أولئك الأقل صلابة فهي سمة ترجع للتفاؤل من شأنها أن تقي من الآثار الجسدية المتعددة للضغط.

4/ أبعاد الصلابة النفسية:

تظهر أبعاد الصلابة النفسية من خلال الدراسة التي قامت بها **كوبازا**(Kobasa) والتي اشارت إلى أن الأفراد الذين يتمتعون بالصلابة النفسية يحاولون أن يكون لديهم التأثير من مجرى بعض الأحداث التي يمرون بها وهي الإلتزام، التحكم، التحدي **1979)،(Kobasa**

- **الإلتزام:**

يعتبر مكون الإلتزام من أكثر مكونات الصلابة النفسية إرتباطا بالدور الوقائي للصلابة بوصفها مصدرا لمقاومة مثيرات المشقة، وقد أشار **جونسون و سارسون** **–Johnson) Sarasoun،(1978** إلى هذه النتيجة، حيث تبين لهما أن غياب هذا المكون يرتبط بالكشف عن الإصابة ببعض الاضطرابات النفسية كالقلق و الإكتئاب، كما أشار **هينك**(Henk) إلى أهمية هذا المكون لدى من يمارسون مهنة شاقة كالمحاماة و التمريض و طب الأسنان. **Hydan)،(1986**

ويرى مخيمر الإلتزام بأنه: "نوع من التعاقد النفسي يلتزم به الفرد تجاه نفسه و أهدافه و قيمه و أخرون من حوله **(مخيمر عماد، 1997، ص 14)**

- **التحكم:**

ترى **كوبازا**(Kobasa) التحكم بأنه إعتقاد الفرد بمدى قدرته على التحكم فيما يواجه من أحداث، وقدرته على تحمل المسؤولية الشخصية على ما يحدث له، فإدراك التحكم يمثل التوجه للشعور و التصرف كما لو كان للقدرة على التأثير في مواجهة المواقف المتنوعة للحياة بدلا من الإستسلام و الشعور بالعجز عن مواجهة كوارث و طوارئ الحياة.**Kobasa) ،(1979**

ويشير **فولكمان**(Folcman) إلى أن التحكم يتضمن "إعتقاد الفرد بإمكانية تحكمه في المواقف الضاغطة التي يتعرض لها" **(راضي، 2008، ص 67)**

و ترى **جيهان حمزة** (2002) أن التحكم هو إعتقاد الفرد في قدرته على التحكم في أحداث الحياة المتغيرة المثيرة للمشقة النفسية سواءا أكان ذلك معرفيا أم وجدانيا أم سلوكيا.

التحكم هو قدرة الفرد على تحمل الصعوبات بكل أنواعها، و التحكم فيها بدلا من الضعف و العجز عن مواجهة هذه الأحداث.

- **التحدي:**

يشير هذا البعد إلى ميل الناس إلى إدراك التغيرات التي تحدث في حياتهم على أنها حوافز أوفر أو فرص يمكن استغلالها لتحقيق النمو الذاتي بدلا من اعتبار هذه التغيرات تهديدا لاستقرارهم.

كما تعرفه **كوبازا**(Kobasa) بأنه: "إعتقاد الفرد بأن التغير المتجدد في أحداث الحياة هو أمر طبيعي بل حتمي لابد منه لإرتقائه أكثر من كونه تهديدا لأمنه و ثقته بنفسه و سلامته النفسية. **Kobasa)،(1979**

بينما يعرّفه مخيمر بأنه اعتقاد الشخص أن ما يطرأ من تغيّر على جوانب حياته هو أمر مثير أو ضروري للنمو أكثر من كونه تهديدا مما تساعده على المبادأة واستكشاف البيئة ومعرفة

المصادر النفسية والاجتماعية التي تساعد الفرد على مواجهة الحياة الجديدة وتقبلها بما فيها من مستجدات ضارة أو سارة، باعتبارها أمور طبيعية لا بد من حدوثها لنموه وارتقائه مع قدرته على مواجهة المشكلات بفاعلية وهذه الخاصية تساعد الفرد على التكيف السريع في مواجهة أحداث الحياة الضاغطة المؤلمة، وتخلق مشاعر التفاؤل في تقبل الخبرات الجديدة، وإذ اتسم المرء بقوة التحدي وهو يعني اعتقاد الفرد أن ما يطرأ من متغيرات على جوانب حياته هو أمر مثير وضروري ويشكل فرصة للنمو والنضج ، وليس أمر باعث على التهديد فإنه يستمر في التعلم من تجاربه السابقة والموجبة، ويعتبرها مصدر للنمو والإنجاز، وعلى ذلك فإن الحرص على المرور بالتجارب مألوفة والإحساس بالتهديد نتيجة للتغيير تبدو له أمور سطحية كما يعتقد أن التغيير وليس الثبات هو أمر طبيعي في الحياة الايجابية مع التغير يؤدي إلى النضج والإحساس بالأمن. **(خالد العبدلي، 2012، ص 30)**

5/ خصائص ذوي الصلابة النفسية المرتفعة:

توصلت **كوبازا** وآخرون إلى خصائص ذوي الصلابة المرتفعة كما يلي:

- وجود نظام قيمي ديني لديهم يقيهم من الوقوع في الانحراف أو الأمراض أو الإدمان.
- وجود أهداف في حياتهم ومعاني يتمسكون ويرتبطون بها.
- الالتزام والمساندة للآخرين عند الحاجة.
- المثابرة وبذل الجهد على التحمل والعمل تحت الضغوط.
- الميل للقيادة.
- القدرة على الإنجاز والإبداع.
- القدرة على الصمود والمقاومة.
- التفاؤل والتوجه الإيجابي نحو الحياة.
- الهدوء والقدرة على التنظيم الانفعالي والتحكم في الانفعالات.

- القدرة على تحقيق الذات.
- الواقعية والموضوعية في تقييم الذات والأحداث ووضع الأهداف المستقبلية.
- الاستفادة من خبرات الفشل في تطوير الذات.
- الاهتمام بالبيئة، والمشاركة الفعالة في الحفاظ عليها.
- توقع المشكلات والاستعداد لها.
- القدرة على التجديد والارتقاء.
- الشعور بالرضا عن الذات.
- اعتبار ان الحياة الضاغطة أمر طبيعي، وليس تهديدا لهم.
- تزداد الصلابة النفسية مع التقدم في العمر فهي حالة نمو مستمر.

(أحمد العيافي، 2013، ص26)

6/ خصائص ذوي الصلابة النفسية المنخفضة

ذوي الصلابة المنخفضة يتصفون بما يلي:

- عدم القدرة على الصبر، وعدم تحمل المشقة.
- عدم القدرة على تحمل المسؤولية.
- قلة المرونة والتوازن.
- الهروب من مواجهة الأحداث الضاغطة.
- سرعة الغضب والحزن ويميل إلى الاكتئاب والقلق.
- ليس لديهم قيم ولا مبادئ معينة.
- عدم القدرة على تحمل الذات. **(الحسين بن حسن، 2012، ص18)**

7/ أهمية الصلابة النفسية :

قدمت كوبازا (Kobasa)العديد من التفسيرات توضح فيها السبب الذي يجعل الصلابة النفسية تخفف من حدّة الضغوط التي تواجه الفرد و من بينها :

- الصلابة النفسية تعدل من إدراك الأحداث و تجعلها تبدو أقل وطأة.
- أنها تؤدي إلى أساليب موجّهة نشطة وتساعد على الانشغال من حال إلى حال.
- تؤثر على أسلوب المواجهة بطريقة غير مباشرة من خلال تأثيرها على الدعم الاجتماعي.
- تقود إلى التغيير في الممارسات الصحية مثل إتباع نظام غذائي صحي و ممارسة الرياضة مما يساعد على التقليل من الإصابة بالأمراض الجسمية **(راضي، 2008، ص 51)**
- الصلابة النفسية مركب مهم من مركبات الشخصية القاعدية.
- تقي الإنسان من أثار الضواغط الحياتية المختلفة.
- تجعل الفرد أكثر مرونة و تفاؤلا و قابلية للتغلب على مشاكله الضاغطة.
- تعمل الصلابة النفسية كعامل حماية من الأمراض الجسدية و الاضطرابات النفسية .

(خالد بن محمد بن عبد الله العبدلي، 2010، ص 34)

و أكدت "**شيلي**" و "**تايلور**" أنه منذ الدراسة الأولى التي قامت بها "كوبازا" و أجريت العديد من الأبحاث التي أثبت أن الصلابة النفسية ترتبط بكل من الصحة النفسية الجيدة و الصحة الجسمية الجيدة، فقد أشارت كوبازا (Kobasa) إلى أن الصلابة النفسية و مكوناتها تعمل كمتغير سيكولوجي يخفف من وقع الأحداث الضاغطة على الصحة الجسمية و النفسية

للفرد، فالأفراد الأكثر صلابة يتعرضون للضغط و لا يمرضون. **(شاهر يوسف ياغي، 2006، ص 38)**

8/ النماذج النظرية المفسرة للصلابة النفسية:

هناك مجموعة من النظريات قدمت تفسيرا للصلابة النفسية ومن أهم تلك النظريات ما يلي:

- **نظرية لازورس(Lazarus)،(1961 :**

يعتبر نموذج لازورس(Lazarus) لتفسير الضغط وتحديد إستراتيجيات المقاومة من أهم النماذج التي إعتمدت عليها هذه النظرية، حيث أنها نوقشت من خلال إرتباطها بعدد من العوامل و حددها في ثلاثة عوامل رئيسية و هي:

- البنية الداخلية للفرد.
- الأسلوب الإدراكي المعرفي.
- الشعور بالتهديد و الإحباط.

وذكر لازورس أن حدوث خبرة الضغوط يحددها في المقام الأول طريقة إدراك الفرد للمواقف، واعتباره ضغطا قابلة للتعايش، تشمل عليه الإدراك الثانوي، و تقديم الفرد لقدرته الخاصة، و تحديد لمدى كفاءته في تناول المواقف الصعبة.

فتقييم الفرد لقدراته على نحو سلبي يجزم بضعفها و عدم ملاءمتها للتعامل مع المواقف الصعبة أمر يشعر بالتهديد و هو ما يعني عند لازورس توقع حدوث الفرد سواء البدني أو النفسي و يؤدي إلى الشعور بالخطر أو بالضرر الذي يقرر الفرد وقوعه بالفعل. **(أبو الندى، 2006، ص 26)**

- **نظرية كوبازا**

لقد قدمت **(كوبازا)** نظرية رائدة في مجال الصلابة النفسية الوقاية من الاضطرابات النفسية والجسمية وتناولت خلالها العلاقة بين الصلابة النفسية بوصفها حديثا في هذا المجال، واحتمالات الإصابة بالأمراض، اعتمدت هذه النظرية على عدد من الأسس النظرية في آراء بعض العلماء، أمثال **(فرانكل،ماسلو، روجرز)** والتي أشارت إلى أنه يوجد هدف للفرد أو معنى لحياته الصعبة يعتمد بدرجة أولى على قدرته على استغلال إمكاناته الشخصية والاجتماعية بصورة جيدة. **(راضي، 2008، ص 35)**

كما اعتمدت **(كوبازا)** على النموذج المعرفي **(لازاروس)** والذي يرى أن أحداث الحياة الضاغطة تنتج عن خبرة حادة أو ظروف مؤلمة لها تأثيرا سلبي على الاستجابات السلوكية للموقف أو الحدث أو الضاغط و لها أهمية في تحديد نمط تكيف الكائن الحي فتقديم الفرد لقدراته على نحو سلبي والحزن لضعفها، وعدم ملاءمتها للتعامل مع المواقف الصعبة أمراً يشعره بالتهديد و ثم الشعور بالإحباط متضمنا الشعور بالخطر الذي يقرر الفرد و وقوعه بالفعل. **(العيافي، 2013، ص 32)**

فقد استطاعت "**كوبازا**" من خلال اعتمادها على نتائج نظريتها والتي استهدفت الكشف عن المتغيرات النفسية والاجتماعية التي من شأنها مساعدة الفرد و الاحتفاظ بصحته الجسمية والنفسية، رغم تعرضه للمشقة، كما استهدفت معرفة الدور لهذه المتغيرات في إدراك الضغوط والإصابة بالمرض، وذلك على عينة متباينة الأحجام والنوعيات من شاغلي المناصب الإدارية المتوسطة والعليا من المحامين ورجال الأعمال ممن تراوحت أعمارهم بين **32 و65** سنة، ثم تم تطبيق عدد من الاختبارات عليهم كاختبار الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة **(كوبازا)** واختبار **(إيلر)** المرض النفسي والجسمي واختبار **(هولمز، وراهي)** لأحداث الحياة الشاقة مما جعلها تصل إلى عدد من النتائج التي ساعدتها في صياغة الأسلوب التي اعتمدت عليها في وضع نظريتها ومن أمثلة هذه النتائج ما يلي:

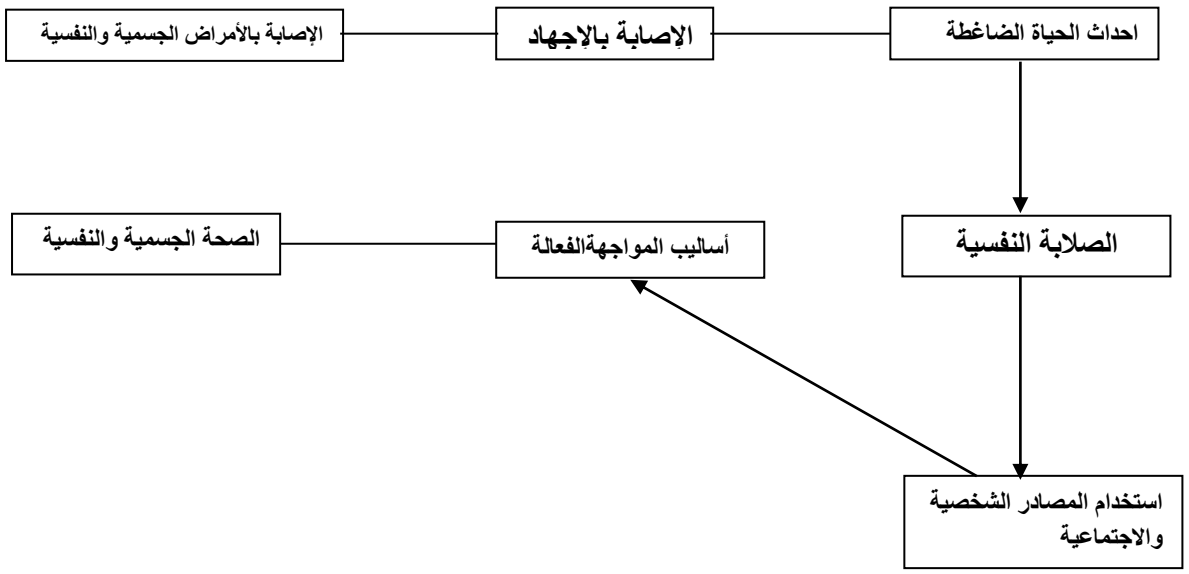
- الكشف عن مصدر إيجابي جديد في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات النفسية والجسمية وهو الصلابة النفسية بأبعادها وهي الالتزام والتحكم، التحدي.
- يكشف الأفراد ذو الصلابة المرتفعة عن معدلات أقل للإصابة بالاضطرابات على الرغم من تعرضهم للضغوط الشاقة وذلك مقارنة بالأفراد الأقل صلابة، وقد يعود ذلك إلى الدور الفعّال الذي يقوم به متغير الصلابة النفسية في إدراك الضغوط والأحداث الشاقة للحياة وتفسيرها وترتيبها على النحو الإيجابي.

وطرحت **(كوبازا)** الافتراض الأساسي لنظريتها والقائلة بأن التّعرض للأحداث الحياتية الشاقة يعدّ أمرا ضروريا، بل أنه حتمي لابد منه لارتقاء الفرد ونضجه الانفعالي والاجتماعي وأن المصادر النفسية والاجتماعية الخاصة بكل فرد قد تقوى وتزداد عند التعرف على هذه الأحداث ، ومن أبرز هذه المصادر الصلابة النفسية بأبعادها الثلاثة وهي الالتزام، التحدي، التحكم.

- **نظرية فنك:**

لقد ظهر حديثا في مجال الوقاية من الإصابة بالاضطرابات، أحدث النماذج الحديثة المطوّرة التي قدمها **(فنك)** من خلال دراسة التي أجراها بهدف بحث عن العلاقة بين الصلابة النفسية والإدراك المعرفي والتعايش الانفعالي من ناحية والصحة العقلية من ناحية أخرى و على عينة قوامها **(167 جنديا)** وقد اعتمد في تحديده لدور الصلابة النفسية على المواقف الشاقة الواقعية، وقام بقياس متغير الصلابة والإدراك المعرفي للأحداث الشاقة والتعايش معها قبل الفترة التدريبية العنيفة التي أعطاها للمشاركين والتي بلغت ستة أشهر وبعد انتهاء هذه الفترة التدريبية توصّل إلى نتائج مهمة وهي : ارتباط الالتزام والتحكم فقط بالصحة العقلية الجيدة للأفراد من خلال تحقيق الشعور بالتهديد واستخدام استراتيجيات ضبط الانفعال حيث ارتبط بعد التحكم إيجابيا بالصحة العقلية من خلال إدراك المواقف على أنه أقل مشقة و استخدام استراتيجية حل المشكلات للتعايش.

وفيما يلي عرض للشكل الذي يوضح تأثير الصلابة على الفرد، ويوضح منظورا جديدا للمتغيرات البناءة في علم النفس الحديث.



الشكل رقم (3): يوضح الصلابة النفسية على أنها متغير مقاوم

وقام **(فنك)** بإجراء دراسة أخرى عام **(1995)** والهدف الذي قامت عليه الدراسة الأولى حيث أجريت الدراسة على عينة من الجنود أيضا واستخدام فترة تدريبية عنيفة لمدة أربعة أشهر تم من خلالها تنفيذ المشاركين في هذه الدراسة للأوامر المطلوبة منهم، حتى وإن تعارضت مع ميولهم واستعدادهم الشخصية وذلك بصفة متواصلة لقياس الصلابة النفسية وكيفية الإدراك المعرفي للأحداث الشاقة الحقيقية وطرق التعايش قبل التدريب وبعده. **(سناء محمد، 2012، ص ص 26.25)**

خلاصة الفصل:

من خلال ما سبق يتضح أن للصلابة النفسية دور فعال في مساعدة الفرد على التكيّف مع التغيرات ومجريات الحياة السريعة ، و مساعدة الفرد في تحقيق أهدافه وطموحاته كما أنها تعد مفيدة لمواجهة أحداث الحياة الضاغطة والمؤلمة بفاعلية ، وأكثر نجاعة والتخفيف من آثارها السلبية ليصل الفرد لمرحلة التوافق والاستقرار النفسي و تخلق نمطا من الشخصية شديدة التحمل تستطيع أن تقاوم الضغوط و تخفف من آثارها السلبية و تجعل الفرد قادرا على التحكم في مشاعره و حل مشكلاته و له القدرة على الالتزام و التحدي ليصل إلى مرحلة التكيف.

الفصل الرابع

الاجراءات المنهجية الميدانية للدراسة

الفصل الرابع

الاجراءات المنهجية الميدانية للدراسة

تمهيد

1/ منهج الدراسة

2/ حدود الدراسة

3/ مجتمع و عينة الدراسة الأساسية

4/ الدراسة الاستطلاعية

5/ أدوات جمع البيانات

6/ الخصائص السيكوميترية للأداة الدراسة

7/ الأساليب الاحصائية

خلاصة الفصل

تمهيد:

في هذا الفصل سوف يتم التطرق إلى الاجراءات المنهجية للدراسة الميدانية حتى نتأكد من صدق وثبات الأدوات المستخدمة في الدراسة الحالية، حيث هدفنا من ورائها الوقوف على بعض النقاط التي تؤثر على المصداقية وموضوعية الدراسة ونتائجها، ثم ضبطها وعزلها وقت إجراء الدراسة الأساسية.

1/ منهج الدراسة:

إن البحث في الحقائق ومحاولة التوصل إلى قوانين عامة لا يكون أبدا بدون منهج واضح يلزم الباحث نفسه بتتبع خطواته ومراحله بكل دقة وصرامة ولقد استخدمنا في بحثنا المنهج الوصفي ، والمنهج الوصفي من ناحية أخرى هو طريقة من طرق التحليل والتفسير بشكل علمي منظم من أجل الوصول إلى أهداف محددة إزاء مشكلة اجتماعية ما و يعتبر المنهج الوصفي طريقة لوصف الظاهرة المدروسة وتصويرها كميا عن طريق جمع معلومات مدققة عن المشكلة وتصنيفها وتحليلها من أجل قياس ومعرفة أثر و تأثير العوامل على أحداث الظاهرة محل الدراسة.

1-1/ متغيرات الدراسة:

- **المتغير المستقل:**وهو العامل الذي يؤثر في العلاقة بين المتغيرين ولا يتأثر بها والمتغير المستقل في دراستنا هو: المساندة الاجتماعية.
- **المتغير التابع:**

وهذا المتغير هو الذي يتأثر بالعلاقة القائمة بين التغيريين ولا يؤثر فيها و المتغير التابع في دراستنا هو :الصلابة النفسية.

2/ حدود الدراسة

كل بحث ميداني له مجاله الزماني والمكاني حيث يتم توضيحه على الشكل التالي:

2-1/ المجال الزماني:

بعد اختيار موضوع دراستنا انطلقنا في الدراسة النظرية للموضوع من بداية شهر فيفري إلى غاية نهاية شهر ماي سنة 2022 أما فيما يخص الجانب التطبيقي فقد دام من بداية شهر أفريل إلى غاية شهر ماي سنة 2022 .

2-2/ المجال المكاني:

قمنا بإنجاز البحث الميداني على مستوى المؤسسات الابتدائية لولاية الاغواط.

3/ مجتمع و عينة الدراسة الأساسية

هو إجراء يستهدف تمثيل المجتمع الأصلي بحصة أو مقدار محدود من المفردات التي عن طريقها تؤخذ القياسات أو البيانات المتعلقة بالدراسة أو البحث وذلك بغرض تعميم النتائج التي يتم التوصل إليها من العينة على المجتمع الأصلي المسحوب منه العينة.

و في دراستنا هذه يتمثل مجتمع بحثنا في معلمات المدرسة الابتدائية بالاغواط هي جزء من المجتمع الأصلي يحتوي على بعض العناصر التي يتم اختيارها بطريقة معينة، وذلك بقصد دراسة خصائص المجتمع الأصلي، ومحاولة منا تحديد العينة التي تكون أكثر تمثيلا للمجتمع الأصلي وهو ما أدى بنا إلى اختيار عينة البحث الخاصة وعددها 60 فردا .

4/ الدراسة الاستطلاعية

تعتبر الدراسة الاستطلاعية أساس المرحلة التحضيرية للبحث، حيث تعتمد عليها الباحثتان من أجل اكتشاف المجتمع وسيره وكذلك من أجل اختيار وملائمة الأداة بالإضافة إلى تفادي الوقوع في أخطاء نتيجة عدم التوقع أو الصدفة أو أي عامل آخر، لذلك قامت الباحثتين بالدراسة الاستطلاعية من أجل جملة من أهداف تتمثل في ما يلي :

- استكشاف ميدان الدراسة الأساسية بصورة عامة
- التعرف على مدى ملائمة أداة الدراسة على العينة المختارة
- التعرف على مدى فهم عينة الدراسة لعبارات الاستبيان وإجراء التعديلات اللازمة لتطبيقها في الدراسة الأساسية
- الوقوف على أهم العراقيل والصعوبات التي من الممكن أن تعترض سبيل الباحثتين لتفاديهما في الدراسة الأساسية.

- ويجب قبل الاستقرار نهائيا على خطة الدراسة و يفضل القيام بدراسة استطلاعية على عدد محدود من الأفراد، حيث تحقق الدراسة الاستطلاعية الأهداف التالية :
- توفر الفرصة للباحث لتقويم مدى مناسبة البيانات التي يحصل عليها للدراسة، كما يتأكد من صلاحية الأدوات التي يستخدمها لهذه الدراسة .

4-1/ حدود الدراسة الاستطلاعية:

تتمثل حدود الدراسة الاستطلاعية في الحدين التاليين :

أ- مكان إجراء الدراسة الاستطلاعية: أجريت الدراسة الاستطلاعية على عينة من معلمات المدرسة الابتدائية لمدينة الاغواط لبعض المدراس .

ب - فترة إجراء الدراسة الاستطلاعية: استغرقت فترة إجراء الدراسة الاستطلاعية ثلاثة أيام من 10 ماي الى 15 ماي 2022 .

4-2/ عينة الدراسة الاستطلاعية:

للتأكد من الخصائص السيكومترية لأداة الدراسة، قامت الباحثتين بتطبيق أداة الدراسة على عينة استطلاعية عشوائية قوامها (22 فردا) من المجتمع الدراسة الأصلي والمتمثل في معلمات المدرسة الابتدائية بالاغواط .

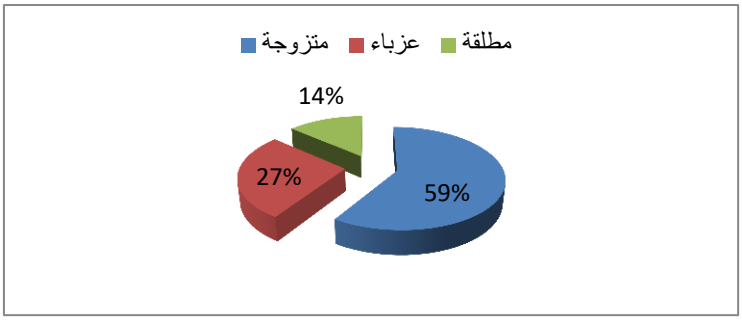
وفيما يلي نوضح خصائص لعينة الدراسة الاستطلاعية من خلال الجداول الآتية:

الجدول رقم (01) : يبين خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الحالة الاجتماعية

الفئات	التكرار	النسبة المئوية
متزوجة	13	59
عزباء	6	27
مطلقة	3	14
المجموع	22	%100

المصدر :إعدادالطالبتينبالاستعانةبمخرجات برنامج SPSS (ملحق الدراسة الاستطلاعية XIII)

القراءة الاحصائية : من خلال الجدول رقم 01 نرى أن فئة الحالة الاجتماعية (متزوجة) بلغت 59٪ و نجد نسبة 27 ٪ من العينة تمثل الحالة الاجتماعية (عزباء) و نجد أيضا نسبة 14 ٪ من العينة تمثل الحالة الاجتماعية (مطلقة).



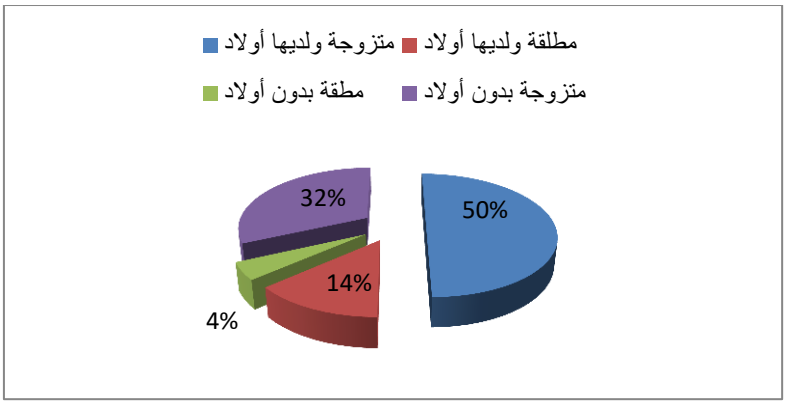
الشكل رقم (01) : دائرة نسبية تمثل نسبة عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الحالة الاجتماعية

الجدول رقم (02) : يبين خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الحالة المدنية

الفئات	التكرار	النسبة المئوية
متزوجة ولديها أولاد	11	0،50
مطلقة ولديها أولاد	3	14
مطقة بدون أولاد	1	4
متزوجة بدون أولاد	7	32
المجموع	22	%100

المصدر :إعدادالطالبتينبالاستعانةبمخرجات برنامج SPSS (ملحق الدراسة الاستطلاعية XIII)

القراءة الاحصائية : من خلال الجدول رقم نرى أن فئة الحالة الاجتماعية (متزوجة ولديها أولاد) بلغت 50٪ و نجد نسبة 32 ٪ من العينة تمثل الحالة الاجتماعية (متزوجة بدون أولاد) و نجد أيضا نسبة 14 ٪ من العينة تمثل الحالة الاجتماعية (مطلقة ولديها أولاد) ، و أخيرا نجد نسبة 04 ٪ من العينة تمثل الحالة الاجتماعية (مطلقة بدون أولاد)



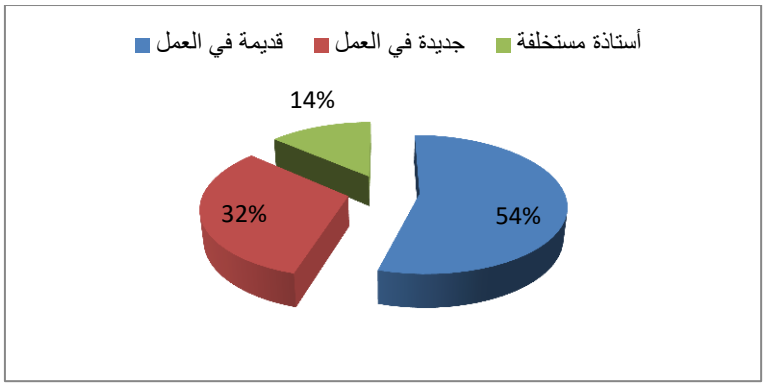
الشكل رقم (02) : دائرة نسبية تبين خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الحالة المدنية

الجدول رقم (03) : يبين خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الخبرة المهنية

الفئات	التكرار	النسبة المئوية
قديمة في العمل	12	54
جديدة في العمل	7	32
أستاذة مستخلفة	3	14
المجموع	22	%100

المصدر :إعدادالطالبتينبالاستعانةبمخرجات برنامج SPSS (ملحق الدراسة الاستطلاعية XIII)

القراءة الاحصائية : من خلال الجدول رقم03 نرى أن فئة الخبرة المهنية (قديمة في العمل) بلغت 54٪ و نجد نسبة 32 ٪ من العينة تمثل الخبرة المهنية (جديدة في العمل) و نجد أيضا نسبة 14 ٪ من العينة تمثل الخبرة المهنية (أستاذة مستخلفة)



الشكل رقم (03) : دائرة نسبية تبين خصائص عينة الدراسة الاستطلاعية حسب الخبرة المهنية

نتائجالدراسةالاستطلاعية:

1- الصدقوالثبات لأداةالدراسةالحالية :

1-1 **ثبات وصدق أداة الدراسة (Cronbach'sAlpha)** : تم التحقق من ثبات استبيان الدراسة، من خلال معامل ألفا كرونباخ كما هو مبين في الجدول الموالي :

جدول رقم (04) يبين قيمة الثبات ومعامل الصدق بيرسون للمقياس

المقياس	Cronbach'sAlpha			معامل الصدق
	القيمة	عدد العبارات	عدد العينة	
الصلابة النفسية	0.743	24	22	0.861
المساندة الاجتماعية	0.655	25	22	0.809

المصدر :إعدادالطالببالاستعانةبمخرجات برنامجSPSS (ملحق الدراسة الاستطلاعية XIV – XV)

نلاحظ من خلال الجدول رقم (04) نرى أن قيمة ألفا لجميع عبارات المحور الاول (الصلابة النفسية) بلغ 0.743 و معامل الصدق بيرسون بلغ 0.861 و نرى أيضا أن قيمة ألفا لجميع

عبارات المحور الثاني (المساندة الاجتماعية) بلغ 0.655 و معامل الصدق بيرسون بلغ 0.809 و هذا يدل على أن أداة الدراسة الاستطلاعية ذات ثبات مقبول

5/ أدوات جمع البيانات

الاستبيان:استعملنا الاستبيان كأداة البحث باعتباره تقنية شائعة الاستعمال، فهو وسيلة علمية لجمع المعلومات والبيانات، وهذه الطريقة تستمد المعلومات مباشرة من المصدر، تم اعداد استبيان من طرف باحثتي الدراسةبناء لاطلاع على اساسيات الموضوع والدراسات السابقة التي تناولت الموضوع وتم الاطلاع على مجموعة من المقاييس

6/ الخصائص السيكوميترية لاداة الدراسة

6-1/ وصف أداة القياس:

يتألف هذا الاستبيان من مقياسين رئيسين وهما:

المحور الاول المساندة الاجتماعية: يتكون من 25 عبارة

المحور الثاني الصلابة النفسية: يتكون من 24 عبارة.

وتحدد الإجابة على مدى ملائمة العبارة أو عدم ملائمتها على كل عبارة وفقا للتدرج التالي

(دائما – احيانا – نادرا)

ثم يطلب من الشخص المستجوب، أن يضع علامة X على الإجابة التي تعبر عن رأيه بالنسبة لكل عبارة من العبارات التي يتضمنها المقياسين

جدول رقم 05 : يبين درجات المقياس

دائما	احيانا	نادرا
03	02	01

جدول رقم06 : يبين درجات المقياس و تفسير الاستجابات:

الوسط الحسابي	الاحتمال	المستوى
من01 إلى 1.66	نادرا	مستوىمنخفض
من1.67 إلى 2.32	احيانا	مستوى متوسط
من2.33 إلى 3.00	دائما	مستوىمرتفع

6-2/ الصدق والثبات لأداة الدراسة

اختبار ثبات وصدق العينة والتحليل الإحصائي الوصفي للاستبيان

- **ثبات وصدق أداة الدراسة(المساندة الاجتماعية)** : تم التحقق من ثبات استبيان الدراسة، من خلال معامل ألفا كرونباخكما هو مبين في الجدول الموالي :

جدول رقم (07) يبين قيمة الثبات ومعامل الصدق بيرسون للمقياس

محاور المقياس	Cronbach'sAlpha		معامل الصدق
	القيمة	عدد العبارات	
المساندة الاجتماعية	0.634	25	0.796
الصلابة النفسية	0.641	24	0.783

المصدر :إعداد الطالبتين بالاستعانة بمخرجات برنامج SPSS (الملحق رقم II – III)

من خلال الجدول نلاحظ أن قيم ألفا لجميع عبارات المحور الاول (المساندة الاجتماعية) بلغ 0.634 و معامل الصدقبلغ 0.796 و قيم الفا لجميع عبارات المحور الثاني (الصلابة النفسية) بلغ 0.641 و معامل الصدقبلغ 0.783هذا يدل على أن أداة الدراسة ذات ثبات مقبول مما يجعلنا على ثقة بصحة المقياس وصلاحيته لتحليل وتفسير نتائج الدراسة واختبار الفرضيات.

الصدق البنائي لمحاور الاستبيان:

6-3/ الصدق البنائي لمحاور المقياس:

جدول رقم08: يبين صدق البنائي لمحاور المقياس

الرقم	المحاور	معامل الارتباط	القيمة الاحتمالية α
01	المساندة الاجتماعية	0،823**	0،00
02	الصلابة النفسية	0،830**	0،00

المصدر :إعداد الطالبتين بالاستعانة بمخرجات برنامج SPSS (الملحق رقم VI)

يبين لنا الجدول رقم(08) أنمعاملاتالارتباطكلمحورمنمحاورالمقياسو نجد أن معاملاتالارتباطكلهاذاتمعنويةإحصائية بحيث بلغ محور المساندة الاجتماعية 0.823 و محور الصلابة الاجتماعية بلغ 0.830 ،ونجد جميعالقيمالاحتمالية sig أقل من 0.05 وبالتالي نعتبر أن محاور المقياس متسقة وصادقة لما وضعت لقياسه

7/ الأساليب الاحصائية

اعتمدتالباحثتينفيهذهالدراسةعلىمجموعةمنالأساليب الإحصائيةالتيتمكنهمنوصفالمتغيراتودراسة العلاقةودلالةالفروقبين المتغيراتحسبماتشير إليهفروضالبحث،وقامتبمعالجتهابواسطةبرنامجالحزمة spss 18وذلككمايلي:

- اختبار T- test يهدف للكشف عن دلالة الفروق الإحصائية بين متوسطي عينتين وتم استخدامه لدلالة الفروق في الفرضيات الجزئية
- معاملالارتباط"بيرسون"وتماستخدمهفيحسابالفرضيةالعامةللكشفعنالعلاقة بين المتغيرين
- معاملألفاكرومباخ:وتماستخدامهفيحسابثبات المقياس

خلاصة الفصل:

تضمن هذا الفصل أهم مرحلة في البحث العلمي، و التأكد من صلاحية أدوات الدراسة من خلال الصدق و الثبات، وكذا الأساليب الإحصائية التي تم اختيارها لمعالجة النتائج التي سنتوصل اليها، و كيفية توظيفها لتضمن دقة معالجة البيانات المتحصل عليها، كما أن اجراءات المنهجة التي وظفت في الدراسة جاءت متفقة مع أهداف الدراسة، سواء من حيث اختيار نوع الدراسة أو منهجها، أو اسلوب اختيار العينة، أو أدوات جمع البيانات وأساليب معالجتها، وكذلك الأساليب الاحصائية لتحليل البيانات و تفسيرها، ولذلك فان ضبط الاجراءات المنهجية سيسهل الوصول إلى نتائج موضوعية، ومن ثم تحليلها وتفسيرها ومناقشتها بطريقة علمية وواقعية .

الفصل الخامس

عرض و تحليل و تفسير النتائج

الفصل الخامس

عرض و تحليل و تفسير النتائج

1/ محور البيانات الشخصية

2/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الأولى

3/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الثانية

4/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الثالث

5/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الرابعة

6/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الخامسة

7/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية السادسة

8/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الرئيسة

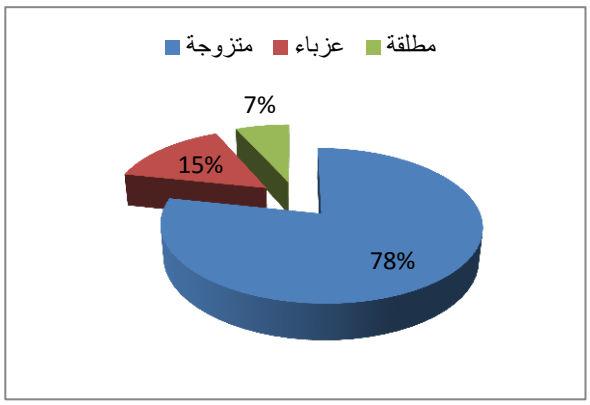
9/ مناقشة نتائج الدراسة

الاستنتاج العام للفصل

1/ محور البيانات الشخصية

1-1/ توزيع البيانات حسب الحالة الاجتماعية:

الحالة	التكرار	النسبة المئوية
متزوجة	47	78
عزباء	9	15
مطلقة	4	6
المجموع	100	٪100

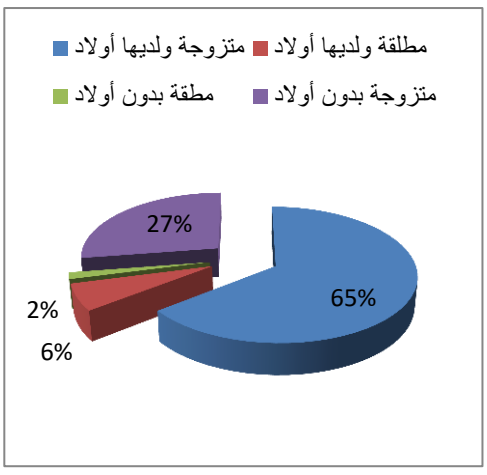


المصدر : إعداد الطالبتين بالاستعانة بمخرجات برنامجSPSS (الملحق رقم V)

القراءة الاحصائية : من خلال الجدول رقم07 نرى أن نسبة الحالة الاجتماعية **(متزوجة)** قد حصلت على 78 ٪ بينما نجد نسبة الحالة الاجتماعية **(عزباء)** قد حصلت على 15 ٪ وأخيرا نجد نسبة الحالة الاجتماعية **(مطلقة)** 06 ٪

1-2/ توزيع العينة حسب الحالة المدنية :

الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
متزوجة ولديها أولاد	40	65
مطلقة ولديها أولاد	04	6
مطقة بدون أولاد	01	02
متزوجة بدون أولاد	17	27
المجموع	100	100

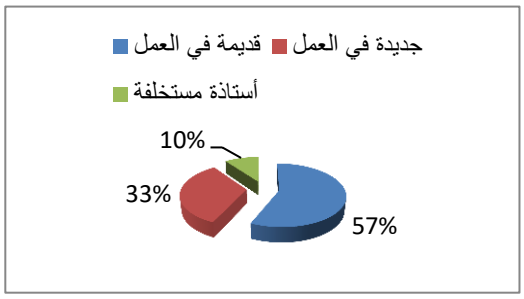


المصدر :إعداد الطالبتين بالاستعانة بمخرجات برنامجSPSS (الملحق رقم V)

القراءة الاحصائية : من خلال الجدول رقم08 نرى أن فئة الحالة المدنية الاكثر نسبة هي فئة (متزوجة ولديها أولاد) بنسبة 65 ٪ ثم تليها فئة (متزوجة بدون أولاد) بنسبة 27٪ ثم تليها فئة (مطلقة ولديها أولاد) بنسبة 06٪ ثم تليها فئة (مطقة بدون أولاد) بنسبة 02٪

1-3/ توزيع العينة حسب الخبرة في العمل :

الفئات	التكرارات	النسبة المئوية
قديمة في العمل	33	57
جديدة في العمل	21	33
أستاذة مستخلفة	6	10
المجموع	100	100



المصدر :إعداد الطالبتين بالاستعانة بمخرجات برنامجSPSS (الملحق رقم V)

القراءة الاحصائية : من خلال الجدول رقم09 نرى أن فئة الخبرة المهنية الاكثر نسبة هي فئة (قديمة في العمل) بنسبة 57 ٪ ثم تليها فئة (جديدة في العمل) بنسبة 33٪ ثم تليها فئة (أستاذة مستخلفة) بنسبة 10٪

2/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الأولى :

الفرضية الاولى : يوجد مستوى المساندة الإجتماعية لدى معلمات المدرسة الابتدائية في مدينة الاغواط؟

و للإجابة على هذه الفرضية تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري لجميع فقرات المحور الاول (المساندة الاجتماعية) كما هو موضح في الجدول الاتي :

الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
المساندة الاجتماعية التي من أسرتي وأصدقائي هامة بالنسبة لي	2,75	0,53	دائما
أثق في نفسي وفي قدرتي في التعامل مع المواقف الجديدة دون مساعدة من الآخرين	2,50	0,50	دائما
أشعر بالحزن عندما لا أجد أسرتي تساندني	2,26	0,73	احيانا
أشعر بعدم وجود مساندة حقيقية من زميلاتي	1,70	0,74	احيانا
نادرا ما أطلب مساندة الآخرين لي	1,86	0,72	احيانا
طوال حياتي أجد من يساعدني عندما أحتاج إلى مساعدة	2,25	0,62	احيانا
تشعرني أسرتي بالرضى والقوة والمساندة	2,68	0,59	دائما
أسرتي وزميلاتي يعاملونني معاملة حسنة	2,73	0,51	دائما
منذ صغري أتلقى قدرا كبيرا من مساندة والدي(أبي–أمي)	2,71	0,58	دائما
أثق في نفسي وفي قدرتي في اتعامل مع المواقف الجديدة دون مساعدة من الآخرين	2,61	0,48	دائما
يوجد أفراد ألجأ إليهم لمساعدتي عندما أشعر بعدم السعادة أو أواجه متاعب (مشكل)	2,06	0,55	احيانا
أحتاج إلى مساندة من قبل مديرتي في المؤسسة	2,25	0,72	احيانا
عندما أواجه المتاعب لا أبوح بها أبدا لأحد	2,25	0,61	احيانا
يشعرني أصدقائي بأهميتي حتى عندما تكون تصرفاتي خاطئة	2,26	0,68	احيانا
المتزوجة تعشر بأن زوجها هو الشخص الوحيد الذي يساندها	2,10	0,76	احيانا
أنا غير مشتركة في أي جماعات إجتماعية (جمعيات /أنشطة)	1,81	0,84	احيانا
لا أعرف أحد أثق فيه (أشعر بأن ثقتي بمن حولي ضعيفة)	2,03	0,72	احيانا
أشعر بالراحة عندما أطلب المساندة من والدي	2,73	0,57	دائما
عندما أكون في مشكلة يمكنني طلب مساعدة من والدي وأقاربي	2,46	0,67	دائما
أحتاج إلى دعم ومساندة من أولياء التلاميذ	1,86	0,69	احيانا
أشعر بالراحة النفسية عندما ألجأ لرجال الدين طالبا المساعدة في مشكلة	1,85	0,75	احيانا
أشعر بالوحدة كما لو كان ليس لي أحد أعرفه	1,68	0,70	احيانا

عائلتي هم كل الطاقة والمساندة بالنسبة لي	2,65	0,57	دائما
عندما أكون في مشكلة أستطيع أن أعتمد على زميلاتي القريبين مني لمساعدتي	2,35	0,62	دائما
أشعر أنني محل إهتمام زميلاتي الذين يعملون معي	2.26	0,65	احيانا

المصدر :إعداد الطالبتين بالاستعانة بمخرجات برنامجSPSS (الملحق رقم VI)

يظهر من الجدول أعلاه اتجاهات عينة الدراسة نحو جميع العبارات المتعلقة بمحور المساندة الاجتماعية ، حيث بلغ المتوسط الحسابي الكلي 2.26 والذي يشير إلى الاتجاه العام (أحيانا) والتي الرضا و الموافقة بالأغلبية لأفراد العينة على عبارات المحور الاول (المساندة الاجتماعية)

ومن خلال هذه القراءة الاحصائية نستنتج أن هناك مساندة اجتماعية بمستويات متوسطة لمعلمات المدرسة الابتدائية

3/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الثانية :

الفرضية الثانية : يوجد مستوى الصلابة النفسية لدى معلمات المدرسة الابتدائية بمدينة الاغواط ؟

و للإجابة على هذه الفرضية تم احتساب المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري لجميع فقرات المحور الاول (الصلابة النفسية) كما هو موضح في الجدول الاتي :

الفقرات	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الدرجة
إنني على يقين بأنه عندما أبدأ المسيرة فإنني سأصل في النهاية	2,76	0,56	دائما
أسعى لتحقيق أحلامي	2,76	0,47	دائما
عادة ما أجد صعوبة في إنجاز أعمالي عندما تضطرب أموري	2,25	0,51	احيانا
أنا شخص متفائل بشكل عام	2,61	0,59	دائما
أواجه الظروف الاجتماعية الصعبة	2,58	0,74	احيانا
غالبا ما أجد نفسي حزينا	2,36	0,61	احيانا
أنهار بسهولة عندما اشعر بالغضب من موقف ما ؟	2,56	0,75	احيانا
أستمتع بأداء الإختبار لتلاميذي	2,56	0,59	دائما
أشعر أحيانا بأن الحياة صعبة علي	2,41	0,65	احيانا
أملك القدرة على التحمل	2,56	0,59	دائما
إنني على يقين بأني إذا حاولت القيام بأمر ما فتسير الأمور على ما يرام	2,58	0,64	دائما
من الصعب أن أنجز عملي عندما تواجهني مشكلة مع عائلتي	2,41	0,65	احيانا

أشعر أحيانا بفقدان الأمل	2,50	0,69	احيانا
أستغل وقتي في أشياء مفيدة لي	2,61	0,66	دائما
غالبا ما تعيقني أحداث الحياة عن أداء عملي	2,48	0,70	احيانا
لدي ثقة بنفسي في المواقف المختلفة	2,80	0,69	دائما
أواجه مشاكلي الخاصة خارج مكان عملي	2,66	0,67	دائما
كثيرا ما تؤدي بي المواقف الضاغطة إلى المرض	2,48	0,68	احيانا
أتخذ معظم قراراتي بمفردي	2,48	0,53	دائما
أستطيع تحقيق أهدافي مهما كانت صعبة	2,58	0,62	دائما
أشعر عادة أنه مهما كان اليوم سيئا فإن غدا قد يكون أفضل	2,75	0,57	دائما
عندما لا تسير الأمور كما أتمنى فإنني أشعر باليأس	2,43	0,66	احيانا
أستمتع بمنافسة الآخرين	2,46	0,67	احيانا
عندما تعاكسني الظروف فإنني أستطيع التغلب عليها	2,50	0,53	دائما
المتوسط الكلي للمحور	2.55	0,63	احيانا

المصدر :إعداد الطالبتين بالاستعانة بمخرجات برنامجSPSS (الملحق رقم VII)

يظهر من الجدول أعلاه اتجاهات عينة الدراسة نحو جميع العبارات المتعلقة بمحور الصلابة النفسية ، حيث بلغ المتوسط الحسابي الكلي 2.55 والذي يشير إلى الاتجاه العام (أحيانا) والتي الرضا و الموافقة بالأغلبية لأفراد العينة على عبارات المحور الاول (الصلابة النفسية)

ومن خلال هذه القراءة الاحصائية نستنتج أن هناك صلابة نفسية بمستوى متوسط لمعلمات المدرسة الابتدائية

جدول رقم (09) :يوضح المتوسطات الحسابية و الانحرافات المعيارية لمجالات المقياس.

الابعاد	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري	الاحتمال	المستوى
المساندة الاجتماعية	2.26	0,65	أحيانا	متوسط
الصلابة النفسية	2.55	0,63	أحيانا	متوسط
المقياس الكلي	2.40	0,64	أحيانا	متوسط

المصدر :إعداد الطالبتين بالاستعانة بمخرجات برنامجSPSS

يظهر من الجدول أعلاه اتجاهات نتائج عينة الدراسة نحو جميع الابعاد (المساندة الاجتماعية , الصلابة النفسية) ، حيث بلغ المتوسط الحسابي لمحور المساندة الاجتماعية الكلي 2.26 و الذي يشير إلى الاتجاه العام (احيانا) و بلغ المتوسط الحسابي لمحور الصلابة النفسية الكلي 2.55 و الذي يشير إلى الاتجاه العام (احيانا) و بلغ المتوسط الحسابي للمقياس الكلي 2.40 والذي يشير إلى الاتجاه العام (احيانا)

4/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الثالثة:

الفرضية الثالثة: هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في المساندة الاجتماعية تعزى الى الخبرة المهنية؟

للتحقق من صحة الفرضية تمت المعالجة الإحصائية باستخدام اختبار التباين احادي الاتجاه ONE WAY ANOVA وتم الحصول على النتيجة التالية :

الجدول رقم (10) : يوضح المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري للمجموعات

المجموعات	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
قديمة في العمل	33	2,23	0,19
جديدة في العمل	21	2,32	0,24
أستاذة مستخلفة	06	2,18	0,14
المجموع	60	2,26	0,21

المصدر :إعداد الطالبتين بالاستعانة بمخرجات برنامجSPSS (الملحق رقم VIII)

من خلال الجدول رقم (10) الذي يبن لنا متوسط فئات الخبرة المهنية , بحيث نجد متوسط فئة الخبرة (قديمة في العمل): 2.23 و فئة الخبرة (جديدة في العمل): 2.32 و فئة الخبرة (أستاذة مستخلفة):2.18

الجدول رقم (11) : يوضح الفروق في المساندة الاجتماعية في المجموعات

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	القرار
بين المجموعات	0,144	2	0,072	1,622	0,206	غير دال
داخل المجموعات	2,525	57	,044			
المجموع	2,669	59				

المصدر :إعداد الطالبتين بالاستعانة بمخرجات برنامجSPSS (الملحق رقم VIII)

يتضح من الجدول أن قيمة ف بلغت 1.62 وهي أصغر من قيمة ف الجدولية 1.67 و قيمة مستوى الدلالة 0.20+ وهي أكبر من مستوى الثقة 0.05 وبالتالي لا توجد دلالة احصائية ومنه نقبل الفرضية الصفرية والتي تقول بأنه : لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في المساندة الاجتماعية المتمدرسين تعزى لمتغير الخبرة

5/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الرابعة:

الفرضية الرابعة : هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير الخبرة المهنية؟

للتحقق من صحة الفرضية تمت المعالجة الإحصائية باستخدام اختبار التباين احادي الاتجاه ONE WAY ANOVA وتم الحصول على النتيجة التالية :

الجدول رقم (12) : يوضح المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري للمجموعات

المجموعات	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
قديمة في العمل	33	2,55	0,18
جديدة في العمل	21	2,54	0,17
أستاذة مستخلفة	06	2,54	0,31
المجموع	60	2,55	0,19

المصدر :إعداد الطالبتين بالاستعانة بمخرجات برنامجSPSS (الملحق رقم XI)

من خلال الجدول رقم (12) الذي يبن لنا متوسط فئات الخبرة المهنية بحيث نجد متوسط فئة الخبرة (قديمة في العمل): 2.55 و فئة الخبرة (جديدة في العمل): 2.54و فئة الخبرة (أستاذة مستخلفة):2.54

الجدول رقم (13) : يوضح الفروق في الصلابة النفسية في المجموعات

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	القرار
بين المجموعات	,002	2	0,001	0,003	0,953	غير دال
داخل المجموعات	2,193	57	0,038			
المجموع	2,196	59				

المصدر :إعداد الطالبتين بالاستعانة بمخرجات برنامجSPSS (الملحق رقم XI)

يتضح من الجدول(13) أن قيمة ف بلغت 0.003 وهي أصغر من قيمة ف الجدولية 1.67 و قيمة مستوى الدلالة 0.95 وهي أكبر من مستوى الثقة 0.05 وبالتالي لا توجد دلالة احصائية , ومنه نقبل

الفرضية الصفرية والتي تقول بأنه : لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية المتمدرسين تعزى لمتغير الخبرة المهنية

6/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الخامسة :

الفرضية الخامسة : هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في المساندة الاجتماعية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية ؟

للتحقق من صحة الفرضية تمت المعالجة الإحصائية باستخدام اختبار التباين احادي الاتجاه ONE WAY ANOVA وتم الحصول على النتيجة التالية :

الجدول رقم (14) : يوضح المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري للمجموعات

المجموعات	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
متزوجة	47	2,24	0,22
عزباء	09	2,31	0,11
مطلقة	04	2,39	0,19
المجموع	60	2,26	0,21

المصدر :إعداد الطالبتين بالاستعانة بمخرجات برنامجSPSS (الملحق رقم IX)

من خلال الجدول رقم (14) الذي يبن لنا متوسط فئات الحالة الاجتماعية, بحيث نجد متوسط فئة الحالة الاجتماعية (متزوجة): 2.24 و فئة الحالة الاجتماعية (عزباء): 2.31 و فئة الحالة الاجتماعية (مطلقة):2.39

الجدول رقم (15) : يوضح الفروق في المساندة الاجتماعية في المجموعات

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	القرار
بين المجموعات	0,110	2	0,055	1,223	0,302	غير دال
داخل المجموعات	2,559	57	0,045			
المجموع	2,669	59				

المصدر :إعداد الطالبتين بالاستعانة بمخرجات برنامجSPSS (الملحق رقم IX)

يتضح من الجدول أن قيمة ف بلغت 1.22 وهي أصغر من قيمة ف الجدولية 1.67 و قيمة مستوى الدلالة 0.30 وهي أكبر من مستوى الثقة 0.05 وبالتالي لا توجد دلالة احصائية , ومنه نقبل الفرضية الصفرية والتي تقول بأنه : لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في المساندة الاجتماعية المتمدرسين تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية

7/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية السادسة

الفرضية السادسة : هل توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية ؟

للتحقق من صحة الفرضية تمت المعالجة الإحصائية باستخدام اختبار التباين احادي الاتجاه ONE WAY ANOVA وتم الحصول على النتيجة التالية :

الجدول رقم (16) : يوضح المتوسطات الحسابية والانحراف المعياري للمجموعات

المجموعات	عدد العينة	المتوسط الحسابي	الانحراف المعياري
متزوجة	47	2,53	0,19
عزباء	09	2,59	0,16
مطلقة	04	2,69	0,21
المجموع	60	2,55	0,19

المصدر :إعداد الطالبتين بالاستعانة بمخرجات برنامجSPSS (الملحق رقم X)

من خلال الجدول رقم (16) الذي يبن لنا متوسط فئات الحالة الاجتماعية, بحيث نجد متوسط فئة الحالة الاجتماعية (متزوجة): 2.55 و فئة الحالة الاجتماعية (عزباء): 2.59 و فئة الحالة الاجتماعية (مطلقة):2.69

الجدول رقم (17) : يوضح الفروق في الصلابة النفسية في المجموعات

مصدر التباين	مجموع المربعات	درجة الحرية	متوسط المربعات	قيمة ف	مستوى الدلالة	القرار
بين المجموعات	0,126	2	0,063	0,043	0,836	غير دال
داخل المجموعات	2,070	57	0,036			
المجموع	2,196	59				

المصدر :إعداد الطالبتين بالاستعانة بمخرجات برنامجSPSS (الملحق رقم X)

يتضح من الجدول أن قيمة ف بلغت 0.043 وهي أصغر من قيمة ف الجدولية 1.67 و قيمة مستوى الدلالة 0.83 وهي أكبر من مستوى الثقة 0.05 وبالتالي لا توجد دلالة احصائية , ومنه نقبل الفرضية الصفرية والتي تقول بأنه : لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية المتمدرسين تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية

8/ تحليل و مناقشة نتائج الفرضية الرئيسة :

توجد علاقة ذات دلالة احصائية بين المساندة الاجتماعية و الصلابة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية ؟

جدول رقم (18): يبين العلاقة الارتباطية بين متغير المساندة الاجتماعية و الصلابة النفسية

المتغير المستقل	المتغير التابع	معامل الارتباط R	معامل التحديد R^2	درجة الحرية	قيمة T المحسوبة	قيمة T الجدولية	مستوى الدلالة sig
المساندة الاجتماعية	الصلابة النفسية	0,36	0,13	59	5.09	1.67	0,000

المصدر :إعداد الطالبة بالاستعانة بمخرجات برنامجSPSS (الملحق رقم XII)

يتضح لنا من خلال الجدول أن قيمة مستوى الدلالة بلغت 0.000 وهي أقل من مستوى الثقة 0.05 , كما أن قيمة ت المحسوبة بلغت 5.09 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية البالغة 1.69 , وعليه نقبل الفرضية والتي تنص على وجود علاقة ذات احصائية بين المساندة الاجتماعية و الصلابة النفسية في عند مستوى دلالة 0.05

ويشير قيمة معامل الارتباط R الذي بلغ 0.36 الى أنه توجد علاقة خطية طردية ضعيفة بين المتغيرين المساندة الاجتماعية و الصلابة النفسية.

9/ مناقشة نتائج الدراسة:

في ضوء ما جاء في الفصل الأول للدراسة، و كذا ما أكدته و وضّحته الدراسات السابقة ذات العلاقة بموضوع الدراسة الحالية، وما تم عرضه في الجداول السابقة المتعلقة بنتائج الدراسة؛ فإنه يتم تحليل و مناقشة النتائج حسب ترتيب العرض السابق كما يلي:

9-1/ مناقشة نتائج اختبار الفرضية العامة

بعد عرض النتائج المتعلقة بالفرضية العامة ,تبين أنه توجد علاقة ارتباطية بين المساندة الاجتماعية و الصلابة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية , لأن قيمة مستوى الدلالة بلغت 0.00 وهي أقل من مستوى الثقة 0.05 , كما أن قيمة ت المحسوبة بلغت 5.09 وهي أكبر من قيمة ت الجدولية البالغة 1.69 , ومن خلال هذه الاحصائيات الدلالية يمكننا القول بأن الفرضية العامة قد تحققت وتتفق هذه النتائج مع نتائج الدراسة السابقة دراسة نسرين جمبي 2009 , ودلت عاى ان نتائج البحث لوجود علاقة بين بين المساندة الاجتماعية و الصلابة النفسية .

ومن خلال ما سبق يتضح أن هناك ارتباط بين المتغيرين المساندة الاجتماعية و الصلابة النفسية , ويفسر ذلك بأن متغير المساندة الاجتماعية قد كان له أهمية و أثر كبير في مستوى الصلابة النفسية وهذا دليل على ما جاء في النص (فالمساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من الآخرين سواء في الأسرة أو خارجها تعد عاملا هاما في صحته النفسية، لأن المساندة من الأسرة خاصة الآباء تقلل من شعور الفرد بالوحدة النفسية، كما أن المساندة من خلال الأقران تقلل من المشاعر السلبية التي قد يشعر ,بها الفرد خارج أسرته وهذا ما أكدته دراسة (عبد السلام،2005 , ص :135)

ومن ثم يمكن التنبؤ في ظل غياب المساندة الاجتماعية وانخفاضها أن تتولد الآثار السلبية للأحداث والمواقف السيئة التي يتعرض لها الفرد مما يؤدي إلى اختلال الصحة النفسية لديه (ايت حمودة وبن صافية،2000 , ص :12)

وفي نتيجة دراستنا الحالية يتلخص مجمل القول بأنه كلما كانت هناك مساندة اجتماعية للمعلمات كلما ارتفع مستوى الصلابة النفسية .

9-2/ مناقشة نتائج اختبار الفرضية الجزئية الاولى :

بعد عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الأولى ,تبين أنه يوجد مستوى متوسط للمساندة الاجتماعية لدى معلمات المرحلة الابتدائية , لأن قيم متوسط فقرات المحور الاول للمساندة الاجتماعية بلغ 2.26 والذي أشار إلى الاتجاه العام (أحيانا) والتي توسم بالرضا و الموافقة على عبارات المحور .

ومن خلال هذه الاحصائيات الدلالية يمكننا القول بأنه توجد مساندة الاجتماعية بدرجات متوسطة لمعلمات المدراس الابتدائية , و نفسر ذلك بأن المساندة الاجتماعية تعد مصدرا مهما من مصادر الدعم النفسي والاجتماعي الفاعل التي تحتاجها معلمات المدراس , إذ يساهم حجم المساندة الاجتماعية في كيفية مواجهة المعلمات لأحداث الحياة الضاغطة (التوفيق بين العمل والبيت) بجميع أشكالها وكيفية تعاملهم مع هذه الأحداث، وأساليب مواجهتها .

9-3/ مناقشة نتائج اختبار الفرضية الجزئية الثانية :

بعد عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الثانية , تبين أنه يوجد مستوى متوسط للصلابة النفسية لدى معلمات المرحلة الابتدائية , لأن قيم متوسط فقرات المحور الاول للمساندة الاجتماعية بلغ 2.55 والذي أشار إلى الاتجاه العام (أحيانا) والتي توسم بالرضا و الموافقة على عبارات المحور.

ومن خلال هذه الاحصائيات الدلالية يمكننا القول بأنه توجد صلابة النفسية بدرجات متوسطة لمعلمات المدراس الابتدائية , و نفسر ذلك بوجود مستوى متوسط للصلابة النفسية

عند المعلمات تعود الى قدرة معلمات المدراس على الصمود والسيطرة أثناء العمل و ضبط النفس و أكثر مبادرة ونشاطا وذو دافعية أفضل نحو العمل والبيت

و بأن الصلابة النفسية التي يتمتع بها المعلمات تجعلهم أكثر نشاطا ومبادرة وقيادة وضبطا داخليا وأكثر صمودا ومقاومة لأعباء العمل والبيت الصادمة وأشد واقعية وانجاز وسيطرة وقدرة على تفسير الأحداث.

فالصلابة النفسية تعمل كمتغير مقاومة وقائي حيث تقلل من الإصابة بالإجهاد الناتج عن التعرض للأحداث الصادمة وتزيد من استخدام المعلمات لمصادرهم الشخصية والاجتماعية المناسبة تجاه تلك الظروف الصادمة .

9-4/ مناقشة نتائج اختبار الفرضية الجزئية الثالثة:

بعد عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الثالثة , تبين لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في المساندة الاجتماعية تعزى لمتغير الخبرة لدى معلمات المرحلة الابتدائية , لان قيمة ت بلغت 1.62 وهي أصغر من قيمة ت الجدولية 1.62 و قيمة مستوى الدلالة 0.20 وهي أكبر من مستوى الثقة 0.05

ويمكن تفسير ذلك إلى أن ظروف العمل داخل المدراس التي تعيشها المعلمات بغض النظر عن مدة الخبرة المهنية هي ظروف واحدة كان لها أثر بارز في الحاجة الى المساندة الاجتماعية لتحمل الأحداث السلبية الضاغطة و تخطي العقبات التي تواجههم ووضع الخطط المستقبلة والقدرة على تنفيذها ومواجهة المشكلات التى يتعرضون لها والمبادرة على حلها

9-5/ مناقشة نتائج اختبار الفرضية الجزئية الرابعة:

بعد عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الرابعة , تبين لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في المساندة الاجتماعية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية , لأن قيمة ت بلغت 1.22 وهي أصغر من قيمة ت الجدولية 1.22 و قيمة مستوى الدلالة 0.30 وهي أكبر من مستوى الثقة 0.05.

ويمكن تفسير ذلك إلى أن الحالة الاجتماعية للمعلمات (متزوجة- عزباء – مطلقة) ليس لها هناك فروق في اتجاهاتهم نحو الحصول على المساندة الاجتماعية وذلك لسبب واحد هو توحد العمل داخل بيئة واحدة و ظروف عمل واحدة

9-6/ مناقشة نتائج اختبار الفرضية الجزئية الخامسة :

بعد عرض النتائج المتعلقة بالفرضية الخامسة , تبين لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير الحالة الاجتماعية , قيمة ت بلغت 0.15 وهي أصغر من قيمة ت الجدولية 0.043 و قيمة مستوى الدلالة 0.83 وهي أكبر من مستوى الثقة 0.05

ويمكن تفسير ذلك إلى أن الحالة الاجتماعية للمعلمات (متزوجة- عزباء – مطلقة) ليس لها هناك فروق في اتجاهاتهم نحو الحصول على الصلابة النفسية وذلك لسبب واحد هو توحد العمل داخل بيئة واحدة و ظروف عمل واحدة وبالتالي تكون متطلبات المساندة الاجتماعية بنفس المستوى

9-7/ مناقشة نتائج اختبار الفرضية الجزئية السادسة :

بعد عرض النتائج المتعلقة بالفرضية السادسة , تبين لا توجد فروق ذات دلالة احصائية في الصلابة النفسية تعزى لمتغير الخبرة المهنية , قيمة ت بلغت 0.28 وهي أصغر من قيمة ت الجدولية 0.003 و قيمة مستوى الدلالة 0.95 وهي أكبر من مستوى الثقة 0.05

ويمكن تفسير ذلك إلى أن الخبرة المهنية ليس لها هناك فروق في اتجاهاتهم نحو الحصول على الصلابة النفسية وذلك بسبب ادراكهم لنفس مستوى المساندة الاجتماعية المقدمة لهم .

الاستنتاج العام للفصل :

هدفت اجراءات البحث الحالي إلى التحقق من الأهداف المتمثلة في الكشف عن العلاقات الارتباطية بين كل من المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لمعلمات المدراس الابتدائية ، ودور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية في العلاقة بينهما ، والتعرف على مختلف الفروق في المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية حسب بعض المتغيرات للبيانات الشخصية .

وتجدر الإشارة أن الأهداف المسطرة لهذه الدراسة قد تحققت من خلال النتائج المتوصل إليها، بحيث توصلت إلى أنه توجد علاقة ارتباطية بين المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية لمعلمات المدراس الابتدائية ، ويعني ذلك أن المساندة الاجتماعية التي يتلقاها الفرد من الآخرين سواء في الأسرة أو خارجها تعد عاملاً هاماً في صحته النفسية، من ثم يمكن التنبؤ بأنه في ظل غياب المساندة أو انخفاضها

يمكن أن تنشّط الآثار السلبية للأحداث والمواقف السيئة التي يتعرض لها الفرد، مما يؤدي إلى اختلال الصحة النفسية لديه .

وانطلاقا من الآراء النظرية والدراسات السابقة والنتائج المتوصل إليها من الميدان يمكن القول أنه رغم تعرض المعلمات لمصادر متعددة من الضغوط إلا أنهم يحتفظون بصحتهم الجسمية والنفسية، وذلك لوجود عوامل مخففة أو معدلة أو واقية ومن أهم هذه العوامل المساندة الاجتماعية والصلابة النفسية التي يتلقونها.

خاتمة

الخاتمة:

الحمد الله الذي قد وفقنا في تقديم بحثنا لحضراتكم و الان نكون وصلنا الى أخر نقاط البحث الذي قد تحدث باستفاضة عن المساندة الاجتماعية و علاقتها بالصلابة النفسية لدى معلمات المدرسة الابتدائية بمدنية الاغواط ، وتبين لنا أن الابحاث العلمية التي تناولت

موضوع الساندة و الصلابة النفسية لم تتعمق بالشكل الكافي الى أدق تفاصليه و طرق تطوير و تحسين التطبيقات الخاصة به و هذا ما حصرنا على أن نهتم به تماما عبر هذا البحث ليكون بمثابة مرجع الهام و الأساسي للراغبين في إجراء المزيد من الأبحاث في هذا المجال العلمي و يكون نقطة بداية لكل شخص يرغب في أن يستزيد من العلم و البحث و الاستكشاف

و نأمل أن يكون قد نال هذا البحث العلمي إعجابكم ، ولا نقول أن هذا البحث كامل ، فإن الكمال من وصفه الله عز و جل ، بل أننا سوف ننتظر تعليق الأساتذة الأفاضل و ملاحظتهم ، وعلى أن يكون البحث قد نال جزء من مقام الذي يليق بكم ، فإن وفقنا فمن الله الرحمن الكريم ، و إن اخفقنا فمنا و يكفينا شرف المحاولة و أخيرا نرجو من الله عزو جل أن يوفقنا لما يحبه و يرضاه و أن يعجبكم هذا النقاش ، و صلى الله على محمد رسول الله صلى الله عليه و سلم .

الاقتراحات:

- زيادة فعالية المساندة الإجتماعية للمعلمات من قبل الزوج اذا كانت متزوجة و الأسرة و الاصدقاء حتى يتسنى لها ممارسة حياتها بفعالية أكبر
- توفير الدعم الإجتماعي للمعلمات يزيد من تقدير الذات و الثقة بها و يولد المشاعر الإيجابية مما يقوي فعالية التعامل مع الضغوط النفسية
- إعداء و تكوين أخصائيين نفسانيين في مجال الرعاية و الصلابة النفسية و الإجتماعية من أجل تخفيف الضغوط على المعلمات
- إجراء المزيد من الدراسات حول موضوع المساندة الإجتماعية و ربطها بمتغيرات نفسية اخرى
- التكفل الطبي و النفسي بالمعلمات لتجنب الضغوط لتفادي القلق و اكتئاب
- العمل على فهم الوضعية النفسية و الاجتماعية للمعلمين من أجل تجنب تأثير الضغوط المهنية على صحة المعلمات
- مواصلة دراسة الموضوع بصورة مماثلة و لكن بعينة كبيرة و مناطق مختلفة

قائمة

المصادر و المراجع

1) ابراهيم ، مروان عبد المجيد. (2000). أسس البحث العلمي لإعداد الرسائل الجامعية. عمان: مؤسسة الوراق للنشر والتوزيع.

2) ابراهيم انيس واخرون.(1973). المعجم الوسيط، ط2 .مصر : دار الاحياء التراث العربي.

3) أحمان لبنى (2012) .دور كل من المساندة الاجتماعية ومصدر الضبط الصحي في العلاقة بين الضغط النفسي والمرض الجسدي، دكتوراه كلية العلوم الاجتماعية والإنسانية والعلوم الإسلامية، جامعة الحاج لخضر، باتنة.

4) أحمد بن عبد الله محمد العيافي.(2013).الصلابة النفسية وأحداث الحياة الضاغطة لدى عينة من الطلاب الأيتام والعاديين بمدينة مكة المكرمة ومحافظة الليث، مذكرة لنيل درجة الماجستير في علم النفس.

5) أحمد عبد الرحمان ابراهيم عثمان، (2001). مقاييس المساندة الاجتماعية القاهرة، مكتبة الانجلو، مصر.

6) أوشن مليكة، شرفي ليندة .(2000). الرسوب المدرسي في شهادة التعليم الأساسي تشخيصية وعلاجية، مذكرة تخرج لنيل الشهادة الجامعية في الدراسات التطبيقية، معهد علم النفس، جامعة تيزي-وزو.

7) بشرى اسماعيل(2004)،المساندة الاجتماعية والتوافق المهني، القاهرة، مكتبة الانجلو مصرية.

8) بشير معمرية.(2007).بحوث ودراسات متخصصة في علم النفس، الجزء الثالث، منشورات الحبر، الجزائر.

9) بوعلاق، محمد .(2009).الموجه في الإحصاء الوصفي والاستدلالي في العلوم النفسية والتربوية والإجتماعية. ط1. الجزائر: دار الأمل للنشر.

10) جيهان أحمد حمزة .(2002). دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية وتقدير الذات في إدراك المشقة و التعايش معها لدى الراشدين من الجنسين في سياق العمل, رسالة ماجستير غير منشورة, كلية الأدب,جامعةالقاهرة,القاهرة.

11) جيهان أجيهان أحمد حمزة محمد. (2002). دور الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية تقدير الذات في إدراك المشقة والتعايش معها لدى الراشدين من الجسمية في سياق العمل، ماجستير، كلية الأدب، القاهرة.

12) حامد عبد السلام زهران. (2005). الصحة النفسية والعلاج النفسي، ط1، عالم الكتب، القاهرة، مصر.

13) الحسين بن حسن محمد سيد .(2012). الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية والاكتئاب لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية (المتضررين وغير المتضررين من السيول بمحافظة جدة)، ماجستير في الارشاد النفسي، جامعة أم القرى ، المملكة العربية السعودية.

14) حمزة، جمال مختر علم النفس، س10, ع39 دار النشر الهيئة المصرية العامة للكتاب، 1996.

15) خالد بن محمد بن عبد الله العبدلي.(2012), الصلابة النفسية بأساليب مواجهة الضغوط النفسية لدى عينة من طلاب المرحلة الثانوية المتفوقين دراسيا والعاديين بمدينة مكة المكرمة, رسالة ماجستير غير منشورة, جامعة أم القرى,السعودية.

16) خلق حسن علي الدليمي. (2009) جغرافية الصحة، دار صفاء للنشر والتوزيع ط1، عمان، الأردن.

17) الدكتور محمد بيومي مهران، (1990)، الإمامة وأهل البيت بيروت.

18) دويدري رجاء وحيد.(2000). البحث العلمي وأساسياته النظرية وممارساته العملية. دمشق/ سورية: درا الفكر.

19) رشيد لوراسان .(ب س). تسيير البيداغوجي في مؤسسة التعليم . قصر الكتاب .

20) رضوان شعبان جاب الله (2001) .العلاقة بين المساندة الاجتماعية وكل من مظاهر الاكتئاب وتقدير الذات، المجلد/ العدد س1، ع58، الدولة مصر.

21) رولان دورون وفرنسوا زيارو.(2012).موسوعة علم نفس، معجم مصطلحات (شرح المعاني)، دار عويدات للنشر والطباعة.

22) زينب نوفل أحمد راضي .(2008).الصلابة النفسية لدى امهات شهداء الاقصى وعلاقتها ببعض المتغيرات، رسالة ماجيستير في الصحة النفسية، قسم علم النفس، كلية التربية، الجامعة الاسلامية، غزة.

23) شعبانا جاد الله رضوان، عادل محمد الهريدي (2001)، العلاقة بين المساندة الاجتماعية وكل من مظاهر الاكتئاب وتقدير الذات والرضى عن الحياة، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب.

24) شيماء أحمد محمد الديدواني، (2009)، مساندة الاجتماعية، وعلاقتها بالموهبة الابتكارية للمراهقين، ماجستير، كلية التربية، جامعة الزقازيق، مصر.

25) عباس مدحت .(2010).الصلابة النفسية كمنبئ لحفظ الضغوط النفسية والسلوك العدواني لدى معلمي الاعدادية، مجلة كلية التربية، المجلد 26، الرياض.

26) عبد العزيز المعايطة .(2006). مشكلات تربوية معاصرة. ط1. كلية التربية. الاخاء: دار الثقافة للنشر والتوزيع،.

27) عبيدات، محمد وآخرون .(1999).منهجية البحث العلمي، ط2، عمّان، الأردن، دار وائل للنشر.

28) عبير بيت محمد الصبان. (2003). المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالضغوط النفسية والاضطرابات السيكوسوماتية لدى عينة من النساء السعوديات المتزوجات العاملات في مدينتي مكة وجدة، دكتوراه، جامعة أم القرى، مكة المكرمة.

29) عثمان يخلف .(2001).علم النفس الصحة. قطر: دار الثقافة للطباعة والنشر والتوزيع.

30) عثمان يخلف. (2002). علم النفس الصحة الأسس النفسية والسلوكية للصحة دار الثقافة للطباعة والنشر، ط1، الدوجة، قطر.

31) العربي نجية، بوحولي تسعديت.(1998).أسباب الرسوب في شهادة التعليم الأساسي من وجهة نظر التلاميذ الراسبين، مذكرة التخرج لنيل شهادة الجامعية في الدراسات التطبيقية، معهد علم النفس، جامعة الجزائر.

32) عزت عبد الكريم فرج مبروك. (2001). استخدام المساندة الاجتماعية لتحسين التوافق النفسي والاجتماعي والصحي لدى المسنين، دكتوراه، كلية الآداب، جامعة القاهرة، مصر.

33) علي بن هادية واخرون.(1991).القاموس الجديد للطلاب ،ط7. الجزائر: المؤسسة الوطنية للكتاب.

34) عماد مخيمر. (1997)الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية كمتغير وسيطة في العلاقة بين ضغوط الحياة وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعيين، المجلة المصرية للدراسات النفسية (17) / 13 / 138.

35) عويد السلطان المشعان، المساندة الاجتماعية وعلاقتها بالعصبية ولاكتئاب لدى المتعاطين والطلبة في دولة الكويت، مجلة العلوم التربوية والنفسية، مجلد12، العدد04، ديسمبر 2001، جامعة الكويت.

36) فاروق السيد عثمان. (2001). القلق وإدارة الضغوط النفسية، ط1، دار الفكر العربي، القاهرة.

37) فاروق السيد عثمان.(2001).القلق وادارة الضغوط النفسية ،ط1. القاهرة: دار الفكر العربي.

38) فايد علي حسين(2001). دراسات الصمة النفسية، تقديم أبو النيل السيد محمود المكتب الجامعي الحديث الا زاريطة، ط1، الاسكندرية، مصر. أهمية المساندة الاجتماعية في تحقيق التوافق لدى الشباب البطال، مجلة العلوم الإنسانية والاجتماعية، العدد02، جامعة الجزائر.

39) فهد الربيعة. (1997). الوحدة النفسية والمساندة الاجتماعية لدى عينة من طلاب وطالبات الجامعة، دارسة ميدانية، مجلة علم النفس، الهيئة المصرية العامة للكتاب، العدد 43، القاهرة، مصر.

40) فؤاد فرام البستاني .(1973). منجد الطلاب. المطبعة الكاثوليكية . ط13. بيروت: دار المشرق

41) مجمع اللغة العربية (1985). المعجم الوسي، الجزء الأول، القاهرة، مصر.

42) محمد الحجاز. (1989). الطلب السلوكي المعاصر، دار العلم للملايين، بيروت، ط1، لبنان.

43) محمد بوقطاية.(2002).مجلة العلوم الإنسانية. أكتوبر .رقم 3 . بسكرة .

44) محمد راتب النابلسي، (2009)، السيرة الذاتية للدكتور.

45) محمد سلامة محمد غباري .(2004). أدوار الأخصائي الإجتماعي في المجال المدرسي . مصر: دار المعرفة الجامعية.

46) محمد محروس الشناوي، محمد الشيد عبد الرحمان (1994)، المساندة الاجتماعية والصحة النفسية ومراجعة نظرية ودراسات تطبيقية، القاهرة، الانجلو مصرية، مصر.

47) مخيمر عماد(1997), الصلابة النفسية والمساندة الاجتماعية متغيرات وسيطة في العلاقة بين الضغوط وأعراض الاكتئاب لدى الشباب الجامعي, المجلة المصرية للدراسات النفسية, المجلد07 , العدد17.

48) مروان عبد الله دياب. (2006). دور المساعدة الاجتماعية كمتغير وسيط بين الأحداث الضاغطة والصحة النفسية للمراهقين الفلسطينيين، ماجستير، كلية التربية الجامعة الإسلامية، غزة.

49) مصطفى عشوي .(1994).مدخل إلى علم النفس المعاصر، الطبعة الأولى، ديوان المطبوعات الجامعية، الجزائر.

50) ممدوحة محمد سلامة، (1991)، مقدمة في علم النفس مكتبة الأنجلو المصرية.

51) منجد اللغة والإعلام، (1984م).

52) مها جاد الله حسن. (2004). المساندة الاجتماعية كما يدركها تلاميذ المرحلة الابتدائية وتأثيرها على التوافق المدرسي والتحصيل المدرسي في الحساب، ماجستير، كلية التربية، جامعة الاسكندرية، مصر.

53) نزيم صرداوي .(1993م). الرسوب المدرسي وأسبابه من جهة نظر الأساتذة والمدرسين في الطور الثالث من التعليم الأساسي، معهد علم النفس وعلوم التربية رسالة ماجستير، الجزائر.

54) ونتا ديفيد، الضغوط النفسية، ترجمة الحمدي الفرماوي، رضا أبو سريع، الانجلو المصرية، القاهرة،1991.

55) ياغي, شاهر يوسف.(2006).الضغوط النفسية لدى العمال في قطاع غزة وعلاقاتها بالصلابة النفسية, رسالة ماجستير غير منشورة, قسم علم النفس, كلية التربية, الجامعة الإسلامية,غزة, فلسطين.

56) يحياوي محمد (2003). دراسات في علم النفس، دار الغرب للنشر والتوزيع، وهران الجزائر.

57) Aranzine .(1967**). l'echec scolaire**. Paris : edition universitaire.

58) Hydon,(1986).**the pleasures of psychological hardiness**. New york: New American library.

59) Kobasa . Suzanne C. (1979). Stressful life events,personality and health : an inquiry into hardiness, Journal of Personality and Social Psychology , Vol. 37, No.1

60) Kobasa S.G. maddi, s.r, kahn,s.(1982).Hardiness and health. Aprospectivesyndy. **journal of personalty and social psychology**,vol 42,168,177.

الملاحق

ملحق رقم (I) يبين مقياس المساندة الاجتماعية و الصلابة النفسية

جامعة عمار ثليجي – الأغواط –

كلية العلوم والإجتماعية

قسم علم النفس

يستخدم هذا المقياس في تقدير درجة المساندة الاجتماعية التي يدركها الشخص من الآخرين المحيطين به إقرأ كل عبارة ثم قرر.

1. قراءة كل عبارة بعناية، ضع علامة (x) في أحد الخانات التي أمامك.
2. 2.نأمل ألا تترك عبارة واحدة دون أن تجيب عليها

ملاحظة: لا توجد عبارة صحيحة أو أخرى خاطئة فالإجابة تعتبر صحيحة عندما تعبر عن حقيقة ما تشعر به تجاه المعنى الذي تتضمنه العبارة

- الحالة الاجتماعية: متزوجة: ☐ عزباء ☐ مطلقة ☐
- متزوجة ولديها أولاد: ☐ مطلقة ولديها أولاد ☐ مطلقة بدون أولاد ☐
- خبرة في العمل: قديمة في المجال ☐ جديدة في المجال ☐ أستاذة مستخلفة ☐

المحور الأول: مقياس المساندة الإجتماعية

الرقم	العبـــــارات	دائما	أحيانا	نادرا
01	المساندة الاجتماعية التي من أسرتي وأصدقائي هامة بالنسبة لي			
02	أثق في نفسي وفي قدرتي في التعامل مع المواقف الجديدة دون مساعدة من الآخرين			
03	أشعر بالحزن عندما لا أجد أسرتي تساندني			
04	أشعر بعدم وجود مساندة حقيقية من زميلاتي			
05	نادرا ما أطلب مساندة الآخرين لي			
06	طوال حياتي أجد من يساعدني عندما أحتاج إلى مساعدة			
07	تشعرني أسرتي بالرضى والقوة والمساندة			
08	أسرتي وزميلاتي يعاملونني معاملة حسنة			

09	منذ صغري أتلقى قدرا كبيرا من مساندة والدي(أبي–أمي)			
10	أثق في نفسي وفي قدرتي في اتعامل مع المواقف الجديدة دون مساعدة من الآخرين			
11	يوجد أفراد ألجأ إليهم لمساعدتي عندما أشعر بعدم السعادة أو أواجه متاعب (مشكل)			
12	أحتاج إلى مساندة من قبل مديرتي في المؤسسة			
13	عندما أواجه المتاعب لا أبوح بها أبدا لأحد			
14	يشعرني أصدقائي بأهميتي حتى عندما تكون تصرفاتي خاطئة			
15	المتزوجة تعشر بأن زوجها هو الشخص الوحيد الذي يساندها			
16	أنا غير مشتركة في أي جماعات إجتماعية (جمعيات /أنشطة)			
17	لا أعرف أحد أثق فيه (أشعر بأن ثقتي بمن حولي ضعيفة)			
18	أشعر بالراحة عندما أطلب المساندة من والدي			
19	عندما أكون في مشكلة يمكنني طلب مساعدة من والدي وأقاربي			
20	أحتاج إلى دعم ومساندة من أولياء التلاميذ			
21	أشعر بالراحة النفسية عندما ألجأ لرجال الدين طالبا المساعدة في مشكلة			
22	أشعر بالوحدة كما لو كان ليس لي أحد أعرفه			
23	عائلتي هم كل الطاقة والمساندة بالنسبة لي			
24	عندما أكون في مشكلة أستطيع أن أعتمد على زميلاتي القريبين مني لمساعدتي			
25	أشعر أنني محل إهتمام زميلاتي الذين يعملون معي			

المحور الثاني: الصلابة النفسية

الرقم	العبـــــارات	دائما	أحيانا	نادرا
01	إنني على يقين بأنه عندما أبدأ المسيرة فإنني سأصل في النهاية			
02	أسعى لتحقيق أحلامي			
03	عادة ما أجد صعوبة في إنجاز أعمالي عندما تضطرب أموري			
04	أنا شخص متفائل بشكل عام			
05	أواجه الظروف الاجتماعية الصعبة			
06	غالبا ما أجد نفسي حزينا			
07	أنهار بسهولة عندما اشعر بالغضب من موقف ما ؟			
08	أستمتع بأداء الإختبار لتلاميذي			
09	أشعر أحيانا بأن الحياة صعبة علي			
10	أملك القدرة على التحمل			
11	إنني على يقين بأني إذا حاولت القيام بأمر ما فتسير الأمور على ما يرام			
12	من الصعب أن أنجز عملي عندما تواجهني مشكلة مع عائلتي			
13	أشعر أحيانا بفقدان الأمل			
14	أستغل وقتي في أشياء مفيدة لي			
15	غالبا ما تعيقني أحداث الحياة عن أداء عملي			
16	لدي ثقة بنفسي في المواقف المختلفة			
17	أواجه مشاكلي الخاصة خارج مكان عملي			
18	كثيرا ما تؤدي بي المواقف الضاغطة إلى المرض			
19	أتخذ معظم قراراتي بمفردي			
20	أستطيع تحقيق أهدافي مهما كانت صعبة			
21	أشعر عادة أنه مهما كان اليوم سيئا فإن غدا قد يكون أفضل			
22	عندما لا تسير الأمور كما أتمنى فإنني أشعر باليأس			
23	أستمتع بمنافسة الآخرين			
24	عندما تعاكسني الظروف فإنني أستطيع التغلب عليها			

الملحق رقم (II)

```
RELIABILITY
  /VARIABLES=q1 q2 q3 q4 q5 q6 q7 q8 q9 q10 q11 q12 q13 q14 q15 q16 q17 q18 q19
q20 q21 q22 q23 q24 q25
  /SCALE('ALL VARIABLES') ALL
  /MODEL=ALPHA.
```

Fiabilité

Remarques

Résultat obtenu		30-mai-2022 22:23:15
Commentaires		
Entrée	Données	D:\spss\spss2022\0673340851 المساندة الاجتماعية\مقياس المساندة الاجتماعية\مقياس المساندة الاجتماعية.sav
	Ensemble de données actif	Ensemble_de_données1
	Filtrer	<aucune>
	Poids	<aucune>
	Scinder fichier	<aucune>
	N de lignes dans le fichier de travail	61
	Entrée de la matrice	
Gestion des valeurs manquantes	Définition de valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.
	Observations prises en compte	Les statistiques reposent sur l'ensemble des observations dotées de données valides pour toutes les variables dans la procédure.
Syntaxe		RELIABILITY /VARIABLES=q1 q2 q3 q4 q5 q6 q7 q8 q9 q10 q11 q12 q13 q14 q15 q16 q17 q18 q19 q20 q21 q22 q23 q24 q25 /SCALE('ALL VARIABLES') ALL /MODEL=ALPHA.
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,000
	Temps écoulé	00:00:00,000

```
[Ensemble_de_données1] D:\spss\spss2022\0673340851 المساندة الاجتماعية\مقياس
المساندة الاجتماعية\مقياس المساندة الاجتماعية.sav
```

Echelle : TOUTES LES VARIABLES

écapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	60	98,4
	Exclus[a]	1	1,6
	Total	60	100,0

écapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	60	98,4
	Exclus[a]	1	1,6
	Total	60	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,634	25

الملحق رقم (III)

```
GET
  FILE='D:\spss\spss2022\0673340851 المساندة الاجتماعية\مقياس الصلابة
النفسية\مقياس الصلابة النفسية.sav'.
DATASET NAME Ensemble_de_données1 WINDOW=FRONT.
RELIABILITY
  /VARIABLES=q1 q2 q3 q4 q5 q6 q7 q8 q9 q10 q11 q12 q13 q14 q15 q16 q17 q18 q19
q20 q21 q22 q23 q24
  /SCALE('ALL VARIABLES') ALL
  /MODEL=ALPHA.
```

Fiabilité

Remarques

Résultat obtenu		30-mai-2022 22:19:41
Commentaires		
Entrée	Données	D:\spss\spss2022\0673340851 المساندة الاجتماعية\مقياس الصلابة النفسية\مقياس الصلابة النفسية.sav
	Ensemble de données actif	Ensemble_de_données1
	Filtrer	<aucune>
	Poids	<aucune>
	Scinder fichier	<aucune>
	N de lignes dans le fichier de travail	60
	Entrée de la matrice	D:\spss\spss2022\0673340851 المساندة الاجتماعية\مقياس الصلابة النفسية\مقياس الصلابة النفسية.sav
Gestion des valeurs manquantes	Définition de valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.
	Observations prises en compte	Les statistiques reposent sur l'ensemble des observations dotées de données valides pour toutes les variables dans la procédure.
Syntaxe		RELIABILITY /VARIABLES=q1 q2 q3 q4 q5 q6 q7 q8 q9 q10 q11 q12 q13 q14 q15 q16 q17 q18 q19 q20 q21 q22 q23 q24 /SCALE('ALL VARIABLES') ALL /MODEL=ALPHA.
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,000
	Temps écoulé	00:00:00,000

[Ensemble_de_données1] D:\spss\spss2022\0673340851 المساندة الاجتماعية\مقياس الصلابة النفسية\مقياس الصلابة النفسية.sav

Echelle : TOUTES LES VARIABLES

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	60	100,0
	Exclus[a]	0	,0
	Total	60	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,641	24

الملحق رقم (IV)

```
GET
  FILE='D:\spss\spss2022\0673340851المساندة الاجتماعية\الصلابة مقياس
\النفسية الصلابة مقياس\النفسية.sav'.
DATASET NAME Ensemble_de_données1 WINDOW=FRONT.
COMPUTE الكلي_المقياس=MEAN(النفسية_الصلابة,الاجتماعية_المساندة).
EXECUTE.
SAVE OUTFILE='D:\spss\spss2022\0673340851المساندة الاجتماعية\الصلابة مقياس
\النفسية الصلابة مقياس\النفسية '+
    'النفسية.sav'
 /COMPRESSED.
CORRELATIONS
  /VARIABLES=الكلي_المقياس الاجتماعية_المساندة النفسية_الصلابة
  /PRINT=TWOTAIL NOSIG
  /MISSING=PAIRWISE.
```

Corrélations

Remarques

Résultat obtenu		01-juin-2022 08:34:02
Commentaires		
Entrée	Données	D:\spss\spss2022\0673340851المساندة الاجتماعية\الصلابة مقياس\النفسية الصلابة مقياس\النفسية.sav
	Ensemble de données actif	Ensemble_de_données1
	Filtrer	<aucune>
	Poids	<aucune>
	Scinder fichier	<aucune>
	N de lignes dans le fichier de travail	60
Traitement valeurs manquantes	Définition de manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.
	Observations utilisées	Les statistiques pour chaque paire de variables sont basées sur toutes les observations comportant des données valides pour cette paire.
Syntaxe		CORRELATIONS /VARIABLES=النفسية_الصلابة الكلي_المقياس الاجتماعية_المساندة /PRINT=TWOTAIL NOSIG /MISSING=PAIRWISE.

Ressources	Temps de processeur	00:00:00,000
	Temps écoulé	00:00:00,000

[Ensemble_de_données1] D:\spss\spss2022\0673340851المساندة الاجتماعية\مقياس الصلابة النفسية\مقياس الصلابة النفسية.sav

Corrélations

		الصلابة_النفسية	المساندة_الاجتماعية	المقياس_الكلي
الصلابة_النفسية	Corrélation de Pearson	1	,365**	,823**
	Sig. (bilatérale)		,004	,000
	N	60	60	60
المساندة_الاجتماعية	Corrélation de Pearson	,365**	1	,830**
	Sig. (bilatérale)	,004		,000
	N	60	60	60
المقياس_الكلي	Corrélation de Pearson	,823**	,830**	1
	Sig. (bilatérale)	,000	,000	
	N	60	60	60

**. La corrélation est significative au niveau 0.01 (bilatéral).

الملحق رقم (V)

```
GET
  FILE='D:\spss\spss2022\0673340851المساندة الاجتماعية مقياس\
الاجتماعية المساندة مقياس\الاجتماعية.sav'.
DATASET NAME Ensemble_de_données1 WINDOW=FRONT.
FREQUENCIES VARIABLES=العمل_في_الخبرة 2الاجتماعية_الحالة الاجتماعية_الحالة
  /ORDER=ANALYSIS.
```

Effectifs

Remarques

Résultat obtenu		30-mai-2022 22:21:41
Commentaires		
Entrée	Données	D:\spss\spss2022\0673340851المساندة المساندة مقياس\الاجتماعية المساندة مقياس\الاجتماعية الاجتماعية.sav
	Ensemble de données actif	Ensemble_de_données1
	Filtrer	<aucune>
	Poids	<aucune>
	Scinder fichier	<aucune>
	N de lignes dans le fichier de travail	60
Gestion des valeurs manquantes	Définition des valeurs manquantes	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.
	Observations prises en compte	Les statistiques sont basées sur toutes les observations dotées de données valides
Syntaxe		FREQUENCIES VARIABLES=الاجتماعية_الحالة العمل_في_الخبرة 2الاجتماعية_الحالة /ORDER=ANALYSIS.
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,000
	Temps écoulé	00:00:00,000

[Ensemble_de_données1] D:\spss\spss2022\0673340851المساندة الاجتماعية مقياس\
الاجتماعية المساندة مقياس\الاجتماعية المساندة.sav

Statistiques

		الحالة_الاجتماعية	الحالة_الاجتماعية2	الخبرة_في_العمل
N	Valide	60	60	60
	Manquante	0	0	0

Tableau de fréquences

الحالة_الاجتماعية

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	متزوجة	47	78,7	78,7	78,7
	عزباء	9	14,8	14,8	93,4
	مطلقة	4	6,6	6,6	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

الحالة_الاجتماعية2

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	متزوجة ولديها أولاد	40	65,6	65,6	65,6
	مطلقة ولديها أولاد	4	6,6	6,6	72,1
	مطقة بدون أولاد	1	1,6	1,6	73,8
	متزوجة بدون أولاد	17	26,2	26,2	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

الخبرة_في_العمل

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	قديمة في العمل	34	55,7	55,7	55,7
	جديدة في العمل	20	34,4	34,4	90,2
	أستاذة مستخلفة	6	9,8	9,8	100,0
	Total	60	100,0	100,0	

الـملـحق رقـم (VI)

```
DESCRIPTIVES VARIABLES=q1 q2 q3 q4 q5 q6 q7 q8 q9 q10 q11 q12 q13 q14 q15 q16
q17 q18 q19 q20 q21 q22 q23 q24 q25
  /STATISTICS=MEAN STDDEV.
```

Descriptives

Remarques

Résultat obtenu		30-mai-2022 22:22:35
Commentaires		
Entrée	Données	D:\spss\spss2022\0673340851 المساندة الاجتماعية\مقياس المساندة الاجتماعية\مقياس المساندة الاجتماعية.sav
	Ensemble de données actif	Ensemble_de_données1
	Filtrer	<aucune>
	Poids	<aucune>
	Scinder fichier	<aucune>
	N de lignes dans le fichier de travail	61
Gestion des valeurs manquantes	Définition des valeurs manquantes	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.
	Observations prises en compte	Toutes les données non manquantes sont utilisées.
Syntaxe		DESCRIPTIVES VARIABLES=q1 q2 q3 q4 q5 q6 q7 q8 q9 q10 q11 q12 q13 q14 q15 q16 q17 q18 q19 q20 q21 q22 q23 q24 q25 /STATISTICS=MEAN STDDEV.
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,000
	Temps écoulé	00:00:00,000

```
[Ensemble_de_données1] D:\spss\spss2022\0673340851 المساندة الاجتماعية\مقياس
المساندة الاجتماعية\مقياس المساندة الاجتماعية.sav
```

Statistiques descriptives

	N	Moyenne	Ecart type
q1	61	1,2459	,53714
q2	61	1,4918	,50408
q3	61	1,7213	,73328
q4	61	2,3115	,74254
q5	61	2,1475	,72655
q6	61	1,7541	,62332
q7	61	1,3115	,59276
q8	61	1,2623	,51321
q9	61	1,2787	,58112
q10	61	1,3770	,48867
q11	61	1,9180	,55663
q12	61	1,7377	,72805
q13	61	1,7705	,61626
q14	61	1,7213	,68632
q15	61	1,9016	,76822
q16	61	2,1803	,84672
q17	60	1,9833	,72467
q18	61	1,2623	,57450
q19	61	1,5246	,67346
q20	61	2,1311	,69463
q21	61	2,1639	,75675
q22	61	2,3279	,70051
q23	61	1,3443	,57403
q24	61	1,6557	,62942
q25	61	1,8852	,79788
N valide (listwise)	60		

الـمـلـحق رقـم (VII)

```
DESCRIPTIVES VARIABLES=q1 q2 q3 q4 q5 q6 q7 q8 q9 q10 q11 q12 q13 q14 q15 q16
q17 q18 q19 q20 q21 q22 q23 q24
  /STATISTICS=MEAN STDDEV.
```

Descriptives

Remarques

Résultat obtenu		30-mai-2022 22:20:58
Commentaires		
Entrée	Données	D:\spss\spss2022\0673340851 المساندة الاجتماعية\مقياس الصلابة النفسية\مقياس الصلابة النفسية.sav
	Ensemble de données actif	Ensemble_de_données1
	Filtrer	<aucune>
	Poids	<aucune>
	Scinder fichier	<aucune>
	N de lignes dans le fichier de travail	60
Gestion des valeurs manquantes	Définition des valeurs manquantes	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.
	Observations prises en compte	Toutes les données non manquantes sont utilisées.
Syntaxe		DESCRIPTIVES VARIABLES=q1 q2 q3 q4 q5 q6 q7 q8 q9 q10 q11 q12 q13 q14 q15 q16 q17 q18 q19 q20 q21 q22 q23 q24 /STATISTICS=MEAN STDDEV.
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,000
	Temps écoulé	00:00:00,000

[Ensemble_de_données1] D:\spss\spss2022\0673340851 المساندة الاجتماعية\مقياس الصلابة النفسية\مقياس الصلابة النفسية.sav

Statistiques descriptives

	N	Moyenne	Ecart type
q1	60	1,3279	,56925
q2	60	1,2623	,47964
q3	60	1,9344	,51215
q4	60	1,4754	,59460
q5	60	1,8033	,74877
q6	60	2,0820	,61360
q7	60	2,0820	,75928
q8	60	1,5410	,59368
q9	60	2,0328	,65745
q10	60	1,5246	,59460
q11	60	1,5738	,64444
q12	60	1,9672	,65745
q13	60	2,1803	,69542
q14	60	1,5738	,66980
q15	60	2,0984	,70012
q16	60	1,4262	,69424
q17	60	1,5246	,67346
q18	60	2,1148	,68553
q19	60	1,5410	,53460
q20	60	1,5410	,62112
q21	60	1,3443	,57403
q22	60	2,0492	,66899
q23	60	1,8197	,67102
q24	60	1,5246	,53562
N valide (listwise)	60		

الملحق رقم (VIII)

```
ONEWAY الاجتماعية_المساندة BY العمل_في_الخبرة
  /POLYNOMIAL=1
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
  /MISSING ANALYSIS
  /POSTHOC=SCHEFFE LSD ALPHA(0.05).
```

A 1 facteur

Remarques

Résultat obtenu		31-mai-2022 08:22:43
Commentaires		
Entrée	Données	D:\spss\spss2022\0673340851المساندة الاجتماعية\المساندة مقياس\الاجتماعية المساندة مقياس\الاجتماعية.sav
	Ensemble de données actif	Ensemble_de_données1
	Filtrer	<aucune>
	Poids	<aucune>
	Scinder fichier	<aucune>
	N de lignes dans le fichier de travail	60
Gestion des valeurs manquantes	Définition des valeurs manquantes	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.
	Observations prises en compte	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur des observations sans données manquantes pour aucune des variables de l'analyse.
Syntaxe		ONEWAY الاجتماعية_المساندة BY العمل_في_الخبرة /POLYNOMIAL=1 /STATISTICS DESCRIPTIVES /MISSING ANALYSIS /POSTHOC=SCHEFFE LSD ALPHA(0.05).
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,016
	Temps écoulé	00:00:00,016

[Ensemble_de_données1] D:\spss\spss2022\0673340851المساندة الاجتماعية\مقياس\الاجتماعية المساندة مقياس\الاجتماعية المساندة.sav

Descriptives

المساندة الاجتماعية

	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95% pour la moyenne	
					Borne inférieure	Borne supérieure
قديمة في العمل	33	1,7636	,19193	,03341	1,6956	1,8317
جديدة في العمل	21	1,6733	,24982	,05451	1,5595	1,7870
أستاذة مستخلفة	6	1,8133	,14010	,05719	1,6663	1,9604
Total	60	1,7370	,21268	,02746	1,6820	1,7919

Descriptives

المساندة الاجتماعية

	Minimum	Maximum
قديمة فى العمل	1,44	2,20
جديدة في العمل	1,00	2,12
أستاذة مستخلفة	1,64	2,04
Total	1,00	2,20

ANOVA

المساندة الاجتماعية

			Somme des carrés	ddl	Moyenne des carrés
Inter-groupes	(Combiné)		,144	2	,072
	Terme linéaire	Non pondérées	,013	1	,013
		Pondérées	,007	1	,007
		Ecart	,137	1	,137
Intra-groupes			2,525	57	,044
Total			2,669	59	

ANOVA

المساندة_الاجتماعية

			F	Signification
Inter-groupes	(Combiné)		1,622	,206
	Terme linéaire	Non pondérées	,283	,597
		Pondérées	,150	,700
		Ecart	3,094	,084

Tests post hoc

Comparaisons multiples

Variable dépendante:الاجتماعية_المساندة

	(I) العمل_في_الخبرة	(J) العمل_في_الخبرة	Différence de moyennes (I-J)	Erreur standard	Signification
Scheffe	قديمة في العمل	جديدة في العمل	,09038	,05875	,314
		أستاذة مستخلفة	-,04970	,09341	,868
	جديدة في العمل	قديمة في العمل	-,09038	,05875	,314
		أستاذة مستخلفة	-,14008	,09743	,362
	أستاذة مستخلفة	قديمة في العمل	,04970	,09341	,868
		جديدة في العمل	,14008	,09743	,362
LSD	قديمة في العمل	جديدة في العمل	,09038	,05875	,129
		أستاذة مستخلفة	-,04970	,09341	,597
	جديدة في العمل	قديمة في العمل	-,09038	,05875	,129
		أستاذة مستخلفة	-,14008	,09743	,156
	أستاذة مستخلفة	قديمة في العمل	,04970	,09341	,597
		جديدة في العمل	,14008	,09743	,156

Comparaisons multiples

Variable dépendante:الاجتماعية_المساندة

	(I) العمل_في_الخبرة	(J) العمل_في_الخبرة	Intervalle de confiance à 95%	
			Borne inférieure	Borne supérieure
Scheffe	قديمة في العمل	جديدة في العمل	-,0573	,2381
		أستاذة مستخلفة	-,2845	,1851
	جديدة في العمل	قديمة في العمل	-,2381	,0573
		أستاذة مستخلفة	-,3850	,1048

	أستاذة مستخلفة	قديمة في العمل	-,1851	,2845
		جديدة في العمل	-,1048	,3850
LSD	قديمة في العمل	جديدة في العمل	-,0273	,2080
		أستاذة مستخلفة	-,2367	,1374
	جديدة في العمل	قديمة في العمل	-,2080	,0273
		أستاذة مستخلفة	-,3352	,0550
	أستاذة مستخلفة	قديمة في العمل	-,1374	,2367
		جديدة في العمل	-,0550	,3352

Sous-ensembles homogènes

المساندة_الاجتماعية

	الخبرة_في_العمل	N	Sous-ensemble pour alpha = 0.05
			1
Scheffe[a,b]	جديدة في العمل	21	1,6733
	قديمة في العمل	33	1,7636
	أستاذة مستخلفة	6	1,8133
	Signification		,265

Les moyennes des groupes des sous-ensembles homogènes sont affichées.

a. Utilise la taille d'échantillon de la moyenne harmonique = 12,265.

b. Les effectifs des groupes ne sont pas égaux. La moyenne harmonique des effectifs des groupes est utilisée. Les niveaux des erreurs de type I ne sont pas garantis.

الملحق رقم (IX)

```
ONEWAY المساندة_الاجتماعية BY الحالة_الاجتماعية
  /POLYNOMIAL=1
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
  /MISSING ANALYSIS
  /POSTHOC=SCHEFFE LSD ALPHA(0.05).
```

A 1 facteur

Remarques

Résultat obtenu		31-mai-2022 08:24:23
Commentaires		
Entrée	Données	D:\spss\spss2022\0673340851المساندة المساندة مقياس\الاجتماعية المساندة مقياس\الاجتماعية الاجتماعية.sav
	Ensemble de données actif	Ensemble_de_données1
	Filtrer	<aucune>
	Poids	<aucune>
	Scinder fichier	<aucune>
	N de lignes dans le fichier de travail	60
Gestion des valeurs manquantes	Définition des valeurs manquantes	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.
	Observations prises en compte	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur des observations sans données manquantes pour aucune des variables de l'analyse.
Syntaxe		ONEWAY الاجتماعية_المساندة BY الاجتماعية_الحالة /POLYNOMIAL=1 /STATISTICS DESCRIPTIVES /MISSING ANALYSIS /POSTHOC=SCHEFFE LSD ALPHA(0.05).
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,016
	Temps écoulé	00:00:00,015

[Ensemble_de_données1] D:\spss\spss2022\0673340851مقياس\الاجتماعية المساندة\الاجتماعية المساندة مقياس\الاجتماعية المساندة.sav

Descriptives

المساندة الاجتماعية

	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95% pour la moyenne	
					Borne inférieure	Borne supérieure
متزوجة	47	1,7578	,22564	,03291	1,6916	1,8241
عزباء	9	1,6844	,11566	,03855	1,5955	1,7734
مطلقة	4	1,6100	,19149	,09574	1,3053	1,9147
Total	60	1,7370	,21268	,02746	1,6820	1,7919

Descriptives

المساندة الاجتماعية

	Minimum	Maximum
متزوجة	1,00	2,20
عزباء	1,48	1,84
مطلقة	1,44	1,88
Total	1,00	2,20

ANOVA

المساندة الاجتماعية

			Somme des carrés	ddl	Moyenne des carrés
Inter-groupes	(Combiné)		,110	2	,055
	Terme linéaire	Non pondérées	,081	1	,081
		Pondérées	,110	1	,110
		Ecart	,000	1	,000
Intra-groupes			2,559	57	,045
Total			2,669	59	

ANOVA

المساندة_الاجتماعية

			F	Signification
Inter-groupes	(Combiné)		1,223	,302
	Terme linéaire	Non pondérées	1,795	,186
		Pondérées	2,445	,123
		Ecart	,000	,995

Tests post hoc

Comparaisons multiples

Variable dépendante:الاجتماعية_المساندة

(I) الاجتماعية_الحالة	(J) الاجتماعية_الحالة		Différence de moyennes (I-J)	Erreur standard	Signification
Scheffe	متزوجة	عزباء	,07339	,07709	,638
		مطلقة	,14784	,11036	,413
	عزباء	متزوجة	-,07339	,07709	,638
		مطلقة	,07444	,12733	,843
	مطلقة	متزوجة	-,14784	,11036	,413
		عزباء	-,07444	,12733	,843
LSD	متزوجة	عزباء	,07339	,07709	,345
		مطلقة	,14784	,11036	,186
	عزباء	متزوجة	-,07339	,07709	,345
		مطلقة	,07444	,12733	,561
	مطلقة	متزوجة	-,14784	,11036	,186
		عزباء	-,07444	,12733	,561

Comparaisons multiples

Variable dépendante:الاجتماعية_المساندة

(I) الاجتماعية_الحالة	(J) الاجتماعية_الحالة		Intervalle de confiance à 95%	
			Borne inférieure	Borne supérieure
Scheffe	متزوجة	عزباء	-,1204	,2672
		مطلقة	-,1295	,4252
	عزباء	متزوجة	-,2672	,1204

		مطلقة	-,2456	,3945
	مطلقة	متزوجة	-,4252	,1295
		عزباء	-,3945	,2456
LSD	متزوجة	عزباء	-,0810	,2278
		مطلقة	-,0732	,3688
	عزباء	متزوجة	-,2278	,0810
		مطلقة	-,1805	,3294
	مطلقة	متزوجة	-,3688	,0732
		عزباء	-,3294	,1805

Sous-ensembles homogènes

المساندة_الاجتماعية

	الحالة_الاجتماعية	N	Sous-ensemble pour alpha = 0.05
			1
Scheffe[a,b]	مطلقة	4	1,6100
	عزباء	9	1,6844
	متزوجة	47	1,7578
	Signification		,391

Les moyennes des groupes des sous-ensembles homogènes sont affichées.

a. Utilise la taille d'échantillon de la moyenne harmonique = 7,845.

b. Les effectifs des groupes ne sont pas égaux. La moyenne harmonique des effectifs des groupes est utilisée. Les niveaux des erreurs de type I ne sont pas garantis.

الملحق رقم (X)

```
ONEWAY الصلابة_النفسية BY الحالة_الاجتماعية
  /POLYNOMIAL=1
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
  /MISSING ANALYSIS
  /POSTHOC=SCHEFFE LSD ALPHA(0.05).
```

A 1 facteur

Remarques

Résultat obtenu		31-mai-2022 08:28:31
Commentaires		
Entrée	Données	D:\spss\spss2022\0673340851المساندة الصلابة مقياس\النفسية الصلابة مقياس\الاجتماعية النفسية.sav
	Ensemble de données actif	Ensemble_de_données1
	Filtrer	<aucune>
	Poids	<aucune>
	Scinder fichier	<aucune>
	N de lignes dans le fichier de travail	60
Gestion des valeurs manquantes	Définition des valeurs manquantes	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.
	Observations prises en compte	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur des observations sans données manquantes pour aucune des variables de l'analyse.
Syntaxe		ONEWAY الصلابة_النفسية BY الحالة_الاجتماعية /POLYNOMIAL=1 /STATISTICS DESCRIPTIVES /MISSING ANALYSIS /POSTHOC=SCHEFFE LSD ALPHA(0.05).
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,000
	Temps écoulé	00:00:00,000

[Ensemble_de_données1] D:\spss\spss2022\0673340851المساندة الاجتماعية\مقياس الصلابة النفسية\مقياس الصلابة النفسية.sav

Descriptives

الصلابة_النفسية

	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95% pour la moyenne	
					Borne inférieure	Borne supérieure
متزوجة	47	1,7270	,22266	,03248	1,6616	1,7923
عزباء	9	1,6991	,18373	,06124	1,5578	1,8403
مطلقة	4	1,6771	,06250	,03125	1,5776	1,7765
Total	60	1,7194	,20895	,02698	1,6655	1,7734

Descriptives

الصلابة_النفسية

	Minimum	Maximum
متزوجة	1,25	2,25
عزباء	1,46	2,04
مطلقة	1,63	1,75
Total	1,25	2,25

ANOVA

الصلابة_النفسية

			Somme des carrés	ddl	Moyenne des carrés
Inter-groupes	(Combiné)		,014	2	,007
	Terme linéaire	Non pondérées	,009	1	,009
		Pondérées	,014	1	,014
		Ecart	,000	1	,000
Intra-groupes			2,562	57	,045
Total			2,576	59	

ANOVA

الصلابة_النفسية

			F	Signification
Inter-groupes	(Combiné)		,151	,860
	Terme linéaire	Non pondérées	,204	,653
		Pondérées	,301	,586
		Ecart	,001	,974

Tests post hoc

Comparaisons multiples

Variable dépendante:النفسية_الصلابة

	(I) الاجتماعية_الحالة	(J) الاجتماعية_الحالة	Différence de moyennes (I-J)	Erreur standard	Signification
Scheffe	متزوجة	عزباء	,02788	,07714	,937
		مطلقة	,04987	,11043	,903
	عزباء	متزوجة	-,02788	,07714	,937
		مطلقة	,02199	,12741	,985
	مطلقة	متزوجة	-,04987	,11043	,903
		عزباء	-,02199	,12741	,985
LSD	متزوجة	عزباء	,02788	,07714	,719
		مطلقة	,04987	,11043	,653
	عزباء	متزوجة	-,02788	,07714	,719
		مطلقة	,02199	,12741	,864
	مطلقة	متزوجة	-,04987	,11043	,653
		عزباء	-,02199	,12741	,864

Comparaisons multiples

Variable dépendante:النفسية_الصلابة

	(I) الاجتماعية_الحالة	(J) الاجتماعية_الحالة	Intervalle de confiance à 95%	
			Borne inférieure	Borne supérieure
Scheffe	متزوجة	عزباء	-,1660	,2218
		مطلقة	-,2277	,3274

	عزباء	متزوجة	-,2218	,1660
		مطلقة	-,2983	,3422
	مطلقة	متزوجة	-,3274	,2277
		عزباء	-,3422	,2983
LSD	متزوجة	عزباء	-,1266	,1824
		مطلقة	-,1713	,2710
	عزباء	متزوجة	-,1824	,1266
		مطلقة	-,2331	,2771
	مطلقة	متزوجة	-,2710	,1713
		عزباء	-,2771	,2331

Sous-ensembles homogènes

الصلابة_النفسية

	الحالة_الاجتماعية	N	Sous-ensemble pour alpha = 0.05
			1
Scheffe[a,b]	مطلقة	4	1,6771
	عزباء	9	1,6991
	متزوجة	47	1,7270
	Signification		,897

Les moyennes des groupes des sous-ensembles homogènes sont affichées.

a. Utilise la taille d'échantillon de la moyenne harmonique = 7,845.

b. Les effectifs des groupes ne sont pas égaux. La moyenne harmonique des effectifs des groupes est utilisée. Les niveaux des erreurs de type I ne sont pas garantis.

الملحق رقم (XI)

```
ONEWAY الصلابة_النفسية BY العمل_في_الخبرة
  /POLYNOMIAL=1
  /STATISTICS DESCRIPTIVES
  /MISSING ANALYSIS
  /POSTHOC=SCHEFFE LSD ALPHA(0.05).
```

A 1 facteur

Remarques

Résultat obtenu		01-juin-2022 21:27:38
Commentaires		
Entrée	Données	D:\spss\spss2022\0673340851المساندة الصلابة مقياس\النفسية الصلابة مقياس\الاجتماعية النفسية.sav
	Ensemble de données actif	Ensemble_de_données1
	Filtrer	<aucune>
	Poids	<aucune>
	Scinder fichier	<aucune>
	N de lignes dans le fichier de travail	60
Gestion des valeurs manquantes	Définition des valeurs manquantes	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.
	Observations prises en compte	Les statistiques de chaque analyse sont basées sur des observations sans données manquantes pour aucune des variables de l'analyse.
Syntaxe		ONEWAY النفسية_الصلابة BY العمل_في_الخبرة /POLYNOMIAL=1 /STATISTICS DESCRIPTIVES /MISSING ANALYSIS /POSTHOC=SCHEFFE LSD ALPHA(0.05).
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,016
	Temps écoulé	00:00:00,015

[Ensemble_de_données1] D:\spss\spss2022\0673340851المساندة الاجتماعية\مقياس الصلابة النفسية\مقياس الصلابة النفسية.sav

Descriptives

الصلابة النفسية

	N	Moyenne	Ecart-type	Erreur standard	Intervalle de confiance à 95% pour la moyenne	
					Borne inférieure	Borne supérieure
قديمة في العمل	33	1,7008	,20291	,03532	1,6288	1,7727
جديدة في العمل	21	1,7440	,20762	,04531	1,6495	1,8386
أستاذة مستخلفة	6	1,7361	,27217	,11111	1,4505	2,0217
Total	60	1,7194	,20895	,02698	1,6655	1,7734

Descriptives

الصلابة النفسية

	Minimum	Maximum
قديمة فى العمل	1,38	2,25
جديدة في العمل	1,33	2,21
أستاذة مستخلفة	1,25	2,00
Total	1,25	2,25

ANOVA

الصلابة النفسية

			Somme des carrés	ddl	Moyenne des carrés
Inter-groupes	(Combiné)		,026	2	,013
	Terme linéaire	Non pondérées	,006	1	,006
		Pondérées	,019	1	,019
		Ecart	,007	1	,007
Intra-groupes			2,550	57	,045
Total			2,576	59	

ANOVA

الصلابة_النفسية

			F	Signification
Inter-groupes	(Combiné)		,289	,750
	Terme linéaire	Non pondérées	,142	,708
		Pondérées	,428	,516
		Ecart	,151	,699

Tests post hoc

Comparaisons multiples

Variable dépendante:النفسية_الصلابة

	(I) العمل_في_الخبرة	(J) العمل_في_الخبرة	Différence de moyennes (I-J)	Erreur standard	Signification
Scheffe	قديمة في العمل	جديدة في العمل	-,04329	,05904	,765
		أستاذة مستخلفة	-,03535	,09387	,932
	جديدة في العمل	قديمة في العمل	,04329	,05904	,765
		أستاذة مستخلفة	,00794	,09791	,997
	أستاذة مستخلفة	قديمة في العمل	,03535	,09387	,932
		جديدة في العمل	-,00794	,09791	,997
LSD	قديمة في العمل	جديدة في العمل	-,04329	,05904	,466
		أستاذة مستخلفة	-,03535	,09387	,708
	جديدة في العمل	قديمة في العمل	,04329	,05904	,466
		أستاذة مستخلفة	,00794	,09791	,936
	أستاذة مستخلفة	قديمة في العمل	,03535	,09387	,708
		جديدة في العمل	-,00794	,09791	,936

Comparaisons multiples

Variable dépendante:النفسية_الصلابة

	(I) العمل_في_الخبرة	(J) العمل_في_الخبرة	Intervalle de confiance à 95%	
			Borne inférieure	Borne supérieure
Scheffe	قديمة في العمل	جديدة في العمل	-,1917	,1051
		أستاذة مستخلفة	-,2713	,2006
	جديدة في العمل	قديمة في العمل	-,1051	,1917

		أستاذة مستخلفة	-,2382	,2540
	أستاذة مستخلفة	قديمة في العمل	-,2006	,2713
		جديدة في العمل	-,2540	,2382
LSD	قديمة في العمل	جديدة في العمل	-,1615	,0749
		أستاذة مستخلفة	-,2233	,1526
	جديدة في العمل	قديمة في العمل	-,0749	,1615
		أستاذة مستخلفة	-,1881	,2040
	أستاذة مستخلفة	قديمة في العمل	-,1526	,2233
		جديدة في العمل	-,2040	,1881

Sous-ensembles homogènes

الصلابة_النفسية

	الخبرة_في_العمل	N	Sous-ensemble pour alpha = 0.05
			1
Scheffe[a,b]	قديمة في العمل	33	1,7008
	أستاذة مستخلفة	6	1,7361
	جديدة في العمل	21	1,7440
	Signification		,880

Les moyennes des groupes des sous-ensembles homogènes sont affichées.

a. Utilise la taille d'échantillon de la moyenne harmonique = 12,265.

b. Les effectifs des groupes ne sont pas égaux. La moyenne harmonique des effectifs des groupes est utilisée. Les niveaux des erreurs de type I ne sont pas garantis.

الملحق رقم (XII)

```
GET
  FILE='D:\spss\spss2022\0673340851المساندة الاجتماعية \مقياس الصلابة
النفسية\مقياس الصلابة النفسية.sav'.
DATASET NAME Ensemble_de_données1 WINDOW=FRONT.
REGRESSION
  /MISSING LISTWISE
  /STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA
  /CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10)
  /NOORIGIN
  /DEPENDENT الصلابة_النفسية
  /METHOD=ENTER الاجتماعية_المساندة.
```

Régression

Remarques

Résultat obtenu		02-juin-2022 07:36:56
Commentaires		
Entrée	Données	D:\spss\spss2022\0673340851المساندة الاجتماعية\مقياس الصلابة النفسية\مقياس الصلابة النفسية.sav
	Ensemble de données actif	Ensemble_de_données1
	Filtrer	<aucune>
	Poids	<aucune>
	Scinder fichier	<aucune>
	N de lignes dans le fichier de travail	60
Gestion des valeurs manquantes	Définition des valeurs manquantes	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.
	Observations prises en compte	Les statistiques sont basées sur des observations ne contenant aucune valeur manquante pour toute variable utilisée.

Syntaxe		REGRESSION /MISSING LISTWISE /STATISTICS COEFF OUTS R ANOVA /CRITERIA=PIN(.05) POUT(.10) /NOORIGIN /DEPENDENT النفسية_الصلابة /METHOD=ENTER الاجتماعية_المساندة.
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,015
	Temps écoulé	00:00:00,027
	Mémoire requise	1916 octets
	Mémoire supplémentaire requise pour les diagrammes résiduels	0 octets

[Ensemble_de_données1] D:\spss\spss2022\0673340851مقياس\الاجتماعية المساندة مقياس\النفسية الصلابة.sav

Variables introduites/supprimées[b]

Modèle	Variables introduites	Variables supprimées	Méthode
1	المساندة_الاجتماعية[a]	.	Entrée

a. Toutes variables requises saisies.

b. Variable dépendante : النفسية_الصلابة

Récapitulatif des modèles

Modèle	R	R-deux	R-deux ajusté	Erreur standard de l'estimation
1	,365[a]	,133	,119	,19617

Récapitulatif des modèles

Modèle	R	R-deux	R-deux ajusté	Erreur standard de l'estimation
1	,365[a]	,133	,119	,19617

a. Valeurs prédites : (constantes), الاجتماعية_المساندة

ANOVA[b]

Modèle		Somme des carrés	ddl	Moyenne des carrés	D	Sig.
1	Régression	,344	1	,344	8,934	,004[a]
	Résidu	2,232	58	,038		
	Total	2,576	59			

a. Valeurs prédites : (constantes), الاجتماعية_المساندة

b. Variable dépendante : النفسية_الصلابة

Coefficients[a]

Modèle		Coefficients non standardisés		Coefficients standardisés	t	Sig.
		A	Erreur standard	Bêta		
1	(Constante)	1,096	,210		5,216	,000
	المساندة_الاجتماعية	,359	,120	,365	2,989	,004

a. Variable dépendante : النفسية_الصلابة

الملحق رقم (XIII)

```
FREQUENCIES VARIABLES=العمل_في_الخبرة المدنية_الحالة الاجتماعية_الحالة
  /ORDER=ANALYSIS.
```

Effectifs

Remarques

Résultat obtenu		03-juin-2022 09:31:12
Commentaires		
Entrée	Données	D:\spss\spss2022\0673340851المساندة الصلابة مقياس\الاستطلاعية الدراسة\الاجتماعية النفسية الصلابة مقياس\النفسية.sav
	Ensemble de données actif	Ensemble_de_données1
	Filtrer	<aucune>
	Poids	<aucune>
	Scinder fichier	<aucune>
	N de lignes dans le fichier de travail	22
Gestion des valeurs manquantes	Définition des valeurs manquantes	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.
	Observations prises en compte	Les statistiques sont basées sur toutes les observations dotées de données valides
Syntaxe		FREQUENCIES VARIABLES=المدنية_الحالة الاجتماعية_الحالة العمل_في_الخبرة /ORDER=ANALYSIS.
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,000
	Temps écoulé	00:00:00,000

```
[Ensemble_de_données1] D:\spss\spss2022\0673340851المساندة الدراسة\الاجتماعية النفسية الصلابة مقياس\النفسية الصلابة مقياس\الاستطلاعية.sav
```

Statistiques

		الحالة_الاجتماعية	الحالة_المدنية	الخبرة_في_العمل
N	Valide	22	22	22
	Manquante	0	0	0

Tableau de fréquences

الحالة_الاجتماعية

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	متزوجة	13	59,1	59,1	59,1
	عزباء	6	27,3	27,3	86,4
	مطلقة	3	13,6	13,6	100,0
	Total	22	100,0	100,0	

الحالة_المدنية

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	متزوجة ولديها أولاد	11	50,0	50,0	50,0
	مطلقة ولديها أولاد	3	13,6	13,6	63,6
	مطقة بدون أولاد	1	4,5	4,5	68,2
	متزوجة بدون أولاد	7	31,8	31,8	100,0
	Total	22	100,0	100,0	

الخبرة_في_العمل

		Effectifs	Pourcentage	Pourcentage valide	Pourcentage cumulé
Valide	قديمة في العمل	12	54,5	54,5	54,5
	جديدة في العمل	7	31,8	31,8	86,4
	أستاذة مستخلفة	3	13,6	13,6	100,0
	Total	22	100,0	100,0	

الملحق رقم (XIV)

```
RELIABILITY
  /VARIABLES=q1 q2 q3 q4 q5 q6 q7 q8 q9 q10 q11 q12 q13 q14 q15 q16 q17 q18 q19
q20 q21 q22 q23 q24
  /SCALE('ALL VARIABLES') ALL
  /MODEL=ALPHA.
```

Fiabilité

Remarques

Résultat obtenu		03-juin-2022 09:55:04
Commentaires		
Entrée	Données	D:\spss\spss2022\0673340851 المساندة الاجتماعية\الدراسة الاستطلاعية\مقياس الصلابة النفسية\مقياس الصلابة النفسية.sav
	Ensemble de données actif	Ensemble_de_données1
	Filtrer	<aucune>
	Poids	<aucune>
	Scinder fichier	<aucune>
	N de lignes dans le fichier de travail	22
	Entrée de la matrice	
Gestion des valeurs manquantes	Définition de valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.
	Observations prises en compte	Les statistiques reposent sur l'ensemble des observations dotées de données valides pour toutes les variables dans la procédure.
Syntaxe		RELIABILITY /VARIABLES=q1 q2 q3 q4 q5 q6 q7 q8 q9 q10 q11 q12 q13 q14 q15 q16 q17 q18 q19 q20 q21 q22 q23 q24 /SCALE('ALL VARIABLES') ALL /MODEL=ALPHA.
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,000
	Temps écoulé	00:00:00,000

[Ensemble_de_données1] D:\spss\spss2022\0673340851 المساندة الاجتماعية\الدراسة الاستطلاعية\مقياس الصلابة النفسية\مقياس الصلابة النفسية.sav

Echelle : TOUTES LES VARIABLES

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	22	100,0
	Exclus[a]	0	,0
	Total	22	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,743	24

الملحق رقم (XV)

```
RELIABILITY
  /VARIABLES=q1 q2 q3 q4 q5 q6 q7 q8 q9 q10 q11 q12 q13 q14 q15 q16 q17 q18 q19
q20 q21 q22 q23 q24 q25
  /SCALE('ALL VARIABLES') ALL
  /MODEL=ALPHA.
```

Fiabilité

Remarques

Résultat obtenu		03-juin-2022 09:56:59
Commentaires		
Entrée	Données	D:\spss\spss2022\0673340851 المساندة الاجتماعية\الدراسة الاستطلاعية\مقياس المساندة الاجتماعية\مقياس المساندة الاجتماعية.sav
	Ensemble de données actif	Ensemble_de_données1
	Filtrer	<aucune>
	Poids	<aucune>
	Scinder fichier	<aucune>
	N de lignes dans le fichier de travail	22
	Entrée de la matrice	
Gestion des valeurs manquantes	Définition de valeur manquante	Les valeurs manquantes définies par l'utilisateur sont traitées comme manquantes.
	Observations prises en compte	Les statistiques reposent sur l'ensemble des observations dotées de données valides pour toutes les variables dans la procédure.
Syntaxe		RELIABILITY /VARIABLES=q1 q2 q3 q4 q5 q6 q7 q8 q9 q10 q11 q12 q13 q14 q15 q16 q17 q18 q19 q20 q21 q22 q23 q24 q25 /SCALE('ALL VARIABLES') ALL /MODEL=ALPHA.
Ressources	Temps de processeur	00:00:00,000
	Temps écoulé	00:00:00,000

```
[Ensemble_de_données1] D:\spss\spss2022\0673340851 المساندة
الاجتماعية\الدراسة الاستطلاعية\مقياس المساندة الاجتماعية\مقياس المساندة
الاجتماعية.sav
```

Echelle : TOUTES LES VARIABLES

Récapitulatif de traitement des observations

		N	%
Observations	Valide	22	100,0
	Exclus[a]	0	,0
	Total	22	100,0

a. Suppression par liste basée sur toutes les variables de la procédure.

Statistiques de fiabilité

Alpha de Cronbach	Nombre d'éléments
,655	25